PREVENTIVNÍ PROGRAM ŠKOLY

2020 - 2021

**PREVENTIVNÍ PROGRAM**

**Škola:** Bratrská škola – církevní ZŠ, Rajská 300/3, 170 00 Praha 7

**Školní rok:** 2020/2021

**Druh prevence:** nespecifická

 specifická

**Zaměření preventivního programu:**

Preventivní program je zaměřen na všechny děti přípravného ročníku a žáky 1. – 6. ročníku základní školy, se zvláštním přihlédnutím k dětem se specifickými poruchami učení a chování a k dětem z odlišného kulturního prostředí.

Se záměry preventivního programu se mohou seznámit všichni rodiče prostřednictvím webových stránek školy. Zvláštní pozornost bude věnována rodičům tříd, ve kterých by došlo k výskytu rizikového chování (záškoláctví, šikana, užívání návykových látek, kouření, konzumace alkoholu, aj.).

**I. Charakteristika školy**

Bratrská škola je církevní základní škola s rozšířenou výukou výtvarné výchovy pro děti přípravné třídy, pro žáky I.stupně ZŠ (1. – 5.ročník) a II. stupně (zatím 6. ročník). Na škole probíhá také individuální vzdělávání. Bratrská škola je škola rodinného typu, který umožňuje klidnější tempo a větší prostor pro individuální respektování potřeb každého žáka. Škola je otevřená všem dětem. Z tohoto důvodu pracují v tomto školním roce ve všech třídách také asistentky pedagoga. Žákům s přiznanými podpůrnými opatřeními je poskytována v rámci výuky individuální nebo skupinová speciálně pedagogická péče nebo pedagogická intervence. Život v Bratrské škole je zaměřen na celkový rozvoj žáka, jeho nadání a uspokojování potřeb nejen v době výuky, ale i v čase školní družiny. V odpoledních hodinách vedou na škole odborní lektoři zájmové kroužky. Letos naše škola nabízí kroužky hudební, keramický, hrnčířský, dramatický, florbalový, sportovní se zaměřením na míčové hry, taneční, kroužek ručních prací, výuka angličtiny i s rodilým mluvčím, grafický a také kroužek náboženství. K lepšímu vzájemnému poznávání pokračujeme v tradici „Bratrská na horách“, také celoškolní výjezd na školu v přírodě a podzimní adaptační a poznávací pobyt v Bělči nad Orlicí. Naším cílem je znát každého žáka, co nejvíce ho poznat a snažit se mu vždy pomoci. Základní podmínkou je vytvoření atmosféry vzájemné důvěry. Do naší školy dochází pravidelně pan farář Ondřej Kolář z našeho patronátního sboru U Jákobova žebříku v Praze 8 - Kobylisích. Každý měsíc pan farář vstupuje do hodin prvouky nebo vlastivědy s biblickou hodinou. O významných liturgických svátcích a školních výročích pro nás připravuje náš patronátní sbor bohoslužby. Školní rok zahajujeme a končíme školní bohoslužbou v budově školy. Přínosná je spolupráce s rodičovskou veřejností. Zástupci rodičů ve školské radě fungují jako aktivní spojka mezi rodiči a vedením školy. Příležitostí ke vzájemnému setkávání rodičů a školy jsou kromě třídních schůzek a konzultací také školní slavnosti – Vánoční divadlo, Zahradní slavnost, jarní a podzimní táborák, duchovní setkávání a další společné akce pro děti, rodiče a učitele. Spolupráce se zřizovatelem, Českobratrskou církví evangelickou, je velmi účinná.

 Žáci Bratrské školy jsou rozděleni do šesti tříd. Ředitelkou školy je Mgr. Pavlína Radová, funkci metodika prevence zastává Mgr. Kateřina Kracíková.

 V prvním až šestém ročníku se vyučuje podle školního vzdělávacího programu „Každému pro jeho život“.

 **II. Analýza současného stavu ve škole**

 Škola usiluje celkově o podporu zdravého životního stylu (včetně volby společensky přijatelných způsobů trávení volného času).

Aktuální stále zůstává celospolečenský problém vysoké míry tolerance k tzv. „měkkým drogám“ (tabákové a alkoholové výrobky). Děti se s tímto jevem setkávají v každodenním životě – přímou zkušeností i prostřednictvím médií, která často zneužívání těchto návykových látek dokonce skrytě propagují. V letošním školním roce začali školu navštěvovat i žáci druhého stupně, v současné době žáci 6. ročníku, tak i zneužívání návykových látek se může mezi žactvem vyskytovat. Je tedy nutností tento negativní sociální jev nepodceňovat.

 Bratrská škola se nachází v blízkosti clubu Cross, ve kterém se setkávají i osoby s asociálními rysy chování a v hale vlakového nádraží – Nádraží Holešovice se zdržují lidé bez domova. Naší ulicí často prochází tito lidé a děti se tak dostávají do těsné blízkosti těchto osob, které mohou přímo ohrozit jejich bezpečí. Setkávají se se závažnými jevy rizikového chování a jsou s tímto závažným problémem konfrontovány, tudíž potřebují pomoc pedagogických pracovníků, aby k němu dokázaly zaujmout postoj přiměřený jejich věku a úrovni porozumění.

 Ve škole je řada žáků se specifickými poruchami učení, případně se vyskytuje i kombinace se specifickými poruchami chování. Aby škola mohla těmto žákům pomoci kompenzovat toto znevýhodnění, úzce spolupracuje s Křesťanskou psychologicko – pedagogickou poradnou na Praze 8. Školu pravidelně navštěvuje PhDr. Mesanyová (psycholožka), pracovnice této poradny. Jednotliví pedagogové s ní mohou konzultovat vývoj jednotlivých žáků, jejich specifika a metody práce s nimi. Každému žáku se specifickými poruchami učení nebo chování je dle doporučení pedagogiko psychologické poradny poskytnuta speciálně pedagogická péče nebo pedagogická intervence.

**III. Cíle programu**

Mezi základní cíle primární prevence rizikového chování řadíme především tyto:

1. prevence zneužívání návykových látek, vandalismu, záškoláctví, xenofobie, rasismu, šikany a násilného chování
2. bezpečné chování ve společnosti
3. výchova žáků ke zdravému životnímu stylu a k volbě smysluplných a společensky přijatelných forem trávení volného času
4. zapojování rodinných příslušníků do života školy

Stanovených cílů se pracovníci školy snaží dosahovat prostřednictvím zvyšování sociálních kompetencí žáků (přijímání odpovědnosti za své chování a jednání) a komunikačních kompetencí (adekvátní formy projevování vlastního názoru, schopnost naslouchat ostatním a přiměřeně reagovat, vyrovnat se s případným stresem, zátěží, kritikou, neúspěchem). Dále škola usiluje o vytváření příznivého sociálního klimatu (a to na všech obecných rovinách: materiální a estetické aspekty, společenské prostředí, sociální systém – způsob komunikace a kooperace, hodnotové vzory a normy).

Aby byly tyto cíle plněny skutečně efektivně, je třeba k nim přistupovat ne jako k nadstandardním a ojedinělým aktivitám, nýbrž jako k přirozené a neodmyslitelné součásti života školy a jejího působení. Podporu sociálních a komunikačních kompetencí žáků je třeba promyšleně a kontinuálně integrovat do všech předmětů. Zároveň je třeba se vyvarovat povrchního přístupu a v pedagogickém sboru se o jednotlivých způsobech implementace informovat a vzájemně spolupracovat.

**IV. Realizace preventivního programu**

 Při realizaci preventivního programu spolupracuje vedení školy, školní metodik prevence, speciální pedagogové a pedagogičtí pracovníci školy, dále také psycholožka Křesťanské pedagogicko psychologické poradny a lektorky primární prevence z Křesťanské pedagogicko psychologické poradny. V případě potřeby je navázána spolupráce s koordinátorem prevence MČ Praha 7, dětským lékařem, dalšími pracovníky pedagogicko psychologických poraden, pracovníky Policie ČR a Městské policie, s lektory Prevcentra či jiných organizací, poskytujících primární prevenci.

 Všichni zaměstnanci Bratrské školy – církevní základní školy dbají o harmonický rozvoj žáků, podporují jejich přiměřené a realistické sebevědomí, upravují podmínky tak, aby byly příznivé pro utváření přátelských vztahů, pomáhají formovat prosociální dovednosti žáků, metody nenásilného řešení konfliktů, působí jako facilitátoři efektivní komunikace a adekvátní interakce mezi žáky (potažmo mezi žáky a dospělými).

 Učitelé v jednotlivých předmětech (především v prvouce, přírodovědě, českém jazyce, tělesné výchově) zařazují témata z oblasti zdravého životního stylu, prevence závislostí a prevence dalších nežádoucích jevů. Učitelé se snaží o co nejefektivnější integraci těchto témat, neomezují se proto pouze na složku informační, ale převážně na složku formační. Ta spočívá v utváření postojů žáků k dané problematice, osvojování dovedností efektivní a konstruktivní komunikace, navazování a rozvoj sociálních vztahů, zvládání stresových situací, případně nácvik asertivního jednání. Podle možností zařazují vyučující do výuky různé formy a metody práce s využitím dalších psychosociálních prvků a technik.

Opatření, která napomáhají realizaci preventivního programu:

* během všech přestávek a v době obědů je nad žáky zajištěn pedagogický dozor, aby bylo sníženo nebezpečí šikany, nepřátelských projevů mezi žáky a riziko zneužívání návykových látek
* v případě potřeby mají žáci možnost svěřit se se svými problémy jednotlivým vyučujícím či metodikovi prevence
* žáci mohou (i anonymně) využívat schránku důvěry, která je umístěna v přízemí v hale
* jednotliví třídní učitelé průběžně diagnostikují sociální vztahy ve třídách; snaží se o včasnou diagnostiku pomocí běžného pozorování (zda není v kolektivu žák, který je nápadně často osamocen, případně je ostatními přímo odmítán) a v případě potřeby pomocí drobných sociometrických šetření (postavičky na stromě, nedokončené věty typu: „za přítele bych si ne/vybral…“, aj.); vyučující veškerá zjištění uchovává v tajnosti, výsledky, které se výrazně odchylují od průměru individuálně konzultuje s konkrétními žáky
* v případě zjištění negativních sociálních jevů ve třídě se třídní učitel neprodleně snaží zjednat nápravu, pokud se jeho opatření nejeví dostatečně efektivní, konzultuje problém s vedením školy a dále s pracovníkem pedagogicko psychologické poradny; je nutné zajistit co nejrychlejší intervenci, neboť pomalé a nepružné jednání vede zpravidla k prohloubení problému do takové míry, že již není možná jeho náprava bez zásahu odborníků
* třídní učitelé organizují tzv. kroužky (např. ranní) či třídnické hodiny, kde mají žáci možnost se vyjádřit k různým problémům ve škole (včetně mezilidských vztahů)
* jsou sledovány časté a opakující se krátkodobé absence žáků, tyto případy jsou konzultovány s rodiči, aby se předešlo případnému vzniku negativního jevu záškoláctví
* prevence rizikového chování je součástí školního řádu; při porušení těchto ustanovení budou uplatněny sankce
* jednotliví pedagogičtí pracovníci sledují mezi žáky další rizikové chování (např. vandalismus, šikana, brutální jednání, projevy rasismu, aj.); při jejich zjištění budou následovat tato opatření:
1. individuální pohovor se žákem
2. spolupráce s rodinou na základě získaných informací
3. doporučení spolupráce s odborníky
4. v případě nezájmu rodičů uvědomění sociálního odboru, oddělení péče o dítě
* v průběhu celého roku za příznivého počasí žáci tráví hlavní přestávku (po druhé vyučovací hodině) na školní zahradě, mohou využívat i školní hřiště; dozor na zahradě vykonávají vždy dva pedagogičtí pracovníci
* žáci mohou využívat školní knihovnu, která je umístěna v učebně čtvrté třídy
* žákům se SPUCH je věnována zvláštní péče, každému z těchto žáků je poskytnuta minimálně jednou týdně v rámci vyučování speciálně pedagogická péče nebo pedagogická intervence
* všichni učitelé nabízí rodičům možnost individuálních konzultací, dvakrát ročně se uskutečňují tzv. tripartitní schůzky (třídní učitel, rodiče, žák)
* rodiče mají možnost navštívit výuku ve dnech otevřených dveří bez předchozího ohlášení, v ostatních dnech po domluvě s vedením školy a vyučujícím; tak mohou rodiče poznávat prostředí a celkové klima školy a dávat škole nové podněty a připomínky

**V. Úkoly, které budou plněny v průběhu školního roku 2020 - 2021**

* účast metodičky primární prevence a speciálních pedagogů na odborných seminářích

 v rámci dalšího vzdělávání

* spolupráce metodičky prevence, speciálních pedagogů, výchovné poradkyně a třídních učitelů při řešení případných problémů žáků
* předávání informací získaných na odborných seminářích kolegům (např. stručný referát během provozní porady aj.)
* vzájemné informování učitelů o nestandardním chování žáků a možnostech řešení problémových situací
* spolupráce s metodikem a koordinátorem KPPP
* specifická primární prevence KPPP – Posilování pozitivních životních hodnot a postojů
* spolupráce s Městskou policií – Útvar Prevence
* zapojení do preventivního programu Policie České republiky
* spolupráce s koordinátorem prevence kriminality a protidrogové prevence, Úřad MČ Praha 7
* osvětová činnost zaměřená na rodiče
* zvyšování informovanosti učitelů průběžným dokupováním odborných knih a časopisů do učitelské knihovny
* věnovat zvýšenou pozornost žákům s rizikovým chováním
* věnovat zvýšenou pozornost jevům, které signalizují nárůst rizikového chování (vzájemná nesnášenlivost mezi konkrétními žáky, pomluvy,…)
* rozšíření nabídky zájmových kroužků na půdě školy, aby žáci měli možnost smysluplně využívat svůj volný čas
* zařazování projektového vyučování, které může podpořit klíčové kompetence žáků a zároveň vést k aktivnímu přístupu k učení a je proto často velmi efektivní
* prohloubení environmentální výchovy (nadále budeme vést žáky k třídění odpadu, rozšíříme oblast akcí podporující šetrný přístup k životnímu prostředí)
* účast žáků na výtvarných a jiných soutěžích
* návštěvy filmových a divadelních představení, besed aj.

**VI. Žákovské akce, které jsou plánovány na školní rok 2020 – 2021 a jejich vztah**

 **k primární prevenci**

 Bratrská škola podporuje řadu kulturních akcí, které žákům pomáhají kultivovat jejich zájmy a harmonicky rozvíjet osobnost. Řada těchto akcí také rozvíjí komunikační a sociální kompetence. Mezi akce, které plánujeme na školní rok 2020 – 2021 patří:

* návštěvy divadelních představení – kultivují osobnost žáka, jeho estetické cítění, mohou být podnětem k diskusi (např. Minor, Gong, Tan.studio Alta, U Hasičů)
* návštěvy filmových projekcí – snímky jsou voleny tak, aby mohla následovat diskuse na dané téma, snímky rovněž kultivují osobnost žáka (např. cyklus pořadů „Jeden svět“)
* exkurze za památkami Prahy – pomáhají žákům lépe poznat svůj kraj a okolí svého bydliště, posilují vztahy dětí k vlasti, národní historii, dědictví předků. V letošním školním roce svoji pozornost zaměří všechny třídy na poznávání Prahy 7.
* exkurze do ZOO – žáci se seznamují s faunou celého světa, poznávají vztahy jednotlivých ekosystémů, prohlubuje se jejich pozitivní vztah k přírodě (BŠ má pololetní vstupenku, každá třída jde nejméně 2x – kreslení, prohlídka s průvodcem, samostatná prohlídka)
* společné pobyty třídní (adaptační, poznávací) i školní (pobyt na horách, škola v přírodě)
* účast na výtvarných soutěžích – žáci mají rozšířenou výuku VV, je podporován jejich vztah k výtvarnému umění a prohlubováno estetické cítění (např. „Výstava betlémů“, „Krásná jako...“)
* účast na matematických soutěžích – sebeprezentace žáků, spolupráce v soutěžním týmu (Matematický proud, Pangea, Pythagoriády, Matematický klokan)
* ekologické akce – tyto aktivity posilují vztah žáků k životnímu prostředí a učí je přijímat vlastní odpovědnost za naše okolí a stav životního prostředí (např. s organizací Ekodomov, návštěvy Toulcova dvora, třídění odpadu ve škole, aj.)
* projektové dny – podporují vzájemné pozitivní vztahy mezi jednotlivými třídami, aktivní a samostatné zpracovávání informací a jejich předávání spolužákům
* hudební pořady – kultivují osobnost žáka, rozvíjí jeho pozitivní vztah k hudbě, seznamují ho s různými hudebními styly a nástroji
* besedy s pozvanými hosty – seznamují žáky s různými oblastmi naší kultury a motivují děti k společensky přijatelným způsobům trávení volného času (např. Noc s Andersenem)
* školní divadelní představení - podporuje v žácích pocit sounáležitosti, rozvíjí jejich komunikační a sociální dovednosti
* akce školní družiny – (např. návštěvy různých institucí, ples, tvořivé dílny, taneční zábava, aj.)
* besedy a přednášky se strážníky Městské policie, s policisty Policie ČR – seznamují žáky s pravidly bezpečného chování zejména mimo školu, při setkání s cizími osobami, se psy, v době, kdy jsem doma sám, aj.
* Projekt všeobecná primární prevence pořádaný KPPP – Posilování pozitivních hodnot a postojů – pro 4., 5. A 6. ročník

Jsou realizována dvě setkání během školního roku v rozsahu 4 vyučovacích hodin a 1 vyučovací hodiny konzultace pro žáky. 2 hodiny jsou věnovány konzultacím pro vyučující. Bloky povedou vyškolené lektorky spolu s třídní učitelkou.

témata 4. Ročníku - Posilování kladného sebepřijetí, sebeprezentace, sebepřijetí

 - Mapování vztahů v třídním kolektivu

 témata 5. ročníku - Prevence šikanování – posilování pozitivních vztahů v třídním kolektivu, posilování komunikačních dovedností

 - Prevence kyberšikany

Témata 6. ročníku - Prevence šikanování, prevence závislostí

 - Prevence závislostí

**VII. Metody práce**

 V rámci primární prevence rizikového chování je třeba využívat především aktivizačních metod, protože pouhé zprostředkování informací má mnohdy jen mizivý efekt. Žáci potřebují bezprostřední prožitek, osobní konfrontaci s problémem např. na určité modelové situaci, aby se rozvíjely jejich přiměřené postoje a hodnoty.

 Veškeré metody podporující rozvoj klíčových kompetencí (jedná se především o kompetence komunikační, kompetence k řešení problémů a kompetence sociální a personální) jsou také účinnými metodami prevence rizikového chování. Protože právě tyto klíčové kompetence jsou významné pro harmonický život jedince ve společnosti, mají s prevencí rizikového chování stejné cíle a mohou mít společné i prostředky. Aby k rozvoji těchto kompetencí (a tím i k prevenci nežádoucích jevů) skutečně docházelo, nestačí žáky pouze informovat, ale je třeba je formovat a utvářet podmínky pro to, aby se žáci pozitivních sociálních zkušeností mohli sami aktivně „zmocňovat“.

Metody, které učitelé Bratrské školy používají:

**diskuse / rozhovor se žáky** – učitel může žákům poskytovat nové informace, ale žáci je nepřijímají pouze pasivně, v diskusi jsou nuceni k nim zaujímat konkrétní stanovisko

**hraní rolí** – učitel navodí určitou modelovou situaci a žáci hrají určité role; po skončení je nezbytná dodatečná reflexe (jak se kdo v které roli cítil, co mu vadilo, vyhovovalo, co by potřeboval)

**skupinová práce** – může být zařazena do každého předmětu, důležité je rozdělení rolí ve skupině, aby žáci byli nuceni komunikovat a žádoucího výsledku dosáhnout společně (všichni členové skupiny se musí aktivně zapojit, jinak práce není ze sociálního hlediska efektivní)

**sociometrické techniky** – jsou zaměřené na diagnostiku sociálních vztahů ve třídách; napomáhají ovšem žákům uvědomit si a formulovat své postavení ve třídě a zároveň své vztahy ke spolužákům

**specifické techniky** – tyto rozmanité techniky napomáhají žákům např. odhalit některé jejich předsudky a sociální stereotypy, vyjádřit sebeocenění i ocenění ostatních, přiměřeně a citlivě se vyjadřovat o ostatních, naslouchat druhým, vyjádřit své pocity, atd.

**bloky primární prevence** – jedná se o lekce vedené vyškolenou dvojicí lektorů Křesťanské pedagogicko psychologické poradny a třídní učitelkou; jednotlivé bloky jsou na různá témata přiměřená věku a rozumovým schopnostem žáků (možno využít v případě potřeby třídy)

Bratrská škola dále pravidelně využívá tři zvláštní formy rozvoje sociálních dovedností. Jedná se o tzv. „ranní kruh“, kdy žáci mohou vyjadřovat např. svá očekávání k průběhu školního dne, své osobní prožitky, někdy je ranní kruh využíván jako prostor pro společnou modlitbu.

Další formou jsou hodiny dramatické výchovy, které probíhají v každé třídě jednou měsíčně. Žáci se v těchto hodinách učí posilovat především své sociální a komunikační kompetence.

Většinou jednou měsíčně také ve škole probíhá celodenní projekt na společné téma. Každá třída připravuje svou část projektu a následně probíhá prezentace v jednotlivých třídách. Žáci všech tříd mají dostatek času prohlédnout si činnost jiných tříd a seznámit se tak s prací svých mladších či starších spolužáků. Některé projekty probíhají naopak tak, že část projektu je určena společně všem třídám a druhou část projektu si žáci vypracovávají jednotlivě po třídách a podle pokynů jednotlivých vyučujících.

Navíc pravidelně jednou měsíčně vstupuje do tříd na biblickou hodinu farář p. Kolář z našeho patronátního sboru z kostela ČCE U Jákobova žebříku, Praha 8. Žáci hravou či zábavnou formou seznamuje s biblí a biblickými příběhy jako součást základního vzdělání.

**VIII. Úkoly pro jednotlivé ročníky**

 Úkoly pro jednotlivé ročníky jsme rozdělili do dvou okruhů – společně pro 1. – 3. ročník a pro 4. – 5. ročník, aby tak preventivní program korespondoval s modelem použitým v RVP a potažmo i ŠVP.

**1. – 3. ročník**

**Sociální prostředí**

* žáci a učitelé v jednotlivých třídách si společně stanoví pravidla soužití
* žáci prohlubují své porozumění pojmu přátelství (kamarádství) a jeho významu pro lidský život
* žáci si vytváří a prohlubují zdravé sebevědomí a sebedůvěru
* žáci se učí vzájemné pomoci, otevřené a efektivní komunikaci
* žáci poznávají potřeby ostatních a učí se na ně přiměřeně reagovat
* žáci si osvojují adekvátní strategie řešení konfliktů dohodou a nenásilnou cestou
* žáci a učitel se snaží ve třídě vytvářet pozitivní klima
* vyučující využívá pochvaly jako jednoho z výchovných prostředků, volí činnosti tak, aby dal žákům možnost zažít pocit úspěchu a radosti z práce
* učitel vnímá individuální odlišnosti žáků a učí tomuto vnímání i děti
* žáci se seznamují se základními lidskými právy a s právy dítěte

**Zdraví**

* žáci se učí chápat pojem zdraví podle definice WHO – jako pohodu duševní, tělesnou a sociální
* žáci se seznámí s pojmy zdraví a nemoc, ochrana proti nemocem, očkování
* žáci nacvičují efektivní přivolání první pomoci a komunikaci se zdravotnickým personálem
* žáci se učí vědomě reflektovat zdravý životní styl (režim práce, odpočinku, pohybu, stravování, spánku)

**Hygiena**

* žáci si upevňují své základní hygienické návyky, osobní hygienu, intimní hygienu, péči o zevnějšek

**Výživa**

* žáci se učí rozumět významu potravy pro život; rozlišovat zdravé a nezdravé potraviny a nápoje
* žáci dodržují stravovací a pitný režim, seznamují se s jeho významem pro zdraví

**Ochrana před úrazy**

* žáci si osvojují pravidla bezpečného chování v různých prostředích (doma, na ulici, v dopravních prostředcích, ve škole, aj.) a při různých činnostech (školní práce, sport, zábava)
* žáci se učí efektivně čelit nebezpečí zneužití ze strany silnějších či starších (týrání, zastrašování, šikana)
* žáci si osvojují pravidla silničního provozu jako chodce

**Nebezpečí od neznámých lidí**

* žáci nacvičují v modelových situacích jednání s neznámými lidmi (vyhnutí se kontaktu s neznámým člověkem, odmítnutí nabízených věcí, aj.)
* žáci se seznamují s nebezpečím, které představují odhozené injekční stříkačky a jehly (možnost nákazy nebezpečnými chorobami)

**Návykové látky a zdraví**

* žáci se učí porozumět manipulativním technikám reklamy
* žáci se učí na modelových situacích odmítat alkohol a cigarety
* žáci prohlubují své znalosti o škodlivých důsledcích požívání omamných látek
* žáci se seznamují se zásadami užívání farmakologických výrobků

**4. – 6. ročník**

**Sociální prostředí**

* žáci společně s vyučujícím reflektují dříve stanovená pravidla společného soužití a nově je přizpůsobují aktuální situaci
* žáci rozvíjí své adekvátní sebevědomí a sebeúctu
* žáci prohlubují své komunikační kompetence (rozvíjí schopnost diskutovat, efektivně a otevřeně komunikovat, naslouchat si navzájem, aj.)
* žáci se na modelových situacích učí přiměřeným způsobem řešit problémové situace
* žáci se učí adekvátně a nezraňujícím způsobem vyjádřit svůj názor
* žáci i učitel se snaží podporovat vzájemnou důvěru a vytvářet příznivé klima ve třídě
* žáci prohlubují své chápání základních lidských práv a práv dítěte

**Zdraví**

* žáci prohlubují své pochopení pojmů zdraví a nemoc, příznaky onemocnění, očkování, karanténa, izolace, aj.
* žáci si osvojují teoretické znalosti i praktické dovednosti k podpoře a rozvoji vlastního zdraví a zdravého životního stylu
* žáci se učí porozumět významu oblasti duševní hygieny; prakticky si zkouší některé relaxační techniky
* žáci si samostatně plánují svůj denní režim, do kterého zahrnují různé aktivity tak, aby plán byl realistický, ale zároveň splňoval podmínky zdravého životního stylu (střídání zátěže a odpočinku)
* žáci nacvičují poskytování první pomoci

**Hygiena**

* žáci prohlubují své znalosti a návyky osobní a intimní hygieny, péče o pleť, vlasy, nehty, aj.
* žáci se učí hodnotit reklamu na prostředky osobní hygieny

**Výživa**

* žáci rozšiřují své znalosti o zásadách zdravé výživy, vlivu stravovacích návyků na zdraví člověka (rychlé občerstvení X zdravá výživa)
* žáci se učí rozlišovat vhodnost potravin podle složení výrobků a tzv. přidaných látek
* žáci odhalují manipulativní strategie reklamy na potraviny

**Ochrana před úrazy**

* žáci si osvojují pravidla bezpečného chování v různém prostředí (např. při sportu, v přírodě, ve volném čase, v MHD, atd.)
* žáci nacvičují na modelových situacích vhodné chování a jednání v krizových situacích (šikana, kontakt s dealerem, s deviantní osobou, s osobou pod vlivem drog či alkoholu, aj.)
* žáci nacvičují poskytování první pomoci
* žáci si osvojují pravidla silničního provozu - cyklista

**Nebezpečí od neznámých lidí**

* žáci si osvojují adekvátní reakce na oslovení neznámými osobami
* žáci nacvičují odmítání nabízených poživatin aj.
* žáci se učí odhadovat bezpečnost situací a konkrétních lokalit v okolí školy a svého bydliště

**Návykové látky a zdraví**

* žáci se učí rozeznávat a upřednostňovat pozitivní životní cíle a hodnoty; hledat společensky přijatelné způsoby trávení volného času
* žáci na modelových situacích nacvičují odmítání návykových látek od party a kamarádů, snaží se sami klást vhodné argumenty
* žáci se učí orientovat v reklamách, které nám nabízejí média, rozpoznat manipulativní techniky reklamy
* žáci rozumí riziku, které je spojené s vysokou mírou tolerance požívání alkoholu v naší společnosti
* žáci znají základní účinky a následky různých typů omamných látek (budivé, tlumivé, halucinogenní)
* žáci dokážou vysvětlit mechanismus vzniku závislosti
* žáci chápou důvody, proč někdy lidé volí tuto cestu a dokážou navrhnout efektivní alternativy řešení
* žáci znají některá zařízení, která problém závislosti řeší

**IX. Očekávané výstupy pro žáky**

Očekávané výstupy obecně shrnují znalosti a dovednosti žáků, které jim efektivní realizace preventivního programu nabízí k osvojení. Obecně je můžeme definovat takto:

* žáci chápou pojem „zdravý životní styl“ a dokážou ho aktivně uplatňovat ve vlastním životě
* žáci znají význam zdraví na všech jeho rovinách (dle definice WHO – biologické, psychologické a sociální)
* žáci rozumí nebezpečím spojeným s rizikovým životním stylem (nesprávné stravovací návyky, zneužívání návykových látek, nedostatečná pohybová aktivita, aj.)
* žáci znají základní principy první pomoci a umí je prakticky uplatnit
* žáci komunikují otevřeně a konstruktivně, chápou nebezpečí nejasné komunikace (pomluvy, nactiutrhání, lhaní, manipulace, aj.); žáci jsou schopni vzájemného naslouchání
* žáci se aktivně podílí na tvorbě příznivého sociálního klimatu ve třídě a ve škole
* žáci umí detekovat vlastní předsudky a stereotypy, chápou rizika zkratovitého uvažování a jednání, které s nimi souvisí, dokážou některé z těchto předsudků a stereotypů rozumově zpracovat a podle toho následně jednat
* žáci rozumí pojmům „šikana“, „násilí“, „brutální chování“, „rasismus“, „xenofobie“, atd. a umí uplatnit efektivní mechanismy k obraně proti těmto sociálně – patologickým jevům
* žáci rozumí pojmu „lidská práva“, dokážou respektovat své povinnosti plynoucí z těchto práv