

**Program wychowawczo-profilaktyczny  
Szkoły Podstawowej  
im. Kornela Makuszyńskiego  
w Potępie**

Podstawa prawna:

- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z 2 kwietnia 1997 r. (Dz.U. z 1997 r. nr 78 poz. 483 ze zm.) - art. 48 ust. 1.
- Konwencja o Prawach Dziecka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych z 20 listopada 1989 r. (Dz.U. z 1991 r. nr 120, poz. 526 ze zm.).
- Ustawa z 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. z 2025 r. poz. 1043) – art. 1, art. 26, art. 84.
- Ustawa z 26 stycznia 1982 r. Karta Nauczyciela (Dz.U. z 2024 r. poz. 986 ze zm.).
- Ustawa z 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz.U. z 2025 r. poz. 881 ze zm.).
- Ustawa z 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (tekst jedn. Dz.U. z 2023 r. poz. 2151).
- Ustawa z 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz.U. z 2023 r. poz. 1939).
- Ustawa z 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych (Dz.U. z 2024 r. poz. 1162 ze zm.).
- Ustawa z 9 czerwca 2022 r. o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich (Dz.U. z 2024 r. poz. 978 ze zm.).
- Ustawa z 13 maja 2016 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich (Dz.U. z 2024 r. poz. 1802 ze zm.).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. z 2017 r. poz. 356 ze zm.).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 30 stycznia 2018 r. w sprawie podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia (Dz.U. z 2018 r. poz. 467 ze zm.).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (tekst jedn.: Dz.U. z 2020 r. poz. 1604 ze zm.).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 18 sierpnia 2015 r. w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz.U. z 2020 r. poz. 1449).
- Podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2025/2026.
- Statut Szkoły Podstawowej im. Kornela Makuszyńskiego w Potępie
- Standardy Ochrony Małoletnich przyjęte w szkole

## **Wstęp**

Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny realizowany w Szkole Podstawowej im. Kornela Makuszyńskiego w Potępie opiera się na hierarchii wartości przyjętej przez radę pedagogiczną, radę rodziców i samorząd uczniowski, wynikających z przyjętej w szkole koncepcji pracy.

Treści Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego są spójne ze statutem szkoły, w tym z warunkami i sposobem oceniania wewnątrzszkolnego.

Istotą działań wychowawczych i profilaktycznych szkoły jest współpraca całej społeczności szkolnej oparta na założeniu, że wychowanie jest zadaniem realizowanym w rodzinie i w szkole, która w swojej działalności musi uwzględniać zarówno wolę rodziców, jak i priorytety edukacyjne państwa. Rolą szkoły, oprócz jej funkcji dydaktycznej, jest dbałość o wszechstronny rozwój każdego z uczniów oraz wspomaganie wychowawczej funkcji rodziny.

Wychowanie rozumiane jest jako wspieranie uczniów w rozwoju ku pełnej dojrzałości w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej. Proces wychowania jest wzmacniany i uzupełniany poprzez działania z zakresu profilaktyki problemów dzieci i młodzieży.

Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny jest spójny z zatwierdzonym szkolnym zestawem programów nauczania i uwzględnia wymagania opisane w podstawie programowej.

Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny określa sposób dążenia do osiągnięcia celów kształcenia oraz realizacji zadań wychowawczych określonych w podstawie programowej kształcenia ogólnego. Uwzględnia także kierunki i formy oddziaływań wychowawczych, których uzupełnieniem są działania profilaktyczne skierowane do uczniów, rodziców i nauczycieli.

## **DIAGNOZA SYTUACJI WYCHOWAWCZEJ SZKOŁY – na początek roku szkolnego**

Niniejszy zaktualizowany program wychowawczo-profilaktyczny na rok szkolny 2025/2026 zakłada podejmowanie działań wychowawczo-profilaktycznych skierowanych do uczniów, rodziców i nauczycieli Szkoły Podstawowej w Potępie. Przed aktualizacją programu wychowawczo-profilaktycznego dokonano analizy obecnej sytuacji na podstawie:

- diagnozy potrzeb i problemów
- obserwacji uczniów na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych,
- informacji od nauczycieli o bieżących problemach wychowawczych,
- wniosków z pracy pedagoga i psychologa szkolnego
- innych dokumentów i spostrzeżeń ważnych dla szkoły (np. koncepcja funkcjonowania i rozwoju szkoły opracowana przez dyrektora, uwagi, spostrzeżenia, wnioski nauczycieli, uczniów, rodziców).

Ważnym aspektem programu wychowawczo-profilaktycznego na rok szkolny 2025/2026 jest kontynuowanie uświadamiania uczniom znaczenia obowiązujących w szkole Standardów Ochrony Małoletnich oraz wyposażania ich w umiejętność stosowania ustalonych w nich zasad.

Podstawowym celem niniejszego Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego jest wspieranie dzieci i młodzieży w rozwoju oraz zapobieganie zachowaniom problemowym i ryzykownym. Ważnym elementem realizacji Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego jest kultywowanie tradycji i ceremoniału szkoły.

Wyniki diagnozy i ewaluacji dotychczasowych programów wskazują na wysoki poziom poczucia bezpieczeństwa uczniów w szkole, pozytywny klimat emocjonalny, znikomy poziom zagrożenia przemocą, narkomanią.

W oparciu o kierunki polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2025/2026, wnioski z nadzoru pedagogicznego za rok szkolny 2024/2025, program wychowawczo-profilaktyczny szkoły, wyniki przeprowadzonych diagnoz, zostały wyłonione następujące obszary problemowe:

- zapewnienie bezpieczeństwa w szkole,
- wspieranie procesu kształcenia ogólnego w zakresie rozwoju umiejętności uniwersalnych uczniów oraz kompetencji kluczowych niezbędnych do poruszania się na rynku pracy,
- dbałość o kształtowanie postaw uczniów – rozwijanie dobrych relacji pomiędzy nauczycielami a uczniami, uczniami i pracownikami szkoły oraz rodzicami,
- tworzenie warunków sprzyjających rozwijaniu samodzielności uczniów, zwiększenie aktywności społecznej uczniów, rodziców i nauczycieli na rzecz szkoły poprzez np. proponowanie uczniom zróżnicowanych form pracy,
- uwzględnianie tematyki związanej z rozwijaniem u uczniów sprawności fizycznej, nawyku aktywności ruchowej, umiejętności udzielania pierwszej pomocy,
- podejmowanie działań związanych z rozwijaniem u uczniów empatii i wrażliwości na potrzeby innych poprzez naukę aktywnego słuchania (zachęcanie uczniów do uważnego wsłuchiwanie się w to, co mówią inni, prowadzenie rozmów o emocjach),
- kształtowanie postaw patriotycznych, społecznych i obywatelskich, odpowiedzialności za region i ojczyznę, dbałości o bezpieczeństwo własne i innych,
- kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych, wspieranie aktywności fizycznej uczniów,
- profilaktyka przemocy rówieśniczej, zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, wsparcie w kryzysach psychicznych, profilaktyka uzależnień,
- promowanie higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie,
- rozwijanie u uczniów empatii i wrażliwości na potrzeby innych; propagowanie idei wolontariatu, dzięki któremu dzieci i młodzież rozwijają swoją wrażliwość na los potrzebujących, biorą na siebie odpowiedzialność za własne życie i życie społeczne,
- kształtowanie myślenia analitycznego uczniów poprzez interdyscyplinarne podejście do nauczania przedmiotów przyrodniczych i ścisłych oraz rozwijanie umiejętności matematycznych,
- kształcenie umiejętności uczenia się przez całe życie poprzez wzmocnienie współpracy szkół i placówek z pracodawcami oraz z instytucjami regionalnymi, w tym rozwijanie umiejętności komunikacyjnych uczniów, które umożliwią dialog z innymi i z samym sobą (nauka nawiązywania serdecznego kontaktu, sympatii, szacunku i tolerancji),

- kształtowanie kompetencji międzykulturowych (nabywanie umiejętności porozumiewania się w języku obcym, ale również kształtowanie postawy otwartości i akceptacji, woli porozumienia oraz ciekawości dotyczącej poznawania różnic) – praca z uczniem z doświadczeniem migracyjnym,
- kultywowanie tradycji szkoły, dbałość o klimat szkoły.

## **OGÓLNE CELE WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNE SZKOŁY**

Wychowanie to całokształt świadomych i celowych działań pedagogicznych, które mają na celu ukształtowanie człowieka dojrzałego pod względem fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym:

- *Dojrzałość fizyczną* należy rozumieć jako dbałość o zdrowie własne i innych ludzi oraz umiejętność tworzenia środowiska sprzyjającego zdrowiu.
- *Dojrzałość psychiczną* – jako zbudowanie równowagi i harmonii psychicznej, właściwego stosunku do świata, poczucia odpowiedzialności za siebie i innych oraz otaczający świat.
- *Dojrzałość społeczną* – jako umiejętność samodzielnej analizy wzorów i norm społecznych, dokonywania odpowiedzialnych wyborów, pełnienia ról społecznych, sprawnego i odpowiedzialnego funkcjonowania we współczesnym świecie.
- *Dojrzałość duchową* – jako poczucie sensu życia i istnienia człowieka, zbudowanie stabilnego systemu wartości opartego na prawdzie, dobru i pięknie.

Treści i działania o charakterze wychowawczym skierowane są do uczniów, a treści i działania o charakterze profilaktycznym do uczniów, nauczycieli i rodziców.

## **SZCZEGÓŁOWE CELE WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNE**

**przyjęte przez Szkołę Podstawową w Potępie na rok szkolny 2025/2026 (wynikające z diagnozy) oraz uwzględniające priorytety MEN na rok szkolny 2025/2026**

- 1. Promocja zdrowego trybu życia – kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych, wspieranie aktywności fizycznej uczniów:**
  - 1) propagowanie wiedzy na temat zdrowia i profilaktyki prozdrowotnej,
  - 2) propagowanie wiedzy z zakresu bezpieczeństwa,
  - 3) propagowanie zdrowych nawyków żywieniowych,
  - 4) uświadomienie uczniom zależności pomiędzy odpowiednim stylem życia a zdrowiem,
  - 5) zapobieganie nałogom i uzależnieniom,
  - 6) zmiana obiegowych przekonań na temat środków psychoaktywnych,
  - 7) podejmowanie działań na rzecz ochrony środowiska,
  - 8) rozwijanie sprawności fizycznej i nawyku aktywności ruchowej, odporności, nauka udzielania pierwszej pomocy.
- 2. Wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży, ich zdrowia psychicznego:**
  - 1) działania edukacyjne, profilaktyczne i interwencyjne w sytuacjach kryzysowych:

- prowadzenie zajęć edukacyjnych na temat zdrowia psychicznego, radzenia sobie ze stresem, rozpoznawania emocji i budowania zdrowych relacji,
  - Warsztaty i lekcje wychowawcze dotyczące emocji, stresu, radzenia sobie z presją.
  - Szkolenia dla nauczycieli i rodziców nt. rozpoznawania sygnałów kryzysu u dzieci i młodzieży.
  - Kampanie informacyjne (np. dotyczące zdrowia psychicznego, przeciwdziałania przemocy).
  - Wprowadzanie programów edukacyjnych wspierających rozwój empatii, asertywności i odporności psychicznej.
- 2) rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem i emocjami:
- propagowanie zajęć pozalekcyjnych, olimpiad i konkursów przedmiotowych,
  - Rozpoznawanie i nazywanie własnych emocji
  - Rozwijanie świadomości sygnałów stresu
  - Uczenie konstruktywnych sposobów regulacji emocji
  - Zapobieganie zachowaniom destrukcyjnym (np. agresji, wycofaniu, uzależnieniom)
  - Wzmacnianie poczucia sprawczości i kontroli
  - Budowanie odporności psychicznej i elastyczności w obliczu trudności
- 3) wzmacnianie poczucia własnej wartości, wiary w siebie i swoje możliwości:
- Kształtowanie pozytywnego obrazu siebie
  - Wzmacnianie wiary w swoje możliwości i sprawczość
  - Odróżnianie konstruktywnej krytyki od negatywnego oceniania
  - Rozwijanie wewnętrznej motywacji
  - Budowanie odporności na porażki i niepowodzenia
- 4) rozwijanie zdolności samooceny: samoakceptacji i samokrytycyzmu, oraz zdolności samokontroli, opanowania ekspresji własnych uczuć i emocji:
- Rozwijanie umiejętności realistycznej oceny własnych zachowań i emocji
  - Budowanie postawy akceptacji siebie z jednoczesną gotowością do rozwoju
  - Kształtowanie zdolności do samorefleksji i uczenia się na błędach
  - Rozwijanie umiejętności kontrolowania emocji i reakcji
  - Opanowanie sposobów wyrażania emocji w sposób konstruktywny i adekwatny
- 5) tworzenie warunków sprzyjających rozwijaniu samodzielności uczniów:
- Wzmacnianie poczucia sprawczości i odpowiedzialności
  - Kształtowanie umiejętności podejmowania decyzji i rozwiązywania problemów
  - Rozwijanie inicjatywy i motywacji wewnętrznej
  - Uczenie planowania, organizowania i realizowania zadań
  - Przygotowanie do funkcjonowania w dorosłym życiu
- 6) zwiększanie aktywności społecznej uczniów na rzecz szkoły, poprawa frekwencji na zajęciach lekcyjnych – zapobieganie wagarom i zachowaniom ryzykownym:
- Wzmacnianie identyfikacji ucznia ze szkołą (poczucie: „to moja szkoła”)
  - Zwiększenie zaangażowania uczniów w życie społeczne klasy i szkoły

- Kształtowanie odpowiedzialności i postaw prospołecznych
  - Zapobieganie wagarom i zachowaniom ryzykownym poprzez wczesną profilaktykę
  - Tworzenie atrakcyjnego środowiska, w którym uczeń chce być obecny
- 7) uwrażliwienie na kulturę języka i kulturalne zachowanie:
- Kształtowanie nawyku używania języka poprawnego, życzliwego i adekwatnego do sytuacji
  - Uczenie zasad dobrego wychowania i etykiety językowej
  - Budowanie postawy szacunku wobec rozmówców, niezależnie od ich poglądów i pochodzenia
  - Przeciwdziałanie agresji słownej, hejtowi, wulgaryzmom i mowie nienawiści
  - Rozwijanie empatii, uprzejmości i świadomej komunikacji interpersonalnej
- 8) kształcenie umiejętności empatycznych zachowań i wrażliwości na potrzeby innych:
- propagowanie idei wolontariatu,
  - Rozwijanie umiejętności rozpoznawania i rozumienia emocji innych osób
  - Kształtowanie postawy wrażliwości i gotowości do pomocy
  - Zmniejszanie postaw egocentrycznych, obojętności i nietolerancji
  - Wzmacnianie pozytywnych zachowań społecznych: współpracy, życzliwości, solidarności
  - Budowanie bezpiecznego, wspierającego środowiska szkolnego
- 9) wspieranie procesu kształcenia ogólnego w zakresie rozwoju umiejętności uniwersalnych uczniów oraz kompetencji kluczowych niezbędnych do poruszania się na rynku pracy:
- wspieranie rozwoju umiejętności cyfrowych uczniów i nauczycieli, ze szczególnym uwzględnieniem:
    - bezpiecznego poruszania się w sieci,
    - krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie.
  - promowanie higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie.
3. **Obszar edukacji obywatelskiej – kształtowanie postaw patriotycznych, społecznych i obywatelskich, odpowiedzialności za region i ojczyznę, dbałości o bezpieczeństwo własne i innych:**
- 1) **kształtowanie postaw obywatelskich oraz umiejętności pozwalających na zaangażowanie w sprawy publiczne:**
- tolerancja,
  - szacunek dla innych: dla różnorodności, tolerancji i empatii wobec innych,
  - odpowiedzialności za swoje czyny i ich wpływ na otoczenie,
  - solidarności – poczucia wspólnoty i chęci niesienia pomocy innym,
- 2) **rozwijanie umiejętności obywatelskich:**
- poznawanie funkcjonowania społeczeństwa, mechanizmów demokratycznych i zjawisk społecznych,
  - analizowanie informacji, formułowanie opinii i argumentowania,

- aktywne angażowanie się w sprawy lokalne, regionalne i globalne tj. praca w zespole, rozwiązywanie konfliktów i podejmowanie decyzji w grupie; udział w projektach obywatelskich, np. organizowanie akcji charytatywnych; sprzątanie okolicy; wolontariat; udział uczniów w debacie i dialogu – kształtowanie umiejętności prowadzenia dyskusji, wyrażania opinii i poszanowania zdania innych; organizacja spotkań z przedstawicielami władz – umożliwienie uczniom kontaktu z osobami zaangażowanymi w życie publiczne i poznanie funkcjonowania instytucji państwowych.
4. **Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży – profilaktyka zagrożeń:**
- budowanie pozytywnych relacji,
  - rozwijanie umiejętności społecznych,
  - edukacja na temat przemocy,
  - wczesne reagowanie na sygnały przemocy,
  - wsparcie dla ofiar.
5. **Kształtowanie postaw patriotycznych, społecznych i obywatelskich:**
- odpowiedzialność za region i ojczyznę,
  - dbałość o bezpieczeństwo własne i innych,
  - edukacja historyczna i kulturowa, przestrzeganie prawa i zasad współżycia społecznego.
6. **Kontynuacja działań związanych z rozwijaniem u uczniów empatii i wrażliwości na potrzeby innych poprzez:**
- naukę aktywnego słuchania (zachęcanie uczniów do uważnego wsłuchiwania się w to, co mówią inni,
  - prowadzenie rozmów o emocjach (omawianie uczuć oraz emocji, zarówno własnych, jak i innych ludzi),
  - wspólne działania – angażowanie nastolatków w wolontariat lub działania charytatywne, które pozwalają im zobaczyć świat z perspektywy innych.



## SZCZEGÓŁOWY HARMONOGRAM DZIAŁAŃ WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNYCH

| Lp . | Obszar                                                                                                                                                                                                                                   | Zadania wychowawcze szkoły                                                                                                                                                                                                                                    | Odpowiedzialni                                                            | Termin         |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1.   | Kontynuacja działań – realizowanie zadań mających na celu promocję zdrowego trybu życia w szkole – kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych, wspieranie aktywności fizycznej uczniów (trzeci kierunek polityki oświatowej państwa) | – realizacja działań określonych w podstawach programowych przedmiotu „Edukacja zdrowotna” oraz przedmiotu wychowanie fizyczne, przyroda, biologia, technika                                                                                                  | – nauczyciele przedmiotów                                                 | przez cały rok |
|      |                                                                                                                                                                                                                                          | – realizacja zajęć pozalekcyjnych rozwijających zainteresowania dzieci i młodzieży zdrowym trybem życia i aktywnością ruchową,<br>– udział w zajęciach dodatkowych rozwijających sprawność fizyczną (zajęcia pozalekcyjne, lekcje WF)                         | – nauczyciele poszczególnych przedmiotów                                  | przez cały rok |
|      |                                                                                                                                                                                                                                          | – organizowanie wycieczek i spacerów rozwijających sprawność fizyczną                                                                                                                                                                                         | – wychowawcy                                                              | przez cały rok |
|      |                                                                                                                                                                                                                                          | – realizacja ogólnopolskich i regionalnych programów edukacyjnych i profilaktycznych „Moda na zdrowie”, „Mamo, tato, nie pal”, „Trzymaj formę”,<br>– przygotowywanie dzieci i młodzieży do startu w konkursach na temat ochrony zdrowia i zdrowego odżywiania | – zespół ds. promocji szkoły,<br>– nauczyciele poszczególnych przedmiotów | przez cały rok |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                         |                |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------|
|  |  | – prowadzenie zajęć metodami nowatorsko-aktywizującymi mającymi na celu kształtowanie zachowań służących zdrowiu                                                                                                                                           | – nauczyciele poszczególnych przedmiotów                | przez cały rok |
|  |  | – zachęcanie uczniów do samodzielnej i systematycznej aktywności ruchowej, uprawiania sportu, korzystania z zasobów boiska szkolnego, sali gimnastycznej                                                                                                   | – bibliotekarz                                          | przez cały rok |
|  |  | – organizowanie spotkań uczniów z lekarzami, mistrzami kuchni, farmaceutami, pracownikami naukowymi zajmującymi się zdrowiem i profilaktyką zdrowotną                                                                                                      | – wychowawcy klas,<br>– pedagog                         | przez cały rok |
|  |  | – dbanie o realizację zaleceń lekarskich uczniów ze zdiagnozowanymi chorobami przewlekłymi,<br>– objęcie opieką psychologiczno-pedagogiczną uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi,<br>– konsultacje z pedagogiem,<br>– konsultacje z psychologiem | – nauczyciele przedmiotów,<br>– pedagog,<br>– psycholog | przez cały rok |
|  |  | – diagnozowanie niepowodzeń i organizowanie pomocy dla uczniów mających trudności w nauce                                                                                                                                                                  | – nauczyciele przedmiotów<br>– pedagog<br>– psycholog   | przez cały rok |
|  |  | – dostosowanie pracy dydaktycznej (formy i metody), wychowawczej i opiekuńczej do potrzeb uczniów o specyficznych potrzebach edukacyjnych w celu zwiększenia ich bezpieczeństwa                                                                            | – nauczyciele przedmiotów,<br>– pedagog,<br>– psycholog | przez cały rok |





|    |                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                |                        |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
|    |                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>– rozwój uniwersalnych umiejętności uczniów oraz kluczowych kompetencji niezbędnych do poruszania się na rynku pracy (udział w kursach, szkoleniach, warsztatach, spotkaniach z pracodawcami)</li> </ul>                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– nauczyciele przedmiotów zawodowych,</li> <li>– osoby z zewnątrz</li> </ul>            | przez cały rok szkolny |
| 2. | Profilaktyka zagrożeń – zapobieganie agresji i przemocy w grupach rówieśniczych, z uwzględnieniem cyberprzemocy | <ul style="list-style-type: none"> <li>– podejmowanie działań wychowawczych, edukacyjnych i profilaktycznych mających na celu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• budowanie pozytywnych relacji,</li> <li>• rozwijanie umiejętności społecznych,</li> <li>• edukowanie na temat przemocy,</li> <li>• wczesne reagowanie na sygnały przemocy,</li> <li>• wsparcie dla ofiar</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– nauczyciele i wychowawcy,</li> <li>– pedagog, psycholog, pedagog specjalny</li> </ul> | przez cały rok         |

|  |                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                  |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--|
|  | <p>Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży:<br/>działania profilaktyczne, edukacyjne, interwencyjne</p> | <p>– <b>działania edukacyjne i profilaktyczne</b> w zakresie ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, wsparcie w kryzysach psychicznych:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• działania informacyjne o zdrowiu psychicznym, uczenie radzenia sobie ze stresem, budowanie odporności psychicznej,</li> <li>• wspieranie zdrowych nawyków tj. zachęcanie do regularnej aktywności fizycznej, zdrowej diety, odpowiedniej ilości snu, co ma pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne; tworzenie sprzyjającego otoczenia,</li> <li>• zapewnienie dzieciom i młodzieży poczucia bezpieczeństwa, wsparcia emocjonalnego, akceptacji w domu, szkole i w środowisku rówieśniczym,</li> </ul> <p>– <b>podejmowanie działań interwencyjnych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zapewnienie szybkiego i łatwego dostępu do specjalistów w razie potrzeby,</li> <li>• udzielanie profesjonalnej pomocy w przypadku zaburzeń psychicznych,</li> </ul> | <p>nauczyciele i wychowawcy.</p> <p>- pedagog, psycholog, pedagog specjalny.</p> |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--|

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                             |                |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wsparcie w sytuacjach kryzysowych – szybka i skuteczna interwencja w przypadku kryzysów emocjonalnych, myśli samobójczych czy innych trudnych sytuacji</li> </ul>                                                          |                                             |                |
|  |  | – profilaktyka uzależnień: <ul style="list-style-type: none"> <li>• środki i substancje psychoaktywne – wyposażenie uczniów, rodziców i nauczycieli w wiedzę o uzależnieniach i możliwościach szukania pomocy (narkomania, dopalacze, alkohol, nikotyna)</li> </ul> |                                             |                |
|  |  | – wdrażanie do przestrzegania podstawowych zasad bezpieczeństwa w różnych sytuacjach życiowych, kształtowanie właściwego zachowania się w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia                                                                                       | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog  | przez cały rok |
|  |  | – propagowanie zdrowych nawyków żywieniowych                                                                                                                                                                                                                        | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog  | przez cały rok |
|  |  | – uświadomienie uczniom zależności pomiędzy odpowiednim stylem życia a zdrowiem                                                                                                                                                                                     | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog  | przez cały rok |
|  |  | – zapobieganie nałogom i uzależnieniom np. organizacja konkursu na temat wpływu używek na zdrowie uczniów, na temat zagrożeń dla zdrowia i życia ze strony narkotyków dopalaczy, wirus HIV dla uczniów                                                              | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog, | przez cały rok |
|  |  | – gazetki ściennie, np. na temat zagrożeń zdrowia i życia, uzależnień                                                                                                                                                                                               | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog  | przez cały rok |

|  |  |                                                                                                                                                                  |                                                                                          |                |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|  |  | – zapewnienie młodzieży opieki pielęgniarskiej                                                                                                                   | – dyrekcja                                                                               | przez cały rok |
|  |  | – honorowe krwiodawstwo – pogadanki i spotkania                                                                                                                  | – nauczyciel biologii,<br>– przedstawiciel e centrum krwiodawstwa                        | przez cały rok |
|  |  | – wspomaganie uczniów w zapobieganiu stanom depresyjnym i lękowym                                                                                                | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog                                               | przez cały rok |
|  |  | – wspomaganie uczniów w problemach związanych z ich niepełnosprawnością, przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu,<br>– podnoszenie jakości edukacji włączającej | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog,<br>– psycholog                             | przez cały rok |
|  |  | – prowadzenie profilaktycznej działalności informacyjnej i edukacyjnej na temat uzależnień                                                                       | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog,<br>– przedstawiciel sanepidu,<br>– policjant | przez cały rok |
|  |  | – zapewnienie bezpieczeństwa i porządku poprzez pełnienie dyżurów nauczycielskich                                                                                | – nauczyciele                                                                            | przez cały rok |
|  |  | – propagowanie modelu aktywnego spędzania wolnego czasu, kształtowanie sprawności fizycznej                                                                      | – wychowawcy,<br>– nauczyciele wychowania fizycznego                                     | przez cały rok |
|  |  | – współpraca z instytucjami obywatelskimi i społecznymi                                                                                                          | – pedagog,<br>– psycholog                                                                | przez cały rok |
|  |  | – wdrażanie do odpowiedzialnego korzystania z mediów społecznościowych, uczenie bezpieczeństwa w Internecie                                                      | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog,<br>– policjant                               | przez cały rok |



|    |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                               |                  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Dni sportu, rajdy piesze, zajęcia integracyjne na świeżym powietrzu</li> </ul>                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy</li> <li>– nauczyciele wychowania fizycznego</li> </ul>                                   | przez cały rok   |
| 3. | Kształtowanie postaw–patriotycznych, społecznych i obywatelskich, odpowiedzialności za region i ojczyznę, dbałości o bezpieczeństwo własne i innych – edukacja historyczna i kulturowa, przestrzeganie prawa i zasad współżycia społecznego | <ul style="list-style-type: none"> <li>– rozwijanie u uczniów poczucia tożsamości narodowej, zaangażowania w życie społeczne oraz odpowiedzialności za dobro wspólne,</li> <li>– dbanie o dobre imię szkoły reprezentowanie szkoły</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zespół ds. promocji szkoły,</li> <li>– samorząd uczniowski,</li> <li>– klub wolontariatu,</li> </ul> | przez cały rok   |
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– zapoznanie z dziedzictwem kulturowym – poznawanie historii, tradycji i wartości narodowych, symboli państwowych, a także kultury i sztuki polskiej</li> </ul>                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– nauczyciele historii</li> </ul>                                               | przez cały rok   |
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– udział w obchodach świąt państwowych, rocznic historycznych i innych wydarzeniach o charakterze patriotycznym</li> </ul>                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– samorząd uczniowski</li> </ul>                                                                       | przez cały rok   |
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– ukazywanie uczniom pozytywnych wzorców osobowych związanych z Polską poprzez prelekcje o sławnych i dobrych ludziach, spotkania z ciekawymi osobowościami opowiadającymi o tradycji i kulturze</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– nauczyciele,</li> <li>– zaproszeni goście</li> </ul>                          | przez cały rok   |
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– szacunek dla symboli narodowych: dbałość o godne traktowanie flagi, hymnu i innych symboli państwowych</li> </ul>                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy</li> </ul>                                                                                | cały rok szkolny |
|    |                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>– realizacja przedsięwzięć ministra edukacji narodowej pt. „Podróże z klasą”</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy</li> </ul>                                                                                | cały rok szkolny |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                |                                                            |                  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | – <b>troska o dziedzictwo narodowe:</b> działania na rzecz ochrony zabytków, miejsc pamięci i innych elementów dziedzictwa narodowego                                                                          | – wychowawcy                                               | cały rok szkolny |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | – wspieranie polskiej kultury: promowanie polskiej muzyki, literatury, filmu i innych przejawów kultury                                                                                                        | – nauczyciele przedmiotu,<br>– wychowawcy                  | cały rok szkolny |
| 4. | Kontynuacja działań związanych z rozwijaniem u uczniów empatii i wrażliwości na potrzeby innych poprzez naukę aktywnego słuchania (zachęcanie uczniów do uważnego wsłuchiwania się w to, co mówią inni, prowadzenie rozmów o emocjach (omawianie uczuć oraz emocji, zarówno własnych, jak i innych ludzi) oraz wspólne działania – angażowanie nastolatków w wolontariat lub działania charytatywne, które pozwalają im zobaczyć świat z perspektywy innych | – organizowanie zajęć, w których uczeń ma możliwość stawiania pytań, analizowania zachowań, wymiany poglądów na temat tego, czym jest empatia, wrażliwość na potrzeby innych czynienie dobra, współpraca       | – wychowawcy                                               | przez cały rok   |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | – prowadzenie zajęć kształtujących umiejętności wczuwania się w stany emocjonalne i sytuacje innych ludzi (dostrzeganie jego emocji i uznawanie potrzeb)                                                       | – wychowawcy<br>– nauczyciele<br>– pedagog<br>– psycholog  | przez cały rok   |
|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | – rozwijanie kompetencji społecznych uczniów poprzez empatyczne zachowania – nauka nazywania emocji, poznanie symbolu empatycznego słuchania i mówienia – żyrafy – kształtowanie właściwego zrozumienia postaw | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog,<br>– pedagog | przez cały rok   |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                  |                |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– organizacja przestrzeni edukacyjnej, która sprzyja rozwijaniu u uczniów empatii i wrażliwości na potrzeby innych – współpraca ze środowiskiem rodzinnym uczniów,</li> <li>– prowadzenie: <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozmów z uczniami, dokonywanie oceny czym jest empatia, wrażliwość na potrzeby innych – kreowanie u uczniów postawy współpracy i pomocy,</li> <li>• rozwijanie wrażliwości na potrzeby innych ludzi, dostrzeganie pozytywnych cech u innych,</li> <li>• nabywanie umiejętności wczuwania się w stany emocjonalne i sytuacje innych ludzi – budowanie u dzieci świadomości własnych uczuć,</li> <li>• czynienie dobra wobec innych z jednoczesnym kształtowaniem poczucia własnej wartości i pewności siebie, która jest potrzebna w wyznaczaniu własnych granic</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– nauczyciele,</li> <li>– pedagog,</li> <li>– psycholog</li> </ul> | przez cały rok |
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– kształtowanie postaw akceptacji, tolerancji w zakresie różnic rasowych, kulturowych, religijnych, intelektualnych, fizycznych itp.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– nauczyciele,</li> <li>– pedagog,</li> <li>– psycholog</li> </ul> | przez cały rok |

|    |                          |                                                                                                                                                                                              |                                                                              |                |
|----|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|    |                          | – kształtowanie postawy odpowiedzialności za życie/zdrowie swoje i innych                                                                                                                    | – nauczyciele,<br>– wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog,<br>– policjant | przez cały rok |
|    |                          | – kształtowanie postaw współodpowiedzialności uczniów za wizerunek szkoły                                                                                                                    | – wychowawcy,<br>– samorząd uczniowski                                       | przez cały rok |
|    |                          | – motywowanie rodziców do sprawowania większej kontroli nad dziećmi (wypełnianie obowiązku szkolnego do 18 roku życia)                                                                       | – dyrekcja,<br>– wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog                    | przez cały rok |
|    |                          | – wpływanie na poprawę komunikacji interpersonalnej jako podstawę efektywnej współpracy między interesariuszami szkoły (dyrektor – nauczyciele – uczniowie – rodzice)                        | – dyrekcja,<br>– wychowawcy,<br>– rodzice,<br>– samorząd uczniowski          | przez cały rok |
|    |                          | – wspieranie rodziców w trosce o rozwój dziecka niepełnosprawnego                                                                                                                            | – wychowawcy<br>– nauczyciele<br>– pedagog                                   | przez cały rok |
| 5. | Działania profilaktyczne | – organizacja zajęć mających na celu wyeliminowanie niepożądanych zachowań, takich jak: agresja, brak tolerancji, przemoc w tym przemoc psychiczna, zachowania dyskryminacyjne, cyberprzemoc | – dyrekcja,<br>– wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog                  | przez cały rok |
|    |                          | – systematyczna edukacja uczniów w zakresie radzenia sobie z własnymi trudnymi uczuciami                                                                                                     | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog,<br>– psycholog                 | przez cały rok |
|    |                          | pogadanki, dyskusje na lekcjach z wychowawcą – respektowanie przez uczniów zbioru zasad obowiązujących w szkole                                                                              | – wychowawcy                                                                 | przez cały rok |

|    |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                           |                |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------|
|    |                                                                                                                                                                    | – stała współpraca pracowników szkoły w zakresie zaobserwowanych negatywnych zachowań uczniów – reagowanie na wszystkie niepożądane zachowania                                                                                                                                                                | – wychowawcy,<br>– nauczyciele            | przez cały rok |
|    |                                                                                                                                                                    | – rozwijanie dobrych relacji pomiędzy nauczycielami a uczniami, uczniami i pracownikami szkoły oraz rodzicami                                                                                                                                                                                                 | – wychowawcy,<br>– nauczyciele            | przez cały rok |
|    |                                                                                                                                                                    | – kształtowanie pożądanych społecznie postaw wobec zagrożeń cywilizacyjnych; propagowanie informacji o zagrożeniach cywilizacyjnych (terroryzm, choroby, głód) – jak sobie radzić, gdzie szukać pomocy                                                                                                        | – wychowawcy,<br>– nauczyciele            | przez cały rok |
| 6. | Kontynuacja działań promujących higienę cyfrową i bezpieczne poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie | – nauczanie informatyki od klasy I – uświadamianie konsekwencji korzystania z różnych źródeł informacji – wykorzystanie projektów                                                                                                                                                                             | – wychowawcy,<br>– nauczyciele przedmiotu | przez cały rok |
|    |                                                                                                                                                                    | – bezpieczeństwo w Internecie – kształtowanie u uczniów umiejętności stosowania zasad ochrony osobistej, ochrony danych, ochrony tożsamości cyfrowej, krytycznego podejścia do treści publikowanych w Internecie i mediach społecznościowych, naturalnego i odpowiedzialnego korzystania z mediów społecznych | – wychowawcy,<br>– nauczyciele przedmiotu | przez cały rok |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                   |                |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wsparcie edukacji informatycznej i medialnej w zakresie bezpiecznego korzystania z Internetu, kształtowanie krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie,</li> <li>– warsztaty dla uczniów klas ..... o antyprzemocowych relacjach rówieśniczych,</li> <li>– pogadanki na temat krytycznego podejścia do treści publikowanych w Internecie i mediach społecznościowych oraz negatywnego wpływu spędzania czasu wolnego przed komputerem</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– nauczyciele przedmiotu</li> </ul> | przez cały rok |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|

|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 7.                                                                                              | Profilaktyka zagrożeń                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>kształtowanie społecznie pożądanych postaw wobec zagrożeń cywilizacyjnych:</li> <li>omówienie zagrożeń związanych z życiem i zdrowiem, przemocą i krzywdzeniem</li> </ul> <p><b>ORGANIZACJA DZIAŁAŃ DLA NAUCZYCIELI:</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>wychowawcy,</li> <li>przedstawiciel e policji,</li> <li>przedstawiciel e fundacji – materiały</li> </ul> | cały rok szkolny |
| <b>Zadania</b>                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Formy realizacji</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                 |                  |
| Organizacja zawodowego – kursy, warsztaty, szkolenia                                            | doskonalenia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Dostarczanie nauczycielom informacji o dostępnych formach doskonalenia poza szkołą, np. na temat kształtowania postaw i zachowań prozdrowotnych, wspierania aktywności fizycznej uczniów, zachowań służących zdrowiu, rozwijanie sprawności fizycznej uczniów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | informacyjne                                                                                                                                    |                  |
| Organizacja wewnątrzszkolnego doskonalenia – doskonalenie kompetencji nauczycieli i wychowawców | <ul style="list-style-type: none"> <li>spotkania z przedstawicielami policji (analiza konsekwencji zachowań przemocy w sieci, możliwości szukania pomocy),</li> <li>„Co to jest stalking – jak sobie z nim radzić?”,</li> <li>„Co to jest w kryzysach psychicznych, profilaktyki cyberprzemocy – jak sobie z nią radzić?”,</li> <li>ustalenie zasad netetyki w szkole,</li> <li>promowania higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie i mediach społecznościowych</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Organizacja szkoleniowych rad pedagogicznych, np. z zakresu kształtowania postaw patriotycznych, społecznych i obywatelskich, odpowiedzialności za region i ojczyznę, dbałości o bezpieczeństwo własne i innych, profilaktyki przemocy rówieśniczej, zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, wsparcia w kryzysach psychicznych, profilaktyki uzależnień, pracy z uczniem z doświadczeniem migracyjnym, w tym w zakresie nauczania języka polskiego jako języka obcego,</li> <li>promowania higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie i mediach społecznościowych</li> </ul> |                                                                                                                                                 |                  |
|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>współpraca z instytucjami udzielającymi pomocy i wsparcia – diagnozowanie środowiska</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>pracodawców, nauczyciele</li> </ul>                                                                      | przez cały rok   |
|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | oceniania kształtującego i metod aktywizujących w dydaktyce, <ul style="list-style-type: none"> <li>rozwijanie zainteresowania kulturą i językiem polskim wśród Polonii.</li> </ul> Uzyskanie wiedzy na temat norm rozwojowych i zaburzeń zdrowia dziecka w tym zdrowia psychicznego wieku rozwojowego.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                 |                  |

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                        | Współdziałanie nauczycieli ze specjalistami, instytucjami i organizacjami pracującymi na rzecz dziecka i rodziny, placówkami zajmującymi się ochroną zdrowia, zwłaszcza zdrowia psychicznego oraz ochroną dzieci przed krzywdzeniem. |
| Propagowanie literatury na temat profilaktyki w szkole | Udostępnianie materiałów szkoleniowych.<br>Gromadzenie literatury na temat szkolnej profilaktyki.                                                                                                                                    |

## KIERUNKI DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH

### 1. Współdziałanie z rodzicami w zakresie kontroli absencji uczniów:

| Lp. | Działania                                                                                             | Osoby odpowiedzialne                       | Czas działania | Sposób ewaluacji    |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------|---------------------|
| 1.  | Kontrola frekwencji uczniów i szybka interwencja w razie potrzeby                                     | – wychowawcy<br>– nauczyciele<br>– pedagog | przez cały rok | – wpisy w dzienniku |
| 2.  | Indywidualne rozmowy z uczniami niesystematycznie uczęszczającymi na zajęcia lekcyjne i ich rodzicami | – dyrekcja<br>– wychowawcy<br>– pedagog    | przez cały rok | – wpisy w dzienniku |
| 3.  | Stosowanie ciekawych metod pracy na lekcjach, w tym metod aktywizujących                              | – nauczyciele                              | przez cały rok | – ankieta           |
| 4.  | Konsekwentne wymaganie znajomości tematyki zajęć, na których uczeń był nieobecny                      | – nauczyciele                              | przez cały rok | – ankieta           |
| 5.  | Stały kontakt z rodzicami/opiekunami ucznia przez e-dziennik                                          | – wychowawcy<br>– nauczyciele              | przez cały rok | – wpisy w dzienniku |

### 2. Motywowanie uczniów do aktywnego stylu życia:

| Lp. | Działania                                                     | Osoby odpowiedzialne          | Czas działania | Sposób ewaluacji             |
|-----|---------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------|------------------------------|
| 1.  | Stosowanie metod aktywizujących w pracy z uczniami            | – wychowawcy<br>– nauczyciele | przez cały rok | – analiza ocen z przedmiotów |
| 2.  | Nagradzanie uczniów za rzeczywiste osiągnięcia i umiejętności | – wychowawcy<br>– nauczyciele | przez cały rok | – analiza dokumentacji       |



|    |                                                                                 |                                             |                |                     |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------|---------------------|
| 3. | Nagradzanie uczniów za zaangażowanie w pracę i trud włożony w wykonanie zadań   | – nauczyciele<br>poszczególnych przedmiotów | przez cały rok | – wpisy w dzienniku |
| 4. | Prowadzenie zajęć z uczniami nt. skutecznych metod gospodarowania czasem wolnym | – wychowawcy<br>– pedagog<br>– psycholog    | przez cały rok | – wpisy w dzienniku |
| 5. | Przygotowanie uczniów do konkursów i olimpiad przedmiotowych                    | – nauczyciele                               | przez cały rok | – wpisy w dzienniku |

### 3. Profilaktyka uzależnień:

| Lp. | Działania                                                                                  | Osoby odpowiedzialne                    | Czas działania | Sposób ewaluacji                                                     |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Zapraszanie do współpracy osób z zewnątrz, zajmujących się profilaktyką antynarkotykową    | – pedagog<br>– psycholog<br>– policjant | przez cały rok | – wpisy w dzienniku specjalisty,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 2.  | Ewentualne interwencje, konsultacje dla uczniów i rodziców                                 | – wychowawcy<br>– pedagog               | przez cały rok | – wpisy w dzienniku pedagoga                                         |
| 3.  | Zapoznanie rodziców ze statutem szkoły, programem wychowawczo-profilaktycznym              | – wychowawcy                            | przez cały rok | – wpisy w dziennikach lekcyjnych                                     |
| 4.  | Przestrzeganie procedur postępowania w przypadku zagrożenia narkomanią, alkoholizmem itp.  | – rada pedagogiczna                     | przez cały rok | – notatki służbowe                                                   |
| 5.  | Zaznajomienie uczniów oraz rodziców z fachową literaturą, naukowymi stronami internetowymi | – pedagog                               | przez cały rok | – wpisy w dzienniku pedagoga                                         |
| 6.  | Współpraca z przychodnią uzależnień i współuzależnień                                      | – pedagog                               | przez cały rok | – wpisy w dzienniku pedagoga                                         |

**1) Zapobieganie paleniu papierosów:**

| <b>Lp.</b> | <b>Działania</b>                                                                                                                                | <b>Osoby odpowiedzialne</b>                                             | <b>Czas działania</b> | <b>Sposób ewaluacji</b>                                              |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1.         | Lekcje na temat szkodliwości palenia papierosów i e-papierosów                                                                                  | – wychowawca<br>– pedagog<br>– psycholog<br>– pielęgniarka<br>– sanepid | przez cały rok        | – wpisy w dzienniku specjalisty,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 2.         | Kształtowanie wśród uczniów asertywności i poczucia własnej wartości                                                                            | – wychowawcy<br>– pedagog<br>– psycholog                                | przez cały rok        | – wpisy w dzienniku specjalisty,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 3.         | Ewentualna interwencja w przypadku pojawiających się zagrożeń                                                                                   | – wychowawcy<br>– pedagog                                               | przez cały rok        | – wpisy w dzienniku pedagoga                                         |
| 4.         | Zaproponowanie uczniom ciekawej oferty zajęć pozalekcyjnych w celu rozwijania osobistych pasji i zainteresowań, aktywne spędzanie czasu wolnego | – wychowawcy<br>– nauczyciele                                           | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach zajęć pozalekcyjnych                           |
| 5.         | Wdrażanie uczniów do uczestnictwa w kulturze środowiska lokalnego                                                                               | – dyrekcja<br>– wychowawcy<br>– nauczyciele                             | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych                                     |
| 6.         | Udział w akcji „Dzień bez papierosa”                                                                                                            | – pedagog<br>– nauczyciele biologii<br>– sanepid                        | 31.05.2024 r.         | – fotoreportaż z akcji                                               |

**2) Zapobieganie alkoholizmowi:**

| <b>Lp.</b> | <b>Działania</b>                                                              | <b>Osoby odpowiedzialne</b>              | <b>Czas działania</b> | <b>Sposób ewaluacji</b>                                           |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 1.         | Lekcje wychowawcze dotyczące prawa karnego związanego ze spożywaniem alkoholu | – wychowawcy<br>– pedagog<br>– policjant | przez cały rok        | – wpisy w dzienniku pedagoga,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |

|    |                                                                                                                                                      |                           |                |                                                                   |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------|
| 2. | Uczenie sposobów asertywnego odmawiania alkoholu                                                                                                     | – wychowawcy<br>– pedagog | przez cały rok | – wpisy w dzienniku pedagoga,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 3. | Stosowanie się ściśle do procedur postępowania, jakie posiada szkoła na wypadek spożywania alkoholu na terenie szkoły i poza nią (wycieczki szkolne) | – rada pedagogiczna       | przez cały rok | – notatki służbowe                                                |
| 4. | Współpraca z przychodnią uzależnień i współuzależnień                                                                                                | – pedagog                 | przez cały rok | – wpisy w dzienniku pedagoga                                      |

#### 4. Uczenie sposobów radzenia sobie ze stresem:

| Lp. | Działania                                                                                                                         | Osoby odpowiedzialne                                                   | Czas działania   | Sposób ewaluacji                                                  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Lekcje wychowawcze na temat stresu                                                                                                | – wychowawcy<br>– pedagog                                              | przez cały rok   | – wpisy w dzienniku pedagoga,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 2.  | Tworzenie przyjaznej atmosfery w szkole                                                                                           | – rada pedagogiczna                                                    | przez cały rok   | – ankieta                                                         |
| 3.  | Zapoznanie uczniów klas czwartych liceum i piątych technikum z problematyką matur                                                 | – dyrekcja<br>– wychowawcy<br>– nauczyciele poszczególnych przedmiotów | pierwszy semestr | – wpisy w dziennikach lekcyjnych                                  |
| 4.  | Poradnictwo indywidualne                                                                                                          | – wychowawca<br>– pedagog<br>– pielęgniarka                            | przez cały rok   | – wpisy w dzienniku pedagoga                                      |
| 5.  | Niezwłoczne organizowanie wsparcia psychologiczno-pedagogicznego dla uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi z zaleceniami | – pedagog<br>– psycholog                                               | przez cały rok   | – wpisy w dzienniku specjalisty                                   |

|    |                                                                                                            |                                                  |                |                                    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------|------------------------------------|
|    | poradni<br>psychologiczno-pedagogicz-<br>nej                                                               |                                                  |                |                                    |
| 6. | Organizacja doraźnej<br>fachowej pomocy w<br>sytuacjach kryzysowych i<br>stresogennych (choroba,<br>cięża) | – dyrekcja<br>– wychowawcy<br>– pedagog<br>– OPS | przez cały rok | – wpisy w<br>dzienniku<br>pedagoga |

#### 5. Promocja zdrowego trybu życia w szkole:

| Lp. | Działania                                                                                                        | Osoby<br>odpowiedzialne                                               | Czas działania | Sposób<br>ewaluacji                                                           |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Zwracanie uwagi na<br>postawę ciała na lekcjach<br>wychowania fizycznego                                         | – nauczyciele<br>wychowania<br>fizycznego                             | przez cały rok | – notatki<br>służbowe                                                         |
| 2.  | Rozwijanie zainteresowań<br>sportowych                                                                           | – nauczyciele<br>wychowania<br>fizycznego                             | przez cały rok | – zawody<br>sportowe,<br>– scenariusze<br>zajęć                               |
| 3.  | Propagowanie zdrowego<br>stylu odżywiania się i<br>wskazywanie zagrożeń<br>wynikających z zaburzeń<br>odżywiania | – nauczyciele<br>wychowania<br>fizycznego<br>– nauczyciel<br>biologii | przez cały rok | – wpisy w<br>dziennikach<br>lekcyjnych,<br>– ankiety                          |
| 4.  | Program profilaktyki<br>HIV/AIDS                                                                                 | – wychowawcy<br>– pedagog<br>– przedstawiciel<br>sanepidu             | przez cały rok | – wpisy w<br>dzienniku<br>pedagoga,<br>– wpisy w<br>dziennikach<br>lekcyjnych |
| 5.  | Wskazanie sposobów<br>zapobiegania chorobom<br>cywilizacyjnym                                                    | – nauczyciel<br>biologii                                              | przez cały rok | – wpisy w<br>dziennikach<br>lekcyjnych                                        |
| 6.  | Korzystanie z aplikacji<br>mobilnych – nagradzanie<br>za trud i wysiłek włożony<br>w trening podczas zajęć       | – nauczyciele<br>wychowania<br>fizycznego                             | przez cały rok | – wpisy w<br>dziennikach<br>lekcyjnych                                        |
| 7.  | Organizacja zawodów<br>sportowych oraz udział w<br>nich                                                          | – nauczyciele<br>wychowania<br>fizycznego                             | przez cały rok | – wpisy w<br>dziennikach<br>lekcyjnych                                        |

**6. Profilaktyka przemocy rówieśniczej – zapobieganie i przeciwdziałanie przemocy w grupie rówieśniczej poprzez:**

| <b>Lp.</b> | <b>Działania</b>                                                                                                                                                   | <b>Osoby odpowiedzialne</b>    | <b>Czas działania</b> | <b>Sposób ewaluacji</b>          |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|----------------------------------|
| <b>1</b>   | <b>Tworzenie bezpiecznego środowiska</b> – opracowanie wspólnie z uczniami zasad obowiązujących w klasie, określających granice i chroniących prawa każdego ucznia | – wychowawcy,<br>– pedagog     | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| <b>2.</b>  | <b>Pozytywne wzmocnienia-</b> nagradzanie dobrych zachowań i postaw, promowanie współpracy i empatii                                                               | – wychowawcy,<br>– specjaliści | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| <b>3.</b>  | <b>Dbłość o atmosferę w klasie</b> – stworzenie atmosfery wzajemnego szacunku, zaufania i otwartości, w której uczniowie czują się bezpieczni i akceptowani        | – wychowawcy,<br>– specjaliści | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                        |                |                                                                                    |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 4. | <b>Budowanie pozytywnych relacji:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– integracja klasowa (organizowanie różnorodnych aktywności sprzyjających nawiązywaniu relacji i poznawaniu się uczniów, np. gry i zabawy integracyjne, wycieczki, wspólne projekty),</li> <li>– dialog i komunikacja: kształtowanie umiejętności komunikacji, aktywnego słuchania i rozwiązywania konfliktów w sposób konstruktywny</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– specjaliści</li> </ul> | przez cały rok | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wpisy w dziennikach lekcyjnych</li> </ul> |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------|

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                  |                |                                  |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------|----------------------------------|
| 5. | <b>Reagowanie na przemoc:</b><br>– <b>rozpoznawanie sygnałów alarmowych</b> – symptomów przemocy i reagowanie na nie we właściwy sposób,<br>– <b>stosowanie procedury interwencyjnej</b> – opracowanie jasnych procedur postępowania w przypadku wystąpienia przemocy, w tym zgłaszania incydentów i udzielania wsparcia ofiarom.<br><b>Współpraca z rodzicami, pedagogami, psychologami i innymi specjalistami</b> w celu zapewnienia uczniom kompleksowej pomocy | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– specjaliści | przez cały rok | – wpisy w dziennikach lekcyjnych |
|    | <b>Realizacja programów profilaktycznych, takich jak:</b><br><b>„Profilaktyka a Ty” (PaT), które angażują młodzież w działania na rzecz profilaktyki</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– specjaliści | przez cały rok | – wpisy w dziennikach lekcyjnych |
|    | <b>Organizowanie szkolenia dla nauczycieli z zakresu zapobiegania i interwencji w sytuacjach przemocy rówieśniczej</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– specjaliści | przez cały rok | – wpisy w dziennikach lekcyjnych |

**7. Wspieranie aktywności poznawczej i poczucia sprawczości ucznia:**

| <b>Lp.</b> | <b>Działania</b>                                               | <b>Osoby odpowiedzialne</b>                                                                          | <b>Czas działania</b> | <b>Sposób ewaluacji</b>                                              |
|------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 1.         | Upowszechnienie zagadnień związanych z cyberprzemocą           | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog,<br>– policjant                                           | przez cały rok        | – wpisy w dzienniku specjalisty,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 2.         | Upowszechnienie zagadnień dotyczących mediów społecznościowych | – wychowawcy,<br>– pedagog,<br>– psycholog,<br>– policjant                                           | przez cały rok        | – wpisy w dzienniku specjalisty,<br>– wpisy w dziennikach lekcyjnych |
| 3.         | Podnoszenie kultury osobistej uczniów oraz kultury języka      | – dyrekcja,<br>– wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog,<br>– pracownicy administracji i obsługi | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach                                                |
| 4.         | Promowanie postaw prospołecznych                               | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog                                                         | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych                                     |
| 5.         | Angażowanie uczniów w działalność wolontariatu                 | – wychowawcy,<br>– nauczyciele,<br>– pedagog                                                         | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych                                     |

**8. Promowanie higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci, rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie:**

| <b>Lp.</b> | <b>Działania</b>                                 | <b>Osoby odpowiedzialne</b>                      | <b>Czas działania</b> | <b>Sposób ewaluacji</b>                                           |
|------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------|
| 1.         | Prowadzenie zajęć dotyczących wad i zalet mediów | – wychowawcy,<br>– pedagog<br>– osoby z zewnątrz | przez cały rok        | – wpisy w dziennikach lekcyjnych,<br>– wpisy w dzienniku pedagoga |



|    |                                                                                     |                                                                                                                                       |                |                                                                                                                              |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2. | Prowadzenie zajęć nt. radzenia sobie z nieśmiałością, odrzuceniem, lękami, depresją | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– pedagog,</li> <li>– psycholog,</li> <li>– osoby z zewnątrz</li> </ul> | przez cały rok | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wpisy w dziennikach lekcyjnych,</li> <li>– wpisy w dzienniku specjalisty</li> </ul> |
| 3. | Nauka udzielania pierwszej pomocy                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wychowawcy,</li> <li>– pedagog</li> </ul>                                                    | przez cały rok | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wpisy w dziennikach lekcyjnych,</li> <li>– wpisy w dzienniku specjalisty</li> </ul> |
| 4. | Rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie       | <ul style="list-style-type: none"> <li>– nauczyciel informatyk,</li> <li>– wychowawcy</li> </ul>                                      | przez cały rok | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wpisy w dziennikach lekcyjnych,</li> <li>– wpisy w dzienniku specjalisty</li> </ul> |

## EWALUACJA PROGRAMU WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNEGO

1. Program poddawany będzie ewaluacji formatywnej (bieżącej) i konkluzywnej (sumarycznej).
2. Celem ewaluacji jest:
  - uzyskanie informacji o przebiegu realizacji programu wychowawczo-profilaktycznego,
  - uzyskanie informacji o efektach realizacji programu,
  - uzyskanie rzetelnej, obiektywnej informacji na temat sytuacji wychowawczej w szkole,
  - modyfikacja zadań i działań wychowawczo-profilaktycznych,
  - opracowanie programu poprawy efektywności działań.
3. Informacje do ewaluacji zbierane będą:
  - metodą bezpośrednią (np. obserwacja, wywiad, rozmowa, analiza dokumentów szkolnych, analiza zachowania i osiągnięć uczniów),
  - metodą pośrednią (np. ankiety, sondaże, kwestionariusze badania postaw).
4. Ewaluatorami będą pracownicy pedagogiczni i niepedagogiczni szkoły.

## Przykładowe scenariusze zajęć

### Scenariusz zajęć: „Zdrowy styl życia – mój wybór”

**Przedmiot:** wychowanie fizyczne / godzina wychowawcza / edukacja prozdrowotna

**Czas trwania:** 45 minut

**Grupa:** uczniowie klas IV–VIII SP

**Cele ogólne:**

- Kształtowanie postaw prozdrowotnych.
- Uświadomienie znaczenia aktywności fizycznej i zdrowego odżywiania.
- Rozwijanie umiejętności dokonywania świadomych wyborów dotyczących zdrowia.

**Cele szczegółowe (uczeń):**

- potrafi wymienić elementy zdrowego stylu życia,
- rozpoznaje skutki braku ruchu i niezdrowego odżywiania,
- potrafi zaplanować jeden zdrowy nawyk do wprowadzenia w codzienność,
- aktywnie uczestniczy w prostych ćwiczeniach ruchowych.

**Metody pracy:** burza mózgów, dyskusja, praca w grupach, ćwiczenia ruchowe, karta pracy.

**Formy pracy:** indywidualna, grupowa, zespołowa.

**Środki dydaktyczne:** tablica/flipchart, markery, karty pracy, muzyka, piłki/skakanki (opcjonalnie).

### Przebieg zajęć

#### 1. Wstęp (5 min)

- Nauczyciel zadaje pytanie: „**Co to znaczy żyć zdrowo?**”
- Uczniowie spontanicznie podają skojarzenia (np. sport, owoce, sen, brak papierosów).
- Nauczyciel zapisuje hasła na tablicy i podkreśla, że zdrowie zależy w dużej mierze od codziennych wyborów.

#### 2. Mini wykład i burza mózgów (10 min)

- Krótkie wprowadzenie: filary zdrowego stylu życia (aktywność fizyczna, zdrowe odżywianie, higiena, odpoczynek, unikanie używek).
- Uczniowie w grupach przygotowują plakaty/diagramy pt. „**Mój przepis na zdrowie**” – wpisują przykłady działań prozdrowotnych.
- Prezentacja efektów na forum klasy.

#### 3. Ćwiczenia ruchowe – aktywna przerwa (10 min)

- Krótki zestaw prostych ćwiczeń: rozciąganie, pajacyki, podskoki, krótki bieg w miejscu, elementy zabawy z piłką lub skakanką.
- Nauczyciel podkreśla, że nawet **5–10 minut ruchu w ciągu dnia poprawia koncentrację i samopoczucie**.

#### 4. Dyskusja i praca indywidualna (15 min)

- Rozmowa kierowana: „**Jakie są konsekwencje braku ruchu i złej diety?**” – uczniowie wymieniają (otyłość, choroby, zmęczenie, słaba kondycja, stres).
- Rozdanie kart pracy: zadanie „**Mój plan na zdrowie**” – każdy uczeń wpisuje 1 nawyk, który chce wprowadzić od dziś (np. 20 minut spaceru, więcej wody, mniej słodczy, regularny sen).
- Chętnie dzielą się swoimi pomysłami z grupą.

#### 5. Podsumowanie i refleksja (5 min)

- Powtórzenie kluczowych haseł: **ruch, zdrowe jedzenie, odpoczynek, higiena, pozytywne relacje**.
- Hasło końcowe: „**Moje zdrowie – mój wybór**”.

#### Ewaluacja

- Nauczyciel pyta uczniów: „Czego nowego się dziś dowiedzieliście?”
- Uczniowie sygnalizują kciukiem w górę/na boki/w dół, na ile zajęcia były dla nich przydatne.

## Karta pracy – „Mój zdrowy styl życia”

Imię i nazwisko: ..... Klasa: .....

### 1. Prawda czy fałsz? (zakreśl właściwą odpowiedź)

1. Do prawidłowego funkcjonowania potrzebujemy co najmniej 8 godzin snu.  
☐ Prawda ☐ Fałsz
2. Fast food i słodczyce mogą być podstawą zdrowej diety.  
☐ Prawda ☐ Fałsz
3. Regularna aktywność fizyczna poprawia koncentrację i samopoczucie.  
☐ Prawda ☐ Fałsz
4. Picie wody jest ważne dla zdrowia – dorosły człowiek powinien wypijać ok. 1,5–2 litry dziennie.  
☐ Prawda ☐ Fałsz
5. Długie siedzenie przed ekranem bez przerw nie wpływa negatywnie na zdrowie.  
☐ Prawda ☐ Fałsz

### 2. Uzupełnij zdania

- a) Trzy produkty, które warto jeść codziennie, to: .....
- b) Sport, który lubię lub chciałbym spróbować, to: .....
- c) Aby dobrze dbać o zdrowie, codziennie powinienem: .....

### 3. Mój plan na zdrowie

Wybierz **jeden zdrowy nawyk**, który chcesz wprowadzić od dziś.

Opisz go krótko poniżej:

.....  
.....

Podpis: .....

### 4. Moja ocena lekcji

Najbardziej podobało mi się: .....

Chciałbym następnym razem dowiedzieć się o: .....

**Scenariusz zajęć: „Dbam o swój dobrostan – zdrowie psychiczne na co dzień”**

**Przedmiot:** godzina wychowawcza / edukacja prozdrowotna

**Czas trwania:** 45 minut

**Grupa:** uczniowie klas IV–VIII SP

**Temat:** Wspieranie dobrostanu psychicznego i zdrowia psychicznego młodzieży

### **Cele ogólne**

- Uświadomienie uczniom, czym jest dobrostan psychiczny.
- Rozwijanie umiejętności rozpoznawania i nazywania emocji.
- Zapoznanie z prostymi technikami dbania o zdrowie psychiczne.
- Budowanie atmosfery wzajemnego wsparcia w klasie.

### **Cele szczegółowe (uczeń):**

- potrafi wskazać czynniki wpływające na zdrowie psychiczne, zna sposoby radzenia sobie ze stresem i napięciem,
- potrafi nazwać swoje emocje i mówić o nich,
- wie, gdzie szukać pomocy w trudnych sytuacjach.

### **Metody pracy**

burza mózgów, praca w grupach, dyskusja, ćwiczenia relaksacyjne, karta pracy „Moje sposoby dbania o siebie”.

### **Środki dydaktyczne**

tablica/flipchart, markery, kartki A4, karta pracy, spokojna muzyka (opcjonalnie).

### **Przebieg zajęć**

#### **1. Wprowadzenie (5 min)**

- Nauczyciel pyta: „**Co to znaczy czuć się dobrze – fizycznie i psychicznie?**”
- Krótka dyskusja – uczniowie podają przykłady (odpoczynek, przyjaźń, brak stresu, ruch, hobby).
- Wprowadzenie definicji: dobrostan psychiczny = stan równowagi, poczucia sensu, energii i umiejętności radzenia sobie z emocjami.

#### **2. Ćwiczenie „Termometr uczuć” (10 min)**

- Nauczyciel rozdaje kolorowe karteczki/karteczki A4.
- Zadanie: **Narysuj lub zapisz jedną emocję, którą najczęściej odczuwasz w szkole.**
- Chętni prezentują swoje kartki, nauczyciel prowadzi rozmowę: co pomaga w radzeniu sobie z trudnymi emocjami?

### 3. Praca w grupach – „Apteczka zdrowia psychicznego” (15 min)

- Klasa dzieli się na 3–4 grupy.
- Każda grupa przygotowuje plakat pt. **„Co pomaga dbać o moje zdrowie psychiczne”** – np. sen, rozmowa z przyjacielem, sport, muzyka, odpoczynek od telefonu, hobby.
- Prezentacja pomysłów na forum klasy.
- Nauczyciel podkreśla, że każdy ma inne sposoby, ale ważne, żeby je znać i stosować.

### 4. Ćwiczenie relaksacyjne (5 min)

- Krótka praktyka oddechowa: „Weź wdech licząc do 4, zatrzymaj oddech na 2, a potem wydech licząc do 6”.
- Uczniowie próbują razem – celem jest poczucie wyciszenia i odprężenia.

### 5. Podsumowanie i refleksja (10 min)

- Rozdanie **kart pracy „Moje sposoby dbania o siebie”** – każdy uczeń zapisuje 2–3 działania, które pomagają mu w utrzymaniu dobrego samopoczucia.
- Nauczyciel kończy zajęcia hasłem:  
**„Zdrowie psychiczne jest tak samo ważne jak zdrowie fizyczne – dbaj o nie codziennie”.**

### Ewaluacja

- Uczniowie pokazują kciuk w górę/na boki/w dół, oceniając, na ile zajęcia były dla nich przydatne.
- Krótka rundka: „Jedna rzecz, którą zapamiętam z tej lekcji to...”.

**Karta pracy – „Moje sposoby dbania o siebie”**

**Imię i nazwisko:** ..... **Klasa:** .....

**1. Co pomaga mi czuć się dobrze?**

(Narysuj lub zapisz swoje pomysły)

.....  
.....  
.....

**2. Jak radzę sobie ze stresem?**

.....  
.....

**3. Moje postanowienie na dziś**

.....  
.....

**4. Mój nastrój teraz (zakreśl):**



## **Scenariusz zajęć: „Poznaję siebie – uczę się panować nad emocjami”**

**Przedmiot:** godzina wychowawcza / edukacja prozdrowotna

**Czas trwania:** 45 minut

**Grupa:** uczniowie klas I–VIII

### **Cele ogólne**

- Kształtowanie umiejętności samooceny i samoakceptacji.
- Uczenie konstruktywnego samokrytycyzmu (dostrzeganie błędów i uczenie się na nich).
- Rozwijanie zdolności samokontroli i panowania nad emocjami.

### **Cele szczegółowe (uczeń):**

- potrafi wskazać swoje mocne i słabe strony,
- rozumie różnicę między samoakceptacją a krytyką samego siebie,
- zna sposoby panowania nad trudnymi emocjami,
- uczy się mówić o swoich uczuciach w bezpieczny sposób.

### **Metody pracy**

burza mózgów, ćwiczenia indywidualne, praca w parach, dyskusja, karta pracy.

### **Środki dydaktyczne**

kartki A4, markery, karta pracy „Poznaję siebie”.

### **Przebieg zajęć**

#### **1. Wprowadzenie (5 min)**

- Nauczyciel zadaje pytanie: **„Czy łatwo jest oceniać siebie samego? Dlaczego tak lub dlaczego nie?”**
- Krótka dyskusja – podkreślenie, że samoocena powinna być realistyczna, oparta na akceptacji, ale też otwarta na poprawę błędów.

#### **2. Ćwiczenie „Moje mocne strony” (10 min)**

- Każdy uczeń zapisuje na kartce 3 swoje mocne strony.
- Następnie dobiera się w pary i wymienia się z kolegą/koleżanką, co napisał.
- Chętnie dzieli się na forum klasy.
- Nauczyciel podsumowuje: **akceptacja siebie zaczyna się od zauważenia tego, co w nas dobre.**



### **3. Ćwiczenie „Moje wyzwania” (10 min)**

- Każdy uczeń zapisuje 2 obszary, które chciałby u siebie poprawić.
- Krótka rozmowa: jak można konstruktywnie pracować nad swoimi słabościami, zamiast się krytykować?

### **4. Samokontrola emocji – mini trening (10 min)**

- Nauczyciel pyta: **„Jak reagujemy, gdy jesteśmy źli/zdenerwowani?”**
- Uczniowie wymieniają przykłady zachowań impulsywnych.
- Nauczyciel pokazuje techniki:
  - „liczenie do 10”,
  - oddech uspokajający,
  - przerwa (odejście na chwilę),
  - rozmowa z kimś zaufanym.
- Krótkie praktyczne ćwiczenie oddechowe.

### **5. Podsumowanie (10 min)**

- Uczniowie otrzymują kartę pracy „Poznaję siebie”.
- Każdy uzupełnia: mocne strony, obszary do poprawy, moje sposoby panowania nad emocjami.
- Nauczyciel kończy zajęcia hasłem:  
**„Akceptuję siebie, ale też uczę się być lepszą wersją siebie”.**

## Karta pracy – „Poznaję siebie”

Imię i nazwisko: ..... Klasa: .....

### 1. Moje mocne strony

.....  
.....  
.....

### 2. Moje obszary do poprawy

.....  
.....

### 3. Jak mogę nad tym pracować?

.....  
.....

### 4. Moje sposoby na opanowanie emocji, gdy jestem zły/zła

- ☐ Policzę do 10 przed reakcją
- ☐ Wezmę kilka głębokich oddechów
- ☐ Odejdę na chwilę, żeby się uspokoić
- ☐ Porozmawiam z kimś zaufanym
- ☐ Inny sposób: .....

## **Scenariusz zajęć: „Słowa i zachowania, które budują – jak dbać o kulturę języka?”**

**Przedmiot:** godzina wychowawcza / język polski / edukacja prospołeczna

**Czas trwania:** 45 minut

**Grupa:** uczniowie klas I–VIII

### **Cele ogólne**

- Uwrażliwienie uczniów na znaczenie kultury języka.
- Rozwijanie postaw szacunku wobec innych w komunikacji.
- Uczenie kulturalnych form zachowań w różnych sytuacjach społecznych.

### **Cele szczegółowe (uczeń):**

- potrafi podać przykłady słów grzecznościowych i kulturalnych zachowań,
- rozumie konsekwencje używania wulgaryzmów i niekulturalnych gestów,
- potrafi zaproponować kulturalne formy komunikacji w codziennych sytuacjach.

### **Metody pracy**

burza mózgów, odgrywanie scenek, praca w grupach, dyskusja, karta pracy.

### **Środki dydaktyczne**

tablica/flipchart, karteczki, karta pracy „Kulturalne słowa i zachowania”.

### **Przebieg zajęć**

#### **1. Wprowadzenie (5 min)**

- Pytanie do uczniów: „Czy słowa mogą ranić? A czy mogą pomagać?”
  - Krótka dyskusja, przykłady sytuacji z życia codziennego.
- 

#### **2. Burza mózgów – „Słowa, które budują” (10 min)**

- Nauczyciel prosi uczniów o wymienienie słów i zwrotów grzecznościowych (np. proszę, dziękuję, przepraszam, dzień dobry).
- Zapisywanie na tablicy w formie „chmury słów”.
- Następnie uczniowie wskazują zwroty, których warto unikać (np. wyzwiska, wulgaryzmy).

#### **3. Ćwiczenie – scenki (15 min)**

- Uczniowie w parach lub grupach losują krótkie sytuacje:

- proślenie o pomoc,
  - spóźnienie na lekcję,
  - rozmowa z kolegą w konflikcie,
  - pytanie w sklepie/szkole/bibliotece.
- Zadanie: odegrać sytuację najpierw „niekulturalnie”, a potem „kulturalnie”.
  - Krótka rozmowa: jak zmienia się odbiór, gdy używamy kulturalnego języka?

#### **4. Dyskusja – „Co to znaczy być kulturalnym?” (10 min)**

- Nauczyciel kieruje rozmowę: kultura to nie tylko słowa, ale też zachowanie (gesty, ton głosu, szacunek do innych).
- Uczniowie tworzą krótką listę zasad: **„Kodeks kulturalnego ucznia”**.

#### **5. Podsumowanie (5 min)**

- Rozdanie kart pracy.
- Hasło końcowe:  
**„Słowa mają moc – wybieraj te, które budują, a nie ranią”**.

## Karta pracy – „Kulturalne słowa i zachowania”

Imię i nazwisko: ..... Klasa: .....

### 1. Uzupełnij zdania:

a) Trzy słowa, których powinniśmy używać jak najczęściej:

.....

b) Słowo lub zwrot, którego chcę unikać:

.....

### 2. Połącz w pary

Dopasuj sytuację do kulturalnego zwrotu (narysuj linię):

- Proszę o pomoc.
- Dziękuję za pożyczoną książkę.
- Spóźniłem się na spotkanie.
- Kolega zrobił mi przysługę.

### Zwroty:

- „Dziękuję ci bardzo!”
- „Przepraszam, że się spóźniłem.”
- „Czy mógłbyś mi pomóc?”
- „Doceniam to, że mi pomogłeś.”

### 3. Krótkie zadanie:

Dokończ zdanie:

Być kulturalnym to dla mnie znaczy ... ..