

Wychowanie jest wartościową pomocą
W układaniu się człowieka ze światem
Stanisław Kawula

**SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI
SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 1 IM. ST. STASZICA
PRZY ZESPOLE SZKOLNO PRZEDSZKOLNYM NR 4 Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI
W BRZESZCZACH**

Profilaktyka jest procesem wspomagania człowieka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu, a także służy ograniczaniu i likwidowaniu czynników, które blokują prawidłowy rozwój i zaburzają zdrowy styl życia.

I. Ogólne założenia Programu

W Szkole Podstawowej nr 1 im. St. Staszica w Brzeszczach podejmowane są działania mające na celu ochronę ucznia przed zagrożeniami i reagowaniem na zaistniałe niepokojące zdarzenia. Działania te obejmują promowanie zdrowego stylu życia i służą rozwijaniu umiejętności radzenia sobie w sytuacjach problemowych a zawarte są w Szkolnym Programie Profilaktyki.

Szkolny Program Profilaktyki jest skorelowany z głównymi blokami tematycznymi ujętymi w Szkolnym Programie Wychowawczym oraz z programami nauczania poszczególnych przedmiotów i jest dostosowany do potrzeb rozwojowych uczniów oraz nastawiony na kształtowanie takich umiejętności życiowych jak:

- podejmowanie decyzji i rozwiązywanie problemów
- twórcze i krytyczne myślenie
- porozumiewanie się i utrzymywanie dobrych relacji interpersonalnych
- świadomość i empatia
- radzenie sobie z emocjami i ze stresem, pokonywanie życiowych niepowodzeń
- wyrażanie pozytywnych uczuć i szacunek dla odmienności drugiego człowieka
- współdziałanie w grupie
- rozbudzanie zainteresowania własnym zdrowiem i rozwojem.

Celem działań profilaktycznych jest zapobieganie niepożądanym zjawiskom wychowawczym i przeciwdziałanie złu. Działania mają charakter planowy i uwzględniają wczesną profilaktykę, tzw. pierwszorzędową, mającą na celu promowanie zdrowego stylu życia - realizatorami tej profilaktyki są wszyscy nauczyciele; oraz profilaktykę drugorzędową (interwencyjną) realizowaną przez pedagoga szkolnego, wychowawcę i dyrektora szkoły. Do najważniejszych zadań szkoły w zakresie profilaktyki pierwszorzędowej należą:

1. Stworzenie przyjaznego klimatu w szkole (dobra komunikacja, udzielanie emocjonalnego wsparcia dzieciom, dostrzeganie ich mocnych stron)
2. wypracowanie wspólnego frontu oddziaływań wychowawczych wobec konkretnych naruszeń ogólnie przyjętych norm i konsekwentne ich wdrażanie
3. Pomoc uczniom mającym trudności w nauce
4. Wczesne rozpoznawanie uczniów z grup ryzyka i objęcie ich szczególną opieką pedagogiczną
5. Proponowanie rodzicom uczniów zagrożonych przeprowadzenia badań w poradni psychologiczno-pedagogicznej
6. Budowanie dobrych relacji z rodzicami i pozyskiwanie ich jako sojuszników w realizacji działań wychowawczych i profilaktycznych
7. Udzielanie rodzicom i uczniom informacji o specjalistycznej pomocy poza szkołą

II. Diagnoza potrzeb szkoły w zakresie profilaktyki

Na diagnozę środowiska szkolnego składają się:

1. obserwacja zachowania uczniów
2. analiza sprawozdań zespołu wychowawczego
3. analiza dokumentacji pedagoga szkolnego
4. analiza frekwencji w dziennikach lekcyjnych
5. analiza frekwencji rodziców na zebraniach organizowanych przez szkołę
6. wywiady z nauczycielami, rodzicami i uczniami

Analiza narzędzi, dokumentów i ankiet służy wyznaczeniu priorytetów w zakresie treści programu profilaktycznego. Należą do nich:

1. kształcenie umiejętności komunikacyjnych
2. kształcenie umiejętności rozwiązywania konfliktów bez uciekania się do przemocy
3. wychowanie do wartości
4. wprowadzenie efektywnych sposobów radzenia sobie z agresją, przemocą i naciskiem grupy rówieśniczej
5. budowanie poczucia odpowiedzialności za siebie i innych ludzi
6. wskazywanie alternatywnych dla telewizora i komputera sposobów spędzania wolnego czasu

Powyższa analiza wykazała również, że główne problemy wychowawcze w naszej szkole dotyczą:

1. używania wulgaryzmów
2. przemocowych zachowań
3. sporadycznie wagarów
4. braku motywacji do nauki (niskie potrzeby edukacyjne)

III Adresaci Programu:

W programie profilaktycznym uwzględniono dwa przedziały wiekowe: klasy I-III i IV-VI zróżnicowane pod względem dojrzałości, specyfiki okresu rozwojowego dziecka, jego doświadczeń wyniesionych z rodzinnego domu oraz wpływów, jakim podlega w grupie rówieśniczej

Szkolny Program Profilaktyki zawiera działania skierowane na:

1. wszystkich uczniów , nauczycieli, rodziców – profilaktyka pierwszorzędowa (zapobieganie)
2. tych uczniów, którzy znaleźli się w sytuacji ryzyka (interwencja)

Program zawiera procedury postępowania nauczycieli w sytuacjach zagrożenia dzieci przestępczością bądź demoralizacją (dokument dostępny w gabinecie pedagoga szkolnego – teczka Zespołu Wychowawczego i w bibliotece szkolnej)

IV. Cele programu:

1. Tworzenie bezpiecznej atmosfery w szkole
2. Wzmocnienie poczucia własnej wartości uczniów oraz motywowanie ich do podejmowania w środowisku szkolnym różnych form aktywności zaspokajających potrzeby psychiczne, emocjonalne, społeczne i intelektualne ;
3. Uczenie zachowań dotyczących kultury życia codziennego
4. wskazywanie pożądaných wzorców zachowań
5. Propagowanie zdrowego stylu życia
6. Wzajemne budowanie zaufania w zespołach klasowych i grupach rówieśniczych
7. Nauka i ćwiczenie zachowań asertywnych
8. Przekazanie informacji o skutkach palenia tytoniu, picia alkoholu i używania środków psychoaktywnych
9. Informowanie o skutkach uzależnień niechemicznych (internet, telewizor, gry komputerowe)
10. Kreowanie wzorców spędzania wolnego czasu – bogata oferta zajęć pozalekcyjnych
11. Wyrównywanie braków kulturowych (organizowanie wyjść i wyjazdów do kina, teatru, dbanie o czytelnictwo)
12. Kształtowanie w świadomości uczniów poczucia odpowiedzialności za siebie i swoje decyzje
13. Przekazywanie uczniom i ich rodzicom informacji na temat zagrożeń, ich skutków i sposobów radzenia sobie z nimi

V. Sposoby działania:

1. Diagnozowanie problemów: stała obserwacja dzieci i ich rodzin przez wychowawców i nauczycieli.
2. Wizyty (w razie potrzeby) pedagoga i wychowawcy przy współudziale pracownika OPS lub kuratora, w domach rodzinnych uczniów, poznawanie warunków życia.
3. Rejestrowanie negatywnych i aspołecznych zachowań, konsekwentne reagowanie na nie ze strony wszystkich pracowników szkoły, systematyczne rozmowy, wpisy do klasowego zeszytu uwag, informowanie rodziców, sprawdzanie efektów podjętych działań.
4. Praca z rodzicami – indywidualne rozmowy w ramach dyżurów, uczenie spostrzegania mocnych stron u dzieci;
6. Włączanie rodziców i rodziny we wspólne imprezy: „Dzień Babci, Dziadka”, Dzień Rodziny”, prażone, kuligi, wycieczki klasowe itp.
7. Zapewnienie opieki dzieciom w czasie po zajęciach lekcyjnych: koła zainteresowań, zajęcia sportowe i artystyczne oraz socjoterapeutyczne.
8. Zapewnienie dzieciom, możliwości skorzystania z ciepłego posiłku w szkole.
9. W razie potrzeby realizowanie innych programów wychowawczych, terapeutycznych lub profilaktycznych zgodnie z zaleceniami i wytycznymi MEN oraz dostępną ofertą programową.

VI. Cele szczegółowe programu profilaktyki

Program dla dwóch grup wiekowych podzielony został na trzy działy:

- **Bezpieczeństwo** dziecka w szkole, w domu, na ulicy oraz podczas zabaw,
- **Uspołecznienie** – sposoby poszukiwania szczęścia - koleżeństwo i przyjaźń,
- **Higiena** – zdrowy styl życia,

Klasy I-III

1. W dziedzinie bezpieczeństwa

1.1 W zakresie wiedzy oczekuje się, że uczeń:

- potrafi wymienić pięć zasad bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię;
- zna podstawowe znaki drogowe;
- zna zasady bezpiecznego zachowania się w środkach komunikacji miejskiej oraz na przystankach w czasie oczekiwania na autobus;
- potrafi scharakteryzować warunki bezpiecznej zabawy w szkole, w domu, na podwórku, nad wodą, oraz w różnych okolicznościach i porach roku;
- zna znaki ostrzegawcze i sygnały alarmowe;

- potrafi wymienić służby, do których zwracać się należy o pomoc w sytuacji zagrożenia (pogotowie ratunkowe, straż pożarna, policja);
- zna zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu szkolnego;
- zna zasady bezpiecznego korzystania z podstawowych urządzeń elektrycznych;
- zna podstawowe zasady postępowania w przypadku zetknięcia się z substancjami lub przedmiotami niebezpiecznymi (petardy, niewybuchy, środki niewiadomego pochodzenia);
- potrafi wymienić zasady bezpiecznego zachowania w kontaktach z nieznanymi dorosłymi i rówieśnikami;
- wie, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia.

1.2 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- bezpiecznie dojść do szkoły, przechodzić przez jezdnię w wyznaczonych miejscach;
- bezpiecznie korzystać ze środków komunikacji publicznej;
- przewidzieć ewentualne zagrożenia, jakie mogą zaistnieć podczas zabawy;
- stosować zasady bezpiecznego użytkowania sprzętu szkolnego i domowego;
- opanowywać ciekawość w przypadku zetknięcia się z niebezpiecznymi przedmiotami i substancjami, przeciwdziałać próbom manipulacji przy takich „znaleziskach” przez inne osoby;
- prawidłowo rozpoznać sygnał alarmu przeciwpożarowego w szkole;
- wykonywać czynności wspólnie z innymi uczniami, zalecone przez instrukcję przeciwpożarową oraz wychowawcę klasy w czasie alarmu przeciwpożarowego i pożaru w szkole;
- wezwać prawidłowo karetkę pogotowia, podając niezbędne informacje o wypadku

1.3 W zakresie postaw i nawyków oczekuje się, że uczeń będzie:

- uważnym obserwatorem sytuacji na drodze, dostrzegającym znaki i sygnały drogowe oraz informacje o zagrożeniu na drodze;
- wykazywać się zrozumieniem i aprobatą przepisów bezpieczeństwa w każdej dziedzinie;
- wybierać bezpieczne zachowania w kontaktach z niebezpiecznymi materiałami.

2. W dziedzinie społecznienia

2.1 W zakresie wiedzy oczekuje się, że uczeń potrafi:

- współdziałać w grupie rówieśniczej;
- wymienić podobieństwa i różnice występujące między rówieśnikami;
- nazwać podstawowe emocje i określić, w jakich sytuacjach najczęściej występują;

- wyjaśnić, dlaczego nie zawsze możemy mówić i robić to, na co mamy ochotę;
- wskazać przykłady zachowań umożliwiających rozwiązywanie konfliktów w grupie rówieśniczej;
- wymienić niektóre odmienności i potrzeby osób niepełnosprawnych (rówieśników z klas integracyjnych)

2.2 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- nawiązywać przyjazne kontakty z rówieśnikami;
- dostosować swoje zachowanie do norm przyjętych w szkole i w kontaktach z dorosłymi;
- rozpoznać sytuacje, w których należy stawiać pewne wymagania (ograniczenia) niektórym słowom i zachowaniom;
- odróżniać czyny społecznie aprobowane od nieaprobowanych;
- podejmować próby dojścia do porozumienia w rozwiązywaniu konfliktów;

2.3 W zakresie postaw i nawyków oczekuje się, że uczeń będzie:

- odczuwać potrzebę nawiązywania i utrzymywania przyjaznych kontaktów z rówieśnikami;
- uczyć się szacunku dla cudzych poglądów, wierzeń i upodobań o ile nie naruszają one ogólnie przyjętych norm społecznych;
- panować nad swoimi zachowaniami, szczególnie zaś unikać zachowań agresywnych;
- stosować się do ogólnie przyjętych norm zarówno w szkole jak i poza nią.

3. W dziedzinie higieny

3.1 W zakresie wiedzy oczekuje się, że uczeń potrafi:

- wymienić czynności związane z utrzymaniem ciała w czystości;
- wyjaśnić jak dbać o czystość skóry, włosów, zębów;
- dobrać odpowiedni do pogody strój;
- zaplanować swój dzień z uwzględnieniem czasu spędzonego w szkole, potrzebnego na odrobienie lekcji oraz na odpoczynek czynny i bierny;
- wyjaśnić potrzebę utrzymania czystości w swoim pokoju (kąciku do nauki) – wietrzenie, porządek itp.;
- określić niezbędne warunki do właściwego odrabiania lekcji;
- wyjaśnić, co to znaczy „odżywiać się zdrowo i regularnie”;
- omówić warunki, w jakich powinno się spożywać posiłki;
- podać przykłady zachowań sprzyjających i zagrażających zdrowiu.

3.2 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- wykonać czynności związane z utrzymaniem higieny ciała, zębów, odzieży, obuwia;
- opracować elementy rozkładu dnia zgodnie z zasadami higieny;
- zaplanować czynności niezbędne do utrzymania czystości swojego otoczenia;
- poprawnie zachowywać się przy stole i prawidłowo posługiwać się sztućcami;
- przygotować samodzielnie posiłek, np. drugie śniadanie;
- dokonać prawidłowego doboru ubioru stosownie do warunków pogodowych i okazji;
- zachowywać prawidłową postawę w ławce;

3.3 W zakresie postaw i nawyków oczekuje się, że uczeń będzie:

- dbać o codzienną higienę ciała i odzieży;
- przywiązywać wagę do regularnego spożywania posiłków oraz sposobu zachowania się przy stole;
- dbać o higienę rąk;
- doceniać znaczenie ruchu dla zdrowia;
- respektować zasady bezpieczeństwa i higieny podczas zabaw ruchowych i uprawiania sportu;

Klasy IV-VI

1. W dziedzinie bezpieczeństwa

1.1 W zakresie wiedzy oczekuje się, że uczeń potrafi:

- wymienić najważniejsze zasady zachowania się pieszych i kierujących pojazdami na drogach (przygotowanie do egzaminu na kartę rowerową);
- wymienić warunki uczestnictwa w rajdzie rowerowym;
- wyjaśnić, jakie warunki należy spełnić, aby uniknąć urazów podczas zabaw;
- objaśnić zasady bezpiecznego użytkowania źródeł energii i urządzeń w gospodarstwie domowym;
- wymienić zasady bezpiecznego przechowywania i użytkowania środków chemicznych stosowanych w gospodarstwie domowym;
- przedstawić sposoby alarmowania służb porządkowych ratowniczych w przypadku zagrożenia;
- omówić sposoby postępowania w przypadku powstania pożaru w szkole;
- rozpoznać sygnały alarmowe;

- dowieść, że w kontaktach z niebezpiecznymi materiałami i substancjami niezbędne jest zachowanie ostrożności i poczucia odpowiedzialności za siebie i innych;
- wymienić i objaśnić podstawowe zasady obowiązujące podczas udzielania pierwszej pomocy poszkodowanemu;

1.2 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- kierować swoimi zachowaniami w drodze do i ze szkoły;
- sprawdzić sprawność posiadanego roweru;
- sprawdzić ogólne warunki bezpieczeństwa w miejscu zabawy;
- stosować zasady bezpiecznego użytkowania sprzętu domowego;
- wybrać właściwy sposób przechowywania środków chemicznych w domu, zachować ostrożność w posługiwaniu środkami chemicznymi;
- prawidłowo rozpoznać sygnał alarmu przeciwpożarowego w szkole;
- stosować się do instrukcji „Planu ewakuacyjnego” oraz zaleceń nauczyciela (dyrektora);
- uzasadnić konieczność uczestniczenia całej społeczności szkolnej w ćwiczeniach praktycznych na wypadek alarmu przeciwpożarowego;
- udzielić pierwszej pomocy przedmedycznej

1.3 W zakresie postaw i nawyków oczekuje się, że uczeń będzie:

- przestrzegać przepisów bezpieczeństwa w każdej dziedzinie, w tym w zakresie przepisów o ruchu drogowym, wszelkiego rodzaju regulaminów i instrukcji użytkowania;
- wybierać bezpieczne zachowania w kontaktach z niebezpiecznymi przedmiotami oraz przestrzegać zasad bezpieczeństwa w stosowaniu środków chemicznych;
- nie dopuszczać do zaistnienia sytuacji sprzyjających powstawaniu pożarów i kierować się dewizą, że z pożaru należy ratować w pierwszej kolejności ludzi, a nie rzeczy;
- traktować obowiązek niesienia pomocy poszkodowanym jako czyn humanitarny wobec każdego człowieka;
- wykazywać postawę nastawioną na niesienie pomocy w sytuacjach zagrożenia a nie biernego obserwatora.

2. W dziedzinie uspołecznienia

2.1 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- omówić zachowania sprzyjające nawiązywaniu dobrych kontaktów z otoczeniem;
- podać przykłady pełnienia różnych ról społecznych przez ludzi i związanych z nimi obowiązków;

- wymienić czynności, które umie i lubi wykonywać, oraz czynności, które potrafi wykonać, ale nie lubi tego robić (moje mocne i słabe strony);
- wskazać zachowania emocjonalne;
- określić wpływ pozytywnych i negatywnych emocji na decyzje i zachowania człowieka;
- wskazać sposoby rozwiązywania (lub unikania) sytuacji krytycznych (stresujących);
- podać przykłady zachowań umożliwiających przezwycięzenie konfliktu w grupie, bez narażania godności poszczególnych jej uczestników;
- podać przykłady norm i czynów społecznych stanowiących podstawę odróżniania społecznych czynów społecznie aprobowanych jako „dobre” lub nieaprobowanych jako „złe” w domu, szkole, grupie rówieśniczej;
- wskazać, w jaki sposób można pomóc osobie niepełnosprawnej, chorej lub w podeszłym wieku;

2.2 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- nawiązywać przyjazne kontakty z rówieśnikami i innymi osobami;
- przedstawić swoje interesy – wiedzieć, co sprawia przyjemność a co przykrość w kontaktach z innymi;
- ustalić przyczyny, które sprawiają, że czuje się dobrze lub źle w danej grupie ludzi;
- dostosować swoje zachowanie do ogólnie przyjętych norm w szkole, klasie w środowisku;
- ocenić swoje mocne i słabe strony;
- zaplanować stopniową eliminację słabych stron;
- oceniać sytuacje i bodźce, które wywołują emocje negatywne i w miarę możliwości im zapobiegać lub je łagodzić;
- dowieść, że umiejętność panowania nad niektórymi emocjami jest konieczna do życia w grupie, sprzyja nawiązywaniu kontaktów i zdrowiu psychicznemu;
- przewidzieć własne reakcje negatywne i ich skutki w konkretnych sytuacjach oraz starać się im zapobiegać;
- wykazać na podstawie Statutu szkoły i WSO jak niektóre normy społeczne regulują postępowanie uczniów;
- ustalić, jakie normy społeczne i postawy są akceptowane w klasie a jakie odrzucane i przez kogo;
- dowieść, że przestrzegane normy społeczne ułatwiają ludziom współżycie, zapobiegają dowolności w interpretacji dobra i zła, według własnego uznania;
- wykazać, że normy społeczne chronią godność człowieka;

2.3 W zakresie postaw i nawyków oczekuje się, że uczeń będzie;

- panować nad swoimi zachowaniami, szczególnie zaś unikać zachowań agresywnych;
- okazywać szacunek dla cudzych postaw, poglądów, wierzeń i upodobań o ile nie naruszają one ogólnie przyjętych norm społecznych i prawnych;
- stosować się do powszechnie przyjętych w środowisku i społeczeństwie norm społecznych;
- mieć poczucie własnej wartości również wtedy, gdy w żadnej dziedzinie nie wybija się ponad innych, chociaż jest sumienny i pracowity;
- wyrażać w sposób nie raziący innych swoje reakcje emocjonalne odzwierciedlające smutek, radość itp.;
- rozwijać odporność na bodźce wywołujące negatywne emocje;
- być otwartym na pomoc ze strony rodziców, kolegów, nauczycieli;
- preferować wartości intelektualne, walory charakteru, dążenie do samodoskonalenia;
- przyjmować rygory norm społecznych jako niezbędny warunek współżycia społecznego;
- preferować bezpośrednie kontakty i spotkania z rówieśnikami zamiast kontaktów w cyberprzestrzeni;
- zachowywać się wobec osób niepełnosprawnych, chorych, w podeszłym wieku, z pełnym zrozumieniem dla ich ułomności, nieporęczności i cierpienia;
- wykazywać zainteresowanie potrzebami i chęć pomocy w ramach swych możliwości osobom niepełnosprawnym, chorym, starszym;
- okazać pomoc osobie niepełnosprawnej lub starszej w różnych okolicznościach, np. przy przechodzeniu przez jezdnię, przez ustąpienie miejsca siedzącego itp.

3. W dziedzinie higieny

3.1 W zakresie wiedzy oczekuje się, że uczeń potrafi

- wyjaśnić jak i dlaczego trzeba dbać o czystość osobistą;
- wyjaśnić, dlaczego korzystne dla zdrowia jest przestrzeganie właściwych proporcji czasowych między pracą i odpoczynkiem w ciągu dnia, snem;
- wymienić najważniejsze składniki pokarmowe niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu;
- omówić podstawowe zasady ochrony zdrowia;
- podać przykłady zachowań sprzyjających i zagrażających zdrowiu;
- uzasadnić, dlaczego posiłki powinny być urozmaicone;
- omówić warunki, w jakich powinno się spożywać posiłki;
- omówić zasady i sposoby przechowywania żywności, szczególnie łatwo się psującej;

- zapoznawać się z informacjami zamieszczonymi na etykietach artykułów spożywczych, dotyczącymi warunków przechowywania i terminów przydatności do spożycia;
- dowieść, że odpowiedni wysiłek fizyczny sprzyja dobremu zdrowiu i samopoczuciu;
- wyjaśnić znaczenie właściwej organizacji odrabiania lekcji i spędzania wolnego czasu;
- zagospodarować czas wolny zajęciami odpowiadającymi osobistym zainteresowaniom, łącząc zabawę i aktywny pod względem fizycznym wypoczynek z rozwijaniem posiadanych zdolności;
- wykazać związki istniejące między stanem zdrowia a zabiegami pielęgnacyjno- higienicznymi oraz aktywnością fizyczną;
- wymienić rodzaje nałogów i uzależnień oraz przyczyny, dla których ludzie sięgają po papierosy, alkohol narkotyki;
- wykazać związki między paleniem tytoniu, nadużywaniem alkoholu i przyjmowanie środków odurzających, a stanem zdrowia
- wymienić współczesne uzależnienia technologiczne: gry komputerowe, Internet, przyczyny ich powstania i sposoby bronienia się przed nimi.

3.2 W zakresie umiejętności oczekuje się, że uczeń potrafi:

- wykonywać czynności związane z utrzymaniem higieny ciała;
- obliczyć ile czasu należy poświęcić na odrabianie lekcji, ćwiczenia fizyczne, odpoczynek, sen i inne czynności w ciągu doby;
- odróżniać produkty sprzyjające zdrowiu od produktów szkodliwych dla zdrowia;
- ułożyć jadłospis dzienny dla swojej rodziny z uwzględnieniem zdrowych składników potraw;
- zakwalifikować produkt, na podstawie informacji z etykiety, do grupy produktów sprzyjających zdrowiu bądź szkodliwych;
- zaplanować sposób przechowywania artykułów żywnościowych
- zaplanować zestaw ćwiczeń np. aerobowych dla swojej grupy rówieśniczej;
- dokonać wyboru odpowiedniego do rodzaju ćwiczeń stroju sportowego z uwzględnieniem pory roku zabezpieczającego przed urazami i przegrzaniem (wychłodzeniem) organizmu;
- stosować różne sposoby zachowań przeciwstawiających się namowom do zapalenia papierosa, wypicia alkoholu lub użycia środka odurzającego;
- podać przykłady stosowania nieuczciwych reklam nakłaniających do nałogów;
- podać alternatywne dla TV i Internetu sposoby spędzania wolnego czasu.

3.3 W zakresie postaw i nawyków oczekuje się, że uczeń będzie

- dbać o codzienną higienę ciała i odzieży;

- przestrzegać ustalonego przez siebie rozkładu dnia;
- kierować się w swym postępowaniu znanymi i aprobowanymi wzorcami zachowań, troską o zdrowie i wygląd zewnętrzny;
- przywiązywać wagę do regularnego spożywania posiłków oraz sposobu zachowania się przy stole;
- dbać o higienę rąk i otoczenia w czasie przyrządzania i spożywania pokarmów;
- doceniać znaczenie ruchu dla zdrowia fizycznego i psychicznego oraz starać się eliminować niekorzystne dla zdrowia przyzwyczajenia;
- dbać o prawidłową postawę ciała w czasie nauki w szkole, odrabiania lekcji i przy stole podczas posiłków;
- respektować zasady bezpieczeństwa i higieny podczas uprawiania sportu, turystyki i zabaw ruchowych.

VII. Metody pracy przewidziane dla realizacji programu profilaktyki:

1. Zabawy integracyjne;
2. Gry i zabawy ruchowe;
3. Scenki, psychodramy, spotkania w kręgu
4. Zajęcia sportowe i wycieczki tematyczne
5. Pogadanki i prelekcje prowadzone przez nauczyciela, pielęgniarkę szkolną, policjanta, strażaka i in.
6. Projekcje filmów tematycznych
7. Zajęcia z pedagogiem szkolnym
8. Zajęcia z pracownikami poradni pedagogiczno-psychologicznej
9. Zajęcia uczniów w kołach zainteresowań
10. Zajęcia prowadzone w ramach różnych przedmiotów oraz lekcje wychowawcze (uczniowie klas IV-VI)
11. Imprezy szkolne promujące osiągnięcia uczniów (Staśki, Złoty Brzdąc, Absolwent Roku, Talent Jedyński)
12. Spotkania klasowe (imprezy, wycieczki, spotkania okolicznościowe)
14. Włączanie się w programy profilaktyczne np.: organizowanie dnia „Bezpiecznego Internetu”
15. Szkolenia uczniów i nauczycieli na platformie e-learningowej.

VIII. Obowiązki osób odpowiedzialnych za realizację programu profilaktyki.

1. Obowiązki dyrektora szkoły

- zakłada, że profilaktyka musi być spójna z funkcją wychowania (i znajduje odzwierciedlenie w klasowych planach wychowawczych);

- umacnia pozytywne relacje interpersonalne w szkole;
- zachęca uczniów do udziału w działaniach profilaktycznych
- włącza rodziców do współpracy w tworzeniu i realizacji szkolnych programów: wychowawczego i profilaktycznego;

2. Obowiązki pedagoga szkolnego:

- diagnozuje problemy wychowawcze szkoły;
- koordynuje i monitoruje przebieg realizacji programu profilaktycznego;
- wspiera wychowawców i pozostałych nauczycieli w realizacji działań profilaktyczno-wychowawczych;
- propaguje treści i programy profilaktyczne
- rozpoznaje potrzeby ekonomiczne uczniów;
- systematycznie doskonali się w zakresie wychowania i profilaktyki;
- współpracuje z biblioteką szkolną w celu gromadzenia bazy materiałów (konspekty, scenariusze, publikacje) dotyczącej szeroko pojętej profilaktyki

3. Obowiązki wychowawców i nauczycieli

- planują działania wychowawcze i profilaktyczne;
- reagują na każde odbiegające od normy zachowanie w szkole i poza nią;
- stosują jednolity, przyjęty w szkole system kar i nagród;
- promują zdrowy styl życia i wartościowe formy spędzania wolnego czasu;
- utrzymują osobowe relacje z uczniami poprzez konsultacje, rozmowy itp., w ramach godzin do dyspozycji ucznia;
- konstruktywnie współpracują ze wszystkimi nauczycielami danej klasy;
- dostrzegają indywidualność dziecka – indywidualizują oddziaływanie;
- biorą udział w szkoleniach dot. wychowania i profilaktyki;
- mają pozytywne relacje z rodzicami, potrafią pozyskać rodziców do współpracy.

IX. Monitoring i ewaluacja działań profilaktycznych

Kryteria:

1. Kryterium zgodności:

- zgodność efektów programu z założonymi celami;
- zgodność celów programu z potrzebami (wiedza uzyskana w wyniku ankiet);
- zgodność wiedzy i umiejętności nabytych przez uczniów w zaplanowanym programie

2. Kryterium efektywności:

- zmniejszenie ilości zachowań agresywnych u dzieci;
- poprawa klimatu szkoły (w zakresie przewidzianym w programie)
- wzrost kompetencji wychowawców

Metody zbierania informacji:

1. Metody bezpośrednie: obserwacja, analiza dokumentów szkolnych, analiza osiągnięć uczniów, analiza frekwencji uczniów, wywiady.

2. Metody pośrednie: ankiety (wrzesień/październik i powtórzenie –maj/czerwiec w celu stwierdzenia zmian)

Opracowane wyniki badań przedstawione wraz z wnioskami do pracy na rok następny – przedstawione na konferencji podsumowującej rok szkolny.

Modyfikacja działań profilaktycznych na poszczególne lata szkolne, dokonywana jest w oparciu o podstawowe kierunki realizacji obowiązków szkolnych wyznaczone przez MEN oraz dostępne programy i akcje profilaktyczne.

Program opracowano w oparciu o dokumenty:

Podstawa programowa kształcenia ogólnego

Program nauczania: „Edukacja prozdrowotna dla klas IV-VI: ścieżka edukacyjna”, Warszawa 1999

Opracowanie: mgr Bernadeta Janosz

mgr Beata Korczyk

mgr Renata Lembas