

PROGRAM PROFILAKTYKI

LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO IM. MIKOŁAJA KOPERNIKA W PUSZCZYKOWIE

*„Zdrowie nie jest celem samym w sobie,
a jedynie środkiem dla satysfakcjonującego życia.”*

§ 1

Wprowadzenie:

W związku z pogarszającym się stanem zdrowia młodzieży, a przede wszystkim zagrożeniami zjawiskami patologii społecznej, jak: alkoholizm, nikotynizm, narkomania, nadrzędne zadanie szkoły to przekonanie ucznia o konieczności podejmowania działań z zakresu profilaktyki, która jest najskuteczniejszą drogą do zdrowia. Powinniśmy pamiętać, że stan zdrowia jest rezultatem oddziaływania wielu czynników społecznych, kulturowych, ekonomicznych oraz naszego stylu życia.

Program profilaktyki zapewnia nie tylko wszechstronną edukację młodzieży z zakresu promocji zdrowia, ale umożliwia realizację zadań z wykorzystaniem zaangażowania nauczycieli, rodziców i możliwości środowiska.

§ 2

Cele programu profilaktyki:

1. Propagowanie postaw prozdrowotnych:

- 1) zapobieganie chorobom cywilizacyjnym takim, jak: choroby układu krążenia, choroby zakaźne (AIDS, WZW), wady kręgosłupa, próchnica zębów;
- 2) kształtowanie nawyków higieny osobistej,
- 3) podkreślanie znaczenia zdrowego stylu życia osiąganego przez sport, wypoczynek, rekreację, zdrowe odżywianie;
- 4) wdrażanie działań zmierzających do zmniejszenia wypadkowości wśród młodzieży, troska o bezpieczeństwo, nauka pierwszej pomocy.

2. Profilaktyka uzależnień:

- 1) uświadamianie rodzajów uzależnień: alkoholizm, narkomania, nikotynizm, lekomania, uzależnienia od środków multimedialnych,
- 2) wskazywanie zagrożeń wynikających z uzależnień,
- 3) proponowanie sposobów obrony przed nałogami.

3. Rozwiązywanie problemów wychowawczych:

- 1) rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem, zaburzeniami emocjonalnymi, agresją;
 - 2) uczenie akceptacji siebie i innych ludzi.
4. Kształtowanie postaw parorodzinnych:
- 1) uświadamianie roli rodziny w życiu człowieka,
 - 2) rozwijanie umiejętności rozwiązywania problemów rodzinnych, rozwojowych, wychowawczych,
 - 3) wspieranie wychowawczej roli rodziny.
5. Rozwijanie świadomości proekologicznej poprzez wskazywanie czynników szkodliwych dla zdrowia.

§ 3

Zadania programu profilaktyki:

1. Rozpoznanie (cyklicznie) potrzeb i zagrożeń zauważanych przez uczniów, rodziców, nauczycieli. Współpraca ze środowiskiem lokalnym i rodziną w celu wspomagania działań profilaktycznych.
2. Powołanie zespołu do spraw koordynacji profilaktyki w szkole: (pedagog szkolny, przedstawiciele uczniów, rodziców, Rady Pedagogicznej, pielęgniarka szkolna) oraz zespołu przygotowującego program pomocy dla młodzieży z rodzin z trudnościami ekonomicznymi.
3. Konstruowanie rocznego ramowego planu profilaktyki.
4. Realizacja stałych działań dostosowanych do potrzeb rozwojowych uczniów poszczególnych poziomów klas (kształtowanie pozytywnych postaw wobec życia, kształtowanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, poprawa komunikacji interpersonalnej, asertywności, techniki negocjacji, radzenie sobie z problemami wieku dojrzewania, pomoc w osiągnięciu dojrzałości psychoseksualnej).
5. Organizowanie zajęć pozaszkolnych sprzyjających rozwojowi zainteresowań młodzieży.

§ 4

Formy realizacji programu profilaktyki:

1. Organizowanie spotkań ze specjalistami profilaktyki zagrożeń, psychologami, lekarzami, pracownikami opieki społecznej w formie zajęć warsztatowych (wykłady, trening psychologiczny, pogadanka).
2. Eksponowanie adresów poradni profilaktycznych.
3. Przeprowadzanie ankiet dotyczących uzależnień oraz problemów psychospołecznych.
4. Propagowanie wiedzy dotyczącej AIDS: wykłady, sesje, rozmowy z uczniami, „Światowy Dzień Walki z AIDS”.
5. Przeprowadzenie sesji antynikotynowych (wykłady specjalistów, prezentacja programów profilaktycznych z innych szkół i krajów).
6. Eksponowanie materiałów propagandowych: plakaty, wywieszki, ulotki, hasła, gazeta „Koperniqs” (działania cykliczne).
7. Organizowanie imprez szkolnych pod hasłem „Bawmy się bez alkoholu i papierosów”.

8. Realizowanie na godzinach z wychowawcą bloków tematycznych dotyczących zdrowego trybu życia (racjonalne żywienie, ruch i czynny wypoczynek, umiejętności radzenia sobie ze stresem, wpływ używek na zdrowie).
9. Skompletowanie biblioteczki zawierającej informatory, książki, czasopisma, ulotki oraz filmy o problematyce prozdrowotnej.
10. Powołanie Klubu Promocji Zdrowia.
11. Zorganizowanie Dnia Promocji Zdrowia: spotkanie z lekarzami – wykłady, warsztaty i pogadanki na temat konieczności badań okresowych.
12. Współpraca ze Stowarzyszeniem Ginekologii i Andrologii Wieku Rozwojowego w Poznaniu.
13. Organizowanie konkursu znajomości zasad dobrego wychowania.