

# Program wychowawczo-profilaktyczny

dla klas VII-VIII

rok szkolny 2021/2022

## SFERA FIZYCZNA

**Cel główny:**

**Zdobycie przez ucznia wiedzy i umiejętności pozwalających na prowadzenie zdrowego stylu życia.**

**Cele szczegółowe:**

**1. Wychowanie zachowań higienicznych, bezpiecznych dla zdrowia własnego i innych.**

**Zadania:**

- pomoc w zrozumieniu i akceptacji przemian okresu dojrzewania, udzielanie wsparcia w tym zakresie;
- motywowanie do dbania o higienę osobistą w okresie dojrzewania, ze szczególnym naciskiem na zmianę odzieży na lekcjach wychowania fizycznego;
- motywowanie do higienicznego planowania czasu pracy i odpoczynku;
- podnoszenie świadomości uczniów na temat dróg rozprzestrzeniania się i profilaktyki chorób zakaźnych (infekcje wirusowe i bakteryjne, HIV/AIDS, WZW typu B, **Sars-Cov2**);
- zapoznanie uczniów z zagrożeniami cywilizacyjnymi i profilaktyką chorób z nimi związanych;
- dbanie o zachowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej uczniów;
- motywowanie do zdrowej rywalizacji i przestrzegania zasady fair play;
- badania przesiewowe uczniów i kierowanie do specjalistów;

**Formy i sposoby realizacji :** realizacja podstawy programowej, badania profilaktyczne, pogadanki, kampanie i filmy edukacyjne, konkursy.

**Odbiorcy :** uczniowie, nauczyciele i rodzice.

**Odpowiedzialni:** higienistka szkolna, nauczyciele biologii, nauczyciel WDŻ, WF, GZW, rodzice.

**Termin realizacji :** cały rok szkolny, higienistka wg planu pracy.

## 2. Kształtowanie właściwych nawyków żywieniowych

**Zadania :**

- nauka samodzielnego konstruowania jadłospisu, dostosowanego do własnych potrzeb min. przy użyciu technologii informacyjnej;
- zapoznanie ze znaczeniem witamin i składników mineralnych dla organizmu oraz ze skutkami ich niedoboru;
- zachęcanie młodzieży do spożywania właściwych ilości napojów niegazowanych, o niskiej zawartości cukru, szczególnie wody;
- prowadzenie zrównoważonej diety w stołówce szkolnej;
- uświadomienie konsekwencji zdrowotnych niewłaściwego odżywiania (otyłość, nadwaga, anoreksja, bulimia, cukrzyca), badania profilaktyczne w tym kierunku;
- koordynowanie pomocy dla uczniów z zaburzeniami w odżywianiu;
- promowanie zdrowej żywności w sklepiku szkolnym;

**Formy i sposoby realizacji:** realizacja treści programowych i programów profilaktycznych, spotkania z dietetykiem, warsztaty kulinarne, Festiwal Zdrowia, współpraca ze służbami medycznymi.

**Odbiorcy:** uczniowie, rodzice.

**Odpowiedzialni:** wychowawcy, nauczyciele przyrody/biologii, nauczyciele zajęć technicznych, kierownik stołówki, higienistka, pedagog, psycholog.

**Termin realizacji :** cały rok szkolny, higienistka wg planu pracy.

### 3. Popularyzacja i poprawa aktywności fizycznej.

#### Zadania :

- promowanie aktywności fizycznej jako sposobu na ładną sylwetkę i dobre samopoczucie, oraz jako profilaktyki chorób układu krążenia i układu ruchu;
- zachęcanie młodzieży i rodziców do wspólnego uczestniczenia w imprezach promujących zdrowy styl życia organizowanych przez szkołę i środowisko lokalne jako sposób na utrzymywanie dobrych relacji w sferze rodzic – dziecko;
- **zachęcanie do systematycznego udziału uczniów w zajęciach wychowania fizycznego poprzez wykorzystanie nowoczesnych aplikacji komputerowych;**
- prezentowanie sylwetek znanych sportowców jako ludzi sukcesu;

**Formy i sposoby realizacji:** realizacja treści programowych na zajęciach wychowania fizycznego, wycieczki, turnieje, festyny, rajdy, zawody sportowe, obozy, spotkania ze sportowcami.

**Odbiorcy :** uczniowie, rodzice.

**Odpowiedzialni :** wychowawcy, nauczyciele wychowania fizycznego, rodzice.

**Termin realizacji:** cały rok.

### 4. Zapewnienie bezpieczeństwa na terenie szkoły i obiektów sportowych

#### Zadania :

- **Zapoznanie i przypominanie uczniom o zasadach bezpieczeństwa obowiązujących na terenie szkoły, wynikających z zaleceń sanitarno – epidemiologicznych związanych z wirusem COVID – 19;**
- **Rozpoznanie potrzeb dotyczących szczepienia przeciw COVID-19 i stworzenie do tego odpowiednich warunków;**
- sprawowanie opieki nad uczniami podczas przerw;
- zapoznanie młodzieży z przepisami BHP korzystania z pracowni przedmiotowych;
- motywowanie do samodzielnego dbania o zachowanie zasad bezpieczeństwa podczas gier i zabaw ruchowych;

- ćwiczenie sposobów reagowania w sytuacjach, które mogą zagrażać zdrowiu i życiu podczas pobytu w szkole np. pożar, napad terrorystyczny;
- zapewnienie uczniom opieki po zajęciach szkolnych;
- stosowanie obowiązujących procedur dotyczących zwolnienia dziecka ze szkoły, powrotu do domu po wycieczce, powrotów z basenu, zwolnień z pierwszych i ostatnich lekcji wychowania fizycznego dla uczniów zwolnionych z ćwiczeń;

**Formy i sposoby realizacji:** dyżury nauczycielskie, zajęcia tematyczne, symulacje alarmów, monitoring szkolny, praca świetlicy szkolnej, zapoznanie z zasadami zachowania na terenie szkoły, wynikającymi z zaleceń sanitarno – epidemiologicznych związanych z pandemią COVID – 19 na godzinach wychowawczych, zorganizowanie możliwości zaszczepienia się przez uczniów.

**Odbiorcy:** uczniowie i nauczyciele, rodzice.

**Odpowiedzialni:** dyrekcja szkoły, nauczyciele, wychowawcy, pracownicy świetlicy.

## **SFERA PSYCHICZNA**

**Cel główny :**

**wieloaspektowe, zindywidualizowane wspomaganie rozwoju każdego ucznia, stosownie do jego potrzeb i możliwości.**

**Cele szczegółowe :**

### **1. Pomoc psychologiczno pedagogiczna:**

**Zadania :**

- udzielanie wsparcia i pomocy uczniom i rodzicom, zwłaszcza w okresach nauczania zdalnego;
- udzielanie pomocy w odniesieniu do problemów pojawiających się w związku z pandemią Covid 19;
- wspieranie rodziców w ich roli wychowawczej
- diagnozowanie potrzeb edukacyjnych, wychowawczych i społecznych uczniów;

- wyrównywanie/kompensowanie deficytów rozwojowych i szans edukacyjnych ze zwróceniem szczególnej uwagi na uczniów niepełnosprawnych;
- wspieranie i promowanie talentów;
- rozwijanie kreatywności;
- odkrywanie własnego potencjału pod kątem wyboru przyszłego zawodu;
- współpraca z rodzicami w zakresie udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej;
- doskonalenie umiejętności pracowników pedagogicznych w zakresie pracy z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi;

**Formy i sposoby realizacji:** opracowanie IPET, zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze, korekcyjno-kompensacyjne, rewalidacyjne, rozwijające umiejętności społeczne/kreatywność, kółka zainteresowań, konkursy, zajęcia z doradztwa zawodowego, **Warsztaty dla Rodziców.**

**Odbiorcy:** uczniowie, nauczyciele, rodzice.

**Odpowiedzialni :** dyrekcja szkoły, wychowawcy klas, pedagog, psycholog.

**Termin realizacji:** cały rok szkolny.

## 2. Zapobieganie zachowaniom ryzykownym dla zdrowia.

**Zadania :**

- edukowanie na temat zagrożeń typu: palenie papierosów, picie alkoholu, zażywanie substancji psychoaktywnych (w tym dopalaczy) zespół FAS;
- promowanie postawy asertywnej jako metody zapobiegania nałogom;
- rozpoznawanie uczniów z grup ryzyka i stwarzanie im warunków do wycofania się z ryzykownych zachowań;
- opracowanie i wdrożenie metody pracy z uczniem powracającym do szkoły po leczeniu odwykowym;
- udostępnianie uczniom i rodzicom informacji o pomocy poza szkołą;
- pogłębianie wiedzy o zagrożeniach związanych z nałogami młodzieży i sposobach pracy z tymi uczniami;

**Formy i sposoby realizacji :** zajęcia tematyczne z wychowawcą, realizacja programów profilaktycznych min. EPSYLON, Program Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu, filmy edukacyjne, pogadanki z policjantem.

**Odbiorcy:** uczniowie, nauczyciele, rodzice.

**Odpowiedzialni:** nauczyciele, pedagog, psycholog.

### 3. Uczniowie potrafią zadbać o swoje bezpieczeństwo.

#### Zadania :

- przygotowanie uczniów do zdobycia prawa jazdy kategorii AM;
- **motywowanie do bezpiecznego i konstruktywnego posługiwania się komputerem i jego oprogramowaniem;**
- **uwrażliwienie na respektowanie prawa do prywatności danych i informacji oraz prawa do własności intelektualnej;**
- **uczenie sposobów ochrony bazy danych gromadzonych w prywatnym komputerze;**
- **zapoznanie z podstawowymi aplikacjami dostępnymi w telefonii komórkowej, pomocnymi w udzielaniu pierwszej pomocy;**
- **uświadamianie uczniów w zakresie przeciwdziałania cyberprzemocy;**
- ćwiczenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy: wzywanie pomocy, postępowanie z osobą nieprzytomną, resuscytacja krążeniowo-oddechowa, krwawienia, zranienia, drgawki, urazy kręgosłupa , zadławienia, oparzenia termiczne i chemiczne, odmrożenia;
- edukowanie uczniów na temat zachowania i sytuacji, które mogą zagrażać zdrowiu i życiu uczniów poza szkołą: niewybuch, niewypał, wypadek drogowy, jazda na łyżwach i kąpiel w akwenach wodnych, skażenia promieniotwórcze, katastrofy budowlane, gwałtowne zjawiska atmosferyczne;

**Formy i sposoby realizacji:** programy profilaktyczne, zajęcia tematyczne, symulacje, filmy edukacyjne, warsztaty dla rodziców dotyczące cyberprzemocy i sposobów radzenia sobie z nią, kurs pierwszej pomocy przedmedycznej.

**Odbiorcy :** uczniowie i rodzice.

**Odpowiedzialni:** wychowawcy, n-le informatyki, wychowania fizycznego, zajęć technicznych, EDB, higienistka szkolna.

**Termin realizacji:** cały rok

### 4. Budowanie równowagi i harmonii psychicznej.

#### Zadania :

- kształtowanie umiejętności konstruktywnego wykorzystania własnych emocji do nawiązywania i utrzymywania prawidłowych relacji z rówieśnikami i dorosłymi;
- pogłębianie umiejętności radzenia sobie ze stresem;
- objęcie pomocą uczniów wykazujących trudności emocjonalne;
- przeciwdziałanie fobii szkolnej i depresji poprzez wskazywanie czynników chroniących w otaczającym środowisku: pozytywne grupy rówieśnicze, kółka zainteresowań, wolontariat, harcerstwo, specjaliści, rodzina;
- edukowanie nauczycieli w zakresie rozpoznawania przejawów i pracy z uczniami wykazującymi zaburzenia natury psychicznej;

- zapobieganie izolacji społecznej zwłaszcza w warunkach pracy zdalnej związanej z pandemią COVID – 19

**Formy i sposoby realizacji:** zajęcia z psychologiem i pedagogiem, trening relaksacyjny, obserwacja, wywiad z rodzicami.

**Odbiorcy:** uczniowie, rodzice i nauczyciele.

**Odpowiedzialni:** psycholog, pedagog, wychowawcy, nauczyciele religii, WDŻ.

**Termin realizacji:** cały rok.

## 5. Popularyzacja czytelnictwa:

**Zadania :**

- doposażenie bibliotekę szkolną w książki/ bestsellery;
- podsuwanie uczniom ciekawych książek;
- stwarzanie okazji do dzielenia się informacjami na temat przeczytanych książek;
- dawanie dobrego przykładu czytelnictwa w domu i szkole;

**Formy i sposoby realizacji:** lekcje biblioteczne, spotkania z [autorami](#), konkursy, pogadanki

**Odbiorcy:** uczniowie.

**Odpowiedzialni:** pracownicy biblioteki szkolnej, wychowawcy, nauczyciele języka polskiego, rodzice.

Termin realizacji: cały rok.

## **SFERA SPOŁECZNA**

**Cel główny :**

**kształtowanie u uczniów postaw społecznych, przygotowujących do podejmowania odpowiedzialnych decyzji, zgodnych z normami społecznymi, prawnymi i moralnymi.**

**Cele szczegółowe:**

### 1. Wyposażenie uczniów w podstawowe kompetencje społeczne

## Zadania:

- **rozwijanie umiejętności w edukacji formalnej i pozaformalnej;**
- pogłębianie umiejętności wypowiadania się na forum poprzez realizowanie i prezentowanie własnych projektów;
- kształcenia umiejętności dokonywania konstruktywnej oceny ;
- kształcenie umiejętności dyskusowania, przyjmowania krytyki i obrony własnego zdania;
- **grupowe rozwiązywanie problemu z użyciem środków komputerowych takich jak poczta elektroniczna, grupa dyskusyjna, forum, wirtualne środowisko kształcenia;**
- **zapoznanie z praktycznym wykorzystaniem technologii informacyjnej w codziennym życiu i pracy zawodowej;**
- **zwracanie uwagi na respektowanie zasady równości w dostępie do technologii i do informacji min. w dostępie do komputerów w społeczności szkolnej;**
- **inicjowanie wirtualnych kontaktów z/ między uczniami w okresach zdalnego nauczania;**
- kształcenie umiejętności radzenia sobie z różnymi formami przemocy;

**Formy i sposoby realizacji:** zajęcia dla uczniów z pedagogiem i psychologiem, warsztaty dla rodziców pogłębiające kompetencje wychowawcze, realizacja treści programowych, aktywny udział w uroczystościach szkolnych, pogadanki z policjantem, realizacja programów profilaktycznych, realizacja projektów, warsztaty dla uczniów.

**Odbiorcy:** uczniowie, rodzice.

**Odpowiedzialni:** wychowawca, nauczyciele, pedagog, psycholog, rodzice.

**Termin :** cały rok.

## 2. Budowanie poczucia odpowiedzialności za własne czyny i wybory.

### Zadania:

- uświadomienie logicznego ciągu przyczynowo-skutkowego pomiędzy wyborem a konsekwencjami w obszarach: predyspozycje-zawód, zachowanie-nagroda/ kara, zachowania społeczne – przyjaźnie;
- systematyczne stosowanie przez dorosłych informacji zwrotnych;
- zapoznanie rodziców i uczniów z przepisami o odpowiedzialności prawnej nieletnich;
- zapoznanie nauczycieli z przepisami prawnymi dotyczącymi postępowania w sprawach nieletnich;



**Formy i sposoby realizacji:** realizacja podstawy programowej, pogadanki, zajęcia z policjantem, filmy edukacyjne.

**Odbiorcy :** uczniowie, rodzice, nauczyciele.

**Odpowiedzialni:** wychowawcy, rodzice, pedagog, psychologiczno-pedagogicznej.

**Termin realizacji:** cały rok.

### **3. Promowanie i kształtowanie zachowań zgodnych z akceptowanymi normami.**

**Zadania:**

- analizowanie pojęcia wolności w kontekście obowiązujących norm moralnych, społecznych i prawnych;
- poszukiwanie autorytetów w otaczającym świecie;
- budowanie własnego systemu wartości;
- promowanie postawy tolerancji wobec osób różniących się pod względem wyglądu, statusu materialnego, miejsca urodzenia, wyznania, niepełnosprawności;
- kształtowanie charakteru poprzez stawianie wyzwań;
- praktykowanie w zakresie pełnienia różnych ról społecznych;
- propagowanie idei skautingu;

**Formy i sposoby realizacji:** realizacja treści programowych, zajęcia z pedagogiem i psychologiem, działalność II Szczepu Drużyn ZHP im. L. Stankowskiej, projekty.

**Odbiorcy :** uczniowie.

**Odpowiedzialni:** wychowawcy, rodzice, pedagog, psycholog, instruktorzy ZHP.

**Termin realizacji:** cały rok.

## **SFERA AKSJOLOGICZNA/DUCHOWA**

**Cel główny:**

**kształtowanie dojrzałych postaw społecznych i obywatelskich, otwartych na świat.**

**Cele szczegółowe:**

- 1. Budowanie i wzmacnianie poczucia tożsamości narodowej.**

### **Zadania:**

- włączanie uczniów do udziału w ważnych uroczystościach patriotycznych odbywających się w środowisku lokalnym;
- kultywowanie święta patrona szkoły;
- identyfikowanie się z symbolami narodowymi;
- dbanie o poprawność języka polskiego w mowie potocznej;
- opracowanie projektu uczniowskiego, dotyczącego rozwiązania jednego z problemów społeczności szkolnej lub lokalnej i jego realizacja w możliwym zakresie;
- pogłębianie wiedzy historycznej;

**Formy i sposoby realizacji:** organizowanie i udział w uroczystościach szkolnych, realizacja treści podstawy programowej, lekcje muzealne, wystawy, wizyty w miejscach pamięci, wizyty w centrach dydaktycznych i naukowych, wrzesiński quest” Dzieci wrzesińskie historię tworzyły”.

**Odbiorcy:** uczniowie.

**Odpowiedzialni:** wychowawcy, nauczyciele historii, j. polskiego, SU.

**Termin realizacji:** według kalendarza uroczystości patriotycznych, cały rok.

## **2. Kształtowanie postawy szacunku dla środowiska przyrodniczego**

### **Zadania:**

- **kształtowanie postawy odpowiedzialności za środowisko naturalne;**
- grupowe opracowanie projektu uczniowskiego na rzecz ochrony środowiska lokalnego i jego realizacja w miarę możliwości;
- popularyzowanie turystyki w kontekście kształtowania szacunku do przyrody;
- kontynuowanie podstawowych działań na rzecz środowiska przyrodniczego;

**Formy i sposoby realizacji:** projekt „ Naukowy ogród”, realizacja podstawy programowej, wycieczki krajoznawcze, rajdy, udział w akcji” Dzień Ziemi”, filmy edukacyjne, questy przyrodnicze.

**Odbiorcy:** uczniowie.

**Odpowiedzialni:** wychowawcy klas, n-le biologii.

**Termin realizacji:** cały rok.

### 3. Propagowanie idei wolontariatu na rzecz szkoły i środowiska

#### Zadania:

- nawiązanie współpracy z Wrzesińskim Centrum Wolontariatu;
- zorganizowanie szkolenia dla kandydatów na wolontariuszy;
- stworzenie możliwości pracy wolontariackiej na terenie szkoły i poza nią;
- włączenie się w ogólnopolskie akcje charytatywne;
- promowanie działań wolontariuszy na terenie szkoły i środowiska lokalnego;

**Formy i sposoby realizacji:** szkolenie organizowane przez Wrzesińskie Centrum Wolontariatu, okazjonalne organizowanie pomocy, akcje charytatywne, systematyczna praca wolontariusza w wybranym przez siebie miejscu.

**Odbiorcy:** uczniowie

**Odpowiedzialni:** wychowawca, pedagog, opiekun SU.

**Termin realizacji:** cały rok

### 4. Kształtowanie postawy otwartej na świat:

#### Zadania :

- grupowe i samodzielne korzystanie z dóbr kultury takich jak: kino, teatr, filharmonia, koncerty; muzea, wystawy, itp.;
- rozwijanie umiejętności komunikowania się i rozumienia świata w innym języku;
- stwarzanie uczniom możliwości kontaktu z wybranymi kulturami;
- budowanie u uczniów poczucia bycia Europejczykiem;
- uświadomienie korzyści wynikających z bycia członkiem Unii Europejskiej;
- **kształcenie praktycznych umiejętności pozwalających podróżować po świecie przy wykorzystaniu technologii komputerowej;**

**Formy i sposoby realizacji:** organizowanie wyjazdów do teatru, filharmonii, prowadzenie niektórych przedmiotów w języku obcym, rezerwacja biletów lotniczych, noclegów..., realizacja treści podstawy programowej, spotkania z podróżnikami lub obcokrajowcami.

**Odbiorcy:** uczniowie.

**Odpowiedzialni:** nauczyciele WOS-u, geografii, informatyki .

**Termin realizacji:** cały rok