

# **PROGRAM WYCHOWAWCZO – PROFILAKTYCZNY**

## **ZESPOŁU SZKÓŁ NR 3 W RYBNIKU**

**Szkoła Podstawowa Mistrzostwa Sportowego nr 31**

**V Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Integracyjnymi im. Jerzego Kukuczki**

*„Nie idź za mną, bo nie umiem prowadzić.  
Nie idź przede mną, bo mogę za tobą nie nadążyć.  
Idź po prostu obok mnie i bądź moim przyjacielem.”  
/Albert Camus/*

**ROK SZKOLNY 2025/2026**

## **I. PODSTAWA PRAWNA:**

1. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997r. (Dz.U. 1997 nr 78, poz. 483 z późn. zm.);
2. Ustawa z dnia 6 czerwca 1997r. Kodeks postępowania karnego (Dz.U. 2025, poz. 46);
3. Ustawa z dnia 17 listopada 1964 – Kodeks postępowania cywilnego (Dz.U. 2023, poz. 1550 z późn. zm.);
4. Konwencja o Prawach Dziecka przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopad 1989r. (Dz.U. 1991 nr 120 poz. 526);
5. Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe (Dz. U. z 2025, poz. 1043);
6. Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii z dnia 29 lipca 2005r. (Dz.U. 2023, poz. 1939);
7. Ustawa z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz.U. 2024, poz. 917);
8. Ustawa o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych z dnia 9 listopada 1995r. (Dz.U. 2024, poz. 1162 z późn. zm.);
9. Ustawa z dnia 7 września 1991r. o systemie oświaty (Dz.U. 2025, poz. 881 z późn. zm.);
10. Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi z dnia 26 października 1982r. (Dz.U. 2023 poz. 2151);
11. Ustawa z dnia 9 czerwca 2022 r. o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich (Dz.U. 2024 poz. 978 z późn. zm.);
12. Ustawa o przeciwdziałaniu przemocy domowej z dnia 29 lipca 2005 (Dz.U. 2024 poz. 1673);
13. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. 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. 2017 poz. 356 z późn. zm.);
14. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 sierpnia 2012 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2012 r. poz. 977 z późn. zm.);
15. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 18 sierpnia 2015 r. w sprawie zakresu i form prowadzenia w szkołach i placówkach systemu oświaty działalności wychowawczej, edukacyjnej, informacyjnej i profilaktycznej w celu przeciwdziałania narkomanii (Dz.U. 2020, poz. 1449);
16. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 1 lutego 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych, w tym publicznych poradni specjalistycznych (Dz.U. 2023 poz. 2499);
17. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie zasad organizacji i udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach (Dz.U. 2023, poz. 1798);

18. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie warunków organizowania kształcenia, wychowania i opieki dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie i zagrożonych niedostosowaniem społecznym (Dz. U. 2020 poz. 1309 z późn. zm.);
19. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 28 lutego 2019 r. w sprawie szczegółowej organizacji publicznych szkół i publicznych przedszkoli (Dz.U. z 2023 r. poz. 2736 z późn. zm.);
20. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie indywidualnego obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego dzieci i indywidualnego nauczania dzieci i młodzieży (Dz. U. z 2023 r. poz. 2468 z późn. zm.).
21. Kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2025/2026:
  - Kształtowanie myślenia analitycznego poprzez interdyscyplinarne podejście do nauczania przedmiotów przyrodniczych i ścisłych oraz poprzez rozwijanie umiejętności matematycznych w kształceniu ogólnym.
  - Szkoła miejscem edukacji obywatelskiej - kształtowanie postaw patriotycznych, społecznych i obywatelskich, odpowiedzialności za region i ojczyznę, dbałości o bezpieczeństwo własne i innych.
  - Promocja zdrowego trybu życia w szkole - kształtowanie postaw i zachowań prozdrowotnych. Wspieranie aktywności fizycznej uczniów.
  - Profilaktyka przemocy rówieśniczej. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, wsparcie w kryzysach psychicznych.
  - 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.
  - Promocja kształcenia zawodowego w szkołach podstawowych oraz w środowisku pracodawców. Wzmocnienie roli doradztwa zawodowego.
  - Rozwijanie zainteresowania kulturą i językiem polskim wśród Polonii. Nauczanie języka polskiego w środowiskach polonijnych.
  - Wspieranie aktywności poznawczej i poczucia sprawczości ucznia poprzez promowanie oceniania kształtującego i metod aktywizujących w dydaktyce.
22. Statut Szkoły.
23. Standardy Ochrony Małoletnich.

## WSTĘP

Program wychowawczo-profilaktyczny Zespołu Szkół nr 3 w Rybniku jest dokumentem koordynującym różne działania szkoły o charakterze wychowawczym oraz profilaktycznym. Wychowanie, obok kształcenia, to najważniejsza funkcja, jaką pełni szkoła. Niniejszy dokument powstał na podstawie dokumentów prawnych wymienionych powyżej oraz w oparciu o diagnozę środowiska szkolnego (obserwacje, wywiady, rozmowy z uczniami, rodzicami, nauczycielami, wnioskami z posiedzeń Rady Pedagogicznej, ankietę przeprowadzoną wśród uczniów, nauczycieli, rodziców/opiekunów prawnych). Niezaprzeczalnym jest fakt wpływu oddziaływań szkoły na osobowość uczniów. To tutaj nasi uczniowie kształtują kompetencje społeczne, tak ważne w dzisiejszym świecie. Uczą się prawidłowych zasad współżycia społecznego, a także funkcjonowania wśród innych uczniów, także niepełnosprawnych. Staramy się, by relacje uczeń - nauczyciel, uczeń - uczeń przebiegały w atmosferze wzajemnego szacunku i życzliwości. Oprócz szeroko pojętej tolerancji i integracji wzmocnimy dyscyplinę, wytrwałość, sumienność, uczciwość, wiarę w siebie i swoje możliwości oraz umiejętność pracy w grupie. Naszym celem jest też wzmocnienie poczucia tożsamości narodowej, przywiązania do tradycji narodowych, przygotowania i zachęcania do podejmowania działań na rzecz środowiska szkolnego i lokalnego, w tym angażowania się w działalność wolontariatu. Pragniemy by nasz uczeń, a w przyszłości absolwent oprócz cech wymienionych powyżej - wykazywał postawę szacunku dla środowiska przyrodniczego, działał na rzecz ochrony środowiska, rozwijał zainteresowania ekologią.

Naszym celem jest wyposażenie uczniów w takie umiejętności i wartości, aby osiągnęli pełnię rozwoju w sferze fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej. Cele i zadania będą systematycznie realizowane poprzez program wychowawczo- profilaktyczny szkoły, które są skorelowane i odpowiadają na potrzeby środowiska szkolnego na podstawie diagnozy.

Wychowanie i profilaktyka są ze sobą ściśle powiązane: wychowanie pełni rolę nadrzędną, nadającą profilaktyce sens. Mają wspólny obszar, jakim jest profilaktyka uniwersalna, będąca wzbogacaniem działań wychowawczych o treści profilaktyczne. Profilaktyka poprzez swoje działanie zapobiegawcze i korekcyjne tworzy warunki do sprawnej realizacji procesu wychowawczego.

W Zespole Szkół nr 3 w Rybniku w ramach programu wychowawczo-profilaktycznego realizowane są następujące programy i projekty profilaktyczne:

- programy profilaktyki uniwersalnej:
  - „Ars, czyli jak dbać o miłość” – program rekomendowany (program opracowany przez Państwową Inspekcję Sanitarną),
  - „Smak życia czyli debata o dopalaczach” (program przygotowany przez Ministerstwo Zdrowia oraz Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii),
  - „Godzina dla Młodych głów” (program pilotażowy opracowany przez Fundację UNAWEZA). Celem programu jest normalizowanie rozmów o zdrowiu psychicznym, rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych i świadomości wśród dzieci i młodzieży,
  - „Resql” – aplikacja wspierająca szkoły w rozwiązywaniu problemów przemocy rówieśniczej,
- program profilaktyki zintegrowanej:
  - „Archipelag skarbów” – program rekomendowany przez Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Krajowe Biuro Przeciwdziałania Narkomanii, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Instytutu Psychiatrii i Neurologii (opracowany przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej),
- programy edukacyjne:
  - „Wybierz życie-pierwszy krok”, profilaktyka wirusa HPV oraz raka szyjki macicy (program opracowany przez Państwową Inspekcję Sanitarną),
  - „Ogólnopolski Program Profilaktyki Czerniaka” (program opracowany przez Instytut im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie),
  - „Podstępne WZW” dotyczący profilaktyki zakażeń HAV, HBV i HCV (program opracowany przez Państwową Inspekcję Sanitarną),
  - „Znamie! Znam je? (program opracowany przez Państwową Inspekcję Sanitarną),
- program autorski:
  - „Uczę się uczyć” (program opracowany przez Justynę Gajdziszewską, Katarzynę Suwalską).

## II. SYLWETKA UCZNIA

Naszym dążeniem jest przygotowanie uczniów Zespołu Szkół nr 3 w Rybniku do efektywnego funkcjonowania w życiu społecznym oraz podejmowania samodzielnych decyzji w poczuciu odpowiedzialności za własny rozwój. Uczeń kończący szkołę, posiada następujące cechy:

- zna najnowsze rozwiązania z zakresu edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia,
- kieruje się w codziennym życiu zasadami etyki i moralności,
- zna i stosuje zasady dobrych obyczajów i kultury bycia,
- szanuje siebie i innych,
- jest odpowiedzialny,
- przestrzega zasad bezpieczeństwa i higieny życia,
- zna i rozumie zasady współżycia społecznego,
- jest tolerancyjny,
- korzysta z różnych źródeł wiedzy i informacji, racjonalnie wykorzystuje narzędzia i technologie informatyczne,
- posiada wiedzę na temat współczesnych zagrożeń społecznych i cywilizacyjnych,
- szanuje potrzeby innych i jest chętny do niesienia pomocy,
- integruje się z rówieśnikami i prawidłowo funkcjonuje w zespole,
- jest samodzielny i kreatywny,
- bezpiecznie i odpowiedzialnie korzysta z zasobów dostępnych w sieci,
- przejawia wartości patriotyczne.

## II. DIAGNOZA ŚRODOWISKA SZKOŁY

Zespołu Szkół nr 3 w Rybniku liczy 37 oddziałów (w tym 8 oddziałów szkoły podstawowej, 28 liceum, 1 oddział liceum szkoły dla dorosłych). Łącznie uczęszcza do niej 853 uczniów (166 uczniów szkoły podstawowej, 666 licealistów, 21 licealistów szkoły dla dorosłych). Kadra pedagogiczna jest doświadczona w pracy z dziećmi i młodzieżą. W szkole zatrudnieni są także specjaliści przygotowani do pracy z uczniami posiadającymi różne dysfunkcje (pedagodzy specjaliści, logopeda, terapeuta SI, terapeuci pedagogiczni). W ofercie szkoły znajdują się zajęcia pozalekcyjne: sportowe, wokalne, dydaktyczno-wyrównawcze, terapeutyczne, rewalidacyjne, korekcyjno-kompensacyjne.

W gronie uczniów, nauczycieli i rodziców Zespołu Szkół nr 3 w Rybniku zostało przeprowadzone badanie ankietowe, którego celem było zebranie informacji o zagrożeniach występujących w środowisku szkolnym oraz pozaszkolnym. Zadaniem każdego z 331 respondentów była szczerza i anonimowa odpowiedź na kilkanaście zadanych pytań. Zebrany materiał pozwolił na sformułowanie wniosków na temat stanu bezpieczeństwa w szkole, a także prowadzonych na jej terenie działań wychowawczo-profilaktycznych. Na ich podstawie przygotowany został obowiązujący w Zespole Szkół nr 3 w Rybniku Program Wychowawczo-Profilaktyczny 2025/26.

**Wyniki ankiety online uczniów Zespołu Szkół nr 3 w Rybniku - w ankiecie (załącznik nr 1) wzięło udział 225 uczniów: 76 uczniów szkoły podstawowej, 40 uczniów – klasy 1 liceum, pozostałe klasy liceum 109 osób.**

### **Wyniki ankiet (klasy 4a, 5a, 6a, 7a, 8a) uczniów szkoły podstawowej:**

- W badaniu wzięło udział 76 osób, spośród których większość (80%) deklaruje poczucie bezpieczeństwa w szkole oraz poczucie przynależności do społeczności szkolnej. Może to wynikać z atmosfery współpracy i wzajemnego szacunku w systemach klasowych (80%), możliwości częstego uczestnictwa uczniów w działaniach integracyjnych (100%) oraz chęci okazywania sobie wzajemnej pomocy w środowisku rówieśniczym (100%).
- Zdaniem uczniów, najbardziej atrakcyjnymi formami integracji są wycieczki i obozy szkolne (40%) oraz możliwość korzystania z telefonów na lekcji (40%). Poczucie bycia edukowanym w zakresie bezpiecznego korzystania z Internetu, umiejętność rozpoznawania fałszywych informacji w sieci oraz świadomość działań zapobiegających przemocy rówieśniczej deklaruje większość respondentów (60%), z których przeważająca grupa (80%) urządzeniom mobilnym poświęca 1-3 godziny dziennie.

- Nieco mniej badanych (40%) dostrzega działania edukacyjne w zakresie profilaktyki zdrowia i uzależnień, a także wspieranie uczniów mających trudności w nawiązywaniu relacji z rówieśnikami. Mimo to wszyscy badani (100%) zadeklarowali brak używania środków uzależniających, takich jak alkohol, papierosy i e-papierosy, napoje energetyzujące oraz substancje psychoaktywne.
- Jako niski, zdaniem uczniów szkoły podstawowej (20%), należy uznać poziom pomocy szkoły w wyborze przyszłego zawodu. Mimo to żaden z badanych nie zadeklarował chęci poruszania tego typu tematów w ramach lekcji wychowawczych. Wysłunięto propozycje podejmowania kwestii bieżących problemów w klasie (20%), bezpieczeństwa w sieci (20%) oraz snu (20%).

### **Wyniki ankiety online (klasy pierwsze liceum):**

- W badaniu wzięło udział 40 osób, spośród których zdecydowana większość odczuwa w szkole bezpieczeństwo zawsze (57.5%) lub czasami (35%). Połowa badanych (45%-52.5%) deklaruje poczucie bycia edukowanym w zakresie profilaktyki zdrowia i uzależnień oraz bezpiecznego korzystania z Internetu, a także świadomość działań zapobiegających przemocy rówieśniczej oraz wspierających nawiązywanie relacji. Duża grupa respondentów (ok. 40%) na zadane w tym obszarze pytania udzieliła odpowiedzi neutralnej (“nie wiem”), co oznacza, że odsetek uczniów negujących funkcjonowanie działań profilaktycznych jest bardzo niski.
- Większość uczniów (82,5%) odczuwa zdecydowaną bądź wystarczającą przynależność do społeczności szkolnej. Jeszcze więcej uczniów (92,5%) podkreśla atmosferę współpracy i wzajemnego szacunku w zespołach klasowych. Może to być spowodowane licznymi działaniami integracyjnymi, w których udział bierze zdecydowana większość uczniów (95%) często (55%) lub przynajmniej sporadycznie (40%). Za najatrakcyjniejsze formy integracji pierwszoklasiści uznają wycieczki szkolne, różne formy wyjść klasowych oraz projekty artystyczne. Wśród proponowanych tematów, jakie należy podejmować podczas lekcji wychowawczych, najczęściej wymieniano sprawy bieżące, a także kwestie związane z relacjami i integracją klasy, zdrowiem psychicznym, zdrowym odżywianiem, samoakceptacją oraz tolerancją wobec innych.
- Zdaniem większości uczniów klas pierwszych liceum (62,5%), nauczyciele w procesie edukacji wykorzystują nowoczesne technologie. Połowa badanych jednak (50%) sama nie korzysta z Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej, pomimo sporych ilości czasu przeznaczanych na korzystanie z urządzeń mobilnych (32,5% – 1-3 godziny; 40% – 3-6 godzin; 27,5% – powyżej 6 godzin). Ankietowani deklarują posiadanie umiejętności rozpoznawania fałszywych informacji w sieci (95%). Wydaje się więc, że działania profilaktyczne w zakresie

korzystania z Internetu powinny się koncentrować wokół tematyki zdrowia pod względem czasu i merytoryki użytkowania urządzeń mobilnych.

- Zdecydowana większość uczniów deklaruje prowadzenie zdrowego – pod kątem uzależnień – trybu życia: brak spożywania napojów energetyzujących (72,5%), papierosów lub e-papierosów (97,5%), alkoholu (100%) oraz substancji psychoaktywnych (100%). Z pomocy psychologiczno-psychiatrycznej korzysta około 25% badanych (12,5% – psychoterapia; 12,5% – pomoc psychiatryczna lub farmakologiczna).

### **Wyniki ankiety online (klasy drugie, trzecie i czwarte liceum):**

- W badaniu wzięło udział 109 osób. 86,2% ankietowanych uczniów deklaruje poczucie bezpieczeństwa w szkole, potwierdzając wynik badania uczniów klas pierwszych liceum ogólnokształcącego. Za niemal identyczne należy uznać także deklaracje świadomości podejmowania w szkole działań zapobiegających przemocy oraz promujących profilaktykę zdrowia, uzależnień oraz korzystania z Internetu – ok. 45%-51,4% respondentów zauważa te praktyki i z nich korzysta.
- Aż 89% badanych deklaruje częstą (62,4%) lub sporadyczną (26,6%) możliwość korzystania z działań integracyjnych. Pomimo to, nieco niższy (69,7%) niż w klasach pierwszych jest odsetek osób odczuwających przynależność do środowiska szkoły – przy czym tylko w 12,8% poczucie to jest zdecydowane. Wynik ten wyraźnie koresponduje z kwestią klimatu panującego w klasie – współpracę i wzajemny szacunek raczej odczuwa 50,5% uczniów, zdecydowanie zaś 14,7%. Opinii o panowaniu takiej atmosfery raczej nie podziela 23,9% respondentów, podobnie jak przynależności do środowiska szkoły raczej nie odczuwa 22% ankietowanych. Z wyników tych można więc wysnuć przypuszczenie, iż postrzeganie społeczności ogólnoszkolnej jest wprost skorelowane z atmosferą panującą w klasie ucznia.
- Preferowaną przez ankietowanych formą integracji są wycieczki kilkudniowe oraz jednorazowe wyjścia lub spacer, a także rozmowy i zajęcia kreatywne, prowadzone w mniejszych grupach. Zdaniem uczniów, na lekcjach wychowawczych należy poruszać przede wszystkim tematy związane z przyszłością zawodową, zdrowiem psychicznym, inteligencją emocjonalną, wzajemnym szacunkiem, samooceną oraz zjawiskiem hejtu. Respondenci akcentują także konieczność zwiększenia pomocy w zakresie wyboru drogi zawodowej (59,7%) oraz nawiązywania relacji rówieśniczych (35,8%).

- Większość uczniów (ok. 55%) docenia korzystanie przez nauczycieli z nowoczesnych technologii oraz deklaruje umiejętność rozpoznawania w sieci fałszywych informacji, choć tylko 5,5% regularnie korzysta z Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej. Wraz z przesuwaniem się na wyższe etapy edukacyjne, wzrasta ilość czasu dziennego użytkowania urządzeń mobilnych - aż 80,7% badanych poświęca im powyżej 3 godzin. Niewielki wzrost można zaobserwować także w kwestii korzystania z używek: napojów energetyzujących (38,5%), papierosów, e-papierosów i alkoholu (15,6%) oraz substancji psychoaktywnych (2,8%). Około 20% uczniów klas 2-4 liceum ogólnokształcącego korzysta z form pomocy specjalistycznej (12,8% – psychoterapia; 8,3% – pomoc psychiatryczna, połączona z leczeniem farmakologicznym).

#### **Wyniki ankiety online dla rodziców - w ankiecie (załącznik nr 2) wzięło udział 71 osób:**

- Zdecydowana większość (97,2%) jest przekonana o bezpieczeństwie swoich dzieci w szkole. Ponad 90% ankietowanych deklaruje także brak możliwości kontaktu ucznia z alkoholem (97,2%) i środkami psychoaktywnymi (95,8%) na terenie szkoły, a także niewystępowanie zjawisk cyberprzemocy klasowej (93%) oraz przemocy fizycznej (90,1%) w Zespole Szkół nr 3 w Rybniku. Nieco niższy (80,3%) jest odsetek osób deklarujących brak agresji psychicznej wobec swojego dziecka.
- Rodzice uczniów wysoko cenią sobie kontakt z nauczycielami i dyrekcją szkoły (90,2%) oraz poziom zabezpieczenia szkoły przed obecnością na jej terenie osób do tego nieupoważnionych (87,3%). 76,1% badanych dobrze ocenia atmosferę panującą w szkole, przy czym tylko jedna osoba uznała ją za złą, motywując swoje zdanie nieodpowiednim (“fałszywym”) zachowaniem uczniów.
- W celu prowadzenia w szkole skutecznej profilaktyki uzależnień, rodzice uczniów w zdecydowanej większości zarekomendowali częste rozmowy z ich dziećmi, warsztaty profilaktyczne i lekcje edukacyjne. Wśród proponowanych rozwiązań często zwracano także na konieczność wyciągania zdecydowanych konsekwencji wobec osób podejmujących działania niepożądane.

#### **Wyniki ankiety online dla nauczycieli - w ankiecie (załącznik nr 2) wzięło udział 35 nauczycieli:**

- Zdecydowana większość nauczycieli (85,7%) dostrzega potrzebę ciągłego zwiększania działań wspierających zdrowie psychiczne uczniów. W tym celu, zdaniem nauczycieli, należy nadal prowadzić wysoko przez nich oceniany Program Wychowawczo-Profilaktyczny, zwiększając ilość lekcji oraz zajęć warsztatowych prowadzonych przez specjalistów spoza środowiska szkoły (np. psychologów,

policjantów, kuratorów), wykorzystując lekcje wychowawcze do realizowania założeń Programu oraz prowadząc równolegle edukację nauczycieli odnośnie kwestii zdrowia psychicznego ich podopiecznych. Około 90% ankietowanych jest przekonanych o najwyższej skuteczności pierwszego z zaproponowanych rozwiązań.

- W kontakcie z uczniami postuluje się także poruszanie zagadnień związanych z cyberprzemocą, sztuczną inteligencją, bezpieczeństwem w sieci oraz zdolnością rozpoznawania zjawisk dezinformacji i manipulacji, co jest konsekwencją przekonania, aż 74,3% badanych o nieumiejętności bezpiecznego korzystania z Internetu przez jego najmłodszych użytkowników. Nauczyciele często wskazywali również wagę zajęć dotyczących radzenia sobie z emocjami, stresem, samoakceptacją, budowaniem relacji interpersonalnych oraz unikaniem przemocy rówieśniczej. Wiedza uczniów dotycząca zdrowego stylu życia jest zaś dobrze oceniana przez większość badanych (62,9%).
- Wśród głównych problemów w zachowaniu uczniów, nauczyciele wymieniają agresję słowną (68,6%), wykluczanie z grupy/ostracyzm (17,1%), przemoc w sieci (11,4%) oraz używanie wulgaryzmów (8,6%). Jednostkowo zasygnalizowano także problem samookaleczania oraz agresji słownej wobec nauczycieli. W celu przeciwdziałania tym zjawiskom, pracownicy szkoły najczęściej posługują się metodą debaty bądź rozmowy. Dostrzega się także wartość udziału uczniów w projektach oraz podejmowanie działalności wolontariackiej. 97,1% nauczycieli uważa Zespół Szkół nr 3 w Rybniku za placówkę bezpieczną dla uczniów.

### **Podsumowanie:**

Zespół Szkół nr 3 w Rybniku jest uważany za miejsce bezpieczne dla uczniów. Mimo to, ze względu na występowanie w otoczeniu uczniów negatywnych zjawisk, takich jak agresja słowna w relacjach interpersonalnych, spadek kondycji psychicznej dzieci i młodzieży, wzrost zagrożeń związanych z rozwojem technologicznym oraz niebezpieczeństwo korzystania z używek, należy kontynuować i rozwijać w szkole Program Wychowawczo-Profilaktyczny. Wśród najważniejszych problemów, z jakimi borykają się uczniowie szkoły, należy wyodrębnić m.in. problemy natury psychicznej, przemoc psychiczną, brak poczucia przynależności do społeczności, trudności w nawiązywaniu relacji, wykluczanie z grupy, nadmierne korzystanie z urządzeń mobilnych oraz problem wyboru przyszłej drogi zawodowej. W celu wsparcia uczniów w rozwoju osobowym, należy nadal prowadzić działania integrujące społeczność szkoły; podejmować na lekcjach tematy dot. zdrowia psychicznego, bezpieczeństwa w sieci oraz planowania kariery zawodowej; organizować zajęcia warsztatowe z udziałem specjalistów; a także zwiększać indywidualną pomoc względem poszczególnych uczniów. Równolegle powinno się prowadzić działania edukacyjne wspierające nauczycieli i rodziców.

**W bieżącym roku szkolnym najważniejsze działania w pracy wychowawczo-profilaktycznej będą ukierunkowane na:**

**a) profilaktyce antyprzemocowej:**

- przeciwdziałanie przemocy,
- przeciwdziałanie mowie nienawiści,
- radzenie sobie z konfliktami,

**b) profilaktyce uzależnień od substancji psychoaktywnych:**

- profilaktyka antyalkoholowa,
- profilaktyka antynarkotykowa,
- przeciwdziałanie uzależnieniom od dopalaczy,
- profilaktyka antynikotynowa,
- napoje energetyzujące i ich szkodliwy wpływ na zdrowie,

**c) profilaktyce uzależnień behawioralnych:**

- przeciwdziałanie uzależnieniom od urządzeń mobilnych,
- promocja zdrowego stylu życia,
- zaburzenia odżywiania,

**d) profilaktyce zdrowia psychicznego:**

- rola emocji,
- profilaktyka zaburzeń depresyjnych

**e) rozwoju osobistym i społecznym:**

- rozwój tożsamości i osobowości,
- techniki dobrej komunikacji.

#### **IV. CELE OGÓLNE PROGRAMU WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNEGO:**

- wspieranie rozwoju osobowości młodego człowieka;
- zdobycie przez ucznia wiedzy i umiejętności pozwalających na prowadzenie zdrowego stylu życia oraz podejmowanie zachowań prozdrowotnych własnych;
- stwarzanie warunków sprzyjających prawidłowemu rozwojowi dziecka;
- budowanie postawy prospołecznej i tolerancji;
- kształtowanie hierarchii systemu wartości;
- wzmacnianie wśród uczniów więzi ze społecznością szkolną oraz lokalną;
- kształtowanie przyjaznego klimatu w szkole;
- rozwijanie i wzmacnianie umiejętności psychologicznych i społecznych uczniów;
- kształtowanie umiejętności życiowych, w szczególności samokontroli, radzenia sobie ze stresem, rozpoznawania i wyrażania własnych emocji;
- wyposażenie ucznia w umiejętności niezbędne do współdziałania w zespole;
- przygotowanie do podejmowania i pełnienia ról społecznych oraz obywatelskich;
- kształtowanie postaw patriotycznych i tożsamości narodowej;
- kształtowanie szacunku do środowiska przyrodniczego i nawyków proekologicznych;
- przygotowanie do podejmowania optymalnych decyzji życiowych;
- upowszechnianie wśród dzieci i młodzieży wiedzy o bezpieczeństwie oraz kształtowanie właściwych postaw wobec zagrożeń i sytuacji nadzwyczajnych – w tym związanych z korzystaniem z technologii informacyjno-komunikacyjnych;
- doskonalenie warunków bezpiecznego funkcjonowania ucznia w szkole i poza szkołą;
- wspieranie nabywania umiejętności radzenia sobie w sytuacjach trudnych, ryzykownych i konfliktowych;
- eliminowanie zagrożeń utraty zdrowia i szans rozwojowych przez uzależnienia.

## **V. OBSZARY DZIAŁAŃ PROGRAMU WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNEGO:**

- Obszar I: *Działalność diagnostyczna*
- Obszar II: *Promocja zdrowia*
- Obszar III: *Stymulowanie rozwoju uczniów*
- Obszar IV: *Wychowanie prorodzinne*
- Obszar V: *Wychowanie do wartości*
- Obszar VI: *Wychowanie patriotyczne i obywatelskie*
- Obszar VII: *Szacunek do środowiska przyrodniczego*
- Obszar VIII: *Zachowania ryzykowne i inne przejawy demoralizacji*
- Obszar IX: *Nalogi i uzależnienia*

<b>VI. TREŚCI PROGRAMOWE</b>			
<b><i>OBSZAR</i></b>	<b><i>ZADANIA</i></b>	<b><i>FORMY REALIZACJI</i></b>	<b><i>ODPOWIEDZIALNI</i></b>
<b>1. Działalność diagnostyczna.</b>	Rozpoznanie potrzeb uczniów. Diagnoza czynników chroniących oraz czynników ryzyka występujących w środowisku szkolnym.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Analiza dokumentów szkolnych.</li> <li>2. Rozmowy z wychowawcami, rodzicami, uczniami.</li> <li>3. Badanie ankietowe dotyczące potrzeb i oczekiwań.</li> <li>4. Rozpoznawanie warunków życia rodzin uczniów.</li> <li>5. Wnikliwa obserwacja uczniów.</li> <li>6. Współpraca z instytucjami wspomagającymi rozwój ucznia w zakresie określenia potrzeb wychowawczo-profilaktycznych.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, specjaliści, pielęgniarka szkolna
<b>2. Promocja zdrowia.</b>	Promocja zdrowego stylu życia.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Doskonalenie zawodowe nauczycieli i wychowawców w zakresie promocji zdrowia.</li> <li>2. Zapewnienie uczniom zajęć rozwijających zainteresowania i uzdolnienia, promujących zdrowy styl życia.</li> <li>3. Udział społeczności szkolnej w lokalnych akcjach promujących zdrowy styl życia.</li> <li>4. Prowadzenie zajęć psychoedukacyjnych w różnej formie lub rozmów mających na celu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• uświadomienie wychowankom rozległości pojęcia zdrowia oraz zależności między określonymi zachowaniami a zdrowiem,</li> <li>• kształtowanie postaw dbałości o równowagę i harmonię psychiczną oraz o własny organizm,</li> <li>• uczenie sposobów zdrowego i aktywnego zagospodarowywania czasu wolnego,</li> <li>• uświadomienie młodym ludziom zagrożeń dla zdrowia, wynikających z wczesnego używania alkoholu, palenia papierosów, zażywania dopalaczy i innych substancji psychoaktywnych,</li> <li>• rozwijanie samoświadomości własnych emocji i uczuć,</li> </ul> </li> </ol>	Dyrektor, nauczyciele, Specjaliści, pielęgniarka szkolna.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie umiejętności nazywania przeżywanych emocji,</li> <li>• pobudzanie do znajdowania dróg rozwiązań trudnych sytuacji,</li> <li>• uświadamianie sposobów radzenia sobie z przykrymi emocjami oraz roli, jaką mogą tu odegrać inni ludzie,</li> <li>• kształtowanie postawy asertywnej,</li> <li>• radzenie sobie z problemami okresu dojrzewania.</li> </ul> <p>5. Współpraca z rodzicami w zakresie profilaktyki domowej.</p>	
Promocja zdrowego odżywiania.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizowanie na zajęciach lekcyjnych, wychowawczych, profilaktycznych i terapeutycznych tematyki związanej z racjonalnym odżywianiem się.</li> <li>2. Zajęcia z zakresu profilaktyki zdrowia – zaburzenia odżywiania (anoreksja, bulimia).</li> </ol>	Wychowawcy, nauczyciele, specjaliści, pielęgniarka szkolna,	
Bezpieczeństwo i higiena pracy szkolnej.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Czuwanie nad bezpieczeństwem uczniów w czasie zajęć szkolnych.</li> <li>2. Aktywne pełnienie dyżurów przez nauczycieli w czasie przerw.</li> <li>3. Zapoznanie uczniów z przepisami BHP i drogą ewakuacyjną.</li> <li>4. Prowadzenie zajęć Edukacji dla bezpieczeństwa.</li> <li>5. Pogadanki lub zajęcia dotyczące higieny w tym dostosowania stroju do pogody.</li> <li>6. Wyposażenie uczniów w wiedzę i umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy.</li> <li>7. Prelekcje dla rodziców.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści, pielęgniarka szkolna.	
Profilaktyka chorób zakaźnych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dostarczanie uczniom informacji na temat istoty chorób zakaźnych, sposobów zapobiegania zakażeniom oraz możliwości leczenia.</li> <li>2. Uświadamianie młodzieży ryzykownych zachowań, sprzyjających rozprzestrzenianiu się chorób.</li> <li>3. Jak chronić się przed zakażeniem wirusami i bakteriami w otaczającym środowisku.</li> <li>4. Przeprowadzenie w klasach zajęć profilaktycznych lub pogadanek.</li> </ol>	Pielęgniarka szkolna, nauczyciele, pedagogzy, psycholog	

		5. Konkursy profilaktyczne z zakresu wiedzy na temat chorób zakaźnych.	
<b>3. Stymulowanie rozwoju uczniów.</b>	Praca z uczniem zdolnym.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizacja pomocy psychologiczno-pedagogicznej dla ucznia zdolnego.</li> <li>2. Możliwość indywidualnego toku nauczania i programu nauczania.</li> <li>3. Przygotowanie do konkursów, olimpiad przedmiotowych.</li> <li>4. Prowadzenie kół zainteresowań.</li> <li>5. Indywidualizacja pracy na lekcji.</li> <li>6. Angażowanie uczniów zdolnych do pomocy koleżeńskiej w nauce.</li> <li>7. Konsultacje indywidualne.</li> <li>8. Dodatkowe zajęcia z uczniem zdolnym w ramach projektów.</li> <li>9. Wskazywanie dróg rozwoju celem optymalnego wykorzystania swoich zdolności i umiejętności.</li> <li>10. Organizowanie zajęć z profesjonalistami.</li> <li>11. Współpraca z instytucjami wspomagającymi rozwój ucznia.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści
	Praca z uczniem mającym trudności w nauce.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozpoznawanie przyczyn trudności szkolnych.</li> <li>2. Objęcie ucznia z trudnościami edukacyjnymi pomocą psychologiczno-pedagogiczną.</li> <li>3. Prowadzenie zajęć dydaktyczno-wyrównawczych.</li> <li>4. Prowadzenie zajęć korekcyjno-kompensacyjnych.</li> <li>5. Dostosowanie form i metod pracy do indywidualnych potrzeb ucznia.</li> <li>6. Organizowanie pomocy koleżeńskiej.</li> <li>7. Dodatkowe zajęcia wspomagające rozwój ucznia w ramach projektów.</li> <li>8. Indywidualna opieka pedagoga bądź nauczyciela danego przedmiotu.</li> <li>9. Współpraca z instytucjami wspomagającymi rozwój ucznia.</li> <li>10. Wskazywanie dróg rozwoju celem optymalnego wykorzystania swoich zdolności i umiejętności.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści

Praca z uczniem niepełnosprawnym.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Objęcie ucznia pomocą psychologiczno-pedagogiczną.</li> <li>2. Dostosowanie form i metod pracy do indywidualnych potrzeb ucznia.</li> <li>3. Prowadzenie zajęć rewalidacyjnych.</li> <li>4. Indywidualna opieka pedagoga szkolnego.</li> <li>5. Zintegrowanie zespołu klasowego z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.</li> <li>6. Współpraca z instytucjami wspomagającymi rozwój ucznia.</li> <li>7. Wskazywanie dróg rozwoju celem optymalnego wykorzystania swoich zdolności i umiejętności.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści
Praca z uczniem z zaburzeniami mowy.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizowanie zajęć z logopedą.</li> <li>2. Wspomaganie pracy logopedycznej na zajęciach korekcyjno-kompensacyjnych.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, logopeda, pedagog,
Rozwój kultury fizycznej.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dostosowanie zajęć wychowania fizycznego do potrzeb i możliwości uczniów.</li> <li>2. Działalność kół sportowych.</li> <li>3. Organizowanie zawodów sportowych.</li> <li>4. Wycieczki promujące aktywny wypoczynek.</li> </ol>	Dyrektor, nauczyciele wychowania fizycznego, wychowawcy,
Planowanie rozwoju osobistego i zawodowego uczniów.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zajęcia z preorientacji zawodowej dla uczniów szkoły podstawowej i liceum.</li> <li>2. Spotkania z przedstawicielami różnych zawodów.</li> <li>3. Przekazanie uczniom informacji na temat możliwości wykorzystania wiedzy z danego przedmiotu w rozwoju zawodowym.</li> <li>4. Wycieczki z zakresu preorientacji zawodowej.</li> <li>5. Współpraca z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną.</li> <li>6. Indywidualne poradnictwo.</li> <li>7. Udział w Targach Edukacyjnych.</li> <li>8. Zapoznanie uczniów ze szkołami ponadpodstawowymi w regionie.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele doradca zawodowy, specjaliści
Kształtowanie świadomości czytelniczej.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lekcje biblioteczne.</li> <li>2. Konkursy czytelnicze</li> </ol>	Bibliotekarze, wychowawcy, nauczyciele.

<b>4. Wychowanie proro­dzin­ne.</b>	Wdrażanie do aktywnego uczestnictwa w życiu rodzinnym, wyrabianie odpowiedzialności za powierzone obowiązki, wzmocnienie prawidłowych relacji młodego człowieka z członkami rodziny.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lekcje wychowania do życia w rodzinie.</li> <li>2. Lekcje wychowawcze.</li> <li>3. Lekcje języka polskiego (wzorce w literaturze, filmie, teatrze, sztuce).</li> <li>4. Lekcje plastyki (wykonywanie prac plastycznych o tematyce rodzinnej, np. drzewo genealogiczne, prace o tematyce świątecznej).</li> <li>5. Doradztwo pedagogiczno-psychologiczne dla uczniów i rodziców.</li> <li>6. Rozmowy z wychowawcą świetlicy.</li> <li>7. Współpraca z instytucjami wspomagającymi rozwój ucznia.</li> <li>8. Konkursy o tematyce proro­dzin­nej.</li> <li>9. Imprezy okolicznościowe (kalendarz uroczystości szkolnych załącznik numer 2).</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści.
<b>5. Wychowanie do wartości.</b>	Kształtowanie własnej moralności poprzez umiejętność: rozróżniania dobra i zła, dokonywania dobrych wyborów, umiejętność oceny własnych zachowań.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lekcje wychowawcze podejmujące tematykę wartości.</li> <li>2. Interwencje wychowawcze.</li> <li>3. Opiniowanie i samoocena zachowania.</li> <li>4. Rozmowy dyscyplinujące/ protokolowane.</li> <li>5. Pogadanki z uczniami dotyczące szacunku do innych osób.</li> <li>6. Ocenianie zachowania uczniów zgodnie z WO.</li> <li>7. Podejmowanie podczas pracy z uczniem tematyki savoir vivre.</li> <li>8. Egzekwowanie zgodnego ze statutem szkoły wyglądu ucznia.</li> <li>9. Rozmowy z uczniami wskazujące konsekwencje ich zachowania.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, specjaliści.
	Dbałość o rozwój duchowy.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Udział w zajęciach religii/etyki.</li> <li>2. Umożliwienie uczniom udziału w wydarzeniach związanych z tradycją chrześcijańską (Rekolekcje Wielkopostne, jasełka, wigilijki klasowe).</li> <li>3. Współpraca z lokalnymi parafiami (zbiórka charytatywna, koncert kolędowy, przedstawienia teatralne, bierzmowanie).</li> <li>4. Wyjścia do kina teatru, muzeum, wystawy.</li> <li>5. Spotkania uczniów z ciekawymi ludźmi.</li> <li>6. Propagowanie autorytetów moralnych.</li> <li>7. Wycieczki klasowe.</li> <li>8. Działalność charytatywna i wolontaryjna.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, katecheci.

	Aktywne korzystanie z dóbr kultury.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zapoznanie uczniów na lekcjach polskiego, religii, plastyki z tekstami, dziełami sztuki należącymi do regionalnej, narodowej i europejskiej kultury.</li> <li>2. Wycieczki do muzeów, galerii, teatru, kina.</li> <li>3. Pisanie sprawozdań i recenzji z wydarzeń kulturalnych na stronę internetową szkoły lub portale społecznościowe oraz do kroniki szkolnej.</li> <li>4. Koła zainteresowań o charakterze artystycznym (wokalne, instrumentalne, teatralne, taneczne).</li> <li>5. Uroczystości szkolne, narodowe i religijne (kalendarz uroczystości szkolnych załącznik numer 2)</li> <li>6. Konkursy, wystawy, przedstawienia.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, katecheci, opiekunowie kół zainteresowań, bibliotekarze, administrator strony internetowej szkoły.
<b>6. Wychowanie patriotyczne i obywatelskie.</b>	<p>Rozwijanie poczucia przynależności do:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• narodu</li> <li>• państwa,</li> <li>• społeczności europejskiej.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apele i akademie, inscenizacje utworów literackich, spektakle teatralne o tematyce patriotycznej.</li> <li>2. Wycieczki propagujące charakterystyczne miejsca i regiony Polski.</li> <li>3. Zajęcia umuzykalniające – muzyka poważna, ludowa z różnych regionów Polski.</li> <li>4. Ukazywanie sylwetek wielkich Polaków (uczonych, artystów, polityków, żołnierzy).</li> <li>5. Lekcje, pogadanki na temat symboli narodowych, uroczystości państwowych.</li> <li>6. Gazetki tematyczne.</li> <li>7. Lekcje muzealne, biblioteczne.</li> <li>8. Warsztaty i projekty edukacyjne.</li> <li>9. Prelekcje i debaty o tematyce patriotycznej,</li> <li>10. Spoty, kampanie społeczne, happeningi.</li> <li>11. Podejmowanie tematyki wartości, poglądów, praw i obowiązków obywatela oraz miejsca Polaka w Europie.</li> <li>12. Lekcje wychowawcze dotyczące praw człowieka, praw dziecka, znajomości instytucji państwa demokratycznego.</li> <li>13. Omawianie materiałów prasowych, tekstów literackich i historycznych.</li> <li>14. Konkursy wiedzy o Polsce.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, bibliotekarze, Samorząd Uczniowski.

		15. Udział młodzieży w językowych wymianach uczniowskich, projektach edukacyjnych.	
	Uczenie odpowiedzialnego i skutecznego uczestnictwa w życiu społecznym.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Działalność Samorządu Uczniowskiego.</li> <li>2. Działalność Szkolnego Klub Wolontariatu.</li> </ol>	Dyrektor, opiekunowie SU.
	Rozwijanie więzi z własnym miastem i regionem.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prowadzenie zajęć (w różnej formie) lub wprowadzanie elementów edukacji regionalnej na temat: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zasłużonych osób wywodzących się z regionu,</li> <li>• nazwy i położenie ulic,</li> <li>• interesujące i znaczące dla miasta i regionu miejsca,</li> <li>• pomników przyrody i zabytków architektury,</li> <li>• ukształtowania najbliższego terenu,</li> <li>• gwary, legend, zwyczajów i kultury śląskiej.</li> </ul> </li> <li>2. Organizowanie wycieczek regionalnych.</li> <li>3. Spotkania z ciekawymi ludźmi (interaktywne wykłady, warsztaty geograficzne, historyczne, muzyczne itp.).</li> <li>4. Udział w miejskich imprezach.</li> <li>5. Organizacja/udział w festynach.</li> <li>6. Konkursy o tematyce śląskiej.</li> <li>7. Spoty, kampanie społeczne, happeningi.</li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, Samorząd Uczniowski, opiekunowie kół zainteresowań, bibliotekarze.
<b>7. Szacunek do środowiska przyrodniczego.</b>	Propagowanie postaw proekologicznych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prowadzenie zajęć (w różnej formie) lub wprowadzanie elementów edukacji przyrodniczej i ekologicznej celem: <ul style="list-style-type: none"> <li>• rozbudzania potrzeby kontaktu z przyrodą,</li> <li>• uświadczenia odpowiedzialności za stan środowiska w najbliższej okolicy,</li> <li>• dostrzegania zmian zachodzących w otaczającym środowisku oraz ich wartościowania,</li> <li>• ukazywania możliwości współdziałania na rzecz ochrony środowiska,</li> <li>• przekazywania podstawowej wiedzy o ruchach proekologicznych,</li> <li>• zapoznania z prasą o tematyce ekologicznej,</li> </ul> </li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, specjaliści.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• obserwacji pod kątem oceny aktualnego stanu środowiska,</li> <li>• poznania niekorzystnych skutków ingerencji człowieka w środowisko przyrodnicze,</li> <li>• kształtowania nawyków ekologicznego życia we własnym domu i poza nim,</li> <li>• ukazania zależności pomiędzy działalnością człowieka, a środowiskiem naturalnym w różnych strefach krajobrazowych,</li> <li>• kształtowania ekologicznej świadomości: charakterystyczne ukształtowanie terenu, czynniki wywierające negatywny wpływ na środowisko.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Uczestnictwo w działaniach mających na celu ochronę i zapobieganie dewastacji środowiska (zbiórka surowców, dokarmianie ptaków zimą, udział w akcji Sprzątanie Świata, obchody Dnia Ziemi, apele, segregacja odpadów na terenie szkoły).</li> <li>3. Organizowanie lekcji terenowych, wycieczek.</li> <li>4. Konkursy plastyczne, fotograficzne, wiedzy ekologicznej i przyrodniczej.</li> <li>5. Projekty edukacyjne.</li> <li>6. Spoty, kampanie społeczne, happeningi.</li> </ol>	
<b>8. Zachowania ryzykowne i inne przejawy demoralizacji.</b>	Podjęcie działań zmierzających do wyeliminowania wśród uczniów przemocy i zachowań agresywnych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reagowanie wszystkich pracowników placówki na każdy przejaw agresji i przemocy na terenie szkoły i poza nią (także na portalach społecznościowych) systematyczne i konsekwentne reagowanie zgodnie ze Statutem Szkoły .</li> <li>2. Uczulenie uczniów na wczesne reagowanie w w/w sytuacjach.</li> <li>3. Prowadzenie zajęć profilaktycznych, pogadanek lub rozmów interwencyjnych bezpośrednio z uczniami w ramach godzin wychowawczych i innych przedmiotów oraz spotkań z pedagogiem lub innymi specjalistami, ze zwróceniem szczególnej uwagi na:           <ul style="list-style-type: none"> <li>• uświadomienie uczniom zjawiska agresji i przemocy,</li> <li>• rozwijanie przez dzieci i młodzież samoświadomości własnych emocji i uczuć,</li> </ul> </li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, pedagog, rodzice, specjaliści, samorząd uczniowski.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozwijanie rozumienia źródeł zachowań agresywnych i ich skutków osobistych i społecznych,</li> <li>• uczenie sposobów przeciwstawiania się agresywnym zachowaniom kolegów,</li> <li>• ukazywanie i ćwiczenie zachowań alternatywnych w sytuacjach wyzwalających agresję i przemoc,</li> <li>• kształtowanie krytycyzmu wobec kulturowych „krzyków mody”,</li> <li>• wzmacnianie umiejętności świadomej rezygnacji z obcowania z przemocą w kulturze, sztuce i mediach,</li> <li>• kształtowanie umiejętności bezpiecznego kibicowania,</li> <li>• tworzenie okazji do budowania konstruktywnych więzi z innymi,</li> <li>• uczenie tolerancji i szacunku dla odmiennego zdania, wyznania i światopoglądu kolegów,</li> <li>• udzielanie wskazówek do znajdowania dróg rozwiązań trudnych sytuacji,</li> <li>• ukazanie znaczenia presji grupy,</li> <li>• asertywność,</li> <li>• utrwalanie pożądanego zachowania i nadawania komunikatów w stosunkach interpersonalnych,</li> <li>• poznanie zasad poprawnej komunikacji,</li> <li>• uświadomienie uczniom barier komunikacyjnych,</li> <li>• kształtowanie tolerancji wobec innych i ich „inności”,</li> <li>• kształtowanie umiejętności wczuwania się w przeżycia innych osób,</li> <li>• uświadamianie wychowankom roli i znaczenia pozytywnego autorytetu,</li> <li>• wzmacnianie poczucia własnej wartości,</li> <li>• kształtowanie umiejętności świadomej rezygnacji z używania wulgaryzmów w kontaktach interpersonalnych,</li> <li>• wskazywanie uczniom sposobów niesienia pomocy ofiarom zachowań agresywnych.</li> </ul> <p>4. Współpraca z rodzicami w zakresie profilaktyki domowej:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uświadamianie rodzicom problemu,</li> </ul>	
--	--	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• wspólne szukanie przyczyn,</li> <li>• uczulenie rodziców na skutki zachowań agresywnych,</li> <li>• utrzymywanie kontaktu z rodzicami, powiadamianie ich o wszelkich aktach agresji,</li> <li>• poradnictwo dla rodziców.</li> </ul> <p>5. Wypracowywanie indywidualnych metod pracy z dzieckiem agresywnym, niesienie pomocy ofiarom przemocy i agresji.</p> <p>6. Współpraca z Policją i Sądem dla Nieletnich, poradniami specjalistycznymi.</p> <p>7. Wdrażanie standardów ochrony małoletnich.</p>	
	<p>Podjęcie działań zmierzających do wyeliminowania wśród uczniów aktów dewastacji, kradzieży.</p>	<p>1. Reagowanie wszystkich pracowników szkoły na każdy przejaw dewastacji na terenie szkoły i poza nią.</p> <p>2. Uświadamianie konieczności poszanowania mienia szkolnego.</p> <p>3. Uczulenie uczniów na reagowanie w sytuacjach niszczenia mienia szkolnego.</p> <p>4. Zacieśnienie współpracy pomiędzy RP a społecznością uczniowską.</p> <p>5. Systematyczne i konsekwentne reagowanie na wszelkie akty dewastacji zgodnie ze Statutem Szkoły.</p> <p>6. Prowadzenie zajęć profilaktycznych z uczniami w ramach godzin wychowawczych i innych przedmiotów oraz spotkań ze specjalistami ze zwróceniem szczególnej uwagi na:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wyrabianie potrzeby przebywania w czystym i estetycznym miejscu,</li> <li>▪ rozwijanie u uczniów świadomości konieczności poszanowania sprzętów i przedmiotów szkolnych,</li> <li>▪ rozumienie potrzeby szanowania mienia szkolnego,</li> <li>▪ uczenie sposobów przeciwstawiania się dewastacji,</li> <li>▪ kształtowanie krytycyzmu wobec zachowania osób niszczących mienie szkolne.</li> </ul> <p>7. Współpraca z rodzicami w zakresie profilaktyki domowej:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomienie rodzicom problemu,</li> <li>▪ wspólne szukanie przyczyn zachowań, które prowadzą do dewastacji,</li> </ul>	<p>Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, pracownicy obsługi, pedagog, rodzice, specjaliści, Samorząd Uczniowski.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomienie rodzicom odpowiedzialności za szkody, które są wyrządzane przez ich dzieci.</li> </ul> <p>8. Utrzymywanie kontaktu z rodzicami, powiadamianie o wszelkich aktach dewastacji.</p> <p>9. Współpraca z Policją.</p>	
	Przeciwdziałanie ryzykownym zachowaniom uczniów, związanym z dostępem do Internetu, korzystaniem z portali społecznościowych i z telefonów komórkowych oraz innych urządzeń multimedialnych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Doskonalenie zawodowe nauczycieli i wychowawców w zakresie przeciwdziałania ryzykownym zachowaniom uczniów związanym z dostępem do Internetu oraz korzystaniem z portali społecznościowych i z telefonów komórkowych oraz innych urządzeń multimedialnych.</li> <li>2. Reagowanie wszystkich pracowników szkoły na każdy przejaw niewłaściwego korzystania z urządzeń multimedialnych.</li> <li>3. Uczulenie podopiecznych na wczesne reagowanie w w/w sytuacjach.</li> <li>4. Systematyczne i konsekwentne reagowanie na wszelkie akty cyberprzemocy i niewłaściwego korzystania z urządzeń multimedialnych zgodnie ze Statutem Szkoły.</li> <li>5. Prowadzenie zajęć profilaktycznych bezpośrednio z dziećmi w ramach godzin wychowawczych i pozostałych lekcji oraz spotkań ze specjalistami ze zwróceniem szczególnej uwagi na: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnienie zjawiska cyberprzemocy oraz niewłaściwego korzystania z urządzeń multimedialnych,</li> <li>• kwestię ustalania sprawców wykroczeń związanych z korzystaniem z sieci telefonii komórkowej oraz Internetu,</li> <li>• uświadamianie uczniom konsekwencji prawnych wynikających z niewłaściwego korzystania z urządzeń multimedialnych oraz Internetu,</li> <li>• bezpieczeństwo w sieci,</li> <li>• uczenie sposobów przeciwstawiania się cyberprzemocy,</li> <li>• uświadamianie uczniom o konieczności zgłoszenia problemu,</li> <li>• informowanie uczniów o możliwych formach pomocy,</li> <li>• uczenie tolerancji i szacunku dla odmiennego zdania, wyznania i światopoglądu kolegów.</li> </ul> </li> </ol>	Dyrektor, nauczyciele, pedagog, wychowawcy oraz inni specjaliści.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie krytycyzmu wobec kulturowych „krzyków mody”,</li> <li>• netykietę.</li> </ul> <p>6. Działania mediacyjne i warsztaty dla młodzieży.</p> <p>7. Współpraca z rodzicami w zakresie profilaktyki domowej.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomienie rodzicom problemu,</li> <li>▪ uświadamianie rodzicom konsekwencji prawnych cyberprzemocy,</li> <li>▪ poradnictwo indywidualne.</li> </ul> <p>8. Wdrażanie standardów ochrony małoletnich.</p>	
<b>9. Nałogi i uzależnienia.</b>	Przeciwdziałanie paleniu papierosów i picciu napojów alkoholowych, profilaktyka antynarkotykowa. Przeciwdziałanie zjawisku zażywania dopalaczy i innych substancji psychoaktywnych.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Doskonalenie zawodowe nauczycieli i wychowawców w zakresie profilaktyki uzależnień.</li> <li>2. Wykrywanie osób o najwyższym ryzyku dysfunkcyjności.</li> <li>3. Reagowanie wszystkich pracowników placówki na każdy sygnał o posiadaniu lub zażywaniu środków psychoaktywnych przez dzieci poprzez uruchomienie procedur bezpieczeństwa Zespołu Szkół nr 3 w Rybniku.</li> <li>4. Uczulenie uczniów na wczesne reagowanie w w/w sytuacjach.</li> <li>5. Systematyczne i konsekwentne reagowanie na zachowanie ryzykowane zgodnie ze Statutem Szkoły.</li> <li>6. Prowadzenie zajęć profilaktycznych z uczniami ze zwróceniem szczególnej uwagi na: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zapoznanie uczniów z pojęciem i istotą uzależnienia,</li> <li>• uświadomienie skutków palenia i picia alkoholu,</li> <li>• uświadomienie zgubnego wpływu narkotyków, dopalaczy oraz innych środków psychoaktywnych na życie młodych osób,</li> <li>• informowanie uczniów o możliwych formach pomocy,</li> <li>• uświadamianie uczniom o konieczności zgłoszenia problemu,</li> <li>• kształtowanie asertywności,</li> <li>• kształtowanie krytycyzmu wobec kulturowych „krzyków mody” i prostowanie obiegowo przyjętych opinii na tematy związane z tego typu uzależnieniami,</li> <li>• kształtowanie krytycyzmu wobec reklam tytoniu i alkoholu,</li> <li>• kształtowanie empatii i niesienia pomocy osobom uzależnionym,</li> </ul> </li> </ol>	Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, pedagog, rodzice, specjaliści, samorząd uczniowski, pracownicy obsługi.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• kształtowanie odpowiedzialności za własne działania.</li> </ul> <p>7. Praca terapeutyczna:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• budowanie u ucznia pozytywnej samooceny,</li> <li>• uświadamianie dzieciom ich mocnych stron, zainteresowań,</li> <li>• kształtowanie empatii oraz umiejętności radzenia sobie z przykrymi emocjami,</li> <li>• zapewnienie wychowankom poczucia bezpieczeństwa i akceptacji,</li> <li>• pobudzanie motywacji do własnego rozwoju.</li> </ul> <p>8. Współpraca z rodzicami w zakresie problemu:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wspólne szukanie przyczyn,</li> <li>• uczulenie rodziców na skutki inicjacji tytoniowej, alkoholowej i narkotycznej,</li> <li>• prowadzenie pogadarek na temat negatywnych skutków zażywania narkotyków oraz innych substancji psychoaktywnych (np. dopalaczy),</li> <li>• szkolenia prowadzone przez specjalistów,</li> <li>• poradnictwo indywidualne.</li> </ul> <p>9. Współpraca z Policją, Sądem Rodzinnym i Poradniami Specjalistycznymi.</p> <p>10. Konkursy profilaktyczne.</p>	
	<p>Przeciwdziałanie uzależnieniom behawioralnym (od komputera i innych urządzeń multimedialnych, jedzenia, hazardu itp.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Doskonalenie zawodowe nauczycieli i wychowawców w zakresie profilaktyki uzależnień behawioralnych.</li> <li>2. Wykrywanie osób z grupy podwyższonego ryzyka.</li> <li>3. Dostarczenie podopiecznym bogatej oferty zajęć pozalekcyjnych.</li> <li>4. Wyrabianie nawyku aktywnego spędzania wolnego czasu.</li> <li>5. Poradnictwo indywidualne.</li> <li>6. Prowadzenie zajęć profilaktycznych bezpośrednio z uczniami w ramach godzin wychowawczych, warsztatów ze specjalistami ze zwróceniem szczególnej uwagi na: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zapoznanie uczniów z pojęciem i istotą uzależnienia behawioralnego (od komputera i innych urządzeń</li> </ul> </li> </ol>	<p>Dyrektor, wychowawcy, nauczyciele, pedagog, rodzice, specjaliści.</p>

		<p>multimedialnych, telewizji, hazardu, gier itp.), w tym zaburzeń odżywiania (anoreksja, bulimia),</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• uczenie umiejętności wyboru programów telewizyjnych.</li></ul> <p>7. Współpraca z rodzicami:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• uświadomienie problemu,</li><li>• uczulenie na wczesne objawy uzależnienia,</li><li>• szkolenia prowadzone przez specjalistów,</li><li>• poradnictwo indywidualne.</li></ul> <p>8. Współpraca z Poradniami Specjalistycznymi.</p> <p>9. Konkursy profilaktyczne.</p>	
--	--	---	--

## **VII. PROPOZYCJE TEMATÓW DO ZREALIZOWANIA PODCZAS GODZIN WYCHOWAWCZYCH W ROKU SZKOLNYM 2025/2026 (załącznik numer 5)**

## **VIII. ZASADY EWALUACJI PROGRAMU WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNEGO**

Ewaluacja programu polega na systematycznym gromadzeniu informacji na temat prowadzonych działań, w celu ich modyfikacji i podnoszenia skuteczności programu wychowawczo-profilaktycznego. Ewaluacja może być przeprowadzona między innymi poprzez:

- obserwację zachowań uczniów i zachodzących w tym zakresie zmian;
- obserwację postępów w nauce;
- zaangażowanie uczniów w zajęcia pozalekcyjne (analiza frekwencji);
- analizę dokumentacji;
- przeprowadzanie ankiet, kwestionariuszy wśród uczniów, rodziców i nauczycieli;
- rozmowy z rodzicami;
- wymianę spostrzeżeń w zespołach wychowawców i nauczycieli.

Ewaluacja programu przeprowadzana będzie pod koniec roku szkolnego przez zespół ds. ewaluacji programu wychowawczo-profilaktycznego powołany przez Dyrektora Szkoły. Zadaniem Zespołu będzie opracowanie wyników ewaluacji oraz przedstawienie ich Radzie Pedagogicznej.

Opracował: Zespół ds. Profilaktyki:

Paweł Kaszuba  
Katarzyna Niekowal  
Nadia Pogodzińska  
Katarzyna Potyra  
Anna Rusnarczyk

## **Spis załączników**

Załącznik numer 1 – Kwestionariusz ankiety dla ucznia.

Załącznik numer 2 - Kwestionariusz ankiety dla rodzica.

Załącznik numer 3 - Kwestionariusz ankiety dla nauczyciela.

Załącznik numer 4 – Kalendarz uroczystości szkolnych.

Załącznik numer 5 – Propozycje tematów do zrealizowania podczas godzin wychowawczych w roku szkolnym 2025/2026.

## Ankieta online dla uczniów dotycząca Programu Wychowawczo-Profilaktycznego

Drogi Uczniu! Celem ankiety jest zebranie informacji o występujących zagrożeniach w środowisku szkolnym ZS3 w Rybniku oraz pozaszkolnym. Ankieta jest anonimowa. Przeczytaj uważnie i zakreśl wybrane odpowiedzi. Prosimy Cię o szczerść. Będzie ona analizowana jedynie w sposób statystyczny.

1. Czy czujesz się bezpiecznie w szkole?

- zawsze czasami rzadko nigdy
- czasami
- rzadko
- nigdy

2. Czy w szkole podejmowane są działania zapobiegające przemocy rówieśniczej?

- tak
- nie
- nie wiem

3. Czy uczniowie są edukowani w zakresie profilaktyki uzależnień?

- tak
- nie
- nie wiem

4. Czy szkoła uczy bezpiecznego korzystania z Internetu?

- tak
- nie
- nie wiem

5. Czy potrafisz rozpoznać fałszywe informacje w sieci?

- zdecydowanie tak
- raczej tak
- raczej nie
- zdecydowanie nie

6. Czy nauczyciele wykorzystują nowoczesne technologie w nauczaniu?

- tak
- nie
- nie wiem

7. Czy korzystasz z Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej?

- regularnie
- sporadycznie
- nigdy

8. Czy szkoła pomaga w wyborze przyszłego zawodu?

- tak
- nie
- nie wiem

9. Jakie tematy powinny być częściej poruszane na godzinach wychowawczych?

---

---

10. Czy czujesz się częścią społeczności szkolnej?

- zdecydowanie tak
- raczej tak
- raczej nie
- zdecydowanie nie

11. Czy masz możliwość uczestniczenia w działaniach integracyjnych (np. wycieczki, imprezy szkolne, projekty zespołowe)?

- tak,
- często
- rzadko
- nigdy

12. Czy w Twojej klasie panuje atmosfera współpracy i wzajemnego szacunku?

- zdecydowanie tak
- raczej tak
- raczej nie
- zdecydowanie nie

13. Czy szkoła wspiera uczniów, którzy mają trudności w nawiązywaniu relacji z rówieśnikami?

- tak
- nie
- nie wiem

14. Jakie formy integracji byłyby dla Ciebie najbardziej atrakcyjne?

---

---

---

---

15. Czy spożywasz napoje energetyzujące?

tak

nie

16. Czy palisz papierosy/e-papierosy?

tak

nie

17. Czy spożywasz alkohol (piwo, wódka, wino)?

tak

nie

18. Czy zażywasz środki psychoaktywne (narkotyki, dopalacze, itp.)?

tak

nie

19. Jaka jest przeciętna ilość czasu, który poświęcasz na korzystaniu urządzeń mobilnych (telefon, komputer, itp.)?

1-3 godzin

3-6 godzin

więcej niż 6 godzin

20. Czy korzystasz z pomocy specjalistów? Jeśli tak to wymień jakiego?

---

---

---

21. Jeśli korzystasz z pomocy specjalistów to w jaki sposób (leczenie farmakologiczne, terapia, itp.)?

---

## Ankieta online dla rodzica dotycząca Programu Wychowawczo-Profilaktycznego

Drogi Rodzicu, celem ankiety jest zebranie informacji o występujących zagrożeniach w środowisku szkolnym oraz pozaszkolnym. Ankieta jest anonimowa. Prosimy Cię o szczerą. Będzie ona analizowana jedynie w sposób statystyczny.

1. Czy Państwa dziecko czuje się bezpiecznie w szkole?

Tak

Nie

2. Czy szkoła jest wystarczająco zabezpieczona przed możliwością przebywania osób nieupoważnionych na terenie szkoły?

Tak

Nie

Inne:

---

3. Czy Państwa dziecko doświadczyło agresji fizycznej na terenie szkoły?

Tak

Nie

Inne:

4. Czy Państwa dziecko doświadczyło agresji psychicznej na terenie szkoły?

Tak

Nie

Inne:

---

5. Czy Państwa dziecko doświadczyło ataków cyberprzemocy ze strony zespołu klasowego?

Tak

Nie

Inne:

---

6. Czy Państwa dziecko miało kontakt ze środkami psychoaktywnymi na terenie szkoły?

Tak

Nie

Inne:

---

7. Czy Państwa dziecko miało kontakt z alkoholem na terenie szkoły?

Tak

Nie

Inne

---

8. Czy posiadają Państwo informacje o tym, iż na terenie szkoły mogą być rozprowadzane środki psychoaktywne?

Tak

Nie

Inne:

---

9. Czy są Państwo zadowoleni z kontaktów z nauczycielami i dyrekcją szkoły?

Tak

Nie

Inne:

---

10. Jak oceniają Państwo atmosferę panującą w szkole?

jest dobrze

mogłoby być lepiej

jest źle

11. Jeśli udzielili Państwo odpowiedzi, że jest źle proszę napisać dlaczego?

---

---

12. Co Państwa zdaniem może zrobić szkoła i nauczyciele, aby zminimalizować zachowania ryzykowane wśród dzieci i młodzieży (picie alkoholu, palenie tytoniu, zażywanie narkotyków/dopalaczy)?

---

---

---

## Ankieta online dla nauczyciela dotycząca Programu Wychowawczo-Profilaktycznego

Drogi Nauczycielu, celem ankiety jest zebranie informacji o występujących zagrożeniach w środowisku szkolnym oraz pozaszkolnym. Ankieta jest anonimowa. Będzie ona analizowana jedynie w sposób statystyczny.

1. Czy zauważasz potrzebę zwiększenia działań wspierających zdrowie psychiczne uczniów?

tak

nie

2. Jakie formy wsparcia byłyby dla ucznia najskuteczniejsze?

zajęcia z psychologiem

warsztaty dla uczniów

szkolenia dla nauczycieli

3. Czy w swojej pracy dydaktycznej podejmujesz działania wspierające rozwój postaw obywatelskich i patriotycznych?

tak

nie

4. Jakie formy pracy stosujesz w tym zakresie? (np. projekty, debaty, wolontariat):

---

---

5. Czy uczniowie posiadają wiedzę na temat zdrowego stylu życia?

tak

nie

6. Czy uczniowie potrafią bezpiecznie korzystać z zasobów internetowych?

tak

nie

7. Czy w Twojej pracy dydaktycznej wykorzystujesz narzędzia oparte na sztucznej inteligencji?

tak

nie

8. Jakie działania wychowawcze i profilaktyczne warto wprowadzić lub rozwinąć w naszej szkole?

---

---

9. Czy masz propozycje projektów, inicjatyw lub współpracy z instytucjami zewnętrznymi:

---

---

10. Czy uważasz swoją szkołę za bezpieczną dla uczniów? Oceń w skali od 1- 5 (1-bardzo niebezpieczna; 2-niebezpieczna; 3-mało bezpieczna; 4-raczej bezpieczna; 5-całkiem bezpieczna)

1

2

3

4

5

10. W Twojej ocenie, co należałoby poprawić w programie wychowawczo-profilaktycznym szkoły?

---

---

11. Jakie formy działań są według Ciebie najbardziej skuteczne, aby zminimalizować zachowania ryzykowne( przemoc, palenie papierosów, picie alkoholu, zażywanie środków psychoaktywnych) wśród uczniów naszej szkoły:

- warsztaty prowadzone przez specjalistów
- pogadanki w ramach lekcji wychowawczych
- spotkania z pedagogiem szkolnym/psychologiem szkolnym
- ścisła współpraca z rodzicami
- Inne:

---

12. Jakie formy przemocy prezentowali Twój uczniowie?

---

---

**PROPOZYCJE TEMATÓW DO ZREALIZOWANIA PODCZAS GODZIN WYCHOWAWCZYCH W ROKU SZKOLNYM 2025/2026**

1. Zapoznanie uczniów ze statutem szkoły oraz obowiązującymi regulaminami – m.in. zasadami BHP na terenie szkoły
2. Bezpieczeństwo na terenie szkoły. Omówienie zasad BHP oraz planu ewakuacyjnego. Omówienie planu ewakuacyjnego szkoły.
3. Patron, historia szkoły i jej wieloletnie tradycje.
4. Zasady savoir-vivre, a życie w społeczności szkolnej. Kształtowanie właściwych postaw i zasad zachowania się.
5. Na czym polega kultura słowa w komunikacji w Internecie.
6. Rola agresji, wulgaryzmów i żargonu w wyrażaniu emocji i kształtowaniu kontaktów między ludźmi.
7. Złość, agresja, przemoc. Jak sobie z nimi radzić i jak im zapobiegać?
8. Jak wzbudzać sympatię zarówno wśród rówieśników jak i osób dorosłych? My jako klasa. Relacja uczeń – uczeń.
9. Co nas łączy – prezentacja zainteresowań, uzdolnień, form spędzania czasu wolnego itp. Rola społeczności klasowej w osiąganiu celów indywidualnych i grupowych. Koleżeństwo i przyjaźń jako podstawa funkcjonowania klasy.
10. Czy czuję się bezpiecznie w mojej klasie, szkole? Zwrócenie uwagi na problemy i obawy uczniów.
11. Jak wyrazić swoją dezaprobatę, aby nie popsuć relacji w grupie? Konflikty w klasie negatywne i pozytywne aspekty.
12. Kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów
13. Tolerancja – jedna z najtrudniejszych umiejętności społecznych. Tolerancja a nasze uprzedzenia i stereotypy myślowe. Granice tolerancji. Kiedy należy zacząć protestować?
14. Co to znaczy być asertywnym? Jak umiejętnie przyjmować krytykę – asertywne sposoby radzenia sobie.
15. Poznawanie własnej miejscowości i okolic z uwzględnieniem zabytków sztuki, architektury i pomników przyrody. Zwrócenie uwagi na miejsca pamięci narodowej w naszym regionie. W jaki sposób możemy dbać o miejsca pamięci narodowej?
16. Prawa i obowiązki obywatela w myśl Konstytucji, Deklaracji Praw Człowieka, Praw Dziecka i Karty Praw Rodziny. Ja, jako obywatel. Moje prawa i obowiązki. Zapoznanie uczniów z prawami i powinnościami obywatelskimi.
17. Pełnoletność – co to dla mnie oznacza? Moje prawa a odpowiedzialność. Nabywanie praw obywatelskich i wchodzenie w dojrzałe role społeczne.
18. Poszanowanie własności prywatnej i publicznej -problem kradzieży i wandalizmu.
19. Warunki w jakich się uczymy i sposoby uczenia się. Jak uczyć się efektywnie.
20. Zdrowie psychiczne i fizyczne ucznia
21. Kształtowanie umiejętności samodzielnego zdobywania wiedzy i rozwijania zainteresowań. Rozległość zainteresowań jako czynnik ułatwiający dokonanie wyboru.
22. Mechanizm powstawania uzależnień. Niebezpieczne nałogi -nikotyna, alkohol, narkotyki.  
Uświadomienie uczniom zagrożeń płynących z palenia papierosów, picia alkoholu i zażywania narkotyków bądź innych środków odurzających.
23. Portale społecznościowe w naszym życiu – plusy i minusy. Cyberprzemoc oraz jej skutki moralne i prawne.
24. Subkultury. Czy można się z nimi integrować?
25. Mam problem. Gdzie szukać pomocy? Osoby, instytucje, organizacje. Gdzie szukać pomocy w sytuacjach kryzysowych.
26. Właściwe odżywianie czynnikiem niezbędnym do prawidłowego funkcjonowania umysłu. Zdrowe odżywianie a odchudzanie się?
27. Najważniejsze symptomy przemęczenia i stresu. Dobre i złe sposoby radzenia sobie ze stresem. Radzenie sobie z naturalnym stresem.
28. Jednostka a społeczeństwo – czy pojedynczy człowiek ma wpływ na to, co dzieje się na świecie? Współczesny świat.

- Rola agresji w rozwiązywaniu międzynarodowych sporów. Wojny, terror, problem uchodźstwa.
29. Rola stowarzyszeń charytatywnych i wolontariatu w pomaganiu ludziom chorym, biednym, starszym, uchodźcom.
  30. Relacje interpersonalne
  31. Kształtowanie zachowań prozdrowotnych
  32. Aktywność fizyczna w aspekcie zdrowia psychicznego
  33. Pierwsza pomoc
  34. Ksenofobia, rasizm, homofobia – wynik lęku jednostki, manifestowany negatywnymi emocjami