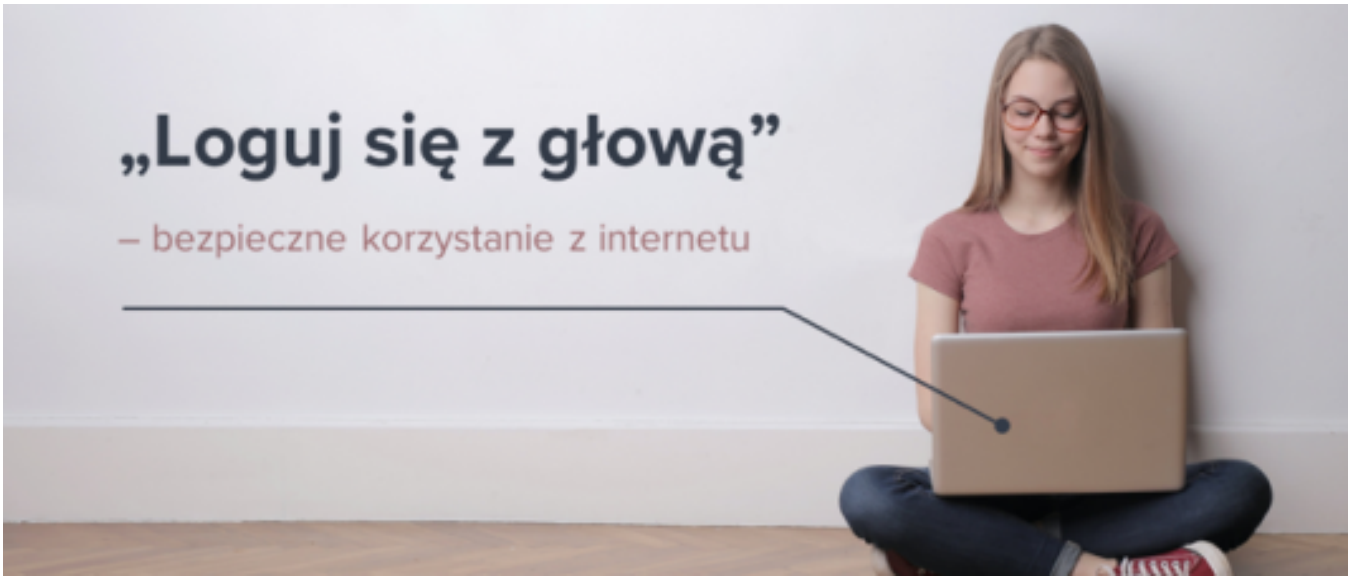
# Loguj się z głową - realizacja programu profilaktyki **[1]**




Media elektroniczne na sta?e ju? zago?ci?y w naszym ?yciu. Za ich po?rednictwem oraz dzi?ki Internetowi porozumiewamy si?, uczymy, zdobywamy informacje, robimy zakupy. Dzi?ki naszym rodzicom i nauczycielom dowiadujemy si? w jaki sposób bezpiecznie i odpowiedzialnie korzysta? z najnowszych technologii. Wiemy te?, ?e tak powszechne korzystanie z sieci niesie wiele zagro?e?. Ci?gle uczymy si? je rozpoznawa? i im przeciwdzia?a?. W ci?gu ostatnich kilku tygodni pomog?y w tym zaj?cia przeprowadzone przez pedagoga szkolnego w ramach realizacji programu profilaktycznego „Loguj si? z g?ow?”, który powsta? z inicjatywy Ministerstwa Zdrowia i Ministerstwa Edukacji Narodowej i uzyska? opini? programu spe?niaj?cego standardy i kryteria jako?ci programów profilaktycznych, które s? zgodne z za?o?eniami systemu rekomendacji programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego. Uczniowie klas IV-VIII uczestniczyli w cyklu zaj?? dostosowanych do ich wieku (kl. IV-VI i VII-VIII), podczas których nie tylko uczyli si? w jaki sposób rozpozna? zagro?enia wynikaj?ce z cz?stego korzystania z mediów elektronicznych, ale przede wszystkim poznawali siebie, rozpoznawali emocje swoje i rówie?ników, ?wiczyli metody radzenia sobie ze stresem. Lekcje sprzyja?y wi?c kszta?towaniu postaw i zdobywaniu narz?dzi pomocnych w bezpiecznym i odpowiedzialnym korzystaniu z Internetu oraz chroni?cych m?odych ludzi przed e-uzale?nieniami. Dodatkowo zaj?cia prowadzone by?y z wykorzystaniem zdalnych metod aktywnych, uczniowie pracowali, wykorzystuj?c TIK.

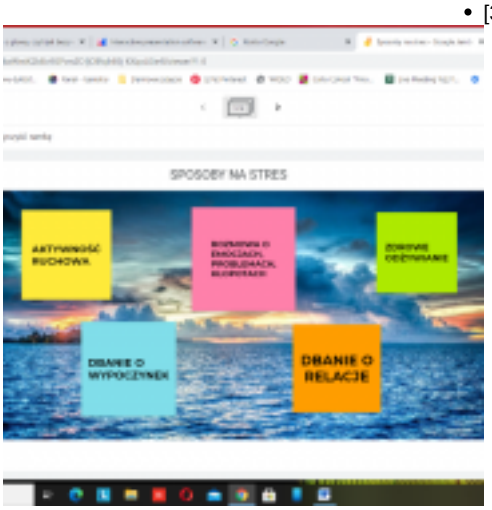
M. Stanek-Mo?



- [2]


Go to www.menti.com and use the code
zucia związane z używaniem
frowych są
5
0
7
6

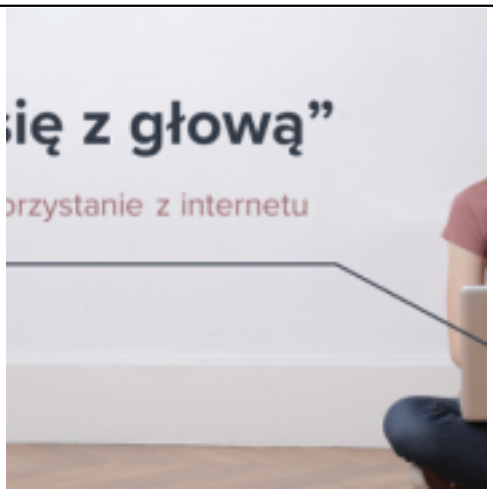
- [3]


SPOSOBY NA STRES
AKTYWNOŚĆ RUCHOWA
DBANIE O WYPOCZYNEK
DBANIE O RELACJE

- [4]


Go to www.menti.com and use the code 6432 5810
kasztan
radość
strach
smutek
smutek złość lub strach
entuzjazm
zle
złość
wstręt
rozczarowanie
poland
gniew
wesołe smutne
zaskoczenie
radość i zaufanie
portugal
zdumienie
płacz
złość
england

- [5]




- [6]

**Source URL:**
https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/pl/news/loguj-si%C4%99-z-g%C5%82ow%C4%85-realizacja-programu-profilaktyki

**Links:**
[1] https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/pl/news/loguj-si%C4%99-z-g%C5%82ow%C4%85-realizacja-programu-profilaktyki
[2] https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/sites/zsociaz.noweskalmierzyce.pl/files/styles/media_gallery_large/public/2021-04-14%20%281%29.png?itok=Fi2msYJc
[3] https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/sites/zsociaz.noweskalmierzyce.pl/files/styles/media_gallery_large/public/2021-04-14%20%282%29.png?itok=-k8FXTKr
[4] https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/sites/zsociaz.noweskalmierzyce.pl/files/styles/media_gallery_large/public/2021-04-14%20%283%29.png?itok=eiyiPOPX
[5] https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/sites/zsociaz.noweskalmierzyce.pl/files/styles/media_gallery_large/public/2021-04-14.png?itok=kj79dYGw
[6] https://www.bip.spociaz.noweskalmierzyce.pl/sites/zsociaz.noweskalmierzyce.pl/files/styles/media_gallery_large/public/Luguj%20si%C4%99%20z%20g%C5%82ow%C4%85.png?itok=Bsqgar14