

PROGRAM PROFILAKTYCZNY

Zespołu Szkół Ponadgimnazjalnych Nr 2

im. ks. Stanisława Szpetnara

W Krośnie

Motto:

**„ŁATWIEJ POWIEDZIEĆ
„NIE”
NA POCZĄTKU, NIŻ NA KOŃCU”**

ZALECENIA DO SZKOLNEGO PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO.

W oparciu o wszystkie narzędzia badawcze (obserwacje, wywiady, ankietę) wysunięto następujące wnioski do realizacji w szkolnym programie profilaktyki:

1. Kształtować kulturę osobistą ucznia poprzez:
 - Dbanie o kulturę słowa, eliminowanie wulgaryzmów
 - Kształtowanie postawy szacunku dla innych
 - Wychowanie w duchu tolerancji wobec drugiego człowieka
 - Zapoznawanie z wzorcami właściwych postaw i zachowań.
2. Przeciwdziałać zachowaniom agresywnym poprzez:
 - Współpracę z domem rodzinnym
 - Wzmacnianie więzi koleżeńskich
 - Tworzenie klimatu zaufania i wzajemnej życzliwości
 - Wspieranie uczniów w sytuacjach trudnych.
3. Przeciwdziałać współczesnym zagrożeniom poprzez:
 - Monitorowanie zagrożeń w środowisku szkolnym

- Uświadamianie uczniom, rodzicom i nauczycielom przyczyn i skutków alkoholizmu, niktynizmu i narkomanii
4. Promować zdrowy i aktywny tryb życia poprzez:
- Dbanie o prawidłową postawę ciała i optymalny rozwój fizyczny
 - Kształcenie nawyków dbania o higienę osobistą
 - Promowanie zdrowego stylu życia
 - Zapoznavanie z zasadami zdrowego żywienia
 - Zwracanie uwagi na problematykę bezpieczeństwa uczniów w szkole i poza nią.

Podstawy prawne i założenia podstawowe programu.

I. Podstawa prawna dla działań profilaktycznych w szkołach.

- Ustawa z dnia 07.09.1991 o systemie oświaty
- Ustawa z dnia 09.11.1995 o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych z późniejszymi zmianami z dnia 5 listopada 1999 r.
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii
- Ustawa z dnia 19.08.1994 o ochronie zdrowia psychicznego z późniejszymi zmianami z dnia 1 lipca 2005r.
- Ustawa z dnia 26.10.19982 o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi

II. Założenia podstawowe programu profilaktyki szkolnej.

1. Program profilaktyki szkolnej zakłada współpracę z rodzicami oraz ze środowiskiem lokalnym, a w szczególności z :
 - dzielnicowym
 - strażą miejską
 - policją
 - poradnią psychologiczno – pedagogiczną
 - PCK
 - ośrodkami pomocy społecznej
 - stacją sanitarno – epidemiologiczną
 - kuratorami sądowymi
 - sądami dla nieletnich

2. Programem objęta jest młodzież wszystkich klas naszej szkoły oraz rodzice, nauczyciele i inni pracownicy szkoły.
3. Realizatorami programu są:
 - wychowawcy klas
 - higienistka
 - wszyscy nauczyciele
 - pedagog szkolny
 - katecheci
 - zapraszani profilaktycy.
4. Program zakłada kształcenie dojrzałej postawy wychowanka wobec samego siebie i otaczającej go rzeczywistości.
5. Program został tak skonstruowany aby zapobiegać zagrożeniom współczesnego świata i pomagać uczniom pracować nad najczęściej występującymi problemami:
 - a) zachowaniom agresywnym i przemocy w rodzinie
 - b) wagarom
 - c) brakiem zainteresowania nauką szkolną

 - d) wulgaryzmem i brakiem szacunku do osób trzecich
 - e) sięganiem po substancje psychoaktywne i inne używki
 - f) konfliktami z prawem
 - g) stresem psychologicznym
6. Program ten jest uzupełnieniem programu pracy wychowawczej naszej szkoły.
7. Program ten będzie ewaluowany w trakcie trwania danego roku szkolnego.

III. Cele programu:

1. kształtowanie postaw i zachowań ułatwiających funkcjonowanie w środowisku szkolnym.
2. dostarczanie informacji na temat zagrożeń i wskazywanie sposobów radzenia sobie z tymi zagrożeniami.
3. kształtowanie umiejętności praktycznych wykorzystujących zdobytą wiedzę teoretyczną do radzenia sobie w sytuacjach problemowych.
4. propagowanie zdrowego stylu życia.

IV. Metody pracy:

1. Godziny wychowawcze związane z problematyką programu profilaktyki szkolnej.
2. Prelekcje dla uczniów, rodziców, nauczycieli związane tematycznie z założeniami programu profilaktyki szkolnej
3. Spotkania klasowe z rodzicami

4. Indywidualne rozmowy uczniów nauczycielami, pedagogiem, dyrekcją w celu rozwiązywania problemów.
5. Wdrażanie programów profilaktycznych opracowanych przez specjalistów z dziedziny profilaktyki.
6. 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.

V. Formy pracy:

- praca w grupach i indywidualna
- mini wykład
- burza mózgów
- odgrywanie ról i scenek
- konkursy
- zawody.

VI. Ewaluacja programu

Uczeń w wyniku realizacji programu:

1. Radzi sobie z przejawami przemocy (zminimalizowanie zachowań agresywnych).
2. Wie, jakie obowiązują normy zachowania i stara się je przestrzegać.
3. Zna swoją wartość, decyduje o sobie i potrafi ponieść konsekwencje własnych decyzji.
4. Potrafi być asertywny – umie powiedzieć nie.
5. Jest otwarty na siebie i na innych.
6. Zdaje sobie sprawę z zagrożeń w otaczających nas świecie.

Program jest skonstruowany przy wykorzystaniu diagnozy potrzeb szkoły w zakresie profilaktyki.

Część A: Uczeń – nauczyciel

I. Cel: Kształtowanie kultury osobistej ucznia.

Zadania do realizacji przez nauczycieli i innych pracowników szkoły:

- Eliminowanie wulgaryzmów poprzez dbanie o kulturę słowa.
- Wzmacnianie i promowanie właściwych postaw i zachowań.
- Utrwalanie prawidłowych relacji interpersonalnych.
- Edukowanie rodziców w sferze kultury słowa.

Zadania do realizacji	Sposoby realizacji	Odpowiedzialni
Przypominanie zasad i reguł dobrego wychowania i prawidłowego wystawiania się.	rozmowy indywidualne z uczniami i ich rodzicami, praca na zajęciach lekcyjnych i poza nimi	wychowawcy klas, nauczyciele, inni pracownicy szkoły
Wdrażanie i utrwalanie właściwych postaw i zachowań ze szczególnym uwzględnieniem kształtowania postaw zrozumienia i empatii wobec osób niepełnosprawnych i przewlekle chorych.	pogadanki i prelekcje na zajęciach lekcyjnych, rozmowy indywidualne z uczniami i ich rodzicami, nagradzanie pozytywnych zachowań.	wychowawcy klas, nauczyciele, inni pracownicy szkoły
Kształtowanie i utrwalanie umiejętności prawidłowego komunikowania się – promowanie właściwych relacji	rozmowy i pogadanki na temat poszanowania ludzkiej godności, koleżeństwa, tolerancji, szacunku wobec osób starszych,	wychowawcy klas, nauczyciele, inni pracownicy szkoły

interpersonalnych.	asertywnych zachowań, osobisty przykład prawidłowej postawy rodzica i nauczyciela	
--------------------	---	--

II. Cel: Zapobieganie zachowaniom agresywnym i przemocy w szkole.

Zadania do realizacji dla nauczycieli i pracowników szkoły:

- Sprecyzowanie norm, zasad i reguł dotyczących życia w społeczności szkolnej, ze szczególnym uwzględnieniem tych które, dotyczą agresji i przemocy
- Jasne określenie jakie zachowania uznawane są za agresję i przemoc
- Kształtowanie postaw troski o bezpieczeństwo własne i innych
- Kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach agresji i przemocy.
- Zapoznanie rodziców ze zjawiskami agresji i przemocy.

Zadania do realizacji	Sposoby realizacji	Odpowiedzialni
Ustalenie norm, zasad i reguł obowiązujących w społeczności uczniowskiej dotyczących agresji, przemocy i cyberprzemocy	godzina wychowawcza, inne zajęcia lekcyjne wykorzystanie takich dokumentów jak: statut szkoły, regulamin uczniowski	wychowawcy klas, inni pracownicy szkoły
Ścisłe sprecyzowanie zachowania agresywnego: - agresja fizyczna - agresja słowna - agresja bez użycia słów i kontaktu fizycznego - cyberprzemoc	godzina wychowawcza prelekcje	pedagog szkolny, wychowawcy
Uświadomienie, że wszelkie zjawiska przemocy są naruszeniem dóbr i praw człowieka	godziny wychowawcze, inne lekcje, prelekcje zapoznanie z Konwencją Praw Człowieka i innymi aktami prawnymi zapoznanie z zewnętrznymi programami profilaktycznymi	wychowawcy klas, inni nauczyciele, pedagog szkolny, zaproszeni profilaktycy
Poznanie prawnych, moralnych skutków przemocy, ustalenie sankcji za nieprzestrzeganie norm	godziny wychowawcze spotkania z prelegentami	wychowawcy klas, pedagog szkolny, dyrekcja, prelegenci
Uczenie jak reagować na zjawiska przemocy takie jak: wyłudzenie pieniędzy, zjawisko tzw. „fali”, bicie	spotkania warsztatowe godziny wychowawcze i inne lekcje spotkania z prelegentami	wychowawcy klas, pedagog szkolny, dyrekcja, prelegenci

osób słabszych i nabywanie umiejętności radzenia sobie z presją mediów i rówieśników		
Nabywanie umiejętności odczytywania nastrojów i emocji innych osób. Pomaganie słabszym w sytuacjach przemocy.	godzina wychowawcza, indywidualne rozmowy z wychowawcą, dyrektorem, pedagogiem i innymi specjalistami	wychowawcy klas, pedagog szkolny, dyrekcja, prelegenci
Przekazanie informacji, gdzie szukać pomocy w sytuacji zagrożenia	tablica informacyjna przekaz ustny	wychowawcy, pedagog szkolny

III. Cel: Przeciwdziałanie zagrożeniom współczesnego świata ze szczególnym uwzględnieniem konsekwencji stosowania substancji psychoaktywnych.

Zadania do realizacji dla nauczycieli:

- Uświadomienie młodzieży, czym jest uzależnienie.
- Dostarczenie informacji na temat wpływu substancji psychoaktywnych na organizm i psychikę człowieka.
- Ukazanie prawnych i moralnych skutków używania środków odurzających.
- Uczenie, jak odmawiać bez obawy przed odrzuceniem.
- Pedagogizacja rodziców.
- Dostarczenie informacji o osobach i instytucjach pomagających młodzieży.

Zadania do realizacji	Sposoby realizacji	Odpowiedzialni
Zdobywanie informacji o środkach uzależniających: – rodzaje uzależnień (środki psychoaktywne, komputer,	zajęcia lekcyjne, prelekcje, zewnętrzne programy profilaktyczne	wychowawcy klas, nauczyciele, pedagog, higienistka, katecheci, prelegenci

TV, inne) – zapoznanie z mechanizmem uzależniania się – poznanie przyczyn wchodzenia w uzależnienie		
Utrwalanie wiedzy na temat szkodliwości palenia i przestrzeganie zakazu palenia na terenie szkoły	godziny wychowawcze, zajęcia lekcyjne, rozmowy indywidualne, konsekwentne kary	wszyscy pracownicy szkoły
Poznanianie zmian osobowości i zmiany wyglądu u osób używających środki odurzające	godziny wychowawcze, prelekcje	pedagog szkolny, psycholog, higienistka, wychowawcy
Poznanie skutków prawnych, zdrowotnych i moralnych związanych z nadużywaniem środków odurzających.	godziny wychowawcze, katecheza, wiedza o społeczeństwie	wychowawcy klas, nauczyciele, pedagog, prelegenci
Wyrobienie umiejętności mówienia „NIE” w trudnych sytuacjach	godziny wychowawcze	wychowawcy
Poznanie adresów i telefonów osób i instytucji zajmujących się pomocą młodzieży	informacje ustne, tablica informacyjna	wychowawcy klas, pedagog
Pomoc zagrożonym uzależnieniem	analiza przypadku, współpraca z rodzicami, indywidualne zajęcia	pedagog szkolny

IV. Cel: Propagowanie postaw promujących zdrowy styl życia i przygotowanie uczniów do właściwego pełnienia określonych ról społecznych w dorosłym życiu.

Zadania do realizacji dla nauczycieli:

- Dostarczenie informacji na temat zdrowego stylu życia
- Uświadamianie odpowiedzialności za ochronę zdrowia swojego i innych osób
- Budowanie poczucia własnej wartości, wzmacnianie pozytywnego obrazu siebie i samooceny
- Uświadamianie skutków przedwczesnego rozpoczynania życia seksualnego

- Kształcenie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, dokonywania właściwych wyborów
- Uczenie odpowiedzialnych postaw w dorosłym życiu.
- Wspieranie rodziców dzieci niepełnosprawnych i przewlekle chorych w integracji społecznej oraz kierowaniu ich właściwym rozwojem.

Zadania do realizacji	Sposoby realizacji	Odpowiedzialni
Poznanie zasad dotyczących higieny osobistej, zasad racjonalnego odżywiania, higieny pracy i odpoczynku ucznia	zajęcia lekcyjne, prelekcje	wychowawcy klas, higienistka, nauczyciele
Znajomość roli sportu i wypoczynku, aktywności ruchowej i umysłowej jako formy higienicznego trybu życia	zajęcia i imprezy sportowe, wycieczki, godziny wychowawcze, lekcje wychowania fizycznego	wychowawcy klas, nauczyciele
Umiejętność radzenia sobie ze stresem	wykłady trening umiejętności	pedagog szkolny, nauczyciele; prelegenci
Rozwijanie umiejętności pozytywnego myślenia o sobie, uczenie samoakceptacji formą zapobiegania stresowi, depresji oraz innym zagrożeniom zdrowotnym	godziny wychowawcze, rozmowy indywidualne, zajęcia lekcyjne, religia	nauczyciele, katecheci, wychowawcy, pedagog
Wzmacnianie postaw opiekuńczo – koleżeńskich wobec niepełnosprawnych i przewlekle chorych.	godziny wychowawcze, rozmowy indywidualne, zajęcia lekcyjne, prelekcje	nauczyciele, wychowawca klasy, dyrekcja, pedagog szkolny
Wspieranie indywidualnego rozwoju dziecka niepełnosprawnego i przewlekle chorego poprzez wprowadzenie różnych metod pracy z uczniem, wsparcie psychologiczne i emocjonalne.	godziny wychowawcze, rozmowy indywidualne, zajęcia lekcyjne, prelekcje, indywidualna praca wychowawcy i pedagoga szkolnego	nauczyciele, wychowawca klasy, dyrekcja, pedagog szkolny
Poszukiwanie i rozwijanie zdolności, talentów i predyspozycji w celu wzmocnienia „konstrukcji” psychicznej i fizycznej	zajęcia pozalekcyjne, testy uzdolnień i predyspozycji, godziny wychowawcze	pedagog szkolny, nauczyciele, wychowawcy
Poszerzenie wiedzy na temat chorób przenoszonych drogą płciową oraz ich skutków zdrowotnych i społecznych.	zajęcia z WDŻ, higieny , prelekcje	nauczyciele, pedagog, higienistka
Profilaktyka nowotworowa (w szczególności nowotwory piersi) oraz inne zagrożenia	prelekcje, programy profilaktyczne	nauczyciele, wychowawcy, prelegenci

zdrowotne		
Poznanie fizycznych, psychicznych i społecznych skutków związanych z podejmowaniem zbyt wczesnego współżycia	zajęcia WDŻ, higieny, promocji zdrowia, godziny wychowawcze	nauczyciele poszczególnych przedmiotów, higienistka, pedagog, wychowawcy
Zaznajomienie się z metodami zapobiegania ciąży i nabywanie umiejętności ich doboru zgodnie z własnym sumieniem	zajęcia z WDŻ, higieny, religii, prelekcje	nauczyciele, higienistka, pedagog, katecheci
Poznanie rodzajów ról społecznych oraz rozwijanie umiejętności pełnienia ich we właściwy sposób, zgodny z systemem wartości ogólnospołecznych.	godziny wychowawcze, wiedza o społeczeństwie, religia, etyka	wychowawcy klas, nauczyciele, pedagog
Poznanie społecznych zagrożeń życia rodzinnego (w tym między innymi sekty)	godziny wychowawcze, prelekcje, inne zajęcia lekcyjne	nauczyciele, wychowawcy klas, higienistka szkolna, pedagog szkolny, prelegenci
Uczenie się dbałości o prawidłowy rozwój fizyczny i psychiczny poczętego dziecka	zajęcia WDŻ, prelekcje	nauczyciele WDŻ, , higienistka, pedagog, prelegent
Poznanie rynku pracy oraz skutków długotrwałego bezrobocia i jego wpływu na psychikę i wzajemne relacje w rodzinie i społeczeństwie	godziny wychowawcze, inne zajęcia lekcyjne, uczestnictwo w zajęciach organizowanych przez właściwe instytucje	wychowawcy klas, pedagog szkolny, nauczyciele, prelegenci
Poznanie adresów i telefonów, osób i instytucji zajmujących się pomocą młodzieży	informacje ustne, biuletyny, informatory, ulotki	wychowawcy klas, higienistka szkolna, prelegenci

CZĘŚĆ B. RODZICE

I. Cel: Kształtowanie kultury osobistej dziecka.

Zadania do realizacji:

- Eliminowanie wulgaryzmów poprzez kulturę słowa.
- Wdrażanie i przypominanie zasad dobrego wychowania.
- Dawanie pozytywnego przykładu swoją postawą.
- Przekazywanie informacji na temat prawidłowych relacji międzyludzkich.

- Kontrolowanie sposobu postępowania i zachowania swojego dziecka.
- Uwrażliwianie na krzywdę innych ludzi i promowanie właściwych postaw w sytuacjach trudnych.
- Uczenie empatii i kształtowanie wyrozumiałości w stosunku do osób niepełnosprawnych i przewlekle chorych.

II. Cel: Zapobieganie zachowaniom agresywnym i przemocy w szkole.

Zadania do realizacji:

- Sprecyzowanie norm, zasad i reguł dotyczących życia w społeczności szkolnej, ze szczególnym uwzględnieniem tych, które dotyczą agresji i przemocy.
- Jasne określenie, jakie zachowania uznawane są za agresję i przemoc.
- Kształtowanie postaw troski o bezpieczeństwo własne i innych.
- Zapobieganie różnym formom agresji i przemocy w rodzinie poprzez zdobywanie wiedzy i informacji na temat skutków i możliwości uzyskania pomocy.

III. Cel: Przeciwdziałanie zagrożeniom współczesnego świata ze szczególnym uwzględnieniem konsekwencji stosowania substancji psychoaktywnych.

Zadania do realizacji:

- Otoczenie dzieci uwagą, opieką, w szczególności w trakcie dojrzewania.
- Zapewnienie dzieciom poczucia bezpieczeństwa i miłości rodzicielskiej.
- Budowanie prawidłowych relacji i umacnianie więzi między rodzicami i ich dziećmi.

- Zwracanie uwagi na nietypowe zachowania dzieci i informowanie o tym szkoły.
- Podjęcie ścisłej współpracy między domem a szkołą.

IV. Cel: Propagowanie postaw promujących zdrowy tryb życia i przygotowanie do właściwego pełnienia określonych ról społecznych w dorosłym życiu.

Zadania do realizacji:

- Uświadamianie odpowiedzialności za ochronę zdrowia swojego i innych osób.
- Budowanie poczucia własnej wartości, wzmacnianie pozytywnego obrazu siebie i samooceny.
- Uczenie dzieci podstawowych zasad grzecznościowych i zasad komunikacji.
- Pomoc w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach życiowych dorastającej młodzieży.
- Ukierunkowanie w dokonywaniu właściwych wyborów.
- Zwracanie większej uwagi na dbałość o higienę osobistą, właściwy ubiór i zachowanie
- Dostarczenie rzetelnych informacji na temat seksualności człowieka.
- Uświadomienie młodzieży skutków przedwczesnego rozpoczynania życia seksualnego.
- Uczenie odpowiedzialnych postaw rodzicielskich.
- Prezentowanie właściwych postaw moralnych i społecznych.
- Przekazywanie na podstawie własnych doświadczeń różnych aspektów dorosłego życia.
- Kształtowanie poprzez właściwy przykład postaw młodzieży zgodnie z uznawanymi zasadami moralnymi i etycznymi.

Opracowanie:

mgr Urszula Pająk

mgr Ewa Długosz – Radoń

mgr Joanna Chudy

mgr Barbara Łągawa

mgr inż. Iwona Turek

mgr Krzysztof Gierlasiński