

Preventivní program / PP /

1. ZÁKLADNÍ ÚDAJE O ŠKOLE

Název a adresa školy, pro kterou platí tento MPP	Gymnázium, Praha 10, Omská 1300
Jméno a příjmení ředitele	Mgr. Miloslav Nápravník
Telefon na ředitele	
E-mail na ředitele	miloslav.naprvnik@omska.cz

Jméno školního metodika prevence	RNDr. Martin Bojkovský		
Telefon	296 368 412		
E-mail	martin.bojkovsky@omska.cz		
Specializační studium			Ne
Realizátor vzdělávání			

Jméno výchovného poradce	Mgr. Andrea Kyliánová		
Telefon	296 368 423		
E-mail	andrea.kylianova@omska.cz		
Specializační studium			
Realizátor vzdělávání			

Jméno výchovného poradce	Mgr. Pavla Vágnerová		
Telefon	296 368 418		
E-mail	pavla.vagnerova@omska.cz		
Specializační studium			
Realizátor vzdělávání			

Jméno školního psychologa	Mgr. Martina Lufferová
Telefon	296 368 429
E-mail	martina.lufferova@omska.cz

Jméno školního psychologa	Mgr. Barbora Štindlová
Telefon	296 368 429
E-mail	barbora.stindlova@omska.cz

2. STRUČNÁ ANALÝZA SITUACE

Preventivní program na Gymnáziu Omská je realizován Školním poradenským pracovištěm (ŠPP), jenž sestává z týmu výchovného poradce (VP), metodika prevence (MP) a školního psychologa (ŠP). Hlavní náplní ŠPP je pomáhat žákům ve zvládnutí učebních nároků školy s ohledem na jejich individuální možnosti, řešit příčiny slabého prospěchu, pomáhat uspokojovat speciální výchovné a vzdělávací potřeby žáků, pomáhat jim řešit jejich osobní a rodinné vztahové problémy. ŠPP se zaměřuje na volbu další vzdělávací cesty žáků, nabízí kariérní poradenství a asistenci při volbě škol. Nedílnou součástí ŠPP jsou i preventivní programy a práce se třídami a skupinami. ŠPP nepracuje pouze se žáky. Své poradenské služby nabízí také rodičům a jiným zákonným zástupcům žáků, stejně jako všem učitelům školy.

Škola se prostřednictvím realizace preventivního programu snaží předcházet vzniku sociálně patologických jevů (např. šikana, problematika návykových látek, sociálně nežádoucí chování,...). Doposud se škole dařilo tyto sociálně patologické jevy včas zachytit a úspěšně je řešit. Preventivní program je sestaven z několika činností prováděných v průběhu celého roku.

Jsou jimi:

- průběžné mapování situace ve třídách - sledování rizik a rizikového chování
- primární a sekundární prevence sociálně patologických jevů
- příprava a realizace preventivních programů na adaptačních kurzech, školních pobytech a výletech
- edukace žáků prostřednictvím přednášek z řad odborníků
- průběžné zajištění exkurzí a besed
- snaha o budování pozitivního klimatu ve třídě
- individuální konzultace pro žáky, rodiče i pedagogy
- řešení výchovných problémů
- poradenské, metodické, edukační a koordinační služby pro žáky, rodiče a učitele
- péče o duševní zdraví
- spolupráce s dalšími organizacemi poskytujícími služby v oblasti primární a sekundární prevence:
 - 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

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.

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

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

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

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

Cíl:	Ochrana před nežádoucím početím, před pohlavními chorobami
Ukazatele dosažení cíle:	Znalost forem a způsobů ochrany při pohlavním styku
Zdůvodnění cíle:	Antikoncepce – předpoklad plánovaného rodičovství, ochrana před nebezpečím pohlavních nemocí a AIDS
Návaznost na dlouhodobé cíle:	Sexuální výchova; Prevence rizikového chování

4. SKLADBA AKTIVIT PP PRO JEDNOTLIVÉ CÍLOVÉ SKUPINY

α) Pedagogové

Název a odborné zaměření vzdělávání	Edukace pro pedagogy
Stručná charakteristika	Edukace zaměřená na práci s aktuálními tématy a potřebami žáků
Realizátor/lektor	Mgr. Martina Lufferová, Mgr. Barbora Štindlová
Počet proškolených pedagogů	Všichni pedagogové
Počet hodin	PRŮBĚŽNĚ
Termín konání	PRŮBĚŽNĚ

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

b) Žáci

**Tematické bloky ve výuce zaměřené na prevenci rizikového chování
– viz ŠVP a tematické plány jednotlivých předmětů**

Specifická prevence

Název programu	Volnočasové aktivity
Typ programu	KMD
Stručná charakteristika programu	Návštěva představení v různých pražských divadlech
Realizátor	KMD, Gymnázium Omská
Cílová skupina	žáci sekundy 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	Vhodné aktivity pro volný čas; Formování osobnostních rysů mladého člověka
Ukazatele úspěšnosti	Vhodná náplň pro volný čas
Termín	Celoročně – podle epidemiologické situace
Zodpovědná osoba	

Název programu	Bezpečné chování v elektronickém světě
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
Počet žáků v programu	Dle prezence
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Formování osobnostních rysů mladého člověka; Posilování právního vědomí
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení nezbytnosti chránit si osobní údaje při práci s počítačem
Termín	
Zodpovědná osoba	

Název programu	Kyberšikana, Autorská práva a internet
Typ programu	Přednáška s besedou, praktické ukázky
Stručná charakteristika programu	Přednáška s besedou; názorné vysvětlení podstaty kyberšikany, utajení informací o své osobě – podstata zabránění šikany v elektronickém světě
Realizátor	Městská policie Praha

Cílová skupina	Sekunda A, B
Počet žáků v programu	Dle prezenze
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Posilování právního vědomí
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení podstaty kyberšikany, znalost právních předpisů týkajících se autorských práv
Termín	
Zodpovědná osoba	

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

Název programu	Drogová závislost
Typ programu	Přednáška s besedou
Stručná charakteristika programu	Následky užívání návykových látek pro zdraví mladého člověka, volba zdravého životního stylu , sportovní aktivity ve volném čase
Realizátor	SKPV – protidrogové oddělení
Cílová skupina	Prima A, sekunda A, B
Počet žáků v programu	Dle prezenze
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Nebezpečí návykových látek ; Podpora zdravého životního stylu; Formování osobních rysů mladého člověka
Ukazatele úspěšnosti	Snížení počtu mladých lidí, kteří kouří a používají návykové látky
Termín	

Zodpovědná osoba	
-------------------------	--

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

Název programu	Čas proměn - dospívání Dívčí koutek pro žákyně
Typ programu	Interaktivní seminář
Stručná charakteristika programu	Dospíváme v ženu, fyzické a psychické změny organismu dívky
Realizátor	IFMSA – 3. LF UK
Cílová skupina	Prima A
Počet žáků v programu	Dívky z uvedených ročníků – dle prezenze
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Sexuální výchova; Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení významu plánovaného rodičovství, antikoncepce
Termín	
Zodpovědná osoba	

Název programu	Partnerské vztahy
Typ programu	Beseda

Stručná charakteristika programu	Plánované rodičovství, ochrana před pohlavními chorobami
Realizátor	Studentský lékařský spolek
Cílová skupina	Kvinta A, B
Počet žáků v programu	Dle prezence
Počet hodin programu	2
Návaznost programu na cíle PP	Podpora zdravého životního stylu; Sexuální výchova
Ukazatele úspěšnosti	Pochopení významu antikoncepce pro bezpečný pohlavní styk
Termín	
Zodpovědná osoba	

Název programu	Adaptační kurz, stmelovací kurz
Typ programu	Pobyťová akce
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, G 1. A, G 1.B
Počet žáků v programu	94
Počet hodin programu	Čtyřdenní a pětidenní pobyty
Návaznost programu na cíle PP	Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas
Ukazatele úspěšnosti	Pozitivní klima ve třídě
Termín	Září 2023
Zodpovědná osoba	Třídní učitelé, psycholog

Název programu	Třídní klima
Typ programu	Sociometrie, primární a sekundární prevence
Stručná charakteristika programu	Aktivity směřující k rozvoji schopností žáků v oblastech komunikace, spolupráce, podpora pozitivního klimatu ve třídě, prevence sociálně-patologických jevů a sociálního vyloučení
Realizátor	Třídní učitelé, školní psycholog
Cílová skupina	Prima A, G1.A , G1.B
Počet žáků v programu	94
Počet hodin programu	Dle potřeby v průběhu školního roku
Návaznost programu na cíle PP	Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas

Ukazatele úspěšnosti	Pozitivní klima ve třídě
Termín	1. a 2. pololetí školního roku 2023 / 2024
Zodpovědná osoba	Třídní učitelé, psycholog

Název programu	Techniky učení
Typ programu	Seminář
Stručná charakteristika programu	Prevence školní neúspěšnosti, efektivní styly učení, hygiena učení, psychohygiena
Realizátor	Školní psycholog
Cílová skupina	Prima A, G1.A, G1.B
Počet žáků v programu	94
Počet hodin programu	6
Návaznost programu na cíle PP	Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu
Ukazatele úspěšnosti	Žáci znají funkční strategie učení
Termín	Listopad 2023
Zodpovědná osoba	Školní psycholog

Název programu	Psychohygiena v období puberty, sebedůvěra a sebevědomí
Typ programu	Seminář (teorie i praxe), beseda
Stručná charakteristika programu	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.
Realizátor	Školní psycholog
Cílová skupina	Sekunda A, B, tercie A, B, kvarta A, B
Počet žáků v programu	Dle prezence
Počet hodin programu	Dle potřeby v průběhu školního roku
Návaznost programu na cíle PP	Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas
Ukazatele úspěšnosti	Znalost základních principů duševní hygieny (teoretická i praktická)
Termín	1. a 2. pololetí školního roku 2023 / 2024
Zodpovědná osoba	Školní psycholog

Název programu	Moje tělo je moje
Typ programu	
Stručná charakteristika programu	
Realizátor	Školní psycholog
Cílová skupina	
Počet žáků v programu	Dle prezence
Počet hodin programu	Dle potřeby v průběhu školního roku
Návaznost programu na cíle PP	Formování osobnostních rysů mladého člověka; Podpora zdravého životního stylu; Vhodné aktivity pro volný čas
Ukazatele úspěšnosti	Znalost základních principů duševní hygieny (teoretická i praktická)
Termín	1. a 2. pololetí školního roku 2023 / 2024
Zodpovědná osoba	Školní psycholog

Název programu	Životní perspektivy- volba povolání
Stručná charakteristika programu	Volba vhodného typu vysoké školy, nabídka konzultací, DOD naruby, kariérové poradenství
Realizátor	Mgr. Lucie Svobodová, Školní psycholog
Počet hodin programu	V rámci konzultačních hodin

C) Rodiče

Název programu	Psychologické poradenství pro rodiče
Stručná charakteristika programu	Psychologické poradenství
Realizátor	Školní psycholog
Počet hodin programu	V rámci třídních schůzek a konzultačních hodin
Termín konání	V rámci třídních schůzek a konzultačních hodin

Zpracovali:

Mgr. Martina Lufferová, Mgr. Barbora Štindlová, RNDr. Martin Bojkovský,
Mgr. Pavla Vágnerová, Mgr. Andrea Kyliánová



