

Gymnázium, Příbram, Legionářů 402

## Školní preventivní strategie na období 2016-2019



**Mgr. Marie Hlaváčová**  
školní metodik rizikového chování

**Mgr. Iva Kadeřábková**  
ředitelka školy

V Příbrami dne 25. 8. 2016

## Obsah dokumentu Školní preventivní strategie na období 2016-2019

<b>I. Charakteristika primární prevence .....</b>	<b>3</b>
<b>1. Oblasti prevence .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Závazné dokumenty určující realizaci školní prevence .....</b>	<b>3</b>
<b>3. Spolupracující složky prevence .....</b>	<b>4</b>
<b>II. Stav školy z hlediska prevence rizikového chování.....</b>	<b>4</b>
<b>Problémy a rizika v oblasti primární prevence .....</b>	<b>4</b>
<b>Cílové skupiny prevence rizikového chování .....</b>	<b>5</b>
<b>III. Dlouhodobé, střednědobé a krátkodobé cíle primární prevence .....</b>	<b>6</b>
<b>IV. Způsoby realizace prevence rizikového chování .....</b>	<b>7</b>
<b>1. Hlavní aktivity .....</b>	<b>7</b>
<b>1.1 Hlavním aktivity v oblasti primární prevence .....</b>	<b>7</b>
<b>1.2 Konkrétní aktivity podporující primární prevenci .....</b>	<b>7</b>
<b>1.3 Specifika primární prevence na nižším gymnáziu .....</b>	<b>8</b>
<b>2. Znalostní kompetence .....</b>	<b>9</b>
<b>3. Zařazovaná témata .....</b>	<b>10</b>
<b>4. Metody a formy práce .....</b>	<b>10</b>
<b>4.1 Ve výuce .....</b>	<b>10</b>
<b>4.2 Ostatní aktivity .....</b>	<b>10</b>
<b>5. Personální zajištění .....</b>	<b>11</b>
<b>5.1 Výchovný poradce .....</b>	<b>11</b>
<b>5.2 Školní metodik rizikového chování .....</b>	<b>12</b>
<b>5.3 Učitelský sbor .....</b>	<b>12</b>
<b>5.4 Ředitelka školy .....</b>	<b>12</b>

## I. Charakteristika primární prevence

Základním principem strategie prevence rizikového chování je výchova dětí a mládeže ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a rozvoji osobnosti. Ve výchovně vzdělávacím procesu jsou zvyšovány sociální kompetence žáků a rozvíjeny dovednosti, které vedou k odmítání všech forem sebeustrukce, projevů agresivity a porušování zákona.

Problematika rizikového chování je rozsáhlá, jednotlivé jevy mají v mnoha případech vzájemné vazby. Jejich prevence vyžaduje systémový přístup, komplexnost, včasnost, vytrvalost, důslednost a pružnost. Škola vytváří tuto strategii jako základní nástroj prevence.

### 1. Oblasti prevence

Specifická primární prevence rizikového chování u žáků v působnosti MŠMT se zaměřuje prioritně na předcházení rozvoje rizik, které směřují zejména k následujícím rizikovým projevům v chování žáků:

- a) agrese, šikana, kyberšikana, násilí, vandalismus, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofobie,
- b) záškoláctví,
- c) závislostní chování, užívání všech návykových látek, netolismus, gambling,
- d) rizikové sporty a rizikové chování v dopravě,
- e) spektrum poruch příjmu potravy,
- f) negativní působení sekt,
- g) sexuální rizikové chování.

Nespecifická primární prevence zahrnuje veškeré aktivity podporující zdravý životní styl a osvojování pozitivního sociálního chování prostřednictvím smysluplného využívání a organizace volného času, například zájmové, sportovní a volnočasové aktivity a jiné programy, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, zdravého rozvoje osobnosti, k odpovědnosti za sebe a své jednání.

### 2. Závazné dokumenty určující realizaci školní prevence

- Vyhláška MŠMT č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních
- Strategický protidrogový plán Olomouckého kraje na období 2015-2018
- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na léta 2013-2018
- Stanovy a cíle České asociace školních metodiků prevence
- Metodický pokyn MŠMT k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance, č. j.: 14 423/99-22
- Metodický pokyn MŠMT k primární prevenci sociálně patologických jevů dětí a mládeže ve školách a školských zařízeních, č. j.: 20 006/2007-51
- Metodický pokyn MŠMT k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízeních, č. j. 24 246/2008-6
- Metodický pokyn MŠMT k řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení, č. j. MŠMT-22294/2013-1
- Metodický pokyn MŠMT k jednotnému postupu při omlouvání nepřítomnosti žáků ve škole a při prevenci a postihu záškoláctví, č. j.: 10 194/2002-14
- 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, Věstník MŠMT č. 11/2003, č. j.: 25 884/2003-24

- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, č. j. 21291/2010-28
- Metodické doporučení MŠMT pro práci s Individuálním výchovným programem v rámci řešení rizikového chování žáků č. j. MSMT-43301/2013
- Pravidla pro rodiče a děti k bezpečnějšímu užívání internetu, č. j.: 11 691/2004-24
- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, školním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění zákona č. 383/2005 Sb., č. 112/2006 Sb., č. 158/2006 Sb., č. 161/2006 Sb.
  
- Zákonné normy sociálně patologických jevů:  
 Alkoholismus: Trestní zákon č. 140/1961 Sb. (č. 65/1961 Sb. zákonů)  
 Zákon o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi č. 37/1989 Sb.  
 Zákoník práce č. 85/2001 Sb. (uveřejněno v č. 32/2001 Sb.)  
 Anabolika: Trestní zákon č. 140/1961 Sb. (č. 65/1961 Sb. zákonů)  
 Kouření: Zákon o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi č. 37/1989 Sb.  
 OPL: Trestní zákon č. 140/1961 Sb. (č. 65/1961 Sb. zákonů)  
 Patologické hráčství: Zákon o loteriích a podobných hrách (č. 202/1990 Sb., novela 149/1999 Sb.)

### 3. Spolupracující složky prevence

Systémová prevence předpokládá řadu spolupracujících složek. Vedle rodiny, škol a školských zařízení je třeba sladěných a propojených opatření v oblasti sociálně právní ochrany dětí, zdravotnických zařízení, místní samosprávy, nestátních neziskových organizací, poradenských institucí ve školství, duchovních sdružení, policie, kulturních středisek, zájmových organizací, podnikatelských subjektů apod.

## II. Stav školy z hlediska sociálně patologických jevů

Prioritou naší školy je příprava studentů k dalšímu studiu na vysoké škole nebo pomaturitnímu studiu různého zaměření. Trvalou prioritou školy je i výchova, která je nedílnou součástí vzdělání, a přímo či nepřímo ovlivňuje jeho kvalitu. Gymnázium je typem školy vychovávající mladou inteligenci, naší snahou je výchova mladých lidí s kladným životním postojem, se vžitými zásadami zdravého životního stylu a vyznávajících zásady demokracie.

Negativními jevy s celospolečenskou působností jsou v současnosti sílící negativní bilance ve spotřebě alkoholu, tabáku a marihuany, alarmující je míra a frekvence užívání alkoholu u dětí a dospívajících. Návykové látky, násilí a šikana se vyskytují i ve školách, což je neblahá realita. Projevy rizikového chování se vyskytují také na naší škole, i když v relativně omezené míře ve srovnání s jinými druhy středních škol. Je třeba se proto preventivně připravit na řešení vzniklých konkrétních problémových situací z hlediska spolupráce s lékaři, policií a rodiči. Jednotlivé případy jsou často situace náročné a emočně vypjaté. Je třeba je řešit racionálně, podle předem stanovených postupů a pravidel.

### 1. Problémy a rizika v oblasti primární prevence

Za hlavní slabé stránky v oblasti primární prevence u dětí a mládeže je považováno:

- podceňování problematiky rizikových projevů chování u dětí a mládeže, nejčastěji ze strany škol
- vysoká společenská tolerance k legálním drogám
- liberalizace drogové politiky
- prevence pouze ve škole, po skončení vyučování nemožnost postihu, nekontrolovatelnost žáků
- prevence jen ve školách, absence prevence v rodinách
- spolupráce s rodiči
- nechuť pedagogů vyvíjet aktivity, které nepřinášejí okamžitý viditelný výsledek
- malá angažovanost ředitelů škol a třídních učitelů
- nedostatečné využití stávající legislativy a nedostatečná kontrola dodržování legislativy
- nedostatečná ochrana dětí před alkoholem a pasivním kouřením v rodině a na veřejnosti
- mobilní telefony, internet
- absence pocitu zodpovědnosti za vlastní zdraví
- podceňování primární prevence.

## **2. Cílové skupiny prevence rizikového chování na škole**

### **Děti a mládež**

Dokument Školní preventivní strategie na období 2016-2019 je zaměřen na všechny žáky naší školy (vývojového období rané a pozdní adolescence), se zvláštním přihlédnutím k žákům ze sociálně slabšího a málo podnětného prostředí, žákům s nedostatečným prospěchem a žákům s některými typy specifických poruch učení a chování.

Cílem působení v oblasti prevence rizikového chování je dítě a mladistvý

- odpovědný za vlastní chování a způsob života v míře přiměřené jeho věku
- s posílenou duševní odolností vůči stresu, negativním zážitkům a vlivům
- schopný dělat samostatná (a pokud možno správná) rozhodnutí přiměřenými sociálně psychologickými dovednostmi
- schopný řešit, případně schopné nalézt pomoc pro řešení problémů
- s vyhraněným negativním vztahem k návykovým látkám
- podílející se na tvorbě prostředí a životních podmínek.

### **Pedagogičtí pracovníci**

- Pedagogičtí pracovníci se věnují v rámci výuky rozvoji kompetencí žáků v oblasti sociálních dovedností, učí podle principů a metod v rámci koncepce školy. Učitel věnuje pozornost žákům, registruje signály o možném problému žáka a hledá příčiny a vhodné formy nápravy. Pokud je třeba, spolupracuje s rodiči. Úzce spolupracuje s výchovnou poradkyní a školním metodičkou rizikového chování, případně je využíváno dalších odborných institucí (PPP apod.).
- Předpokladem naplňování cílů v oblasti prevence je pedagog vzdělaný, odborně erudovaný, komunikativně, psychologicky a speciálně pedagogicky vybavený. Intenzivní vzdělávací aktivity jsou směřovány k pracovníkům, kteří zajišťují činnost školního poradenského pracoviště – výchovné poradkyni a školnímu metodičce rizikového chování. Svou osobností se pedagog pozitivně podílí na vývoji sebeuvědomění žáka a je schopen vyučovat za aktivní účasti dětí. Zajímá se o žáka, při řešení problémů je otevřen komunikaci se žákem, s rodiči a ostatními pedagogy.

- Nezastupitelnou roli v celém preventivním programu má kvalitní práce třídního učitele. Třídní učitel žáky motivuje k vytvoření vnitřních pravidel třídy, která jsou v souladu se školním řádem, a dbá na jejich důsledné dodržování (vytváření otevřené bezpečné atmosféry a pozitivního sociálního klimatu ve třídě); podporuje rozvoj pozitivních sociálních interakcí mezi žáky třídy. Společně vytvořená a dodržovaná pravidla ve třídě jsou velmi účinnou prevencí rizikového chování, zejména nekázně, násilí a šikany. Třídní učitel je v kontaktu s rodiči žáků své třídy prostřednictvím třídních schůzek, v případě potřeby zve rodiče k mimořádné návštěvě školy a projedná vzniklé problémy. Cílem je společné hledání cesty k odstranění problémů žáka.

### **Rodiče - vztah rodiny a školy**

- Do systému informování jsou zapojeni i všichni rodiče. Nejúčinnější a nejlevnější prevencí je zdravá výchova dětí v rodině a ve škole, tato prevence je dána i souladem mezi rodinou a školou.
- Vztah mezi rodinou a školou často není vyvážený a komunikace je povrchní nebo žádná. Je prokázáno, že vzájemná spolupráce výraznou měrou přispívá ke školní úspěšnosti dětí i k prevenci rizikového chování. Nejde pouze o základní informovanost rodičů o těchto jevech a komplikacích s nimi spojených, ale i o ochraně před jejich vznikem. Výukové a výchovné problémy nelze řešit bez spolupráce na obou stranách, nelze dělat preventivní opatření.
- Zvláštní pozornost je věnována rodičům tříd, kde se vyskytnou negativní jevy jako šikana, záškoláctví nebo výskyt užívání návykových látek. Individuální pozornost je pak věnována rodičům žáků, u kterých bylo zjištěno užívání návykových látek, konzumace alkoholu, tabákových výrobků a rodičům žáků – agresorů v případě výskytu šikany (selektivní a indikovaná prevence).

### **III. Dlouhodobé, střednědobé a krátkodobé cíle primární prevence**

Základními cíli strategie primární prevence rizikového chování na období 2014-2016 jsou:

Dlouhodobé cíle:

- výchova ke zdravému životnímu stylu
- rozvoj a podpora sociálních kompetencí
- funkční informační systém, funkční systém vzdělávání pedagogů v této oblasti,
- pokračování realizace uskutečněných projektů primární prevence

Střednědobé a krátkodobé cíle:

- zapojování co největšího počtu žáků do školní a mimoškolní činnosti
- pořádání besed a přednášek na témata související s problematikou rizikového chování
- informovanost učitelů o dostupných seminářích s problematikou primární prevence
- distribuce metodických materiálů

Uplatňovaná prevence rizikového chování u žáků je pak komplexně zaměřena zejména na následující hlavní oblasti:

mezilidské vztahy a komunikaci, důstojnost lidské osoby, pozitivní hodnocení sebe, pozitivní hodnocení druhých, kreativitu a iniciativu, řešení problémů a úkolů, přijetí vlastního a společného rozhodnutí, komunikaci citů, interpersonální a sociální empatii, asertivitu, zvládnutí agresivity a soutěživosti, sebeovládání, řešení konfliktů, reálné a zobrazené vzory, prosociální chování

v osobních vztazích, pomoc, darování, dělení se, spolupráci, přátelství, prosociální chování ve veřejném životě, solidaritu a sociální problémy<sup>1</sup>

#### **IV. Způsoby realizace prevence projevů rizikového chování**

##### **1. Hlavní aktivity**

Preventivní výchovně vzdělávací působení musí být neoddělitelnou součástí výuky a života škol a školských zařízení. Hlavními aktivitami jsou zapojení žáků ve výchovně vzdělávacím procesu a školní aktivity. Samostatnou a obsáhlou kapitolu školní práce, kam je vhodné prevenci začlenit, tvoří aktivity mimo vyučování – vyučování nepovinných předmětů, volitelných předmětů, realizace volnočasových aktivit v podobě zájmových kroužků, kurzy, výlety, sportovní pobyty, exkurze a jiné programy, například adaptační pobyty, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, zdravému rozvoji osobnosti, k odpovědnosti za sebe a své jednání.

##### **1.1 Hlavními aktivitami v oblasti primární prevence na naší škole jsou:**

- průběžné sledování konkrétních podmínek a situace ve škole z hlediska rizik výskytu rizikového chování a uplatňování různých forem a metod umožňujících včasné zachycení ohrožených dětí a mladistvých
- poskytování poradenských služeb a zajišťování poradenských služeb specializovaných poradenských a preventivních zařízení pro žáky, rodiče a pedagogy
- spolupráce s rodiči
- uplatňování preventivních aktivit a programů i diferencované uplatňování aktivit speciálně zaměřených na jednotlivé rizikové skupiny dětí a mladistvých
- uplatňování různých forem a metod působení na jednotlivce a skupiny dětí a mládeže, zaměřeného na podporu rozvoje jejich osobnosti a sociálního chování
- vytváření podmínek pro smysluplné využití volného času mladistvých
- systémové zavádění etické a právní výchovy, výchovy ke zdravému životnímu stylu a oblastí preventivní výchovy do tematických celků při výuce
- odpovědnost za systematické vzdělávání pedagogických pracovníků v metodikách preventivní výchovy

##### **1.2 Konkrétní aktivity podporující primární prevenci:**

- výchova k odpovědnosti za zdraví své i ostatních – vytváření eticky hodnotných postojů a způsobů chování
- akce zaměřené na zvyšování právního povědomí (využití nabídek různých druhů spolupráce s Policií ČR a MěÚ Příbram)
- zaměření pozornosti na projekty prevence drogových závislostí, konzumace alkoholu, vandalismu, rasismu, násilí, komerčního sexuálního zneužívání apod. (na nižším gymnáziu zapojením do programu Škola bez drog)
- věnovat i nadále zvýšenou pozornost prevenci kouření
- dovednost volby správné životosprávy - poruchy příjmu potravy (mentální anorexie a bulimie)
- přednášky, besedy a pořady věnované sexuální výchově a prevenci AIDS
- akce zaměřené na práci s národnostními menšinami směřující k potlačení rasismu a xenofobie

---

<sup>1</sup> Deset základních kroků etické výchovy dle Miluše Menšíkové, in: Učitelství číslo 11/2012, str. 15.

- zvyšování příznivého klimatu ve třídních kolektivech formou organizování adaptačních kurzů, výletů, exkurzí a projektových akcí
- organizování akcí směřujících k oživení klimatu ve škole a zábavnou formou zpříjemnění školního prostředí (tematické dny, sportovní akce, kulturní akce atd.)
- růst nabídky volnočasových aktivit
- účast v literárních, výtvarných, sportovních a jiných soutěžích
- ekologická výchova

### 1.3 Specifika primární prevence na nižším gymnáziu

#### Prima

Přechod na jiný typ školy přináší řadu změn a z nich vyplývajících zátěžových situací – změna kolektivu a učitelů, střídání vyučujících v jednotlivých předmětech, střídání učeben, zvýšené nároky na objem a strukturu učiva.

Obsah strategie:

- vzájemné poznávání účastníků
- vytváření vztahu důvěry mezi žáky a učiteli a mezi žáky navzájem
- stanovení pravidel soužití třídní komunity
- formování skupiny, která je pro žáky bezpečným místem, která jim pomůže vyhnout se rizikovému společensky nežádoucímu chování- šikanování, užívání alkoholu a drog
- stanovení pravidel soužití ve skupině – aktivní naslouchání, pravdivost, důvěryhodnost, tolerance, maximální osobní nasazení - na základě prožitku a aktivní formou

Specifické zaměření programu:

- vyučovací předmět Výchova ke zdraví
- vstupní adaptační soustředění – týdenní ozdravný pobyt
- interaktivní besedy s tematikou sociální sítě (Bezpečný internet)
- interaktivní besedy na téma klima tříd (Den proti násilí a kriminalitě)
- interaktivní besedy s tematikou záškoláctví (třídnické hodiny)

#### Sekunda

Program musí reagovat na celou řadu změn, přinášejících zátěžové situace v tomto věkovém období. Rozvoj adolescentního období s celou řadou fyzických a psychických proměn je obdobím rizikovým pro nástup projevů rizikového chování. Je proto nutno pokračovat v budování kvalitního vrstevnického týmu, ve kterém se žáci cítí bezpečně a jistě. Zaměřit se na etiku vystupování a komunikaci na veřejnosti i v rodině.

Specifické zaměření programu:

- volitelný předmět Společenský styk a jazyková komunikace
- volitelný předmět Člověk a příroda
- interaktivní besedy s tematikou adiktologie
- interaktivní besedy s tematikou multikulturní výchovy k toleranci (Občanská výchova, Zeměpis)
- interaktivní besedy s tematikou poruch příjmu potravy (Den proti násilí a kriminalitě)

#### Tercie

Preventivní program je vhodné realizovat výrazně aktivní formou. Osvědčenými metodami jsou brainstorming, diskuse, hraní rolí, rozhovor, empatie, kreslení a další. Posiluje se činnost jednotlivců,



spolupráce ve skupině, volba vhodné komunikace, prosazování návrhů. Pomocí projektů je vhodné ověřit kvalitu vytvořených postojů ke zdravému životnímu stylu a rizikovému chování u dětí.

Specifické zaměření programu:

- interaktivní besedy s tematikou komunikačních dovedností (Tvůrčí psaní)
- interaktivní besedy s tematikou subkultur v naší společnosti (Den proti násilí a kriminalitě, volitelný předmět Náš region)
- interaktivní besedy s tematikou právo a morálka (Občanská nauka)

#### **Kvarta**

Preventivní program by měl mapovat dosažené výsledky osobnostního a sociálního rozvoje, fixovat tyto dovednosti a postoje a využívat prvků předchozích programů. Převažovat by měly zážitkové aktivity a formy práce podporující příznivé klima ve třídě.

Specifické zaměření programu:

- při přechodu na vyšší gymnázium realizace adaptačního pobytu třídy zaměřeného na vytváření přátelských vazeb (společný nácvik dramatického představení, volitelný předmět Dramatická výchova)
- interaktivní besedy s tematikou rizikového sexuálního chování (besedy s lékařem)
- interaktivní besedy s tematikou trestně právní zodpovědnosti (Den proti násilí a kriminalitě)

## **2. Znalostní a dovednostní kompetence**

Základními znalostními kompetencemi prevence jsou

- zvyšování sociální kompetence – rozvíjení sociálních dovedností, které napomáhají efektivní orientaci v sociálních vztazích, odpovědnosti za chování a uvědomění si důsledků jednání
- posilování komunikačních dovedností – zvyšování schopnosti řešit problémy, konflikty, adekvátní reakce na stres, neúspěch, kritiku
- vytváření pozitivního sociálního klimatu – pocitu důvěry, bez nadměrného tlaku na výkon, zařazení do skupiny, práce ve skupině vrstevníků, vytvoření atmosféry pohody a klidu, bez strachu a nejistoty
- formování postojů ke společensky akceptovaným hodnotám – pěstování právního vědomí, mravních a morálních hodnot, humanistické postoje apod.

#### **Žáci**

- znají význam harmonických mezilidských vztahů pro zdravý životní styl a zdraví
- respektují odlišné názory či zájmy lidí a odlišné způsoby jejich chování a myšlení, jsou tolerantní k menšinám
- znají a uplatňují vhodné způsoby řešení neshod se spolužáky, spory řeší nenásilným způsobem
- znají vhodné způsoby chování a komunikace v různých životních situacích
- umí spolupracovat ve skupině a přebírat zodpovědnost za společné úkoly
- znají významné dokumenty upravující lidská práva a sociálně právní ochranu dětí
- znají činnost důležitých orgánů právní ochrany občanů
- uvědomují si podstatu protiprávního jednání a právní odpovědnost za případné protiprávní činy
- umí chápat zdraví ve smyslu holistickém, ve složce fyzické, duchovní, sociální

- umí zhodnotit vhodné a nevhodné zdravotní návyky
- umí vysvětlit své konkrétní postoje a chování z pohledu zdraví
- ví, co je podstatou zdravého životního stylu a snaží se o jeho realizaci
- znají pozitivní vliv aktivního pohybu, relaxace, duševní hygieny
- ví, že zneužívání dítěte je trestné
- umí diskutovat o rizicích zneužívání drog, orientují se v trestně právní problematice návykových látek
- ví, kde hledat odbornou pomoc, v případě potřeby ji dovedou využít
- bezpečně zvládají účelné modely chování v krizových situacích (šikanování, týrání, sexuální zneužívání apod.) a správně se rozhodují v situacích vlastního nebo cizího ohrožení
- dokáží komunikovat se specializovanými službami (linky důvěry, krizová centra)
- odmítají projevy brutality a násilí zprostředkované médii a umí o nich diskutovat

Základními dovednostními kompetencemi jsou dovednosti sebeovlivnění a dovednosti sociální<sup>2</sup>.

#### Dovednosti sebeovlivnění

- Schopnost se motivovat ke zdravému způsobu života a vhodně se motivovat i v jiných oblastech
- 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 (úzkost, hněv, deprese, radost nebo nuda)
- Schopnost se uvolnit, používat vhodnou relaxační techniku, odpočívat
- Další schopnosti: pečovat o vlastní zdraví (výživa, cvičení, využívání zdravotní péče, hygiena atd.)

Mezi jednotlivé dovednosti sebeovlivnění patří např.:

- Kritické myšlení pomáhá rozpoznat rizikové faktory, které ovlivňují naše postoje, chování a hodnoty a uvědomit si tlak ze strany médií či vrstevnické skupiny
- Kreativní myšlení umožňuje člověku, aby si prozkoumal a zhodnotil různé alternativy a následky svých činů
- Řešení problémů schopnost konstruktivně se vypořádávat s každodenními problémy a konflikty v běžném životě
- Rozhodování napomáhá konstruktivně se rozhodovat o důležitých oblastech našeho života

#### B. Sociální dovednosti

- Schopnost čelit sociálnímu tlaku
- Asertivní dovednosti – zdravé sebeprosazení
- Schopnost empatie a porozumění životním situacím
- Schopnost komunikace, vyjednávání, nacházení kompromisu apod.
- 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
- V pozdějších letech i rodičovské dovednosti

### 3. Zařazovaná témata

---

<sup>2</sup> in Miovský 2012

Explicitní programy práce s jednotlivými tématy projevů rizikového chování patří do kurikula výchovy ke zdravému způsobu života na školách a ve školských zařízeních. Zkušený pedagog dokáže konkrétní témata prevence uplatnit v jakémkoliv předmětu. Lze je zařadit do různých částí osnov a učebních plánů. Klíčové vyučovací oblasti a preventivní témata jsou nejčastěji frekventována v následujících předmětech:

- oblast zdravého životního stylu – výchova ke zdraví, osobní a duševní hygiena, výživa, pohybové aktivity (výchova ke zdraví, společenský styk a jazyková komunikace, biologie, chemie, tělesná výchova, hudební výchova, výtvarná výchova a volitelné předměty: člověk a příroda, sport a relaxace, obecná biologie, biochemie, antropologie a genetika, seminář a cvičení z chemie, seminář a cvičení z biologie)
- oblast společenskovední – formy komunikace, sociální dovednosti a kompetence (občanská nauka, občanská výchova, základy společenských věd, psychologie, český jazyk a literatura, anglický jazyk, francouzský jazyk, ruský jazyk, německý jazyk a volitelné předměty: náš region, tvůrčí psaní, společenský styk a jazyková komunikace, stát a občan, regionální geografie, politologie, cestovní ruch, historický seminář, psychologie)
- oblast přírodovědná – biologie, chemie, psychologie (obecná biologie, antropologie a genetika, seminář a cvičení z biologie, seminář a cvičení z chemie)
- oblast rodinné a občanské výchovy (občanská nauka, občanská výchova, základy společenských věd, zeměpis, dějepis a volitelné předměty: seminář ze zeměpisu, cestovní ruch, regionální geografie, politologie, mezníky 20. století, historický seminář)
- oblast sociálně právní – právní aspekty rizikového chování, postoj společnosti k společensky nežádoucím jevům, práva dítěte apod. (občanská nauka, občanská výchova, základy společenských věd, informatika a výpočetní technika a volitelné předměty: stát a občan, politologie, seminář z informačních technologií)

Různé aspekty preventivního působení jsou mezipředmětově koordinovány.

#### **4. Metody a formy práce**

Prevence musí být prováděna systémově a každodenně, v optimálním případě je prevence a zdravý životní styl přirozenou součástí života školy.

##### **4.1 Ve výuce**

###### **Skupinová práce**

Žáci ve vyučování spolupracují ve dvojicích, ve skupinách, ve skupinách napříč třídami. Učitel věnuje pozornost spolupráci ve skupinách, podporuje vzájemné předávání poznatků, zapojení všech členů skupiny, reflektuje s žáky skupinovou práci a podporuje tak rozvoj kompetencí týmové práce, řešení konfliktu (učitel podporuje odpovědnost žáka za řešení konfliktu). Žáci se učí vést diskusi, vyjadřovat své názory, naslouchat druhým a vhodným způsobem reagovat na kritiku. Jednou z možností je například vedení komunitního kruhu, ve kterém má každý právo diskutovat na základě pravidel diskuse, sdílet své pocity, obavy, radosti, zážitky, podněty k životu třídy, klást otázky.

###### **Projektové vyučování a celoškolní projekty**

V rámci projektů se žáci mohou blíže seznámit s děním kolem sebe a aktuálními tématy. Umožňuje intenzivní spolupráci tříd v rámci stupně. Celoškolní projekt navíc podporuje spolupráci žáků napříč

třídami a napříč ročníky. Žáci se navzájem poznávají a dokáží spolupracovat starší s mladšími. Je to podstatný prvek prevence šikany starších žáků vůči mladším.

#### **Individualizované hodnocení, slovní hodnocení, sebehodnocení, zpětná vazba skupiny**

Žáci dostávají komplexní zpětnou vazbu od učitele. Jsou informováni o svém pokroku i nedostatcích. Je oceňováno úsilí žáka a míra jeho pokroku bez srovnávání s výkonem ostatních. Je podporován jeho individuální talent a zájem. Diferenciace výuky může probíhat prostřednictvím práce ve skupinách podle zaměření žáka. Pomáháme žákovi vybudovat si důvěru v sebe, ve vlastní síly, pozitivní vztah k okolnímu světu.

## **4.2 Ostatní aktivity**

Ostatní aktivity jsou zastoupeny širokou paletou akcí pro děti a mládež školy. Akcemi pro žáky jsou např. kurzy, exkurze, besedy a přednášky, výměnné pobyty, soutěže, mimoškolní aktivity žáků. Většina z nich slouží také k osobnostnímu a sociálnímu rozvoji a výcviku v sociálních dovednostech žáků.

## **5. Personální zajištění**

### **5.1 Výchovní poradce**

Výchovní poradce koordinuje společně s metodikem prevence aktivity školy v oblasti prevence. Aktivně nabízí učitelům a žákům i rodičům možnost poradit se o svých problémech. Zaměřuje se na žáky, kteří jsou ohroženi ve svém vývoji, ať už problémy v rodině, poruchami sebehodnocení, či v komunikaci s druhými. Učitelé informují výchovního poradce o případech výskytu agresivního chování ve třídě, signálů o potížích žáka (osobnostní, rodinné, vztahové), náhlém i trvalém neúspěchu v učení, obtížné komunikaci, konfliktu s rodiči, porušování pravidel soužití ve škole žákem, krádežích ve třídách. Výchovní poradce navrhuje opatření, navrhuje řediteli školy svolání výchovní komise, vede individuální konzultace s dětmi, s rodiči, informuje o možnostech odborné péče a další pomoci (adresář sociálních služeb, linku bezpečí, apod.). Jedná se sociálním odborem. Konzultuje problémy s odbornými pracovišti – PPP, SPC apod.

### **5.2 Školní metodik rizikového chování**

Metodik prevence spoluvytváří Školní preventivní strategii a Minimální preventivní program, podílí se na jeho realizaci. Komunikuje s učiteli v oblasti primární prevence, v případě vzniklého problému dává podněty k možné nápravě. Spolupracuje s institucemi a organizacemi v oblasti primární prevence. Koordinuje předávání informací o problematice rizikového chování ve škole, dokumentuje průběh preventivní práce školy. Hodnotí realizaci preventivního programu.

### **5.3 Učitelský sbor**

Pedagogové se v rámci výuky věnují rozvoji kompetencí žáků v oblasti sociálních dovedností, vyučují podle principů a metod daných koncepcí školy. Provádějí průběžnou diagnostiku žáků a třídy, na pedagogických radách vzájemně hodnotí uplynulé období, konzultují případné problémy, navrhují opatření. Třídní učitel je v kontaktu s rodiči prostřednictvím třídních schůzek, osobních setkání a dalších možností komunikace.

#### 5.4 Ředitelka školy

Ředitelka školy sleduje efektivitu prevence rizikového chování. Sleduje problémy v kontextu celé školy a provádí personální a organizační opatření ke zlepšení klimatu ve škole. Svolává v případě potřeby výchovnou komisi za účasti zákonných zástupců žáka, pedagogů, pracovníků orgánů péče o dítě apod.

Dokument Školní preventivní strategie na období 2016-2019 vypracovala:  
Mgr. Iva Kadeřábková

.....

Stanovisko a podpis metodičky rizikového chování:

Souhlasím.

.....

Mgr. Marie Hlaváčová

Stanovisko a podpis výchovné poradkyně:

Souhlasím.

.....

RNDr. Ludmila Šmejkalová