

Program profilaktyki Gimnazjum nr 1 w Łędzinach

"BEZPIECZNIE, WYTRWALE,
ŚWIADOMIE - CZYLI MÓJ SPOSÓB
NA ŻYCIE"

ABSOLWENT

- * Dbą o bezpieczeństwo własne i innych.**
- * Wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia - umie udzielić pomocy.**
- * Nie stosuje przemocy w żadnej formie.**
- * Przestrzega ogólnie przyjętych norm społecznych.**
- * Konsekwentnie realizuje wyznaczone sobie cele.**
- * Umie pracować w zespole.**
- * Jest obowiązkowy i samokrytyczny.**
- * Nie ma nałogów.**
- * Prowadzi zdrowy i aktywny tryb życia.**
- * Nie ulega negatywnym wpływom rówieśników.**
- * Jest tolerancyjny, otwarty na pomoc innym w potrzebie.**
- * Jest świadomy zagrożeń płynących z postępu cywilizacyjnego .**

Cechy absolwenta	Przykładowe tematy zajęć
DBA O BEZPIECZEŃSTWO WŁASNE I INNYCH	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bezpiecznie spędzam czas na przerwie. 2. Lepsza rozwaga niż odwaga. 3. Szkodę łatwo wyrządzić, trudniej naprawić. 4. Bezpieczeństwo na co dzień.
WIE, JAK SIĘ ZACHOWAĆ W SYTUACJI ZAGROŻENIA – UMIE UDZIELIĆ POMOCY	<ol style="list-style-type: none"> 1. ABC udzielania pierwszej pomocy 2. Zanim będzie za późno – zasady BHP w naszym życiu. 3. Kevin sam w domu – czyli jak uniknąć zagrożenia, gdy jesteś sam.
NIE STOSUJE PRZEMOCY W ŻADNEJ FORMIE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jak wyrażać własne poglądy, nie obrażając innych? 2. Inny nie znaczy gorszy – czyli rzecz o tolerancji. 3. Pozytywne i negatywne emocje – ich wyrażanie i wpływ na ludzi. 4. Rozwiązywanie konfliktów to trudna sztuka.
PRZESTRZEGA OGÓLNIE PRZYJĘTYCH NORM SPOŁECZNYCH	<ol style="list-style-type: none"> 1. Z kulturą za pan brat. 2. Wypada, nie wypada – oto jest pytanie. 3. Szanuj bliźniego swego, jak siebie samego.

	4. Ty też kiedyś będziesz babcią, dziadkiem.
KONSEKWENTNIE REALIZUJE WYZNACZONE SOBIE CELE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jak wyobrażam sobie moją przyszłość? 2. Marzenia i zainteresowania – jak je realizować? 3. Jeśli nie Oxford – to co? 4. Bez pracy nie ma kołaczy. 5. Czy każdy pomysł musi się udać?
UMIE PRACOWAĆ W ZESPOLE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budowanie udanych relacji z rówieśnikami i dorosłymi. 2. Jak słuchać i być słuchanym? 3. Moje miejsce w grupie. 4. Lider czy szara myszka – kim jestem w klasie?
JEST OBOWIĄZKOWY I SAMOKRYCZNY	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wiem, że potrafię – pokonywanie własnych słabości. 2. Jak widzę sam siebie, jak mnie widzą inni? 3. Obowiązek ... to nie takie trudne. 4. Systematyczność – to się oplaca.
NIE MA NAŁOGÓW	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zanim spróbujesz – wpływ używek na organizm człowieka. 2. Dbam o siebie – nie palę. 3. Mój świadomy wybór – życie bez nałogów. 4. Nie daj się wciągnąć!

PROWADZI ZDROWY I AKTYWNY TRYB ŻYCIA	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lepiej zapobiegać niż leczyć. 2. W zdrowym ciele zdrowy duch. 3. Jak zdrowo i aktywnie spędzać wolny czas? 4. Kocham życie – żyję zdrowo.
NIE ULEGA NEGATYWNYM WPŁYWOM RÓWIEŚNIKÓW	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jak mówić „nie” i nie obrażać? 2. Myślę, więc nie ulegam. 3. Dobrym sprzyjaj, a złych mijaj. 4. Żyję świadomie – nie szkodzę sobie.
JEST TOLERANCYJNY, OTWARTY NA POMOC INNYM W POTRZEBIE	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tolerancja – trudny wybór. 2. Inni czy tacy sami? 3. Inny wymiar świata. 4. Inny – nie znaczy winny.
JEST ŚWIADOMY ZAGROŻEŃ PŁYNĄCYCH Z POSTĘPU CYWILIZACYJNEGO	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zasady internetowej kultury 2. Czy istnieje anonimowość w sieci?? 3. Moje prawa – twoje prawa, czyli o poszanowaniu prywatności. 4. Moje życie bez komórki – czy to możliwe?? 5. Nie daj się zwerbować sektom.

Przykładowe formy i osoby odpowiedzialne:

- godziny wychowawcze
- dyżury nauczycieli i uczniów na przerwach

- realizacja tematów w ramach lekcji
- spotkanie z psychologami i innymi zaproszonymi specjalistami
- realizacja tematów w ramach zajęć w świetlicy i w bibliotece.
- apele tematyczne
- artykuły w gazetce szkolnej
- akcje samorządu szkolnego.
- realizacja programów profilaktycznych
- udział uczniów w spektaklach profilaktycznych