

Základní škola a Mateřská škola, Praha 4, Ohradní 49

PREVENTIVNÍ PROGRAM ŠKOLY

2024 – 2025

platnost dokumentu od 1. 9. 2024.



Obsah

ÚVOD	3
1 CHARAKTERISTIKA ŠKOLY	4
2 ANALÝZA VÝCHOZÍ SITUACE	4
3 STANOVENÍ CÍLŮ	6
3.1 Dlouhodobé cíle:	6
3.2 Krátkodobé cíle pro školní rok 2024/2025:	6
4 SOUBOR AKTIVIT	8
4.1 Aktivity pro žáky:	8
4.2 Aktivity pro pedagogy:	11
4.3 Aktivity pro rodiče:	11
5 EVALUACE	12
5.1 Kvalitativní hodnocení:	12
5.2 Kvantitativní hodnocení:	12
5.3 Závěrečné hodnocení a doporučení	13
SPOLUPRÁCE S ŠPP	Chyba! Záložka není definována.
SPOLEPRÁCE S EXTERNÍMI ORGANIZACEMI	14

ÚVOD

Preventivní program školy (PPŠ) je důležitou součástí výchovněvzdělávacího procesu naší školy, jehož cílem je systematicky předcházet sociálně patologickým jevům a rizikovému chování žáků.

Program vychází z aktuálních potřeb naší školy a reaguje na specifické problémy, které se vyskytují v rámci školního prostředí i ve společnosti.

Preventivní program je navržen tak, aby podporoval zdravý životní styl žáků, rozvíjel jejich sociální a komunikační dovednosti a vedl je k odpovědnému rozhodování. Zaměřujeme se na komplexní a dlouhodobou práci se žáky, jejich rodinami a pedagogickými pracovníky s cílem vytvořit bezpečné a pozitivní školní prostředí. Klíčovým cílem je prevence závislostí, šikany, rizikového chování a dalších sociálně patologických jevů, které by mohly ohrozit zdravý vývoj žáků.

PPŠ je v souladu s metodickými pokyny Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) a dalšími relevantními právními předpisy. Program je realizován ve spolupráci s externími odborníky a organizacemi, jako jsou PPP, SPC, Policie ČR, městská policie a další subjekty, které přispívají k posílení preventivního působení na žáky.

Hlavními aktéry preventivního programu jsou všichni pedagogičtí pracovníci školy, kteří program aktivně realizují, spolu s metodikem prevence, výchovným poradcem, školním psychologem a dalšími členy školního poradenského pracoviště. Program je každý rok aktualizován na základě hodnocení předchozích výsledků, zpětné vazby od žáků, rodičů a učitelů a v souladu s nově vznikajícími potřebami školy.

Naším cílem je, aby byla prevence důležitou součástí školního života a aby program přispíval k vytváření pozitivního klimatu ve škole, kde se žáci cítí bezpečně a respektováni.

PREVENTIVNÍ PROGRAM ZŠ a MŠ, Praha 4, Ohradní 49 je nastaven v souladu s misí, hodnotami a vizí školy.

MISE

Vzděláváme žáky
a zaměřujeme se na
**ČTENÁŘSTVÍ,
BADATELSTVÍ
A UČÍME SE UČIT.**

HODNOTY

**RESPEKT
SPOLUPRÁCE
ZODPOVĚDNOST**

VIZE

Posilujeme a vytváříme
prostředí,
kde **VŠICHNI** rosteme
a učíme se pracovat
na maximum
svých možností.

MOTTO

MY
nás spojuje hlavou i srdcem.



1 CHARAKTERISTIKA ŠKOLY

Základní škola a Mateřská škola, Praha 4, Ohradní 49 se nachází v městské části Praha 4, převážně obklopená panelovými domy, a většina žáků bydlí v bezprostředním okolí školy. Část žáků dojíždí z okolních oblastí, přičemž autobusová zastávka je vzdálena asi 300 metrů od školy a cesta mezi zastávkou a školou je přehledná a bezpečná.

Škola je tvořena šesti pavilony, kde se nacházejí jednotlivé třídy. Každý pavilon má během všech přestávek zajištěn dohled pedagogů, přičemž k dispozici jsou i relaxační zóny s knihovničkami, deskovými hrami a sportovními aktivitami, jako je stolní tenis a kulečnick. Riziková místa ve škole zahrnují především WC a třídy během přestávek, kdy nejsou pod přímým dohledem. Učitelé pravidelně kontrolují situaci ve třídách, které musí mít vždy otevřené dveře. V hale školy je každý den přítomen dohlízející učitel.

Škola je dobře vybavena pro preventivní programy a volnočasové aktivity. Máme k dispozici dvě tělocvičny, venkovní amfiteátr a prostornou hudební učebnu, která je vhodná pro větší preventivní aktivity. Všechny třídy jsou vybaveny počítačem, dataprojektorem nebo interaktivní tabulí, což usnadňuje realizaci preventivních programů. Ve školním roce 2024/2025 navštěvuje školu 650 žáků. Z toho 109 žáků s OMJ. Nejvíce zastoupenými národnostmi jsou ukrajinská a vietnamská.

Klademe důraz na spolupráci mezi školou, žáky a rodiči a škola funguje rovněž jako komunitní centrum, které podporuje propojení mezi rodinami a učiteli. Rodičům pravidelně nabízíme semináře zaměřené na aktuální témata prevence, která reagují na specifické potřeby a požadavky rodičů.

Preventivní aktivity školy jsou systematicky monitorovány a pravidelně vyhodnocovány. Ve škole funguje školní poradenské pracoviště (ŠPP), které zahrnuje školního metodika prevence, výchovného poradce, školního psychologa a koordinátora inkluze. Tito odborníci společně s učiteli zabezpečují efektivní realizaci preventivních programů, a to prostřednictvím každotýdenních porad a sdílení informací ve školním prostředí.

2 ANALÝZA VÝCHOZÍ SITUACE

Naše škola se nachází ve specifickém prostředí městské části, které přináší určité výzvy v oblasti prevence rizikového chování a sociálně patologických jevů. Vzhledem k tomu, že většina žáků bydlí v okolních panelových domech, je škola významnou součástí jejich každodenního života. Mezi žáky se nachází i cizinci, především z Ukrajiny a Vietnamu, což vytváří kulturně různorodé prostředí, které však může přinášet i rizika v oblasti sociální integrace a vzájemného respektu.

Během školního roku jsme zaznamenali několik oblastí, které jsou z hlediska rizikového chování považovány za prioritní. Jedná se především o problematiku **šikany, kyberšikany, zneužívání návykových látek, netolismu** (nadměrné užívání digitálních technologií) a **poruch příjmu potravy**. Tyto jevy se vyskytují zejména u žáků a žákyň vyšších ročníků, kde dochází k většímu tlaku vrstevnických skupin a vlivu sociálních médií.

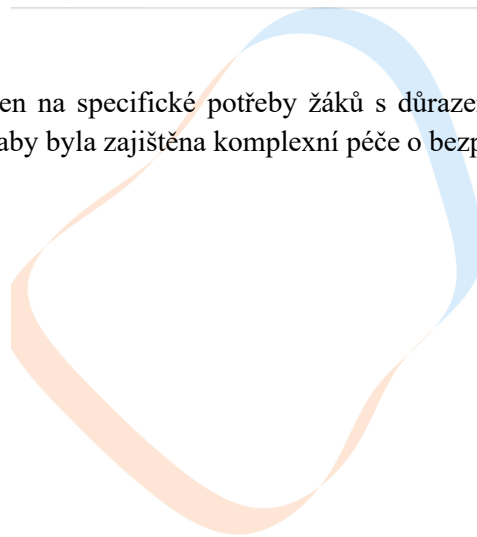
Riziková místa ve škole, kde může docházet k nežádoucímu chování, jsou zejména WC, chodby a některé třídy během přestávek. Ve všech těchto prostorách pravidelně probíhá dohled, avšak stále se jedná o oblasti, které vyžadují zvýšenou pozornost.

Ve škole funguje podpora žáků se specifickými vzdělávacími potřebami. Tito žáci jsou náchylnější k psychickým problémům, jako je úzkost, emoční labilita a nízké sebevědomí, což zvyšuje riziko jejich ovlivnění negativními skupinami a závislostmi.

Analýza vychází také z hodnocení a zpětné vazby od třídních učitelů, výchovného poradce, školního psychologa a výsledků třídnických hodin. Pravidelně realizujeme sociometrická šetření a mapujeme sociální klima ve třídách. Součástí monitoringu jsou také výstupy ze schránky důvěry a online aplikace NNTB (Nenech to být), kterou žáci aktivně využívají k hlášení případných problémů.

Z analýzy aktuální situace vyplývá potřeba se nadále zaměřovat na prevenci šikany a kyberšikany, podporu duševního zdraví, rozvoj komunikačních dovedností a posílení sociální soudržnosti ve třídách. Důležité je také pokračovat v posilování vztahů s rodiči a poskytovat jim dostatečné informace a podporu v oblasti primární prevence.

Na základě těchto zjištění bude preventivní program zaměřen na specifické potřeby žáků s důrazem na aktivní zapojení pedagogického sboru, externích odborníků a rodičů, aby byla zajištěna komplexní péče o bezpečné a pozitivní školní prostředí.



3 STANOVENÍ CÍLŮ

Cíle preventivního programu jsou zaměřeny na snížení výskytu rizikového chování, podporu duševního zdraví a rozvoj sociálních dovedností u žáků. Program se snaží dlouhodobě vytvářet bezpečné a pozitivní prostředí ve škole, které napomáhá žákům činit zodpovědná rozhodnutí a odolávat tlaku vrstevnických skupin.

3.1 Dlouhodobé cíle:

1. Podpora zdravého životního stylu:

posílení povědomí o zdravém životním stylu, prevenci závislostí a podpora aktivního trávení volného času.

2. Snížení výskytu rizikového chování:

systematická prevence šikany, kyberšikany, závislostí na návykových látkách, netolismu a dalších sociálně patologických jevů.

3. Rozvoj sociálních dovedností:

zlepšení schopností komunikace, zvládání konfliktů, empatie a tolerance mezi žáky.

4. Podpora duševního zdraví

zvýšení povědomí o problematice duševního zdraví, schopnost identifikovat a řešit psychické obtíže a stresové situace.

5. Zapojení rodičů a komunity:

posílení spolupráce mezi školou, rodiči a komunitou, s důrazem na vzdělávání rodičů v oblasti prevence rizikového chování.

3.2 Krátkodobé cíle pro školní rok 2024/2025:

1. Realizace preventivních programů:

zapojení externích organizací, které zajistí preventivní programy zaměřené na šikanu, kyberšikanu, závislosti a duševní zdraví.

2. Monitoring sociálního klimatu ve třídách:

pravidelné sociometrické šetření ve třídách, jehož výsledky budou analyzovány a zpracovány do preventivní strategie.

3. Zvyšování informovanosti žáků:

zapojení žáků do interaktivních workshopů, které posílí jejich schopnost čelit rizikovému chování a tlakům vrstevnických skupin.

4. Vzdělávání pedagogů:

organizace školení pro pedagogy zaměřených na efektivní řešení konfliktů, podporu duševního zdraví a prevenci rizikového chování.

5. Zapojení rodičů:

pořádání seminářů a besed pro rodiče, které budou reflektovat aktuální potřeby prevence a poskytnou jim nástroje k lepšímu zvládnutí rizikových situací u jejich dětí.

4 SOUBOR AKTIVIT

Pro dosažení stanovených cílů preventivního programu budou realizovány následující aktivity zaměřené na různé cílové skupiny – žáky, pedagogy a rodiče.

Tyto aktivity pokrývají oblasti prevence rizikového chování, podpory zdravého životního stylu, duševního zdraví a rozvoje sociálních dovedností.

Některé programy (pro žáky, rodiče nebo učitele) budou doplněny podle aktuálních potřeb a dostupných možností během školního roku.

4.1 Aktivity pro žáky:

1. ročník

Budujeme naši třídu (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Cílem programu je podpora soudržnosti třídy, vzájemné komunikace a spolupráce mezi žáky, zaměřuje se na budování pozitivních vztahů a zdravého třídního klimatu.
- Realizace: říjen 2024
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

2. ročník

Učíme se spolupracovat (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Tento program si klade za cíl naučit žáky základní principy týmové práce a efektivní spolupráce v kolektivu. Pomáhá rozvíjet dovednosti potřebné k řešení konfliktů a respektování ostatních.
- Realizace: říjen 2024
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

3. ročník

Každý jsme jiný a je to OK (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Program se zaměřuje na přijetí diverzity mezi žáky.
- Cílem je posílit empatii a toleranci k odlišnostem, a tím přispět ke zdravým mezilidským vztahům ve třídě.
- Realizace: listopad 2024
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

4. ročník

Šikana a kyberšikana (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Tento program se soustředí na prevenci šikany a kyberšikany.
- Cílem je žákům vysvětlit, jak tyto negativní jevy rozpoznat, jak se jim bránit a kde hledat pomoc v případě potřeby.
- Realizace: leden 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka)

5. ročník

Kyberprostor (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Cílem programu je seznámit žáky s pravidly bezpečného používání internetu a riziky spojenými s kyberprostorem, včetně kyberšikany a ochrany osobních údajů.
- Realizace: duben 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

6. ročník

Učíme se spolupracovat (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Program se zaměřuje na rozvíjení schopnosti efektivně spolupracovat a řešit konflikty v rámci třídního kolektivu, s důrazem na vzájemnou podporu a respekt.
- Realizace: prosinec 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

Strukturované drama: **Bezva Třída** (*Fórum pro prožitkové vzdělávání, z.ú.*)

- Program je zaměřený na podporu pozitivních vztahů ve třídě prostřednictvím prožitkových aktivit.
- Cílem je vytvořit bezpečné a inkluzivní prostředí, které podporuje spolupráci a porozumění mezi žáky s odlišnými kulturními a jazykovými kořeny. Program staví na předchozím kurzu **Bezpečné klima ve třídě**, a jeho aktivity jsou navrženy tak, aby posílily třídní soudržnost a pomohly při integraci všech žáků do třídního kolektivu.
- Realizace: září 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

6. B

Adaptační pobyt

- Adaptační pobyt slouží k posílení vztahů mezi žáky a třídním kolektivem. Program proběhne v přírodě, kde žáci budou trávit čas společně, a jeho obsah i aktivity řídí především třídní učitel.
- Cílem je vytvořit přátelské prostředí, podpořit spolupráci ve skupině a usnadnit přechod žáků na druhý stupeň školy.
- Realizace: září 2024
- Odpovědní: Třídní učitel (Zdeněk Dvořák)

7. ročník

Wellbeing – duševní pohoda (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Program podporuje povědomí žáků o duševním zdraví a wellbeing.
- Cílem je naučit žáky, jak se starat o vlastní psychickou pohodu a jak zvládat stres či úzkost.
- Realizace: leden 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

Od dívky k ženě, od chlapce k muži (aneb Dospívání a s ním spojené tělesné změny) (*Hnutí za aktivní mateřství, z.s.*)

- Cílem semináře je přiblížit dospívajícím tělesné změny spojené s hormonálními vlivy během puberty. Vysvětluje anatomii a fyziologii pohlavních orgánů, menstruační cyklus, a představuje menstruační pomůcky dostupné na trhu. Zahrnuje také varování před nástrahami internetu a sociálních sítí.
- Realizace: březen 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

8. ročník

Tabák (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Cílem je informovat o rizicích kouření a rozvíjet schopnost odmítnout nabídky k užívání tabáku.
- Realizace: leden 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

Tráva (marihuana) (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Program se zaměřuje na negativní dopady marihuany na zdraví a podporuje schopnost činit informovaná rozhodnutí o jejím užívání.
- Realizace: únor 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

9. ročník

Zvládám svoje trápení (*Jules a Jim, z. ú.*)

- Program je zaměřen na zvládání obtížných situací a emocí, podporu duševního zdraví a rozvoj dovedností, jak se vypořádat s problémy, které žáci mohou zažívat v osobním i školním životě.
- Realizace: únor 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

Od dívky k ženě, od chlapce k muži (aneb Dospívání a s ním spojené tělesné změny) (*Hnutí za aktivní mateřství, z.s.*)

- Cílem semináře je přiblížit dospívajícím tělesné změny spojené s hormonálními vlivy během puberty. Vysvětluje anatomii a fyziologii pohlavních orgánů, menstruační cyklus, a představuje menstruační pomůcky dostupné na trhu. Zahrnuje také varování před nástrahami internetu a sociálních sítí.
- Realizace: leden 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

Nabídka volnočasových aktivit pro žáky

- Nabídka volnočasových aktivit pro žáky je k dispozici na webových stránkách školy: <https://www.zs-ohradni.cz/aktivity/krouzky/>.

4.2 Aktivity pro pedagogy:

Exkurze do digitálního světa dětí a dospívajících (Onfine, z. s.)

- Program je zaměřený na vzdělávání pedagogů o vlivu digitálního prostředí na zdraví a vývoj dětí. Pedagogové se seznámí s dopady digitálního světa na paměť, učení, soustředění, spánek a vztahy. Součástí je také problematika ochrany osobních údajů, kritického myšlení a praktické aktivity využitelné ve výuce.
- Realizace: prosinec 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

4.3 Aktivity pro rodiče:

Rodičovské schůzky formou triád (učitel-rodič-žák)

- Individuální konzultace zaměřené na zpětnou vazbu o vývoji žáků a doporučení týkající se prevence a podpory žáků.
- Realizace: Průběžně během školního roku
- Odpovědní: Třídní učitel(ka), výchovný poradce.

Dítě Online (Onfine, z. s.)

- Program pomáhá rodičům lépe porozumět digitálnímu světu dětí a efektivně s nimi komunikovat o jejich online aktivitách. Rodiče se naučí, jak nastavit hranice pro používání technologií, vyvážit online a offline čas a pochopit vliv digitálního prostředí na vývoj dětí. Program také nabízí návody, jak vést dialog s dětmi a podpořit jejich bezpečné využívání internetu.
- Realizace: prosinec 2025
- Odpovědní: Školní metodik prevence, třídní učitel(ka).

Další programy pro rodiče a učitele budou doplněny a konkretizovány během školního roku na základě aktuálních potřeb a situace ve škole.

5 EVALUACE

Evaluace preventivního programu je klíčovým nástrojem pro posouzení efektivity jednotlivých aktivit, dosažení stanovených cílů a zlepšení budoucí prevence. Vyhodnocení se zaměřuje na všechny cílové skupiny – žáky, pedagogy a rodiče – a zahrnuje jak kvalitativní, tak kvantitativní hodnocení.

Monitorovací a evaluační nástroje:

- **Dotazníky pro žáky:** Hodnocení programů prevence rizikového chování.
- **Dotazníky pro učitele:** Zpětná vazba na účinnost realizovaných aktivit.
- **SWOT analýza:** Vzory pro interní hodnocení silných a slabých stránek školy v oblasti prevence.
- **Sociometrie a sociomapování:** Metodiky pro zjištění vztahů ve třídách.

5.1 Kvalitativní hodnocení:

1. Žáci:

- Žákům budou po každé preventivní aktivitě rozeslány evaluační dotazníky (Microsoft Forms), které umožní shromážďovat zpětnou vazbu o jejich vnímání programu. Tyto dotazníky budou zahrnovat otázky na srozumitelnost a přínos aktivit, jejich vztah k rizikovému chování a dopad na jejich chování a postoje.
- Individuální pohovory s žáky na krajních pozicích ve třídách (zjištěno např. pomocí sociometrie nebo sociomapování) budou poskytovat HLUBŠÍ vhled do jejich potřeb a vnímání třídní atmosféry.
- Pravidelné třídnické hodiny budou sloužit ke zpětné vazbě a reflexi aktuálních problémů ve třídě.

2. Pedagogové:

- Každý pedagog zapojený do preventivních programů bude vyplňovat hodnocení těchto aktivit na základě svých zkušeností a pozorování žáků (také v Microsoft Forms).
- Sebezkušenostní workshopy budou sloužit jako platforma pro rozvoj pedagogických dovedností v oblasti prevence.

3. Rodiče:

- Po každém semináři nebo preventivní aktivitě zaměřené na rodiče budou distribuovány zpětnovazební dotazníky, které budou obsahovat otázky o srozumitelnosti a relevanci poskytovaných informací.

5.2 Kvantitativní hodnocení:

1. Počet realizovaných aktivit:

- Každý preventivní program bude sledován z hlediska počtu realizovaných aktivit a počtu účastníků. Tyto údaje budou evidovány a porovnávány s minulým školním rokem.

2. Účast na preventivních aktivitách:

- Pro každou cílovou skupinu (žáci, pedagogové, rodiče) bude sledována účast na jednotlivých aktivitách. V případě nízké účasti budou zvažovány změny formátu nebo propagace aktivit.

3. Výskyt rizikového chování:

- Data o výskytu rizikového chování (např. šikana, kyberšikana, užívání návykových látek) budou shromažďována prostřednictvím školního poradenského pracoviště, třídních učitelů a školního psychologa. Tyto údaje budou porovnávány s minulým školním rokem, aby se vyhodnotil dopad preventivních programů.

Postup při výskytu krizových situací souvisejících s rizikovým chováním:

- **První pomoc/intervence:**
 - Učitel přítomný na místě poskytuje první pomoc podle pokynů školení BOZP. Pokud je nutná další odborná pomoc, je volána záchranná služba.
 - Učitel, který situaci řeší, informuje vedení školy. Následně vedení kontaktuje rodiče, OSPOD, nebo Policii ČR, pokud je to potřeba.
- **Evidence:**
 - Každý incident je zapsán do školní dokumentace, včetně podrobností o události, reakcích a dalším postupu.
- **Prevence a následná opatření:** Plánování dalších kroků a preventivních opatření.
 - Na základě vyhodnocení situace v rámci ŠPP je navržena prevence, včetně individuální podpory žáků, školení učitelů, nebo třídních diskuzí.

5.3 Závěrečné hodnocení a doporučení

Na konci školního roku bude zpracována závěrečná zpráva o implementaci a účinnosti preventivního programu. Zpráva bude obsahovat:

- Shrnutí dosažených výsledků a cílů.
- Návrhy na vylepšení preventivních aktivit pro následující školní rok.
- Doporučení pro další kroky v oblasti prevence rizikového chování.

6 SPOLUPRÁCE

6.1 Spolupráce s ŠPP

Seznam kontaktů na členy školního poradenského pracoviště (ŠPP)

- **Výchovný poradce 2. st.:** Mgr. David Škvor (e-mail: david.skvor@zs-ohradni.cz, telefon: +420 261 109 555)
- **Výchovná poradkyně:** Mgr. Jana Klusová (e-mail: jana.klusova@zs-ohradni.cz, telefon: +420 261 109 551)
- **Školní metodik prevence:** David Trojan (e-mail: david.trojan@zs-ohradni.cz, telefon: +420 261 109 535)
- **Školní metodička prevence:** Mgr. Skurovcová Pavla (e-mail: pavla.skurovcova@zs-ohradni.cz, +420 261 109 521)
- **Školní psycholožka:** PaedDr. Mgr. Dagmar Borovičková (e-mail: dagmar.borovickova@zs-ohradni.cz, telefon: +420 261 109 534)
- **Koordinátor inkluze:** Mgr. David Škvor (e-mail: david.skvor@zs-ohradni.cz, telefon: +420 261 109 555)
- **Sociální pedagožka:** Mgr. Marie Chovanová (e-mail: marie.chovanova@zs-ohradni.cz, telefon: +420 261 109 526)

6.2 SPOLUPRÁCE S EXTERNÍMI ORGANIZACEMI

- **PPP (Pedagogicko-psychologická poradna):** Zajištění odborných konzultací.
- **Policie ČR a Městská policie:** Realizace preventivních besed.
- **Organizace Jules a Jim:** Prevence v oblasti rizikového chování.
- **Hnutí za aktivní mateřství z. s.:** Projekt Zdravé Dospívání, realizace preventivních a vzdělávacích programů.
- **Onfine, z. s.:** Technologie, informace a internet

V Praze dne 1. 9. 2024.

David Trojan, metodik prevence