



PAŃSTWOWA
SZKOŁA MUZYCZNA
I i II STOPNIA
IM. MIECZYŚŁAWA KARŁOWICZA
W MIELCU

PAŃSTWOWA SZKOŁA MUZYCZNA I i II STOPNIA
IM. MIECZYŚŁAWA KARŁOWICZA w MIELCU
ul. Kościuszki 10
39-300 Mielec
tel. 17 586 29 76
sekretariat@psm.mielec.pl

Spis treści:

Preambuła.....	3
Podstawy prawne.....	3
Motto / misja / wizja szkoły.....	4
Cele wychowania.....	5
Cele szczegółowe.....	5
Wychowanie do kultury.....	5
Wychowanie do wzrastania moralnego.....	5
Wychowanie do rozwoju intelektualnego.....	6
Wychowanie społeczno-patriotyczne.....	6
Wychowanie do zdrowia fizycznego i psychicznego.....	6
Wychowanie estetyczne.....	7
Wychowanie ekologiczne.....	7
Formy realizacji.....	7
Struktura oddziaływań wychowawczo – profilaktycznych.....	7
Działalność profilaktyczna	7
Struktura oddziaływań.....	8
Rada Pedagogiczna.....	8
Nauczyciele.....	8
Rodzice.....	9
Samorząd uczniowski.....	10
Model absolwenta.....	10
Rekomendacje Centrum Edukacji Artystycznej na rok szkolny 2024/2025..	11
Współpraca między nauczycielami przedmiotów artystycznych a nauczycielami przedmiotów ogólnokształcących w szkołach artystycznych...	11
Profilaktyka zdrowia fizycznego uczniów szkół artystycznych.....	11
Diagnoza czynników chroniących i czynników ryzyka oraz zachowań ryzykownych wśród uczniów szkół artystycznych.....	13
Wyniki diagnozy przeprowadzonej we wrześniu 2024 r. oraz plan działań w bieżącym roku szkolnym.....	16
Analiza wyników ankiety.....	16
Plan działań wychowawczo-profilaktycznych z harmonogramem.....	17
Ewaluacja działań.....	17

Preambuła

Wychowanie to proces wszechstronnego wspierania dziecka w rozwoju ku pełnej dojrzałości, obejmującej sfery muzyczne, emocjonalne, intelektualne, duchowe i społeczne. Kluczowym elementem tego procesu jest systematyczne wzmacnianie tych obszarów poprzez odpowiednie działania z zakresu profilaktyki, które mają na celu zapobieganie problemom i wspieranie zdrowego rozwoju dzieci i młodzieży. Zgodnie z art. 1 pkt 3 ustawy Prawo oświatowe, wychowanie i profilaktyka powinny wzajemnie się uzupełniać, tworząc spójny system, który wspiera młodego człowieka w różnych aspektach jego życia.

Szkoła artystyczna, pełniąc rolę środowiska wychowawczego, ma szczególnie istotne zadanie wspierania uczniów w ich drodze do wszechstronnego rozwoju. Oprócz rozwijania umiejętności muzycznych, szkoła kształtuje postawy i wartości, które są niezbędne do osiągnięcia pełni dojrzałości. Proces ten obejmuje nie tylko naukę muzyki, ale także rozwój emocjonalny, społeczny i intelektualny uczniów. Nauczyciele i wychowawcy mają za zadanie wspierać uczniów w kształtowaniu ich tożsamości artystycznej oraz społecznej, jednocześnie dbając o to, by ułatwiać korygowanie wszelkich trudności czy deficytów, które mogą pojawić się na ich drodze edukacyjnej.

Celem działań szkoły artystycznej jest nie tylko osiągnięcie wysokich wyników edukacyjnych, ale także wspieranie uczniów w trudnych sytuacjach życiowych. W tym kontekście profilaktyka odgrywa kluczową rolę – szkoła podejmuje działania, które mają na celu zapobieganie zagrożeniom związanym z problemami emocjonalnymi, społecznymi czy związanymi z zachowaniem uczniów. Poprzez programy profilaktyczne, szkoła przeciwdziała negatywnym zjawiskom, takim jak stres, presja czy trudności związane z dorastaniem, oferując jednocześnie wsparcie dla tych, którzy znajdują się w trudnych sytuacjach.

Wychowanie w szkole artystycznej jest więc wielowymiarowe – obejmuje zarówno rozwój artystyczny, jak i wspieranie młodych ludzi w ich życiu codziennym, kształtując nie tylko ich umiejętności muzyczne, ale także postawy i wartości, które będą fundamentem ich dorosłego życia.

Podstawy prawne:

1. Konwencja o Prawach Dziecka przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopada 1989 r. (Dz. U. z 1991 r. poz. 526);
2. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. z 1997 r. poz. 483 ze zm.);
3. Ustawa z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (tj. 2021 r. poz. 1915 ze zm.);
4. Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo Oświatowe (tj. Dz. U. z 2021 r. poz.1082, Dz. U. z 2021 r. poz. 762
5. Dz. U. z 2022 r. poz. 655, 1079, 1116, 1383, 1700, 1730, 2089);
6. Ustawa z dnia z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta Nauczyciela (tj. Dz. U. z 2021 r. poz.1762 ze zm. Dz.U. z 2022 r. poz. 935, 1116, 1700, 1730);
7. Ustawa z dnia 13 maja 2016 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym (t. j. Dz. U. z 2023 r. poz. 1304 ze zm);
8. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia z dnia 6 września 2023 r. w sprawie procedury "Niebieskie Karty" oraz wzorów formularzy "Niebieska Karta" (Dz. U. z 2023 r. poz. 1870).
9. Ustawa z dnia 9 marca 2023 r. o przeciwdziałaniu przemocy domowej (t. j. Dz. U. z 2023 r. poz. 535);
10. Ustawa z dnia 28 lipca 2023 r. o zmianie ustawy – Kodeks rodzinny i opiekuńczy oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. z 2023 r. poz. 1606
11. Statut Państwowej Szkoły Muzycznej I i II st. im. Mieczysława Karłowicza w Mielcu.

Nasze motto: „Gram, śpiewam... i dobrze mi tak”

MISJA:

Celem naszej szkoły jest wszechstronny i harmonijny rozwój ucznia, rozwijanie pasji, a także wyposażenie ucznia w umiejętności, wiedzę oraz takie kompetencje, które pozwolą mu swobodnie czuć się na scenie, będą przydatne w życiu i posłużą do dalszego kształcenia.

WIZJA:

Chcemy, by nasza szkoła:

- była wspólnym miejscem, gdzie praca i nauka wypływa z pasji,
- dawała każdemu uczniowi możliwość wszechstronnego rozwijania swoich zdolności i zainteresowań w atmosferze przyjaźni, szacunku, zrozumienia i tolerancji,
- kształtowała charakter, wzbudzała motywację oraz stwarzała możliwości do rozwoju osobistego i artystycznego,
- za przyczyną nauczycieli i ich specjalistycznej wiedzy, umiejętności, sposobu bycia oraz postawy pozwalała uczniom spełnienie i realizację swoich planów i marzeń,
- była miejscem współpracy środowiska szkolnego: nauczycieli, uczniów, rodziców, pracowników administracji i obsługi,
- dysponowała bazą, która umożliwia realizację działań służących harmonijnemu rozwojowi umiejętności uczniów a także daje poczucie komfortu pracy wszystkim, którzy swoim zaangażowaniem, wiedzą, cierpliwością i pasją wspomagają ich sukces,
- przygotowywała przyszłych świadomych i wrażliwych twórców życia kulturalnego a także odbiorców szeroko rozumianej kultury i sztuki,
- kształtowała umiejętność współpracy w zespole i budowała więzi międzyludzkie,
- wyposażała ucznia w wiedzę i umiejętności niezbędne do dalszego etapu kształcenia i zdobywania zawodu poprzez studia w akademiach muzycznych i innych uczelniach,
- pomagała rozwijać w życzliwej atmosferze własną osobowość, charakter i pasję przyszłego artysty muzyka,
- budowała świadomość rozwijania talentu poprzez pracę i kształtowanie poczucie estetyki,
- kształciła wrażliwość na piękno otaczającego świata.

I. Cele wychowania.

1. Otwieranie się na dobro, prawdę, piękno, sprawiedliwość.
2. Wspieranie rozwoju artystycznego i psychofizycznego ucznia.
3. Rozwijanie uzdolnień muzycznych.
4. Budowanie szacunku do wartości narodowych i dziedzictwa kulturowego.
5. Kształtowanie nawyków kulturalnego zachowania
6. Otwieranie się na twórczość.
7. Wzmacnianie kompetencji wychowawczych nauczycieli, ze szczególnym uwzględnieniem uczniów przybyłych z zagranicy.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

Wychowanie do kultury:

- poznawanie dorobku najbliższego środowiska lokalnego, wychowanie w duchu poszanowania dla polskiego dziedzictwa kulturowego, przy jednoczesnym otwarciu się na wartości kultur Europy i świata,
- poznawanie kultury w poszczególnych dziedzinach sztuki,
- uświadomienie roli ośrodków kulturotwórczych,
- wdrożenie do poszanowania kultury i jej rozwoju,
- kształtowanie nawyków kulturalnego zachowania się w życiu rodzinnym, w gronie rówieśników, w relacjach z przełożonymi,
- kształtowanie odpowiedniego zachowania na próbie i na estradzie,
- wdrażanie do kultury języka,
- wdrażanie do prawidłowego odbioru dzieł z różnych dziedzin kultury,
- wdrażanie do twórczego uczestnictwa w kulturze,
- kształcenie postaw kreatywnych,
- promowanie atmosfery twórczej,
- uruchomienie motywacji wewnętrznej,
- stwarzanie sytuacji motywacyjnych,
- promowanie zdolności twórczych,
- rozbudzenie i rozszerzanie zainteresowań,
- zwiększanie wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka,
- umożliwianie przeżywania doświadczeń osobistych,
- kształtowanie predyspozycji: wyobraźni, ekspresji,
- eliminowanie czynników hamujących twórczą postawę,
- pomoc uczniom w dostrzeganiu integralności kultury polskiej i światowej z religią.

Wychowanie do wzrastania moralnego

- wychowywanie w kategoriach „być”, a nie tylko „mieć”,
- pomaganie w formowaniu się osobowości uczniów,
- kształtowanie postawy bliskiej ideałom,
- wdrażanie uczniów do postępowania w sposób prawy,
- rozwijanie walorów charakteru: pracowitości, rzetelności, wytrwałości, wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka i prawdomówności,
- kształtowanie odpowiedzialności za wykonywanie obowiązków,
- kształtowanie: umiejętności stawiania celów osobiście przez samych uczniów i osiągnięcia ich, podejmowania własnych decyzji, samooceny,
- wyrabianie odwagi, cierpliwości, uczynności,

- wdrażanie do świadomego posłuszeństwa i samodyscypliny,
- skłanianie uczniów do czynienia dobra i kształtowania w sobie stałej skłonności woli w tym kierunku,
- kształtowanie umiejętności rozróżniania dobra i zła oraz uczenie właściwego odnoszenia się do obu kategorii,
- pomaganie uczniom w otwieraniu się na perspektywy rozwojowe,
- wyrabianie akceptacji dla uczniów niepełnosprawnych,
- pomaganie uczniom w eliminowaniu złych skłonności charakterystycznych dla okresu dojrzewania,
- wpływanie na poszanowanie mienia szkolnego,
- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za młodszych i potrzebujących pomocy członków społeczności szkolnej.

Wychowanie do rozwoju intelektualnego

- ukierunkowywanie uczniów na wydobywanie z treści poszczególnych przedmiotów elementów wychowawczych,
- wdrażanie do dyscypliny pracy umysłowej, ładu i porządku,
- budzenie zainteresowania wszystkimi zajęciami edukacyjnymi,
- wywoływanie poczucia sensu pracy ucznia i jej społecznej doniosłości,
- wdrażanie do ustawicznego doskonalenia organizacji pracy,
- budzenie i rozwijanie motywacji kształcenia artystycznego,
- stosowanie strategii motywacyjnej w ocenianiu,
- przewyżczanie lenistwa myślowego,
- wdrażanie do dociekliwości i poszukiwania prawdy.

Wychowanie społeczno-patriotyczne

- podnoszenie autorytetu rodziny,
- pomoc rodzinie w wychowaniu,
- wdrażanie rodziców do angażowania się we współtworzenie planu wychowawczego szkoły,
- przygotowanie uczniów do pełnienia obowiązków rodzinnych,
- rozwijanie samodzielności uczniowskiej, również w szeregach samorządu uczniowskiego,
- kształtowanie umiejętności nawiązywania kontaktów międzyludzkich,
- kształtowanie umiejętności zbiorowego działania,
- poznawanie historii szkoły i jej osiągnięć,
- podtrzymywanie i rozwój dobrych tradycji szkoły,
- rozbudzanie szacunku dla osiągnięć regionu podkarpackiego,
- uwrażliwianie na specyfikę dziejów i tradycji narodu polskiego,
- wdrażanie do aktywnego uczestnictwa w obchodach świąt państwowych, narodowych i religijnych,
- kształtowanie postawy otwarcia na świat, ale i rozumienie znaczenia kultury narodowej i regionalnej oraz naszej małej ojczyzny,
- przygotowanie do podmiotowego współtworzenia państwa i wejścia na rynek pracy.

Wychowanie do zdrowia fizycznego i psychicznego

- poznanie zasad zdrowego trybu życia,
- poznanie etapów i wartości życia ludzkiego,
- poznanie zasad racjonalnego żywienia i uświadomienie korzyści stąd płynących,
- poznanie zasad higieny osobistej,
- poznanie i uświadomienie zagrożeń wieku młodości,
- promowanie wysiłków w kierunku rozwijania sprawności fizycznej potrzebnej do gry na instrumencie,
- poznawanie technik dobrej organizacji pracy,

- troska o przestrzeganie zasad bhp na przerwach i zajęciach edukacyjnych,
- kształtowanie umiejętności i nawyków kulturalnego spędzania wolnego czasu i rekreacji,
- kształtowanie umiejętności opanowywania emocji i łagodzenia stresów,
- kształtowanie umiejętności dostosowania emocji do sytuacji życiowej,
- poznawanie technik i sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych (stres, trema, presja...) szczególnie podczas występu publicznego,
- kształtowanie atmosfery życzliwości, przy równoczesnym wymaganiu spełniania powinności uczniowskich,
- wdrażanie uczniów do poznawania własnych predyspozycji i zdolności.

Wychowanie estetyczne

- ukazywanie uczniom piękna,
- kształtowanie umiejętności dostrzegania piękna w szkole, środowisku bliższym, dalszym i w świecie
- wyrabianie szacunku dla piękna,
- wdrażanie uczniów do estetyki zachowań, ubioru, troski o piękno klasy, szkoły, środowiska bliższego i dalszego,
- wyrabianie u wychowanków potrzeb estetycznych jako jednych z ważniejszych pragnień człowieka w procesie rozwoju osobowości.

Wychowanie ekologiczne

- uświadomienie całej społeczności szkolnej potrzeby troski o ochronę środowiska naturalnego i refleksji na temat życia naszej planety – Ziemi,
- dbanie o czystość otoczenia i przestrzeganie przepisów bhp,
- wykorzystanie możliwości sztuki do promowania postaw proekologicznych.

FORMY REALIZACJI:

1. Samodoskonalenie, udział w zorganizowanych formach doskonalenia, aktywność koncertowa, koncertowanie czynny udział w projektach artystycznych.
2. Indywidualna praca z uczniem, pomoc w nauce, współpraca z rodzicami, warsztaty metodyczne, koncerty klasowe, recitale, audycje i inne formy koncertowe.
3. Koncerty, projekty koncertowe szkoły, angażowanie się w życie koncertowe i dydaktyczne szkoły, wymiana międzyszkolna, współpraca instytucjonalna, udział w akcjach wychowawczych organizowanych przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Ministerstwo Edukacji i Nauki oraz inne instytucje.
4. Dostępność nauczycieli dla uczniów i rodziców, opieka podczas wycieczek i koncertów, indywidualne rozmowy z uczniami, warsztaty psychologiczne, spotkania z przedstawicielami inspekcji, służb i straży.
5. Odwiedzanie i pielęgnowanie miejsc związanych z historią regionu i Polski, okolicznościowe koncerty, audycje itp., , udział w wycieczkach organizowanych przez szkołę przy współudziale samorządu.
6. Organizowanie wykładów, warsztatów, seminariów – stacjonarnie i online.

II. Struktura oddziaływań wychowawczo - profilaktycznych:

Działalność profilaktyczna obejmuje:

- wspieranie wszystkich uczniów w prawidłowym rozwoju i zdrowym stylu życia oraz podejmowanie działań, których celem jest ograniczanie zachowania ryzykownego niezależnie od poziomu ryzyka używania przez nich środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych,

- wspieranie uczniów, którzy ze względu na swoją sytuację rodzinną, środowiskową lub uwarunkowania biologiczne są w wyższym stopniu narażeni na ryzyko zachowania ryzykownego.

Działania te obejmują w szczególności:

- realizowanie wśród uczniów oraz ich rodziców lub opiekunów programów profilaktycznych indywidualnych i grupowych oraz realizowanie celów profilaktycznych, rekomendowanych w ramach systemu, o którym mowa w Krajowym Programie Przeciwdziałania Narkomanii,
- przygotowanie oferty zajęć rozwijających zainteresowania i uzdolnienia, jako alternatywnej pozytywnej formy działalności zaspakajającej ważne potrzeby, w szczególności potrzebę podniesienia samooceny, sukcesu, przynależności i satysfakcji życiowej,
- kształtowanie i wzmacnianie norm przeciwnych używaniu środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych przez uczniów,
- doskonalenie zawodowe nauczycieli w zakresie realizacji szkolnej interwencji profilaktycznej w przypadku podejmowania przez uczniów zachowania ryzykownego,
- włączanie, w razie potrzeby, w indywidualny program edukacyjno-terapeutyczny, o którym mowa w art. 71b ust. 1b ustawy o systemie oświaty, działań z zakresu przeciwdziałania używaniu środków odurzających, substancji psychotropowych, środków zastępczych, nowych substancji psychoaktywnych.

III. Struktura oddziaływań:

1. Dyrektor szkoły:

- stwarza warunki dla realizacji programu wychowawczo - profilaktycznego w szkole,
- sprawuje opiekę nad uczniami oraz stwarza warunki harmonijnego rozwoju psychofizycznego poprzez aktywne działania prozdrowotne,
- inspirowanie nauczycieli do poprawy istniejących lub wdrożenia nowych rozwiązań w procesie kształcenia, przy zastosowaniu innowacyjnych działań programowych, organizacyjnych lub metodycznych, których celem jest rozwijanie kompetencji uczniów,
- współpracuje z samorządem uczniowskim, wspomaga nauczycieli w realizacji zadań,
- czuwa nad realizowaniem przez uczniów obowiązku szkolnego,
- nadzoruje zgodność działania szkoły ze statutem, w tym dba o przestrzeganie zasad, oceniania, praw uczniów, kompetencji organów szkoły,
- nadzoruje realizację szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego,
- inicjuje i wspiera działania związane z szeroko rozumianym wolontariatem.

2. Rada Pedagogiczna:

- uczestniczy w diagnozowaniu potrzeb w zakresie działań profilaktycznych,
- opracowuje we współpracy z radą rodziców projekt programu wychowawczo – profilaktycznego,
- opracowuje i zatwierdza dokumenty i procedury postępowania nauczycieli w sytuacjach zagrożenia młodzieży demoralizacją i przestępczością,
- uczestniczy w realizacji szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego,
- uczestniczy w ewaluacji szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego.

3. Nauczyciele:

- uczestniczą w realizacji szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego,

- reagują na obecność w szkole osób obcych, które swoim zachowaniem stwarzają zagrożenie dla ucznia,
- reagują na przejawy agresji, niedostosowania społecznego i uzależnień uczniów,
- przestrzegają obowiązujących w szkole procedur postępowania w sytuacjach zagrożenia młodzieży demoralizacją i przestępczością,
- udzielają uczniom pomocy w przezwyciężaniu niepowodzeń szkolnych,
- kształcą i wychowują dzieci w duchu patriotyzmu i demokracji,
- rozmawiają z uczniami i rodzicami o zachowaniu i frekwencji oraz postępach w nauce na swoich zajęciach,
- wspierają zainteresowania i rozwój osobowy ucznia,
- rozbudzają wrażliwość muzyczną i estetyczną uczniów,
- wspierają i rozwijają muzyczne zainteresowania i pasje
- rozwijają wrażliwość muzyczną umożliwiającą emocjonalny odbiór muzyki poprzez kształcenie: uwagi, wyobraźni, pamięci, ogólnej wrażliwości emocjonalnej, słuchu muzycznego i poczucia rytmu,
- dbają o wszechstronny i indywidualny rozwój osobowy uczniów poprzez szerokie wykorzystanie wartości estetycznych i artystycznych muzyki,
- kształcą aktywną i twórczą postawę,
- akceptują indywidualność uczniów,
- kształcą właściwe postawy uczniów: samodzielność, rzetelność, odpowiedzialność za siebie i innych,
- wyrabiają i rozwijają społeczne zachowania: tolerancję, odpowiedzialność, współdziałanie w grupie, komunikowanie się i poczucie własnej wartości, empatię,
- kształtują właściwe relacje mistrz – uczeń,
- uczą i uświadamiają konieczność systematycznej gry (ćwiczenia) na instrumencie,
- przygotowują uczniów do publicznych występów, zachęcają ich do aktywnego uczestnictwa w życiu muzycznym,
- kształtują u uczniów umiejętność radzenia sobie z tremą i oceną artystyczną,
- zachęcają rodziców do uczestnictwa w lekcjach indywidualnych nauki gry na instrumentach,
- zachęcają rodziców do wspólnych wyjazdów na konkursy, warsztaty instrumentalne,
- wspierają rodziców w organizowaniu w domu warunków do systematycznego i świadomego ćwiczenia na instrumentach ich dzieci,
- przekazują dobre podstawy do dalszego kształcenia muzycznego i uczestnictwa w życiu kulturalnym.,
- inicjują i wspierają działania związane z szeroko rozumianym wolontariatem.

4. Rodzice:

- uchwalają w porozumieniu z Radą Pedagogiczną szkolny program wychowawczo – profilaktyczny,
- uczestniczą w diagnozowaniu pracy wychowawczej szkoły,
- uczestniczą w wywiadówkach organizowanych przez szkołę,
- zasięgają informacji na temat swoich dzieci w szkole,
- współpracują z nauczycielami uczącymi ucznia,
- dbają o właściwą formę spędzania czasu wolnego przez uczniów,
- inicjują i wspierają działania związane z szeroko rozumianym wolontariatem.

5. Samorząd uczniowski:

- jest inspiratorem i organizatorem życia kulturalnego uczniów szkoły, działalności oświatowej oraz rozrywkowej zgodnie z własnymi potrzebami i możliwościami organizacyjnymi w porozumieniu z dyrektorem,
- uczestniczy w diagnozowaniu sytuacji wychowawczej szkoły,
- współpracuje z Radą Pedagogiczną,
- prowadzi akcje pomocy dla potrzebujących koleżanek i kolegów,
- reprezentuje postawy i potrzeby środowiska uczniowskiego,
- propaguje ideę samorządności oraz wychowania w demokracji,
- dba o dobre imię i honor szkoły oraz wzbogaca jej tradycję,
- inicjują i wspierają działania związane z szeroko rozumianym wolontariatem.

IV. Model absolwenta

- posiada realistyczny obraz siebie,
- zna swoje możliwości, swoje mocne i słabe strony,
- jego skale wartości i normy moralne są stabilne, a postępowanie społecznie aprobowane,
- jest wytrwały, zrównoważony; kieruje się logicznym myśleniem,
- cechuje go sumienność, zyskuje sobie zaufanie innych, respektuje prawa innych,
- posiada umiejętność znoszenia długotrwałych wysiłków,
- jest nakierowany na realizację celu mimo nacisków, pośpiechu, przeszkód czy frustracji,
- jest zdolny do osiągnięcia emocjonalnej równowagi i spokoju,
- chętnie i szczerze akceptuje konieczność społecznej odpowiedzialności i branie na siebie zobowiązań,
- umie ujawniać własną aktywność, ambicję, współzawodnictwo,
- nie odczuwa nienawiści do ludzi o innych poglądach i stylu życia,
- czuje się członkiem wspólnoty, w której żyje, umiając równocześnie wyzwalać się spod presji grupy i zachowywać w sposób indywidualny, zgodny z własnym wzorem moralnym,
- ma poczucie patriotyzmu,
- jest przekonany, że działa w dziedzinie sztuki muzycznej z własnego wyboru, którego źródłem jest wewnętrzna potrzeba obcowania z muzyką,
- potrafi przezwyciężać treść, towarzyszącą występom, skupiając swoją uwagę na wyzwaniach artystycznych, a nie na reakcjach otoczenia,
- odczuwa potrzebę podnoszenia własnych kompetencji zawodowych.

v. Rekomendacje Centrum Edukacji Artystycznej na rok szkolny 2024/2025

1. Współpraca między nauczycielami przedmiotów artystycznych a nauczycielami przedmiotów ogólnokształcących w szkołach artystycznych.

- Współpraca między nauczycielami instrumentalistami a nauczycielami przedmiotów teoretycznych w szkołach muzycznych odgrywa kluczową rolę w kompleksowym rozwoju uczniów jako przyszłych muzyków.
- integracja praktyki instrumentalnej z solidnym fundamentem teoretycznym pozwala uczniom nie tylko grać, ale także głębiej rozumieć muzykę, którą wykonują, analizować ją i rozwijać wrażliwość artystyczną na wyższym poziomie.
- Wzajemne wsparcie między nauczycielami tych dwóch dziedzin pozwala na budowanie spójnych ścieżek rozwoju uczniów. Nauczyciele instrumentalistów, poprzez regularną komunikację z nauczycielami przedmiotów teoretycznych, mogą lepiej dostosowywać repertuar do aktualnych umiejętności teoretycznych uczniów, a także inspirować ich do dalszego zgłębiania wiedzy. Z kolei nauczyciele teoretycy mogą korzystać z doświadczeń nauczycieli instrumentalistów, by wprowadzać elementy praktyczne do zajęć teorii.
- Wspólne projekty mogą być kluczowym elementem współpracy między nauczycielami obu dziedzin. Przykładem może być organizacja lekcji mistrzowskich, na których uczniowie pracują nad utworami, a jednocześnie uczą się ich teoretycznych podstaw. To podejście pozwala na połączenie interpretacji z analizą teoretyczną, co ostatecznie rozwija muzyczną inteligencję uczniów i daje im lepsze narzędzia do kreowania własnej interpretacji.
- Współpraca między nauczycielami przedmiotów artystycznych i nauczycielami przedmiotów ogólnokształcących ma szczególne znaczenie w przypadku wspomagania uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych oraz uczniów doświadczających trudności emocjonalnych czy wychowawczych. Współpraca w tym prawidłowy obieg informacji i spójne stanowisko kadry są niezbędne w celu zapewnienia poczucia bezpieczeństwa uczniom i chęci uczniów do podejmowania działań w celu rozwiązywania problemów.

2. Profilaktyka zdrowia fizycznego uczniów szkół artystycznych

Profilaktyka zdrowia fizycznego uczniów szkół artystycznych to niezwykle istotny element dbania o rozwój młodych artystów. Uczniowie szkoły muzycznej mogą być narażeni są na specyficzne obciążenia fizyczne związane z intensywnymi, długotrwałymi ćwiczeniami czy pracą manualną. Świadomość nauczycieli i rodziców, ale i odpowiednio opracowane programy profilaktyczne mogą pomóc w zapobieganiu problemom zdrowotnym, takim jak kontuzje, przeciążenia, wady postawy czy zmęczenie. Poniżej przedstawione są kreatywne propozycje na rok 2024/2025 mogące przeciwdziałać powyższym wyzwaniom:

1) Ergonomia pracy i nauki

- **Właściwa postawa podczas ćwiczeń i lekcji:** Nauczyciele zwracają uwagę na postawę ciała uczniów, zarówno podczas grania na instrumencie, jak i na pozostałych przedmiotach teoretycznych, zespołach, chórach i orkiestrach. „Ergonomiczne stanowiska pracy”, (np.

właściwa postawa podczas ćwiczenia, postawa podczas siedzenia w ławce, czy pracy na komputerze) mogą zapobiegać bólowi pleców, karku i ramion.

- **Dostosowanie instrumentów i narzędzi:** W przypadku muzyków ważne jest odpowiednie dobranie instrumentu do ucznia – zarówno pod względem wielkości, jak i wagi na co nauczyciele PSM w Mielcu zwracają szczególną uwagę.
- **Przerwy na rozciąganie i regenerację:** Regularne, krótkie przerwy w trakcie jednostki lekcyjnej lub ćwiczenia w domu pomagają w zachowaniu zdrowia mięśni i stawów.

2) Ćwiczenia fizyczne wspierające zdrowie

- **Ruch uzupełniający trening artystyczny:** Wprowadzenie ćwiczeń wzmacniających mięśnie posturalne dla uczniów szkoły muzycznej, którzy spędzają wiele godzin w tej samej pozycji. Regularne ćwiczenia fizyczne, takie jak krótkie ćwiczenia rekreacyjne nawet w formie zabawy czy gimnastyka, mogą poprawić elastyczność, koordynację i równowagę.
- **Specjalistyczne programy muzyków:** Kontynuacja z poprzednich lat spotkań/zajęć ze specjalistami, m. in. fizjoterapeutą, lekarzem, psychologiem ukierunkowane na potrzeby artystów, mogą pomóc w zapobieganiu kontuzjom związanym z przeciążeniem układu mięśniowo-szkieletowego, ale i większego dbania o kondycję fizyczną i psychiczną.

3) Profilaktyka chorób zawodowych

- **Zapobieganie urazom przeciążeniowym:** Regularna praca nad techniką gry na instrumencie, może pomóc w uniknięciu kontuzji, takich jak zapalenie ścięgien czy przeciążenia dłoni, ramion i pleców. Nauczyciele PSM w Mielcu regularnie stosują ćwiczenia na rozgrzewkę, ale i ochłodzenie mięśni po pracy.
- **Monitorowanie kondycji fizycznej:** Nauczyciele PSM w Mielcu bacznie obserwują stan zdrowia uczniów, co pozwala wykryć ewentualne problemy zdrowotne na wczesnym etapie i zapobiec ich pogłębianiu. Wszelkie nieprawidłowości są zgłaszane niezwłocznie po ich zauważeniu rodzicom/opiekunom dziecka.

4) Świadomość zdrowia psychicznego i fizycznego

- **Edukacja zdrowotna w programie nauczania:** Uczniowie PSM w Mielcu są regularnie edukowani na temat zasad dbania o zdrowie fizyczne, w tym znaczenia prawidłowej postawy, ergonomii pracy oraz znaczenia rozgrzewki, ćwiczenia i odpoczynku.
- **Warsztaty z pedagogiem Specjalistycznej poradni psychologiczno-pedagogicznej CEA oraz certyfikowanym fizjoterapeutą:** Zajęcia prowadzone przez specjalistów mogą nie tylko uświadamiać uczniów o zagrożeniach związanych z długotrwałą pracą artystyczną, ale również dostarczać praktycznych narzędzi do radzenia sobie ze stresem, napięciami mięśniowymi i zmęczeniem psychicznym.

5) Dieta wspierająca aktywność fizyczną

- **Odpowiednie odżywianie dla młodych artystów:** Długie godziny nauki i ćwiczeń wymagają odpowiedniej diety. Uczniowie są uświadamiani i edukowani przez nauczycieli PSM w Mielcu

na temat zdrowego odżywiania, które wspiera regenerację mięśni, zapewnia energię i koncentrację.

- **Woda i nawodnienie:** Regularne picie wody jest kluczowe (na korytarzu PSM w Mielcu dostępna jest dla każdego ucznia za darmo woda źródłana), a uczniowie są zachęceni i powinni z niej korzystać zwłaszcza podczas długotrwałych zajęć. Wprowadzenie nawyku picia wody w trakcie przerw w lekcjach i ćwiczeniach artystycznych jest ważne dla utrzymania wydajności fizycznej i umysłowej.

6) Psychofizyczna równowaga ucznia

- **Harmonogram pracy i odpoczynku:** Uczniowie są uczuleni na konieczność zachowania równowagi między intensywnymi ćwiczeniami/treningami artystycznymi a odpoczynkiem. Uświadamianie uczniom konieczność wprowadzenia tzw. dni regeneracyjnych oraz odpowiedniej ilości snu jest kluczowe dla utrzymania zdrowia.
- **Zarządzanie stresem i emocjami:** Praca artystyczna często wiąże się z wyzwaniem, a niekiedy również ze stresem, zwłaszcza przed koncertami czy występami. Nauczyciele wprowadzają m. in. techniki relaksacyjne, takie jak ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia relaksacyjne, rozmowy na temat zachowania na scenie, próbne wejścia na scenę, małe koncerty klasowe itp., które pomagają uczniom w radzeniu sobie z presją.

7) Znaczenie odpowiedniego sprzętu i odzieży

- **Odzież wspierająca komfort i zdrowie:** Uczniowie, powinni być zaopatrzeni w odpowiednią odzież, która wspiera ruchy ciała, nie ograniczając ich, oraz w obuwiu odpowiednie do rodzaju wykonywanej aktywności.
- **Technologiczne wsparcie zdrowia:** Wykorzystanie nowoczesnych technologii, takich jak specjalne aplikacje do monitorowania aktywności fizycznej czy urządzenia wspomagające korekcję postawy, może pomóc uczniom w świadomym dbaniu o swoje zdrowie.

Podsumowując, profilaktyka zdrowia fizycznego uczniów PSM w Mielcu jest zintegrowana z codziennymi wyzwaniami, a tym samym programem pracy szkoły na rok szkolny 2024/2025. Zarówno nauczyciele, jak i uczniowie mają świadomość, że dbanie o ciało jest równie ważne jak rozwijanie umiejętności artystycznych, ponieważ tylko w zdrowym ciele rozwija się pełny potencjał twórczy.

3. Diagnoza czynników chroniących i czynników ryzyka oraz zachowań ryzykownych wśród uczniów szkół artystycznych

Diagnoza czynników chroniących i czynników ryzyka oraz zachowań ryzykownych wśród uczniów szkół artystycznych jest kluczowa dla zapewnienia im wsparcia w ich rozwoju artystycznym, emocjonalnym i społecznym. Uczniowie szkół artystycznych są narażeni na unikalne wyzwania, takie jak presja wyników, długotrwały wysiłek fizyczny i psychiczny oraz specyficzne formy rywalizacji. Ważne jest, aby rozpoznać zarówno czynniki chroniące, jak i czynniki ryzyka, które mogą wpływać na ich zdrowie i rozwój, a także zidentyfikować potencjalne zachowania ryzykowne. Poniżej rozwinięcie tego tematu w punktach:

1) Czynniki chroniące – wsparcie i stabilność emocjonalna

- **Silne wsparcie ze strony nauczycieli instrumentalistów i nauczycieli teorii.** Obecność inspirujących nauczycieli, którzy pełnią funkcję wychowawców - przewodników w rozwoju artystycznym i osobistym, stanowi ważny czynnik ochronny. Wspierający nauczyciele mogą pomagać uczniom radzić sobie z presją i wyzwaniami, budując ich poczucie własnej wartości.
- **Wspólnota uczniów i rówieśników:** Poczucie przynależności do grupy rówieśniczej (zespoły, chóry, orkiestry, ale również klasy), w której uczniowie wzajemnie się wspierają i dzielą swoimi doświadczeniami artystycznymi, pomaga w radzeniu sobie z izolacją i samotnością, które mogą pojawić się w trakcie intensywnej nauki.
- **Silne więzi rodzinne:** Wsparcie ze strony rodziny, która rozumie wyzwania artystycznego rozwoju, jest fundamentem stabilności emocjonalnej uczniów. Dobrze funkcjonujące relacje rodzinne mogą chronić przed negatywnymi skutkami stresu i zmęczenia. Spotkania (zebrania, pasowanie na ucznia, wywiadówki, koncerty, projekty artystyczne) z rodzicami celem uświadamiania niezwykle istotnej roli rodziny, domu rodzinnego we wspieraniu ucznia szkoły artystycznej.

2) Czynniki chroniące – rozwój osobisty i edukacyjny

- **Indywidualny rozwój talentów i pasji:** Dobrze zaplanowany program edukacyjny, który pozwala uczniom rozwijać ich indywidualne talenty w zrównoważony sposób, działa ochronnie. Dzięki temu uczniowie mają poczucie, że ich pasje są realizowane, co zwiększa ich satysfakcję i motywację.
- **Nauka zarządzania czasem i stresem:** Uczniowie, którzy uczą się, jak skutecznie zarządzać sobą w czasie oraz radzić sobie ze stresem, są lepiej przygotowani do stawiania czoła trudnym wyzwaniom artystycznym (pogadanki, rozmowy nauczycieli na przedmiocie głównych, ale i na przedmiotach teoretycznych, zespołach, chórach i orkiestrach) wspierające te umiejętności działają profilaktycznie.
- **Odpowiednia ilość odpoczynku i regeneracji:** Zachowanie równowagi między pracą a odpoczynkiem to kluczowy czynnik ochronny, który pomaga uczniom unikać wyczerpania fizycznego i psychicznego. Edukacja (pogadanki, rozmowy nauczycieli na przedmiocie głównym, ale i na przedmiotach teoretycznych, zespołach, chórach i orkiestrach) na temat zdrowego stylu życia, obejmującego sen, dietę i aktywność fizyczną, wspierającego długoterminowe zdrowie.

3) Czynniki ryzyka – presja artystyczna i społeczna

- **Presja związana z wynikami:** Wysokie wymagania w szkole artystycznej, zarówno od nauczycieli, jak i rodziny, mogą prowadzić do nadmiernego stresu i lęku przed porażką. Częste porównywanie się z innymi uczniami może nasilać poczucie rywalizacji, co może prowadzić do problemów emocjonalnych.
- **Perfekcjonizm:** Dążenie do perfekcji, które jest często spotykane wśród młodych artystów, może być zarówno motorem rozwoju, jak i czynnikiem ryzyka. Nadmierna samokrytyka i brak akceptacji dla własnych błędów mogą prowadzić do wypalenia zawodowego, frustracji i depresji.
- **Ryzyko społecznej izolacji:** Intensywna praca nad rozwojem artystycznym może skutkować izolacją społeczną, szczególnie jeśli uczniowie poświęcają większość czasu na indywidualne ćwiczenia lub projekty. Brak czasu na życie towarzyskie może prowadzić do problemów emocjonalnych.

4) Czynniki ryzyka – zdrowie fizyczne i psychiczne

- **Przeciążenie fizyczne:** Uczniowie szkół muzycznych często są narażeni na przeciążenie układu mięśniowo-szkieletowego z powodu długotrwałych ćwiczeń. Niewłaściwe nawyki, brak odpowiedniej regeneracji i ignorowanie bólu mogą prowadzić do przewlekłych urazów.
- **Wysokie poziomy stresu i zmęczenia:** Długotrwała presja i brak umiejętności radzenia sobie ze stresem mogą prowadzić do wypalenia zawodowego, depresji, lęków i innych zaburzeń psychicznych. W połączeniu z intensywną nauką, uczniowie mogą odczuwać chroniczne zmęczenie, co negatywnie wpływa na ich zdrowie fizyczne i psychiczne.
- **Niewłaściwe strategie radzenia sobie z emocjami:** Uczniowie, którzy nie mają narzędzi do radzenia sobie ze stresem, mogą sięgać po niezdrowe strategie, takie jak unikanie problemów, samookaleczanie, uzależnienia od substancji, mediów czy aplikacji lub zachowania kompulsywne.

5) Zachowania ryzykowne – zagrożenia emocjonalne i społeczne

- **Unikanie trudnych sytuacji:** Często uczniowie, którzy czują się przytłoczeni, mogą unikać konfrontacji z trudnościami. Może to obejmować absencje na zajęciach, rezygnację z konkursów czy nawet wycofanie się z życia szkolnego, co może prowadzić do dalszej izolacji.
- **Zaburzenia odżywiania:** W szkołach artystycznych, w niektórych przypadkach presja na utrzymanie idealnego wyglądu może prowadzić do zaburzeń odżywiania, takich jak anoreksja czy bulimia. Uczniowie mogą czuć, że muszą spełniać pewne standardy estetyczne, co staje się czynnikiem ryzyka.
- **Ucieczka w uzależnienia:** Uczniowie, którzy nie radzą sobie z presją, mogą być narażeni na ryzykowne zachowania, takie jak używanie alkoholu, narkotyków lub uzależnienie od technologii. Te zachowania mogą stanowić formę ucieczki od trudnych emocji lub codziennych wyzwań.

6) Zachowania ryzykowne – fizyczne i zdrowotne

- **Ignorowanie sygnałów ciała:** W dążeniu do doskonałości artystycznej, uczniowie często ignorują sygnały swojego ciała, takie jak ból czy zmęczenie, co może prowadzić do poważnych kontuzji. Brak odpowiedniego odpoczynku i regeneracji zwiększa ryzyko urazów.
- **Nadużywanie środków przeciwbólowych:** W sytuacjach chronicznego bólu uczniowie mogą sięgać po środki przeciwbólowe, aby kontynuować ćwiczenia, co może prowadzić do uzależnień i dalszych problemów zdrowotnych.

7) Monitorowanie i diagnoza czynników ryzyka

- **Regularna analiza stanu psychofizycznego uczniów:** Systematyczne monitorowanie zdrowia uczniów przez nauczycieli, pedagogów i specjalistów (np. psychologów szkolnych, lekarzy) pozwala na wczesne wykrycie problemów i wprowadzenie odpowiednich działań profilaktycznych.
- **Ankiety i rozmowy indywidualne:** Przeprowadzanie regularnych ankiet dotyczących zdrowia psychicznego i fizycznego uczniów oraz indywidualne rozmowy z nimi mogą dostarczyć cennych informacji o ich kondycji i ewentualnych trudnościach.

8) Budowanie planów i harmonogramu wsparcia i profilaktyki

- **Warsztaty na temat zdrowia fizycznego i psychicznego:** PSM w Mielcu systematycznie organizuje warsztaty, które edukują uczniów na temat strategii radzenia sobie ze stresem, zarządzania czasem, zdrowego stylu życia oraz dbania o kondycję fizyczną. (szczegóły: harmonogram działań)

VI. Wyniki diagnozy przeprowadzonej we wrześniu 2024 r. oraz plan działań w bieżącym roku szkolnym.

1. **Analiza wyników ankiety** przeprowadzonej wśród uczniów PSM II stopnia im. Mieczysława Karłowicza w Mielcu pozwala na sformułowanie kilku kluczowych wniosków, które są istotne dla bieżącego korzystania z programu wychowawczo – profilaktycznego oraz jego ewentualnej modyfikacji.

1) **Atmosfera i bezpieczeństwo:**

Atmosfera: Wyniki ankiety wskazują, że atmosfera w szkole jest postrzegana bardzo pozytywnie. Aż 73% oceniło ją jako bardzo dobrą, a 26% jako dobrą. Nie było żadnych odpowiedzi oceniających atmosferę jako przeciętną, złą ani bardzo złą.

Poczucie bezpieczeństwa: Większość uczniów (94%) czuje się zawsze bezpiecznie w szkole, a (6%) odczuwa bezpieczeństwo często. Brak odpowiedzi wskazujących na poczucie zagrożenia sugeruje, że środowisko szkolne jest stabilne i sprzyjające uczniom.

2) **Wsparcie:**

Mimo pozytywnych relacji z nauczycielami, 15% uczniów przyznaje, że rzadko lub nigdy nie ma możliwości porozmawiania z nauczycielami na temat swoich problemów. Choć duża część uczniów korzysta ze wsparcia, istnieje pewna grupa, która ma ograniczony dostęp do takiej pomocy, co może wymagać poprawy w dostępie do wsparcia psychologicznego.

3) **Używanie substancji psychoaktywnych:**

Większość uczniów (74%) nigdy nie słyszała o przypadkach używania substancji psychoaktywnych w szkole, a tylko 2 uczniów miało bezpośredni kontakt z propozycją ich użycia. Czynniki najbardziej sprzyjające używaniu tych substancji to stres związany z nauką, presja rówieśników oraz chęć zaimponowania innym.

4) **Radzenie sobie ze stresem:**

Uczniowie różnorodnie oceniają swoje umiejętności radzenia sobie ze stresem — około 24% uczniów uznało je za przeciętne lub słabe, co sugeruje konieczność wprowadzenia działań wspierających rozwój tych umiejętności.

2. Plan działań wychowawczo-profilaktycznych z harmonogramem

Cel główny:

Wzmocnienie wsparcia emocjonalnego i ciągła profilaktyka i monitoring służący zapobieganiu używaniu substancji psychoaktywnych w szkole oraz nasilenie działań związanych z rozwijaniem umiejętności radzenia sobie ze stresem i tremą.

HARMONOGRAM DZIAŁAŃ:

L.p.	Działanie	Opis	Termin	Odpowiedzialni, zaproszeni goście, specjaliści itp.
1	Przeprowadzenie pogadanki dla rodziców klas pierwszych	Podczas inauguracji roku szkolnego oraz podczas pasowania na ucznia	IX 2024	Dyrektor szkoły Inspektor ds. BHP
2	Spotkanie ze specjalistą ds. bezpieczeństwa w sieci	Spotkanie ze specjalistą w formie pogadanki nt. bezpieczeństwa korzystania z sieci, nadużywania mediów itp.	X 2024	Opiekun samorządu uczniowskiego, zaproszony specjalista
3	Spotkania dla rodziców	Organizacja spotkania dla rodziców na temat wsparcia dzieci w radzeniu sobie ze stresem i unikania substancji psychoaktywnych	X 2024	Nauczyciele (wywiadówka szkolna)
4	Warsztaty dla uczniów dotyczące radzenia sobie ze stresem i tremą	Organizacja warsztatów dla uczniów na temat technik radzenia sobie ze stresem związanym z występami muzycznymi oraz nauką.	XI 2024 IV 2025	Dyrektor / nauczyciele, zewnętrzni specjaliści
5	Edukacja na temat zdrowego stylu życia oraz szkodliwości używek	Przeprowadzenie prezentacji i wykładu na temat skutków zażywania substancji psychoaktywnych oraz promowanie zdrowego stylu życia	I-III 2025	Zewnętrzni specjaliści (lekarz / dietetyk/fizjoterapeuta)
6	Działania integracyjne	Organizacja wycieczek, spotkań integracyjnych oraz koncertów szkolnych w celu wzmocnienia relacji między uczniami i budowania pozytywnej atmosfery.	IV-VI 2025	Wychowawcy klas, nauczyciele przedmiotów artystycznych

3. Ewaluacja działań

- Współpraca z Radą Pedagogiczną: Regularne spotkania z nauczycielami w celu monitorowania postępów i dostosowania działań wychowawczo-profilaktycznych.
- Analiza i monitorowanie liczby incydentów związanych z używaniem substancji psychoaktywnych oraz zgłoszeń problemów emocjonalnych przez uczniów.
- Ocena skuteczności wdrożonych działań na koniec roku szkolnego.

Realizacja powyższych działań ma na celu stworzenie SKUTECZNEGO - wspierającego środowiska edukacyjnego, w którym uczniowie będą czuli się bezpiecznie i będą rozwijać umiejętności radzenia sobie ze stresem oraz presją w sposób konstruktywny.

- Nowelizacja Programu profilaktyczno-wychowawczego przygotowana i uchwalona na zebraniu Rady Rodziców w dniu: **11.11.2024 r.**
- Programu profilaktyczno-wychowawczego zaopiniowana pozytywnie na zebraniu Rady Pedagogicznej w dniu: **25.09.2024 r.**