

# SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI

Gimnazjum im. Ks. W. Rabczyńskiego  
w Wasilkowie

styczeń 2016

## 1. Wstęp

Program profilaktyki przeznaczony jest dla uczniów klas I-III, Gimnazjum im. Ks. W. Rabczyńskiego w Wasilkowie. Dostosowany jest do potrzeb rozwojowych uczniów oraz potrzeb środowiska. Stanowi spójną całość z Programem wychowawczym szkoły. Program przewidziany jest do realizacji na trzy lata, począwszy od roku szkolnego 2015/2016. Sporządzony został w oparciu o aktualne przepisy prawa oświatowego.

## 2. Podstawa Prawna

- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997r. ( tj. Dz. U. z 1997r. Nr.78 poz. 483 ze zm.),
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2009r. Nr 4 poz. 17),
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dn.31 stycznia 2003r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem (Dz. U. z 2006r. Nr.26 poz.226),
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dn. 18 sierpnia 2015r. w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz. U. z 2015 poz. 1249)
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994r. o ochronie zdrowia psychicznego (tj. Dz. U. z 2011r. Nr.231 poz. 1375 ze zm.),
- Ustawa z dnia 26 października 1982r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tj. Dz. U. z 2007r. Nr 70 poz. 472 ze zm.),
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997r. o przeciwdziałaniu narkomanii (tj. Dz. U. z 2001r. poz. 124),
- Ustawa z dnia 9 listopada 1995r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych ( Dz. U. z 1996r. Nr 10 poz. 55 ze zm.),
- Program polityki prorodzinnej państwa z dnia 3 listopada 1999r. przygotowany przez Międzyresortowy Zespół do Spraw Opracowania Polityki Prorodzinnej Państwa.

## 3. DIAGNOZA PROBLEMÓW WYSTĘPUJĄCYCH W SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ

Diagnozę przeprowadzono na podstawie:

1. Ankiet ewaluacyjnych „Badanie wskaźników nasilenia przemocy”.
2. Ankiet ewaluacyjnych po zajęciach informacyjno – edukacyjnych z zakresu profilaktyki uzależnień w ETAP-ie.
3. Badania zleconego przez Urząd Miejski w Wasilkowie „Młodzież gminy Wasilków. Styl życia”.
4. Analizy dokumentacji szkolnej (dziennik lekcyjny/uwagi).
5. Rozmowy z uczniami i rodzicami.

Badaniem „Badanie wskaźników nasilenia przemocy” objęto 102 uczniów klas I– 94% uczniów klas pierwszych. Badaniem w ETAP-ie objęto uczniów 109 uczniów klas II, czyli 87 % wszystkich uczniów klas II, zaś w badaniu „Młodzież gminy Wasilków. Styl życia” wzięli udział uczniowie wszystkich klas – 280 osób – 80% całej populacji uczniowskiej.Przeprowadzona analiza danych wykazała, że problemami częściowo występującymi w szkole są:

- Używanie alkoholu,
- Palenie papierosów,
- Przemoc słowna,
- Nieumiejętność radzenia sobie ze stresem,

- Brak umiejętności efektywnego rozwiązywania konfliktów,
- Napięcie związane z procesem oceniania w szkole,
- Niewłaściwe planowanie czasu wolnego od zajęć szkolnych.

#### 4. ZAŁOŻENIA PROGRAMU

- Zgodnie z *Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dn. 18 sierpnia 2015r., w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii*, profilaktyka obejmuje działania uprzedzające mające na celu przeciwdziałanie pojawianiu się zachowań ryzykownych związanych z używaniem środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych przez uczniów i wychowanków, charakteryzujących się nieprzestrzeganiem przyjętych dla danego wieku zwyczajowych norm i wymagań, niosących ryzyko negatywnych konsekwencji dla zdrowia fizycznego i psychicznego ucznia lub wychowanka oraz jego otoczenia społecznego.
- Tworzenie Szkolnego Programu Profilaktyki zostało poprzedzone diagnozą potrzeb uczniów Gimnazjum, ich problemów, możliwości oraz uwarunkowań otoczenia.
- Profilaktyka w szkole powinna koncentrować się na wzmacnianiu czynników chroniących:
  - rozwijaniu zainteresowań uczniów oraz przeciwdziałaniu niepowodzeniom szkolnym
  - wspomaganiu rozwoju moralnego uczniów (poszanowanie norm, wartości, autorytetów),
  - stwarzaniu uczniom możliwości przynależenia do pozytywnych grup rówieśniczych: kół zainteresowań, zespołów sportowych, muzycznych itp.,
- 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:
  - Placówki kulturalno-oświatowe (Miejski Ośrodek Animacji Kultury w Wasilkowie, Biblioteka Miejska w Wasilkowie, instytucje kulturalne w Białymstoku oraz w kraju)
    - ✓ 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.
  - Placówki oświatowo- opiekuńcze (Powiatowa Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Białymstoku, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Wasilkowie, Placówka Opiekuńcza OPOKA w Wasilkowie, Lokalny Zespół Interdyscyplinarny, Ośrodek Terapii i Readaptacji dla Młodzieży i Dorosłych ETAP )
    - ✓ Pomoc uczniom przejawiającym trudności w zachowaniu i nauce,
    - ✓ Pomoc dzieciom z rodzin uzależnionych i patologicznych,
    - ✓ Udzielanie pomocy rodzicom znajdującym się w trudnej sytuacji materialnej,
    - ✓ Udział w prelekcjach organizowanych przez psychologów, pedagogów, lekarzy specjalistów.
- Wymiar sprawiedliwości (sąd, kuratorzy, policja)
  - ✓ Współpraca z kuratorem zawodowym i społecznym,

- ✓ Udział w zajęciach prowadzonych przez policję na temat Odpowiedzialności prawnej nieletnich,
- ✓ Wyjazdy studyjne do Sądu Rejonowego.

## **5. CELE PROGRAMU**

- a. Zapobieganie poprzez odpowiednią działalność profilaktyczną takim uzależnieniom jak: alkoholizm, narkomania, zażywanie dopalaczy, nikotynizm, lekomania; informowanie o zagrożeniach, m.in. HIV i AIDS,
- b. Promocja zdrowego stylu życia,
- c. Kształtowanie właściwego zachowania uczniów,
- d. Utrwalenie postaw i zachowań społecznych warunkujących prawidłowy rozwój,
- e. Zmiana obiegowych przekonań na temat stosowania środków psychoaktywnych.

## **6. ZOPERACJONALIZOWANE CELE PROGRAMU CELE SZCZEGÓŁOWE:**

### **a. Dla wszystkich uczniów (profilaktyka uniwersalna):**

- Uczniowie nabywają praktyczne umiejętności (w szczególności asertywność), umożliwiające samostanowienie i obronę własnych praw,
- Nauczyciele integrują społeczność szkolną oraz stwarzają system wsparcia dla młodzieży, który promuje działania związane ze zdrowym stylem życia,
- Uczniowie posiadają umiejętności podejmowania i realizowania 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 (profilaktyka selektywna):**

- Uczniowie kształcą 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, budowanie udanych relacji z ludźmi,
- Uczniowie potrafią rozwiązywać problemy – określają i akceptują różnice zdań, poszukują rozwiązań.

### **c. Grupa najwyższego ryzyka (profilaktyka wskazująca):**

- Szkoła prowadzi autodiagnozę dzieci i młodzieży mających kontakt z alkoholem, narkotykami, nikotyną i innymi środkami psychoaktywnymi; wskazuje 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 wskazują możliwości stworzenia w środowisku alternatyw dla nadużywania alkoholu, narkotyków, a także innych destruktywnych zachowań,
- Uczniowie nabywają umiejętności radzenia sobie z własnymi negatywnymi emocjami.

**d. Rodzice:**

- 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, specjalistów i pozostałych nauczycieli w procesie wychowania dzieci.

**e. Nauczyciele:**

- Stanowią przykład dla uczniów,
- Nabywają umiejętności wczesnego rozpoznawania objawów uzależnień,
- Poznają sposoby interwencji w sytuacjach spożywania przez uczniów alkohol czy zażywania narkotyków,
- Starają się postępować w kontaktach z uczniami w taki sposób, aby nie wyzwałać w nich złości, przekory i bezradności.

**7. TREŚCI PROGRAMU PROFILAKTYKI ZE WSKAZANIEM ADRESATA:**

**a. Uczniowie:**

- Urzeczywistnianie wartości i przestrzegania norm społecznych,
- Uczenie najważniejszych umiejętności psychologicznych i społecznych, np.: umiejętności radzenia sobie ze stresem, nawiązywania i podtrzymywania dobrych kontaktów z ludźmi, odpieranie 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,
- Współdziałanie rodziców w określaniu kierunków działań profilaktycznych,
- Pomoc rodzicom w rozwiązywaniu problemów dziecka.

**c. Nauczyciele:**

- Prezentowanie prawidłowych wzorców zachowania,
- Podnoszenie wiedzy i doskonalenie kompetencji wychowawczych nauczycieli,
- Rozwijanie umiejętności dobrej współpracy w relacji nauczyciele - rodzice,
- Konsekwentne stosowanie regulaminowych środków przez nauczycieli wobec uczniów, którzy łamią szkolne zasady.

**8. STRATEGIE I METODY REALIZACJI PROGRAMU PROFILAKTYKI**

- Strategie informacyjne ( metody): pogadanka podczas lekcji, spotkanie ze specjalistą, prezentacja filmu pełnometrażowego, wycieczka tematyczna, praca w oparciu o tekst przewodni (książkę), prezentacja teatralna i parateatralna itp.
- Strategie edukacyjne ( metody): realizacja rekomendowanych programów profilaktycznych, projekty uczniowskie, plakaty, przedstawienia, burza mózgów, dyskusja, symulacja różnych sytuacji życiowych, technika niedokończonych zdań, gry i zabawy dydaktyczne, praca w małych grupach, metody pedagogiki zabawy, happeningi, tutoring dla uczniów prowadzony przez nauczycieli, superwizja dla nauczycieli.

- c. Strategie działań alternatywnych: koła zainteresowań, spotkania hobbystów, wycieczki, festyny, pikniki, weekend z profilaktyką, zajęcia i zawody sportowe itp.
- d. strategie interwencyjne( metody): interwencja w środowisku domowym ucznia przez upoważnione osoby lub instytucje, interwencja w środowisku szkolnym ucznia, pomoc psychologiczna, pedagogiczna prowadzona przez specjalistę, terapia specjalistyczna, indywidualna, grupowa prowadzona przez specjalistę.

#### **9. OSOBY ODPOWIEDZIALNE ZA REALIZACJĘ**

- Dyrektor szkoły,
- Wychowawcy klas,
- Pedagog szkolny,
- Psycholog szkolny,
- Nauczyciele,
- Pracownicy obsługi,
- Rodzice.

#### **10. EWALUACJA PROGRAMU**

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

#### **11. SPODZIEWANE EFEKTY**

- Zmniejszenie poziomu przemocy słownej w szkole,
- Nabycie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych,
- Nabycie umiejętności radzenia sobie ze stresem
- Nabycie umiejętności organizowania czasu wolnego,
- Dbanie o zdrowie fizyczne i psychiczne
- Kształtowanie postaw asertywnych,
- Zmniejszenie liczby uczniów palących papierosy i pijących alkohol.

## REALIZACJA ZAGADNIĘŃ NA POSZCZEGÓLNYCH PRZEDMIOTACH

	Treść	Klasa	Przedmiot	Sposób realizacji
1.	<b>Higiena osobista i otoczenia:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Zasady pielęgnacji skóry</li> <li>– Hałas</li> <li>– Nadmierne nasłonecznienie</li> <li>– Profilaktyka prozdrowotna (HIV/AIDS, szczepienia ochronne, rak piersi, itp.)</li> </ul>	I II III	WDŻ Godz. wychowawcza Biologia, Fizyka, W-f WDŻ Godz. wychowawcza	Biologia kl II (całe zagadnienie)  Zaj. z pedagogiem
2.	<b>Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Przepisy bezpieczeństwa w szkole, domu, na wycieczkach</li> <li>– Pierwsza pomoc w sytuacjach zagrożenia życia</li> <li>–</li> </ul>	I- III III	Godz. wychowawcza W-f E d B	Wycieczki klasowe, szkolne, wyjazdy integracyjne
3.	<b>Żywność i żywienie:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Układanie jadłospisów</li> <li>– Skład żywności, wartości odżywcze</li> <li>– Piramida żywienia</li> <li>– Higiena produkcji i przechowywania żywności</li> <li>– Reklamy żywności</li> <li>– Zagrożenia związane z zaburzeniami odżywiania</li> <li>–</li> </ul>	II II III I I-III I	Godz. wychowawcza Biologia Chemia Zajęcia techniczne WOS W-f WDŻ	Projekty uczniowskie, Zajęcia pozalekcyjne, Wyjazdy integracyjne, Wyjazdy klasowe
4.	<b>Aktywność ruchowa i umysłowa:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Aktywność fizyczna w różnych okresach życia i stanach zdrowia</li> <li>– Wypoczynek bierny i czynny</li> <li>– Jak się uczyć efektywnie – metody sposoby utrwalania wiedzy</li> <li>– Spędzanie i organizacja czasu wolnego</li> <li>– Osoby niepełnosprawne i ich potrzeby</li> <li>– Doskonalenie procesu dydaktycznego, niwelowanie stresów i napięć</li> </ul>	I-III I I I II I-III	Godz. wychow. W-f, Biologia(klasa II) WOS Godz. wych. WDŻ Godz. wychow. Godz. wychow.	Projekty uczniowskie, wyjazdy klasowe  Zaj. z pedagogiem  Zaj. z psychologiem
5.	<b>Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Podejmowanie odpowiedzialnych wyborów</li> <li>– Korzystanie z pomocy służby zdrowia</li> <li>– Korzystanie z pomocy pedagogiczno-psychologicznej</li> <li>– Wyposażenie w wiedzę na temat zachowań ryzykownych</li> </ul>	II,III I-III II,III	J. polski W-f, Godz. wychow. Chemia Biologia	Wyjazdy studyjne do Sądu Rejonowego w Białymstoku, Zaj. edukacyjno- profilaktyczne z kuratorem sądowym lub policjantem, konsultacje ind. uczniów z psychologiem i pedagogiem

6.	<b>Poczucie własnej wartości, dawanie i przyjmowanie wsparcia, asertywność, emocje</b>	I,II,III I	Godz. wychowawcza W-f, Język polski, WDŻ	Zaj. z psychologiem Socjoterapia, wyjazdy integracyjne klas I
7.	<b>Przyczyny i skutki używania substancji psychoaktywnych</b> – Nałóg tytoniowy, e-papierosy – Alkohol – Narkotyki, dopalacze, napoje energetyzujące – Leki	I,II,III I II	WDŻ, W-f, Chemia Godz. wychowawcza	Projekty uczniowskie Zaj. z psychologiem i pedagogiem Zaj. profilaktyczno- edukacyjne w ETAPIE
8.	<b>Formy pomocy dla osób eksperymentujących i uzależnionych.</b> – Sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych -stres	II III	Godz. wychowawcza	Zaj. profilaktyczno- edukacyjne w ETAPIE Zaj. z psychologiem
9.	<b>Przeciwdziałanie agresji:</b> – Kształtowanie postaw prospołecznych – Zapewnienie bezpieczeństwa w szkole – Integracja zespołów klasowych – Nauka rozwiązywania konfliktów – Nauka jak zapobiegać stresowi – Ćwiczenia umiejętności porozumiewania się	I,II,III I I	Wszystkie przedmioty  WDŻ  WDŻ	Wyjazdy integracyjne klas I Zaj. z psychologiem i pedagogiem Socjoterapia
10	<b>Kultura osobista:</b> – Propagowanie kulturalnych wzorców porozumiewania się – Przeciwstawiamy się wulgaryzmom – Propagowanie zasad dobrego wychowania	I,II,III	Wszystkie przedmioty	Projekty uczniowskie
11	<b>Wagary i niska frekwencja:</b> – Przestrzeganie procedur szkolnych – Sukces szkolny – Konsekwencje opuszczania zajęć	I,II,III	Godz. wychowawcza Wszystkie przedmioty	Konsultacje indywidualne dla uczniów i rodziców z pedagogiem szkolnym
12	<b>Wolontariat</b> – Plan pracy wolontariatu – Udział w lokalnych i ogólnokrajowych akcjach charytatywnych	I,II,III	Szkolny Klub Wolontariatu SAMARYTANIN Koło Caritas	Zajęcia wolontariatu zgodnie z planem pracy i harmonogramem akcji charytatywnych
13	<b>Planowanie własnej kariery i drogi dalszego kształcenia</b>	I,II,III	Godz. wychowawcze Zajęcia techniczne	Zaj. z doradcą zawodowym, pedagogiem , Giełda Szkół i Zawodów, Projekty uczniowskie