

Školní strategie na školní rok 2024/25

1. stupeň

Cílem primární prevence je zvýšit odolnost dětí a mládeže vůči sociálně patologickým jevům.

Cílem našeho programu je realizovat komplexní primární program, do něhož bude zahrnuto vše důležité, co je v současné škole k dispozici a vše, co již bylo s úspěchem vyzkoušeno.

Při realizaci tohoto programu chceme žáky vést k sebevědomí, správnému sebehodnocení, stanovení si reálných cílů v životě, k poznání sebe sama, k zvládnutí stresů, k dovednostem řešit své problémy bez pomoci léků a jiných návykových látek.

K tomuto cíli využijeme různých metod aktivního sociálního učení, individuálního přístupu k žákům apod.

Za důležitou též považujeme motivaci rodičů a jejich spolupráci v rámci tohoto programu. Jako prvek sjednocující preventivní program pro 1. i 2. stupeň slouží na naší škole filozofie PBIS, která prostřednictvím podpory pozitivního chování primární prevenci napomáhá.

Hlavní cíle programu:

- vést žáky ke správnému sebehodnocení, stanovení si reálných cílů v životě, poznání sebe sama, zvládnutí stresů, k dovednostem řešit své problémy bez pomoci návykových látek, a tím tak zvýšit jejich sebevědomí a odolnost vůči sociálně patologickým jevům (poskytování informací, podpůrné programy)
- reagovat na aktuální stav prevence sociálně nežádoucích jevů
- včas zjistit všechny projevy fyzického a psychického násilí mezi žáky
- snažit se o spolupráci s rodiči žáků
- vytvářet podmínky pro příznivé pracovní klima a zdravý pracovní režim žáků a učitelů
- optimalizovat vztahy mezi žáky a učiteli

V rámci výuky se žáci seznámí s těmito tematickými okruhy:

- *zdravě žít* - výživa, hygiena, hodnota zdraví, nemoc, léky, drogy
- *učit se komunikovat* - adekvátně reagovat na různé podněty, nevytvářet konfliktní prostředí, umět se dohodnout, požádat vhodně a jasně o pomoc, umět slušně odmítnout
- *vytvářet pozitivní sociální klima* - pocit bezpečí, zdravé sebevědomí, kamarádství, vyjádřit radost, ovládat se, chápat pozitivní hodnoty
- *hledat možnosti sebeuplatnění* - zájmové aktivity, pomoc druhým, kulturní prožitky

Metody práce

- *informační* - soustavné vzdělávání, získávání přesných a úplných informací
- *dovednostní* - modelové situace, klima třídy, relaxace, dramatická výchova
- *postojové* - optimistická životní orientace, zlepšování prostředí kolem sebe, scénky, rozhovory, manuální práce, pomoc druhým
- *komunitní kruh*

PLÁN PREVENCE

Září

- seznamování se s novými spolužáky
- rozhovor mezi dětmi
- podporovat kladné vztahy mezi dětmi
- výběr kamarádů z hlediska osobního bezpečí
- zájmová činnost v našem městě
- dopravní výchova – návštěva dopravního hřiště

Říjen

- dopravní výchova – návštěva dopravního hřiště
- seznámit žáky s prací policie
- osobní bezpečí jedince – přivolání pomoci
- ochrana dítěte a jeho bezpečné způsoby chování v různých prostředích
- dětská krizová centra, Linky bezpečí
- modelové situace
- projektový den PBIS

Listopad

- dopravní výchova – návštěva dopravního hřiště
- sledovat chování mezi chlapci a děvčaty
- podporovat vlastní názory dětí, učit je názor vyjádřit slušným způsobem
- zbavovat děti ostychu vyjádřit se před kolektivem
- scénky, rozhovor, kresba

Prosinec

- základy zdravovědy
- režim dne
- zásady zdravé životosprávy
- preference pozitivních životních cílů

Leden

- legální a nelegální návykové látky
- téma závislosti na legálních drogách - tabák, alkohol
- rozhovor, scénky, modelové situace

Únor

- závislost – drogy, hazardní hry
- modelové situace
- naučit se odmítat, vážit si sama sebe, vlastního zdraví, ...
- nácvik komunikačních dovedností
- 9.2 Mezinárodní den bezpečnějšího internetu - kladné a záporné stránky digitálního světa s důrazem na rizika pro běžného uživatele, sociální sítě, kriminalita na internetu

Březen

- mezilidské vztahy - šikana
 - kontakt s deviantní osobou, dealerem
 - trestné činy
- rodina - funkce, výchovné vlivy, rodinné role
 - vztahy
 - povinnosti

Duben

- posilovat pravidla slušného chování
- šikana ve škole
- pomáhat dětem učit se, jak se účinně vypořádat s vrstevníky a tlakem, který vyvíjejí na spolužáky
- rozhovor
- otázky a odpovědi
- 2.4. Světový den porozumění autismu – tolerance k odlišnosti

Květen

- problémy s chováním
- posilování sebevědomí dítěte
- nácvik sociálních dovedností
- využívání volného času – volnočasové aktivity

Červen

- bezpečné prázdniny – osobní bezpečnost
- prevence úrazů
- FOMO vs. JOMO (trávení času v digitálním světě nebo realitě)
- zásady ochrany přírody, památek
- opakování témat
- shrnutí učiva
- slavnost PBIS

Průběžně

- dopravní výchova
- ve 4. ročníku spolupráce s městskou policií – dopravní testy, přednášky
- Dopravní soutěž mladých cyklistů
- v 5. ročníku festival Jeden svět na školách, využití dokumentárních filmů
- zdraví – lékařská péče, zdravá životospráva, ochrana zdraví
- vztahy v kolektivu, k zdravotně postiženým (spolupráce SONS - Bílá pastelka)
- slušné chování

- besedy s odborníky z praxe – dle možností a došlých nabídek
- digitální svět a jeho klady i zápory (sociální sítě, netiketa, závislost na mobilu atd.)
- sociometrie vybraných tříd - školní psycholog ve spolupráci s ŠMP, popř. SVP Archa

2. stupeň

Cílem primární prevence je zvýšit odolnost dětí a mládeže vůči sociálně patologickým jevům. Cílem našeho programu je realizovat komplexní primární program, do něhož bude zahrnuto vše důležité, co je v současné škole k dispozici a vše, co již bylo s úspěchem vyzkoušeno. Důraz klademe na informovanost žáků v hodinách občanské výchovy, chemie, přírodopisu a dalších předmětů. Snažíme se do realizace programu zapojit všechny pedagogy ve vyučování i na formální bázi při komunikaci se žáky.

Při realizaci tohoto programu chceme žáky vést k sebevědomí, správnému sebehodnocení, stanovení si reálných cílů v životě, k poznání sebe sama, k zvládnutí stresů, k dovednostem řešit své problémy bez pomoci léků a jiných návykových látek.

K tomuto cíli využijeme různých metod aktivního sociálního učení, individuálního přístupu k žákům apod.

Za důležitou též považujeme motivaci rodičů a jejich spolupráci v rámci tohoto programu.

Hlavní cíle programu:

- vést žáky ke správnému sebehodnocení, stanovení si reálných cílů v životě, poznání sebe sama, zvládnutí stresů, k dovednostem řešit své problémy bez pomoci návykových látek, a tím tak zvýšit jejich sebevědomí a odolnost vůči sociálně patologickým jevům (poskytování informací, podpůrné programy)
- reagovat na aktuální stav prevence sociálně nežádoucích jevů
- včas zjistit všechny projevy fyzického a psychického násilí mezi žáky
- snažit se o spolupráci s rodiči žáků
- vytvářet podmínky pro příznivé pracovní klima a zdravý pracovní režim žáků a učitelů
- optimalizovat vztahy mezi žáky a učiteli

V rámci výuky se žáci seznámí s těmito tematickými okruhy:

- zdravě žít - výživa, hygiena, hodnota zdraví, nemoc, léky, drogy
- učit se komunikovat- adekvátně reagovat na různé podněty, nevytvářet konfliktní prostředí, umět se dohodnout, požádat vhodně a jasně o pomoc, umět slušně odmítnout
- vytvářet pozitivní sociální klima- pocit bezpečí, zdravé sebevědomí, kamarádství, vyjádřit radost, ovládat se, chápat pozitivní hodnoty
- hledat možnosti sebeuplatnění- zájmové aktivity, exkurze, pomoc druhým, kulturní prožitky

Metody práce

- ❖ informační- soustavné vzdělávání, získávání přesných a úplných informací
- ❖ dovednostní - modelové situace, klima třídy, relaxace, dramatická výchova
- ❖ postojové- optimistická životní orientace, zlepšování prostředí kolem sebe, scénky, rozhovory, manuální práce, pomoc druhým
- ❖ komunitní kruh

V rámci výuky se žáci seznámí s těmito tematickými okruhy:

- získat základní nezkrácené informace - drogy, rizika zneužívání, souvislosti s AIDS, pomoc
- zvyšovat sociální kompetence - efektivně se orientovat v sociálních vztazích, přijímat odpovědnost za sebe a své chování, řešit problémy, konflikty, čelit nátlaku, umět se vyrovnat s problémy
- odstraňovat nedostatky v psychické regulaci chování - ovládat své emoce, naučit se rozumět jim, zvládat extrémní podoby, umět reagovat na stres, účinně se bránit všem formám sebeustrukce
- napomáhat formovat postoje, posilovat právní vědomí, úctu k zákonu, uvědomit si vlastní hodnoty
- uplatňovat zásady zdravého životního stylu - stravování, alternativní směry výživy, cizorodé látky v potravinách, fyzická a psychická hygiena, aktivní odpočinek, odpovědnost za své zdraví
- hledat možnosti svého uplatnění ve společnosti - zájmové aktivity, exkurze, volba dalšího studia

PLÁN PREVENCE

ZÁŘÍ

NÁCVIK KOMUNIKAČNÍCH DOVEDNOSTÍ

- rozhovor
- společná práce
- prosazování se v kolektivu
- průbojnost
- obhájit si svůj vlastní názor
- dokázat vyslechnout druhého

ŘÍJEN

ŠIKANA, VZTAHY VE TŘÍDĚ

- zbavovat se ostychu před dospělými
- nebát se komunikovat
- posilovat důvěru k učiteli
- modelové situace
- rozhovor
- otázky a odpovědi
- v případě potřeby sociometrické měření
- dětská krizová centra, Linky bezpečí
- projektový den PBIS

LISTOPAD

ALKOHOL A SPOLEČNOST

- historie alkoholu
- rozhovor
- modelové situace
- rozhovor:
 - a) ekonomika
 - b) ztráta tvůrčích schopností
 - c) úmrtí - vliv alkoholu za volantem
 - d) kriminalita mládeže
 - e) rozvrácené rodiny
 - f) zločinnost
- vlastní názor, sdílení vlastní zkušenosti

PROSINEC

STÁDIA ALKOHOLISMU

- experimentální
- pravidelné
- hlavní zaměření
- chemická závislost

VSTUPNÍ DROGY

- souvislost s oslavami vánočních svátků, Silvestr
- modelové situace

LEDEN

NEBEZPEČNÉ UŽÍVÁNÍ ALKOHOLU A DROG – VLIV NA ZDRAVÍ ČLOVĚKA

- rozhovor
- modelové situace

ÚNOR

KYBERŠIKANNA

- 9.2 Mezinárodní den bezpečnějšího internetu - kladné a záporné stránky digitálního světa s důrazem na rizika pro běžného uživatele, kriminalita na internetu

BŘEZEN

DROGY A ZÁKON

- právní odpovědnost žáků a zákonných zástupců
- rozhovor
- modelové situace

DUBEN

CÍLE PRO BUDOUCNOST

- diskuse o známých osobnostech našeho města, národa, o tom, jak ovlivnily historii
- exkurze 6. ročník Praha
- časopisy, noviny, knihy
- festival Jeden svět na školách
- 2.4. Světový den porozumění autismu – tolerance k odlišnosti

KVĚTEN

NELÁTKOVÁ ZÁVISLOST

- workoholismus, závislost na mobilu, hrách, sportu, ...
- specifické cíle, které by chtěli žáci uskutečnit v blízké i vzdálené budoucnosti
- diskuse
- 17.5. Mezinárodní den proti homofobii – posílení žáků v toleranci

ČERVEN

OPAKOVÁNÍ TÉMAT

- FOMO vs. JOMO (trávení času v digitálním světě nebo realitě)
- slušné chování – školní výlety, exkurze
- bezpečnost o prázdninách
- slavnost PBIS

Průběžně:

- dopravní výchova
- zdraví – lékařská péče, zdravá životospráva, ochrana zdraví, vztah k vlastnímu tělu
- vztahy v kolektivu, k zdravotně postiženým (SONS - Bílá pastelka aj.)
- slušné chování
- využívat nabídky výstav, exkurzí, budou zajištěny přednášky SVP ARCHY a dalších org. – bude doplněno podle došlých nabídek.
- možno využít dokumentární filmy Jeden svět na školách
- dlouhodobá spolupráce se společností Procter&Gamble – výchovně vzdělávací program o dospívání „Čas proměn“ a společností Johnson&Johnson – výchovně vzdělávací program „O dospívání a menstruaci“ využití pro tematický blok sexuální výchovy v rodinné výchově
- 9. ročník – návštěva Poslanecké sněmovny ČR
- zážitkový program pro žáky 6. ročníku na ada
- přednášky Policie ČR a Městské policie Heřmanův Městec
- digitální svět a jeho klady i zápory (sociální sítě, netiketa, závislost na mobilu atd.)
- sociometrie vybraných tříd - školní psycholog ve spolupráci s ŠMP, popř. SVP Archa

Ve spolupráci s dalšími organizacemi se budeme snažit zajistit preventivní programy:

1. – 9. třídy – preventivní programy

- 1. třída: Bezpečné chování
- 2. třída: Zdravý životní styl pro mladší školní věk
- 3. - 4. třída: Prevence šikany a agresivního chování
- 5. třída: Internetové bezpečí
- 6. třída: Jsem součástí třídního kolektivu
- 7. třída: Zdravý životní styl
- 8. třída: Reálné a zobrazené vzory; Jsem zodpovědný sám za sebe a své zdraví v oblasti sexuálního života
- 9. třída: Já – potenciální vzor pro druhé; Já a média

ostatní: dle jednotlivých ročníků

1. ročník: Projekt Zdravé zuby
Zdraví člověka - prevence úrazů
Zdravá výživa

2. ročník: Základní formy společenského styku
Člověk a jeho zdraví - projekt Zdravé zuby
Dopravní výchova

3. ročník: Dopravní výchova - jsem chodec, jsem cyklista
Projekt Zdravé zuby

4. ročník: Dopravní výchova - průkaz cyklisty
Člověk a jeho zdraví - Zdravé zuby

5. ročník: Dopravní výchova
Zdravé zuby

aktivity v rámci výuky:

- v rámci předmětových týmů je třeba kontinuálně zapracovávat do jednotlivých předmětů (výukových oblastí) tematické celky, jejichž náplň a obsah lze využít pro primární prevenci rizikového chování

Tematické celky – využití ve vyučovacích předmětech

1. – 5. ročník

V rámci výuky na 1. stupni:

1. ročník:

- vztahy v rodině, ve třídě
- dopravní výchova
- péče o tělo

2. ročník:

- nebezpečí kolem nás
- dopravní výchova – bezpečnost ve městě
- vztahy v rodině, pomoc druhým
- člověk a jeho zdraví
- chování za mimořádných událostí

3. ročník:

- vztahy v rodině
- dopravní výchova
- město – nebezpečí kolem nás
- soužití se spolužáky – jak předcházet nevhodnému chování
- člověk – odlišnosti – soužití
- texty zaměřené na vzájemné vztahy mezi lidmi /ČJ/

4. ročník:

- vzájemné vztahy mezi spolužáky, chování v rizikových situacích
- první pomoc
- návykové látky – ochrana, prevence

5. ročník:

- chování v rizikových situacích
- vzájemné vztahy v kolektivu
- prevence nevhodného chování – návykové látky
- člověk – odlišnosti – soužití
- texty zaměřené na vztahy mezi lidmi (ČJ, M)
- první pomoc
- režim dne, správný jídelníček

6. ročník:

- práva a povinnosti žáků, vztahy ve třídě, v kolektivu obecně, záškoláctví

7. ročník:

- člověk jako jedinec – multikulturní výchova
- mezinárodní vztahy, globální svět

8. ročník:

- stát a právo - člověk jako občan- lidská práva, šikana
- člověk ve společnosti - vztahy mezi lidmi, spolupráce, pravidla chování, zásady lidského soužití
- člověk jako jedinec - zdravá sebedůvěra

9. ročník:

- stát a právo - právní řád

V předmětech: TV, PŘ, VkJ, CH, Z, VV, HV, OV, ČJ

- zdravý životní styl, péče o tělo
- ochrana zdraví
- prevence nevhodného chování – návykové látky
- první pomoc
- jednání fair play, vztahové záležitosti
- multikulturní výchova
- sebepoznávání

23. 9. 2024

Mgr. Alena Stránská
školní metodik prevence