

## Preventivní program / PP /

### 1. ZÁKLADNÍ ÚDAJE O ŠKOLE

<b>Název a adresa školy, pro kterou platí tento MPP</b>	Gymnázium, Praha 10, Omská 1300		
<b>Jméno a příjmení ředitele</b>	Mgr. Miloslav Nápravník		
<b>Telefon na ředitele</b>			
<b>E-mail na ředitele</b>	<a href="mailto:miloslav.naprvnik@omska.cz">miloslav.naprvnik@omska.cz</a>		

<b>Jméno školního metodika prevence</b>	Mgr. Irena Kuchynková		
<b>Telefon</b>	296 368 411		
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:irena.kuchynkova@omska.cz">irena.kuchynkova@omska.cz</a>		
<b>Specializační studium</b>			Ne
<b>Realizátor vzdělávání</b>			

<b>Jméno výchovného poradce</b>	Mgr. Irena Kuchynková		
<b>Telefon</b>	296 368 411		
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:irena.kuchynkova@omska.cz">irena.kuchynkova@omska.cz</a>		
<b>Specializační studium</b>	Ano		
<b>Realizátor vzdělávání</b>	Univerzita Karlova		

<b>Jméno školního psychologa</b>	Mgr. Martina Lufferová		
<b>Telefon</b>	296 368 429		
<b>E-mail</b>	<a href="mailto:martina.lufferova@omska.cz">martina.lufferova@omska.cz</a>		

## 2. STRUČNÁ ANALÝZA SITUACE

(Cílem analýzy situace je **subjektivní** pohled školy na **aktuální** realitu, ve které se nachází.)

Naše gymnázium bylo zřízeno 17.května 1995 a svoji činnost zahájilo 1. září téhož roku. Jsme školou středně velkou. Vzdělává se zde přibližně 600 žáků ve třídách osmiletého a čtyřletého studia.

Nacházíme se v širším centru Prahy v poměrně klidné části starší činžovní zástavby. Škola má výbornou dostupnost a dopravní obslužnost ( MHD, PID ).

V budově je celkem 18 kmenových učeben a 10 odborných učeben, 2 tělocvičny, výdejna obědů, 14 kabinetů, 2 tělocvičny a školní hřiště s umělým povrchem. Většina učeben a kabinetů prošla v posledních letech rekonstrukcí a je vybavena novým nábytkem a odpovídající technikou. Materiálně – technické vybavení se postupně rozšiřuje a modernizuje.

Převážná část žáků pochází z Prahy 10 a blízkého okolí. Vyrůstá počet žáků, kteří přicházejí z jiných pražských čtvrtí a z příměstských oblastí Prahy. V posledních letech vzděláváme také děti cizích státních příslušníků. Nemáme speciální třídy. Školu nenavštěvují žáci ze znevýhodněného sociokulturního prostředí.

Od 1. 7. 2007 vyučujeme podle vzdělávacího programu s názvem Škola života a pro život. Ve školním roce 2010 / 2011 jsme se zúčastnili autoevaluačního projektu společnosti Scio Mapa školy pro SŠ. Jednalo se o dotazníkové šetření zaměřené na klima školy. Výsledkem byly ucelené informace o podmínkách, průběhu a výsledcích vzdělávání z pohledu učitelů, žáků i rodičů.

Pedagogové vzájemně spolupracují na různých projektech. Pořádáme kulturně–vzdělávací, výměnné a poznávací zájezdy do zahraničí, historickogeografické exkurze, lyžařské a seznamovací kurzy.

Programy zaměřené na prevenci sociálně patologických jevů každoročně předkládáme na základě grantového řízení na podporu projektů protidrogové prevence v městské části Praha 10. V rámci programu Zdravé město Praha se studenti prim a 1. ročníku čtyřletého gymnázia zapojují do projektu Zdravý kolektiv Gymnázia Omská.

Při realizaci školního programu protidrogové prevence a tzv. adaptačního programu spolupracujeme s následujícími institucemi:

PPP Praha 10

Policie ČR

Městská policie Praha

Městský soud

OSPOD ÚMČ

SPC NAUTIS, z. ú.

Jules a Jim, o.s., Imperativ, o.s.

Státní zdravotní ústav, SANANIM

DDM, KMD

Funkce školního metodika prevence je spojena s činností výchovné poradkyně. Nejčastěji řešíme tyto problémy: neomluvená školní absence,

pozdní příchody na vyučování,

školní neúspěšnost,

nevhodné chování vůči spolužákům a vyučujícím,

osobní a osobnostní problematika.

## **Dlouhodobé cíle programu**

- 1. Formování osobnostních rysů mladého člověka**
- 2. Podpora zdravého životního stylu**
- 3. Tolerance lidských ras, boj proti xenofobii**
- 4. Upevňování základních pravidel a norem společenského chování**
- 5. Vhodné aktivity pro volný čas**
- 6. Ochrana osob, chování v nebezpečných a mimořádných situacích**
- 7. Životní perspektivy – profesionální orientace, odpovědná volba povolání**
- 8. Nebezpečí návykových látek**
- 9. Sexuální výchova – dospívání a jeho proměny, partnerské vztahy**
- 10. Posilování právního vědomí**
- 11. Charitativní činnost**

### 3. STANOVENÍ CÍLŮ PP

<b>Cíl:</b>	<b>Žijeme spolu, pomáháme si, respektujeme se</b>
<b>Ukazatele dosažení cíle:</b>	Způsob chování žáků mezi sebou, vztah k druhým spoluobčanům
<b>Zdůvodnění cíle:</b>	Předpoklad týmové práce – respektování jeden druhého, vzájemná tolerance, shoda při rozhodování
<b>Návaznost na dlouhodobé cíle:</b>	<b>Formování osobnostních rysů; Tolerance lidských ras, boj proti xenofobii; Charitativní činnost</b>

<b>Cíl:</b>	<b>Naplňování zásad zdravého životního stylu</b>
<b>Ukazatele dosažení cíle:</b>	Nepoužívání návykových látek, vhodné využívání volného času, schopnost správně používat ochranné pomůcky při pohlavním styku
<b>Zdůvodnění cíle:</b>	Respektování uvedených ukazatelů pro dosažení cíle dává předpoklady pro zdravý rozvoj osobnosti mladého člověka
<b>Návaznost na dlouhodobé cíle:</b>	<b>Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas; Nebezpečí návykových látek; Sexuální výchova</b>

<b>Cíl:</b>	<b>Způsob obrany v nebezpečných situacích</b>
<b>Ukazatele dosažení cíle:</b>	Způsob chování žáků v problémových situacích
<b>Zdůvodnění cíle:</b>	Ochrana mladistvých před nebezpečím jejich styku se závadovými a kriminálními osobami
<b>Návaznost na dlouhodobé cíle:</b>	<b>Posilování právního vědomí ; Ochrana osob, chování v nebezpečných a mimořádných situacích</b>

<b>Cíl:</b>	<b>Ochrana před nežádoucím početím, před pohlavními chorobami</b>
<b>Ukazatele dosažení cíle:</b>	Znalost forem a způsobů ochrany při pohlavním styku
<b>Zdůvodnění cíle:</b>	Antikoncepce – předpoklad plánovaného rodičovství, ochrana před nebezpečím pohlavních nemocí a AIDS
<b>Návaznost na dlouhodobé cíle:</b>	<b>Sexuální výchova; Podpora zdravého životního stylu</b>

#### 4. SKLADBA AKTIVIT PP PRO JEDNOTLIVÉ CÍLOVÉ SKUPINY

##### α) Pedagogové

<b>Název a odborné zaměření vzdělávání</b>	<b>Školní výkonová motivace nově příchozích žáků</b>
<b>Stručná charakteristika</b>	Specifikace nově příchozích žáků z hlediska výkonové motivace, poznatky získané na základě pozorování dětí ve výkonových situacích, individuálních rozhovorů a dotazníkového šetření.
<b>Realizátor/lektor</b>	Mgr. Martina Lufferová
<b>Počet proškolených pedagogů</b>	Všichni pedagogové
<b>Počet hodin</b>	PRŮBĚŽNĚ
<b>Termín konání</b>	PRŮBĚŽNĚ

<b>Název a odborné zaměření vzdělávání</b>	<b>Psychohygiena pro pedagogy</b>
<b>Stručná charakteristika</b>	Prevence syndromu vyhoření, základní techniky sebezpečí a praktický nácvik relaxačních technik, např. Mindfulness – rozvoj všímavosti a práce s pozorností, autogenní trénink, svalová progresivní relaxace, dechová cvičení, jóga aj.
<b>Realizátor/lektor</b>	Mgr. Martina Lufferová
<b>Počet proškolených pedagogů</b>	Všichni pedagogové – účast dobrovolná
<b>Počet hodin</b>	PRŮBĚŽNĚ
<b>Termín konání</b>	PRŮBĚŽNĚ

## b) Žáci

Tematické bloky ve výuce zaměřené na prevenci rizikového chování

– viz ŠVP a tematické plány jednotlivých předmětů

### Specifická prevence

Název programu	<b>Volnočasové aktivity</b>
Typ programu	KMD
Stručná charakteristika programu	Návštěva představení v různých pražských divadlech
Realizátor	KMD, Gymnázium Omská
Cílová skupina	žáci kvinty až oktávy, G1.A až G4.A
Počet žáků v programu	Počet dle celoročních evidovaných přihlášek
Počet hodin programu	Podle konkrétního představení
Návaznost programu na cíle PP	<b>Vhodné aktivity pro volný čas; Formování osobnostních rysů mladého člověka</b>
Ukazatele úspěšnosti	Vhodná náplň pro volný čas
Termín	Celoročně – podle epidemiologické situace
Zodpovědná osoba	Mgr. Irena Kuchynková

Název programu	<b>Bezpečné chování v elektronickém světě</b>
Typ programu	Přednáška a beseda - praktický návod při činnosti s počítačem
Stručná charakteristika programu	Seznámení se základními poznatky, které pomohou chránit osobní údaje, ale i soukromí jednotlivce
Realizátor	Městská policie Praha
Cílová skupina	Prima A, B
Počet žáků v programu	Dle prezence
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	<b>Formování osobnostních rysů mladého člověka; Posilování právního vědomí</b>
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení nezbytnosti chránit si osobní údaje při práci s počítačem
Termín	Duben 2022 – podle epidemiologické situace
Zodpovědná osoba	Mgr. Irena Kuchynková

<b>Název programu</b>	<b>Kyberšikana, Autorská práva a internet</b>
<b>Typ programu</b>	Přednáška s besedou, praktické ukázky
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Přednáška s besedou; názorné vysvětlení podstaty kyberšikany, utajení informací o své osobě – podstata zabránění šikany v elektronickém světě
<b>Realizátor</b>	Městská policie Praha
<b>Cílová skupina</b>	Sekunda A, B
<b>Počet žáků v programu</b>	Dle prezenze
<b>Počet hodin programu</b>	2
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Posilování právního vědomí</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Pochopení podstaty kyberšikany, znalost právních předpisů týkajících se autorských práv
<b>Termín</b>	Duben 2022 – podle epidemiologické situace
<b>Zodpovědná osoba</b>	Mgr. Irena Kuchynková

<b>Název programu</b>	<b>Nebezpečí náboženských sekt</b>
<b>Typ programu</b>	Přednáška s besedou
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Objasnění pojmu náboženská sekta, příklady negativního působení
<b>Realizátor</b>	PhDr. Z. Vojtíšek
<b>Cílová skupina</b>	Sexta A, B, G2.A
<b>Počet žáků v programu</b>	Dle prezenze
<b>Počet hodin programu</b>	2
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Formování osobnostních rysů mladého člověka; Posilování právního vědomí; Podpora zdravého životního stylu; Životní perspektivy</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Pochopení nebezpečí současných náboženských sekt
<b>Termín</b>	Podle epidemiologické situace
<b>Zodpovědná osoba</b>	Mgr. Irena Kuchynková

<b>Název programu</b>	<b>Drogová závislost</b>
<b>Typ programu</b>	Přednáška s besedou
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Následky užívání návykových látek pro zdraví mladého člověka, volba zdravého životního stylu , sportovní aktivity ve volném čase

<b>Realizátor</b>	SANANIM Státní zdravotní ústav – MUDr. Antošová
<b>Cílová skupina</b>	Sekunda A, B
<b>Počet žáků v programu</b>	Dle prezenze
<b>Počet hodin programu</b>	2
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Nebezpečí návykových látek ; Podpora zdravého životního stylu; Formování osobních rysů mladého člověka</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Snížení počtu mladých lidí, kteří kouří a používají návykové látky
<b>Termín</b>	Březen 2022 – podle epidemiologické situace
<b>Zodpovědná osoba</b>	Mgr. Irena Kuchynková

<b>Název programu</b>	<b>Kriminalita mládeže a její důsledky; Násilná trestná činnost</b>
<b>Typ programu</b>	<b>Přednáška s besedou; dokumentace trestných činů mladistvých; návštěva městského soudu</b>
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Analýza trestných činů – jejich důvody; příčiny a důsledky trestní činnosti mladistvých
<b>Realizátor</b>	Policie ČR
<b>Cílová skupina</b>	Prima A, B
<b>Počet žáků v programu</b>	Dle prezenze
<b>Počet hodin programu</b>	2 - 4
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Posilování právního vědomí ; Formování osobnostních rysů mladého člověka</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Znalost příčin kriminality a právních norem týkajících se mladistvých, minimalizace trestných činů mladistvých
<b>Termín</b>	Dle možností lektora - podle epidemiologické situace
<b>Zodpovědná osoba</b>	Mgr. Irena Kuchynková

<b>Název programu</b>	<b>Čas proměn - dospívání</b>
<b>Typ programu</b>	<b>Interaktivní seminář</b>
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Dospíváme v ženu, fyzické a psychické změny organismu dívky, poučení o pohlavním styku
<b>Realizátor</b>	MP Education,s.r.o.
<b>Cílová skupina</b>	Sekunda A, B
<b>Počet žáků v programu</b>	Dívky z uvedených ročníků – dle prezenze

Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	<b>Sexuální výchova; Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu</b>
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení významu plánovaného rodičovství, antikoncepce
Termín	Dle možností lektora – podle epidemiologické situace
Zodpovědná osoba	Mgr. Irena Kuchynková

Název programu	<b>Partnerské vztahy</b>
Typ programu	<b>Beseda</b>
Stručná charakteristika programu	Plánované rodičovství, ochrana před pohlavními chorobami
Realizátor	MUDr. H. Fifková
Cílová skupina	Kvinta A, B
Počet žáků v programu	Dle prezenze
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	<b>Podpora zdravého životního stylu; Sexuální výchova</b>
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení významu antikoncepce pro bezpečný pohlavní styk
Termín	Dle možnosti lektora – podle epidemiologické situace
Zodpovědná osoba	Mgr. Irena Kuchynková

Název programu	<b>Adaptační kurz, stmelovací kurz</b>
Typ programu	<b>Pobytová akce – podle epidemiologické situace</b>
Stručná charakteristika programu	Aktivity směřující k rozvoji schopností žáků v oblastech komunikace, spolupráce, samostatného uvažování a řešení problémů; podpora pozitivního klimatu ve třídě
Realizátor	Třídní učitelé, školní psycholog
Cílová skupina	Prima A, B, G 1. A
Počet žáků v programu	90
Počet hodin programu	Jednodenní programy
Návaznost programu na cíle PP	<b>Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas</b>
Ukazatele úspěšnosti	Pozitivní klima ve třídě
Termín	Září 2021 a červen 2022 – podle epidemiologické situace
Zodpovědná osoba	Třídní učitelé, psycholog,

<b>Název programu</b>	<b>Třídní klima</b>
<b>Typ programu</b>	<b>Sociometrie, primární a sekundární prevence</b>
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Aktivity směřující k rozvoji schopností žáků v oblastech komunikace, spolupráce, podpora pozitivního klimatu ve třídě, prevence sociálně-patologických jevů a sociálního vyloučení
<b>Realizátor</b>	Třídní učitelé, školní psycholog
<b>Cílová skupina</b>	Prima A, B, G1.A
<b>Počet žáků v programu</b>	90
<b>Počet hodin programu</b>	Dle potřeby v průběhu školního roku
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Pozitivní klima ve třídě
<b>Termín</b>	1. a 2. pololetí školního roku 2021/2022
<b>Zodpovědná osoba</b>	Třídní učitelé, psycholog

<b>Název programu</b>	<b>Techniky učení</b>
<b>Typ programu</b>	<b>Seminář</b>
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Prevence školní neúspěšnosti, efektivní styly učení, hygiena učení, psychohygiena
<b>Realizátor</b>	Školní psycholog
<b>Cílová skupina</b>	Prima A, B, G1.A
<b>Počet žáků v programu</b>	90
<b>Počet hodin programu</b>	4
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Žáci znají funkční strategie učení
<b>Termín</b>	Listopad 2021– podle epidemiologické situace
<b>Zodpovědná osoba</b>	Školní psycholog

<b>Název programu</b>	<b>Psychohygiena v období puberty, sebedůvěra a sebevědomí</b>
<b>Typ programu</b>	<b>Seminář (teorie i praxe), beseda</b>
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Hlavní principy duševní hygieny a jak se o duševní zdraví starat praktické tipy, jak zvládat školní stres a jak na zdravé copingové strategie, nácvik relaxačních technik, podpora a rozvoj přiměřené sebedůvěry a sebevědomí, podpora kladného vztahu k sobě a ke svému tělu, kontakty na poli psychologické pomoci, jak pomoci blízkým s duševními obtížemi.
<b>Realizátor</b>	Školní psycholog
<b>Cílová skupina</b>	Sekunda A, B, tercie A, B, kvarta A, B
<b>Počet žáků v programu</b>	90
<b>Počet hodin programu</b>	Dle potřeby v průběhu školního roku
<b>Návaznost programu na cíle PP</b>	<b>Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas</b>
<b>Ukazatele úspěšnosti</b>	Znalost základních principů duševní hygieny (teoretická i praktická)
<b>Termín</b>	1. a 2. pololetí školního roku 2021/2022
<b>Zodpovědná osoba</b>	Školní psycholog

### C) Rodiče

<b>Název programu</b>	<b>Životní perspektivy- volba povolání</b>
<b>Stručná charakteristika programu</b>	Volba vhodného typu vysoké školy, nabídka konzultací
<b>Realizátor</b>	Mgr. Irena Kuchynková, Mgr. Jana Růžičková
<b>Počet hodin programu</b>	V rámci třídních schůzek a konzultačních hodin
<b>Termín konání</b>	V rámci třídních schůzek a konzultačních hodin

Zpracovala Mgr.Irena Kuchynková

