

XIV LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE IM. STANISŁAWA STASZICA

**SZKOLNY PROGRAM
WYCHOWAWCZO –PROFILAKTYCZNY
2025 / 2026**

*„Talent jest jak kawałek szlachetnego, ale surowego metalu: dopiero pilna praca go obrobi
i wartość wielką mu nada.”*

Stanisław Staszic

Wprowadzenie

Program Wychowawczo – Profilaktyczny, XIV Liceum Ogólnokształcącego im. Stanisława Staszica skierowany jest do uczniów szkoły.

Większość naszych uczniów cechuje się bardzo wysokimi zdolnościami intelektualnymi które jednak nie zawsze idą w parze z rozwojem emocjonalnym i umiejętnościami społecznymi. Dodatkowo są oni w trudnym okresie jakim jest dojrzewanie .

W związku z powyższym program zawiera propozycje działań, które w sposób systemowy angażują uczniów ich rodziców oraz całe środowisko szkolne (kadrę pedagogiczną, pracowników administracji i obsługę). Celem tego współdziałania jest wspieranie ucznia we wszechstronnym rozwoju. Chcielibyśmy aby młodzi ludzie kształtowali się tak by odnaleźli swoje miejsce w społeczności, umieli kierować się prawdą, dobrem swoim oraz innych.

Nasza szkoła stanowi zintegrowaną, świadomie współdziałającą społeczność, która istnieje, aby:

- inspirować i wspierać naszych uczniów w przyswajaniu wiedzy
- rozwijać zainteresowania
- kierować się wspólnie przyjętymi wartościami
- promować zdrowy tryb życia
- wspierać ucznia w rozwoju psychicznym i emocjonalnym (uczyć radzenia sobie ze stresem, poszerzać samoświadomość, rozwijać zdolności społeczne).

Podsumowując, wszystkie powyższe działania ukierunkowane są na osiągnięcie przez naszych uczniów pełni dojrzałości fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej.

Podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2025/2026

1. Kształtowanie myślenia analitycznego poprzez interdyscyplinarne podejście do nauczania przedmiotów przyrodniczych i ścisłych oraz poprzez rozwijanie umiejętności matematycznych w kształceniu ogólnym.
2. Szkoła miejscem edukacji obywatelskiej - kształtowanie postaw patriotycznych, społecznych i obywatelskich, odpowiedzialności za region i ojczyznę, dbałości o bezpieczeństwo własne i innych.
3. **Promocja zdrowego trybu życia w szkole - kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych. Wspieranie aktywności fizycznej uczniów.**
4. **Profilaktyka przemocy rówieśniczej. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, wsparcie w kryzysach psychicznych.**
5. **Promowanie higieny cyfrowej i bezpiecznego poruszania się w sieci. Rozwijanie umiejętności krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie. Poprawne metodycznie wykorzystywanie przez nauczycieli nowoczesnych technologii,**

w szczególności opartych na sztucznej inteligencji oraz korzystanie z zasobów Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej.

6. Promocja kształcenia zawodowego w szkołach podstawowych oraz w środowisku pracodawców. Wzmocnienie roli doradztwa zawodowego.
7. Rozwijanie zainteresowania kulturą i językiem polskim wśród Polonii. Nauczanie języka polskiego w środowiskach polonijnych.
8. Wspieranie aktywności poznawczej i poczucia sprawczości ucznia poprzez promowanie oceniania kształtującego i metod aktywizujących w dydaktyce.

Warszawskie priorytety edukacyjne na rok szkolny 2025/2026

1. Wzmacnianie bezpieczeństwa uczniów i wychowanków, szkół i placówek oświatowych w sytuacjach kryzysowych
2. Doskonalenie doradztwa zawodowego i rozwijanie szkolnictwa zawodowego dla nowoczesnego rynku pracy
3. Rozwijanie kompetencji kadry kierowniczej szkół i placówek, ze szczególnym uwzględnieniem kompetencji zarządczych i prawnych
4. Wspieranie rozwoju kluczowych kompetencji uczniów i wychowanków, szczególnie matematycznych i językowych
5. Troska o dobrostan psychiczny uczniów i nauczycieli
6. Wspieranie kadry pedagogicznej w zmianach programowych

Podstawy prawne Szkolnego Programu Wychowawczo-Profilaktycznego

Ustawy i rozporządzenia :

- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz.U. z 2016 r., poz.59);
- Ustawa z dnia 14 Grudnia 1016 r. – Prawo oświatowe (Dz.U. 2018r. poz.996 ze zm.)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia rozporządzenie Ministra Edukacji narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku 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 dnia 24 lutego 2017 r., poz.356);
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2015 roku 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 28.08.2015 r.,poz.1249).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 22 stycznia 2018 roku zmieniające rozporządzenie w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz. U. poz. 1249)

Dokumenty wewnętrzne:

- Statut szkoły

Inne przepisy:

- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej
- Powszechna Deklaracja Praw Człowieka
- Konwencja Praw Dziecka

Cele ogólne i zadania szkoły

Nasze oddziaływania koncentrują się na 4 sferach: emocjonalno-społecznej, fizycznej, intelektualnej oraz aksjologicznej.

Sfera emocjonalno-społeczna:

- wyrobienie wrażliwości społecznej (umiejętności współpracy, zdolności postępowania zgodnie z własnym sumieniem, asertywności, empatii, gotowości do niesienia pomocy innym, otwartości na innych, uważności na drugiego człowieka),
- kształtowanie poczucia sprawczości i odpowiedzialności za własny rozwój w aspekcie moralnym,
- kształtowanie postaw otwartości, tolerancji i poszanowania dla odmienności, różnic kulturowych oraz etnicznych,
- wyrobienie zdolności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, ze stresem oraz z emocjami
- doskonalenie umiejętności współpracy.

Sfera fizyczna:

- wychowanie w trosce o zdrowie fizyczne z uwzględnieniem sfer odżywiania, organizacji wolnego czasu i aktywności fizycznej,
- promowanie zrównoważonego rozwoju psychofizycznego.

Sfera intelektualna:

- kształtowanie umiejętności zdobywania wiedzy jako podstawowego elementu procesu uczenia się przez całe życie,
- kształtowanie postawy patriotyzmu z poszanowaniem historii Polski,
- rozwijanie kultury osobistej w sferach: języka, relacji międzyludzkich i respektowania przyjętych norm i wartości,
- kształcenie kompetencji językowych niezbędnych w procesie dalszej edukacji i w pracy zawodowej,
- kształcenie poczucia sprawczości i odpowiedzialności za własny rozwój w aspekcie intelektualnym,

Sfera aksjologiczna:

- rozwijanie rozumienia pojęcia wartości uniwersalnych takich jak prawda, uczciwość, solidarność, sprawiedliwość, wolność...,
- rozwijanie i wspieranie młodzieży w internalizowaniu uniwersalnych tak by były one odzwierciedleniem codziennego funkcjonowania,
- kształtowanie w uczniach potrzeby samodoskonalenia przez całe życie.

Celem wszelkich oddziaływań profilaktyczno-wychowawczych jest umożliwienie osiągnięcia dojrzałości i zintegrowania wszystkich powyższych sfer.

Sylwetka absolwenta

Absolwent XIV LO im. S. Staszica to młody człowiek, który:

- potrafi funkcjonować w zespole: respektuje prawa człowieka, jest empatyczny, tolerancyjny i kulturalny. Dostrzega problemy swoje i innych i - w razie potrzeby - służy pomocą lub prosi o nią,
- jest odpowiedzialny i odważny: ceni prawdę, uczciwość i wytrwałość w dążeniu do celu,
- jest ciekawy świata, ale też krytyczny. Ma określone zainteresowania, które pomogą mu dokonać świadomego wyboru dalszej drogi kształcenia,
- umie w konstruktywny sposób spędzać wolny czas, m.in. rozwijając różnorodne zainteresowania i pasje,
- ceni i szanuje pracę swoją i innych. Obowiązki wykonuje sumiennie i odpowiedzialnie, potrafiąc konstruktywnie ocenić efekty własnych wysiłków,
- wie czym jest kultura słowa i stosuje się do niej w swoich wypowiedziach.

Wartości wychowawcze stanowiące fundament postawy uczniów naszej szkoły

SZACUNEK i TOLERANCJA

- Odnosimy się z szacunkiem i uwagą do siebie i innych.
- Liczymy się z innymi poglądami.
- Troszczymy się o siebie nawzajem.
- Współpracujemy by osiągnąć jak najlepsze wyniki jako zespół.

UCZCIWOŚĆ i ODPOWIEDZIALNOŚĆ

- Budujemy wzajemne zaufanie.
- Bierzemy odpowiedzialność za nasze czyny, nasze postępy oraz za nasze środowisko.

DETERMINACJA i CIEKAWOŚĆ POZNAWCZA

- Staramy się w pełni wykorzystać swój potencjał.
- Wiemy, że rzetelna nauka, sprawność fizyczna i właściwa postawa społeczna to klucz do naszego sukcesu.
- Ciekawość, to w naszej szkole pierwszy stopień do wiedzy.

DUMA i ODWAGA

- Jesteśmy dumni z osiągnięć naszej Ojczyzny, naszego miasta, tradycji naszej szkoły.
- Tworzymy przyszłość tak, jak nasi poprzednicy czynili to dla nas.

Diagnoza potrzeb i problemów występujących w szkole

Rozpoznaniu potrzeb i problemów występujących w szkole służą następujące metody:

- Obserwacja połączona z wywiadem środowiskowym.
- Rozmowy indywidualne z uczniami i ich rodzicami.
- Konsultacje z nauczycielami przedmiotu, wychowawcami i nauczycielami specjalistami.
- Analiza ankiet przeprowadzanych w ramach ewaluacji pracy szkoły.
- Analiza ankiet skierowanych do rodziców uczniów.
- Analiza sytuacji wychowawczo – opiekuńczej podczas rad pedagogicznych .
- Analiza dokumentów szkolnych, w tym dziennika internetowego Librus.
- Informacje uzyskane od zespołów wychowawczych dla poszczególnych poziomów klas.

Na podstawie pogłębionej analizy i syntezy danych uzyskanych z wyżej wymienionych źródeł została postawiona diagnoza potrzeb.

W jej wyniku rozpoznano kluczowe problemy występujące w naszej szkole na rozwiązanie których chcielibyśmy nakierować kontynuowanie pracy profilaktyczno-wychowawczej poprzez:

- budowanie relacji u -u, n – u, n -n w oparciu o wzajemny szacunek i zrozumienie jako fundamentu prawidłowej atmosfery edukacyjno -wychowawczej w naszej szkole,
- wskazywanie uczniom na potrzebę rozwoju osobistego przez podejmowanie działalności na rzecz innych - propagowanie pomocy koleżeńskiej w nauce,
- realizowanie zajęć psychoedukacyjnych, pogłębiających samoświadomość uczniów w tym poszerzanie ich kompetencji społecznych i emocjonalnych,
- wspieranie młodzieży w pokonywaniu ich osobistych trudności (odczuwanej frustracji, porażki).

Dodatkowo, wyznaczonymi w roku szkolnym 2025/2026 priorytetami działań wychowawczo – profilaktycznych będą w dalszym ciągu:

- systematyczna kontrola frekwencji i szybkie reagowanie w sytuacji problemowej (rozmowy wychowawcze, informowanie rodziców, sankcje przewidziane w statucie szkoły),
- zastosowanie różnorodnych form pracy z uczniem z uwzględnieniem wykorzystania narzędzi i zasobów cyfrowych.
- kreatywne podejście do realizacji zajęć z zakresu problematyki uzależnień oraz bezpiecznego i efektywnego korzystania z technologii cyfrowych.
- propagowanie i kształtowanie postaw koleżeńskich z naciskiem na respektowanie norm społecznych jako istotnej wartości w środowisku szkolnym.
- udzielanie opieki i wsparcia psychologiczno- pedagogicznego uczniom

- z uwzględnieniem ich indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych,
- realizacja Szkolnego Systemu Wsparcia Psychicznego Młodzieży
- aktywne wdrażanie młodzieży do samodzielności
- dbanie o kulturę osobistą – kultura osobista w życiu szkolnym
- kultura współpracy oraz wzajemnej pomocy
- usprawnianie komunikacji- przepływu informacji.

Edukacja integracyjna uwzględniająca potrzeby uczniów z doświadczeniem migracyjnym

- integracja społeczności szkolnej różnorodnej kulturowo
- szkoła jako miejsce dialogu kultur

Analiza uwarunkowań społeczności szkolnej

Czynniki chroniące:

indywidualne:

- umiejętności społeczno – psychologiczne (asertywność , radzenie sobie ze stresem, umiejętność proszenia o pomoc, konstruktywne rozwiązywanie konfliktów, dobre mechanizmy samokontroli),
- wysoki poziom inteligencji,
- motywacja,
- posiadanie celów życiowych,
- zainteresowanie nauką;

rodzinne:

- więź emocjonalna z rodzicami,
- okazywanie wsparcia młodemu człowiekowi,
- czuwanie nad zachowaniem i bezpieczeństwem młodego człowieka,
- docenianie wysiłków;

szkolne:

- dobre relacje rówieśnicze,
- poczucie przynależności,
- wzajemny szacunek,
- klimat szkoły (normy i zasady),
- zaangażowanie i wsparcie nauczycieli,
- zapewnienie bezpieczeństwa.

Czynniki ryzyka:

indywidualne:

- zaburzenia w obszarze zachowania (agresywne, aspołeczne, uleganie wpływom rówieśniczym,
- ukonstytuowana w osobowości – niska samoocena,
- stres akademicki (wysoki poziom nauczania w połączeniu z wysokimi aspiracjami),
- stres emocjonalny (w obszarze poczucia własnej wartości – czasowe obniżenie lub zachwianie poczucia wartości na skutek utraty pozycji „najlepszego ucznia w klasie”),
- stres społeczny (trudności w odnalezieniu się w grupie, rywalizacja z rówieśnikami
- wyniki w nauce, odrzucenie przez rówieśników),
- stres fizjologiczny (zaniedbywanie higieny snu i nieprzestrzeganie zasad zdrowego żywienia, kiedy jedynym priorytetem jest nauka);

rodzinne:

- osłabienie więzi emocjonalnej,
- konflikty w rodzinie,
- brak dyscypliny,
- zakwaterowanie w miejscu innym niż pierwotne środowisko rodzinne (bursa, stancja);

szkolne:

- niepowodzenia szkolne,
- brak wsparcia i zrozumienia ze strony nauczycieli,
- brak akceptacji w grupie rówieśniczej

Strategia wychowawczo –profilaktyczna

Umiejętności ucznia i zadania wychowawczo-profilaktyczne szkoły

1. Fizyczna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
prorowadzenie profilaktyki uniwersalnej – dostarczenie uczniom rzetelnej opartej na naukowych podstawach lub o potwierdzonej skuteczności wiedzy na temat uzależnień i szkodliwości środków odurzających	- wzrost świadomości zagrożeń związanych z używaniem środków psychoaktywnych. (dopalacze) - nabycie umiejętności dobrej zabawy bez sięgania po środki uzależniające
dostarczenie wiedzy dotyczącej prawidłowego żywienia; reagowanie i korygowanie nieprawidłowych nawyków dotyczących odżywiania i stylu życia	- zna rolę prawidłowego odżywiania w rozwoju i funkcjonowaniu organizmu i stosuje zasady prawidłowego odżywiania w codziennej diecie - uczeń wie gdzie należy szukać pomocy
stwarzanie warunków do przeciwdziałania wadom postawy	przeciwdziała wadom postawy
propagowanie i organizowanie różnych form aktywności ruchowej – promocja zdrowego trybu życia	-zna korzyści wynikające z prowadzenia aktywnego stylu życia. -regularnie podejmuje aktywność ruchową
uczenie racjonalnego gospodarowania czasem	- potrafi racjonalnie dysponować czasem - rozumie znaczenie odpoczynku i snu w prawidłowym rozwoju i funkcjonowaniu
wdrażanie do podejmowania różnych działań chroniących zdrowie	świadomie i odpowiedzialnie podejmuje decyzje dotyczące własnego zdrowia
propagowanie wiedzy na temat znaczenia badań profilaktycznych	zna i rozumie rolę badań profilaktycznych
zachęcanie do podejmowania działań na rzecz własnego zdrowia i kształtowanie postawy odpowiedzialności za zdrowie innych	zna rolę czynników wpływających na prawidłowy i harmonijny rozwój
współpraca z instytucjami i organizacjami zajmującymi się profilaktyką i ochroną zdrowia	kontroluje czas pracy przy komputerze i innym urządzeniu telekomunikacyjnym
zapoznanie uczniów z konsekwencjami natury fizycznej i psychicznej, spowodowanymi długim korzystaniem z komputera i innych urządzeń telekomunikacyjnych	zna konsekwencje wynikające z łamania zasad racjonalnego korzystania z komputera i innych urządzeń telekomunikacyjnych

2. Emocjonalna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
realizacja zajęć z zakresu kształtowania poczucia własnej wartości, autoprezentacji	kształtuje pozytywny obraz swojej osoby i akceptuje siebie
wdrażanie do samokształcenia i samooceny	potrafi akceptować i doceniać siebie oraz kształtować poczucie własnej wartości
rozwijanie umiejętności konstruktywnego rozładowywania emocji	- rozpoznaje swoje mocne i słabe strony, określa swoje potrzeby, - potrafi konstruktywnie wyrażać własne emocje oraz odpowiednio reagować na emocje innych w różnych sytuacjach życiowych, - kształtuje umiejętność konstruktywnego reagowania na krytykę
kształcenie umiejętności dostrzegania i reagowania na zagrożenia cywilizacyjne, w tym cyberprzemoc	jest empatyczny, odważny, reaguje na niepożądane sytuacje
organizowanie zajęć z zakresu rozpoznawania, nazywania i skutecznego radzenia sobie z emocjami, stwarzanie atmosfery sprzyjającej rozmowie o emocjach i sytuacjach trudnych, zajęcia i pogadanki na temat wytyczania celów i planowania	- rozpoznaje, nazywa, kontroluje i akceptuje doświadczane emocje, - rozpoznaje objawy stresu i stosuje skuteczne strategie radzenia sobie z nim
wzmacnianie pozytywnych zachowań i konstruktywna krytyka działań niepożądanych	potrafi poradzić sobie z sytuacjami sukcesu oraz niepowodzenia
rozwijanie umiejętności pozytywnego postrzegania siebie i innych	zauważa i akceptuje popełniane przez siebie błędy oraz potrafi wyciągnąć z nich wnioski
motywowanie ucznia do systematycznego chodzenia do szkoły	wypełnia obowiązki szkolne i regularnie uczęszcza na lekcje

3. Intelktualna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
otoczenie opieką uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych i monitorowanie ich funkcjonowania	nabywanie i poszerzanie umiejętności/ kompetencji ucznia w obszarze edukacyjnym, emocjonalno - społecznym
doskonalenie i i zachęcanie do stosowania technik efektywnego uczenia się	rozwija umiejętności w zakresie technik uczenia się i stosuje je
organizowanie wyjazdów o charakterze edukacyjnym; zachęcanie do udziału w kołach zainteresowań oraz innych formach poszerzania wiedzy	rozpoznaje, rozwija i doskonali swoje umiejętności, poszerza zainteresowania
umożliwienie indywidualnego rozwoju uczniowi we współpracy z instytucjami specjalistycznymi, naukowymi i rodzicami	samodzielnie dociera do informacji i poddaje je krytycznej ocenie
rozwijanie kompetencji czytelniczych wśród uczniów	- jest świadomym odbiorcą kultury, - dba o kulturę języka
kształcenie umiejętności segregowania informacji i krytycznego ich odbioru	posługuje się technologią informacyjną w odpowiedzialny i bezpieczny sposób
stwarzanie okazji do dyskusji i wymiany poglądów	jest twórczy, niezależny w myśleniu, przedsiębiorczy
poznanie technik prezentacji i dyskusji	doskonali sztukę autoprezentacji, dzieli się swoją wiedzą i pasjami
doradztwo edukacyjno - zawodowe – rozpoznawanie swoich zdolności, predyspozycji oraz planowanie ścieżki własnego rozwoju	potrafi zaplanować swoją ścieżkę rozwoju edukacyjno - zawodowego
dostarczenie wiedzy opartej na naukowych podstawach dotyczącej używania alkoholu i tytoniu	zna konsekwencje nadużywania używek w sferze społecznej i zdrowotnej

4. Aksjologiczna sfera funkcjonowania ucznia

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
propagowanie wartości uniwersalnych, takich jak wolność, równość, braterstwo, prawda, dobroć, uczciwość, solidarność, sprawiedliwość;	zna normy moralne oraz czuje potrzebę kierowania się nimi, rozpoznaje wartości moralne w otaczającym świecie, dokonuje ich oceny i hierarchizacji, kieruje się uczciwością i odpowiedzialnością w życiu szkolnym
zachęcanie do rozwijania własnych zainteresowań jako znaku wiary w wartość nauki;	rozumie, że nauka stanowi wartość autoteliczną, dąży do rozwoju zainteresowań;
zapoznanie uczniów z tradycją szkoły, organizacja uroczystości szkolnych oraz upamiętniających święta ważne dla narodu,	uczestniczy w obchodach ważnych rocznic państwowych i uroczystościach szkolnych
propagowanie wartości języka i kultury ojczystej	- dba o język ojczysty jako o źródło kultury narodu, - rozumie znaczenie patriotyzmu i zna tradycję narodową, nie dyskryminuje innych nacji
kształcenie umiejętności wartościowania informacji i krytycznego ich odbioru;	kieruje się stabilnym systemem wartości, w którym docenia wagę zdrowia i poczucia sensu istnienia
rozwijanie i wspieranie działalności wolontariackiej;	jest empatyczny i wrażliwy na potrzeby innych ludzi – podejmuje działania na rzecz potrzebujących, środowiska szkolnego, lokalnego
przeciwdziałanie nietolerancji i agresji;	kieruje się postawą tolerancji i otwartości wobec innych kultur, poglądów i religii
stwarzanie uczniom przyjaznego i bezpiecznego środowiska do wymiany poglądów;	wartościuje informacje i z nich korzysta zgodnie z poszanowaniem praw autorskich
organizowanie wyjazdów edukacyjnych poszerzających świadomość kulturową, historyczną i przyrodniczą uczniów;	jest świadomym odbiorcą kultury i zna wartość kultury rodzimej i europejskiej
propagowanie akcji mających na celu ochronę środowiska naturalnego	rozumie wielką wartość środowiska naturalnego i kieruje się troską o nie
tworzenie uczniom możliwości uczestniczenia w wyjazdach i wymianach międzynarodowych prowadzących do postawy otwartości na inne kultury;	rozpoznaje manipulację i traktuje ją jako zachowanie nieetyczne; zna wartość samodoskonalenia się przez całe życie i jest otwarty;

5. Społeczna sfera funkcjonowania

Zadania wychowawcze i profilaktyczne szkoły	Umiejętności ucznia
realizacja zajęć kształtujących umiejętności komunikacji interpersonalnej; realizacja zajęć dotyczących umiejętności rozwiązywania konfliktów;	- prawidłowo funkcjonuje w środowisku rówieśniczym, potrafi współpracować potrafi rozwiązywać konflikty w sposób społecznie akceptowany (mediacje, negocjacje) - doskonali sztukę autoprezentacji
integracja zespołu klasowego i środowiska szkolnego	- jest zintegrowany ze środowiskiem klasowym i szkolnym, - zna tradycję szkoły, uczestniczy w jej tworzeniu i kultywowaniu
realizacja zajęć z zakresu praw dziecka i odpowiedzialności prawnej nieletnich i pełnoletnich osób;	- zna i szanuje prawa własne i innych - broni słuszych wartości
realizacja tematyki związanej z różnymi przejawami nietolerancji i agresji	jest odpowiedzialny za siebie i innych; dostrzega przejawy agresji i reaguje na nie
podejmowanie działań szkoleniowo - informacyjnych w zakresie przeciwdziałania handlowi ludźmi oraz wsparcie ofiar tego przestępstwa	zna problem niebezpieczeństwa wynikającego z przestępczości w tym obszarze, a w szczególności ma wiedzę o możliwościach pomocy.
kształcenie umiejętności stosownego zachowania się w różnych okolicznościach;	potrafi zachować się adekwatnie do sytuacji
realizacja zadań propagujących ideę wolontariatu;	dostrzega potrzeby innych, niesie pomoc potrzebującym i słabszym, podejmuje działania wolontariackie
przygotowanie uczniów do funkcjonowania w rzeczywistości globalnej przy zachowaniu tożsamości narodowej;	aktywnie działa w środowisku szkolnym, lokalnym, podejmuje działania samorządowe
przygotowanie uczniów do prawidłowego funkcjonowania społecznego w relacjach z rówieśnikami i dorosłymi; stwarzanie okazji do dyskusji i wymiany poglądów;	jest asertywny, nie ulega presji grupy i nie poddaje się negatywnym wpływom otoczenia

zapobieganie agresji i przemocy rówieśniczej	posiada kompetencje emocjonalno – społeczne, potrafi rozpoznać i regulować emocje
--	---

Plan działań wychowawczo – profilaktycznych

Liceum klasa 1	
<i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i>	Kształtowanie postawy samoświadomości, wyobraźni i kreatywności oraz ukierunkowanego doskonalenia własnych zdolności i umiejętności. Rozwijanie umiejętności oceny własnych możliwości oraz wyznaczania sobie celów krótko- i długoterminowych, ustalania priorytetów działań. Kształtowanie postawy pełnej świadomości wpływu dobrostanu fizycznego i psychicznego na funkcjonowanie człowieka. Kształtowanie świadomości dotyczącej znaczenia aktywności ruchowej i aktywnego wypoczynku oraz właściwego odżywiania w życiu człowieka jako skutecznego sposobu dbania o własne zdrowie fizyczne i psychiczne. Promowanie postawy trzeźwości i przeciwdziałanie uzależnieniom. Promowanie ratownictwa medycznego i zachęcanie do reagowania w sytuacjach zagrożenia życia. Kształtowanie odpowiedzialnej postawy proekologicznej wobec klimatu i środowiska.
<i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i>	Tworzenie dobrej atmosfery w szkole i klasie poprzez angażowanie społeczności uczniowskiej do podejmowania działań mających na celu integrację społeczności szkolnej. Doskonalenie umiejętności skutecznej komunikacji interpersonalnej (umiejętności słuchania i odbierania komunikatów niewerbalnych). Kształtowanie umiejętności poszukiwania różnorodnych rozwiązań sytuacji problemowych i konfliktowych. Uwrażliwienie młodzieży na akty przemocy oraz wykluczenia - rozwijanie umiejętności odpowiedniego reagowania. Zapobieganie zachowaniom agresywnym i przemocowym.

	Kształtowanie i rozwijanie postaw kreatywności i przedsiębiorczości ze szczególnym uwzględnieniem kompetencji przyszłości.
<i>Kultura -wartości, normy, wzory zachowań</i>	Popularyzowanie wiedzy o różnicach kulturowych, rozwijanie świadomości na temat zasad humanitaryzmu w oparciu o poszanowanie godności człowieka i zasady tolerancji. Kształtowanie postawy szacunku dla wartości narodowych (uczestnictwo w obchodach świąt narodowych, uroczystościach szkolnych, poszanowanie symboli narodowych i miejsc pamięci narodowej). Kształtowanie postaw szacunku i tolerancji wobec wielokulturowości.
<i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i>	Eliminowanie mowy nienawiści poprzez propagowanie właściwej kultury słowa. Propagowanie wiedzy na temat prawnych i moralnych skutków posiadania, zażywania i rozprowadzania środków psychoaktywnych. Kształtowanie umiejętności wykorzystania wiedzy dotyczącej bezpieczeństwa w sieci, świadomego korzystania z technologii informacyjnych i oprogramowania komputerowego, umiejętności przeciwdziałania przejawom cyberprzemocy. Utrwalanie umiejętności oceny konsekwencji podejmowanych działań dla siebie i innych z określeniem alternatywnych rozwiązań problemu. Kształtowanie postawy odpowiedzialności za swoje życie i innych (np. przestrzeganie prawa szkolnego, zapobieganie wczesnej inicjacji seksualnej, odpowiedzialność prawna nieletnich).
Liceum klasa II	
<i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i>	Nabywanie umiejętności wykorzystywania technik efektywnego uczenia się z uwzględnieniem zachowania proporcji między czasem pracy a odpoczynkiem. Stosowanie skutecznych strategii radzenia sobie ze stresem, niepowodzeniami oraz sytuacjami trudnymi. Kształtowanie umiejętności szybkiego i efektywnego reagowania w sytuacjach kryzysowych. Budowanie poczucia własnej wartości. Kształtowanie odpowiedzialnej postawy wobec kwestii klimatu i środowiska. Promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia.

<i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i>	Rozwijanie umiejętności dostrzegania pozytywnych aspektów działania zespołowego z wykorzystaniem potencjału wszystkich uczestników. Rozwijanie postaw prospołecznych i obywatelskich, promowanie angażowania się w wolontariat. Kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów z zastosowaniem negocjacji i mediacji.
<i>Kultura – wartości, norm i wzory zachowań</i>	Pielęgnowanie postaw wobec szacunku do uniwersalnych wartości. Uwrażliwianie na stosowanie się do norm społecznych oraz wartości i postaw etycznych w życiu. Promowanie aktywnego uczestnictwa w życiu kulturalnym (teatry, muzea, kino) Czerpanie z tradycji innych kultur jako poszerzenie własnych horyzontów.
<i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i>	Pogłębianie wiedzy na temat negatywnych skutków zażywania środków psychoaktywnych, kształtowanie postawy promującej zdrowie, bezpieczeństwo i odpowiedzialność za życie swoje i innych. Nabywanie umiejętności asertywnego odbioru reklam i mediów, przeciwdziałanie uzależnieniom od Internetu i urządzeń telekomunikacyjnych. Doskonalenie umiejętności podejmowania racjonalnych decyzji w oparciu o krytyczną analizę danych. Przypomnienie zasad obowiązujących na drodze (piesi, rowerzyści, kierowcy) w celu zminimalizowania ryzyka kolizji, wypadków.
Liceum klasa III	
<i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i>	Promowanie postaw prozdrowotnych (propagowanie aktywnego sposobu spędzania czasu, rozwijanie nawyku przestrzegania zasad prawidłowego żywienia, rozwijanie umiejętności gospodarowania czasem znaczenie odpoczynku i snu). Podnoszenie poczucia własnej wartości. Stosowanie skutecznych strategii radzenia sobie ze stresem, niepowodzeniami oraz sytuacjami trudnymi. Promowanie postawy trzeźwości i przeciwdziałanie uzależnieniom. Promowanie postaw i zachowań proekologicznych.

<i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i>	Angażowanie społeczności uczniowskiej do podejmowania działań i aktywności w celu integracji społeczności szkolnej leżącej u podstaw tworzenia dobrej atmosfery w szkole i klasie Rozwijanie postaw prospołecznych i obywatelskich, zachęcanie do podejmowania działań na rzecz innych. Doskonalenie umiejętności wykorzystywania wiedzy na temat praw i obowiązków obywateli. Przeciwdziałanie handlowi ludźmi poprzez informowanie o niebezpieczeństwach wynikających z przestępczości w tym obszarze. Wskazanie możliwości pomocy.
<i>Kultura – wartości, norm i wzory zachowań</i>	Kultura słowa i zachowania jako istota funkcjonowania w społeczeństwie. Planowanie ścieżki własnego rozwoju, kariery naukowej i zawodowej. Poszerzanie wiedzy na temat kultury rodzimej. Rozwijanie wrażliwości na etykę w życiu szkolnym. Kształtowanie umiejętności zrozumienia i efektywnego współdziałania w środowisku wielokulturowym.
<i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i>	Dostarczanie wiedzy na temat skutków zdrowotnych, społecznych i psychologicznych zażywania środków psychoaktywnych. Krytyczny odbiór reklam i mediów - przeciwdziałanie uzależnieniom od Internetu i urządzeń telekomunikacyjnych Budowanie poczucia przynależności do społeczności szkolnej jako czynnik chroniący przed poczuciem osamotnienia. Doskonalenie umiejętności podejmowania racjonalnych decyzji w oparciu o krytyczną analizę danych. Bezpieczne zachowanie na drodze (piesi, rowerzyści, kierowcy).

Liceum klasa IV	
<i>Zdrowie – edukacja zdrowotna</i>	Pogłębianie wiedzy na temat zdrowia i konieczności przeprowadzania badań profilaktycznych. Dbanie o zachowanie równowagi pomiędzy pracą, a odpoczynkiem. Stosowanie skutecznych strategii radzenia sobie ze stresem np. w sytuacji egzaminacyjnej. Planowanie ścieżki kariery zawodowej, promowanie postaw przedsiębiorczych. Wypracowanie strategii przygotowania do egzaminu maturalnego. Wykorzystanie kompetencji komunikacyjnych w skutecznej autoprezentacji. Dbanie o ochronę klimatu i środowiska.
<i>Relacje – kształtowanie postaw społecznych</i>	Podjęmowanie działań nastawionych na pomoc innym w różnych obszarach ich funkcjonowania (wolontariat). Kształtowanie i rozwijanie postaw kreatywności i przedsiębiorczości ze szczególnym uwzględnieniem kompetencji cyfrowych. Kształtowanie umiejętności radzenia sobie w dorosłym życiu. Doskonalenie umiejętności świadomego podejmowania decyzji i przeciwstawiania się naciskom grupy (asertywności).
<i>Kultura – wartości, norm i wzory zachowań</i>	Poszerzanie wiedzy na temat innych kultur, religii i narodowości. Umiejętne wykorzystywanie wiedzy na temat praw i obowiązków obywateli (odpowiedzialność prawna osób dorosłych). Wprowadzanie w życie ideałów świadomej konsumpcji. Zachęcanie do uczestnictwa w życiu kulturalnym. Rozwijanie i wykorzystywanie kompetencji międzykulturowych.
<i>Bezpieczeństwo – profilaktyka zachowań ryzykownych</i>	Edukacja w zakresie przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym. Edukacja na temat podłoża-mechanizmów i skutków zachowań ryzykownych Uwrażliwienie na problem odpowiedzialności podczas komunikacji pieszej i motoryzacyjnej. Umiejętne reagowanie w trudnych sytuacjach.

Ewaluacja programu wychowawczo-profilaktycznego 2024/2025r.

Obszar ewaluacji: Rówieśnicza interwencja kryzysowa

I. Cele:

Określenie czy uczniowie posiadają wiedzę i umiejętności pozwalające rozpoznać objawy kryzysu psychicznego u siebie i innych oraz czy potrafią reagować w sposób adekwatny oraz inicjować kontakt z osobami dorosłymi w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia?

II. Wskazanie realizatorów i odbiorców działań:

Realizatorem działań ewaluacyjnych jest Zespół psychologiczno pedagogiczny
Odbiorcami działań ewaluacyjnych byli:
uczniowie XIV LO

III. Określenie wskaźników ewaluacyjnych :

- rozumienie pojęć, czym jest kryzys psychiczny i czym różni się od zwykłego stresu lub gorszego samopoczucia,
- znajomość podstawowych objawów wskazujących na zagrożenie dla zdrowia psychicznego u rówieśników,
- umiejętność podjęcia adekwatnych działań wspierających osobę w kryzysie, nie wyręczając specjalisty

IV. Określenie pytań na temat wskaźników

- czy uczeń wie, kiedy i w jaki sposób należy powiadomić osobę dorosłą,
- czy młodzież ma gotowość do reagowania,
- czy zgłasza dorosłym (zaufanemu nauczycielowi, wychowawcy, szkolnemu specjalście) niepokój związany z zmianą zachowania / nastroju koleżanki /kolegi.
- czy potrafi rozpoznać własne granice i nie podejmuje nadmiernej odpowiedzialności za stan psychiczny innych.

V. Określenie źródeł informacji ewaluacyjnych

- dokumentacja szkolna
- wychowawcy, nauczyciele, pedagodzy i psychologodzy szkolni
- rodzice
- uczniowie

VI. Procedury

PRE-POST

VII. Metody i narzędzia ewaluacyjne

- analiza dokumentacji
- ankiety
- wywiady
- obserwacje

VIII. Gromadzenie danych ewaluacyjnych

-proces gromadzenia danych za pomocą ww narzędzi trwał przez cały rok szkolny 2023/2024. Ponadto wykorzystane zostały również dane z ubiegłego roku szkolnego.

IX. Analiza zgromadzonych danych

Analiza gromadzonych danych przeprowadzana była prowadzona przez Zespół do spraw ewaluacji na bieżąco w ciągu całego roku szkolnego 2024/2025. W czerwcu 2025r. powstał raport.

Celem analizy danych było uzyskanie odpowiedzi na następujące pytania:

- jaki jest klimat edukacyjno – wychowawczy w szkole?
- czy uczniowie czują się w swojej klasie bezpiecznie?
- czy uczniowie posiadają wiedzę i umiejętności pozwalające rozpoznać objawy kryzysu psychicznego u siebie i innych oraz czy potrafią reagować w sposób adekwatny oraz inicjować kontakt z osobami dorosłymi w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia.

X. Interpretacja uzyskanych wyników

1. Analiza potrzeb uczniów

Żyjemy w czasach ogromnego kryzysu psychicznego dzieci i młodzieży. Coraz więcej młodych ludzi korzysta z pomocy psychologów, psychiatrów, ośrodków interwencyjnych. Wielu z nich jednak żyje w ukryciu, a o ich kłopotach wiedzą tylko najbliżsi – najczęściej są to rówieśnicy, ukrywający dylematy kolegów przed dorosłymi.

Rola rówieśników w interwencji kryzysowej

Wiele badań (np. UNICEF, 2019) oraz doświadczeń wskazuje, iż naturalnym środowiskiem szukania wsparcia w kryzysie jest grupa rówieśnicza. Dzieci i nastolatki często chętniej opowiadają o swoich kryzysach przyjaciołom i kolegom, niż dorosłym. W wielu środowiskach funkcjonują osoby będące nieformalnymi powiernikami i doradcami w rozmaitych sprawach, w tym dotyczących zdrowia i życia, na przykład samouszkodzeń, myśli samobójczych, przemocy rówieśniczej lub domowej. Ponieważ jest to zjawisko powszechne, a nierzadko mogące prowadzić do uratowania życia człowieka, dlatego podjęliśmy w szkole działania mające na celu wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności pozwalające rozpoznać objawy kryzysu psychicznego u siebie i innych, reagować w sposób adekwatny oraz inicjować kontakt z osobami dorosłymi w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia.

W procesie tym kluczowe jest kształtowanie kompetencji młodych „pomagaczy”, adekwatnie do ich wieku i dojrzałości. *Nie zapominając naturalnie, że intencją nie jest zastąpienie rówieśniczymi interwentami kryzysowymi właściwej pomocy psychologiczno-pedagogicznej świadczonej przez nauczycieli oraz pomocy specjalistycznej poza szkołą.*

Formy wsparcia rówieśniczego

- Nieformalne: zauważenie trudności, rozmowa, obecność, towarzyszenie, motywowanie do skorzystania z pomocy specjalistów
- Formalne: programy liderów rówieśniczych, szkolna sieć wsparcia, grupy mediacyjne

Z analizy ankiety przeprowadzonej wśród uczniów oraz obserwacji, rozmów indywidualnych i grupowych rozmów z młodzieżą wynika, że w istocie młodzież dostrzega trudności w różnych obszarach funkcjonowania swoich koleżanek i kolegów jednak znaczna część z nich nie potrafi prawidłowo zareagować. Część z nich obawia się, że może nawet pogorszyć sytuację. Jest też grupa młodzieży, która aktywnie wspiera swoich rówieśników. Jednak ich działania ograniczają się do wyłącznie do „towarzyszenia” koleżance /koledze w kryzysie. Dzieje się tak dlatego, że w dalszym ciągu nie dostrzegają w swoim otoczeniu osoby czy osób dorosłych którym mogłyby zaufać i podzielić się „informacją”. Stają przed dylematem dotyczącym kwestii czy podjęcie działań jest równoznaczne ze zdradą zaufania.

Gotowość młodzieży do pomagania rówieśnikom w kryzysie

Młodzież w naszym liceum wykazuje umiarkowaną wrażliwość na problemy swoich rówieśników. Wynikać to może z braku odpowiednich narzędzi i wiedzy, jak skutecznie reagować w sytuacjach kryzysowych. Najczęstszymi trudnościami i barierami jakie obserwujemy są: brak pewności siebie, własne problemy emocjonalne, obawa przed oceną ze strony grupy rówieśniczej, brak wiedzy i kompetencji, jak rozpoznać poważny kryzys, indywidualizm i brak poczucia przynależności, normalizacja cierpienia oraz lęk przed odpowiedzialnością. Wielu młodych ludzi komunikuje obawę o konsekwencje takiej interwencji, szczególnie w przypadku potrzeby zaangażowania innych osób. Brak zaufania do dorosłych i specjalistycznego systemu wsparcia obniża ich gotowość do jakiegokolwiek działania i reagowania.

Dlatego też słuszne wydaje się kontynuowanie podjętych w bieżącym roku szkolnym działań w zakresie rówieśniczej interwencji kryzysowej tj. doskonalenie kompetencji interpersonalnych uczniów, wspierając rozwój umiejętności rozpoznawania emocji i potrzeb innych ludzi, reagowania w sytuacjach trudnych, tworzenia relacji opartych na zaufaniu oraz utrzymywania granic psychicznych i fizycznych.

W dalszym ciągu dostrzegamy kluczową rolę rozwijania sieci wsparcia rówieśniczego jako skutecznej formy przeciwdziałania kryzysom psychicznym, dlatego też nasze działania powinny dążyć w kierunku kształtowania i doskonalenia umiejętności wśród naszych uczniów właśnie w tym obszarze.

Przygotowanie młodzieży do pomagania rówieśnikom w sytuacjach trudnych czy kryzysowych to proces, który powinien być przemyślany, systematyczny i bezpieczny. Obejmuje on

rozwijanie zarówno **kompetencji emocjonalnych i społecznych (w tym budowania świadomości granic i odpowiedzialności)**, jak i **praktycznych umiejętności interwencyjnych**.

Na ten moment budowanie zaufania młodzieży do dorosłych (nauczycieli, wychowawców, pedagogów, rodziców) jest **kluczowym elementem skutecznego systemu wsparcia**, zwłaszcza w kontekście rówieśniczej interwencji kryzysowej.

W dalszym ciągu niepokojący jest fakt, że część młodzieży odmawia jakiegokolwiek pomocy i wsparcia. Z dużym prawdopodobieństwem wynika to z braku zaufania do dorosłych w tym do specjalistów. Podobną postawę obserwujemy wśród rodziców uczniów, którzy choć troszczą się o swoje dziecko nie mają gotowości do podjęcia współpracy ze szkołą – do otwartej szczerzej rozmowy.

Wielu uczniów przeżywa bardzo trudne emocje, zakłada „maskę” by ukryć przed rówieśnikami jak i dorosłymi swoje realne problemy. Taka sytuacja jest bardzo martwiąca gdyż w praktyce młody człowiek potrzebujący pomocy i wsparcia pozostaje sam.

Wspomniany wcześniej brak zaufania młodzieży do dorosłych jest wyzwaniem do aktywnej pracy całego środowiska szkolnego. A zatem, zachodzi potrzeba kontynuowania pracy wychowawczej szkoły w obszarze wspierania uczniów, ale co istotne budowania relacji opartych na wzajemnym szacunku i zrozumieniu.

W codziennym życiu szkolnym można je realizować poprzez;

- okazywanie zainteresowania uczniom,
- miłym/ życzliwym zwracaniem się do uczniów,
- okazywaniem uczniom zrozumienia

W tym procesie kluczową rolę mają do spełnienia wychowawcy i ich zastępcy, jako osoby, które znajdują się „najbliżej” swoich uczniów znają ich trudności, potrzeby, sytuację rodzinną.

Istotą ich pracy jak również całego grona pedagogicznego pozostaje więc nieustanne budowanie bezpiecznego środowiska zarówno wśród uczniów jak i ich rodziców.

Inną bardzo ważną kwestią jest rola rodziców, w tym ich kompetencji wychowawczych. Niestety coraz częściej obserwujemy, że rodzice naszych uczniów ulegają wrażeniu odnoszonych przez dzieci sukcesów nie dostrzegając przy tym emocjonalnych/ psychicznych kosztów, tych niejednokrotnie spektakularnych osiągnięć.

Ale dostrzegamy też, że sama młodzież stawia sobie bardzo wysokie wymagania, ambitne cele.

Nasi uczniowie ciężko pracują, a w przypadku niepowodzeń silnie koncentrują się na swoich upadkach. Bardzo trudno im zrozumieć, że popełnianie błędów jest nieuniknione, a działania, które wykonujemy, nie zawsze mogą być tak dobre, jak byśmy tego chcieli. Taki stan jest powodem dla którego odczuwają ogromne zmęczenie, silne napięcie, a nawet poczucie bezsilności i utraty wiary w swoje możliwości.

Reasumując, to co w istocie aktualnie potrzebne jest naszej młodzieży to zachowanie równowagi pomiędzy nauką w tym przygotowywaniem się do konkursów i olimpiad, a czasem poświęconym na życie osobiste, w tym na hobby i odpoczynek. To nie tylko kwestia równego rozłożenia czasu między pracę, a inne aktywności, ale przede wszystkim zdolność do osiągnięcia zadowolenia i efektywności w obu tych sferach. Zdrowa równowaga pozwala na utrzymanie dobrego stanu zdrowia psychicznego w tym zwiększenie ogólnej satysfakcji życiowej.

Bardzo ważne w dalszym ciągu jest umiejętne obserwowanie i zachowywanie czujności wobec funkcjonowania młodzieży. Wspieranie ich, udzielanie pomocy, towarzyszenie w trudnych sytuacjach ale i uczenie radzenia sobie w kryzysie poprzez:

- korzystanie z pomocy specjalisty (psychologa, pedagoga, lekarza) indywidualne konsultacje z psychologiem,
- uczestniczenie w psychoterapii, jeśli zachodzi taka potrzeba,
- uczestniczenie w grupowych warsztatach, które mają na celu rozwijanie umiejętności życiowych, kształtowania sfery poczucia własnej wartości oraz budowania postaw prospołecznych.

Badania ankietowe

W roku szkolnym 2024/2025

a) Analiza ankiety przeprowadzonej wśród uczniów klas I, II, III

„ Analiza wyników diagnozy zdrowia psychicznego i fizycznego młodzieży”

W przeprowadzonej ankiecie udział wzięło 417 uczniów naszej szkoły. Badanie miało na celu diagnozę zachowań ryzykownych wśród młodzieży oraz identyfikację stylów spędzania wolnego czasu. Analizie poddano cztery kluczowe obszary: palenie tytoniu, spożywanie alkoholu, zażywanie substancji psychoaktywnych oraz korzystanie z urządzeń multimedialnych i sposób spędzania czasu wolnego.

1. Palenie papierosów i wyrobów tytoniowych

Z danych wynika, że 14% uczniów przyznaje się do palenia lub prób palenia papierosów bądź innych wyrobów tytoniowych. Choć wskaźnik ten może wydawać się niepokojący, w porównaniu do lat ubiegłych zauważalny jest stopniowy spadek popularności nikotyny wśród młodzieży szkolnej. Wiek inicjacji nikotynowej pozostaje jednak niezmienny – pierwszy kontakt z nikotyną najczęściej ma miejsce w wieku 15–16 lat. Na uwagę zasługuje fakt, że wśród uczniów palących bardzo duża część deklaruje codzienne używanie tytoniu, czyli przez wszystkie 30 dni w miesiącu. Szczególnym zjawiskiem w tej grupie jest popularność papierosów elektronicznych (e-papierosów). Diagnoza wykazała, że – podobnie jak w ubiegłym roku – wszyscy uczniowie, którzy kiedykolwiek palili, korzystali z e-papierosów przynajmniej raz w życiu.

2. Spożywanie alkoholu

22% uczniów zadeklarowało, że miało już pierwszy kontakt z alkoholem. Najczęściej sytuacja ta miała miejsce między 14. a 16. rokiem życia, co potwierdza obserwacje z lat ubiegłych. Wśród uczniów, którzy spożywali alkohol w ciągu 30 dni poprzedzających badanie, najczęściej źródłem dostępu do alkoholu była inna osoba, która poczęstowała ucznia. Sytuacje samodzielnego zakupu alkoholu przez uczniów były rzadkością. Wyniki te mogą wskazywać na niską skuteczność społecznego dystansowania się dorosłych od udostępniania alkoholu osobom niepełnoletnim, a jednocześnie potwierdzają rolę środowiska rówieśniczego i rodzinnego jako czynników ryzyka.

3. Zażywanie substancji psychoaktywnych

W tym obszarze wyniki są relatywnie optymistyczne – zdecydowana większość uczniów nie miała kontaktu z twardymi narkotykami, takimi jak kokaina, heroina, MDMA, metamfetamina czy tzw. dopalacze. Około 10% respondentów zaznaczyło kontakt z jedną z wymienionych substancji, jednak ponad połowa tych odpowiedzi wydaje się mieć charakter żartobliwy lub prowokacyjny, co często zdarza się w tego typu anonimowych badaniach wśród młodzieży. Jeśli chodzi o marihuanę, kontakt z nią zadeklarowało 12% uczniów. Większość z tej grupy zaznaczyła, że spróbowała jej jeden lub dwa razy w życiu, co może świadczyć o eksperymentowaniu, a nie o regularnym używaniu. Jednak sam fakt pojawienia się tego rodzaju zachowania wymaga dalszego monitorowania i działań profilaktycznych.

4. Spędzanie czasu wolnego i korzystanie z urządzeń multimedialnych

Obszar dotyczący korzystania z mediów i organizowania czasu wolnego ujawnia kilka ciekawych tendencji:

- 88% uczniów deklaruje, że nie ogląda telewizji dłużej niż godzinę dziennie, a 67% nie ogląda jej wcale. Dla porównania: w ubiegłym roku wartości te wynosiły odpowiednio 71% i 90%, co może świadczyć o lekkim wzroście zainteresowania tradycyjną telewizją, choć nadal jest ono niewielkie.
- Uczniowie coraz częściej rezygnują z telewizji na rzecz urządzeń mobilnych i komputerów. 38% uczniów przyznaje, że w dni nauki szkolnej korzysta z komputera, smartfona lub tabletu przez co najmniej 4 godziny dziennie, co pokrywa się z danymi z roku poprzedniego.

To zjawisko potwierdza zmieniający się model konsumpcji mediów – młodzież coraz częściej sięga po treści dostępne w Internecie, co stwarza zarówno szanse edukacyjne, jak i potencjalne zagrożenia związane z nadmierną ekspozycją na ekrany i ogromną ilość bodźców i informacji, brakiem aktywności fizycznej czy narażeniem na treści nieodpowiednie

Wnioski

Zebrane dane pozwalają na sformułowanie kilku wniosków:

1. Zachowania ryzykowne są obecne wśród części uczniów, jednak ich skala – szczególnie w przypadku substancji psychoaktywnych – pozostaje stosunkowo niska.

2. Największym obszarem do dalszej pracy profilaktycznej wydaje się być palenie e-papierosów oraz spożywanie alkoholu.
3. Potrzebne są działania edukacyjne skierowane zarówno do uczniów, jak i do rodziców, zwłaszcza w zakresie skutków zdrowotnych i prawnych związanych z używkami.
4. Obszar korzystania z mediów cyfrowych wskazuje na konieczność rozmów o higienie cyfrowej, równowadze między czasem online a offline oraz świadomym korzystaniu z nowych technologii.
5. Zasadne wydaje się powtórzenie badania w kolejnych latach.

Nadal, nie należy więc zaniedbywać tematyki uzależnień od używek i ich szkodliwości, także ze względów prewencyjnych.

Dlatego zasadnym jest kontynuowanie możliwie różnorodnych działań mających na celu uświadomienie niebezpieczeństwa zażywania nikotyny, alkoholu oraz narkotyków.

Szczególnie wartym zatrzymania zdaje się być temat uzależnień od urządzeń elektronicznych. Warto też zwrócić uwagę na zagrożenia z tym związane m.in. cyberprzemoc, konsekwencje prawne wynikające ze złych zachowań w sieci, konsekwencje psychologiczne związane z nadmiernym skupieniem się na wirtualnej rzeczywistości, potrzebie nieustannego bycia docenionym w mediach społecznościowych, porównywania się z innymi.

Pomocnym w tym zakresie wydawałoby się także promowanie i motywowanie do aktywnego spędzania wolnego czasu poprzez organizowanie wyjść i możliwości uczestniczenia np. w dodatkowych zajęciach sportowych, projektach grupowych, wycieczkach.

b) Analiza wyników ankiety przeprowadzonej wśród uczniów klas I, II, III- „ Szkoła oczami uczniów – bezpieczeństwo , relacje, empatia ”

W badaniu ankietowym wzięło udział łącznie 200 uczniów. Jego celem było zebranie informacji na temat poczucia bezpieczeństwa, jakości relacji rówieśniczych oraz umiejętności rozpoznawania

i reagowania uczniów na trudności emocjonalne rówieśników. Ankieta miała charakter anonimowy.

Pytanie 1 dotyczące poczucia bezpieczeństwa i spokoju w klasie skierowano wyłącznie do uczniów klas pierwszych (otrzymano łącznie 132 odpowiedzi) . Jego celem było uzyskanie informacji dotyczącej czy podjęty proces integracji został zrealizowany.

W wybranych losowo klasach II(2g) i III(3b,3f) w których ankietę wypełniło odpowiednio 12 i 28 uczniów , skoncentrowano się na istniejących już relacjach.

Pozostałe pytania zawarte w ankiecie były wspólne dla wszystkich respondentów.

Analiza wyników wskazuje, że ponad 80% uczniów klas pierwszych deklaruje poczucie bezpieczeństwa i spokoju w swojej klasie, co może świadczyć o stosunkowo udanym procesie adaptacji.

Wśród uczniów klas drugich i trzecich jedynie 8% oceniło relacje panujące w klasie jako złe lub bardzo złe.

Warto zwrócić uwagę na złożony obraz relacji rówieśniczych. Mimo, że aż 93% badanych wskazało, iż ma w klasie przynajmniej jedną bliską koleżankę lub kolegę, niemal połowa uczniów zadeklarowała, że „rzadko” lub „nigdy” czuje się doceniana przez swoich rówieśników.

Blisko 25% uczniów przyznało, że nie ma w klasie osoby, z którą mogliby swobodnie porozmawiać o swoich problemach.

Na pytanie dotyczące poczucia osamotnienia w klasie, 10% uczniów odpowiedziało, że często je odczuwa, 28% wskazało, że jest to uczucie, które towarzyszy im rzadko. Największą grupę stanowili uczniowie, którzy zaznaczyli, że nigdy nie czują się samotni w klasie. Takiej odpowiedzi udzieliło 62% ankietowanych.

Z wyników ankiety wynika, że 58% uczniów zadeklarowało, iż wiedziałoby, jak postąpić w przypadku zauważenia problemów u koleżanki lub kolegi. Jednak tylko 38% wykazało faktycznie swoją gotowość wsparcia i pomocy w praktyce.

Obszar ten stanowił główne zainteresowanie zespołu psychologiczno- pedagogicznego. Zgodnie z programem profilaktyczno- wychowawczym dokonano ewaluacji, na której podstawie zostaną zaplanowane działania w przyszłym Roku Szkolnym.

Wnioski:

1. Należy zwrócić szczególną uwagę na uczniów tych klas, w których poczucie spokoju i bezpieczeństwa było wyraźnie niższe niż średni wynik w szkole.
2. Wskazane jest prowadzenie działań profilaktycznych, które wzmacniałyby rozwój kompetencji społecznych oraz budowanie kultury wzajemnego wsparcia w środowisku szkolnym.
3. Warto rozważyć organizowanie zajęć, które pomogą uczniom rozpoznawać sytuacje związane z problemami emocjonalnymi, a także odpowiednio na nie reagować.
4. Zasadne jest kontynuowanie działań wspierających budowanie relacji rówieśniczych, takich jak wyjazdy integracyjne w klasach pierwszych oraz warsztaty rozwijające współpracę i więzi społeczne w klasach starszych.

XI. Konfrontacja zamierzonych celów programu z osiągnięciami

Przeprowadzone w bieżącym roku szkolnym badania ankietowe oraz liczne obserwacje pozwalają na stwierdzenie, że trafnie obrany został obszar pracy naszego liceum. Wyniki są zadawalające ale wskazują jednocześnie na sfery wymagające doskonalenia

i poprawy. W dalszym ciągu należy pracować nad atmosferą w szkole, wzajemną komunikacją, usamodzielnianiem uczniów oraz poczuciem odpowiedzialności za siebie i innych. Istnieje również potrzeba wzmożonej pracy wychowawczej w obszarze uspołeczniania uczniów w tym aktywizowania młodzieży do podejmowania działań na rzecz społeczności szkolnej.

XII. Raport

Priorytetem działań w roku szkolnym 2025/2026 będzie *doskonalenie kompetencji interpersonalnych uczniów, wspierając rozwój umiejętności rozpoznawania emocji i potrzeb innych ludzi, reagowania w sytuacjach trudnych, tworzenia relacji opartych na zaufaniu oraz utrzymywania granic psychicznych i fizycznych.*

W dalszym ciągu naszym zadaniem będzie budowanie i wzmacnianie poczucia przynależności uczniów do wspólnoty klasowej i szkolnej poprzez kształtowanie postaw solidarności, odpowiedzialności za klimat społeczny i zaangażowania w działania wspierające zdrowie psychiczne innych.

Atmosfera w szkole ma ogromne znaczenie na funkcjonowanie i poczucie przynależności uczniów do społeczności szkolnej. W procesie dydaktyczno – wychowawczym pozytywna informacja zwrotna uzyskiwana przez uczniów ma realny wpływ na budowanie poczucia własnej wartości uczniów. Zaufanie i działania nastawione na wzmocnienie relacji interpersonalnych podnoszą wzajemne zaufanie i ułatwiają współpracę i wspólne uczenie się. Pozytywny klimat zmniejsza też liczbę nieobecności uczniów w szkole, co przekłada się na ich wyniki w nauce. Znaczenie ma też poczucie bezpieczeństwa wynikające z niskiego poziomu agresji i przemocy szkolnej.

Klimat szkoły wpływa też na zaangażowanie nauczycieli i stabilność grona pedagogicznego, a to z kolei sprzyja poprawie wyników nauczania. Trzeba też podkreślić, że różne wymiary klimatu społecznego wpływają na skuteczność różnego rodzaju interwencji szkolnych, a także zmniejszają negatywny wpływ różnic społeczno-ekonomicznych między uczniami.

Profilaktyka pozytywna - to działania, które opierają się na równoważeniu lub redukowaniu siły czynników ryzyka (zagrożeń) poprzez rozwijanie i wzmacnianie istotnych zasobów indywidualnych i środowiskowych (czynników chroniących i wspierających).

Zgodnie z jej nurtem coraz większą uwagę należy koncentrować na działaniach dotyczących kształtowania, doskonalenia umiejętności odpierania presji społecznej, rozwijania postaw osobistego zaangażowania, trenowania innych ważnych umiejętności życiowych oraz do budowania przekonań i systemu wartości u naszej młodzieży.

Diagnoza środowiska szkolnego

Spostrzeżenia:

***Niestety nadal obserwujemy trudności naszych uczniów w obszarze zaburzeń zdrowia psychicznego. Mimo podejmowanych działań profilaktycznych w dalszym ciągu dostrzegamy wzrost

liczby młodzieży, która przeżywa trudności w sferze emocjonalnej. Najczęściej doświadczane przez uczniów problemy dotyczą: zaburzeń nastroju, koncentracji uwagi, poczucia lęku, niepokoju, napadów paniki, stanów depresyjnych, przemęczenia i wypalenia oraz braku samodzielności.

Zauważmy niepokojącą tendencję do ukrywania przez rodziców trudności swoich dzieci. Dotyczy to głównie uczniów klas młodszych.

Wobec powyższego od początku roku szkolnego podejmowane są nieustanne działania mające na celu monitorowanie stanu emocjonalnego w tym psychicznego uczniów. Prowadzone są indywidualne konsultacje i rozmowy z uczniami mające na celu udzielanie wsparcia i realnej pomocy młodzieży w trudnej sytuacji w tym w sytuacji kryzysu psychicznego. Odbywają się również spotkania z terapeutami uczniów podczas, których wypracowywany jest spójny zakres działań wspierających ucznia.

Na podstawie rozmów indywidualnych i grupowych z uczniami oraz prowadzonych obserwacji najczęstsze problemy, które zgłaszają uczniowie to:

- napięcie emocjonalne
- poczucie przeciążenia
- brak czasu na odpoczynek , relaks, realizację zainteresowań
- niezdrowa rywalizacja w klasie
- powierzchowne relacje rówieśnicze
- osamotnienie

Niepokojący jest fakt zaobserwowanych w bieżącym roku szkolnym zachowań agresywnych wśród uczniów szczególnie klas I.

Dostrzegamy pojawiające się coraz częściej zjawisko niszczenia szklonego mienia oraz brak poszanowania dla cudzej własności.

*** Zauważamy, że identyfikacja uczniów ze szkołą wynika przede wszystkim z powodu odczuwanej satysfakcji z jej wysokiego miejsca w rankingu niż podzielania wspólnych wartości. Uczniowie w dużej mierze nie czują się częścią wspólnoty szkolnej, ponieważ nie znają idei i wartości jakie za nią stoją.

**** Niepokojący jest fakt, iż uczniowie niechętnie biorą udział w organizowanych dla nich zajęciach profilaktycznych w tym takich, które rozwijają ich kompetencje miękkie. Komunikują brak potrzeby budowania relacji rówieśniczych przy jednoczesnym poczuciu osamotnienia.

Powyżej przedstawione problemy uczniów stanowią realne zagrożenie podejmowania przez nich zachowań ryzykownych (picia alkoholu, sięgania po środki psychoaktywne, uzależnienia od telefonu, internetu, gier) jako sposobu na rozładowanie napięcia. Dlatego też, należy nieustannie zachowywać czujność , uważnie obserwować zachowanie młodzieży, a w razie potrzeby podejmować adekwatne do sytuacji działania.

Ponadto wśród uczniów znajdujących się w opiece psychologiczno – pedagogicznej jest również młodzież w kryzysie tożsamości płciowej.

Uczniom, którzy zgłosili się bądź zostali zgłoszeni przez nauczycieli/rodziców zostało udzielane wsparcie. Gdy w naszej ocenie rozpoznany problem był poważniejszy i wymagał pomocy zewnętrznej (np. psychoterapii, wizyty u psychiatry itp.) rodzice i uczniowie dostawali wskazówki postępowania i adresy miejsc do których powinni się zgłosić.

Uczniowie którym udzielono porad i konsultacji u pedagoga bądź psychologa szkolnego objęci zostali stałą opieką specjalistów.

XIII. Modyfikacja programu

Wobec niestety stale narastających trudności w sferze emocjonalnej, społecznej naszych uczniów konieczne jest dbanie o atmosferę środowiska edukacyjno – wychowawczego opartego o wzajemny szacunek i zrozumienie. Dlatego też tak duże znaczenie ma kontynuowanie działań mających na celu kształtowanie prawidłowych relacji w szkole jak również prowadzenie szeroko pojętej profilaktyki w obszarze zdrowia psychicznego naszych uczniów. Istotnym działaniem w tym zakresie powinny stanowić warsztaty psychoedukacyjne skierowane zarówno do młodzieży jak i rodziców.

Szkolny Program Wychowawczo – profilaktyczny uwzględniac będzie Podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państw w roku szkolnym 2025/2026.

Szkolny system wsparcia zdrowia psychicznego młodzieży

W odpowiedzi na potrzeby uczniów istnieje konieczność realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia, którego głównymi celami będzie:

1. wzrost świadomości społeczności szkolnej na temat znaczenia zdrowia psychicznego dla rozwoju ucznia (destygmatyzacja tematyki zdrowia psychicznego),
2. stworzenie w szkole klimatu wspierającego zdrowie psychiczne młodych osób,
3. wzrost wiedzy wszystkich członków społeczności szkolnej na temat możliwości zadbania o swoje zdrowie psychiczne (w formie instytucjonalnej i terapeutycznej) oraz tego, gdzie można się zwrócić o pomoc w przypadku dostrzeżenia u siebie lub u kogoś objawów zagrażających zdrowiu psychicznemu,
4. wzrost świadomości na temat zagrożeń i problemów zdrowia psychicznego doświadczanych przez uczniów i uczennice oraz ich środowisko rodzinne,
5. zapewnienie młodzieży doświadczającej problemów możliwości uzyskania profesjonalnego wsparcia oraz zapobieżenie dalszej eskalacji trudności.
6. Dokonanie diagnozy środowiska szkolnego – uczniów i nauczycieli (badanie ankietowe) w zakresie umiejętności udzielania „ Pierwszej pomocy emocjonalnej”

Sposoby realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia:

Prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych w zakresie:

1. rozwijania kompetencji miękkich jako sposobu na ochronę zdrowia psychicznego i poprawę dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży, w tym umiejętności komunikacji społecznej i wewnętrznej,
2. promowania wiedzy i umiejętności na temat korzystania z nowych technologii komunikowania tak, by utrzymywać zdrowie psychiczne oraz przeciwdziałanie inicjacji w zakresie różnych zachowań ryzykownych dla zdrowia psychicznego poprzez dostarczenie odpowiedniej informacji oraz wzmacnianie czynników chroniących i redukcję czynników ryzyka,
3. poszerzania wiedzy i umiejętności na temat radzenia sobie w trudnych sytuacjach, które mogłyby prowadzić do pogorszenia zdrowia psychicznego,
4. wspierania rozwoju duchowego młodzieży jako sposobu na zachowanie dobrostanu psychicznego i radzenie sobie w obliczu dylematów.

Aby efektywnie wspierać zdrowie psychiczne uczniów i przeciwdziałać jego zagrożeniom wychowawcy, nauczyciele, psycholodzy i pedagodzy powinni zaangażować się w realizację Szkolnego Systemu Wsparcia by uzyskać efekty podejmowanych działań

Istotnym aspektem Szkolnego Systemu Wsparcia Zdrowia Psychicznego Młodzieży jest aktywne włączanie rodziców w proces nabywania kompetencji rodzicielskich. Budowania w rodzicach idei świadomego i uważnego rodzicielstwa, które z jednej strony opiera się na wiedzy (dotyczącej rozwoju dziecka, a także psychologicznych konsekwencji popełnianych błędów wychowawczych), a z drugiej na zaufaniu własnej intuicji i uważnym wsłuchiwaniu się w potrzeby dziecka by mogli być realnym wsparciem dla swoich dzieci. Istotne jest aby wyposażyć rodziców w wiedzę dotyczącą rozwoju emocjonalnego zdolnego dziecka w kontekście jego prawidłowego rozwoju, budowania indywidualnej tożsamości, poczucia podmiotowości i sprawstwa.

Działania podejmowane przez wychowawców i nauczycieli w ramach realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia:

- integracja zespołów klasowych,
- okazywanie zrozumienia uczniom,
- życzliwe podejście wobec trudności ucznia,
- dostosowywanie wymagań edukacyjnych do możliwości i potrzeb ucznia,
- wykazywanie czujności wobec wszelkich zmian w zachowaniu uczniów,
- informowanie szkolnych specjalistów i rodziców uczniów o swoich spostrzeżeniach, obserwacjach dotyczących zmian w funkcjonowaniu ucznia
- podejmowanie na godzinach wychowawczych tematyki z zakresu profilaktyki zdrowia psychicznego według harmonogramu działań profilaktycznych, który uwzględnia zadania Szkolnego Systemu Wsparcia.

Działania podejmowane przez szkolnych i zewnętrznych specjalistów, w ramach realizacji Szkolnego Systemu Wsparcia

Klasy	Program profilaktyczny	Wykonawca	Czas trwania
Klasy I	„Wyjazd integracyjny” • budowanie relacji • tworzenie więzi i świadomości grupowej • zwiększenie poczucia bezpieczeństwa w zespole klasowym	Biuro turystyczne „BUXIDA”	Wyjazd 2 dniowy
	„ Program profilaktyczny Epsilon” Cele programu i przewidywane efekty: • Rozwijanie umiejętności życiowych jako zbioru zasobów i kompetencji pozwalających na skuteczne radzenie sobie z trudnościami żywymi.	Centrum profilaktyki innowacyjnej Stowarzyszenie EPSILON	5 godzin
	„Bądźmy na siebie uważni – czyli o zdrowiu psychicznym bez wstydu” • zaznajomienie z pojęciem zdrowia psychicznego, problemów psychicznych • zachęcenie do poszukiwania wsparcia i pomocy u psychologa i psychiatry • zmniejszenie stygmatyzacji i dyskryminacji osób w kryzysie psychicznym	Szkolni specjaliści	1 godzina
	„Team Building – budowanie zespołu klasowego” - „ Warsztaty konstruktywnych zachowań” • zrozumienie podstaw funkcjonowania zespołu klasowego • zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i ról w zespole klasowym • tworzenie więzi i świadomości grupowej • poznanie swoich słabych i mocnych stron – zadania kooperacyjne	MDK „ Ochota”	3 godziny

Klasy II	„Samoocena i budowanie poczucia własnej wartości” Rozwinięcie wiedzy na temat tego czym jest samoocena, jak się kształtuje i wpływa na nasze decyzje i zachowanie. Wzmocnienie poczucia własnej wartości i rozwijanie pozytywnej samooceny. Budowanie zdrowej samooceny w erze cyfrowej.	Szkolni specjaliści	1 godzina
Kl. 2c i 3c	„ Ja w relacjach” Wzmocnienie czynników chroniących młodzież przed zachowaniami ryzykownymi Budowanie pozytywnego klimatu szkoły i relacji uczeń- nauczyciel -rodzic	Fundacja Centrum Terapii „ Rodzina od nowa”	5 zajęć po 2 godz. lekcyjne
	„ Zaburzenia odżywiania- anoreksja , bulimia”	Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów IMFSA	1 godzina
Klasy III	„Planowanie przyszłości i wyznaczanie celów” Znaczenie posiadania celów oraz planowania - dlaczego warto mieć cele, jak je realistycznie wyznaczać i realizować? Nauka rozróżniania marzeń od celów i formułowania ich w sposób realistyczny. Praktyczne zastosowanie metody SMART. Planowanie działań krok po kroku oraz radzenie sobie z przeszkodami. Budowanie motywacji wewnętrznej i konsekwencji w działaniu.	Szkolni specjaliści	1 godzina
Wybrane klasy	Warsztaty konstruktywnych zachowań	MDK, „ Ochota”	3 godziny

Klasy IV	Kampania „Antitobacco” Zwrócenie uwagi na negatywne skutki palenia tytoniu	Międzynarodowe Stowarzyszenie Studentów IMFSA	1 godzina
	Program diagnostyczno-profilaktyczny "Prawo jazdy smartfonem i AI" kształtowanie zdrowych nawyków korzystania ze smartfonu i komputera, oraz prewencja zachowań ryzykownych (uzależnienie, cyberprzemoc, celowe oglądanie pornografii, sexting) – profilaktyka uzależnień	Fundacja Edukacji Zdrowotnej i Psychoterapii	2 godziny
	„Jak radzić sobie ze stresem przed egzaminem” • Zrozumienie specyfiki reakcji stresowej • Wzbudzanie życzliwości wobec siebie i przeciwdziałanie wewnętrznej krytyce • Rozpoznawanie pułapek myślowych • Pozytywne nastawienie do sytuacji stresowej	Szkolni specjaliści	1 godzina

Zakończenie

Szkolny Program Wychowawczo - Profilaktyczny skierowany jest do uczniów, nauczycieli i rodziców. SPWP jest realizowany przez nauczycieli, wychowawców, zespół pomocy psychologiczno-pedagogicznej, pracowników niepedagogicznych szkoły, RR, SU.

Program stanowi załącznik do Statutu Szkoły oraz jest podstawą do tworzenia planów wychowawczo-profilaktycznych klas.

Szkolny Program Wychowawczo-Profilaktyczny przyjęto do realizacji na podstawie uchwały Rady Rodziców z dnia

**Harmonogram działań wychowawczo-profilaktycznych w roku szkolnym 2025/2026
uwzględniający realizację zadań Szkolnego Systemu Wsparcia**

Klasa	Obszar	Temat	Termin realizacji	Odpowiedzialni
Klasy I	Zdrowie	Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa w szkole.	Wrzesień 2025	Wychowawcy klas Nauczyciele
		Bądź eko na co dzień	I i II semestr	Wychowawcy
		Jak się efektywnie uczyć się by umiejętnie wykorzystywać swój potencjał (mocne strony)	Październik 2025	Wychowawca klas
		Właściwe rozpoznawanie i zaspakajanie potrzeb emocjonalnych jako fundamenty zdrowia psychicznego.	Listopad 2025	Wychowawcy klas
		Zachowania ryzykowne – problematyka uzależnień. „Palenie tytoniu/ e-papierosów a zdrowie”	Marzec 2026	Wychowawcy
		Aktywny i zdrowy styl życia inwestycją w przyszłość	Kwiecień 2026	Wychowawcy Nauczyciele wf

	Relacje	Zajęcia integracyjne – budowanie bezpiecznego środowiska, zapobieganie wykluczeniom społecznym	Wrzesień 2025	Wychowawca Specjaliści
		Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego (10 października) „Wrażliwi na ludzi” Stygmatyzacja języka	Październik 2025	Wychowawcy Nauczyciele języka polskiego
		Granice żartu – kiedy zaczyna się przemoc	Listopad 2025	Wychowawcy
	Kultura	Efektywna komunikacja. Rozwijanie kompetencji komunikacyjnych oraz umiejętności współpracy.	Styczeń 2026	Wychowawca
		Budowanie kompetencji społecznych. Bezpieczne funkcjonowanie w zmieniającej się rzeczywistości.	Luty 2026	Wychowawca
		„ Czy łatwo się różnić” – empatia i wielokulturowość	Grudzień 2025	Wychowawca

	Bezpieczeństwo	Obowiązki szkolne ucznia ze szczególnym uwzględnieniem systematycznego uczęszczania do szkoły	Wrzesień 2025	Wychowawca
		Uznanie i cierpliwość dla różnic. Tolerancja jako jeden z filarów życia społecznego.	Październik 2025	Wychowawca
		Wyjście poza JA - rozwijanie otwartej postawy na świat i innych ludzi <i>(poczucie odpowiedzialności społecznej oraz świadomości ekologicznej)</i>	Czerwiec 2026	Wychowawca , Nauczyciel biologii
		Tożsamość narodowa - czym jest dla mnie?	Listopad 2025	Wychowawca
		Człowiek wśród nowoczesnych technologii – jak mądrze, świadomie i bezpiecznie z nich korzystać	Luty 2026	Wychowawca, Nauczyciel informatyki

		Moje działanie, Moje decyzje – analiza, konsekwencje, alternatywy	Kwiecień 2026	Wychowawca
		Zachowanie bezpieczeństwa na drodze. Pierwsza pomoc.	Maj 2026	Wychowawca

Klasa	Obszar	Temat	Termin realizacji	Odpowiedzialni
Klasy II	Zdrowie	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa w szkole	Wrzesień 2025	Wychowawca
		„Klimat się zmienia- zmieńmy swoje przyzwyczajenia"	I i II semestr	Wychowawca
		Umiejętne gospodarowanie własnym czasem - znaczenie odpoczynku i snu	Październik 2025	Wychowawca
		Jak oswoić stres?	Październik 2025	Wychowawca
		Nie bądź obojętny – jak budować kulturę reagowania	Listopad 2025	Wychowawcy
		Nie tylko zadanka. Aktywny styl życia i zdrowe żywienie jako sposób dbania o sprawność umysłową i intelektualną.	Grudzień 2025	Wychowawca
		Bezpieczeństwo i podstawy pierwszej pomocy	Maj 2026	Nauczyciel EDB
	Relacje	Postawa koleżeńska – co to oznacza?	Wrzesień 2025	Wychowawca
		Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego (10 października) „Wrażliwi na ludzi” Stygmatyzacja języka	Październik 2025	Wychowawcy Nauczyciele języka polskiego

	Kultura	Nie to Nie. Asertywna komunikacja	Listopad 2025	Wychowawca
		Przemoc i jej różne oblicza	Marzec 2026	Wychowawca
		Kreatywność, przedsiębiorczość jak ich używać?	Kwiecień 2026	Wychowawca
		Różnorodność jako siła	Maj 2026	Wychowawca
		Radzenie sobie w sytuacjach konfliktowych, nauka negocjacji, mediacji i współpracy w konflikcie	Czerwiec 2026	Wychowawca
		Ściąganie - koleżeństwo czy oszustwo?	Styczeń 2026	Wychowawca
		Po co nam normy i zasady- czy wolno je łamać? / ściąganie, frekwencja szkolna, prawa autorskie/	Luty 2026	Wychowawca
		Wartości narodowe – czym są dla mnie, czemu służą?	Listopad 2025	Wychowawca
	Bezpieczeństwo	Pozytywna siła wielokulturowości	Grudzień 2025	Wychowawca
		Budowanie postawy tolerancji i akceptacji dla odmienności	Październik 2025	Wychowawca

		Środki psychoaktywne - skutki zdrowotne, społeczne i psychologiczne	Marzec 2026	Wychowawca
		Manipulacja w świecie mediów. O istocie krytycznego myślenia.	Kwiecień 2026	Wychowawca
		Co wpływa na moje decyzje? Kształtowanie świadomego i racjonalnego podejmowania decyzji	Maj 2026	Wychowawca
		Mechanizmy uzależnienia od aplikacji telefonicznych	Czerwiec 2026	Wychowawca
		Bezpieczny na drodze	Czerwiec 2026	Wychowawca

Klasa	Obszar	Temat	Termin realizacji	Odpowiedzialni
Klasy III	Zdrowie	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa w szkole	Wrzesień 2025	Wychowawca
		Kryzys klimatyczny jak zachowywać się w jego obliczu – czyli o tym co każdy z nas może zrobić dla ochrony klimatu i środowiska.	I i II semestr	Wychowawca
		Zdrowie i badania profilaktyczne – ABC	Grudzień 2025	Wychowawca
	Relacje	Mechanizm i skutki uzależnienia	Marzec 2026	Wychowawca
		Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego (10 października) „Wrażliwi na ludzi” Stygmatyzacja języka	Październik 2025	Wychowawcy Nauczyciele języka polskiego
		Niezależne myślenie i przeciwstawianie się naciskom grupy u progu dorosłości	Październik 2025	Wychowawca
		Wzmacnianie kompetencji relacyjnych i komunikacyjnych	Listopad 2025	Wychowawca
		Wykluczenie społeczne i przemoc – jak sobie z nimi radzić?	Listopad 2025	Wychowawca

	Kultura	U progu dorosłości - przygotowanie do: samodzielności i odpowiedzialności	Grudzień 2025	Wychowawca
		Handel ludźmi – jak rozpoznać zagrożenie i jak się przed nim chronić ?	Marzec 2026	Wychowawca
		Nie lajkuj krzywdy – jak reagować na cyberprzemoc.	Kwiecień 2026	Wychowawca
		Czym są dla mnie wartości uniwersalne?	Marzec 2026	Wychowawca
		Moc kultur	Listopad 2025	Wychowawca
	Bezpieczeństwo	Mój wizerunek – czyli o tym jak zachowuje się, jak traktuję innych ludzi	Grudzień 2025	Wychowawca
		Świat widziany wieloma oczami, czyli o empatii i tolerancji	Październik 2025	Wychowawca
		Choroby cywilizacyjne - czynniki ryzyka, czynniki chroniące	Styczeń 2026	Wychowawca
		Nadmierne korzystanie z Internetu, telefonu komórkowego - korzyści i straty	Luty 2026	Wychowawca
		Nagle nieprzewidziane sytuacje - jak się zachować	Marzec 2026	Wychowawca

Klasa	Obszar	Temat	Termin realizacji	Odpowiedzialni
Klasy IV	Zdrowie	Przypomnienie zasad bezpieczeństwa w szkole	Wrzesień 2025	Wychowawca
		Wczujmy się w klimat – zajęcia proekologiczne	Październik 2025	Wychowawca
		Zarządzanie czasem- zachowanie równowagi między pracą, a odpoczynkiem	Październik 2025	Wychowawca
		Zadbaj o siebie – w zdrowym ciele zdrowy duch	Listopad 2025	Wychowawca
		Bądź odważny – badaj się!	Marzec 2026	Wychowawca
	Relacje	Jestem wrażliwy na potrzeby innych – niezwykła moc pomagania	Wrzesień 2025	Wychowawca
		Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego (10 października) „Wrażliwi na ludzi” Stygmatyzacja języka	Październik 2025	Wychowawcy Nauczyciele języka polskiego
		Wędrując ku dorosłości	Grudzień 2025	Wychowawca

	Kultura	Trudna sztuka odmawiania – jak być asertywnym	Styczeń 2026	Wychowawca
		Kreatywność, przedsiębiorczość- cechy, których szukam	Luty 2026	Wychowawca
		Ja w wielokulturowym świecie	Marzec 2026	Wychowawca
		Znam swoje prawa i obowiązki	Listopad 2025	Wychowawca
		W świecie kultury	Styczeń 2026	Wychowawca
	Bezpieczeństwo	Nie ryzykuj – podejmuj odpowiedzialne decyzje.	Październik 2025	Wychowawca
		Jestem odpowiedzialny na drodze	Marzec 2026	Wychowawca

*** We wszystkich klasach wychowawcy we wrześniu zapoznają uczniów ze „Standardami Ochrony Małoletnich”

