
DOBRE PRAKTYKI W SZKOŁACH LUBINA I BOLESŁAWCA

LISTA WYŁONIONYCH PRAKTYK

„PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ - REALIZACJA PROJEKTÓW EDUKACYJNYCH W LUBINIE I BOLESŁAWCU”

PROJEKT REALIZOWANY PRZEZ
FUNDACJĘ WSPIERANIA KULTURY RUCHU OCELOT



ZADANIE DOFINANSOWANE Z BUDŻETU PAŃTWA
W RAMACH ŚRODKÓW MINISTERSTWA EDUKACJI NARODOWEJ
W OBSZARZE ZADAŃ Z ZAKRESU ZDROWIA PUBLICZNEGO
(DOTACJA CELOWA W RAMACH NARODOWEGO PROGRAMU
ZDROWIA NA LATA 2021-2025).



Ministerstwo
Edukacji Narodowej



KRYTERIA OCENY

- **ADEKWATNOŚĆ**

zgodność z celami projektu i tematyką przeciwdziałania przemocy (0-20 pkt)

- **SKUTECZNOŚĆ**

realne efekty i wpływ na społeczność szkolną (0-25 pkt)

- **INNOWACYJNOŚĆ**

oryginalność podejścia, wykorzystanie nowoczesnych metod pracy z młodzieżą (0-20 pkt)

- **MOŻLIWOŚĆ UPOWSZECZNIANIA**

potencjał do wdrożenia w innych szkołach (0-20 pkt)

- **ZAANGAŻOWANIE SPOŁECZNOŚCI SZKOLNEJ**

udział uczniów, nauczycieli i rodziców (0-15 pkt)

Wybrane dobre praktyki osiągnęły wymagane min. 70 punktów.

KOMISJA EKSPERCKA

dr Dorota Domińska-Werbel - doktor psychologii, wykładowczyni Collegium Witelona w Legnicy oraz dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Jaworze. Specjalizuje się w psychologii osobowości, psychologii rozwojowej i poradnictwie, łącząc wieloletnie doświadczenie praktyczne z działalnością naukową. Jest autorką licznych publikacji naukowych w kraju i za granicą dotyczących rozwoju człowieka, funkcjonowania osobowości oraz praktyki poradnictwa psychologicznego. Od lat aktywnie działa na rzecz podnoszenia jakości wsparcia psychologiczno-pedagogicznego w Polsce.

Marta Smolińska -psychoterapeutka, akredytowana coachka Izby Coachingu, superwizorka, trenerka, wykładowczyni związana z Uniwersytetem Merito we Wrocławiu. Uczyła się od nauczycieli z Polski i z zagranicy. Przez wiele lat związana z systemem oświaty. Kształciła kadry pomocy społecznej, w tym w zakresie metod projektowych i rozwijania umiejętności interpersonalnych, dyplomowany pracownik socjalny. Prowadzi szkolenia dla rad pedagogicznych w Polsce i Irlandii.





CZĘŚĆ 1

DOBRE PRAKTYKI SKIEROWANE DO UCZNIÓW

POPRAWA KLIMATU SZKOŁY / PLACÓWKI, POPRAWA SAMOPOCZUCIA DOBROSTANU PSYCHICZNEGO UCZNIÓW I UCZENNIC

Atrakcyjna przerwa- Wspieranie koncentracji i dobrostanu uczniów poprzez formy relaksacyjne i twórcze (origami, kącik artystyczno-geometryczny). Integracja zespołów klasowych oraz budowanie pozytywnej atmosfery w szkole

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Lubinie

„Polubić szkołę? Czemu Nie!” – wycieczki szkolne

- Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

Piknik rodzinny - Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

Szkolna grupa turystyczno – profilaktyczna - Szkoła Podstawowa nr 5 w Lubinie

Cykle zajęć edukacyjnych i warsztatów: Regularne zajęcia z psychologiem, pedagogiem i pedagogiem specjalnym, Współpraca z Dolnośląskim Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży w Lubinie (Warsztaty), Zajęcia w oparciu o elementy programu „Spójrz inaczej”

- Szkoła Podstawowa nr 7 – Szkoła Sportowa w Lubinie

Cykl działań na rzecz samorządności i integracji: Strefy relaksu i wyciszenia, Dzień samorządności „Razem możemy więcej”, Dni tematyczne: Dzień Sportu, Festiwal Talentów, kiermasze, Program integracyjny „Razem możemy więcej”. Warsztaty teatralne i szkolne koło artystyczne, Międzynarodowy Dzień Praw Dziecka, „Dzień bez plecaka”, „Tydzień Życzliwości i Uwagi”

- Szkoła Podstawowa nr 7 – Szkoła Sportowa w Lubinie



POPRAWA KLIMATU SZKOŁY / PLACÓWKI, POPRAWA SAMOPOCZUCIA DOBROSTANU PSYCHICZNEGO UCZNIÓW I UCZENNIC

Szkolna akcja profilaktyczna „Popołudnie w szkole”

- Szkoła Podstawowa nr 10 im. gen. Władysława Sikorskiego w Lubinie

„Happy Joga” (ćwiczenia relaksacyjne, wyciszające z elementami Mindfulness)

- Szkoła Podstawowa nr 10 im. gen. Władysława Sikorskiego w Lubinie (światlica)

Tygodnie tematyczne w szkole

- Szkoła Podstawowa nr 10 im. gen. Władysława Sikorskiego w Lubinie

Dzień Tolerancji, Program adaptacyjny dla klas pierwszych

- Szkoła Podstawowa nr 12 im. Czesława Niemena w Lubinie

Ogólnopolski Tydzień Szczęścia- cyklicznie organizowany na początku roku szkolnego tygodnia związanego z budowaniem m.in. kompetencji społecznych i dobrostanu

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Bolesławcu im. Janusza Kusocińskiego

Akademia Dobrej Energii Junior - cykliczne lekcje wychowawcze w klasach II-III polegające na budowaniu dobrostanu w oparciu o 3 filary: kompetencje emocjonalne, dbanie o ciało i komunikacja cyfrowa - Szkoła Podstawowa nr 1 w Bolesławcu im. Janusza Kusocińskiego

Felinoterapia - Szkoła Podstawowa nr 1 w Bolesławcu im. Janusza Kusocińskiego



POPRAWA RELACJI RÓWIEŚNICZYCH I WSPARCIE RÓWIEŚNICZE

Cykl warsztatów budujących relacje i poprawiających komunikację: Rozwijanie umiejętności strategii radzenia sobie z emocjami: „Słowa, które budują. Moc pozytywnej komunikacji” (warsztaty – psycholog Psychosfery), „Inny nie znaczy gorszy, uczymy się być tolerancyjnym” (warsztaty - psycholog z Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej w Lubinie), „Jak skutecznie się komunikować z innymi” (warsztaty) „Każdy inny. Wszyscy równi – neuroróżnorodność” (warsztaty – psycholog Psychosfery), „Jak się komunikować” (warsztaty – mediacje – poprowadził mediator sądowy, trener TUS), „Depresja i zaburzenia osobowości” (Zajęcia prowadził psycholog z „Ocelot – Instytut Psychoedukacji i Medycyny Stylu Życia”), „Jak się komunikować” (warsztaty – mediacje – poprowadził mediator sądowy, trener TUS), „Pierwsza pomoc psychologiczna” (warsztaty - psycholog z Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej w Lubinie), „Iskra odporności” (warsztaty)
- Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

Warsztaty „Jak mówić, żeby się rozumieć”

- Szkoła Podstawowa nr 12 im. Czesława Niemena w Lubinie

Projekt „Nasza Klasa” (projekty klasowe, konkurs)

- Szkoła Podstawowa Nr 2 im. Orła Białego w Bolesławcu





ROZWIJANIE UMIEJĘTNOŚCI I STRATEGII RADZENIA SOBIE Z EMOCJAMI

Kultura i Szacunek Tworzą Dobry Wizerunek - zapobieganie agresji słownej, kształtowanie kultury osobistej, w tym kultury języka

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Lubinie

Cykl zajęć i warsztatów wspierających zdrowie psychiczne i radzenie sobie z emocjami:

„Jak radzić sobie ze stresem” (warsztaty - psycholog z Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej w Lubinie), „Młode Głowy” - Realizacja programu profilaktycznego

- Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

Zajęcia i warsztaty wspierające zdrowie psychiczne i umiejętności społeczne: „Przyjaciele Zippiego” – międzynarodowy program promocji zdrowia psychicznego, Wypracowanie kontraktów klasowych, Warsztaty „Empatia w praktyce”, Zajęcia rozwijające kompetencje emocjonalno – społeczne

- Szkoła Podstawowa nr 7 – Szkoła Sportowa w Lubinie

„Godzina dla Młodych Główn” świadomości uczniów na temat zdrowia psychicznego, naukę rozpoznawania emocji, stawiania granic oraz skutecznej komunikacji, Program IMPACT

- Szkoła Podstawowa nr 8 w Lubinie

„Niebieska Skrzyneczka” – Wsparcie emocjonalne dla uczniów Działanie to ma na celu stworzenie przestrzeni, w której uczniowie mogą anonimowo zgłaszać swoje problemy emocjonalne, potrzeby wsparcia lub sytuacje, które wymagają interwencji

- Szkoła Podstawowa nr 8 w Lubinie

“Dopamina” i “Dopamina - porozmawiajmy o relacjach. Celem programu było zwiększenie świadomości młodzieży na temat mechanizmów dopaminowych, ich wpływu na relacje rówieśnicze oraz zachowania online i offline

- Szkoła Podstawowa nr 8 w Lubinie

Dobe Self-Esteem- międzynarodowy projekt mający na celu zwiększenie kompetencji uczniów w obszarze inter- i intrapersonalnych w obszarach Poznawczym, emocjonalnym, motywacyjnym oraz behawioralnym

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Bolesławcu im. Janusza Kusocińskiego





ROZWIJANIE UMIEJĘTNOŚCI I STRATEGII RADZENIA SOBIE Z EMOCJAMI

WspieraMy Relacje - wykorzystywanie i propagowanie zestawu scenariuszy mających na celu budowanie oraz integrowanie zespołów klasowych, a także podnoszenie rezyliencji, wspieranie empatii oraz uczenie rówieśniczego wsparcia-

Szkoła Podstawowa nr 1 w Bolesławcu im. Janusza Kusocińskiego

Sala Doświadczeń Świata wg Snoezelen - skuteczne narzędzie w pracy z agresją-

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Bolesławcu im. Janusza Kusocińskiego





ZAPOBIEGANIE STYGMATYZACJI I DYSKRYMINACJI

Międzykulturowy Dzień Tolerancji – Różni Nas Wiele, Łączy Nas Jedyńka

- Szkoła Podstawowa nr 1 z Oddziałami Integracyjnymi im. Marii Skłodowskiej - Curie w Lubinie

Międzynarodowy Dzień Godności Osób z Niepełnosprawnościami „Każdy inny, wszyscy równi”

- Szkoła Podstawowa nr 1 z Oddziałami Integracyjnymi im. Marii Skłodowskiej - Curie w Lubinie

Międzykulturowy Dzień Tańca - Integracja społeczności szkolnej – stworzenie przestrzeni do wspólnego działania uczniów o zróżnicowanych możliwościach i potrzebach edukacyjnych

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Lubinie

Pokazy Talentów i Pasji - Wzmacnianie atmosfery akceptacji i bezpieczeństwa, w której każdy uczeń może czuć się wyjątkowy

- Szkoła Podstawowa nr 1 w Lubinie

Program IMPACT Celem programu realizowanego przez DCPDM było rozwijanie i wzmacnianie kompetencji indywidualnych i społecznych, które sprzyjają ograniczaniu zachowań agresywnych. Program koncentrował się również na redukcji czynników ryzyka związanych z cyberwiktymizacją, cybersprawstwem i postawami świadków wzmacniających agresję

- Szkoła Podstawowa nr 8 w Lubinie





ELIMINACJA HEJTU, W TYM W INTERNECIE, I INNYCH NEGATYWNYCH ZACHOWAŃ W SZKOLE I PLACÓWCE

Aplikacja Czat Zaufania #PSST – Szkoła Podstawowa Zielona Szkoła w Lubinie

Pogotowie Mediacyjne – Szkoła Podstawowa Zielona Szkoła w Lubinie (mediatorem psycholog szkolny)

„Linia Nadziei” szkolny spot o Telefonie Zaufania – Szkoła Podstawowa Zielona Szkoła w Lubinie

„Most Porozumienia” – warsztaty dla uczniów, nauczycieli i rodziców (prowadzone przez zewnętrznego eksperta) – Szkoła Podstawowa Zielona Szkoła w Lubinie

Ogólnopolska Kampania Dzieciństwo bez Przemocy. Międzynarodowy Dzień Dziecka - Szkoła Podstawowa nr 1 z Oddziałami Integracyjnymi im. Marii Skłodowskiej - Curie w Lubinie

Warsztaty profilaktyczne w zakresie cyberprzemocy i przemocy, w tym prowadzone przez zaproszonych gości: „Dopamina” profilaktyczny projekt (warsztaty), IMPACT (Interdyscyplinarny Model Przeciwdziałania Agresji i Cyberprzemocy Technologicznej - warsztaty), „Kliknij z rozwagą – o cyberprzemocy i cyfrowej empatii” (warsztaty – psycholog Psychosfery), „Bullying. Przemoc to nie moc” (warsztaty – psycholog Psychosfery), „Fonoholizm” (Warsztaty - psycholog z Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży), „Odpowiedzialność - prawna nieletnich” (Prelekcja – funkcjonariusze Komendy Powiatowej Policji w Lubinie), „Bezpieczeństwo w cyberświecie” – prelekcja i dyskusja
- Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

Dziecięcy Telefon Zaufania działający przy Rzeczniku Praw Dziecka w Warszawie – spotkanie online z psychologiem DTZ
- Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

Cykl działań na rzecz przeciwdziałania przemocy: Tydzień Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej i Tydzień Budowania Relacji, Lekcje wychowawcze (pedagog i psycholog) poświęcone mowie nienawiści, „Powiedz, jeśli widzisz” - szkolne dyżury pedagoga i psychologa - Szkoła Podstawowa nr 7 – Szkoła Sportowa w Lubinie





ELIMINACJA HEJTU, W TYM W INTERNECIE, I INNYCH NEGATYWNYCH ZACHOWAŃ W SZKOLE I PLACÓWCE

„Internet bez hejtu. W sieci przyjaźni” Zajęcia realizowane przez DCPDM w Lubinie - edukacja na temat cyberprzemocy, budowanie odporności na hejt oraz wzmacnianie postaw asertywności - Szkoła Podstawowa nr 8 w Lubinie

Cykl działań – „Bezpieczni w sieci” - Szkoła Podstawowa nr 10 im
- Szkoła Podstawowa nr 10 im. gen. Władysława Sikorskiego w Lubinie

Klasa bez przemocy – cykl zajęć profilaktycznych
- Szkoła Podstawowa nr 12 im. Czesława Niemena w Lubinie





CZĘŚĆ 2

DOBRE PRAKTYKI SKIEROWANE DO RODZICÓW

Szkolenia dla rodziców - "Poznanie zasad bezpiecznego korzystania z Internetu m.in. aplikacji oraz portali społecznościowych", „Wspieranie odporności psychicznej dzieci - rozumianej jako umiejętność kontrolowania sposobu reagowania oraz radzenia sobie z trudnościami i wyzwaniami”, „Normy i zasady w rodzinie” , “Piknik rodzinny”
- Szkoła Podstawowa nr 3 z Oddziałami Integracyjnymi w Lubinie

NINIEJSZA BROSZURA INSPIROWANA JEST WNIOSKAMI WYPŁYWAJĄCYMI Z DZIAŁAŃ ZWIĄZANYCH Z PROJEKTEM PRZECIWDZIAŁANIE PRZEMOCY RÓWIEŚNICZEJ – REALIZACJA PROJEKTÓW EDUKACYJNYCH W LUBINIE BOLESŁAWCU”.

KOMISJA EKSPERCKA

dr Dorota Domińska-Werbel - doktor psychologii, wykładowczyni Collegium Witelona w Legnicy oraz dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Jaworze. Specjalizuje się w psychologii osobowości, psychologii rozwojowej i poradnictwie, łącząc wieloletnie doświadczenie praktyczne z działalnością naukową. Jest autorką licznych publikacji naukowych w kraju i za granicą dotyczących rozwoju człowieka, funkcjonowania osobowości oraz praktyki poradnictwa psychologicznego. Od lat aktywnie działa na rzecz podnoszenia jakości wsparcia psychologiczno-pedagogicznego w Polsce.

Marta Smolińska -psychoterapeutka, akredytowana coachka Izby Coachingu, superwizorka, trenerka, wykładowczyni związana z Uniwersytetem Merito we Wrocławiu. Uczyła się od nauczycieli z Polski i z zagranicy. Przez wiele lat związana z systemem oświaty. Kształciła kadry pomocy społecznej, w tym w zakresie metod projektowych i rozwijania umiejętności interpersonalnych, dyplomowany pracownik socjalny. Prowadzi szkolenia dla rad pedagogicznych w Polsce i Irlandii.

© FUNDACJA WSPIERANIA KULTURY RUCHU OCELOT

MATERIAŁ UDOSTĘPNIONY NA LICENCJI CREATIVE COMMONS UZNANIE AUTORSTWA – NA TYCH SAMYCH WARUNKACH 4.0 MIĘDZYNARODOWA (CC BY-SA 4.0).

TREŚĆ LICENCJI: [HTTPS://CREATIVECOMMONS.ORG/LICENSES/BY-SA/4.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



Ministerstwo
Edukacji Narodowej