



IV Liceum Ogólnokształcące im. Stefanii Sempołowskiej w Lublinie
20—124 Lublin ul. Szkolna 4 tel. 81 747 — 78 — 17 www.4lo.lublin.pl

PROGRAM PROFILAKTYKI

IV LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO
IM. STEFANII SEMPOŁOWSKIEJ
W LUBLINIE

2013 - 2016

Spis treści

| | |
|--|----|
| Wstęp | 3 |
| Podstawa prawna | 3 |
| Założenia teoretyczne..... | 4 |
| Problemy występujące w szkole..... | 5 |
| Cele ogólne..... | 5 |
| Metody i formy działań..... | 6 |
| Sposób realizacji | 6 |
| Plan działań profilaktycznych | 7 |
| Profilaktyka uzależnień | 7 |
| Przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym, przemocy oraz inne działania na rzecz poprawy bezpieczeństwa | 9 |
| Profilaktyka zachowań prozdrowotnych i zdrowego stylu życia..... | 11 |
| Kształtowanie dojrzałej postawy wobec seksualności | 13 |
| Przewidywane efekty podjętych działań profilaktycznych | 15 |
| Sposoby ewaluacji..... | 15 |

Wstęp

Program Profilaktyki IV Liceum Ogólnokształcącego im. Stefanii Sempołowskiej w Lublinie zawiera działania ukierunkowane na pomoc uczniom i rodzicom oraz nauczycielom w przeciwdziałaniu wszelkim przejawom niedostosowania społecznego i demoralizacji wśród młodzieży oraz promujący zdrowy styl życia i zachowania proekologiczne.

Program Profilaktyki IV Liceum Ogólnokształcącego jest powiązany z Programem Wychowawczym oraz Statutem IV Liceum Ogólnokształcącego im. Stefanii Sempołowskiej w Lublinie.

Podstawa prawna

1. Ustawa o systemie oświaty z 7 września 1991r. (Dz. U. z 2004r. Nr 256, poz. 2572 z późn. zm.).
2. Rozporządzenie MEN z dnia 23 grudnia 2008r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2009r. Nr 4, poz.17).
3. Rozporządzenie MEN z dnia 30 kwietnia 2013r. w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno - pedagogicznej w publicznych przedszkolach i placówkach (Dz. U. z 2010r. Nr 228, poz. 1487).
4. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997r. (Dz. U. z 1997r. Nr 78, poz. 483 z późn. zm.) Art. 72.
5. Konwencja o Prawach Dziecka przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych z 20 listopada 1989r. (Dz. U. z 1991r. Nr 120, poz. 526 z późn. zm.) Art. 33.
6. Ustawa z 9 listopada 1995r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych (Dz. U. z 1996r. Nr 10, poz. 55 z późn. zm.).

7. Ustawa z dnia 26 października 1982r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tekst jednolity - Dz. U. z 2007r. Nr 70, poz. 473 z późn. zm.).
8. Ustawa o zmianie ustawy o ochronie zdrowia psychicznego z dnia 23 lipca 2008r. (Dz. U. z 2008r. Nr 180, poz. 1108).
9. Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 1994r. Nr 111, poz. 535).
10. Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. z 1997r. Nr 75, poz. 468, z 1998r. Nr 106, poz. 668 i Nr 113, poz. 715, z 2000r. Nr 2, poz. 256 i Nr 103, poz. 1097, z 2001r. Nr 111, poz. 1194 i Nr 125, poz. 1367 oraz z 2002r. Nr 25, poz. 253 i Nr 113, poz. 984 z późn. zm.).
11. Ustawa z dnia 29 lipca 2005r. o przeciwdziałaniu przemocy w rodzinie (Dz. U. z dnia 20 września 2005r. Nr 180, poz. 1493).
12. Ustawa z dnia 26 października 1982r. o postępowaniu w sprawach nieletnich, art. 4 §2, 3 (Dz. U. z 2002r. Nr 11, poz. 109 z późn. zm.).
13. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 26 lutego 2002r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego (Dz. U. z 2002 Nr 51 poz. 458).
14. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z 31 stycznia 2003r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem (Dz. U. z 2003r. Nr 26, poz. 226).

Założenia teoretyczne

Program Profilaktyki IV Liceum Ogólnokształcącego im. Stefanii Sempołowskiej w Lublinie został opracowany w oparciu o diagnozę środowiska szkolnego. Diagnozy dokonano w oparciu o analizę:

- wyników badań ankietowych wśród uczniów i rodziców,
- wyników ewaluacji wewnętrznej,
- rozmów i obserwacji uczniów na zajęciach lekcyjnych, pozalekcyjnych i podczas przerw,
- informacji wychowawców klas, nauczycieli i pracowników szkoły o bieżących problemach wychowawczych,
- rozmów z rodzicami prowadzonych przez wychowawców i psychologa szkolnego,

- rozmów z przedstawicielami Policji,
- orzeczeń i opinii poszczególnych uczniów z Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej,
- dokumentacji szkolnej, w tym dzienników lekcyjnych,
- sprawozdań z pracy psychologa szkolnego.

Problemy występujące w szkole

W IV Liceum Ogólnokształcącym im. Stefanii Sempołowskiej zdiagnozowano następujące problemy wychowawcze, wymagające działań profilaktycznych:

- niska frekwencja uczniów,
- brak motywacji do nauki i trudności w nauce,
- lekceważenie obowiązków szkolnych przez niektórych uczniów,
- obniżająca się kultura osobista uczniów – brak szacunku wobec innych, agresja słowna i wulgaryzmy, obniżona samokontrola emocji i zachowania, niewłaściwe zachowanie uczniów,
- podejmowanie przez uczniów zachowań ryzykownych – palenie papierosów, eksperymentowanie ze środkami psychoaktywnymi, kradzieże, podejmowanie wczesnej inicjacji seksualnej, stosowanie drastycznych diet, spędzanie zbyt dużej ilości czasu przed komputerem, wagary.

Cele ogólne

1. Minimalizowanie zagrożeń lub zaburzeń zachowania poprzez pomoc i wspierania młodzieży, ich rodziców oraz nauczycieli w rozwiązywaniu problemów różnego typu.
2. Wzmacnianie postaw określonych jako społecznie pożądane.
3. Promocja zdrowia i rozwijanie zdolności do prowadzenia zdrowego stylu życia.
4. Rozwijanie umiejętności interpersonalnych i intrapsychicznych.
5. Rozwijanie zainteresowań i ukierunkowanie aktywności poznawczej.
6. Niwelowanie okoliczności powodujących trudności w nauce.

7. Wypracowanie właściwych form współpracy z rodzicami w zakresie rozwiązywania problemów młodzieży.
8. Wyposażenie nauczycieli w umiejętności niezbędne do prowadzenia zajęć profilaktycznych.

Metody i formy działań

Metody: ankieta diagnozująca, wywiad kwestionariuszowy, obserwacja, metody aktywizujące, metody podające.

Formy: rozmowy indywidualne, warsztaty, zebrania klasowe, imprezy ogólnoszkolne i środowiskowe, przedstawienia, ulotki, programy wychowawcze klas, prelekcje, konferencje, pogadanki dla uczniów i rodziców, pomoc innych instytucji specjalistycznych i edukacyjnych, konkursy, imprezy turystyczne, psychozabawy, zasoby biblioteki, strona internetowa szkoły, koła zainteresowań, projekty, gazeta szkolna, akcje charytatywne.

Sposób realizacji

Program realizowany jest w trzyletnim cyklu nauczania. Jest elementem Programu Wychowawczego i jest spójny ze Statutem IV Liceum Ogólnokształcącego im. Stefanii Sempołowskiej w Lublinie oraz ze Szkolnym Zestawem Programów Nauczania.

Program uwzględnia kompleksowe oddziaływanie w ramach godzin wychowawczych, zajęć dydaktycznych i pozalekcyjnych. Dla osiągnięcia założonych celów proponuje się strategie informacyjne (wiedza), edukacyjne (umiejętności) i alternatywne (zachowania konkurencyjne dla zachowań niepożądanych). Każdą z nich realizuje się dla: uczniów, rodziców i nauczycieli.

Plan działań profilaktycznych

Profilaktyka uzależnień

| Cel | Zadania | Sposób realizacji | Termin | Osoby odpowiedzialne | Strategie / Adresat |
|--|--|--|------------------|---|--|
| Znajomość wpływu i konsekwencji zażywania substancji psychoaktywnych na organizm | Dostarczenie wiedzy o specyfice substancji uzależniających: narkotyków, dopalaczy, alkoholu, papierosów oraz ich działaniu na organizm i psychikę człowieka. | - godziny wychowawcze, - ulotki informacyjne | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Informacyjna / uczniowie, rodzice, nauczyciele |
| Rozumienie mechanizmu uzależnienia od środków psychoaktywnych, od komputera, zakupów, itp. | Informowanie o zagrożeniach towarzyszących środkom psychoaktywnym, konsekwencja zażywania, chorobach będących następstwem nadużywania oraz o mechanizmach i fazach powstawania uzależnienia. | - godziny wychowawcze, - spotkania ze specjalistami, - konkursy profilaktyczne, - filmy edukacyjno-profilaktyczne | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele, koordynator ds. bezpieczeństwa | Informacyjna / uczniowie, rodzice, nauczyciele |

| | | | | | |
|--|--|---|------------------|---|--|
| Zapoznanie się z ofertą instytucji pomocowych | Informowanie o zagrożeniach i instytucjach, które pomagają w rozwiązywaniu problemów z uzależnieniami. | - spotkania ze specjalistami, - pedagogizacja rodziców | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele, | Informacyjna / uczniowie, rodzice, nauczyciele |
| Nauka asertywności | Nauka postaw asertywnych w różnych sytuacjach. Ukazywanie alternatywnych sposobów spędzania czasu wolnego przez młodzież. | - warsztat z psychologiem, - godziny wychowawcze, - zajęcia pozalekcyjne, - koła zainteresowań, - wycieczki edukacyjne, - zajęcia integracyjne | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Edukacyjna / uczniowie Alternatywna / uczniowie |
| Współdziałanie Rady Pedagogicznej, rodziców oraz pozostałych pracowników szkoły w zakresie działań profilaktycznych dotyczących uzależnień | Doskonalenie warsztatu profilaktycznego nauczycieli i pracowników szkoły. Pedagogizacja rodziców. | - szkolenia Rady Pedagogicznej i pracowników szkoły, - prelekcje dla rodziców | cały rok szkolny | dyrektor, wicedyrektor, psycholog, instytucje wspierające działania profilaktyczne | Informacyjna, edukacyjna / nauczyciele, rodzice |

Przeciwdziałanie zachowaniom agresywnym, przemocy oraz inne działania na rzecz poprawy bezpieczeństwa

| Cel | Zadania | Sposób realizacji | Termin | Osoby odpowiedzialne | Strategie / Adresat |
|--|--|--|------------------|--|---|
| Zapoznanie z przyczynami i skutkami zachowań agresywnych | Zwiększenie świadomości uczniów dotyczącej problemu: mechanizmy i konsekwencje zachowań agresywnych. Zdiagnozowanie miejsc i sytuacji występowania przemocy i agresji w szkole. | - godziny wychowawcze, - ulotki informacyjne, - filmy edukacyjne, - pogadanki, dyskusje, - ankiety, kwestionariusze | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Informacyjna / uczniowie, rodzice |
| Informowanie o skutkach prawnych czynów przestępczych | Współpraca z Policją. | - spotkania ze specjalistami, - godziny wychowawcze | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele, koordynator ds. bezpieczeństwa | Informacyjna / uczniowie |
| Dbałość o wysoką frekwencję i dyscyplinę | Poprawa frekwencji i wzmoczenie dyscypliny współpraca z rodzicami. | - konsekwentne sprawdzanie list obecności, - przestrzeganie procedur usprawiedliwiania nieobecności, - kontakty z rodzicami, | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Edukacyjna / nauczyciele, rodzice, uczniowie Informacyjna / uczniowie, rodzice |

| | | | | | |
|---|---|---|----------------------------|------------------------------------|--|
| | | - indywidualne rozmowy z uczniami | | | |
| Nauka właściwych norm postępowania | Ustalenie zasad zachowania ucznia, zapoznanie z dokumentami obowiązującymi w szkole, nauka zasad savoir – vivre'u, dbałość o kulturę słowa. | - godziny wychowawcze, - monitorowanie uczniów w czasie przerw, - wycieczki edukacyjne, - zajęcia pozalekcyjne | wrzesień, cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Edukacyjna / uczniowie Alternatywna / uczniowie |
| Diagnoza środowiska ucznia | Poznanie systemu rodzinnego i środowiska, w którym przebywa uczeń. | - ankiety, - rozmowy indywidualne, - obserwacja uczniów | wrzesień/ październik | psycholog, wychowawcy | Informacyjna / nauczyciele |
| Rozwijanie umiejętności interpersonalnych i intrapsychicznych | Nauka rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie z naciskiem grupy. Nauka sposobów radzenia sobie ze stresem i radzenia w sytuacjach trudnych. Nauka podejmowania decyzji i wyznaczania celów. | - warsztaty integracyjne z psychologiem, - godziny wychowawcze, - grupy wsparcia, - warsztaty antystresowe | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, specjaliści | Edukacyjna / uczniowie |

Profilaktyka zachowań prozdrowotnych i zdrowego stylu życia

| Cel | Zadania | Sposób realizacji | Termin | Osoby odpowiedzialne | Strategie / Adresat |
|---|---|---|------------------|---|----------------------------------|
| Poznanie zasad racjonalnego odżywiania się i zdrowego stylu życia | <p>Wdrażanie uczniów do zachowań prozdrowotnych, w szczególności utrwalanie nawyków racjonalnego odżywiania.</p> <p>Informowanie o przyczynach i skutkach zaburzeń łaknienia (bulimia, anoreksja, otyłość).</p> | <ul style="list-style-type: none"> - godziny wychowawcze, - filmy edukacyjne, - spotkania ze specjalistą, - ulotki informacyjne, - lekcje wychowania fizycznego, biologii i języków obcych | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści | Informacyjna / uczniowie rodzice |
| Ukazanie wpływu obecnego stylu życia na przyszłe zdrowie | Informowanie o znaczeniu obecnego stylu życia na zdrowie przyszłego potomstwa i przebieg starości. | <ul style="list-style-type: none"> - godziny wychowawcze, - lekcje biologii i wychowania fizycznego, - konkurs zorganizowany przez nauczycieli wychowania fizycznego | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego i biologii | Informacyjna / uczniowie |

| | | | | | |
|--|--|---|-------------------------|--|---|
| <p>Dbłość o rozwój ruchowy</p> | <p>Promowanie prawidłowego rozwoju fizycznego, kondycji i rekreacji ruchowej.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - wycieczki, - rajdy, - Dzień Sportu, rozgrywki i zawody sportowe, - zajęcia wychowania fizycznego, - SKS | <p>cały rok szkolny</p> | <p>wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego</p> | <p>Informacyjna, edukacyjna, alternatywna / uczniowie</p> |
| <p>Rozwijanie świadomości własnego stanu zdrowia</p> | <p>Informowanie o czynnikach sprzyjających w powstawaniu chorób i ich objawach.</p> <p>Wskazywanie konieczności poddawaniu się okresowym badaniom stanu zdrowia.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - godziny wychowawcze, - realizacja programów prozdrowotnych: „Wybierz Życie – Pierwszy Krok” profilaktyka szyjki macicy, „Pierwszy dzwonek - Nie! Dla meningokoków”, „Profilaktyka zaburzeń depresyjnych wśród młodzieży” | <p>cały rok szkolny</p> | <p>psycholog, wychowawcy, nauczyciele biologii</p> | <p>Informacyjna, edukacyjna / uczniowie, rodzice</p> |

| | | | | | |
|---|---|--|------------------|--|--------------------------------------|
| Rozpowszechnianie idei honorowego krwiodawstwa i oddawania szpiku | Zachęcanie do oddawania krwi i rejestrowania się w bazie danych dawców szpiku. Uświadomienie roli jaką odgrywa taka postawa dla osób potrzebujących. | - udział w szkolnych akcjach honorowego oddawania krwi i rejestrowania w bazie danych dawców szpiku | cały rok szkolny | psycholog, nauczyciele | Informacyjna / uczniowie |
| Dbłość o środowisko naturalne | Informowanie o wpływie środowiska na zdrowie człowieka. | - konkursy ekologiczne, - godziny wychowawcze, - lekcje przyrody, biologii, geografii i języków obcych | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Informacyjna, edukacyjna / uczniowie |

Kształtowanie dojrzałej postawy wobec seksualności

| Cel | Zadania | Sposób realizacji | Termin | Osoby odpowiedzialne | Strategie / Adresat |
|--|--|---|------------------|--|--------------------------|
| Kształtowanie świadomości o specyfice okresu dojrzewania | Uświadamianie potrzeb i zadań rozwojowych młodzieży. | -godziny wychowawcze, - lekcje wychowania do życia w rodzinie, lekcje biologii, - lekcje wychowania fizycznego | cały rok szkolny | psycholog, wychowawcy, nauczyciele | Informacyjna / uczniowie |

| | | | | | |
|---|--|--|-------------------------|---|---|
| <p>Zapobieganie podejmowaniu przez młodzież zachowań ryzykownych typu wczesna inicjacja seksualna</p> | <p>Przekazywanie informacji o konieczności określania własnych potrzeb doznawania szacunku i poszanowania godności.</p> <p>Rozwijanie zachowań asertywnych Rozwijanie wyobraźni empatycznej.</p> | <p>- godziny wychowawcze, - lekcje wychowania do życia w rodzinie, - lekcje biologii, - lekcje religii</p> | <p>cały rok szkolny</p> | <p>psycholog, wychowawcy, nauczyciele</p> | <p>Informacyjna, edukacyjna / uczniowie</p> |
| <p>Uświadomienie skutków wynikających z podjęcia wczesnej inicjacji seksualnej</p> | <p>Analiza motywów podejmowania wczesnego współżycia seksualnego.</p> <p>Informowanie o konsekwencjach wczesnej inicjacji seksualnej – ciąża, aborcja, choroby weneryczne, HIV/AIDS itp.</p> | <p>- godziny wychowawcze, - lekcje wychowania do życia w rodzinie, - lekcje biologii, - lekcje religii, - filmy edukacyjne</p> | <p>cały rok szkolny</p> | <p>psycholog, wychowawcy, nauczyciele</p> | <p>Informacyjna / uczniowie</p> |
| <p>Uczenie szukania pomocy</p> | <p>Informowanie o instytucjach pomocowych i konsekwencjach prawnych dokonania czynów naruszenia nietykalności cielesnej.</p> | <p>- godziny wychowawcze, - lekcje wychowania do życia w rodzinie, - lekcje biologii i lekcje wychowania fizycznego</p> | <p>cały rok szkolny</p> | <p>psycholog, wychowawcy, nauczyciele</p> | <p>Informacyjna / uczniowie</p> |

Przewidywane efekty podjętych działań profilaktycznych

1. Poprawa frekwencji uczniów.
2. Ograniczenie zjawiska palenia papierosów.
3. Nabycie wiedzy o szkodliwości alkoholu i środków psychoaktywnych.
4. Wyrobienie umiejętności radzenia sobie z sytuacjami problemowymi i konfliktowymi w szkole i w domu.
5. Wyrobienie postaw społecznie pożądanych.
6. Wyrobienie nawyków zdrowego stylu życia i odżywiania się.
7. Wzrost świadomości dotyczącej stanu zdrowia.
8. Znajomość idei honorowego krwiodawstwa i oddawania szpiku.
9. Pogłębienie wiedzy na temat seksualności człowieka.
10. Wyrobienie nawyków zachowań proekologicznych.
11. Zwiększenie współpracy z rodzicami.
12. Pogłębienie współpracy z instytucjami pomocowymi.

Sposoby ewaluacji

1. Ankiety ewaluacyjne przeprowadzane przez psychologa szkolnego.
2. Sprawozdania z pracy wychowawców klas.
3. Obserwacja zachowań uczniów.
4. Analizy wyników nauczania i frekwencji.

Program opracowały:

mgr Aneta Teterycz - koordynator
mgr Anna Radziwiłko
mgr Anna Pogorzelska
mgr Katarzyna Zarębska - Grodzicka
mgr Agata Żółw