

Program
profilaktyczny
dla młodzieży
„Sportowiec nie pije %”

2016 r.

SPIS TREŚCI

1. Podstawa prawna programu.....
2. Założenia Programu i określenie problemu.....
3. Cel programu.....
4. Zalecenia programu.....
5. Realizacja celów szczegółowych
6. Realizacja celów.....
7. Ewaluacja.....
8. Zakończenie.....

1. PODSTAWA PRAWNA

1. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej
2. Konwencja o Prawach Dziecka
3. Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich
4. Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi

2. ZAŁOŻENIA PROGRAMU I OKRESLENIE PROBLEMU.

Alkoholizm jest jednym z najpoważniejszych współczesnych problemów społecznych. Alarmujące dane na temat wzrostu spożycia alkoholu wśród młodzieży i znacznego obniżenia wieku inicjacji alkoholowej, poszerzenie problematyki związanej z alkoholizmem o zagadnienie przemocy w rodzinie, chorób wywoływanych alkoholem, szkód powodowanych przez pijącą młodzież, a także ogólnego przyzwolenia społecznego na spożywanie alkoholu przez młodych ludzi powoduje, że coraz więcej miejsca w edukacji powinna zajmować z jednej strony profilaktyka alkoholowa, z drugiej zaś pomoc osobom uzależnionym i ich rodzinom. Wychodząc naprzeciw tym problemom postanowiliśmy zrealizować w naszym klubie program profilaktyczny przeznaczony do zawodników klubu i nie tylko. Program „*Sportowiec nie pije %*” jest odpowiedzią na realne problemy i zagrożenia występujące w naszym kraju (na podstawie badań Państwowej Agencji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych i danych statystycznych GIS)

3. CELE PROGRAMU

Cel główny:

Zmiana postaw i przekonań beneficjentów wobec używania alkoholu.

Cele szczegółowe:

- poszerzenie wiedzy uczestników o zagrożeniach związanych z używaniem alkoholu
- zapoznanie uczestników z aspektami prawnymi dotyczącymi tematyki alkoholu
- zdobycie umiejętności i wiedzy umożliwiających wczesną reakcję w momencie propozycji lub zażycia / zatrucia alkoholem
- zapoznanie uczestników z oferowanymi przez instytucje formami pomocy osobom uzależnionym

4. ZAKŁADANE EFEKTY PROGRAMU.

Efektem realizacji programu powinno być:

I. Program umożliwi odbiorcom:

1. edukację na temat profilaktyki uzależnień,
2. nabycie / zwiększenie umiejętności radzenia sobie w momencie propozycji lub zażycia/zatrucia,
3. edukację na temat aspektów prawnych profilaktyki uzależnień,
4. edukację na temat oferowanych przez instytucje form pomocy,
5. większość dzieci, młodzieży i dorosłych nie pije alkoholu,

II. Kształtowanie postaw:

1. dumy z faktu niepicia,
2. zdrowego stylu życia i spędzania wolnego czasu.
3. odpowiedzialności za własne zdrowie.

5. OPIS POSZCZEGÓLNYCH DZIAŁAŃ

Poszczególne działania	Terminy realizacji poszczególnych działań	Podmiot odpowiedzialny za działanie
Pogadanki 10 godzin 1. Cel organizacji turnieju sportowo - profilaktycznego, treść programu	Marzec 2016 1 godz.(w czasie turnieju)	Psycholog - terapeuta
2. Szkodliwy wpływ alkoholu na mózg człowieka i jego psychikę	1.03.2016 1 godz.(w czasie turnieju)	Psycholog - terapeuta
3. Szkodliwy wpływ alkoholu na organizm młodego człowieka i wytrzymałość sportowca	Marzec 1 godz.(w czasie turnieju)	Trener koordynator Avenir Jabłonna
4. Promowanie zachowań prozdrowotnych oraz asertywnych	Kwiecień/maj 7 godz. podzielonych na krótsze sesje (w czasie poprzedzającym treningi)	Trenerzy poszczególnych grup

6. REALIZACJA CELÓW NASTĄPI POPRZEZ:

- Realizacja Programu Profilaktycznego odbywać się będzie w formie prelekcji podczas organizowanego turnieju piłki nożnej, który będzie miał charakter promujący profilaktykę antyalkoholową, zdrowy styl życia oraz podczas treningów poprzez rozmowy, prezentację materiałów profilaktycznych i filmów edukacyjnych. Akcja obejmie osoby w różnych kategoriach wiekowych głównie dzieci i młodzież. Łączny czas zajęć 10 godzin w okresie marzec – maj 2016 r.

Strategie:

- informacyjne – ich celem jest dostarczanie adekwatnych informacji na temat skutków picia alkoholu i umożliwienia dokonywania racjonalnego wyboru,
- edukacyjne – ich celem jest pomoc w rozwijaniu ważnych umiejętności społecznych (umiejętność opierania się naciskom otoczenia),

7. EWALUACJA

Program „Sportowiec nie pije % ” podlega ewaluacji. Do oceny efektów końcowych w/w zadań zostanie przeprowadzona ankieta.

8. ZAKOŃCZENIE

Program profilaktyczny „sportowiec nie pije” realizowany będzie przez psychologa – terapeutę i kadre trenerską w roku 2016 w wymiarze co najmniej 10 godzin w ciągu 90 dni. Istnieje jednak możliwość zwiększenia liczby realizowanych godzin w przypadku wystąpienia takiej potrzeby.

26.02.2016 r.

Anna Kobus
PSYCHOLOG