

# **PROGRAM ŠKOLNÍ PREVENCE**

**Školní rok 2018 –2019**

## **1. Úvod**

Sociálně patologické jevy jsou v dnešní době celospolečenským problémem. Je tedy nezbytné, aby se naše škola podílela na prevenci těchto jevů, zejména pak v oblasti šikany a zneužívání návykových látek. Tuto prevenci je třeba realizovat po celou dobu školní docházky a je nutné umožnit studentům přístup k náležitým informacím a naučit je těmto jevům čelit.

## **2. Charakteristika školy**

Gymnázium v Turnově je státní škola. Zřizovatelem je Liberecký kraj. Právní forma je příspěvková organizace. Gymnázium je koncipováno jako všeobecně vzdělávací škola, připravuje studenty pro všechny typy vysokých škol. Funguje zde čtyřleté a osmileté studium, celkový počet tříd je 12. Součástí areálu školy je tělocvična, plavecký bazén a moderní hřiště.

## **3. Cíl programu**

Minimální preventivní program navazuje na preventivní program z minulého školního roku. Hlavním cílem prevence je pozitivní působení na třídní kolektivy i na jednotlivce. Je třeba vést studenty k sebevědomí, dovednosti řešit své problémy samostatně bez návykových látek, ke správnému sebehodnocení, stanovení reálných cílů v životě, ke zvládnutí stresových situací, k dovednosti týmové práce, schopnosti vystupovat jako harmonicky rozvinutá osobnost s pozitivním sociálním chováním. Při realizaci programu je nezbytné propojení aktivit z oblasti specifické a nespecifické primární prevence.

## **4. Cílové skupiny programu**

Cílovými skupinami programu jsou všichni žáci školy, pedagogové a rodiče. Důležitá je spolupráce a vzájemná informovanost mezi pedagogy navzájem a pedagogy a rodiči, případně spolupráce s kompetentními institucemi.

## **5. Východiska pro přípravu školního programu prevence**

Některé důležité dokumenty pro přípravu školního programu prevence:

- Protidrogová strategie EU na období 2005-2012, vydal Úřad vlády ČR, 2005
- Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí (příručka o efektivní školní drogové prevenci), vydal Úřad vlády ČR, 2005

- Metodický pokyn MŠMT 20 006/2007 – 51 k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí žáků a studentů ve školách a školských zařízeních
- Metodický pokyn ministra školství , mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení č.j. 28275/2000-22
- Strategie prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy na období 2005-2008
- Zákon o sociálně právní ochraně dětí a mládeže 359/99 Sb.
- Zákon 561/2004 Sb.(Školský zákon), §21, §22, §30,§116
- Vyhláška 72/2005 Sb. (o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních), příloha 3: Standardní činnosti školního metodika prevence
- Vyhláška č. 73/2005 Sb., o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných

## **6. Realizace programu**

### **6.1. Výchovné působení v rámci výuky**

Všichni pedagogové se podílejí na plnění preventivního programu a mají podle předmětů a ročníků zařazená témata primární prevence ve svých tematických plánech. V rámci výuky jednotlivých předmětů získávají studenti aktuální informace o sociálně patologických jevech za využití odborné literatury a výpočetní techniky. Prvky prevence se uplatňují dle možností ve všech předmětech, zejména však v následujících:

<p>Občanská výchova, základy společenských věd</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vliv závislostí na osobnost člověka</li> <li>- techniky odmítání nabízené drogy</li> <li>- nácvik obrany proti šikaně a násilí</li> <li>- výchova k sociální snášenlivosti a dodržování etických norem</li> <li>- výchova ke zdravému životnímu stylu</li> <li>- techniky zvládání krizových situací různého charakteru</li> <li>- kriminalita a delikvence</li> <li>- trestně právní dopad výroby, distribuce a přechovávání návykových látek</li> <li>- xenofobie, rasismus a jiné podoby intolerance</li> <li>- výchova ke zdravému životnímu stylu – stravovací návyky, prevence anorexie a bulimie</li> </ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- přehled o účincích návykových látek na organismus</li> <li>- sexuální výchova – výchova k odpovědnému chování, informace o antikoncepci, prevence sexuálně přenosných nemocí</li> <li>- aktivní sociální učení – asertivita, sebeovládání, komunikativní dovednosti</li> <li>- vnitřní řád školy</li> <li>- testy, dotazníky, ankety</li> </ul>
Chemie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bezpečnost a ochrana zdraví – práce s jedy, organickými rozpouštědly</li> <li>- alkohol</li> <li>- alkaloidy – zneužívání návykových látek, léky, nikotin</li> </ul>
Biologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vliv návykových látek na vývoj jedince</li> <li>- výživa, stravovací návyky, sestavování jídelníčku, poruchy příjmu potravy</li> <li>- nácvik prvků první pomoci</li> <li>- zdravý životní styl – odpovědnost vůči životnímu prostředí</li> <li>- botanika – mákovité, lilkovité, konopí seté</li> </ul>
Tělesná výchova	<ul style="list-style-type: none"> <li>- výchova ke zdravému životnímu stylu, zvyšování odolnosti proti zátěžím, posilování, anabolika, relaxace, regenerace po zátěži</li> </ul>
Zeměpis	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vegetační pásma, hlavní oblasti produkce drog</li> </ul>
Český jazyk a literatura	<ul style="list-style-type: none"> <li>- beatníci, surrealismus, česká literatura 70. Let, Radek John</li> </ul>
Cizí jazyky	<ul style="list-style-type: none"> <li>- slovní zásoba, tisk, internet</li> </ul>

## 6.2. Specifická primární prevence

Specifická prevence na naší škole zahrnuje následující položky:

### 1. Přednášková činnost( návrh – realizace dle situace) :

S tebou o tobě – prima, 1. ročník, kvinta

Maják o.p.s. – preventivní a vrstevnické programy dle potřeby

### 2. Celodenní akce (návrh-realizace dle situace) : Preventivní den – hasiči, policie, vojáci

3. Zapojování se do charitativních akcí : Srdíčkový den, Květinový den, Bílá pastelka, Pozvedněte slabé, Světluška

### 4. Harmonizační týdny – 1. ročník , prima

Všichni studenti primy a 1. ročníku se společně s třídními učiteli účastní pobytu na školní chatě v Pasekách nad Jizerou. Je zaměřen na posílení vzájemných vztahů a sebedůvěry, etické principy, sociální chování. V ostatních ročnících probíhají v případě potřeby víkendové pobyty.

5. Nástěnka pro primární prevenci

6. Literatura s problematikou sociálně patologických jevů dostupná ve studovně

7. Třídnické hodiny s tematikou sociálně patologických jevů

### **6.3. Nespecifická primární prevence**

Nedílnou součástí minimálního preventivního programu jsou aktivity v oblasti nespecifické prevence:

1. Účast studentů na sportovních turnajích – Středoškolský pohár, Pohár starosty...

2. Fotbalový turnaj mezi třídami v rámci školy – organizuje školní parlament

3. Možnost využití posilovny, školního hřiště mimo vyučování a ve dnech prázdnin

4. Zimní a letní sportovní den

5. Možnost využití studovny, školní knihovny, internetu mimo vyučování a ve dnech prázdnin

6. Účast studentů na soutěžích a olympiádách z různých předmětů

7. Finanční podpora mimoškolních aktivit studentů prostřednictvím NFGT

8. Besedy s jinou tematikou než sociálně patologické jevy

9. Tematické exkurze

10. Zahraniční zájezd

11. Klub mladého diváka pro nižší i vyšší gymnázium

### **6.4. Vzdělávání pedagogů**

Metodik prevence se pravidelně zúčastňuje okresních setkání metodiků prevence. Sleduje nabídku seminářů v této oblasti a účastní se jich. Odebírá časopis Závislosti a my a studuje odbornou literaturu. Ostatní pedagogy průběžně informuje o novinkách v této oblasti (aktuálně nebo při pedagogických radách), o postupu v případě výskytu šikany, podezření z užití drogy... Je posilována spolupráce v pedagogickém sboru a účast jednotlivců na plnění preventivního programu školy, hlavní důraz je kladen na práci třídního učitele. Pedagogové mají k dispozici odbornou literaturu, případně odkazy na webové stránky.

## **6.5. Spolupráce s rodiči**

Rodičům je zajišťován informační servis především prostřednictvím internetových stránek školy, kde najdou komplexní nabídku informací o škole, přehled o konzultačních hodinách, mailové adresy, telefonní čísla pedagogů. Dále mohou využít nástěnku ve škole, úzce spolupracovat s metodikem prevence, který jim může nabídnout odkazy na příslušné instituce, webové stránky, vhodnou literaturu. Dle zájmu rodičů uspořádáme besedy o problematice sociálně patologických jevů. Samozřejmostí je pravidelné informování rodičů o aktuálních problémech s chováním žáků telefonicky nebo písemně.

## **6.6. Personální zajištění programu**

Školní metodik prevence: Mgr. Andrea Bucková

Konzultační hodiny : čtvrtek 10:00 – 11:00 (po dohodě kdykoli)

Školní metodik prevence úzce spolupracuje s ředitelem školy, výchovným poradcem, ostatními pedagogy, v případě potřeby s rodiči a následujícími institucemi: PPP Semily, Policie ČR, Městská policie, Městský úřad Turnov – Odbor sociálních věcí, SVP Čáp, Okresní metodik prevence Semily, REP Turnov a dalšími institucemi a organizacemi v návaznosti na plnění minimálního preventivního programu.

Úlohou školního metodika prevence je zajistit plnění minimálního preventivního programu, koordinovat řešení negativních jevů ve škole, zajistit odborné přednášky pro žáky, pedagogy, event. rodiče, aktualizovat nástěnku s problematikou sociálně patologických jevů, v případě výskytu sociálně patologického jevu zdokumentovat pohovory s žáky a rodiči, případně kontaktovat příslušné instituce. Nedílnou součástí práce metodika je rovněž monitorovat efektivitu preventivních aktivit a na základě daného zjištění korigovat jejich průběh, v případě potřeby provádět cílenou prevenci.

## **6.7. Způsob hodnocení efektivity MPP**

Hodnocení programu proběhne na konci školního roku, event. bezprostředně po jednotlivých akcích. Cílem je zjištění efektivity preventivních aktivit a porovnáním s výsledky předcházejících šetření lze mapovat situaci na škole a případné změny ve výskytu sociálně patologických jevů.

## **6.8. Důležitá telefonní čísla a www.stránky**

Budou vyvěšena na nástěnce, ve sborovně a na www. stránkách školy.

Rodičovská linka 283 852 222

Pro studenty : Dětské krizové centrum 241 480 511

Linka bezpečí 800 155 155

800 155 555

Linka důvěry 241 484 149

Linka pro děti, které odešly z domova 800 111 113

[www.linkabezpeci.cz](http://www.linkabezpeci.cz)

[www.internetporadna.cz](http://www.internetporadna.cz)

[www.drogovaporadna.cz](http://www.drogovaporadna.cz)

[www.sananim.cz](http://www.sananim.cz)

[www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)

[www.sikana.org](http://www.sikana.org)

## **Sociálně patologické jevy**

### **• DROGOVÁ ZÁVISLOST**

#### **Jak předejít drogovým problémům**

##### **1. MLUVTE S DĚTMI O DROGÁCH**

Vysvětlíte jim, o co jde, drogy nejsou žádné tajemství. Názorný příklad je vždy alkohol a jeho účinky – ten je v mnoha případech nedaleko. Mluvte o drogách stejně jako o dalších nepříjemnostech v životě, kterým je možné se vyhnout. Mluvte vždy způsobem přiměřeným věku.

##### **2. NEPODCEŇUJTE SVÉ DĚTI**

Ví často o drogách víc, než si myslíte. Nesnažte se poučovat, právě v oblasti drogové problematiky ze sebe snadno můžete udělat hlupáka.

##### **3. POMOZTE SVÉMU DÍTĚTI NALÉZT A UDRŽET SEBEDŮVĚRU**

Právě nedostatek v sebehodnocení, pocity nedostatečnosti a „komplexy“ mohou přiblížit vaše dítě k drogám. Nebojte se vyjádřit pozitivní hodnocení, nebojte se pochválit.

##### **4. POMOZTE SVÉMU DÍTĚTI VYTVOŘIT HODNOTOVÝ SYSTÉM**

Schopnost rozlišit mezi dobrým a špatným významně ovlivňuje rozhodování. Rodiče by měli vést a ukazovat směr, ne mentorovat.

##### **5. BUĎTE POZITIVNÍM PŘÍKLADEM**

##### **6. POMOZTE SVÉMU DÍTĚTI ZVLÁDAT NEGATIVNÍ TLAK VRSTEVNÍKŮ**

Podporujte jeho individualitu. Být jedinečný a jiný je to, co se hodnotí.

##### **7. PODPORUJTE VŠECHNY POZITIVNÍ AKTIVITY DÍTĚTE**

##### **8. NEBOJTE SE PŘIZNAT NEVĚDOMOST**

Drogy jsou téma, které se týká celé společnosti. Zprávy z masmédií jsou často vědomě či nevědomě zkreslené. Orientujte se na instituce, které se drogovou problematikou zabývají, nebojte se ptát.

#### **Jak odhalit braní drog**

##### **1. PROBLÉMY VE ŠKOLE**

Nemusí se projevit hned zpočátku, dá se ale říci, že braní drog k potížím ve škole dříve nebo později vede.

##### **2. ZTRÁTA PŮVODNÍCH ZAJMŮ**

##### **3. ZMĚNA PŘÁTEL A PARTY**

##### **4. ZMĚNA CHOVÁNÍ**

Nápadné by měly být ničím neodůvodněné stavy neobvyklé veselosti či aktivity. Na pováženou je náhle vzniklá noční nespavost spojená s různým často nesmyslným kutěním. Stejně nápadné jsou stavy skleslosti, únavy a opakující se depresivní rozklady. Nelze ale vyloučit, že podobné stavy mohou být prostě jen projevem onemocnění.

##### **5. SLABOST, SPANÍ PŘES DEN**

##### **6. ZTRÁTA CHUTI K JÍDLU, HUBNUTÍ**

Jeden z velmi nápadných příznaků užívání tzv. stimulačních drog, u nás hlavně pervitin. Opiáty či halucinogenní drogy se takto projevovat nemusí!!

## 7. KOŽNÍ DEFEKTY

Jsou dalším z příznaků typických pro braní pervitinu. Jedná se o stopy škrábnutí a jiných drobných sebepoškození, zejména na obličej a rukou.

## 8. MIZENÍ PENĚZ

Příznak charakteristický pro prohlubující se závislost na heroinu.

## 9. NÁLEZ STRÍKAČEK, JEHEL A DROG

## 10. STOPY PO INJEKČNÍM VPICHU NA KONČETINÁCH

### **Co si počít , kdž zjistíme, že naše dítě bere drogy**

#### 1. NEPANIKARIT

Je třeba si uvědomit, že braní drog, na které jsme právě přišli, nevzniklo včera ani předečím. Rok i více trvá často doba, kdy dítě bere drogy a rodina nic netuší. Takže – zachovat klid. Je nutné si uvědomit, že situaci nelze vyřešit za den, za týden, ale vysoce pravděpodobně ani za měsíc. Budou nutná dlouhotrvající opatření.

#### 2. SEHNAT SI VŠECHNY DOSTUPNÉ INFORMACE

To je odbornou literaturu, zkušenosti z okolí - ale hlavně kontaktovat zařízení, které s drogovým problémem profesionálně pracuje. Konzultace je většinou možná i telefonicky a anonymně.

#### 3. BÝT DŮSLEDNÝ

Pokud se rozhodnete k nějakému postupu, ať již na základě vlastního rozhodnutí nebo konzultace, buďte důslední! Rozmyslete si předem, budete-li schopni navrhované postupy dodržet. Nemá smysl si zde nic nalhávat.

#### **- Kde hledat pomoc**

[www.internetporadna.cz](http://www.internetporadna.cz)

[www.drogovaporadna.cz](http://www.drogovaporadna.cz)

[www.sananim.cz](http://www.sananim.cz)

Středisko výchovné péče

Na Výšinách 451/9, Liberec 5

Tel. 482 757 275, 728 145 169

Zdroj: Drogy – mýty a realita, autor: MUDr. Jiří Presl, nakladatelství MEDEA KULTUR s.r.o



## • ŠIKANA

### Nepřehlédněte varovné signály

#### PODEZŘELÉ PROJEVY DÍTĚTE:

- Za dítětem nedochází domů žádný spolužák, zdá se, že nemá žádné kamarády.
- Dítě je zaražené, posmutnělé až depresivní, nemluví o tom, co se děje ve škole.
- Špatně usíná, má poruchy spánku, zdají se mu hrůzostrašné sny.
- Dojde k významnému zhoršení prospěchu, je nesoustředěné, bez zájmu.
- Často ho před odchodem do školy nebo po příchodu bolí hlava, břicho...
- Dítě často navštěvuje lékaře, znenadání se objeví neomluvená absence.
- Dítě chodí do školy nebo ze školy oklikami.
- Přichází domu s potrhaným oblečením, poškozenými školními pomůckami nebo bez nich.
- Často mu nevychází kapesné, ztrácí ho, požaduje další peníze.
- Dítě přichází domů vyhladovělé, i když dostává svačiny a má zajištěny obědy.
- Nedokáže uspokojivě vysvětlit svoje zranění – odřeniny, modřiny, popáleniny....
- Vyhrožuje sebevraždou, nebo se o ni dokonce pokusí

### Alternativy postupu rodičů

#### 1. POSKYTNĚTE DÍTĚTI MAXIMÁLNÍ OPORU

Zorientujte se ve vnějším obraze šikanování co, kdo, kdy, jak...Do vyšetření a nápravy situace si s dítětem o vývoji situace povídejte. V případě, že jde o pokročilé stadium a hrozí mu nebezpečí, nechejte ho doma.

#### 2. OBA RODIČE BY MĚLI NAVŠTÍVIT ŘEDITELE A TŘÍDNÍHO UČITELE

Úkolem setkání je, co nejlépe pedagogy informovat o tom, co jste se od dítěte dozvěděli a zjistit, zda je škola schopna poskytnout odbornou pomoc, a podle toho se rozhodnout dál.

#### 3. PODLE SITUACE VE ŠKOLE, ALE I DALŠÍCH OKOLNOSTÍ UVAŽOVAT O DALŠÍCH OPATŘENÍCH

- Doporučuje se navázat kontakt s odborníkem – Linka bezpečí, linky důvěry, pedagogicko-psychologické poradny.
- Můžete navštívit rodiče agresora a pokusit se s nimi domluvit o nápravě situace.
- Zajistit ochranu dítěte na cestě do školy a domů.
- Při závažném šikanování lze podat trestní oznámení na agresory na policii.
- Spojit se s orgány školy, kde mají zastoupení ostatní rodiče, a společně hledat pomoc.
- Jestliže je na tom dítě psychicky hodně špatně, lze zažádat o individuální program.

#### - Kde hledat pomoc

<http://sweb.cz/sikana.os>

[www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)

[www.sikana.org](http://www.sikana.org)

Linka bezpečí a Krizové centrum (nadace Naše dítě)

Ústavní 95/91, 181 00 Praha 8

Tel. 0800 155555

Bílý kruh bezpečí  
(Sdružení pro pomoc obětem trestné činnosti a jejich blízkým)  
Duškova 20, 150 00 Praha 5  
Tel. 02 5731 7100

Občanské sdružení proti šikanování  
Podbabská 17, 160 41 Praha 6

Zdroj: Bolest šikanování, autor: Michal Kolář, nakladatelství Portál