



PREVENTIVNÍ PROGRAM ŠKOLY

ZŠ Roudnice nad Labem, Karla Jeřábka 941, okres Litoměřice

Školní rok 2018/2019

OBSAH:

1. Charakteristika školy a její vnitřní zdroje	3
2. Vnější zdroje školy pro tvorbu PPŠ	5
3. Analýza výchozí situace, monitoring	6
4. Stanovení cílů PPŠ podle cílových skupin	6
5. Metody a způsoby dosažení cílů, skladba aktivit pro cílové skupiny	9
6. Použitá literatura.....	20

1. Charakteristika školy a její vnitřní zdroje

Základní škola Roudnice nad Labem, Karla Jeřábka 941, okres Litoměřice

IČO : 46 77 36 14

telefon: 416 837 087

e-mail: vedeni@zskjerabka-rce.cz

ředitelka školy: Mgr. Olga Mařáková

školní metodik prevence: Mgr. Jiří Růžička, Mgr. Miluše Pekařová

Problematika rizikového chování dětí je celospolečenským problémem. Zneužívání drog a jiné projevy rizikového chování se dotýkají dětí, které navštěvují základní školu. Z pohledu pedagogů je důležité zahájit primární prevenci právě v době základní školní docházky, poskytnout žákům co nejvíce informací o problematice všech projevů rizikového chování podle jejich věku.

Preventivní program školy vychází z pokynu MŠMT, čj. : 1454/2000-51, který do prevence rizikového chování jevů zařazuje níže uvedené pojmy.

Charakteristika školy

Naše školní budova byla postavena v roce 1913, je to starý typ budovy, který je z hlediska bezpečnosti velice přehledný. Budova leží uprostřed města, celý areál je oplocený. Škola má první i druhý stupeň. Ve školním roce 2017 – 2018 se počet dětí zvýšil na 610. Děti si mohou v oblasti mimoškolní činnosti vybrat z bohaté nabídky kroužků – železniční modelářství, včelařský kroužek, pěvecký sbor, keramické kroužky, sportovní kroužky....

DOKUMENTACE PREVENTIVNÍCH AKTIVIT

Legislativně zakotvená dokumentace (Zákon 561/2004 Sb., tzv. školský zákon):

- **Školní vzdělávací program** (zpracovat část týkající se prevence – školní preventivní strategie).
- **Výroční zpráva** (zpracovat zprávu o prevenci rizikového chování).
- **Třídní kniha** (zápisy nejen o učivu, také o provedených besedách a akcích).
- **Záznamy z pedagogických rad** (záznam jednání o určitém rizikovém chování nebo o metodické aktivitě ŠMP směrem k pedagogům).
- **Záznamy o plnění PPŠ**

Další dokumentace ŠMP

Vychází z Vyhlášky 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, z Přílohy č.3 k vyhlášce 72/2005 Sb., kde je uvedena „**povinnost školního metodika prevence vést písemné záznamy veškeré činnosti a to tak, aby mohl doložit obsah i rozsah včetně navržených a realizovaných opatření**“ a vyhláška 197/2016 Sb. kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů, a některé další vyhlášky.

- Preventivní program školy
- Deník školního metodika
- Zápisy řešení aktuálních problémů z oblasti prevence
- Přípravy na metodická vedení učitelů
- Evidence akcí s preventivní tematikou, vzdělávání a kontaktů DVPP v oblasti prevence
- Ankety a výsledky různých šetření

Konzultační hodiny ŠMP jsou ve čtvrtek od 15.00- 16.00. Je možno dohodnout i jiný termín.

Problematikou rizikového chování se zabývá vedení školy s výchovným poradcem a metodikem prevence.

Pedagogický sbor je koordinován vedením školy, výchovným poradcem a školním metodikem prevence a mají možnost se průběžně informovat o postupech a metodických pokynech.

Učitelé působí v rámci prevence na žáky průběžně ve svých hodinách, třídní učitelé na třídnických hodinách, na třídních akcích a akcích školy.

Odborná a metodická literatura, odborné časopisy, DVD, webové stránky zabývající se primární prevencí jsou k dispozici u ředitele školy, výchovného poradce a metodika prevence.

2. Vnější zdroje školy pro tvorbu PPŠ

- *vnější informační zdroje*

- ✓ <http://www.prevence-praha.cz>
- ✓ <http://www.adiktologie.cz>
- ✓ <http://www.odrogach.cz>
- ✓ <http://www.drogy-info.cz>
- ✓ <https://www.nntb.cz/>
- ✓ <https://www.e-bezpeci.cz>

Školní metodik prevence a výchovný poradce se řídí těmito dokumenty:

Základní právní rámec primární prevence rizikového chování (PPRCH)

- Zákon **561/2004 Sb.**, (o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání) tzv. **školský zákon**), ZÁKON ze dne 20. prosince 2011, kterým se mění zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. **379/2005** o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů
- Vyhláška **72/2005** v platném znění o **poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních**, VYHLÁŠKA ze dne 15. dubna 2011, kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních
- vyhláška **197/2016 Sb.** kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů, a některé další vyhlášky

Základní metodické dokumenty MPRCH

- Metodické doporučení k **primární prevenci rizikového chování** u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních č.j. MŠMT 21291/2010-28
- Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k **řešení šikanování** ve školách a školských zařízeních č.j. MSMT- 22294/2013-1
- Metodický pokyn k **zajištění bezpečnosti ochrany zdraví** dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných MŠMT, č.j. 37 014/2005
- Metodický pokyn k jednotnému postupu při **uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví** č.j.: 10194/2002-14
- Metodický pokyn Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k **výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance** Č.j.: 14 423/99-22

- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2013 – 2018

3. Analýza výchozí situace, monitoring

V naší škole jsme v roce 2017/2018 zaznamenali mírný výskyt rizikového chování. Případy zneužívání nelegálních drog jsme nezaznamenali.

Školní metodik v uplynulém roce absolvoval mnoho jednání s rodiči. Vedl množství rozhovorů s dětmi. Někdy tento rozhovor stačil, jindy byl doporučen následný postup či předán kontakt na další instituce. Průběžně se radil s vedením školy, které je ke schůzkám a konzultacím velmi vstřícné a jehož pomoc je vždy profesionální a efektivní.

Děti jsou pravidelně informovány o možnostech konzultace a poradenství, mohou využít konzultační hodiny nebo si kdykoliv domluvit schůzku, pokud se ostýchají přijít osobně, mohou i emailem, nebo využít NNTB.

Prostorové řešení školy (rovné chodby) také umožňuje vykonávání dohledu. Rizikovými místy mohou být hlavně toalety a šatny, což se bere při vykonávání dohledu v potaz.

Častěji se začínají objevovat žáci s poruchami chování. Mohou potom vzniknout konflikty v kolektivu, vzrůstá agrese. Na tuto oblast (SPCH) se i nadále soustředíme, spolupracujeme zejména s PPP, SPC, OSPOD i kurátory pro děti a mládež.

Ve škole je jisté procento dětí pocházející z málo podnětného rodinného prostředí. Často se setkáváme s tím, že rodina nevěnuje dítěti dostatek času a náležitou péči. V rodinách velmi často chybí pevně stanovená pravidla chování. To se snažíme kompenzovat pravidly chování, na kterých se děti samy podílejí. Snažíme se, aby se prevence a zdravý životní styl staly přirozenou součástí života školy, školních osnov a výuky jednotlivých předmětů a nebyly pojmány jako nadstandardní aktivita školy.

4. Stanovení cílů PPŠ podle cílových skupin

K základním cílům primární prevence rizikového chování patří:

1. prevence v oblasti zneužívání návykových látek, rizikového chování v dopravě, alkoholismu, šikany a násilného chování, kyberšikany, hráčství, vandalismu, záškoláctví, virtuálních drog, xenofobie, homofobie, užívání tabákových výrobků, netolismu,

sebepoškozování, rizikového sexuálního chování, příslušnosti k subkulturám, hazardního hraní, krádeží, rasismu, poruch příjmu potravy, náboženského extremismu, rozpoznání týrání a zneužívání dítěte.

2. výchova žáků ke zdravému životnímu stylu

Základními kompetencemi prevence v rámci podpory zdravého životního stylu jsou:

- zvyšování sociálních kompetencí (rozvíjení sociálních dovedností, odpovědnost za své
- chování a uvědomění si důsledků svého jednání, zvyšování sebevědomí)
- posilování komunikačních dovedností (nenásilné zvládnání konfliktů, odmítání návykových látek, adekvátní reakce na stres, kritiku a neúspěch),
- vytváření pozitivního sociálního klimatu (vytvoření atmosféry pohody, klidu, bez strachu, nejistoty, nastolení pocitu důvěry mezi žákem a učitelem),
- formování postojů ke společensky akceptovaným hodnotám (mravní a morální hodnoty, právní vědomí a humanistické postoje k ostatním).

3. směřování žáků ke smysluplnému využívání volného času (nabídka kroužků, družiny...)

4. zapojování rodičů a přátel školy do života školy (společné akce)

Stanovení cílů PPŠ školy

Krátkodobé cíle:

- 1.** Zapojit i nové a začínající kolegy do systému prevence.
- 2.** Zlepšit práci se třídou, zlepšit klima v problematických třídách. Třídy, ve kterých se již objevily problémy, třídy které vykazují vztahové problémy. (Na základě sociometrie, pozorování). Zkvalitnit vedení třídnických hodin.
- 3.** Redukovat výskyt agresivity a násilného chování žáků k sobě navzájem

Dlouhodobé cíle:

Dlouhodobým cílem je, aby se z našich žáků stali lidé s adekvátním sebevědomím, vědomí si svých kvalit, jež neustále rozvíjí, a nedostatků, se kterými se naučí pracovat a žít. Bytosti, které nepotřebují žádnou formu drogy či agresi, aby svůj život prožily spokojeně a plnohodnotně.

Aby došlo k osvojení preventivních kompetencí, naše škola průběžně zapracovává konkrétní témata prevence do vzdělávacího procesu.

Prevence je nejčastěji zařazována do následujících předmětů:

- Občanská výchova a výchova ke zdraví
- Chemie-alkohol, drogy
- Přírodopis
- Český jazyk – literatura – texty s tematikou...
- Jazyková komunikace – asertivní komunikace, OSV
- Přírodověda
- Prvouka
- Výtvarná výchova – kresby, soutěže
- Tělesná výchova
- Cizí jazyky

Kromě toho pořádáme také besedy, přednášky, projekty a akce zaměřené na konkrétní témata (drogy, sexuální výchova...)

V rámci smysluplného využívání volného času nabízíme činnost školní družiny a různé zájmové útvary, do kterých se mohou zapojit žáci 1. i 2. stupně.

Nabídka kroužků se tento rok opět rozšířila, kompletní byla předložena dětem, poté i rodičům na rodičovských schůzkách a zveřejněna na webových stránkách školy.

5. Metody a způsoby dosažení cílů, skladba aktivit pro cílové skupiny

Na realizaci PPŠ se podílí vedení školy, školní metodik prevence, výchovný poradce, ostatní pedagogičtí pracovníci školy, v případě potřeby okresní metodik prevence pedagogicko psychologické poradny, sociální odbor, Policie ČR a jiné instituce.

Všichni pedagogičtí pracovníci školy se podílejí na rozvoji osobnosti žáků, podporují jejich sebevědomí, schopnost vytvářet přátelské vazby, prosociální dovednosti, nenásilné zvládnání konfliktů, atd. Učitelé využívají témat v osnovách svých předmětů a seznamují děti s dalšími informacemi z oblasti zdravého životního stylu, prevence závislostí a sociálně rizikového chování. Zaměřují se nejen na poskytování informací, ale i na vytváření postojů žáků k problematice a osvojování dovedností komunikace, zvládnání sociálních vztahů a stresových situací, asertivity a odmítání. Podle možností zařazují do výuky různé formy a metody práce.

K dosažení cílů PPŠ přispívají i následující opatření:

Pedagogický dohled nad žáky je zajištěn během všech přestávek (zvýšený dohled u žáků s vyšší pravděpodobností RCH), před vyučováním a v pauze mezi odpoledním vyučováním v prostorách školy a v době obědů v jídelně (prevence šikany a užívání návykových látek). Mezi odpoledním vyučováním mají žáci možnost navštívit třídu s dozorem vyučujícího.

Průběžně je individuálně pracováno s problémovými žáky.

V případě potřeby mají žáci možnost svěřit se se svými problémy jednotlivým vyučujícím, výchovnému poradci, metodikovi prevence při pravidelných konzultačních hodinách.

Na nástěnkách jsou umístěné informace o důležitých telefonních číslech a kontaktech (Linky důvěry, Kriz. centra...).

Jednotliví třídní učitelé průběžně sledují vztahy ve třídních kolektivech, aby byla zajištěna včasná diagnostika a intervence při vzniku šikany, v případě potřeby spolupracují s výchovným poradcem, školním metodikem prevence, popř. metodikem prevence z pedagogicko psychologické poradny.

V rámci prevence šikany se škola zapojí do systému NNTB, který je podporován MŠMT, OSPRCH, linkou bezpečí....

Jsou průběžně sledovány často se opakující krátkodobé absence žáků (prevence záškoláctví) a při podezření na záškoláctví se kontaktují rodiče, případně sociální odbor. Pořádají se přednášky a besedy věnované drogové problematice, sexuální výchově, prevenci AIDS a dalším tématům dle potřeby.

Prevence rizikového chování je součástí školního řádu. Dojde-li k porušení ustanovení školního řádu, týkajícího se držení, distribuce a užívání návykových látek v prostorách školy, bude toto klasifikováno jako hrubý přestupek a vyvodí se patřičné sankce.

Průběžně jsou sledovány i další rizikové jevy - vandalismus, agresivita, rasismus, atd..
V případě, kdy selže prevence ve škole, bude přistoupeno k **následujícím opatřením**:

1. individuální pohovor se žákem
2. podle zjištěných informací spolupráce s rodinou, zasedání výchovné komise
3. doporučení kontaktu s odborníky
4. v případě nezájmu rodičů uvědomění sociálního odboru, oddělení péče o dítě
5. v případě trestné činnosti, dealerství - oznámení Policii ČR

Pedagogové mají možnost si zapůjčit propagační materiály, metodické pomůcky, DVD u školního metodika nebo výchovného poradce.

Přehled institucí a center krizové intervence v okrese včetně adres a telefonních čísel je k dispozici u školního metodika.

Nabízíme volnočasové aktivity – školní družinu, kroužky.

Žáci mají možnost navštěvovat školní knihovnu, čtenářský a informační koutek.

Učitelé nabízejí všem rodičům možnost individuálních konzultací.

V průběhu školního roku 2018–2019 budou plněny následující úkoly a uspořádány tyto akce:

Účast školního metodika prevence a výchovného poradce na odborných seminářích, kurzech a dalším vzdělávání.

Spolupráce školních metodiků prevence s výchovným poradcem a učiteli při řešení případných problémů žáků.

Poskytování informací žákům (začátek školního roku, průběžně), učitelům (průběžně) a osvětová činnost zaměřená na rodiče (třídní schůzky, nástěnky). Informace a články na internetu. **Zvyšování** informovanosti učitelů prostřednictvím informací a odkazů v emailu, průběžným dokupováním odborných knih a časopisů do učitelské knihovny – závislé na finanční situaci školy.

Jednou měsíčně vede třídní učitel třídnickou hodinu se svou třídou.

Bude nadále věnována zvýšená pozornost žákům s problémovým chováním.

Bude nadále věnována zvýšená pozornost jevům, které mohou signalizovat počínající zneužívání návykových látek nebo výskyt jiného rizikového chování.

Proběhne adaptační kurz pro žáky 6. ročníků.

Prevence specifická:

Uspořádání besed na různá témata týkající se rizikového chování – dle aktuální nabídky.

Prevence nespecifická:

Během roku se uskuteční projekty jako např. Den Země, Den české státnosti atd.

V závěru školního roku se uskuteční Sportovní den, Den branných dovedností, školní výlety a pochodové cvičení žáky 1. a 2. stupně atd.

- Proběhnou sportovní soutěže a turnaje.
- Žáci 1. stupně absolvují dopravní výchovu
- Bude poskytnuta nabídka zájmových útvarů.
- Žáci se budou i nadále účastnit výtvarných soutěží.
- Budou podporovány projekty, které motivují žáky ke vhodnému využívání volného času.
- V případě zájmu lyžařský výcvik (vytváření zdravých návyků životního stylu a zařazování aktivit podporující týmovou spolupráci a posilujících pozitivní vztahy ve třídě).
- Škola se zapojí do projektu Česko sportuje
- Ve 3. a 4. ročnících proběhne plavecký výcvik.

Metody práce:

V rámci výuky budou i nadále využívány různorodé metody práce, které se osvědčily.

Některé používané metody práce:

- besedy, diskuse, zážitkové metody
- výklad (informace)
- samostatná práce (referáty, informace z tisku...)
- sociální hry, hraní rolí, obhajoba určitého názoru, trénování asertivního chování,
- nácvik způsobu odmítání

- skupinová práce, práce ve dvojicích
- projektové vyučování, celoškolské projekty
- třídnické hodiny
- exkurze
- sledování a zpětná vazba k videím, např. Seznam se bezpečně, They said, they lied nebo dokumenty Člověka v tísni

Součástí hodnocení výsledků práce jednotlivých žáků je i jejich sebehodnocení a slovní hodnocení učitelem. Žáci tak dostávají komplexní zpětnou vazbu od učitele a jsou informováni o svém pokroku a nedostatcích.

Úkoly pro jednotlivé ročníky

1. stupeň

1. - 3. ročník

Osobnost dítěte, sociální prostředí

- společné stanovení a zažití pravidel soužití mezi žáky a učiteli) začátek šk. roku, třídnické hodiny)
- uvědomování si podstaty přátelství, kamarádství a jeho význam pro lidský život - PrU sebevědomí, sebedůvěra, kamarádství - potřeba vzájemné pomoci, dorozumění, poznávání jiných, uvědomování si vlastní osobnosti
- vztahy mezi lidmi - přátelské, neutrální, nepřátelské, příklady řešení konfliktů / ve třídě / dohodou, nenásilně; vytváření příznivého prostředí ve třídě
- využívat pochvaly jako výchovného prostředku, zažít pocit úspěchu a radosti z práce - průběžně
- vnímání individuálních odlišností dětí mezi sebou a přijímání těchto jevů základní lidská práva, práva dítěte - od 3. ročníku

Zdraví

- zdraví a nemoc, ochrana proti nemocem, očkování, nácvik přivolání první pomoci a komunikace s lékařem

- zdravý denní režim-práce, odpočinek, pohyb, stravování, spánek

Hygiena

- dodržování základů osobní hygieny, předcházení nákazám, základní hygienické návyky, intimní hygiena, péče o zevnějšek

Výživa

- vliv stravy na zdraví, sestavení seznamu potravin a nápojů prospívajících a neprospívajících zdraví
- denní stravovací a pitný režim, jeho význam pro zdraví

Ochrana před úrazy

- pochopení tělesné zdatnosti jako faktoru, který podporuje zdraví, uvědomění si, jak ji získáme
- sport a zdraví, bezpečné chování v různých prostředích / doma, na ulici, dopravní prostředek /, při různých činnostech / práce, sport, zábava /
- nebezpečí zneužití mladšího a slabšího / šikanování, týrání, zastrašování / - nácvik modelových situací

Nebezpečí od cizích lidí

- nemluvit s neznámými lidmi, nikam s nimi nechodit (nácvik v modelových situacích)
- nácvik vhodného chování při snaze neznámého člověka o navazování kontaktů (modelové situace)
- nebezpečí odhozených jehel a stříkaček, nebezpečí manipulace s nimi, možnost
- nákazy závažnými chorobami-formou poučení před prázdninami + reakce na aktuální dění (zprávy)

Návykové látky a zdraví

Alkohol, kouření

- nácvik dovednosti odmítat alkohol a tabákové i netabákové výrobky / modelové situace /
- prohlubovat znalosti o škodlivosti a důsledcích působení alkoholu a kouření na lidský organizmus

Léky -běžné léky, vitamíny, zásady jejich užívání, riziko užívání léků bez doporučení lékaře a vědomí rodičů

4. - 5. ročník

Osobnost dítěte, sociální prostředí

- společné stanovení a zažití pravidel soužití mezi žáky a učiteli
- sebevědomí, sebeúcta, pochvala a trest - reakce žáka a rodičů
- komunikace v rodině, mezi lidmi, konflikty v mezilidských vztazích (rozvoj
- schopnosti diskutovat, komunikovat, řešit problémy a konflikty, modelové situace)
- rozvoj schopnosti klást otázky a umět přiměřeným způsobem vyjádřit svůj názor
- posilování důvěry v učitele
- základní lidská práva, práva dítěte (Úmluva o právech dítěte)

Zdraví

- zdraví a jeho ochrana
- jak udržujeme zdraví, jak podporovat jeho rozvoj
- nemoci, jejich příznaky, očkování, karanténa, izolace
- pracovní den žáka, střídání zátěže a odpočinku
- duševní hygiena
- pohybový režim žáka
- úrazy dětí, poskytování první pomoci / modelové situace /
- následky narušeného vnímání a zastřené vědomí na zdraví a běh lidského života

Hygiena

- osobní hygiena, péče o pleť, vlasy, ruce, nohy....
- prostředky osobní hygieny, hodnocení reklamy na prostředky osobní hygieny

Výživa

- zásady zdravé výživy, vliv stravování na zdraví člověka, současné směry ve výživě,
- preferování potravin zdravé výživy x nabídka rychlého občerstvení
- denní množství potravin a tekutin, pitný režim

Ochrana před úrazy

- sport a zdraví
- bezpečné způsoby chování v různých prostředích - odpovědné chování
- krizové situace - šikanování, kontakt s deviantní osobou, dealerem ...
- přivolání pomoci v situacích ohrožení osobního bezpečí, procvičování způsobů tísňového volání

Nebezpečí od cizích lidí

- naučit rozeznávat konverzaci se známými lidmi nebo těmi, kteří znají rodiče, od vyzvídání neznámých osob,
- nácvik reakce na tyto situace
- nácvik odmítnutí nabízeného
- vytipování nebezpečných míst a situací
- hry na osvojování sebejistoty a schopnosti zvládat nebezpečné situace

Návykové látky a zdraví

- preferovat pozitivní životní cíle, hledat vhodnější činnosti než jsou cigarety, alkohol, návykové látky / modelové situace odmítání těchto škodlivých látek /

Kouření

- potvrzení škodlivosti kouření
- orientace v reklamách, poznávat rozdíl mezi solidní nabídkou, reklamou klamavou nebo lživou
- vlastní návrhy reklamy propagující zdravý životní styl

Alkohol

- seznamovat s následky nadměrného požívání alkoholu

Drogy

- seznámit děti se základními poznatky o účincích a následcích různých typů drog /

tlumivé, povzbuzující, halucinogenní /

- pochopit mechanismus vzniku závislosti
- seznámit s důvody, proč lidé berou drogy, s důsledky ve všech oblastech zdraví, umět
- navrhnout lepší řešení
- nácvik odmítání nebezpečných aktivit / v modelových situacích se zaměřit na nácvik
- odmítání návykových látek /
- seznamovat děti s různými typy organizací a profesí, kam se mohou případně obrátit / krizová centra, linky důvěry /, orientace v seznamu důležitých adres a telefonů služeb odborné pomoci
- Poučení, školní řád

Kompetence žáků 1. stupně

- žáci vyjmenují zdravotní rizika spojená s kouřením, pitím alkoholu, zneužíváním léků a užíváním drog
- žáci znají hodnotu zdraví a nevýhody špatného zdravotního stavu
- osvojují si zdravý životní styl
- vyjmenují činnosti, které je vhodné (z hlediska zdraví) zařadit do denního režimu
- v případě nutnosti přivolají pomoc; ví, na koho se mají obrátit v případě, že se cítí ohroženi
- umí jednoduchým způsobem odmítnout nabízenou drogu nebo věc od neznámého člověka
- žáci rozpoznají projevy rasové nesnášenlivosti a vědí, že jednání, které poškozuje práva druhých lidí je nezákonné

2. stupeň

6. ročník

Zdraví

- režim dne /seznámit žáky se zásadami vhodné přípravy na vyučování, plánováním učení, organizací vlastního času a zařazováním vhodných pohybových aktivit, smysluplného trávení volného času /

Osobnostní výchova

- vzájemné poznávání žáků ve třídě a formování skupiny
- začlenění nových žáků do komunity třídy
- vytváření pravidel chování ve třídě
- možnosti nenásilného řešení konfliktů
- mezilidské vztahy /v modelových situacích se zaměřit na chování podporující dobré vztahy, respektování a podporu druhého, schopnost vidět svět očima druhého, schopnost pomoci druhému člověku/
- komunikace /návčik bezpečné komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi, návčik asertivní komunikace, návčik komunikace v různých situacích (odmítání, prosba, přesvědčování, vyjednávání,...)/

Auto-destruktivní závislosti

- návykové látky /tabák a alkohol – rizika, prevence, hledání lepších možností/
- návčik dovedností odmítání drog, ovlivnění postojů k návykovým látkám, hledání pozitivních životních cílů
- informace o ostatních návykových látkách, netolismu a gamblerství

Osobní bezpečí

- chování v různých prostředích, ochrana zdraví při různých činnostech
bezpečnost v dopravě
- komunikace s neznámými lidmi, asertivní komunikace

7. ročník

Zdraví

- zdravá výživa, zásady zdravé výživy
- sexuální výchova (ochrana před nemocemi přenosnými pohlavním stykem)
- volný čas – možnosti, jak vhodně trávit volný čas

Auto-destruktivní závislosti

- drogy /vznik závislosti, její léčení, centra odborné pomoci, informace o návykových látkách a jejich nebezpečí/
- nácvik způsobů odmítání drog /v modelových situacích/

Komunikace

- neverbální a verbální komunikace /žáci se učí vyjadřovat svoje pocity a postoje s cílem posílit své sebevědomí/
- asertivní komunikace a chování - komunikace s vrstevníky
- vliv party /ochrana před manipulativním působením vrstevníků/
- reklama /vliv reklamy na člověka, reklamní triky, negativní vliv reklam propagujících alkohol a tabákové výrobky/
- procvičování způsobů tísňového volání s linkou důvěry, policií....

8. ročník

Zdraví

- péče o zdraví /zdravotní výchova, osobní hygiena, zásady první pomoci včetně nácviku první pomoci/
- duševní hygiena /seznámení se způsoby ochrany duševního zdraví, nácvik relaxace, předcházení stresu/ poruchy příjmu potravy /bulimie a anorexie/
- sexuální výchova /rozhodování v oblasti sexuálního života, sexuální deviace a ochrana před deviantními jedinci, postoje k sexualitě a sexuálnímu chování/

Auto-destruktivní závislosti

- patolog. gamblerství /vznik závislosti, prevence/

- drogy /legislativní omezení a postihy ve vztahu k nákupu, držení a distribuci drog, způsoby pomoci při otravě návykovými látkami, návykové látky a rizikové skupiny populace/

Osobnostní výchova

- tolerance k etnickým skupinám, předcházení rasizmu a xenofobie
- základní lidská práva, práva dítěte (Úmluva o právech dítěte)

9. ročník

Osobní bezpečí

- nebezpečí působení sekt a jiných náboženských skupin /informace o neznámějších náboženských skupinách v ČR, jejich vlivu na život členů/
- šikana /vhodné způsoby chování a jednání v případě ohrožení, možnosti pomoci, krizová centra/
- deviantní osoby /informace, nácvik způsobů chování/
- řešení konfliktů v mezilidských vztazích /hledání vhodných východisek/
- týrání dětí a žen /možnosti pomoci/
- bezpečí na internetu

Zdraví

- sexuální výchova /AIDS – způsoby přenosu, léčení, prevence, sexualita a zákon –
- sexuální obtěžování a znásilnění/
- civilizační choroby a jejich prevence
- cizorodé látky a jedy v potravinovém řetězci
- těhotenství /plánované rodičovství, početí/

témata se mohou prolínat v ročnících kvůli ŠVP a dle aktuální potřeby

kompetence žáků 2. stupně

- žáci chápou zdraví jako jednotu zdraví tělesného, duševního a sociálního
- zhodnotí vhodné a nevhodné zdravotní návyky
- snaží se o uplatňování zásad zdravého životního stylu

- znají pozitivní vliv duševní hygieny, relaxace a aktivního pohybu na své zdraví
- umí v případě potřeby vhodným způsobem odmítnout nabízenou drogu
- orientují se v zákonech týkajících se zneužívání návykových látek
- diskutují o rizicích zneužívání návykových látek
- umí nenásilným způsobem řešit neshody mezi spolužáky
- znají vhodné způsoby chování a komunikace v různých situacích (asertivní komunikace)
- ví, kde v případě potřeby hledat odbornou pomoc
- umí komunikovat se službami odborné pomoci
- spolupracují ve skupině
- respektují odlišné názory lidí
- jsou tolerantní k menšinám

6. Použité a doporučené zdroje:

Metodické doporučení k primární prevenci RCH č.j. MŠMT 21291/2010-28,

Metodický pokyn MŠMT k řešení šikanování ve školách a školských zařízeních č.j. MŠMT-22294/2013-1

Miovský, M. a kol.: Návrh doporučené struktury MPP prevence rizikového chování pro základní školy. Praha 2012.

Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P.: Primární prevence rizikového chování ve školství. Praha 2012.

<http://www.prevence-praha.cz/> materiály Pražského centra primární prevence (Manuál pro tvorbu MPP 2010)

PhDr. Lenka Skácelová: Manuál pro tvorbu MPP školy

Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí (Sananim)

Prevence úrazů a rizikového chování

<http://www.adiktologie.cz/>

<http://www.odrogach.cz/>

<http://www.drogy-info.cz/>

<http://www.PPPUK.cz> – přílohy 1 – 22b

ředitelka školy
Mgr. Olga Maťáková

.....

školní metodik prevence
Mgr. Jiří Růžička

.....

