

Program zajęć profilaktyczno-wychowawczych oraz organizacyjnych



**Szkoła Podstawowa nr 2
w Piwnicznej Zdroju
Kosarzyska**



Wstęp

Oprócz rodziny, najbliższego środowiska ważnym miejscem do pracy w dziedzinie profilaktyczno- wychowawczej jest szkoła- świetlica. Tu dziecko spędza dużo czasu, spotyka rówieśników, rozwija się pod względem intelektualnym i społecznym. Poznaje dorosłych, którzy mogą stać się autorytetami i wzorcami do naśladowania. Szkoła jest również miejscem, gdzie młody człowiek styka się z różnymi oczekiwaniami, zadaniami, specyficznym rodzajem kontroli, co oddziałuje na jego przyszłość.

Przedstawiony program stanowi zestawienie wybranych działań o charakterze profilaktycznym i wychowawczym w celu przeciwdziałania różnym zagrożeniom występującym w środowisku dzieci i młodzieży Szkoły Podstawowej w Kosarzyskach.

Założenia programu

Uczestnikami działań profilaktyczno-wychowawczych są uczniowie Szkoły Podstawowej w Kosarzyskach. Dzieci zaczynają doznawać intensywnego oddziaływania świata zewnętrznego, uczą się nawiązywania relacji z osobami spoza rodziny, bazują na osobistym doświadczeniu, nabywają wielu sprawności. Myślenie ma charakter konkretny. W dziedzinie profilaktyki należałoby utrwalać w nich dobre postawy, asertywność, podnosić poczucie własnej wartości, uczyć komunikacji interpersonalnej, rozwijać zainteresowania. W wieku szkolnym nasilają się wpływy rówieśnicze. Zdarza się eksperymentowanie z alkoholem i tytoniem, a niekiedy z innymi środkami odurzającymi. Najczęściej dotyczy to dzieci przeżywających silne napięcia emocjonalne i stresy lub zaniedbanych uczuciowo i wychowawczo. W wieku 11-13 lat stopniowo słabnie autorytet rodziców i nauczycieli. Dzieci stają się coraz bardziej zaabsorbowane swoimi sprawami w izolacji od dorosłych. Około 13-tego roku życia wkraczają w okres dorastania, co wiąże się z ogromnymi przemianami zewnętrznymi i wewnętrznymi. Stanowi to źródło intensywnych przeżyć, gwałtownych reakcji, destabilizacji emocjonalnej. Jest to okres trudny zarówno dla dziecka, jego rodziców, jak i dla innych osób współodpowiedzialnych za zdrowie i wychowanie młodych ludzi. Niezmiernie ważne jest wspieranie odporności psychicznej dzieci i wyposażenie ich w umiejętności społeczne, niezbędne w obliczu zagrożeń i codziennych problemów. Program kładzie nacisk na pierwszym miejscu na nawiązanie pozytywnych relacji z dziećmi, a następnie na profilaktykę.



Diagnoza środowiska, dobór uczniów na świetlicę

Diagnozy i doboru uczniów dokonano w oparciu o następujące metody i techniki badawcze:

- ankiety do rodziców,
- wywiady z uczniami, nauczycielami i rodzicami,
- obserwacje zachowań uczniów,
- analiza dokumentacji szkolnej.

Oceny i doboru dokonali:

- dyrektor szkoły- mgr Marian Dobosz
- kierownik świetlicy: mgr Anna Bagnicka
- nauczyciele/ wychowawcy:
 - mgr Maria Piekarczyk
 - mgr Małgorzata Rams

Obszary objęte profilaktyką

1. Profilaktyka problemów związanych z substancjami uzależniającymi
2. Profilaktyka agresji i przemocy wśród uczniów
3. Promocja zdrowego stylu życia

Cele programu

Cele główne:

1. Udzielanie pomocy i wspieranie prawidłowego rozwoju emocjonalnego i społecznego ucznia (rodzina, szkoła, środowisko lokalne).
2. Zapewnienie uczniom bezpieczeństwa w szkole i poza nią.
3. Przeciwdziałanie przemocy i agresji.
4. Kształtowanie właściwych postaw wobec zdrowia fizycznego i psychicznego.
5. Edukacja uczniów w zakresie szkodliwości substancji psychoaktywnych.



Cele szczegółowe:

- kształtowanie w uczniach poczucia własnej wartości,
- wskazywanie właściwych rozwiązań w trudnych sytuacjach życiowych,
- kształtowanie umiejętności społecznych(zasad skutecznej komunikacji, rozwiązywania konfliktów...),
- kształtowanie postawy asertywnej u uczniów,
- stworzenie klimatu zaufania między uczniem a nauczycielem,
- ukazywanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego,
- promocja zdrowego stylu życia,
- minimalizowanie zachowań ryzykownych.

Działania profilaktyczno- wychowawcze dla uczniów spełniają następujące zadania:

- profilaktyka oparta na metodach aktywizujących dostosowanych do możliwości dzieci(piosenki, gry zespołowe i dydaktyczne, zajęcia plastyczne, bajka, fabuła, drama- dzieci zawsze w roli pozytywnej),
- promocja zdrowia, prawidłowe żywienie i zdrowe nawyki,
- umiejętność dostrzegania różnicy między pożywieniem, lekami, trucizną i środkami odurzającymi,
- dostarczenie informacji, że od środków odurzających można się uzależnić,
- informowanie o konieczności unikania potencjalnie niebezpiecznych przedmiotów, substancji i osób,
- możliwości szukania pomocy w trudnych sytuacjach u odpowiedzialnych osób dorosłych,
- konieczność informowania dorosłych o wszystkim, co zagraża zdrowiu i bezpieczeństwu dzieci,
- tworzenie więzi z rówieśnikami, opieka nad młodszymi,
- doświadczanie, że własny rozwój jest wielką przygodą i że najlepiej się ją przeżywa w poczuciu bezpieczeństwa, obecności bliskich, w pełni zdrowia i wolności od środków psychoaktywnych.



Ponadto:

- rozwijanie osobistej odpowiedzialności wobec unikania zagrożeń,
- dostarczenie wiadomości o tym, jaki wpływ na rozwój i zdrowie człowieka ma zażywanie środków niedozwolonych.
- rozwijanie uzdolnień i zainteresowań,
- jak działa reklama,
- na czym polega presja rówieśnicza i jak się jej przeciwstawiać,
- umiejętność nazywania i bezpiecznego wyrażania swoich stanów emocjonalnych,
- pokonywanie nadmiernego stresu,
- wspieranie w rozwiązywaniu problemów szkolnych, rodzinnych, rówieśniczych,
- rozwijanie umiejętności bezpiecznego i zdrowego spędzania wolnego czasu.

Podstawowe środowiska oddziaływań profilaktycznych

Nowoczesna profilaktyka powinna przebiegać równocześnie w wielu środowiskach. Należą do nich:

- szkoła (a w szczególności klasa szkolna)
- rodzina
- społeczność lokalna

Obszary zamierzonych zmian

-poziom intelektualny

Zwiększamy ilość wiedzy i informacji, które naszym zdaniem, mogą zmotywować młodego człowieka do wyboru zdrowszego stylu życia.

-poziom uwagi (kształcenie i koncentrowanie uwagi wokół spraw ważnych dla zdrowia i trzeźwego życia)

Koncentracji uwagi sprzyjają treści podawane w sposób atrakcyjny, odwołujące się do doświadczenia i wyobraźni, trafiające w samo centrum uwagi i w związku z tym są łatwiej przywoływane w chwili, gdy trzeba



je zastosować w praktyce. Wyrabianiu zdolności koncentrowania (i wyłączenia) uwagi służą także różne formy medytacji i relaksacji .

-poziom doświadczenia

Największą szansą uruchomienia poziomu doświadczenia jest dla profilaktyki szkolnej wykorzystanie relacji rówieśniczych. Każdy program powinien zawierać zadania oparte na pracy i współdziałaniu w małej grupie.

-poziom umiejętności

By je wykształcić, trzeba nie tylko dostarczyć wiedzy, skoncentrować uwagę i dać znaczące doświadczenie, ale także ćwiczyć nowe zachowanie. Przykładem może być tu ćwiczenie umiejętności odmawiania lub nowego sposobu komunikowania się - mówienia o swych uczuciach, uważnego słuchania itp.

-poziom postaw i wartości

Na tym etapie możemy podejmować z dziećmi ze świetlicy dialog na tematy zasadnicze: "po co?", "dlaczego?" itp. Odpowiedź, że "nie należy pić, bo to powoduje szkody" nie wystarcza im. Należy wzmacniać takie wartości, jak prawda, dobro, miłość, wolność i wskazywać, że spożywanie alkoholu i innych substancji zagraża im. Ważnym motywem skłaniającym kogoś do picia lub powstrzymywania się od niego jest chęć upodobnienia się do innych, czyli spełnienia swoistych norm otoczenia. Praca zmierzająca do zmian na tym poziomie ma zatem duże znaczenie.

UWAGA:

Plan działań profilaktyczno-wychowawczych w zależności od różnych okoliczności może ulec zmianom.



Plan działań profilaktyczno- wychowawczych

Zadania	Formy realizacji	Czas realizacji	Przewidywane efekty(cele operac.)
<p>1.Rodzina i więzi rodzinne. Jestem członkiem rodziny</p> <p>Zrozumienie pojęcia domu i rodziny,</p> <p>Uzmysłowienie relacji w rodzinie i konieczności współtworzenia dobrej atmosfery</p> <p>2. Relacje rodzinne: rodzice, dziadkowie, dzieci i relacje sąsiedzkie, szkolne, koleżeńskie.</p> <p>Kształtowanie otwartej komunikacji</p> <p>3. Rodzina- prawa i obowiązki (podział ról).</p> <p>Obowiązki i prawa członków rodziny</p> <p>4.Tradycje i zwyczaje Świąt Wielkanocnych.</p>	<p>- praca z tekstem, dobieranie słów do rzeczownika więzi, Dom, rodzina, atmosfera</p> <p>Burza mózgów i skojarzeń: jakie są to więzi?, z czym kojarzy się rodzina, dom ? quiz + praca plastyczna,</p> <p>-scenki dramatyczne dotyczące rodziny -historyjki obrazkowe, - uzupełnianie zdań,</p> <p>Stosunki interpersonalne w rodzinie oparte na dialogu, wzajemnym szacunku, szczerości,</p> <p>Relacje zewnętrzne: koleżeńskie, sąsiedzkie</p> <p>Prawo rodzinne: przenikanie się obowiązków i praw. Władza rodzicielska a obowiązki i prawa dzieci.</p> <p>Relacje między rodzicami- równouprawnienie.</p> <p>Redagowanie życzeń, wykonanie kartek na komputerze, ozdób św.</p>	<p>MARZEC</p>	<p>Uczniowie znają definicję rodziny, wiedzą, że bliskie więzi rodzinne i dobre relacje dają poczucie bezpieczeństwa i przekonanie, że współtworzą atmosferę domu.</p> <p>Dziecko ma pewność, że jest podmiotem działań rodziców.</p> <p>Uczeń; wie co to jest dialog, jak należy rozmawiać i postępować aby nie ranić a zbliżać ludzi, Potrafi odegrać scenkę przedstawiającą problemy rodzinne, szkolne i wie jak dochodzić do kompromisu. Wie, że w rodzinie należy wspierać się wzajemnie</p> <p>Dziecko zna prawa i obowiązki członków rodziny, zna swoje prawa i obowiązki docenia dziadków, rodziców , szanuje ich za starania i miłość.</p>



*ŚWIETLICA PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZA
SZKOŁA PODSTAWOWA W KOSARZYSKACH*

<p>5. Przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym.</p>	<p>- zajęcia psychoedukacyjne prowadzone metodami aktywizującymi: „Nie szkodzę innym, nie szkodzę sobie”, -pogadanki, filmy edukacyjne, broszurki i inne materiały informacyjne dla uczniów i ich rodziców, konkurs: Plakat : STOP AGRESJI,</p>		<p>Uczniowie reagują na przejawy agresji i przemocy w swoim otoczeniu zwracając się o pomoc do nauczycieli.</p>
<p>6. Wyrażam swoje uczucia.</p> <p>Budowanie przywiązywania do wspólnie przeżywanych chwil</p>	<p>Rodzaje uczuć, różne sposoby wyrażania uczuć; gesty, słowa, mimika. „Walizka uczuć i zachowań” doznawanych w domu, grupie rówieśniczej</p>	KWIECIEŃ	<p>Uczniowie skutecznie kontrolują swoje emocje negatywne rozładowując je w sposób bezpieczny, potrafią się komunikować ze sobą bez stosowania przemocy i agresji</p>
<p>7. Środki masowego przekazu.</p>	<p>Wiem ,co oglądam i co warto czytać. Ciekawe programy oświatowe w Internecie</p>		<p>Uczeń wie jak wyrażać uczucia, emocje w rodzinie, w szkole, grupie rówieśniczej. Potrafi umiejętnie korzystać z telewizji, Internetu. Umiejętnie dobiera książki i gazety.</p>
<p>8. Wyjazd na basen.</p> <p>Doskonalenie techniki pływania, korzystanie z urządzeń na pływalni. Kultura zachowania w miejscach publicznych.</p>	<p>Ruch i wypoczynek to samo zdrowie. Umiejętne przygotowanie do wyjazdu: strój kąpielowy, czepek, klapki, ręczniki.</p>		<p>Uczeń wie jak zachować się na basenie i w miejscach publicznych. Zna zasady bezpieczeństwa.</p>
<p>9. Tworzymy grupę.</p> <p>Integracja zespołu świetlicowego.</p>	<p>Zabawy integracyjne. Burza mózgów – jaka powinna być grupa świetlicowa. Praca w grupach „Moje zainteresowania, mocne strony, ulubione zespoły, potrawy.</p>		<p>Dziecko poznaje swoje zainteresowania, osiągnięcia kolegów, Potrafi o sobie mówić pozytywnie, Dba o właściwą atmosferę w grupie.</p>



*ŚWIETLICA PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZA
SZKOŁA PODSTAWOWA W KOSARZYSKACH*

<p>10.. Ukazywanie możliwości uzyskania pomocy w sytuacjach kryzysowych.</p>	<p>-materiały edukacyjne spotkanie z:</p> <p>-policjantem,</p> <p>-pielęgniarką,</p> <p>-higienistką.</p> <p>- praca z komputerem jako źródłem pracy i rozrywki</p> <p>-Biwak na sportowo- rozgrywki z grupach. W razie możliwości zaproszenie gościnnie innej świetlicy.</p>	<p>MAJ</p>	<p>Uczeń zdobywa wiadomości i umiejętności z zakresu uzyskiwania pomocy w sytuacjach kryzysowych</p> <p>Dziecko zdobywa ogólną sprawność fizyczną, integruje się z dziećmi z innych świetlic, nawiązuje przyjaźń.</p>
<p>11. Nasz kodeks grupowy.</p> <p>Wypracowanie akceptowanych przez uczestników norm koleżeńskich.</p>	<p>Burza mózgów – „co to są normy, kodeksy” Miniprezentacja – moje zalety. Praca indywidualna – moje zainteresowania. Praca w grupach- opracowanie kodeksu.</p>		<p>Uczeń: \</p> <p>-potrafi utożsamiać się z grupą,</p> <p>-zna zasady i normy, które obowiązują w świetlicy i przestrzega kodeksu.</p>
<p>12. Poznajemy się wzajemnie- gry i zabawy integracyjne. Wycieczka do zaprzyjaźnionej świetlicy</p> <p>Zacieśnienie więzi grupowej, wzajemne poznanie</p>	<p>Wspólne zabawy integracyjne, zespołowe gry sportowe,</p>		<p>Uczeń:</p> <p>- potrafi zintegrować się z grupą,</p> <p>-potrafi przeprowadzić zabawy integracyjne, gry sportowe</p>



*ŚWIETLICA PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZA
SZKOŁA PODSTAWOWA W KOSARZYSKACH*

<p>15. Promowanie zdrowego, higienicznego stylu życia, kształtowanie zdrowych nawyków dotyczących żywienia</p>	<ul style="list-style-type: none"> -plakaty, konkursy, reklama zdrowej żywności, gazetki -degustacja zdrowych napojów i żywności, -rozmowy na temat szkodliwych skutków niewłaściwego używania leków i innych niebezpiecznych substancji, - praktyczne zastosowanie komputera- planujemy pracę na nowy rok szkolny -Dyskotekowy zawrót głowy z dawką ćwiczeń ruchowych. Wycieczka w góry lub do Piwnicznej. 	<p>WRZESIEŃ</p>	<p>Uczniowie znają zasady zdrowego odżywiania się, higienicznego i zdrowego stylu życia</p>
<p>16. Jestem asertywny c.d Kształtowanie postawy asertywnej u dzieci.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -scenki dramatyczne -spektakl profilaktyczno -wychowawczy: „Potrafię rozmawiać, nie raniąc”, -omawianie treści przedstawień i poruszanych problemów, -film , komentarz nauczyciela, -prace plastyczne „Potrafię być asertywny”, 	<p>PAŹDZIERNIK</p>	<p>Uczniowie prezentują postawę asertywną szczególnie w sytuacjach zagrażających bezpieczeństwu. Potrafią skutecznie odmawiać, unikać niebezpieczeństw i niezwłocznie informować o nich dorosłych.</p>



*ŚWIETLICA PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZA
SZKOŁA PODSTAWOWA W KOSARZYSKACH*

<p>17. Jak żyć, by zdrowym być.</p> <p>Uświadomienie uczniom, że zdrowie ludzkie jest niedocenione.</p>	<p>-Plakaty, tablice informacyjne dla uczniów i rodziców: „Tworzę gazetkę dla mamy i taty”, Burza mózgów – „Jaką wartość ma życie” Praca w grupach: -w zdrowym ciele- zdrowy duch, - co szkodzi zdrowiu - redagowanie wspólnej recepty na zdrowie - Moje pomysły na zajęcia rekreacyjne: prowadzenie przez uczniów pod nadzorem, elementów zajęć sportowych według własnych pomysłów,</p> <p>-Wyjazd na basen.</p>	<p>LISTOPAD</p>	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zna pojęcie zdrowia, potrafi określić jak ważne jest zdrowie i życie ludzkie, - zna zasady higieny osobistej i wartości odżywcze, - wie, że wszelkie używki szkodzą zdrowiu, - potrafi w czasie wolnym zdrowo i bezpiecznie spędzać wolny czas, - umiejętnie organizuje sobie zdrowe zajęcia. <p>Poprawa ogólnej sprawności fizycznej</p> <p>Uczeń poznaje swoje dobre i złe strony, Potrafi odważnie odegrać swoją rolę.</p>
<p>18. Bawimy się w teatr.</p>	<p>Podział ról według umiejętności i zdolności. Rozwijanie zainteresowań i talentów. Próby. Wystąpienie z spektaklem przed publicznością szkolną Projektowanie strojów i plakatu informującego o przedstawieniu.</p>		



*ŚWIETLICA PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZA
SZKOŁA PODSTAWOWA W KOSARZYSKACH*

<p>19. Kształtowanie właściwych postaw społecznych.</p>	<p>-Organizowanie zajęć rozwijających ważne umiejętności społeczne: (skuteczne porozumiewanie się, bezpieczne rozwiązywanie konfliktów) i psychologiczne: (kontrolowanie emocji, bezpieczne rozładowanie nadmiernego stresu...),</p> <p>-zajęcia warsztatowe prowadzone metodami aktywizującymi,</p> <p>-spektakle teatralne – w roli głównej- uczestnicy świetlicy.</p> <p>-omawianie problematyki poruszanej w przedstawieniach,</p> <p>-A może aerobik?- zajęcia ruchowe inaczej.</p> <p>Swobodne wypowiedzi dzieci na temat świąt i tradycji. Redagowanie życzeń i wykonanie kartek świątecznych.</p> <p>Prace manualne- wykonanie stroików świątecznych.</p>	<p>GRUDZIEŃ</p>	<p>Uczniowie umieją się komunikować ze sobą, potrafią walczyć z nadmiernym stresem, bezpiecznie rozwiązywać konflikty, znają swoje prawa i obowiązki.</p> <p>Poprawa ogólnej sprawności fizycznej, zdrowotnej</p>
<p>21. Rozpoznawanie potrzeb i zagrożeń w środowisku dzieci ze świetlicy.</p>	<p>-Okresowa diagnoza w celu wyłonienia aktualnych problemów, istotnych z punktu widzenia profilaktyki ankiety, obserwacja, rozmowy z uczniami, rodzicami</p>	<p>Cały rok</p>	<p>Nauczyciele, rodzice znają potrzeby i zagrożenia w środowisku szkol., najbliższym otoczeniu ucznia, istotne z punktu widzenia profilakt..</p>

Kierownik świetlicy: mgr Anna Bagnicka



*ŚWIETLICA PROFILAKTYCZNO- WYCHOWAWCZA
SZKOŁA PODSTAWOWA W KOSARZYSKACH*

Rok 2013

