



NABÍDKA PROGRAMŮ VŠEOBECNÉ PRIMÁRNÍ PREVENCE

PRO ŠKOLNÍ ROK 2020/21

PROGRAM PRO PŘEDŠKOLÁKY „MĚSTO ŠTĚSTÍ“

Program je zpracován pro děti, které čeká nástup do prvních tříd ZŠ. Formou aktivního sociálního učení ve skupině vrstevníků vede děti k osvojení si sociálních dovedností a informací o zdravém životním stylu.

Program je strukturován **do tří setkání trvajících cca 90 minut**, délka bude přizpůsobena potřebám předškoláků. Každý blok je sjednocen jedním tématem.

Cílem je zpevnit pravidla komunikace, podpořit sebedůvěru a pozitivní sebeuvědomění. Pomůžeme dětem vnímat zdraví jako důležitou životní hodnotu, kterou je potřeba chránit. Využitím her, výtvarných technik, relaxačních metod a dramatické výchovy bude podporováno vytváření zdravých vztahů ve skupině.

Program je bezplatný. Zvažujete-li program pro Vaše předškoláky zajistit, ozvěte se. Papírenské a výtvarné potřeby zajišťuje školka.

PROGRAM „TŘÍDA PLNÁ POHODY“ PRO 1. STUPEŇ ZŠ:

Preventivní programy „Třída plná pohody“ jsou zaměřené na posilování a rozvoj zdravých vrstevnických vztahů. V podobě pravidelných třídnických hodin Metodika napomáhá zkvalitnění sociální komunikace, předchází šikaně a podporují vzájemnou toleranci a respekt ve třídě. Žáci se učí účinným způsobům komunikace. Činnosti vychází z principů zážitkové pedagogiky a dramatické výchovy za účelem podpory a iniciace vzniku dobrých postojů a prosociálních vzorců chování ve skupině.

Součástí programu je aktivní účast třídní učitelky, příp. asistentů pedagoga, průběžné konzultace k průběhu programu. Metodika na podporu třídnických hodin obsahuje náplň celoroční práce s kolektivem, kterou vede TU, bývá předávána na metodickém setkání realizovaném vždy dle zájmu pedagogů.

Cílem programů je pozitivně ovlivnit dění ve třídě, vést k efektivní formě komunikace a spolupráce. Podpořit procesy, které dovolují dobrému jádru kolektivu prosadit se. Jednotlivce upozorňovat na možná rizika a dopady jejich případného negativního - rizikového chování k druhým i k sobě samotným.

Třída plná pohody pro prvňáčky

Program je zaměřen na včasnou adaptaci dětí ve školním kolektivu. Cílem je podporovat pocity sounáležitosti, bezpečí, ochotu pomáhat, nácvik spolupráce a respektu k ostatním. Zároveň jde o usnadnění výuky a navázání kontaktu s rodiči a učiteli.



Časová náročnost: 4 x 45 min s týdenním odstupem jednotlivých bloků (návštěvy budou 4 po jedné vyučovací hodině nebo 2 po dvou vyučovacích hodinách)

Třída plná pohody 2. ročník ZŠ

Program je zaměřen na podporu pozitivního sociálního klimatu třídy. Návčik aktivního naslouchání a zpětnovazební techniky umožňují dětem lépe poznat sebe i druhé. Tím může být posilována vzájemná tolerance při společném plnění úkolů.

Časová náročnost: 4 bloky po 45 min (návštěvy budou 4 po jedné vyučovací hodině nebo 2 po dvou vyučovacích hodinách)

Třída plná pohody 3. ročník ZŠ

Děti se seznámí s prvky verbální a neverbální komunikace. Program vede k efektivní formě komunikace a spolupráce. Navazuje na předchozí ročník – aktivní naslouchání.

Časová náročnost: 4 bloky po 45 min (návštěvy budou 4 po jedné vyučovací hodině nebo 2 po dvou vyučovacích hodinách)

Třída plná pohody 4. ročník ZŠ

Cílem programu je podpořit pozitivní emoční sociální klima třídy, pozitivní zpětnou vazbu. Vést k podpoře spolupráce a žádoucího chování ve skupině.

Časová náročnost: 4 bloky po 45 min (návštěvy budou 4 po jedné vyučovací hodině nebo 2 po dvou vyučovacích hodinách)

Třída plná pohody 5. ročník ZŠ

Cílem programu je podpořit zdravé sebehodnocení, sebepojetí žáků, rozvoj vlastní odpovědnosti za svůj život, upevnit pozitivní sociální klima třídy, seznámení s principy práce s cíly.

Časová náročnost: 4 bloky po 45 min (návštěvy budou 4 po jedné vyučovací hodině nebo 2 po dvou vyučovacích hodinách)

SOCIÁLNÍ VÝCHOVA

Tento preventivní program je oblíben zejména u třídních učitelů **1. stupně ZŠ**. Je složen z technik či her rozvíjejících komunikační a sociální dovednosti, podporujících pozitivní klima třídy. Formou prožitkového učení dochází k navázání sociálního kontaktu, učení se aktivnímu naslouchání, zvyšování empatie.

Časová náročnost: 2-3 vyučovací hodiny, žádoucí je aktivní přítomnost třídního učitele a sjednání konkrétního nastavení programu pro danou třídu.

PROGRAM PREVECE KOUŘENÍ PRO 2. – 5. ROČNÍK

Program je koncipován tak, aby děti povzbuzoval v rozhodnutí nekouřit. Věku dětí je přizpůsobena metoda hraní rolí, cvičící je, jak odmítnout nabízenou cigaretu či nikotinový sáček, jak reagovat na vyhoštění ze strany kuřáků.



Časová náročnost programu: 90 minut, žádoucí je následná reflexe tématu ve vaší výuce. Efektivnost programu zvyšuje jeho rozvolnění a obohacení o nácvik dovednosti odmítání (bez časového tlaku) v podobě dvou setkání.

Cílem programu je, aby děti

- se dozvěděly o nebezpečí kouření a užívání tabákových výrobků (včetně tzv. nikotinových sáčků)
- měly vlastní názor a odolaly nátlaku kamarádů
- byly asertivní a dělaly svá vlastní rozhodnutí
- rozhodly se nekouřit

PROGRAM „JAK SE BRÁNIT ŠIKANĚ„

Blok je vhodný pro děti **od 2. třídy ZŠ**. Program je vystavěn na poslechu příběhu o šikanování (téma je přizpůsobeno věku dětí), následné analýze děje, dramatizace. Další variantou náplně programu je řešení modelových příkladů ubližování, škádlení, kyberšikany apod.

O drtivé většině šikanování se neví. Zůstává skryto navzdory tomu, že lehčí formy a počáteční stadia šikanování zasahují velkou část školní populace. Tisíce dětí denně přicházejí do školy se strachem z ústrků, z posměchu a ponižování, z nadávek či pomluv, z bití a z dalších negativních projevů. Program je vystavěn na poslechu příběhu o šikanování (téma je přizpůsobeno věku dětí), následné analýze děje, dramatizace. **Časová náročnost:** 90 min, žádoucí je aktivní přítomnost třídního učitele.

Cílem programu je, aby děti věděly

- šikaně, jejích různých projevech a stupních
- kdo šikanuje a proč
- kdo bývá šikanován a proč
- co dělat, když ... za kým jít, komu zavolat
- jak napravovat a trestat viz trestní postižitelnost pachatelů šikany

PROGRAM „PREVENCE KYBERŠIKANY“ I. + II.

Program je vhodný pro žáky **od 5. tříd ZŠ**. Účastníci budou seznámeni s možnými riziky života v on-line světě i s doporučovanými postupy při podezřelých či přímo znevažujících kontaktech během elektronické komunikace.

Zajistěte prosím učebnu s počítačem připojeným na internet a zároveň umožňující práci v kruhu.

Časová náročnost: 90 min.



Po prvním bloku je užitečné objednat **navazující hodinový preventivní program v PC učebně**, kde si žáci individuálně vyzkouší praktikovat doporučené postupy bezpečného fungování v on-line prostředí. **Časová náročnost: 45 min.**

Programy je vhodné navázat na vaši předchozí práci s filmy „Seznam se bezpečně“ (1.-3.díl), (volně ke stažení na: <https://www.stream.cz/porady/seznam-se-bezpecne>)

PROGRAM VŠEOBECNÉ DLOUHODOBÉ SPECIFICKÉ PRIMÁRNÍ PREVENCE “DEŠTNÍK DRŽÍM JÁ” PRO 6. - 9. TŘÍDY

Název programu poukazuje i na cíl práce se třídami, a to pomoci dospívajícím uvědomit si vlastní hodnotu a chuť pečovat o sebe, složit si vlastní symbolický deštník sebeúcty, jakožto silného ochranného mechanismu před rizikovým chováním.

Program provází děti od 6. do 9. tříd ZŠ a je zaměřený na souvislou interaktivní práci se skupinou. Obsahuje témata osobnostního rozvoje, posílení sebeúcty dětí, podporu sebevědomí jednotlivce v jeho třídě a posílení tolerance skupiny k individuálním zvláštnostem spolužaček a spolužáků.

Prvních 6 setkání (tj. první rok a půl) je zaměřeno na sebezpoznání dětí, seberecepty ve vrstevnické skupině a posílení zdravých vztahů ve třídě.

Další setkání jsou složena z rozpracovaných programů k tématům prevence závislostí (i tzv. virtuálních drog), rasismu a xenofobie, rizikového sexuálního chování. Rozvržení bloků bude konzultováno se školou, aby jejich složení odpovídalo ŠVP.

Struktura setkávání: 4 x dvouhodinový blok za jeden školní rok (od 6. - 9. třídy) za účasti třídního vyučujícího.

PROGRAM SPECIFICKÉ PRIMÁRNÍ PREVENCE “ O ZÁVISLOSTECH”

Interaktivní seminář zaměřený na problematiku závislostí určený **pro žáky od 7. tříd ZŠ**. Účastníci besed diskutují o drogách legálních i nelegálních, o rozdílu mezi psychickou a fyzickou závislostí, o příčinách vzniku závislosti apod. Program je vždy směřován na aktuální “poptávku” kolektivu. Časová náročnost: 90 min. Téma závislostí lze rozvolnit do dvou až tří setkání během školního roku.

Cílem je

- seznámení s pojmy droga, závislost, typy nelegálních drog
- důraz na věkovou hranici pro užívání legálních drog
- důraz na rizika spojená s užíváním drog (zdravotní, psychická, sociální)
- seznámení s možnými příčinami užívání drog
- vyjasnění vlastního postoje žáků k drogám
- objevit alternativy nedrogových řešení zátěžových situací



PROGRAM „PARTNERSKÉ VZTAHY A SEX“

Program je určen **pro žáky od osmých tříd ZŠ**. V tomto věku by již dospívající měli být schopni otevřeně hovořit o tak citlivém tématu jako jsou partnerské vztahy a sex. **Časová náročnost:** 90 min. V případě poptávky skupiny po určitém tématu lze na program navázat dalším setkáním.

Cílem programu je

- poskytnout základní informace o dané problematice
- kognitivní a dovednostní příprava na první úskalí partnerských vztahů
- upozornění na probíhající fyzické projevy dospívání a jejich individuální odlišnosti
- probrat téma homosexuality – odlišit názory od faktů, upozornit na názorovou pluralitu
- vysvětlit skutečnosti týkající se sexuálního zneužívání

PROGRAM “NENÍ HRA JAKO HRA”

Program pro děti **od 6. tříd** je založen jednak na zmapování volnočasových aktivit účastníků, které má podchytit a vyvolat přemýšlení o výhodnosti, užitečnosti i rizicích daných aktivit. Dále je hrou zprostředkován zážitek z hazardní hry, s kterým následně děti vstupují do druhé části programu. Cílem je předat a zintenzivnit informaci, že risk a hazard nejsou vždy přínosem. Hazardní hra, podobně jako alkohol a jiné drogy, může člověka připravit o svobodu. **Časová náročnost:** 90 min

Cílem programu je

- vyvolat přemýšlení o osobních možnostech strávení volného času
- zprostředkovat dětem zážitek z hazardní hry
- zintenzivnit informaci o tom, že risk a hazard nejsou vůbec přínosem
- poskytnout základní informace o patologickém hráčství

DIAGNOSTICKA VZTAHŮ VE TŘÍDĚ

Nabízíme školám monitorování třídních kolektivů sociometrií standardizovanou i nestandardizovanou. Po vyhodnocení jsou výsledky interpretovány třídnímu učiteli, popř. metodikovi prevence při osobní konzultaci. Časová náročnost je minimálně 2x 2 vyučovací hodiny. Pro kolektiv, kde se potvrdí vztahové problémy většinou spojené s rizikovým chováním nabízíme následnou intenzivní **intervenční péči** v podobě programu **“BEZVA TŘÍDA”**.

NABÍZÍME TAKÉ :

Adaptační seznamovací programy pro nové třídní kolektivy.



**Pedagogicko-psychologická
poradna
Plzeň**

Pracoviště Domažlice
Pivovarská 323, 344 01 Domažlice
poradnadomazlice@pepor-plzen.cz
379 724 276

Readaptační programy pro kolektivy navracející se z distanční výuky.

Vypůjčení pedagogické a psychologické literatury, časopisu pro ŠMP „Prevence“ a **metodických listů** od společnosti Člověk v tísni a POLITEIA.

Pro kolektiv pedagogů z Vašeho 1.stupně lze uspořádat **seminář na předání metodiky** k programům „Třída plná pohody pro I. a II. ročník, „Jak se bránit šikaně“ a „Prevence kouření“. Tyto programy může poté účastník realizovat ve své škole.

Máte-li zájem o některý z programů a služeb naší poradny, kontaktujte nás.

Na spolupráci se těší

Jana Hendrichová- metodička prevence PPP Domažlice

Kontakt: jana.hendrichova@pepor-plzen.cz, tel. 733 745 848