

Program Profilaktyki
w Publicznej Szkole Podstawowej nr 1
w Bogatyni

Zadania ogólnoszkolne:

1. Diagnozowanie problemów wychowawczych uczniów przez wychowawców, zespół wychowawczy i Radę Rodziców.
2. Tworzenie bezpiecznej, ciepłej atmosfery w szkole (zorganizowanie „Dnia bez przemocy”).
3. Budowanie wzajemnego zaufania i poczucia własnej wartości u każdego ucznia.
4. Spotkania dla rodziców z psychologiem z poradni psychologiczno – pedagogicznej i z przedstawicielem poradni uzależnień:
 - przybliżenie tematyki dotyczącej profilaktyki uzależnień.
5. Promowanie zdrowego stylu życia fizycznego i psychicznego (organizowanie „Dnia Sportu”, zabaw fabularyzowanych, wycieczek, rajdów, ognisk, turniejów sportowych).
6. Warsztaty i szkolenia dla Rady Pedagogicznej z zakresu profilaktyki uzależnień i promocji zdrowego stylu życia.

Naczelny cel:

Wyposażenie uczniów w umiejętność przewidywania zagrożeń, unikania ich a jeśli już zaistnieją – w zdolność do radzenia sobie z trudną sytuacją. Rozwijanie postrzegania ciała i zdrowia jako wartości.

Cele:

1. Dostarczenie wiedzy na temat własnego ciała. Tworzenie świadomego stosunku do własnego organizmu, rozwijanie umiejętności niezbędnych z punktu widzenia zdrowia.
2. Dostarczanie wiedzy na temat bezpiecznej zabawy, bezpiecznego zachowania w domu, w szkole, w miejscach publicznych oraz bezpiecznej drogi do szkoły. Pobudzenie umiejętności przewidywania skutków swoich działań. Wyposażanie w sposoby radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia.
3. Uświadomienie uczniom, że mogą spotkać się z osobą „obcą”. która nie zasługuje na ich zaufanie. Dostarczanie wiedzy, które sytuacje mogą być dla nich niebezpieczne oraz jakie techniki zachowania może stosować „obcy”. ukształtowanie nawyku obrony.
4. Dostarczenie wiedzy na temat środków uzależniających: przyczyn, mechanizmów powstawania uzależnień oraz ich negatywnego wpływu na życie człowieka, rodziny, społeczeństwa. Ukształtowanie umiejętności, które pomogą ustrzec się przed uzależnieniem.
5. Ukazanie osobistych i społecznych skutków zachowań agresywnych. Wyposażenie w umiejętności panowania nad własną złością i nieagresywnego rozwiązywania konfliktów.
6. Trening ważnych umiejętności psychologicznych: wzmacnianie pozytywnego obrazu własnej osoby, odreagowanie napięć, budowanie poprawnych relacji z ludźmi, konstruktywne rozwiązywanie konfliktów, odmawianie w sytuacji nacisku grupowego.
7. Kształtowanie wzorców zdrowego stylu życia i spędzenia wolnego czasu.

Metody pracy:

- krąg uczuć,
- gry i zabawy,
- gry dramatyczne,
- dyskusje,
- scenki rodzajowe,
- twórczość plastyczna i artystyczna,
- treningi umiejętności,
- burza mózgów.

Klasa I

- Dziecko:
- 1) poprawnie funkcjonuje w grupie.
 - 2) dba o swoje bezpieczeństwo.
 - 3) dba o higienę osobistą.

Efekty działań profilaktycznych:

- Zauważa, że jego zachowanie ma wpływ na zachowanie innych osób.
- Zna zasady bezpiecznego poruszania się po drogach.
- Rozpoznaje sytuacje grożące niebezpieczeństwem i zachowuje się adekwatnie do sytuacji.
- Dbą o higienę.

L.p.	Cele operacyjne	Zadania	Osoba odpowiedzialna	Sposób ewaluacji
1	Poprawnie funkcjonujemy w grupie.	Uczymy się rozpoznawać i nazywać nasze uczucia. Wyrażamy uczucia w zachowaniu. Poznajemy normy grupowe i uczymy się je przestrzegać – rozmowy, scenki, film.	Wychowawca	Obserwacja zachowań dzieci.
2	Dbamy o nasze bezpieczeństwo.	Zapoznajemy się z zasadami ruchu drogowego dla pieszych – wycieczka do miasta, spotkania z przedstawicielem Komisarjatu Policji. Poznajemy zagrożenia, z którymi możemy się spotkać w domu, w szkole, na ulicy. Ćwiczymy zachowania, pozwalając uniknąć sytuacji niebezpiecznych. Uczymy się do kogo należy zwrócić się o pomoc – program „Bezpieczeństwo dziecka”, film, scenki.	Wychowawca Przedstawiciel Komisarjatu Policji Pedagog	Obserwacja zachowań dzieci. Rozmowy z rodzicami.
3	Uczymy się dbać o własne ciało.	Cykl zajęć wdrażających nawyki higieniczne. Wizyta u stomatologa. Spotkanie z higienistką szkolną – pokazy prawidłowego szczotkowania zębów. Projekcja filmowa.	Wychowawca Lekarz stomatolog Higienistka szkolna	Obserwacja. Rozmowy z rodzicami.

Klasa II

Dziecko: 1) poprawnie funkcjonuje w klasie.
 2) postępuje kierując się zasadami bezpiecznego zachowania.
 3) dba o zdrowie.

Efekty działań profilaktycznych:

- Jest odpowiedzialne za swoje zachowania w stosunku do rówieśników.
- Zna zasady bezpiecznego zachowania w miejscach publicznych i podczas zabawy; wg nich postępuje.
- Zna zasady zdrowego odżywiania.
- Wie, że lekarstwa należy przyjmować w obecności osoby dorosłej i wg wskazań lekarza.
- Odpoczywa aktywnie.

L.p.	Cele operacyjne	Zadania	Osoba odpowiedzialna	Sposób ewaluacji
1	Poprawnie funkcjonujemy w grupie.	Przeżywamy różne uczucia. Uczymy się jak radzić sobie z przykrymi uczuciami i trudnymi sytuacjami. Uczymy się jak rozwiązywać konflikty z kolegami – scenki, praca w grupie.	Wychowawca Pedagog	Wywiady z rodzicami. Obserwacja zachowania dzieci.
2	Jesteśmy bezpieczni w domu, na podwórku, na ulicy.	Odgrywamy scenki uczące nas bezpiecznego zachowania w szkole, w domu, na ulicy. Zapisujemy zasady bezpiecznego zachowania. tworzymy gazetkę „Baw się bezpiecznie’.	Wychowawca Dyrektor szkoły Pedagog	Obserwacja. Wywiady z rodzicami.
3	Uczymy się zdrowego trybu życia.	Poznajemy i wdrażamy zasady zdrowego odżywiania. Poznajemy zasady przyjmowania leków (wg wskazań lekarza, w obecności osób dorosłych). Poznajemy środki trujące – filmy, rozmowy. Uczymy się zdrowo odpoczywać (wycieczki, ogniska), bawić się i uczyć (zabawy twórcze).	Dyrektor szkoły Wychowawca Rodzice Pedagog	Obserwacja. Rozmowy z uczniami. Rozmowy z rodzicami.

Klasa III

- Dziecko:
- 1) umie współpracować w grupie.
 - 2) ma świadomość własnego wpływu na swoje bezpieczeństwo.
 - 3) rozumie, że zdrowe ciało ma wpływ na jego samopoczucie.

Efekty działań profilaktycznych:

- Potrafi wpływać na swoje samopoczucie i wyrazić swoje uczucia nie raniąc innych.
- Rozpoznaje sytuacje związane z przemocą fizyczną, seksualną i techniki stosowane przez osobę „obcą”. Wie jak zareagować i do kogo zwrócić się o pomoc.
- Wie jak zbudowane jest jego ciało i dlaczego należy utrzymywać je w zdrowiu.

L.p.	Cele operacyjne	Zadania	Osoba odpowiedzialna	Sposób ewaluacji
1	Poprawnie funkcjonujemy w klasie; pomagamy innym.	Uczymy się jak wpływać na własne samopoczucie. Poznajemy różne sposoby na rozwiązywanie konfliktów bez naruszania praw innych. Używamy „języka – ja”. Pomagamy kolegom, rodzicom. Scenki. Zapisujemy sposoby rozwiązywania konfliktów.	Wychowawca.	Rozmowy z uczniami. Ankiety. Obserwacja zachowań uczniów.
2	Mamy świadomość własnego wpływu na swoje bezpieczeństwo.	Uczestniczymy w programie „Przemoc wobec dzieci” i „Strzeż się obcych”. Uczymy się rozpoznawać sytuację grożącą niebezpieczeństwem. Poznajemy techniki stosowane przez osobę „obcą”. Uczestniczymy w scenkach symulujących w/w sytuacje i ćwiczymy zachowania pozwalające uniknąć niebezpieczeństwa. Tworzymy mapę osób i instytucji, do których możemy zwrócić się o pomoc.	Pedagog. Wychowawca.	Rozmowy z uczniami. Ankiety.
3	Rozumiemy, że zdrowe ciało ma wpływ na nasze dobre samopoczucie.	Poznajemy budowę naszego ciała. Próbuje zdefiniować pojęcia: zdrowie, zdrowy styl życia. Malujemy plakaty ilustrujące zdrowy tryb życia. Uczymy się udzielać pierwszej pomocy. Zapisujemy alarmowe numery telefonów. Uczymy się jak wezwać pomoc – scenki.	Wychowawca. Higienistka szkolna.	Konkurs „Pierwsza pomoc”

Klasa IV

- Uczeń:
- 1) jest tolerancyjny i umie radzić sobie w trudnych sytuacjach.
 - 2) wie na czym polega uzależnienie od nikotyny.
 - 3) podejmuje odpowiedzialne decyzje dotyczące zdrowia.

Efekty działań profilaktycznych:

- Wie jak poradzić sobie z presją grupy, dokuczaniem, zastraszaniem.
- Zna potrzeby swojego organizmu i zasady zdrowego odżywiania.
- Zna mechanizm uzależnienia od nikotyny, jego skutki i sposoby rozładowywania i zaspokajania swoich potrzeb innymi drogami niż używki.
- Potrafi dokonać świadomego wyboru w przypadku presji grupy.

L.p.	Cele operacyjne	Zadania	Osoba odpowiedzialna	Sposób ewaluacji
1	Jesteśmy tolerancyjni. Radzimy sobie w trudnych sytuacjach.	Uczymy się co czują ludzie odrzuceni przez innych – scenki. Zastanawiamy się jak im pomóc – scenki, burza mózgów. Poznajemy sposoby postępowania w przypadku presji grupy, zastraszania, dokuczania – scenki, rozmowy, zapis zaproponowanych strategii, spotkanie z przedstawicielem Komisarriatu Policji. Zastanawiamy się jak uniknąć w/w sytuacji – burza mózgów, spektakle teatralne, scenki.	Wychowawca. Pedagog	Obserwacja. Rozmowy z uczniami.
2	Podajemy odpowiedzialne decyzje dotyczące zdrowia.	Zapoznajemy się z układami organizmu i opisujemy ich funkcjonowanie. Poznajemy pojęcie: potrzeba; sporządzamy plakat ilustrujący nasze potrzeby. Mówimy o naszych codziennych nawykach; jak powstają?, które z nich należy zmienić? Sporządzamy arkusz „Mój dzień”. Poznajemy zasady zdrowego odżywiania.	Nauczyciel przyrody. Wychowawca.	Ankiety. Rozmowy z rodzicami. Sprawdziany na lekcjach przyrody.
3	Poznajemy negatywne skutki uzależnienia od nikotyny.	Uczestniczymy w programie „nikotyna i my” – poznajemy jaki wpływ ma nikotyna na nasz organizm i na zdrowie. Zastanawiamy się jak radzić sobie z sytuacjami stresującymi bez sięgania po używki. Uczymy się odmawiać w sytuacji nacisku grupowego – scenki. Podajemy sposoby na zdrowe spędzanie czasu wolnego. Udział w spektaklach teatralnych	Pedagog. Wychowawca.	Obserwacja. Ankiety. Rozmowy z rodzicami.
4	Uczymy się bezpiecznie poruszać po drogach.	Poznajemy zasady i znaki ruchu drogowego dla pojazdów. Praktycznie ćwiczymy poznane umiejętności – jazda na rowerze. Zdajemy egzamin na kartę rowerową.	Nauczyciel techniki. Dyrektor. Komisariat Policji.	Obserwacja. Egzamin na kartę rowerową.

Klasa V

- Uczeń:
- 1) umie współdziałać i rozwiązywać problemy.
 - 2) wie na czym polega okres dojrzewania.
 - 3) wie na czym polega uzależnienie od alkoholu.

Efekty działań profilaktycznych:

- Umie współpracować w grupie. Problemy rozwiązuje konstruktywnie.
- Wie jakie zmiany zachodzą w jego organizmie podczas dojrzewania i jak wpływają na jego życie.
- Zna mechanizm uzależnienia od alkoholu oraz jego negatywne skutki.
Umie rozwiązywać swoje problemy bez używek. Odmawia w sytuacji nacisku grupowego.
- Odpoczywa zdrowo i aktywnie.

L.p.	Cele operacyjne	Zadania	Osoba odpowiedzialna	Sposób ewaluacji
1	Uczymy się współdziałać i konstruktywnie rozwiązywać problemy.	Uczymy się radzić sobie z trudnymi uczuciami (scenki) i zaspokajać własne potrzeby bez naruszania potrzeb i bezpieczeństwa innych osób. Poznajemy różne techniki rozwiązywania problemów (scenki, burza mózgów, spektakle teatralne, filmy).	Wychowawca. Nauczyciel przygotowania do życia w rodzinie. Pedagog.	Obserwacja.
2	Poznajemy ważny okres naszego życia – dojrzewanie.	Poznajemy zmiany zachodzące w organizmie podczas dojrzewania i ich wpływ na nasze zachowanie, na nasz organizm i psychikę. Uczymy się radzić sobie z emocjami. Poznajemy różnice między chłopcami i dziewczętami. Poznajemy zasady higieny okresu dojrzewania.	Nauczyciel przyrody. Nauczyciel przygotowania do życia w rodzinie. Higienistka szkolna.	Rozmowy z uczniami i rodzicami.
3	Zapoznajemy się z negatywnym wpływem alkoholu na organizm człowieka	Uczestniczymy w programie „Alkohol i my”. Poznajemy mechanizm uzależnienia od alkoholu i jego negatywne skutki społeczne. Uczymy się rozwiązywać problemy bez sięgania po alkohol. poznajemy instytucje pomagające uzależnionym i ich rodzinom. Odmawiamy w przypadku presji. Czas wolny spędzamy zdrowo. Scenki, filmy, spektakle teatralne, plansze, ulotki.	Pedagog. Wychowawca. Nauczyciele wychowania fizycznego. Opiekunowie kół.	Obserwacja. Ankiety. Rozmowy z rodzicami.

Klasa VI

- Uczeń:
- 1) rozwiązuje konflikty bez przemocy.
 - 2) świadomie dba o swoje zdrowie.
 - 3) zna skutki uzależnienia od narkotyków.

Efekty działań profilaktycznych:

- Rozróżnia stanowcze, pasywne i agresywne sposoby reagowania. Konflikty rozwiązuje asertywnie lub drogą mediacji.
- Dbą o higienę pracy umysłowej.
- Umie zaplanować czas pracy, czas wypoczynku.
- Zna mechanizm uzależnienia od narkotyków i jego negatywne skutki. Potrafi zachować się asertywnie w przypadku presji grupy.

L.p.	Cele operacyjne	Zadania	Osoba odpowiedzialna	Sposób ewaluacji
1	Uczymy się rozwiązywać konflikty bez przemocy.	Rozróżnimy stanowcze, pasywne i agresywne sposoby reagowania w sytuacjach konfliktowych i ich skutki – scenki, filmy, spektakle teatralne. Poznajemy sposoby asertywnego zachowania w/w sytuacjach i jego zalety. Poznajemy zalety mediacji. Ponosimy konsekwencje swojego zachowania - scenki, dyskusje. Spotkanie z przedstawicielem Komisariatu Policji.	Wychowawca. Pedagog. Nauczyciel przygotowania do życia w rodzinie. Przedstawiciel Komisariatu Policji.	Obserwacja.
2	Uczymy się dbać o swoje zdrowie.	Poznajemy zasady higieny pracy umysłowej. Planujemy swój czas pracy i wypoczynku pod kątem higieny pracy umysłowej – „Mój tydzień”. Odpoczywamy aktywnie. Poznajemy profilaktykę i zagrożenia związane z AIDS.	Nauczyciel przyrody. Higienistka szkolna. Wychowawca. Nauczyciel przygotowania do życia w rodzinie. Nauczyciele wychowania fizycznego. Opiekunowie kół.	Rozmowy z uczniami i rodzicami.
3	Zapoznajemy się z negatywnym wpływem narkotyków na organizm człowieka	Uczestniczymy w programach „Drugi elementarz – 7 kroków”, „Narkotyki i my”. Poznajemy mechanizm uzależnienia od narkotyków (spirala uzależnienia: stosowanie, uzależnienie – tolerancja), jego negatywne skutki. Uczymy się jak radzić sobie z problemami bez sięgania po narkotyki. Odmawiamy w przypadku presji grupy. Scenki, burza mózgów, filmy, spektakle teatralne.	Pedagog. Pedagog. Dyrektor. Nauczyciel przyrody.	Obserwacja. Ankiety.

Uwagi:

1. Program ten jest zgodny z programem wychowawczym szkoły i programami wychowawczymi poszczególnych klas.
2. Program ten będzie poddawany systematycznej ewaluacji przez Radę Pedagogiczną i Radę Rodziców.