

Elżbieta Postawa

Krzysztof Szkudlarek

Gimnazjum Publiczne im. Władysława Stanisława Reymonta w Kłodzku

**Szkolny program profilaktyki uzależnień
od nikotyny, alkoholu i narkotyków
Gimnazjum Publicznego
im. Władysława Stanisława Reymonta
w Kłodzku**

**Praca opublikowana
w Internetowym Serwisie Oświatowym**

awans.net

Motto:

“Chodzi nam o to, aby sobą być i zdrowo żyć.”

I. AUTORZY PROGRAMU

1. Dyrektor szkoły mgr inż. Krzysztof Szkudlarek i pedagog mgr Elżbieta Postawa, którzy są pomysłodawcami opracowania i realizacji Szkolnego Programu Profilaktyki Uzależnień od nikotyny, alkoholu i narkotyków.
2. Wyżej wymienieni opracowali plan pracy nad programem profilaktyki uzależnień, opracowali i przeprowadzili ankietę skierowaną do nauczycieli i higienistki szkolnej oraz są autorami opracowania niniejszego programu.
3. Nauczyciele Gimnazjum Publicznego w Kłodzku, którzy poprzez ankietę i konsultacje z pedagogiem, zgłosili propozycje treści stanowiących program i zobowiązali się, w miarę ich realizacji, załączyć scenariusze, regulaminy konkursów, itd.
4. Jako że dewizą dyrekcji i pedagogów Gimnazjum jest hasło: "Nic dla uczniów i rodziców bez uczniów i rodziców", do opracowania programu włączona została społeczność uczniowska i rodzice. Wychowawcy klas przeprowadzili konsultacje z uczniami i rodzicami, a ich propozycje zawarli w ankiecie skierowanej do nauczycieli.

II. REALIZATORZY PROGRAMU

1. Do realizacji zadań zawartych w programie, zgodnie z założeniami określonymi w planie pracy nad programem profilaktyki uzależnień, zobowiązali się autorzy propozycji do programu zawartych w ankiecie.
2. Wychowawcy klas I - III, wezmą udział w realizacji zadań przypisanych im w programie.
3. Szkolna służba zdrowia, która we współpracy z pedagogiem i wychowawcami klas, zrealizuje przypisane jej w programie zadania.
4. Sami uczniowie, poprzez zaangażowanie w sprawy organizacyjne, udział w konkursach, wkład pracy wykraczający poza ramy zajęć i zadań obowiązkowych.
5. Liczymy na wsparcie działań szkoły i współpracę z rodzicami: udział w pedagogizacji, umożliwienie dziecku wzięcia udziału w profesjonalnych programach profilaktyczno-artystycznych, wykazywanie zainteresowania wydarzeniami w szkole i tym, co dla dziecka ważne, trudne.
6. Realizacja przyjętych na siebie zadań może odbywać się we współpracy z innymi nauczycielami, podmiotami w szkole, a także z udziałem zaproszonych gości.

III. ZAŁOŻENIA PROGRAMU I OKREŚLENIE PROBLEMU

Świadomi zagrożeń uzależnieniami zdecydowaliśmy o opracowaniu i realizowaniu Szkolnego Programu Profilaktyki Uzależnień, w którym zgromadzone zostały nasze dotychczasowe działania w tym zakresie i wprowadzone nowe propozycje zawarte we wspomnianych wcześniej ankietach.

Program niniejszy podyktowany jest troską o dobro naszych uczniów, którym chcemy ze wszelkich miar pomóc ustrzec się przed uzależnieniami i konsekwencjami z nich wynikającymi. Zależy nam na tym, aby żaden z gimnazjalistów nie padł ofiarą własnej naiwności, braku krytycyzmu w myśleniu, niewiedzy o skutkach palenia, picia, czy "brania". Aby nie próbował topić problemów w alkoholu, uciekać od tego co trudne w narkotyki, "nie szpanował" paleniem papierosów. Jesteśmy przekonani, że realizowany w szkole program profilaktyki uzależnień, ale też Program Wychowawczy pomogą naszym uczniom dokonać właściwych w życiu wyborów, podjąć słuszne decyzje i powiedzieć "Nie!", gdy ich własne dobro będzie tego wymagało.

Szkolny Program Profilaktyki Uzależnień opracowany dla uczniów Gimnazjum Publicznego w Kłodzku, uwzględnia specyficzne warunki pracy szkoły, związane z dojazdami uczniów i ograniczonymi możliwościami organizowania zajęć w szkole i pozaszkolnych w godzinach pozalekcyjnych.

Program zawiera cztery działy z których pierwszy dotyczy wspólnych treści dla programu profilaktyki uzależnień od nikotyny, alkoholu i narkotyków, a trzy kolejne działy są programem działań profilaktycznych, charakterystycznych dla każdego rodzaju uzależnienia. Do programu, w miarę

realizacji zadań, dołączone zostaną scenariusze, opracowane przez wskazane w programie "osoby odpowiedzialne".

Program profilaktyki uzależnień jest ściśle związany z realizowanym w gimnazjum Programem Wychowawczym pod hasłem "Człowiek i jego emocje", który można uznać, w szerokim rozumieniu za profilaktyczny. Szczególną rolę w tym względzie z założenia spełnić mają tematy tzw. godzin wychowawczych realizowanych w klasach I - III w czterech działach:

1. Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć.
2. Uczestnictwo w grupie.
3. Rozwiązywanie problemów.
4. Dbanie o zdrowie.

Realizację zadań wynikających z działu "Dbanie o zdrowie", obejmujących problematykę uzależnień i profilaktykę, wspomagamy poprzez tematy wychowawcze zawarte w trzech pierwszych działach.

Realizując je stwarzamy uczniom podstawy do świadomego chronienia siebie przed uzależnieniami, sięganiem po papierosa, alkohol, czy narkotyki.

Pomagamy gimnazjalistom poznać swoje mocne i słabe strony. Uświadamiamy potrzebę opierania się w pracy na swoich mocnych stronach i rozwijania swojej osobowości.

Wypracowujemy z uczniami zdrowe sposoby radzenia sobie z trudnymi uczuciami, emocjami, z sytuacjami stresującymi, a także ćwiczymy odpowiadające im zachowania.

Cykl zajęć dotyczący uczestnictwa w grupie i rozwiązywania problemów, ma na celu uświadomienie uczniom możliwości i konsekwencji wpływu innych na jednostkę, a także znaczenia i możliwych sposobów pomagania innym.

Uświadamiamy uczniom, że konflikty są naturalną częścią naszego życia i należy je rozwiązywać przy pomocy zdrowych sposobów, które wspólnie wypracowujemy.

Uczniowie uczą się rozpoznawać różne formy namawiania i ćwiczą zachowania asertywne.

Przykładamy wagę do kształtowania w świadomości uczniów poczucia odpowiedzialności za siebie i swoje decyzje.

Pomagamy im budować marzenia o swojej przyszłości i planować drogę do realizacji tychże marzeń i planów życiowych.

Wiemy, jaką siłą w wieku dorastania jest identyfikacja z normami, zwyczajami, wartościami propagowanymi przez rówieśników i dlatego też zależy nam na tym, aby nasi uczniowie poprzez i w trakcie różnych zajęć mogli wyrażać, uświadamiać sobie i innym, lansować i internalizować te normy, wartości i zwyczaje, które będą podstawą zdrowego stylu życia - wolnego od nałogów i uzależnień.

Realizując zadania gimnazjum współpracujemy z rodzicami/opiekunami oraz wspieramy tychże w wychowaniu dzieci - o czym traktuje dział Programu Wychowawczego Szkoły: "Współpraca z rodzicami/opiekunami uczniów". Szereg naszych działań skierowanych jest wprost do tych, którzy matczyną i ojcowską miłością, swoimi postawami rodzicielskimi, wzorcami osobowymi, wpływają na kształtowanie się osobowości dziecka, jego obraz siebie, sposób widzenia świata i relacji z otoczeniem, a przez to również nastawienia i postawy wobec nałogów i uzależnień.. Tak wiele przecież zależy od stworzonego dziecku ciepła ogniska rodzinnego, poprawnych relacji rodziców z córką/synem.

Prowadzona w szkole pedagogizacja przy okazji zebrań klasowych, konsultacji z nauczycielami, obejmuje: pogadanki, prelekcje, warsztaty dla rodziców, zorganizowane na szkolnych korytarzach tablice tematyczne, itd. w czasie których i za pośrednictwem których wzbogacamy wiedzę i umiejętności wychowawcze rodziców. Pomagamy rodzicom/opiekunom wesprzeć dziecko w efektywnym uczeniu się, a więc osiągnięciu sukcesu szkolnego, a także ukazujemy istotę i sposoby rozmawiania dzieckiem i słuchania tego, co ma dopowiedzenia, okazywania mu zainteresowania jego sprawami, docenienia jego indywidualności, szanowania godności osobistej itd.

W niniejszym programie uwzględnione zostały tematy pedagogizacji rodziców oraz inne działania skierowane do rodziców, a dotyczące profilaktyki uzależnień.

IV. CELE PROGRAMU

UCZNIOWIE:

- Podnoszenie świadomości uczniów dotyczącej przyczyn sięgania po nikotynę, alkohol i środki zmieniające świadomość oraz uzależnień od nich..
- Uwrażliwienie na zagrożenia wynikające ze sztucznego redukowania przeżywanych uczuć i emocji.
- Poznanie skali ryzyka związanego z paleniem papierosów, pić alkoholu i podejmowaniem prób z narkotykami.
- Uświadamianie i propagowanie prawd o zagrożeniach jakie niosą ze sobą uzależnienia od nikotyny, alkoholu i narkotyków.
- Wytworzenie w świadomości ucznia właściwych postaw i nastawień do papierosów, alkoholu i środków zmieniających świadomość oraz osób palących, pijących i "biorących".
- Wyposażenie ucznia w wiadomości i umiejętności dotyczące obrony przed uzależnieniami - nauka i ćwiczenie zachowań asertywnych.
- Odkrywanie i umiejętne stosowanie własnych, ale też sprawdzonych sposobów obrony siebie przed uzależnieniami.
- Kształtowanie w świadomości uczniów poczucia odpowiedzialności za siebie i swoje decyzje.
- Wspieranie innych w radzeniu sobie z problemem alkoholowym, narkotykowym i nikotynowym - zasoby grupy, przyjaźń, koleżeństwo.
- Propagowanie zdrowego stylu życia.- bez nałogów i uzależnień.
- Identyfikacja z człowiekiem wolnym od nałogów i uzależnień.
- Lansowanie przez młodzież i wśród młodzieży pożądanych zachowań i zdrowych sposobów radzenia sobie z trudnymi sytuacjami.
- Kreowanie wzorców spędzania czasu wolnego.
- Wskazanie, gdzie i kto może pomóc osobom z problemem alkoholowym, narkotykowym, nikotynowym oraz uzależnionym i współuzależnionym.

NAUCZYCIELE I RODZICE:

- Uwrażliwienie na specyfikę okresu dojrzewania i zagrożenia w zakłóceniu relacji ze światem, rodziną i samym sobą, np.: konflikt pokoleń, upadek autorytetu dorosłych, próby z papierosami, alkoholem i narkotykami, skłonność do skrajnych reakcji w sytuacjach trudnych.
- Uświadomienie przyczyn sięgania po papierosy, alkohol i środki zmieniające świadomość oraz uzależnień wśród młodzieży.
- Wzbogacenie wiedzy na temat środków zmieniających świadomość i narkomanii.
- Uświadomienie sytuacji członków rodziny w rodzinie z problemem alkoholowym - uzależnienie i współuzależnienie.
- Podnoszenie świadomości roli rodziców w wychowaniu do życia wolnego od nałogów i uzależnień.
- Poszerzanie przez nauczycieli wiedzy na temat metod i środków stosowanych w działaniach profilaktycznych.
- Wypracowanie form i zakresu współpracy szkoły z rodzicami w przeciwdziałaniu uzależnieniom, w sytuacji zagrożenia uzależnieniem i uzależnienia dziecka.
- Wskazanie, kto może pomóc osobom uzależnionym i współuzależnionym i gdzie należy szukać pomocy.

V. ZADANIA PROGRAMU

- Wypracowanie i wzmocnienie norm, wartości, znaczeń ważnych z punktu widzenia unikania i obrony siebie (uczeń) oraz dziecka (rodzice i nauczyciele) przed uzależnieniami.
- Pogłębianie świadomości uczniów, rodziców, nauczycieli dotyczącej przyczyn uzależnień, zagrożeń z nich wynikających, obrony przed uzależnieniami i możliwości radzenia sobie z problemem uzależnień, korzystania z pomocy i wsparcia innych.

- Uczynienie z profilaktyki i wspierania potrzebujących pomocy sprawy nas wszystkich (uczniowie, rodzice, nauczyciele).
- Przekazanie uczniom, rodzicom i nauczycielom informacji o możliwościach korzystania z pomocy dla osób uzależnionych i współuzależnionych - adresy, telefony, osoby.
- Motywowanie uczniów i stwarzanie możliwości uczestnictwa w zadaniach pozaobowiązkowych, konkursach, programach artystycznych, wykazania się talentami, cechami przywódczymi, umiejętnościami organizatorskimi, itd..
- Stwarzanie uczniom warunków do pozytywnych wrażeń, przeżyć i emocji związanych z uczestnictwem w programie profilaktycznym.

VI. PRZEWIDYWANE EFEKTY

- Uczestnicy programu zgłębili swoją wiedzę w zakresie uzależnień i profilaktyki.
- Uczniowie mają świadomość tkwiących w sobie i w grupie możliwości obrony siebie przed uzależnieniami i wspierania w tym innych.
- Uczniowie poczuwają się do odpowiedzialności za siebie i swoje decyzje.
- Uczniowie są pozytywnie zmotywowani do dbania o swoje zdrowie i do świadomego dokonywania wyboru życia wolnego od uzależnień.
- Uczniowie znają i stosują zdrowe sposoby radzenia sobie z trudnymi sytuacjami, przeżyciami, emocjami.
- Rodzice są świadomi specyfiki okresu dojrzewania i swojej roli w wychowaniu dziecka do życia bez nałogów i uzależnień.
- Rodzice współpracują ze szkołą i wspierają dziecko w radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami, emocjami i uczuciami.
- Szkoła wspiera rodziców w wychowaniu dziecka, w tym do życia bez uzależnień.
- Szkoła udziela wszelkiej pomocy uczniowi i jego rodzicom w sytuacjach zagrożenia uzależnieniem lub uzależnienia.

ŻEBY SOBĄ BYĆ I ZDROWO ŻYĆ - NIE PALE!

Skala problemu nikotynizmu wśród uczniów, częsta bezradność rodziców "w walce" z paleniem papierosów przez dzieci, ale także wypowiedzi rodziców świadczące o bagatelizowaniu problemu palenia papierosów, a nawet ich przychylności dla nałogu dziecka świadczą o tym, że problem jest poważny i należy nim się zająć.

Można sądzić, że w sytuacji zagrożenia narkomanią, nikotynizm wśród dzieci przestał być dla wielu rodziców problemem, a więc istnieje duże prawdopodobieństwo, że i dzieciom wygodnie jest nie dostrzegać i bagatelizować problemy i zagrożenia wynikające z palenia papierosów, zwłaszcza w ich wieku, gdy mają po kilkanaście lat.

Stąd też decyzyja opracowania programu profilaktyki uzależnień od nikotyny.

CEL WYCHOWAWCZY

- Poznanie i uświadomienie sobie przez uczniów powodów palenia papierosów.
- Poszerzenie i usystematyzowanie wiedzy uczniów na temat szkodliwości palenia papierosów, zwłaszcza przez dzieci i młodzież.
- Wspieranie uczniów w uwolnieniu się od palenia papierosów.
- Kształtowanie właściwych nastawień do palenia papierosów i postaw wobec "palaczy".
- Obrona siebie przed skutkami bycia biernym palaczem.
- Motywowanie uczniów i stwarzanie możliwości uczestnictwa w zadaniach pozaobowiązkowych, konkursach, programach artystycznych, wykazania się talentami, cechami przywódczymi, umiejętnościami organizatorskimi, itd.

PRZEWIDYWANE EFEKTY WYCHOWAWCZE

- Uczniowie mają świadomość powodów palenia papierosów i mitów z tym związanych.
- Wiedza ucznia na temat szkodliwości palenia papierosów i sposobów uwalniania się od nałogu, sprzyja podejmowaniu decyzji - "Nie palę!", a także broniению siebie przed byciem biernym palaczem.
- Uczniowie propagują modę na niepalenie oraz identyfikują się z człowiekiem wolnym od nikotyny.
- Uczniowie, rodzice i nauczyciele posiadają wiedzę na temat tego, co może pomóc w walce z uzależnieniem od nikotyny i kto może pomóc uwolnić się od nałogu palenia papierosów.
- Uczniowie doświadczają pozytywnych przeżyć i emocji związanych z uczestnictwem w programie profilaktycznym.

| Zadania | Sposób realizacji | Klasa/ Uczestnicy | Rodzaj zajęć dydaktycznych | Rodzaj zajęć pozalekcyjnych, inne działania (skierowane np. do rodziców) | Osoba odpowiedzialna | Termin realizacji |
|---|--|-------------------------------|------------------------------------|--|--|--------------------------|
| I. Poznanie skali nikotynizmu u wśród uczniów klas II | 1. Przeprowadzenie ankiety wśród uczniów klas II | klasa II | - | zajęcia świetlicowe | higienistka, pedagog | X |
| II. Udział w ogólnopolskiej akcji "Rzuć palenie razem z nami" | 1. Wykonanie plakatów na szkolny konkurs pod hasłem: np.: "Nie palę i Ty też nie pal!" | chętni uczniowie klas I – III | Zajęcia ze sztuki, język niemiecki | zajęcia świetlicowe, prace wykonane w czasie wolnym od zajęć szkolnych | wychowawcy, nauczyciel plastyki, nauczyciele języka niemieckiego | X / XI |
| | 2. Rozstrzygnięcie konkursu na plakat propagujący zdrowy styl życia - wolny od nikotyny. | - | - | - | komisja pod przewodnictwem nauczyciela plastyki | XI |
| | 3. Oplakatowanie szkoły pracami uczniów. | chętni uczniowie klas II | zajęcia ze sztuki | - | nauczyciel plastyki, pedagog, | trzeci tydzień listopada |
| | 4. Udział w konkursie plastycznym ogłoszonym przez SANEPID | chętni uczniowie | zajęcia ze sztuki | - | nauczyciel plastyki | XI |

| | | | | | | |
|---|--|------------------------------------|---------------------|---|---|--------------------------|
| | 5. Wykonanie gazetek informacyjnych na szkolnych korytarzach, w auli szkolnej, zamieszczenie plakatów SANEPID -u, ZOZ-u, | dla uczniów, rodziców, nauczycieli | - | w świetlicy - w ramach zajęć świetlicowych z uczniami | pedagog, i higienistka, nauczyciel świetlicy | trzeci tydzień listopada |
| III. Wyposażenie uczniów w wiedzę na temat szkodliwości palenia papierosów | 1. Oglądanie na video filmu: "Nikotyna – legalny narkotyk" | klasa II | - | zajęcia świetlicowe | nauczyciele prowadzący zajęcia świetlicowe w klasie II, higienistka | XI |
| | 2. Temat: O przyczynach i szkodliwości palenia papierosów. | klasa II | godzina wychowawcza | - | nauczyciele prowadzący zajęcia świetlicowe w klasie I, pedagog | XI |
| | 3. Temat: Higiena układu oddechowego. | klasa I | biologia | - | nauczyciel biologii | I |
| | 4. Temat: Zdrowie człowieka, a środowiska uzależnienia i ich konsekwencje. | klasa III | biologia | - | nauczyciel biologii | VI |
| | 5. Temat: Analiza dymu papierosowego. | klasa II | chemia | - | nauczyciel chemii | I |
| | 6. Temat: Nikotyna – magazyn związków organicznych, rakotwórczych | klasa III | chemia | - | nauczyciel chemii | V |
| | 7. Gazetka pogładowa w gabinecie chemicznym: "Papieros, to trucizna!" | klasa III dla klas I i II | zajęcia świetlicowe | - | nauczyciel chemii | I |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|--------------------------|---|--------------|
| | 8. Zapoznanie się ze słownictwem i piktogramami traktującymi o szkodliwości palenia papierosów w miejscach publicznych. | klasa II | język niemiecki | - | nauczyciele języka niemieckiego | X |
| | 9. Rauchen Schadet der Gesundheit – Diskussion | klasa III | język niemiecki | - | nauczyciele języka niemieckiego | X |
| | 10. Konkurs: Ich rauche nicht, Warum soll man nicht rauchen? | chętni uczniowie | | zajęcia świetlicowe | nauczyciele języka niemieckiego | X |
| IV. Propagowanie zdrowego stylu życia - wolnego od nikotyny. | 1. Szkolny konkurs na hasło, fraszkę, krzyżówkę o tematyce antynikotynowej. | chętni uczniowie klas I – III | - | język polski, język obcy | poloniści, nauczyciele języków obcych | X |
| | 2. Inscenizacja: np.: "Sąd nad papierosem" | klasa II | dla klasy I , rodziców – w ramach zajęć świetlicowych | - | nauczyciel świetlicy, poloniści uczący w klasach II | X lub V |
| | 3. Temat: Piękny świat – dziwny świat | klasa I | - | religia | nauczyciel religii | I semestr |
| | 4. Trwajcie we mnie | klasa I | - | religia | nauczyciel religii | II semestr |
| | 5. Temat: Pokusy | klasa II | - | religia | nauczyciel religii | III |
| | 6. Temat: Światło i sól. | klasa III | - | religia | nauczyciel religii | III |
| | 7. Wystawa na szkolnym korytarzu: "Po owocach poznacie" | uczestnicy Eucharystycznego Ruchu Młodych | szkolny Eucharystyczny Ruch Młodych | - | opiekunka ERM – katechетка | X |
| | 8. Gromadzenie materiałów do kartoteki zagadnieniowej, tematycznie związanych z nikotynizmem, terapią i profilaktyką. | - | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | praca ciągła |

| | | | | | | |
|---|---|--|---------------------|--------------|-------------------------------|-----------------|
| | 9. Opracowanie i wzbogacanie bibliografii załącznikowej dotyczącej nikotynizmu, profilaktyki, terapii. | - | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | praca ciągła |
| | 10. Udostępnianie zgromadzonej bibliografii załącznikowej i materiałów związanych z zagadnieniem nikotynizmu, profilaktyki, terapii, itd. | zainteresowani uczniowie, rodzice, nauczyciele | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | w miarę potrzeb |
| | 11. Temat: Namawianie. | klasa II | - | język polski | poloniści uczący w klasach II | I |
| | 12. Uczymy się odmawiać-i ćwiczymy zachowania asertywne. | klasa II | - | język polski | poloniści uczący w klasach II | I |
| IV. Włączenie się do akcji - "31 maja- Dzień bez papierosa" | 13. Gazetki tematyczne w klasach pod hasłem: "Papierosom - Nie!" | klasy I –III | zajęcia świetlicowe | - | wychowawcy klas | V |

ABY SOBĄ BYĆ I ZDROWO ŻYĆ - NIE PIJĘ ALKOHOLU!

Niepokojąco rosnąca liczba młodych ludzi pijących, upijających się i uzależnionych od alkoholu, sięganie po "napoje wysokokowe" w coraz młodszy wiek, ale też świadomość dramatów rodzinnych i osobistych w rodzinach z problemem alkoholowym, społecznych kosztach alkoholizmu, sprawia, że czujemy się zobowiązani pomóc naszym uczniom poznać prawdę o alkoholu i ustrzec siebie przed konsekwencjami picia alkoholu w młodym wieku i uzależnieniem.

Stąd też autorzy programu zdecydowali, że kolejnym jego elementem będzie profilaktyka uzależnień od alkoholu.

CEL WYCHOWAWCZY

- Poznanie i uświadomienie sobie przez uczniów powodów picia alkoholu w młodym wieku.
- Poszerzenie i usystematyzowanie wiedzy uczniów na temat szkodliwości picia alkoholu przez dzieci i młodzież.
- Uświadomienie uczniom przyczyny i skutków uzależnień od alkoholu.
- Poznanie mechanizmu i skutków współuzależnienia.
- Wspieranie uczniów z rodzin z problemem alkoholowym w radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami – współuzależnieniem, kompleksami, itd..
- Kształtowanie właściwych nastawień do picia alkoholu i postaw wobec pijących i nadużywających alkoholu, ale też wobec członków ich rodzin, a zwłaszcza wobec dzieci i młodzieży.
- Obrona siebie przed skutkami picia alkoholu.

- Motywowanie uczniów i stwarzanie możliwości uczestnictwa w pozaobowiązkowych zadaniach, konkursach, programach artystycznych, wykazania się talentami, cechami przywódczymi, umiejętnościami organizatorskimi, itd..
- Wspieranie rodziców w wychowaniu dziecka do życia w trzeźwości - pedagogizacja.

PRZEWIDYWANE EFEKTY PRACY WYCHOWAWCZEJ

- Uczniowie mają świadomość powodów picia alkoholu przez dzieci i młodzież.
- Wiedza uczniów na temat przyczyn i szkodliwości picia alkoholu przez dzieci i młodzież oraz skutków jego nadużywania, sprzyja podejmowaniu decyzji - "Nie piję!"
- Uczniowie znają problemy związane ze współzależnieniem.
- Uczniowie z rodzin z problemem alkoholowym i ci, którzy mają problemy z alkoholem wiedzą, gdzie mogą poszukać pomocy.
- Uczniowie prezentują właściwe postawy wobec picia alkoholu i osób pijących, nadużywających alkoholu, a także wobec kolegów, koleżanek z rodzin z problemem alkoholowym.
- Uczniowie doświadczają pozytywnych przeżyć i emocji związanych z uczestnictwem w programie profilaktycznym.
- Prowadzona w szkole pedagogizacja rodziców sprzyja wychowaniu dziecka do życia w trzeźwości.

| Zadania | Sposób realizacji | Klasa/ Uczestnicy | Rodzaj zajęć dydaktycznych | Rodzaj zajęć pozalekcyjnych, inne działania (skierowane np. do rodziców) | Osoba odpowiedzialna | Termin realizacji |
|--|--|------------------------------------|----------------------------|--|---|-----------------------------|
| I. Udział w ogólnopolskiej akcji: "Październik miesiącem trzeźwości" | 1. Wykonanie plakatów na szkolny konkurs pod hasłem w danym roku szkolnym | Chętni uczniowie klas I – III | Zajęcia ze sztuki | Zajęcia świetlicowe, prace wykonane w czasie wolnym od zajęć szkolnych | wychowawcy, nauczyciel plastyki | X |
| | 2..Rozstrzygnięcie konkursu na plakat propagujący zdrowy styl życia - wolny od alkoholu | - | - | - | komisja pod przewodnictwem nauczyciela plastyki | X |
| | 3. Oplakatowanie szkoły pracami uczniów. | Chętni uczniowie klas II | zajęcia ze sztuki | - | nauczyciel plastyki, pedagog, | trzeci tydzień października |
| | 4.Tablica tematyczna na szkolnym korytarzu pod hasłem: "Alkohol kradnie wolność" oraz inne na szkolnych korytarzach, w auli szkolnej, zamieszczenie plakatów SANEPID-u, ZOZ-u, td. | Dla uczniów, rodziców, nauczycieli | - | pedagogizacja | pedagog, higienistka, nauczyciel świetlicy | trzeci tydzień października |

| | | | | | | |
|---|---|---|--|---|--|--|
| | 5. Stwarzanie uczniom możliwości i motywowanie ich do uczestnictwa w pozaszkolnych konkursach związanych z profilaktyką uzależnienia od alkoholu. | zgodnie z regulaminem konkursu | w zależności od wymaganej formy prac lub zaangażowania uczniów | pozalekcyjne formy zajęć i praca samodzielna uczniów w domu | dyrektor, nauczyciele, pedagog, higienistka | W miarę ofert i nadsyłanych do szkoły propozycji |
| II. Wzbogacenie wiedzy uczniów na temat przyczyn i skutków picia alkoholu, propagowanie stylu życia wolnego od problemów z alkoholem | 1. Temat: Czy wolność bez granic? | klasa I | religia | - | nauczyciel religii | I semestr |
| | 2. Temat: Warunki prawdziwej wolności. | klasa I | religia | - | nauczyciel religii | I semestr |
| | 3. Temat: Po co pustynia? | klasa II | religia | - | nauczyciel religii | I semestr |
| | 4. Temat: Nowy człowiek | klasa III | religia | - | nauczyciel religii | I semestr |
| | 5. Inszenizacja: pt.: "Sąd nad alkoholem" lub inna. | przygotowuje klasa III dla klasy II | język polski | w ramach zajęć świetlicowych | nauczyciel świetlicy, poloniści uczący w klasach III | X lub V |
| | 6. Temat: Higiena układu krążenia | uczniowie klas I | biologia | - | nauczyciel biologii | I semestr |
| | 7. Temat: Namawianie. Uczymy się odmawiać- ćwiczymy zachowania asertywne. | klasa II | - | język polski | poloniści uczący w klasach II | I |
| | 8. Zagrożenie wolności człowieka – alkohol | uczestnicy Eucharystycznego Ruchu Młodych | - | Szkolny Eucharystyczny Ruch Młodych | opiekunka ERM - katechetka | X |
| | 9. Spektakl: "Wolność czy zniewolenie" – wycieczka do Wrocławia | uczestnicy Eucharystycznego Ruchu Młodych | - | szkolny Eucharystyczny Ruch Młodych | opiekunka ERM - katechetka | Wielki Post |
| | 10. Temat: Dlaczego młodzi ludzie piją alkohol i dlaczego nie powinni pić alkoholu? | klasa II | religia jako wsparcie świetlicy | zajęcia świetlicowe | nauczyciele świetlicy, katechetki, pedagog | X |
| | 11. Temat: Jak można uzależnić się od alkoholu? | klasa II | religia jako wsparcie świetlicy | zajęcia świetlicowe | nauczyciele świetlicy, katechetki, pedagog | X |
| | 12. Temat: Uzależnienie od alkoholu wpływa na całą rodzinę | klasa II | religia jako wsparcie świetlicy | zajęcia świetlicowe | nauczyciele świetlicy, katechetki, pedagog | X |

| | | | | | |
|--|---|-----------------------|---------------|------------------------------------|---|
| 13. Gromadzenie materiałów do kartoteki zagadnieniowej, tematycznie związanych z problemami uzależnienia od alkoholu, terapią i profilaktyką. | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | praca ciągła |
| 14. Opracowanie i wzbogacanie bibliografii załącznikowej dotyczącej uzależnienia od alkoholu, profilaktyki, terapii. | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | praca ciągła |
| 15. Udostępnianie zgromadzonej bibliografii załącznikowej i materiałów związanych z zagadnieniem uzależnienia od alkoholu, profilaktyki, terapii, itd. | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | zainteresowanym |
| 16. Tablica informacyjna na szkolnym korytarzu: "Gdzie można zwrócić się o pomoc" | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | pedagogizacja | pedagog | IX - VI |
| 17. Udostępnianie uczniom i rodzicom opracowanych informacji o uzależnieniu, współuzależnieniu od alkoholu, działających grupach AA, itd. | w uzasadnionych sytuacjach | - | - | pedagog | w miarę potrzeb |
| 18. Udział uczniów i rodziców w programach profilaktycznych, np. "NOE", korzystanie z ofert np. Teatru Profilaktycznego w Krakowie. | klasy I – III, nauczyciele i w miarę możliwości rodzice | zgodnie z ustaleniami | - | dyrektor, pedagog, wychowawcy klas | korzystanie z ofert w danym roku szkolnym |

| | | | | | |
|---|---|---|--|------------------------------|-----------------|
| 19. Udzielanie uczniom i rodzicom uczniom zagrożonych uzależnieniem wszelkiej pomocy w zapobieganiu uzależnieniu i uwalnianiu się od problemów z alkoholem i współuzależnienia, a także w sytuacjach problemów wychowawczych w domu, w szkole i dysfunkcji w rodzinie.. | uczniowie z problemem nikotynizmu i rodzice uczniów zagrożonych uzależnieniem od alkoholu | - | poradnictwo, doradztwo, współpraca z policją, Sądem Rodzinnym i Nieletnich, kuratorami, KRPA | dyrektor, pedagog | w miarę potrzeb |
| 20. Pedagogizacja rodziców uczniów klas II – Temat: Rola i zadania rodziców w wychowaniu dziecka do życia w trzeźwości. | rodzice/opiekunowie uczniów klas II | - | klasowe zebrania z rodzicami/opiekunami uczniów klas II | pedagog, wychowawcy, klas II | IV |

ABY SOBĄ BYĆ I ZDROWO ŻYĆ - NIE BIORĘ I NIE PODAJĘ NARKOTYKÓW!

Mity o narkotykach, częściowo i wybiórczo znana młodzieży, ale też dorosłym prawda o skutkach podejmowania prób z narkotykami i koszmarze skutków uzależnienia, przy zalewaniu świata od wieków znanymi, a i nowymi substancjami uzależniającymi, a przez to wyniszczającymi tak organizm jak i psychikę człowieka sprawiają, że w zastraszającym tempie przybywa "odważnych", a przede wszystkim nieświadomych ofiar narkotyków.

Młodzież nie może, w środkach zmieniających świadomość, szukać pocieszenia i pomocy w poradzeniu sobie z trudnymi sytuacjami, uczuciami i emocjami. Musi znać cenę ryzyka nowych doznań, ulegania namowom itd. Otwarte i szczerze rozmowy oparte na rzetelnej wiedzy i samej tylko i wyłącznie prawdzie o narkotykach mogą przyczynić się do minimalizowania skutków prób ze środkami zmieniającymi świadomość i podejmowania decyzji uczniów o życiu wolnym od narkotyków.

Pomóc uczniom w podejmowaniu takiej decyzji winien też realizowany w szkole program profilaktyczny.

CEL WYCHOWAWCZY

- Poznanie i uświadomienie sobie przez uczniów powodów sięgania po środki zmieniające świadomość.
- Poszerzenie i usystematyzowanie wiedzy uczniów na temat skutków podejmowania prób z narkotykami i uzależnienia od środków zmieniających świadomość.
- Obrona siebie przed skutkami podejmowania prób ze środkami zmieniającymi świadomość.
- Kształtowanie właściwych nastawień do środków zmieniających świadomość i postaw wobec osób podejmujących próby z narkotykami i uzależnionych.
- Motywowanie uczniów i stwarzanie im możliwości uczestnictwa w pozaobowiązkowych zadaniach, konkursach, programach artystycznych, wykazania się talentami, cechami przywódczymi, umiejętnościami organizatorskimi, itd..
- Wspieranie rodziców w wychowaniu dziecka do życia wolnego od środków zmieniających świadomość.

PRZEWIDYWANE EFEKTY PRACY WYCHOWAWCZEJ

- Uczniowie mają świadomość powodów sięgania po środki zmieniające świadomość i uzależnień od nich.
- Wiedza uczniów na temat przyczyn i skutków prób z narkotykami i uzależnienia sprzyja podejmowaniu decyzji - "Nie biorę i nie podaję!"
- Uczniowie znają problemy związane z uzależnieniem.
- Uczniowie, rodzice i nauczyciele wiedzą gdzie i do kogo można zwrócić się o pomoc.
- Uczniowie doświadczają pozytywnych przeżyć i emocji związanych z uczestnictwem w programie profilaktycznym.
- Prowadzona w szkole pedagogizacja rodziców wspiera rodziców w wychowaniu dziecka do życia wolnego od środków zmieniających świadomość.

| Zadania | Sposób realizacji | Klasa/ Uczestnicy | Rodzaj zajęć dydaktycznych | Rodzaj zajęć pozalekcyjnych, inne działania (skierowane np. do rodziców) | Osoba odpowiedzialna | Termin reali- zacji |
|---|---|----------------------|-------------------------------|--|-------------------------|---------------------------|
| I. Poznanie stanu wiedzy, doświadczeń uczniów z narkotykami, z podejmo- wania prób z narkotykami oraz propago- wanie życia wolnego od narkotyków | 1. Temat: Co uczniowie wiedzą i co chcieliby wiedzieć o narkotykach – przeprowadzenie ankiety (szkolnej!) w klasach II. | klasa II | - | godzina wychowawcza | wychowawcy | IV |
| | 2. Opracowanie wyników ankiet – poznanie skali problemu w klasach, w szkole, stanu wiedzy uczniów, ich pytań. | - | - | - | wychowawcy, pedagog, | IV |
| | 3. Odpowiedzi na pytania uczniów i zweryfikowanie ich wiedzy oraz opinii wyrażonych w ankiecie. | klasa II | - | godzina wychowawcza | wychowawcy, pedagog, | IV |
| II. Uświadomien ie zagrożeń wynikających z sięgania po środki zmieniające | 4. Temat: Dlaczego młodzi ludzie biorą narkotyki? | klasa II | - | godzina wychowawcza | wychowawcy, | V |
| | 5. Temat: Jak narkoty wpływają na organizm? | klasa II | - | godzina wychowawcza | wychowawcy, | VI |

świadomość

| | | | | | |
|---|-------------------------------------|--|---|--|--------------|
| 6. Temat: Wpływ reklam na używanie przez ludzi szkodliwych substancji. | klasa III | - | godzina wychowawcza | wychowawcy, | V |
| 7. Temat: Nasz nastrój, a środki zmieniające świadomość | klasa III | - | godzina wychowawcza | wychowawcy, | V |
| 8. Temat: Higiena układu nerwowego | klasa I | biologia | - | nauczyciel biologii | I semestr |
| 9. Temat: Gdy źle pojmowana wolność prowadzi na manowce - na podstawie "Pamiętnika narkomanki:" B. Rosiek | klasa II | język polski | - | nauczyciele języka polskiego w klasach II | I semestr |
| 10. Trwajcie we mnie | klasa I | religia | - | nauczycielki religii | II semestr |
| 11. Dekalog i wolność | klasa II | religia | - | nauczycielki religii | II semestr |
| 12. Inna droga | klasa III | religia | - | nauczycielki religii | II semestr |
| 13. Tablica informacyjna na szkolnym korytarzu: "Gdzie i do kogo można zwrócić się o pomoc?". | dla uczniów, rodziców nauczycieli | - | pedagogizacja - | pedagog | IX -VI |
| 14. Tablica tematyczna na szkolnym korytarzu: "Co o narkotykach i narkomanii wiedzieć warto!" | dla uczniów, rodziców, nauczycieli | - | pedagogizacja | pedagog | IV/V |
| 15. Prace plastyczne - zróżnicowane formy i hasło ogłaszane w danym roku szkolnym | klasa I – III | sztuka - zajęcia plastyczne, język polski, języki obce | zajęcia świetlicowe, praca samodzielna uczniów w domu | nauczyciele: sztuki - plastyka, języka polskiego, języków obcych | IV |
| 16. Gromadzenie materiałów do kartoteki zagadnieniowej, tematycznie związanych z problemami narkomanii, terapią i profilaktyką. | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | praca ciągła |

| | | | | | | |
|---------------------------------------|---|---|-----------------------|---|------------------------------------|---|
| | 17. Opracowanie i wzbogacanie bibliografii załącznikowej dotyczącej problemów narkomanii, profilaktyki, terapii. | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | praca ciągła |
| | 18. Udostępnianie zgromadzonej bibliografii załącznikowej i materiałów związanych z narkomanią, profilaktyką, terapią, itd. | dla uczniów, rodziców i nauczycieli | - | - | nauczycielki – bibliotekarki | zainteresowanym |
| | 19. Udział uczniów i rodziców w programach profilaktycznych, korzystanie z ofert np. Teatru Profilaktycznego w Krakowie. | klasy I – III, w miarę możliwości rodzice | zgodnie z ustaleniami | - | dyrektor, pedagog, wychowawcy klas | korzystanie z ofert w danym roku szkolnym |
| | 20. Udzielanie uczniom i rodzicom uczniów zagrożonych uzależnieniem wszelkiej pomocy w zapobieganiu uzależnieniu i uwalnianiu się od problemów z narkotykami, a także w sytuacjach problemów wychowawczych w domu, w szkole i dysfunkcji w rodzinie.. | uczniowie z problemem i rodzice uczniów zagrożonych uzależnieniem od narkotyków | - | poradnictwo, doradztwo, współpraca z policją, Sądem Rodzinnym i Nietletnich, kuratorami, PCPR, PPP, organizacjami, np. "Powrót z U" | dyrektor, pedagog | w miarę potrzeb |
| Pedagogizacja rodziców uczniów klas I | 21. Temat prelekcji: Co rodzice powinni wiedzieć o narkotykach i narkomanii. | rodzice/ opiekuńowie uczniów klas I | - | zebrania klasowe z rodzicami | pedagog, wychowawcy klas I | IV |