

# **SZKOLNY PROGRAM PROFILAKTYKI**

**Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego Nr 2  
w Kielcach  
na rok szkolny 2016/2017**

# WSTĘP

**Profilaktyka** jest procesem mającym na celu wspieranie zdrowia człowieka poprzez zapobieganie występowaniu różnorodnych stresujących sytuacji oraz umożliwienie osiągnięcia subiektywnie satysfakcjonującego, społecznie akceptowanego poziomu życia. Profilaktyka to także wspomaganie radzenia sobie z trudnościami, ograniczanie czynnika zagrażającego oraz wzmocnianie czynnika sprzyjającego rozwojowi.

Niniejszy program profilaktyki jest skorelowany z zagadnieniami zawartymi w Statucie SOSW Nr 2, Programie Wychowawczym, miesięcznych planach pracy. Został opracowany w oparciu o przeprowadzone obserwacje, ankiety dla rodziców i nauczycieli oraz wyniki ewaluacji Programu Profilaktyki z roku szkolnego 2015/2016, a także zgodny z ogłoszonymi przez MEN podstawowymi kierunkami realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2016/2017.

## **CELE I ZADANIA**

### **Cel główny:**

Profilaktyka zachowań agresywnych, wzmocnienie bezpieczeństwa, ochrona uczniów przed różnego typu zagrożeniami oraz promowanie zdrowego stylu życia.

### **Cele szczegółowe:**

- I. Profilaktyka zachowań agresywnych i chuligańskich w placówce.
- II. Promowanie zdrowego stylu życia , ze szczególnym uwzględnieniem racjonalnego żywienia i aktywnego spędzania czasu wolnego.
- III. Kształtowanie umiejętności właściwego zachowania się w sytuacji zagrożenia.
- IV. Wprowadzenie elementów wychowania seksualnego.

### **Szczegółowe zadania i formy realizacji:**

#### **I. Profilaktyka agresji i przemocy w szkole.**

1. Wyposażenie ucznia w mechanizmy, które umożliwiłyby mu kontrolę emocji poprzez stosowanie wzmocnień pozytywnych, wygaszania oraz nagradzania pożądanых reakcji alternatywnych.
2. Wpajanie młodzieży ogólnych zasad profilaktyki zachowań agresywnych:
  - umiejętności samooceny,
  - rozpoznawania własnych emocji,
  - przestrzegania jasno określonych norm i zasad postępowania,
  - kontrolowania emocji,
  - uczenia empatii,
  - stosowania zachowań asertywnych.
3. Oddziaływanie na osobowość uczniów poprzez:
  - propagowanie zachowań prospołecznych,
  - wzorce osobowe,
  - organizację czasu wolnego,
  - rozwijanie zainteresowań.
4. Kształtowanie postaw tolerancji i akceptacji w szczególności wobec nowych uczniów.
  - stworzenie wszystkim dzieciom w szkole atmosfery akceptacji i poczucia bezpieczeństwa.

- nawiązanie przez nauczycieli życzliwego, osobistego kontaktu z każdym uczniem;
- budowanie więzi między uczniami i ukazanie pozytywnych skutków współpracy i wzajemnej pomocy ;
- zwiększenie świadomości na temat konstruktywnych sposobów rozwiązywania sytuacji trudnych i konfliktowych.

#### 5. Profilaktyka uzależnień

- promowanie niepalenia jako nowoczesnego trendu europejskiego;
- zapoznanie ze skutkami zażywania środków psychoaktywnych.

## II. Promowanie zdrowego stylu życia

### 1. Kształtowanie postaw prozdrowotnych.

#### α) wdrażanie i utrwalanie nawyków higienicznych

- codzienne dbanie o zęby;
- zachęcanie rodziców do współdziałania z dziećmi na rzecz prawidłowej higieny jamy ustnej oraz całego ciała;
- mycie rąk przed posiłkami, po skorzystaniu z toalety i po przyjsciu ze spaceru;
- wieczorna kąpiel lub prysznic

#### β) kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych

- spożywanie pokarmów bogatych w witaminy, posiadających duże wartości odżywcze;
- eliminowanie z jadłospisu uczniów niezdrowych produktów;
- jedzenie dużej ilości owoców i warzyw, uprzednio umytych i/lub obranych;
- minimalizacja spożywania słodczy;

#### γ) dbanie o zdrowie

- dobór odzieży stosownie do pogody;
- kształtowanie umiejętności określenia swojego samopoczucia, wdrażanie do zgłaszania wystąpienia niepokojących objawów chorobowych;
- zapoznanie z pracą służby zdrowia i kształtowanie pozytywnego do niej stosunku;

### 2. Zachęcanie do aktywności ruchowej poprzez:

- udział w imprezach sportowych organizowanych na terenie placówki oraz instytucje m. in. Zrzeszenie Sportu i Rekreacji Osób Niepełnosprawnych „START”, Olimpiady Specjalne Polska – Świętokrzyskie ;
- uczestnictwo w wycieczkach i rajdach pieszych oraz spacerach na świeżym powietrzu;
- wdrażanie do aktywnego spędzania czasu wolnego.

3. Kształtowanie odpowiednich postaw rodziców i opiekunów w zakresie pielęgnacji dzieci z głęboką niepełnosprawnością umysłową.

### **III. Kształtowanie umiejętności właściwego zachowania się w sytuacji zagrożenia.**

1. Uświadomienie wychowankom istnienia różnych zagrożeń mogących występować w najbliższym otoczeniu oraz przedstawienie sposobów radzenia sobie w trudnych i niebezpiecznych sytuacjach , a także zapobiegania ich powstawaniu:

- właściwe korzystanie ze sprzętu AGD i RTV oraz narzędzi wykorzystywanych w pracowni technicznej;
- prawidłowe reagowanie na potencjalne sytuacje zagrożenia (pożar, sytuacja wymagająca interwencji policji i służb medycznych);
- utrwalenie numerów telefonów alarmowych i doskonalenie umiejętności właściwego ich wykorzystywania w sytuacjach zagrożenia;
- zachowanie bezpieczeństwa podczas samodzielnego poruszania się po najbliższej okolicy, w drodze do szkoły i z powrotem;
- kształtowanie nawyków bezpiecznych zachowań wobec nieznanym (asertywność, nieufność, stanowczość).
- Umiejętne i bezpieczne wykorzystywanie technologii komputerowej i internetowej (cyberprzemoc).

### **IV. Wprowadzenie elementów wychowania seksualnego.**

1. Kontynuowanie działań edukacyjnych dotyczących zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania oraz różnicy płci z uwzględnieniem higieny okresu dojrzewania.
2. Zapobieganie i eliminowanie negatywnych zachowań związanych z okresem dojrzewania.
3. Warsztaty edukacyjne dla rodziców na temat trudności związanych z okresem dojrzewania dzieci i młodzieży niepełnosprawnych umysłowo.

#### 4. Spotkania indywidualne rodziców z psychologiem.

##### **Sposoby realizacji zadań zawartych w programie:**

- udział dzieci w realizacji programów autorskich;
- rozwinięcie tematyki prozdrowotnej w ramach dodatkowych godzin pracy nauczyciela;
- udział w konkursach tematycznych;
- wycieczki krajoznawcze i rajdy piesze;
- spotkania z przedstawicielami służb medycznych i ratowniczych;
- organizowanie imprez szkolnych związanych z tematyką prozdrowotną;
- przestrzeganie zasad proekologicznych na co dzień;
- pedagogizacja rodziców z uwzględnieniem tzw. blokady rodzicielskiej;
- pogadanki ze starszymi dziećmi na temat okresu dojrzewania;
- pogadanki na temat zagrożeń związanych z korzystaniem z internetu.

##### **Oczekiwane efekty:**

- podniesienie świadomości o istniejących zagrożeniach w życiu codziennym;
- dostarczenie dzieciom alternatywnych form spędzania czasu wolnego;
- rozbudzenie potrzeby aktywnego spędzania czasu wolnego;
- zwiększenie poczucia bezpieczeństwa ;
- podniesienie wśród dzieci odpowiedzialności za higienę całego ciała;
- eskalacja poczucia wartości;
- zminimalizowanie negatywnych nawyków żywieniowych;
- rozwinięcie umiejętności radzenia sobie w różnych sytuacjach.

##### **Metody ewaluacji:**

- analiza dokumentacji;
- obserwacja uczestnicząca;
- sondaż wśród rodziców i nauczycieli;
- wyniki konkursów.