**Minimální preventivní program**

(dle metod. pokynu MŠMT č. 145 14/2000-51)

**Školní rok 2015/2016**

OBSAH

1. **Cíle programu**
2. **Realizace programu**
3. **Úkoly**
4. **Žákovské akce**
5. **Metody práce**
6. **Úkoly pro jednotlivé ročníky**
7. **Očekávané výstupy**
8. **Důležitá telefonní čísla**

Naším úkolem je ve spolupráci s rodiči formovat takovou osobnost žáka, která je s ohledem na svůj věk schopná orientovat se v dané problematice, zkoumat ji, ptát se, dělat rozhodnutí, která si bude vážit svého zdraví, bude umět nakládat se svým volným časem a zvládat základní sociální dovednosti.

**1. Cíle programu**

Mezi základní cíle primární prevence sociálně patologických jevů řadíme především tyto:

* prevence šikany a násilného chování, kyberšikany, vandalismu, záškoláctví, xenofobie, rasismu, zneužívání návykových látek
* výchova žáků ke zdravému životnímu stylu a k volbě smysluplných a společensky přijatelných forem trávení volného času
* zapojování rodinných příslušníků do života školy

Pracovníci školy se snaží dosahovat stanovených cílů 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.

**2. Realizace minimálního preventivního programu**

Při realizaci minimálního preventivního programu spolupracuje vedení školy, školní metodik prevence, výchovný poradce a všichni pedagogičtí pracovníci školy. V případě potřeby je navázána spolupráce s dětským lékařem, pracovníky pedagogicko – psychologické poradny a policie.

Všichni zaměstnanci naší 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.

Učitelé v jednotlivých předmětech (především v prvouce, přírodovědě, českém jazyce, výtvarné výchově a tělesné výchově) zařazují témata z oblasti zdravého životního stylu, prevence závislostí a prevence sociálně – patologických 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.

Opatření, která napomáhají realizaci minimálního 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, výchovnému poradci a metodikovi prevence.

Žáci mohou (i anonymně) využívat schránku důvěry, která je umístěna na chodbě školy spolu s nástěnkou, na níž jsou umístěny informace o důležitých telefonních číslech.

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 dále pomocí drobných sociometrických šetření (terčová schémata, 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 rizikových forem chování ve třídě se třídní učitel neprodleně snaží zjednat nápravu, pokud se jeho opatření nejeví dostatečně efektivní, konzultuje problém s metodikem prevence, s vedením školy, příp. s pracovníkem pedagogicko – psychologické poradny.

Třídní učitelé organizují tzv. „povídání v kruhu“, kde mají žáci možnost se vyjádřit k různým problémům školy (včetně mezilidských vztahů).

Prevence rizikových forem chování je součástí školního řádu; při porušení těchto ustanovení budou uplatněny sankce.

Jednotliví pedagogičtí pracovníci sledují mezi žáky další rizikové formy chování: (např. vandalismus, šikana, kyberšikana, brutální jednání, projevy rasismu, aj.); při jejich zjištění budou následovat tato opatření:

- individuální pohovor se žákem

- spolupráce s rodinou na základě získaných informací

- doporučení spolupráce s odborníky

- 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 za dozoru pedagogického pracovníka.

Žáci mají k dispozici knihy, v každé kmenové třídě je veřejně přístupná knihovna s různými tituly.

Všichni učitelé nabízí rodičům možnost individuálních konzultací.

Rodiče mohou kdykoli navštívit výuku, pořádáme také ukázkovou výuku a rodiče jsou vítáni na všech akcích školy.

**3. Úkoly, které budou plněny v průběhu školního roku 2015/2016**

Pro úspěšné plnění MPP plynou základní úkoly:

* účast metodičky primární prevence a výchovné poradkyně na odborných seminářích v rámci dalšího vzdělávání
* spolupráce metodičky prevence s výchovnou poradkyní a třídní učitelkou 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
* osvětová činnost zaměřená na rodiče
* zvyšování informovanosti učitelů průběžným dokupováním odborných knih a časopisů do učitelské knihovny
* zvýšená pozornost žákům s problémovým chováním
* zvýšená pozornost jevům, které signalizují nárůst sociálně – patologického chování (vzájemná nesnášenlivost mezi konkrétními žáky, pomluvy, slovní či fyzické napadání…)
* nabídka zájmových činností, aby žáci měli možnost smysluplně využívat svůj volný čas
* prohloubení environmentální výchovy (nadále budeme vést žáky k třídění odpadu, zúčastníme se akcí podporující šetrný přístup k životnímu prostředí – Recyklohraní, Krmení zvířat v lese, Den Země, Čištění potůčků…aj.
* účast žáků na výtvarných a jiných soutěžích
* návštěvy filmových a divadelních představení, besed aj.
* nabídka mimoškolních aktivit jako smysluplné využití volného času žáků

**4. Žákovské akce, které jsou plánovány na školní rok 2015/2016 a jejich vztah k primární prevenci**

Přesné plnění akcí – viz. Celoroční plán činnosti školy.

* Návštěvy divadelních představení – kultivují osobnost žáka, jeho estetické cítění, mohou být podnětem k diskusi.
* Návštěvy filmových projekcí – snímky jsou voleny tak, aby mohla následovat diskuse na dané téma, snímky rovněž kultivují osobnost žáka.
* Výlety – pomáhají žákům lépe poznat svůj kraj a okolí svého bydliště, posilují vztahy dětí k vlasti, národní historii, dědictví předků.
* Návštěvy knihoven – také se podílejí na kultivaci dětské osobnosti, napomáhají rozvoji slovesnosti a podporují žákovský vztah ke čtenářství jako společensky vhodné formě trávení volného času.
* Účast na výtvarných soutěžích –je podporován jejich vztah k výtvarnému umění a prohlubováno estetické cítění.
* Ekologické akce – tyto aktivity posilují vztah žáků k životnímu prostředí a učí je přijímat vlastní odpovědnost za naše okolí a stav životního prostředí.
* Školní besídky – podporují v žácích pocit sounáležitosti, rozvíjí jejich komunikační a sociální dovednosti.
* Prožitkové semináře – pomáhají mapovat vztahy v kolektivu, odkrývají negativní prvky chování a nastiňují cestu k jejich nápravě či odstranění.

Možnosti mimoškolních činností

* Náboženství –budova školy
* Keramika–budova školy
* Kroužek Malý šikula–budova školy
* Počítačový kroužek–budova školy
* Pohybové hry–budova školy
* Angličtina-–budova školy
* Tanečky KD
* Hasiči
* Kung-fu KD, školní hřiště
* LŠU-hra na klavír–budova školy

**5. Metody práce**

V rámci prevence rizikových forem 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 sociálně – patologických jevů.

Aby k rozvoji těchto kompetencí (a tím i k prevenci rizikových forem chování) 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“.

* 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)
* Dramatizace – metoda podobná hraní rolí, je však delší a obsahuje více problémových situací; i zde je nezbytnou podmínkou následný rozbor a reflexe.
* 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 prožitkové semináře vedené vyškoleným lektorem
* Komunitní kruh - žáci mohou vyjadřovat např. svá očekávání k průběhu školního dne, své osobní prožitky

**6. Úkoly pro jednotlivé ročníky**

**1. – 3. ročník**

* Sociální prostředí:

žáci a učitelé v jednotlivých třídách si společně stanoví pravidla soužití

prohlubují své porozumění pojmu přátelství (kamarádství) a jeho významu pro lidský život

vytváří si a prohlubují zdravé sebevědomí a sebedůvěru

učí se vzájemné pomoci, otevřené a efektivní komunikaci, ohleduplnosti

poznávají potřeby ostatních a učí se na ně přiměřeně reagovat

seznamují se se základními lidskými právy a s právy dítěte

osvojují si 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

* Zdraví:

učí se chápat pojem zdraví

seznámí se s pojmy zdraví a nemoc, ochrana proti nemocem, očkování

nacvičují efektivní přivolání první pomoci a komunikaci se zdravotnickým personálem

učí se vědomě reflektovat zdravý životní styl (režim práce, odpočinku, pohybu, stravování, spánku)

* Hygiena:

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

* Ochrana před úrazy:

osvojují si pravidla bezpečného a slušného chování v různých prostředích (doma, na ulici, v dopravních prostředcích, ve škole, aj.) a při různých činnostech (školní práce, sport, zábava)

učí se efektivně čelit nebezpečí zneužití ze strany silnějších či starších (týrání, zastrašování, šikana)

* Nebezpečí od neznámých lidí:

nacvičují v modelových situacích jednání s neznámými lidmi (vyhnutí se kontaktu s neznámým člověkem, odmítnutí nabízených věcí, aj.)

seznamují se s nebezpečím, které představují odhozené injekční stříkačky a jehly (možnost nákazy nebezpečnými chorobami)

* Výživa:

učí se rozumět významu potravy pro život; rozlišovat zdravé a nezdravé potraviny a nápoje

dodržují stravovací a pitný režim, seznamují se s jeho významem pro zdraví

* Návykové látky a zdraví:

učí na modelových situacích odmítat alkohol a cigarety

prohlubují své znalosti o škodlivých důsledcích požívání omamných látek

seznamují se se zásadami užívání farmakologických výrobků

**4. – 5. ročník**

* Sociální prostředí:

žáci společně s vyučujícím reflektují dříve stanovená pravidla společného soužití a nově je přizpůsobují aktuální situaci

prohlubují své komunikační kompetence (rozvíjí schopnost diskutovat, efektivně a otevřeně komunikovat, naslouchat si navzájem, aj.)

na modelových situacích se učí přiměřeným způsobem řešit problémové situace

znají nebezpečí kyberšikany a vědí, jak se před ní chránit

učí se reagovat na nevhodnou, nevyžádanou internetovou komunikaci (SPAM)

učí se, jak postupovat při obtěžování neznámou osobou na různých int. sociálních sítích, jak chránit své soukromí

učí se adekvátně a nezraňujícím způsobem vyjádřit svůj názor

žáci i učitel se snaží podporovat vzájemnou důvěru a vytvářet příznivé klima ve třídě

prohlubují své chápání základních lidských práv a práv dítěte

* Zdraví:

prohlubují své pochopení pojmů zdraví a nemoc, příznaky onemocnění, očkování, karanténa, izolace, aj.

osvojují teoretické znalosti i praktické dovednosti k podpoře a rozvoji vlastního zdraví a zdravého životního stylu

učí porozumět významu oblasti duševní hygieny; prakticky si zkouší některé relaxační techniky

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)

nacvičují poskytování první pomoci

* Hygiena:

prohlubují své znalosti a návyky osobní a intimní hygieny, péče o pleť, vlasy, nehty, aj.

učí se hodnotit reklamu na prostředky osobní hygieny

* Ochrana před úrazy:

osvojují pravidla bezpečného chování v různém prostředí (např. při sportu, v přírodě, ve volném čase, v MHD, atd.)

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.)

nacvičují poskytování první pomoci

* Nebezpečí od neznámých lidí:

osvojují adekvátní reakce na oslovení neznámými osobami

nacvičují odmítání nabízených poživatin aj.

učí se odhadovat bezpečnost situací a konkrétních lokalit v okolí školy a svého bydliště

* Výživa:

rozšiřují své znalosti o zásadách zdravé výživy, vlivu stravovacích návyků na zdraví člověka (rychlé občerstvení vs zdravá výživa)

učí se rozlišovat vhodnost potravin podle složení výrobků a tzv. přidaných látek

odhalují manipulativní strategie reklamy na potraviny

* Návykové látky a zdraví:

učí se rozeznávat a upřednostňovat pozitivní životní cíle a hodnoty; hledat společensky přijatelné způsoby trávení volného času

na modelových situacích nacvičují odmítání návykových látek od party a kamarádů, snaží se sami klást vhodné argumenty

učí se orientovat v reklamách, které nám nabízejí média, rozpoznat manipulativní techniky reklamy

rozumí riziku, které je spojené s vysokou mírou tolerance požívání alkoholu v naší společnosti

**7. Očekávané výstupy pro žáky 1. stupně**

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

* chápou pojem „zdravý životní styl“ a snaží se ho aktivně uplatňovat ve vlastním životě
* znají význam zdraví na všech jeho rovinách
* rozumí nebezpečím spojeným s rizikovým životním stylem (nesprávné stravovací návyky, zneužívání návykových látek, nedostatečná pohybová aktivita, aj.)
* znají základní principy první pomoci a umí je prakticky uplatnit
* komunikují otevřeně a konstruktivně, chápou nebezpečí nejasné komunikace (pomluvy, nactiutrhání, lhaní, manipulace, kyberšikana aj.);
* jsou schopni vzájemného naslouchání
* aktivně se podílí na tvorbě příznivého sociálního klimatu ve třídě a ve škole
* rozumí pojmům „šikana“, „kyberšikana“, „násilí“, „brutální chování“, „rasismus“, „xenofobie“, atd. a umí uplatnit efektivní mechanismy k obraně proti těmto rizikovým formám chování
* rozumí pojmu „lidská práva“, dokáží respektovat své povinnosti plynoucí z těchto práv

**8. Důležitá telefonní čísla**

**116 111** Linka důvěry: - je shodné pro dětské linky důvěry v celé Evropě. Volání je zdarma z pevných i mobilních telefonů.

**112** Jednotné číslo tísňového volání

**155** Zdravotnická záchranná služba

**158**  Policie ČR

**156**  Městská policie

**558 43 20 84**  PPP Frýdek-Místek

**558 432 084** Zdeňka Neničková - oblastní metodik preventivních aktivit PPP F-M

Ve Frýdku-Místku - Skalici 27.8.2015

Mgr.Nikola Gossmannová

metodik prevence patologických jevů

Mgr.Denisa Rožnovská Rojíčková

ředitelka školy