

Program Profilaktyki w Gimnazjum Społecznego Stowarzyszenia Oświatowego w Prusinowicach

1. Wstęp

Program Profilaktyki przeznaczony jest dla uczniów klas I–III Gimnazjum Społecznego Stowarzyszenia Oświatowego w Prusinowicach. Program dostosowany jest do potrzeb rozwojowych uczniów oraz potrzeb środowiska. Tworzy spójną całość z Programem Wychowawczym Szkoły. Program przewidziany jest do realizacji na trzy lata, począwszy od roku szkolnego 2013/2014. Opracowany program sporządzony został w oparciu o aktualne przepisy prawa oświatowego.

2. Podstawa prawna

- *Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r.* (t.j. Dz.U. z 1997 r. Nr 78 poz. 483 ze zm.),
- *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 sierpnia 2012 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół* (Dz.U. z 2012 r. poz. 977),
- *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem* (Dz.U. z 2003 r. Nr 26 poz. 226),
- *Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego* (t.j. Dz.U. z 2011 r. Nr 231 poz. 1375 ze zm.),
- *Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi* (t.j. Dz.U. z 2012 r. poz. 1356),
- *Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997 r. o przeciwdziałaniu narkomanii* (t.j. Dz.U. z 2012 r. poz. 124),
- *Ustawa z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych* (Dz.U. z 1996 r. Nr 10 poz. 55 ze zm.),
- *Program polityki prorodzinnej państwa z dnia 3 listopada 1999 r.* przygotowany przez Międzyresortowy Zespół do Spraw Opracowania Polityki Prorodzinnej Państwa.

3. Diagnoza problemów występujących w społeczności szkolnej

Diagnozę zachowań problemowych przeprowadzono na podstawie rozmów, obserwacji oraz ankiety dla uczniów. Badaniem ankietowym objęto 40 osobową grupę uczniów z klas I–III. Przeprowadzona analiza wykazała, że największymi problemem w szkole są:

- niska kultura osobista uczniów,

- trudności w uczeniu się,
- przypadki palenia papierosów,
- pojedyncze przypadki dyskryminacji ,
- wagary i niska frekwencja,
- brak umiejętności racjonalnego wykorzystania czasu wolnego.

4. Założenia programu

- A. Profilaktyka, rozumiana jako zapobieganie występowaniu niepożądanych procesów i zjawisk, określanych jako przejawy patologii życia społecznego, jako system działań wzmacniających lub podtrzymujących różne, dodatnie społecznie postawy uczniów w toku wychowania, realizowana jest podczas działalności edukacyjnej szkoły, tj. w ramach godzin wychowawczych i w postaci różnych odrębnych zajęć profilaktyczno-edukacyjnych.
- B. Tworzenie Szkolnego Programu Profilaktyki zostało poprzedzone diagnozą potrzeb naszych uczniów, ich problemów, możliwości oraz uwarunkowań otoczenia.
- C. Profilaktyka w naszej szkole powinna koncentrować się na wzmacnianiu czynników chroniących:
- a) rozwijanie zainteresowań uczniów oraz przeciwdziałanie niepowodzeniom szkolnym (zainteresowanie nauką szkolną),
 - b) wspomaganie rozwoju moralnego uczniów (poszanowanie norm, wartości i autorytetów),
 - c) stwarzanie uczniom możliwości przynależenia do pozytywnych grup rówieśniczych: kół zainteresowań, zespołów sportowych, muzycznych itp. (przynależność do pozytywnej grupy rówieśniczej),
 - d) wspomaganie rodziców w prawidłowym pełnieniu przez nich funkcji wychowawczych (silna więź emocjonalna z rodzicami).
- D. Działalność profilaktyczna szkoły pozostaje w ścisłym związku z działalnością profilaktyczną w środowisku lokalnym – odgrywa ono ważną rolę w kształtowaniu osobowości ucznia. Jest także pomocne w kształtowaniu odpowiednich postaw moralnych i przygotowaniu wychowanków do dokonywania właściwych i przemyślanych wyborów życiowych. Aby profilaktyka odniosła właściwy skutek, szkoła współpracuje z następującymi instytucjami:
- a) placówki kulturalno-oświatowe (ośrodek kultury, biblioteka publiczna, kino, teatr, muzea i inne):
 - uczestnictwo w spektaklach teatralnych o charakterze profilaktycznym,
 - udział w spotkaniach poświęconych problemom zdrowotnym,
 - udział w konkursach organizowanych przez placówki kulturalno-oświatowe,
 - uczestnictwo w seansach filmowych o charakterze profilaktycznym;

b) placówki oświatowo-opiekuńcze (poradnia psychologiczno-pedagogiczna, poradnia uzależnień, gminny/miejski ośrodek pomocy społecznej):

- pomoc uczniom przejawiającym trudności w zachowaniu i nauce,
- pomoc dzieciom z rodzin uzależnionych i patologicznych,
- udzielanie pomocy rodzinom znajdującym się w trudnej sytuacji materialnej,
- udział w prelekcjach organizowanych przez psychologów, pedagogów, lekarzy specjalistów;

c) wymiar sprawiedliwości (sąd, kuratorzy, policja):

- współpraca z kuratorem,
- udział w zajęciach prowadzonych przez policję na temat przeciwdziałania agresji i przestępczości.

5. Cele programu

- stworzenie warunków bezpiecznego funkcjonowania szkoły,
- stworzenie warunków powstania szkoły wolnej od zagrożeń
- zapobieganie poprzez odpowiednią działalność profilaktyczną takim uzależnieniom jak: alkoholizm, narkomania, nikotynizm, lekomania; informowanie o zagrożeniach, m.in. HIV i AIDS,
- promocja zdrowego stylu życia,
- kształtowanie właściwego zachowania uczniów,
- utrwalenie postaw i zachowań społecznych warunkujących prawidłowy rozwój, zmiana obiegowych przekonań na temat stosowania środków psychoaktywnych.

6. Zoperacjonalizowane cele programu/cele szczegółowe

Adresaci działań profilaktycznych zdobędą należytą wiedzę i umiejętności w trakcie realizacji programu.

A. Uczniowie:

a) cała społeczność szkolna :

- uczniowie nabywają praktyczne umiejętności umożliwiające samostanowienie i obronę własnych praw, ze szczególnym uwzględnieniem asertywności,
- nauczyciele integrują społeczność szkolną oraz stwarzają system wsparcia dla młodzieży, który promowałby działania związane ze zdrowym stylem życia,
- uczniowie posiadają umiejętność podejmowania i realizacji własnych pomysłów oraz trenowania samodzielności,
- uczniowie zdobywają umiejętność efektywnej komunikacji, podejmowania decyzji oraz radzenia sobie ze stresem,

- uczniowie potrafią budować pozytywny obraz własnej osoby,
- uczniowie pogłębiają i wzmacniają naturalne systemy wsparcia, tj.: koleżeństwo, przyjaźń, zaufanie i uczciwość,
- uczniowie zdobywają wiedzę i nabywają umiejętności dotyczące zdrowia fizycznego, psychicznego, społecznego i duchowego;

b) grupa podwyższonego ryzyka:

- uczniowie wykształcają postawy sprzyjające podejmowaniu racjonalnych decyzji związanych z zażywaniem alkoholu i środków odurzających,
- uczniowie rozwijają takie umiejętności interpersonalne jak: chronienie siebie w sytuacji nacisku grupowego, asertywność, otwartość, empatia, odreagowanie napięć i budowanie udanych relacji z ludźmi,
- uczniowie potrafią rozwiązywać problemy – określają różnice zdań, akceptują różnice, poszukują rozwiązań,
- uczniowie są przygotowani do radzenia sobie z trudnościami wieku młodzieńczego;

c) grupa najwyższego ryzyka:

- szkoła prowadzi autodiagnozę dzieci i młodzieży mających kontakt z alkoholem, narkotykami, nikotyną i innymi środkami psychoaktywnymi; ukazywanie możliwości pomocy w specjalistycznych ośrodkach, grupach samopomocowych,
- szkoła podnosi świadomość młodzieży na temat skutków używania środków psychoaktywnych i podejmowania racjonalnych decyzji dotyczących ich zażywania,
- nauczyciele ukazują możliwości stworzenia w środowisku alternatyw dla nadużywania alkoholu, narkotyków, a także innych destruktywnych zachowań,
- uczniowie uczą się umiejętności radzenia sobie z własnymi negatywnymi emocjami oraz z przemocą z zewnątrz.

B. Rodzice – pedagog szkolny, psycholog i wychowawcy klas organizują spotkania ze specjalistami, na których rodzice uczniów:

- poznają motywy sięgania młodzieży po środki uzależniające,
- uzyskują rzetelne informacje i zdobywają wiedzę o uzależnieniach i ich wpływie na funkcjonowanie organizmu,
- poznają możliwości rozpoznawania, czy ich dziecko zażywa środki psychoaktywne,
- poznają możliwości i miejsca pomocy dla osób uzależnionych.
- są wspomagani przez wychowawców i pozostałych nauczycieli w procesie wychowania dzieci.

C. Nauczyciele:

- stanowią przykład dla uczniów,
- potrafią rozpoznawać wczesne objawy uzależnienia,
- poznają sposoby interwencji w sytuacjach spożywania przez uczniów alkoholu czy zażywania narkotyków,
- potrafią postępować w kontaktach z uczniami w taki sposób, aby nie wyzwalać w nich złości, przekory i bezradności.

7. Treści programu profilaktyki ze wskazaniem adresata

A. Uczniowie (z uwzględnieniem potrzeb rozwojowych ucznia oraz rodzaju grup ryzyka):

- urzeczywistnianie wartości i przestrzeganie norm społecznych,
- uczenie najważniejszych umiejętności psychologicznych i społecznych, np.: umiejętności radzenia sobie ze stresem, nawiązywania i podtrzymywania dobrych kontaktów z ludźmi, odpierania presji otoczenia i grupy rówieśniczej,
- rozwijanie umiejętności prowadzenia zdrowego trybu życia,
- motywowanie do podejmowania osobistych wyborów i postanowień,
- uczenie akceptowanych społecznie sposobów spędzania czasu wolnego,
- przekazanie rzetelnej i adekwatnej wiedzy o konsekwencjach zachowań ryzykownych.

B. Rodzice:

- podnoszenie wiedzy i umiejętności wychowawczych rodziców (grupy wsparcia),
- współudział rodziców w określaniu kierunków działań profilaktycznych,
- współudział rodziców przy rozwiązywaniu konfliktów pomiędzy uczniami,
- pomoc rodzicom w rozwiązywaniu problemów dziecka.

C. Nauczyciele:

- prezentowanie prawidłowych wzorców zachowań przez nauczycieli (i innych pracowników szkoły),
- podnoszenie wiedzy i doskonalenie kompetencji wychowawczych nauczycieli,
- rozwijanie umiejętności dobrej współpracy na linii nauczyciele–rodzice,
- wyciąganie odpowiednich konsekwencji przez nauczycieli (i innych pracowników szkoły) wobec nieprawidłowych zachowań uczniów.

8. Strategie i metody realizacji programu profilaktyki

A. Strategie informacyjne (metody):

- Pogadanka podczas lekcji,
- spotkanie ze specjalistą,
- prezentacja filmu pełnometrażowego, wideo,
- wycieczka tematyczna,
- praca w oparciu o tekst przewodni (książkę),
- prezentacja teatralna i parateatralna itp.

B. Strategie edukacyjne (metody):

- realizacja znanych programów edukacyjnych,
- krąg uczuć,
- rysunki,
- drama,
- przedstawienia,
- burza mózgów,
- dyskusja,
- symulacja różnych sytuacji życiowych, np.: rozwiązywanie wymyślnego konfliktu,
- technika uzupełniania zdań,
- gry i zabawy dydaktyczne,
- praca w małych grupach,
- metody pedagogiki zabawy,
- happeningi,
- uroczystości (obrzędowość szkolna) itp.

C. Strategie działań alternatywnych (metody):

- koła zainteresowań,
- spotkania hobbystów,
- wycieczki,
- festyny,
- zajęcia i zawody sportowe itp.

9. Osoby odpowiedzialne za realizację

- dyrektor,
- koordynator do spraw profilaktyki
- wychowawcy klas,
- nauczyciele pozostałych przedmiotów,
- rodzice

- pielęgniarka szkolna.

10. Ewaluacja programu

- ankieta ewaluacyjna skierowana do uczniów,
- obserwacje,
- wywiad środowiskowy,
- rozmowy wychowawcze,
- opinie uczniów i rodziców,
- analiza dokumentów szkoły.

11. Spodziewane efekty

- zmniejszenie liczby zachowań agresywnych w szkole,
- utrwalenie zachowań asertywnych,
- wzrost wiedzy uczniów oraz rodziców na temat uzależnień i przeciwdziałania im,
- dbanie o zdrowie fizyczne i psychiczne,
- umiejętność organizowania czasu wolnego,
- świadome i umiejętne korzystanie z komputera, internetu, TV,
- prawidłowe reakcje w sytuacji zagrożenia,
- zachowanie higieny osobistej,
- sukcesy uczniów w szkole.

Realizacja zagadnień na poszczególnych przedmiotach

Treści	Klasa	Przedmiot
1. Higiena osobista i otoczenia: <ul style="list-style-type: none"> • zasady pielęgnowania skóry i włosów • hałas • nadmierne nasłonecznienie • używanie kosmetyków 	I–III	Godziny do dyspozycji wychowawcy, biologia, fizyka
2. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc: <ul style="list-style-type: none"> • przepisy bezpieczeństwa w domu, szkole i miejscu publicznym • pierwsza pomoc w najczęstszych sytuacjach zagrożenia życia • bezpieczeństwo w sieci 	I–III II	Godziny do dyspozycji wychowawcy, wychowanie fizyczne
3. Żywność i żywienie: <ul style="list-style-type: none"> • skład żywności • układanie jadłospisów, ich różnice ze względu na stan zdrowia, wiek, rodzaj 	I, III I, III	Godziny do dyspozycji wychowawcy, technika, matematyka, chemia

<p>wykonywanej pracy</p> <ul style="list-style-type: none"> • higiena produkcji i przechowywania żywności • prawa konsumenta • reklama żywności 	<p>III</p> <p>II</p> <p>I–III</p>	<p>technika, j. polski</p> <p>technika, godziny do dyspozycji wychowawcy, informatyka</p>
<p>4. Aktywność ruchowa i umysłowa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktywność fizyczna w różnych okresach życia i stanach zdrowia • wypoczynek bierny i czynny • jak się uczyć, sposoby, metody efektywnego uczenia się • higiena pracy umysłowej i snu • zapobieganie trudnościami w uczeniu się • spędzanie i organizacja czasu wolnego • osoby niepełnosprawne i ich potrzeby 	<p>III</p> <p>I–II</p> <p>III</p> <p>I–III</p> <p>I–III</p> <p>I</p>	<p>Biologia, godziny do dyspozycji wychowawcy</p> <p>wychowanie fizyczne, godziny do dyspozycji wychowawcy</p> <p>godziny do dyspozycji wychowawcy, plastyka</p>
<p>5. Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu – podejmowanie odpowiedzialnych wyborów, korzystanie z pomocy służby zdrowia</p>	<p>II–III</p>	<p>Wychowanie fizyczne, j. polski, godziny do dyspozycji wychowawcy</p>
<p>6. Poczucie własnej wartości, dawanie i przyjmowanie wsparcia, asertywność, emocje, empatia</p>	<p>I–III</p>	<p>Godziny do dyspozycji wychowawcy</p>
<p>7. Przyczyny i skutki używania substancji psychoaktywnych:</p> <ul style="list-style-type: none"> • nałóg tytoniowy • alkohol • narkotyki, dopalacze, napoje energetyzujące • leki 	<p>I–III</p>	<p>Godziny do dyspozycji wychowawcy, biologia, wychowanie fizyczne, chemia</p>
<p>8. Formy pomocy dla osób eksperymentujących i uzależnionych. Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych</p>	<p>I–III</p>	<p>Godziny do dyspozycji wychowawcy</p>
<p>9. Przeciwdziałanie agresji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kształtowanie postaw prospołecznych uczniów • zapewnienie bezpieczeństwa w szkole • integracja zespołów klasowych • nauka rozwiązywania konfliktów • jak zapobiegać stresowi 	<p>I–III</p>	<p>Godziny do dyspozycji wychowawcy</p>
<p>10. Kultura osobista:</p> <ul style="list-style-type: none"> • propagowanie kulturalnych sposobów komunikowania się, 	<p>I–III</p>	<p>Godziny do dyspozycji wychowawcy, wszystkie przedmioty</p>

<ul style="list-style-type: none"> • walka z wulgaryzmami • zasady savoir-vivre'u w różnych sytuacjach 		
<p>11. Wagary i niska frekwencja</p> <ul style="list-style-type: none"> • procedury dotyczące obowiązku szkolnego • konsekwencje opuszczania zajęć • sukces szkolny 	I–III	Godziny do dyspozycji wychowawcy, wszystkie przedmioty