

# Kolejny cykl zajęć profilaktycznych za nami!

written by Mariusz Chruściel | 27 lutego 2024



W Szkole Podstawowej nr 3 w Darłowie realizowany był Program UNPLUGGED. Jest to Europejski Program Przeciwdziałania Uzależnieniom od Substancji Psychoaktywnych. W miesiącu maju 2023 r. zajęcia były prowadzone w klasie 7A przez p. Edytę Filewicz i p. Annę Lichańską, w klasie 7B program realizowały p. Paulina Wojciechowska oraz p. Paulina Chmielarz. W bieżącym roku szkolnym program był kontynuowany w klasach ósmych przez pedagoga szkolnego p. Paulinę Wojciechowską oraz psychologa szkolnego p. Paulinę Chmielarz.

UNPLUGGED jest szkolnym programem zapobiegania problemom związanym z używaniem substancji psychoaktywnych przez młodzież, opartym na modelu wszechstronnego wpływu społecznego, adresowanym do uczniów w wieku 12-14 lat. Treści programu ukierunkowane są na odroczenie pierwszych prób sięgania po substancje psychoaktywne. Bardzo ważnym komponentem programu jest interaktywność – młodzież poprzez własne spostrzeżenia, obserwacje i wnioski weryfikuje dotychczasowe własne przekonania i wyobrażenia oraz nabywa umiejętności społeczne (między innymi asertywność). Podczas zajęć profilaktycznych na terenie szkoły zrealizowano 12 bloków tematycznych, gdzie poruszano takie aspekty jak : krytyczne myślenie, podejmowanie decyzji, rozwiązywanie problemów, myślenie twórcze, samoświadomość, empatia, umiejętność budowania relacji, skuteczne porozumiewanie się, radzenie sobie z emocjami, przekonania

normatywne. Za pomocą wykładów oraz pogadank uwrażliwiano uczniów na zagrożenia związane z substancjami psychoaktywnymi oraz ich skutkami. W czasie realizacji programu uczniowie wypełniali, indywidualnie otrzymane, zeszyty ćwiczeń. Udoskonalano także umiejętności współpracy w małych grupach, podejmowano działania pozwalające na budowanie spójności zespołu klasowego. Wykorzystywano metody aktywizujące takie jak drama oraz scenki sytuacyjne.

Program spotkał się z pozytywnymi opiniami wśród uczniów.

Przewidziana jest dalsza realizacja programu UNPLUGGED.

Pedagog i psycholog szkolny :

Paulina Wojciechowska i Paulina Chmielarz

























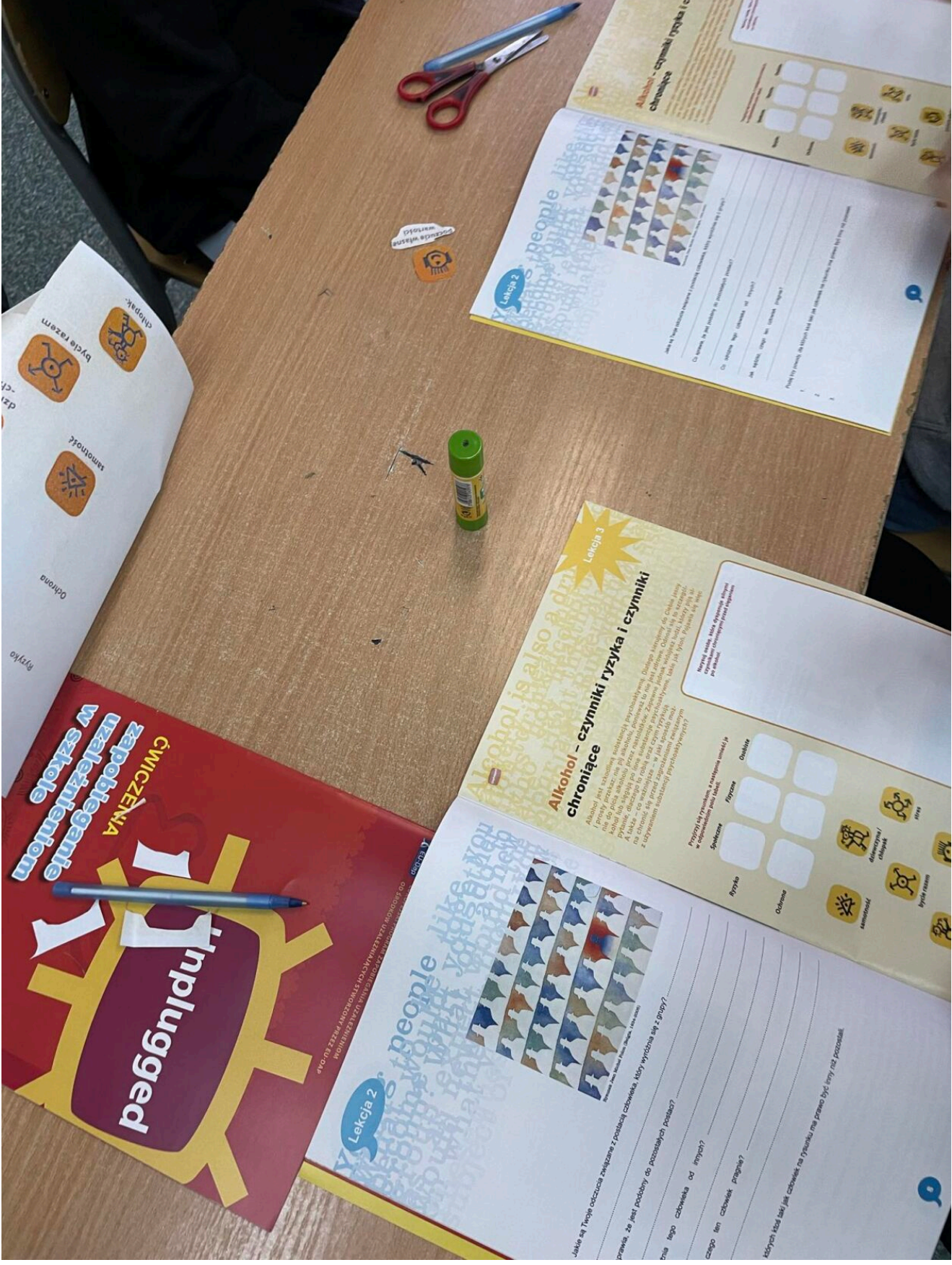












**ĆWICZENIA zapobiegania uzależnieniom w szkole**

**Inplugged**

WSPÓLNE WYKORZYSTANIE SIŁY I WIEDZY NA WYNIKACH NAJLEPSZYCH UCZNIÓW. WSPÓLNIE WYKORZYSTAJ SIŁY I WIEDZĘ NA WYNIKACH NAJLEPSZYCH UCZNIÓW. WSPÓLNIE WYKORZYSTAJ SIŁY I WIEDZĘ NA WYNIKACH NAJLEPSZYCH UCZNIÓW.

**Lekcja 2**

people like you

Alkohol - czynniki ryzyka i czynniki chroniące

Jakie są ryzyka dotyczące związane z postaciami czuwającymi, którzy wybrali się z grupy? ...

prawie, że jest podobny do pozostałych partnerów? ...

Two tego czuwająca od innych? ...

czego ten czuwający pragnie? ...

czyżby ktoś taki jak czuwający na rysunku nie pragnie być inny niż pozostałe? ...

Przeżył ten tydzień, w którym uwodził je w odwołaniu pod koniec:

Spokojnie	Przyjemnie	Okrutnie
Bystro		
Odważnie		

Przygotuj swoje własne odpowiedzi i przygotuj je do prezentacji przed klasą.

**Lekcja 3**

Alkohol - czynniki ryzyka i czynniki chroniące

Alkohol jest to substancja, która powoduje, że człowiek nie może kontrolować swoich działań. Działania te mogą być niebezpieczne i prowadzić do poważnych konsekwencji. Dlatego należy być ostrożnym i nie pić alkoholu, jeśli nie jesteś gotowy na to, aby ponieść odpowiedzialność za swoje działania.

Przeżył ten tydzień, w którym uwodził je w odwołaniu pod koniec:

Spokojnie	Przyjemnie	Okrutnie
Bystro		
Odważnie		

Przygotuj swoje własne odpowiedzi i przygotuj je do prezentacji przed klasą.

chłopak

Bycie razem

smotroch

Odważnie

ryzyko





