Školní rok:	2026/2027

Preventivní program

1. ZÁKLADNÍ ÚDAJE O ŠKOLE

Název a adresa školy, pro kterou platí tento PP	Gymnázium, Praha 9, Špitálská 2 www.gymspit.cz
Jméno a příjmení ředitele	Antonín Zajíc
Telefon na ředitele	283 893 123, 283 890 447
E-mail na ředitele	antonin.zajic@gymspit.cz

Jméno školního metodika prevence	Mgr. Monika Bouškova
Telefon	283 893 123, mobil 776 335 035
E-mail	monika.bouskova@gymspit.cz
Specializační studium	ukončeno 2018 (závěrečná práce: *Metodika adaptačního kurzu*)
Realizátor vzdělávání	PPP pro Prahu 1, 2 a 4

Jméno výchovného poradce	Mgr. Barbora Bydžovská
Telefon	283 893 123
E-mail	barbora.bydzovska@gymspit.cz
Specializační studium	ukončeno 2010 (závěrečná práce: *Kariérní poradenství pro žáky s SPU*)
Realizátor vzdělávání	PedF UK v Praze

Jméno školního psychologa	Mgr. Anna Fragnerová
Telefon	283 893 123
E-mail	anna.fragnerova@gymspit.cz

Spolupráce:
dlouhodobě spolupracujeme s PPP pro Prahu 9 i metodiky prevence pro Prahu 9 http://www.ppp9.cz/

	Počet tříd	Počet žáků/studentů	Počet ped. pracovníků
Víceleté gymnázium	8	243	43
Čtyřleté gymnázium	4	125	43
Celkem na škole	**12**	**368**	**43**

2. PREVENTIVNÍ STRATEGIE ŠKOLY

Naše škola připravila a realizuje komplexní dlouhodobý program prevence rizikového chování, který zahrnuje aktivity působící na osobnost žáka, dotýká se jeho hodnotových žebříčků, pracuje s jeho komunikačními dovednostmi. Program vychází z toho, že *osobnostně stabilní člověk s dobrými mezilidskými vztahy lépe odolá problémům a pokušením*.

S prevencí rizikového chování velmi úzce souvisí atmosféra ve škole a nastavení norem. To je ovlivněno mnoha faktory. Mezi ně patří schopnost pedagogů efektivně využívat svých sil, vzájemně účinně spolupracovat, způsob komunikace učitelů navzájem a učitelů s žáky. Prevence může být efektivní pouze tehdy, probíhá-li v příznivém sociálním klimatu školy a je-li prováděna vyškolenými lektory a pedagogy. Součástí naší preventivní strategie je tedy také další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti osobnostní a sociální, protože ho považujeme za nezbytné pro dobrou pedagogickou práci.

Základem naší preventivní strategie jsou adaptační kurzy pro první ročníky osmiletého i čtyřletého studia a následná práce se třídou spočívající hlavně v několikahodinových tematicky zaměřených kurzech. Tyto akce realizujeme částečně svými silami, při realizaci některých kurzů spolupracujeme s externími lektory z různých organizací zaměřených na prevenci rizikových jevů.

Dlouhodobým cílem našeho programu je:

- zvyšovat odolnost žáků vůči rizikovému chování tím, že se snažíme podporovat u žáků rozvoj dovedností, které vedou k samostatnému odpovědnému rozhodování, k upevňování reálného sebepojetí, k odolnosti vůči agresi a tlaku skupiny, k odmítání všech forem sebedestrukce;
- postupně zlepšovat sociální klima školy upevňováním komunikačních dovedností pedagogů i žáků;
- posilovat u žáků pocit psychické pohody, bezpečí, zlepšovat u žáků techniky, které povedou ke zvládání stresu a náročných životních situací;
- zvyšovat finanční a právní gramotnost žáků;
- posílit týmovou spolupráci v oblasti specifické primární prevence;
- motivovat učitele k aktivnímu zapojení se do realizace programu ve svých hodinách i na neformální bázi při komunikaci se žáky, ke spolupráci s kolegy a k vzájemné informovanosti o chování žáků;
- posilovat pocity psychické pohody u dětí v domácím prostředí zvyšováním povědomí rodičů o náročnosti přestupu na školu gymnaziálního typu.

Cílové skupiny, které program sleduje, jsou:

- žáci
- učitelé
- rodiče

3. STRUČNÁ ANALÝZA SITUACE

Na gymnáziu se vyučuje 8 tříd osmiletého a 4 třídy čtyřletého studia, tedy žáci ve věku 11 – 19 let. Celkem ve škole studuje přibližně 370 studentů. Nejsme velkou školou, žáci se často napříč třídami znají, různě spolupracují, to vše napomáhá příjemnému klimatu ve škole. Žáci k nám převážně dojíždí ze sídliště Černý Most, z okolní zástavby, z okrajových částí Prahy i z obcí na východ a sever od Prahy. Většina rodičů žáků má středoškolské nebo vysokoškolské vzdělání a uvědomuje si význam vzdělání pro své potomky, proto jsou děti i z domova motivované k dobrému vztahu ke škole. Tradičně se k nám postupně hlásí sourozenci z jedné rodiny. Bývalí žáci k nám posílají studovat své děti. Někteří bývalí žáci u nás učí, další se zúčastňují našich akcí jako pomocníci. Z toho usuzujeme, že tradice a klima naší školy hraje pozitivní roli.

Naše škola sídlí v jedné budově, postavené ve funkcionalistickém stylu, památkově chráněné, nachází se v Praze 9 – Vysočanech, v klidném prostředí starší zástavby u stanice metra. Součástí školy je také školní jídelna, žáci nemusí docházet stravovat se mimo budovu školy. To vše považujeme za pozitivní faktory.

Na škole pracuje poradenský tým. Výchovná poradkyně Barbora Bydžovská, metodik prevence Monika Boušková, funkci školního psychologa vykonává Anna Fragnerová. Na přípravě a vedení adaptačních kurzů, kurzu pro kvintu i kurzů prevence také spolupracují další kolegové učitelé, zejména Stanislav Gottwald, který absolvoval dva několikadenní kurzy zážitkové pedagogiky a navštěvoval KVP pořádaný o. s. ŽBZ, a Hana Šůrová, jež má bohaté zkušenosti ze skautských aktivit.

Již v dřívější době se pedagogický sbor vzdělával v oblasti prevence nežádoucího chování. Část pedagogů školy se zúčastnila čtyřdenního školení na téma *Ne-bezpečná škola* (vedla lektorka Mgr. Gabriela Böhmová), realizovali jsme školení pro pedagogický sbor *Vliv soutěživého prostředí na klima třídy: Bezpečí ve skupině, soutěžení a jeho rizika, efektivní metody založené na spolupráci* (lektorka Mgr. Martina Grohmanová ze z. s. Společně k bezpečí). V minulém školním roce jsme s podporou PedF UK realizovali několik školení pro pedagogický sbor, a to na téma Třídní učitel. Pedagogové se také vzdělávají v této oblasti individuálně, studiem tištěných a on-line materiálů. Máme v plánu uskutečnit další školení zaměřené na psychohygienu či klinickou psychologii.

Prostory školy jsou omezené. Preventivní programy pořádáme ve třídě upravené pro sezení v kruhu a volný pohyb žáků. Volnočasové aktivity jsou zastoupeny širokou nabídkou sportovních her, vedených jako nepovinné předměty. O všech přestávkách je žákům umožněn přístup do počítačové učebny, o velké přestávce mohou používat venkovní hřiště a další prostory v areálu školy. Uvědomujeme si, že vedení žáků ke sportu pomáhá jejich wellbeingu. Organizujeme řadu soutěží. Podporujeme vlastní aktivity žáků směřující ke zdravému životnímu stylu a k rozvíjení tvořivosti, v tom případě jim poskytneme pomoc i prostor. Studenti vydávají školní časopis, připravují pro své spolužáky projektové dny, den kultury, den vědy, filmovou noc či přespávání ve škole. Na těchto akcích spolupracují studenti napříč ročníky. Informace o všech akcích a soutěžích, které škola pořádá, jsou ve výroční zprávě na webu školy. Na řadě akcí v budově školy i na výjezdech (včetně adaptačních soustředění) s námi spolupracují bývalí studenti naší školy.

Dlouhodobým pozorováním se nám jeví, že po několikaletém praktikování systému preventivních kurzů a podporou studentských aktivit a tvořivosti se na naší škole výrazně snížila četnost výskytu nežádoucího chování.

V aktuálním školním roce budeme pokračovat v práci s třídními kolektivy, budeme nadále podporovat aktivní přístup žáků ke školním i mimoškolním projektům, zapojení žáků do soutěží i jejich volnočasové aktivity. Právě na posílení psychické odolnosti, zlepšení vztahů ve třídách, týmovou práci a dobrou komunikaci budou zaměřeny programy primární prevence jak v nižším gymnáziu, tak ve třídách vyššího gymnázia.

Uvědomujeme si, že duševní zdraví je základem plnohodnotného života a také správného studia, a proto je pro nás podstatné, aby se žáci nejen ve škole cítili dobře (tzv. „wellbeing“). Do programů prevence se zařazujeme informace a techniky, které vedou žáky k lepší péči o sebe, zlepšení sebepřijetí, zvládání stresu a náročných životních situací.

Nezapomínáme ani na rizikové chování v kyberprostoru a jiná rizika závislostního chování. Na všechna tato témata je náš preventivní program dlouhodobě zaměřen.

4. ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

Školní poradenské pracoviště vypracovalo „Krizový plán“ řešení různých problematických situací. Tento plán je k nahlédnutí na webových stránkách školy. Zabýváme se i řešením problémů školní neúspěšnosti. Strategie je také zveřejněna na webových stránkách školy.

Škola je zapojená do celostátního internetového projektu *Nenech to být,* jehož cílem je pomoci odhalovat nežádoucí projevy rizikového chování.

5. STANOVENÍ CÍLŮ PP PRO ŠKOLNÍ ROK

Cíl:	Zvyšovat informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků, kteří se zúčastní kurzů Hodnocení kurzů žáky a třídními učiteli pomocí dotazníků nebo strukturovaných rozhovorů
Zdůvodnění cíle:	Informace o důsledcích rizikového chování by měly snížit výskyt takového chování, pokud jsou podány včas a fundovaně.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Cíl souvisí se zvyšováním odolnosti vůči rizikovému chování.

Cíl:	Upevnit vzájemné vztahy v třídním kolektivu
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků, kteří se zúčastní kurzu Hodnocení kurzu žáky a třídními učiteli pomocí dotazníků nebo strukturovaných rozhovorů
Zdůvodnění cíle:	Ve třídě bez konfliktních vztahů je lepší atmosféra i pro učení.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Cíl souvisí se zlepšováním sociálního klimatu třídy i celé školy.

Cíl:	Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit tak odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků, kteří se zúčastní kurzů Výsledky evaluačních dotazníků Hodnocení kurzů lektory a třídními učiteli
Zdůvodnění cíle:	Komunikační dovednosti považujeme za jedny ze základních sociálních kompetencí.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Pomocí upevňování komunikačních dovedností žáků se snažíme zlepšovat sociální klima dané třídy i celé školy. Zároveň tím posilujeme u žáků pocit psychické pohody a bezpečí.

Cíl:	Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků, kteří se zúčastní kurzů Strukturované rozhovory se žáky ohroženými psychickou či osobní nepohodou
Zdůvodnění cíle:	Wellbeing a duševní zdraví žáků jsou základem zdravého vývoje člověka a jsou velmi úzce spojeny s prevencí rizikového chování
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Cíl souvisí se zvyšováním odolnosti žáků vůči rizikovému upevňováním reálného sebepojetí, budováním odolnosti vůči agresi a tlaku skupiny, odmítáním všech forem sebedestrukce a posilováním psychické pohody.

Cíl:	Nastartovat dynamiku nových tříd a navázat jejich vztah ke škole. Umožnit rychlejší aklimatizaci nových žáků, zabránit izolaci sociálně méně aktivních.
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků, kteří se zúčastní kurzů Hodnocení kurzů lektory a třídními učiteli
Zdůvodnění cíle:	Rychlejší aklimatizace nových žáků, zabránění izolaci sociálně méně aktivních.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Cíl souvisí se zlepšováním sociálního klimatu třídy i celé školy.

Cíl:	Zvyšovat informovanost žáků v oblasti finanční gramotnosti
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků, kteří se zúčastní kurzů Hodnocení kurzů žáky a třídními učiteli pomocí dotazníků nebo strukturovaných rozhovorů
Zdůvodnění cíle:	Informace o finanční gramotnosti a právním povědomí v této oblasti by měly lépe připravit žáky na vstup do samostatného života a světa práce.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Cíl souvisí se zvyšováním dovedností žáků, které vedou k samostatnému odpovědnému rozhodování.

Cíl:	Zvyšovat informovanost pedagogů o možnostech a způsobech řešení projevů rizikového chování
Ukazatele dosažení cíle:	Počet materiálů, se kterými pedagogy seznámíme
Zdůvodnění cíle:	Zvýšení kompetencí zefektivňuje práci pedagogických pracovníků, je nezbytnou součástí psychohygieny.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Cíl souvisí se zlepšováním sociálního klimatu školy a se zvyšováním odolnosti žáků vůči rizikovému chování.

Cíl:	Motivovat pedagogy k rozšiřování sociálních dovedností formou skupinového vzdělávání
Ukazatele dosažení cíle:	Počet pedagogů, kteří se zúčastní kurzů, budou se dále vzdělávat
Zdůvodnění cíle:	S prevencí rizikového chování velmi úzce souvisí atmosféra ve škole. To je ovlivněno mnoha faktory. Mezi ně patří způsob komunikace učitelů navzájem a učitelů s žáky. Snažíme se o zlepšování tzv. bezpečné školy.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Pomocí rozšiřování sociálních dovedností učitelů se snažíme zlepšovat sociální klima školy.

Cíl:	Motivovat rodiče k rozšiřování sociálních dovedností formou besedy
Ukazatele dosažení cíle:	Počet rodičů, kteří se zúčastní kurzů
Zdůvodnění cíle:	S prevencí rizikového chování velmi úzce souvisí atmosféra v rodině. Snažíme se o zlepšování tzv. bezpečného domácího prostředí pro žáky.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Pomocí rozšiřování sociálních dovedností rodičů se snažíme působit také na domácí prostředí žáků.

6. SKLADBA AKTIVIT PP PRO JEDNOTLIVÉ CÍLOVÉ SKUPINY

a) Pedagogové

Pedagogové budou mít možnost zúčastnit se vzdělávání zaměřeného na téma klinické psychologie, dále na sebezkušenostní rozvoj, na rozvoj a zlepšování psychohygieny a péče o vlastní duševní pohodu.

Termín	v průběhu 1. pololetí školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Pedagogové budou seznamováni s materiály (nebo odkazy na ně), které se zabývají problematikou primární prevence, bezpečného a zdravého prostředí na školách a obsahují možnosti a způsoby řešení projevů rizikového chování. (mj. elektronický časopis Ne-bezpečná škola, tištěný časopis Třídní učitel)

Termín	v průběhu celého školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

b) Žáci

Tematické bloky ve výuce, zaměřené na prevenci rizikového chování

Ročník	Předmět (podle ŠVP)	Vzdělávací oblast (podle RVP)	Téma	Časová dotace (hod)
prima	Občanská výchova	Člověk a společnost	Mezilidské vztahy, rasismus	2
prima	Občanská výchova	Člověk a zdraví	Rizika návykových látek (kouření, alkohol) Seberegulace a sebeorganizace Osobní bezpečí včetně kyberprostoru	1 1 1
prima	Biologie	Člověk a zdraví	Viry a bakterie - ochrana, HIV / AIDS	3
prima	Informatika	Informační a komunikační technologie	Bezpečí na internetu, šikana, kyberšikana Sociální sítě	1
sekunda	Občanská výchova	Člověk a společnost	Mezilidské vztahy, nacionalismus, multikulturalita	2
sekunda	Občanská výchova	Člověk a zdraví	Osobní hygiena, duševní hygiena, režim dne Zdravá výživa, poruchy výživy Zneužívání návykových látek, závislosti Sexuální deviace, násilí	1 1 1 1
sekunda	Občanská výchova	Člověk a zdraví	Sebehodnocení, sebepoznání a sebevýchova Zdravý životní styl, dospívání Šikana a její projevy	1 1 1
sekunda	Informatika	Informační a komunikační technologie	Mediální obraz krásy a počítačová grafika	2
sekunda	Dějepis	Člověk a společnost	Středověká společnost (rasismus, xenofobie, extremismus)	2
sekunda	Zeměpis	Člověk a společnost	Regiony světa (multikulturalita)	2
tercie	Občanská výchova	Člověk a zdraví	Náročné životní situace, stres, základní způsoby a techniky úspěšného vyrovnávání se se stresem Sexualita, rodinný život	2 1
tercie	Biologie	Člověk a zdraví	Nakažlivé nemoci, drogy, pohlavní choroby	4
tercie	Informatika	Informační a komunikační technologie	Trávení času, využívání volného času (EXCEL)	1
tercie	Informatika	Informační a komunikační technologie	Základy finanční gramotnosti (úrok, půjčka, růst dluhu)	2
tercie	Výchova ke zdraví	Člověk a zdraví	Zdravá výživa Výchova k rodičovství Péče o zdraví a zdravý způsob života (návykové látky) Dopravní výchova	3 3 4 2
kvarta	Dějepis	Člověk a společnost	Fašismus, nacismus, holocaust (rasismus, xenofobie, extremismus)	15

Ročník	Předmět (podle ŠVP)	Vzdělávací oblast (podle RVP)	Téma	Časová dotace (hod)
kvarta	Občanská výchova	Člověk a společnost	Rasová, národnostní, náboženská a ideologická nesnášenlivost, xenofobie, extrémismus, jejich příčiny, možné důsledky a způsoby prevence	3
kvarta	Občanská výchova	Člověk a společnost	Základy finanční gramotnosti	2
kvarta	Chemie	Člověk a zdraví	Bílkoviny, tuky, sacharidy, vitamíny – zásady zdravé výživy Nebezpečné látky, volně i nezákonně prodávané drogy	1
kvinta, 1.ročník	Biologie	Člověk a zdraví	Viry a bakterie - ochrana, HIV / AIDS	9
kvinta, 1.ročník	Základy společenských věd	Člověk a zdraví	Zdravý způsob života a péče o zdraví, psychohygiena Vztahy mezi lidmi a formy soužití, způsoby sebereflexe a kontroly emocí Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence	1 1 1
sexta, 2.ročník	Dějepis	Člověk a společnost	Středověká společnost (rasismus, xenofobie, extremismus)	4
sexta, 2.ročník	Základy společenských věd	Člověk a společnost	Základy finanční gramotnosti	2
septima, 3.ročník	Biologie	Člověk a zdraví	Zdravá výživa, pohlavní choroby, HIV / AIDS	4
septima, 3.ročník	Informatika	Matematika a její aplikace	Finanční gramotnost, finanční matematika	8
septima, 3.ročník	Základy společenských věd	Člověk a společnost	Právo a spravedlnost. Lidská práva, kriminalita	4
oktáva, 4.ročník	Dějepis	Člověk a společnost	Fašismus, nacismus, holocaust (rasismus, xenofobie, extremismus)	18
oktáva, 4.ročník	Chemie	Člověk a zdraví	Organická chemie, nebezpečné látky - drogy	2
oktáva, 4.ročník	Základy společenských věd	Člověk a společnost	Náboženská nesnášenlivost, rozdíly mezi světovými náboženstvími a sektami, sektářství	6
všechny ročníky	Tělesná výchova	Člověk a zdraví	Zdravý životní styl, seberegulace a sebeorganizace, kooperace a kompetice, mezilidské vztahy	průběžně

Zajišťuje vyučující předmětu v příslušné třídě, odpovídá předmětová komise.

Programy primární prevence

PRIMA

Název programu	Adaptační kurz
Typ programu	Pobytová akce
Stručná charakteristika programu	- Vytváření pravidel - Seznamovací aktivity - Sebeprezentace, skupinové diskuse - Teambuildingové aktivity - Zapojení vrstevníků podobného věku
Realizátor	školní preventivní tým, třídní učitel a praktikanti (bývalí studenti)
Cílová skupina	žáci primy
Počet hodin programu	4 dny
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Nastartovat dynamiku nových tříd a navázat jejich vztah ke škole. Umožnit rychlejší aklimatizaci nových žáků, zabránit izolaci sociálně méně aktivních.
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastnili kurzu hodnocení kurzu lektory a třídní učitelkou
Termín	září
Zodpovědné osoby	Hana Šůrová

Název programu	Naše školní třída 1
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Přenesení nastavených forem komunikace a pravidel z AK do školního prostředí. Umět vyjádřit zpětnou vazbu bez prostředníka, umět mluvit za sebe, umět přijmout kritiku. Přijímat sebe i spolužáky ve své jinakosti. Problematika závislostního chování.
Realizátor	Mgr. Martina Kekulová, o. s. Společně k bezpečí
Cílová skupina	žáci primy
Počet hodin programu	9
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Upevnit vzájemné vztahy v třídním kolektivu
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška

Název programu	Odolnost a stres, správné metody učení (podpora duševního zdraví)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou vedeni k využívání efektivních metod učení. Budou seznámeni se základními technikami psychohygieny, s nástroji na zvládání stresu.
Realizátor	školní psycholog
Cílová skupina	žáci primy
Počet hodin programu	2 + 2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o zvládání náročných situací Cíl: Předcházet problémům v oblasti duševního zdraví
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška, školní psycholog

Název programu	Digitální wellbeing
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci si uvědomí pravidla pro bezpečné používání internetu a mobilního telefonu, posoudí nejčastější formy rizikového chování ve virtuální komunikaci. Seznámí se s reálnými situacemi a jejich dopady. Žáci zformulují konkrétní návrhy, jak se bránit kyberšikaně a jak se chovat bezpečně ve virtuálním prostoru. Problematika závislostního chování.
Realizátor	Linkin Sphere
Cílová skupina	žáci primy
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška

SEKUNDA

Název programu	Naše školní třída 2
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Upevňování pravidel a forem komunikace přijatých v primě. Žáci si vyzkouší hovořit o svých pocitech, být přiměřeně otevření, nepoužívat agresi.
Realizátor	Mgr. Martina Kekulová, o. s. Společně k bezpečí
Cílová skupina	žáci sekundy
Počet hodin programu	9
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Upevnit vzájemné vztahy v třídním kolektivu Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	On-line predátoři
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci si uvědomí pravidla pro bezpečné používání internetu a mobilního telefonu, posoudí nejčastější formy rizikového chování ve virtuální komunikaci. Seznámí se s reálnými situacemi a jejich dopady. Žáci zformulují konkrétní návrhy, jak se bránit kyberšikaně a jak se chovat bezpečně ve virtuálním prostoru. Problematika závislostního chování.
Realizátor	Linkin Sphere
Cílová skupina	žáci sekundy
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	Prevence poruch příjmu potravy, prevence nelátkových závislostí
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci se seznámí s typy poruch příjmu potravy, s jejich důsledky. Přemýšlí o nejčastějších příčinách jejich vzniku. Uvědomí si vliv reklamy a masmédií. Zamyslí se nad svými silnými stránkami, nad svou cenou jako jednotlivce (dovednost sebeocenění). Problematika závislostního chování.
Realizátor	Mgr. Martina Kekulová, o. s. Společně k bezpečí
Cílová skupina	žáci sekundy
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

TERCIE

Název programu	Naše školní třída 3
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Rozvoj komunikace v kolektivu. Téma zdravého sebepřijetí.
Realizátor	Mgr. Martina Kekulová, o. s. Společně k bezpečí
Cílová skupina	žáci tercie
Počet hodin programu	6
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou; evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška

Název programu	Prevence rizikového chování v oblasti mezilidských a partnerských vztahů
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou přemýšlet o tématech první lásky, rozchodů, mezilidských vztahů. Seznámí se s právním rámcem sexuality, dále se svými právy a povinnostmi po dovršení 15 let. Uvědomí si možné dopady spojené s rizikovým chováním. Rozvoj komunikace v kolektivu. Téma zdravého sebepřijetí.
Realizátor	školní psycholog
Cílová skupina	žáci tercie
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška, školní psycholog

Název programu	Umělá inteligence
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují, co jim používání počítače dává a co bere. Jak ovlivňují sociální sítě jejich volný čas. Jak pracovat s umělou inteligencí. Žáci se seznámí s tím, co je manipulace ve virtuální komunikaci a jak funguje. Problematika závislostního chování.
Realizátor	Linkin Sphere
Cílová skupina	žáci tercie
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška

Název programu	Odolnost a stres, psychohygiena (podpora duševního zdraví)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou seznámeni se základními technikami psychohygieny, s nástroji na zvládání stresu.
Realizátor	školní psycholog
Cílová skupina	žáci tercie
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o zvládání náročných situací Cíl: Předcházet problémům v oblasti duševního zdraví
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková, školní psycholog

Název programu	Prevence závislostního chování (látkové závislosti)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují zásady zdravého životního stylu, formují své postoje k rizikovému chování, uvědomují si možná rizika nebezpečného chování, různě závislostního jednání. Snaží se formulovat své životní hodnoty. Žáci pracují na svém zdravém sebepřijetí.
Realizátor	Drop-in
Cílová skupina	žáci tercie
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

KVARTA

Název programu	Naše školní třída 4
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují zásady zdravého životního stylu, formují své postoje k rizikovému chování, uvědomují si možná rizika nebezpečného chování, různě závislostního jednání. Snaží se formulovat své životní hodnoty. Žáci pracují na svém zdravém sebepřijetí.
Realizátor	Mgr. Martina Kekulová, o. s. Společně k bezpečí
Cílová skupina	žáci kvarty
Počet hodin programu	6
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou; evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	Odolnost a stres, psychohygiena, organizace času (podpora duševního zdraví)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou vedeni využívání efektivních metod organizace času. Budou seznámeni se základními technikami psychohygieny, s nástroji na zvládání stresu.
Realizátor	školní psycholog
Cílová skupina	žáci kvarty
Počet hodin programu	2 + 2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o zvládání náročných situací Cíl: Předcházet problémům v oblasti duševního zdraví
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková, školní psycholog

Název programu	Prevence závislostního chování (látkové závislosti)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují zásady zdravého životního stylu, formují své postoje k rizikovému chování, uvědomují si možná rizika nebezpečného chování, různě závislostního jednání. Snaží se formulovat své životní hodnoty. Žáci pracují na svém zdravém sebepřijetí.
Realizátor	Drop-in
Cílová skupina	žáci kvarty
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	On-line seznamování
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují, co jim používání počítače dává a co bere. Jak ovlivňují sociální sítě jejich volný čas. Žáci se seznámí s tím, co je manipulace ve virtuální komunikaci a jak funguje. Seznámí se s konkrétními postihy, které uplatňuje právní rámec ČR vůči lidem, kteří zneužívají prostředky virtuální komunikace. Problematika závislostního chování.
Realizátor	Linkin Sphere
Cílová skupina	žáci kvarty
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	Finanční gramotnost
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou vedeni k správnému nakládání s finančními prostředky, k právnímu povědomí v oblasti světa práce.
Realizátor	Ing. Filip Hošna, finanční gramotnost
Cílová skupina	žáci kvarty
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků v oblasti finanční gramotnosti Cíl: Připravit žáky na vstup do světa práce
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou, evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

1.B / KVINTA

Název programu	Adaptační kurz
Typ programu	Pobytová akce
Stručná charakteristika programu	- Vytváření pravidel - Seznamovací aktivity - Sebeprezentace, skupinové diskuse - Teambuildingové aktivity - Zapojení vrstevníků podobného věku
Realizátor	školní preventivní tým, třídní učitel a praktikanti (bývalí studenti)
Cílová skupina	žáci 1. ročníku čtyřletého studia (1. B)
Počet hodin programu	5 dnů
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Nastartovat dynamiku nových tříd a navázat jejich vztah ke škole. Umožnit rychlejší aklimatizaci nových žáků, zabránit izolaci sociálně méně aktivních.
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastnili kurzu hodnocení kurzu lektory a třídním učitelem
Termín	září
Zodpovědné osoby	Stanislav Gottwald (vedoucí lektor)

Název programu	Odolnost a stres, správné metody učení (podpora duševního zdraví)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou vedeni k využívání efektivních metod učení. Budou seznámeni se základními technikami psychohygieny, s nástroji na zvládání stresu.
Realizátor	školní psycholog
Cílová skupina	žáci 1. B
Počet hodin programu	2 + 2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o zvládání náročných situací Cíl: Předcházet problémům v oblasti duševního zdraví
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková, školní psycholog

Název programu	Kurz pro kvintu
Typ programu	Pobytová akce
Stručná charakteristika programu	- Revize a přenastavení pravidel chování ve třídě - Aktivity vedoucí k hlubšímu poznání spolužáků - Sebeprezentace, skupinové diskuse - Teambuildingové aktivity - Větší zapojení do činností u žáků, kteří s tím mají ve škole problém - Zapojení vrstevníků podobného věku
Realizátor	školní preventivní tým, třídní učitel a praktikanti (bývalí studenti)
Cílová skupina	žáci kvinty osmiletého studia (5. V)
Počet hodin programu	5 dnů
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Upevnit vzájemné vztahy v třídním kolektivu Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastnili kurzu hodnocení kurzu lektory a třídním učitelem, hodnocení kurzu žáky
Termín	září
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	Kurz efektivní komunikace
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	- proces komunikace a hlavní cíl mezilidské komunikace - věcná a vztahová složka komunikace - vnímání vlastního těla, emocí, myšlenek a potřeb, vzájemné vnímání ve skupině - skupinová dynamika a fungování v kolektivu - otevřená komunikace, efektivní zvládání konfliktu - nezdravé formy komunikace (manipulace, nátlak, vydírání), jejich rozpoznání, rozpoznání a udržení hranic, efektivní svépomoc - základy krizové intervence, zvyšování empatie, lepší zvládání náročných stavů v každodenním životě, nácvik základních kroků při podpoře blízkých, vědomí vlastních kompetencí a udržení hranic, schopnost rozpoznat náročnou situaci a požádat o pomoc - modelování situací z praxe za pomoci dramatických technik
Realizátor	Mgr. Martina Dobiášová
Cílová skupina	žáci kvinty a 1. B
Počet hodin programu	12 pro každou třídu
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny. Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zvyšovat informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu výsledky evaluačních dotazníků hodnocení kurzů lektory a třídními učiteli
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	Finanční gramotnost
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci budou vedeni k správnému nakládání s finančními prostředky, k právnímu povědomí v oblasti světa práce.
Realizátor	Ing. Filip Hošna, finanční gramotnost
Cílová skupina	žáci kvinty a 1. B
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků v oblasti finanční gramotnosti Cíl: Připravit žáky na vstup do světa práce
Ukazatele úspěšnosti	strukturované rozhovory s žáky a třídní učitelkou, evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

Název programu	Prevence závislostního chování (látkové závislosti)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují zásady zdravého životního stylu, formují své postoje k rizikovému chování, uvědomují si možná rizika nebezpečného chování, různě závislostního jednání. Snaží se formulovat své životní hodnoty. Žáci pracují na svém zdravém sebepřijetí.
Realizátor	Drop-in
Cílová skupina	žáci kvinty a 1. B
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Boušková

2.B / SEXTA

Název programu	Kurz efektivní komunikace, ochrana před manipulací, sebe/prezentace
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	- komunikace - sebepřijetí, sebeprezentace, prezentace - role ve skupině, téma moci a zodpovědnosti - hranice a asertivita - veřejné vystupování a zvládání trémy, techniky uzemnění, trénink soustředění a zklidnění - diskuze a obhájení názoru - konstruktivní kritika, nacházení kompromisu - vytváření modelových situací z praxe a nácvik dobré komunikační praxe za pomoci dramatických technik
Realizátor	Mgr. Martina Dobiášová
Cílová skupina	žáci sexty a 2. B
Počet hodin programu	6 pro každou třídu
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny. Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zvyšovat informovanost žáků o důsledcích rizikového chování
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu výsledky evaluačních dotazníků hodnocení kurzů lektory a třídními učiteli
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědná osoba	Monika Boušková

Název programu	Právní prevence
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují zásady správného jednání. Jsou informováni o důsledcích rizikového jednání v souvislosti s trestní odpovědností.
Realizátor	Výchovný poradce s využitím materiálu od PČR
Cílová skupina	žáci sexty a 2. B
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Podpora právního povědomí žáků Cíl: Zvyšovat informovanost žáků o důsledcích rizikového jednání
Ukazatele úspěšnosti	počet žáků, kteří se zúčastní kurzu
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědná osoba	Barbora Bydžovská

3.B / SEPTIMA

Název programu	Prevence závislostního chování (látkové závislosti)
Typ programu	Blok primární prevence
Stručná charakteristika programu	Žáci reflektují zásady zdravého životního stylu, formují své postoje k rizikovému chování, uvědomují si možná rizika nebezpečného chování, různě závislostního jednání. Snaží se formulovat své životní hodnoty. Žáci pracují na svém zdravém sebepřijetí.
Realizátor	Drop-in
Cílová skupina	žáci septimy a 3. B
Počet hodin programu	3
Návaznost programu na cíle PP	Cíl: Zvýšit informovanost žáků o důsledcích rizikového chování Cíl: Rozvoj wellbeingu a podpora duševního zdraví žáků Cíl: Zkvalitnit komunikační dovednosti žáků a zvýšit odolnost žáků vůči agresi a tlaku skupiny.
Ukazatele úspěšnosti	evaluační dotazník
Termín	v průběhu školního roku
Zodpovědné osoby	Monika Bouška

c) Rodiče

Třídní schůzky – zaměření na změnu přístupu k dítěti jako ke studentovi střední školy; očekávání spojená s výsledky studia Informační materiály ze schůzky.	
Termín	Dva programy v průběhu školního roku
Zodpovědná osoba	Monika Bouškova

7. EVALUACE

Sledujeme reakce jak žáků, tak pedagogů na pořádané akce pomocí evaluačních dotazníků a strukturovaných rozhovorů. Sledování sociálního klimatu školy je obsaženo v autoevaluaci školy.

Podklady pro evaluaci získáváme jednak pomocí evaluačních dotazníků a strukturovaných rozhovorů s některými zúčastněnými žáky a učiteli, jednak pozorováním změn ve vzájemných vztazích a v chování žáků. Podstatné je pro nás také zvyšování zapojování žáků do mimoškolních aktivit a projektů školy. Po každém preventivním programu lektoři kurzu společně s metodičkou prevence a třídním učitelem reflektují průběh kurzu. Závěrečné zprávy k jednotlivým akcím a vyhodnocení dotazníků jsou uloženy v dokumentaci ŠMP. Podle výsledků evaluace modifikujeme případně náplň jednotlivých kurzů.

V minulém školním roce proběhla větší evaluace PP ve spolupráci s třídními učiteli, během ní jsme vyhodnotili, s jakými programy jsme spokojeni, někde jsme upravili počty hodin ve třídách, dohodli jsme se o rozšíření spolupráce se společností DROP-IN a o zařazení programů finanční a právní gramotnosti.

Evaluaci tohoto PP pomocí stanovených ukazatelů budeme provádět vždy po skončení skupiny bloků PP v průběhu školního roku.

Preventivní program školy je součástí výchovy a vzdělávání žáků po celou dobu školní docházky. Účastní se ho pedagogický sbor, žáci, rodiče, odborníci. Jeho efektivitu je možné mnohdy zjistit teprve tehdy, až žáci opustí školu a dokážou, že se umí uplatnit v konkurenční společnosti. Ale jistou zpětnou vazbou pro nás je ochota spolupráce bývalých studentů školy na adaptačních kurzech a jiných projektech školy. Úspěšnost programů primární prevence na naší škole můžeme soudit také podle šetření Mapa školy, které proběhlo ve škole v minulých letech a v němž se projevy rizikového chování neobjevily.