



**SZKOLNY PROGRAM
PROFILAKTYKI
GIMNAZJUM NR 8
W RADOMIU**

Podstawa prawna

- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 7 stycznia 2003r. w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach. (Dz.U. z 2003r. Nr 11, poz. 114)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 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)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 26 lutego 2002r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół. (Dz.U. z 2002r. Nr 51, poz. 458)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2002r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ramowych statutów publicznego przedszkola oraz publicznych szkół. (Dz.U. z 2002r. Nr 10, poz. 96)
- Program polityki prorodzinnej państwa z dnia 17 listopada 1998 r. Przygotowany przez Międzyresortowy Zespół do Spraw Opracowania Polityki Prorodzinnej Państwa.
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz.U. Nr 75, poz.468)
- Ustawa z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych (Dz.U. z 1996 r. Nr 10, poz. 55, 1997 r. Nr 88, poz.554, Nr 121, poz.770 oraz z 1999 r. Nr 96, poz. 1107)
- Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. Nr 111, poz. 535,) z późniejszymi zmianami (Dz.U. Nr 13, poz.732)
- Ustawa z dnia 7 września 1991r. o systemie oświaty, z późniejszymi zmianami z 21 grudnia 2000 r. oraz 23 sierpnia 2001 r.
- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (Dz.U. Nr 35, poz. 230 z późniejszymi zmianami), nowelizacja z dnia 12 września 1996 r. (Dz.U. Nr 127, poz. 593)
- Ustawa z dnia 26 stycznia 1982r. - Karta Nauczyciela z późniejszymi zmianami z 18 lutego 2000 r. oraz 23 sierpnia 2001 r.
- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej

SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI

WPROWADZENIE

Szkolny Program Profilaktyki utworzony został dla potrzeb Publicznego Gimnazjum nr 8 im. Królowej Jadwigi w Radomiu w związku ze zmianą Podstawy Programowej i zapotrzebowaniem na skoordynowane działania profilaktyczne wśród uczniów wobec szerzącej się przestępczości, przemocy, agresji oraz wobec zagrożeń uzależnieniami. Program zawiera zamierzenia szerokiej współpracy wszystkich pracowników szkoły; rodziców; różnych instytucji prewencyjnych, opiekuńczych, oświatowych i kulturalnych jako jedynej skutecznej formy przeciwdziałania i zapobiegania występowaniu niepożądanych przejawów patologii życia społecznego.

Adresatami działań profilaktycznych będą przede wszystkim uczniowie, ich rodzice oraz nauczyciele. Objęcie całej społeczności szkolnej systemem działań wzmacniających i podtrzymujących pozytywne społecznie postawy oraz korygujące negatywne podczas edukacji szkolnej, w toku wychowania i w ramach zajęć profilaktyczno – edukacyjnych wynika z diagnozy potrzeb i problemów naszych uczniów oraz oczekiwań rodziców wobec szkoły, a także uwarunkowań otoczenia.

Środowisko naszego gimnazjum może sprzyjać różnym negatywnym zjawiskom społecznym, w tym także patologiom. Stwarza również warunki do utrwalania i wzmacniania pozytywnych zachowań dzieci i młodzieży, gdyż mają dostęp do: basenu „Delfin” przy PG nr 8; szkolnych sal gimnastycznych i boisk w PG nr 8, VIII LO, PSP nr 3; szkoły języków obcych „Lingua”, klubu osiedlowego; Kawiarenki Internetowej; przyparafialnych organizacji kościelnych. PG nr 8 znajduje się na dużym osiedlu mieszkaniowym „Michałów”. W pewnym stopniu anonimowość jego mieszkańców zwiększa ryzyko występowania nieakceptowanych społecznie przejawów życia na tym osiedlu. Część uczniów naszej szkoły pochodzi z rozwiedzionych małżeństw, z rodzin niewydolnych wychowawczo, dotkniętych bezrobociem i alkoholizmem. Sprzyja to postawom frustracji, a w konsekwencji nasilaniu się wśród dzieci i młodzieży agresji, przemocy, przestępczości i podatności na wpływy nieformalnych negatywnych grup rówieśniczych. Dlatego też uznaliśmy za niezbędne uściślenie współpracy z lokalnymi instytucjami i organizacjami wspierającymi pracę szkoły.

W naszym gimnazjum uczy się w roku szkolnym 2003/04 529 uczniów w wieku od 13 do 16 lat. Młodzież na tym etapie swojego życia przechodzi właściwy i zarazem najtrudniejszy okres dorastania. Niektóre dzieci przeżywające silne napięcia emocjonalne i stesy lub zaniedbane uczuciowo i wychowawczo mogą w tym okresie sięgać po alkohol, papierosy i środki odurzające, a ponadto może to nawet doprowadzić do czynów przestępczych.

Skłonność części naszych uczniów do sięgania po alkohol, papierosy a także narkotyki potwierdzają wyniki ankiety przeprowadzonej w maju 2003 roku wśród wybranej 232 osobowej grupy z klas pierwszych i drugich. Prawie 58% uczniów przyznało, że paliło papierosy; 35,3%, że piło alkohol; 4,7%, że zażywało narkotyki, które dla 32,8% są raczej łatwo dostępne, a dla 25% - zdecydowanie łatwo dostępne. Własne osiedle i szkołę wskazali uczniowie jako miejsca, gdzie najłatwiej mogą zdobyć różne środki psychoaktywne. Ponadto badanie an-

kietowane wykazało, że najmniej bezpiecznie uczniowie czują się na ulicy (84,1%), osiedlu (68,5%) i w szkole (68,5%), a powodem tego jest przede wszystkim agresywne zachowanie innych (80%), chuligaństwo i wandalizm (68%), osoby nietrzeźwe (50%). Wyniki ankiety dały nam obraz najbliższego środowiska uczniów; wskazały na ich potrzeby i problemy, a także oczekiwania wobec szkoły.

Ogólnym więc założeniem programu jest zapobieganie powstawaniu i utrwalaniu się dysfunkcyjnych postaw związanych z niedostosowaniem społecznym (powiązanych zwykle z agresją i przemocą) oraz promocja zdrowego stylu życia wśród młodzieży.

Działania profilaktyczne będą przebiegać w formie edukacyjnej dla uczniów, rodziców i nauczycieli (wzbogacającej wiedzę o przejawach patologii i działań promujących zdrowy styl życia, a także racjonalnego spędzania wolnego czasu) oraz w formie terapeutycznej dla uczniów (prowadzącej w kierunku zmiany zachowań społecznie nieakceptowanych). Koncentrować się one jednak będą na wzmacnianiu czynników chroniących całą społeczność szkolną. Każde działanie, mogące poprawić obraz własny ucznia, ma działanie zapobiegawcze. W programie cel ten może być realizowany na dwa sposoby:

- po pierwsze, w trakcie ćwiczeń grupowych skonstruowanych specjalnie z myślą o podnoszeniu samooceny uczniów w ważnych dla nich obszarach;
- po drugie, w tych wszystkich sytuacjach grupowych, które dają dzieciom okazję dla przeżycia sukcesu, pozbycia się wstydu i poczucia własnej nieatrakcyjności.

Nieumiejętność radzenia sobie ze stresem, deprawacją i innymi formami emocjonalnego cierpienia prowadzi często do uzależnień i przestępczości. Profilaktyczny charakter mają więc działania mogące pomóc uczniom w lepszym radzeniu sobie z cierpieniem, wzmacniające poczucie własnej wartości i akceptacji w grupie rówieśniczej. Służą temu między innymi zajęcia uczące asertywności; rozwiązywania konfliktów i problemów; dokonywania wyborów i podejmowania decyzji; twórczości; rozwijające świadomość własnych przeżyć i uczuć, a także umiejętność komunikowania ich oraz wskazujące, jak poszukiwać źródeł emocjonalnego wsparcia.

Zjawisko niepożądanych zachowań społecznych jest wieloaspektowe i o zróżnicowanym podłożu. Bardzo duży wpływ na nasilenie bądź redukcję postaw negatywnych społecznie ucznia ma rodzina, jako najważniejsze środowisko dziecka, kształtujące zręby jego osobowości.

Skuteczność działań profilaktycznych zależy również od nauczycieli, którzy własną postawą i umiejętnościami mogą wzmacniać i podtrzymywać różne pozytywne społecznie zachowania uczniów. Dlatego też program ten będzie zmierzał do zachęcenia nauczycieli do samodoskonalenia i nabywania umiejętności psychologicznych niezbędnych do konstruktywnych relacji z uczniem i jego rodzicami. Niezbędne jest także uściślenie współpracy z różnymi instytucjami i organizacjami lokalnymi, gdyż wiele źródeł niedostosowania społecznego ucznia związanych jest ze środowiskiem pozaszkolnym.

Jedną z form działań łączących wyżej wymienione propozycje jest stałe wspieranie się wszystkich pracowników szkoły w rozwiązywaniu indywidualnych przypadków naszych uczniów.

Efekty podejmowanych działań profilaktycznych będą systematycznie oceniane i analizowane.

Szkolny program profilaktyki PG nr 8 tworzy spójną całość ze szkolnym zestawem programów nauczania i programem wychowawczym oraz dostosowany jest do potrzeb rozwojowych uczniów i potrzeb ich najbliższego środowiska.

CELE PROGRAMU

- ◆ Diagnozowanie potrzeb rozwojowych ucznia oraz potrzeb jego środowiska w celu określenia formy pomocy psychologiczno – pedagogicznej i działań profilaktycznych.
- ◆ Zapobieganie zjawiskom społecznie nieakceptowanym wśród uczniów i ich rodzin oraz kształtowanie właściwych postaw i zachowań.
- ◆ Skoordynowanie działań profilaktycznych rodziców, wszystkich pracowników szkoły i różnych instytucji wspierających pracę szkoły wobec uczniów.
- ◆ Dostarczenie nauczycielom i rodzicom wiedzy o przejawach niepożądanych zjawisk życia społecznego.
- ◆ Ukazanie nauczycielom i rodzicom sposobów zapobiegania powstawaniu dysfunkcyjnych postaw u dzieci i młodzieży; ich aspołecznych i zaburzonych zachowań.
- ◆ Nabywanie i rozwijanie przez nauczycieli i rodziców umiejętności psychoedukacyjnych i psychokorekcyjnych stosowanych w pracy z uczniem.
- ◆ Tworzenie doraźnych struktur grup socjoterapeutycznych potrzebnych do realizacji określonych celów.
- ◆ Propagowanie wśród całej społeczności szkolnej zdrowego stylu życia i stworzenie warunków do wszechstronnego rozwoju ucznia.
- ◆ Umożliwienie uczniom aktywnego uczestnictwa w zajęciach profilaktycznych oraz innych – zaspokajających potrzeby psychiczne, społeczne i edukacyjne – alternatywnych wobec zachowań ryzykownych.
- ◆ Rozwijanie zainteresowań i umiejętności psychospołecznych uczniów.
- ◆ Rozwijanie wśród całej społeczności szkolnej działalności informacyjnej w zakresie środków uzależniających i substancji psychotropowych oraz o ich skutkach.
- ◆ Włączenie wszystkich pracowników szkoły do działań w zakresie pomocy uczniom zagrożonym różnymi uzależnieniami.
- ◆ Przygotowanie i doskonalenie nauczycieli i innych osób mających kontakt z dziećmi i młodzieżą w zakresie profilaktyki uzależnień.
- ◆ Systematyczne dokonywanie oceny efektów podejmowanych działań profilaktycznych.

TREŚCI PROGRAMU

1. Przejawy niepożądanych zjawisk życia społecznego.
2. Rodzaje środków uzależniających i substancji psychotropowych i ich działanie.
3. Mechanizmy i fazy uzależnienia.
4. Fizjologiczne i psychologiczne zmiany w funkcjonowaniu organizmu ludzkiego pod wpływem środków uzależniających.
5. Sposoby wspomaganie osób uzależnionych.
6. Sposoby „wyleczenia się” z alkoholizmu i narkomanii.
7. Specyficzne problemy dzieci rodziców uzależnionych i sposoby pomocy.
8. Sposoby chroniące przed uzależnieniem (wg Hawkinsa).
9. Umiejętności służące podejmowaniu racjonalnych decyzji w sprawie picia alkoholu, brania narkotyków i palenia papierosów.
10. Asertywność.
11. Efektywne komunikowanie się; negocjacje.
12. Sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach.
13. Konstrukttywne rozwiązywanie konfliktów i problemów.
14. Sposoby planowania, podejmowania decyzji i dokonywania wyborów.
15. Sposoby wzmacniania pozytywnego obrazu samego siebie.
16. Samoświadomość – wgląd we własne przeżycia i potrzeby.
17. Odreagowanie napięć emocjonalnych.
18. Rozwiązywanie problemów interpersonalnych typowych dla danego wieku życia.
19. Budowanie dobrych relacji z dorosłymi i rówieśnikami.
20. Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu – podejmowanie odpowiednich wyborów.
21. Wzorce zdrowego życia.
22. Sposoby spędzania wolnego czasu.
23. Agresja i jej przejawy: słowna i fizyczna.
24. Teorie wyjaśniające ludzką agresję.
25. Sposoby rozpoznawania ofiar i agresorów.
26. Sposoby radzenia sobie ze stresem.
27. Techniki zapobiegania reakcji stresowej.
28. Czynniki ryzyka związane z funkcjonowaniem rodziny.
29. Czynniki zagrożenia w szkole (wg Czesława Cekiery).
30. Techniki i metody psychokorekcyjne w pracy z uczniem.
31. Tolerancja i odpowiedzialność.
32. Integracja.
33. Normy klasowe
34. Prawa i obowiązki ucznia.
35. Przemoc.
36. Słabe-mocne strony.
37. Autorytety.
38. Sekty.
39. Choroby XXI wieku.
40. Akcje pomocy.
41. Zajęcia prewencyjne w Policji.

METODY OSIĄGANIA WSZYSTKICH CELÓW

- ♦ podająca (wykładowa),
- ♦ poszukująca,
- ♦ dyskusja,
- ♦ drama,
- ♦ praca z tekstem,
- ♦ opracowanie projektów, konspektów, scenariuszy,
- ♦ zajęcia pozalekcyjne.

METODY I TECHNIKI PRACY Z GRUPĄ NA ZAJĘCIACH PSYCHOEDUKACYJNYCH

- ♦ wykład (*krótki, logiczny*),
- ♦ dyskusja, tematyczne rozmowy grupowe (*ćwiczenia odwołujące się do doświadczeń i przeżyć osobistych*),
- ♦ psychodrama (*odgrywane krótkie scenki na określony temat, odwołujące się do uczuć towarzyszących w trudnych sytuacjach życiowych*),
- ♦ zabawy integracyjne (*zwiększające spójność grupy*),
- ♦ zabawy edukacyjne (*stymulują myślenie logiczne*):
 - ★ „burza mózgów” (*metoda rozwiązywania problemów*),
- ♦ praca w małych grupach,
- ♦ rysunki i inne prace plastyczne.

METODY AKTYWNE

FORMY PRACY

- ◆ indywidualna,
- ◆ grupowa,
- ◆ praca z całym zespołem.

OSOBY ODPOWIEDZIALNE ZA REALIZACJĘ PROGRAMU

- ◆ dyrektor szkoły,
- ◆ wychowawcy klas,
- ◆ nauczyciele wszystkich przedmiotów,
- ◆ pedagog szkolny,
- ◆ psycholog szkolny,
- ◆ pielęgniarka szkolna,
- ◆ inni pracownicy szkoły,
- ◆ rodzice.

PRZEWIDYWANE OSIĄGNIĘCIA

1. Rozpoznawanie czynników chroniących i czynników ryzyka wpływających na zdrowie i rozwój.
2. Podejmowanie działań na rzecz ochrony zdrowia.
3. Stosowanie umiejętności współdziałania i efektywnego komunikowania się w grupie rówieśniczej i zespole klasowym.
4. Realizowanie postaw asertywnych w stosunkach interpersonalnych.
5. Umiejętne rozwiązywanie konfliktów i negocjowanie; odpieranie presji otoczenia.
6. Radzenie sobie w sytuacjach trudnych i stresowych; świadome podejmowanie decyzji i dokonywanie wyborów.

7. Realizacja twórczych działań.
8. Rozwijanie własnych pasji i zainteresowań.
9. Posiadanie wiedzy w zakresie zagrożeń uzależnieniami.
10. Realizacja wartości i norm zgodnych z obowiązującym prawem i tradycją.
11. Zintegrowanie całej społeczności szkolnej; stworzenie poczucia bezpieczeństwa i chęci współpracy.

PLAN DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH

BLOKI TEMA- TYCZNE	<u>TREŚCI</u> <u>DO REALIZACJI</u>	ZADANIA	PROPOZYCJE FORM REALIZACJI ZADAŃ
I NEGATYWNE ZJAWISKA ŻYCIA SPOŁECZNEGO	<ul style="list-style-type: none"> • Przejawy niepożądanych zjawisk życia społecznego. • Agresja i jej przejawy: słowna i fizyczna. • Teorie wyjaśniające ludzką agresję. • Sposoby rozpoznawania ofiar i agresorów. • Czynniki ryzyka związane z funkcjonowaniem rodziny. • Czynniki zagrożenia w szkole (wg Czesława Cekierzy). • Przemoc. • Sekty 	<ul style="list-style-type: none"> • Omówienie na przykładach najczęściej występujących negatywnych zjawisk życia społecznego. • Zapoznanie z pojęciem przemocy, agresji i jej przejawami: słownymi i fizycznymi. • Omówienie trzech teorii wyjaśniających ludzką agresję: <ul style="list-style-type: none"> ▪ teorię instynktów, ▪ teorię dynamiczną, ▪ teorię społecznego uczenia się. • Wskazanie typowych cech <u>ofiary</u> zachowań agresywnych (np. niska samoocena, strach, zamknięcie się w sobie, nieoczekiwane zmiany nastroju, wyizolowanie, utrata zainteresowania nauką, łączenie zachowań pasywnych i agresywnych tzn. ukrywanie własnych potrzeb i wybuchy furii, słabo rozwinięta samokontrola) i <u>agresora</u> (np. stosunkowo pozytywny obraz siebie, potrzeba dominacji, wyśmiewanie innych, niska tolerancja frustracji, zadowolenie z własnych zachowań, łatwy kontakt z otoczeniem, zachowania antyspołeczne). • Zapoznanie z czynnikami ryzyka związanymi z funkcjonowaniem rodziny: duża aktywność zawodowa rodziców, ubóstwo emocjonalne, stopień bliskości uczuciowej rodziców z dziećmi, stopień swobody dawanej dziecku, odrzucenie przez rodzica. • Zapoznanie z najczęściej występującymi czynnikami zagrożenia w szkole, np.: anonimowość ucznia, szablonowe ocenianie, brak opieki indywidualnej, niedostateczna empatia nauczycieli, trudności w przyswajaniu wiedzy w sposób nie inspirujący do refleksji, zbyt niski poziom wiedzy psychologiczno-pedagogicznej nauczycieli. • Zapoznanie uczniów z podstawowymi informacjami dotyczącymi sekt i psychomanipulacji • Omówienie: <ol style="list-style-type: none"> a. przyczyn przynależności do sekt, b. sposobów werbowania członków przez sekty, c. jakie mogą być konsekwencje przynależności do sekt d. gdzie szukać pomocy dla ludzi, którzy związali się z sektą 	<ul style="list-style-type: none"> • spotkania ze specjalistami, • warsztaty, • lekcje wychowawcze, • prezentacja filmów video na określony temat, • prace plastyczne uczniów, • gazetki ścienne, • pogadanki i prelekcje, • konkursy szkolne na określony temat, • przedstawienia teatralne w wykonaniu uczniów, • uroczystości szkolne, • koła zainteresowań, • zajęcia sportowe, • wycieczki, rajdy, • konkursy przedmiotowe i zawody sportowe, • gry i zabawy psychoedukacyjne, • psychodrama, • burza mózgów, • praca z tekstem, • referaty, • tworzenie ulotek, • specjalne numery gazetki szkolnej, • realizacja treści wg gotowych scenariuszy na gddw, • porządkowanie terenu przyszkolnego, • literatura specjalistyczna

II UZALEŻNIENIA	<ul style="list-style-type: none"> • Rodzaje środków uzależniających i substancji psychotropowych i ich działanie. • Mechanizmy i fazy uzależnienia. • Fizjologiczne i psychologiczne zmiany w funkcjonowaniu organizmu ludzkiego pod wpływem środków uzależniających. • Sposoby wspomagania osób uzależnionych. • Sposoby „wyleczenia się” z alkoholizmu i narkomanii. • Specyficzne problemy dzieci rodziców uzależnionych i sposoby pomocy. • Sposoby chroniące przed uzależnieniem (wg Hawkinsa). • Umiejętności służące podejmowaniu racjonalnych decyzji w sprawie picia alkoholu, brania narkotyków i palenia papierosów. 	<ul style="list-style-type: none"> • Zapoznanie z rodzajami środków uzależniających i substancji psychotropowych oraz z ich działaniem. • Omówienie mechanizmów i faz uzależnienia. • Wyróżnienie typowych cech zmian fizjologicznych i psychologicznych w funkcjonowaniu organizmu pod wpływem środków uzależniających. • Zapoznanie ze sposobem wspomagania osób uzależnionych. • Ukazanie możliwych sposobów „wyleczenia się” z uzależnienia. • Wskazanie specyficznych problemów dzieci rodziców uzależnionych i sposobów udzielania pomocy. • Zapoznanie z najważniejszymi sposobami chroniącymi przed uzależnieniami: <ul style="list-style-type: none"> ▪ silna więź emocjonalna z rodzicami, ▪ zainteresowanie nauką szkolną, ▪ aktywność religijna, ▪ poszanowanie norm, wartości i autorytetów, ▪ miejsce w pozytywnej wspólnotce. • Kształtowanie umiejętności służących podejmowaniu decyzji w sprawie używek. 	
----------------------------------	--	--	--

<p style="text-align: center;">III UMIEJĘTNOŚCI INTERPERSONALNE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Asertywność. • Efektywne komunikowanie się. • Sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach. • Konstruktywne rozwiązywanie konfliktów i problemów; negocjacje. • Sposoby planowania, podejmowania decyzji i dokonywania wyborów. • Sposoby wzmacniania pozytywnego obrazu samego siebie. • Samoświadomość –wgląd we własne przeżycia i potrzeby. • Odreagowanie napięć emocjonalnych. • Rozwiązywanie problemów interpersonalnych typowych dla danego wieku życia. • Budowanie dobrych relacji z dorosłymi i rówieśnikami. • Sposoby radzenia sobie ze stresem. • Techniki zapobiegania reakcji stresowej. • Techniki i metody psychokorekcyjne w pracy z uczniem • Tolerancja i odpowiedzialność. • Integracja 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie przez uczniów zachowań asertywnych i rozwijanie w sobie umiejętności asertywnych w różnych sytuacjach. • Kształtowanie umiejętności komunikacyjnych; zapoznanie z barierami komunikacyjnymi; ćwiczenie komunikatów „ja” i aktywnego słuchania. • Ukazywanie sposobów radzenia sobie w różnych trudnych sytuacjach • Dostarczenie informacji o sposobach konstruktywnego radzenia sobie z konfliktem, między innymi: o negocjacjach, mediacjach, sądzie oraz nabywanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, szczególnie umiejętności negocjacyjnych. • Kształtowanie umiejętności planowania, podejmowania decyzji i zapoznanie z czterema strategiami wyboru: <ul style="list-style-type: none"> ▪ wyborem idealnym, ▪ wyborem emocjonalnym, ▪ wyborem praktycznym ▪ wyborem minimum. • Budowanie poczucia własnej wartości u uczniów. • Rozpoznanie swoich słabych i mocnych stron. • Dokonywanie samopoznania i analizy własnych przeżyć i potrzeb. • Wypracowanie metod radzenia sobie z własnymi emocjami i kształtowanie umiejętności różnicowania emocji. • Rozpoznawanie problemów interpersonalnych i wspólne szukanie ich rozwiązań. • Kształtowanie umiejętności budowania wzajemnego zaufania i otwartości. • Zapoznanie uczniów ze sposobami radzenia sobie w sytuacji stresowej oraz uzyskanie świadomości, w jaki sposób działają i tego, co robią. • Zapoznanie z wybranymi technikami radzenia sobie z nadmiernym stresem i stosowanie ich w praktyce, np.: technika relaksacyjna, neuromięśniowa, kontrola oddychania czy medytacja. • Zapoznanie nauczycieli z technikami i metodami psychokorekcyjnymi w pracy z uczniem i stosowanie ich w praktyce. • Zapoznanie z prawami i obowiązkami ucznia. • Omówienie postawy tolerancji, poszerzenie wiedzy teoretycznej i historycznej z zakresu tolerancji. • Uświadomienie uczniom, że każdy człowiek jest niepowtarzalną jednostką. • Kształtowanie postawy otwartości, ukazywanie możliwości odczuwania radości i czerpania wiedzy z obcowania z ludźmi o odmiennej kulturze, religii i.t.p. • Kształtowanie postawy tolerancji wobec osób chorych, a szczególnie uczniów ze skierowaniem do kształcenia specjalnego. • Kształtowanie postawy tolerancji dla odmienności światopoglądowych, kulturowych i wyznaniowych 	
---	--	--	--

<p style="text-align: center;">IV PROMOCJA ZDROWIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu – podejmowanie odpowiednich wyborów. • Wzorce zdrowego życia. • Sposoby spędzania wolnego czasu. • Choroby XXI wieku. 	<ul style="list-style-type: none"> • Rozpoznawanie zachowań sprzyjających i zagrażających zdrowiu. • Omówienie wzorców zdrowego życia. • Zapoznanie ze sposobami spędzania wolnego czasu w szkole i poza nią. • Omówienie wybranych chorób cywilizacyjnych i ich objawów (np. anoreksja, bulimia, stres, depresja, alkoholizm, uzależnienia np. komputeromania) • Zapoznanie uczniów ze sposobami szukania pomocy dla osób chorych (zagrożonych chorobą). 	
<p style="text-align: center;">V INNE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Normy klasowe. • Akcje pomocy. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ustalenie norm klasowych. • Zapoznanie ze Szkolnym Kodeksem Norm • Wspieranie akcji prowadzonych przez media, kościół, organizacje charytatywne. • Praca w szkolnym wolontariacie. • Organizowanie doraźnych akcji pomocy materialnej dla uczniów potrzebujących. 	

ANEKS NR 1

Instytucje wspierające pracę naszej szkoły

- ***Placówki kulturalno-oświatowe*** (Dom Kultury „Michałów”, Młodzieżowy Dom Kultury, radomskie kina i teatr)
- ***Placówki oświatowo-opiekuńcze*** (Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr3 w Radomiu, Poradnia Uzależnień, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, Ośrodek Interwencji Kryzysowej, Towarzystwo Przyjaciół Dzieci, Wydział Zdrowia Urzędu Miejskiego)
- ***Wymiar sprawiedliwości*** (sąd, kuratorzy, policja)

ANEKS NR 2

1. Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień i Stowarzyszenia MONAR w Radomiu ul. Struga 57A, tel. 364 76 00.
2. Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii ul. Dereniowa 52/54 02 – 776 Warszawa tel. 641 15 01, fax: 641 15 65.
3. Internetowa Poradnia ds. Narkomanii www.poradnia.narkomania.org.pl (poradnia czynna jest 24 godz. na dobę. Porady są udzielane anonimowo i bezpłatnie).
4. Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki – Narkomania 0801 199 990.
5. Infolinia Stowarzyszenia KARAN 0800 12 02 89.
6. Anonimowa Policyjna Linia Specjalna 0800 20 148.
7. Infolinia Pogotowia Makowego. Towarzystwo „Powrót z U” 0801 109 696.
8. Ośrodek Interwencji Kryzysowej. Komitet Ochrony Praw Dziecka w Radomiu ul. Malczewskiego 20B, tel. 988 lub 362 27 45.
9. Towarzystwo Przyjaciół Dzieci TPD Zarząd Powiatowy ul. Malczewskiego 20A tel. 362 54 61.
10. Przychodnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia w Radomiu ul. Narutowicza 1A tel. 363 19 93.
11. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Radomiu ul. Limanowskiego 134 tel. 360 87 01, 360 84 90, 360 87 06.
12. Katolickie Centrum Młodzieży ARKA ul. Chrobrego 7/9 tel. 360 59 51.
13. Centrum Rozwoju Osobowości Stowarzyszenia KARAN ul. Żeromskiego 27 tel. 362 20 46.
14. Caritas Diecezji Radomskiej ul. Kościelna 5 tel. 365 29 29.
15. Bezpłatny Telefon Zaufania przy Caritas Diecezji Radomskiej 0800 311 800.
16. Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna nr 3 ul. Główna 3 tel. 331 45 10.
17. Ogólnopolski Bezpłatny telefon dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia” tel. 0800 12 00 02.