

PROGRAM PROFILAKTYKI

w Publicznym Gimnazjum im. Bpa P. Gołębiowskiego w Jedlińsku

**ROK SZKOLNY 2010/2011
2011/2012
2012/2013**

Podstawa prawna:

- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2002 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie ramowych statutów publicznego przedszkola oraz publicznych szkół.
- Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19 sierpnia 1994 roku.
- Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (z dnia 26 października 1982 r. znowelizowana 27 kwietnia 2001r.)
- -Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997 roku o przeciwdziałaniu narkomanii.
- Ustawa z dnia 9 listopada 1995 roku o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych

Wstęp:

Z badań epidemiologicznych wynika, że nadal wzrasta liczba młodych ludzi podejmujących rozmaite zachowania ryzykowne. Tym terminem określa się różne działania niosące ryzyko negatywnych konsekwencji zarówno dla zdrowia fizycznego i psychicznego jednostki, jak i jej otoczenia społecznego. Do najpoważniejszych zachowań ryzykownych zalicza się : palenie tytoniu, picie alkoholu, używanie innych środków psychoaktywnych (narkotyków, środków wziewnych, leków), wczesna inicjacje seksualną, zachowania agresywne i przestępcze, uzależnienie od Internetu, gier komputerowych.

Lista innych niepokojących zachowań, które podejmują młodzi w okresie dorastania jest obszerna. Porzucanie nauki szkolnej, ucieczki z domu, stosowanie różnych dziwnych diet dla poprawienia swej atrakcyjności, to tylko kilka przykładów z tej listy. Picie , palenie, odurzanie się narkotykami, nieuporządkowane życie seksualne, agresja i przestępczość należą do repertuaru zachowań wielu ludzi dorosłych, jednak negatywne konsekwencje zachowań ryzykownych u młodzieży są zazwyczaj poważniejsze i występują szybciej niż u osób dorosłych z powodu nie zakończonego jeszcze rozwoju biologicznego, intelektualnego, emocjonalnego i społecznego.

Cechy, sytuacje, warunki sprzyjające powstawaniu zachowań ryzykownych to **czynniki ryzyka**, zaś cechy, sytuacje, warunki zwiększające odporność na czynniki ryzyka to **czynniki chroniące**.

Psychoterapeuci do najważniejszych czynników chroniących zaliczają : silną więź emocjonalną z rodzicami, zainteresowanie nauką szkolną, regularne praktyki religijne, poszanowanie prawa, norm, wartości i autorytetów społecznych, przynależność do pozytywnej grupy. Warunkiem skutecznej profilaktyki jest skoordynowanie działań w eliminowaniu lub redukcji czynników ryzyka i wzmacnianie czynników chroniących. Profilaktyka prowadzona w gimnazjum to profilaktyka pierwszorzędowa, polegająca na działaniach prewencyjnych obejmująca szerokie nie zdiagnozowane populacje.. Celem naszego programu jest promocja zdrowego stylu życia oraz opóźnianie wieku inicjacji, a przez to zmniejszenie zasięgu zachowań ryzykownych. Poprzez różne oddziaływania chcemy młodzieży przekazać komunikat „**POCZEKAJ DO DOROSŁOŚCI WE WSZYSTKICH JEJ PŁASZCZYZNACH** „,

Nasz program będzie polegała na rozwijaniu czynników, które chronią młodzież przed uzależnieniami, takich jak:

- ❖ tworzenie przyjaznego środowiska szkolnego,
- ❖ wzbudzanie przekonania, że nauka jest wartością
- ❖ kształtowanie postaw prozdrowotnych,
- ❖ zagospodarowanie czasu wolnego młodzieży
- ❖ wzmacnianie więzi z rodzicami i oparcia w rodzinie.

oraz eliminowaniem czynników ryzyka, takich jak:

- ❖ narastające problemy szkolne
- ❖ trudności adaptacyjne,
- ❖ wczesne kontakty z legalnymi środkami zmieniającymi nastrój
- ❖ utrata lub brak zainteresowań
- ❖ poważne konflikty rodzinne
- ❖ brak poczucia przynależności społecznej

Program profilaktyki jest programem informacyjno – edukacyjnym.

WYCHOWANIE PROZDROWOTNE I PROFILAKTYKA ZAGROŻEŃ

I ZADANIA SZKOŁY:

- ❖ kształtowanie potrzeby zdrowego stylu życia.
- ❖ kształtowanie umiejętności samodzielnego dokonywania właściwych wyborów, zachowań chroniących zdrowie własne i innych osób.
- ❖ kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych i higienicznych.
- ❖ zapoznanie z psychologicznymi i społecznymi mechanizmami uzależnień, w szczególności alkoholizmu, nikotynizmu i narkomanii,
- ❖ profilaktyka uzależnień, ukazywanie wartości życia wolnego od uzależnień i nałogów, uświadamianie zagrożeń związanych z nałogami i uzależnieniem od narkotyków.
- ❖ zapoznanie z formami zapobiegania i informowanie o ośrodkach zajmujących się terapią.
- ❖ podnoszenie poziomu wiedzy na temat AIDS i innych groźnych chorób współczesnego świata.
- ❖ pomoc w przygotowywaniu się do pełnienia ról społecznych oraz uczestnictwa w tworzeniu zdrowych środowisk życia, pracy i zabawy.
- ❖ propagowanie form aktywnego spędzania wolnego czasu.
- ❖ przygotowanie do świadomego korzystania ze środków multimedialnych (problem uzależnienia od telewizji i komputera).
- ❖ propagowanie ekologicznego modelu funkcjonowania we współczesnym świecie – uświadomienie zagrożeń cywilizacyjnych i ukazywanie sposobów zapobiegania degradacji środowiska naturalnego.

II CELE REALIZOWANYCH ZADAŃ

- ❖ uświadomienie uczniom podstawowych zasad i mechanizmów ochrony i promocji zdrowia,
- ❖ wpojenie młodzieży poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- ❖ ukazanie młodym ludziom wartości życia wolnego od uzależnień i nałogów,
- ❖ kształtowanie postaw i zachowań alternatywnych, związanych z umiejętnością odmawiania,
- ❖ wdrożenie do stosowania na co dzień zasad zdrowego stylu życia,
- ❖ wykorzystywanie przez młodzież zdobytej wiedzy do planowania dorosłych ról rodzinnych i społecznych.

III SPOSOBY REALIZACJI ZADAŃ:

- ❖ lekcje biologii, wychowania fizycznego, WOS, religii, lekcje wychowawcze, lekcje WDŻ.
- ❖ realizowanie tematów zgodnie z obowiązującymi aktualnie programami nauczania i ustalonym na bieżący rok szkolny „Programem Wychowawczym Szkoły” (higiena osobista i otoczenia, zasady bezpieczeństwa w szkole i poza szkołą, zasady bezpiecznego wypoczynku letniego i zimowego, skutki nieprawidłowego żywienia, co to jest zdrowa żywność, zasady planowania i organizowania czasu wolnego, higiena psychiczna, zasady prawidłowej komunikacji – asertywność, nikotyna – niszczyciel organizmu i otoczenia, narkotyki – brać lub żyć i t p.).
- ❖ spotkania z policjantami
- ❖ współpraca z ośrodkami do spraw uzależnień
- ❖ realizacja programów profilaktycznych lub ich elementów.

- ❖ zajęcia warsztatowe prowadzone przez pedagoga szkolnego w ramach projektu edukacyjnego
- ❖ udział w konkursach poświęconych promocji zdrowego stylu życia
- ❖ udział w spektaklach profilaktycznych
- ❖ przygotowanie przez uczniów plakatów i prac plastycznych związanych z profilaktyką uzależnień.
- ❖ ankietowanie uczniów na temat zagrożeń.
- ❖ włączanie się w ogólnopolskie akcje „Dzień bez papierosa”, kampania Dzień Bezpiecznego Internetu
- ❖ udział młodzieży w zajęciach sportowych.
- ❖ realizacja zajęć edukacyjnych „Wychowanie do życia w rodzinie”.

PROGRAM DZIAŁAŃ PRZECIWSTAWIAJĄCYCH SIĘ NEGATYWNYM ZJAWISKOM I PATOLOGIOM SPOŁECZNYM

I ZADANIA SZKOŁY:

- ❖ Rozwijanie u uczniów umiejętności interpersonalnych;
- ❖ Pogłębianie umiejętności rozumienia siebie i świata;
- ❖ Rozbudzanie potrzeby zmiany własnych postaw wobec siebie i innych;
- ❖ Budowanie w świadomości ucznia wizji własnego rozwoju jako czynnika sprzyjającego osiągnięciu sukcesów osobistych, zawodowych, społecznych;
- ❖ Kształtowanie u młodzieży akceptowanego społecznie systemu wartości moralnych;
- ❖ Rozwijanie umiejętności konstruktywnej krytyki;
- ❖ Uczenie rozpoznawania emocji i sposobów rozładowywania napięć, rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem;
- ❖ Wzmacnianie przekonania o własnej wartości (czynnik niezbędny do pokonywania nacisku grupy);
- ❖ Kształtowanie osobowości, charakteru, uczuć wyższych i postaw prospołecznych;
- ❖ Wyrabianie u uczniów pilności i pracowitości;
- ❖ Ukazywanie mechanizmów powstawania przemocy i jej przejawów
- ❖ Uważliwanie na zachowania patologiczne i rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych;
- ❖ Kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, podejmowania świadomych i odpowiedzialnych decyzji;
- ❖ Uświadamianie zagrożeń płynących ze zdobyczy techniki (mass-media, komputery cyberprzemoc);
- ❖ Wyrabianie umiejętności rezygnacji i postawy sprzeciwu wobec przewrotnego oddziaływania reklamy;
- ❖ Rozwijanie aktywności młodzieży w różnych dziedzinach życia, zwiększanie zaangażowania w sprawy środowiska lokalnego (klasa, szkoła), uczenie wykorzystywania wolnego czasu w rozsądny sposób (np. hobby, sport).

II CELE REALIZOWANYCH ZADAŃ

- ❖ kształtowanie osobowości młodego człowieka (prawidłowych postaw życiowych, humanizmu, szacunku dla drugiego człowieka) i stymulowania do samorozwoju jednostki;
- ❖ zapobieganie zjawiskom negatywnym, przestępczości, wszelkim patologiom wśród młodzieży;
- ❖ zdobycie przez uczniów umiejętności pozwalających podejmować zdecydowane kroki związane z przezwyciężaniem patologii;
- ❖ wpojenie młodzieży zasad kultury osobistej.

III SPOSOBY REALIZACJI ZADAŃ

- ❖ zdecydowane reagowanie pracowników szkoły na wszelkie przejawy przemocy, brutalności, złego zachowania, braku kultury wśród młodzieży, niszczenia mienia.
- ❖ realizowanie na lekcjach wychowawczych tematów dotyczących poznawania samego siebie, kultury osobistej człowieka, subkultur młodzieżowych, agresji wśród uczniów, przemocy w rodzinie.
- ❖ realizacja zadań kampanii Dzień Bezpiecznego Internetu
- ❖ zajęcia warsztatowe prowadzone przez pedagoga szkolnego dla rodziców „Szkoła Dla Rodziców”
- ❖ indywidualna opieka pedagoga i wychowawcy nad młodzieżą z rodzin dysfunkcyjnych, wymagającą indywidualnego traktowania ze względu na deficyty emocjonalne.
- ❖ dyskusje, gry dramowe stosowane na lekcjach wychowawczych, na lekcjach języka polskiego.
- ❖ ankiety i przeprowadzane wśród uczniów, diagnozowanie szkolnego środowiska wychowawczego.
- ❖ realizowanie scenariuszy zajęć integrujących zespoły pierwszoklasistów
- ❖ wspieranie inicjatyw młodzieży.
- ❖ współpraca z Gminną Komisją ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

DZIAŁANIA SZKOŁY WOBEC PROBLEMU DOSTĘPNOŚCI I UŻYWANIA PRZEZ MŁODZIEŻ ŚRODKÓW UZALEŻNIAJĄCYCH

DZIAŁANIA SZKOŁY WOBEC PROBLEMU UZALEŻNIEŃ

I Zadania ukierunkowane na uczniów:

- ❖ poprawa komunikacji w relacjach uczeń – uczeń i głównie uczeń – nauczyciel;
- ❖ praca nad wzrostem poczucia bezpieczeństwa uczniów w szkole i klasie;
- ❖ wzrost zaufania uczniów do nauczycieli;

- ❖ ćwiczenie umiejętności psychologicznych, których deficyty prowadzą do uzależnień, np. podejmowanie samodzielnych wyborów, umiejętność odmawiania;
- ❖ wyposażanie w wiedzę na temat mechanizmów uzależnień;
- ❖ rozpoznawania uczniów eksperymentujących z narkotykami
- ❖ propagowanie zdrowego stylu życia
- ❖ informowanie o profesjonalnych formach pomocy dla osób uzależnionych
- ❖ informowanie o aktach prawnych dotyczących narkomanii

II Zadania ukierunkowane na nauczycieli:

- ❖ wyposażenie nauczycieli w wiedzę dotyczącą mechanizmów uzależnień i środków uzależniających;
- ❖ wyposażenie w umiejętności rozpoznawania akcesoriów towarzyszących narkotykom;
- ❖ umiejętność rozpoznawania uczniów eksperymentujących z narkotykami;
- ❖ nabywanie umiejętności prowadzenia rozmów z uczniami eksperymentującymi z narkotykami ich rodzicami.

III Zadania ukierunkowane na rodziców uczniów:

- ❖ pozyskiwanie zaufania i chęci współpracy;
- ❖ pomoc rodzicom w rozwiązywaniu problemów wychowawczych;
- ❖ udzielanie kompetentnych porad i informacji na temat możliwości pomocy rodzinie;
- ❖ uwalnianie rodziców od poczucia winy i wsparcie w podjęciu decyzji dotyczącej korzystania z profesjonalnej pomocy.

OPRACOWANIE:

Zespół Opracowujący Program Profilaktyki Szkoły

Wicedyrektor szkoły
 Pedagog szkolny
 Przewodnicząca zespołu klas pierwszych
 Przewodniczący zespołu klas drugich
 Przewodnicząca zespołu klas trzecich

Piszak Agnieszka
 Politowska Jolanta
 Mucha Maria
 Wójcik Roman
 Salak Justyna