



# Základní škola praktická a základní škola speciální Králíky,

Nábřežní 130, Králíky 561 69

„Zdravá škola“

“Ekoškola”

[www.zspkraliky.cz](http://www.zspkraliky.cz)

[zspkraliky@zspkraliky.cz](mailto:zspkraliky@zspkraliky.cz)

IČO 61235105, tel.fax.: 465631186

Č.j.:

## **MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM ZŠP a ZŠS KRÁLÍKY** **2015/2016**

Zpracovala: Mgr. Martina Lenhartová, ŠMP

Minimální preventivní program (MPP) školy vychází z pokynů MŠMT č.j. 21 291/2010-28 Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže.

Na základě metodického pokynu MŠMT k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních Č. j. 20 006/2007 – 51 je primární prevence zaměřena na:

- a) předcházení zejména následujícím rizikovým jevům v chování žáků
  - záškoláctví
  - šikana, rasismus, xenofobie, vandalismus
  - kriminalita, delikvence
  - užívání návykových látek a onemocnění související s jejich užíváním
  - netolismus a gambling
  
- b) rozpoznání a zajištění včasné intervence zejména v případech
  - domácího násilí
  - týrání a zneužívání dětí, komerční zneužívání dětí
  - ohrožování mravní výchovy mládeže
  - poruchy příjmu potravy

MPP vychází z posouzení nejrozšířenějších projevů rizikového chování u dětí, osvědčených/nových projektů školy, současného stavu – klady a zápory, klima školy, výchovně vzdělávacího procesu, spolupráce školy a finančního zajištění programů.

Zásady efektivní všeobecné prevence – program odpovídá věku, je systematický a dlouhodobý, je komplexní, je prezentován kvalifikovaně a důvěryhodně, zahrnuje většinou část žáků školy, zahrnuje sociální dovednosti, využívá pozitivní modely a autority, zahrnuje poučení o legálních a nelegálních návykových látkách, bere v úvahu místní specifika.

Zásady při selektivní prevenci – cílená pomoc s ohledem na speciální individuální potřeby, spolupráce s rodiči problémových dětí, spolupráce s organizacemi, využívání relaxačních technik a technik pro zvládání stresu, snižování dostupnosti návykových látek.

Naše škola se zaměřuje na výchovu ke zdravému životnímu stylu, vedení žáků ke smysluplnému a bezpečnému trávení volného času – nabídka školních a mimoškolních aktivit, dále na nejčastěji se vyskytující rizikové jevy – užívání návykových látek (kouření, alkohol), projevy nesnášenlivosti, agresivity a šikany (verbální i fyzické), netolismus a gambling.

Dále je naší prioritou vytváření podmínek pro příznivé pracovní klima a zdravý pracovní režim, zlepšování informovanosti pedagogů, rodičů o problémech, důslednost při dodržování Školního řádu ve všech oblastech projevů rizikového chování dětí, průběžné vzdělávání školního metodika prevence (ŠMP), výchovného poradce, třídních učitelů a ostatních pedagogických pracovníků školy, zajištění důvěryhodného poradenství na škole (výchovný poradce, školní metodik prevence, třídní učitel, výchovná komise) i mimo školu.

Cílem prevence je zvyšovat odolnost dětí vůči sociálně patologickým jevům, snižovat rizika vlivů, které narušují zdravý osobnostní a sociální vývoj mládeže. Prioritou je výchova dětí ke zdravému způsobu života od nejútlejšího věku, jak ve složce tělesné, duševní a sociální, tzn. osvojování si pozitivního sociálního chování a rozvíjení osobnosti dítěte.

## ANALÝZA SOUČASNÉ SITUACE NA ZŠP A ZŠS KRÁLÍKY

Základní školu praktickou a základní školu speciální Králíky navštěvuje ve školním roce 2015/2016 celkem 30 žáků, je zde zaměstnáno 8 pedagogických pracovníků a 2 provozní zaměstnanci. 1. stupeň speciální školy navštěvuje 5 žáků, 2. stupeň 6 žáků. 1. stupeň základní a praktické školy navštěvuje 8 žáků a 2. stupeň 11 žáků. Naši školu navštěvují žáci místní i žáci ze spádových obcí – Těchonín, Dolní Lipka, Prostřední Lipka, Červená Voda, Moravský Karlov, Mlýnický Dvůr a Dolní Morava. Školu navštěvují žáci i ze sociálně slabých rodin. Naše škola nabízí žákům 1. stupně využívání školní družiny, dále pro všechny žáky kroužek „Kreativní dílna“ a „Logopedie hrou“ pro žáky s vadami řeči.

V naší škole panuje vstřícné a přátelské prostředí (jsme „Zdravou školou“), žáci jsou především v rámci projektů a aktivit školy vedeni ke spolupráci, pomoci slabším či handicapovaným spolužákům. Trvale pracujeme na budování a posilování dobrých vztahů ve třídách i celé školy – třídní pravidla, školní řád. Na škole je zaveden poradenský systém v podobě konzultačních hodin výchovného poradce, metodika prevence a třídních učitelů pro žáky i rodiče, schránka důvěry, informace z oblasti prevence na nástěnce a působení výchovné skupiny. Žáci se podílí na zvelebování školního prostředí výzdobou šaten, nástěnek, chodeb. Zůstáváme věrni našim tradicím – výstavy, vánoční besídka, vánoční jarmark, sportovní utkání aj.

Provádění primární prevence koordinuje ŠMP, zajišťují třídní učitelé a vyučující v rámci vybraných předmětů (ČJ – KŘSv, Ov, VkJ). Materiál, který používají je příručka Prevence na ZŠ praktické s pracovními listy vytvořen ŠMP. Selektivní prevence - v loňském roce naše škola řešila problémy týkající se časté absence 1 žáka na 2. stupni, vulgární vyjadřování a ničení školního majetku některých žáků 2. stupně. Na 1. stupni byly téměř po celý rok řešeny špatné vztahy ve třídě (spoj 2. - 5. r.) a drobné krádeže mimo školu. Případy byly řešeny individuálními pohovory s rodiči žáků či na setkáních výchovné skupiny. V rámci specifické prevence se zrealizoval třídní projekt Zážitkový pobyt na Orientce, který byl dotován MŠMT v rámci EU projektu, týdenní projekt Týden v pohybu, který byl zaměřený na podporu pohybové aktivity u žáků – turistika, cyklistika, hry v přírodě, sportovní hry. Byl dotován Pardubickým krajem ve výši 6 000,- Kč. Dále byl realizován projekt Hry bez hranic naplňující myšlenku olympijských her, spolupráci. Byl realizován interaktivní program pro žáky 9. r. na téma Kyberšikana, pro rodiče byla uspořádána beseda E-bezpečí, která se uskutečnila v rámci udržitelnosti EU projektu. Rozvíjíme spolupráci s rodiči – Dílny pro rodiče (netradiční výrobky a techniky), Čarodějnice, Den dětí.

## DOVEDNOSTI PRO ŽIVOT

Jde o schopnosti usnadňující adaptivní chování jedince a pomáhající ve zvládnání každodenních problémů. Životní dovednosti pak v praxi zlepšují mezilidskou komunikaci, schopnost kreativně řešit problémy, rozvíjí kritické myšlení a schopnost zvládnání stresu a náročných životních situací. Pedagogové průběžně vedou žáky k těmto dovednostem, dále se jim věnují v rámci témat prevence – viz příručka Prevence na ZŠ praktické.

- Dovednost sebeovlivnění (strategický záměr změny chování)

Nácvik - tréninkové aktivity, diskuze, komunikativní kruh

Naučit se:

- řešit problémy (získat duševní zdraví a psychickou pohodu)
- rozhodovat se (o vlastních cílech a prioritách, předvídat následky určitého jednání)
- myslet kreativně (prozkoumat a zhodnotit různé alternativy a následky svých činů)
- myslet kriticky (analyzovat a objektivně posoudit informace a zkušenosti)
- zvládnání emocí, stresu, rozvíjení svého sebevědomí, pozitivního vztahu k učení, udržení si zdravého životního stylu, organizování si svého času

- Sociální dovednost (vytvoření kladných vazeb a dobrých vztahů, přijetí sociálních norem a pravidel, zodpovědnost pro pomoc druhým lidem, přijetí sociálních norem a pravidel, všeobecné dodržování základních lidských práv)

Nácvik – interaktivní metody učení, hraní rolí a diskuze

Naučit se:

- čelit sociálnímu tlaku, umět odmítat
- asertivní chování (prosazování se, odmítání požadavků, přijímání kritiky, pochvaly, komplimentů)
- schopnost empatie (interpretace pocitů a chování druhých, porozumění)
- komunikační dovednosti (hovorit o svých pocitech, být otevřený, vyslechnout druhého, vyjednávat, nacházet kompromis)
- zvládání konfliktních a zátěžových situací, řešení problémů, vytváření zdravé sítě sociálních vztahů, mediální gramotnost, zvládání přechodu do nového prostředí, rodičovské dovednosti

## ZNALOSTNÍ A DOVEDNOSTNÍ KOMPETENCE ŽÁKŮ

Vycházejí z věkové odlišnosti žáků a stupně jejich dosavadních znalostí.

### 1. – 3. ročník

- rozumí pojmu smysluplné trávení volného času, ví co je to pohybová aktivita a zájmy, ví o možnostech návštěv různých zájmových kroužků
- rozlišuje rizikové situace v dopravě v různých ročních obdobích, ví, proč jsou nebezpečné
- zná bezpečnou cestu do školy, chápe zásady správného přecházení vozovky
- chápe význam světelné signalizace na semaforu
- ví, jak se chovat bezpečně doma a venku
- ví, že není správné nejíst, když má hlad
- ví, že je důležité dodržovat pitný režim během dne
- ví, že existují návykové látky a zná je – nikotin, alkohol
- ví, že mohou být pro lidské tělo nebezpečné, zná rizika, také další látky, které jsou běžně doma a měly by se bezpečně skladovat
- ví, že nemá nic přijímat a konzumovat od cizích lidí
- ví, že není povoleno, aby se dítěte dotýkal cizí člověk a naopak, aby jej někdo nutil intimně se dotýkat druhého
- chápe zásady slušného chování ve škole a vůči druhým lidem
- ví, jak navozovat kamarádské vztahy se spolužáky
- ví, že není povoleno ubližovat spolužákům, rozpozná agresivní chování
- zná možnosti, jak se chovat a bránit při napadení
- zná školní řád – povinnost školní docházky, zákaz nosit do školy nebezpečné zbraně a cenné věci
- zná pravidla omlouvání absence ve škole
- ví, že si musí cenit svého i cizího majetku
- rozumí tomu, co je krádež a ví, že je to protiprávní jednání

### 4. – 5. ročník

- chápe význam pohybu a zájmových kroužků
- zná zásady a doporučení bezpečné jízdy na kole, bruslích
- zná základní pravidla a předpisy dopravní výchovy – chodci, cyklisté
- zná linky tísňového volání
- ví, jak zavolat 1. pomoc při dopravní nehodě, poranění venku
- ví, jak ošetřit drobná poranění
- ví, jak lze předcházet úrazům doma, ve škole, venku
- zná zásady, jak předcházet napadení zvířetem
- identifikuje místa, kde lze bezpečně sportovat
- chápe význam pravidelnosti a pestrosti v příjmu potravy
- ví, že některá jídla je vhodné jíst častěji a jiná méně
- má představu o tom, jak vypadá zdravé jídlo
- ví o hlavních negativních důsledcích užívání nikotinu, alkoholu a jiných drog
- zná jednoduché postupy, jak odmítnout nabídku nebezpečných látek
- zná zákony omezující kouření a užívání alkoholu
- vnímá rozdíly mezi zdravým životním stylem a užíváním drog
- rozumí tomu, proč je zakázáno intimně se dotýkat svých spolužáků
- ví, že existují a jak se projevují nejčastější sex. poruchy chování

- ví, že je důležité ohlásit projevy zneužívání
- ví, kde hledat pomoc, zná kontakty
- rozumí základním etickým a společenským pravidlům
- rozumí pojmu agresivní chování
- ví, na koho se obrátit v případě šikany či agresivity
- ví, jak má postupovat, když u spolužáka objeví nebezpečný předmět
- ví, jak se má zachovat, když zjistí, že je jemu či někomu jinému ubližováno
- zná některé postupy, jak zvládat agresivitu
- chápe systém omlouvání absence ve škole
- identifikuje rozdíl mezi situacím, kdy nemůže jít do školy a kdy se mu nechce
- ví, jak se projevuje záškoláctví
- zná postihy za záškoláctví, ví o právních trestech pro rodiče za záškoláctví dětí
- rozumí pojmu kriminalita, formuje si odpovědný přístup za své chování
- ovládá sociální dovednost – omluva, odpuštění, ohlášení krádeže

## 6. – 9. ročník

- uplatňuje dobré vztahy ve skupině a třídě, spolupracuje, pomáhá slabším
- zná pravidla a zásady mezilidské komunikace
- rozpozná projevy šikany ve třídě
- ví, jaké zdravotní a sociální následky může mít ublížení na zdraví
- chápe postihy, které by měl za projevy šikany
- ví, jak může ochránit slabšího spolužáka
- rozumí postupům a ví, jak se bránit proti šikaně a agresivnímu chování
- ví, že má ve škole k dispozici kontakty na příslušné osoby, které mu mohou pomoci v řešení při šikaně a sporů mezi spolužáky
- zná techniky, jak řešit svůj stres
- zná základy první pomoci
- rozpozná projevy záškoláctví u svého kamaráda
- zná postihy, které by jej čekaly v případě nedodržování školního řádu a docházky
- má k dispozici kontakty na zodpovědnou osobu ve škole, se kterou je možné řešit problémy se záškoláctvím
- umí vhodně a smysluplně trávit svůj volný čas, organizovat si denní režim
- vnímá své zdraví jako hodnotu
- ví, jak se má zachovat v nouzové a život ohrožující situaci
- rozumí významu důležitých dopravních značek
- chápe význam prevence úrazů a zranění v kontextu vlastního života a osobních hodnot
- zná výhody pravidelného sportování
- ví, že je rozdíl mezi tím, když hubne dospělý člověk a tím, když hubne dítě ve vývinu
- ví, že poruchy příjmu potravy jsou duševní nemoci, zná rozdíly mezi mentální anorexií a mentální bulimií
- identifikuje přirozené zdroje základních živin – sacharidů, bílkovin, tuků
- uvědomuje si zdravotní rizika hladovění
- zná zdravotní a sociální důsledky obezity
- chápe, že tělesný vzhled není ukazatelem hodnoty člověka
- rozumí reklamním spotům prezentujícím nezdravé potraviny a léky na hubnutí
- ví, na koho se ve škole obrátit v případě podezření na poruchu příjmu potravy či nadváhy, zná potřebné kontakty
- zná zásady správné životosprávy, psychohygieny a zdravého životního stylu
- rozumí tomu, jakou péči mu mohou rodiče vzhledem ke svým časovým a finančním možnostem poskytnout
- zná znaky rodičovského týrání, zanedbávání či sexuálního zneužívání u sebe i ostatních dětí
- chápe, jak funguje a projevuje se zdravá sexualita
- ví, že projevy týrání či sexuálního zneužívání se musí ohlásit ve škole či na policii
- zná strategie a techniky, jak se bránit vyhrožování, citovému vydírání, zesměšňování, nátlaku a snaze o manipulaci
- ví, jak předcházet znásilnění
- má k dispozici kontakty na osoby ve škole, kterým se může svěřit v oblasti týrání, zanedbávání či zneužívání

- rozumí specifickým odlišnostem v chování a životě příslušných národnostních menšin
- pozná projevy a náznaky rasové nesnášenlivosti či intolerance ve své třídě, škole
- ví, jak se má při projevech rasismu a intolerance zachovat
- chápe, že existují biologické, psychické a sociální rozdíly mezi chlapci a dívkami
- zná rozdíly mezi průběhem dospívání u dívek a u chlapců
- ví, kdy je člověk zralý pro sexuální styk
- ví, co je to bezpečný sexuální styk
- uvědomuje si rizika spojená s nákazou virem HIV a nemocí AIDS
- ví, jak se chránit před sexuálně přenosnými nemocemi
- chápe význam a výhody plánovaného rodičovství
- ví, že je zakázáno navštěvovat erotické stránky na internetu a sledovat filmy označené jako nevhodné pro děti a mladší 18 let
- ví, že není nemocí nebo poruchou zamilovat se do příslušníka stejného pohlaví
- zná rozdíl mezi heterosexuální, homosexuální a bisexuální orientací
- uvědomuje si, že vandalismus, delikvence a kriminalita jsou protiprávní jednání
- rozumí pojmu trestní zodpovědnost
- zná informace o jednotlivých kategoriích návykových látek
- identifikuje zdravotní rizika a škodlivé následky užívání drog
- má znalosti o školních předpisech týkajících se užívání drog, chápe právní důsledky užívání, uchovávání a distribuce drog
- zná alternativy, jak naplnit potřebu vyhledávání nových zážitků a vzrušení
- zná pozitivní vliv relaxace, duševní hygieny a aktivního odpočinku na zdraví
- zná příklady technik jak zvládat stres a negativní emocionální stavy
- zná základní informace o škodlivosti hazardních her a virtuálních drog, identifikuje možná nebezpečí
- ví, kde hledat pomoc při problému patologického hráčství
- ví, jaký je rozdíl mezi náboženstvím a sektou
- zná základní znaky a rizika, kterými se sekta vyskytuje
- rozumí pojmu divácké násilí, zná projevy tohoto násilného chování
- zná poznatky o tom, co je to sebepoznání a sebepojetí, umí rozvíjet své sociální a osobnostní dovednosti

### **DLOUHODOBÉ CÍLE:**

- minimalizovat vznik a snížit míru rizikového chování u dětí a mládeže
- rozvíjet pozitivní vztahy a komunikaci ve třídních kolektivech
- budovat bezpečné a pozitivní prostředí ve škole
- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života
- posilovat sociální a osobnostní rozvoj, seberealizaci
- vést žáky k smysluplnému trávení a organizaci volného času
- vést žáky k vhodné komunikaci s dospělými i dětmi
- zvládnout vhodné způsoby chování a komunikace v různých životních situacích
- přispět k pochopení významu přátelství, spolupráce a pomoc druhým, slabším
- vést žáky k respektování odlišných názorů a zájmů jiných lidí
- přispět k pochopení pojmu zdraví a péče o něj
- vést žáky k umění ochránit se před cizími lidmi
- vést žáky k umění zvládat zátěžové situace
- přispět k utváření dovednosti umět čelit negativním vlivům vrstevníků a okolí
- podat základní informace o návykových látkách a jejich negativní účinky na lidský organismus
- formovat odpovědný přístup za své chování
- zvládnout základní sociální dovednosti, umění odmítnout
- zhodnotit vhodné a nevhodné zdravotní návyky
- vést žáky k řešení sporů nenásilným způsobem
- vést žáky k umění vyhledat pomoc, komunikovat se specializovanými službami (linka důvěry, krizová centra apod.)

## **KRÁTKODOBÉ CÍLE:**

Plnění krátkodobých cílů zajišťují třídní učitelé, učitelé vyučující předměty prvouka, přírodověda, vlastivěda, občanská výchova, výchova ke zdraví, český jazyk, tělesná výchova a výtvarná výchova.

Témata prevence a jejich cíle vycházejí z metodické příručky pro učitele (Prevence na ZŠ praktické), která byla vytvořena přímo pro potřebu naší školy na základě ŠVP. Témata jsou vyučujícími zařazena do odpovídajících předmětů a ročníků. Termín realizace daných témat je uveden v tematických plánech pro daný předmět.

### **1. STUPEŇ – CÍLE:**

#### **POHYB A ZÁJMOVÁ AKTIVITA**

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života smysluplným trávením volného času, využíváním nabídky kroužků ve škole či ve městě
- posilovat sociální a osobnostní rozvoj, seberealizaci
- získat poznatky o tom, co je pohybová aktivita, jaký je přínos pohybové aktivity pro zdraví člověka
- získat poznatky o tom, co je to volný čas, jak vhodně trávit volný čas
- zamyslet se nad významem kroužků

#### **ÚRAZY DOPRAVNÍ, V DOMÁCNOSTI**

- naučit se rozeznávat rizikové situace a pochopit, proč jsou nebezpečné
- naučit se přemýšlet o tom, jaký úraz se může v rizikové situaci stát
- naučit se bezpečnému chování, naučit se používat ochranné pomůcky
- naučit se přivolat pomoc

#### **ZDRAVÁ VÝŽIVA, NADVÁHA**

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života, pochopit význam výživy pro zdraví
- seznámit se a osvojit si zásady stravování dětí
- seznámit se a pracovat s potravinovou pyramidou
- umět si zvolit nápoje, které se mohou pít bez omezení, dodržovat pitný režim během dne
- dokázat si vybrat vhodné potraviny či pokrmy pro dopolední svačinu
- dokázat si připravit zeleninový salát, který bude zdravý

#### **KOUŘENÍ A ALKOHOL**

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života
- formovat odpovědný přístup ke svému zdraví (vědět, co je zdravé, co nezdravé)
- získat poznatky a dovednosti, jak si chránit své zdraví (škodlivost alkoholu a kouření, vhodné trávení volného času, nácvik odmítání)

#### **TÝRÁNÍ A ZNEUŽÍVÁNÍ DĚTÍ**

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života: respektovat práva – hlavně osobního bezpečí
- naučit se cenit si sám sebe
- získat poznatky a dovednosti obrany v oblasti týrání a zneužívání dětí
- naučit se rozeznávat nebezpečné situace, naučit se, jak se chránit před takovými situacemi osobního nebezpečí
- naučit se hledat pomoc při problémech

#### **ŠIKANA A ZÁŠKOLÁCTVÍ**

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života (respektovat práva, dodržovat společenské normy, školní řád)
- formovat odpovědný přístup za své chování (přijímat postihy, ale i pochvaly)
- získat poznatky o tom, co je to šikana, agresivita, násilí, jaký je postih
- osvojovat si sociální dovednosti (spolupráce, přátelství, sebeúcta, tolerance, hledání pomoci při potížích, ...)

- podporovat dobré vztahy ve skupině, třídit prostřednictvím skupinových her a činností zaměřených na rozvoj důvěry
- rozvíjet spolupráci a toleranci

### VANDALISMUS, KRIMINALITA

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života (respektovat práva, dodržovat společenské normy)
- naučit se cenit si majetku svého i druhých
- formovat odpovědný přístup za své chování
- získat poznatky a dovednosti v oblasti kriminality (co je to krádež, řešení)
- naučit se rozeznávat protiprávní jednání, znát možný postih

### **PŮSOBNÍ V RÁMCI VÝUKY NA 1. STUPNI:**

#### 1.ročník

- Pohyb a zájmy – správný denní režim, volba vhodné aktivity
- Úrazy dopravní – chodci, jízda v autě
- Úrazy v domácnosti – bezpečné chování doma
- Zdravá strava a pitný režim, pravidelnost stravování
- Prevence kouření - Normální je nekouřit 1. díl
- Osobní bezpečí – cizí člověk za dveřmi, nácvik říkání NE
- Šikana – dobré a špatné chování, právo na bezpečí
- Krádež – pojem, nácvik oznámení krádeže

#### 2.ročník

- Pohyb a zájmy – denní režim, organizace volného času
- Úrazy dopravní – chodci v zimě
- Úrazy venku – bezpečné chování venku
- Zdravá strava a pitný režim, potravinová pyramida
- Prevence kouření - Normální je nekouřit 1. díl
- Pojem alkohol, nebezpečí pro zdraví
- Osobní bezpečí – cizí člověk za dveřmi, nácvik říkání NE
- Šikana – dobré a špatné chování, právo na bezpečí, nácvik ochrany
- Krádež – pojem, nácvik oznámení krádeže

#### 3.ročník

- Pohyb a zájmy – denní režim, organizace volného času
- Úrazy dopravní - cyklisté a bruslaři
- Úrazy venku – bezpečné chování v létě
- Zdravá strava a pitný režim, potravinová pyramida
- Prevence kouření - Normální je nekouřit 1. díl, nácvik odmítání
- Pojem alkohol, nebezpečí pro zdraví
- Osobní bezpečí – setkání s cizím člověkem, nácvik říkání NE
- Šikana – pojem, postih šikany
- Krádež a její postih, nácvik oznámení krádeže

#### 4.ročník

- Pohyb a zájmy – význam aktivního pohybu, zájmů
- Úrazy dopravní – cyklisté – poranění při pádu z kola, důležitá telefonní čísla
- Úrazy venku – bezpečné chování v zimě
- Zdravá výživa, pitný režim - zásady
- Prevence kouření - Normální je nekouřit 2. díl
- Alkohol a nikotin, negativní vliv, nácvik odmítání
- Osobní bezpečí – setkání s cizím člověkem, obrana, dárky a sliby tajemství
- Šikana a její postih, pomoc
- Záškoláctví
- Krádež a vandalismus – pojem

#### 5.ročník

- Pohyb a zájmy – význam aktivního pohybu, zájmů, předcházení úrazům
- Úrazy dopravní – poranění při pádu na kolečkových bruslích, důležitá telefonní čísla
- Úrazy v domácnosti a venku – drobné úrazy a poranění, 1. pomoc, přivolání lékaře
- Zásady zdravé výživy, využívání nadbytečné energie
- Prevence kouření - Normální je nekouřit 3. díl
- Alkohol a nikotin, nácvik odmítání
- Osobní bezpečí – setkání s cizím člověkem, obrana, dárky a sliby tajemství
- Šikana a její postih, pomoc
- Záškoláctví
- Krádež, loupež, vandalismus

## 2. STUPEŇ - CÍLE

### VZTAHY VE TŘÍDĚ, ŠIKANA

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života (respektovat práva, dodržovat společenské normy, školní řád)
- formovat odpovědný přístup za své chování (přijímat postihy, ale i pochvaly)
- získat poznatky o tom, co je to šikana, agresivita, násilí, postih
- osvojovat si sociální dovednosti (spolupráce, přátelství, sebeúcta, tolerance, hledání pomoci při potížích, ...)
- podporovat dobré vztahy ve skupině, třídě (prostřednictvím skupinových her a činností zaměřených na rozvoj důvěry, spolupráce a tolerance)

### ZÁŠKOLÁCTVÍ

- formovat odpovědný přístup za své chování (dodržovat školní řád, přijímat postihy)
- získat poznatky o tom, co je to záškoláctví, o jeho postihu
- osvojit si sociální dovednosti (spolupráce, přátelství, hledání pomoci při potížích, ...)
- podporovat dobré vztahy ve skupině, třídě (prostřednictvím her zaměřených na rozvoj důvěry, spolupráci a toleranci)

### VOLNÝ ČAS, ZÁJMOVÁ AKTIVITA

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života - smysluplně trávit volný čas, využívat nabídky kroužků ve škole či ve městě
- posilovat sociální a osobnostní rozvoj, seberealizaci
- získat poznatky o tom, co je to pohybová aktivita, jaký je přínos pohybové aktivity pro zdraví člověka
- získat poznatky o tom, co je to volný čas, jak vhodně trávit volný čas, zamyslet se nad významem kroužků

### ZDRAVÁ VÝŽIVA, MENTÁLNÍ ANOREXIE, MENTÁLNÍ BULIMIE

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života, pochopit význam výživy pro zdraví
- vést žáky ke zdravým stravovacím návykům, zopakovat si zásady stravování dětí a pitného režimu, připomenout si nevhodnost některých nápojů
- zopakovat si význam potravinové pyramidy
- dokázat si vybrat vhodné potraviny či pokrmy pro dopolední svačinu
- poskytnout žákům informace o výskytu, příčinách i důsledcích poruch příjmu potravy
- dokázat si připravit zdravý zeleninový/ovocný salát

### KONFLIKTNÍ SITUACE A PATOLOGIE V RODINĚ

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života: respektovat práva, komunikovat, spolupracovat, ...
- naučit se cenit si sám sebe, druhých
- získat poznatky a dovednosti v oblasti rodinných vztahů – hádky, rozvod, zanedbávání, využívání, týrání a zneužívání dětí, ..., jejich příčiny, možné následky
- naučit se rozeznávat konfliktní a nebezpečné situace, naučit se, jak se chránit před takovými situacemi
- naučit se hledat pomoc při problémech v rodinných vztazích

### RASISMUS, XENOFOBIE, INTOLERANCE



- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života: respektovat práva druhých, spolupracovat, ...
- předávat znalosti v oblasti multikulturní výchovy (informace o jiných kulturách ve vazbě na kulturu vlastní, vzdělávat se o tom, co se děje při setkávání příslušníků různých kultur a jak správně reagovat)
- předávat dovednosti (učit se přijímat odlišnosti mezi lidmi a kulturami dnešního světa, poznávat, tolerovat, ...)
- předávat společenské hodnoty
- vychovávat k partnerství, spolupráci a solidaritě, usilovat o život bez konfliktů a negativních postojů ve společenství nejen druhých lidí, ale i jiných národů, jazyků, menšin a kultur
- podporovat a respektovat sociální a kulturní identitu žáků
- naučit se hledat pomoc při problémech s rasistickým podtextem

### POHLAVNÍ DOSPÍVÁNÍ, ONEMOCNĚNÍ HIV/AIDS A DALŠÍMI NEMOCEMI ŠÍŘÍCÍMI SE KREVNÍ CESTOU

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života
- formovat odpovědnost za své chování
- získat poznatky o vhodně prováděné intimní hygieně
- seznámit se s poznatky a riziky v oblasti reprodukčního zdraví – sexuální kontakty, antikoncepční metody, riziko nechtěného těhotenství, pojem infekce, přehled vybraných pohlavně přenosných nemocí a jiných onemocnění šířící se krevní cestou, seznámit se s mechanismy přenosu, příznaky, s jejich prevencí
- znát zásady bezpečného sexu
- vědět, na koho se obrátit s otázkami týkajícími se antikoncepce
- vědět, kde hledat pomoc při zdravotních problémech

### SEXUÁLNÍ OBTĚŽOVÁNÍ A ZNEUŽÍVÁNÍ DĚTÍ

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života: respektovat práva – hlavně osobní bezpečí
- naučit se cenit si sám sebe
- získat poznatky a dovednosti v oblasti sexuálního obtěžování a zneužívání dětí
- naučit se rozeznávat nebezpečné situace, naučit se, jak se chránit před takovými situacemi osobního nebezpečí
- naučit se hledat pomoc při potížích

### OHROŽOVÁNÍ MRAVNÍ VÝCHOVY MLÁDEŽE

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života: respektovat práva – hlavně osobní bezpečí
- naučit se cenit si sám sebe
- získat poznatky v oblasti zneužívání dětí (prostituce, obchod s dětmi, pornografie,...), seznámení s pojmem promiskuita, komerční zneužívání dětí
- naučit se rozeznávat nebezpečné situace, naučit se, jak se chránit před takovými situacemi
- naučit se hledat pomoc při potížích

### VANDALISMUS, DELIKVENCE, KRIMINALITA

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života (respektovat práva, dodržovat společenské normy)
- naučit se cenit si majetku svého i druhých
- formovat odpovědný přístup za své chování
- získat poznatky a dovednosti v oblasti kriminality
- naučit se rozeznávat protiprávní jednání, znát možný postih

### NÁVYKOVÉ LÁTKY – NIKOTIN, ALKOHOL, DROGY

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života
- formovat odpovědný přístup ke svému zdraví (vědět, co je zdravé, co nezdravé)
- získat poznatky, jak si chránit své zdraví (základní informace o škodlivost nikotinu, alkoholu a jiných návykových látek, vhodně trávit volný čas)
- naučit se odmítat
- naučit se hledat centra odborné pomoci

- osvojit si kritický přístup k reklamám na tabák a alkoholické nápoje

### GAMBLING A NETOLISMUS

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života (vhodné využívání volného času)
- získat znalosti v oblasti patologického hráčství a netolismu (základní informace)
- získat poznatky, jak si chránit své zdraví (základní informace o škodlivosti hazardních her a virtuálních drog, možná nebezpečí)
- naučit se hledat pomoc v případě problému

### NÁBOŽENSKÉ SEKTY

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života: hájit si právo na svobodu a svobodu volby
- získat znalosti v oblasti náboženství a náboženských sekt (informace o různých náboženstvích, sektách, formulovat rozdíl mezi významem pojmu sekta a jeho používáním v běžném životě)
- získat informace o tom, co se děje při setkávání příslušníků různých sekt, a jak reagovat
- uvědomovat si, co je to manipulativní chování, různé formy manipulativního chování
- naučit se hledat pomoc v případě ohrožení (začne se dít něco protizákonného, ...)

### DIVÁCKÉ NÁSILÍ

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života (respektovat práva, dodržovat povinnosti diváka, společenské normy, zákony)
- získat poznatky o tom, co je to agresivita, násilí, divácké násilí, postih
- osvojovat si sociální dovednosti (tolerance, spolupráce, hledání pomoci při potížích, ...) a rozvíjet osobnostní pozitivní hodnoty (seberegulace, sebeovládání)
- podporovat dobré mezilidské vztahy, vztahy ve skupině (prostřednictvím skupinových her a činností)
- formovat odpovědný přístup za své chování (přijímat postihy)

### SEBEPOZNÁNÍ, SEBEPOJETÍ

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života
- získat poznatky o tom, co je to sebepoznání a sebepojetí (co o sobě vím a co ne, můj vztah k sobě samému)
- osvojovat si osobnostní dovednosti (rozvoj a zvyšování sebeúcty, rozvoj osobnostní pozitivní hodnoty - seberegulace, sebeovládání)
- osvojovat si sociální dovednosti budováním vstřícného prostředí, podporováním dobrých mezilidských vztahů, zjišťováním Kdo jsem?, poznáváním svých silných stránek, akceptováním vlastního těla, uvažováním o tom Kam jdu? (prostřednictvím skupinových her a činností)

### STRES, DUŠEVNÍ A TĚLESNÁ HYGIENA

- formovat pozitivní postoje ke zdravému způsobu života
- získat poznatky o tom, co je to stres, duševní hygiena a tělesná hygiena, relaxace
- osvojovat si osobnostní dovednosti – psychohygiena (předcházení a zvládnání stresu prostřednictvím her a činností, relaxačních cvičení)

### **PŮSOBNÍ V RÁMCI VÝUKY NA 2. STUPNI:**

#### 6.ročník

- Vztahy ve třídě a šikana – dobré vztahy, přátelství
- Záškoláctví – pojem, povinnost školní docházky, postih
- Patologie v rodině – domácí násilí
- Jiné národnosti ve státě, diskriminace

#### 7.ročník

- Vztahy ve třídě – vzájemná úcta
- Volný čas – smysluplné využívání volného času
- Zdravá výživa, mentální anorexie a mentální bulimie – výskyt, příčiny a důsledky poruch příjmu potravy

- Konflikty v rodině – hádka x porozumění
- Národnostní menšiny v ČR, rasismus
- Pohlavní dospívání, intimní hygiena – pojem, čistota
- Sexuální obtěžování, zneužívání dětí – bezpečné chování
- Ohrožování mravní výchovy dětí – osobní bezpečí, neznámí lidé

#### 8.ročník

- Šikana – trestný čin
- Volný čas a zájmová aktivita – smysluplné využívání volného času
- Sexuální dospívání a reprodukční zdraví – zásady bezpečného sexu
- Pohlavně přenosné nemoci a jiné šířící se krevní cestou – prevence
- Sexuální obtěžování, zneužívání dětí – osobní bezpečí
- Ohrožování mravní výchovy dětí – osobní bezpečí, obchod s dětmi
- Kriminalita dětí a mládeže – trestný čin
- Alkohol, nikotin a drogy – informace o negativních vlivech na organismus
- Nebezpečí drog, centra pomoci
- Patologické hráčství a virtuální drogy – pojem, nebezpečí závislosti
- Náboženské sekty – svoboda x manipulace
- Stres, duševní a tělesná hygiena – pojmy, prevence stresu

#### 9.ročník

- Divácké násilí – agresivita při sportovním utkání
- Sebepoznání, sebepojetí – pojem, hry a úkoly

### **PROJEKTY A DALŠÍ AKTIVITY**

#### **DEN V PŘÍRODĚ**

-jednodenní akce zaměřená na rozvoj spolupráce, soutěživosti, pomoci slabším v kolektivu třídy, školy  
období: září 2015

#### **EXKURZE NA STANICI HORSKÉ SLUŽBY**

-jednodenní akce zaměřená na prevenci úrazu na horách – turistika, cykloturistika, lyžování  
období: září 2015

#### **DEN 1. POMOCI – ZÁCHRANNÉ SLOŽKY – HASIČI**

-jednodenní akce zaměřená na procvičení evakuace žáků ze školy, seznámení se s prací hasičů, seznámení se s první pomocí záchranářů, komunikací  
období: říjen 2015

#### **ŠKOLNÍ VÁNOČNÍ BESÍDKA**

-jednodenní akce zaměřená na rozvoj spolupráce, dobrých vztahů žáků celé školy  
období: prosinec 2015

#### **PREVENCE V RÁMCI BEZPEČNOSTI SILNIČNÍHO PROVOZU**

- informovat a motivovat žáky k dodržování pravidel silničního provozu pro chodce a cyklisty  
- realizace výuky ve 4. ročníku Vlastivědy (1x týdně), nákup jízdních kol a dopravních pomůcek (značky, ...), realizace výuky na dopravním hřišti (podzim, jaro) - projekt Škola plná života II  
období: duben 2016

#### **ŠKOLNÍ TURNAJE**

- rozvíjet u žáků schopnost aktivně trávit a organizovat si volný čas (stolní fotbal, šipky)  
období: v průběhu školního roku 2015/2016

#### **1. POMOC - beseda pro rodiče (udržitelnost projektu EU)**

-seznámit rodiče s první pomocí živě  
období: březen 2016

#### **ČARODĚJNICE – setkání rodičů a dětí na půdě školy**

-vytvořit podmínky pro neformální setkání rodičů, dětí a pedagogů školy

-rozvíjet spolupráci mezi rodiči a jejich dětmi  
období: duben 2016

### **STOP NÁVYKOVÝM LÁTKÁM!**

-jednodenní projekt zaměřený na prevenci kouření, alkoholu a drog, formování pozitivního postoje ke zdravému způsobu života, získání poznatků, jak si chránit své zdraví  
období: duben - květen 2016

### **TÝDEN V POHYBU II**

-týdenní projekt zaměřený na podporu pohybové aktivity u dětí, rozvoj dobrých a přátelských vztahů, spolupráce, komunikace  
období: červen 2016

## **HODNOCENÍ**

- průběžné vyhodnocování na čtvrtletních pedagogických poradách (věcné)
- závěrečné hodnocení realizace minimálního preventivního programu – analýza MPP na konci školního roku (formální), (evaluační nástroj MPP – dotazník zaměřený na prevenci projevů rizikového chování)

## **PORADENSTVÍ NA ŠKOLE**

- konzultační hodiny třídních učitelů (zápis v ŽK)
- konzultační hodiny výchovného poradce – Mgr. Jana Juránková (pondělí, středa)
- konzultační hodiny školního metodika prevence – Mgr. Martina Lenhartová (pondělí, středa)

## **SPOLUPRÁCE S ODBORNÍKY A JINÝMI ORGANIZACEMI**

- PPP Ústí nad Orlicí
- SPC Kamínek Ústí nad Orlicí
- SVP Mimóza Ústí nad Orlicí
- PPP a SPC Šumperk
- Úřad práce Králíky
- Odbor sociálních věcí a zdravotnictví MěÚ Králíky
- Policie Králíky
- Hasičský záchranný sbor Králíky
- Horská služba Dolní Morava
- Městské Muzeum Králíky
- Odbor školství Pardubického kraje
- SZÚ Praha

## **VOLNOČASOVÉ AKTIVITY**

Zájmové kroužky nabízí naše škola, dále informujeme žáky o možnosti navštěvovat další kroužky ve městě Králíky prostřednictvím plakátu na nástěnce Prevence a ve školním časopise Školní bravíčko, které nabízí především sportovní kluby, ZŠ, ZUŠ.

Školní kroužky:

- Logopedie hrou
- Kreativní dílna

## **VÝCHOVNĚ-VZDĚLÁVACÍ AKCE, AKCE SPORTOVNÍ HO A KULTURNÍHO CHARAKTERU**

- Den rekordů - sportovní dopoledne, setkání škol z okolí
- Sportovní turnaje a soutěže – florbale, atletika

- Lanový park Dolní Morava, další zážitkové programy – Mamutíkův vodní park
- Turistické vycházky do okolí a Hrubého Jeseníku
- Vánoční výstava
- Vánoční jarmark
- Velikonoční výstava
- Vánoční koncert - vystoupení žáků ZUŠ,
- Tančíme pro radost – vystoupení žáků ZUŠ
- Filmová a divadelní představení
- Vzdělávací exkurze – Horská služba Dolní Morava, Hasiči Králíky, Městské Muzeum Králíky