

**Obowiązuje od r.szk.2013-14**

## **PROGRAM PROFILAKTYKI**

### **Liceum Ogólnokształcącego im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Słupcy.**

#### **I. Główne założenia szkolnego programu profilaktyki:**

1. Szkolny program profilaktyki ma za zadanie:

- a) wychowanie do wartości i podejmowania odpowiednich decyzji,
- b) wspieranie w sytuacjach trudnych,
- c) wzmacnianie mocnych stron osobowego rozwoju,
- d) budowanie poczucia wartości,
- e) kształcenie umiejętności komunikacyjnych,
- f) wzmacnianie więzi emocjonalnych w rodzinie,
- g) wypracowanie efektywnych sposobów radzenia sobie ze stresem.

2. Szkoła jest miejscem profilaktyki pierwszorzędowej, skierowanej do grupy niskiego ryzyka, polegającej na promowaniu zdrowego stylu życia i zapobieganiu zagrożeniom, w szczególności na rozwijaniu umiejętności radzenia sobie z wymogami życia. Jej celem jest opóźnianie inicjacji lub zachęcanie do abstynencji.

W sytuacjach rozpoznania pierwszych prób podejmowania zachowań ryzykownych pedagog i wychowawca odwołują się do specjalistycznej pomocy (poprzez wskazanie, pomoc w organizacji pierwszego kontaktu ze specjalistą, nawiązanie kontaktu z rodzicami, motywowanie do podjęcia leczenia i terapii).

#### **II. Diagnoza problemów wychowawczych w Liceum Ogólnokształcącego im. Marszałka J. Piłsudskiego**

Liceum obejmuje uczniów pochodzących z różnych środowisk i wchodzących w różne grupy ryzyka, mających różnego rodzaju problemy edukacyjne. Przeprowadzane ankiety wśród uczniów oraz rodziców, obserwacja środowiska szkolnego umożliwiły wstępną diagnozę problemów wychowawczych, do których należy zaliczyć:

1. Wagary
2. Palenie papierosów, spożywanie alkoholu, zażywanie narkotyków
3. Używanie wulgaryzmów
4. Zachowania agresywne
5. Stres szkolny
6. Zdrowy styl życia

Celem programu jest uruchomienie czynników chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi, czyli:

- ~ budzenie zainteresowań
- ~ budowanie pozytywnego stosunku do szkoły
- ~ zachętę do podejmowania aktywności (sport, nauka, twórczość, itp.)
- ~ budzenie ciekawości poznawczej
- ~ uczenie radzenia sobie z emocjami
- ~ wsparcie w trudnych sytuacjach

- ~ budowanie pozytywnej grupy rówieśniczej
- ~ budowanie autorytetów
- ~ opiekę nauczycieli

Program zakłada systematyczne szkolenia nauczycieli wzmacniające ich umiejętności kontaktów interpersonalnych oraz pedagogizację rodziców i stałą współpracę z instytucjami wspierającymi działania szkoły. (Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna. Komenda Powiatowej Policji, PCK, Sanepid).

### III. Szczegółowy plan realizacji działań szkolnej profilaktyki

#### OBSZAR PROBLEMOWY – WAGARY

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	FORMY REALIZACJI	OCZEKIWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNI	TERMIN
1. System poprawy ocen.	- zapis w PSO	- korzystniejszy system poprawy ocen dla uczniów obecnych na sprawdzianach	Nauczyciele poszczególnych przedmiotów	cały rok
2. Współpraca z policją	- patrole służb na terenie przylegającym do szkoły	- informacja na temat uczniów wagarujących	pedagog, wychowawcy	cały rok
3. Pedagogizacja rodziców	spotkania w czasie zebrań z rodzicami	- uświadomienie zagrożeń / ulotka/ - współpraca rodziców ze szkołą w przeciwdziałaniu wagarom	pedagog, wychowawcy	I semestr
4. Praca z młodzieżą	- zajęcia z uczniami w czasie godzin wychowawczych (drama, burza mózgów)	- uświadomienie zagrożeń występujących podczas wagarów - wyrobienie nawyku rezygnacji z wagarów	wychowawcy	cały rok
3. Rozwijanie zainteresowań.	- kółka zainteresowań	- skierowanie aktywności ucznia na „pozytywny tor”	nauczyciele	cały rok
6. Zaangażowanie uczniów w sprawy szkoły.	- udział uczniów w przedsięwzięciach szkolnych	- wyrobienie odpowiedzialności za sprawy szkolne - rozwijanie więzi ze szkołą	opiekun SU pedagog wychowawcy	cały rok

#### OBSZAR PROBLEMOWY – PALENIE PAPIEROSÓW, SPOŻYWANIE ALKOHOLU, ZAŻYWANIE NARKOTYKÓW

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	FORMY REALIZACJI	OCZEKIWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNI	TERMIN
1. Dostarczenie informacji o mechanizmach i następstwach wczesnego picia alkoholu, zażywania narkotyków i palenia papierosów	- dyskusje na godzinie wychowawczej, filmy, plansze, ulotki, - konkurs na plakat - kształtowanie trzeźwych obyczajów poprzez dostarczenie asertywnych wzorców oraz ukazywanie atrakcyjnego aspektu zdrowego stylu życia - przekazanie rodzicom ulotki pt. „Co należy wiedzieć i co należy zrobić aby chronić dziecko przed narkotykami”.	- uczeń zna realne konsekwencje wczesnego picia alkoholu, zażywania narkotyków i palenia papierosów, zdaje sobie sprawę z tego, że uzależnienia powodują szkody emocjonalne, edukacyjne zdrowotne i prawne.	wychowawcy klas, nauczyciele biologii, pedagog szkolny, rodzice.	cały rok
2. Uczenie konstruktywnego	- dyskusja na godzinie wychowawczej,	- kształtowanie postawy asertywności nabywania	wychowawcy klas, pedagog szkolny.	

odmawiania	- zebrania z rodzicami, - spotkanie z pedagogiem z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej.	umiejętności odpierania presji.		cały rok
3. Pomoc młodzieży z rodzin alkoholików i narkomanów.	- zgromadzenie informacji o rodzinach dysfunkcyjnych, - stały kontakt z PPP, - pomoc w rozwoju pozytywnego, realistycznego obrazu siebie, swoich możliwości i zdolności u młodego człowieka, - umacnianie rodziny w jej prawidłowym funkcjonowaniu poprzez naprawę i ochronę więzi emocjonalnych, - zachęcanie rodziców do współpracy, - praca indywidualna z uczniem, - ukazanie potrzeby kontaktu z zaufanym dorosłym w sytuacjach zagrożenia własnego lub innych uzależnieniem.	- nawiązanie efektywnej współpracy z uczniem i rodzicem, - efektywne radzenie sobie ucznia z sytuacjami problemowymi, - rodzina prawidłowo pełni funkcje wychowawcze, - uczeń rozpoznaje wyraża i akceptuje uczucia, a także radzi sobie z sytuacjami trudnymi, - uczeń i jego rodzina modyfikują niepożądane zachowania bez stosowania przemocy.	wychowawcy klas, pedagog szkolny rodzice.	cały rok

### OBSZAR PROBLEMOWY – UŻYWANIE WULGARYZMÓW

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	FORMY REALIZACJI	OCZEKIWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNI	TERMIN
1. Zapoznanie uczniów z pojęciem kultury osobistej (od zasad higieny do świadomego odbioru kultury)	cykl 2 godzin wychowawczych na temat: czym charakteryzuje się człowiek kulturalny. Metoda: burza mózgów; opracowanie wzorca, modelu.	uczeń nazywa i rozróżnia postawy uważane powszechnie za właściwe lub niewłaściwe; dostrzega istotne różnice.	nauczyciel wychowawca	cały rok
2. Sposób ubierania się jako komunikat: „kim jestem” (wpływ subkultur i grup nieformalnych na modę młodzieżową).	godzina wychowawcza na temat: mój wygląd świadczy o mnie. Stroje na różne okazje, czyli między „imieninami cioci” a manifestowaniem siebie. Metoda: dyskusja tematyczna.	uczeń zdaje sobie sprawę z faktu, że strój pełni rolę komunikatu i świadczy (zwłaszcza w pewnych sytuacjach) o kulturze osobistej. Umiejętnie dyskutuje, wyraża swoje poglądy.	nauczyciel wychowawca	cały rok
3. Wulgaryzmy jako sposób uzewnętrzniania negatywnych emocji.	- godzina wychowawcza na temat: nie ma złych emocji. - uświadomienie właściwych sposobów rozładowania emocji (np. przez rysunek – arteterapię, spacer, rozmowę). Metoda: dyskusja tematyczna	uczeń wie, że nie ma emocji złych i dobrych, bo wszystkie są potrzebne w bogatym świecie uczuć.	nauczyciel wychowawca	cały rok

4. Wulgaryzmy jako przejaw agresji i stresu.	godzina wychowawcza – przypomnienie mechanizmu powstawania agresji i stresu; rola postawy asertywnej. Metoda: mini wykład,	uczeń rozumie, że z agresją można sobie poradzić, przeciwdziałać jej i rozładować we właściwy sposób, a skutki stresu znacznie złagodzić.	nauczyciel wychowawca	cały rok
5. Wpływ rodziny, grupy rówieśniczej i mediów na język ucznia.	godzina wychowawcza na temat: jak ludzie wyrażają emocje. Metoda: dyskusja tematyczna.	uczeń spostrzega różnicę w sposobie wyrażania emocji w grupie rówieśniczej, na filmie akcji, w rodzinie i przez osoby uznawane powszechnie za autorytety.	nauczyciel - wychowawca	cały rok
6. Uświadomienie uczniom zjawiska ubożenia języka przez stosowanie wulgaryzmów.	-godzina wychowawcza na temat: „zachwaszczony ogródek”. Metoda: -projekt plastyczny (wulgaryzmy jako ostry zagłuszające inne rośliny).	uczeń dostrzega zagrożenie ubożenia słownictwa poprzez stosowanie wulgaryzmów	nauczyciel wychowawca	cały rok
7. Jak egzystować w środowisku szkolnym bez wulgaryzmów?	-podsumowanie dotychczasowej pracy wychowawczej (przypomnienie poprzednich zagadnień, ewaluacja). Rola eufemizmów w wyrażaniu uczuć negatywnych. Próba wyszukania własnych sposobów na zastąpienie wulgaryzmów innymi sformułowaniami Metoda: mini dyskusja.	uczeń wie co to są eufemizmy, umie je zastosować w różnych sytuacjach.	nauczyciel wychowawca we współpracy z nauczycielem polonistą.	cały rok

#### OBSZAR PROBLEMOWY – ZACHOWANIA AGRESYWNE

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	FORMY REALIZACJI	OCZEKIWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNI	TERMIN
1. Praca z uczniem.	- praca w grupach (zabawy integracyjne, odgrywanie scenek, burza mózgów, praca w małych grupach mini wykłady), - wypełnianie kwestionariuszy i ankiet, - trening asertywności.	- uczeń zna definicję agresji, zna przyczyny i skutki zachowań agresywnych, - rozpoznaje objawy, zauważa, spostrzega agresję, - zna uczucia „ofiary” i agresora, - zna techniki relaksacji, - wie, gdzie szukać pomocy i jak obronić się w sytuacji zagrożenia.	wychowawcy pedagog.	cały rok
2. Praca z nauczycielem.	- warsztaty tematyczne - szkolenia na Radach Pedagogicznych.	- doskonalenie umiejętności rozpoznawania zachowań agresywnych	dyrekcja, pedagog – współpraca z policją i PPP	cały rok
3. Pedagogizacja rodziców	- przeprowadzanie ankiet i wywiadów wśród rodziców, - spotkania w czasie zebrań z rodzicami, - przekazanie ulotki pt „Najczęściej popełniane	- uświadomienie zagrożeń wynikających z rozwijającej się wśród młodzieży agresji, - umiejętność reagowania na takie zachowania, - współpraca rodziców ze szkołą w przeciwdziałaniu	wychowawcy pedagog – współpraca z policją	styczeń/ luty 2006

	błędy wychowawcze oraz propozycje ich uniknięcia”	agresji.		
--	---	----------	--	--

### OBSZAR PROBLEMOWY – STRES SZKOLNY

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	FORMY REALIZACJI	OCZEKIWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNI	TERMIN
1. Ćwiczenie umiejętności radzenia sobie ze stresem	zajęcia warsztatowe wg programu edukacyjnego „Stres pod kontrolą dla klas III „ - przekazanie rodzicom uczniów klas III ulotki pt. „Przedmaturalny Zawrót Głowy czyli jak poradzić sobie ze stresem przedmaturalnym”. - sto pytań do...- uczniowie klas pierwszych poznają swoich nauczycieli	- ukształtowanie umiejętności zapobiegania negatywnym skutkom stresu i redukcji napięcia emocjonalnego	wychowawca pedagog	II semestr  cały rok  II semestr
2. Alternatywy	- tworzenie grup wsparcia – w miarę potrzeb	- kształtowanie aktywnej i odpowiedzialnej postawy wobec zdrowia własnego i kolegów	wychowawca w porozumieniu z samorządem klasowym	cały rok
3. Interwencja	- praca rzecznika praw ucznia, - opieka pedagoga - pomoc poradni	- rozwiązywanie konkretnych problemów	wychowawca rzecznik, pedagog	cały rok

### OBSZAR PROBLEMOWY – ZDROWY STYL ŻYCIA

ZADANIA SZCZEGÓŁOWE	FORMY REALIZACJI	OCZEKIWANE EFEKTY	ODPOWIEDZIALNI	TERMIN
1. Anoreksja	- prelekcje „ Jak odżywiają się nastolatki”, - film, - spotkania z psychiatrą.	- uświadomienie mechanizmu zachorowania na anoreksję czy bulimię.	- wychowawca - pielęgniarka, - nauczyciel biologii	cały rok
2. Bulimia	- prelekcja, - spotkania z psychiatrą lub psychologiem	- uświadomienie mechanizmu zachorowania na anoreksję czy bulimię.	- wychowawca - pielęgniarka, - nauczyciel biologii	cały rok
3. Otyłość – zagrożenie dla zdrowia	- plakaty, - omówienie przyczyn otyłości, - gimnastyka jako sposób na odchudzanie.	- umiejętność zdrowego odchudzania się, - zwiększenie poczucia własnej wartości.	- pielęgniarka, - nauczyciele wf	cały rok
4. Niedobór kwasu foliowego przyczyną wad cewy nerwowej	- prelekcje, - ulotki, - plakaty.	- upowszechnienie codziennego przyjmowania kwasu foliowego przez młode kobiety	- pielęgniarka	I/ II semestr  cały rok

#### IV. Ewaluacja programu profilaktyki

Przebieg pracy profilaktycznej i jej efekty poddawane są systematycznej obserwacji i ocenie. Informacje zwrotne pochodzące od uczniów i innych obserwatorów służą dalszemu doskonaleniu pracy i wyciąganiu wniosków na przyszłość. Najlepszych efektów można się

spodziewać, gdy ewaluacji programu dokonuje się na podstawie systematycznych obserwacji procesu profilaktycznego.

Sposoby i środki ewaluacji:

- obserwacja zachowania uczniów
- obserwacja postępów w nauce i zachowaniu
- udział uczniów w konkursach i osiągnięte przez nich wyniki
- frekwencja na zajęciach szkolnych
- udział w zajęciach pozalekcyjnych
- ocena samopoczucia ucznia w szkole
- ocena pracy profilaktycznej

Narzędzia ewaluacji:

- ankieta
- obserwacja
- analiza dokumentacji szkolnej
- rozmowa
- wywiad

Program profilaktyki został uchwalony przez Radę Rodziców LO w Słupcy w dniu 01 października 2013r. we współpracy z Radą Pedagogiczną (pozytywna opinia Rady z dnia 17 września 2013r.).