

# Aneks na rok szkolny 2015/16

## do Programu Wychowawczego Gimnazjum im. majora pilota Antoniego Tomiczka w Lyskach

---

### I. Cel ogólny:

*Profilaktyka uzależnień od środków zmieniających świadomość (dopalacze, narkotyki, alkohol)*

### II. Zadania

1. Lansowanie pożądanych zachowań i zdrowych sposobów radzenia sobie z trudnymi sytuacjami
2. Kształtowanie świadomego poczucia odpowiedzialności za siebie i swoje decyzje
3. Budowanie poczucia własnej wartości jako ważny element w przeciwdziałaniu uzależnieniom
4. Wyposażanie w mechanizmy obronne takie jak asertywność, czyli sztukę odmawiania oraz uczenie dokonywania właściwych wyborów
5. Podnoszenie świadomości związanej z mechanizmami działania środków uzależniających i ich destrukcyjnego wpływu na młody organizm
6. Uwrażliwianie na konsekwencje zdrowotne, psychiczne i edukacyjne związane z używaniem środków psychoaktywnych
7. Przeciwdziałanie zażywania dopalaczy, narkotyków i alkoholu poprzez promowanie alternatywnego zachowania i prozdrowotnego stylu życia
8. Współpracowanie z takimi instytucjami jak: Policja, Sąd rodzinny, poradnie uzależnień, Sanepid, Instytut Medycyny Pracy i Zdrowia w Sosnowcu

### **III. Treści zadań**

1. Edukacja, sport, aktywność ruchowa, zajęcia pozalekcyjne, akceptacja grupy rówieśniczej, wspólne, kreatywne spędzanie wolnego czasu, właściwe odżywianie, dbanie o wszechstronny rozwój osobisty jako zachowania alternatywne do sztucznego, chemicznego przeżywania uczuć i emocji oraz redukcji napięć psychicznych
2. Asertywność, czyli sztuka mówienia „nie” na wszelkie zachowania ryzykowne
3. Indywidualna wartość każdego człowieka, jego życie i zdrowie, poczucie godności, nadrzędnym celem profilaktyki uzależnień
4. Profilaktyka - co to jest ?
5. Uzależnienie – na czym polega, jak można popaść w nałóg, w jaki sposób substancje psychoaktywne zmieniają świadomość ?
6. Środki psychoaktywne i ich wpływ na zdrowie psychiczne oraz fizyczne łącznie z zagrożeniem utraty życia a także ich negatywne konsekwencje na nabywanie wiedzy, pamięć, myślenie i inne funkcje poznawcze

### **IV. Cele operacyjne**

1. Uczeń potrafi dokonać właściwych wyborów dotyczących spędzania wolnego czasu, sprzyjających rozwojowi i zdrowiu
2. Uczeń nauczył się mówić „nie” w sytuacjach zagrożenia i odmawiać namowom rówieśników na niepożądane zachowania
3. Uczeń zna swoją wartość, jest pewny do czego w życiu dąży, zna swoje mocne strony, potrafi je w twórczy sposób wykorzystać i rozwijać
4. Uczeń wie co to są środki uzależniające, zna mechanizmy ich działania, potrafi je rozpoznać
5. Uczeń zapoznał się teoretycznie z destrukcyjnym wpływem środków psychoaktywnych na organizm ludzki
6. Uczeń wie do kogo może się zwrócić w sytuacjach dla niego trudnych i niebezpiecznych. Zna służby i instytucje zajmujące się pomocą osobom uzależnionym a także młodzieży szukającej wsparcia i ochrony przed negatywnym wpływem grupy rówieśniczej stosującej przemoc psychiczną lub fizyczną

### **V. Sposoby ewaluacji**

1. Rozmowy
2. Ankiety
3. Obserwacje
4. Wywiady
5. Kwestionariusze