

**Základní škola Jaroměř – Josefov**

**PREVENTIVNÍ PROGRAM RIZIKOVÉHO  
CHOVÁNÍ**

**ŠKOLNÍ ROK 2026/2027**

**Vypracovala: Mgr. Pavlína Krámová, školní metodik prevence**

## Charakteristika školy

**Škola** je tvořena komplexem čtyř panelových budov navzájem propojených spojovacími chodbami. Součástí školy je velké sportovní hřiště. V rámci tohoto komplexu se nachází celkem 16 kmenových tříd, 1 přípravná třída, 9 odborných učeben, 1 venkovní učebna, 2 tělocvičny a ostatní zázemí, včetně kabinetů, knihoven, dílen, místností školní družiny a školní jídelny. Škola poskytuje pro realizaci výuky nadstandardní prostorové zázemí, její interiéry jsou čisté a esteticky upravené.

### Skladba žáků

**Naše škola je školou příměstskou**, jedná se o městskou část Josefov, ve které žije nejenom mnoho sociálně slabých rodin, ale zároveň mnoho žáků pochází i z velmi nepodnětného rodinného prostředí.

**Naše škola je také školou spádovou**, značnou část žáků tvoří žáci dojíždějící z okolních obcí.

**Naše škola je také školou určenou ke vzdělávání cizinců.** Do vzdělávání jsou v běžných třídách začleněni žáci z Ukrajiny, ale i cizinci, kteří bydlí v integračním středisku ministerstva vnitra.

Škola nezřídila specializované třídy pro žáky se specifickými vývojovými poruchami učení a chování. Tito žáci jsou plně integrováni v běžných třídách.

**Program prevence ZŠ Jaroměř – Josefov** byl vytvořen pro potřeby školy a při jeho vypracování bylo čerpáno z předchozích preventivních akcí této školy, z konkrétních potřeb třídních kolektivů a dále z připomínek a návrhů jednotlivých učitelů.

Program je zaměřen na prevenci rizikového chování zejména v těchto oblastech:

- užívání návykových látek (tabák, alkohol, omamné a psychotropní látky), onemocnění HIV/AIDS a další nemoci související s užíváním návykových látek
- kriminalita
- šikana a agresivita
- kyberšikana
- záškoláctví
- vandalismus
- náboženský extremismus
- gambling
- netolismus
- rozpoznání a zajištění včasné intervence v případech týrání a zneužívání dětí a poruch příjmu potravy

Součástí preventivního programu je také program proti šikaně KiVa. Tento program je zaměřený na celou školu a zahrnuje jak univerzální opatření (část zaměřená na prevenci), tak cílené kroky pro potlačení již probíhající šikany (část zaměřená na intervenci). KiVa lekce po 45 minutách jsou v každém třídním kolektivu realizovány 2x měsíčně pod vedením třídních učitelů. KiVa tým ve složení Bc. Buřilová, Mgr. Krámová, Mgr. Dušková a Mgr. Marková poskytuje učitelům mentorskou podporu a v případech potřeby řeší situace vykazující prvky šikany.

Preventivní program realizují učitelé ve spolupráci s vedením školy, rodiči, odbornými lektory, organizacemi a koordinuje ho školní metodička prevence Mgr. Pavlína Krámová.

Při řešení konkrétních situací postupujeme v souladu s příslušnými zákony a metodickými pokyny MŠMT ČR.

## Přehled základní legislativy

- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže, č. j. 21291/2010-28, včetně aktuálních příloh
- Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních, č. j. MSMT-21149/2016
- Metodické doporučení ke spolupráci škol a školských zařízení s Policií České republiky, č. j. MSMT-6167/2025-1
- Metodické doporučení MŠMT k prevenci a postihu záškoláctví a omlouvání žáků z vyučování, č. j. MSMT-780/2024-1, aktualizace 01/2026
- Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019–2027
- Školní vzdělávací program ZŠ Jaroměř–Josefov
- Školní řád ZŠ Jaroměř–Josefov
- Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů
- Vyhláška č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů (zákon o soudnictví ve věcech mládeže), ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 250/2016 Sb., o odpovědnosti za přestupky a řízení o nich, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 251/2016 Sb., o některých přestupcích, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, ve znění pozdějších předpisů
- Zákon č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů, ve znění pozdějších předpisů
- Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných MŠMT, č. j. 37 014/2005-25 (pro ostatní školy podpůrně).
- Nařízení Evropského parlamentu a Rady (EU) 2016/679 ze dne 27. dubna 2016 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů (GDPR)

## Cíle programu

Cílem prevence je zabránit vzniku a šíření jevů rizikového chování a zvýšit odolnost dětí vůči těm negativním vlivům, které narušují jejich zdravý osobnostní a sociální vývoj. Ve spolupráci s rodinou vychovávat člověka zodpovědného a schopného samostatných rozhodnutí. Dále pak

- podporovat osobnostní rozvoj (posilovat sebejistotu, schopnost čelit sociálnímu tlaku, stresům)
- podporovat schopnost říci NE (zaměření na komunikační dovednosti, sebepoznání, sebehodnocení)
- zajistit pravidelnou práci s třídním kolektivem (třídnické hodiny)
- zkvalitnit klima a prostředí školy
- reagovat na aktuální stav ve škole
- vychovávat žáky v souladu se zdravým životním stylem
- zařadit projekty externích pracovníků
- zajistit odborné vzdělávání pedagogů v oblasti primární prevence (školení)
- zvyšovat informovanost pedagogů o situaci ve škole (porady)
- spolupracovat s žáky, rodiči, pedagogy a organizacemi v oblasti primární prevence

## Preventivní program je založen na těchto pěti základních úkolech:

**1) Zprostředkovat různé aktivity, které podporují zdravý životní styl a vedou k dodržování určitých společenských pravidel, k odpovědnosti za sebe a své jednání, ke zdravému rozvoji osobnosti:**

a) Zájmové útvary nabízené naší školou pro žáky:

Žáci mohou navštěvovat kroužky se sportovním nebo kulturním zaměřením, přípravu na přijímací zkoušky z matematiky a z českého jazyka a na doučování dle individuálních potřeb žáků.

b) Akce nabízené naší školou:

V průběhu školního roku se žáci zúčastní plaveckého kurzu, lyžařského výcviku nebo turistického kurzu, dopravní soutěže, velkého množství sportovních turnajů, kulturních akcí, recitačních a literárních soutěží, vědomostních soutěží (olympiád), exkurzí, škol v přírodě.

c) Aktivity nabízené různými organizacemi a spolky, které působí v našem městě:

Pracovníci Domu dětí a mládeže v Josefově seznamují žáky s velkou nabídkou kroužků připravených na školní rok 2026 – 2027.

Prostřednictvím školního rozhlasu a plakátů jsou žáci informováni o nábořech do různých sportovních oddílů (volejbal, fotbal, basketbal), do LŠU v Jaroměři, do různých organizací (oddíl Skauti, pionýrská skupina Pohoda, oddíl Puštíci, Sokol,...).

Dále jsou žáci pravidelně seznamováni s kulturními a sportovními akcemi pořádanými v našem městě a s aktivitami nabízenými v době prázdnin.

d) Program KiVa:

KiVa lekce se zaměřením na snížení výskytu šikany a zvýšení spokojenosti žáků ve škole prostřednictvím rozmanitých aktivit pod vedením třídních učitelů.

**2) Zajišťovat prožitkové lekce a besedy zaměřené na předcházení vzniku projevů rizikového chování, na zdravý životní styl žáků a vzdělávání pedagogů:**

a) spolupráce s etopedem

a1) prožitkový adaptační kurz pro žáky 1. ročníku pod vedením etopeda je zaměřený na:

- začlenění sociálně ohrožených dětí do třídního kolektivu, ve kterém se bude intenzivně pracovat na nastavení rovnocenných vztahů mezi všemi žáky a přátelské atmosféře
- získání maximální důvěry dětí a jejich rodičů a tím zlepšit komunikaci a spolupráci školy a rodin sociálně znevýhodněných dětí

a2) mentorská činnost dle potřeby třídních učitelů

b) spolupráce s pracovníky MěÚ (Odbor sociálních věcí a zdravotnictví) Jaroměř, Aupori a Milíčova domu k dosažení lepších školních výsledků:

- terénní pracovníce (Odbor sociálních věcí a zdravotnictví), pracovníce Aupori a Milíčova domu povedou nadále podle zájmu a potřeby dětí a rodičů doučování a opět budou v kontaktu s příslušnou třídní učitelkou, dále budou sledovat důvody nepravdivé školní docházky a v případě potřeby budou navštěvovat tyto rodiny a účastnit se úředních jednání s těmito rodiči ve škole

c) spolupráce s psychologem z NOMIE (Dětské krizové centrum, Poradna pro oběti násilí):

- psycholog bude v případě potřeby pedagogického sboru doporučovat postupy k řešení krizových situací formou osobních setkání s učitelským sborem

d) další zajištěné akce:

- prožitkové lekce pro třídní kolektivy 1. ročníku ZŠ vedené etopedem a třídní učitelkou (učitelem) – dle potřeby třídních učitelů
- adaptační kurz pro třídní kolektivy 6. tříd vedené třídními učitelkami a metodičkou prevence
- 1., 2., 3. a 4. ročník - zapojení do projektu „Normální je nekouřit“
- 6. ročník – beseda s Mgr. Blažkovou (MP Education, s.r.o.) na téma: „Dospívám aneb život plný změn...“
- 9. ročník – besedy s Mgr. Blažkovou (MP Education, s.r.o.) na téma: „Žena jako symbol života“ a „Cesta k mužnosti“
- 1. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Bezpečná cesta do školy a bezpečný kontakt se psem“
- 2. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „BESIP – chodci, povinná výbava jízdního kola, cyklista, dopravní značky“
- 3. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Závislosti, rizikové chování“
- 4. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Odpovědnost, právo, morálka“
- 5. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Facebook a rizika z něj plynoucí“
- 6. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Šikana – přestupek, trestný čin“
- 7. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Kyberšikana – přestupek, trestný čin, bezpečné chování v kyberprostoru“
- 8. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Drogy a současná právní legislativa“
- 9. ročník - beseda s sstr. Dubnovou (Městská policie Jaroměř) na téma: „Trestní odpovědnost“
- přípravná třída, 1. ročník – beseda s por. Mgr. M. Mervartem (PČR – KŘP Královéhradeckého kraje) na téma: „Bezpečné chování žáků“
- 2. ročník – beseda s por. Mgr. M. Mervartem (PČR – KŘP Královéhradeckého kraje) na téma: PČR jako součást integrovaného záchranného systému“
- 3., 4. a 5. ročník – beseda s por. Mgr. M. Mervartem (PČR – KŘP Královéhradeckého kraje) na téma: „Základy dopravní výchovy“

- 6. a 7. ročník – beseda s por. Mgr. M. Mervartem (PČR – KŘP Královéhradeckého kraje) na téma: „Bezpečně v kyberprostoru a Tvoje cesta online“
- 8. ročník - beseda s por. Mgr. M. Mervartem (PČR – KŘP Královéhradeckého kraje) na téma: „Základní trestní odpovědnost“
- 9. ročník – beseda s por. Mgr. M. Mervartem (PČR – KŘP Královéhradeckého kraje) na téma: „Tvoje cesta nanečisto“

e) vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti rizikového chování:

- průběžně podle nabídky

**3) Průběžně sledovat aktuální stav projevů nežádoucích jevů a co nejrychleji řešit vzniklé problémy v rámci školy a rodiny nebo ve spolupráci s odbornými pracovišti:**

- třídnické hodiny podporují kontakt žáků s třídním učitelem, řešení aktuálních problémů a prohlubování důvěry mezi žákem a učitelem (KiVa lekce)
- schránka důvěry je pravidelně kontrolována vedením školy, případná oznámení poukazující na přítomnost projevů nežádoucích jevů je řešena individuálně po konzultaci s třídním učitelem, metodikem prevence (výchovným poradcem)
- zjištěné přestupky jsou řešeny v rámci školy a rodiny nebo ve spolupráci s odbornými pracovišti (Městská policie, Policie ČR, OSPOD, Kompas, Návrat, Pyramida, SVP Hostinné, AUFORI, Milíčův dům, NOMIA, PPP Náchod)

**4) Snažit se o posílení dovedností a kompetencí dětí z prostředí sociokulturně znevýhodněného prostřednictvím aktivit zaměřených na integraci do většinové společnosti:**

Nadále spolupracujeme s terénními pracovníci z Odboru sociálních věcí a zdravotnictví, s pracovníky AUFORI a nízkoprahového centra Milíčův dům v Josefově.

Pracovníci těchto organizací pomáhají především dětem ze sociálně problémových rodin k snadnějšímu startu do života a na cestě ke vzdělání. Terénní pracovníci řeší každodenní problémy nejen romských rodin. Vše podřizují snaze poskytnout dětem zázemí. Zároveň se snaží působit i na rodiče.

**5) Začleňovat problematiku prevence rizikového chování do výuky jednotlivých předmětů (prvouka, přírodověda, občanská výchova, výchova ke zdraví, přírodopis, chemie):**

I. stupeň

- společné stanovení a zažití pravidel soužití mezi žáky a učiteli
- zdravě žít (výživa, hygiena, zdraví nemoc)
- rozvíjet schopnosti diskutovat, komunikovat, řešit problémy a konflikty, umět vyjádřit svůj názor, umět slušně odmítnout)
- zvyšovat zdravého sebevědomí

II. stupeň

- získat základní informace (drogy, rizika, zneužívání, souvislosti s AIDS, pomoc)
- přijímat odpovědnost za sebe a své chování
- řešit problémy a konflikty
- umět se vyrovnat s neúspěchem
- odolávat nebezpečím, krizím, nátlaku, stresu
- posilovat právní vědomí, úctu k zákonu, uvědomit si vlastní hodnoty

- uplatňovat zásady zdravého životního stylu (stravování, odpovědnost za své zdraví, aktivní odpočinek)
- hledat možnosti svého uplatnění ve společnosti (zájmové aktivity, volba dalšího studia)

Předkládaný Preventivní program je základem pro práci naší školy v oblasti sociálně nežádoucích jevů v tomto školním roce.

## **Přílohy**

Příloha č. 1b - Program proti šikanování pro rodiče a žáky

Příloha č. 2 - Témata prevence ve vyučovacích hodinách

Příloha č. 3 - Zdravý životní styl

Příloha č. 4 – Strategie řešení školní neúspěšnosti

## PROGRAM PROTI ŠIKANOVÁNÍ

### pro rodiče a žáky

Program vychází z Metodického pokynu MŠMT k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č.j. MSMT-21149/2016) a je součástí Preventivního programu naší školy. Na jeho vytváření se podílel preventivní tým spolu s celým učitelským sborem.

**Šikanování** je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. 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 v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování. Může mít i formu sexuálního obtěžování až zneužívání. Nově se může realizovat i prostřednictvím elektronické komunikace, jedná se o tzv. kyberšikanu. Ta zahrnuje útoky pomocí e-mailů, sms zpráv, vyvěšování urážlivých materiálů na internetové stránky apod. Šikana se projevuje i v nepřímé podobě jako demonstrativní přehlížení a ignorování žáka či žáků třídní nebo jinou skupinou spolužáků.

#### Cíle programu:

- vytvářet ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí
- zaměřit se na oblast komunikace a vztahů mezi žáky ve třídách
- podporovat pozitivní vzájemné vztahy mezi žáky a učiteli
- vytvářet podmínky pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy
- vést žáky k vzájemné toleranci, respektu a odpovědnosti
- zajišťovat podmínky pro zdravý vývoj žáků a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů)

#### Krizový plán

Třídní učitelka/učitel vysvětlí žákům, kdy se jedná o šikanování na jednoduché definici:  
**„NĚCO NEMÁM RÁD/A – NĚKDO MI TO ZAČNE DĚLAT – ŘEKNU MU/JÍ, - JIM, ABY TO NEDĚLAL/A/I – DĚLÁ /DĚLAJÍ TO DÁL“**

Pokud se žákovi něco takového děje, **první krok musí žák udělat sám!**  
Žák musí sdělit, že se mu něco nelíbí formou, která je pochopitelná a není zábavná  
**„ŘEKNE TO TAK, ABY MU OSTATNÍ ROZUMĚLI“**

**Třídní učitelka/učitel zdůrazní žákům na koho se mají obrátit v případě**

- a) **že se mi něco takového děje nebo stalo**
- b) **pokud vím, že se něco takového děje někomu jinému**

- třídní učitelka/učitel
- školní metodik prevence P. Krámová
- výchovná poradkyně p. Krámová
- zástupkyně ředitele školy I. Krátká
- ředitel školy L. Zvěřina
- rodiče
- někomu, komu důvěřuje
- Linka bezpečí – 116 111, ( 800 155 555)

## **Postupy řešení šikany**

### **1) Postup po zjištění podezření na šikanu**

Samostatně vyslechnout žáky (nejlépe v tomto pořadí)

- oznamovatel
- oběť (není-li oznamovatelem)
- svědci (další děti, které nebyly v jednání aktivní)
- agresor

Cílem rozhovorů je zjistit přesný obraz toho, co se stalo.

- zajistit ochranu oběti, oznamovatele, svědků
- vést přesnou dokumentaci

Jedná-li se o pokročilé, brutální a kriminální šikany (výbuch skupinového násilí vůči oběti, tzv. třídního lynčování) bude vedení školy spolupracovat s dalšími institucemi a orgány, a to zejména s pedagogicko-psychologickou poradnou, střediskem výchovné péče, orgánem sociálně právní ochrany dítěte, Policií ČR.

V případě negativních dopadů šikanování na oběť, bude vedením školy (po domluvě s rodiči) oběti zprostředkována péče pedagogicko-psychologické poradny, střediska výchovné péče, speciálně pedagogického centra nebo dalších odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.

### **2) Potrestání agresorů**

Pro potrestání agresorů lze užít následující běžná opatření:

- napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele
- snížení známky z chování
- převedení do jiné třídy

V mimořádných případech se užijí další opatření:

- ředitel školy doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení ŠVP, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v místně příslušném diagnostickém ústavu
- ředitel školy podá návrh orgánu sociálně právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu

### **3) Oznamování**

- splnění oznamovací povinnosti rodičům oběti
- splnění oznamovací povinnosti rodičům agresora
- splnění oznamovací povinnosti Policii ČR, orgánu sociálně právní ochrany dítěte (v případě pokročilé, brutální a kriminální šikany)

### **4) Napravování**

- práce s agresorem (jeho náhled na vlastní chování, motivy, rodinné prostředí)
- práce se skupinou
- častější třídnické hodiny
- spolupráce s dalšími organizacemi na ozdravení vztahů ve třídě:  
PPP, ŠVP, dětský psycholog, OSPOD  
(sociometrie, individuální poradenství, intervenční programy, vrstevnické programy)

## **Postup rodičů při podezření na šikanování**

Postup při podezření na šikanování, o kterém jsou informováni, by měl být následující:

1. Rodiče informují o podezření na šikanování třídního učitele nebo přímo ředitele školy.  
Pedagogičtí pracovníci dbají na zachování důvěrnosti informací.
2. Jsou-li rodiče přesvědčeni, že škola postupuje při řešení šikanování nedostatečně, je možné jednat v této záležitosti se zřizovatelem školy nebo podat stížnost na školu České školní inspekci. Stížnost je možné podat i na úřadě tzn. na adresu: Fráni Šrámka 37, 150 21 Praha 5, resp. elektronicky na adresu [posta@csicr.cz](mailto:posta@csicr.cz) nebo na adresu Wonkova 1142, 500 02 Hradec Králové, elektronicky na adresu [csi.h@csicr.cz](mailto:csi.h@csicr.cz).  
Současně je potřebné v odůvodněných případech zajistit oběti šikanování pomoc psychologa, speciálního pedagoga (etopeda) popřípadě jiného specialisty.

Pedagogický pracovník, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, se vystavuje riziku trestního postihu pro neoznámení, případně nepřekažení trestného činu (§168, 167 trestního zákona). V úvahu přicházejí i další trestné činy jako např. nadřizování (§ 166 tr. zákona) či schvalování trestného činu (§165 tr. zákona), v krajním případě i podněcování (§ 164 tr. zákona). Skutkovou podstatu účastenství na trestném činu (§ 10 tr. zákona) může jednání pedagogického pracovníka naplňovat v případě, že o chování žáků věděl a nezabránil spáchání trestného činu např. tím, že ponechal šikanovaného samotného mezi šikanujícími žáky apod.

## **Příklady nepřímých a přímých znaků šikanování**

### **1. Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:**

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.
- Stále postrádá nějaké své věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
- (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností!)

### **2. Přímé znaky šikanování mohou být např.:**

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet. Rozhodujícím kritériem je, do jaké míry je daný žák konkrétní přezdívkou nebo "legrací" zranitelný.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávistným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí.
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

**Rodiče žáků by mohly na případnou šikanu upozornit tyto možné příznaky:**

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávil volný čas, s nímž by se telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechutí jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivější pozornosti pozorovat strach. Ztráta chuti k jídlu.
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem.
- Dítě chodí domů ze školy hladové (agresori mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
- Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objeví výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě. Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma krade peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčitě bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma. Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

S Programem proti šikanování jsou na začátku školního roku seznámeni pedagogičtí a nepedagogičtí pracovníci školy, žáci a rodiče.

## Informační leták pro žáky ZŠ

Nikdo nemá právo druhému ubližovat!

Spolužáci se k tobě chovají nepřátelsky, ubližují ti a ty nevíš, jak dál.

Víš o někom, kdo je šikanován, a je ti ho líto.

**PŘEKONEJ STRACH A ZAJDI ZA UČITELEM, KTERÉMU DŮVĚŘUJEŠ (ŠKOLNÍM METODIKEM PREVENCE, VÝCHOVNÝM PORADCEM, ZÁSTUPKYNÍ ŘEDITELE ŠKOLY, ŘEDITELEM ŠKOLY, RODIČI).**

### Co je to šikanování?

Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci. Ale může ti znepříjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili a nevšímali si tě.

Později se otravování života stupňuje a zdokonaluje. Nastupuje fyzické násilí (bití, krádeže a poškozování věcí). Šikanování je vážná věc a v řadě případů bývá trestným činem.

### Proč bývá člověk šikanován?

Není to proto, že by byl špatný, nebo proto, že by si to nějak zasloužil. Chyba není v něm, ale ve špatných vztazích mezi některými spolužáky. Převládá v nich bezohlednost a násilí.

### Jak se můžeš bránit?

Když se ptali jednoho zoufalého žáka, proč o svém trápení neřekl rodičům, odpověděl: „Já nevím, když přijdu domů, tak se na to snažím nemyslet. A doufám, že už to bude lepší.“ Myslet si, že to bude lepší, je omyl. Nikomu nic neříct, je strkání hlavy do písku, které situaci jenom zhoršuje. Nevzdávej to a udělej následující:

- Obrat' se na někoho, komu důvěřuješ. Může ti skutečně pomoci, bude ti věřit.
- Svěř se svým rodičům.
- V případě, že nenajdeš odvahu říct to ani svým rodičům, zavolej na pražskou Linku bezpečí, telefon 800 155 555 nebo 116 111. Bezplatně můžeš telefonovat z celé republiky. Nepotřebuješ k tomu peníze ani telefonní kartu. Tito lidé ti budou věřit, protože nejsi sám, komu se něco podobného děje.

## **Témata prevence ve vyučovacích hodinách**

### **I. stupeň ZŠ**

Preventivní témata jsou na I. stupni začleněna zejména v následujících předmětech:

#### **Prvouka**

- Kouření, alkohol(ismus) ( základní informace, zdravotní rizika spojená s kouřením, pitím alkoholu atd.) – 1. r., 2. r., 3. r.
- Odmítání návykových látek (zdravotní a sociální rizika při užívání návykových látek) - 1. r., 2. r., 3. r.
- Poznávání sama sebe – 1. r., 3. r.
- Zvyšování zdravého sebevědomí – 3. r.
- Rozvoj schopností diskutovat, komunikovat, řešit problémy a konflikty, umět vyjádřit svůj názor, umět slušně odmítnout - 1. r., 2. r., 3. r.
- Mezilidské vztahy v rodině, ve škole ... (pravidla slušného chování, chování k cizím lidem atd.) - 1. r., 2. r., 3. r.
- Zdraví (hodnota zdraví a nevýhody špatného zdravotního stavu, nemoc, poskytování první pomoci, zdravý životní styl) - 1. r., 2. r., 3. r.
- Bezpečnost na silnicích - 1. r., 2. r., 3. r.
- Volný čas, režim dne 1. r., 3. r.
- Práva dítěte ( protiprávní jednání – šikana, násilí, zastrašování, na koho se obrátit, když má dítě problém, krizové situace – telefon. čísla) – 3. r.
- Vliv médií, PC, DVD na vývoj jedince (pozitiva, negativa) - 3. r.
- Kriminalita - 2. r., 3. r.
- Ekologie - 1. r., 3. r.
- Zdravá výživa - 3. r.
- Hygiena práce, aktivní odpočinek, zábava – 3. r.

#### **Přírodověda**

- Kouření, alkohol(ismus) ( základní informace, zdravotní rizika spojená s kouřením, pitím alkoholu atd.) – 4. r., 5. r.
- Odmítání návykových látek (zdravotní a sociální rizika při užívání návykových látek) – 4. r., 5. r.
- Poznávání sama sebe - 4. r., 5. r.
- Zvyšování zdravého sebevědomí – 4. r., 5. r.
- Mezilidské vztahy v rodině, ve škole ... (pravidla slušného chování, chování k cizím lidem atd.) - 4. r., 5. r.
- Zdraví (hodnota zdraví a nevýhody špatného zdravotního stavu, nemoc, poskytování první pomoci, zdravý životní styl) - 4. r., 5. r.
- Bezpečnost na silnicích - 4. r., 5. r.
- Volný čas, režim dne - 4. r.
- Práva dítěte ( protiprávní jednání – šikana, násilí, zastrašování, na koho se obrátit, když má dítě problém, krizové situace – telefon. čísla) – 5. r.
- Vliv médií, PC, DVD na vývoj jedince (pozitiva, negativa) - 4. r., 5. r.
- Ekologie - 4. r., 5. r.
- Zdravá výživa - 4. r.

- Hygiena práce, aktivní odpočinek, zábava – 4. r.

### **Vlastivěda**

- Ekologie - 5. r.

### **Český jazyk – sloh**

- Poznávání sama sebe – 3. r., 4. r., 5. r.
- Zvyšování zdravého sebevědomí - 4. r., 5. r.
- Rozvoj schopností diskutovat, komunikovat, řešit problémy a konflikty, umět vyjádřit svůj názor, umět slušně odmítnout - 3. r., 4. r., 5. r.
- Mezilidské vztahy v rodině, ve škole ... (pravidla slušného chování, chování k cizím lidem atd.) - 4. r., 5. r.
- Volný čas, režim dne - 3. r., 4. r., 5. r.

### **Tělesná výchova 1. – 5. r.**

- Zdraví (hodnota zdraví a nevýhody špatného zdravotního stavu, nemoc, poskytování první pomoci, zdravý životní styl)
- Volný čas, režim dne
- Aktivní odpočinek

### **Informatika – 5. r.**

- Vliv médií, PC, DVD, sociálních sítí na vývoj jedince (pozitiva, negativa)

## **II. stupeň ZŠ**

Preventivní témata jsou na II. stupni začleněna zejména v následujících předmětech:

### **Občanská výchova**

- Sebepoznávání, sebeúcta, uvědomování si vlastních hodnot – 7. r., 8. r.
- Vztahy v rodině, rodina – 6. r., 9. r.
- Vztahy v třídním kolektivu, vztah učitel – žák, ... - 6. r., 7. r.
- Vhodné chování a komunikace (asertivní chování, empatie), respekt – 7. r.
- Člověk v rytmu času – 6. r.
- Chování v krizových situacích, telefon. čísla – 6. r.
- Poskytování první pomoci – 6. r.
- Právo (právní řád, právní ochrana, trestní právo, přijímání odpovědnosti za sebe, člověk a občanský život) – 6. r., 7. r., 8. r., 9. r.
- Hledání možností svého uplatnění ve společnosti (zájmové aktivity, volba dalšího studia) – 7. r., 9. r.
- Ekologie – 6. r.
- Média – 7. r.
- Víra a náboženství – 7. r.
- Sexuální zdraví – 9. r.

### **Výchova ke zdraví – 6. r.**

- Domov, vztahy v rodině
- Vztahy v třídním kolektivu

- Společenské chování
- Linka důvěry, krizová centra, přivolání pomoci
- Zdraví (ochrana zdraví, nemoc, hygiena, stravování, civilizační choroby, zdravý životní styl, osobní i duševní hygiena)
- Bezpečné sexuální chování
- Využití volného času, aktivní odpočinek, zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách
- Závislost (automaty, doping, drogy – tabák, alkohol, marihuana, hašiš, opiáty, stimulační látky, halucinogeny, těkavé látky, léky)
- Životní prostředí a zdraví člověka

### **Chemie**

- Ochrana zdraví, stravování - 8. r., 9. r.
- Chování v krizových situacích, telefon. čísla - 9. r.
- Poskytování první pomoci- 8. r., 9. r.
- Závislost (doping, drogy – tabák, alkohol, marihuana, hašiš, opiáty, stimulační látky, halucinogeny, těkavé látky, léky) – 9. r.

### **Fyzika**

- Chování v krizových situacích, telefon. čísla – 9. r.
- Poskytování první pomoci při zasažení elektrickým proudem – 8. r.

### **Přírodopis**

- Zdraví (ochrana zdraví, nemoc, hygiena, stravování) – 8. r.
- Dospívání 8. r.
- Poskytování první pomoci 8. r.
- Drogy – tabák, alkohol 8. r.
- Globální problémy lidstva – 9. r.
- Ochrana přírody – 7. r., 9. r.

### **Tělesná výchova 6. – 9. r.**

- Umět se vyrovnat s neúspěchem a stresem
- Využití volného času, aktivní odpočinek

### **Informatika**

- Internet, sociální sítě, kyberšikana – 7. r.

## Zdravý životní styl

### Cíle:

- vedení žáků k dodržování určitých společenských pravidel; k odpovědnosti za sebe a své jednání; k dovednostem verbální a neverbální komunikace,
- vedení žáků k pochopení významu domova, rodiny a jejich měnící se role v rodině s jejich dospíváním,
- podpora zdravého životního stylu žáků (životospráva, duševní hygiena, režim dne, stres ...),
- upevňování zdravého vztahu ke svému tělu, získání základních poznatků v oblasti lidské sexuality,
- seznámení žáků s různými styly života (vrcholový sport, modeling, vegetariánství, subkultury ...)
- předcházení negativním vlivům reklamy a médií,
- předcházení vzniku poruch příjmu potravy (anorexie, bulimie, diety, obezita ...)
- upevňování a rozvoj kladného vztahu k životnímu prostředí (ekologie),
- učení žáků pomáhat těm, kteří pomoc potřebují,
- rozšíření vědomostí o fungování integrovaného záchranného systému.

### 1) Zaměření na žáky

- pořádání školních kol a účast v okresních kolech vědomostních (olympiády),
- pořádání recitačních, literárních, výtvarných, sportovních a dopravních soutěží,
- zapojování žáků do zájmových útvarů nabízených naší školou,
- zapojování žáků do akcí nabízených naší školou: lyžařský výcvik, plavecký výcvik, bruslení, stolní tenis, exkurze, besedy zaměřené na bezpečnost v oblasti dopravní výchovy, závislostí (drogy, kouření, PC), projevy a řešení šikany, sociální sítě, trestní odpovědnost, zdravý životní styl a dospívání, školy v přírodě, školní výlety, vycházky, adaptační pobyty, prožitkové lekce s etopedem, kulturní akce (divadelní představení, koncerty), sportovní dny (Vánoční a Velikonoční turnaj ve florbale a vybíjené, sportovní den na konci školního roku s rozmanitými sportovními aktivitami),
- seznamování žáků s akcemi pořádanými různými organizacemi a spolky působícími ve městě (Skauti, Puštíci, Sokol, pionýrská skupina Pohoda, Dům dětí a mládeže Josefov, ZUŠ Jaroměř ...), náборы do různých sportovních oddílů, s kulturními a sportovními akcemi pořádanými v našem městě,
- realizace projektů „Normální je nekouřit“ pro žáky 1. – 4. ročníku, „Ochrana za mimořádných událostí“ pro žáky 1. – 9. ročníku (vhodná místa pro hru a trávení volného času, neznámá místa a kontakt s cizím člověkem a zvířetem, přivolání pomoci, situace, které mohou ohrozit lidské zdraví, na prahu dospělosti, osobní bezpečí, varování a sirény, evakuační zavazadlo, přírodní události),
- využívání pohybových relaxací o přestávkách ve třídách 1. stupně (relaxační koutky, koberce),
- zapojení školy do projektů „Školní mléko“ a „Ovoce do škol“,
- zapojení školy do projektů obědy pro žáky zdarma „Operační program potravinové a materiální pomoci“ a „Women for women, o.p.s.“,
- témata oboru výchova ke zdraví (rodina, domov, rozvoj osobnosti, základy duševní a tělesné hygieny, režim dne, zdravá výživa, prevence zneužívání návykových látek, základy sexuální výchovy, osobní bezpečí, pohybová aktivita a zdraví) jsou rozpracována do tematických plánů jednotlivých předmětů na 1. a 2. stupni ZŠ

### 2) Zaměření na pracovníky školy

#### Cíl:

- relaxace po namáhavé duševní práci, zdravý životní styl,
- účast na divadelních představeních a koncertech,
- sportovní vyžití v areálu školy (volejbal, stolní tenis),
- výtvarné dílny,
- společná setkávání na začátku školního roku, před Vánoci, na Den učitelů a na konci školního roku,
- vitamínové doplňky.

### 3) Zaměření na veřejnost

- pronájem tělocvičen v odpoledních a večerních hodinách pro sportovní aktivity,
- několikadenní pronájmy prostor školy (tělocvičny, kuchyňka, sprchy, třídy k ubytování) pro sportovní aktivity.

### 4) Materiální oblast

- nástěnky s informacemi o nabídkách zájmové činnosti externích organizací, o plánovaných akcích a přehledech o výsledcích soutěží,
- maximální využívání dvou tělocvičen, venkovního hřiště, venkovní učebny a volnočasové místnosti.

### Ukazatele úspěchu:

- žáci mají zájem o zdravý životní styl (účelně využívají svůj volný čas, umějí odpočívat, relaxovat),
- žáci znají pozitiva i negativa různých stylů života,
- žáci dbají o svůj zevnějšek a tělo (aktivně sportují, vyhledávají pohyb, zdravě se stravují),
- žáci přemýšlí o vlivu médií a reklamy na jejich život a mají potřebu o tom diskutovat,
- žáci mají kladný vztah k přírodě a životnímu prostředí.

## **Strategie předcházení školní neúspěšnosti**

### 1) Příčiny neúspěchu žáka ve vzdělávání

- sociálně znevýhodňující rodinné prostředí, ve kterém někteří žáci vyrůstají, např. nevyhovující bytové podmínky, nedostatek soukromí a osobního prostoru pro plnění školních povinností (vyčleněný koutek, stůl),
- nedostatek financí a finanční negramotnost rodičů, např. neúčast na některých kulturních akcích a výletech z důvodu nezaplacení finanční částky nutné k realizaci těchto aktivit,
- nepodnětné rodinné prostředí, např. rodiče s nízkou úrovní vzdělanosti žáky ve vzdělávání nepodporují, vzdělání pro ně není prioritou, žákům chybí vzor,
- nezaměstnanost některých rodičů,
- problémy ve vztazích v rodině,
- časté krátkodobé i dlouhodobé absence žáků,
- záškoláctví či skryté záškoláctví,
- nedoplňování zameškaného učiva,
- osobnost žáka (snížená inteligence, nedostatečná paměť, emoční labilita, nízká odolnost vůči zátěži, poruchy učení, poruchy chování, zdravotní komplikace žáka).

### 2) Zjišťování příčin školní neúspěšnosti

- pozorováním jako diagnostickou metodou,
- diagnostickým pohovorem s žákem a zákonným zástupcem,
- analýzou rozhovoru a formulováním možných opatření vedoucích k nápravě.

### 3) Řešení školní neúspěšnosti

- a) poruchy učení a chování, jiná zdravotní omezení a znevýhodnění:
  - kompenzace nedostatků prostřednictvím metod a postupů,
  - vytvoření PLPP (případně IVP) na základě doporučení z PPP nebo SPC.
- b) žáci sociálně znevýhodnění:
  - motivace žáka k učení,
  - spolupráce s rodinou,
  - přístup k internetu ve škole,
  - práce s klimatem třídy,
  - doporučení bezplatného doučování zajišťujícího terénními pracovníky Odboru sociálních věcí a zdravotnictví Jaroměř s pracovištěm v Josefově; pracovníky nízkoprahového zařízení Milíčův dům v Josefově; sociálními pracovníci Aufori, o.p.s., které docházejí přímo do rodin; školními kluby, které vedou učitelky spolu se školními asistentkami.
- c) žáci s vysokou absencí:
  - včasná nabídka podpory při zvládnutí zameškané látky,
  - vypracování plánu doplnění učiva a stanovení termínů dozkoušení,
  - konzultace s žákem a rodiči, kde se domluví harmonogram a různé způsoby podpory žáka.

### 4) Postup při řešení školní neúspěšnosti

Zákonní zástupci jsou informováni o výsledcích vzdělávání žáků zápisy v žákovských knížkách, v rámci konzultačních hodin a rodičovských schůzek. V případě, kdy učitel daného předmětu vyhodnotí, že daný žák neprospívá, neprodleně informuje o neprospěchu zákonného zástupce a

společně se domluví na dalším postupu. Nastavená opatření učitel po určité době vyhodnotí a seznámí zákonného zástupce s dosaženými výsledky. Pokud byla nastavená opatření neúčinná, domluví se učitel se zákonným zástupcem na dalším postupu.

#### Formy a metody práce učitele využívané při předcházení a řešení školní neúspěšnosti

- věnuje žákovi zvýšenou pozornost, snaží se průběžně sledovat jeho činnost,
- dává žákovi stručné a jasné pokyny,
- ověřuje si, zda žák pochopil zadání, informaci, pokyn,
- v případě potřeby pomůže žákovi se začátkem práce a průběžně kontroluje správnost dalšího postupu,
- předem stanoví rozsah práce nutný k ohodnocení,
- umožňuje používat názorné pomůcky, přehledy učiva, kalkulačku,
- snaží se vhodným způsobem začlenit žáka do týmové práce,
- vede žáka k tomu, aby dokázal samostatně požádat o pomoc, pokud si neví rady,
- nabídne možnost doučování,
- zadává pravidelné úkoly vycházející ze stanoveného obsahu učiva odpovídajícího možnostem žáka,
- při ověřování míry zvládnutí učiva učitel stanoví přesné a přiměřené požadavky.

#### Cíl domácí přípravy

- rozvoj smyslu pro plnění povinností,
- procvičování probíraného učiva,
- ověřování si své úrovně pochopení učiva,
- rozvoj schopnosti samostatně pracovat,
- doplnění zameškaného učiva.

Vypracovala školní metodička prevence Mgr. Krámová Pavlína.