



Základní škola Roudnice nad Labem, Karla Jeřábka 941, okres Litoměřice
IČ 46773614, tel. 412 871 360, www.zskjerabka-rce.cz

PREVENTIVNÍ PROGRAM ŠKOLY

Školní rok 2025/2026

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 Maťáková

školní metodik prevence: Mgr. Jiří Růžička, Mgr. Petra Pospíchalová

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 2025 – 2026 je počet dětí 552. Děti si mohou v oblasti mimoškolní činnosti vybrat z bohaté nabídky kroužků v DDM Trend. Ve škole jsou zřízeny 2 relaxační místnosti.

DOKUMENTACE PREVENTIVNÍCH AKTIVIT

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

- Školní vzdělávací program
- Výroční zpráva
- Třídní kniha
- Záznamy z pedagogických rad
- Záписy ze schůzek preventivního pracoviště

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
- Výsledky různých šetření

Konzultační hodiny ŠMP jsou ve čtvrtek od 15.30- 16.00. Je možno dohodnout i jiný termín.

Problematickou rizikového chování se zabývá ŠPP.

Pedagogický sbor je koordinován vedením školy, výchovnými poradkyněmi a školními metodiky 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 zabývající se primární prevencí jsou k dispozici u výchovného poradce a metodiků prevence, dále jsou odborné časopisy Učitelský měsíčník, Školní poradenství v praxi, Třídní učitel, Prevence dostupné ve sborovně školy. Informace o službách školního poradenského pracoviště jsou uvedeny na webových stránkách školy, dále ve Směrnici k činnosti školního poradenského pracoviště, na nástěnce v 1. patře vedle ředitelny zástupců ředitelky školy.

2. Vnější zdroje školy pro tvorbu PPŠ

- **vnější informační zdroje**
<http://www.drogy-info.cz>
<https://www.nntb.cz/>
<https://www.e-bezpeci.cz>
<http://www.prevence-praha.cz>
<http://www.adiktologie.cz>
<http://www.odrogach.cz>
<https://www.jsns.cz/>
<https://elearning.ecrime.cz/>

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 ŠMP

- 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
- metodické doporučení ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a postihu záškoláctví a omlouvání žáků z vyučování č. j. msmt-780/2024-1
- 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 2019 – 2027

3. Analýza výchozí situace, monitoring

V naší škole jsme v roce 2024/2025 zaznamenali zvýšený výskyt rizikového chování. Toto chování bylo ve většině případů spojeno se zneužíváním sociálních sítí a nedodržováním školního řádu.

Školní metodik v uplynulém roce absolvoval mnoho jednání se zákonnými zástupci. Vedl množství rozhovorů se žáky. 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. ŠPP se pravidelně schází na informativních schůzkách.

Žáci jsou pravidelně informováni o možnostech konzultace a poradenství, mohou využít konzultační hodiny nebo si kdykoliv domluvit schůzku s metodiky prevence. Pokud se

ostýchají přijít osobně, mohou metodiky oslovit emailem nebo přes elektronickou žákovskou knížku.

Prostorové řešení školy umožňuje vykonávání dohledu. Rizikovými místy mohou být hlavně toalety a šatny, což se bere při vykonávání dohledu v potaz. V šatnách je nainstalován kamerový systém.

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

V tomto školním roce bude ve škole působit sociální pracovnice jejíž náplní práce bude podpora žáků se sociálním znevýhodněním, prevence problémového chování, spolupráce s rodinami a vnějšími institucemi (OSPOD, policie, soudy), prevence sociálně patologických jevů, podpora osobnostního rozvoje žáků a rozvoj jejich sociálních a hygienických návyků.

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 pojímány 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, sebevraždy, rizikového sexuálního chování, příslušnosti k subkulturám, hazardního hraní, krádeží, rasismu, poruch příjmu potravy, náboženského extremismu, týrání a zneužívání dítěte (CAN).

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 zvládání 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).

- skills builder

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

4. Zapojování zákonných zástupců 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. (Na základě sociometrie, pozorování). Zkvalitnit vedení třídnických hodin (DVPP).
3. Redukovat výskyt agresivity a násilného chování žáků k sobě navzájem.
4. Zvýšit informovanost o nebezpečí v kyberprostoru.
5. Podporovat wellbeing
6. Zařazovat aktivity Skills Builder

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. Členové společnosti, které nepotřebují žádnou formu drogy či agrese, aby svůj život prožili 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

- Přírodopis
- Český jazyk
- Jazyky
- Přírodověda
- Prvouka
- Výtvarná výchova
- Tělesná výchova
- Informatika

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 zájmových útvarů se tento rok opět rozšířila, kompletní byla předložena dětem, a zveřejněna na webových stránkách DDM TREND.

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

Na realizaci PPŠ se podílí vedení školy, školní metodici prevence, výchovné poradkyně, 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 zvládání 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, zvládání 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 hodině volna mezi odpoledním vyučováním v prostorách školy a v době obědů v jídelně (prevence šikany a užívání návykových látek). Mezi dopoledním a odpoledním vyučováním mají žáci možnost navštívit třídu s dohledem 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, Krizového 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.

Jsou průběžně sledovány často se opakující krátkodobé absence žáků (prevence záškoláctví) a při podezření na záškoláctví se kontaktují zákonní zástupci, případně sociální odbor.

Pořádají se přednášky a besedy věnované drogové problematice, sexuální výchově, a dalším tématům dle potřeby.

Prevence rizikového chování je součástí školního řádu. 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 zákonných zástupců uvědomění sociálního odboru, oddělení péče o dítě
5. v případě trestné činnosti - oznámení Policii ČR

Pedagogové mají možnost si zapůjčit propagační materiály, metodické pomůcky 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 (DDM TREND).

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

Učitelé i žáci mají možnost využívat relaxační místnost a odpočinkové kouty.

Učitelé nabízejí všem zákonným zástupcům možnost individuálních konzultací.

V průběhu školního roku 2025–2026 budou plněny následující úkoly a uspořádány tyto akce:

Účast školních metodiků prevence a výchovného poradce na odborných seminářích, kurzech a dalším vzdělávání.

Uskuteční se adaptační kurz pro 6. ročníky.

Spolupráce školních metodiků prevence s výchovnými poradci a učiteli při řešení případných problémů žáků.

Poskytování informací žákům (začátek školního roku, průběžně), učitelům (průběžně) a osvětová činnost zaměřená na zákonné zástupce (třídní schůzky, nástěnky, komunitní akce). Informace a články na internetu. Zvyšování informovanosti učitelů prostřednictvím informací a odkazů v e-mailu, ve zprávě v EduPage, průběžným dokupováním odborných knih a časopisů do učitelské knihovny – závislé na finanční situaci školy.

Jednou měsíčně vede třídní učitel třídnickou hodinu se svou třídou. V případě potřeby budou třídnické hodiny zařazovány i častěji.

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.

Zvýšená pozornost bude věnována prevenci nebezpečí v kyberprostoru.

Prevence specifická:

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

Prevence nespecifická:

Během roku se uskuteční řada tematicky pojatých výukových činností.

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

- Proběhnou sportovní soutěže a turnaje.
- Žáci 1. stupně absolvují dopravní výchovu.

- Bude poskytnuta nabídka zájmových útvarů - DDM TREND.
- Budou podporovány projekty, které motivují žáky ke vhodnému trávení volného času.
- V případě zájmu se uskuteční lyžařský výcvik (vytváření zdravých návyků životního stylu a zařazování aktivit podporující týmovou spolupráci a posilujících pozitivní vztahy ve třídě).
- Bude realizován třídení výjezd 8. ročníků – Opárenský mlýn.
- Škola se zúčastní projektu Česko sportuje.
- Ve 3. a 4. ročnících proběhne plavecký výcvik.
- Budou se konat projektové dny – Den logiky, Den s knihou, Den kreativity, Noc s Andersenem, Den Země, Turnaj Štědroň, Sportovní den.

- ***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
- 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 nedostacích.

Úkoly pro jednotlivé ročníky

1. stupeň

1. - 3. ročník

Osobnost dítěte, sociální prostředí

- společné stanovení a zažití pravidel soužití mezi žáky a učiteli
- uvědomování si podstaty přátelství, kamarádství a jeho význam pro lidský život - 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
- nebezpečí v kyberprostoru

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, výživová pyramida

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 zákonných zástupců

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 zákonných zástupců
- 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)
- nebezpečí v kyberprostoru

Zdraví

- zdraví a jeho ochrana
- jak udržovat 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, ...
- 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, ...
- 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 zákonné zástupce, 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, poznání rozdílu mezi solidní nabídkou, reklamou klamavou nebo lživou
- vlastní návrhy reklamy propagující zdravý životní styl

Alkohol

- seznámit 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 /
- nebezpečí v kyberprostoru

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 /návik bezpečné komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi, návik asertivní komunikace, návik komunikace v různých situacích (odmítání, prosba, přesvědčování, vyjednávání,...)

Auto-destruktivní závislosti

- návykové látky /tabák a alkohol – rizika, prevence, hledání lepších možností/
- návik 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
- nebezpečí v kyberprostoru

Auto-destruktivní závislosti

- drogy /vznik závislosti, její léčení, centra odborné pomoci, informace o návykových látkách a jejich nebezpečí/
- návik 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

- patologické gamblerství
- 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)
- nebezpečí v kyberprostoru

9. ročník

Osobní bezpečí

- nebezpečí působení sekt a jiných náboženských skupin /informace o nejznámějších 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/
- nebezpečí v kyberprostoru

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/>

Mgr. Olga Maťáková
ředitelka školy

Mgr. Jiří Růžička
školní metodik prevence

.....

.....