**Soukromá základní škola ERIZA, s.r.o**., se sídlem U Potoka 4391, 276 01 Mělník, IČ: 06228640, zapsaná v obchodním rejstříku vedeném u Městského soudu v Praze, v oddílu C vložce 278471

# Preventivní program školy

# školní rok 2026/2027

**Vypracoval: Martina Faltysová, ředitelka školy**
**Zuzana Kustlová, metodik prevence**

**V Mělníku dne 31. 8. 2026**

## Obsah

**1 O ŠKOLE ..... 2**
1.1 SPECIFIKA ŠKOLY ..... 3
1.2 POTENCIÁLNÍ RIZIKOVÁ MÍSTA ŠKOLY ..... 3
1.3 SKLADBA AKTIVIT PRO JEDNOTLIVÉ CÍLOVÉ SKUPINY ..... 4
**2 ANALÝZA SOUČASNÉHO STAVU NA ŠKOLE ..... 8**
2.1 OBECNĚ ..... 8
2.2 POPIS RIZIKOVÝCH JEVŮ NA NAŠÍ ŠKOLE ..... 9
**3 STANOVENÍ CÍLŮ PREVENTIVNÍHO PROGRAMU ŠKOLY ..... 10**
3.1 DLOUHODOBÉ CÍLE ŠKOLY ..... 10
3.2 STŘEDNĚDOBÉ CÍLE ŠKOLY (2026 – 2028) ..... 10
3.3 KRÁTKODOBÉ CÍLE ŠKOLY – ŠKOLNÍ ROK 2026/2027 ..... 11
**4 KONTAKTY ..... 16**
**5 SLOVNÍČEK POJMŮ ..... 16**
**6 ZNALOSTNÍ KOMPETENCE ŽÁKŮ ..... 18**
**7 PŘÍLOHY A SOUVISEJÍCÍ DOKUMENTACE ..... 20**

# 1 O škole

| | |
|---|---|
| **Název a adresa školy, pro kterou platí tento PPŠ** | Soukromá základní škola ERIZA, s.r.o., U Potoka 4391, Mělník |
| **Jméno a příjmení ředitele** | Martina Faltysová |
| **Telefon na ředitele** | 774 224 778 |
| **E-mail na ředitele** | martina.faltysova@eriza.cz |

**ZÁKLADNÍ ÚDAJE O ŠKOLE**

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Jméno školního metodika prevence** | Zuzana Kustlová | | |
| **Telefon** | 608 715 650 | | |
| **E-mail** | zuzana.kustlova@eriza.cz | | |
| **Specializační studium** | Ne, Speciální pedagog | Studuje | Ne |
| **Realizátor vzdělávání** | prevence soc. patologických jevů | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Jméno výchovného poradce** | Martina Faltysová, Zuzana Kustlová | | |
| **Telefon** | 774 224 778 | | |
| **E-mail** | martina.faltysova@eriza.cz, zuzana.kustlova@eriza.cz | | |
| **Specializační studium** | Ne, spec. pedagog | Studuje | Ne |
| **Realizátor vzdělávání** | depistážní činnost, realizace intervence, kariérové poradenství | | |

| | |
|---|---|
| **Jméno školního psychoterapeuta** | Bc. Lucie Pecinková |
| **Telefon** | 774 074 729 |
| **E-mail** | info@lucie-pecinkova.cz |

## 1.1 Specifika školy

Naše škola je komunitní úplná základní škola, která vzdělává žáky od 1. do 9. ročníku. Důraz klademe na respektující prostředí, individuální přístup, bezpečné vztahy a aktivní spolupráci mezi žáky, rodiči a pracovníky školy.

Škola sídlí v moderních prostorách v blízkosti městského parku. Součástí školního prostředí jsou relaxační zóny na chodbách, školní zahrada, dílenský koutek a jurta, která slouží jako venkovní učebna pro výuku i projektové aktivity. Tyto prostory podporují nejen vzdělávání, ale také wellbeing žáků, rozvoj vztahů a smysluplné trávení času během přestávek i mimo vyučování.

Část žáků dojíždí z okolních obcí. Díky menším třídním kolektivům, které jsou v souladu s koncepcí školy otevírány s optimálním počtem přibližně 12 žáků, mají pedagogové (tutoři) možnost dobře poznat jednotlivé žáky, včas zachytit případné obtíže a poskytovat cílenou podporu. Významnou roli v tomto procesu hraje systém tutorství, pravidelné individuální rozhovory se žáky a úzká spolupráce školy s rodinami.

Pro školu je charakteristická aktivní účast rodičů na životě školy. Rodiče si školu vědomě vybírají a společně s pedagogy se podílejí na vytváření prostředí založeného na respektu, odpovědnosti a spolupráci. Dlouhodobým partnerem školy je Spolek rodičů a přátel ERIZA, který podporuje vzdělávací, preventivní i komunitní aktivity školy.

Významným specifikem školy je úzká spolupráce všech pracovníků školy. Na podpoře žáků se podílejí pedagogové, asistenti pedagoga, školní poradenské pracoviště, vedení školy i pracovníci školní družiny. Informace jsou sdíleny prostřednictvím pravidelných porad, metodických setkání tutorů a společného plánování podpůrných i preventivních aktivit. Díky tomu je možné včas zachytit případné problémy a koordinovat další postup.

Preventivní působení je přirozenou součástí života školy. Vedle běžné výuky jsou pravidelně realizovány třídnické hodiny, komunitní kruhy, projektové dny, adaptační a komunitní akce. Ve školním roce 2026/2027 je tato oblast systematicky rozvíjena prostřednictvím programu „Plavba s kompasem – Jak udržet kurz v proměnlivém světě“, který podporuje osobnostní a sociální rozvoj žáků, zdravé vztahy, emoční odolnost a odpovědné rozhodování.

## 1.2 Potenciální riziková místa školy

Škola pravidelně vyhodnocuje místa a situace, ve kterých může docházet ke zvýšenému riziku úrazů, konfliktů mezi žáky nebo jiných forem rizikového chování.

Za potenciálně riziková místa jsou považovány zejména:

- spojovací chodba mezi částmi školy,
- prostory školní zahrady a dílenského koutku,

- relaxační zóny na chodbách,
- šatny, toalety a umývárny,
- prostory využívané během přestávek a polední pauzy,
- venkovní prostory v okolí školy.

Ve všech těchto místech je zajištěn pravidelný pedagogický dohled podle rozpisu služeb. Pedagogičtí pracovníci průběžně monitorují chování žáků, předcházejí vzniku rizikových situací a v případě potřeby neprodleně zasahují.

Z hlediska bezpečnosti jsou všechna nízko umístěná okna vybavena bezpečnostními zámky a jejich používání se řídí školními pravidly. Pravidelně jsou kontrolovány také další bezpečnostní prvky školy.

Za rizikové prostředí škola považuje rovněž digitální prostor. Zvýšená pozornost je věnována bezpečnému používání informačních a komunikačních technologií, online komunikaci, sociálním sítím, kyberšikaně, ochraně osobních údajů a práci s informacemi na internetu. Tato témata jsou součástí preventivních aktivit, třídnických hodin i běžné výuky.

Součástí prevence je také dohled nad žáky během polední pauzy. U žáků, kteří nenavštěvují školní družinu, je způsob pobytu mimo školu upraven informovaným souhlasem zákonných zástupců.

Významným nástrojem prevence je každodenní osobní kontakt tutorů se žáky, který umožňuje včas zachytit změny v chování, vztazích nebo prožívání jednotlivých žáků.

## 1.3 Skladba aktivit pro jednotlivé cílové skupiny

Pracovníci školy

Zajišťujeme informovanost všech pracovníků školy o PPŠ a o nastavených pravidlech školy, která jsou uvedena v dalších dokumentech školy – školní řád, desatero tutora, organizační řád, krizový plán školy, školní program proti šikaně, prevence rizikového chování, plán vzdělávání pedagogických pracovníků v problematice primární prevence, vnitřní řád školní družiny aj.

Informovanost a spolupráce jsou zajišťovány prostřednictvím:

- pravidelných porad školního poradenského pracoviště,
- metodických setkání pedagogických pracovníků zaměřených na prevenci, klima tříd a wellbeing žáků,
- sdílení informací o situaci ve třídách a jednotlivých žácích při pedagogických radách a provozních poradách,
- společného plánování a vyhodnocování preventivních aktivit,

- konzultací mezi třídními učiteli, metodikem prevence, výchovným poradcem a vedením školy,
- spolupráce pedagogů a asistentů pedagoga při podpoře žáků a řešení vzniklých obtíží,
- hospitací, vzájemných konzultací a metodické podpory pedagogů,
- spolupráce s externími odborníky (PPP, SPC, OSPOD, Policie ČR, neziskové organizace, terapeuti a další odborná pracoviště),
- pravidelného monitorování třídního klimatu a vztahů mezi žáky,
- ranních metodických setkání tutorů,
- pravidelných třídnických hodin v rámci programu *Plavba s kompasem*,
- komunitních kruhů a dnů sebeřízení,
- individuálních rozhovorů tutorů se žáky,
- úzké spolupráce s externími dětskými terapeuty, včetně konzultací a spolupráce přímo ve škole podle aktuální potřeby.

Ve škole pracuje tým složený z inspirativních pedagogů, kteří se aktivně zapojují do školních pobytových akcí, projektů, přespávání tříd i neformálních akcí školy (Pyžamový den, Den elegance…). Spoluúčast pedagogů je nezbytná pro úspěšnou realizaci preventivní strategie.

Pedagogové se podílejí na realizaci PPŠ zejména:

- zařazováním vhodných témat z oblasti prevence do výuky,
- využíváním inovativních forem práce: komunitní kruhy, skupinové činnosti, kooperativní a prožitkové učení, dramatizace, hraní rolí, práce s digitálními technologiemi,
- aktivní přítomností mezi žáky o přestávkách a při neformálních akcích,
- cílenými aktivitami na adaptačních pobytech celé školy i tříd,
- intenzivní komunikací se zákonnými zástupci.

Pedagogové jsou pravidelně vzděláváni také v oblasti digitálních kompetencí a kyberbezpečnosti, aby dokázali včas reagovat na projevy rizikového chování v online prostředí a podporovali bezpečné používání ICT ve výuce. V souladu s ročním tématem PPŠ 2026/2027 je pozornost věnována také tématům duševního zdraví, bezpečných vztahů, práce s emocemi, prevence rizikového chování a mediální gramotnosti.

<u>Školní poradenské pracoviště a poradenský tým</u>

Školní poradenské pracoviště se řídí platnými právními předpisy upravujícími poskytování poradenských služeb ve školách. Je tvořeno:

- výchovným poradcem pro 1. a 2. stupeň (ŠVP),

- školním metodikem prevence (ŠMP),
- školní psychoterapeutkou,
- speciálním pedagogem.

Podle potřeby se jednání účastní ředitelka, zástupkyně ředitelky, třídní učitel či další pedagog. Výchovná komise se schází bezodkladně podle aktuální situace, jednání se účastní vždy minimálně dva zástupci poradenského týmu.

ŠMP a ŠVP mají zveřejněny kontakty pro rodiče na webových stránkách i nástěnkách školy. Poradenský tým se zaměřuje na prevenci rizikového chování, podporu bezpečného školního prostředí, zdravých vztahů, duševního zdraví a wellbeingu žáků, řešení vzdělávacích a výchovných obtíží a poskytování podpory žákům, zákonným zástupcům a tutorům. Součástí jeho činnosti zůstává také prevence rizikového chování v digitálním prostředí.

Žáci školy

V prvních letech fungování školy byla pozornost věnována zejména budování pozitivních vztahů v nově sestavených třídních kolektivech. Nastavená pravidla se nyní upevňují a rozšiřují témata související s osobnostním a sociálním rozvojem žáků, zdravými vztahy, emoční odolností, odpovědným rozhodováním a bezpečným pohybem v digitálním prostředí.

Pravidelně probíhají diskusní a komunitní kruhy, ve kterých žáci reflektují třídní pravidla, vztahy i aktuální témata. Žáci se mohou kdykoli obracet na třídní učitele, vedení školy či poradenský tým; problémy se řeší operativně.

Žákovský parlament se schází každý týden s ředitelkou školy, případně pověřeným tutorem. Žáci jsou aktivně zapojováni do preventivních programů realizovaných neziskovými i státními organizacemi.

Otevřenost školy dokládá i možnost osobních pohovorů v ředitelně, kterou žáci aktivně využívají. Každé dva roky probíhá dotazníkové šetření klimatu třídy a školy.

V souvislosti s ročním tématem PPŠ 2026/2027 „Plavba s kompasem – Jak udržet kurz v proměnlivém světě“ budou žáci prostřednictvím třídnických hodin, komunitních kruhů, modelových situací a dalších aktivit rozvíjet dovednosti v oblasti vztahů a spolupráce, práce s emocemi a stresem, odolávání tlaku a manipulaci, kritického vyhodnocování informací, psychohygieny a bezpečného chování v digitálním prostředí. Součástí programu bude také posilování schopnosti vyhledat pomoc a nabídnout podporu druhým.

Rodiče a zákonní zástupci

Rodiče jsou pravidelně informováni o preventivní strategii školy prostřednictvím školního informačního systému Edookit, webu, sociálních sítí, nástěnek, informačních materiálů a dotazníků.

Škola zajišťuje:

- přímou účast rodičů na projektech, akcích a výuce,
- kvalitní spolupráci třídních učitelů s rodiči (třídní schůzky, tripartity, konzultace),
- fungující poradenský systém (ŠMP, ŠVP, psychoterapeutka, speciální pedagog, externí odborníci),
- nabídku společenských a komunitních akcí (adaptační a lyžařské kurzy, setkání u jurty, vernisáže, výstavy),
- přednášky a workshopy na aktuální témata související s prevencí rizikového chování, zdravými vztahy, duševním zdravím, bezpečným používáním digitálních technologií a dalšími aktuálními potřebami žáků a jejich rodin,
- pasivní formy spolupráce – informační sdělení, telefonní kontakt, distribuce materiálů.

V oblasti sekundární prevence škola nabízí rodičům odbornou podporu, doporučení a zprostředkování služeb při řešení závažnějších problémů.

# 2 Analýza současného stavu na škole

## 2.1 Obecně

Členové školního poradenského pracoviště ve spolupráci s pedagogy vyhodnotili splněné cíle i oblasti, ve kterých je třeba pokračovat (viz „Vyhodnocení MPP SZŠ ERIZA, s.r.o. za školní rok 2025/2026“). Z těchto závěrů vychází skladba cílů pro nový školní rok. Případy rizikového chování jsou na naší škole spíše ojedinělé; přesto je řešíme neprodleně, vždy posuzujeme jejich závažnost a postupujeme podle školních postupů a krizových plánů. Průběžně vyhodnocujeme klima a prevenci formou pozorování a dotazníků a zjištění promítáme do práce s třídními kolektivy i jednotlivci.

Ve škole se daří budovat prostředí vzájemného respektu a důvěry. Žáci jsou vedeni k odpovědnosti za své chování a k respektujícímu přístupu k vrstevníkům i pedagogům. Díky otevřené komunikaci, komunitním kruhům a partnerskému přístupu učitelů se daří včas řešit případné problémy a předcházet eskalaci rizikových jevů.

Prevenci zneužívání návykových látek chápeme v souvislosti s dalšími projevy rizikového chování (vandalismus, šikana, agrese, xenofobie, kyberšikana apod.). Pozornost je věnována také vztahům mezi žáky, práci s emocemi a stresem, schopnosti zvládat náročné situace, odolávat tlaku vrstevníků a manipulaci a vyhledat pomoc v případě potřeby. Nadále se zaměřujeme také na rizika spojená s digitálním prostředím, zejména na bezpečné a odpovědné používání digitálních technologií, sociálních sítí, práci s informacemi a rozpoznávání dezinformací. Tyto oblasti se promítají do zaměření preventivních aktivit ve školním roce 2026/2027.
Pravidelně jsou organizovány sportovní dny, tvořivé workshopy, exkurze a projektové aktivity. V rámci předmětu Projekt i napříč výukou rozvíjíme klíčové kompetence žáků – týmovou spolupráci, obhajobu vlastního názoru, schopnost dokončit práci, kritické myšlení i sociální dovednosti. Pro smysluplné využití volného času slouží také školní kluby ERIZA.

Vedení školy i všichni pedagogové jsou obeznámeni se strategiemi šetření šikany, užívání návykových látek i dalších forem rizikového chování (včetně online incidentů) a postupují podle preventivního programu školy a krizového plánu. Malé pracovní skupiny (buňky) umožňují individuální přístup k žákům, otevřenou a bezpečnou diskusi a posilují dobré klima ve třídách.

Strategie předcházení školní neúspěšnosti je zpracována v samostatném dokumentu školy, který je součástí systému poradenských a preventivních opatření školy.

## 2.2 Popis rizikových jevů na naší škole

Velmi důležitým nástrojem prevence je posilování zdravého sebevědomí žáků, podpora jejich silných stránek a budování důvěry ve vlastní schopnosti. Pedagogové svým respektujícím a partnerským přístupem posilují odpovědnost žáků za jejich chování a aktivně podporují otevřenou komunikaci. Malé třídní kolektivy umožňují včasné zachycení případných obtíží a rizikových jevů, zároveň však mohou omezovat možnosti žáků ve výběru kamarádských vztahů. Proto v rámci vyučovacích předmětů Projekt a Člověk cíleně spojujeme žáky do vrstevnicky smíšených skupin, čímž podporujeme jejich sociální učení a rozvoj spolupráce napříč ročníky.

Prostor k pozitivnímu trávení času žákům poskytujeme také během přestávek – využívají relaxační koutky, školní zahradu a jurtu. V posledních letech se v souvislosti s rodinnými změnami objevují situace spojené s disharmonií při rozchodu rodičů, která se promítá i do chování dítěte ve škole. V uplynulém školním roce se objevily drobné i výraznější konflikty napříč ročníky, které jsme díky včasnému zásahu pedagogů a následné spolupráci s rodiči úspěšně zvládli. Situace jsme dále sledovali, věnovali se prevenci a v této práci budeme pokračovat i nadále.

Průběžně se zaměřujeme na rizika spojená s užíváním mobilních telefonů a digitálních technologií. Stanovujeme jasná pravidla jejich používání a spolupracujeme s rodinami žáků, u kterých se projevují známky problematického nebo nadměrného užívání mobilních telefonů či počítačových her. Ve škole je nastaveno pravidlo, že žáci po příchodu ukládají mobilní telefon do batohu a během pobytu ve škole jej používají pouze na pokyn pedagoga. Toto pravidlo platí také v době polední pauzy a pro činnost školní družiny. Škola podporuje smysluplné trávení přestávek bez mobilních telefonů nabídkou deskových her, šachů, stolního fotbalu a dalších aktivit podporujících komunikaci, spolupráci a společnou hru.

Příležitostně se objevují projevy nezvládání emocí, zejména při řešení konfliktních a náročných situací. V praxi se nám osvědčilo využívání rychlých intervenčních metod (např. STOP karty), řešení situací metodami individuální reflexe (např. „Jak to vidím já“) a pravidelná spolupráce s rodiči. Důležité je i otevřené pojmenování problémů v komunitních a řešících kruzích

a hledání konkrétních řešení. V návaznosti na zjištěné potřeby žáků se zaměřujeme také na rozvoj schopnosti rozpoznávat a zvládat emoce, pracovat se stresem, řešit konflikty bezpečným způsobem a vyhledat pomoc v náročné situaci.

K monitorování klimatu ve třídách využíváme osvědčená dotazníková šetření (např. Nedokončené věty, Medvídci na stromě, Ksichtíky, Indiánský kmen aj.), která následně společně s pedagogy vyhodnocujeme a promítáme do práce se třídami.

## 3 Stanovení cílů preventivního programu školy

### 3.1 Dlouhodobé cíle školy

- podporovat zdravý životní styl a celkovou duševní i fyzickou pohodu žáků,
- rozvíjet osobnostní a sociální kompetence žáků, zdravé sebevědomí, respektující vztahy a schopnost spolupráce,
- posilovat komunikační dovednosti, odpovědnost, prosociální chování a pozitivní hodnotové postoje,
- rozvíjet odolnost žáků vůči rizikovému chování a tlaku vrstevníků a učit je konstruktivně řešit náročné situace,
- vytvářet bezpečné a podnětné školní klima prostřednictvím spolupráce žáků, pedagogů a zákonných zástupců.

### 3.2 Střednědobé cíle školy (2026 – 2028)

- rozvíjet kompetence pedagogických pracovníků v oblasti primární prevence, wellbeingu a práce s třídním kolektivem,
- systematicky zavádět program *Plavba s kompasem* do třídnických hodin a sjednocovat preventivní působení napříč školou,
- podporovat respektující komunikaci, spolupráci a řešení konfliktů mezi žáky,
- rozvíjet emoční gramotnost žáků, schopnost zvládat stres a vyhledat pomoc v náročných situacích,
- posilovat schopnost žáků čelit manipulaci, tlaku vrstevníků a přijímat odpovědnost za vlastní rozhodnutí,
- průběžně monitorovat vztahy ve třídách a předcházet projevům šikany, kyberšikany a další formám rizikového chování,
- vytvářet pocit sounáležitosti a hrdosti na školu prostřednictvím společných aktivit (školní hymna, školní trička, školní Instagram, akademie, třídní a rodinné akce),
- rozvíjet digitální gramotnost a kybernetickou bezpečnost žáků i pedagogů, včetně

kritického vyhodnocování informací, práce s obsahem vytvářeným pomocí AI a rozpoznávání dezinformací.

3.3 Krátkodobé cíle školy – školní rok 2026/2027

- naplňovat Roční plán PPŠ 2026/2027 (Příloha č. 1); ŠMP každý měsíc připraví pro třídní tutory jednu aktivitu na třídnickou hodinu podle aktuálního měsíčního tématu *(ŠMP, třídní tutoři)*,
- využívat reflexní list žáka „Můj Kompas – Lodní deník“ (Příloha č. 2) jako průběžný nástroj sebereflexe žáků v rámci celoročního tématu „Plavba s kompasem – Jak udržet kurz v proměnlivém světě“ (třídní tutoři),
- podpořit adaptaci žáků celé školy prostřednictvím adaptačního pobytu na začátku školního roku, společných aktivit, nastavení třídních pravidel a posilování bezpečného klimatu školy *(Martina Faltysová, třídní tutoři),*
- adaptační aktivity pro 6. ročník – adaptační pobyt, večerní škola pro rodiče, speciální akce, dotazníková šetření *(Pavlína Hánlová),*
- pokračovat v patronátním programu žáků 9. a 1. ročníku *(Martina Faltysová, Jitka Samková)*,
- pro zefektivnění práce třídních tutorů v oblasti prevence rizikového chování zavést pravidelnou týdenní ranní třídnickou hodinu mimo stanovený rozvrh (před vyučováním), která bude využívána k průběžné práci s aktuálními potřebami třídních kolektivů a ke komunitním kruhům *(třídní tutoři)*,
- rozvíjet schopnost žáků pracovat s emocemi a stresem, řešit konflikty a vyhledat pomoc *(ŠMP, třídní tutoři)*,
- podporovat zdravé a odpovědné používání digitálních technologií a dodržování nastavených pravidel pro používání mobilních telefonů ve škole *(tým tutorů)*,
- rozvíjet digitální a mediální gramotnost, kritické myšlení, rozpoznávání dezinformací a odpovědné využívání AI *(Alena Semelková, Zuzana Kustlová)*,
- zařazovat preventivní programy a besedy podle aktuálních potřeb žáků a tříd *(ŠMP)*,
- průběžně sledovat klima tříd a včas reagovat na vzniklé obtíže *(ŠPP, třídní tutoři)*,
- sportovní dny školy pro podporu sounáležitosti a posilování schopnosti vyrovnat se s neúspěchem *(Michal Hánl, Lucie Šnajdrová, Viktorie Hrázká),*
- zkvalitnění informovanosti žáků – nástěnky s aktuálními informacemi, chytrá zeď, emailová komunikace, Edookit *(vedení školy),*
- školní rituály podporující sociální kompetence a sounáležitost (přespávání ve škole, filmový klub, kulturní kredit, vánoční akce, školní akademie, Festival svobody,

Den vody, vrstevnické učení) *(tým tutorů),*

- pobytové akce zaměřené na zdravý životní styl (lyžařský kurz) *(Jitka Rubínová),*
- skupinové práce v rámci pravidelných školních projektů – rozvoj sociálních dovedností, posilování odolnosti vůči tlaku vrstevnické skupiny a rizikovému chování, zlepšování klimatu tříd *(Kristina Pokorná, Kamila Strnadová, Zuzana Kustlová, Pavlína Hánlová),*
- individuální konzultace, „otevřené dveře“, sdílené komunikační kruhy s třídním tutorem a vedením školy – rozvoj komunikativních dovedností, řešení problémů, trénink obrany před manipulací, schopnost říci „ne“ *(tým tutorů),*
- pravidelná týdenní jednání školního parlamentu – trénink konstruktivního řešení problémů, osobnostní rozvoj a posilování sociálních dovedností *(Martina Faltysová),*
- upevňovat spolupráci se zákonnými zástupci a jejich zapojení do života školy *(třídní učitelé, vedení školy)*,
- spolupracovat s odbornými pracovišti a dalšími partnery školy v oblasti prevence a poradenské podpory *(ŠPP, vedení školy)*,
- celoroční projekt školní družiny – „Co drží svět pohromadě“ *(školní družina).*

**Roční téma pro školní rok 2026/2027: „Plavba s kompasem – Jak udržet kurz v proměnlivém světě“**

Roční téma je zaměřeno na osobnostní a sociální rozvoj žáků, podporu zdravých vztahů, emoční odolnosti a odpovědného rozhodování. Propojuje oblast duševního zdraví, mezilidských vztahů, prevence rizikového chování, mediální gramotnosti, digitální bezpečnosti a osobní odpovědnosti. Žáci se prostřednictvím jednotlivých tematických bloků učí lépe rozpoznávat vlivy, které na ně působí, kriticky vyhodnocovat informace, pracovat s emocemi a stresem, pečovat o své duševní zdraví a vědět, kde hledat pomoc.

Roční téma je realizováno zejména prostřednictvím třídnických hodin a komunitních kruhů a je průběžně propojováno s výukou a dalšími preventivními aktivitami školy. Jednotlivá témata jsou přizpůsobena věku a potřebám žáků 1. a 2. stupně.

Kontrolní mechanismy:

Kontrola realizace programu

- průběžné sledování plnění MPP školním metodikem prevence,
- pravidelné konzultace ŠPP (1× měsíčně),
- pololetní a závěrečné vyhodnocení plnění preventivních aktivit,
- kontrola začlenění preventivních témat do výuky a třídnických hodin,
- kontrola realizace preventivních programů externích organizací.

Monitoring školního klimatu

- pravidelné komunitní kruhy,
- rozhovory vedení školy se žáky,
- sledování vztahů v třídních kolektivech třídními tutory,
- hospitační činnost zaměřená na klima třídy,
- využití schránky důvěry nebo online formuláře pro podněty.

Sledované ukazatele

- počet řešených případů rizikového chování,
- počet neomluvených hodin a zvýšené absence,
- počet kázeňských opatření,
- počet konzultací se zákonnými zástupci,
- zapojení žáků do preventivních aktivit,
- počet podnětů řešených školním poradenským pracovištěm.

Zpětná vazba a evaluace

- dotazníková šetření mezi žáky, rodiči a tutory,
- vyhodnocení třídnických hodin a preventivních programů,

- analýza výsledků školního parlamentu,
- vyhodnocení podnětů od žáků a rodičů,
- každoroční zpráva školního metodika prevence.

**Okruhy pro 1. stupeň**

**Začlenění do vzdělávacích oblastí Projekt, Komunikace a Člověk:**

- vztahy, přátelství a spolupráce – poznávání vlastní role ve třídě, vytváření bezpečných vztahů, respektování odlišností a společných pravidel,
- umění říci „ne“ – rozpoznávání vlivu okolí, nácvik odmítnutí a odpovědného rozhodování,
- práce s emocemi – rozpoznávání a pojmenovávání emocí, zvládání konfliktních a náročných situací,
- stres a jeho zvládání – hledání vhodných způsobů, jak reagovat v náročných situacích a kde hledat pomoc,
- kritické vyhodnocování informací – rozlišování pravdivých a nepravdivých informací a přiměřené seznamování s riziky digitálního prostředí a AI,
- digitální hygiena a zdravý životní styl – vyvažování času online a offline, význam pohybu, odpočinku a zdravých návyků,
- bezpečné vztahy a pomoc druhým – rozvoj empatie, rozpoznání bezpečných osob a schopnost požádat o pomoc nebo ji nabídnout druhému.

**Okruhy pro 2. stupeň**

**Začlenění do vzdělávacích oblastí a předmětů:**

- vztahy a vrstevnické skupiny – role jednotlivce ve skupině, vztahy mezi vrstevníky, vliv referenčních skupin a sociálních sítí,
- tlak vrstevníků a manipulace – rozpoznávání vnějších vlivů, manipulace a nácvik odpovědného rozhodování,
- emoce, stres a duševní zdraví – rozpoznávání vlastních emocí, práce se stresem, zvládání náročných situací a posilování emoční odolnosti,
- mediální gramotnost a kritické myšlení – ověřování informací, rozpoznávání dezinformací, práce s obsahem vytvářeným pomocí AI a bezpečné chování v digitálním prostředí,
- psychohygiena a digitální hygiena – zdravé používání digitálních technologií, prevence nadužívání a závislostního chování, time management a vyvažování online a offline aktivit,

- bezpečné vztahy a krizová pomoc – rozpoznávání rizikového chování, šikany a kyberšikany, možnosti vrstevnické podpory a znalost dostupných zdrojů odborné pomoci,
- osobní odpovědnost – schopnost vyhodnocovat důsledky vlastního jednání, rozhodovat se a převzít odpovědnost za své chování.

## 4 Kontakty

Městský úřad Mělník (Odbor sociálních věcí)

- Protidrogový koordinátor
  - Bc. Blanka Šubrtová (vedoucí oddělení), pevná linka: 315 635 329, mobil: 604 380 712, e-mail: b.subrtova@melnik.cz
- Kurátoři pro děti a mládež (OSPOD)
  - Adam Bauer, DiS., pevná linka: 315 635 331, e-mail: a.bauer@melnik.cz
  - Bc. Renata Slavíková, DiS., pevná linka: 315 635 417, mobil: 720 025 687, e-mail: r.slavikova@melnik.cz

Policie a bezpečnostní složky

- Policie ČR (Územní odbor Mělník – oddělení prevence)
  - por. Mgr. Markéta Johnová, DiS., pevná linka: 974 876 207, mobil: 607 405 100, e-mail: marketa.johnova@pcr.cz
  - prap. Martina Hamplová, pevná linka: 974 876 208, mob. 702 208 644, e-mail: martina.hamplova@pcr.cz
- Městská policie: 156

Justice a právní ochrana

- Probační a mediační služba Mělník
  - Mgr. Jitka Hrušková (probační úředník), mobil: 725 961 310, e-mail: jhruskova@pms.justice.cz

Zdravotnictví

- Nemocnice Mělník, +420 315 639 111

Krizové linky a odborná pomoc (celostátní)

- Jednotný evropský záchranný systém: 112
- Bílý kruh bezpečí (pomoc obětem a svědkům trestných činů): 116 006
- Linka bezpečí (poradenství dětem a mladistvým), 116 111
- DONA linka (pomoc obětem domácího násilí), 257 317 110

Kontakty aktualizované srpen 2026

## 5 Slovníček pojmů

**Rizikové chování**

**Rizikové chování zahrnuje zejména:**

- agresivní chování, šikanu a další formy násilí,
- závislostní chování (alkohol, tabák, návykové látky, nadměrné užívání digitálních

technologií, sociálních sítí a počítačových her),
- záškoláctví a další formy rizikového chování související se školní docházkou,
- prekriminální chování,
- sexuálně rizikové chování,
- poruchy příjmu potravy,
- rasismus, xenofobii a jiné formy diskriminace,
- působení sekt a rizikových náboženských či ideologických skupin,
- rizikové chování v dopravě a při sportovních aktivitách,
- kybernetické hrozby (kyberšikana, sexting, grooming, zneužití osobních údajů, nevhodný obsah).

**Prevence** (z lat. *praevenire* – předcházet) znamená soustavu opatření, která mají zabránit výskytu nežádoucích jevů, nebo je alespoň omezit. Ve školním prostředí jde zejména o předcházení závislostem, násilí, šikaně, úrazům, neúspěchu ve škole, sociálním konfliktům či digitálním rizikům.

**Primární prevence u žáků**

Základním principem je výchova žáků ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a k posílení integrity osobnosti. Cílem je zabránit výskytu rizikového chování nebo co nejvíce omezit jeho škody.

**Nespecifická primární prevence**

Veškeré aktivity, které podporují zdravý životní styl a pozitivní sociální chování prostřednictvím smysluplného využívání volného času – např. zájmové, sportovní a volnočasové činnosti, školní projekty, kulturní a společenské akce.

**Specifická primární prevence**

Zahrnuje programy cíleně zaměřené na rizikové chování:
- všeobecná prevence – pro celou populaci žáků, bez ohledu na míru rizika,
- selektivní prevence – pro žáky, u nichž lze předpokládat zvýšenou hrozbu rizikového chování,
- indikovaná prevence – pro žáky, u kterých už byly zaznamenány problémy v chování nebo zvýšené rizikové faktory.

**Digitální hygiena**

Soubor pravidel a návyků, které podporují zdravé a bezpečné používání technologií. Zahrnuje zejména:

- time management – vyvážené rozložení času tráveného online a offline,
- zdravé užívání – vědomé využívání technologií pro vzdělávání a rozvoj,
- omezení nadužívání – prevence rizikového a nadměrného užívání mobilních telefonů, her a sociálních sítí,
- ochranu osobních údajů a kybernetickou bezpečnost,
- pravidelné přestávky a psychohygienu – střídání digitální práce s fyzickou aktivitou a odpočinkem.

**Psychohygiena**

Soubor zásad a návyků podporujících duševní zdraví a psychickou pohodu. Zahrnuje zejména dostatek odpočinku a spánku, přiměřený pohyb, vyvážený režim, práci se stresem a schopnost vyhledat pomoc v náročné situaci.

**Mediální gramotnost**

Schopnost orientovat se v mediálním prostředí, kriticky posuzovat informace, ověřovat jejich důvěryhodnost a rozpoznávat manipulativní či nepravdivý obsah.

**Dezinformace**

Nepravdivá nebo zavádějící informace šířená s cílem ovlivnit názory, postoje nebo jednání lidí. V rámci prevence je důležitý rozvoj schopnosti informace ověřovat a posuzovat jejich zdroje.

**Kyberšikana**

Forma šikany uskutečňovaná prostřednictvím digitálních technologií, například sociálních sítí, komunikačních aplikací, herních platforem nebo jiných online prostředí.

## 6 Znalostní kompetence žáků

**1.–3. ročník**

- žáci znají základní zdravotní rizika spojená s kouřením, pitím alkoholu, užíváním drog a zneužíváním léků,
- umí jednoduchými způsoby odmítnout nabídku návykových látek,
- chápou hodnotu zdraví a nevýhody nezdravého životního stylu,

- znají základní pravidla, jak pečovat o své zdraví,
- vědí, že některé formy chování, například ubližování, násilí nebo šikana, nejsou přijatelné, a zároveň vědí, na koho se obrátit o pomoc,
- uvědomují si význam bezpečného chování v online prostředí (neprozrazují osobní údaje, umí nastavit jednoduché heslo, vědí, že ne vše na internetu je pravda),
- učí se zásadám digitální hygieny – střídání času u obrazovky s pohybem a odpočinkem,
- umí pojmenovat základní emoce a učí se vhodně reagovat v náročných situacích,

**4.–5. ročník**

- uvědomují si zdraví jako základní životní hodnotu,
- znají činnosti vhodné pro zdravý denní režim a osvojování zdravého životního stylu,
- podrobněji znají zdravotní a sociální rizika užívání návykových látek a umí argumentovat ve prospěch zdraví,
- mají povědomí o právních normách omezujících kouření, alkohol a šíření drog,
- vědí, na koho se obrátit při potřebě poradenské nebo odborné pomoci,
- umí pojmenovat základní mezilidské vztahy a rozpoznat projevy nesnášenlivosti,
- chápou, že jednání ohrožující práva druhých (např. šikana, násilí, zastrašování) je protiprávní,
- umí základní způsoby odmítání návykových látek ve styku s vrstevníky,
- znají základy bezpečného chování na internetu (např. komunikace jen s lidmi, které znají, opatrnost při sdílení informací, neotevírání neznámých souborů),
- rozumí principům digitální hygieny – vědí, jak si organizovat čas u obrazovek a co znamená zdravé a nezdravé používání technologií,
- učí se rozpoznávat vlastní emoce a stres a znají základní způsoby jejich zvládání,
- učí se rozpoznat tlak vrstevníků a manipulaci a přiměřeně na ně reagovat,
- dokáží přiměřeně svému věku rozlišovat důvěryhodné a nedůvěryhodné informace.

**6.–9. ročník**

- chápou význam harmonických mezilidských vztahů a respektují odlišné názory, zájmy i způsoby chování druhých,
- uplatňují nenásilné způsoby řešení konfliktů a umí spolupracovat ve skupině,
- znají významné dokumenty o lidských právech a činnosti institucí právní ochrany,
- uvědomují si podstatu protiprávního jednání a právní odpovědnost za své činy,
- chápou zdraví v jeho fyzické, psychické i sociální dimenzi, dokáží hodnotit zdravotní

návyky a vysvětlit své postoje,

- znají zásady zdravého životního stylu (pohyb, výživa, psychohygiena) a snaží se je uplatňovat,
- vědí, že zneužívání dítěte je trestné a znají postup, jak hledat odbornou pomoc,
- bezpečně zvládají modelové situace krizového chování (šikana, týrání, sexuální zneužívání, kyberšikana) a umí se v nich správně rozhodnout,
- znají možnosti komunikace s odbornými službami (linky důvěry, krizová centra, poradny),
- umí diskutovat o rizicích drog, orientují se v trestněprávní problematice návykových látek,
- odmítají projevy brutality a násilí šířené médii a umí o nich kriticky diskutovat,
- rozvíjejí digitální kompetence – uvědomují si rizika spojená s technologiemi, kybernetickými hrozbami a digitálním nadužíváním, znají pravidla digitální hygieny a bezpečného chování online,
- dokáží rozpoznávat a pojmenovávat vlastní emoce, znají způsoby zvládání stresu a zásady psychohygieny,
- rozpoznávají tlak vrstevníků a manipulativní jednání a dokáží se odpovědně rozhodovat,
- kriticky vyhodnocují informace, ověřují jejich zdroje a dokáží rozpoznávat dezinformace a manipulativní obsah, včetně obsahu vytvářeného pomocí AI.

**Poznámka:** Program je otevřený dokument, který se v průběhu školního roku může aktualizovat a doplňovat vzhledem k aktuálním otázkám a příležitostem.

## 7 Přílohy a související dokumentace

- Příloha č. 1 – Roční plán PPŠ 2026/2027
- Příloha č. 2 – *Můj Kompas – Lodní deník* (reflexní list žáka)
- Školní program proti šikanování
- Krizový plán školy
- Bezpečnostní a krizový plán školy
- dokumentace školy k primární prevenci rizikového chování

# PŘÍLOHA Č. 1 Roční plán PPŠ 2026/2027

| Měsíc | Téma | Aktivita / forma | Cíl |
|---|---|---|---|
| **Září** | **Posádka a mapa** | Seznamovací a kooperativní aktivity, „Kdo jsem v posádce?“, práce se silnými stránkami a očekáváním, adaptační aktivity | Posílení vztahů ve třídě, podpora začlenění žáků, mapování třídního klimatu a vlastní role v kolektivu |
| **Říjen** | **Posádka a mapa** | „Společná loď“ – tvorba a reflexe pravidel třídy; „V čem jsme stejní a v čem jiní“ – práce s odlišností | Budování bezpečných vztahů, respektování odlišností, podpora spolupráce a společné odpovědnosti za klima třídy |
| **Listopad** | **Vítr a proudy** | Modelové situace „Umím říct NE“, „Kruh vlivů“ – kdo a co ovlivňuje moje rozhodování | Rozpoznávání vrstevnického tlaku a dalších vlivů, nácvik odmítání a podpora odpovědného rozhodování |
| **Prosinec** | **Vítr a proudy** | „Reklama kolem nás“, rozpoznávání manipulace v běžném životě, médiích a na sociálních sítích | Rozvoj kritického myšlení, schopnosti rozpoznat manipulaci a uvědomovat si vlivy působící na vlastní rozhodování |
| **Leden** | **Počasí na moři** | Práce s emocemi – „Počasí v mém srdci“, „Můj stresometr“, reflexe vlastního prožívání | Rozpoznávání a pojmenování emocí, uvědomování zdrojů stresu a podpora sebepoznání |
| **Únor** | **Počasí na moři** | „Co mi pomáhá, když je mi smutno?“, práce se zvládacími strategiemi, modelové situace | Rozvoj emoční odolnosti, zvládání náročných situací, hledání vhodných strategií a možností pomoci |
| **Březen** | **Mlhy a falešné majáky** | „Pravda nebo výmysl?“, „Fake news laboratoř“, ověřování informací, práce s AI | Rozvoj mediální gramotnosti a kritického myšlení, rozpoznávání dezinformací, bezpečné a odpovědné využívání digitálních technologií |
| **Duben** | **Co mi pomáhá držet kurz** | „Moje baterka energie“, „Digitální audit“, práce s tématy psychohygieny, digitální hygieny a zdravého životního stylu | Podpora psychohygieny a zdravých návyků, prevence závislostního chování a uvědomování rovnováhy mezi online a offline aktivitami |
| **Květen** | **Záchranné kruhy** | „Kdo mi pomůže?“, „Když se kamarád trápí“, práce se sítí bezpečných osob a možnostmi pomoci | Rozvoj schopnosti vyhledat a nabídnout pomoc, podpora bezpečných vztahů, prevence šikany a rizikového chování |
| **Červen** | **Záchranné kruhy** | „Moje bezpečná plavba“, „Moje mapa pomoci a zdrojů“, závěrečná reflexe programu | Upevnění získaných dovedností, orientace ve zdrojích pomoci, sebereflexe a vyhodnocení preventivního programu |

**PŘÍLOHA Č. 2** **Můj Kompas – Lodní deník**

*reflexní list žáka*

**Datum:**

**Téma / aktivita:**

**1. Jak jsem se během aktivity cítil/a?**

☐ velmi dobře

☐ spíše dobře

☐ ani dobře, ani špatně

☐ spíše špatně

☐ velmi špatně

**2. Co mě při aktivitě nejvíce zaujalo nebo oslovilo?**

_____

**3. Co pro mě bylo nejtěžší nebo nad čím jsem musel/a nejvíce přemýšlet?**

_____

**4. Co nového jsem se dozvěděl/a nebo uvědomil/a?**

_____

**5. Co si z dnešní aktivity odnáším?**

_____

**6. Kde bych to mohl/a využít v běžném životě?**

_____

**7. Je něco, k čemu bych se chtěl/a vrátit nebo o čem bych chtěl/a mluvit s tutorem?**

☐ ne

☐ ano: _____

**PŘÍLOHA Č. 2** **Můj Kompas – Lodní deník (1. stupeň)**

*reflexní list žáka*

**Datum:**

**Téma / aktivita:**

**1. Jak mi dnes při aktivitě bylo?**

😊 dobře 😐 tak napůl ☹ nepříjemně

**2. Co mě dnes nejvíc bavilo nebo zaujalo?**

---

**3. Co pro mě bylo těžké?**

---

**4. Co jsem dnes zjistil/a nebo se naučil/a?**

---

**5. Co si chci zapamatovat?**

---

**6. Je něco, o čem bych si chtěl/a promluvit s tutorem?**

☐ ne ☐ ano