

Program Profilaktyki
Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II
w Tarnowie Podgórnym
rok szkolny 2016/2017

Program profilaktyki naszej szkoły został opracowany w oparciu o obserwację i diagnozę problemów środowiska szkolnego, a także o analizę rzeczywistych potrzeb szkoły. Głównym jego założeniem jest promocja zdrowego stylu życia ze szczególnym naciskiem na te działania, które mają na celu wspieranie rozwoju fizycznego, zdrowotnego, emocjonalnego i społecznego uczniów. Program ma również za zadanie poszerzenie umiejętności warsztatowych wychowawców i nauczycieli. Ma dostarczyć im wiedzę psychologiczną po to, aby mogli skuteczniej stosować znane im już i nowopoznane metody pracy z uczniami na zajęciach szkolnych i wycieczkach.

Program realizowany będzie poprzez prowadzenie mini wykładów, pogadank, zabaw, gier psychologicznych. Zdobywane w ten sposób nowe doświadczenia i umiejętności życiowe, dające radość i przyjemność uczniom, mogą przyczynić się do pozytywnych zmian w ich zachowaniu i samopoczuciu. Zwrócenie uwagi na to, w jaki sposób mogą wzmocnić poczucie własnej wartości, prawidłowo współpracować z grupą, uczyć się konkretnych zachowań wobec własnych emocji, zmniejszyć ich potrzebę sięgania w trudnych sytuacjach po środki uzależniające.

Szkoła jest miejscem, w którym kształtują się postawy, normy i relacje między uczniami a także między uczniami a nauczycielami. Okres wczesnoszkolny, jak i szkolny to okres pułapek i błędów wychowawczych. Dlatego też kształtowanie i regulowanie odpowiednich postaw już w najmłodszych klasach powinno stanowić istotę profilaktyki w szkole.

Ze względu na rozwój psychofizyczny dzieci i młodzieży i ich różnorodne potrzeby, wyodrębniono w programie dwa moduły tj. dla klas I-III i dla klas IV-VI.

Okres wczesnoszkolny

Dzieci zaczynają uczyć się nawiązywania relacji z osobami spoza rodziny. Nabywają w tym czasie nowych umiejętności i sprawności. Potrzeby rozwojowe w tej grupie dotyczą głównie aktywności ruchowej, twórczej i zabawowej. Zabawa w tym przedziale wiekowym odgrywa bardzo ważną rolę. Spełnia potrzebę realizowania się w wielu sytuacjach i rolach oraz umożliwia naśladowanie elementów świata dorosłych - co łączy się nieodzownie z mechanizmem uczenia się. Bardzo istotne dla tej grupy jest zaspokojenie potrzeby akceptacji i zauważenia przez rówieśników i dorosłych.

Uczniowie klas 4-6

Dzieci w tym przedziale wiekowym zaczynają budować własną autonomię, poczucie kompetencji i sukcesu. Rozpoczyna się proces budowania własnego JA i wiary we własne zdolności. Zakreśla się wyraźna potrzeba akceptacji i zrozumienia. Na tym etapie nasilają się wpływy rówieśnicze. Zdarza się eksperymentowanie z alkoholem, tytoniem i narkotykami.

Cele programu

1. Kształtowanie prawidłowych postaw i zachowań w zakresie bezpieczeństwa.
2. Rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach nowych, trudnych i niebezpiecznych.
3. Zapobieganie negatywnym zjawiskom (dopalacze, kradzież, wagary, palenie tytoniu, zażywanie narkotyków, zaburzenia odżywiania, agresja słowna - obmawianie i wulgaryzmy w świecie realnym i wirtualnym - portale społecznościowe).
4. Wskazywanie na szkodliwość używek oraz ukazywanie zagrożeń, jakie niosą ze sobą uzależnienia.
5. Promowanie zdrowego stylu życia:
 - zachęcanie do aktywnego i wartościowego spędzania czasu wolnego; wspomaganie zdrowia fizycznego i psychicznego poprzez kształcenie umiejętności i nawyków ruchowych,
 - kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych
 - zainteresowanie nauką i własnych rozwojem.
6. Kształtowanie umiejętności współżycia i współdziałania z innymi.
7. Przeciwdziałanie agresji słownej i fizycznej i uczenie sposobów radzenia sobie z nią.
8. Wzmacnianie poczucia własnej wartości:
 - uczenie świadomego decydowania o sobie i ponoszenia konsekwencji własnych decyzji
 - wyrabianie poczucia tożsamości i własnej wartości oraz wiary w siebie.
9. Wdrażanie do prawidłowego pojmowania norm zachowania przyjętych przez społeczeństwo w miejscach publicznych oraz w środowisku rodzinnym.

Sposób realizacji Szkolnego Programu Profilaktyki

Realizacja odbywać się będzie w ramach:

1. zajęć specjalistycznych:
 - dydaktyczno – wychowawczych i opiekuńczych
 - dydaktyczno – wyrównawczych
 - korekcyjno – kompensacyjnych
 - logopedycznych
 - gimnastyki korekcyjnej
 - rewalidacji
2. zajęć pozalekcyjnych
3. programów i projektów:
 - „Spójrz inaczej”
 - „Szkoła bez przemocy”
 - „Znajdź właściwe rozwiązanie”
 - „Trzymaj formę”
 - „Nie pal przy mnie, proszę!”
 - “Śniadanie daje moc”
 - “Zachowaj Trzeźwy Umysł”
 - “Szkoła promująca zdrowy styl życia”
4. działań wychowawców, nauczycieli i rodziców/opiekunów prawnych (warsztaty, apele, konkursy, organizacja spotkań z ciekawymi ludźmi)
5. spotkań z rodzicami/opiekunami prawnymi:
 - wywiadówki, konsultacje, grupy wsparcia
 - wymiana informacji poprzez dziennik elektroniczny Librus
 - korespondencja z rodzicami oraz różnymi członkami społeczności szkolnej i pozaszkolnej.

Metody realizacji

1. Metody aktywizujące jednostkę i środowisko: quizy, konkursy plastyczne, muzyczne, literackie, apele, przedstawienia teatralne, działalność kół zainteresowań, pomoc

koleżeńska, szkolenia rodziców/opiekunów prawnych oraz nauczycieli, dni otwarte szkoły, zawody sportowe, wycieczki.

2. Metody podające: mini wykład, pogadanka, rozmowa kierowana, dyskusja, projekcja filmów edukacyjnych.

Grupy odpowiedzialne za realizację Szkolnego Programu Profilaktyki oraz przyporządkowane im zadań

Nauczyciele

- współpracują z psychologiem, pedagogiem, wychowawcami klas w realizacji zadań profilaktycznych i pomocy psychologiczno – pedagogicznej
- realizują zalecenia zawarte w opiniach i orzeczeniach wydanych przez PPP, lekarzy specjalistów
- doskonalą kwalifikacje i zdobywają nowe umiejętności w zakresie działań profilaktycznych, pomocy psychologiczno – pedagogicznej
- współpracują z rodzicami lub opiekunami uczniów i wychowanków w celu budowania postawy prozdrowotnej i zdrowego stylu życia.

Wychowawcy klas

- integrują zespół klasowy
- dbają o poczucie bezpieczeństwa dzieci
- pomagają uczniom zdobywać umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach
- realizują zadania w zakresie profilaktyki we współpracy z dyrekcją szkoły, rodzicami/opiekunami prawnymi uczniów, innymi nauczycielami oraz instytucjami działającymi na rzecz pomocy dzieciom i ich rodzinom/opiekunom prawnym
- rozpoznają indywidualne potrzeby uczniów oraz analizują przyczyny niepowodzeń szkolnych
- określają formy i sposoby udzielania pomocy uczniom, w tym dzieciom z wybitnymi uzdolnieniami, pomocy psychologiczno-pedagogicznej, odpowiednio do rozpoznanych potrzeb
- współpracują z psychologiem i pedagogiem szkolnym

- współpracują z rodzicami lub opiekunami uczniów i wychowanków w celu budowania postawy prozdrowotnej i zdrowego stylu życia.

Psycholog, pedagog szkolny

- wspiera pracę wychowawców klas w zakresie profilaktyki i pomocy psychologiczno – pedagogicznej
- współpracuje z rodzicami/opiekunami prawnymi
- diagnozuje problemy środowiska szkolnego
- współpracuje z podmiotami szkoły oraz instytucjami działającymi na rzecz pomocy dzieciom i rodzinom
- inicjuje i organizuje przedsięwzięcia określone w szkolnym programie profilaktyki.

Rodzice

- korzystają z pomocy i wsparcia ze strony wychowawców, nauczycieli, pedagoga i psychologa, pielęgniarki szkolnej,
- wnioskuje do odpowiednich organów i instytucji w sprawach nauczania indywidualnego, badań psychologiczno – pedagogicznych, udziału w zajęciach specjalistycznych.

Osoby i instytucje współpracujące ze szkołą w zakresie realizacji programu profilaktyki: policja, rodzice, pracownicy służby zdrowia, psychologowie zewnątrzni, Komitet Ochrony Praw Dziecka w Poznaniu, Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Tarnowie Podgórnym, kuratorzy sądowi, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Poznaniu, Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna w Tarnowie Podgórnym i Buku, Ośrodek Pomocy Społecznej w Tarnowie Podgórnym, Straż Gminna, Asystent Rodziny.

Przewidywane efekty planowanych działań profilaktycznych

W wyniku zastosowania Szkolnego Programu Profilaktyki:

Uczniowie

- znają podstawowe zasady udzielenia pierwszej pomocy przedmedycznej
- uczestniczą w promocji zdrowego stylu życia
- wiedzą do kogo mogą zwrócić się o pomoc w sytuacji różnych niepowodzeń szkolnych
- zdobędą wiedzę na temat swoich emocji, a także emocji przeżywanych przez swoich rówieśników
- potrafią rozpoznawać emocje i uczucia, poznają sposoby rozładowywania napięć emocjonalnych i dzielą się odczuciami w tym zakresie
- rozwiną umiejętności współpracy w grupie
- rozpoznają swoje mocne i słabe strony
- znają wartościowe sposoby spędzania wolnego czasu
- poznają rodzaje uzależnień i ich negatywne skutki dla organizmu
- pogłębiają wiedzę na temat środków uzależniających (dopalacze, alkohol, narkotyki)
- potrafią wyjaśnić czym jest konflikt, przemoc, zachowania agresywne
- znają różne style rozwiązywania sytuacji trudnych
- potrafią asertywnie zareagować w sytuacji konfliktowej
- znają sposoby radzenia sobie z przemocą, agresją.

Rodzice/Opiekunowie prawni

- korzystają ze wsparcia szkoły i instytucji specjalistycznych.

Nauczyciele/wychowawcy

- pogłębiają wiedzę i zdobywają umiejętności w zakresie oddziaływań profilaktycznych i pomocy psychologiczno- pedagogicznej
- na podstawie Szkolnego Programu Profilaktyki opracowują na każdy rok szkolny plan działań profilaktycznych dla swojej klasy.

Ewaluacja Szkolnego Programu Profilaktyki

Podstawową formą ewaluacji będą:

- ankiety skierowane do uczniów, nauczycieli i rodziców/ opiekunów prawnych
- obserwacja
- wywiad, rozmowa
- nadzór pedagogiczny prowadzony przez dyrekcję szkoły

Bezpieczeństwo

Pierwszy etap edukacyjny I – III

1. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć lekcyjnych, pozalekcyjnych oraz wycieczek
2. Bezpieczne poruszanie się w czasie przerw na boisku, korytarzu.
3. Bezpieczna droga do i ze szkoły.
4. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć lekcyjnych, pozalekcyjnych oraz wycieczek.
2. Bezpieczne poruszanie się w czasie przerw na boisku, korytarzu.
3. Bezpieczna droga do i ze szkoły.
4. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

Popularyzowanie zdrowego stylu życia

Pierwszy etap edukacyjny I – III

1. Dbłość o zdrowie i higienę.
2. Zasady zdrowego żywienia i higieny spożywania posiłków.
3. Rozwijanie aktywności fizycznej.
4. Co jest zdrowe a co szkodzi mojemu zdrowiu.

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Efektywne wykorzystanie czasu wolnego przez dziecko.
2. Higieniczny tryb życia sposobem na zdrowie.

3. Motywowanie do aktywności ruchowej.
4. Wybrane elementy edukacji konsumenckiej.
5. Zasady zdrowego odżywiania dzieci i młodzieży.
6. Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związane z nieprawidłowym odżywianiem: nadwaga, otyłość, anoreksja, bulimia.

Niepowodzenia szkolne

Pierwszy etap edukacyjny I – III

1. Pomoc uczniom mającym problemy z nauką.
2. Pomoc koleżeńska w ramach klasy.
3. Przekazywanie wiedzy na temat technik uczenia się.
4. Informowanie uczniów o istniejących na terenie szkoły formach pomocy dla dzieci, które mają problemy z nauką.

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Pomoc uczniom mającym problemy z nauką.
2. Pomoc koleżeńska w ramach klasy.
3. Przekazywanie wiedzy na temat technik uczenia się.
4. Informowanie uczniów o istniejących na terenie szkoły formach pomocy dla dzieci, które mają problemy z nauką.

Przeciwdziałanie agresji i przemocy

Pierwszy etap edukacyjny I – III

1. Jak radzić sobie z trudnymi emocjami i uczuciami?
2. Kształtowanie właściwego stosunku do pozytywnych i negatywnych emocji.
3. Jak radzić sobie z agresją i przemocą?
4. Jak rozwiązywać konflikty w klasie?
5. Gdzie szukać pomocy w sytuacjach zagrażających bezpieczeństwu fizycznemu i psychicznemu?
6. Zjawisko przemocy z wykorzystaniem nowoczesnych technologii informacyjnych.

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Istota agresji.
2. Presja grupy - jak sobie z tym poradzić?
3. Jak rozwiązywać konflikty w klasie?
4. Jak sobie radzić z agresją i przemocą ze strony rówieśników i dorosłych.
5. Sposoby przeciwdziałania agresji.
6. Zjawisko przemocy z wykorzystaniem nowoczesnych technologii informacyjnych

Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć***Pierwszy etap edukacyjny I – III***

1. Czym są emocje. Jakie mają znaczenie w naszym życiu.
2. Jak sobie radzić z emocjami?
3. Rozpoznajemy i wyrażamy uczucia.
4. Przykre uczucia w naszym życiu i jak sobie z nimi radzić.
5. Jak wzmocnić poczucie własnej wartości?
6. Różnice i podobieństwa między nami.
7. Poznawanie swoich zalet i wad.
8. Moje sukcesy.

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Czym są emocje. Jakie mają znaczenie w naszym życiu.
2. Jak sobie radzić z emocjami?
3. Rozpoznajemy i wyrażamy uczucia.
4. Przykre uczucia w naszym życiu i jak sobie z nimi radzić.
5. Jak wzmocnić poczucie własnej wartości?
6. Różnice i podobieństwa między nami.
7. Poznawanie swoich zalet i wad.
8. Moje sukcesy.

Uczestnictwo w grupie

Pierwszy etap edukacyjny I – III

1. Wzajemne poznanie się uczniów klasy.
2. Autoprezentacja.
3. Jesteśmy klasą.
4. Co możemy zrobić, aby w naszej grupie było bezpiecznie i miło.
5. Komunikacja werbalna i niewerbalna.
6. Grupy, do których należymy.
7. Moje przyjaźnie.
8. Jak pomagamy innym.
9. Ludzie różnią się między sobą, czyli o akceptacji inności.
10. Każdy z nas ma swój talent.
11. Umiejętności pomagające w życiu.

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Jesteśmy klasą.
2. Grupy, do których należymy.
3. Moja rodzina.
4. Moje przyjaźnie.
5. Uczymy się współdziałania w grupie i pozytywnej rywalizacji.
6. Pomaganie innym.
7. Uczymy się odmawiać.
8. Ludzie różnią się między sobą, czyli o akceptacji inności.
9. Każdy z nas ma swój talent.
10. Umiejętności pomagające w życiu.

Przeciwdziałanie uzależnieniom

Pierwszy etap edukacyjny I – III

1. Substancje szkodliwe dla naszego organizmu.
2. Jak używać lekarstw?

3. **Czym dla nas jest telewizja, Internet? Przyjaciel czy wróg?**
4. **Zagrożenia dla zdrowia wynikające z zażywania dopalaczy, picia alkoholu.**
5. **Jak bronić się przed manipulacją w świecie wirtualnym (portale społecznościowe)?**
6. **Uczymy się mówić “nie”.**

Drugi etap edukacyjny IV – VI

1. Substancje szkodliwe dla naszego organizmu - zagrożenia
 - dopalacze
 - papierosy – nikotyna
 - alkohol
 - narkotyki
 - leki w celach innych niż medyczne
 - suplementy diety
2. Uświadomienie istnienia mechanizmu nacisku indywidualnego i grupowego.
3. Uczymy się mówić „nie”.
4. Jak bronić się przed manipulacją w świecie wirtualnym (portale społecznościowe)?
5. **Czym dla nas jest telewizja, Internet? Przyjaciel czy wróg?**

Program opracowały:

Danuta Stachowiak

Mariola Walusz

Anna Dzięcioł