

ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2
im. Aleksandra Świętochowskiego w Łukowie

PROGRAM PROFILAKTYKI SZKOŁY

2015/16-2016/17

Opracowanie: Krystyna Konieczna
Elwira Janiak
Anita Olszewska

*„ Nie ulegajcie słabościom!
Nie dajcie się zwyciężyć złu!
Jeśli widzisz, że brat Twój upada- podźwignij go,
A nie pozostaw w zagrożeniu”
Jan Paweł II*

SPIS TREŚCI

1. Wprowadzenie	3
2. Podstawa prawna.....	4
3. Cele Programu Profilaktyki Szkoły	5
4. Założenia Programu Profilaktyki Szkoły	7
5. Działania i formy realizacji założeń Programu Profilaktyki	9
6. Formy i metody realizacji programu	20
7. Współpraca z rodzicami uczniów	20
8. Ewaluacja.....	22

1. WPROWADZENIE

Profilaktyka jest procesem, który wspiera człowieka w prawidłowym rozwoju i zdrowym życiu. Jest także jednym ze sposobów reagowania na rozmaite zjawiska społeczne, które oceniane są jako szkodliwe i niepożądane. Ocena ta skłania do traktowania takich zjawisk w kategoriach zagrożeń i podejmowania wysiłków w celu ich eliminacji lub choćby ograniczania. Profilaktyka jest więc działaniem, które ma na celu zapobieganie pojawieniu się i rozwojowi danego zjawiska w konkretnej społeczności. Drugim, równie istotnym elementem profilaktyki jest promowanie alternatywnych zjawisk w stosunku do tych, które usiłuje się wyeliminować oraz wzmacnianie czynników chroniących przed rozwojem zagrożeń.

Zadaniem szkolnej profilaktyki jest chronienie młodzieży przed zagrożeniami poprzez podejmowanie przez szkołę działań wychowawczo-profilaktycznych. Przeprowadzone badania oraz liczne obserwacje młodzieży wskazują, że wzrasta liczba młodych ludzi podejmujących rozmaite zachowania ryzykowne. Mogą one nieść negatywne konsekwencje zarówno dla zdrowia fizycznego i psychicznego jednostki, jak i dla jej otoczenia społecznego.

Minister Edukacji Narodowej ustanowiła rok szkolny 2015/2016 **Rokiem Otwartej Szkoły**. „Otwarta szkoła to taka, która nie zamyka się na kulturę, sztukę, sport, środowiska lokalne. Potrafi korzystać z tego, co ją otacza”. Program Profilaktyki Szkoły uwzględnia treści kształcenia dostosowane do potrzeb rozwojowych uczniów oraz potrzeb środowiska szkolnego i lokalnego. Jest on zintegrowany ze Statutem Szkoły i Programem Wychowawczym. Adresatami Programu Profilaktyki Szkoły są uczniowie, ich rodzice oraz wszyscy nauczyciele. Opisuje on w sposób całościowy wszystkie treści i działania o charakterze edukacyjnym, wychowawczym, profilaktycznym i opiekuńczym.

2. PODSTAWA PRAWNA

Szkolny program profilaktyki opracowano w oparciu o:

- ❖ Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 02 kwietnia 1997r. art. 72 (Dz. U. Nr 78, poz. 483),
- ❖ Ustawa o Systemie Oświaty z dn. 07 września 1991r. (Dz. U. Nr 67, poz. 329, z późn. zm.),
- ❖ Rozporządzenie MEN z dn. 30 kwietnia 2013r. w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach (Dz. U. 2013 poz. 532),
- ❖ Ustawa o Przeciwdziałaniu Narkomanii z dnia 29 lipca 2005r. (Dz. U. 2005 Nr 179, poz. 1485),
- ❖ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2015r. w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej, w celu przeciwdziałania narkomanii,
- ❖ Ustawa z dnia 09 listopada 1995r. o Ochronie Zdrowia przed Następstwami Używania Tytoniu i Wyrobów Tytoniowych (Dz. U. Nr 10, poz. 55, z późn. zm.),
- ❖ Rozporządzenie MENiS z dn. 31 stycznia 2003r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem (Dz. U. Nr 26, poz. 226),
- ❖ Konwencja o Prawach Dziecka przyjęta dnia 20 listopada 1989r. art.33,
- ❖ Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o Postępowaniu w Sprawach Nieletnich (Dz. U. z 2000 r. Nr 11, poz. 109, z późn. zm.),
- ❖ Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o Ochronie Zdrowia Psychicznego (Dz. U. Nr 111, poz. 535, z późn. zm.),
- ❖ Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o Wychowaniu w Trzeźwości i Przeciwdziałaniu Alkoholizmowi (Dz. U. Nr 35, poz. 230 z późn. zm.).

Dokumenty wewnętrzne:

- ❖ Statut Szkoły,
- ❖ Program Wychowawczy ZS Nr 2 im. A. Świętochowskiego na rok szkolny 2015/16,
- ❖ Szkolny Zestaw Programów Nauczania na rok szkolny 2015/16.

3. CELE PROGRAMU PROFILAKTYKI SZKOŁY:

Cele ogólne:

- promowanie wzorców zdrowego stylu życia,
- stymulowanie postaw tolerancji i otwartości na odmienności między uczniami, w tym dotyczące ich sprawności, możliwości, potrzeb i zainteresowań,
- usuwanie i minimalizowanie przyczyn zachowań agresywnych i absencji uczniów na zajęciach szkolnych,
- przeciwdziałanie używaniu środków zmieniających świadomość i podejmowaniu innych zachowań ryzykownych,
- motywowanie uczniów do uczestniczenia w zajęciach umożliwiających alternatywne wobec zachowań ryzykownych zaspokajanie potrzeb psychicznych i społecznych,
- promowanie zaangażowania młodzieży i popierania jej własnej aktywności we wszystkich formach działalności niniejszego programu.

Cele szczegółowe:

- rozpoznawanie sytuacji socjalno-bytowej uczniów, ich potrzeb i zainteresowań,
- otoczenie indywidualną opieką uczniów potrzebujących pomocy oraz młodzieży, u której występują zachowania ryzykowne,
- tworzenie w szkole atmosfery sprzyjającej dobrej adaptacji nowo przyjętych uczniów w środowisku szkolnym oraz integracja zespołów klasowych,
- kształtowanie postaw dbałości o własny rozwój psychofizyczny, sprawność i odporność organizmu, higienę ciała i otoczenia,
- rozwijanie postaw odpowiedzialności za obecny i przyszły stan środowiska,

- dostarczanie rzetelnych i adekwatnych informacji o alkoholu, narkotykach i innych środkach odurzających oraz o konsekwencjach ich zażywania,
- kształtowanie umiejętności unikania zagrożeń towarzyszących zachowaniom ryzykownym i wskazywanie sposobów radzenia sobie z tymi zagrożeniami,
- rozwijanie świadomości pozwalającej na dokonywanie wyborów życiowych bez sięgania po środki uzależniające,
- kształtowanie pozytywnych postaw społecznych i poszanowania praw każdego człowieka,
- przygotowanie uczniów pełnosprawnych do współpracy z niepełnosprawnymi rówieśnikami oraz niesienia pomocy osobom niepełnosprawnym adekwatnie do ich potrzeb,
- promowanie wolontariatu i korzyści z niego płynących,
- kształtowanie umiejętności pozytywnego myślenia o sobie i zachowania przy tym dobrych kontaktów z innymi ludźmi,
- przekazywanie uczniom wzorców prawidłowego komunikowania się oraz kultury bycia na co dzień,
- eliminowanie zachowań agresywnych w środowisku szkolnym,
- wykształcenie umiejętności dotyczących bycia asertywnym, poczucia własnej wartości, komunikacji interpersonalnej,
- kształtowanie świadomości prawnej uczniów,
- rozwijanie umiejętności wyboru interesujących, konstruktywnych i zdrowych form spędzania czasu wolnego,
- kształtowanie odpowiedzialności za siebie i innych w różnych sytuacjach,
- kształtowanie prawidłowego stosunku młodzieży do wartości i norm związanych z miłością.

Problematyka uwzględniona w programie podzielona została na trzy obszary tematyczne:

- zapobieganie zachowaniom ryzykownym,
- doskonalenie kompetencji społecznych i przygotowanie do radzenia sobie ze stresem,
- kształtowanie zdrowego stylu życia.

4. ZAŁOŻENIA PROGRAMU PROFILAKTYKI SZKOŁY.

Program Profilaktyki Szkoły zakłada współpracę z rodzicami oraz ze środowiskiem lokalnym, a w szczególności z: Komendą Powiatową Policji, Poradnią Psychologiczno - Pedagogiczną, Starostwem Powiatowym, Ośrodkami Pomocy Społecznej, kuratorami sądowymi, Sądem Rejonowym, Sądami dla Nieletnich, Domem Dziecka, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, Ośrodkiem Sportu i Rekreacji, Muzeum Regionalnym, Łukowskim Ośrodkiem Kultury, Stowarzyszeniem Wspierania Osób z Autyzmem i ich Rodzin, Ośrodkami Interwencji Kryzysowej, Urzędem Miasta, Urzędem Gminy, szkołami gimnazjalnymi i ponadgimnazjalnymi z terenu powiatu, Powiatową Strażą Pożarną, uczelniami wyższymi i szkołami policealnymi, zakładami i przedsiębiorstwami, w których uczniowie odbywają zajęcia praktyczne i praktyki zawodowe. Programem objęta jest młodzież wszystkich klas naszej szkoły. Zakłada on kształcenie dojrzałej postawy wychowanka wobec samego siebie i otaczającej go rzeczywistości. Program został tak skonstruowany, aby zapobiegać zagrożeniom współczesnego świata i pomagać uczniom pracować nad najczęściej występującymi problemami:

- a) zachowaniami agresywnymi i przemocą rówieśniczą,
- b) absencją szkolną,
- c) brakiem zainteresowania nauką,
- d) używaniem wulgaryzmów,
- e) sięganiem po substancje psychoaktywne i inne używki,
- f) wchodzeniem w konflikty z prawem,
- g) nieradzeniem sobie ze stresem.

Realizatorami programu są:

- Dyrekcja,
- wychowawcy klas,
- nauczyciele,
- pedagog szkolny,
- psycholog szkolny,
- doradca zawodowy,
- katecheci,
- zapraszani specjaliści,
- pielęgniarka szkolna.

Program realizowany jest systematycznie, zgodnie z ustalonym na początku roku szkolnego harmonogramem, w oparciu o roczny plan działań. Każdy wychowawca uwzględnia tematykę profilaktyczną w corocznie opracowywanym planie pracy wychowawczej z klasą. Tematyka programu odpowiada potrzebom i zainteresowaniom uczniów, ich rodziców oraz uwzględnia aktualne problemy wychowawcze występujące w środowisku. Założeniem programu jest, iż przedmiotem profilaktyki może być każdy problem, w odniesieniu do którego odczuwamy potrzebę uprzedzającej interwencji oraz wobec którego można zastosować środki zaradcze. Należy przy tym pamiętać, że nieustannie zmieniająca się rzeczywistość i odbywające się w niej procesy wymuszają niejako wprowadzanie zmian związanych z tematyką działań profilaktycznych. Biorąc pod uwagę to, że głównym celem profilaktyki jest aktualna ochrona przed aktualnymi problemami i bieżącym ryzykiem, wskazane jest wprowadzanie koniecznych zmian wynikających z bieżących potrzeb.

W Programie Profilaktyki Szkoły 2015/2016 uwzględniono:

- wnioski z ewaluacji Programu Profilaktyki Szkoły przewidziane do realizacji w roku szkolnym 2015/2016,
- wnioski z ewaluacji szkoły,
- wnioski z nadzoru pedagogicznego,
- wnioski z posiedzenia Rady Pedagogicznej z dnia 26.06.2015 r.

5. DZIAŁANIA I FORMY REALIZACJI ZAŁOŻEŃ PROGRAMU PROFILAKTYKI.

OBSZAR I: ZAPOBIEGANIE ZACHOWANIOM RYZYKOWNYM.

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Przeciwdziałanie zażywaniu substancji psychoaktywnych.	<ul style="list-style-type: none"> uczniowie wiedzą jakie są negatywne skutki zdrowotne i prawne zażywania narkotyków, dopalaczy, alkoholu i innych używek znają mechanizmy wpływu substancji psychoaktywnych na organizm potrafią odmówić przyjęcia substancji zmieniających świadomość, nie ulegają wpływowi grupy rówieśniczej propagują właściwe wzorce, potrafią prawidłowo zareagować w sytuacji zagrożenia życia rówieśników wiedzą gdzie szukać pomocy w sytuacji zagrożenia nadużywaniem substancji psychoaktywnych 	<ul style="list-style-type: none"> rodzaje substancji psychoaktywnych wpływających na OUN negatywne skutki fizyczne i psychiczne stosowania używek, leków, sterydów, środków wziewnych dostarczenie wiedzy na temat wpływu alkoholu i narkotyków na życie w rodzinie wskazanie możliwości unikania zagrożeń i sposobów radzenia sobie z nimi ukazanie perspektywy zdrowego życia i dróg do satysfakcji osobistych bez zażywania alkoholu i innych substancji uzależniających kształtowanie postaw umożliwiających samostanowienie oraz ochronę własnych praw ze szczególnym uwzględnieniem asertywnego zachowania właściwe nawyki dotyczące spędzania wolnego czasu telefony i adresy instytucji pomocowych i terapeutycznych szukanie autorytetów 	<ul style="list-style-type: none"> godziny wychowawcze lekcje przedmiotowe zajęcia warsztatowe zajęcia pozalekcyjne np. sportowe cykliczne akcje profilaktyczne spotkania ze specjalistami gazetki szkolne, akcje plakatowe, wycieczki konkursy strona internetowa szkoły 	cały rok szkolny, wg harmonogramu	wychowawca pedagog psycholog pielęgniarka nauczyciele zaproszeni specjaliści	<ul style="list-style-type: none"> - dzienniki lekcyjne - dziennik wychowawcy - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej

<p style="text-align: center;">Zapobieganie przemocy rówieśniczej, zachowaniom agresywnym i przestępczym.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie znają przepisy prawa szkolnego z zakresu zachowania, stosują obowiązujące zasady • potrafią zachować się stosowanie podczas zajęć szkolnych w czasie uroczystości, imprez i wycieczek • minimalizują stopień używania wulgaryzmów • posiadają wiedzę na temat przemocy psychicznej, fizycznej i cyberprzemocy • znają negatywne skutki fizyczne, psychiczne i prawne stosowania przemocy • wiedzą gdzie szukać wsparcia w przypadku wystąpienia przemocy wśród rówieśników i w rodzinie • znają i potrafią zastosować sposoby radzenia sobie z własną i cudzą agresją • są świadomi odpowiedzialności moralnej i karnej za popełnione czyny, wiedzą na czym polega mediacja • posiadają wiedzę na temat fundamentalnych praw człowieka, są świadomi, że prawa te przysługują wszystkim ludziom 	<ul style="list-style-type: none"> • poinformowanie o obowiązujących w szkole zasadach dotyczących zachowania, prawach i obowiązkach ucznia oraz działaniach podejmowanych w przypadku wystąpienia u uczniów nieprawidłowych zachowań • prawa człowieka, Konstytucja RP • zasady dobrego zachowania i kultura języka • definicja przemocy • rodzaje przemocy • negatywne skutki moralne i prawne stosowania przemocy • konflikty i kryzysy w rodzinie, przeciwdziałanie przemocy w rodzinie w świetle najnowszych przepisów prawnych • procedura zakładania niebieskiej karty • telefony i adresy instytucji pomocowych i interwencji kryzysowej • odpowiedzialność prawna nieletnich za popełnione czyny karalne • nasze zainteresowania – bezpieczne formy spędzania czasu wolnego bez konieczności podejmowania zachowań ryzykownych • jak „rozminować” agresję; zachowania uległe, asertywne i agresywne • szukanie autorytetów 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • zajęcia pozalekcyjne np. sportowe • cykliczne akcje profilaktyczne • spotkania ze specjalistami • gazetki szkolne, akcje plakatowe • wycieczki • konkursy • strona internetowa szkoły 	<p style="text-align: center;">cały rok szkolny, wg harmonogramu</p>	<p>wychowawca</p> <p>pedagog</p> <p>psycholog</p> <p>pielęgniarka</p> <p>nauczyciele</p> <p>zaproszeni specjaliści</p> <p>KPP</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dzienniki lekcyjne - dziennik wychowawcy - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - karta wycieczki - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
--	--	--	--	--	---	---

<p style="text-align: center;">Edukacja seksualna.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie znają obowiązujące normy społeczne i prawne w zakresie zachowań seksualnych • znają zagrożenia fizyczne i psychiczne wczesnej inicjacji seksualnej • znają choroby przenoszone drogą płciową i wiedzą jak im zapobiegać • posiadają wiedzę dotyczącą metod antykoncepcji • są świadomi biologicznych, psychicznych, moralnych i społecznych skutków aborcji, rozumieją potrzebę przyjmowania postaw odpowiedzialności za życie ludzkie • potrafią świadomie zaplanować rodzinę, • biorą odpowiedzialność za konsekwencje wynikające z inicjacji seksualnej • przyjmują postawę asertywną względem presji rówieśniczej dotyczącej rozpoczęcia współżycia, • nie ulegają negatywnym wzorcom kreowanym przez media 	<ul style="list-style-type: none"> • normy społeczne i prawne dotyczące zachowań seksualnych • ryzyko związane z aktywnością seksualną młodzieży – czego się obawiać • odpowiedzialne rodzicielstwo • nieoczekiwana ciąża, gdzie szukać pomocy • dramat aborcji • różnorodność ludzkiej seksualności, a patologie seksualne • „dowody miłości – miłość w krzywym zwierciadle” • wykorzystywanie seksualne • rodzaje chorób przenoszonych drogą płciową i sposoby ich zapobiegania, • HIV/AIDS, • tabletki „po”, • planowanie rodziny – antykoncepcja 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe, • zajęcia warsztatowe • cykliczne akcje profilaktyczne • spotkania ze specjalistami • gazetki szkolne, akcje plakatowe • konkursy 	<p style="text-align: center;">cały rok szkolny, wg harmonogramu</p>	<p>wychowawca pedagog psycholog pielęgniarka nauczyciele zaproszeni specjaliści</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dzienniki lekcyjne - dziennik wychowawcy - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
---	---	--	--	--	---	--

<p style="text-align: center;">Przeciwdziałanie materializmowi życiowemu.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie wiedzą, że sukcesu życiowego nie definiuje jakość i liczba dóbr materialnych • ich życiowym celem nie jest nabywanie dóbr materialnych • nie oceniają rówieśników na podstawie posiadanych przedmiotów, ubrań itp. • nie ulegają presji posiadania markowych ubrań, obuwia, gadżetów elektronicznych, kreowanej przez współczesne media • wiedzą, że wartość człowieka nie jest zależna od tego co posiada, a co sobą prezentuje, jakim jest człowiekiem dla innych • nie ulegają trendom bycia szczupłym i pięknym za wszelką cenę, nie jest to wyznacznikiem ich szczęścia 	<ul style="list-style-type: none"> • kult gadżetów • czy to co posiadam wyznacza moją pozycję w grupie • poczucie własnej wartości • samoocena, pewność siebie • współczesny konsumpcjonizm • uzależnienie od komputera, internetu, telefonu, hazardu, zakupów • czy muszę być szczupła, aby być piękną i szczęśliwą • anoreksja, bulimia, kompulsywne objadanie się • gdzie szukać szczęścia • co nam daje szczęście 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • gazetki, akcje plakatowe 	<p style="text-align: center;">cały rok szkolny, wg harmonogramu</p>	<p>wychowawcy</p> <p>nauczyciele</p> <p>pielęgniarka</p> <p>psycholog</p> <p>pedagog</p> <p>katecheci</p> <p>doradca zawodowy</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dzienniki lekcyjne - dziennik wychowawcy - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - dziennik pracy doradcy zawodowego - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
--	---	---	---	--	---	---

<p style="text-align: center;">Przeciwdziałanie porzucaniu nauki.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie realizują obowiązki szkolny w sposób rzetelny • nie opuszczają zajęć bez powodu • poprawa frekwencji • wyrobienie nawyku rezygnacji z wagarów • wiedzą jaki jest sens kształcenia • mają świadomość wartości jakie daje wykształcenie • szanują całą społeczność szkolną • sami chcą zdobywać wiedzę, są ciekawi świata • budzą swoje aspiracje życiowe, stawiają sobie cele • wzrost umiejętności dokonywania świadomych i odpowiedzialnych wyborów • umiejętność stworzenia właściwego klimatu, atmosfery w szkole • wzrost czytelnictwa • rozwijanie zainteresowań • udział uczniów w akcjach charytatywnych • uświadomienie uczniom zagrożeń wynikających z lekkomyślności i opuszczania zajęć szkolnych 	<ul style="list-style-type: none"> • konsekwencje przedwczesnego kończenia nauki • niepowodzenia szkolne • badanie przyczyn trudności szkolnych uczniów klas I • moje prawa i obowiązki jako ucznia • obowiązek szkolny • wykluczenie społeczne • moje kwalifikacje – gdzie mogę znaleźć pracę • list motywacyjny, CV • doradztwo zawodowe • współpraca z uczelniami wyższymi • niepowodzenia szkolne • motywacja • jak osiągać postawione cele • działalność kółek zainteresowań, zajęcia dodatkowe, akcje charytatywne • sposoby efektywnego uczenia się, mnemotechniki 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • kółka zainteresowań • wolontariat • ankiety diagnozujące • wycieczki tematyczne • doradztwo zawodowe 	<p style="text-align: center;">cały rok szkolny, wg harmonogramu</p>	<p>wychowawcy nauczyciele pedagog doradca zawodowy osoby zaproszone biblioteka SU Rzecznik Praw Ucznia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dzienniki lekcyjne - dziennik wychowawcy - dziennik pracy pedagoga - dziennik pracy doradcy zawodowego - analiza ankiet - karta wycieczki
--	--	--	---	--	--	--

OBSZAR II: DOSKONALENIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH I PRZYGOTOWANIE DO RADZENIA SOBIE ZE STRESEM.

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Kształtowanie umiejętności interpersonalnych.	<ul style="list-style-type: none"> uczniowie potrafią nawiązać kontakt z innymi posiadają umiejętności komunikacyjne: umiejętności uważnego słuchania, nadawania, przemawiania potrafią zarządzać przekazem werbalnym i niewerbalnym posiadają umiejętności negocjacyjne potrafią pracować w zespole posiadają umiejętności asertywne potrafią przyjmować cudze opinie, szanują wartości innych ludzi potrafią rozwiązywać konflikty posiadają umiejętności oceniania konsekwencji działań i zachowań rozwijają samoświadomości i empatii potrafią odczytywać nastroje i emocje innych osób 	<ul style="list-style-type: none"> zajęcia adaptacyjno - integracyjne komunikacja werbalna i niewerbalna aktywne słuchanie czynniki utrudniające komunikację czynniki ułatwiające komunikację bariery komunikacyjne twórcze i krytyczne myślenie identyfikacja mocnych i słabych stron pozytywne myślenie mediacje i negocjacje trening asertywności budowanie empatii w grupie i tolerancji w szczególności względem osób niepełnosprawnych sztuka autoprezentacji szukanie autorytetów 	<ul style="list-style-type: none"> godziny wychowawcze lekcje przedmiotowe zajęcia warsztatowe wycieczki integracyjne spotkania z zaproszonymi gośćmi 	Wg harmonogramu	wychowawca nauczyciele pedagog psycholog SU doradca zawodowy zaproszeni specjaliści	<ul style="list-style-type: none"> - dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - dziennik doradcy zawodowego - karta wycieczki

<p style="text-align: center;">Konstruktywne radzenie sobie ze stresem.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie znają źródła stresu • znają sposoby radzenia sobie z nim • wiedzą jak go unikać • znają konsekwencje psychiczne i fizyczne działania stresu • posiadają umiejętności pokonywania stresu szkolnego, łagodzenia jego skutków • są odporni emocjonalnie na stres, lęki, napotkane trudności • mają ukształtowane postawy otwartości oraz umiejętności swobodnego mówienia o swoich stanach psychicznych 	<ul style="list-style-type: none"> • definicja stresu • rodzaje stresu • źródła stresu • metody walki ze stresem • konsekwencje fizyczne i psychiczne działania stresu • choroby wywołane długotrwałym działaniem stresu (nerwice, fobie, zawał serca, choroby układu nerwowego) działaniem • trening relaksacyjny • sposoby minimalizowanie napięcia emocjonalnego radzenia sobie z negatywnymi emocjami 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • terapie indywidualne • akcje profilaktyczne • gazetki, akcje plakatowe • strona internetowa 	<p style="text-align: center;">wg harmonogramu</p>	<p>wychowawca</p> <p>nauczyciele</p> <p>pielęgniarka</p> <p>pedagog</p> <p>psycholog</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
--	--	---	---	--	--	--

<p style="text-align: center;">Wzrost kultury osobistej i szacunku do drugiego człowieka.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie znają pojęcie kultury osobistej • znają zasady higieny • znają i stosują zasady dotyczące stroju codziennego i galowego, obuwia, fryzur, makijażu, biżuterii itp. • posiadają wiedzę na temat dobrego zachowania i kultury języka • nie używają wulgaryzmów • szanują ludzi o innym wyglądzie i innych poglądach • posiadają wiedzę o rodzajach i st. niepełnosprawności, znają i stosują zasady zachowania w stosunku do osób niepełnosprawnych • wiedzą jak zachować się w miejscach publicznych, podczas uroczystości, imprez, wycieczek szkolnych, a także podczas lekcji • uczeń nazywa i rozróżnia postawy uważane powszechnie za właściwe lub niewłaściwe • zna i wciela w życie zasady savoir vivre'u, Statutu Szkoły • wie jak godnie reprezentować szkołę w środowisku lokalnym i nie tylko 	<ul style="list-style-type: none"> • obowiązki i prawa ucznia, Statut Szkoły • pojęcie kultury osobistej • zasady higieny osobistej • zasady savoir vivre'u • wulgaryzmy jako sposób uzewnętrzniania negatywnych emocji • słowo rani na całe życie • zjawisko wykluczenia społecznego • definicja niepełnosprawności • praktyczne rady z zakresu savoir vivre'u wobec osób niepełnosprawnych 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • wycieczki szkolne 	<p style="text-align: center;">wrzesień 2015 wg harmonogramu</p>	<p>wychowawcy nauczyciele pielęgniarka szkolna pedagog</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pedagoga - karta wycieczki - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
--	---	---	---	--	--	--

OBSZAR III: KSZTAŁTOWANIE ZDROWEGO STYLU ŻYCIA.

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
<p align="center">Dbanie o bezpieczeństwo społeczności szkolnej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • społeczność szkolna zna zasady bezpieczeństwa i higieny pracy, przepisy przeciwpożarowe • zapobieganie uzależnieniom behawioralnym • wzmacnianie postaw opiekuńczo – koleżeńskich wobec osób niepełnosprawnych • zwiększenie świadomości odpowiedzialności za życie swoje i innych • posiadają wiedzę dotyczącą udzielania pierwszej pomocy w różnorodnych sytuacjach, potrafią zastosować posiadane umiejętności w praktyce • znają telefony alarmowe 	<ul style="list-style-type: none"> • bezpieczeństwo w sieci „grać czy być” • bezpieczna praca za granicą, handel ludźmi, „Nie daj się sprzedać – pracuj bezpiecznie za granicą” • zasady i bezpieczeństwo w ruchu drogowym • bezpieczeństwo w drodze i ze szkoły • pierwsza pomoc przedmedyczna • pogadanki na temat bezpiecznego zachowania uczniów podczas przerw międzylekcyjnych, ferii zimowych i letnich 	<ul style="list-style-type: none"> • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • prelekcje • pogadanki 	<p align="center">wrzesień 2015 wg harmonogramu</p>	<p>dyrekcja wychowawcy nauczyciele przedmiotowi pedagog doradca zawodowy KPP</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pedagoga - dziennik doradcy zawodowego

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Promowanie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej</p>	<ul style="list-style-type: none"> • znajomość roli sportu i wypoczynki, aktywności ruchowej i umysłowej jako formy higienicznego trybu życia • zapobieganie zaburzeniom odżywiania • uczniowie potrafią w sposób racjonalny planować swoje posiłki • mają ukształtowane nawyki spędzania czasu wolnego w sposób aktywny • znają różnymi formami wypoczynku • upowszechnienie aktywności ruchowej • angażują się w organizację rozgrywek sportowych • mają świadomość istnienia chorób związanych z nieprawidłowym żywieniem: nadwaga, otyłość i choroby przewlekłe • posiadają wiedzę dotyczącą prozdrowotnych, społecznych, wychowawczych i edukacyjnych wartości sportu 	<ul style="list-style-type: none"> • sklepiki szkolne – zdrowa reaktywacja • anoreksja, bulimia • zasady prawidłowego żywienia • wskaźnik BMI • piramida żywności • zdrowe zamienniki • racjonalne menu • pułapki „cudownych diet” • zasady fair play • diety w wybranych chorobach • interakcja leków z żywnością • prawidłowa kaloryczność • urozmaicenie i prawidłowe komponowanie posiłków • odpowiednie nawodnienie organizmu 	<ul style="list-style-type: none"> • zawody sportowe • wycieczki • rajdy • udział w zajęciach dodatkowych z wychowania fizycznego 	<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">Wg harmonogramu</p>	<p>wychowawcy nauczyciele przedmiotowi pedagog psycholog pielęgniarka</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pedagoga i psychologa szkolnego - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
--	---	--	---	--	---	--

<p style="text-align: center;">Dbanie o zdrowie psychiczne i fizyczne społeczności szkolnej.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uczniowie rozumieją potrzebę dbania o zdrowie • poszukują i rozwijają zdolności, talenty i predyspozycje w celu wzmocnienia „konstrukcji” psychicznej i fizycznej • poszerzenie wiedzy na temat chorób przenoszonych drogą płciową oraz ich skutków zdrowotnych i społecznych • posiadają umiejętność pozytywnego myślenia o sobie • akceptują siebie • mają ukształtowane nawyki prawidłowego korzystania z komputera, internetu, telefonów komórkowych • uczniowie posiadają wiedzę na temat wpływu różnych aspektów zdrowia na funkcjonowanie człowieka • posiadają wiedzę na temat wpływu stanu środowiska na zdrowie i życie człowieka • potrafią przyjmować postawy proekologiczne w życiu człowieka • uczniowie potrafią dokonać podstawowej samokontroli swego stanu zdrowia • rozpowszechniają ideologię krwiodawstwa 	<ul style="list-style-type: none"> • choroby cywilizacyjne • prawidłowe nawyki higieniczne, dbałość o siebie i swoje otoczenie • profilaktyka nowotworowa • depresja • wykluczenie społeczne • lęki, fobie, zaburzenia nastroju • wdrażanie do systemu samokontroli - zapoznanie uczniów z technikami badania piersi • ważność oddawania krwi dla osoby, która jej potrzebuje 	<ul style="list-style-type: none"> • godzina wychowawcza • lekcje przedmiotowe • akcje profilaktyczne • akcje plakatowe, ulotki • prelekcje 	<p style="text-align: center;">wg harmonogramu</p>	<p>wychowawca</p> <p>nauczyciele</p> <p>katecheci</p> <p>pedagog</p> <p>psycholog</p> <p>pielęgniarka</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pedagoga i psychologa szkolnego - dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej
---	--	---	--	--	---	--

6. FORMY I METODY REALIZACJI PROGRAMU.

Składające się na program działania mają za zadanie dostarczyć uczniom wiedzę, umiejętności oraz kształtować pożądane społecznie postawy, toteż niezmiernie ważne jest odpowiednie dobranie metod i form pracy.

Metody pracy:

- 1) prelekcje dla uczniów, rodziców, nauczycieli związane tematycznie z założeniami Szkolnego Program Profilaktyki,
- 2) warsztaty dla rodziców, uczniów i nauczycieli związane tematycznie z założeniami Szkolnego Program Profilaktyki,
- 3) spotkania z rodzicami,
- 4) indywidualne rozmowy uczniów z nauczycielami, pedagogiem, psychologiem, Dyrekcją w celu rozwiązywania problemów,
- 5) organizacja imprez szkolnych promujących zdrowy styl życia, a w szczególności:
 - ✓ imprezy sportowe,
 - ✓ konkursy,
 - ✓ wycieczki szkolne i przedmiotowe,
 - ✓ inne imprezy organizowane na terenie szkoły i poza nią.

Formy pracy:

- 1) praca w grupach i indywidualna,
- 2) wykład,
- 3) burza mózgów,
- 4) odgrywanie ról i scenek,
- 5) konkursy.

7. WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI UCZNIÓW.

Jednym z pięciu najważniejszych czynników chroniących – wymienianych przez profilaktyków elementów środowiska czy sytuacji, które sprawiają, że uczniowie są znacznie mniej zagrożeni problemami jest silna więź młodzieży z rodzicami, stąd niezmiernie ważna

przy planowaniu i realizowaniu działań profilaktycznych jest systematyczna współpraca z rodzicami uczniów.

Współdziałanie z rodzicami uczniów ma na celu:

- włączanie rodziców do systematycznej współpracy z nauczycielami i innymi pracownikami szkoły,
- rozpoznanie zainteresowań i potrzeb rodziców dotyczących edukacji z zakresu profilaktyki,
- zapewnienie rodzicom odpowiedniej informacji na temat działań profilaktyczno-wychowawczych realizowanych przez szkołę,
- współdziałanie w zakresie rozpoznawania potrzeb danego ucznia oraz planowania form pracy opiekuńczo-wychowawczej i profilaktycznej w przypadku pojawienia się problemów wychowawczych,
- modyfikowanie oddziaływań wychowawczych rodziców,
- wskazywanie rodzicom pojawiających się zagrożeń i związanych z nimi skutków,
- wskazywanie sposobów postępowania w celu wyeliminowania zagrożeń,
- dostarczenie rodzicom wiadomości o substancjach zmieniających świadomość i ich wpływie na młodego człowieka oraz o innych zagrożeniach społecznych i cywilizacyjnych,
- udzielanie wsparcia w rozpoznaniu potrzeb własnych dzieci, organizacji czasu młodego człowieka (czasu pracy i czasu wolnego), porozumiewaniu się z młodzieżą, radzeniu sobie z konfliktami i negatywizmem własnego dziecka, zapobieganiu sięgania przez młodzież po substancje uzależniające,
- wskazywanie, jakie działania profilaktyczne może podjąć każdy rodzic w swoim domu,
- przekazywanie informacji o tym, do jakich osób i instytucji mogą zgłaszać się rodzice, którzy są zaniepokojeni zachowaniem swoich dzieci.

Formy współpracy z rodzicami to:

- indywidualne rozmowy o charakterze informacyjnym, których zamierzonym efektem jest uzyskanie przez rodziców porad w sprawach wychowania,
- podejmowanie interwencji wychowawczych i kryzysowych w sytuacjach trudnych dotyczących problemów sprawianych przez uczniów, w szczególności na terenie

szkoły – indywidualne rozmowy o charakterze interwencyjnym mające na celu udzielenie rodzicom wsparcia w pokonywaniu kłopotów dziecka, w tym poinformowanie o instytucjach świadczących specjalistyczną pomoc,

- podejmowanie tematyki z zakresu pedagogiki, psychologii, prawa oraz kształcących umiejętności wspierające rozwój młodego człowieka na spotkaniach z wychowawcami.

8. EWALUACJA

Program zakłada dokonywanie systematycznej oceny efektów podejmowanych działań profilaktycznych i interwencyjnych. Ewaluacja służyć będzie sprawdzeniu stopnia zrealizowania celów programu i zadań zaplanowanych na dany rok szkolny oraz zmian postaw adresatów programu.

Do ewaluowania wybrano następujące narzędzia:

- rozmowy z uczniami i rodzicami na temat efektywności działań ujętych w programie,
- zbieranie opinii uczniów i ich rodziców bezpośrednio po przeprowadzonych zajęciach i spotkaniach,
- wnikliwa obserwacja zachowań i postaw adresatów programu,
- analiza wytworów uczniów – wypowiedzi ustnych i pisemnych, prac plastycznych i multimedialnych,
- analiza dokumentacji prowadzonej przez wychowawców, pedagoga szkolnego, psychologa szkolnego, pielęgniarki szkolnej,
- wymiana uwag i spostrzeżeń nauczycieli podczas zebrań zespołów nauczycieli uczących w danych klasach,
- badania ankietowe przeprowadzone wśród uczniów, ich rodziców i nauczycieli.

Ewaluacja zakończy się sporządzeniem raportu zawierającego:

- wyniki – fakty wynikające z ewaluacji,
- wnioski – interpretacje wyników, słabe i mocne strony, możliwości i zagrożenia na przyszłość,
- zalecenia – propozycje do przyszłych działań, oparte na wynikach i ich interpretacji, dotyczące rodzaju i kierunków zmian.

Fakty wynikające z monitorowania przebiegu realizacji zaplanowanych zadań, wnioski oraz zalecenia dotyczące planowania pracy w kolejnym roku szkolnym będą przekazywane na plenarnym posiedzeniu Rady Pedagogicznej.

Opracowanie: Krystyna Konieczna
Anita Olszewska
Elwira Janiak