

ZÁKLADNÍ ŠKOLA T. G. MASARYKA V PRAZE 12

MODŘANSKÁ 1375/10a



PREVENTIVNÍ PROGRAM

ŠKOLNÍ ROK 2025/26

Mgr. Jindřiška Kulišová

ředitelka školy

I. ANALÝZA SITUACE

Naše škola je situována mezi starší zástavbou v Modřanech, většina žáků tedy bydlí v okolí školy. Máme ale i žáky, kteří dojíždějí z větší vzdálenosti.

Školu tvoří dvě budovy – hlavní budova s venkovním sportovním areálem a tělocvičnou a pavilon (odloučené pracoviště v ulici K Vltavě) se zahradou a hřištěm. V obou budovách funguje během všech přestávek samostatný dozor. Žáci mají k dispozici v každém patře školy stůl na stolní tenis, stejně tak mají možnost využít prostory školního klubu, či školní knihovnu.

Plán prevence pro školní rok 2025/2026 vychází ze závěrů a hodnocení preventivního plánu předcházejícího školního roku, z hodnocení klimatu školy žáky, ze závěrů třídních učitelů z třídnických hodin, z rozhovorů s výchovnou poradkyní a paní psycholožkou a ze závěrečných zpráv lektorů preventivních programů. Z uvedených šetření vyplývá, že někteří žáci užívají příležitostně legální návykové látky, jako jsou cigarety a alkohol, vyskytuje se i případ skrytého záškoláctví, šikany, sebepoškozování, nevhodného chování žáků na internetu a sociálních sítích. Objevují se i případy negativního chování žáků v třídním kolektivu, které se týkají žáků některých tříd jak na I. stupni, tak i stupni II.

V prevenci tohoto chování škola spolupracuje s rodiči žáků, nabízí žákům alternativní způsob trávení volného času - zájmové kroužky, školní knihovnu, sportovní soutěže, vědomostní soutěže, účast v olympiádách (matematika, zeměpis, fyzika, český jazyk, dějepis), sportovní soustředění, lyžařský výcvikový zájezd, adaptační kurz, adventní setkání, sportovní den, zahraniční výjezd, zapojení do činnosti žákovské samosprávy, ekotýmu, šk. parlamentu apod.

Prevence na škole je realizována formou samostatných bloků, besed, interaktivních seminářů a dále zařazováním do jednotlivých vyučovacích předmětů a třídnických hodin. Při realizaci akcí zaměřených na prevenci rizikového chování škola spolupracuje s Proxima Sociale, o.p.s., Městskou policií hl. m. Prahy ČR, Drop In, nově se sportovním klubem SK Slavia Praha a dalšími subjekty.

Učitelé se při své práci zaměřují na rozvíjení pozitivních vztahů mezi žáky, podporují u žáků solidaritu a toleranci, vedou žáky k vytváření vlastního názoru a k výchově ke zdravému životnímu stylu. Osvědčilo se okamžité řešení problémů v chování žáků s rodiči. Přesto je

komunikace s některými rodiči problematická, odmítají spolupracovat se školou – třídním učitelem, obhajují negativní chování svých dětí. Za potenciálně rizikové zóny ve škole považujeme WC, případně přímo třídy během přestávek, kdy učitel není přítomen, v některých třídách je přítomen i o přestávkách asistent pedagoga. Každý den je v provozu školní družina, kam docházejí děti od 1. do 3. (ve výjimečných případech do 4.) třídy. Pro starší děti je určen školní klub. V odpoledních hodinách také v areálu školy pro naše žáky probíhají volnočasové aktivity, organizované jak přímo školou, tak externími organizacemi.

Školu navštěvuje v tomto školním roce 501 dětí.

Snažíme se, aby naše škola byla zároveň i jakýmsi komunitním centrem – tedy aby pomocí nejrozličnějších aktivit propojovala děti, jejich rodiny a učitele a podporovala tak vzájemné působení a spolupráci. Rodičům také zajišťujeme vzdělávání v oblasti primární prevence formou večerních seminářů. Témata vybíráme tak, aby navazovala na aktuální problematiku v oblasti prevence sociálně patologických jevů, ale také reagujeme na poptávku témat ze strany rodičů.

K zjištění stavu rizikového chování ve škole vycházíme ze samotné práce s žáky, rozhovorů s TU, výstupů z třídnických hodin, sociometrie, ze zápisů z výchovných komisí, rozhovorů s rodiči a zápisů z porad ŠPP. Žáci také využívají schránku důvěry. Stěžejními pro předávání informací a koordinaci preventivních, pedagogických a služeb jsou pravidelné porady ŠPP, které probíhají jednou týdně, nebo dle potřeby častěji.

II. ORGANIZACE A STRUKTURA PREVENCE

Na organizaci a struktuře prevence se podílejí všichni pracovníci školního poradenského pracoviště.

Výchovný poradce

Pracovník a kontakt: MgA. Pavla Štěpničková (pavla.stepnickova@zstgm-praha.cz)

Výchovný poradce

Aktivně nabízí žákům, učitelům a zákonným zástupcům možnost poradit se o svých problémech. Setkává se i s žáky, kteří jsou v některých případech ohrožení ve svém vývoji, sebepojetí, komunikaci s druhými. Komunikuje s pedagogy a sbírá podněty. Učitelé se na výchovného poradce obracejí v případě:

- výskytu agresivního chování ve třídě
- signálů o potížích žáka (osobnostní, rodinné, vztahové)
- náhlého i trvalého neúspěchu v učení
- obtížné komunikace, konfliktu s rodiči
- konfliktního či jinak problematického klimatu třídy

Výchovný poradce monitoruje situaci. Navrhuje opatření, setkání zainteresovaných lidí, vede individuální konzultace s dětmi, s rodiči, informuje o kontaktech na další pomoc (adresář sociálních služeb apod.), Linku bezpečí a další organizace. Může se zúčastnit komunitních kruhů ve třídách, které organizují učitelé a zajišťují tak prevenci konfliktů a problémů žáků. Obrací se na sociální odbor a kurátory v případě podezření na problém v rodině či porušování zákona.

Školní metodik prevence

Pracovník a kontakt: Mgr. et Mgr. Vendula Tomšíková (vendula.tomsikova@zstgm-praha.cz)

Školní metodik prevence

Spoluvytváří Preventivní program, podílí se na jeho realizaci. Komunikuje s učiteli v oblasti primární prevence, v případě vzniklého problému dává podněty k možné nápravě (projekt, spolupráce s externím školním psychologem, účast na tematické akci, atd.). Spolupracuje s institucemi a organizacemi v oblasti primární prevence (např. Drop In, Proxima Sociale o.p.s., Prev-Centrum, PPP, Policie hl.m. Prahy, SK Slavia Praha atd.). Koordinuje předávání informací o problematice rizikových jevů ve škole, dokumentuje průběh preventivní práce školy. Provádí šetření aktuálních potřeb jednotlivých tříd a podle získaných informací přizpůsobuje nabídku primární prevence.

Metodik je též v přímém kontaktu s odborem sociálně právní ochrany dětí na úřadu Městské části Prahy 12 a obvodním metodikem prevence.

Školní psycholog

Pracovník a kontakt: Mgr. Kateřina Geberlová (katerina.geberlova@zstgm-praha.cz)

Školní psycholog

Poskytuje konzultační, poradenské a intervenční práce, vč. krizové intervence. Podílí se na vytváření programu poskytování pedagogicko-psychologických poradenských služeb ve škole. Komunikuje a spolupracuje s vedením školy, pedagogy, žáky a zákonnými zástupci. Spolupracuje s výchovným poradcem, metodikem prevence a sociálním pedagogem. Zjišťuje sociální klima ve třídě. Individuálně pracuje s žáky s osobními problémy - zejména konzultace, vedení a diagnostika vzdělávacích a výchovných problémů. Školní psycholog je

též v přímém kontaktu s odborem sociálně právní ochrany dětí na úřadu Městské části Prahy 12.

Sociální pedagožka

Pracovník a kontakt: Mgr. Veronika Žlebková (veronika.zlebkova@zstgm-praha.cz)

Sociální pedagožka

Posláním sociálního pedagoga ve škole je podporovat žáky, kteří se potýkají se sociálními, rodinnými nebo výchovnými problémy. Pomáhá vytvářet bezpečné a inkluzivní školní prostředí, kde se každý žák může rozvíjet. Spolupracuje s učiteli, rodiči i dalšími odborníky, aby zajistil vhodnou podporu pro děti ohrožené školním neúspěchem nebo sociálním vyloučením. Sleduje sociální klima školy a přispívá k prevenci šikany, rizikového chování či záškoláctví. Jeho cílem je pomáhat dětem překonávat překážky, které jim brání v učení a osobním rozvoji.

Třídní učitel, učitelé

Učitelé se věnují v rámci své výuky rozvoji kompetencí žáků v oblasti sociálních dovedností, učí podle principů a metod v rámci koncepce školy. Oslovují a zapojují do řešení problémů školního psychologa, výchovného poradce a metodika prevence. Provádějí průběžnou pedagogickou diagnostiku žáků a třídy, konzultují případné problémy, navrhují opatření

Třídní učitel je v kontaktu s rodiči žáků své třídy prostřednictvím třídních schůzek, tripartit, osobních setkání a dalších možností komunikace (konzultační hodiny, e-mail, tel).

Ředitelka školy, vedení školy

Sleduje efektivitu prevence rizikového chování. Sleduje problémy v kontextu celé školy a dělá personální a organizační opatření ke zlepšení vzájemného soužití ve škole. Účastní se v případě potřeby zásadních setkání rodiny a školy. Cílem takových setkání je stanovení

nápravných opatření s důrazem na odpovědnost žáka, školy i zákonných zástupců. Účastní se pravidelně jednání školního poradenského pracoviště.

Další spolupracující organizace

V oblasti specifické i nespecifické prevence spolupracuje škola zejména s organizací Drop In, Proxima Sociale a Prev-Centrum. Cílem je umožnit žákům kontakt s lektory i mimo školu, což vytváří prostor pro další pomoc. V rámci těchto programů žáci diskutují, zabývají se sociálními vztahy a riziky v životním stylu, dostávají informace v oblasti návykových látek, lidských práv, kriminality, sexuální výchovy, trestního práva, rodinného práva a dalších.

Další odborná pracoviště

Škola spolupracuje s těmito institucemi, obrací se na ně v případě potřeby - PPP, SPC, SVP, Centra psychosociální pomoci, diagnostické ústavy, sociální odbory, Policii ČR, Městskou policii hl. m. Prahy, organizacemi primární a sekundární prevence.

III. CÍLE/ ZNALOSTNÍ KOMPETENCE ŽÁKŮ

Preventivní program jako součást Školního vzdělávacího programu si klade za cíl vzdělávat žáky v oblasti ochrany zdraví a vést je ke zdravému plnohodnotnému prožívání života. Toho se snaží dosáhnout pomocí působení nespecifické i specifické preventivní činnosti v rámci všech vzdělávacích oblastí a činností prováděných v souvislosti se základní školní docházkou. Níže uvedené znalostní kompetence vycházejí z metodického doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže vydaného MŠMT ČR. Na základě toho jsou pro jednotlivé ročníky vybírány i příslušné preventivní programy.

● Rozvoj kompetencí žáků

- sociálních dovedností (navazování zdravých vztahů s ostatními, umění týmové práce, konstruktivní řešení konfliktu, otevřená komunikace, schopnost pomoci),
- pozitivní vnímání sebe sama,
- rozvoj osobnostních kvalit, které podporují zdravý rozvoj osobnosti (sebevědomí, altruismus, empatie, asertivita, vůle),

- rozvoj morálního vědomí a vědomí zodpovědnosti,
- cílený rozvoj v oblasti mediální výchovy,
- rozvoj schopnosti řešit problémy např. formou komunitních kruhů.

- **Demokratické řízení, efektivní pravidla vzájemného soužití**

- učení se respektování lidských práv, individuálních potřeb a odlišností jednotlivců,
- zapojení žáků do spoluvytváření pravidel vzájemného soužití ve škole,
- vedení žáka k přijetí osobní zodpovědnosti k daným právům a povinnostem.

- **Vytváření atmosféry vzájemnosti, důvěry, respektu a bezpečí ve škole s důrazem na prevenci šikany**

- jasná deklarace postojů všech pedagogických pracovníků k jakýmkoli formám útlatku a šikany,
- zaměření na budování bezpečného prostředí
- průběžné sledování možných rizikových projevů jednotlivců i třídních kolektivů

- **Přístup k informacím a práce s informacemi**

- umění používat různé informační zdroje, kriticky zhodnotit, porovnat informace, vytváření vlastního názoru, životního postoje,
- poznání základních lidských potřeb (fyzických, psychických, emočních),
- zdraví je chápáno jako stav tělesné, duševní a sociální rovnováhy.

- **Spolupráce**

- celé školy, všech žáků, učitelů, rodičů – důvěra ve vztahu žák – žák a učitel – žák
- otevřená komunikace mezi školou a rodiči – **otevřenost a důvěra ve vztahu učitel (škola) – rodič**, velmi významnou úlohu v této oblasti sehrává systém **tripartitních setkávání** (triád),

- spolupráce učitelů v rámci pedagogického týmu (dny pro školu),
- propojení školy s dalšími institucemi (odborná pracoviště, organizace působící v oblasti primární prevence)
- úzká spolupráce s obvodním metodikem prevence

STANOVENÍ CÍLŮ PPŠ

Cíl:	Podpora vlastních aktivit žáků
Ukazatele dosažení cíle:	Počet žáků zapojených v práci ekotýmu, šk. parlamentu Počet žáků zapojených v práci žákovské samosprávy Počet třídních akcí
Zdůvodnění cíle:	Zdůraznění pocitů žáků, že jsou součástí školy Vytvoření pohodového a přátelského prostředí Vedení žáků k odpovědnosti za vlastní rozhodnutí
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Vytvářet pozitivní sociální klima školy

Cíl:	Informovanost žáků o působení rizikových jevů
Ukazatele dosažení cíle:	Počet realizovaných preventivních aktivit Počet zúčastněných žáků Počet řešených případů rizikového chování
Zdůvodnění cíle:	Nutnost informovanosti žáků o rizikových jevech
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Předcházení rizikovým jevům chování

Cíl:	Zlepšit psychosociální klima ve třídě
Ukazatele dosažení cíle:	Práce třídních učitelů s třídním kolektivem Spolupráce se školní psycholožkou, metodikem prevence, sociálním pedagogem Počet řešených problémů v rámci vztahů ve třídě
Zdůvodnění cíle:	Reakce na dění a problematické chování ve třídách Vytvoření bezpečného a klidného prostředí ve třídách
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Posílit pozitivní klima třídy a zároveň i školy

Cíl:	Adaptační kurz - stmelení kolektivu nově vzniklých 6.tříd
Ukazatele dosažení cíle:	Práce třídního učitele a MP s třídním kolektivem Počet zúčastněných žáků na adapt.kurzu
Zdůvodnění cíle:	Stmelení a poznání nového třídního kolektivu Navázání nových vztahů Pomoc při přechodu na 2.stupeň
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Posílit sociální klima třídy

Cíl:	Adaptační výjezd - 3. ročníky
Ukazatele dosažení cíle:	Práce třídního učitele a MP s třídním kolektivem Počet zúčastněných žáků na adapt.výjezdu
Zdůvodnění cíle:	Poznání a navázání vztahu s novým třídním učitelem Pomoc při přechodu na hlavní budovu školy
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Posílit sociální klima třídy

Cíl:	Zvýšit informovanost a povědomí pedagogů v problematice prevence
Ukazatele dosažení cíle:	Počet proškolených pedagogů Počet vzdělávacích programů
Zdůvodnění cíle:	Efektivnější práce pedagogů s třídními kolektivy
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Poskytnutí metodické podpory Zvýšení profesní připravenosti

Cíl:	Získávat rodiče pro spolupráci se školou
Ukazatele dosažení cíle:	Počet setkání Kolektivu rodičů Počet rodičů, kteří se účastní akcí školy Počet rodičů, kteří se účastní třídních schůzek a triád
Zdůvodnění cíle:	Aktivní vztah rodičů ke škole pozitivně ovlivňuje vztah žáka ke škole
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Posílit pozitivní sociální klima školy a podílení se rodičů na dění ve škole

IV. SKLADBA AKTIVIT PPŠ PRO JEDNOTLIVÉ CÍLOVÉ SKUPINY

a) Pedagogové

Název a odborné zaměření vzdělávání	Seminář - Bezpečnost měkkých cílů ve šk. zařízeních
Stručná charakteristika	Vzdělávací program je určen pro pedagogický sbor a vedení školy. Seznámení pedagogů a vedení školy s riziky, kterým mohou být školy vystaveny jako tzv. „měkké cíle“, a ukázat účinná preventivní a organizační opatření ke zvýšení bezpečnosti.
Počet proškolených pedagogů	51
Počet hodin	8
Termín konání	říjen 2025

b) Žáci

Tematické bloky ve výuce, zaměřené na prevenci rizikového chování

Ročník	Předmět	Vzdělávací oblast	Téma	Časová dotace
1.roč.	Prvouka	Člověk a jeho svět Člověk a zdraví	Moje rodina Soužití lidí Hygiena a sebeobsluha Zdraví a nemoc, péče o zdraví Dopravní výchova – jsem účastník provozu	2 hodiny 5 hodin 4 hodiny 3 hodiny 4 hodiny
2.roč.	Prvouka	Člověk a jeho svět Člověk a zdraví	Moje rodina Soužití lidí Hygiena a sebeobsluha Zdraví a nemoc, péče o zdraví Dopravní výchova – jsem účastník provozu	2 hodiny 2 hodiny 2 hodiny 6 hodin 4 hodiny
3.roč.	Prvouka	Člověk a jeho svět Člověk a zdraví	Člověk mezi lidmi Dopravní výchova – jsem účastník provozu Hygiena a sebeobsluha Zdraví a nemoc, péče o zdraví	2 hodiny 2 hodiny 5 hodin 5 hodin
4.roč.	Přírodověda Pracovní činnosti	Člověk a jeho svět Člověk a svět práce	Lidská obydli Charakteristika společnosti Zásady poskytnutí první pomoci	1 hodina 4 hodiny 2 hodiny

5.roč.	Přírodověda	Člověk a svět práce	Zásady poskytnutí první pomoci	5 hodin
	Pracovní činnosti	Člověk a zdraví	Zdraví a nemoc, péče o zdraví Lidské tělo	2 hodiny 10 hodin
6.roč.	Přírodopis Občanská výchova	Člověk a příroda Člověk a společnost	Houby Rodinný život Život ve škole Lidská práva Jak žijí lidé na Zemi Vliv rodiny na rozvoj dítěte Volný čas a jeho využívání Způsoby chování v krizových situacích	3 hodiny 8 hodin 4 hodiny 2 hodiny 1 hodina 7 hodin 2 hodiny 5 hodin
	Zeměpis Výchova ke zdraví	Člověk a příroda Člověk a zdraví	Alkoholismus, kouření Proměny člověka v období dospívání	5 hodin 6 hodin
	Dějepis	Člověk a společnost	Starověké Řecko – Sparta (výchova chlapců)	1 hodina
7.roč.	Občanská výchova Zeměpis	Člověk a společnost Člověk a příroda	Život mezi lidmi Člověk a kultura Lidská práva Afrika (včera, dnes a zítra-obyv.) Asie (problémy a konflikty)	7 hodin 7 hodin 3 hodiny 1 hodina 6 hodin
	Dějepis	Člověk a společnost	Úloha víry v životě středověkého člověka, kacířství	(projekt) 2 hodiny
	Český jazyk a literatura	Jazyk a jazyková komunikace	Interpretace díla – negativní chování postav	1 hodina
8.roč.	Chemie Přírodopis Občanská výchova	Člověk a příroda Člověk a příroda Člověk a společnost	Vlastnosti látek Člověk Osobnost Psychické procesy a stavy Člověk v sociálních vztazích Stát a právo Prevence zneužívání návykových látek	2 hodiny 20 hodin 8 hodin 6 hodin 4 hodiny 11 hodin 3 hodiny
	Zeměpis Dějepis Český jazyk a literatura	Člověk a příroda Člověk a společnost Jazyk a jazyková komunikace	Evropa (etnické problémy) Rasismus, otrokářství v USA Židovská problematika v literatuře, genocida	1 hodina 1 hodina 2 hodiny
9.roč.	Chemie	Člověk a příroda	Chemie a společnost – léčiva, drogy, alkoholy, areny	6 hodin
	Dějepis Výchova ke zdraví	Člověk a společnost Člověk a zdraví	2. světová válka, holocaust Prevence zneužívání návykových látek Vliv rodiny na rozvoj dítěte Sexuální výchova Způsoby chování v krizových situacích Alkoholismus, kouření	4 hodiny 6 hodin 3 hodiny 6 hodin 3 hodiny 4 hodiny

	Zeměpis	Člověk a příroda	Konflikty na Zemi (porušování lidských práv)	1 hodina
	Přírodopis	Člověk a příroda	Vnitřní a vnější geologické děje (humanitární pomoc v ohrožených oblastech)	1 hodina
	Český jazyk a literatura	Jazyk a jazyková komunikace	Můj domov a svět	1 hodina

Specifická prevence

Název programu	Program primární prevence realizovaný pedagogy ZŠ TGM
Typ programu	Prevence rizikového chování
Stručná charakteristika programu	Program zaměřený na rozšiřování povědomí o vzniku závislosti, nevhodnosti chování, bezpečnosti na internetu (kyberšikana, hating). Cílem programu je vybavit žáky ZŠ dostatečnými znalostmi a schopnostmi, jak rozpoznat rizikové situace a jak se jim vyhnout.
Realizátor	ŠPP, pedagogové
Cílová skupina	Žáci 2. - 9.roč.
Počet žáků v programu	17. tříd
Počet hodin programu	34
Návaznost programu na cíle PPŠ	Zdravý životní styl, osvojení pozitivního sociálního chování
Ukazatele úspěšnosti	Statistika výskytu rizikového chování
Termín	Školní rok 2025/2026
Zodpovědná osoba	ŠMP

Název programu	Bezpečné chování
Typ programu	Prevence rizikového chování
Stručná charakteristika programu	Program zaměřený na bezpečné chování na komunikacích, při nebezpečných situacích, v elektronickém světě, v partnerských vztazích
Realizátor	Městská policie hl. m. Prahy
Cílová skupina	Žáci 1. – 5. ročníku

Počet žáků v programu	11 tříd
Počet hodin programu	36
Návaznost programu na cíle PPŠ	Předcházení rizikovým jevům chování, odpovědnost za vlastní chování
Ukazatele úspěšnosti	Statistika výskytu rizikového chování
Termín	Školní rok 2025/2026
Zodpovědná osoba	ŠMP

Název programu	Školní parlament a ekotým
Typ programu	Aktivity žáků
Stručná charakteristika programu	Práce ve školním parlamentu, setkávání se se zástupci ÚMČ Praha 12, podílení se na veřejném rozhodování; práce ve školním ekotýmu, prezentace výsledků práce, péče o prostředí školy.
Realizátor	Žáci školy
Cílová skupina	Všichni žáci školy
Počet žáků v programu	28
Počet hodin programu	cca 40
Návaznost programu na cíle PPŠ	Podpora vlastních aktivit žáků
Ukazatele úspěšnosti	Zapojení a aktivita při akcích
Termín	Školní rok 2025/2026
Zodpovědná osoba	Mgr. Milan Peřina, Bc. Jakub Jeřábek, Ing. Šárka Jánešová, Miroslav Svoboda, Ing. Eva Kohoutová

Název programu	Drop In - centrum primární prevence
Typ programu	Prevence rizikového chování
Stručná charakteristika programu	Program zaměřený na rozšiřování povědomí o vzniku závislosti. Cílem programu je vybavit žáky ZŠ dostatečnými znalostmi a schopnostmi, jak rozpoznat rizikové situace a jak se jim vyhnout.
Realizátor	Centrum primární prevence Drop In, o.p.s
Cílová skupina	Žáci 2. – 9. ročníku

Počet žáků v programu	(17 tříd)
Počet hodin programu	34
Návaznost programu na cíle PPŠ	Předcházení rizikovým jevům, odpovědnost za vlastní chování
Ukazatele úspěšnosti	Statistika výskytu rizikového chování
Termín	Školní rok 2025/2026
Zodpovědná osoba	ŠMP, třídní učitelé

c) Rodiče

Název programu	Den otevřených dveří
Stručná charakteristika programu	Rodiče mají tento den volný přístup do školy, mohou se zúčastnit výuky, prohlédnout si odborné pracovny a informovat se o způsobu práce ve škole
Realizátor	pedagogové
Počet hodin programu	4
Termín konání	Školní rok 2025/20256
Zodpovědná osoba	Vedení školy

Název programu	Školní družina s rodiči
Stručná charakteristika programu	Rodiče mají možnost zúčastnit se akcí organizovaných školní družinou (Dětský den, sportovní turnaje, školní karneval, vystoupení tanečního kroužku, sportovní odpoledne otevřené všem zájemcům)
Realizátor	Vychovatelky ŠD
Počet hodin programu	10
Termín konání	Školní rok 2025/2026
Zodpovědná osoba	Čecháková Martina

Název programu	Sportovní den
Stručná charakteristika programu	Rodiče mají možnost zúčastnit se akcí organizovaných školním sportovním klubem - turnaje v nohejbalu a volejbalu proti

	pedagogům, žákům školy a bývalým absolventům. Sportovní odpoledne je přístupné všem zájemcům.
Realizátor	Vedení školy + pedagogové
Počet hodin programu	10 hodin
Termín konání	Školní rok 2025/20256
Zodpovědná osoba	Mgr. et Mgr. Vendula Tomšíková

Název programu	Absolventský ples ZŠ TGM
Stručná charakteristika programu	Rodiče a prarodiče, přátelé žáků závěrečných ročníků mají možnost zúčastnit se plesu organizovaného školou. Rozloučení a poděkování pedagogům, zaměstnancům školy.
Realizátor	Vedení školy + pedagogové + žáci 9. roč.
Počet hodin programu	10 hodin
Termín konání	Školní rok 2025/2026
Zodpovědná osoba	Mgr. Andrea Korecká

EVALUACE

Kvalitativní hodnocení

Realizujeme programy, jejichž cílem je zvyšovat informovanost žáků o tom, co je pro ně nebezpečné, proč a především jak tomu předcházet a jak se proti tomu bránit. Rovněž realizujeme programy hrazené MČ P12 i programy, které jsou nabízeny zdarma. V závěru každého programu žáci vyplňují evaluační dotazník. Kromě práce externích organizací také prevenci realizujeme v rámci výuky, součástí ŠVP je široké spektrum preventivních témat. V minulém roce byla prevence zaměřena na nejčastější formy rizikového chování, ale i na podporu zdravých vztahů a efektivní komunikace či na osvětu v oblasti duševního zdraví. Naším cílem do příštích let je, realizovat preventivní programy proškolenými pedagogy z vlastních řad, jež jsou doplněné minimální formou externími organizacemi, které naše preventivní programy mají na starost v současnosti.

Prevence rizikového chování ve výuce

Cíl: Výchova ke zdravému životnímu stylu a rozvoj sociálně komunikativních dovedností.

Tematické plány byly dodrženy, k posouzení úspěšnosti lze dojít až po delším časovém úseku.

Bezpečné chování Dopravní výchova – BESIP

Cíl: Bezpečné chování na komunikacích

Dopravní výchova je důležitou součástí výchovy dětí a jejich bezpečnosti, přispívá k odpovědnosti žáků za vlastní chování. V následujícím školním roce bude opět zařazena do náplně prevence ve škole jako součást vyučovacích předmětů.

Třídnické hodiny

Cíl: Podpora vztahů mezi žáky, vzájemná komunikace, řešení konfliktů a respektování odlišností.

Třídnické hodiny probíhaly ve třídách I. stupně jedenkrát za čtrnáct dní, ve třídách II. stupně každý týden. Přispívají ke zlepšení vztahů mezi žáky, rozvoji sociálních dovedností a vzájemné toleranci, v následujícím školním roce budou opět pravidelně zařazovány.

Školní parlament a ekotým

Cíl: Podpora vztahů mezi žáky, vzájemné komunikace, řešení problémů školy.

Setkávání se zástupci úřadu městské části Prahy 12. Žáci se podílí na veřejném rozhodování, prezentují své výsledky práce a pečují o prostředí školy.

Centrum primární prevence – Drop In

Cíl: Rozšířit u žáků povědomí o vzniku závislostí.

Vybavit žáky dostatečnými znalostmi a schopnostmi, jak rozpoznat rizikové situace a jak se jim vyhnout. Program je realizován od 2. až po 9. třídy.

Bloky primární prevence ve 2. – 9. ročníku

Cíl: Poskytování informací a podpora v rozvíjení dovedností k zodpovědnému chování.

K posouzení úspěšnosti preventivních programů lze dojít až po delším časovém úseku, je však nutné i nadále pokračovat v zařazování bloků primární prevence do náplně práce školy.

Náplň programů primární prevence realizované organizací Drop In v jednotlivých ročnících

2. ročník - Hraní her - zábava s rozumem

3. ročník - Co to znamená být kamarád
4. ročník - Mluvím, naslouchám, rozumím. Umění vztahů a přátelství
5. ročník - Chytrý na síti: Bezpečná internetová komunikace
6. ročník - Říct NE a necítit se blbě: Odmitání alkoholu a tlaku vrstevníků.
7. ročník - Vztahy, které dávají smysl: Hranice, důvěra a respekt
8. ročník - Tvoje tělo, tvoje data: Sexualita a digitální svět
9. ročník - Hlava v pohodě: Jak pečovat o své duševní zdraví

Náplň možných programů primární prevence realizovaných ŠPP a pedagogy ZŠ TGM v jednotlivých ročnících:

2. ročník - Bezpečný internet
3. ročník - Počítačové hry - rizika online her
4. ročník - Komunikace - emoce - konflikty
5. ročník - Kyberšikana, hating
6. ročník - O sexualitě se dá mluvit
7. ročník - Fake news
8. ročník - Duševní zdraví
9. ročník - Norma a “nenorma” - sexuální chování

Další akce zaměřené na prevenci:

Bezpečné prázdniny – 1. a 3. – 5. ročník

V pohodě do školy – 1. a 2. třídy

Ochrana člověka za mimořádných událostí - 1. – 9. ročník

Není cesty zpátky – dopravní výchova – 1. a 2. ročník

Soutěž Antifetfest - 2. stupeň

Festival ZE MĚ MY - 1. - 9. ročník

Adaptační kurzy - 3. ročník a 6. ročník

Výuka bezpečného pohybu ve vodě

Policie ČR - průběžná spolupráce

Vánoční jarmark (pro rodiče)

Podpora vztahů mezi rodiči, žáky a pedagogy. Vzájemná komunikace, řešení problémů školy.

Žáci prezentují své výsledky práce a pečují o prostředí školy. Společné zpívání vánočních koled.

ZÁVĚR

Preventivními programy se podařilo pokrýt potřeby žáků prvního i druhé stupně, a to v oblastech odpovídajících aktuálnímu psychosociálnímu vývoji žáků. Programy byly zaměřené na úskalí experimentování s návykovými látkami (kouření, alkohol), zdravý sexuální život, prevenci poruch příjmu potravy a na další rizikové jevy.

Preventivní programy specifické prevence budou v tomto školním roce zaměřeny na zlepšení vztahů ve třídě, na zlepšení týmové práce, na prevenci šikany a duševní zdraví. Některé programy jsou i nadále zaměřeny na nejčastější problémové jevy, jako je nebezpečí na internetu spojené se sdílením informací, sebepoškozování, kouření, užití marihuany, alkoholu a jiných návykových látek.

PŘÍLOHA Č. 1

WEBOVÉ STRÁNKY

Obecné:

www.procnemluvime.cz

www.prevence-praha.cz

www.seznamsebezpecne.cz

www.sekty.cz

www.dkc.cz (dětské krizové centrum)

www.poradenskecentrum.cz

www.prevence-info.cz

www.prevcentrum.cz

www.linkabezpeci.cz

www.ditekrize.cz

Pomoc obětem trestných činů:

www.bkb.cz

www.donalinka.cz

www.domacinasili.cz

Alkohol:

www.alkoholik.cz

Cigarety:

www.nekuratka.cz (edukativní stránka pro děti 9 - 12 let)

www.bezcigaret.cz

Internet:

www.horkalinka.cz (odstraňuje nezákonný obsah z internetu)

www.bezpecne-online.cz

www.e-bezpeci.cz

Poruchy příjmu potravy:

www.idealni.cz

Drogy:

www.drogovaporadna.cz

www.drogy.net

www.odrogach.cz

www.sananim.cz

Šikana:

www.minimalizacesikany.cz

www.sikana.org

Jak jednat s lidmi, kteří jsou pod vlivem alkoholu nebo drog

Návykové látky, zejména pervitin a halucinogeny (tripy), zvyšují riziko agresivního jednání. Je třeba zachovávat následující pravidla:

- logické argumenty a slovní obsah nemívají u intoxikovaných valný význam, při otravě návykovými látkami a alkoholem nelze příliš spoléhat na komunikaci s poškozeným
- intoxikovaní zejména drogami často prudce reagují na neverbální komunikaci; je vhodné pokud možno vyhnout se prudkým pohybům, mluvit klidně, tišeji, pomaleji a v hlubší hlasové poloze
- odklad přivolání lékařské pomoci může člověka vážně ohrozit na zdraví nebo životě; důvodem k okamžitému odbornému zákroku je i pouhé podezření z otravy.

První pomoc při otravě návykovými látkami

Zajistěte dostatek čerstvého vzduchu, nepodávejte alkohol, černou kávu ani mléko. Maximální dostatek čerstvého vzduchu je třeba zajistit zejména tehdy, když k otravě došlo vdechováním škodlivých látek. Pokud je to možné, je třeba opatřit informace o látce (nebo látku), která byla požitá. Informace (látku) předejte přivolanému lékaři. Usnadní to další léčbu, u řady látek jsou známy účinné protijedy.

Než přijde lékař

Důležité je odlišit jakou cestou došlo k intoxikaci a odlišit, zda je intoxikovaný při vědomí nebo v bezvědomí.

Při vědomí – k otravě došlo ústy

- podat větší množství vody (případně s živočišným uhlím, je-li po ruce)
- vyvolat stlačením kořene jazyka zvracení

- zabránit prochladnutí
- zajistit nepřetržitý dohled
- ošetřit případná zranění
- opatřit pokud možno informace o látce, která byla požitá a předat ji přivolanému lékaři

Při vědomí – k otravě došlo nitrožilní cestou nebo vdechnutím

- zajistit maximálně možný dostatek čerstvého vzduchu
- zabránit prochladnutí
- zajistit nepřetržitý dohled
- ošetřit případná zranění
- opatřit informace o látce, která byla požitá a předat ji přivolanému lékaři

Zvracení nemá smysl vyvolávat, látka neprošla zažívacím ústrojím.

Při bezvědomí

Nikdy nepodávat nic ústy! Nesnažit se vyvolávat zvracení!

- položit postiženého do stabilizované polohy na bok, aby nezapadl jazyk
- sledovat dýchání – **při zástavě dechu** uvolnit dýchací cesty (záklonem hlavy a odstraněním zvratků nebo cizího tělesa tím, že sáhnete do úst a vyčistíte je) a zahájit dýchání z úst do úst
- zabránit prochladnutí
- zajistit nepřetržitý dohled
- ošetřit případná zranění
- opatřit informace o látce, která byla požitá a předat ji přivolanému lékaři

Specifika otrav u různých návykových látek

Alkohol

U těžších otrav je nebezpečí vdechnutí zvratků nebo zástavy dechového centra. Nepodceňujte těžší opilost a volejte lékaře.

Marihuana a hašiš

Časté jsou úzkostné stavy. Je třeba zajistit dohled, aby osoba pod vlivem drogy neublížila sobě nebo druhému. Lékařskou pomoc je třeba zajistit zejména proto, že po odeznění účinků drogy přetrvávají duševní problémy.

Halucinogeny (tripy)

Je vhodné zajistit nepřetržitý dohled více osobami, pod vlivem drogy mohou postižení jednat velmi agresivně, nesmyslně a nebezpečně. Poměrně časté jsou úzkostné stavy a pocity pronásledování (pozor na pády z oken). Lékařská pomoc je naléhavě nutná.

Pervitin

I zde je vhodné zajistit dohled více osobami, protože i zde je riziko nesmyslného a nebezpečného jednání. Úzkostné stavy, pocity pronásledování, někdy i halucinace.

Opioidy (heroin, braun)

Předávkování je poměrně časté, dostavuje se tlumivý účinek na dýchání. Časté je bezvědomí a zástava dechu. Účinky se někdy podobají těžké opilosti.

Těkavé látky (ředidla, rozpouštědla, lepidla)

Intoxikovaný je masivně cítit těmito látkami, při silné otravě může rychle dojít k zástavě dechu a bezvědomí.

Při intoxikaci jakoukoli látkou je možné zavolat na Toxikologické informační středisko:

<https://www.vfn.cz/pacienti/kliniky-ustavy/klinika-pracovniho-lekarstvi/toxikologicke-informacni-stredisko/>

+420 224 919 293 nebo +420 224 915 402

Vymezení fenoménu školního šikanování, povinnost školy chránit děti před šikanou a východiska pro účinné řešení šikany.

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit, ponižovat, znevažovat důstojnost, omezovat osobní svobodu nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků nebo pedagoga školy. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky např. v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků. Rovněž se může realizovat prostřednictvím elektronické komunikace, jedná se o tzv. kyberšikanu.

Kyberšikana je jednou z forem psychické šikany. Je to zneužití ICT (informačních a komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu, ponížit jej... Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je oběť napadána útočníkem nebo útočníky. Povaha a provedení útoků pak určuje její závažnost.

Důležité znaky šikanování:

- záměrnost,
- cílenost, opakování (není podmínkou),
- nepoměr sil,
- bezmocnost oběti,
- nepříjemnost útoku,
- samoučelnost agrese

Prevence a řešení šikany se týká všech pedagogů školy. Mezi preventivní aktivity patří mimo jiné i využívání metod učení jako jsou komunitní kruhy, vrstevnické učení, vzájemné učení, spolupráce v rámci ročníků, ale i mimo ně. Nepedagogičtí pracovníci školy v případě zpozorování projevů negativního chování žáků kontaktují neprodleně pedagogického pracovníka školy.

Pedagogičtí pracovníci jsou v této oblasti pravidelně vzděláváni a řešením šikany a prevencí šikany se na svých pravidelných setkání zabývá školní poradenské pracoviště.

PREVENCE

- V souladu s pracovním řádem je zajištěn dohled pedagogických pracovníků nad žáky v době pobytu ve škole a při všech akcích pořádaných školou.
- Všichni pedagogičtí pracovníci i ostatní zaměstnanci školy jsou povinni sledovat chování žáků v době pobytu ve škole a při školních akcích, všimnout si všech projevů asociálního chování mezi žáky, zejména projevů šikanování.
- Vyučující občanské výchovy a výchovy ke zdraví začleňují problematiku šikany do výuky v rámci jednotlivých předmětů.
- Třídní učitelé se v rámci třídnických hodin zaměřují na rozvíjení pozitivních vztahů mezi žáky, podporují u žáků solidaritu, toleranci, vědomí sounáležitosti a rozvíjí mezi dětmi vzájemný respekt.
- Všichni pedagogičtí pracovníci svým přístupem i osobním příkladem pomáhají u žáků rozvíjet pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu a názorům druhého.
- Všichni žáci a zákonní zástupci žáků jsou na počátku školního roku seznámeni s projevy šikany, krizovým plánem školy a sankcemi za toto nežádoucí chování.

Krizový plán u počáteční šikany:

1. Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili a s oběťmi
2. Nalezení vhodných svědků
3. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace oběti a agresorů)
4. Zajištění ochrany obětem
5. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi
6. Pohovor se zákonnými zástupci agresorů a oběti, potrestání agresorů

Pokročilá šikana s neobvyklou formou – výbuch skupinového násilí vůči oběti:

1. Překonání šoku pedagogického pracovníka a bezprostřední záchrana oběti.
2. Domluva pedagogických pracovníků na spolupráci a postupu vyšetřování.
3. Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
4. Pokračující pomoc a podpora oběti.
5. Nahlášení policii.
6. Vlastní vyšetřování.
7. Spolupráce s dalšími institucemi a orgány (PPP Barunčina Praha 4, SVP Rakovského Praha 4, OSPOD ÚMČ Praha 12, Policií ČR)

PŘÍLOHA 4.

Krizový plán - poruchy příjmu potravy

Postup školy při podezření na poruchu příjmu potravy

Poruchy příjmu potravy:

1. mentální anorexie – psychická porucha, která je typická v úmyslném snižování hmotnosti
2. mentální bulimie – psychická porucha, která je typická v pravidelném přejídání a vyvolávání zvracení
3. drunkorexie – psychická porucha, typická vynecháváním jídla, aby mohli pít alkohol
4. ortorexie – psychická porucha, která je charakteristická posedlostí zdravou výživou
5. bigorexie - psychická porucha, která je charakteristická posedlostí neustále zvyšovat svalovou hmotu

Poruchy příjmu potravy se často rozvíjejí nenápadně, přesto patří mezi nejčastější problémy dospívajících dívek. I když úspěšnost léčby poruch příjmu potravy je relativně vysoká, mohou mít tyto poruchy velmi závažné důsledky pro život nemocného.

Nespecifická prevence: výchova k přiměřenosti a umírněnosti v postojích, důraz na nebezpečí jednostranných nebo extrémních postojů ve výživě, životním stylu, ve sportu. Dobrá školní jídelna, omezení automatů na sladkosti, slazené nápoje ve školách.

Specifická prevence: nebezpečí a neúčinnost redukčních diet, obecné informace o PPP

Kdo řeší a s kým spolupracuje:

Učitel oznámí:

1. Pediatra a rodiče (když dítě výrazněji zhubne, opakovaně bylo přistiženo, že opakovaně zvrací, sebepoškozuje se)
2. Rodiče, když dítě nechodí do školní jídelny
3. Zprostředkuje rodiči informace

Jednotka specializované péče pro PPP PK VFN (Ke Karlovu 11, Praha 2, 224965353) -
Každou 3. středu v měsíci v 14,30 Klub pro rodiče a blízké osoby (i učitelé, spolužáci)
pacientů s PPP

Dětská psychiatrická klinika (V úvalu 84/1, 15000 Praha 5, tel: 224 433 400)

Anabell – občanské sdružení (posta@anabell.cz)

Krizové centrum RIAPS (Chelčického 39, Praha 3, 222 58 06 97)

Linky důvěry

Síť organizace STOB (redukce nadváhy – programy pro rodiny)

Fórum zdravé výživy : www.fzv.cz

PŘÍLOHA 5.

Krizový plán - sebepoškozování

Postup školy při podezření sebepoškozování

Sebepoškozování je záměrné a opakované ubližování si s cílem uvolnit nakumulovanou tenzi. Projevuje se zraňováním vlastního těla a může být signálem vážného psychického problému, jenž žák nedokáže zvládnout jiným způsobem. Mezi způsoby sebepoškozování patří:

- řezání
- pálení kůže
- škrábání
- píchání jehlou, kružítkem
- rozrušování hojící se ran
- kousání
- údery, nárazy
- tahání vlasů

Motivem sebepoškozování bývá nejčastěji:

- snaha zmírnit vnitřní napětí, snaha uniknout z nesnesitelné situace nebo neúnosného duševního stavu, snaha odstranit pocity viny, studu, dosažení pocitu očištění
- odpoutání pozornosti od jiných problémů
- znovuprožití traumatu ve snaze o jeho zpracování
- dosažení poranění, která jsou viditelná a léčitelná na rozdíl od těch neviditelných duševních + sociální nápodoba viz “spolužák to zkusil, zkusím to taky”.

Pokud pedagog zjistí příznaky sebepoškozování, situaci konzultuje s výchovným poradcem, metodikem prevence či školním psychologem. V případě nutnosti je navázána spolupráce s rodiči žáka, pediatrem či pedopsychiatrem, eventuálně je osloven orgán sociálně právní ochrany dítěte. **Pedagogický pracovník není terapeut!**

Doporučené postupy

1. V případě přímého rizika závažného ublížení či ohrožení života škola kontaktuje RZS
- **cílem je zabránění vážnému poškození zdraví žáka + informovat neprodleně zákonného zástupce.**
2. Pokud žák není aktuálně ohrožen závažným sebezraněním, jsou osloveni zákonní zástupci žáka a jsou jim předány kontakty dostupné psychiatrické, psychologické ambulance či krizového centra, která mohou dále pomoci situaci řešit.
3. Dítě s rodinou je třeba motivovat k návštěvě specialisty (psychiatrická a psychologická ambulance, krizová centra, linky důvěry aj.).
4. Jsou stanoveny jasné hranice a pravidla chování žáka na půdě školy vč. podávání medikace a organizace výjezdů.