

PLAN PROFILAKTYKI

**w Zespole Szkół Nr 1
im. Jakuba Stefana Cezaka w Zgierzu**

w roku szkolnym 2016/2017

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Terminy
PROMOCJA ZDROWEGO STYLU ŻYCIA	Zwiększenie skuteczności edukacji zdrowotnej oraz działań w zakresie promocji zdrowia.	1. Włączanie do planów wychowawcy klasowego problemów programu zdrowego stylu życia	Wychowawcy klas	Wrzesień 2016
		2. Realizacja Szkolnego Programu Promocji Zdrowia „W zdrowym ciele zdrowy duch” – w ramach ogólnopolskiego programu „Szkoła Promująca Zdrowie” (Program Promocji Zdrowia w załączeniu)	S. Kozicki	Cały rok
		3. Cykliczne spotkania na temat chorób zakaźnych, m.in. WZW, AIDS	S. Kozicki	Cały rok
		4. „Żyj bezpiecznie” – profilaktyka HIV	Pedagog szkolny, Pracownicy Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej dla Młodzieży	Cały rok
		5. Profilaktyka chorób przenoszonych drogą płciową , profilaktyka walki z żółtaczką	S. Kozicki	Cały rok
		6. Organizacja konkursu prozdrowotnego i ekologicznego	S. Kozicki	I semestr

		7. Europejski Kodeks Walki z Rakiem – prezentacja multimedialna	Dorota Karolak	
		8. Omawianie problemu promocji zdrowia na godzinach wychowawczych	Wychowawcy klas	Wg rozkładu godzin z wychowawcą
		9. Udział młodzieży w akcji „Sprzątanie świata”	V. Nawrot	Wrzesień 2016
		10. „Stań po Zielonej Stronie Mocy” – konkurs wojewódzki pod patronatem Slam Poland (zbiórka zużyte telefonów komórkowych, płyt CD, DVD)	V. Nawrot	Cały rok
		11. Zbiórka zużytych baterii w ramach akcji REBY	V. Nawrot	Cały rok
		12. Szkolny Konkurs Wiedzy „Co wiemy o HIV/AIDS”	D. Karolak W. Gabara	Grudzień 2016
		13. Prelekcje dla pełnoletnich uczniów- potencjalnych krwiodawców	PCK D. Karolak W. Gabara	Wrzesień 2016
		14. Organizowanie akcji krwiodawstwa „Młoda krew ratuje życie”	D. Karolak W. Gabara	3 razy w roku (X, I, IV)

	<p>15. Realizowanie programów:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Akcja „Być kobietą” – profilaktyka raka piersi b. „Wiedza ratuje życie” – profilaktyka HIV/AIDS c. „Oddaj z kości garść miłości” – zostań dawcą szpiku kostnego d. „Powiedz nie trądzikowi” e. „Kim będę” – klasa III LO <p>16. Opieka nad uczniami z problemami zdrowotnymi</p> <p>17. Udostępnienie sali gimnastycznej nauczycielom i ich rodzinom na zajęcia rekreacyjno-sportowe</p> <p>18. Propagowanie turystyki i krajoznawstwa jako formy spędzania wolnego czasu – wycieczki szkolne, rajdy</p> <p>19. Rajdy integracyjne dla uczniów klas I i zajęcia psychoedukacyjne</p> <p>20. Współpraca z instytucjami zajmującymi się promocją zdrowia na terenie miasta i powiatu</p>	<p>D. Karolak W. Gabara PCK</p> <p>Pedagog</p> <p>Pielęgniarka Dyrekcja szkoły</p> <p>Nauczyciele wychowania fizycznego</p> <p>Wychowawcy klas</p> <p>Pedagodzy</p> <p>Pedagog, S. Kozicki</p>	<p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>II semestr</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Wrzesień 2016</p> <p>Cały rok</p>
--	--	--	--

Zwiększenie aktywności fizycznej młodzieży	1. Zorganizowanie zajęć sportowych dla młodzieży w okresie ferii zimowych	Nauczyciele wychowania fizycznego	Ferie zimowe
	2. Zwiększenie aktywności fizycznej w ramach akcji pieszo lub rowerem do szkoły i organizacja rajdów i wycieczek	S. Kozicki	Cały rok
	3. Prowadzenie zajęć pozalekcyjnych w ramach SKS	Nauczyciele wychowania fizycznego	Cały rok
	4. Uzupelnienie wyposażenia w sprzęt sportowy	Dyrekcja szkoły	Wg potrzeb
	5. Rozpowszechnianie wiedzy o kulturze fizycznej na gazetce szkolnej (tabela rekordów)	Nauczyciele wychowania fizycznego	Na bieżąco
	6. Współpraca z instytucjami zajmującymi się kulturą fizyczną na terenie miasta i powiatu	Dyrekcja szkoły Nauczyciele wychowania fizycznego	Na bieżąco
	7. Udział w Mistrzostwach Powiatu i innych zawodach międzyszkolnych	Nauczyciele wychowania fizycznego	Cały rok

		8. Organizowanie współzawodnictwa międzyklasowego	Wychowawcy klas	Cały rok
--	--	---	-----------------	----------

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
ZDROWIE PSYCHICZNE	Promocja zdrowia psychicznego	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pogadanki na godzinach z wychowawcą na temat zapobiegania stresom 2. Nabywanie umiejętności walki ze stresem i ze strachem 3. Zajęcia w ramach programu „Stres pod kontrolą” przeprowadzane w klasach kończących szkołę egzaminem zewnętrznym 4. Prowadzenie zajęć podnoszących kondycję psychiczną 5. Wyrabianie umiejętności dobrego komunikowania się 6. Szkolenie wewnętrzne dla nauczycieli w kierunku doskonalenia swojej pracy na rzecz zdrowia psychicznego uczniów 7. Program profilaktyczny – Szkoła Bez Przemocy 	<p>Wychowawcy</p> <p>Wychowawcy Pedagog</p> <p>Pedagog</p> <p>Wychowawcy</p> <p>Nauczyciele i wychowawcy klas</p> <p>Dyrekcja szkoły</p> <p>Wychowawcy klas Pedagog S. Kozicki</p>	<p>wg planu godzin z wychowawcą</p> <p>wg planu godzin z wychowawcą</p> <p>II semestr</p> <p>Wg potrzeb</p> <p>Na bieżąco</p> <p>Wg potrzeb</p> <p>Cały rok</p>

		8. Zapoznanie z konsekwencjami stresu i sposoby walki ze stresem	S. Kozicki	Cały rok
		9. Omówienie problemu okresu dojrzewania dziewcząt i chłopców; projekcje filmów, pogadanki na godzinach z wychowawcą	Nauczyciele realizujący program wychowania do życia w rodzinie	Wg programu nauczania przedmiotu

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
ŻYCIE W RODZINIE	Ograniczenie przemocy w rodzinie i w szkole	<ol style="list-style-type: none"> 1. Projekcja filmów i pogadanki na temat maltretowania i molestowania seksualnego 2. Wywiady środowiskowe 3. Rozmowy indywidualne z młodzieżą 4. Wyjaśnienie istoty i uświadomienie mechanizmów zjawiska przemocy, agresji elektronicznej (cyberprzemocy) oraz konsekwencji zachowań agresywnych 5. Zablokowanie dostępu przez strony internetowe do portali społecznościowych, stron pornograficznych itp. 	<p>Wychowawcy oraz nauczyciele realizujący program wychowania do życia w rodzinie</p> <p>Pedagog</p> <p>Wychowawcy klas Pedagog Dyrekcja szkoły</p> <p>Wychowawcy klas Pedagog</p> <p>Dyrektor szkoły</p>	<p>Wg planu godzin z wychowawcą</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Cały rok</p>

		6. Wskazanie alternatywnych form spędzania wolnego czasu <ul style="list-style-type: none"> • udział w zajęciach kół zainteresowań organizowanych w szkole, • korzystanie z oferty kulturalno-sportowej instytucji działających na terenie miasta, powiatu 	Nauczyciele	Praca ciągła
	Zapobieganie wchodzeniu młodzieży w sekty	1. Omówienie problemów niebezpieczeństwa związanego z przynależnością do sekt 2. Spotkania z rodzicami o tematyce związanej z życiem rodziny i wzajemnymi relacjami między rodzicami a dorastającą młodzieżą	Wychowawcy klas Pedagog Nauczyciele religii Wychowawcy klas Pedagog	Wg planu godzin z wychowawcą Cały rok

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
ŻYCIE BEZ NAŁOGÓW	Eliminowanie lub minimalizowanie rozpowszechniania palenia tytoniu	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia „Palenie czy zdrowy styl życia – Twój wybór” 2. Pogadanki na godzinach wychowawczych na temat szkodliwości palenia tytoniu 3. Przestrzeganie zakazu palenia tytoniu na terenie szkoły 4. Rozpowszechnianie walki z nałogami zwłaszcza palenia papierosów w ramach Światowego Dnia Rzucania Palenia, walka z nałogiem alkoholizmu, narkomanią i dopalaczami 5. Ukazywanie alternatywnych form spędzania czasu wolnego 	<p>Pedagog</p> <p>Wychowawcy</p> <p>Dyrekcja, nauczyciele, wychowawcy</p> <p>S. Kozicki</p> <p>Nauczyciele</p>	<p>I semestr</p> <p>Wg planu godzin z wychowawcą</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Koła zainteresowań zawody sportowe, biwaki, wycieczki</p>

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
	Eliminowanie spożycia środków psychoaktywnych	<ol style="list-style-type: none"> 1. Omawianie szkodliwości wpływu środków psychoaktywnych na zdrowie człowieka – projekcje filmów, dyskusje, pogadanki, rozdawnictwo broszur, gazetki na korytarzu szkolnym 2. Spotkania edukacyjne i zajęcia warsztatowe dla młodzieży i rodziców: Uwaga, dopalacze i paronarkotyki – „Nie dopalaj się bo się SPALISZ”, przeciwdziałanie narkomanii. 3. Program „Bezpieczny program zgierski” – współpraca z Powiatem Zgierskim 4. Przeciwdziałanie aktualnym zagrożeniom wśród młodzieży 5. Zastosowanie wybranego wg potrzeb programu profilaktycznego w grupach o najwyższym ryzyku zagrożenia uzależnieniem 	<p>Wychowawcy, nauczyciele, pedagog, osoby zaproszone</p> <p>Pedagog M. Szczodrowski z Mazowieckiego Centrum Profilaktyki Uzależnień</p> <p>Pedagog, S. Kozicki D. Karolak G. Karolak</p> <p>Wychowawcy klas Pedagog</p> <p>Wychowawcy klas, Pedagog</p>	<p>Praca ciągła</p> <p>I semestr</p> <p>Cały rok</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Wg potrzeb</p>

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
		6. Realizowanie „Programu profilaktycznego dla młodzieży” stworzonego przez szkolnych pedagogów 7. Spotkania edukacyjne i zajęcia warsztatowe dla młodzieży i rodziców „Żyję zgodnie z prawem” oraz „Chrońmy nasze dzieci” organizowane przez KPP w Zgierzu	Pedagog, N. Pasiecznik Pedagog	Cały rok Wg potrzeb
	Wpływanie na zmianę postaw osób eksperymentujących ze środkami psychoaktywnymi	1. Proponowanie konkretnych zachowań alternatywnych 2. Współpraca z rodzicami w celu zwiększenia odpowiedzialności za funkcjonowanie dziecka	Wychowawcy, osoby zaproszone z PPP Wychowawcy, osoby zaproszone z zewnątrz	Wg potrzeb Wg potrzeb

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
ZDROWY STYL ODŻYWIANIA SIĘ	Kształtowanie nawyków racjonalnego żywienia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zbadanie rozwoju fizycznego uczniów klas pierwszych (pomiar wysokości i masy ciała, wady postawy) 2. Identyfikacja problemów zdrowotnych i otoczenie opieką uczniów z tymi problemami (nadwaga, otyłość, niedobór masy ciała i wzrostu) 3. Omówienie problemu odchudzania się 4. Prawidłowe odżywianie a choroby człowieka 5. Promowanie zasad zdrowego żywienia w ramach akcji Podziel się owocem, Dnia Promocji Zdrowia 6. Październik miesiącem walki z głodem – zbiórka pieniędzy na zakup obiadów najbardziej potrzebującym uczniom naszej szkoły 7. Ogólnopolska Olimpiada Promocji Zdrowego Stylu Życia PCK 	<p>Pielęgniarka</p> <p>Pielęgniarka Wychowawcy klas</p> <p>Wychowawcy klas</p> <p>S. Kozicki</p> <p>S. Kozicki,</p> <p>D. Karolak, W. Gabara</p> <p>D. Karolak, W. Gabara</p>	<p>Wrzesień 2016</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Wg potrzeb</p> <p>Cały rok</p> <p>Cały rok</p> <p>Październik, listopad 2016</p> <p>Cały rok</p>

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
BEZPIECZEŃ - STWO	Zapobieganie urazom powstającym na zajęciach w szkole i poza nią	1. Uświadomienie młodzieży konieczności przeprowadzania rozgrzewki na zajęciach wychowania fizycznego	Nauczyciele wychowania fizycznego	Praca ciągła
		2. Zapewnienie bezpieczeństwa młodzieży na lekcjach wychowania fizycznego	Nauczyciele wychowania fizycznego	Praca ciągła
		3. Zasady bezpieczeństwa na zajęciach lekcyjnych i poza lekcyjnych	Kierownik Administracyjno – Gospodarczy	Wrzesień 2016
		4. Zapoznanie młodzieży z regulaminami klasopracowni	Nauczyciele	Wrzesień 2016
	Zapoznanie młodzieży z zasadami udzielania pomocy przedlekarskiej	1. Nauka udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej	Nauczyciele EDB	I semestr
		2. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa - ćwiczenia na fantomie	Nauczyciele EDB	I semestr
		3. Uświadomienie młodzieży potrzeby i nauczanie zasad udzielania pierwszej pomocy po wypadku komunikacyjnym – pogadanki	Nauczyciele EDB	I semestr

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
	Zwiększenie bezpieczeństwa podczas zajęć w klasopracowniach wyposażonych w komputery	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zorganizowanie prawidłowych stanowisk do pracy z komputerem 2. Omówienie zasad bhp w klasopracowniach wyposażonych w sprzęt komputerowy 	<p>Nauczyciele informatyki</p> <p>Nauczyciele informatyki</p>	<p>Wrzesień 2016</p> <p>Wrzesień 2016</p>
	Bezpieczne wakacje	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bezpieczne spędzanie czasu nad wodą 2. Zasady bezpieczeństwa w trakcie turystyki pieszej, górskiej i rowerowej 3. Bezpieczne poruszanie się w ruchu drogowym 	<p>Nauczyciele wychowania fizycznego S. Kozicki</p> <p>Nauczyciele wychowania fizycznego S. Kozicki</p> <p>Nauczyciele wychowania fizycznego S. Kozicki</p>	<p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Praca ciągła</p>

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
HIGIENA OSOBISTA I HIGIENA OTOCZENIA	Rozpropagowanie wśród młodzieży hasła „Z higieną na ty”	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pogadanki na godzinach z wychowawcą na temat higieny osobistej 2. Omawianie na spotkaniach z rodzicami problemów dotyczących prawidłowej postawy ciała, oświetlenia, zachowania proporcji między snem, pracą i wypoczynkiem 3. Zwracanie uwagi na zmianę stroju na zajęciach wychowania fizycznego 4. „Wiedza ratuje życie” – prelekcje na temat profilaktyki HIV i AIDS (konkurs na najlepszy plakat) 	<p>Pielęgniarka</p> <p>Wychowawcy klas</p> <p>Wychowawcy klas Nauczyciele wychowania fizycznego</p> <p>D. Karolak, W. Gabara</p>	<p>Zgodnie z tematyką godzin z wychowawcą</p> <p>Wg planu spotkań z rodzicami</p> <p>Praca ciągła</p> <p>Grudzień 2016</p>

Bloki tematyczne programu	Zadania	Realizacja	Odpowiedzialni	Termin
SZKOŁA PRZYJAZNA UCZNIOWI SZKOŁA POMOCNA UCZNIOWI	Organizowanie pomocy uczniom	1. Zajęcia dodatkowe dla uczniów z problemami w nauce	Nauczyciele, Nauczyciele wspierający	Praca ciągła
		2. Organizowanie zajęć dla uczniów zdolnych, którzy chcą pogłębiać swoją wiedzę	Nauczyciele	Praca ciągła
		3. Pomoc uczniom mającym trudną sytuację materialną – Akcja „Gwiazdka dla ciebie”	D. Karolak W. Gabara PCK	Grudzień 2016
		4. Ogólnopolska Akcja „Szlachetna Paczka”	A. Pawlak – Przybyłowicz A. Kowalska N. Pasiecznik	Grudzień 2016
		5. Wsparcie materialne dzieci z Domu Dziecka w Grotnikach i Dąbrówce Wielkiej	A. Pawlak – Przybyłowicz A. Kowalska N. Pasiecznik	Grudzień 2016 Kwiecień 2017