

**B**

**MINIMÁLNÍ**

**PREVENTIVNÍ**

**PROGRAM ŠKOLY**

## **Obsah:**

- 1 Základní právní dokumenty**
- 2 Cíle programu**
- 3 Vymezení sociálně patologických jevů**
- 4 Dovednosti potřebné pro život**
- 5 Hlavní zásady**
- 6 Prostředky**
- 7 Formy a metody práce**

## **Cílem je vést mladého člověka k odpovědnosti za svou osobu, své zdraví, svůj život.**

Samotné optimální klima ve škole, důvěra a pocit bezpečí jsou základními kameny prevence, která se realizuje s podporou ředitelky školy a celého pedagogického sboru.

Prevence nežádoucích návyků, závislostí a výchova ke zdravému životnímu stylu se z organizačního hlediska dotýká všech pedagogických pracovníků školy. Pedagogové jsou aktuálně informováni o nové legislativě a akcích, které se prevence dotýkají.

Podle zájmu je nutné:

- organizovat besedy na předem vybraná témata – zvyšování informovanosti
- vzdělávání pedagogů v oblasti sociálně-psychologických forem práce se skupinou
- umožnit další vzdělávání pedagogů v oblasti prevence všech patologických jevů (zásady efektivní primární prevence drogových závislostí v týmové spolupráci) systematické vzdělávání školního metodika.

### **1 ZÁKLADNÍ PRÁVNÍ DOKUMENTY**

#### **➤ ÚMLUVA O PRÁVECH DÍTĚTE**

#### **➤ METODICKÉ POKYNY**

- Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže (Č. j.: 24 246/2008-6)
- Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízeních (Č. j.: MŠMT – 22294/2013-1)
- Spolupráce předškolních zařízení, škol a školských zařízení s Policií ČR při prevenci a při vyšetřování kriminality dětí a mládeže a kriminality na dětech a mládeži páchané (Č.j.: 25 884/2003-24)
- Metodický pokyn MŠMT ČR k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance (Č.j.: 14 423/99-22)
- Metodický pokyn k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví (Č. j.: 10 194/2002-14)
- Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních (Č. j.: 37014/2005-25)
- Metodické doporučení k bezpečnosti dětí, žáků, studentů ve školách a školských zařízeních – Minimální standard bezpečnosti (Č. j.: MŠMT-1981/2015-1)
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků, studentů ve školách a školských zařízeních (Č. j.: 21291/2010-28)
- Každý PP je povinen sledovat platné metodické pokyny na stránkách MŠMT.

#### **➤ VYHLÁŠKY**

- Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů

*Anotace – směrem k prevenci:*

*Školská poradenská zařízení poskytují bezplatně standardní poradenské služby*

*Standardní činnost poraden - Informační a metodická činnost spočívá zejména:*

- v metodickém vedení práce výchovných poradců, školních metodiků prevence (1)
- v metodické pomoci při tvorbě preventivních programů (8)
- ve spolupráci se SVP při poskytování služeb pro žáky se SPCH a rizikem vzniku sociálně patologických jevů (9)

*Obsah poradenských služeb kromě jiných činností se jedná o:*

- *prevenci a řešení výukových a výchovných obtíží, rizikového chování (zejména šikany a jiných forem agresivního chování, zneužívání návykových látek) a dalších problémů souvisejících se vzděláváním a s motivací k překonávání problémových situací*

- **Vyhláška MŠMT č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných, ve znění pozdějších předpisů**

### ➤ **ZÁKONY**

- **Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 379/2005 Sb., o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 135/2006 Sb., na ochranu před domácím násilím, ve znění pozdějších předpisů**

### **Další zákony :**

- **Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 257/2000 Sb., o probační a mediační službě, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 132/1982 Sb., kterým se mění a doplňuje zákon o rodině, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 218/2003 Sb., o soudnictví ve věcech mládeže, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 140/1961 Sb., trestní zákon, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 141/1961 Sb., o trestním řízení soudním (trestní řád), ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů**
- **Zákon č. 553/1991 Sb., o obecní policii, ve znění pozdějších předpisů**

## **2 CÍLE PROGRAMU**

- ❖ Seznámit děti a žáky s různými riziky spojenými s uvedenými závislostmi a různými sociálně patologickými jevy.
- ❖ Uvést na správnou míru jejich případné mylné informace či představy týkající se dané oblasti.
- ❖ Posílit jejich schopnost bránit se před těmito patologickými jevy zdravým a sociálně akceptovatelným způsobem.
- ❖ Působit na jejich postojovou a emocionální složku prostřednictvím posílení některých stránek osobnosti, které mohou v budoucnu hrát roli při jejich setkání s návykovými látkami, případně společenským nátlakem, který by mohl ke vzniku některé ze závislostí vést.
- ❖ Vytvářet u dětí a žáků protidrogové postoje.
- ❖ Naučit je vhodně a účelně využívat volný čas.
- ❖ Ukázat jim možnosti adekvátního řešení náročných životních situací a ověřit si fyzické, psychické a sociální schopnosti.
  1. Optimalizovat sociální klima v jednotlivých třídách a tím i v celé škole.

2. Posilovat komunikační dovednosti, schopnosti vytvářet přátelské vazby, asertivní dovednosti, zlepšit sebeovládání, učit se nenásilnému zvládnutí konfliktů, zvládat úzkost a stres.

### **3 VYMEZENÍ SOCIÁLNĚ PATOLOGICKÝCH JEVŮ**

Vychází se z pokynu MŠMT a zahrnuje:

- konzumaci drog včetně kouření a alkoholu, drogové závislosti
- virtuální drogy a gambling
- záškoláctví
- šikanování a jiné násilí
- rasismus, xenofobii, intoleranci, antisemitismus

### **4 DOVEDNOSTI POTŘEBNÉ PRO ŽIVOT**

#### ✓ **Autoregulace a sebeovlivňování**

- Schopnost se motivovat ke zdravému způsobu života
- Schopnost oddálit uspokojení nebo potěšení
- Schopnost chránit a posilovat zdravé sebevědomí
- Schopnost plánovat čas, vést přiměřený a vyvážený životní styl
- Dovednosti při zvládnutí rizikových duševních stavů
- Schopnost se uvolnit, používat vhodnou relaxační techniku, odpočívat
- Schopnosti pečovat o vlastní zdraví (výživa, cvičení, využívání zdravotní péče, hygiena, pohybové aktivity atd.)

#### ✓ **Sociální dovednosti – sociální učení**

- Schopnost čelit sociálnímu tlaku (např. odmítnout vrstevníky nebo starší, když nabízejí alkohol nebo jiné návykové látky)
- Další asertivní dovednosti (zdravé sebeprosazování)
- Schopnost empatie a porozumění životním situacím
- Schopnost komunikace, vyjednávání, nacházení kompromisu
- Dovednosti rozhodování se a schopnost předvídat následky určitého jednání
- Schopnost vytvářet vztahy a budovat si přiměřenou síť sociálních vztahů
- Mediální gramotnost - schopnost čelit reklamě a dalším negativním vlivům okolí
- Schopnost racionálně hospodařit s penězi
- Dovednosti týkající se volby a hledání vhodného zaměstnání a dobrého fungování v něm
- Zvládnutí přechodu do nového prostředí nebo nové situace
- Rodičovské dovednosti

### **5 HLAVNÍ ZÁSADY**

- ❖ Primární prevence se realizuje systémově, neformálně a zajišťuje se jednotné působení všech subjektů ovlivňujících vývoj osobnosti dítěte, žáka. Proto je nutné se snažit získat pro spolupráci zákon. zást., vzbudit jejich zájem o problematiku prevence všech patologických jevů. Při realizaci programu je nutné aktivně zapojit děti, žáky.
- ❖ V procesu vytvářet a upevňovat morální hodnoty, zvyšovat sociální kompetence dětí, žáků.
- ❖ Systematicky koordinovat preventivní aktivity. Dbát na to, aby všechny formy a metody působení na složku znalostní, dovednostní a postojovou byly v rovnováze.

## **6 PROSTŘEDKY**

- ❖ Program v sobě zahrnuje prostředky používané při vyučování, zaměřuje se na využívání skupinové práce ve školní družině, působí na rozvoj osobnosti při různých pobytových akcích školy.
- ❖ Program je koncipován tak, aby plnil funkce: relaxační, kompenzační, sociálně preventivní a výchovné.
- ❖ Funkci plní i schránka důvěry.

## **7 FORMY A METODY PRÁCE**

### ***Práce na 1. stupni***

Prevenici má na starosti třídní učitelka, záleží do značné míry na její osobnosti, jak bude pracovat, do kterých předmětů zařadí níže vyjmenované tématické okruhy.

### **➤ ŽÁCI**

#### **1. ročník**

- člověk a zdraví – zdraví duševní a fyzické, relaxace, zdraví a nemoc, hygiena, lidské tělo, užívání léků, domácí lékárnička, správná výživa, co škodí zdraví, pohyb, informace o alkoholu, cigaretách, drogách, péče o přírodu, jedovaté a nebezpečné látky a rostliny
- účast v celoplošném, preventivním výukovém programu na téma „Zdravé zuby“
- osobní bezpečí – dítě v rodině, vztah k rodičům, sourozencům, ostatním příbuzným, vztah ke starším lidem, bezpečí při cestě do školy a ze školy
- zásady vzájemné komunikace dětí – dospělí
- nácvik vzájemné úcty, sebeúcty a důvěry
- postupně je seznamovat s právy dítěte pomocí dramatizace modelových situací (např. „nevím, nechci, nepůjdu...“)
- posilovat pozitivní motivaci a pochvalou zdravé sebevědomí
- vztahy mezi dětmi v kolektivu
- využívání volného času, úloha rodiny jako koordinátora
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Bezpečné chování“ (doma, v domě, ve výtahu, při kontaktu s cizími lidmi)
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Bezpečný styk se psy“

#### **2. ročník**

- lidské tělo, zdraví a jeho ohrožení, režim dne
- zacházení s léky
- poukázat na nebezpečí poranění a možné nemoci při manipulaci s nalezenou stříkačkou
- vztahy mezi dětmi v kolektivu
- osobní bezpečí – navazování přátelství, kontaktů, vztah k neznámým lidem, sám doma a na ulici, umět si poradit ve špatné situaci
- výchova ke zdravému sebevědomí dítěte, nechat dítě vyjádřit vlastní názor, důležitost pochvaly, metody řešení problémů, stanovení životních cílů, vyplnění volného času, radost z vykonané práce, vážit si práce druhých
- účast v celoplošném, preventivním výukovém programu na téma „Zdravé zuby“
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Bezpečné chování“ (doma, domě, ve výtahu, při kontaktu s cizími lidmi)
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Bezpečný styk se psy“

#### **Po dvou letech by žáci měli znát a vědět, co je:**

- Definice drogy, rozlišení mezi potravinami, jedy, léky.
- Bezpečnostní doporučení o volně prodejných lécích a lécích na lékařský předpis.

- Kdo smí léky podávat.
- Nesprávné podávání léků je škodlivé.
- Znalost jedovatých a nebezpečných předmětů v okolí.
- Znalost důležitosti dobrých zdravotních návyků - výživy, hygieny, spánku a cvičení.
- Jak se chránit před cizími lidmi.
- Jak odmítat věci, o nichž se ví, že jsou špatné.
- Naučit se sdělovat dospělým různé příhody o cizích lidech.
- Jak s dětmi ve třídě žít a komunikovat.
- Vědomí rodiny - jako zázemí a útočiště dítěte.
- Rozhodovat se na základě úvahy.

### **3. ročník**

- realizace programu primární prevence sociálně patologických jevů na téma „Návykové látky: nikotin, alkohol, drogy“
- naučit se komunikovat se službami poskytujícími poradenskou službu
- účast v celoplošném, preventivním výukovém programu „Zdravé zuby“
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Bezpečné chování“ (doma, v domě, ve výtahu, při kontaktu s cizími lidmi)
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Bezpečný styk se psy“
- šikana – jak se jí bránit
- pojmy v problematice prevence, sexuální výchovy a drogové závislosti
- zdraví a jeho ochrana
- lidé kolem nás – násilné činy, jejich trestní postih, vzájemná pomoc
- návyky k samostatnosti, využívání volného času (film, televize)
- způsob reakce při obtěžování cizí osobou – nácvik situace

### **4. ročník**

- realizace programu primární prevence sociálně patologických jevů na téma „Naše třída, zdravé vztahy, stop posměchu a šikaně“
- lidské tělo, životospráva a důsledky nevhodných návyků
- využívání volného času
- gambling – projev módnosti, posilování zodpovědnosti za své činy
- rozpoznat projevy lidské nesnášenlivosti, chování k menšinám
- uvědomovat si správné vztahy pedagog - žák, žák - žák (vztahy v dětském kolektivu)
- upevňovat zásady slušného chování, fair play chování
- účast v celoplošném, preventivním výukovém programu „Zdravé zuby“
- metodický program útvaru prevence policie na téma „Zdravověda a základy první pomoci“
- pojmy – drogová závislost a sexuální výchova

### **5. ročník**

- realizace programu primární prevence sociálně patologických jevů „Život bez závislostí“ na téma „Kázeň, klima třídy, prevence týrání a sexuálního zneužívání“, „Listina základních práv a svobod“
- léčivé a návykové látky, alkohol, cigarety – každý den je pro člověka důležitý
- pozitivní motivace, odpovědnost za své zdraví, osvojení si zdravého životního stylu
- účast v celoplošném, preventivním výukovém programu „Zdravé zuby“
- metodický program útvaru prevence policie „Zdravověda a základy první pomoci“
- domov, rodina – důvěra, vztahy
- využívání volného času, vztahy v dětském kolektivu
- komunikace, nebezpečí při komunikaci s neznámými osobami
- puberta – její projevy
- rasismus – vážít si každého člověka

Uvedené okruhy jsou probírány především v: „ člověk a jeho svět“ a přírodovědě, ale některá témata lze najít i v ostatních předmětech, tj. v (ve):

- českém jazyce (vyjadřování, komunikační dovednosti, nácvik situací)
- vlastivědě (výskyt drog, kultura a dějiny menšin)
- matematice (spotřeba peněz v rodině za cigarety)
- výtvarné výchově (zpracování situací výtvarnými prostředky, pochvala, radost z práce)
- tělesné výchově (lidské tělo, fyzické zdraví, chování fair play)
- hudební výchově (chování na koncertu, relaxace)

### **Po pěti letech školní docházky by měli žáci mít následující znalosti a vědomosti:**

- Znalost přesných a specifických informací o alkoholu, tabáku, marihuaně.
- Informace o škodlivosti a nezdravosti návykových látek.
- Jaké následky má jejich braní, které je v rozporu se zákonem a pravidly školy (podávání alkoholu a cigaret nezletilým).
- Získání asertivních dovedností při odmítání.
- Pozitivní rozhodování a kritické uvažování.
- Schopnost týmové spolupráce, vytváření zdravých vztahů.
- Respektování pravidel soužití a zákonů.
- Chápání hodnoty dobrých vzorů pro životní role.
- Snaha udržet si své zdraví.
- Být spořádaným žákem a občanem.
- Chápat problémy jiných, snažit se pomáhat.

### **Při vyučování na 1. stupni by se žáci během 1. stupně měli naučit chápat tyto pojmy, rozumět těmto názvům a informacím:**

#### **1.-3. ročník**

- |   |                    |
|---|--------------------|
| ○ lék                                       | alkohol            |
| ○ léčivé látky                              | nikotin            |
| ○ léčivé rostliny                           | hygienu            |
| ○ jedovaté rostliny                         | infekce            |
| ○ jedovaté houby                            | injekční jehla     |
| ○ jed                                       | injekční stříkačka |
| ○ chemický prostředek                       | agresivita         |
| ○ bezpečné chování                          | šikánování         |
| ○ návyková látka                            |                    |
| ○ linky tísňového volání 150, 155, 158, 112 |                    |

#### **4.-5. ročník**

- |                          |              |
|--------------------------|--------------|
| ○ droga – návyková látka | těkavá látka |
| ○ organismus             | kofein       |
| ○ alkoholik              | hazardní hra |
| ○ kuřák                  | vitamíny     |
| ○ závislost              | režim dne    |
| ○ narkoman               |              |

### **➤ PEDAGOGOVÉ**

Pedagog na 1. stupni ve svém vyučování využije všech možných pracovních metod. Fakt, že získání všech výše uvedených znalostí jde napříč jednotlivými předměty, tomu naopak prospěje a žák se naučí poznávat souvislosti. Narozdíl od druhého stupně má učitel tu výhodu, že ví přesně, co již žáci znají a jak a čemu rozumějí, což mu umožňuje plynule navazovat.

- nenásilně zařazovat témata do vyučovacího procesu, zejména výchov, doplňovat literaturou, videoprojekcí,
- zajistit besedy s městskou policií na téma „Chování v městském provozu“
- v případě jakýchkoli problémů žáků ihned informovat zákon. zást.
- pedagog se významně podílí na rozvoji žáků, nejučinnějším prostředkem je osobní příklad (neříkám něco jiného, než sám činím)
- třídní učitel je nezastupitelnou osobou ve sféře vlivu na atmosféru třídy, na vytváření důvěry ve třídě a na podporu otevřené komunikace mezi žáky ve třídě, pro život školní třídy je role třídního učitele klíčová
- každé ráno před vyučováním se třídní učitel seznámí se situací ve své třídě
- **ZÁKONNÍ ZÁSTUPCI**
- seznamovat je se záměry prevence při třídních schůzkách, otevřené vztahy v partnerství se školou
- jednotné působení na děti, upozorňovat je na emocionální atrofii
- informovat o sdruženích a organizacích, které se zabývají prevencí rizikového chování
- v případě potřeby poskytovat odborné poradenství a konzultaci školního metodika prevence
- **ATMOSFÉRA VE ŠKOLE**
- z hlediska školního klimatu a zdravého klimatu třídy je důležité, aby škola žila nejen výukou, ale i aktivitami, které vedou k podpoře dobrých vztahů mezi dětmi a dospělými
- společenské chování posilovat návštěvami kulturních pořadů, umožňovat dětem prezentovat své znalosti a dovednosti na veřejnosti: sportovní, výtvarné soutěže, účast v literárních soutěžích
- celoškolní akce
- úprava školních prostor se zakomponováním programů
- protidrogové prevence, včasná depistáž projevů šikany, komunikační dovednosti, rozvoj schopnosti práce v týmu, dopravní výchově, zdravý životní styl, péče o zdraví
- **VOLNÝ ČAS**
- učit žáka vhodně využívat volný čas: učit relaxaci, poznávání svých schopností, zájem o zájmové kroužky, vytvářet zdravé sebevědomí, cílevědomě podporovat činnost žáků při rozvoji dovedností, jejich výsledky oceňovat
- **ŠKOLNÍ POHYBOVÉ AKTIVITY**
- pohoda organizačního prostředí, režim dne, zdravé učení, pohybová aktivita
- pobytu venku využít k prevenci, využít soutěživosti dětí a do programu zařadit hry pro upevnování pravidel chování, morálních hodnot, spolupráce a snášenlivosti

## ***Práce na 2. stupni***

Práce na druhém stupni je velmi důležitá, ale obtížná z hlediska koordinace činnosti. Není dobré, když se žáci cítí informacemi přesyceni (drogy). Učitelé výchovy ke zdraví, výchovy k občanství a dalších by měli jasně vědět, co se kdy probírá, jaké nadstandardní aktivity žáci absolvují. Významnou roli opět hraje osobnost pedagoga. Níže uvedená témata pro práci se týkají oblasti výukové, nejen výchovy k občanství, výchovy ke zdraví, ale i přírodopisu, chemie, dějepisu, literatury a dalších.

**Zaměření prevence – dtto 1. stupeň** – shrnutí záškoláctví, šikana, vandalismus, xenofobie, rasismus, intolerance, kriminalita dětí, zneužívání dětí a prostituce, konzumace legálních drog – alkohol a tabák, gambling – patologické hráčství.

## ➤ ŽÁCI

### 6. ročník

- realizace programu primární prevence sociálně patologických jevů „Život bez závislostí“ na téma třídní soudržnost, komunikace, kamarádství, bezpečné chování, „Šikana“, „Trestní odpovědnost“
- beseda o trestní odpovědnosti
- budování kvalitního vrstevnického týmu, ve kterém se žáci cítí bezpečně a jistě
- pojmy z problematiky prevence drog, účinnost drog na lidské zdraví
- léčivé a návykové látky, alkohol, cigarety – každý den je pro člověka důležitý, podpora abstinence
- ochrana přírody, nezneužívání rostlin
- agresivita – formy násilného chování, vandalismus, kriminalita
- úloha rodiny
- volný čas, vhodná náplň volného času, pravidla a normy chování
- záškoláctví
- stravování, zdravá výživa, poruchy stravování (anorexie a bulimie)

### 7. ročník

- realizace programu primární prevence sociálně patologických jevů „Život bez závislostí“ na téma agresivita a její alternativy, „Jak se vyhnout problémům“, „Domácí násilí“, „Zneužívání“
- beseda o trestní odpovědnosti
- metodický program útvaru prevence policie, „Kriminalita dětí a mladistvých“ na téma odpovědnost nezletilých
- člověk a právo, morálka, osobnostní zodpovědnost
- mezilidské vztahy a jejich mravní zásady
- vrstevnické vztahy, vztahy dívek a chlapců
- vymezení a preference životních cílů v období dospívání
- tolerance k menšinám – respektovat odlišné názory či zájmy
- lidí a odlišné způsoby jejich chování a myšlení – rasismu
- cesta k neobvyklému zážitku – příprava na drogy – nácvik způsobů odmítání, kariéra feťáka
- fyziologie působení drog na oběhový, dechový, nervový, reprodukční a imunitní systém
- země, kde se pěstují drogy a jejich vývoz
- podpora abstinence návykových látek – tabák, alkohol
- sexuální výchova, výběr partnera, předčasná sexualita, antikoncepce, pohlavní nemoci (postoj k HIV/AIDS )
- tělo patří jenom tobě – zneužívání, rizikové sexuální chování

### 8. ročník

- realizace programu primární prevence sociálně patologických jevů občanským „Život bez závislostí“ na téma právní vědomí, „Co smím, nesmím a musím“, „Legální drogy“, „Trestní odpovědnost“
- zážitkový blok
- rozhovor na téma etická výchova
- sebevědomí a sebepojetí, komunikace, komunikativní hry - zvládání stresu, zaměřit se na výchovu asertivity, zařazovat psychohry k sebepoznání
- trénink odpovědnosti za vlastní rozhodnutí a umění vyrovnat se s neúspěchem
- představa zdravého životního stylu mladistvých
- zákony a předpisy týkající se zneužívání drog, věková hranice trestní odpovědnosti
- rozvoj závislosti a její nepředvídatelnost, stádia závislosti, tělesné, duševní a sociální změny, abstinenční příznaky



- omamná a psychotropní látka LSD
- legální – nelegální látky
- zneužívání návykové látky marihuana
- riziko činu výherní automaty
- prevence puberta
- konzumovat vrstevník
- alkaloidy viróza
- halucinogeny imunita
- rozvoj závislosti propagace
- toxikoman realizace
- metanol orientace
- etanol deviace
- hašiš sexualita
- kokain komunikace
- heroin test
- extáze anketa
- pervitin prioritá
- fet gambling
- HIV/AIDS stimulační drogy
- reklama crack
- peer program – peer vrstevník efedrin
- ignorace opiáty
- abstinence morfin
- protidrogový zákon braun
- doping dealer
- kondice zdravý životní styl
- strečink pozitivní životní cíl
- aerobik asertivní člověk
- stres manipulativní člověk
- temperament pasivní člověk
- choleric agresivní člověk
- flegmatik sadistické chování
- sangvinik perverzní chování
- melancholik argumentace
- extrovert prostituce
- introvert promiskuita
- stabilní represe
- nestabilní držení drog
- psychika legislativa
- relaxace trestní zákon
- jóga krizové centrum
- psychologie deprese
- euforie extáze

Výčet není ani úplný, ani nemusí být nutně součástí výuky, řadu z pojmů žáci poznají při specializovaných preventivních aktivitách.

### ➤ **PEDAGOGOVÉ**

- třídní učitel, jako sociální manažer své třídy, spolupracuje se všemi ostatními PP při uplatňování zásad vedoucích k výchově zdravého životního stylu – témata mezipředmětově koordinována

- při řešení kázeňských přestupků postupovat podle předem dohodnutých postupů (využití školního řádu)
- každé ráno před vyučováním se třídní učitel seznámí se situací ve své třídě (v případě problémů informovat zákon. zást.)
- pedagog se významně podílí na rozvoji žáků (jeho posláním je vzdělávat a vychovávat v prostředí školy), tím značně ovlivňuje žáka na celý život
- nejlepším výchovným prostředkem je osobní příklad (neříkám něco jiného, než sám činí)
- třídní učitel je nezastupitelnou osobou ve sféře vlivu na atmosféru třídy, na vytváření důvěry ve třídě a na podporu otevřené komunikace mezi žáky ve třídě, pro život školní třídy je role třídního učitele klíčová.

#### ➤ ZÁKONNÍ ZÁSTUPCI

- systematicky informovat zákon. zást. o přijímaných opatřeních a realizovaných aktivitách
- v prevenci sociálně patologických jevů a celkové strategie výchovy ke zdravému životnímu stylu při třídních schůzkách, otevřené vztahy v partnerství se školou, jednotné působení na žáky
- upozorňovat je na emocionální atrofii, informovat o sdruženích a organizacích, které se zabývají prevencí sociálně patologických jevů
- společně vyhodnocovat efektivitu práce v dané oblasti

#### ➤ ATMOSFÉRA VE ŠKOLE

- dále pokračovat ve vylepšování estetického prostředí školy – podíl žáků na této činnosti
- úprava školních prostor se zakomponováním programů: protidrogové prevence, včasná depistáž projevů šikany, komunikační dovednosti, rozvoj schopnosti práce v týmu, dopravní výchově, zdravý životní styl, péče o zdraví
- vytvoření SOS prostoru, který by nabízel kontakty na linky důvěry a krizová centra včetně poradenských možností nabízených školou
- třídnické hodiny by měly navodit atmosféru důvěry, zlepšit komunikaci žák-žák, žák-pedagog, podpořit kohezi mezi žáky
- společenské chování posilovat návštěvami kulturních pořadů, umožňovat žákům prezentovat své znalosti a dovednosti na veřejnosti: sportovní, výtvarné soutěže, účast v literárních soutěžích
- aktivace k celoškolním akcím
- budování kvalitního vrstevnického týmu, ve kterém se žáci cítí bezpečně a jistě

#### ➤ VOLNÝ ČAS

- navazovat na zájmovou činnost z 1. stupně, zdokonalovat v ní dovednosti žáků, vytvářet pozitivní vztah k práci fyzické i psychické a úctu k jejím výsledkům
- využívání internetu

#### Prevence by měla být dlouhodobým působením na žáka s ohledem:

- na jeho věk
- na jeho zdravotní, tj. i psychický stav
- na jeho aktuální prožívání světa.

**Měla by být směřována spíše na rizikové faktory spolupodílející se na vzniku závislosti a jiných sociálně patologických jevů, např.:**

- na kvalitu a zralost sebepojetí
- na schopnost prosadit se ve skupině vrstevníků
- na znalost svého vlastního hodnotového rámce, vlastních postojů a rámců chování
- na přijetí skutečnosti, že za své postoje a chování každý sám nese odpovědnost

– na škálu pozitivních orientací na vlastní život, trávení volného času a hledání realizační linie ve vlastním životě, včetně nácviku alternativních forem chování v rizikových či jinak psychicky náročných situacích.

➤ **SPOLUPRÁCE SE SPECIALIZOVANÝMI PRACOVIŠTI**

- ✓ s pedopsychiatri a psychology
- ✓ s pedagogicko-psychologickými poradnami ([www.pepor.pilsedu.cz](http://www.pepor.pilsedu.cz))
- ✓ se speciálně pedagogickými centry
- ✓ s metodikem prevence kriminality Městské policie ([www.mpplzen.cz](http://www.mpplzen.cz))
- ✓ se Střediskem výchovné péče a Dětským diagnostickým ústavem v Plzni ([www.dduplzen.cz](http://www.dduplzen.cz))
- ✓ P-cenrum ([www.cppt.cz](http://www.cppt.cz))
- ✓ PREVENT ([www.os-prevent.cz](http://www.os-prevent.cz))
- ✓ Bílý kruh bezpečí ([www.bkb.cz](http://www.bkb.cz))
- ✓ Centrum SOS Archa ([www.diakonieplzen.cz](http://www.diakonieplzen.cz))
- ✓ Člověk v tísní ([www.cvtplzen.cz](http://www.cvtplzen.cz))
- ✓ Fond ohrožených dětí ([www.fod.cz](http://www.fod.cz))
- ✓ Ledovec ([www.normalnestuduju.cz](http://www.normalnestuduju.cz))
- ✓ Společnost Tady a teď ([www.tadyated.org](http://www.tadyated.org))
- ✓ Zdravotní ústav ([www.zuplzen.cz](http://www.zuplzen.cz))
- ✓ OS TOTEM ([www.totem-rdc.cz](http://www.totem-rdc.cz))
- ✓ Salesiánské středisko mládeže ([www.sdbplzen.cz](http://www.sdbplzen.cz))

➤ **ZÁKLADNÍ UKAZATELE ÚSPĚŠNOSTI**

- namátkově získávat zpětnou vazbu této činnosti formou pohovorů s pedagogy, žáky i s jejich zák. zást.
- jednou za dva roky uskutečnit průzkum dotazníkovou formou
- systematický monitoring třídních kolektivů, kdy se sledují vztahy mezi jednotlivými žáky, stejně tak jako celkové klima školy. Díky tomu lze ve spolupráci s třídními učiteli zavčas podchycovat zárodky vznikajících sociálně patologických jevů, jako je šikana, týrání či experimentování s návykovými látkami
- průběžně ověřovat informovanost a životní postoje žáků a porovnávat, zda se na nich nějakým způsobem projevuje vliv realizovaného preventivního programu
- pravidelné konzultace a porady
- konzultace postupů a metod s odbornými pracovníky jiných subjektů
- pravidelné hodnocení programu ve spolupráci s oblastním metodikem prevence
- průběžné a závěrečné hodnotící roční zprávy

➤ **ZÁVĚR**

Tento minimální program slouží pedagogům, žákům i jejich rodičům. Soustředí se především na oblast primární prevence, ale věnuje se i prevenci sekundární.

Poučuje žáky o patologických závislostech a negativních jevech, učí je jejich odmítání.

Snaží se o vytvoření pozitivního sociálního klimatu na škole, o vyplnění volného času žáků a jasného vytyčení řešení problémů.

**Lze tedy říci, že během absolvování základní školy jsou žáci postupně poučeni o všech nežádoucích návycích a závislostech, seznámeni s jejich důsledky a především je jim ukázána cesta, jak se před nimi chránit.**

**Je nutné si uvědomit, že:**

- **sebepromyšlenější program prevence nezabrání rizikovému vývoji žáků**
- **ale „malým“ problémům se dá předcházet snáz nežli „větším“ a „velkým“.**

Zpracovala:

Mgr. Alice Kozáková  
ředitelka školy  
metodik prevence rizikového chování