

Gymnázium, Praha 9, Litoměřická 726

Školní preventivní program

Školní rok 2021/2022



název a adresa školy, pro kterou platí tento ŠPP	Gymnázium, Praha 9, Litoměřická 726 Praha 9-Prosek 19021
jméno a příjmení ředitele	PhDr. Jaroslava Najnarová
telefon na ředitele	286 028 336
e-mail na ředitele	reditelka@gymlit.cz

jméno školního metodika prevence	Mgr. Jana Vyhlídalová
telefon	286028323
e-mail	vyhlidalova@gymlit.cz
specializační studium	ANO
realizátor vzdělávání	PF UK Praha

jméno výchovného a kariérního poradce	Mgr. Hana Vrbecká Procházková
telefon	286 028 311
e-mail	prochazkova@gymlit.cz
specializační studium	ANO
realizátor vzdělávání	PF UK Praha

jméno psychologa spolupracujícího se školou	Mgr. Kateřina Königová
telefon	266 310 939, 266 312 530
e-mail	konigova.poradna@seznam.cz

	počet tříd	počet žáků
víceleté gymnázium	16	474
4leté gymnázium	5	150
celkem pedagogů na škole	58	

- **Úvod a zdůvodnění tvorby ŠPP**

Náš školní preventivní program školy vychází jednak ze současného stavu prevence sociálně nežádoucích jevů na naší škole, jednak z důvodů nutnosti dodržovat veškerou školskou legislativu, která je uvedena v příloze ŠPP.

- **Charakteristika školy**

Gymnázium Litoměřická navštěvuje v letošním školním roce téměř 625 žáků - 241 žáků NG (126 dívek a 115 chlapců) a 383 žáků VG (215 dívek a 168 chlapců). Žáci jsou umístěni do 21 tříd. Ve školním roce 2021/22 dochází nově k otevření dvou 1. ročníků čtyřletého studia. Důvodem je demografický nárůst počtu uchazečů devátých ročníků a příznivé kapacitní podmínky školy.

Gymnázium se nachází nedaleko sídlištní zástavby Prahy 9 Prosek a má dlouholetou tradici – funguje již více jak 45 let.

Studenti, kteří navštěvují naše gymnázium, pocházejí nejvíce z obvodu Prahy 9 a Prahy 8–z Proseku, Letňan, Bohnic a Ďáblic. Momentálně již není neobvyklé, že do naší školy dojíždějí žáci i ze vzdálenějších pražských obvodů, ale také z dalších okresů ČR.

Naše učebny máme vybaveny boxy s počítači pro práci s elektronickou třídní knihou a dataprojektory, ve 14 učebnách se nachází interaktivní tabule. Žáci i vyučující využívají od školního roku 2017/2018 ve výuce další nové moderní technologie na naší škole – IPady. Žákům jsou k dispozici 3 jazykové učebny, postupně rekonstruované 3 odborné laboratoře (Bi, Ch, F) a 2 učebny IVT s připojením k internetu, žáci mohou pracovat ve 2 tabletových učebnách. Tablety jsme schopni žákům zapůjčit pro případ distanční výuky, což se dělo dlouhodobě v minulém školním roce.

V hospodářské budově školy mohou žáci navštěvovat školní knihovnu, do které jsou průběžně dokupovány knižní novinky. Ke sportovnímu vybavení školy patří 2 tělocvičny, zrcadlová galerie pro TV, venkovní víceúčelový kurt a velký víceúčelový areál pro lehkou atletiku, kopanou, odbíjenou, košíkovou a softball. Úpravou prochází blízké okolí školy, které bude sloužit žákům k výuce, ale i relaxaci v obědových pauzách. Rádi bychom usilovali o získání titulu ekoŠKOLA.

Výuku na naší škole zajišťuje 58 členů pedagogického sboru.

Ve školním roce 2021/2022 bude vykonávat funkci ŠMP Mgr. Jana Vyhlídalová, která bude opět úzce spolupracovat s výchovnou a kariérní poradkyní Mgr. Hanou Vrbeckou Procházkovou.

- **Základní princip strategie pro rok 2021/2022**

Základním dlouhodobým principem strategie prevence sociálně nežádoucích jevů na naší škole je osvojování kompetencí ke zdravému životnímu stylu, k odmítání všech druhů sebedestructivního chování a projevů agresivity. Velmi důležitou oblast představuje rozvoj sociálních dovedností, prohlubování komunikačních dovedností mezi učitelem a žákem a budování vzájemné úcty a respektu mezi sebou navzájem. Tyto skutečnosti by měly vést k optimalizaci psychosociálního klimatu školy.

Na základě doporučení Pražského centra PP ve školním roce 2021/2022 posílíme důraz na zvýšení preventivních aktivit týkajících se rizikového chování žáků v online prostoru a rizikového chování, které se momentálně objevuje v souvislosti s používáním moderních technologií.

- **Hlavní cíle výchovně vzdělávacího působení**

Cílem výchovně vzdělávacího působení v oblasti prevence sociálně nežádoucích jevů je žák:

- s dovedností týmové práce;
- schopný řešit problémy;
- podílející se na tvorbě prostředí a životních podmínek;
- s pozitivním sociálním chováním;
- s harmonicky rozvinutou osobností.

V návaznosti na uvedené cíle výchovně vzdělávacího působení jsme si stanovili následující dlouhodobé a středně-krátkodobé cíle. Zacílené jsou na žáky, učitele i rodiče, protože bez vzájemné komunikace a spolupráce výchovně vzdělávací proces nemůže být efektivní.

Dlouhodobé cíle:

- podpora pozitivního sociálního klimatu školy;
- posílení odbornosti pedagogů v oblasti právního vědomí;
- podpora studentů, kteří aktivně a se zájmem studují;
- podpora spolupráce a součinnosti vyučujících v oblasti primární prevence;
- podpora zapojování rodičovské veřejnosti do života školy;
- zvýšit zájem o grantovou politiku.

Středně – krátkodobé cíle:

- výchova ke zdravému životnímu stylu;
- vzdělávací semináře pro pedagogické pracovníky i pro rodiče;
- zlepšení spolupráci pedagogických pracovníků při realizaci ŠPP;
- pokračování úzké spolupráce s PPP a psychologkou, preventivním oddělením Městské policie Praha 9, s agenturou Jules a Jim, z.ú.;
- vyhledávání nových spolupracujících subjektů.

Oblast prevence

V návaznosti na stanovené cíle prevenci zaměřujeme na tyto oblasti:

- drogové závislosti, alkoholismus, kouření;
- virtuální drogy (počítače, tablet, mobilní telefon, televize);
- kyberšikana;
- vandalismus;
- agresivita, šikana a jiné formy násilí (zneužívání dětí);
- xenofobie, rasismus, intolerance;
- závislost na sektách;
- poruchy příjmu potravy;
- záškoláctví;
- ve šk. r. 2021/2022 na základě evaluačního šetření mezi žáky zařadíme opět ve spolupráci s J+J, z. ú. do ročníků nižšího i vyššího gymnázia semináře o prokrastinaci, zvládání stresu a time managementu, nově přidáváme ve školním roce 2021/2022 semináře o duhové prevenci.

Úkoly, formy a metody prevence:

- žáci získávají informace zejména v předmětech jako občanská nauka, biologie, chemie, tělesná výchova; názory a postoje si formují i v dalších předmětech prostřednictvím diskuzí, anket, besed, využíváním videozáznamů, pracovních listů apod.;
- volnočasové aktivity – ve škole i mimo školu;
- osobnostně sociální výcvik;
- cílenost a adekvátnost informací i forem působení vzhledem k cílové skupině;
- orientace nikoli pouze na množství informací, ale především na kvalitu získaných dovedností a návyků chování;
- propojenost prevence zneužívání nealkoholových drog s prevencí problémů způsobených alkoholem a tabákem;
- efektivní poradenský systém s důrazem na primární prevenci;
- pobytové akce (optimalizace třídního klimatu, primární protidrogová prevence);
- dostupnost poradenství pro žáky, učitele, rodiče;
- prostřednictvím každodenního výchovného kontaktu, společných aktivit žáků a učitelů mimo vyučování, schránky důvěry, žákovského parlamentu zvyšování důvěry žáků v pedagogy, kterým se mohou svěřit s problémy, které je trápí;
- konzultační hodiny metodičky prevence a výchovné/kariérní poradkyně, popř. koordinátorky pro nadané;
- monitoring krátkodobé, popř. často se opakující absence žáků – prevence záškoláctví;
- režimová opatření jasně vymezující pravidla (vnitřní řád školy, metod. pokyny MŠMT);
- spolupráce s rodiči, individuálně i prostřednictvím Rady rodičů;
- vzdělávání pedagogů a zvyšování jejich podílu na plnění preventivních programů, vzdělávání metodika prevence a výchovného poradce.

Realizátoři a spolupráce s institucemi:

- TU – řešení projevů SNJ ve spolupráci se ŠMP a VP, pravidelná setkání se žáky ideálně formou pravidelných třídnických hodin;
- pedagogický sbor – udržovat ovzduší důvěry mezi dětmi a pedagogy, nepodceňovat projevy SNJ, informace předávat TU;
- vedení školy – zajišťuje vzdělávání pracovníků, spolupracuje se ŠMP, VP, TU a rodiči při řešení krizových situací, zajišťuje ve ŠŘ školy stanovení pravidel a sankcí za porušení pravidel chování;
- výchovný/kariérní poradce a metodik prevence
- obvodní metodik prevence pro Prahu 9 – Bc. Jessica Idlbeková

- protidrogový koordinátor MČ Praha 9 – Martin Špaček, Dis.
- občanské sdružení Česká koalice proti tabáku- MUDr. Kateřina Langrová
- Městská policie Praha 9 – cyklus preventivních programů pro žáky ZŠ a SŠ (v příloze)
- Jules a Jim, z. ú. – prevence alkoholu, drog, tabáku, příjmu potravy, klima třídy

Realizace primární prevence ve výuce – příklad klíčových témat ve vybraných předmětech:

Prima

- **adaptační kurz**- vytvoření funkčních norem a pravidel, aktivity seznamovací mezi žáky a TU, komunikace a kooperace

Občanská nauka

- výchova k rodičovství – rodina jako bezpečné místo, osobní bezpečí - sexuální chování a sexuálně přenosné choroby, antikoncepce
- zdravý životní styl – závislosti, zdravá strava – poruchy příjmu potravy

Tělesná výchova

- zdravý životní styl – hygiena, prevence onemocnění

Sekunda

- Rozvoj tolerance ke spolužákům a k okolí

Občanská nauka

- mediální výchova – prezentovat moderní dívky tak, aby se předcházelo poruchám příjmu potravy
- prevence rasismu a xenofobie

Tělesná výchova

- zdravý životní styl – pravidelný pohyb jako prevence poruch příjmu potravy
- LVZ – optimalizace klimatu třídy, chování v krizových situacích, rozvoj sebe-poznání

Tercie

- Dynamika třídního kolektivu – skupinový tlak

Občanská nauka

- psychohygiena, zvládání stresu, trémy, nebezpečí návykových látek, drogová závislost – kontaktní centra; prevence šikany

Tělesná výchova

- správná organizace volného času jako prevence stresu

Přírodopis

- biologie člověka – antropologie – vývoj ras – prevence rasismu, xenofobie
- vyvážená strava – prevence poruch příjmu potravy,
- nebezpečí návykových látek

- sexuální výchova - antikoncepce

Kvarta

- odpovědnost vůči sobě a třídě

Občanská nauka

- sepětí drogy a světové ekonomiky

Tělesná výchova

- vytvoření potřeby pravidelného sportování

Kvinta, 1. ročník

- prevence aktivního a pasivního kouření

Základy společenských věd

- Psychohygiena
 - sexuální chování, mezilidské vztahy
 - zvládání stresu; davové chování – fanoušci
- Sociologie – rasy, etnika, sekty
 - rodina
 - genderové studie

Adaptační kurz

- Jak se učit..., seznamovací aktivity a aktivity na rozvoj komunikace a spolupráce

Sexta, 2. ročník

- Prevence konzumace a nadužívání alkoholu

Základy společenských věd

- stát a právo – lidská práva, trestní zákoník – kouření a jiné závislosti
- ekonomie – problémy spojené s nezaměstnaností (návěst pracovních pohovorů), úřad práce a pracovní agentury

Tělesná výchova

- LVZ - optimalizace klimatu třídy, zlepšení komunikace, chování v krizových situacích, zlepšování kondice a vytrvalosti jako součást zdravého životního stylu

Septima, 3. ročník

- Prevence požívání OPL

Základy společenských věd

- mezinárodní vztahy a globální problémy – pěstování drog, třídění odpadů, hnutí proti světové globalizaci

Tělesná výchova

- sportovní kurz – návěst komunikačních technik, prevence závislostí, profesní poradenství

Biologie

- biologie člověka
 - antropologie – vývoj ras – prevence rasismu, xenofobie
 - vyvážená strava – prevence poruch příjmu potravy
 - nebezpečí návykových látek
 - sexuální výchova -antikoncepce

Chemie

- složení a účinky návykových látek

Dějepis

- fašismus – xenofobie, rasismus

Oktáva, 4. ročník

- podpora správné životní volby, podpora života bez závislostí

Základy společenských věd

- filosofie
 - etika jednotlivce, společnosti, lékařská ...

Tělesná výchova

- pravidelná potřeba pohybu jako součást zdravého životního stylu

Realizace prevence v jednotlivých předmětech, ročnících a měsících školního roku je rozepsána v tabulce v Příloze A.

V rámci ŠVP jsme využívali v minulých letech projektové týdny 5x v roce. Ve školním roce 2021/2022 začínáme pracovat s novým konceptem projektů. Projekty si kladou za cíl podpořit studenty v samostatné práci dle jejich zájmů, zvyšovat jejich komunikační a prezentační kompetence, rozvíjet práci se zdroji, řešit problémy, formovat pracovní a polytechnické kompetence a zdokonalovat se v praktickém užití ICT. Snaží se rozvíjet kreativitu, schopnost kritického myšlení i podporovat práci ve skupinách.

Specializované programy:

Znovu byl vypracován projekt **Já a moje třída** – komplexní program všeobecné primární prevence rizikového chování. Na pokrytí preventivních aktivit v rámci grantového programu jsme získali 67 300 Kč.

Program bude opět realizován ve spolupráci s naší servisní agenturou Jules a Jim, z.ú. Cílem tohoto projektu je pomoc s vytvořením nového třídního kolektivu po přechodu ze ZŠ, ve kterém fungují pravidla a normy chování. Postupně jsou vytvořeny takové vztahy ve třídě, které napomáhají eliminovat rizikové chování, a to zejména v třídách nižšího gymnázia. Vytvořením zdravého kolektivu lze předcházet nežádoucím formám chování jako je ostrakismus, šikana, kyberšikana a je posíleno tolerantní chování jedinců. U žáků vyššího gymnázia chceme předcházet nežádoucím formám chování ve spojení s tabákem, alkoholem a dalšími OPL.

Další programy:

- Jak zvládat trému – interaktivní seminář pro zájemce (výchovná poradkyně);
- Městská policie Praha 9 – cyklus preventivních programů pro žáky ZŠ a SŠ (v příloze).

Volnočasové aktivity:

- školní televizní vysílání TV Gymlit;
- čtenářské a filmové kluby;
- individuální mimoškolní činnost;
- sportovní školní klub – AŠSK;
- maturitní předtančení;
- zahraniční jazykové zájezdy;
- volitelné předměty a sportovní hry /odběžená, florbal/;
- spolupráce s DDM Prahy 9 – pořádání sportovních akcí v areálu našeho gymnázia, nabídka volnočasových aktivit;
- pěvecký sbor;
- studentský parlament;
- maturitní a imatrikulační ples;
- vánoční akademie;
- slavnostní ukončení studia s předáním maturitního vysvědčení ve Fyzikálním ústavu ČSAV.

Spolupráce s rodiči:

- třídní schůzky, dny otevřených dveří, Zahradní slavnost;
- seznámení rodičů se strategií prevence sociálně nežádoucích jevů (nástěnka metodika prevence ve 3. NP školy);
- nabídka pravidelných konzultačních hodin metodika prevence, výchovného poradce a spolupracujícího psychologa z PPP Praha 9;
- informace pro rodiče prostřednictvím letáků a brožur s protidrogovou tematikou;
- neformální akce pořádané pro žáky a rodiče – maturitní a imatrikulační ples, piknik pro rodiče a třídní učitele nových prim;
- přednášky pro rodiče dle jejich zájmu.

Další vzdělávání pedagogů:

- nabídka aktuálních seminářů – PPP Prahy 9, NIDV a dalších organizací (Jules a Jim, z.ú., NPI atd.)

Školní metodik prevence:

- semináře s preventivní tematikou podle aktuální nabídky;
- pravidelné setkávání metodiků prevence v PPP Prahy 9;
- osobní a telefonický kontakt s protidrogovým koordinátorem MČ Praha 9;
- průběžné doplňování vybavení školy odbornými materiály, pomůckami a časopisy;
- správa knihovny;
- shromažďování informací o institucích a odbornících, kteří působí v oblasti prevence;
- spolupráce se školní TV Gymlit;
- pravidelný kontakt se servisní organizací Jules a Jim, z.ú.

Finanční zajištění

Zúčastňujeme se ve větší míře seminářů, které jsou financovány s podporou ESF v rámci projektu Rozvoj vzdělávání na Gymnáziu Litoměřická a nově také v projektu Společně si rozumíme a také „Šablony 1 a 2“. Finančními prostředky na aktivity školy přispívá také Rada rodičů.

Vyhodnocení práce ŠMP ve šk. r. 2020/2021:

1. adaptační kurz

Ve dnech 7. – 10. 9. 2020 se uskutečnil v areálu Aero Holany adaptační kurz pro nově příchozí žáky prim a 1. ročník Gymnázia Litoměřická. Žáci na adaptační kurz odjížděli po tom, co se viděli 4 dny ve škole.

Tým lektorů byl tvořen výhradně pedagogy našeho gymnázia – 3 třídní učitelé a jejich zástupci, ŠMP, VP, koordinátorka pro nadané a koordinátorka environmentální výchovy. Odjezdu na AK předcházela přípravná fáze. Třídní učitelé byli 26. 8. 2020 proškoleni v kurzu, který pořádala naše servisní organizace J+J, z. ú., Jak se dělá adapták. Proběhly tři přípravné schůzky a pedagogové obdrželi mailem dne 28. 8. 2020 od vedoucí kurzu „rozvrh“ AK, dále manuál doporučených aktivit (včetně podrobných popisů her), který vytvořila naše paní výchovná poradkyně, a návod, jak vést po skončení bloku aktivit reflexi. K ujasnění rolí pedagogů při aktivitách následující den pak sloužily přímo na místě pobytu operativní porady pedagogů. Jednotlivé naplánované bloky aktivit AK se odehrávaly zpravidla ve venkovním prostředí areálu. Bohužel poté se již žáci viděli ve třídě zhruba měsíc, protože opět došlo k celoplošnému uzavření škol.

2. Já a moje třída

Protože školní rok 2020/2021 probíhal prakticky celý v distanční formě vzdělávání, byli jsme nuceni oproti původní objednávce s organizací Jules a Jim udělat následující změny:

- a) Odebrali jsme sice stejný počet objednaných programů, všechny nabízené online programy byly ale pouze dvouhodinové.

- b) Naplánované programy v původní objednávce, které nebylo možné uskutečnit online formou, jsme adekvátně po konzultaci s koordinátorkou programů J+J a ve spolupráci s TU nahrazovali alternativou, která nám byla nabídnuta – nahrazované programy jsou v tabulce zvýrazněny zeleně, v závorce je uveden původní program.
- c) Zredukovali jsme počet programů pro 5. F, 5.G. 1.A a 2.A a programy jsme nabídli primám, terciím a kvartám – v tu chvíli jsme pokryli online preventivními programy realizované organizací J+J každou ze tříd dvakrát.

Změnová žádost schválena a odeslána do datové schránky k 15. 3. 2021.

3. Program PP ve spolupráci MP Praha 9

Náš další tradiční program primární prevence ve spolupráci s Městskou policií Praha bohužel v proběhlém školním roce z pochopitelných důvodů neprobíhal, nicméně ŠMP je v kontaktu s Bc. Petrem Michalem – koordinátorem oddělení MP Praha. Předběžný termín setkání policistů se žáky je stanoven na 7. – 11. 2. 2022.

Plány do budoucna:

- pokračovat v osvědčených programech a aktivitách;
- získat na svoji stranu více kolegů, kteří by začali o programech PP prevenci přemýšlet ne jako o odpadlých hodinách, ale o času důležitém pro žáky;
- důraz na preventivní aktivity v souvislosti s rizikovým chováním v kyberprostoru;
- zvýšení počtu konzultačních hodin ŠMP a VP pro žáky v souvislosti s pandemií COVID 19.

Přílohy:

- tabulka – témata sociálně nežádoucích jevů a jejich zařazení do výuky (měsíc, třída);
- plán spolupráce s Městskou policií ČR Praha 9;
- stávající platné dokumenty v resortu MŠMT;
- důležité kontakty v oblasti prevence SNJ;
- krizový plán školy.

Příloha A: Témata sociálně nežádoucích jevů a jejich zařazení do výuky

měsíc	agresivita, šikana a jiné formy násilí	záškoláctví	vandalismus	rasismus, xenofobie, intolerance	návykové látky /alkoholismus, kouření.../	kriminální mládež	virtuální drogy	deviace, sociální patologie	poruchy příjmu potravy	sekty
IX.			Fj-6.F; D-2.F, G	Bi-3.roč., septima; Nj-5.F; HV-2.F,	Bi-kvarta				Fj-4.G	
X.		Nj-6.G	IVT – kvarta, 2.roč.; Nj-2.A	Fj-6.F Nj-2.A	Ch-3.A, 7.F; Nj-6.G		Nj-2.G			D-sexta, 2.A
XI.	OV-1.F, G	OV-1.F, G; Nj-1.A;	Fj-4.F	Fj-5.F; Nj-1.F; Z-sexta, 2.roč. ZSV-4.roč.	Fj-4.G; Ch-4.F; Nj-6.G; OV-sekundy, tercie	ZSV-2.A, sexta	Nj-6.G; ZSV-2.A, sexta; IVT-tercie, 1.roč.		Ch-4.F;	
XII.		Nj-5.F	Nj-3.G	ZSV-4.roč.					Nj-7.F	
I.	Nj-1.F			Fj-4.G, 8.F; Nj-1.A	Fj-5.F; Bi-tercie, septima, 3.roč.; VCh - 4.A, 8.F	SV právo-4.A, 8.F	SV právo-4.A, 8.F		Nj-2.A; Bi-tercie	.
II.			VV-sekundy	Nj-4.A, 6.G		Nj-1.F; SV právo-4.A, 8.F;	SV právo-4.A, 8.F	CsSV-3.A, 7.F	Nj-3.G; Bi-3.roč., septima	OV-3.F, G
III.	Nj-2.F, 3.F; VV-1., G;			OV-1.F, G; CsSV	Nj-3.F		Nj-3.A	ZSV-1.A, 5.F, G	Nj-4.F, G;	CsSV-3.A, 7.F

IV.	Fj-4.F; Nj-2.A	Nj-1.F, 2.F	Nj-6.F; VV -5.F, G, 1.A;			Nj - 6.F	OV - 4.F, G		Fj-6.F; VCh	
V.			D-1.F, G; OV-2.F, G		Ch-4.G; VV-2.A, 6.F, G	OV -2.F, G			Nj- 3.A; Fj-3.G Ch – sept., 3.roč.	
VI.				OV, ZSV- sekundy , sexty, 2.A	Ch - 2.A, 6.F; Bi- kvinta, 1.roč.				Ch - 3.A, 7.F; IVT- kvarta , 2. roč.	
průběž ně	Aj - 4.A,7.F, 8.F; Čj-2.roč; sexta, kvarta; Ch- 3., 4. roč. TV- všechny roč.	Aj- primy – tercie, 1.A	Ch- všechny ročníky; Čj- 1. roč., kvinta; TV- všechny roč.	Aj-primy – tercie, 1.A D- kvarty, septima, 3.A; Čj- prima	Aj-2.A,5.F, G; Čj-3. roč, septima; 4.roč., oktáva;		Aj - 3.A, kvinta -sexta; Čj- sekun da, tercie;		Aj – všech ny roč.; TV – tercie	

Příloha B: Plán spolupráce s Městskou policií Praha 9

Bezpečné chování v elektronickém světě	antivirová problematika, chatování, hoax, phishing, autorská práva, elektronické bankovníctví, skimming, kartové desatero, internetbankingové desatero (90 min.) 6. třídy ZŠ (primy)
Šikana	seznámení se s formou šikany a jejími následky (45 min.) 7. třídy ZŠ (sekundy)
Kriminalita dětí a mladistvých	základní seznámení se sociálně patologickými jevy ve společnosti, trestnou činností a odpovědnosti nezletilých (45 min.) 8. třídy ZŠ (tercie)
Drogy II.	problematika drog přizpůsobená věku cílové skupiny (45 min.) 9. třídy ZŠ (kvarty)
Základy právního vědomí	alternativní metoda (skupinová práce) - získání základních znalostí z oblasti lidských práv, trestního práva, soc. patolog. jevů, obecných norem lidského chování, etiky a morálky (90 min.)
Prokazování totožnosti	seznámení se základními povinnostmi držitele občanského průkazu (45 min.)
Střední školy	
I. ročník (kvinty)	
Listina základních práv a svobod	seznámení se základními právy, svobodami, ale také povinnostmi mladistvých (45 min.) II. ročník (sextý)
Sociálně patologické jevy	zaměřeno na extremismus, xenofobii, rasismus, terorismus, party, sekty, drogovou scénu, šikanu (45 min.) III. ročník (septimy)
Kriminalita mladistvých II.	seznámení se s trestnou činností a odpovědnosti mladistvých, rozdělení na majetkovou a násilnou trestnou činnost a specifikace jednotlivých deliktů (45 min.) IV. ročník (oktávy)
Základy právního vědomí II.	skupinová práce – ujednání znalostí z práva trestního, přestupkového, Ústavy ČR a lidských práv, obecných norem lidského chování, etiky a morálky (90 min.) Nadstavbový program pro zájemce všech ročníků
Rizika práce v zahraničí	nástrahy a nebezpečí spojené s nabídkou práce v zahraničí, upozornění na rozdíly v právních systémech jednotlivých zemí EU (45 min.)

Příloha C: Stávající platné dokumenty MŠMT

Strategie

- Protidrogová strategie EU na období 2013 –2020, vydal Úřad vlády ČR, 2013
- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 - 2027

- Akční plán realizace Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 - 2021

Metodické pokyny

- Metodický pokyn ministra školství, mládeže a TV k prevenci sociálně patologických jevů u dětí a mládeže (č.: 20 006/2007-51 ze dne 16. 10. 07)
(viz.http://www.msmt.cz/uploads/soubory/vestniky/MSMT11_07.pdf)
- Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení (Čj.: 28 275/2000 -22)
- Spolupráce předškolních zařízení, škol a školských zařízení s Policií ČR při prevenci a při vyšetřování kriminality dětí a mládeže a kriminality na dětech a mládeži páchané (Čj.: 25 884/2003-24)
- Metodický pokyn MŠMT ČR k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance (Čj.: 14 423/99-22)
- Metodický pokyn k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví (Čj.: 10 194/2002-14)
- Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí a žáků ve školách a školských zařízení (Čj.: 29 159/2001-26)

Vyhlášky

- Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních
- Vyhláška MŠMT č. 73/2005 Sb. o vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními vzdělávacími potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadanými

Anotace - směrem k prevenci:

- Školská poradenská zařízení poskytují bezplatně standardní poradenské služby uvedené v přílohách 1-3 této vyhlášky (§1)
- Standardní činnost poraden - Informační a metodická činnost spočívá zejména:
- v metodickém vedení práce výchovných poradců, školních metodiků prevence (1)
- v metodické pomoci při tvorbě preventivních programů (8)
- ve spolupráci se SVP při poskytování služeb pro žáky se SPCH a rizikem vzniku sociálně patologických jevů (9)
- Obsah poradenských služeb (§ 2, písm. c) kromě jiných činností se jedná o prevenci a řešení výukových a výchovných obtíží, sociálně patologických jevů (zejména šikany a jiných forem agresivního chování, zneužívání návykových látek) a dalších problémů souvisejících se vzděláváním a s motivací k překonávání problémových situací

Zákony

- Zákon. č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (Školský zákon), v platném znění

- Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních, v platném znění
- Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů, v platném znění
- Zákon č. 379/2005 Sb., o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů
- Zákon č. 135/2006 Sb., na ochranu před domácím násilím (účinnost od 1. ledna 2007)

Další zákony

- Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách
- Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí
- Zákon č. 257/2000 Sb., o probační a mediační službě
- Zákon č. 132/1982 Sb., kterým se mění a doplňuje zákon o rodině
- Zákon č. 218/2003 Sb., o soudnictví ve věcech mládeže
- Zákon č. 140/1961 Sb., trestní zákon
- Zákon č. 141/1961 Sb., o trestním řízení soudním (trestní řád)
- Zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích
- Zákon č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky
- Zákon č. 553/1991 Sb., o obecní policii

Příloha D:

Důležité kontakty v oblasti prevence SNJ – aktualizováno k 1. 9. 2021

Martin Špaček, DiS.

sociální kurátor pro dospělé, protidrogový koordinátor pro Prahu 9

Telefon: +420283091444

Kancelář: 330

E-mail: spacekm@praha9.cz

Bc. Jessica Idelbeková

E-mail: jessica.idelbeková@ppp3a9.cz

Pedagogicko - psychologická poradna pro Prahu 3 a 9

Lucemburská 40, Praha 3

tel. 222 717 193, 222 714 077

mobilní číslo: 702 087 107

- spolupráce se školními metodiky prevence (metodické vedení, vzdělávání, podpora)
- spolupráce s protidrogovými koordinátory MČ
- spolupráce s orgány sociálně právní ochrany dětí, spolupráce s MHMP

Mgr. Kateřina Königová

Pedagogicko - psychologická poradna Praha 9

E-mail: konigova.poradna9@seznam.cz

Praha 9, U Nové školy 871 tel: 266 310 939, 266 312 530

Por. Kamil Luzar

Vedoucí pracovníci Policie po linii mravnost – mládež

Tel.: 2 83892766, 603 457 989 vedoucí odd.

AT ambulance

Praha 9, Ordinace AT pro prevenci a léčbu závislostí

Prosecká poliklinika, Lovosická 40/440, Praha 9, 190 00

telefon: 266010321

MUDr. Jiří Kromholz

Praha 9, Oddělení psychiatrie, Poliklinika Černý Most

PhDr. Vladimír Pohl

Ambulantní program

Generála Janouška 902, Praha 9, 190 00

telefon: 281914069

Mgr. Patrik Matoušů

Praha 9 - Prosek, Výchovný ústav a Středisko výchovné péče Klíčův - pobytový program

Terapeutická komunita, pobytový program

Čakovická 51, Praha 9 - Prosek, 190 00

telefon: 286583222

<http://www.klicov.cz>

Mgr. Jolana Polzová

Ambulantní program

Jablonecká 723, Praha 9 - Prosek, 190 00

telefon: 286887075

Praha 9 - Prosek, Středisko výchovné péče Klíčův, Ambulantní oddělení Klíč

<http://www.klicov.cz/klic>

Ing. Monika Puchelová

koordinátorka prevence kriminality MHMP

+420 236 00 4164

monika.puchelova@praha.eu

Bc. Petr Michal

koordinátor prevence MP Praha 9

petr.spj@mppraha.cz

**Grantové žádosti Jules a Jim - kontakt pro školy, ředitelka
Pavla Táborská**

~~+420 736 708 383~~

reditel@julesajim.cz

Příloha E: Krizový plán školy – příloha ŠPP

Krizový plán školy zahrnuje postupy a nutná řešení při výskytu projevů rizikového chování, ať už se jedná o šikanu, zneužívání návykových látek, krádeže, vandalství, rasismus. Krizový plán je sestaven ŠMP a výchovným poradcem na základě fungující praxe školy a platné legislativy, konzultován a schválen ředitelem školy.

Cílem krizového plánu je eliminovat či minimalizovat škody v případě, kdy k projevům rizikového chování ve školním prostředí dojde.

Má být pomocným manuálem pro všechny pedagogické pracovníky a zároveň má být k dispozici rodičům, kteří tak mají možnost seznámit se s vnitřními postupy školy a sledovat je.

Krizový plán vychází z těchto dokumentů:

- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže č.j. 21291/2010-28;
- Metodické pokyny MŠMT řešení šikanování ve školách a školských zařízeních č.j. MŠMT- 22294/2013-1;
- školní preventivní strategie – Školní preventivní program pro daný školní rok;
- školní řád pro daný školní rok.

Nález alkoholu v prostorách školy

Výskyt a konzumace alkoholu ve škole je v rozporu se zákonem a školním řádem. V případě, že pracovník školy nalezne v prostorách školy alkohol, postupuje takto:

- danou látku netestuje;
- ihned uvědomí vedení školy o nález;
- nalezenou tekutinu uloží u vedení školy (pro možnost použití jako důkazu);
- zpracuje stručný záznam, který uloží metodik prevence.

Pokud pracovník školy zadrží alkohol u některého žáka, postupuje takto:

- danou látku netestuje;
- o nález ihned uvědomí vedení školy;
- nalezenou tekutinu uloží u vedení školy (pro možnost použití jako důkazu);
- sepíše záznam, který bude obsahovat vyjádření žáka, který měl u sebe alkohol, datum, místo a čas nález, jméno žáka, u kterého byl alkohol nalezen, nebo který jej odevzdal, a podpis tohoto žáka.

Při tvorbě zápisu je přítomen zástupce vedení školy; zápis uloží metodik prevence. O nálezu alkoholu u žáka škola uvědomí zákonného zástupce žáka, dle okolností také policii a odbor sociálně právní ochrany dětí. Škola vyvodí sankce dle školního řádu.

Konzumace alkoholu ve škole

Pokud je žák přistižen v době výuky či při školní akci při konzumaci alkoholu, postupuje pracovník školy takto:

- je primárně nutné žáku v další konzumaci alkoholu zabránit a alkohol mu odebrat;
- posoudí momentální stav žáka a případně mu poskytne první pomoc;
- pokud je žák akutně ohrožen na zdraví či životě, přivolá lékařskou pomoc a poté sepíše záznam o události, který uloží metodik prevence;
- neprodleně obeznámí zákonného zástupce a požaduje, aby si žáka převzal do své péče;
- pokud nehrozí akutní nebezpečí, sepíše s žákem záznam i s jeho vyjádřením, záznam uloží metodik prevence;
- oznámí problém vedení školy;
- pokud je zákonný zástupce nedostupný, oznámí škola situaci odboru sociálně právní ochrany dětí a policii a vyčká jejich pokynů;
- do příchodu zákonného zástupce zajistí povinný dohled nad žákem;
- v případě zájmu rodičů škola nabídne odbornou pomoc a informuje o dalších možných postupech vedoucích k neopakování tohoto nežádoucího jevu - škola vyvodí vůči žákovi z dané situace sankce dané školním řádem;
- obdobný postup zvolí i v případě příchodu žáka do školy pod vlivem alkoholu (i nelze-li prokázat, že žák požil alkohol ve škole).

Užívání tabákových výrobků ve škole

Ve vnitřních i vnějších prostorách školy je kouření zákonem a školním řádem zakázáno. Pokud je žák přistižen v prostorách školy, v době školního vyučování či při akci pořádané školou při konzumaci tabákových výrobků, postupuje pracovník školy takto:

- odebere žákovi tabákový výrobek a zajistí, aby v konzumaci nepokračoval;
- sepíše zápis i s vyjádřením žáka (zejména od koho má tabákový výrobek) a uloží jej u metodika prevence;
- informuje zákonného zástupce žáka;

- pokud se daná situace opakuje, škola informuje odbor sociálně právní ochrany dětí;
- vyvodí sankce dle školního řádu.

Konzumace omamných a psychotropních látek ve škole (dále OPL)

Obecně platí zákaz výroby, distribuce a přechovávání těchto látek bez ohledu na věk žáka a prostředí, kde k tomu dochází. Školní řád stanovuje sankce za užití těchto látek ve škole či za příchod do školy pod jejich vlivem. Zákaz platí i pro návod k užívání těchto látek.

§187 a §188 trestního zákona říká, že trestného činu se dopouští i ten, kdo neoznámí nález OPL. Postup při přistižení žáka při konzumaci, distribuci či při navádění k užívání OPL:

- návykovou látku žákovi pracovník školy odebere, uloží na bezpečném místě a posoudí, jaké hrozí nebezpečí;
- o problému informuje neprodleně zákonného zástupce žáka a policii;
- v případě potřeby poskytne žákovi první pomoc a volá lékařskou službu první pomoci, poté sepiše záznam, který uloží metodik prevence;
- pokud akutní nebezpečí nehrozí, sepiše záznam, který uloží metodik prevence;
- vyrozumí vedení školy;
- pokud není dostupný zákonný zástupce, škola informuje policii nebo odbor sociálně právní ochrany dětí a vyčká jejich pokynu;
- dle zájmu rodičů škola poskytne odbornou pomoc či informuje o možnostech řešení;
- škola vyvodí sankce dle školního řádu.

Nález OPL ve škole

Pokud pracovník školy nalezne v prostorách školy látku, kterou považuje za psychotropní, postupuje takto:

- látku netestuje;
- nález oznámí vedení školy;
- za přítomnosti dalšího pracovníka školy látku vloží do obálky, napíše datum, čas a místo nálezů, obálku opatří razítkem školy, podpisem a uschová v trezoru školy;
- o nálezů informuje policii, která provede identifikaci a zajištění podezřelé látky.

Pokud pracovník školy nalezne přímo u nějakého žáka látku, kterou považuje za omamnou nebo psychotropní, postupuje takto:

- zabavenou látku netestuje;
- uvědomí vedení školy;
- sepiše záznam o nálezu s vyjádřením žáka (datum, místo a čas nálezu, jméno žáka);
- záznam podepíše i žák, u kterého byla látka nalezena (nebo který ji odevzdal), pokud odmítne, uvede tuto skutečnost do zápisu, zápisu je přítomen zástupce vedení školy;
- o nálezu informuje policii, která provede identifikaci látky a informuje zákonného zástupce;
- pokud látku nalezne u intoxikovaného žáka, přivolá lékaře a předá mu vzorek látky.

Pokud má škola podezření, že některý z žáků má OPL u sebe, bude postupovat takto:

- situace spadá do kompetence policie;
- vyrozumí policii, konzultuje s ní a informuje zákonného zástupce žáka;
- žáka izoluje od ostatních a zajistí dohled do příjezdu policie;
- neprovádí prohlídku žáka, jelikož nemá právo vykonávat osobní prohlídku žáka nebo prohlídku jeho věcí.

Žák se svěřil s užíváním návykových látek pracovníkovi školy, ten postupuje následovně:

- nikdy se nevyhýbá rozhovoru, nabídne radu, pomoc, přistupuje k žákovi citlivě;
- neslibuje, že o tom nikomu neřekne (jde o rozpor se zákonem – povinností je informovat);
- rozhovor vede tak, aby přesvědčil žáka ke spolupráci a k dobrovolné návštěvě odborného zařízení;
- informuje zákonného zástupce;
- informuje výchovného poradce, ŠMP;
- poskytne pomoc žákovi i rodičům při vyhledání relevantních služeb.

Rodič hledá ve škole radu, jak řešit problémy s návykovými látkami u svého dítěte, škola se chová následovně:

- neodmítá radu a pomoc, respektuje specifika každého případu;
- poskytne informace o dostupných službách;
- doporučí odborné poradenství;
- nabídne společné kroky, kterými může postižené rodině pomoci.

Škola zjistí, že v místě, kde sídlí, lze sehnat návykové látky:

- nenese právní odpovědnost mimo své území;
- spolupracuje s místními organizacemi, policií, případně dalšími organizacemi;
- zajistí informovanost svých pracovníků;
- zváží, zda informovat rodiče či žáky (rozhoduje vedení školy), jedná se o citlivou informaci.

První pomoc při otravě OPL

- 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 se vyhnout prudkým pohybům, mluvit klidně, tiše, pomalu 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, když k otravě došlo vdechováním škodlivých látek;
- pokud možno 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;
- sledovat dýchání, při zástavě dechu uvolnit dýchací cesty (záklonem hlavy a odstraněním zvratků nebo cizího tělesa tím, že sáhnete do úst a vyčistíte je;)
- zabránit prochladnutí;
- zajistit nepřetržitý dohled;
- ošetřit případná zranění;
- opatřit informace o látce, která byla požitá a předat ji přivolanému lékaři.

Šikana ve škole

- při podezření na šikanu je nutné rychlé předávání informací mezi vyučujícími (svědek = další kolega + třídní učitel);
- informace bude také ihned předána metodikovi prevence a výchovnému poradci, kteří budou spolupracovat s vyučujícími a vytvoří rychlý následující postup:
 1. informuje se vedení školy;
 2. první proběhne výslech oběti (je nutné zajistit bezpečnost ohroženého žáka);
 3. posléze se uskuteční výslechy svědků;
 4. pak proběhne rozhovor s agresorem či agresory (postupuje se jednotlivě);
 5. provede se zápis z každého jednání, který uloží metodik prevence, zároveň jej předá výchovnému poradci ve formě kopie;
 6. informuje se zákonný zástupce oběti (hovořit s ním na rovinu, ujistit ho, že se konflikt řeší; dohodnout s rodiči, jakým způsobem bude zajištěna bezpečnost dítěte);
 7. informuje se zákonný zástupce agresora a je pozván k jednání s metodikem prevence nebo výchovným poradcem a vedením školy;
 8. preventivní tým vyhodnotí závažnost situace a případně informuje odbor sociálně právní ochrany dětí a policie;
 9. vždy se vyvodí sankce dle školního řádu.

Záškoláctví

- Způsob a dobu omlouvání nepřítomnosti žáka ve škole stanoví školní řád a školský zákon.
- Mimořádné uvolnění žádá písemně zákonný zástupce žáka předem písemně třídního učitele nebo vedení školy.
- Školní docházku eviduje třídní učitel, který také s výchovným poradcem a s ostatními vyučujícími zajišťuje prevenci záškoláctví.
- Omluva absence žáka je platná pouze od zákonného zástupce, škola může v nezbytných případech vyžadovat potvrzení lékaře, lékař není povinen vystavovat samostatnou omluvenku, ale může potvrdit omluvenku od zákonného zástupce, lékař nemůže zpětně omlouvat dny před příchodem dítěte k lékaři.
- U problémových žáků lze omlouvání lékařem dohodnout ve spolupráci s odborem sociální péče.

- Pokud má třídní učitel přesvědčivé důkazy o záškoláctví, nemusí uznat omluvenku zákonného zástupce nebo ji eviduje jako „skryté záškoláctví“ a v případě jeho opakování škola může informovat odbor sociální péče nebo policii.
- Všechny tyto skutečnosti třídní učitel vždy nejdříve projedná se zákonným zástupcem a sepíše záznam, informuje výchovného poradce a metodika prevence.
- Rodinné důvody jako omluvenku třídní učitel uznává, za docházku do školy je zodpovědný zákonný zástupce.
- Každou neomluvenou hodinu projedná třídní učitel s rodiči a provede zápis (případně se jednání účastní další kolegové); neomluvenou absenci hlásí třídní učitel výchovnému poradci.
- Při větším počtu neomluvených hodin se jednání účastní výchovný poradce či metodik prevence.
- Při 10 a více neomluvených hodinách je povinností školy iniciovat jednání, jehož se účastní metodik prevence nebo výchovný poradce, zástupce vedení školy, třídní učitel, další vyučující, dle potřeby může být přizván i zástupce odboru sociální péče; z jednání se provádí zápis, který bude vyhotoven na speciálním formuláři školy.
- Při 20 a více neomluvených hodinách je škola povinna informovat odbor sociální péče (50 a více hodin – může jít o trestný čin rodičů), odbor dále spolupracuje s policií; v závažných případech škola sama podá trestní oznámení na zákonné zástupce pro zanedbávání školní docházky.
- Škola může informovat odbor sociální péče i dříve, pokud nastanou závažné skutečnosti a zákonný zástupce nespolupracuje.

Opakované pozdní příchody žáka na vyučování:

- třídní učitel nebo vyučující informuje zákonného zástupce žáka;
- pokud se situace nezlepší a opakuje se, třídní učitel podá hlášení výchovnému poradci, popř. ŠMP;
- výchovný poradce, popř. ŠMP projedná věc se žákem, působí preventivně
- při dalším opakování výchovný poradce, popř. ŠMP pozve zákonného zástupce k jednání a bude informovat odbor sociální péče.

Krádež ve škole, poškození školního majetku:

- prevence je uvedena ve školním řádu a výzvou žákům a zákonným zástupcům např. na nenošení cenných věcí do školy;
- věci, které nesouvisejí s vyučováním, by žáci neměli do školy nosit, nebo postupovat podle pokynů vyučujících a předat je do úschovy;
- při nahlášení krádeže sepsat záznam, krádež nahlásit policii, informovat zákonné zástupce a směřovat je na policii;
- pokud známe pachatele, nahlásíme je na odbor sociální péče (spolupracuje s policií);
- o škodě na školním majetku se musí provést záznam a snažit se najít viníka;
- pokud známe viníka, má škola právo vymáhat náhradu na zákonném zástupci (i soudně);
- veškeré informace o odpovědnosti za škodu jsou uvedeny ve školním řádu.

Poruchy příjmu potravy

Rizikové faktory	Doména	Protektivní faktory
Specifické: nevhodné jídelní a stravovací zvyklosti v rodině, diety, obezita v rodině, PPP v rodině, některé sporty a zájmy Obecné: Nedostatek rodič. kontroly, duševní poruchy, alkohol v rodině, přílišné zaměření na sebekontrolu a výkon (nebo naopak absence sebekontroly), přílišný důraz na vzhled. Rodiče jako vzor řešení problémů.	Rodina	Posílení monitoringu - podpory rodiny, edukace: změny stravovacích zvyklostí (vymezení přiměřené normy – snaha se vyhnout extrémům).
Prezentování nevhodných módních vzorů, diet, jednostranných řešení, nekritické zdůrazňování	Komunita	Prezentace diferencovaných, nevyhrocených vzorů, přiměřenost v prezentovaných postojích,

hédonistických hodnot (užití si“) na jedné straně a sebekontroly na druhé		diskuse k otázkám zdraví, životního stylu, hodnot...
Užívání diet, nevhodné stravovací a pohybové zvyklosti, skandalizace nadváhy, šikana kvůli nadváze a vzhledu	Vrstevníci	Bohatší, jinak zaměřené zájmy, oslabení soutěživosti, šikany pro vzhled, nadváhu. Edukace ve směru zdravé výživy, nebezpečí diet a některých „metod hubnutí“.
Úzkostnost, pedanterie u anorexie; impulzivita a nezdrženlivost u bulimie.	Osobnost	Vhodná relaxace, diferencovanost přiměřených zájmů a aktivit, přiměřená sebekontrola, psychoterapie
Nadváha, obezita, nadměrná sebekontrola, černobílý pohled na sebe a svět.	Jedinec	Úprava stravovacích a pohybových návyků, nebezpečí diet a jednostranné snahy redukovat hmotnost
Nízké sebevědomí, důraz na vnějškové hodnoty, orientace na jednoduché řešení, neschopnost akceptovat zpětnou vazbu, následky	Škola Rodina Komunita	Rozvoj individuálních možností, výchova k různorodosti, přiměřenosti, rozvoj obecné vzdělanosti Psychoterapie, rodinná terapie

Vzhledem k tomu, že jde o poruchy příznačné pro období dospívání, zasahují tyto problémy do formování osobnosti nemocného a ovlivňují jeho pracovní a sociální dovednosti. S rozvojem PPP přibývá závažnějších psychických i zdravotních problémů. Závažná patologie pak „zakrývá“ často srozumitelné počátky rozvoje problému. Dlouhodobý průběh onemocnění posiluje závislost nemocného na okolí, které na jeho problémy reaguje zvýšenou úzkostí a obavami. Nemocní si mohou zvyknout na roli nemohoucího jedince. Naučí se vyžadovat podporu a ohledy okolí, vyžadovat ústupky a ochranu před následky svého chování. **Vývoj poruchy může souviset také se skrytou patologií rodiny, proto součástí léčebné péče je i psychoterapeutická pomoc.**

Síť partnerů, spolupráce v komunitě, kraji (vydefinování s kým je možno spolupracovat, na koho se obrátit a kdy, odkazy na kvalitní web info i zahraniční apod.)	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
Legislativní rámec, dokumenty, (krajské plány, strategie, web. odkazy)	Programy zaměřené na zdravou výživu, péči o duševní zdraví mládeže a zdravý životní styl, bezpečnou a udržitelnou redukci nadváhy Některé publikace (svépomocné manuály o PPP) – nevhodné jsou příběhy nemocných. odkazy: www.idealni.cz, www.doktorka.cz, www.lekarna.cz, www.anabell.cz, www.stop-ppp.estranky.cz, www.boulimie-anorexie.ch
Typ prevence: specifická prevence x nespecifická prevence	Všeobecná prevence: výchova k přiměřenosti a umírněnosti v postojích, důraz na nebezpečí jednostranných nebo extrémních postojů ve výživě, životním stylu, ve sportu. Dobrá školní jídelna, naopak omezení automatů na sladkosti, slazené nápoje ve školách. Specifická: nebezpečí a neúčinnost redukčních diet, obecné informace o PPP (zejména pro rodiče)
Doporučené postupy a metody z hlediska pedagoga X Nevhodné postupy	Vhodná je včasná intervence u rizikových jedinců (rychle zhubnul, zvrací s jakoukoli argumentací...), interaktivní programy, rozvoj všeobecných aktivit, zájmů. U běžné populace spíše se zaměřit na předcházení nevhodných redukčních diet a prostředků na zhubnutí (důraz ne na nebezpečnost, ale na neúčinnost). Předcházet šikaně pro vzhled, oblečení, tělesný výkon, to, co jí nebo pije. Rozšířit nabídku vhodných, konkrétních materiálů (svépomocné příručky, jak zvládat anorexii, bulimii) pro nemocné a jejich rodin. příslušníky. Neúčinná je mechanická prezentace informací o PPP a o protagonistech světa dospívajících, kteří trpí PPP (jen vede

	k nápodobě). Důležité je nezdůrazňovat některé informace, které by mohly vzbudit zájem o amfetaminy, prostředky na hubnutí, kouření... jen pro jejich vliv na redukci tělesné hmotnosti.
Kdy, koho a v jakém případě vyrozumět – škála rizika ve vztahu k typům prevence.	Pediatra, rodiče vždy, když dítě výrazněji zhubne, opakovaně bylo přistiženo, že zvrací (stačí informace od vrstevníků), sebepoškozuje se. Rodiče, i když dítě nechodí do školní jídelny.
Možnosti a limity pedagoga (doporučení rozvoje duševního zdraví, prevence burnt out ...)	Učitel není terapeut, zprostředkuje ale dítěti a rodině zpětnou vazbu o některých jídelních zvyklostech dítěte, může pomoci předcházet šikaně pro fyzický vzhled a výkon (zejména učitelé tělocviku), doporučit, popř. zprostředkovat kontakt s psychologem nebo lékařem. Opatrně se pouštět do oblasti „zdravé výživy“ a redukce hmotnosti (doporučení mohou být jednostranně, přehnaně interpretována).
Odkazy, literatura	webové odkazy viz výše. Krch, F. D.: Mentální anorexie, Portál 2010; Krch, F. D.: Mentální bulimie – jak bojovat s přejídáním, Grada 2008 Papežová, H. a kol.: Spektrum poruch příjmu potravy, Grada 2010

Praha 1. září 2021

PhDr. Jaroslava Najnarová

ředitelka školy

Mgr. Jana Vyhlídalová

školní metodička prevence