



MATERIAŁY PROFILAKTYCZNO-EDUKACYJNE DLA KLAS I-VIII W ROKU SZKOLNYM 2023/2024 DOTYCZĄCE PROBLEMU OBNIŻONEGO NASTROJU I ZWIĄZANEGO Z TYM RYZYKA ZACHOWAŃ NIEBEZPIECZNYCH I RYZYKOWNYCH

depresja? 

RADZĘ SOBIE Z EMOCJAMI!

Materiały rozwijające u dzieci uważność na stany emocjonalne oraz kształtujące kompetencje ich rozpoznawania, nazywania oraz regulowania, także przy pomocy wsparcia z otoczenia.

SCENARIUSZE ZAJĘĆ I KARTY PRACY
MATERIAŁY EDUKACYJNE
DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW

Kampania realizuje wytyczne związane ze wsparciem zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży.

DODATKOWE MATERIAŁY
EDUKACYJNE NA PLATFORMIE



profilaktyka.tv

ZAŁOŻENIA TEORETYCZNE

Młodzi ludzie podlegają wielu obciążającym czynnikom zewnętrznym, takim jak: presja osiągnięć, brak czasu, pęd życia codziennego, niewystarczająca ilość lub niewłaściwy rodzaj wsparcia ze strony dorosłych.

Jednocześnie zdarza się, że dodatkowym obciążeniem dla dzieci i młodzieży są inne czynniki, takie jak: wysoka wrażliwość, niewystarczające kompetencje regulacji emocji, brak umiejętności identyfikacji źródeł wsparcia oraz uzyskiwania go.

Aktualnie dzieci oraz młodzież miewają mniejsze i większe problemy i bywają nieświadomi tego, jak powinni dbać o swoje zdrowie psychiczne. Jednocześnie nie zawsze uzyskują w tym zakresie wsparcie, a czasem nie potrafią z niego skorzystać lub w ogóle o nie prosić.

Właśnie dlatego oddziaływaniami edukacyjnymi w temacie pielęgnacji zdrowia psychicznego objęte powinny być zarówno same dzieci, jak i rodzice, opiekunowie oraz nauczyciele. Wszystkie te osoby mają bowiem znaczenie dla zdrowia psychicznego dziecka i pełnią istotną rolę w systemie, w którym młody człowiek żyje i funkcjonuje.

CELE DO OSIĄGNIĘCIA

- poszerzenie wiedzy dzieci i młodzieży na temat znaczenia zdrowia psychicznego oraz świadomości czynników, które mają na nie wpływ;
- rozwój narzędzi regulacji emocji u dzieci, takich jak: identyfikacja, komunikacja stanów emocjonalnych oraz umiejętność prośbienia o pomoc;
- poszerzenie wiedzy rodziców i opiekunów na temat wsparcia rozwoju emocjonalnego dziecka oraz zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży;
- wyczulenie rodziców na niepokojące objawy, przejawy trudności dziecka oraz czynniki ryzyka, którym może podlegać;
- wsparcie nauczycieli oraz pedagogów w uświadamianiu dzieci i młodzieży oraz rozwoju kompetencji regulacji emocji u uczniów.

MATERIAŁY W KAMPANII

KARTY PRACY

- dla uczniów klas 1-3
- dla uczniów klas 4-6
- dla uczniów klas 7-8

Materiały edukacyjne dla uczniów są jednocześnie kartami pracy, zawierającymi ćwiczenia i zadania, dostosowane do wieku odbiorcy, ułatwiające zapoznanie się i zapamiętanie treści związanych z przeżywaniem emocji i budowaniem kompetencji pomagających w ich wyrażaniu oraz umiejętności zwrócenia się o pomoc.

ULOTKI DLA RODZICÓW

Wydawnictwa dotyczą istotnej roli rodziców i opiekunów oraz innych zaufanych dorosłych w procesie dbania i budowania kompetencji regulowania emocji w wieku dziecięcym oraz w okresie dorastania. W tym celu uczulamy dorosłych na czynnik, biorące udział w budowaniu zdrowia psychicznego u ich dzieci.

SCENARIUSZE DLA NAUCZYCIELI

- zajęć z uczniami w klasach 1-3
- zajęć z uczniami w klasach 4-6
- zajęć z uczniami w klasach 7-8
- spotkania z rodzicami

Powyższe scenariusze to propozycja gotowych konspektów do pracy z określoną grupą odbiorców w obszarze zagadnień związanych z tematyką poruszaną w kartach pracy lub materiałach edukacyjnych przeznaczonych dla dorosłych.

MATERIAŁY DODATKOWE

Na platformie www.profilaktyka.tv znajdują się rozmowy ze specjalistami oraz filmy edukacyjne, które mogą być pomocne przy realizacji kampanii *depresJA?*. Realizując materiały „Radzę sobie z emocjami!” mogą Państwo uzyskać dostęp do platformy korzystając z 50% rabatu.

ZAWARTOŚĆ PAKIETU

KARTY PRACY DLA UCZNIÓW

- „MOJE DOBRE SAMOPOCZUCIE” Dla klas I-III – format A4 do A5
- „PROSZĘ O POMOC!” Dla Klas I-III – format 2/3 A4
- „CHCĘ SIĘ DOBRZE CZUĆ!” Dla klas IV-VI – format A4 do A5
- „NIE MUSISZ RADZIĆ SOBIE ZE WSZYSTKIM SAM!” Dla klas IV-VI – format 2/3 A4
- „MAM WPŁYW NA MOJE SAMOPOCZUCIE!” Dla klas VII-VIII – format A4 do A5
- „NIE WSTYDZĘ SIĘ PROSIĆ O POMOC!” Dla klas VII-VIII – format 2/3 A4

ULOTKI DLA RODZICÓW

- „RODZIC PRZEWODNIKIEM EMOCJONALNYM” – format A4 do A5
- „MOJE DZIECKO MA PROBLEMY” – format A4 do A5

PLAKATY EDUKACYJNE

- „RADZĘ SOBIE Z EMOCJAMI, BO NIE WSTYDZĘ SIĘ PROSIĆ O POMOC!” – format B3
- „RADZĘ SOBIE Z EMOCJAMI, BO MAM WPŁYW NA SWOJE SAMOPOCZUCIE” – format B3

SCENARIUSZE ZAJĘĆ

- depresJA? – „Radzę sobie z emocjami!” gotowe scenariusze zajęć edukacyjnych dla nauczycieli i osób prowadzących zajęcia z uczniami i ich rodzicami lub opiekunami – format A4

CERTYFIKATY

- depresJA? – „Radzę sobie z emocjami!” specjalny certyfikat dla samorządu poświadczający uczestnictwo w kampanii – format A4
- depresJA? – „Radzę sobie z emocjami!” – specjalny certyfikat dla szkół realizujących kampanię – format A4
- depresJA? – „Radzę sobie z emocjami!” – specjalny certyfikat dla nauczycieli realizujących zajęcia z uczniami w kampanii – format A4



DEPRESJA – FORMULARZ ZAMÓWIENIA

Lp.	Nazwa materiału (zamów w pakiecie lub na sztuki)	Cały pakiet zawiera:	Pół pakietu zawiera:	Cena brutto za sztukę:	Zamawiam sztuk: (wpisz liczbę sztuk)	Razem za wybrane sztuki:
KARTY PRACY DLA UCZNIÓW						
1.	„MOJE DOBRE SAMOPOCZUCIE” Dla klas I-III – format A4 do A5	300	150	1,70 zł		
2.	„PROSZĘ O POMOC!” Dla Klas I-III – format 2/3 A4	300	150	1,50 zł		
3.	„CHCĘ SIĘ DOBRZE CZUĆ!” Dla klas IV-VI – format A4 do A5	300	150	1,70 zł		
4.	„NIE MUSISZ RADZIĆ SOBIE ZE WSZYSTKIM SAM!” Dla klas IV-VI – format 2/3 A4	300	150	1,50 zł		
5.	„MAM WPLYW NA MOJE SAMOPOCZUCIE!” Dla klas VII-VIII – format A4 do A5	300	150	1,70 zł		
6.	„POTRAFIĘ PROSIĆ O POMOC” Dla klas VII-VIII – format 2/3 A4	300	150	1,50 zł		
ULOTKI DLA RODZICÓW						
7.	„RODZIC PRZEWODNIKIEM EMOCJONALNYM” – format A4 do A5	150	75	1,70 zł		
8.	„GDY MOJE DZIECKO MA PROBLEMY” – format A4 do A5	150	75	1,70 zł		
PLAKATY EDUKACYJNE						
9.	„RADZĘ SOBIE Z EMOCJAMI, BO NIE WSTYDZĘ SIĘ PROSIĆ O POMOC!” – format B3	8	4	5,90 zł		
10.	„RADZĘ SOBIE Z EMOCJAMI, BO MAM WPLYW NA SWOJE SAMOPOCZUCIE” – format B3	8	4	5,90 zł		
SCENARIUSZE ZAJĘĆ						
11.	depresJA?– „Radzę sobie z emocjami!” gotowe scenariusze zajęć edukacyjnych dla nauczycieli i osób prowadzących zajęcia z uczniami i ich rodzicami lub opiekunami – format A4, 20 stron	8	4	30 zł		
CERTYFIKATY						
12.	depresJA?– „Radzę sobie z emocjami!” specjalny certyfikat dla samorządu poświadczający uczestnictwo w kampanii – format A4	1	1	—		
13.	depresJA?– „Radzę sobie z emocjami!” – specjalny certyfikat dla szkół realizujących kampanię – format A4	8	4	5 zł		
14.	depresJA?– „Radzę sobie z emocjami!” – specjalny certyfikat dla nauczycieli realizujących zajęcia z uczniami w kampanii – format A4	8	8	5 zł		
	Razem (kwota brutto)	3690 PLN (oszczędzasz 114,40 zł)	1845 PLN (oszczędzasz 57,20 zł)			

Zamawiający:

Kwota zamawianych materiałów: + 30 PLN brutto koszt przesyłki (przesyłka gratis przy zakupie od 1000 zł brutto)

Fakturę wystawić na:

.....

Wysyłka materiałów:

.....

Osoba do kontaktu:

Numer telefonu (do kontaktu i dla kuriera):

E-mail:

Wyrażam zgodę na otrzymywanie, na podany na formularzu adres e-mail, informacji dotyczących produktów SPiDR w rozumieniu ustawy z dnia 18.07.2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną (tj. Dz.U. 2013 poz. 1422). Wyrażenie zgody jest dobrowolne i mogę je odwołać w każdym czasie.

**ZAMÓWIENIE PRZEŚLIJ FAKSEM, MAILEM LUB POCZTĄ
 LUB ZAMÓW W SKLEPIE INTERNETOWYM: WWW.ULOTKIPROFILAKTYCZNE.PL**

FAKS: 61 855 33 83 E-MAIL: ULOTKIPROFILAKTYCZNE@GMAIL.COM

POCZTA: SPiDR, UL. GROCHOWSKA 45A, 60-277 POZNAŃ

OSOBA DO KONTAKTU: TOMASZ BEDNAREK KOM.: 501 187 460 TEL.: 61 855 33 81

Wysyłka: w ciągu 3 dni roboczych od otrzymania zamówienia

WYDAWCA: Stowarzyszenie Producentów i Dziennikarzy Radiowych w Poznaniu, ul. Grochowska 45a, 60-277 Poznań. SPiDR zarejestrowano w Sądzie Rejonowym w Poznaniu, VIII Wydział Gospodarczy KRS pod nr 0000150767, REGON 639838688, NIP 782-21-84-952