

**SZKOLNY PROGRAM  
PROFILAKTYKI  
DLA KLAS IV – VI  
SZKOŁY PODSTAWOWEJ  
IM. JANA KASPROWICZA  
W KLIKUSZOWEJ**

Opracowała: *mgr Cecylia Kaleta - Adamowska*

# **Szkolny Program Profilaktyki**

## **Dla uczniów klas IV – VI Szkoły Podstawowej w Klikuszowej**

### **1. Wychowanie i profilaktyka – wprowadzenie.**

Żyjemy w czasach szybkich przemian, do których ludzie nie zawsze są przygotowani. Jednym z wyrazów tych przemian jest wzrost ilości i wagi zachowań destrukcyjnych dzieci i młodzieży, również w ramach życia szkolnego. Stanowi to troskę i utrapienie pedagogów. Nasilenie zachowań destrukcyjnych wymusiło konieczność konstruowania przez szkoły programu profilaktyki spójnego z programem wychowawczym szkoły.

Profilaktyka jest procesem wspomagania człowieka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi prawidłowemu rozwojowi i zdrowemu życiu, a także ograniczeniem i likwidowaniem czynników, które zaburzają prawidłowy rozwój i dezorganizują zdrowe życie. Profilaktyka to chronienie człowieka w rozwoju przed zagrożeniami i reagowanie na pojawiające się zagrożenia.

Z tych definicji można wyprowadzić cel ogólny szkolnej profilaktyki. Jest nim aktualna ochrona wychowanka przed zagrożeniami rozwoju, aktualnymi problemami i bieżącym ryzykiem. Przedmiotem profilaktyki może być każdy problem, w odniesieniu do którego odczuwamy potrzebę uprzedzającej interwencji.

### **2. Opis podmiotów szkoły i środowiska lokalnego – diagnoza zagrożeń.**

Rozpoznanie rzeczywistej sytuacji wychowawczej w szkole przeprowadzono w oparciu o wyniki ankiet i rozmów z całą radą pedagogiczną.

W roku szkolnym 2006/2007 przeprowadzono wśród uczniów klas IV-VI ankietowanie mające na celu rozpoznanie rzeczywistej sytuacji wychowawczej w szkole. Ankiety dotyczyły jak poprzednio „Zachowań zdrowotnych uczniów” oraz „Spostrzegania zagrożeń występujących w klasie”. Przeprowadzono również rozmowy z całą radą pedagogiczną. Diagnoza objęła swym zasięgiem 69 uczniów klas IV-VI.

Postrzeganie przez uczniów zagrożeń występujących w klasie:

- 84% uczniów zwróciło uwagę na nadużywanie wulgaryzmów. Zjawisko to podobnie jak w ubiegłych latach stanowi duży problem. Występuje często i bierze w nim udział duża liczba dzieci.
- 80 % ankietowanych uczniów wskazuje ośmieszanie i poniżanie. W ubiegłych latach było to 72%. Można przypuszczać na tej podstawie, że nieznacznie się nasila. Występuje zarówno w grupie chłopców jak i dziewcząt.
- 52% dzieci zauważyło zachowania agresywne w swoich klasach. Poprzednio było to 76 %. Z ankiet wynika, że zjawiskiem tym dotkniętych jest kilka osób w każdej klasie.
- Około połowa ankietowanych jako zagrożenia wskazuje także niszczenie mienia szkolnego i rzeczy osobistych oraz kradzieże. W ubiegłych latach te przypadki zdarzały się incydentalnie.
- Sporadycznie zdarzają się wagary ( dotyczy to jednej osoby w klasie), wymuszenia i groźby. Nie obserwuje się także aby uczniowie naszej szkoły korzystali z używek.

Analiza wyników przeprowadzonej ankiety wśród uczniów pozwoliła na wyciągnięcie także innych wniosków:

- Podobnie jak w ubiegłych latach 90% ankietowanych dzieci klas IV-VI nie ma problemów w kontaktach z rówieśnikami, co sprawia, że nie są samotni i dobrze się czują w zespole klasowym .
- 35 % uczniów jednak nadal nie może liczyć na pomoc kolegów z klasy. Jest to wskaźnik wyższy niż w ubiegłych latach.
- Poczucie osamotnienia deklaruje 14 % ankietowanych.
- 10% uczniów źle czuje się w zespole klasowym. Na podstawie analizy ankiet stwierdzono że są to uczniowie, którzy nie mogą liczyć na pomoc kolegów, czują się samotni a wśród zagrożeń wymieniają: i poniżanie, agresję, wulgaryzmy.
- Nieznacznie mniej niż w ubiegłych latach, bo tylko 3% uczniów ma niską samoocenę.

Analiza ankiet dotyczących zachowań zdrowotnych pozwoliła na wyciągnięcie następujących wniosków:

- Zwiększyła się nieco aktywność ruchowa dzieci naszej szkoły. Tylko 1.5% stanowią dzieci, które w ogóle nie ćwiczą.
- Nadal jednak spora grupa dzieci ( 55%) spędza przed telewizorem zbyt wiele czasu oraz zbyt długo siedzi przed komputerem ( więcej niż 4 godz. tygodniowo aż 27 % dzieci).

- Nadal zbyt mały udział w codziennej diecie mają surowe warzywa i razowe pieczywo.
- Pierwszego śniadania w domu nie je 18 % dzieci, ale aż 36% uczniów nie je drugiego śniadania w szkole.
- Nadal aż 41% ankietowanych uczniów klas IV-VI codziennie je słodczyce i aż 51% pije codziennie słodkie napoje gazowane.

Rozmowy w gronie nauczycieli pozwoliły na wyciągnięcie następujących wniosków:

- Coraz mniejszy odsetek stanowią rodzice o niskim poziomie wykształcenia.
- Nadal w niektórych rodzinach mamy do czynienia z nadużywaniem alkoholu przez któregoś z rodziców.
- Brak pracy lub zbyt niskie zarobki powodują, że wiele rodzin cechuje niski status materialny.
- Z powodu wyjazdów zarobkowych w wielu rodzinach dzieci są pozbawione kontaktu z obojgiem rodziców a nawet są pozostawione pod opieką krewnych.
- Nadal występują spore różnice w statusie materialnym rodzin, co często bywa powodem ośmieszania i poniżania niektórych dzieci.
- Wśród problemów wymienia się: brak zainteresowania nauką szkolną, wulgryzmy, poniżanie, agresja.

Badania przeprowadzone wśród uczniów i nauczycieli wykazały, że nadal problemami wychowawczymi w Szkole Podstawowej w Klikuszowej są:

- Używanie wulgaryzmów
- Ośmieszanie i poniżanie
- Zachowania agresywne
- Niszczenie mienia szkolnego i rzeczy osobistych kolegów
- Brak zainteresowania nauką .

### **3. Cel i zadania szkolnej profilaktyki, określenie koncepcji programu.**

Celem profilaktyki w szkole jest ochrona wychowanka przed zagrożeniami rozwoju.

Aby osiągnąć ten cel należy realizować następujące zadania:

1. Ograniczanie agresji i przemocy w szkole
2. Uczenie zachowań dotyczących kultury życia codziennego
3. Uczenie akceptacji i szacunku dla drugiego człowieka

4. Wzmacnianie poczucia własnej wartości
5. Nauka i ćwiczenie zachowań asertywnych
6. Uczenie krytycznego stosunku do mediów
7. Wskazywanie na szkodliwość używek i ukazywanie zagrożeń jakie niosą dla zdrowia
8. Wzbudzanie w uczniach poczucia odpowiedzialności za swoje zdrowie
9. Propagowanie zdrowego stylu życia
10. Wskazywanie pożądaných wzorców zachowań.
11. Wzmacnianie więzi ze szkołą.

W realizacji zamierzonych celów zadaniem szkoły będzie stworzenie środowiska szkolnego przyjaznego uczniowi, z atmosferą życzliwości, zrozumienia i tolerancji. Dzięki temu szkoła będzie miejscem, w którym dzieci poczują się bezpiecznie, będą chętniej do niej uczęszczali i coraz aktywniej uczestniczyli w jej życiu.

Ponieważ bardzo częstą przyczyną wchodzenia dzieci w zachowania ryzykowne jest nieumiejętność radzenia sobie z nadmiernym napięciem emocjonalnym, należy uczyć dzieci jak walczyć ze stresem ( np. długie spacery, uprawianie sportu, sen, rozmowa z przyjacielem itp.).

Uczniom, którym rodzina i najbliższe środowisko nie dostarczają odpowiednich wzorców, należy wskazywać wartościowe oferty spędzania i właściwego wykorzystania czasu wolnego

Umiejętność nawiązania właściwego kontaktu z drugą osobą jest istotna w prawidłowym rozwoju każdej jednostki. Ważnym czynnikiem w kontaktach z ludźmi jest komunikacja. Praca z dziećmi nad prawidłową komunikacją polegać będzie na uczeniu aktywnego słuchania i empatii, zwracaniu uwagi na zgodność komunikacji werbalnej z niewerbalną oraz dotrzymywaniu słowa i zapewnieniu dyskrecji.

Asertywność to umiejętność, dzięki której ludzie otwarcie wyrażają swoje myśli, uczucia i przekonania nie lekceważąc uczuć i poglądów swoich rozmówców. rozmówców sytuacjach konfliktowych umiejętności asertywne pozwalają osiągnąć kompromis bez poświęcania własnej godności, czy rezygnowania z wyznawanych wartości. Ludzie zachowujący się w sposób asertywny potrafią stanowczo powiedzieć „NIE” bez wyrzutów sumienia, złości, czy lęku. Umiejętność tego typu zachowań jest bardzo ważna, np. podczas nacisków grupy rówieśniczej dotyczących zachowań ryzykownych.

Wzmacnianie poczucia własnej wartości u uczniów można dokonać poprzez wykazanie zainteresowania każdym uczniem, rozmowę z nim, podkreślanie dobrych stron jego zachowania. Podnoszeniu poczucia własnej wartości służy również słuchanie uczniów, zwracanie się do nich po imieniu, szukanie u nich szczególnych umiejętności, dzielenie się z rodzicami pozytywnymi uwagami o dziecku.

Początek działań profilaktycznych w Szkolnym Programie Profilaktyki nadal stanowią działania promujące zdrowie. To właśnie zachowania prozdrowotne mają być alternatywą dla zachowań problemowych. . Na podstawie przeprowadzonej wśród uczniów ankiety ponownie określono potrzeby, deficyty zdrowotne i złe nawyki. Diagnoza posłużyła do określenia celu promocji. Jest nim nakłanianie uczniów do zachowań prozdrowotnych a w szczególności do:

- aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu
- rozwijanie sprawności fizycznej
- spożywania surowych warzyw i ciemnego pieczywa
- ograniczenia spożycia słodczy i picia słodkich napojów gazowanych.

Informacji na temat zdrowego stylu życia dostarczą przede wszystkim lekcje przeprowadzone w ramach godzin wychowawczych. Odpowiednio dobrane instrumenty mają sprawić, aby działania promujące zdrowy styl życia stanowiły konkurencję dla działań ryzykownych. Instrumentami promocji w szkole będą:

1. Promocja osobista, czyli prezentowanie oferty przez wszystkich pracowników , którzy z racji sprawowanej funkcji i zajmowanego stanowiska kontaktują się z uczniami. Szczególnego znaczenia nabiera tu autentyczna, prozdrowotna postawa wszystkich nauczycieli, którzy stanowić mają dla dzieci pozytywny wzorzec.
2. Reklama, której celem będzie przekonywanie do zaakceptowania prezentowanej oferty. Środkami szkolnej reklamy będą plakaty, pokazy, degustacje.

#### **4. Działania profilaktyczne w Szkole Podstawowej w Klikuszowej.**

Działania profilaktyczne, jakie planuje się zrealizować w ramach Szkolnego Programu Profilaktyki, podzielono na grupy odpowiadające przyjętym wcześniej zadaniom. I tak:

1. W ramach promocji zdrowia planuje się:

- Upowszechnienie rekreacji rodzinnej poprzez zorganizowanie imprez sportowo – rekreacyjnych dla rodziców i dzieci ( „ Dzień sportów zimowych” i „ Festyn sportowy” organizowany we wrześniu).
- Zorganizowanie szkolnych zawodów sportowych z okazji Dnia Dziecka.
- Prowadzenie zajęć rekreacyjno- sportowych.
- Zajęcia ruchowe w ramach funkcjonowania świetlicy szkolnej
- Propagowanie w sklepiku zdrowej żywności ( soki i napoje owocowe zamiast coca-coli czy innych słodkich napojów gazowanych ).
- Praktyczne lekcje dotyczące przyrządzania surówek i kanapek z ciemnego pieczywa.

## 2. Uczenie zachowań asertywnych i akceptacji drugiego człowieka.

- Odgrywanie scenek, podczas których dzieci uczą się skutecznych sposobów odmawiania.
- Przeprowadzenie cyklu lekcji na temat: „ Poznaj samego siebie” w czasie których uczniowie nabędą świadomość własnych celów, zamierzeń, cech, nawyków, temperamentu, ale także słabości.
- Trening głośnego mówienia o swoich mocnych i słabych stronach.
- Wyrażanie głośno uznania za nawet drobne osiągnięcia i umiejętności uczniów.
- Odnoszenie się do siebie z szacunkiem.
- Objęcie szczególną troską dzieci, które z jakiś powodów nie są akceptowane przez klasę ( np. przydzielając im specjalne , ważne dla zespołu zadania).

## 3. Wzmacnianie więzi ze szkołą i zainteresowania nauką.

- Stworzenie przyjaznego klimatu ( dobra komunikacja i osobowe relacje pomiędzy nauczycielami i uczniami, udzielanie emocjonalnego wsparcia dzieciom w szczególnie trudnych sytuacjach.
- Stosowanie aktywnych metod nauczania.
- Życzliwą atmosferę na lekcji.
- Pomoc dzieciom mającym problemy w nauce w ramach zajęć wyrównawczych i świetlicowych.
- Budowanie więzi i poczucia odpowiedzialności za grupę, do której uczeń należy poprzez: wycieczki, zabawy szkolne, przygotowywanie okolicznościowych apeli i akademii, dbałość o wystrój klasy i szkoły itp.

- Budowanie dobrej współpracy między rodzicami a szkołą ( kontynuowanie organizacji imprez dla mam – „Dzień Matki” i dziadków – „Dzień Babci i Dziadka”.

#### 4. Uczenie zachowań dotyczących kultury życia codziennego i przeciwdziałanie agresji.

- Reagowanie w sytuacjach, gdy uczeń używa wulgarnego słownictwa. Uwzględnienie w regulaminie oceniania zachowania kary, za tego rodzaju przewinienie.
- Zorganizowanie warsztatów dla rodziców na temat: „Przyczyny złego zachowania uczniów i sposoby eliminacji”
- Określenie wspólnej polityki wobec dzieci naruszających dyscyplinę szkolną. Postawienie jasno wymagań co do zachowań uczniów oraz reakcji szkoły na zachowania nieprawidłowe. Informowanie o tym rodziców i uczniów.
- Dyżury nauczycieli na przerwach i reagowanie na najmniejsze przejawy agresji oraz niszczenia mienia szkolnego i kolegów.
- Odpowiednia kontrola i pilnowanie dyscypliny w klasach.
- Wkraczanie w funkcjonowanie grupy rówieśniczej, w której dostrzegamy sytuacje zagrażające dziecku.

#### 5. Ukazywanie zagrożeń, jakie niosą używki.

- Przeprowadzanie pogadanek na temat szkodliwego wpływu używek na zdrowie.
- Zorganizowanie szkolnego konkursu plastycznego na temat: „Palenie tytoniu a zdrowie”
- Prowadzenie programu przeciwdziałającego alkoholizmowi pt. „7 kroków”.
- Lansowanie mody na niepalenie przez nauczycieli, którzy poprzez swoje zachowania stanowiąc mają pozytywne wzorce.

Szkolny Program Profilaktyki ewaluowano w pierwszym okresie roku szkolnego 2006/2007.

Przyjęto do realizacji Uchwałą Rady Pedagogicznej nr 3/2006/2007 z dnia 21.02.2007 r.