

PROGRAM PROFILAKTYCZNY

II LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO

im. C. K. NORWIDA

W JELENIEJ GÓRZE

na 3-letni cykl edukacyjny

Zatem szczęśliwy jest ten, kto ma należyte
Rozznania wartości, szczęśliwy jest ten, kto się
Czuje zadowolony z rzeczywistości bieżącej,
niezależnie od tego jaka to rzeczywistość,
szczęśliwy jest ten, komu drogie jest to,
co naprawdę posiada, szczęśliwy jest ten,
komu każde położenie i warunki zaleca rozum.

Seneca

Przyjęty uchwałą Rady Pedagogicznej 31 VIII 2016r.

SPIS TREŚCI

1. Wstęp.
2. Wykaz dokumentów wykorzystywanych podczas opracowania Programu Profilaktyki.
3. Cele Programu Profilaktycznego.
4. Zadania do realizacji.
5. Narzędzia dydaktyczne stosowane do osiągnięcia celów.
6. Procedury osiągnięcia celów.
7. Przewidywane efekty.

1. WSTĘP

Zadaniem szkolnej profilaktyki jest chronienie młodzieży przed zagrożeniami poprzez działania wychowawczo – profilaktyczne, jak również reagowanie w sytuacjach pojawienia się prób podejmowania ryzykownych zachowań.

Program profilaktyczny szkoły opiera się na profilaktyce pierwszorzędowej (uprzedzającej), w której większy nacisk położony został na czynniki chroniące i promujące zdrowy styl życia. „Zdrowie to nie tylko brak choroby lub niepełnosprawności, lecz stan dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego” (WHO, 1948r.).

Podstawą w przygotowaniu programu profilaktycznego były wyniki ankiety przeprowadzonej wśród uczniów szkoły II LO. im C. K. Norwida w Jeleniej Górze.

2. Wykaz dokumentów wykorzystanych do opracowania Programu Profilaktycznego.

1. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej.
2. Konwencja o Prawach Dziecka.
3. Ustawa z dnia 26 października 1982r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi z późniejszymi zmianami z 2012 roku.
4. Ustawa z dnia 9 listopada 1995 roku o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych z późn. zmianami (Dz.U. Z 1999 r. Nr 96. poz. 1107)
5. Rozporządzenie MEN z dnia 1 lutego 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych, w tym publicznych poradni specjalistycznych.
6. Rozporządzenie MEN 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
7. Rozp. MEN z dnia 21 maja 2001r. w sprawie ramowych statutów publicznego przedszkola oraz publicznych szkół (Dz.U. Nr 61, poz. 624 oraz z 2002r., Nr 10 poz. 96) wraz ze zmianami z dn. 9 lutego 2007r.
8. Ustawa z dnia 24 kwietnia 2015 r. o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii oraz niektórych innych ustaw
9. Rozporządzenie MEN z dnia 27 sierpnia 2012 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2012 r. poz. 977).
10. Program Wychowawczy II LO im. C.K. Norwida w Jeleniej Górze.
11. Statut II LO im. C.K. Norwida w Jeleniej Górze.
12. Światowa Karta Antynikotynowa WHO.

Program profilaktyczny jest otwarty i podlega ewaluacji, w zależności od przeprowadzonych diagnoz i analiz.

3. Cel główny programu profilaktycznego:

Proces wychowawczy służy wszechstronnemu rozwojowi uczniów i wspomaganie w kształtowaniu ich dojrzałej osobowości.

Cele szczegółowe:

Strefa intelektualna:

1. wyposażenie ucznia w wiedzę i umiejętności pozwalające kontynuować naukę na wyższym etapie kształcenia oraz korzystać z niej w życiu codziennym;
2. kształtowanie pozytywnej postawy ucznia wobec zdobywania wiedzy, rozwijanie motywacji do działania, systematyczności, rozbudzanie ciekawość;
3. rozwijanie kreatywności;
4. rozbudzanie i wspieranie zainteresowań pożytecznych, rozwijających;

Strefa psychiczna:

1. kształtowanie właściwego stosunku do świata, poczucia siły, chęci do życia i witalności;
2. ukształtowanie postaw sprzyjających wzmacnianiu zdrowia własnego i innych ludzi;
3. kształtowanie środowiska sprzyjającego rozwojowi zdrowia;
4. rozwijanie umiejętności ucznia w rozpoznawaniu i nazywaniu uczuć oraz emocji;
5. przekazywanie wiedzy i rozwijanie umiejętności ucznia odnośnie radzenia sobie z emocjami (szczególnie negatywnymi), radzenie z trudnymi sytuacjami;
6. budowanie równowagi i harmonii psychicznej;
7. kształtowanie wrażliwości;
8. rozwijanie umiejętność empatii;

Strefa społeczna:

1. wzbogacanie wiedzy młodych ludzi na swój temat, pomoc w kształtowaniu dojrzałej samooceny, kreowania pozytywnego obrazu własnej osoby i akceptacji siebie;
2. kształtowanie postawy otwartości w życiu społecznym;
3. pomoc w budowaniu poczucia własnej wartości i zachowań asertywnych;
4. rozwijanie umiejętności podejmowania właściwych i odpowiedzialnych decyzji;
5. wzmacnianie zaradności i przedsiębiorczości;
6. rozwijanie umiejętności w budowaniu pozytywnych relacji interpersonalnych
7. uczenie poszanowania i tolerancji odmienności (m. in. integracja z osobami niepełnosprawnymi, edukacja wielo – i między – kulturowa);
8. szerzenie idei wolontariatu;
9. przygotowanie do życia w rodzinie;

Strefa aksjologiczna:

1. zdobycie konstruktywnego i stabilnego systemu wartości, w tym docenienie znaczenia zdrowia oraz poczucia sensu istnienia;
2. kształtowanie odpowiedzialności, honoru i patriotyzmu;

3. Strefa fizyczna:
4. rozwijanie świadomości wartości zdrowia;
5. kształtowanie właściwych nawyków prozdrowotnych.
- 4. Zadania do realizacji w 3-letnim cyklu kształcenia** obejmować będą określone obszary tematyczne:
 1. integracja klasy, budowanie dobrych relacji między uczniami i wychowawcą;
 2. komunikacja interpersonalna;
 3. sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych – znaczenie emocji, sposoby radzenia sobie z trudnymi emocjami, w sytuacji nacisku, presji;
 4. budowanie poczucia własnej wartości;
 5. podejmowanie decyzji – kształtowanie postawy asertywnej, umiejętności podejmowania trudnych decyzji;
 6. rozwijanie wiedzy na temat zagrożeń cywilizacyjnych (stres, agresja, przemoc, uzależnienia, HIV/AIDS, bullying, mobbing, stalking), umiejętność rozpoznawania i przeciwstawiania się im; poznanie przyczyn i konsekwencji zażywania środków psychoaktywnych; poznanie procedur i konsekwencji prawnych posiadania i dystrybucji środków psychoaktywnych;
 7. rozbudzanie i rozwijanie zainteresowań, prozdrowotna organizacja czasu wolnego;
 8. promowanie zdrowego stylu życia, pełnego pasji, wolnego od środków psychoaktywnych.
 9. Współpraca ze środowiskiem lokalnym:
 - Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna i poradnie specjalistyczne,
 - Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień MONAR,
 - Ośrodek Interwencji Kryzysowej,
 - Komenda Miejska Policji,
 - PCK, UNESCO,
 - Mobilne Centrum Informacji Zawodowej,
 - Rada Jednostki Pomocniczej „Uzdrowisko Cieplice”,
 - Straż Graniczna.

Treści Programu będą realizowane w ramach:

- lekcji przedmiotowych;
- godzin wychowawczych;
- zajęć z pedagogiem szkolnym;
- kół przedmiotowych i kół zainteresowań odbywających się na terenie szkoły oraz instytucji zewnętrznych;
- zajęć warsztatowych, prelekcji prowadzonych przez specjalistów;

- konkursów;
- imprez szkolnych, wycieczek.

5. Narzędzia dydaktyczne i metody pracy:

1. Prelekcje:

- „Mediacje jako alternatywny sposób rozwiązywania konfliktów”,
- Straż Graniczna „Substancje psychoaktywne – odpowiedzialność prawna i konsekwencje zdrowotne”,
- „Neuronauka w edukacji i profilaktyce uzależnień”,
- „Uczeń – świadomość – odpowiedzialność”,
- „Dopalacze – zagrożenie życia”
- „AIDS – czego nie wiemy o AIDS”
- „HPV – profilaktyka zamiast leczenia”

2. Scenariusze zajęć dotyczących profilaktyki.

3. Metody:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- wykłady interaktywne;
- zajęcia warsztatowe;
- zajęcia w grupach: ćwiczenia
- psychodrama – odgrywanie scenek i ról;
- gry i zabawy psychologiczne;
- debaty, konferencje.

Realizatorzy programów

Nauczyciele wychowawcy nauczyciele poszczególnych przedmiotów, pedagog szkolny, pracownicy Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej, pracownicy innych instytucji i placówek, zaproszeni specjaliści, liderzy.

6. Procedury osiągnięcia celów

1. Spotkanie klas I z pedagogiem w celu realizacji zajęć integracyjnych, zajęć z technik uczenia się, organizacji czasu.
2. Spotkanie klas II z pedagogiem szkolnym w celu realizacji zajęć na temat: „Autoprezentacja”, z zakresu poradnictwa zawodowego.
3. Spotkanie klas III z pedagogiem szkolnym w celu realizacji programu antystresowego.
4. Spotkania klas z pedagogiem szkolnym w ramach zajęć z komunikacji interpersonalnej, asertywności, kształtowania poczucia własnej wartości, z zakresu myślenia twórczego i inne.

5. Spotkania klas z pedagogiem szkolnym w ramach godzin wychowawczych w celu przybliżenia zagadnienia profilaktyki uzależnień, zachowań problemowych (tj. przemoc, agresja).
6. Zajęcia edukacyjno – informacyjne z zakresu profilaktyki uzależnień, wychowania do życia w rodzinie, realizowane przez wychowawców w ramach godzin wychowawczych oraz przez nauczycieli WDŻ,
7. Edukacja prozdrowotna - promowanie zdrowego stylu życia na poszczególnych przedmiotach, w tym na zajęciach wychowania fizycznego, a także podczas tematycznych prelekcji.
8. Działalność kół przedmiotowych prowadzonych przez nauczycieli.
9. Prelekcje z zakresu profilaktyki uzależnień prowadzonych przez zaproszonych specjalistów (np. MONAR, PPP) i liderów młodzieżowych.
10. Współpraca z Policją w ramach programu stop wagarom.
11. Współpraca z pielęgniarką szkolną i nauczycielami biologii w zakresie promocji zdrowia i profilaktyki wybranych chorób XXI wieku.
12. Działalność Samorządu Uczniowskiego, organizacja imprez szkolnych, wycieczek, rajdów, zabaw – promowanie zdrowego stylu życia, promowanie pożytecznego spędzania czasu wolnego; aktywizowanie uczniów w organizacji życia szkoły.
13. Działalność wolontaryjna. Pomoc i wsparcie dla najbardziej potrzebujących, uwrażliwianie młodych osób na potrzeby innych, współpraca ze świetlicą PCK w Jeleniej Górze, Zespołem Szkół i Placówek Specjalnych w Jeleniej Górze, Schroniskiem dla małych zwierząt, Fundacją Mondo Cane i in.
14. Wypracowanie właściwych form współpracy z rodzicami w zakresie rozwiązywania problemów młodzieży (konsultacje, coaching, informowanie o możliwościach uzyskania pomocy specjalistycznej), współpraca: szkoła – rodzic – uczeń.
15. Współdziałanie wszystkich pracowników szkoły, funkcjonowanie Szkolnego Zespołu Wychowawczego;
16. Udzielanie uczniom informacji na temat możliwości uzyskania pomocy w danej sytuacji.
17. Prowadzenie działalności edukacyjnej przez bibliotekę szkolną, polegająca na gromadzeniu i udostępnianiu uczniom poradników, informatorów, artykułów prasowych dotyczących profilaktyki.

PLANOWANE DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

lp.	zadania	sposoby realizacji	odpowiedzialni	terminy
1.	Zapoznanie uczniów i rodziców z zasadami funkcjonowania w szkole.	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawienie Statutu szkoły, głównych regulaminów uczniom kl. I oraz ich rodzicom; – ustalenie zasad zachowania uczniów w klasie, w szkole (w ramach godzin wychowawczych); 	wychowawcy klas I,	wrzesień
2.	Dbłość o frekwencję i dyscyplinę uczniów.	<ul style="list-style-type: none"> – kontrola nieobecności w dzienniku; – rozliczenie godzin nieobecności; – punktualne rozpoczynanie i kończenie lekcji; – program „stop wagarom” przy współpracy szkoły z policją; 	nauczyciele, pedagog szkolny, policja,	cały rok szkolny
3.	Budowanie pozytywnych relacji koleżeńskich, integracja.	<ul style="list-style-type: none"> – spotkania z kl. I, zajęcia integrujące prowadzone przez wychowawców, pedagoga szkolnego – integracja uczniów szkoły – działania SU, 	Wychowawcy, pedagog szkolny, samorząd uczniowski,	wrzesień
4.	Kształtowanie postawy braku zgody na wszelką przemoc i reagowanie na nią. Zapobieganie występowaniu zachowań niepożądanych (agresja, przemoc). Bezpieczeństwo w klasie i szkole.	<ul style="list-style-type: none"> – wprowadzenie w tematykę agresji, przemocy; – przekazywanie informacji o tym, jak zachowywać się w sytuacjach zagrożenia; – inf. do kogo można zwrócić się o pomoc w sytuacji stosowania przemocy; – rozmowy, konsultacje, zajęcia wychowawcze i psychoedukacyjne; – spotkania z Policją na temat odpowiedzialności karnej nieletnich, prelekcja „Uczeń – świadomość - odpowiedzialność” 	wychowawcy, pedagog szkolny	w ciągu roku
5.	Rozwijanie umiejętności	<ul style="list-style-type: none"> – spotkania z klasami w ramach lekcji wychowawczych – prowadzenie 	pedagog szkolny	według planu

	społecznych oraz kształtowanie poczucia własnej wartości;	psychoedukacji, – zajęcia z komunikacji interpersonalnej; – lekcje wychowawcze;	wychowawcy	pracy wychowawcy i pedagoga
6.	Zasady uczenia się, techniki i metody efektywnego zapamiętywania. Rozwijanie umiejętności twórczego myślenia. Umiejętności radzenia sobie w sytuacjach stresowych, Informacje z zakresu doradztwa zawodowego.	– spotkania z kl. I w ramach godzin wychowawczych, prelekcji; – spotkania z kl. I, II – realizacja treningu twórczego myślenia; – rozpoznawanie swoich mocnych stron, poczucia własnej wartości; – metody radzenia sobie ze stresem; – asertywność –zastosowanie w praktyce, – sztuka mediacji; – poznawanie siebie , własnych umiejętności w określaniu przyszłego zawodu: spotkania klas II z doradcą zawodowym; – udział uczniów kl. II i III w Targach Pracy – udział kl. III w Targach Edukacyjnych; – udział uczniów klas III w spotkaniach z przedstawicielami wyższych uczelni oraz w dniach otwartych organizowanych na wyższych uczelniach;	pedagog szkolny, nauczyciele, specjaliści z danej dziedziny, pedagog szkolny wychowawcy, specjaliści (poradnictwo zawodowe), pedagog,	I semestr według planu pracy wychow. i pedag., w ramach godzin wychowawczych, zajęć pedagogicznych,
7.	Propagowanie zdrowego stylu życia: (profilaktyka zjawisk takich jak: bulimia, anoreksja, nieumiejętność organizowania czasu wolnego).	– zajęcia integracyjne podczas godzin wychowawczych; – prelekcje, zajęcia pozalekcyjne, koła przedmiotowe i zainteresowań (filmowe, teatralne, turystyczne, sportowe, muzyczne, SU); – zajęcia antystresowe, realizacja programu „Zarządzanie emocjami” w	wychowawcy, pedagog szkolny, nauczyciele, pedagog	w ciągu roku

		kl. III; – zajęcia edukacyjno-informacyjne dotyczące organizacji wolnego czasu; (w ramach godzin wychowawczych, zajęć psychoedukacyjnych); – prelekcje prezentowane przez pracowników Muzeum Przyrodniczego, Centrum Edukacji Ekologicznej i inne instytucje; – wycieczki ;	szkolny, opiekun SU, pielęgniarka, wychowawcy, specjaliści (PPP, MCIZ); SU	
8.	Profilaktyka uzależnień. Zapobieganie występowaniu zjawiskom: palenie papierosów, picie alkoholu. Sięganie po środki psychoaktywne, uzależnienie od komputera i telefonu komórkowego.	– przedstawienie zagadnienia zjawiska uzależnienia, rodzajów uzależnień; – zwrócenie uwagi na negatywne skutki uzależnień; – profilaktyka HIV/AIDS, anoreksji i bulimii; – zajęcia dotyczące zachowań asertywnych; – jak sobie radzić w trudnych sytuacjach, gdzie szukać wsparcia; – tematy realizowane w ramach godzin wychowawczych, przedmiotowych, zajęć psychoedukacyjnych, prelekcji, warsztatów;	wychowawcy, pedagog szkolny, policja, specjaliści (Poradnia Terapii Uzależnień Monar)	w ciągu roku
9.	Poszanowanie i tolerancja dla odmienności kultur, zachowań i różnic między ludźmi. Poszanowanie tradycji i wartości patriotycznych;	– angażowanie niepełnosprawnych kolegów w życie klasy i szkoły; – współpraca Zespołem Szkół i Placówek Specjalnych, wspólne wycieczki, zabawy okazjonalne, zajęcia; – edukacja wielo- i międzykulturowa w ramach zajęć wychowawczych i ścieżek przedmiotowych; – dyskusje na temat tolerancji wobec: mniejszości etnicznych, religijnych,	SU, nauczyciele, pedagog szkolny; Wolontariusze, nauczyciele, wychowawcy, pedagog szkolny, klub UNESCO,	w ciągu roku

		osób chorych- AIDS, uzależnionych; – Dni Edukacji Globalnej; – przedstawienia, imprezy z okazji świąt narodowych, respektowanie tradycji;	wychowawcy, SU,	
10.	Wspieranie uczniów zdolnych.	– rozpoznawanie uczniów zdolnych; – wspieranie ich w rozwoju , planowaniu działań;	pedagog szkolny, nauczyciele przedmiotowcy;	cały rok szkolny
11.	Pomoc psychologiczno-pedagogiczna uczniom znajdującym się w trudnej sytuacji.	– stypendia szkolne, – konsultacje z uczniem, rodzicami;	wychowawcy, pedagog szkolny; specjaliści, PPP, inne instytucje;	w razie potrzeby, cały rok szkolny;

7. Przewidywane efekty

Uczniowie:

- będą promowali zdrowy styl życia poprzez liczne akcje, imprezy sportowe, itp.
- rozwiną umiejętność budowania pozytywnych relacji interpersonalnych,
- będą świadomi swoich potrzeb, możliwości i dróg ich realizacji,
- będą dokonywali wartościowych wyborów spędzania czasu wolnego,
- świadomi istniejących zagrożeń będą umieli radzić sobie ze stresem, złością oraz poznają zasady alternatywnego sposobu rozwiązywania konfliktów,
- ukształtują pozytywną postawę wobec zdobywania wiedzy, ciekawości świata i kreatywności,
- wzrośnie poziom wiedzy uczniów, rodziców i nauczycieli na temat uzależnień i zagrożeń z nimi związanych oraz sposobów radzenia sobie z nimi,