



**PROGRAM PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ  
REALIZOWANY  
W ZESPOLE SZKÓŁ SPECJALNYCH NR 3 W KRAKOWIE,  
UL. WIELICKA 265**

## **PODSTAWY PRAWNE DLA DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH W SZKOLE**

- Rozporządzenie z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniami.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 lutego 2007 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ramowych statutów publicznych przedszkoli oraz publicznych szkół.
- Rządowy program poprawy stanu bezpieczeństwa w szkołach i placówkach „Zero tolerancji dla przemocy w szkole” przyjętego uchwałą Rady Ministrów nr.28/2007 z dnia 6 marca 2007 r.
- Rozporządzenie Rady Ministrów z 13 września 2011 r. o procedurze „Niebieskiej Karty”.
- Rozporządzenie MENiS z dnia 30 kwietnia 2013 roku w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach. (Dz.U.2013.532).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2015 r. w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii.
- Uchwały Rady Ministrów nr 130/2014 z 8 lipca 2014 r. w sprawie przyjęcia RZĄDOWEGO PROGRAMU NA LATA 2014 - 2016 „BEZPIECZNA I PRZYJAZNA SZKOŁA”.
- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałania alkoholizmowi.
- Ustawa z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych.
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego.
- Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii.
- Konwencję o prawach osób niepełnosprawnych, sporządzoną w Nowym Jorku dnia 13 grudnia 2006 r.
- Ustawa z dnia 10 czerwca 2010 roku o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie oraz niektórych innych ustaw.
- Ustawa z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej.
- Konwencja o Prawach Dziecka.

## **WSTĘP**

Profilaktykę rozumie się jako proces wspierający zdrowie psychiczne i fizyczne poprzez pomoc i towarzyszenie uczniowi w zdobywaniu wiedzy o zagrożeniach dla zdrowia oraz w nabywaniu umiejętności przeciwdziałania tym zagrożeniom.

W związku ze zwiększającymi się potrzebami przeciwdziałania zjawiskom zagrażającym zdrowiu i bezpieczeństwu dzieci istnieje konieczność podejmowania kompleksowych działań profilaktycznych na terenie szkoły. Głównymi założeniami tego programu jest kreowanie zdrowego i bezpiecznego stylu życia, szeroko pojęta profilaktyka uzależnień, zapobieganie zachowaniom agresywnym u uczniów naszej szkoły oraz szeroko pojęta edukacja uczniów, niezbędna do wykształcenia właściwych postaw i zachowań. Program ten swym zakresem obejmuje uczniów szkoły podstawowej, gimnazjum i liceum. Przekazywane treści i sposób ich realizacji będą dostosowane do potrzeb uczniów danej klasy z uwzględnieniem ich wieku.

Realizatorami programu są wychowawcy i nauczyciele. Oddziaływania profilaktyczne mają szczególne znaczenie w odniesieniu do dzieci i młodzieży w okresie dorastania. W tym czasie najczęściej dochodzi do podejmowania zachowań ryzykownych.

Zgodnie z hasłem Światowej Organizacji Zdrowia "zdrowie zaczyna się w domu". rodzice są pierwszymi i najważniejszymi nauczycielami zdrowia swoich dzieci. Skuteczność edukacji zdrowotnej zależy od tego, w jakim stopniu szkoła będzie współdziałała z rodzicami uczniów. Dlatego dostrzegając wagę problemu także rodziców prosimy o współpracę i włączamy do tego programu.

## **PROFILAKTYKA W SZKOLE**

1. Wzmacnianie więzi emocjonalnej w rodzinie.
2. Budowanie poczucia wartości.
3. Wzmacnianie mocnych stron osobowego rozwoju.
4. Kształcenie umiejętności komunikacyjnych.
5. Wspieranie w sytuacjach trudnych.
6. Wychowywanie do wartości i podejmowania odpowiedzialnych decyzji.
7. Wypracowanie efektywnych sposobów radzenia sobie ze stresem.

## **ZACHOWANIE RYZYKOWNE**

Zachowania ryzykowne to cechy, warunki sprzyjające powstawaniu zachowań ryzykownych.

Najpoważniejsze zachowania ryzykowne to: palenie tytoniu, używanie alkoholu, używanie innych środków psychoaktywnych (narkotyków, środków odurzających, dopalaczy, leków), wczesna aktywność seksualna, a także zachowania agresywne i przestępcze.

## **CZYNNIKI CHRONIĄCE**

Czynniki chroniące to cechy, sytuacje i warunki zwiększające odporność na działanie czynników ryzyka.

Najważniejsze czynniki chroniące to: silna więź emocjonalna z rodzicami, zainteresowanie nauką szkolną, regularne praktyki religijne, poszanowanie prawa, norm, wartości, autorytetów społecznych oraz przynależność do pozytywnej grupy rówieśniczej.

## **CELE PROGRAMU**

### **Cel główny:**

1. Zwiększenie skuteczności działań wychowawczych, edukacyjnych, informacyjnych i profilaktycznych wśród uczniów, ich rodziców (opiekunów) oraz nauczycieli i pracowników szkoły na rzecz bezpieczeństwa i tworzenia przyjaznego środowiska w szkole.
2. Uczynienie szkoły miejscem bezpiecznym, wolnym od nałogów, w którym uczniowie rozwijają swoje zainteresowania.

### **Cele szczegółowe:**

1. Kreowanie zdrowego, bezpiecznego i przyjaznego środowiska szkoły , m.in. przez:
  - Kształtowanie przyjaznego klimatu w szkole, budowanie prawidłowych relacji rówieśniczych oraz relacji uczniów i nauczycieli, a także nauczycieli, rodziców i uczniów,
  - Zwiększanie świadomości uczniów na temat powstawania, funkcjonowania, przejawów i skutków dyskryminacji oraz narzędzi ich zwalczania,
  - Integrowanie środowiska szkoły, w tym uczniów z niepełnosprawnościami, przewlekłe chorych lub odmiennych kulturowo,

- Rozwijanie kompetencji społecznych uczniów, wspieranie ich działalności wolontarystycznej,
  - Wzmacnianie wśród uczniów więzi ze szkołą np. prace w samorządzie szkolnym, udział w imprezach szkolnych, redagowanie gazetki szkolnej,
  - Rozwijanie kompetencji wychowawczych nauczycieli i rodziców,
  - Budowanie współpracy z rodzicami i pozyskiwanie ich jako sojuszników działań wychowawczych i profilaktycznych – szkoła w roli mediatora,
  - Współpraca z instytucjami wspierającymi działania szkoły z zakresu profilaktyki i bezpieczeństwa: policją, strażą miejską, Centrum Profilaktyki Uzależnień.
2. Zapobieganie sytuacjom problemowym młodzieży, m.in. przez:
- Działania uprzedzające mające na celu przeciwdziałanie pojawianiu się zachowań ryzykownych związanych z używaniem środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych przez uczniów,
  - Profilaktykę agresji i przemocy, w tym cyberprzemocy – cyberbullying i grooming czyli uwodzenie w sieci,
  - Profilaktykę uzależnień od gier komputerowych, Internetu, hazardu, kompulsywnych zakupów,
  - Kształtowanie umiejętności uczniów w zakresie prawidłowego funkcjonowania w środowisku cyfrowym, w szczególności tzw. nowych mediów,
  - Rozwiązywanie kryzysów rozwojowych i życiowych uczniów, m.in. związanych z wyjazdami rodziców za granicę w celach zarobkowych, a także przemocą w rodzinie czy pobytem w placówce szpitalnej i poddawaniu się leczeniu,
  - Rozwijanie i wzmacnianie umiejętności psychologicznych, społecznych i życiowych wśród uczniów (samokontrola, radzenie sobie ze stresem, rozpoznawanie i wyrażanie własnych emocji).
3. Promowanie zdrowego stylu życia wśród młodzieży, m.in. przez:
- Uświadomienie uczniom, czym jest uzależnienie,
  - Zdobywanie przez uczniów wiedzy i umiejętności pozwalających na prowadzenie zdrowego stylu życia i podejmowania działań prozdrowotnych,
  - Ukierunkowanie uczniów na zbudowanie równowagi i harmonii psychicznej, ukształtowanie postaw sprzyjających wzmacnianiu zdrowia własnego i innych ludzi,

- Tworzenie i realizowanie całościowej polityki w zakresie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej,
- Zapobieganie ryzykownym sytuacjom związanym z seksem,
- Tworzenie warunków do prawidłowego rozwoju emocjonalnego i społecznego uczniów,
- Uświadomienie uczniom co zrobić w sytuacjach kryzysowych, gdzie mogą szukać pomocy.

## **SPODZIEWANE EFEKTY**

1. Umiejętność dokonywania właściwych wyborów w trudnych sytuacjach życiowych.
2. Świadomy udział uczniów w różnych formach spędzania czasu wolnego.
3. Uczniowie rozwijają swoje pasje i zainteresowania, potrafią współpracować w zespole, są wrażliwi na potrzeby innych.
4. Wzrost bezpieczeństwa na terenie szkoły.
5. Zapewnienie różnorodnej pomocy potrzebującym.
6. Lepsze relacje między uczniami – nauczycielami – rodzicami.
7. Większa świadomość zagrożeń wynikających z uzależnienia od papierosów, alkoholu, narkotyków i innych.
8. Wykształcenie umiejętności wśród uczniów radzenia sobie z uzależnieniem i skutecznego szukania pomocy.
9. Zwrócenie większej uwagi uczniów na dbałość o swoje zdrowie i podejmowanie środków zaradczych w sytuacjach zagrożenia.

## **EWALUACJA**

Ewaluacja zostanie przeprowadzona wśród uczniów oraz nauczycieli. Obszarem poddanym ewaluacji będzie stopień realizacji zadań zawartych w Szkolnym Programie Profilaktyki Uzależnień.

Ocena jakościowa realizowanych zadań obejmuje:

- uczestnictwo uczniów w zajęciach pozalekcyjnych,
- stan bezpieczeństwa w szkole,
- realizacji na godzinach wychowawczych tematyki z zakresu profilaktyki,
- obserwacja uczniów,
- rozmowy z uczniami i rodzicami.

Uzyskane w ten sposób wyniki będą analizowane i wykorzystywane do wprowadzenia zmian w programie.

## REALIZACJA PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO

### Nauczyciele

| Zadania                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Formy realizacji                                                                                                                                                                                      | Strategie                                                                                                                               | Wykonawcy                                                                             | Termin         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1. Systematyczne podnoszenie wiedzy nauczycieli na temat prawidłowości rozwoju i zaburzeń zdrowia psychicznego młodzieży, rozpoznawania wczesnych objawów używania środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• szkolenia w ramach WDN</li> <li>• studiowanie literatury</li> <li>• szkolenia własne nauczycieli (kursy, warsztaty)</li> <li>• zespół wychowawczy</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• biblioteka</li> </ul> | W trakcie roku |
| 2. Podejmowanie przez nauczycieli działań profilaktycznych w klasach i w indywidualnej pracy z uczniami:<br>a) wspieranie wszystkich uczniów w prawidłowym rozwoju i zdrowym stylu życia oraz podejmowanie działań, których celem jest ograniczanie zachowań ryzykownych, niezależnie od poziomu ryzyka używania przez nich substancji psychoaktywnych (p. uniwersalna),<br>b) wspieranie uczniów, którzy ze względu na swoją sytuację rodzinną, środowiskową lub uwarunkowania biologiczne są w wyższym stopniu narażeni na rozwój zachowań ryzykownych (p. selektywna),<br>c) wspieranie uczniów, u których rozpoznano wczesne objawy używania środków psychoaktywnych (p. wskazująca) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• realizacja programów profilaktycznych</li> <li>• rozmowy indywidualne</li> <li>• zajęcia w kołach zainteresowań</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> <li>• interwencyjna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul> | W trakcie roku |
| 3. Kształtowanie przynależności do nowego środowiska szkolnego poprzez:<br>a) organizowanie imprez w poszczególnych oddziałach mających na celu tworzenie i utrwalanie szkolnych tradycji.<br>b) przygotowanie uczniów do pracy w zespole uczniowskim:<br>– ustalenie zasad pracy w grupie,<br>– wybór samorządu oraz innych funkcji w oddziale,<br>– lekcje wychowawcze prowadzone metodami aktywizującymi mające na celu: budowanie zaufania, poznanie form spędzania wolnego czasu, kształtowanie asertywności, twórczego                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• zajęcia pozalekcyjne</li> <li>• imprezy szkolne</li> </ul>                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul> | W trakcie roku |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                 |                                                                                                                                            |                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| myślenia, poznanie technik skutecznego porozumiewanie się, wspólne rozwiązywanie konfliktów, kształtowanie poczucia własnej wartości i inne.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                 |                                                                                                                                            |                |
| 4. Współpraca nauczycieli ze specjalistami w zapobieganiu zachowaniom ryzykownym wśród młodzieży.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze spotkania z przedstawicielami</li> <li>• policji, pracownikami Miejskiego Centrum Profilaktyki Uzależnień,</li> <li>• konsultacje</li> </ul>                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• Informacyjna</li> <li>• interwencyjna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• pracownicy MCPU</li> </ul>                                                 | W trakcie roku |
| 5. Pomoc w pokonywaniu trudności dydaktycznych oraz wspieranie uczniów w osiąganiu sukcesów przez: zapoznanie uczniów z technikami efektywnego uczenia się, organizowanie indywidualnych zajęć i rozmów z uczniami mającymi problemy z nauką oraz z uczniami uzdolnionymi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• zajęcia korekcyjno-kompensacyjne, wyrównawcze z poszczególnych przedmiotów</li> <li>• konsultacje indywidualne</li> </ul>                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> </ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• prowadzący</li> <li>• zajęcia</li> <li>• wyrównawcze</li> <li>•</li> </ul> | W trakcie roku |
| 6. Kształtowanie przez nauczycieli zachowań i postaw wśród uczniów:<br>a) promujących zdrowy styl życia i podejmowanie zachowań prozdrowotnych,<br>b) otwartości w życiu społecznym w tym działalności wolontarystycznej,<br>c) ukierunkowanych na zdobycie stabilnego i konstruktywnego systemu wartości,<br>d) wzmacniających więzi ze szkołą,<br>e) w kontaktach interpersonalnych z rówieśnikami, osobami dorosłymi znanymi i obcymi przez:<br>– Uczenie postaw ograniczonego zaufania do innych,<br>– Utrwalanie zachowań asertywnych,<br>– Uczenie konstruktywnego rozwiązywania konfliktów. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• realizacja programów</li> <li>• profilaktycznych</li> <li>• imprezy szkolne, konkursy</li> <li>• zajęcia przedmiotowe</li> <li>• udział uczniów w kiermaszach świątecznych i imprezach na rzecz WOŚP</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowawcy klas</li> <li>• nauczyciele</li> </ul>                                                 | W trakcie roku |
| 7. Dbanie o prawidłowe relacje interpersonalne w kontaktach nauczyciel-uczeń, oparte na życzliwości, zaufaniu, porozumieniu.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• praca indywidualna</li> <li>• uczestnictwo w imprezach szkolnych,</li> </ul>                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> </ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowawcy klas</li> <li>• nauczyciele</li> </ul>                                                 | W trakcie roku |
| 8. Zapewnienie uczniom bezpieczeństwa. Reagowanie w sytuacjach zagrożenia uczniów i innych pracowników szkoły.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• rozmowy indywidualne</li> <li>• konsultacje</li> <li>• dyżury nauczycielskie</li> <li>• przestrzeganie procedur</li> <li>• informowania o sytuacjach</li> <li>• problemowych</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• interwencyjna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• policja</li> <li>• pracownicy szkoły</li> </ul>                            | W trakcie roku |
| 9. Ukazanie uczniom przyczyn i skutków palenia papierosów, używania alkoholu i substancji psychoaktywnych.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• spotkania z pracownikami MCPU</li> </ul>                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowawca klasy</li> <li>• pracownicy MCPU</li> </ul>                                            | W trakcie roku |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                |                                                                                                        |                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 10. Rozwijanie twórczego myślenia wśród uczniów.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• zajęcia dydaktyczne</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                  | W trakcie roku |
| 11. Przeciwdziałanie przemocy, agresji i zagrożeniom przez uświadomienie, czym jest agresja, jak ją rozpoznawać i jakie niesie zagrożenia. Ponadto:<br>a) Przeciwdziałanie bezkarności – informacje o kodeksie prawa cywilnego i karnego.<br>b) Zapoznanie uczniów z „Niebieską Kartą”.<br>c) Uświadomienie gdzie należy szukać pomocy w przypadku zetknięcia się z agresją lub przemocą.                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia warsztatowe w ramach godzin wychowawczych i zajęć pozalekcyjnych,</li> <li>• Stymulacja zachowań poprzez kontakt ze sztuką;</li> <li>• udział w imprezach kulturalnych na terenie szpitala,</li> <li>• udział w konkursach plastycznych i literackich (szkolnych i pozaszkolnych)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                  | W trakcie roku |
| 12. Realizacja tematów z zakresu profilaktyki antydyskryminacyjnej.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                  | W trakcie roku |
| 13. Dostarczanie aktualnych informacji rodzicom i uczniom na temat :<br>a) skutecznych sposobów prowadzenia działań wychowawczych i profilaktycznych związanych z przeciwdziałaniem używania środków i substancji psychoaktywnych,<br>b) ofert pomocy specjalistycznej dla uczniów używających środków odurzających i ich rodziców,<br>c) konsekwencji prawnych zachowań ryzykownych młodzieży,<br>d) bezpiecznego korzystania z mediów przez uczniów,<br>e) promowania zdrowego stylu życia wśród uczniów. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• spotkania profilaktyczne</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowawcy</li> <li>• specjaliści ds. profilaktyki</li> </ul> | W trakcie roku |
| 14. Przygotowanie oferty zajęć rozwijających zainteresowania i uzdolnienia uczniów jako alternatywnej formy działalności zaspakajającej ważne potrzeby, w szczególności potrzebę podniesienia samooceny, sukcesu, przynależności i satysfakcji życiowej.                                                                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia pozalekcyjne</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                  | W trakcie roku |
| 15. Organizowanie tygodnia z profilaktyką – zajęcia cykliczne odbywające się raz w roku poświęcone różnym zagadnieniom (w tym roku - zdrowe odżywianie).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• warsztaty,</li> <li>• konkursy,</li> <li>• prezentacje</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                  | W trakcie roku |
| 16. Nawiązanie współpracy z nauczycielem EDB w celu integracji treści programowych wspólnych dla EDB i programu profilaktycznego:<br>a) dostarczanie uczniom liceum informacji na temat:<br>– walka ze stresem,<br>– walka z nalogiem,<br>– wybór ścieżki zawodowej,<br>– mnemotechniki i inne.<br>b) organizowanie konkursów o wyżej wymienionej tematyce.                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• organizacja tygodnia profilaktyką,</li> <li>• warsztaty profilaktyczne</li> <li>• konkursy.</li> </ul>                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                  | W trakcie roku |

|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                         |                                                                                                           |                                                                                                                                          |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 17. Utworzenie biblioteczki materiałów edukacyjnych dotyczących szeroko rozumianej profilaktyki:<br>a) zgromadzenie bogatej i różnorodnej oferty tematycznej wyżej wymienionych materiałów,<br>b) udostępnienie biblioteczki rodzicom i uczniom. | <ul style="list-style-type: none"> <li>informacja na godzinach wychowawczych</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>edukacyjna</li> <li>Informacyjna</li> <li>interwencyjna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>nauczyciele odpowiedzialni za program profilaktyczny w szkole</li> <li>wychowawcy klas</li> </ul> | W trakcie roku |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|

## Rodzice

| Zadania                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Formy realizacji                                                                                                                                                               | Strategie                                                                                                 | Wykonawcy                                                                                          | Termin         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1. Rozwijanie kompetencji wychowawczych i profilaktycznych rodziców. Przygotowanie do profilaktyki domowej.                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>spotkania profilaktyczne z przedstawicielami policji, straży miejskiej, PPP</li> </ul>                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>edukacyjna</li> <li>informacyjna</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>wychowawcy</li> <li>specjaliści ds. profilaktyki</li> </ul> | W trakcie roku |
| 2. Nastawienie na czynną współpracę rodziców ze szkołą.                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>udział w pracach społecznych na rzecz szkoły</li> <li>konsultacje, rozmowy</li> <li>indywidualne, kierowanie do specjalistów</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>edukacyjna</li> </ul>                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>wychowawcy</li> <li>nauczyciele</li> </ul>                  | W trakcie roku |
| 3. Stałe podnoszenie jakości wzajemnych kontaktów z rodzicami. Współpraca rodziców i nauczycieli w zakresie budowania postawy prozdrowotnej i zdrowego stylu życia wśród młodzieży:<br>a) udział w programach profilaktycznych,<br>b) anoreksja i bulimia-jako zagrożenia dla zdrowego stylu życia,<br>c) skutki nieprawidłowego odżywiania się – otyłość. | <ul style="list-style-type: none"> <li>spotkania indywidualne z rodzicami</li> <li>imprezy szkolne</li> <li>godziny wychowawcze</li> </ul>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>informacyjna</li> <li>alternatywna</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>rodzice</li> <li>wychowawcy</li> <li>dyrekcja</li> </ul>    | W trakcie roku |
| 4. Systematyczne informowanie rodziców o sukcesach ich dzieci, prezentacja wytworów pracy twórczej uczniów.                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>spotkania indywidualne z rodzicami</li> <li>imprezy szkolne</li> </ul>                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>informacyjna</li> <li>alternatywna</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>wychowawcy</li> <li>dyrekcja</li> </ul>                     | W trakcie roku |
| 5. Zaangażowanie rodziców do aktywnego udziału w tygodniu z profilaktyką.                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>warsztaty</li> <li>konkursy</li> </ul>                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>edukacyjna</li> <li>informacyjna</li> <li>interwencyjna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>wychowawcy</li> <li>nauczyciele</li> </ul>                  | W trakcie roku |

## Uczniowie

| Zadania                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Formy realizacji                                                                                                                                                                                                                           | Strategie                                                                                                      | Wykonawcy                                                                                  | Termin         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <p>1. Wyposażenie uczniów w wiedzę dotyczącą konsekwencji zachowań ryzykownych. Stop cyberprzemocy.</p> <p>a) Uczenie świadomego i umiejętnego poruszania się w cyberprzestrzeni.</p> <p>b) Ukazanie uczniom rodzajów zagrożeń, uświadomienie przyczyn i skutków nadmiernego i niekontrolowanego korzystania z komputera, Internetu.</p> <p>c) Podniesienie świadomości wśród uczniów, rodziców i nauczycieli na temat współczesnych środków komunikacji.</p> <p>d) Podniesienie świadomości rozsądnego korzystania z portali społecznościowych.</p>                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze spotkania ze specjalistami</li> <li>• organizowanie konkursów o tematyce profilaktyki uzależnień</li> <li>• spotkania z policją, strażą miejską, pracownikami MCPU</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowawcy</li> <li>• nauczyciele</li> </ul>      | W trakcie roku |
| <p>2. Zapoznanie uczniów z:</p> <p>a) systemem pomocy specjalistycznej (szkolnej i instytucjonalnej) w sytuacjach zagrożeń,</p> <p>b) obowiązującymi procedurami postępowania nauczycieli.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• spotkania indywidualne</li> </ul>                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• informacyjna</li> </ul>                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wychowawcy</li> <li>• nauczyciele</li> </ul>      | W trakcie roku |
| <p>3. Rozwijanie umiejętności psychologicznych, społecznych i życiowych (samokontrola, komunikacja interpersonalna, rozwiązywanie konfliktów, problemy emocjonalne dorastającej młodzieży). Zapobieganie przemocy psychicznej:</p> <p>a) zapoznanie wychowanków z pojęciem mobbing i jego konsekwencjami,</p> <p>b) zapobieganie fobii szkolnych oraz powstawanie sytuacji stresowych podczas procesu edukacyjnego,</p> <p>c) unikanie zagrożeń ryzykownych wynikających z wczesnej aktywności seksualnej,</p> <p>d) zapoznanie uczniów z tematem inicjacji seksualnej,</p> <p>e) ukazanie uczniom skutków wczesnej inicjacji seksualnej,</p> <p>f) zapoznanie uczniów ze środkami antykoncepcyjnymi.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• indywidualna praca z uczniem</li> <li>• zajęcia psychoedukacyjne</li> </ul>                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>      | W trakcie roku |
| <p>4. Realna i właściwa samoocena uczniów.</p> <p>a) Motywowanie do nauki, prezentacje efektywnych sposobów uczenia się tzw. technika pracy umysłowej.</p> <p>b) Inne zajęcia dotyczące typowych problemów wieku dorastania ( np. dojrzewanie, pierwsza miłość, przyjaźń, chłopak – dziewczyna, tolerancja itp.).</p> <p>c) Radzenie sobie z uczuciami, kształtowanie osobowości.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• indywidualne rozmowy z nauczycielami</li> <li>• godziny wychowawcze</li> </ul>                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• pracownicy MCPU</li> </ul> | W trakcie roku |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                |                                                                                                                     |                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| d) Komunikacja w rodzinie i środowisku rówieśniczym.<br>e) Reagowanie w sytuacjach konfliktowych (rozwiązywanie konfliktów metodą bez porażek).<br>f) Czynniki warunkujące trafność decyzji zawodowych (Poznaj siebie, poznaj zawody).<br>g) Jak dostrzegać własne zainteresowania i zdolności?<br>h) Rola szkoły i mediów. |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                |                                                                                                                     |                |
| 5. Aktywizowanie uczniów na rzecz działań promujących zdrowy styl życia w szkole i w środowisku.                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze imprezy szkolne</li> <li>• praca Samorządu Uczniowskiego</li> </ul>                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• opiekunowie kół</li> <li>• zainteresowań</li> </ul> | W trakcie roku |
| 6. Promowanie aktywnego spędzania czasu wolnego.                                                                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• redagowanie gazetki „Bazgroł”</li> <li>• lekcje przedmiotowe</li> <li>• zajęcia pozalekcyjne</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> </ul>                                                     | W trakcie roku |
| 7. Zachęcanie uczniów do rozwijania własnych zainteresowań i uzdolnień.                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• zajęcia pozalekcyjne</li> </ul>                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> </ul>                                                     | W trakcie roku |
| 8. Wyposażenie uczniów w umiejętności rozwiązywania sytuacji problemowych i stresowych wynikających z codziennego życia.                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• indywidualna praca z uczniem</li> <li>• zajęcia edukacyjne</li> </ul>                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> </ul>                                                     | W trakcie roku |
| 9. Wspieranie inicjatyw młodzieży związanych z ruchem wolontarystycznym.                                                                                                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• imprezy szkolne</li> <li>• WOŚP</li> <li>• praca na rzecz kiermaszy świątecznych</li> <li>• pomoc koleżeńska w nauce</li> </ul>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> <li>• alternatywna</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• Samorząd Uczniowski</li> </ul>                      | W trakcie roku |
| 10. Budowanie atmosfery bezpieczeństwa w środowisku szkolnym. Zapobieganie zjawiskom dyskryminacji w szkole.                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze</li> <li>• indywidualna praca z uczniem</li> </ul>                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• interwencyjna</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> </ul>                                                     | W trakcie roku |
| 11. Zajęcia z zakresu orientacji zawodowej.                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• doradca zawodowy</li> </ul>                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• informacyjna</li> </ul>                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                               | W trakcie roku |
| 12. Aktywizowanie uczniów zdolnych na rzecz pomocy słabszym.                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godz. wychowawcze</li> <li>• zajęcia pozalekcyjne</li> </ul>                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                               | W trakcie roku |
| 13. Wzmocnienie czynników chroniących przy jednoczesnym osłabieniu czynników ryzyka poprzez czynny udział uczniów w:<br>a) warsztatach profilaktycznych,<br>b) tygodniu z profilaktyką.                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• warsztaty,</li> <li>• cykliczne zajęcia „Tydzień z profilaktyką”</li> </ul>                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele</li> <li>• wychowawcy</li> </ul>                               | W trakcie roku |
| 14. Zachęcanie uczniów do zapoznania się i korzystania z biblioteczki profilaktycznej                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• godziny wychowawcze,</li> <li>• informacja na tablicy ogłoszeń</li> </ul>                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• edukacyjna</li> <li>• informacyjna</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• nauczyciele odpowiedzialni za program profilaktyczny</li> </ul>            | W trakcie roku |