

10. DZIAŁANIA I FORMY REALIZACJI ZAŁOŻEŃ PROGRAMU WYCHOWAWCZO – PROFILAKTYCZNEGO SZKOŁY

I. OBSZAR ROZWOJU FIZYCZNEGO

Zadania Szkoły	Cele szczegółowe	Treści	Sposób realizacji	Termin	Osoba odpowiedzialna	Sposób dokumentowania
Edukacja zdrowotna	• Uczniowie znają zasady zdrowego stylu życia i rozumieją znaczenie codziennych nawyków dla zdrowia. • Potrafią dbać o higienę osobistą, higienę jamy ustnej oraz zdrowie i bezpieczeństwo własnego organizmu. • Znają zasady prawidłowego odżywiania i potrafią dokonywać świadomych wyborów żywieniowych. • Rozumieją znaczenie aktywności fizycznej, odpoczynku i odpowiedniej ilości snu. • Potrafią rozpoznawać emocje, nazywać je i stosować podstawowe sposoby radzenia sobie ze stresem i trudnymi emocjami. • Wiedzą, gdzie i u kogo szukać pomocy w sytuacji kryzysu, przemocy, zagrożenia lub złego samopoczucia. • Rozwijają poczucie własnej wartości, samoakceptację i odpowiedzialność za własne zdrowie. • Znają zasady budowania zdrowych relacji z innymi, oparte na szacunku, empatii, zaufaniu i stawianiu granic.	• Zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne. • Zdrowy styl życia – co oznacza? • Higiena osobista. • Prawidłowe żywienie, zdrowe nawyki żywieniowe, nawodnienie. • Aktywność fizyczna i jej znaczenie dla zdrowia. • Sen, odpoczynek i regeneracja organizmu. • Emocje, samoocena i poczucie własnej wartości. • Stres i sposoby radzenia sobie z napięciem. • Zdrowe relacje interpersonalne, przyjaźń, szacunek i empatia – dlaczego są tak ważne? • Granice osobiste, asertywność i właściwe reagowanie na presję. • Bezpieczeństwo i przeciwdziałanie przemocy – jak mogą się zachować? • Odpowiedzialność za własne zdrowie i podejmowanie świadomych decyzji. • Profilaktyka chorób i	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe i profilaktyczne • spotkania ze specjalistami • akcje i kampanie prozdrowotne • konkursy, plakaty, gazetki szkolne • projekty edukacyjne • pogadanki i dyskusje	cały rok szkolny	• wychowawcy • nauczyciele, • pedagog • psycholog, • pielęgniarka szkolna • zaproszeni specjaliści • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dzienniki pedagoga i psychologa • dokumentacja pielęgniarki szkolnej • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	• Potrafią rozpoznawać zachowania naruszające ich granice oraz odpowiednio na nie reagować. • Znają zasady bezpieczeństwa w świecie cyfrowym i rozumieją wpływ nadmiernego korzystania z urządzeń elektronicznych na zdrowie. • Znają zagrożenia związane z używaniem substancji psychoaktywnych, nikotyny, alkoholu i innych środków oraz potrafią odmawiać w sytuacji presji rówieśniczej. • Znają podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy i reagowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. • Rozumieją znaczenie profilaktyki zdrowotnej, badań kontrolnych i korzystania z pomocy specjalistów. • Posiadają adekwatną do wieku wiedzę dotyczącą dojrzewania, seksualności oraz zmian zachodzących w okresie dorastania. • Rozumieją znaczenie odpowiedzialności, szacunku i wzajemnej zgody w relacjach międzyludzkich. • Znają zasady podejmowania odpowiedzialnych i świadomych decyzji dotyczących zdrowia seksualnego. • Znają podstawowe sposoby zapobiegania chorobom przenoszonym drogą płciową.	zdrowie publiczne. • Choroby zakaźne i zasady zapobiegania zakażeniom. • Uzależnienia i zachowania ryzykowne. • Substancje psychoaktywne, nikotyna, alkohol, środki odurzające i ich wpływ na nasz organizm. • Uzależnienia behawioralne, w tym nadmierne korzystanie z Internetu i urządzeń cyfrowych. • Higiena cyfrowa i bezpieczeństwo w sieci. • Pierwsza pomoc przedmedyczna. • Reagowanie w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. • Korzystanie z pomocy lekarza, psychologa, pedagoga, pielęgniarki i innych specjalistów. • Wpływ środowiska na zdrowie człowieka. • Rozwój psychoseksualny człowieka, seksualność jako element zdrowia i rozwoju. • Szacunek do siebie i drugiej osoby. • Zgoda, granice osobiste, asertywność i odpowiedzialność w relacjach. • Podejmowanie odpowiedzialnych decyzji dotyczących aktywności seksualnej.				
--	--	---	--	--	--	--

	• Potrafią krytycznie oceniać informacje dotyczące seksualności, antykoncepcji i zdrowia seksualnego pojawiające się w Internecie i mediach społecznościowych.	• Choroby przenoszone drogą płciową – drogi zakażenia, profilaktyka i możliwości uzyskania pomocy. • Wpływ presji rówieśniczej i społecznej na podejmowanie decyzji. • Przeciwdziałanie przemocy seksualnej. • Bezpieczeństwo w Internecie – udostępniania intymnych treści, ochrona prywatności.				
Konstruktywne radzenie sobie ze stresem	• Uczniowie potrafią identyfikować sytuacje i czynniki wywołujące stres. • Znają różnorodne metody i strategie radzenia sobie ze stresem. • Rozwijają umiejętność praktycznego stosowania technik redukowania napięcia emocjonalnego. • Rozumieją psychiczne i fizjologiczne konsekwencje długotrwałego stresu. • Posiadają kompetencje pozwalające na konstruktywne radzenie sobie ze skutkami przewlekłego obciążenia emocjonalnego. • Wzmacniają odporność psychiczną, uczą się pokonywania lęków oraz trudności pojawiających się w codziennym funkcjonowaniu. • Kształtują postawy otwartości,	• Istota i definicja stresu. • Rodzaje stresu – przedstawienie stresu krótkotrwałego, długotrwałego, pozytywnego (eustresu) i negatywnego (dystresu). • Źródła stresu – co mnie stresuje? • Skuteczne metody radzenia sobie ze stresem. • Konsekwencje psychiczne i fizyczne działania stresu. • Choroby i zaburzenia związane z przewlekłym stresem. • Trening relaksacyjny i techniki wyciszające. • Sposoby minimalizowania napięcia emocjonalnego i radzenia sobie z trudnymi emocjami. • Rola wsparcia społecznego	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe i profilaktyczne • spotkania ze specjalistami • akcje i kampanie prozdrowotne • konkursy, plakaty, gazetki szkolne • projekty edukacyjne • pogadanki i dyskusje	cały rok szkolny, na bieżąco	• wychowawcy • nauczyciele • pedagog • pedagog specjalny • psycholog • pielęgniarka szkolna • zaproszeni specjaliści • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dzienniki pedagoga i psychologa • dokumentacja pielęgniarki szkolnej • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	uczą się swobodnego i bezpiecznego wyrażania własnych stanów emocjonalnych. • Uczniowie rozwijają umiejętność korzystania ze wsparcia społecznego (rówieśnicy, nauczyciele, rodzina) w sytuacjach stresowych. • Uczą się rozpoznawania wczesnych sygnałów przeciążenia psychicznego i reagowania na nie w sposób adekwatny. • Rozwijają umiejętność planowania i organizacji czasu, co zmniejsza poziom stresu związanego z obowiązkami szkolnymi. • Kształtują poczucie własnej skuteczności i przekonanie o możliwości wpływania na przebieg sytuacji stresowych.	w przewyżnianiu trudności. • Wczesne sygnały przeciążenia psychicznego. • Higiena psychiczna. • Asertywność i komunikacja w sytuacjach trudnych, • Zarządzanie czasem i obowiązkami.				
--	---	--	--	--	--	--

II. OBSZAR ROZWOJU INTELEKTUALNEGO

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Przeciwdziałanie porzucaniu nauki	• Uczniowie w sposób odpowiedzialny i systematyczny realizują obowiązek szkolny. • Uczestniczą w zajęciach regularnie, nie opuszczając lekcji bez uzasadnionej przyczyny. • Poprawiają swoją frekwencję i	• Efektywne uczenie się i mnemotechniki. • Konsekwencje przedwczesnego zakończenia edukacji. • Niepowodzenia szkolne – analiza przyczyn, rodzajów i skutków niepowodzeń	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • kółka zainteresowań	Na bieżąco, wg potrzeb	• wychowawcy • nauczyciele • pedagog • pedagog specjalny • psycholog • osoby zaproszone • biblioteka • Rzecznik Praw Ucznia	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pedagoga i psychologa • karta wycieczki • strona internetowa

	ograniczają zachowania związane z wagarowaniem. • Rozumieją sens i znaczenie edukacji oraz korzyści płynące z wykształcenia. • Kształtują świadomość wartości, jakie daje rozwój intelektualny i społeczny. • Okazują szacunek całej społeczności szkolnej oraz zasadom obowiązującym w szkole. • Wykazują ciekawość świata, chęć zdobywania wiedzy i rozwijania kompetencji. • Budują aspiracje życiowe, wyznaczają sobie cele i dążą do ich realizacji. • Dokonują świadomych i odpowiedzialnych wyborów dotyczących swojej edukacji i przyszłości. • Współtworzą pozytywną atmosferę i klimat sprzyjający nauce. • Rozwijają zainteresowanie czytelnictwem oraz aktywnościami wspierającymi rozwój intelektualny. • Poszerzają swoje pasje i zainteresowania poprzez udział w zajęciach, projektach i działaniach szkolnych. • Angażują się w inicjatywy społeczne, w tym akcje charytatywne. • Znają konsekwencje lekkomyślnego opuszczania zajęć oraz zagrożenia	edukacyjnych oraz sposobów ich przezwyciężania. • Obowiązek szkolny i obowiązek nauki. • Prawa i obowiązki ucznia. • Moje kwalifikacje a rynek pracy. • List motywacyjny i CV. • Doradztwo zawodowe. • Trening motywacyjny. • Jak osiągać postawione cele. • Działalność kół zainteresowań, zajęcia dodatkowe i akcje charytatywne – rozwijanie pasji, integracja społeczności szkolnej, budowanie poczucia przynależności i odpowiedzialności.	• wolontariat • ankiety diagnozujące • wycieczki tematyczne • doradztwo zawodowe • konkursy, plakaty, gazetki szkolne, • projekty edukacyjne • pogadanki i dyskusje		• rodzice/opiekunowie • uczniowie	szkoły • media społecznościowe
--	--	---	---	--	--	---

	wynikające z zaniedbywania obowiązków szkolnych. • Potrafią określić swoje cele edukacyjne i plany na przyszłość, rozumiejąc ich znaczenie dla dalszego życia.					
Działania ukierunkowane na podnoszenie wyników w nauce oraz poprawę frekwencji	• Uczniowie w sposób odpowiedzialny i systematyczny realizują obowiązek szkolny. • Nie opuszczają zajęć bez uzasadnionej przyczyny i mają świadomość konsekwencji nieobecności. • Znają wartość wykształcenia oraz korzyści płynące z dalszego kształcenia. • Dostrzegają sens podejmowania wysiłku edukacyjnego i potrafią łączyć go z własnymi aspiracjami. • Wykazują motywację do twórczego rozwoju, ciekawość świata i gotowość do poszerzania horyzontów. • Zdobywają wiedzę w sposób aktywny, regularny i zgodny z warunkami organizacyjnymi zapewnianymi przez szkołę. • Rozwijają kompetencje czytelnicze, niezbędne do efektywnego uczenia się i krytycznego odbioru treści. • Potrafią odpowiedzialnie i skutecznie realizować obowiązki szkolne również w trybie nauki zdalnej. • Młodzież prezentuje zdyscyplinowaną postawę oraz	• Kształtowanie prawidłowych relacji między uczniami a nauczycielami – jak budować atmosferę szacunku i współpracy. • Sukces w szkole – jak go osiągać i dlaczego warto o nim mówić? Prezentacja osiągnięć uczniów i nauczycieli w środowisku szkolnym i lokalnym. • Motywacja do nauki – rola nagród, wyróżnień i pozytywnego wzmocnienia. • Samopomoc koleżeńska – jak wspierać się w klasie i efektywnie pracować w grupie. • Jak uczyć się skutecznie? Techniki efektywnego uczenia się, planowanie czasu, równowaga między nauką a odpoczynkiem. • Konkursy i zawody szkolne – rozwijanie talentów i zainteresowań. • Sztuczna inteligencja w edukacji – jak korzystać z niej mądrze, bezpiecznie i twórczo? • Dlaczego warto być obecnym na lekcjach? Rola	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia pozalekcyjne • zajęcia warsztatowe • spotkania z zaproszonymi gośćmi	wg harmonogramu	• wychowawcy • nauczyciele • pedagog szkolny • pedagog specjalny • psycholog szkolny • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pedagoga i psychologa szkolnego • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	zaangażowanie w wykonywanie powierzonych zadań. • Uczniowie korzystają ze sztucznej inteligencji w sposób świadomy, bezpieczny i kreatywny, traktując ją jako narzędzie wspierające proces uczenia się.	frekwencji w osiąganiu sukcesów szkolnych. • Jak planować naukę, aby osiągać lepsze wyniki? Strategie organizacji pracy własnej. • Jak budować nawyk systematyczności? Codzienne działania, które poprawiają wyniki. • Frekwencja a odpowiedzialność – co mówi prawo o obowiązku nauki?				
Działania promujące czytelnictwo w szkole	• Uczniowie wykazują rosnące zainteresowanie czytaniem i chętniej sięgają po książki. • Promowana jest wartościowa i atrakcyjna literatura dostosowana do wieku oraz potrzeb uczniów. • Uczniowie poszerzają wiedzę o literaturze, autorach i gatunkach literackich. • Dostrzegają, że czytanie może być ciekawą, rozwijającą i przyjemną formą spędzania wolnego czasu. • Regularnie korzystają z zasobów biblioteki szkolnej i traktują ją jako ważne miejsce wspierające ich rozwój. • Uczniowie rozwijają umiejętność świadomego wyboru wartościowych treści w świecie pełnym informacji.	• Dlaczego warto czytać? Wpływ książek na rozwój intelektualny, emocjonalny i społeczny. • Czytanie jako sposób na relaks i redukcję stresu. • Książka kontra telefon – jak znaleźć równowagę? • Spotkania z literaturą współczesną – co czyta dzisiejsza młodzież? • Jak powstaje książka? Od pomysłu autora do półki w bibliotece. • Czytanie ze zrozumieniem – praktyczne ćwiczenia i strategie. • Rola biblioteki szkolnej – jak korzystać z jej zasobów i usług. • Czytelnictwo w erze cyfrowej – e-booki, audiobooki, aplikacje czytelnicze. • Książki, które zmieniły	• zajęcia biblioteczne • konkursy • akcje wspólnego czytania w przestrzeni publicznej • gry terenowe • kiermasz podręczników • godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • spotkania z autorami	wg harmonogramu	• wychowawcy • nauczyciele • nauczyciel - bibliotekarz • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dziennik wychowawcy • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

		świat – przegląd najważniejszych dzieł literatury.				
Budowanie odporności na presję konsumpcjonizmu i sztuczne wzorce medialne	• Uczniowie rozumieją, że sukces życiowy nie zależy od liczby posiadanych dóbr materialnych, lecz od kompetencji, postawy i relacji z innymi ludźmi. • Nie oceniają rówieśników na podstawie wyglądu, ubrań, gadżetów czy statusu materialnego. • Potrafią przeciwstawiać się presji posiadania markowych produktów kreowanej przez media i influencerów. • Wiedzą, że wartość człowieka wynika z tego, kim jest, jak postępuje i jak traktuje innych, a nie z tego, co posiada. • Nie ulegają sztucznym trendom promującym idealny wygląd, szczupłą sylwetkę czy perfekcyjny styl życia. • Potrafią odróżnić wykreowany wizerunek w mediach społecznościowych od rzeczywistości. • Uczniowie rozwijają poczucie własnej wartości oparte na umiejętnościach, charakterze i relacjach, a nie na dobrach materialnych. • Uczniowie potrafią krytycznie analizować treści medialne i rozpoznawać manipulacje marketingowe. • Uczniowie uczą się	• Kult marek i gadżetów – jak działa marketing i dlaczego tak łatwo mu ulegamy. • Hierarchia wartości – co jest naprawdę ważne w życiu? • Instagram/Facebook vs. rzeczywistość – analiza sztucznie kreowanych wizerunków. • Czy to, co posiadam, określa moją pozycję w grupie? Rozmowa o statusie, presji i akceptacji. • Poczucie własnej wartości – jak je budować bez porównywania się z innymi. • Samoocena, asertywność, pewność siebie – umiejętności chroniące przed presją konsumpcyjną. • Współczesny konsumpcjonizm – jak wpływa na nasze wybory i samopoczucie. • Uzależnienia behawioralne: Internet, telefon, gry, zakupy, hazard – jak je rozpoznawać i im przeciwdziałać. • Czy muszę być szczupła, aby być piękna i szczęśliwa? Krytyczne spojrzenie na kanony	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • gazetki, akcje plakaty • spotkania z zaproszonymi specjalistami	wg harmonogramu	• wychowawcy • nauczyciele • pielęgniarka • psycholog • pedagog • pedagog specjalny • katecheta • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego • dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	świadomego, odpowiedzialnego korzystania z Internetu i technologii. • Uczniowie rozumieją, że szczęście wynika z relacji, zdrowia, pasji i rozwoju, a nie z konsumpcji. • Uczniowie potrafią stawiać granice i zachować asertywność wobec presji rówieśniczej i medialnej.	piękna. • Zaburzenia odżywiania: anoreksja, bulimia, ortoreksja, monodiety, diety oczyszczające, kompulsywne objadanie się – fakty, mity, zagrożenia. • Co naprawdę daje nam szczęście? Relacje, pasje, zdrowie, rozwój, poczucie sensu. • Jak nie dać się zmanipulować reklamom i influencerom? • Minimalizm i uważność – alternatywa dla życia w nadmiarze. • Jak budować własny styl i tożsamość niezależnie od trendów?				
--	--	--	--	--	--	--

III. OBSZAR ROZWOJU DUCHOWEGO

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Kształtowanie postaw patriotyczno - obywatelskich	• Uczniowie znają ceremoniał szkolny, symbole, historię i tradycje szkoły oraz potrafią je właściwie interpretować. • Rozumieją znaczenie aktu ślubowania i świadomie stają się częścią społeczności szkolnej. • Posiadają wiedzę dotyczącą norm prawnych, zasad funkcjonowania szkoły oraz	• Moje prawa i obowiązki – jak funkcjonować odpowiedzialnie w społeczności szkolnej. • Dokumenty szkolne w praktyce – statut, regulaminy, ceremoniał. • Historia i tradycje naszej szkoły – kim był patron i dlaczego jest dla nas ważny?	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • uroczystości szkolne • zawody sportowe • gazetki szkolne • strona internetowa szkoły	wg harmonogramu	• dyrekcja • wychowawcy • nauczyciele • zaproszeni goście, • opiekunowie pocztu sztandarowego	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	treści dokumentów regulujących jej pracę. • Znają swoje prawa i obowiązki, potrafią z nich korzystać i respektować je w codziennym życiu szkolnym. • Potrafią godnie reprezentować szkołę podczas uroczystości, konkursów, wydarzeń lokalnych i dbają o jej dobre imię. • Znają sylwetkę patrona szkoły, jego dorobek twórczy i znaczenie dla kultury narodowej. • Aktywnie uczestniczą w życiu państwa, regionu i miasta, biorą udział w obchodach świąt narodowych oraz wydarzeń historycznych. • Kultywują tradycje historyczne i rozumieją ich znaczenie dla tożsamości narodowej. • Rozumieją rolę wyborów w państwie demokratycznym, potrafią podejmować odpowiedzialne decyzje obywatelskie i angażują się w działania samorządowe. • Rozwijają poczucie przynależności do wspólnoty lokalnej, regionalnej i narodowej. • Potrafią analizować współczesne wydarzenia społeczne i polityczne w sposób świadomy, odpowiedzialny i zgodny z wartościami demokratycznymi.	• Jak godnie reprezentować szkołę? Zasady udziału w pocście sztandarowym i uroczystościach. • Ślubowanie uczniów klas pierwszych – znaczenie, symbolika, przygotowanie do ceremonii. • Święta narodowe – dlaczego je obchodzimy? Wartość pamięci historycznej. • Patriotyzm w działaniu – biegi niepodległościowe i trzeciomajowe jako forma upamiętnienia historii. • Jak być patriotą we współczesnym świecie? • Moje miejsce w społeczności lokalnej – jak mogę wpływać na otoczenie? • Samorząd uczniowski jako przykład demokracji w praktyce. • Wolontariat i pomoc innym – patriotyzm w działaniu. • Postawy obywatelskie w życiu codziennym – odpowiedzialność, szacunek, solidarność.	• spotkania z zaproszonymi gośćmi • konferencje on-line • webinary		• katecheci • rodzicie/opiekunowie • uczniowie	
--	--	--	--	--	--	--

Kształtowanie więzi ze środowiskiem lokalnym i regionem	• Uczniowie są wrażliwi na potrzebę poszanowania miejsc pamięci narodowej oraz dziedzictwa kulturowego regionu. • Dbają o lokalne cmentarze, w szczególności o groby żołnierzy, bohaterów i osób zasłużonych dla społeczności. • Czują emocjonalną więź ze swoją „małą ojczyzną” i angażują się w życie wspólnoty lokalnej. • Pamiętają o swoich korzeniach, tradycjach rodzinnych i tożsamości narodowej. • Rozwijają kontakty sąsiedzkie, uczą się solidarności lokalnej i dzielenia się wspólnymi doświadczeniami. • Potrafią podejmować role społeczne w środowisku lokalnym, angażując się w działania na rzecz miasta, gminy lub regionu. • Uczniowie rozumieją znaczenie lokalnych instytucji, organizacji i inicjatyw społecznych. • Uczniowie potrafią dostrzegać potrzeby swojego otoczenia i reagować na nie w sposób odpowiedzialny.	• Moja mała ojczyzna – co ją wyróżnia i dlaczego jest dla mnie ważna. • Miejsca pamięci narodowej w naszym regionie – jak o nie dbać? • Groby żołnierzy – historia, symbolika, obowiązek pamięci. • Tożsamość lokalna – skąd pochodzę i jak wpływa to na moje życie. • Sąsiedztwo i solidarność – jak budować dobre relacje w lokalnej społeczności. • Jak mogę działać na rzecz mojego miasta? Rola młodych obywateli w środowisku lokalnym. • Dziedzictwo kulturowe regionu – tradycje, zwyczaje, miejsca, które warto znać. • Wspólnota lokalna w praktyce – instytucje, organizacje, inicjatywy społeczne. • Historia mojego regionu – lokalny patriotyzm i tożsamość.	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • wycieczki klasowe • konkursy • gazetki szkolne • strona internetowa szkoły • spotkania z zaproszonymi gośćmi • konferencje • webinaria	wg harmonogramu	• wychowawcy • nauczyciele • zaproszeni goście • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • strona internetowa szkoły • media społecznościowe
Wzrost kultury osobistej i szacunku do drugiego człowieka	• Uczniowie rozumieją, czym jest kultura osobista, potrafią wskazać jej elementy oraz zachowywać się zgodnie ze społecznie przyjętymi normami. • Znają i stosują zasady dotyczące	• Czym jest kultura osobista? Zachowania, postawy, język, wygląd. • Savoir-vivre na co dzień – jak zachowywać się w szkole, w domu, w	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe stacjonarne/on-line		• wychowawcy • nauczyciele • zaproszeni goście • pedagog	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • odpowiednie artykuły w mediach • strona internetowa szkoły

	stroju codziennego i galowego, wyglądu, fryzur, makijażu oraz dodatków, zgodnie z normami obowiązującymi w szkole. • Posiadają wiedzę na temat dobrego zachowania, kultury języka i zasad komunikacji. • Nie używają wulgaryzmów i potrafią świadomie dobierać słowa w różnych sytuacjach. • Szanują osoby o odmiennym wyglądzie, poglądach, stylu życia czy przekonaniach. • Znają rodzaje niepełnosprawności oraz zasady właściwego zachowania wobec osób z niepełnosprawnościami. • Wiedzą, jak zachować się w miejscach publicznych, podczas uroczystości, imprez, wycieczek szkolnych oraz w trakcie lekcji. • Potrafią rozróżniać postawy właściwe i niewłaściwe, rozumieją ich konsekwencje społeczne. • Znają zasady savoir-vivre'u oraz zapisy Statutu Szkoły i stosują je w praktyce. • Wiedzą, jak godnie reprezentować szkołę w środowisku lokalnym i poza nim. • Wykazują postawy tolerancji, empatii i wrażliwości wobec drugiego człowieka. • Potrafią panować nad emocjami i reagować w sposób kulturalny w sytuacjach trudnych.	miejscach publicznych. • Kultura języka – dlaczego słowa mają znaczenie. • Słowo rani na całe życie – o odpowiedzialności za komunikację. • Jak radzić sobie z emocjami? Techniki wyciszania i samokontroli. • Wykluczenie społeczne – jak powstaje i jak mu przeciwdziałać. • Izolacja społeczna – kiedy zaczyna się problem i jak go rozpoznać. • Niepełnosprawność – definicje, rodzaje, potrzeby. • Jak zachować się wobec osób z niepełnosprawnościami? Praktyczne zasady savoir-vivre'u. • Tolerancja i empatia – jak budować postawę szacunku wobec innych. • Jak godnie reprezentować szkołę? Zasady zachowania podczas uroczystości, wyjść i wydarzeń lokalnych. • Postawy właściwe i niewłaściwe – analiza zachowań w codziennych sytuacjach.	• wycieczki szkolne • konkursy • gazetki szkolne • spotkania z zaproszonymi gośćmi • media społecznościowe	Na bieżąco, wg harmonogramu	• pedagog specjalny • psycholog • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• media społecznościowe
--	--	---	--	------------------------------------	--	---

IV. OBSZAR ROZWOJU SPOŁECZNEGO

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Kształtowanie umiejętności interpersonalnych	- Uczniowie potrafią nawiązywać kontakt z innymi i budować relacje oparte na szacunku. - Rozwijają umiejętności komunikacyjne: uważne słuchanie, jasne mówienie, świadome przemawianie. - Potrafią zarządzać przekazem werbalnym i niewerbalnym — gestem, mimiką, tonem głosu. - Posiadają umiejętności negocjacyjne i potrafią dochodzić do porozumienia. - Potrafią pracować w zespole, dzielić się zadaniami i wspierać innych. - Rozwijają umiejętności asertywne — potrafią wyrażać swoje zdanie, potrzeby i granice. - Szanują cudze opinie, wartości i różnorodność poglądów. - Potrafią rozwiązywać konflikty w sposób akceptowany społecznie — poprzez dialog, mediację, kompromis. - Umieją oceniać konsekwencje własnych działań i zachowań. - Rozwijają samoświadomość — rozpoznają swoje emocje, potrzeby, mocne i słabe strony. - Rozwijają empatię — potrafią wczuć się w sytuację drugiego	- Zajęcia adaptacyjno-integracyjne — poznajemy się, budujemy zaufanie, tworzymy wspólnotę. - Komunikacja werbalna i niewerbalna — jak mówić, żeby być zrozumianym. - Aktywne słuchanie — techniki, które wzmacniają relacje. - Czynniki ułatwiające i utrudniające komunikację — jak rozmawiać, żeby nie ranić. - Bariery komunikacyjne — jak je rozpoznawać i pokonywać. - Twórcze i krytyczne myślenie — jak analizować, oceniać, tworzyć. - Identyfikacja mocnych i słabych stron — samoświadomość jako fundament rozwoju. - Pozytywne myślenie — jak budować konstruktywne nastawienie. - Mediacje i negocjacje — sztuka dochodzenia do porozumienia. - Trening asertywności — jak mówić „tak”, „nie”, „stop”.	- godziny wychowawcze - lekcje przedmiotowe - zajęcia warsztatowe - wycieczki integracyjne - spotkania z zaproszonymi gośćmi - wykłady - webinary	wg harmonogramu	- wychowawca - nauczyciele - pedagog - pedagog specjalny - psycholog - SU - doradca zawodowy - zaproszeni specjaliści - rodzice/opiekunowie - uczniowie	- dziennik wychowawcy - dzienniki lekcyjne - dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego - dziennik doradcy zawodowego - karta wycieczki - strona internetowa szkoły - media społecznościowe

	człowieka, w tym osób z niepełnosprawnościami. • Potrafią budować pozytywny obraz siebie i zdrowe relacje społeczne. • Uczą się konstruktywnego wyrażania emocji i radzenia sobie z napięciem.	• Budowanie empatii i tolerancji — szczególnie wobec osób z niepełnosprawnościami. • Sztuka autoprezentacji — jak mówić o sobie z klasą i pewnością. • Szukanie autorytetów — jak wybierać dobre wzorce.				
--	--	--	--	--	--	--

Integracja społeczności szkolnej i przygotowanie do aktywnego uczestnictwa w życiu szkoły	• Uczniowie mają zapewnione warunki sprzyjające ich rozwojowi emocjonalnemu, społecznemu i edukacyjnemu. • W sposób łagodny i wspierający przechodzą proces adaptacji do nowego środowiska szkolnego. • Czują się w szkole bezpiecznie i komfortowo. • Rozwijają poczucie przynależności do zespołu klasowego i całej społeczności szkolnej. • Są przygotowani do życia w społeczeństwie oraz pełnienia różnych ról społecznych. • Potrafią właściwie odnosić się do osób z niepełnosprawnościami i rozumieją ideę integracji. • Uczniowie z niepełnosprawnościami czują się pełnoprawnymi członkami społeczności szkolnej. • Uczniowie angażują się w życie szkoły, podejmują inicjatywy i współtworzą klimat placówki. • Rozwijają kompetencje społeczne: współpracę, komunikację, odpowiedzialność, empatię. • Potrafią działać na rzecz klasy i szkoły, rozumieją znaczenie wspólnoty i współodpowiedzialności.	• Witaj w naszej szkole – jak wygląda życie szkolne i kto może Ci pomóc? • Kim jest pedagog, psycholog, pedagog specjalny i Rzecznik Praw Ucznia? • Moja klasa – jak budować więź, współpracę i poczucie przynależności. • Co to znaczy być częścią społeczności szkolnej? • Rola samorządu klasowego i szkolnego – demokracja w praktyce. • Integracja osób z niepełnosprawnościami – idea, zasady, dobre praktyki. • Jak zachować się wobec osób z niepełnosprawnościami? Empatia i wsparcie. • Jak odnaleźć się w nowym środowisku? Strategie adaptacji i radzenia sobie. • Moje miejsce w szkole – jak mogę wpływać na jej życie? • Wspólnota szkolna – wartości, zasady, odpowiedzialność.	• godziny wychowawcze • zajęcia warsztatowe • imprezy/uroczystości szkolne • wycieczki szkolne	na bieżąco	• dyrekcja • wychowawcy • nauczyciele • pedagog • pedagog specjalny • psycholog • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pedagoga i psychologa szkolnego • strona internetowa szkoły • media społecznościowe
---	--	--	---	-------------------	--	---

Samorządowa działalność uczniów	• Uczniowie aktywnie uczestniczą w życiu szkoły, angażując się w różne akcje, projekty i przedsięwzięcia. • Potrafią reprezentować swoje potrzeby, opinie i interesy w sposób odpowiedzialny i kulturalny. • Mają realny wpływ na funkcjonowanie szkoły poprzez udział w samorządzie klasowym i szkolnym. • Współpracują z Dyrektorem Szkoły, gronem pedagogicznym oraz innymi organami Szkoły. • Wybrani uczniowie pełnią funkcje klasowe i szkolne w sposób odpowiedzialny, zgodny z zasadami i wartościami szkoły. • Społeczność uczniowska zna zasady wolontariatu i podejmuje działania na rzecz innych. • Uczniowie rozwijają kompetencje społeczne: komunikację, współpracę, organizację, odpowiedzialność. • Uczniowie uczą się demokracji w praktyce — poprzez wybory, podejmowanie decyzji, pracę w grupie. • Uczniowie potrafią inicjować działania, planować wydarzenia i współtworzyć klimat szkoły. • Rozwijają poczucie sprawczości i przekonanie, że ich głos ma znaczenie.	• Co to jest samorząd uczniowski? Demokracja w praktyce. • Jak reprezentować potrzeby klasy? Komunikacja, negocjacje, odpowiedzialność. • Rola opiekuna samorządu i Rzecznika Praw Ucznia. • Wolontariat – dlaczego warto działać na rzecz innych? • Jak organizować wydarzenia szkolne? Planowanie, współpraca, podział zadań. • Moje miejsce w szkole – jak mogę wpływać na jej życie? • Kultura pracy w grupie – zasady, wartości, odpowiedzialność. • Jak pełnić funkcję klasową lub szkolną? Obowiązki, kompetencje, dobre praktyki. • Samorząd jako przestrzeń rozwoju – czego mogę się nauczyć?	• godziny wychowawcze • imprezy i uroczystości okolicznościowe • akcje charytatywne	wg harmonogramu	• wychowawcy • SU • opiekun samorządu • nauczyciele • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dokumentacja własna SU • dokumentacja prowadzona przez opiekunów • strona internetowa szkoły • media społecznościowe
---	--	--	---	----------------------------	--	--

V. OBSZAR ROZWOJU EMOCJONALNEGO

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Rozwijanie postaw prospołecznych	- Uczniowie są wrażliwi na potrzeby drugiego człowieka i potrafią nieść bezinteresowną pomoc. - Rozwijają umiejętność współodczuwania, empatii i reagowania na trudne sytuacje innych osób. - Podejmują działania, które przynoszą korzyść zarówno im samym, jak i innym osobom lub całej społeczności. - Dostrzegają potrzeby psychiczne i fizyczne innych ludzi oraz potrafią adekwatnie na nie odpowiadać. - Wzmacniają więzi osobiste, przyjaźnie i relacje rówieśnicze, dostrzegając ich wartość w życiu społecznym. - Traktują innych jako autonomiczne jednostki, szanują ich prawa, poglądy, wybory i odmienność. - Rozumieją znaczenie działań prospołecznych i potrafią angażować się w inicjatywy na rzecz innych. - Uczniowie rozwijają postawy altruistyczne, gotowość do współpracy i odpowiedzialność	- Co to znaczy być prospołecznym? Wartość pomagania i współdziałania. - Empatia – jak ją rozwijać i dlaczego jest tak ważna? - Jak dostrzegać potrzeby innych? Sygnały, zachowania, reakcje. - Altruizm w praktyce – małe gesty, które zmieniają wiele. - Tolerancja wobec odmienności – jak budować otwartość na różnorodność. - Jak wspierać osoby starsze, chore, samotne i niepełnosprawne? - Wykluczenie społeczne – jak powstaje i jak mu przeciwdziałać. - Relacje i przyjaźnie – dlaczego są fundamentem zdrowego życia społecznego. - Szacunek dla autonomii drugiego człowieka – granice, prawa, godność. - Wolontariat – czym jest i jak można się w niego zaangażować? - Jak reagować, gdy ktoś	- godziny wychowawcze - akcje charytatywne - współpraca z instytucjami - spotkania z zaproszonymi gośćmi - konkursy - wycieczki szkolne	na bieżąco	- wychowawcy - nauczyciele - pedagog szkolny - pedagog specjalny - psycholog szkolny - rodzice/opiekunowie - uczniowie	- dzienniki lekcyjne - dziennik wychowawcy - dziennik pedagoga i psychologa szkolnego - strona internetowa szkoły - media społecznościowe

	za dobro wspólne. • Potrafią działać w grupie, wspierać rówieśników i budować atmosferę wzajemnego szacunku. • Uczniowie uczą się reagować na sytuacje wykluczenia, samotności i cierpienia innych osób.	potrzebuje pomocy? Odwaga cywilna i odpowiedzialność.				
Wzmacnianie kondycji psychicznej uczniów.	• Uczniowie utrzymują dobrą kondycję zdrowotną, zarówno fizyczną, jak i psychiczną. • Doświadczają poczucia komfortu psychicznego i bezpieczeństwa emocjonalnego. • Rozwijają odporność psychiczną, która pomaga im radzić sobie z wyzwaniami i stresem. • Utrzymują prawidłowe relacje społeczne i rodzinne, oparte na szacunku i komunikacji. • Budują zdrowe relacje z rówieśnikami w klasie, oparte na współpracy i wsparciu. • Potrafią radzić sobie w sytuacjach problemowych, podejmować decyzje i szukać konstruktywnych rozwiązań. • Wiedzą, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacjach trudnych lub kryzysowych. • Umieją minimalizować napięcie emocjonalne i stosować techniki regulacji emocji. • Rozwijają poczucie sprawczości, wiarę we własne możliwości i kompetencje. • Potrafią dbać o równowagę	• Jak dobrze planować naukę i czas wolny? Równowaga między obowiązkami a odpoczynkiem. • Techniki minimalizowania napięcia psychicznego – oddech, relaksacja, uważność. • Odporność psychiczna – jak ją budować i dlaczego chroni przed zachowaniami ryzykownymi. • Poszerzanie strefy komfortu – jak uczyć się z doświadczeń i pokonywać trudności. • Wyznaczanie celów i konsekwentne ich realizowanie. • Pewność siebie – jak rozwijać wiarę we własne możliwości. • Kontrola emocji – jak reagować, gdy pojawia się stres, złość, lęk. • Poczucie sprawczości – jak odzyskać kontrolę nad swoim życiem. • Jak rozwijać pasję i	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • spotkania ze specjalistami • webinary • konferencje	Na bieżąco	• wychowawcy • nauczyciele • pedagog szkolny • pedagog specjalny • psycholog szkolny • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pedagoga i psychologa szkolnego • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	między obowiązkami szkolnymi a odpoczynkiem i regeneracją.	zainteresowania? Rola hobby w dobrostanie psychicznym. • Gdzie szukać pomocy? Rola pedagoga, psychologa, pedagoga specjalnego, zaufanych dorosłych. • Relacje, które wzmacniają – jak budować zdrowe więzi z rówieśnikami i rodziną. • Jak radzić sobie w trudnych sytuacjach? Strategie adaptacyjne i konstruktywne reakcje.				
--	--	--	--	--	--	--

VI. OBSZAR BEZPIECZEŃSTWO – PROFILAKTYKA ZACHOWAŃ RYZYKOWNYCH

ZADANIA SZKOŁY	CELE SZCZEGÓŁOWE	TREŚCI	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	OSOBA ODPOWIEDZIALNA	SPOSÓB DOKUMENTOWANIA
Znajomość prawa	• Uczniowie znają treść podstawowych dokumentów dotyczących praw człowieka, obywatela i dziecka. • Rozumieją znaczenie Standardów Ochrony Małoletnich i potrafią odnieść je do sytuacji szkolnych oraz codziennych. • Uświadamiają sobie konieczność znajomości podstawowych przepisów prawa i są zobowiązani do ich przestrzegania w praktyce. • Znają i respektują regulaminy obowiązujące w szkole oraz	• Prawa człowieka i obywatela – dlaczego są fundamentem współczesnego świata? • Konwencja Praw Dziecka – co gwarantuje młodym ludziom? • Standardy Ochrony Małoletnich – bezpieczeństwo w szkole i poza nią. • Konstytucja RP – najważniejsze zasady, które dotyczą każdego obywatela. • Trybunał Sprawiedliwości	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe w formie stacjonarnej oraz on-line • pogadanki ze specjalistami • konferencje • webinary	wg potrzeb na bieżąco	• wychowawcy • nauczyciele • pedagog • zaproszeni specjaliści • rodzice/opiekunowie • uczniowie	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pedagoga szkolnego • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	zasady zachowania w miejscach publicznych. • Przestrzegają przepisów ruchu drogowego i rozumieją konsekwencje ich łamania. • Posiadają podstawową wiedzę dotyczącą odpowiedzialności prawnej wynikającej z własnych wyborów i zachowań. • Znają strukturę i specyfikę pracy sądów oraz rolę kuratorów sądowych. • Wiedzą, gdzie szukać pomocy w sytuacjach kryzysowych — znają instytucje, numery alarmowe i formy wsparcia. • Rozwijają świadomość obywatelską i poczucie odpowiedzialności za własne działania. • Potrafią rozpoznawać sytuacje zagrożenia i reagować zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.	UE – jak działa i dlaczego jest ważny? • Jak funkcjonuje sąd? Poznajemy Wydział Cywilny, Rodzinny i Karny. • Rola kuratora sądowego – wsparcie, nadzór, odpowiedzialność. • Prawo o ruchu drogowym – zasady, obowiązki, konsekwencje. • Numer alarmowy 112 – kiedy dzwonić i jak udzielać pierwszej pomocy? • Odpowiedzialność prawna nieletnich i dorosłych – co mówi ustawa i kodeks karny? • Instytucje pomocowe – gdzie szukać wsparcia w sytuacji kryzysowej? • Bezpieczeństwo cyfrowe – prawo w Internecie, cyberprzemoc, zgłaszanie zagrożeń.				
Dbanie o bezpieczeństwo społeczności szkolnej	• Społeczność szkolna zna zasady bezpieczeństwa i higieny pracy oraz przepisy przeciwpożarowe i stosuje je w praktyce. • Uczniowie znają przepisy ruchu drogowego i potrafią bezpiecznie poruszać się w przestrzeni publicznej — pieszo, rowerem, hulajnogą, autobusem. • Mają świadomość odpowiedzialności za własne życie i zdrowie oraz za bezpieczeństwo innych osób. • Posiadają wiedzę dotyczącą	• Zapoznanie uczniów z przepisami BHP, podkreślenie znaczenia przestrzegania postanowień regulaminowych • Bezpieczeństwo w sieci – jak chronić swoje dane i nie dać się oszukać. • Bezpieczne poruszanie się po drodze – hulajnogą, rower, pieszy, pasażer. • Bezpieczna praca za granicą – jak unikać handlu ludźmi i	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe stacjonarne bądź on-line • prelekcje • pogadanki • spotkania ze specjalistami • konkursy	wg harmonogramu	• dyrekcja • wychowawcy • nauczyciele przedmiotowi • pedagog, psycholog • zaproszeni specjaliści	• dziennik wychowawcy • dzienniki lekcyjne • dziennik pedagoga, psychologa • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	udzielania pierwszej pomocy i potrafią wykorzystać ją w sytuacjach zagrożenia. • Znają telefony alarmowe i wiedzą, jak reagować w sytuacjach kryzysowych. • Korzystają z zasobów dostępnych w sieci w sposób bezpieczny, odpowiedzialny i świadomy. • Potrafią bezpiecznie i kontrolowanie korzystać z nowych technologii cyfrowych, w tym narzędzi sztucznej inteligencji. • Rozpoznają próby wyłudzenia danych, oszustwa internetowe, fałszywe wiadomości i zagrożenia cyfrowe. • Nie klikają w podejrzane linki i potrafią ocenić ryzyko związane z treściami online. • Stosują zasady higieny cyfrowej — dbają o równowagę między światem online a offline, chronią swoje dane i zdrowie psychiczne. • Uczniowie potrafią zachować się bezpiecznie podczas przerw, wycieczek, ferii zimowych i letnich oraz w drodze do szkoły i ze szkoły.	nielegalnych ofert. • Pierwsza pomoc przedmedyczna – jak reagować w sytuacjach zagrożenia życia. • Bezpieczne zachowanie podczas przerw, ferii i wycieczek szkolnych. • Fałszywy pracownik banku – jak rozpoznać próbę wyłudzenia danych. • Kradzież tożsamości – jak się przed nią chronić. • Konsekwencje klikania w podejrzane linki – wirusy, utrata danych, oszustwa. • Sztuczna inteligencja – pułapki, zagrożenia, odpowiedzialne korzystanie. • Higiena cyfrowa – jak bezpiecznie korzystać z urządzeń elektronicznych i Internetu. • Aktywność offline. • Telefony alarmowe – kiedy dzwonić i jak przekazać informację. • Bezpieczeństwo w drodze do szkoły i ze szkoły – zasady, ryzyka, dobre praktyki.				
--	--	--	--	--	--	--

Profilaktyka uzależnień od substancji psychoaktywnych oraz uzależnień behawioralnych	• Uczniowie posiadają wiedzę o negatywnych skutkach zdrowotnych, psychicznych, społecznych i prawnych wynikających z używania narkotyków, dopalaczy, alkoholu, sterydów, środków wziewnych i innych substancji psychoaktywnych. • Rozumieją mechanizmy działania substancji psychoaktywnych na organizm człowieka, zwłaszcza na ośrodkowy układ nerwowy. • Potrafią odmówić przyjęcia substancji zmieniających świadomość i nie ulegają presji rówieśniczej. • Promują właściwe wzorce zachowań i potrafią odpowiednio reagować w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia rówieśników. • Wiedzą, gdzie szukać pomocy w sytuacji zagrożenia uzależnieniem lub nadużywaniem substancji psychoaktywnych. • Rozwijają czynniki chroniące: samoświadomość, odpowiedzialność, wysoką samoocenę, umiejętność podejmowania decyzji oraz dobre relacje z rodziną i rówieśnikami. • Potrafią rozpoznawać sygnały ostrzegawcze świadczące o ryzykownych zachowaniach. • Uczniowie rozumieją, że zdrowy styl życia jest fundamentem	• Rodzaje substancji psychoaktywnych i ich wpływ na ośrodkowy układ nerwowy. • Skutki fizyczne i psychiczne stosowania substancji psychoaktywnych • Alkohol i narkotyki a życie rodzinne – konsekwencje społeczne i emocjonalne. • Jak unikać zagrożeń? Strategie radzenia sobie w sytuacjach ryzykownych. • Zdrowy styl życia jako alternatywa dla używek – jak budować satysfakcję bez substancji. • Asertywność i samostanowienie – jak chronić swoje prawa i granice. • Jak spędzać wolny czas w sposób bezpieczny i rozwijający? • Instytucje pomocowe – gdzie szukać wsparcia w sytuacji kryzysowej. • Presja rówieśnicza – jak ją rozpoznawać i jak jej nie ulegać. • Mechanizmy uzależnień – dlaczego tak łatwo wpaść w nałóg? • Jak reagować, gdy ktoś jest pod wpływem substancji? Bezpieczeństwo, odpowiedzialność, pomoc. • Uzależnienia behawioralne – definicja, mechanizmy,	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe (również on-line) • 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	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego • dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej • strona internetowa szkoły • media społecznościowe
--	--	---	---	---	---	--

	dobrostanu psychicznego i fizycznego. • Potrafią konstruktywnie radzić sobie ze stresem, napięciem i trudnymi emocjami bez sięgania po substancje psychoaktywne. • Uczniowie rozumieją, czym są uzależnienia behawioralne (np. uzależnienie od telefonu, Internetu, gier, zakupów, jedzenia, ćwiczeń, hazardu). • Potrafią rozpoznać sygnały ostrzegawcze świadczące o nadmiernym korzystaniu z urządzeń cyfrowych, mediów społecznościowych i gier komputerowych. • Potrafią kontrolować czas spędzany w sieci i zachowują równowagę między aktywnością online a offline.	przykłady (Internet, gry, media społecznościowe, zakupy, jedzenie, hazard). • Psychologiczne i społeczne skutki uzależnień behawioralnych – izolacja, spadek motywacji, problemy szkolne, zaburzenia snu, lęk, depresja. • Nadmierne korzystanie z telefonu i Internetu – jak rozpoznać, że przekraczam granice? • Techniki ograniczania czasu ekranowego – planowanie, przerwy, świadome nawyki.				
Zapobieganie przemocy rówieśniczej, zachowaniom agresywnym i przestępczym	• Uczniowie znają zapisy Statutu Szkoły dotyczące zachowania i potrafią stosować je w praktyce. • Zachowują się właściwie podczas lekcji, uroczystości, imprez szkolnych i wycieczek. • Potrafią budować zdrowe, bezpieczne relacje rówieśnicze oparte na szacunku i komunikacji. • Znają zasady kultury osobistej i stosują je w codziennych sytuacjach. • Posiadają wiedzę o przemocy psychicznej, fizycznej, seksualnej oraz cyberprzemocy. • Znają negatywne skutki moralne, psychiczne, społeczne i prawne	• Zasady zachowania w szkole – prawa, obowiązki, konsekwencje. • Kultura języka – dlaczego słowa mogą ranić? • Przemoc – definicje, rodzaje, mechanizmy. • Skutki przemocy – moralne, psychiczne, społeczne i prawne. • Konflikty i kryzysy w rodzinie – jak je rozumieć i gdzie szukać pomocy. • Procedura Niebieskiej Karty – kiedy i jak jest stosowana. • Odpowiedzialność prawna nieletnich – co mówi prawo?	• godziny wychowawcze • lekcje przedmiotowe • zajęcia warsztatowe • zajęcia pozalekcyjne np. sportowe • cykliczne akcje profilaktyczne • spotkania ze specjalistami • gazetki szkolne, akcje plakatowe • wycieczki • konkursy	cały rok szkolny, wg harmonogramu	• wychowawca • pedagog • psycholog • pielęgniarka • nauczyciele • zaproszeni specjaliści	• dzienniki lekcyjne • dziennik wychowawcy • dziennik pracy pedagoga i psychologa szkolnego • karta wycieczki • dokumentacja własna pielęgniarki szkolnej • strona internetowa szkoły • media społecznościowe

	stosowania przemocy. • Wiedzą, gdzie szukać wsparcia w przypadku przemocy rówieśniczej lub domowej. • Potrafią radzić sobie z własną agresją oraz reagować na agresję innych w sposób bezpieczny i konstruktywny. • Są świadomi odpowiedzialności moralnej i karnej za popełnione czyny, rozumieją istotę mediacji i naprawy szkody. • Znają fundamentalne prawa człowieka i rozumieją, że przysługują one każdemu bez wyjątku. • Potrafią rozpoznawać sytuacje ryzykowne i unikać zachowań prowadzących do konfliktów, przemocy lub czynów karalnych. • Rozwijają empatię, asertywność i umiejętność pokojowego rozwiązywania sporów.	• Bezpieczne formy spędzania czasu wolnego – alternatywy dla zachowań ryzykownych. • Jak „rozminować” agresję? Zachowania uległe, asertywne i agresywne. • Przemoc rówieśnicza – jakie są jej skutki i jak na nią reagować. • Hejt w Internecie – konsekwencje prawne i emocjonalne. • Jak szukać autorytetów i dobrych wzorców? • Mediacja – jak rozwiązywać konflikty bez przemocy. • Cyberprzemoc – jak ją rozpoznać i jak reagować.	• strona internetowa szkoły			
--	--	---	---	--	--	--

Opracowanie: Elwira Janiak, Anita Woźniak, Justyna Ostrzyżek

Program Wychowawczo-Profilaktyczny Szkoły został uchwalony przez Radę Rodziców w porozumieniu z Radą Pedagogiczną Szkoły.