



## NAJWAŻNIEJSZE FAKTY DLA RODZICÓW

Nauka o **bezpieczeństwie**

Bezpieczeństwo obejmuje nie tylko bezpieczeństwo fizyczne i unikanie fizycznych urazów, lecz także bezpieczeństwo emocjonalne.

Szkoły w Ontario dążą do zapewnienia środowiska do nauki, które jest bezpieczne zarówno pod względem fizycznym, jak i emocjonalnym, jest wolne od przemocy i nękania oraz zapewnia uczniom akceptację, wsparcie i szacunek.

Ważnym celem Programu nauczania wychowania zdrowotnego i fizycznego jest wykształcenie w uczniach aktywnego zaangażowania w swoje własne bezpieczeństwo oraz troski o bezpieczeństwo innych osób. Nacisk położony został nie tylko na bezpieczeństwo na sali gimnastycznej, ale przede wszystkim na rozwój „bezpiecznego sposobu myślenia”, który można zastosować w różnego rodzaju sytuacjach: w szkole, w domu czy w lokalnej społeczności. Uczestnicząc w programie, uczniowie poznają wagę przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz włączenia odpowiednich bezpiecznych praktyk do ich aktywności. Jednocześnie rozwijają umiejętności potrzebne do rozpoznania, oceny i zarządzania ryzykiem w różnorodnych okolicznościach.

### CZEGO UCZNIOWIE DOWIADUJĄ SIĘ W SZKOLE O BEZPIECZEŃSTWIE?

Uczniowie we wszystkich klasach uczą się:

- brać odpowiedzialność za bezpieczeństwo swoje i innych;
- podejmować bezpieczne i świadome wybory na rzecz zdrowia oraz myśleć o konsekwencjach swoich decyzji dla siebie i innych;
- rozumieć, że podejmowanie ryzyka stanowi naturalną i ważną część zdrowego rozwoju;
- oceniać i zarządzać ryzykiem oraz rozwijać nawyki, sposoby myślenia i umiejętności, które dają im kompetencje i wiarę w siebie, by bezpiecznie podejmować ryzyko;
- rozumieć i przestrzegać zasad i procedur bezpieczeństwa (np. związanych z bezpieczeństwem na drodze, zapobieganiem wstrząśnieniu mózgu, bezpieczeństwem w domu, ochroną przeciwpożarową, ochroną przeciwśłoneczną i przed czynnikami atmosferycznymi, bezpieczeństwem w miejscu pracy) oraz prawidłowo stosować sprzęt ochronny;
- identyfikować możliwe zagrożenia dla bezpieczeństwa w różnych sytuacjach (np. dziury lub zagrożenia na szlakach, ryzyko związane z uwodzeniem w Internecie);
- rozwijać umiejętności, które zwiększają ich własne bezpieczeństwo (np. umiejętności identyfikacji, zapobiegania i odnoszenia się do kwestii takich jak: zastraszanie, napaść, wykorzystywanie seksualne dzieci, nękanie oraz przemoc w związkach);
- rozwijać umiejętności pomocne w unikaniu konfliktów oraz takie, które pomogą im się bronić;
- rozwijać umiejętność szukania pomocy w sytuacjach, w których nie czują się bezpiecznie (np. rozpoznanie potrzeby pomocy oraz świadomość gdzie i jak jej szukać).

Uczniowie zapoznają się także z umiejętnościami związanymi z bezpieczeństwem w wielu innych obszarach szkolnego programu nauczania, włączając w to: nauki przyrodnicze, technikę, sztukę, nauki społeczne, historię i geografę oraz informatykę. Umiejętności te obejmują bezpieczne wykorzystywanie materiałów, narzędzi, technologii oraz sprzętu, a także wiedzę o tym, jak identyfikować i przewidywać zagrożenia oraz unikać problemów związanych z bezpieczeństwem. Uczniowie uczą się także wrażliwości na różne punkty widzenia oraz szacunku dla doświadczeń i spostrzeżeń innych. Są to umiejętności, które wspierają bezpieczeństwo emocjonalne.

Większość „wypadków” to wcale nie wypadki, ale zdarzenia, które można było przewidzieć i im zapobiec.

[www.parachutecanada.org](http://www.parachutecanada.org)

Prawidłowo noszone kaski zmniejszają ryzyko poważnych obrażeń mózgu aż do 80%.

[www.parachutecanada.org](http://www.parachutecanada.org)

Dzieci, które aktywnie uczestniczą w zabawach na świeżym powietrzu w środowisku naturalnym są bardziej odporne, wykazują większą zdolność do samokontroli oraz mają możliwość rozwinięcia umiejętności potrzebnych do walki ze stresem w późniejszym życiu.

*ParticipACTION Report Card on Physical Activity for Children and Youth (ParticipACTION – Raport dotyczący aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży), 2015*

Cyberprzemoc to poważny problem, który może zagrozić emocjonalnemu bezpieczeństwu Twojego dziecka oraz jego szeroko rozumianemu dobremu samopoczuciu. Siedemdziesiąt procent użytkowników Kids Help Phone stwierdziło, że padło ofiarą przemocy w Internecie.

[www.kidshelpline.ca](http://www.kidshelpline.ca)

## CZEGO UCZĄ SIĘ MŁODSI UCZNIOWIE?

Uczniowie w klasach 1–3 uczą się zachowania bezpieczeństwa w domu, w szkole i w lokalnej społeczności oraz sposobów pozyskania pomocy w razie wypadku lub nadużyć. Rozwijają umiejętności, które pomogą im się bronić, a także poznają znaczenie słuchania i szacunku dla innych. W klasach 4–6 uczą się stosowania środków ostrożności zapobiegających wypadkom podczas aktywności fizycznej, a także poznają proste procedury związane z udzielaniem pierwszej pomocy. Jeżeli chodzi o bezpieczeństwo emocjonalne, gromadzą wiedzę na temat stereotypów, uczą się sposobów zadawania pytań oraz unikania oceniania innych z góry.

## CZEGO UCZĄ SIĘ STARSI UCZNIOWIE?

W klasach 7 i 8 oraz w szkole średniej uczniowie uczą się bezpiecznie brać udział w szerszej gamie aktywności fizycznych, włączając w to aktywności potencjalnie związane z większym ryzykiem. Rozwijają zdolności oceny sytuacji i unikania potencjalnych zagrożeń oraz dowiadują się jak reagować w nagłych wypadkach. Więcej uwagi poświęca się osobistemu bezpieczeństwu, zarówno w rzeczywistym, jak i w wirtualnym kontekście (np. cyberprzemocy). Uczniowie kontynuują naukę i praktykę sposobów wzajemnego pozytywnego oddziaływania. Rozważają również konsekwencje zastraszania, nękania oraz agresywnych zachowań, a także uczą się sposobów zapobiegania i odpowiedzi na te zagrożenia.

## WSPIERANIE NAUKI O BEZPIECZEŃSTWIE W DOMU I LOKALNEJ SPOŁECZNOŚCI

Rodzice mogą zachęcać uczniów do zwrócenia uwagi na bezpieczeństwo w różnych aspektach życia codziennego. Oto przykładowe pomysły:

- Bądź wzorem do naśladowania dla swoich dzieci i pokaż jak zachowywać się bezpiecznie w różnych codziennych sytuacjach (np. zapinanie pasów i noszenie kasków, stosowanie się do zasad bezpiecznego przechodzenia przez ulicę, nieużywanie telefonu komórkowego podczas jazdy, odnoszenie się z szacunkiem do innych, odpowiedzialne

## WIĘCEJ INFORMACJI

- » Rząd Ontario oferuje informacje o programach i politykach, które wspierają zdrowie i bezpieczeństwo uczniów na następujących stronach internetowych: <http://www.edu.gov.on.ca/eng/teachers/healthyschools.html>  
<http://www.edu.gov.on.ca/eng/parents/safeschools.html>
- » *Przemoc w szkole: Wszyscy możemy pomóc to powstrzymać* (broшуra do pobrania dostępna w wielu językach) można znaleźć pod adresem: <http://www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/learn.html>
- » Odnośniki do materiałów źródłowych dotyczących zapobiegania, identyfikacji, zarządzania oraz leczenia wstrząśnienia mózgu dostępne są pod adresem: [www.ontario.ca/concussions](http://www.ontario.ca/concussions)
- » Parachute to organizacja non-profit, która dostarcza informacje na temat szeregu różnych zagadnień związanych z zapobieganiem wypadkom. <http://www.parachutecanada.org/>
- » Kids Help Phone (Telefon zaufania dla dzieci) (1-800-668-6868) to bezpłatny, krajowy, dwujęzyczny, poufny i anonimowy, 24-godzinny numer telefonu oraz internetowa poradnia dla młodych ludzi. [www.kidshelpphone.ca](http://www.kidshelpphone.ca)
- » The Canadian Centre for Child Protection (Kanadyjskie Centrum ds. Ochrony Dzieci) to zarejestrowana organizacja charytatywna oferująca wiele programów, usług i materiałów źródłowych pomagających w ochronie dzieci. [www.protectchildren.ca](http://www.protectchildren.ca)

korzystanie z mediów społecznościowych).

- Daj dzieciom szansę poznawania świata w sposób odpowiedni do ich wieku, tak by mogły budować poczucie własnej wartości oraz poznawać swoje możliwości. Ważne jest jednak także, by nauczyć dzieci oceniać i zarządzać ryzykiem, które towarzyszy większej niezależności.
- Pomóż dzieciom oceniać ryzyko i uwzględniać bezpieczeństwo w planach, prosząc je o zastanowienie się nad takimi pytaniami jak:
  - Czy zdają sobie sprawę z zagrożeń, jakie mogą napotkać?
  - Czy mają potrzebny sprzęt ochronny oraz, ewentualnie, czy został on prawidłowo dopasowany?
  - Czy znają zasady i wiedzę, dlaczego one istnieją?
  - Czy wiedzą, co powinny zrobić w sytuacji wypadku obawy o swoje bezpieczeństwo lub skargi na sposób traktowania?
- Pomóż dzieciom rozwinąć umiejętności komunikacji potrzebne do zabierania głosu w sprawach ich bezpieczeństwa. Zapytaj je, czy mają jakieś obawy związane ze swoim bezpieczeństwem w różnych sytuacjach, włączając w to sytuacje zaistniałe w świecie wirtualnym, oraz zachęcaj je do wyrażania opinii na temat tego, czego potrzebują by być bezpieczne.
- Pracuj z dziećmi nad rozwojem rodzinnych planów i umów dotyczących bezpieczeństwa. Może to obejmować plany dla takich sytuacji jak:
  - reakcja na pojawienie się ognia w domu;
  - odbieranie telefonu i otwieranie drzwi, kiedy dziecko jest samo w domu;
  - bezpieczna droga do domu;
  - zarządzanie konfliktem;
  - korzystanie z mediów społecznościowych.
- Powiedz dzieciom, że bezpieczeństwo obejmuje także ochronę przed urazami emocjonalnymi oraz nadużyciami. Zapewnij je, że w domu zawsze mogą liczyć na wsparcie oraz upewnij się, że wiedzą gdzie mogą szukać pomocy w szkole i w lokalnej społeczności, kiedy poczują, że ich bezpieczeństwo fizyczne czy emocjonalne jest zagrożone.