

***SZKOLNY  
PROGRAM  
PROFILAKTYKI***

**ZESPOŁU SZKÓŁ  
OGÓLNOKSZTAŁCĄCYCH  
W MYŚLENICACH**

W rozumieniu potocznym profilaktyka oznacza zapobieganie występowaniu zjawisk niepożądanych. Według W. Okonia **profilaktyka** to ogół działań zapobiegających niepożądanym zjawiskom w rozwoju i zachowaniu się ludzi. W pedagogice oznacza zapobieganie powstawaniu u dzieci niepożądanych przyzwyczajzeń i postaw, błędów w uczeniu się lub postawie ciała. W tym znaczeniu profilaktyka oznacza wszelkie pożądane oddziaływanie pedagogiczne, wytwarzając bowiem jakieś wartościowe cechy, jednocześnie zapobiega powstawaniu cech niepożądanych lub ich utrwaleniu się<sup>1</sup>.

Współczesne podejście profilaktyki obejmuje trzy stopnie działań profilaktycznych:

- **profilaktyka stopnia I** skierowana do grup niskiego ryzyka, obejmująca szerokie i niezdiagnozowane grypy osób, której celem jest promocja zdrowego stylu życia oraz opóźnienie wieku inicjacji zachowań ryzykownych;
- **profilaktyka stopnia II** adresowana do grup podwyższonego ryzyka i osób po inicjacji zachowań ryzykownych, której celem jest obniżenie czasu i głębokości dysfunkcji oraz wycofanie się z ryzykownego działania;
- **profilaktyka stopnia III** skierowana do grup wysokiego ryzyka obejmująca działania lecznicze, rehabilitacyjne oraz resocjalizacyjne, której celem jest przeciwdziałanie rozszerzaniu się degradacji społecznej oraz powrót do normalnego funkcjonowania.

Przeprowadzone badania ankietowe wskazały na konieczność ujęcia w Szkolnym Programie Profilaktyki przede wszystkim działań z obszaru profilaktyki I, II stopnia ale również obejmujące zakres profilaktyki III stopnia w stosunku do uczniów wykazujących wysoki stopień ryzyka patologii społecznych. Szkolny Program Profilaktyki koncentruje się przede wszystkim na redukcji i eliminacji czynników ryzyka (min. osobowościowych, rodzinnych i środowiskowych) oraz wzmacnianiu czynników chroniących (min. zainteresowanie nauką szkolną, poszanowanie norm i autorytetów, wzmacnianie więzi emocjonalnej z rodziną, działalność w konstruktywnych grupach rówieśniczych) przed występowaniem wśród młodzieży zachowań ryzykownych (alkoholizm, narkomania, niktynizm, przemoc, wczesna inicjacja seksualna).

<sup>1</sup> Por. W. Okoń, *Nowy słownik pedagogiczny*, Warszawa 1998, s. 315-316.

Szkolny Program Profilaktyki został opracowany na podstawie przeprowadzonych w latach 2003/04 i 2004/05 badań ankietowych. Ankieta w roku 2003 przeprowadzona była na grupie reprezentacyjnej ok. 150 uczniów klas I-IV i dotyczyła zagadnień: uzależnienia, stresu, zdrowego trybu życia. Badania ankietowe z 2004 roku obejmowały wszystkich uczniów klas I-II oraz wybranych uczniów klas III (ok. 700 osób) i obejmowała zagadnienia : uzależnienia, przemocy, stresu, molestowania seksualnego.

Szkolny Program Profilaktyki opracowany przez zespół w składzie:

przewodnicząca – Grażyna Kucharczyk – nauczyciel biologii i wf  
Grażyna Łętocha – nauczyciel biologii  
Małgorzata Twardowska – nauczyciel biologii  
Katarzyna Dąca – nauczyciel wf  
Ryszard Paliński – nauczyciel wf  
Agnieszka Proszek – wicedyrektor  
Ewa Paniak

Szkolny Program Profilaktyki został opracowany na podstawie przeprowadzonych badań ankietowych w latach 2003/04 i 2004/05. Ankieta w roku szkolnych 2003 poświęcona

1. Podstawy prawne.
2. Cel ogólny.
3. Zawartość, zakres i formy oddziaływań.

Ad 1.

- Konstytucja art. 72
- Konwencja o prawach dziecka – 1989.art.3,19,33
- Ustawa o systemie oświaty (zapis postulujący wprowadzenie programów profilaktycznych)
- Rozporządzenie o podstawie programowej
- Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii z 24.04.1997r.
- Rozporządzenie MENiS z dnia 31.01.2002r. dot. ramowych statutów publicznych szkół
- Ustawa o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 19.08.1994r.
- Ustawa o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu z dnia 09.11.1995r.
- Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi z dnia 26.10.1982r.

Ad 2.

Cel ogólny:

„Ochrona ucznia przed zagrożeniami rozwoju, zaspokajaniu potrzeb psychicznych, pomocy w realizowaniu celów rozwojowych i uczenie umiejętności radzenia sobie z trudnościami w życiu.”

Ad 3.

Program Profilaktyki Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Myślenicach skierowany jest do nauczycieli, rodziców i uczniów.

Obszary działania:

1. Przeciwdziałanie alkoholizmowi
2. Zapobieganie wagarowaniu
3. Profilaktyczny program walki ze stresem
4. Profilaktyka nowotworów (wykrywanie raka piersi)
5. Podejmowanie działań wobec uczniów, których rodzice przebywają za granicą.

**Zagadnienia do programu profilaktycznego i wychowawczego szkoły.**

1. Psychologiczne skutki sytuacji kryzysowych.
  - Stres i jego wpływ na zachowanie ludzi
  - Reakcje człowieka na stres
  - Jak radzić sobie ze stresem
  - Choroby cywilizacyjne (nerwice, zawał serca, miażdżyca, choroby układu nerwowego)
  - Zdrowy tryb życia („dbanie o ciało i ducha”)
2. Rola jednostki w kształtowaniu własnego i społecznego bezpieczeństwa.
  - Przestępczość, rodzaje i przyczyny.
  - Rodzaje patologii społecznych wśród dzieci i młodzieży/nikotynizm, uzależnienia od alkoholu, narkomania?
  - Zachowania pro społeczne sprzyjające bezpieczeństwu własnemu i społecznemu.
3. Postępowanie w przypadku różnego rodzaju zagrożeń związanych z czasem pokoju.
4. Kształtowanie otwartości i wrażliwości na potrzeby innych.
5. Kształtowanie odpowiednich postaw obywatelskich
  - Uczestnictwo w uroczystościach państwowych/ 11 listopada, 3 maja/
6. Organizacja i prowadzenie akcji ratowniczej w rejonie porażenia, zagrożeń.
7. Komunikacja interpersonalna.

## PROFILAKTYKA UZALEŻNIAŃ

CEL	ZADANIE	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	REALIZATORZY
Profilaktyka pierwszorzędowa	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poczucie własnej wartości</li> <li>• spełnienie oczekiwań społecznych</li> <li>• kształtowanie systemu wartości</li> <li>• kształtowanie postawy asertywnej – umiejętność odmawiania</li> <li>• komunikowanie interpersonalne</li> <li>• poszukiwanie pracy, wybieranie zawodów</li> </ul>	Warsztaty  GDDW	Według harmonogramu	Wychowawcy Pedagog

### I. PRZECIWDZIAŁANIE ALKOHOLOWI

CEL	ZADANIE	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	REALIZATORZY
Uczeń zna wpływ alkoholu na organizm	Dostarczanie wiedzy nt. wpływu alkoholu na organizm, chorób będących następstwem nadużywania alkoholu	Lekcje biologii GDDW Spektakl teatralny	Cały rok	Biolodzy Wychowawcy Pedagog
Zna etapy uzależnienia	Zapoznanie uczniów z opisem etapów uzależnienia		Cały rok	
Zna konsekwencje społeczne alkoholizmu	Zapoznanie uczniów z negatywnym wpływem alkoholizmu na relację w obrębie rodziny i najbliższego środowiska		Cały rok	
Potrafi aktywnie spędzać wolny czas	Propagowanie aktywnego spędzania wolnego czasu	Organizacja zajęć pozalekcyjnych, wycieczek	Cały rok	
Współpraca rodziców z wychowawcą klasy	Dostarczanie informacji o wynikach ankiety dotyczącej alkoholizmu wśród młodzieży Zapoznanie rodziców ze Statutem Szkoły i regulaminem wycieczek szkolnych	Zebrania rodziców	Cały rok	Wychowawcy

## II. PRZECIWDZIAŁANIE NARKOMANII I NIKOTYNIZMOWI

<b>CEL</b>	<b>ZADANIE</b>	<b>SPOSÓB REALIZACJI</b>	<b>TERMIN</b>	<b>REALIZATORZY</b>
Uczeń wie co to jest uzależnienie i zna mechanizmy uzależnień	Dostarczanie wiedzy nt. mechanizmów uzależnień	GDDW Spotkanie z policją lub osobą uzależnioną Warsztaty szkoleniowe dla uczniów i rodziców. Plakaty przygotowane przez uczniowską Sekcję Profilaktyki.	Cały okres realizacji	Biolog Wychowawcy Pedagog
Uczeń wie do kogo i gdzie może zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia uzależnieniem.	Zapoznanie się z formami pomocy osobom uzależnionym i zagrożonym uzależnieniami	Działalność uczniowskiej Sekcji Profilaktyki. Zajęcia na GDDW Przekazanie informacji na temat działających ośrodków leczących uzależnienia	Cały okres realizacji	
Uczeń zna konsekwencje społeczne, zdrowotne i psychologiczne sięgania po substancje psychoaktywne.	Zapoznanie uczniów z negatywnym wpływem substancji psychoaktywnych na organizm i relacje interpersonalne oraz funkcjonowanie społeczne.	Warsztaty szkoleniowe dla uczniów GDDW Spektakle teatralne.	Cały okres realizacji, według harmonogramu	
Ukazanie działań i zachowań alternatywnych	Propagowanie aktywnego spędzania wolnego czasu	Organizacja zajęć pozalekcyjnych, wycieczek, imprez szkolnych, akcji profilaktycznych.	Cały okres realizacji	
Współpraca rodziców z wychowawcą klasy	Dostarczanie informacji o wynikach ankiety dotyczącej narkomanii wśród młodzieży	Zebrań rodziców Prelekcje „Jak rozpoznać, że dziecko bierze”	Cały okres realizacji	Wychowawcy Pedagog

## ZAPOBIEGANIE WAGAROWANIU

CEL	ZADANIE	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	REALIZATORZY
<b>I. NAUCZYCIEL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wspomaga ucznia w budowaniu poczucia własnej wartości</li> <li>• zna przyczyny wagarów i potrafi skutecznie motywować uczniów do udziału w zajęciach</li> <li>• kontrola frekwencji uczniów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotowanie nauczycieli do realizacji programu profilaktycznego</li> <li>• opracowanie sposobów motywowania uczniów do uczestnictwa w zajęciach, zaniechania wagarów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Szkoleniowe rady pedagogiczne</li> <li>• Rozmowy indywidualne</li> <li>• Pogadanki na temat motywowania uczniów</li> <li>• Kontrola dzienników</li> <li>• Kontrola uczniów wagarujących</li> </ul>	Cały okres realizacji	
<b>II. UCZEŃ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zna konsekwencje opuszczania zajęć szkolnych</li> <li>• umie właściwie planować pracę w krótkim i długim przedziale czasowym</li> <li>• korzysta z pomocy koleżeńskiej lub zwraca się o pomoc do nauczyciela w przypadku trudności w nauce</li> <li>• potrafi konsekwentnie dążyć do wyznaczonych sobie celów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zapoznanie uczniów ze Statutem Szkoły, regulaminem klasyfikowania i oceniania, programem wychowawczym szkoły</li> <li>• Kształtowanie umiejętności planowania i organizowania czasu – układanie planów pracy: tygodniowego, miesięcznego okresowego</li> <li>• Organizowanie w obrębie klasy pomocy koleżeńskiej, wspomaganie ucznia mającego trudności w nauce przez nauczyciela, chwalenie jego postępów</li> <li>• Zachęcanie uczniów do udziału w kółkach zainteresowań, zawodach, konkursach, olimpiadach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• GDDW</li> <li>• Indywidualne rozmowy</li> <li>• GDDW</li> <li>• Powoływanie „zespołów pomocy uczniowskiej w klasach</li> <li>• Zajęcia pozalekcyjne</li> </ul>	Wrzesień  Wrzesień/październik  Cały okres realizacji  Cały okres realizacji	
<b>III. RODZICE</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrafią współpracować z wychowawcą</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dostarczanie rzetelnej informacji o frekwencji i postępach w nauce dziecka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zebrania z rodzicami</li> </ul>	Cały okres realizacji	

## PROFILAKTYCZNY PROGRAM WALKI ZE STRESEM

CEL	ZADANIE	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	REALIZATORZY
Potrafi określić istotę stresu .	Pogłębić wiedzę uczniów nt. stresu	Lekcje biologii GDDW, w-f.	Cały okres realizacji	Biolodzy Wychowawcy Nauczyciele w-f.
Zna podłoże biologiczne stresu Potrafi rozpoznać objawy sytuacji stresowej	Rozwijać umiejętności redukowania stresu doraźnego i długofalowego.	Szkolenie nauczycieli i wychowawców do prowadzenia bloku lekcji „Stres pod kontrolą”	Cały okres realizacji	
Zna strategię działania stresu	Pobudzać zainteresowania uczniów sprawami zdrowia.	GDDW	Cały okres realizacji	
Umie redukować stres i zapobiegać jego niekorzystnym dla zdrowia skutkom..	Kształtować umiejętność radzenia sobie ze stresem i zapobiegania jego niekorzystnym skutkom.	GDDW	Cały okres realizacji	

## PROFILAKTYCZNY PROGRAM RAKA SUTKA

CEL	ZADANIE	SPOSÓB REALIZACJI	TERMIN	REALIZATORZY
Uczennica zna czynniki powstawania raka piersi.	Dostarczenie rzetelnej wiedzy o czynnikach sprzyjających powstaniu raka piersi.	Lekcje biologii GDDW, w-f.	Według harmonogramu	Wychowawcy Nauczyciele : M. Twardowska, G. Kucharczyk..
Uczennica zna techniki badania raka piersi.	Zapoznanie z technikami badania piersi.	Spotkanie z uczniami klas maturalnych	cały okres realizacji	
Potrafi określić objawy raka piersi.	Przedstawienie najczęściej występujących objawów raka piersi.	Ćwiczenia na fantomie Rozdawanie ulotek	Według harmonogramu	
Systematycznie dokonuje badania piersi.	Wdrażanie do systematycznej samokontroli.	Ucniowska akcja przeciwdziałania raka piersi	Według harmonogramu	

### PROFILAKTYCZNY PROGRAM „EUROSIEROTY”

<b>CEL</b>	<b>ZADANIE</b>	<b>SPOSÓB REALIZACJI</b>	<b>TERMIN</b>	<b>REALIZATORZY</b>
Zapoznanie się z problemem „eurosierot” na terenie szkoły	Pozyskanie informacji o uczniach, których rodzice przebywają za granicą	Ankiety, rozmowy indywidualne	Cały rok	Wychowawcy Pedagog, Wicedyrektor
Ocena wpływu przebywania rodziców za granicą na postawę i rozwój ucznia	Zapoznanie się z warunkami bezpieczeństwa i prawidłową opieką sprawowaną nad uczniami	Rozmowy indywidualne, rozmowy z pracownikami GOPS i MOPS	cały okres realizacji	Wychowawcy, Pedagog
Pomoc uczniom mającym kołopoty z adaptacją w nowej sytuacji życiowej	Rozpoznanie problemu : 1) pomoc psychologiczno – pedagogiczna. 2) pomoc dydaktyczna np. udział uczniów w bezpłatnych kółkach i innych zajęciach pozalekcyjnych.	Omówienie rozwiązań, form pomocy podczas posiedzeń Rady Pedagogicznej oraz na spotkaniach z rodzicami.	Cały rok	Dyrekcja, Pedagog, Wychowawcy.