

**PROGRAM PROFILAKTYKI
SZKOŁY PODSTAWOWEJ
W WIERCHOMLI WIELKIEJ**

Opracował: dyrektor wraz z wychowawcami

**Rada Pedagogiczna uchwałą nr 7/2013/2014
z dnia 12.09.2013 roku przyjęła Program Profilaktyki**

Program profilaktyki

Wstęp

Profilaktyka to zapobieganie, chronienie dzieci i młodzieży przed demoralizacją i patologią. To jednocześnie ukazywanie uczniom piękna i dobra we współczesnym świecie oraz budowanie pozytywnego obrazu siebie.

Program profilaktyki został opracowany na podstawie informacji zebranych od nauczycieli i przeprowadzonych ankiet wśród uczniów i rodziców. Na podstawie tych materiałów opracowano listę zachowań problemowych w naszej szkole. Oto one:

1. Zachowania agresywne uczniów typu: przewiska, drobne bójki.
2. Używanie wulgaryzmów.
2. Czasami brak kultury osobistej.
3. Brak zainteresowania nauką (obojętność na złą ocenę u niektórych uczniów).
4. Niska samoocena uczniów.

Głównym celem programu profilaktyki Szkoły Podstawowej w Wierchomli jest:

- **Rozwiązywanie problemów i zapobieganie zagrożeniom.**
- **Promocja zdrowego stylu życia (dostarczenie informacji o pozytywnych wymiarach zdrowego życia to znaczy zdrowie to życie bez stresów to dobry stan ciała i ducha).**
- **Tworzenie warunków współpracy nauczycieli, rodziców i uczniów.**
- **Przygotowanie uczniów do radzenia sobie z trudnymi sytuacjami życiowymi, ułatwiający kontakt z innymi ludźmi i radzenie z samym sobą.**
- **Budowanie pozytywnego obrazu samego siebie i wzmocnienie poczucia wartości.**
- **Podejmowanie świadomych decyzji w sprawie używek i uczenie się jak odmawiać bez obawy przed odrzuceniem.**
- **Rozbudzenie zainteresowania własnym rozwojem i zdrowiem, ułatwienie nabywania podstawowych umiejętności z zakresu profilaktyki.**
- **Poszerzanie oddziaływania edukacyjnego poprzez realizację zagadnień opracowanych w programie profilaktyki szkoły, zajęć pozaszkolnych, poradnictwa rodzinnego i młodzieżowego.**

Wszystkie wymienione cele realizować będziemy:

- w ramach podstawowych zadań profilaktyki szkolnej.
- poprzez szereg konkretnych zadań zawartych w szkolnym programie profilaktyki.
- w ramach działalności świetlicy profilaktycznej.

Zagadnienia programowe mogą ulegać modyfikacji lub poszerzeniu o zadania wynikające z bieżących potrzeb szkoły.

KLASA I

| Zagadnienia do realizacji | Przewidywany termin | Osoby odpowiedzialne | Uwagi o realizacji |
|--|------------------------|---|--------------------|
| Jestem uczniem! Jak jest w szkole? (poznajemy się wzajemnie, upiększamy naszą klasę, dbamy o sprzęt i przybory szkolne), | Wrzesień | Wychowawca | |
| Moja rodzina i mój dom (okazywanie uczuć miłości i szacunku członkom rodziny, otwartość i szczerłość w rozmowach, obowiązki i zwyczaje w rodzinie,) | Cały rok | Wychowawcy, Rodzice | |
| Czy moja szkoła jest bezpieczna ? (kanon szkoły, regulamin klasy) | Cały rok | Wychowawcy, Dyrektor | |
| Pierwsza pomoc – znam podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, numery alarmowe, potrafię wezwać pomoc, sprawdzić oddech, zatamować krwotok z nosa. | W ciągu roku szkolnego | Pielęgniarka | |
| Kultura języka – unikamy brzydkich słów | Cały rok | Wychowawca, Rodzice | |
| Dbam o swoje otoczenie. Sprzątanie Świata | Wrzesień, Kwiecień | Wychowawca, Dyrektor | |
| Bezpieczna droga do szkoły. | Cały rok / listopad | Wychowawcy, Policjant | |
| Jak dobrze być zdrowym! Ubieramy się stosownie do pogody i okoliczności. | Cały rok | Pielęgniarka wychowawcy | |
| Święta w moim domu. Tradycje świąteczne | Grudzień / Kwiecień | Wychowawcy, Rodzice | |
| Dlaczego ludzie muszą się myć? Dbamy o higienę ciała | Cały rok | Wychowawcy, Pielęgniarka, Rodzice | |
| Dbamy o higienę jamy ustnej, „Śnieżnobiały uśmiech” | Cały rok | Wychowawca, Pielęgniarka | |
| Mój wygląd świadczy o mnie. Co jest mi potrzebne, aby być czystym i ładnie wyglądać? | Cały rok | Wychowawcy, Pielęgniarka | |
| Życie i ruch | Cały rok | Wychowawcy | |
| Wypowiadamy wojnę próchnicy | Grudzień / Styczeń | Wychowawcy, Rodzice | |
| Dziadkowie w życiu rodziny | Styczeń | Wychowawcy, Rodzice | |
| Codzienna gimnastyka w życiu ucznia | Marzec | Wychowawcy | |
| Czy to, co mi najbardziej | Kwiecień | Pielęgniarka, | |

| | | | |
|--|----------------|------------|--|
| smakuje jest zawsze dobre dla mojego organizmu? | | Wychowawcy | |
| Moja mama i tata ich rola w życiu dziecka | Maj / Czerwiec | Wychowawcy | |
| Bezpieczeństwo w czasie wakacji | Czerwiec | Wychowawca | |

KLASA II

| Zagadnienia do realizacji | Przewidywany termin | Osoby odpowiedzialne | Uwagi o realizacji |
|--|----------------------------|---|---------------------------|
| Jestem uczniem i kolegą – zachowanie wobec siebie nawzajem. Zasady postępowania w szkole (prawa i obowiązki ucznia). | Wrzesień – cały rok | Wychowawca | |
| Bezpieczna droga do szkoły | Wrzesień – cały rok | Wychowawca, Policjant | |
| Pierwsza pomoc – znam podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, potrafię sprawdzić oddech, znam numery alarmowe, potrafię wezwać pomoc. | W ciągu roku szkolnego | Pielęgniarka | |
| Czy moja szkoła jest bezpieczna ? (kanon szkoły, regulamin klasy) | Cały rok | Wychowawcy, Dyrektor | |
| Kultura języka – unikamy brzydkich słów. | Cały rok | Wychowawca, Rodzice | |
| Rola witamin – wartości odżywcze warzyw i owoców. | Wrzesień - październik | Wychowawca, Pielęgniarka | |
| Higiena i kultura spożywania posiłków. | Wrzesień | Wychowawca, Pielęgniarka, Rodzice | |
| Dbam o swoje otoczenie. Sprzątanie Świata | Kwiecień | Wychowawca, Dyrektor | |
| Odpowiedni ubiór w zależności od pogody. | Cały Rok | Wychowawca | |
| Zasady biorytmu dziennego dziecka. Model zdrowego dnia. | Październik | Wychowawca | |
| Bezpieczna zabawa. Bezpieczne posługiwanie się różnymi narzędziami i przyrządami | Cały Rok | Wychowawca | |
| Moja rodzina – pamięć o tych którzy odeszli. | Listopad | Wychowawca, Rodzice | |
| Moja Ojczyzna- budzenie uczuć miłości i szacunku do swojej Ojczyzny | Listopad, Maj | Wychowawca | |
| Aktywność fizyczna w różnych codziennych sytuacjach – rola ruchu w życiu człowieka | Cały rok | Wychowawca | |
| Święta Bożego Narodzenia w moim rodzinnym domu. Zwyczaje świąteczne. | Grudzień | Wychowawca, Rodzice | |
| Jak dbać o czystość otoczenia? Sprzątanie | Kwiecień | Wychowawca, | |

| | | | |
|--|------------------------|-----------------------------|--|
| Świata | | Dyrektor | |
| Poszanowanie cudzej własności. | Cały rok | Wychowawca, Rodzice | |
| Rola Babci i Dziadka w mojej rodzinie | Styczeń | Wychowawca, Rodzice | |
| Higiena jamy ustnej. Jak dbać o zęby | Luty | Wychowawca, Pielęgniarka | |
| Skąd wiadomo, że człowiek jest chory albo zdrowy- rola witamin | W ciągu roku szkolnego | Wychowawca, Pielęgniarka | |
| Zwyczaje Świąt Wielkanocnych w moim domu | Kwiecień | Wychowawca, Rodzice | |
| Jak zachowywać się w stosunku do obcych | Maj | Wychowawca, Rodzice | |
| Moja Mama- Święto Matki w naszej szkole. Rola Matki w rodzinie | Maj | Wychowawca, Dyrektor | |
| Mój tata - rola ojca w rodzinie | Czerwiec | Wychowawca | |
| Bezpieczeństwo w czasie wakacji | Czerwiec | Wychowawca | |

| Zagadnienia do realizacji | Przewidywany termin | Osoby odpowiedzialne | Uwagi o realizacji |
|--|----------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| Jestem uczniem i kolegą – zachowanie wobec siebie nawzajem. Zasady postępowania w szkole (prawa i obowiązki ucznia). | Wrzesień | Wychowawca | |
| Przypominamy znane zasady ruchu drogowego?, Bezpieczna droga | Cały rok | Wychowawca, Policjant | |
| Czy moja szkoła jest bezpieczna ? (kanon szkoły, regulamin klasy | Cały rok | Wychowawcy, Dyrektor | |
| Pierwsza pomoc – znam podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, numery alarmowe, potrafię wezwać pomoc, sprawdzić oddech, zatamować krwotok z nosa. | W ciągu roku szkolnego | Pielęgniarka | |
| Kultura języka – unikamy brzydkich słów | Cały rok | Wychowawca, Rodzice | |
| Dbam o swoje otoczenie. Sprzątanie Świata | Wrzesień, kwiecień | Wychowawca, Dyrektor | |
| Od kogo (od czego) zależy to, czy będę się dobrze czuł? Rozmawiamy o uczuciach pozytywnych i negatywnych. Jak radzić sobie z negatywnymi uczuciami? | Październik | Wychowawca | |
| Jestem dobrym Polakiem- znam niektóre fakty historyczne. Budzenie uczuć przywiązania i miłości do Ojczyzny | Listopad, maj | Wychowawca | |
| Odporność organizmu. Czy przestrzegając zasad higieny można zapobiec chorobie? | W ciągu roku | Wychowawca | |
| Święta w moim domu i szkole. Zwyczaje świąteczne | W ciągu roku | Wychowawca | |
| Prawa i obowiązki dziecka w rodzinie. | W ciągu roku | Wychowawca | |
| Zasady racjonalnego odżywiania się. | W ciągu roku | Wychowawca | |
| Jak prawidłowo komunikować się z innymi ludźmi? Unikamy agresji. | W ciągu roku | Wychowawca | |
| Jak uniknąć | W ciągu roku | Wychowawca | |

| | | | |
|---|---------------|------------|--|
| niebezpieczeństw związanych z kontaktowaniem się z nieznajomymi? | | | |
| Chcę się opiekować zwierzątkiem. Jak to zrobić bezpiecznie dla mnie i z korzyścią dla zwierzątka? | Październik | Wychowawca | |
| Święta Wielkanocne – tradycje z nimi związane | Kwiecień | Wychowawca | |
| Kim są dla mnie rodzice – budzenie uczuć miłości i szacunku do rodziców | Maj, czerwiec | Wychowawca | |
| Bezpieczne zabawy w czasie wakacji | Czerwiec | Wychowawca | |

KLASA IV

| Zagadnienia do realizacji | Przewidywany termin | Osoby odpowiedzialne | Uwagi o realizacji |
|--|----------------------------|------------------------------------|---------------------------|
| Warunki miejsca pracy ucznia | Wrzesień | Wychowawca, Nauczyciel przyrody | |
| Czy moja szkoła jest bezpieczna. Prawa i obowiązki ucznia (Kanon Szkoły, Regulamin wg Statutu Szkoły) | Wrzesień | Wychowawca | |
| Wstajesz rano... i co dalej? Sen jest ważny dla organizmu człowieka | Wrzesień | Nauczyciel przyrody | |
| Nastrój zależy też od wystroju | Wrzesień | Wychowawca | |
| Zgrana klasa, zmieniamy siebie na lepsze | Październik | Wychowawca | |
| Higiena, to nie tylko czystość ciała. Niedobór i nadmiar pokarmu - konsekwencje | Październik | Nauczyciel przyrody | |
| Pierwsza pomoc: znam podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, znam numery alarmowe, potrafię wezwać pomoc, sprawdzić oddech, wykonać opatrunki. Wiem jak zatamować krwotok z nosa, wiem jak postępować w przypadku poparzeń. | W ciągu roku | Pielęgniarka | |
| Moja Ojczyzna. Jestem Polakiem pamiętam o Świętach Narodowych | Listopad, Maj | Wychowawca | |
| Jak wygląda prawidłowa postawa ciała? | Cały rok | Nauczyciel WF | |
| Atmosfera świąteczna i jej wpływ na wzajemne kontakty. (Jesteśmy dla siebie mili, życzliwi i serdeczni). | Grudzień, Kwiecień | Wychowawca | |
| Jakim jestem uczniem – moje postępy w nauce | Styczeń | Wychowawca | |
| Kultura osobista jest nieodzowna na co dzień | Styczeń | Wychowawca, Nauczyciel przyrody | |
| Pamiętam o bezpieczeństwie podczas ferii zimowych | Luty | Wychowawca | |
| Przestrzeganie zasad higieny w swoim domu | Marzec | Wychowawca | |
| Jak być przyjaznym dla środowiska? Oszczędzanie zasobów przyrody. | Czerwiec | Nauczyciel przyrody | |
| Co to jest nałóg? Nikotynizm | Czerwiec | Wychowawca. | |
| Jak można odmówić wypalenia papierosa, wypicia alkoholu? | Czerwiec | Wychowawca | |
| Wakacje czas odpoczynku. Pamiętam o zasadach kulturalnego zachowania. Dostrzegam piękno mojego otoczenia, mojej Ojczyzny | Czerwiec | Wychowawca | |

KLASA V

| Zagadnienia do realizacji | Przewidywany termin | Osoby odpowiedzialne | Uwagi o realizacji |
|--|----------------------------|------------------------------------|---------------------------|
| Czy ja jestem przyjacielem kogoś? | Wrzesień | Wychowawca | |
| Czy moja szkoła jest bezpieczna? Prawa i obowiązki ucznia. (Kanon Szkoły, Regulamin wg Statutu) | Wrzesień | Wychowawca | |
| Cele które sobie stawiam. Jak je osiągnąć? | Cały rok | Wychowawca | |
| Jestem sprawny. Co na pewno trzeba wiedzieć o wysiłku fizycznym? | Cały rok | Wychowawca, Nauczyciel WF | |
| Jaki jestem – moje mocne i słabe strony. Moja tożsamość, odrębność. | Październik | Wychowawca | |
| Wypoczynek czynny i bierny | Cały rok | Wychowawca, Nauczyciel WF | |
| Moja Ojczyzna. Jestem Polakiem pamiętam o Świętach Narodowych | Listopad, Maj | Wychowawca | |
| Pierwsza pomoc: znam podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, znam numery alarmowe, potrafię wezwać pomoc, sprawdzić oddech, wykonać opatrunki. Wiem jak zatamować krwotok z nosa, wiem jak postępować w przypadku poparzeń. | W ciągu roku | Pielęgniarka | |
| Co się ze mną dzieje? Akceptacja procesów psychofizycznych w okresie dojrzewania | Listopad | Nauczyciel WDŻ | |
| Moje potrzeby, ich realizacja, potrzeby innych | Listopad | Wychowawca | |
| Sfera intymności sferą bezpieczeństwa | Grudzień | Nauczyciel WDŻ | |
| Świętowanie w rodzinie i w szkole. (Jesteśmy dla siebie mili i życzliwi) | Grudzień, Kwiecień | Wychowawca, nauczyciele | |
| Kształtowanie pozytywnych cech osobowości | Styczeń | Wychowawca, Nauczyciel WDŻ | |
| Jakim jestem uczniem – moje postępy w nauce | Styczeń | Wychowawca | |
| Pamiętam o bezpieczeństwie podczas ferii zimowych. Jestem kulturalny | Luty | Wychowawca | |
| Media i reklamy. Wiem co słuchać i co oglądać | Marzec | Wychowawca | |
| Skóra chroni organizm. Jak o nią dbać w okresie dojrzewania? | Marzec | Wychowawca, Nauczyciel przyrody | |
| Dźwięki są wokół nas. Jak chronić narząd słuchu. | Kwiecień | Nauczyciel przyrody | |
| Rozwój człowieka w organizmie matki. Odpowiedzialne pełnienie roli rodzica w przyszłości | Maj | Nauczyciel przyrody | |
| Rodzice - ich ważność w moim życiu | Maj | Wychowawca | |
| Kiedy, dlaczego i jak mówić nie? Nikotynizm i alkoholizm. Skutki palenia papierosów i picia alkoholu | Kwiecień | Wychowawca, Nauczyciel przyrody | |
| Wakacje czas odpoczynku. Pamiętam o kulturze zachowania. Dostrzegam piękno otoczenia, mojej Ojczyzny | Czerwiec | Wychowawca | |

KLASA VI

| Zagadnienia do realizacji | Przewidywany termin | Osoby odpowiedzialne | Uwagi o realizacji |
|--|---------------------|----------------------------|--------------------|
| Czy moja szkoła jest bezpieczna? Prawa i obowiązki ucznia (Kanon Szkoły, Regulamin wg Statutu Szkoły) | Wrzesień | Wychowawca | |
| Higiena sportu. Dbłość o zdrowie i sylwetkę | Cały rok | Wychowawca, nauczyciel WF | |
| Zasady korzystania z pogotowia, policji, straży pożarnej | Październik | Wychowawca | |
| Współpraca z rodzicami, nauczycielem, koleżankami | Listopad | Wychowawca | |
| Moja Ojczyzna. Jestem Polakiem pamiętam o Świętach Narodowych | Listopad, Maj | Wychowawca | |
| Pierwsza pomoc: znam podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy, znam numery alarmowe, potrafię wezwać pomoc, sprawdzić oddech, wykonać opatrunki. Wiem jak zatamować krwotok z nosa, wiem jak postępować w przypadku poparzeń. | W ciągu roku | Pielęgniarka | |
| Kto może mi pomóc, gdy źle czuję się w szkole? Pierwsza pomoc | Listopad | Pielęgniarka | |
| Budowanie pozytywnego obrazu siebie | Listopad, Grudzień | Psycholog | |
| Tolerancja | Grudzień | Wychowawca | |
| Świętowanie w rodzinie i w szkole. (Jesteśmy dla siebie mili i życzliwi) | Grudzień, Kwiecień | Wychowawca, Nauczyciele | |
| Jakim jestem uczniem – moje postępy w nauce. | Styczeń | Wychowawca | |
| Pamiętam o bezpieczeństwie podczas ferii zimowych. Jestem kulturalny w stosunku do innych | Luty | Wychowawca | |
| Więź rodzinna | Luty | Nauczyciel WDŻ | |
| Sztuka kompromisu. Szacunek dla płci przeciwnej | Marzec | Nauczyciel WDŻ | |
| Higiena okresu dojrzewania. Szacunek dla swego ciała | Kwiecień | Nauczyciel WDŻ | |
| Wpływ grupy na zachowanie. Dobra samoocena | Cały rok, Kwiecień | Wychowawca, Nauczyciel WDŻ | |
| Nikotynizm i alkoholizm. Skutki palenia papierosów i picia alkoholu | Maj | Wychowawca, | |
| Jak można kontrolować stan swojego organizmu? | Cały rok | Wychowawca | |
| Rodzice - ich ważność w moim życiu | Maj | Wychowawca, Nauczyciele | |
| Jestem Polakiem! To brzmi dumnie | Czerwiec | Nauczyciel przyrody | |
| Hierarchia wartości. Kto może pomóc powiedzieć nie? | Czerwiec | Nauczyciel WDŻ | |
| Wakacje czas odpoczynku. Pamiętam o zasadach kulturalnego zachowania. Dostrzegam piękno mojego otoczenia, mojej Ojczyzny | Czerwiec | Wychowawca | |

Oczekiwane efekty

Uczeń:

- Zna i stosuje zasady o które funkcjonuje szkoła,
- Potrafi dostrzec zagrożenia w swoim otoczeniu,
- Wie do kogo zwrócić się o pomoc ze swoim problemem,
- Zna podstawowe zasady rozwiązywania konfliktów,
- Potrafi radzić sobie ze stresem, trudnymi sytuacjami,
- Zna sposoby aktywnego spędzania czasu wolnego i zasady bezpiecznego wypoczynku,
- Dbą o swoje zdrowie i higienę własnego ciała,
- Zna podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy,
- Zna swoje możliwości intelektualne, twórcze i potrafi je adekwatnie oceniać,
- Zna zagrożenia wynikające ze stosowania używek i potrafi dokonać właściwego wyboru,
- Umie odmówić w sytuacji zagrożenia,
- Potrafi współdziałać w grupie i udzielać pomocy innym,
- Jest wrażliwy na krzywdę i potrzeby innych.

Nauczyciel:

- Przestrzega zasad bezpieczeństwa w swojej pracy,
- Odpowiedzialnie pełni dyżury,
- Potrafi egzekwować od uczniów wypracowane zasady postępowania,
- Potrafi współpracować ze wszystkimi podmiotami w szkole i w środowisku (rodzicami, dyrektorem, współpracownikami, strażą pożarną, policjantami, pielęgniarką)
- Rozumie swoich wychowanków, służy im pomocą, aktywnie słucha,
- Mobilizuje uczniów do nauki, odpowiedzialnego zachowania, uczy wzajemnej życzliwości i pomocy,
- Oferuje pomoc w rozwiązywaniu problemów natury wychowawczej, zdrowotnej,
- Angażuje uczniów do różnorodnych akcji, które służą ich prawidłowemu rozwojowi,

- Uczy zrozumienia drugiej osoby i odnoszenia się z szacunkiem do płci przeciwnej,
- Wskazuje na zagrożenia związane z używaniem używek i nieprawidłowego korzystania z telewizji i komputera,
- Wskazuje źródła fachowej pomocy w razie zaistnienia zagrożeń,
- Uczy jak dbać o własne zdrowie i prawidłowy rozwój.

Rodzic:

- Zna swoje dziecko i potrafi dostrzec jego problem,
- Współdziała ze szkołą przy podejmowaniu działań wychowawczych,
- Angażuje się w życie szkoły,
- Udziela wsparcia finansowego przy podejmowaniu akcji charytatywnych,
- Rozumie potrzebę podejmowania przez szkołę działań wychowawczych i zdrowotnych i chętnie włącza się w promocję tych działań,
- Chętnie współpracuje z nauczycielami celem rozwijania indywidualnych zdolności dziecka,
- Daje dobry przykład swoim dzieciom i stara się otwarcie mówić o jego problemach z nauczycielem celem podjęcia właściwych kroków zapobiegawczych.