

***Gymnázium Jana Opletala, Litovel, Opletalova 189***  
*784 01 Litovel, Opletalova 189*

## **Minimální preventivní program**

**Program prevence rizikového chování**

**PLÁN NA ŠKOLNÍ ROK 2019 / 2020**

***Garanti programu:***

**Dana Baránková – školní metodik prevence**

**Eva Kuchařová - výchovný poradce (vyšší gymnázium)**

**Michaela Hradilová - výchovný poradce (nižší gymnázium)**

### ***Charakteristika školy, analýza situace:***

Gymnázium je jednou ze dvou středních škol v malém městě (cca 10 000 obyvatel). Většina studentů denně do školy dojíždí. Tato skutečnost do značné míry ovlivňuje jeden z našich hlavních problémů a to poměrně vysokou absenci žáků, zejména ve vyšších ročnících vyššího gymnázia.

Škola sídlí v jedné budově v pěkném prostředí městského parku. Nevýhodou tohoto jinak velmi příjemného okolí je, že v různých zákoutích parku a v blízkosti školní jídelny se shromažďují skupinky nezaměstnaných osob, které zde často popíjí alkohol a kouří.

Tato místa – za altánkem v parku, za školní jídelnou jsou samozřejmě riziková i vzhledem ke kouření našich žáků.

Ve školním roce 2018/ 2019 jsme řešili vysokou absenci a nestandardní chování na sociálních sítích.

### ***Témata prevence:***

Prevence drogových závislostí, alkoholismu a kouření

Prevence šikany a kyberšikany – posilování a rozvoj mezilidských vztahů

Prevence rizikového sexuálního chování, sexuální výchova

Prevence kriminality a delikvence, právní odpovědnost

Prevence patologického hráčství a závislosti na počítačových hrách

Prevence záškoláctví

Zdravý životní styl, prevence poruch příjmu potravy

Ekologie, vztah k životnímu prostředí

### ***Cíle programu:***

#### **Dlouhodobé, obecné cíle:**

- Rozvoj sebepoznání, zvyšování sociální kompetence, přijímání zodpovědnosti za sebe a své chování.
- Rozvíjení komunikačních a sociálních dovedností žáků a zlepšení jejich schopnosti odolávat negativnímu vrstevnickému tlaku.  
Zlepšování schopností řešit problémy, konflikty, stres, kritiku.
- Vytvářet z třídních kolektivů přátelské a spolupracující týmy, rozvíjet toleranci, sebedůvěru a sebeúctu jedince v rámci kolektivu třídy.
- Vytváření podmínek pro příznivé pracovní klima žáků, pedagogických pracovníků a ostatních zaměstnanců školy.
- Vytvořit a rozšiřovat nabídku mimoškolních volnočasových aktivit v návaznosti na výuku školy – zajímat se o svět mladých lidí.
- Obeznamit rodiče s riziky, kterým jsou jejich děti vystaveny a motivovat je ke spolupráci se školou.
- Motivovat učitele k aktivnímu zapojení do realizace programu ve svých hodinách i na neformální bázi při komunikaci se žáky, ke spolupráci s kolegy a ke vzájemné informovanosti o chování žáků.

### **Krátkodobé, konkrétní cíle:**

- Předávání znalostí a informací o rizicích a následcích užívání návykových látek a nebezpečí spojených s jejich neodpovědným užíváním.
- Upevňovat obecně uznávané hodnoty a postoje společenského života, základní pravidla společenského chování.
- Sjednotit postup třídních učitelů při řešení problémové absence žáků.
- Snížit počet zameškaných hodin, zejména z rodinných a osobních důvodů.
- Zajistit, aby žáci znali školní řád a důsledky jeho porušování.
- Spolupracovat s třídními učiteli a zmapovat současnou situaci ve škole formou dotazníků a pohovorů se žáky.
- Zavčas odhalovat nežádoucí projevy chování žáků ve školním prostředí a na akcích pořádaných školou, podchytit problémové žáky a pomoci jim v nápravě jejich rizikového chování.
- Upevňovat a rozvíjet kladný vztah k životnímu prostředí.
- Vytvořit přehledný harmonogram začlenění témat primární prevence do výuky jednotlivých předmětů.
- Zaměřit se na problematiku kyberšikany, rizik používání internetu a sociálních sítí.

### **Cílová skupina**

1. **žáci:** nižší gymnázium 11 – 15 let  
vyšší gymnázium 16 – 19 let

V našem programu chceme působit na všechny žáky, hlavní důraz je kladen na žáky kvarty, 1. ročníků čtyřletého studia a na žáky kvinty osmiletého studia.

### **2. rodiče žáků**

Individuální pozornost je věnována rodičům žáků, u kterých byl zjištěn výskyt nežádoucích projevů chování.

### **I. Průběžné aktivity:**

1. Spolupracovat s vyučujícími SV, občanské výchovy, TV, biologie, informatiky, chemie a ostatních předmětů – začleňovat problematiku etické a právní výchovy, zdravého životního stylu, bezpečného používání internetu a sociálních sítí.

Využívat nové metody a techniky rozvíjení osobnosti studentů a nácviku praktických psychologických dovedností.

Seznamovat vyučující s poznatky a materiály (příručky, publikace, DVD, webové stránky), získanými na akcích pro metodiky prevence.

2. Na začátku školního roku jsou žáci v rámci třídnických hodin důkladně seznámeni se školním řádem, se svými právy a povinnostmi a s důsledky porušování školního řádu. Dále třídní učitelé seznámí žáky s programem proti šikanování.

Před školními akcemi, které probíhají mimo školní budovu, jsou žáci vždy poučeni o bezpečnosti, seznámeni s pravidly chování na akci a se zákazem požívání návykových látek.

3. Aktivně spolupracovat s vedením školy, výchovným poradcem a třídními učiteli při řešení

výchovných problémů. Při výskytu nežádoucích jevů poskytovat včasnou a účinnou intervenci. Zahrnout do vnitřního řádu školy opatření k zajištění ochrany zdraví žáků, ochrany vůči zneužívání návykových látek a dalším jevům rizikového chování.

4. Stanovit konzultační hodiny metodičky prevence a výchovné poradkyně.
5. Aktualizovat nástěnku prevence rizikového chování (2. patro) a informovat o poradenských možnostech.
6. Při práci s problémovými studenty nadále spolupracovat s P – centrem v Olomouci a Pedagogicko-psychologickou poradnou Olomouckého kraje.
7. Uplatňovat přiměřená kázeňská opatření při porušení vnitřního řádu školy v oblasti zneužívání návykových látek a dalších projevů rizikového chování. Důsledně potírat kuřáctví, požívání alkoholu a dalších návykových látek i ostatní projevy rizikového chování.
8. Nastavit jasná a jednotná pravidla vzhledem k záškoláctví žáků ve všech předmětech a důsledně je dodržovat. Snažit se vyvarovat nejednotného a pseudohumánního přístupu třídních učitelů a pedagogů jednotlivých předmětů.
9. Zabezpečit širokou a různorodou nabídku volnočasových aktivit.  
Činnost - sportovních klubů,  
- pěveckého sboru PALORA,  
- kroužků  
Pořádání dlouhodobých soutěží a mezitřídních turnajů v kolektivních sportech.  
Zapojování talentovaných žáků do soutěží a olympiád.
10. Zúčastňovat se seminářů a akcí pořádaných pro metodiky prevence.  
O nových poznatcích, legislativě, metodách a formách práce informovat ostatní pedagogické pracovníky:
  - na poradách pedagogického sboru
  - na nástěnce ve sborovně
  - při individuálních rozhovorech s jednotlivými vyučujícími
  - emailemVyužívat propagační a jiné materiály ze setkání.
11. Spolupracovat s Komisí pro prevenci kriminality a BESIP při MÚ v Litovli, s Městským klubem v Litovli, s metodiky prevence ostatních litovelských škol, Policií ČR a dalšími institucemi.

## ***II. Začlenění témat prevence rizikového chování ve výuce***

### **Prima:**

#### ***Občanská výchova***

Prima - seznamka projekt ŠVP, tři dny psychosociálních her

cílem je vzájemné seznámení žáků, vést je k respektování ostatních, aktivizovat žáky ke spolupráci, vytvářet zdravé motivující prostředí (Hradilová, Kuchařová, Zatloukalová) září

V průběhu školního roku vedeme žáky k samostatnému myšlení, rozhodování, otevřenosti, cvičíme asertivitu-píši vzkaz spolužákovi, co chci změnit v našem vztahu, mírně kontroverzní, ale účinná metoda vedoucí k vytváření pravidel pro třídu. Realizujeme v rozsahu minimálně tři týdnů dle potřeby třídy. Třída si následně vytvoří pravidla obsahující práva a povinnosti žáka v daném sociálním prostoru.

PRO DEN EVROPY – starší žáci z vyššího gymnázia připravují celodenní program o EU pro žáky primy – posilujeme mezilidské vztahy, předcházíme projevům xenofobie, ukazujeme multikulturní společenství, bojujeme proti předsudkům, metodou kooperace se učíme navzájem. květen

PRO Drogý ne – vyškolený tým žáků z vyššího gymnázia připraví výukový program obsahující debatu, anketu, přednášku, film v rozsahu dvou vyučovacích hodin. Postupujeme od závislosti na čokoládě, kofeinu až k marihuaně. květen-červen

### ***Tělesná výchova***

Téma

Význam pohybu pro zdraví	Zdravý způsob života a péče o zdraví Tělesné, duševní a sociální zdraví	podzim
Rizika ohrožení zdraví a jejich prevence	Autodestruktivní závislosti Doping ve sportu	zima
Hodnota a podpora zdraví	Programy podpory zdraví	
Osobnostní a sociální rozvoj	Sebepoznání a sebepojetí Organizace činností a chování Psychohygienu	jaro

### **Sekunda**

#### ***Občanská výchova***

Téma

Právo jako minimum morálky obsahuje oddíl věnovaný šikaně jako trestnému činu, vandalismu a kriminalitě obecně. Začínáme u pojmu nemorální chování, přejdeme k nepsaným sankcím a zakončujeme psaným normativem. Případové studie doplňujeme filmem Šikana a Gambleři. Tématu věnujeme ve výuce tři a více hodin. podzim

Člověk a kultura doplňujeme oddílem o slušném chování, celkové kultivaci osobnosti. Výklad o základních pravidlech zdravení rozšiřujeme projekcí programu Důstojně mezi lidmi. Pomáháme tak u dětí upevňovat základní pravidla a hodnoty společenského chování. březen

Ročníkový projekt Hlavní světová náboženství.

Žáci jsou rozděleni do čtyř skupin, každá v rozpětí až tří měsíců pracuje na prezentaci jednotlivých náboženství. Prezentace v rozsahu dvou vyučovacích hodin zahrnuje historii,

rituály, osobnosti, svátky, aktuální stav sympatizantů a věřících. Poznáváme tak různá náboženství a kultury. Rozsah osm hodin. duben, květen, červen

### ***Tělesná výchova***

Téma		
Zdravotně orientovaná zdatnost	Návykové látky ve sportu a v životě	podzim
Osobnostní a sociální rozvoj	Mezilidské vztahy, komunikace, spolupráce	
	Morální rozvoj	
Lyžařský výcvikový kurs	Beseda na téma návykové látky a sexuální problematika	zima

### ***Chemie***

Téma		
Voda, vzduch	Exkurze v čističce odpadních vod ochrana životního prostředí a environmentální výchova	jaro

### ***ICT***

Téma		
Internet	Zásady bezpečného užívání internetu a sociálních sítí. Kyberšikana Probíhá v rámci výuky kapitoly Vyhledávání informací, komunikace.	

### ***Tercie***

#### ***Občanská výchova***

Téma		
<u>Občan a právo</u> – normy, pravidla a právní odpovědnost vzhledem k závislostem. Problematika trestní odpovědnosti mládeže.		první pololetí

Učíme se pravidla asertivního chování (navazujeme na primu), Cvičení obsahují různé případové studie. Žáci se vzájemně procvičují v umění říci ne na zadaném tématu. jaro

### ***Chemie***

Téma		
<u>Surovinové zdroje</u> – ochrana životního prostředí		

### ***Biologie***

Téma		
------	--	--

Biologie člověka Životní styl – pozitivní a negativní dopad na zdraví člověka  
Výchova ke zdraví Auto-destruktivní závislosti  
Návykové látky  
Zdravotní rizika zneužívání návykových látek

## **Kvarta**

### ***Občanská výchova***

Téma

Lidská práva jsou zajištěna výukou o historii české ústavnosti, ústavním pořádku, Úmluvě o právech dítěte, základech národního práva. Výchova k občanství (ČR, EU)  
Vzhledem k věku věnujeme pozornost trestní odpovědnosti, pojmu nezletilec, občanský průkaz. první pololetí

Globalizace obsahuje skupinu problémů intersociálních a antroposociálních.  
Žáci zpracovávají obsáhlé seminární práce k dané problematice. Jedno téma například zpracuje více žáků, následně při společné prezentaci je konfrontována jejich schopnost porozumět, vysvětlit, mít názor, zaujmout postoj. druhé pololetí

### ***Tělesná výchova***

Téma

Význam pohybu pro zdraví Tělesné, duševní a sociální zdraví  
Tělesná a duševní hygiena podzim

### ***Chemie***

Téma

Alkoholy, heterocykly Prevence závislostí, výchova k zodpovědnému chování

### ***Český jazyk***

Téma

Diskusní kruh Diskusní kruh bude věnován tématu „Kyberprostor“  
Cvičná úvaha a sociálním sítím. Po té následuje cvičná úvaha věnovaná těmto tématům.

## **1.ročník a kvinta**

### ***Společenské vědy***

Téma sexuální úchytky v objektu i subjektu – prevence rizikového sexuálního chování  
Úvod do psychologie oběti - prevence kriminality a delikvence  
Případové studie, testujeme druhy normality – prevence kriminality  
Žáci prvního ročníku s přesahem do druhého ročníku realizují projekty pro nižší gymnázium (DEN EVROPY).

## ***Tělesná výchova***

Téma Rizika ohrožující zdraví	Výroba, držení a zprostředkování nelegálních návykových látek, návykové látky a bezpečnost v dopravě	podzim
Průpravná, kondiční, estetická a jiná cvičení	Význam cvičení pro zdravý životní styl	zima
Lyžařský kurz	Poskytnutí první pomoci	

## ***Chemie***

Téma Radioaktivita, zbraně hromadného ničení	Ochrana životního prostředí
--	-----------------------------

## ***ICT***

Téma Internet	Zásady bezpečného užívání internetu. Kyberšikana Probíhá v rámci výuky kapitoly Zdroje a vyhledávání informací, komunikace.
------------------	--

## **2.ročník a sexta**

### ***Společenské vědy***

Téma <u>Trestní právo</u> , přešupek a trestný čin – prevence kriminality	
Téma <u>Vývoj české ústavnosti</u> , Občanský zákoník, Trestní zákon a Trestní řád, základy pracovního práva – posilujeme občanství a právní odpovědnost.	březen – červen

## ***Tělesná výchova***

Téma Olympijské hry	Sport a ochrana přírody	
Historie a současnost sportu	Odmítání podpůrných látek	jaro

## ***Chemie***

Téma Surovinové zdroje Deriváty uhlovodíků	Ochrana životního prostředí Prevence závislostí
--	--

## **3.ročník a septima**



## ***Společenské vědy***

Téma

Etické systému v historickém vývoji – žáky vedeme k uvědomění mravních a morálních hodnot. říjen - prosinec

## ***Tělesná výchova***

Téma

Zdravotně orientovaná zdatnost      Psychohygienu, předcházení stresům, zvládání stresových situací, hledání pomoci      jaro

## ***Chemie***

Téma

Heterocykly      Prevence závislostí  
Biochemie      Zodpovědné chování, úcta k životu

## ***Biologie***

Téma

Biologie člověka

Zdravý způsob života a péče o zdraví

vliv životních a pracovních podmínek a životního stylu na zdraví v rodině, škole, obci

zdravá výživa – specifické potřeby výživy podle věku, zdravotního stavu a profese

psychohygienu – předcházení stresům v mezilidských vztazích, zvládání stresových situací, efektivní komunikace, hledání pomoci

Změny v životě člověka a jejich reflexe

péče o reprodukční zdraví – faktory ovlivňující plodnost;

preventivní prohlídky;

osvěta spojená s abúzem nikotinu, alkoholu, drog a sexuálně přenosnými chorobami

## ***Český jazyk***

Téma

Úvaha      v rámci úvahy - možnost zpracování témat prevence rizikového chování

## **4. ročník a oktáva**

### ***Matematika***

Téma

Práce s daty      Součástí tématu je i sběr a zpracování statistického souboru. Statistické šetření lze zaměřit na výskyt rizikového chování.

### **III. Jednorázové akce:**

#### **Září**

- 5. - 6. 9. 2019  
Prima seznamka - seznamovací akce pro nastupující žáky primy pod vedením výchovné poradkyně a třídní učitelky primy. (Kuchařová, Hradilová, Zatloukalová)  
Pohybové, kreativní aktivity a soutěže. Pasování primánek na žáky gymnázia.  
Do projektu jsou zapojeni studenti 4. ročníků se zájmem o studium na pedagogické fakultě.
- 11. - 13. 9. 2019  
Seznamovací pobyt studentů 1. A a kvinty na Třemešku.  
(Baránková, Rozsypalová, Pospíšil, Hanáková)  
Adaptační pobyt věnovaný aktivitám, které vedou k poznání nových spolužáků.  
Náplní pobytu jsou psychosociální hry, sportovní soutěže, práce s třídními kolektivy a aktivity s tématem prevence závislosti a rizikového chování.
- Aktivity v Lanovém centru Proud v Olomouci pro žáky 2. ročníků a sexty.  
Rozvoj třídních kolektivů.  
(projekt Z výšky máme větší rozhled) 3. 10. 2019
- Poznáváme Litovelské Pomoraví ze sedla pro žáky tercie 17. – 18. 9. 2019  
Cykloturistický kurz, práce s třídním kolektivem, bezpečné chování v dopravě.
- Účast ŠMP na setkání metodiků prevence.

#### **Říjen**

- Aktivity v Lanovém centru Proud v Olomouci pro žáky 2. A a sexty.  
Rozvoj třídních kolektivů.  
(projekt Z výšky máme větší rozhled) 3. 10. 2019
- Informace ŠMP o Podpůrné skupině pro pedagogy
- Halloween – akce pořádaná Studentskou radou GJO Litovel  
(posílení vztahů mezi žáky školy) 31. 10. 2019

#### **Listopad**

- Účast ŠMP na zasedání Komise prevence kriminality při MěÚ v Litvli
- Program „Jak se nestát obětí sociálních sítí?“ pro žáky kvarty, sexty a 2. A  
18. 11. 2019.
- Přednáška pro dívky ze sekundy (sexuální výchova) 21. 11. 2019
- Přednáška a beseda pro žáky tercie „Kluci z Marsu a holky z Venuše“  
(sexuální výchova) 21. 11. 2019

#### **Leden**

- Beseda pro žáky sekundy, týkající se problematiky závislostního chování a sexuality  
(realizace na lyžařském výcvikovém kursu).

#### **Únor**

- Setkání školních metodiků prevence
- Přednáška a beseda pro žáky prvních ročníků, týkající se bezpečného chování na horách při lyžování a turistice.

## **Březen**

- Roční program Sdružení D pro žáky kvarty – dlouhodobý projekt

## **Duben**

- Prožitkové lekce Sdružení D pro žáky 1. A a kvinty
- Roční program Sdružení D pro žáky kvarty – dlouhodobý projekt
- Dotazníkové šetření týkající se problematiky užívání návykových látek, klimatu a atmosféry ve třídách.  
(vybrané třídy)

## **Květen**

- Majáles  
Třídy ve spolupráci s třídními učiteli vytváří masky dle zadaného tématu, následuje průvod městem a předvedení a prezentace třídy králi majálesu a ostatním. Na organizaci se podílí Studentská rada.
- Program pro žáky primy „Rizika internetu a jejich předcházení“

Akce budou aktuálně doplněny dle nabídky dalších institucí.

## **Spolupráce s rodiči**

Rodiče jsou pravidelně dvakrát do roka na třídních schůzkách informováni o:

- akcích pořádaných školou
- práci výchovného poradce a školního metodika prevence
- poradenství, které škola nabízí a které může zprostředkovat

Dále jsou informováni o činnosti Rodičovského sdružení a zvolí si třídního důvěrníka, který zajišťuje komunikaci mezi rodiči žáků třídy, třídním učitelem a vedením školy.

Třídní učitelé mají na rodiče žáků telefonické a emailové kontakty pro případ potřeby.

Rodiče jsou prostřednictvím programu Bakaláři průběžně informováni o studijních výsledcích a chování žáků.

Rodičům jsou prostřednictvím třídních učitelů, VP a ŠMP poskytovány individuální konzultace při vzdělávacích a výchovných problémech jejich dětí. Dále jsou informováni o podezření na experiment s návykovými látkami či výskytu jiného rizikového chování. V odůvodněných případech bude školou rodičům doporučena konzultace s odborníky.

## **Evaluaace**

Ke zjištění efektivity programu využijeme následující:

- Zprávy o prospěchu a chování žáků za 1. a 2. pololetí školního roku a jejich porovnání s předchozím školním rokem.
- zhodnocení výskytu rizikového chování a sociálně patologických jevů na škole (ke zjištění tohoto stavu využijeme dotazníkové metody, práci třídních učitelů, pozorování zaměstnanců školy a připomínky žáků)
- dotazníková šetření a hodnocení konkrétních akcí žáky a pedagogy, kteří se jich zúčastnili

## *Spolupracující organizace a jednotlivci – kontakty*

- **Pedagogicko psychologická poradna Olomouc**  
U Sportovní Haly 1a  
[www.ppp-olomouc.cz](http://www.ppp-olomouc.cz)  
585 221 045
- **Sdružení D Olomouc**  
Polská 4, Olomouc  
[www.sdruzenid.cz](http://www.sdruzenid.cz)  
585 235 451, 724 738 031
- **P-centrum Olomouc**  
Lafayettova 9, Olomouc  
[www.p-centrum.cz](http://www.p-centrum.cz)  
585 221 983  
středisko prevence, léčby a integrace osob ohrožených drogovou závislostí
- **Sdružení Podané ruce, Olomouc**  
Sokolská 48, Olomouc  
[www.podaneruce.cz](http://www.podaneruce.cz)  
585 220 034  
poskytovatel nízkoprahových služeb pro uživatele nealkoholových drog
- **E – bezpečí Olomouc**  
[www.e-bezpeci.cz](http://www.e-bezpeci.cz).
- **Komise prevence kriminality a BESIP MěÚ Litovel**  
Hedvika Weberová  
[weberov@seznam.cz](mailto:weberov@seznam.cz)
- **Městská policie Litovel**  
585 341 568, 602 133 721
- **Oblastní metodik prevence Mgr. Pavlína Ševčíková**  
585 221 045
- **Krajský metodik prevence PhDr. Ladislav Spurný**  
[l.spurny@olkraj.cz](mailto:l.spurny@olkraj.cz)  
585 508 545
- **Policie ČR**  
Obvodní oddělení Policie ČR Litovel  
Havlíčková, Litovel  
974 766 751
- **Mgr. Petr Halama**  
[petr.halama@seznam.cz](mailto:petr.halama@seznam.cz)  
773 934 851
- **MUDr. Nora Hradská**  
Poliklinika Litovel  
585 341 668  
praktický lékař pro děti a dorost
- **Mgr. Inka Koutná**  
klinický psycholog  
Poradenské centrum Horní Lán, Olomouc  
pracoviště Litovel, Jungmannova

- **Linka důvěry dětí a mládeže, Olomouc**  
585 414 600
- **Linka pro rodinu a školu**  
[www.linkaprorodinuaskolu.cz](http://www.linkaprorodinuaskolu.cz)  
116 000
- **Linka bezpečí**  
116 111

V Litovli 9. 9. 2019

Zpracovala: Dana Baránková