

## Tematické zaměření jednotlivých bloků PŠPP

Program osobního rozvoje a růstu se v oblasti nespecifické prevence zaměřuje na pozitivní ovlivnění postojů, motivace, podporu komunikačních dovedností, schopnost řešit problémy, hledání strategií zvládnutí náročných situací a zlepšování psychosociálního klimatu.

Program je zaměřený na rozhodovací schopnosti, zvládnutí úzkosti a stresu, rozvoj sociálních dovedností a nácvik dovedností odolávat tlaku.

Z hlediska intrapersonálního rozvoje je program zaměřen na uvědomování si hodnot, budování pozitivního sebehodnocení, stanovování si reálných cílů a stanovování norem. Programy mají též informativní charakter.

Z hlediska specifické prevence se program zaměřuje na tyto rizikové jevy:

**Šikana a extrémní projevy agrese, Kyberšikana**

**Rasismus a xenofobie**

**Prevence v adiktologii – kouření, alkohol, léky a nelegální drogy, hráčství, jiné návykové chování**

**Základní vzorce bezpečného chování napříč typy rizikového chování**

## Program rozvoje třídního kolektivu (PROTK)

Program PROTK je určen třídním kolektivům se zvýšeným rizikem výskytu rizikového chování (šikana a extrémní projevy agrese, kyberšikana, rasismus a xenofobie, prevence v adiktologii). Jednotlivé bloky PROTK jsou koncipovány tak, aby bylo možné navázat na vyučování ve škole. Velký důraz je kladen na pravidla pro komunikaci nejen během programu. Program je především zaměřen na rozvoj komunikačních a sociálních dovedností žáků, je zaměřen na rozhodovací schopnosti, zvládnutí úzkosti a stresu a na nácvik dovednosti odolat tlaku. Žák, který absolvuje tento program, si stanovuje reálné cíle, pozitivně se sebehodnotí, vnímá normy jako potřebné a užitečné.

<b>Kód a název bloku:</b>	<b>S38 – ŘÍKÁME ŠIKANĚ NE!</b>
<b>Ročník:</b>	Od 4. ročníku ZŠ
<b>Téma:</b>	Komunikace, manipulace, šikana, kyberšikana, jak se prosadit, nácvik odmítání Vandalismus, poškozování cizí věci, ublížení druhému, vliv skupiny, další témata jako zakázka ze strany účastníků, resp. školy.
<b>Časová náročnost:</b>	3 bloky 3 x 45 minut (9 vyučovacích hodin)
<b>Cíle:</b>	Rozvíjení komunikace a tolerance; posílení zodpovědnosti za své chování; posílení respektu k odlišnosti; za pomoci různých interaktivních technik formovat zdravý rozvoj osobnosti; utváření vhodného žebříčku životních hodnot; ovlivňování postojů a chování dětí pozitivním směrem; podpora dětem a mládeži vnímat sebe a své zdraví jako důležitou hodnotu a umožnit

	jim uvidět, jak důležité je o tuto hodnotu pečovat a chránit si ji; vytvořit žákům prostředí bezpečí v třídním kolektivu; podpora zdravého a bezpečného způsobu života; předávání pozitivní zpětné vazby ostatním
Rizikové jevy, pro které je program intervence realizován:	Šikana a extrémní projevy agrese, Kyberšikana

<b>Kód a název bloku:</b>	<b>S39 – TOLERANTNÍ BÝT UŽ UMÍME!</b>
<b>Ročník:</b>	Od 4. ročníku ZŠ
<b>Téma:</b>	Vztahy mezi dětmi, spolupráce ve třídě, komunikace, manipulace, jak se prosadit, nácvik odmítání, rasismus, xenofobie, kriminalita z nenávisti („HATE CRIME“), další témata jako zakázka ze strany účastníků, resp. školy.
<b>Časová náročnost:</b>	3 bloky 3 x 45 minut (9 vyučovacích hodin)
<b>Cíle:</b>	Vytvořit žákům prostředí bezpečí v třídním kolektivu; podpora zdravého a bezpečného způsobu života; rozvíjení komunikace a tolerance, posílení zodpovědnosti za své chování; posílení respektu k odlišnosti; snížení míry netolerance a podléhání předsudkům; za pomoci různých interaktivních technik formovat zdravý rozvoj osobnosti, utváření vhodného žebříčku životních hodnot, ovlivňování postojů a chování dětí pozitivním směrem
Rizikové jevy, pro které je program intervence realizován:	Rasismus a xenofobie

<b>Kód a název bloku:</b>	<b>S40 – MY TO ZVLÁDNEME!</b>
<b>Ročník:</b>	Od 4. ročníku ZŠ
<b>Téma:</b>	Kamarádství, vztahy mezi dětmi, spolupráce ve třídě, komunikace, jak se prosadit, nácvik odmítání, vandalismus, loupež, krádež, vliv skupiny, řešení krizových situací, poškozování cizí věci, ublížení druhému, další témata jako zakázka ze strany účastníků, resp. školy.
<b>Časová náročnost:</b>	3 bloky 3 x 45 minut (9 vyučovacích hodin)
<b>Cíle:</b>	Vytvořit žákům prostředí bezpečí v třídním kolektivu; podpora zdravého a bezpečného způsobu života; rozvíjení komunikace a tolerance; posílení zodpovědnosti za své chování; za pomoci různých interaktivních technik formovat zdravý rozvoj osobnosti, utváření vhodného žebříčku životních hodnot, ovlivňování postojů a chování dětí pozitivním směrem; vytváření a prohlubování postoje a dovednosti, které jim umožní nacházet řešení v krizových situacích; předávání pozitivní zpětné vazby ostatním
Rizikové jevy, pro které je program intervence realizován:	Základní vzorce bezpečného chování napříč typy rizikového chování

<b>Kód a název bloku:</b>	<b>S41 – NE PASTEM ZÁVISLOSTÍ!</b>
<b>Ročník:</b>	Od 4. ročníku ZŠ
<b>Téma:</b>	Závislosti - nikotinismus, alkohol, další drogy, léky a netolerovatelné drogy, hráčství.
<b>Časová náročnost:</b>	3 bloky 3 x 45 minut (9 vyučovacích hodin)
<b>Cíle:</b>	Uvědomění si rizik spojených s užíváním alkoholu, tabáku, jiných drog; ujasnit si, co znamená závislost; podpora zdravého životního stylu; ujasnění

	si svého vnitřního postoje k návykovým látkám; odvrátit první aktivní kontakt s drogou nebo jej alespoň oddálit; podporovat odmítavé postoje k návykovým látkám, případně narušit prodrogové (resp. prozávislostní) postoje.
<b>Rizikové jevy, pro které je program intervence realizován:</b>	Prevence v adiktologii – kouření, alkohol, léky a netolerovatelné drogy, hráčství, jiné návykové chování

## Skupina osobního růstu (SOR)

Program SOR předpokládá, že se podaří u žáků, členů skupin, prohloubit sebepoznání, posilovat sebevědomí, podpořit komunikačních dovedností, vytvářet a prohlubovat postoje a dovednosti, které jim umožní nacházet řešení v krizových situacích. Důraz bude kladen na pozitivní zpětnou vazbu ostatním, což jistě ovlivní jejich další nejen školní život. Projekt je potřebný, protože mnozí žáci potřebují pomoci s řešením krizových situací, přijmout sebe sama apod.

<b>Kód a název bloku:</b>	<b>SOR – SKUPINA OSOBNÍHO RŮSTU</b>
<b>Ročník:</b>	Od 3. ročníku ZŠ
<b>Témata:</b>	Kamarádství, vztahy mezi dětmi, spolupráce ve třídě Šikana, kyberšikana Komunikace, jak se prosadit, nácvik odmítání Vandalismus, poškozování cizí věci, ublížení druhému Rasismus, xenofobie, kriminalita z nenávisti („HATE CRIME“) Další témata jako zakázka ze strany účastníků (resp. školy, zákonných zástupců)
<b>Časová náročnost:</b>	10 setkání (bloků) 2 x 45 minut (20 vyučovacích hodin)
<b>Cíle:</b>	Prohloubit sebepoznání; posilovat sebevědomí; podpora komunikačních dovedností (zejména v komunikaci se spolužáky při řešení konfliktů); vytvářet a prohlubovat postoje a dovednosti, které jim umožní nacházet řešení v krizových situacích; předávání pozitivní zpětné vazby ostatním; vytvářet dovednost řešit problémy ve vrstevnické skupině (zejména ve školní třídě)
<b>Rizikové jevy, pro které je program intervence realizován:</b>	Šikana a extrémní projevy agrese, Kyberšikana Rasismus a xenofobie Prevence v adiktologii – kouření, alkohol, léky a netolerovatelné drogy, hráčství, jiné návykové chování Základní vzorce bezpečného chování napříč typy rizikového chování

Jednotlivá setkání jsou zaměřena na aktivity poznávací a sebepoznávací, komunikační a sebepoznávací aktivity, podporu sebevědomí, podporu soudržnosti kolektivu, spolupráci mezi dětmi a reflexi programu.

### **Kontakt:**

Vedoucí sekce školské primární prevence: **Mgr. Linda Růžicková**

Tel.: +420 775 727 178, e-mail: [linda.ruzickova@prevalis.org](mailto:linda.ruzickova@prevalis.org)