

Zał. Nr 2

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 20 W BYDGOSZCZY

---

IM. KS. PRYMASA STEFANA KARDYNAŁA WYSZYŃSKIEGO

**PROGRAM PROFILAKTYKI**  
**SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 20 W BYDGOSZCZY**

*Uchwalony przez Radę Rodziców w porozumieniu z Radą Pedagogiczną w dniu 26 września 2007 r.*

---

BYDGOSZCZ 2007

## **PROGRAM PROFILAKTYKI**

### **SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 20 W BYDGOSZCZY**

Naszym programem będziemy wspierać rodzinę w jej działaniach wychowawczych poprzez: czynne uczestnictwo w życiu szkoły i społeczności lokalnej, budowanie więzi ze szkołą i innymi instytucjami społecznymi, włączanie rodziców do aktywnego udziału w działaniach profilaktycznych, pozytywne spostrzeganie i wzmacnianie zachowań prospołecznych, a przeciwdziałać skutkom niepowodzeń szkolnych, słabej więzi ze szkołą, rodziną, instytucjami społecznymi, przejawianiu zachowań problemowych, stanowiących ryzyko dla zdrowia, łączących się z używaniem środków psychoaktywnych i trudnościami w podejmowaniu ról społecznych.

Na terenie szkoły będziemy realizować profilaktykę pierwszorzędową, skierowaną na opóźnienie inicjacji, a wobec grup podwyższonego ryzyka profilaktykę drugorzędową, którą będą prowadzić przeszkolone osoby. Kierunki działań w programie profilaktyki zostały wybrane po dokonaniu diagnozy środowiska, wobec czego w naszej szkole będą one ukierunkowane na profilaktykę wszystkich zagrożeń problemowych, ze szczególnym uwzględnieniem przeciwdziałania zachowaniom agresywnym oraz dostarczeniu podstawowych informacji o istocie i szkodliwości nałogów i sposobach ich zapobiegania oraz radzenia sobie ze skutkami.

Wszystkie działania podjęte w ramach Szkolnego Programu Profilaktyki będą ukierunkowane na rozwijanie umiejętności życiowych, do których należą:

- pozytywne przystosowanie,
- radzenie sobie z zadaniami rozwojowymi,
- radzenie sobie z wyzwaniami życia codziennego;

a ponadto uczenie:

- podejmowania decyzji, radzenia sobie ze stresem w trudnych sytuacjach,
- umiejętności społecznych,
- rozwijania samoświadomości,
- stawiania sobie celów życiowych i wartości,
- samokontroli.

Wszystkie zadania ujęte w programie są ukierunkowane na uczniów, rodziców i nauczycieli.

W celu jak najlepszego zrealizowania założonych celów, w programie zostaną wykorzystane następujące strategie profilaktyczne: informacyjna, edukacyjna, alternatywna, interwencyjna,

Program będzie realizowany przy współudziale rodziców i Samorządu Uczniowskiego.

# **SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI:**

## **I. Cel główny: Przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym**

### **1. Cel szczegółowy: Zapobieganie niepowodzeniom szkolnym**

#### **Treści:**

- ❖ Diagnoza i charakterystyka niepowodzeń szkolnych.
- ❖ Sposoby zapobiegania niepowodzeniom szkolnym;

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ	FORMY I METODY REALIZACJI	SPODZIEWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNY	MONITORING I EWALUACJA
Uczniowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w zespołach dydaktyczno - wyrównawczych i korekcyjno - kompensacyjnych w kl. I-III</li> <li>• Pomoc koleżeńska w klasach IV - VI</li> <li>• Praca indywidualna z uczniem podczas lekcji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Znają swoje mocne i słabe strony</li> <li>• Wiedzą, do kogo mogą zwrócić się o pomoc</li> <li>• Mają poczucie własnej wartości i wiary we własne siły</li> <li>• Częściej podejmują nowe wyzwania (nie unikają ich)</li> <li>• Osiągają lepsze wyniki w nauce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dyrektor</li> <li>• SU</li> <li>• Nauczyciele prowadzący zajęcia</li> <li>• Nauczyciele poszczególnych przedmiotów</li> <li>• Wychowawcy klas</li> </ul>	Analiza wyników nauczania
Rodzice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w zajęciach otwartych</li> <li>• Udział w spotkaniach ze specjalistami dotyczących przyczyn niepowodzeń szkolnych i przezwyciężaniem ich</li> <li>• Rozmowy indywidualne z rodzicami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dostrzegają problem niepowodzeń szkolnych dziecka</li> <li>• Rozumieją potrzebę problemów szkolnych dziecka</li> <li>• Wiedzą, do kogo zwrócić się o pomoc</li> <li>• Potrafią pomóc dziecku w Środowisku domowym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nauczyciele poszczególnych przedmiotów</li> <li>• Wychowawcy klas</li> <li>• Pedagog</li> <li>• Psycholog</li> <li>• Logopeda</li> <li>• Zainteresowani Rodzice</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminy zajęć otwartych</li> <li>• Listy obecności rodziców na zajęciach</li> <li>• Wpisy w dzienniku</li> </ul>

Nauczyciele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Udział w zespołach samo-kształceniowych, nauczycielskich</li><li>• Udział w warsztatach</li><li>• Uczestnictwo w WDN</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prawidłowo diagnozują problem niepowodzeń szkolnych ucznia</li><li>• Dostosowują formy, metody i treści nauczania do możliwości ucznia</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dyrektor szkoły</li><li>• Lider WDN</li><li>• Przewodniczący zespołów</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Programy</li><li>• Plany pracy</li><li>• Analiza wyników nauczania</li><li>• Programy lub inne działania naprawcze</li></ul>
-------------	--	--	---	--

## 2. Cel szczegółowy: **Uczenie radzenia sobie w sytuacjach stresowych**

### **Treści:**

- ❖ Pojęcie stresu i sposoby radzenia sobie z nim;
- ❖ Rozwijanie umiejętności budowania porozumienia w relacji uczeń - uczeń, uczeń - nauczyciel, uczeń - inny dorosły;

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ	FORMY I METODY realizacji	UMIEJĘTNOŚCI NABYTE	ODPOWIEDZIALNY	MONITORING I EWALUACJA
Uczniowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia warsztatowe</li> <li>• Spotkania ze specjalistami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozpoznają swoje stany uczuciowe</li> <li>• Znają sposoby radzenia sobie w sytuacjach stresowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Wychowawcy</li> <li>• Psycholog</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ankieta ewaluacyjna</li> </ul>
Rodzice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spotkania ze specjalistami (psychologiem, pedagogiem, pracownikami PPP)</li> <li>• Warsztaty problemowe</li> <li>• Kontakt i rozmowy z nauczycielami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozpoznają swoje stany uczuciowe</li> <li>• Znają sposoby radzenia sobie w sytuacjach stresowych</li> <li>• Potrafią zmniejszać napięcie stresowe</li> <li>• Potrafią zmniejszać napięcie stresowe i wspierać dziecko w sytuacji trudnej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nauczyciele</li> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Psycholog</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ankieta ewaluacyjna</li> </ul>



<p>Nauczyciele</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Warsztaty uczące zmniejszać lub eliminować napięcie stresowe u uczniów i u siebie</li> <li>• Zajęcia relaksujące</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozpoznają swoje stany uczuciowe</li> <li>• Rozpoznają stany uczuciowe dzieci</li> <li>• Potrafią zmniejszać napięcie stresowe i wspierać dziecko w sytuacji trudnej</li> <li>• Znają sposoby radzenia sobie w sytuacjach stresowych</li> <li>• Potrafią zmniejszać napięcie stresowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Dyrektor szkoły</li> <li>• Przewodniczący zespołów przedmiotowych</li> <li>• psycholog</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ankieta ewaluacyjna</li> <li>• Stosowanie zajęć w praktyce (wpisy w dzienniku)</li> </ul>
--------------------	--	---	---	--

### **3.Cel szczegółowy: Podnoszenie kultury osobistej dla zachowania właściwych kontaktów interpersonalnych**

#### **Treści:**

- ❖ Pojęcie -agresja-
- ❖ Podstawowe normy i wartości społeczne obowiązujące w środowisku szkolnym i poza nim;
- ❖ Prezentowanie prawidłowych postaw i zachowań przez osoby dorosłe.

<b>OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ</b>	<b>FORMY I METODY</b> realizacji	<b>UMIEJĘTNOŚCI NABYTE</b>	<b>TERMIN REALIZACJI</b>	<b>ODPOWIEDZIALNY</b>	<b>MONITORING I EWALUACJA</b>
-------------------------------	-------------------------------------	----------------------------	------------------------------	-----------------------	-----------------------------------

<p style="text-align: center;">Uczniowie</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia uczące prawidłowych zachowań w różnych sytuacjach życiowych</li> <li>• Warsztaty rozwijające umiejętności interpersonalne</li> <li>• Zajęcia podnoszące umiejętność komunikowania się i rozwiązywania problemów</li> <li>• Doraźne działania uwrażliwiające na łatwość wyrządzenia krzywdy innym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stosuje w sytuacjach codziennych zasady dobrego zachowania</li> <li>• Komunikuje się nie stosując agresji</li> <li>• Wie, że użycie siły do niczego nie prowadzi</li> <li>• Umie przewidzieć skutki swojego zachowania</li> <li>• W kontaktach z innymi osobami, nie używają słów wulgarnych i obraźliwych.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podczas organizacji „Niebieskiego Tygodnia” <ul style="list-style-type: none"> <li>• Na godzinach wychowawczych</li> <li>• Na zajęciach terapeutycznych</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Psycholog</li> <li>• Terapeuci</li> <li>• Wychowawcy klas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obserwacja zachowań uczniów</li> <li>• Zmiana na pozytywne zachowań agresywnych uczniów</li> <li>• Ewaluacja zajęć</li> </ul>
<p style="text-align: center;">Rodzice</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanki uwrażliwiające na zachowanie dzieci;</li> <li>• Warsztaty podnoszące umiejętność komunikowania się</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Czytelnie przekazują komunikaty dziecku</li> <li>• Potrafią aktywnie słuchać swoje dziecko</li> <li>• Zwracają uwagę i korygują społecznie nieakceptowane zachowania dzieci.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podczas zebrań z rodzicami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Psycholog</li> <li>• Wychowawcy klas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ankieta ewaluacyjna</li> <li>• Wpisy w dzienniku</li> </ul>

Nauczyciele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wymiana doświadczeń</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zwracają uwagę na nieprawidłowe zachowanie uczniów,</li><li>• Uwrażliwiają dzieci i rodziców na konsekwencje zachowań nieakceptowanych społecznie</li><li>• Dostrzegają sytuacje na co dzień i natychmiast reagują,</li><li>• Dają przykład swoją postawą.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wszyscy pracownicy szkoły</li><li>• Zespoły nauczycielskie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obserwacja</li><li>• Zapisy w dzienniku</li></ul>
-------------	---	--	--	---

## **II. Cel główny: Zdobyć podstawowych wiadomości o istocie i szkodliwości nałogów**

### **1. Cel szczegółowy: Zdobyć rzetelnych informacji na temat nikotynizmu, choroby alkoholowej, narkotyków**

#### **Treści:**

- ❖ Podstawowe wiadomości o alkoholu i innych substancjach uzależniających;
- ❖ Wskazówki pomocne w opóźnieniu lub powstrzymaniu się od brania środków psychoaktywnych;
- ❖ Narzędzia do diagnozowania stopnia ryzyka;
- ❖ Nauka rozpoznawania zagrożeń uczuciowych tworzonych przez nietrzeźwe zachowania innych.

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ	FORMY I METODY realizacji	UMIEJĘTNOŚCI NABYTE	TERMIN REALIZACJI	ODPOWIEDZIALNY	MONITORING I EWALUACJA
Uczniowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w zajęciach programów profilaktycznych</li> <li>• Spotkania z kompetentnymi osobami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie, co to są nałogi</li> <li>• Zna ich szkodliwość</li> <li>• Odpowiada za własne zdrowie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Na zajęciach „Spójrz inaczej”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Wychowawcy klas</li> <li>• Dyrektor szkoły</li> <li>• Opiekun SKPCK</li> <li>• Koordynatorzy programów profilaktycznych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obserwacja zajęć</li> <li>• Wpisy w dzienniku</li> </ul>
Rodzice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prelekcja</li> <li>• Projekcja filmowa</li> <li>• Ankieta</li> <li>• Rozmowa</li> <li>• Burza mózgów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Znają przyczyny inicjacji nikotynowej, alkoholowej i narkotykowej uczniów</li> <li>• Mają świadomość szkodliwości działania używek szczególnie na młody organizm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Podczas „Niebieskiego tygodnia</li> <li>• Podczas godzin wychowawczych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Wychowawcy klas</li> <li>• Pełnomocnik ds. narkomanii</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obserwacja zajęć</li> <li>• Wpisy w dzienniku</li> <li>• Ankieta ewaluacyjna</li> </ul>

Nauczyciele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Szkolenie</li><li>• Wykład</li><li>• Burza mózgów</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Są przekonani o konieczności realizacji różnych form profilaktyki</li><li>• Potrafią przekazać w atrakcyjny sposób wiedzę na temat środków psychoaktywnych</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• W ramach WDN</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pedagog szkolny</li><li>• Dyrektor szkoły</li><li>• Przewodniczący zespołów przedmiotowych</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Udział w zajęciach</li><li>• Protokolarz RP</li></ul>
-------------	---	--	--	--	---



2. Cel szczegółowy: **Podejmowanie prawidłowych wyborów w sprawie używania środków odurzających (w tym mówienie -nie-)**

**Treści:**

- ❖ Działania profilaktyczne, które może podjąć każdy we własnym środowisku;
- ❖ Nauka podejmowania racjonalnych wyborów;
- ❖ Próba tworzenia koalicji profilaktycznej: szkoła - dom - środowisko;
- ❖ Umiejętność obrony przed presją otoczenia;
- ❖ Umiejętność mówienia „nie”.

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ	FORMY I METODY realizacji	UMIEJĘTNOŚCI NABYTE	ODPOWIEDZIALNY	MONITORING I EWALUACJA
Uczniowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w programach profilaktycznych i zajęciach dydaktyczno - wychowawczych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potrafi przeciwstawić się presji grupowej</li> <li>• Zna różne metody asertywnej odmowy</li> <li>• Swoją postawą zachęca innych do życia z dala od nałogów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przeszkoleni wychowawcy klas</li> <li>• Pedagog szkolny</li> <li>• Terapeuci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ankiety</li> <li>• Prace uczniów wpisy w dzienniku</li> </ul>
Rodzice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mini wykład</li> <li>• Burza mózgów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Są świadomi, że wyręczenie się dzieckiem w zakupie używek to łamanie ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi</li> <li>• Reagują w przypadkach sprzedaży środków psychoaktywnych nieletnim</li> <li>• Są przekonani o słuszności takich działań</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Przeszkoleni wychowawcy klas</li> <li>• Pedagog szkolny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista obecności</li> </ul>

Nauczyciele	<ul style="list-style-type: none"><li>• Szkolenie dotyczące ustawy o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Reagują w przypadkach łamania ustawy</li><li>• W atrakcyjny sposób realizuje program profilaktyczny</li><li>• Jest przekonany o słuszności takich działań</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dyrektor szkoły</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zapis w protokolarzu RP</li></ul>
-------------	---	---	---	---

3. Cel szczegółowy: **Kształtowanie wzorców zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu**

**Treści:**

- ❖ Aktywne formy spędzania wolnego czasu alternatywą dla używek i zachowań problemowych;
- ❖ Rozwijanie zainteresowań jako forma samorealizacji
- ❖ Wspólny aktywny wypoczynek rodzinny podstawą dobrych relacji rodzice - dzieci;

OBSZAR ODDZIAŁYWAŃ	FORMY I METODY realizacji	UMIEJĘTNOŚCI NABYTE	ODPOWIEDZIALNY	MONITORING I EWALUACJA
Uczniowie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w konkursach związanych z różnymi formami profilaktyki</li> <li>• Udział w kołach zainteresowań i zajęciach sportowych</li> <li>• Systematyczne działania wynikające z treści programowych poszczególnych przedmiotów nauczania i ścieżek edukacyjnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie jak spędzać wolny czas z dala od nałogów</li> <li>• Potrafi zorganizować sobie i kolegom atrakcyjnie czas wolny</li> <li>• Korzysta ze zorganizowanych form spędzania wolnego czasu by rozwijać swoje zainteresowania</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nauczyciele przedmiotowcy,</li> <li>• Wychowawcy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wpisy w dzienniku</li> <li>• Osiągnięcia uczniów</li> </ul>
Rodzice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Udział w spotkaniach klasowych (wycieczki, rajdy itp.), współorganizacja tych imprez</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mają świadomość, znaczenia aktywnego sposobu życia jako alternatywnego dla używek</li> <li>• Wspólnie z dziećmi aktywnie spędzają czas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wychowawcy klas</li> <li>• Nauczyciele w-f</li> <li>• Nauczyciele realizujący granty, innowacje pedagogiczne,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obserwacja spotkań</li> <li>• Zapisy w dokumentacji</li> <li>• Fotografie</li> </ul>

**PROGRAM OPRACOWAŁY:**

Renata DUDEK, Barbara KARPIŃSKA, Joanna SIEG , Anna SKRZĄTEK

Profilaktyka – to działania stwarzające człowiekowi okazję aktywnego gromadzenia różnych doświadczeń, które powodują wzrost jego zdolności do radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych.

G. Edwards

„Jeśli ktoś nie wie, gdzie płynie, to żaden wiatr mu nie sprzyja”.

Seneka