



**Základní škola a Mateřská škola Litvínov,
Podkrušnohorská 1589, okres Most**

Základní škola a Mateřská škola Litvínov, Podkrušnohorská 1589, okres Most					
ORGANIZAČNÍ ŘÁD ŠKOLY					
Část č. 30: PREVENTIVNÍ PROGRAM ŠKOLY 2026/2027					
Č.j.:	Spisový znak	Skartační znak	ZŠMŠ 1/2026/S-53	1.1.5.	A 10
Vypracovala:			Mgr. Andrea Janíčková, školní metodička prevence pro 2. stupeň Mgr. Nikola Kohoutová, školní metodička prevence pro 1. stupeň		
Pedagogická rada projednala dne:			31. 8. 2026		
Směrnice nabývá platnosti ode dne:			1. 9. 2026		
Směrnice nabývá účinnosti ode dne:			1. 9. 2026		
Změny ve směrnici jsou prováděny formou číslovaných písemných dodatků, které tvoří součást tohoto předpisu.					

Základní údaje

Název a adresa školy	Základní škola a Mateřská škola Litvínov, Podkrušnohorská 1589, okres Most
Jméno a příjmení ředitele	Mgr. Hana Kašková
Telefon na ředitele	476111037
E-mail na ředitele	reditelka@3zs.cz

Jméno a příjmení školního metodika prevence (ŠMP)	Mgr. Andrea Janíčková
Telefon	476111037
E-mail	janickova@3zs.cz

Jméno a příjmení školního metodika prevence (ŠMP)	Mgr. Nikola Kohoutová
---	-----------------------



**Základní škola a Mateřská škola Litvínov,
Podkrušnohorská 1589, okres Most**

Telefon	476111037
E-mail	Kohoutova.n@3zs.cz

Jméno a příjmení výchovného poradce (VP)	Mgr. Jitka Karásková – pro 2. stupeň Mgr. Pavla Kocourková – pro 1. stupeň
Telefon	476111037
E-mail	karaskova@3zs.cz kocourkova@3zs.cz

Jméno a příjmení dalšího člena preventivního týmu – psycholog apod.	Mgr. Soňa Müllerová (speciální pedagog)
Telefon	476111037
E-mail	mullerova@3zs.cz

Jméno a příjmení dalšího člena preventivního týmu – psycholog apod.	PhDr. Eva Gajdošíková Lišková
Telefon	476111037
E-mail	gajdosikova@3zs.cz

MPP vypracovala:	Mgr. Janíčková, Mgr. Kohoutová N.	31. 8. 2026
------------------	--------------------------------------	-------------

	Datum	Podpis ředitelky školy
Seznámení ředitelky školy s PPŠ	31.8.2026	
Seznámení pedagogického sboru školy s PPŠ	31.8.2026	



Obsah

A. Zmapování situace ve škole pro stanovení cílů PPŠ

B. Cíle vyplývající ze zmapování situace

C. Strategie a metody dosahování cílů, formy realizace PPŠ

I. Práce pedagogického sboru a vedení školy

II. Spolupráce školy s rodiči

III. Program preventivních aktivit pro žáky školy

IV. Spolupráce s okolím školy

V. Rámcový časový harmonogram realizace programu

VI. Evidence a způsob vyhodnocení PPŠ

Příloha č.1 – Školní preventivní program proti šikanování

Příloha č.2 – Seznam metodických materiálů

Příloha č.3 – Metodická doporučení, platná legislativa

Použité zkratky:

MPP – minimální preventivní program

RCH – rizikové chování

PPŠ – preventivní program školy

ŠMP – školní metodik prevence

ŠP – školní psycholog



A. Zmapování situace ve škole pro stanovení cílů PPŠ (dříve MPP)

Popis současného stavu ve škole

Základní škola a Mateřská škola, Podkrušnohorská 1589, Litvínov, okr. Most. Zřizovatelem školy je město Litvínov, součástí školy je mateřská škola, školní klub, školní družina a jídelna. K 1.9. 2026 je počet žáků 529 žáků včetně žáků podle §38.

Jedná se o školu městskou, umístěnou v poměrně příjemném prostředí na okraji města. Okolí školy je udržované, v těsné blízkosti je park, hřiště, školní družina a k příjemnému prostředí přispívá i bezprostřední blízkost lesa.

V budově ZŠ je 28 učeben. Z toho je 1 odborná učebna fyziky, 1 odborná učebna chemie, 2 jazykové učebny, 1 učebna PC, polytechnická učebna. Velká část učeben je vybavena interaktivní tabulí. Dále je k dispozici 1 tělocvična, školní kuchyňka, školní knihovna. V suterénu jsou školní dílny.

Informace o škole lze získat z webových stránek <http://www.3zs.cz/>

Při škole funguje občanské sdružení CVRČEK, které je neziskovou organizací centra volného času a nabízí jazykové, sportovní, hudební, výtvarné a počítačové kroužky.

Hodnocení situace v oblasti rizikového chování ve škole z hlediska rodičů žáků

Z různých jednání s rodiči (diskuze v rámci třídních schůzek, školní akce apod.) vyplývá, že většina rodičů považuje školu za bezpečné místo. Projevy RCH se zde vyskytují zřídka.

Hodnocení situace v oblasti rizikového chování ve škole z hlediska žáků

Ve školním roce 2025/2026 jsme z rizikového chování žáků zaznamenali snížení počtu sebepoškození – celkem 6 žáků oproti minulým letům, kdy jsme měli až 15 případů ročně, a nejčastějším typem rizikového chování zůstalo užívání nikotinových výrobků, konkrétně vapování (16 žáků)

Hodnocení PPŠ minulého školního roku

Dlouhodobá prevence ve školním roce byla zajištěna organizací Most k naději, z.s., dále preventistkou Městské policie Litvínov paní Hejčovou a školní metodičkou prevence Mgr. Andreou Janíčkovou a Mgr. Nikolou Kohoutovou (program Kočičí zahrada) a všemi vyučujícími působícími na naší škole, kteří se prevencí na naší škole věnují v jednotlivých ročnících průběžně a dle aktuálních potřeb. Vyučující se stanoveným tematickým okruhům věnují v rámci svých předmětů, třídní učitelé také v rámci pravidelných pondělních Třídních chvil.

Hodnocení všech konaných akcí je kladné a velmi pozitivní, vše je uloženo u školního metodika prevence.

Preventivní program školy byl zaměřen na podporu zdravého životního stylu, prevence návykových a nenávykových látek s důrazem na online svět a realitu (1. stupeň), a na podporu zdravého životního stylu a péče o vlastní zdraví (2. stupeň, cíl číslo 1) a rozvoj kritického myšlení a mediální gramotnosti s důrazem na bezpečné a zodpovědné využívání digitálních technologií (2. stupeň, cíl číslo 2)

Je samostatným dokumentem, společně s vyhodnocením a dotazníkovým šetřením.

Stanovené cíle preventivního programu pro školní rok 2025/2026 se podařilo naplnit. Veškeré naplánované aktivity byly uskutečněny a byly hodnoceny velmi kladně, a to jak pedagogy, tak žáky. Výsledky šetření ukázaly, že žáci prvního stupně mají celkově dobré povědomí o zásadách zdravého životního stylu, rizicích návykových látek i o možnostech řešení rizikových situací. Pozitivně lze hodnotit také převážně kladný vztah žáků k pohybovým aktivitám a zdravému způsobu života. Preventivní působení školy se v těchto oblastech ukazuje jako účinné a dlouhodobě přínosné.

Současně se však ukazuje potřeba nadále věnovat zvýšenou pozornost oblasti digitálních technologií, zejména nadměrnému trávení času online, bezpečnosti na internetu a prevenci kyberšikany. U části žáků se objevují také obtíže s odoláváním vrstevnickému tlaku, proto je vhodné pokračovat v aktivitách zaměřených na posilování sebevědomí, komunikačních dovedností a schopnosti bezpečně reagovat v rizikových situacích.

Celkově lze konstatovat, že preventivní programy školy plní svůj účel a přispívají k rozvoji zdravého a bezpečného prostředí pro žáky. Doporučuje se pokračovat v dosavadních preventivních aktivitách a dále je rozvíjet především v oblasti digitální bezpečnosti a sociálních vztahů.

Z dotazníkového šetření dále vyplynulo, že žáci druhého stupně vykazují převážně dobrou úroveň znalostí, dovedností a postojů v oblastech souvisejících s prevencí rizikového chování. Současně se však v některých oblastech objevují skupiny žáků, které mohou potřebovat další podporu a rozvoj.

1. Zvládání stresu a psychické pohody

Většina žáků disponuje základními strategiemi pro zvládání stresu a psychické nepohody. Osm z deseti žáků ví, co jim pomáhá ve stresových situacích, a téměř tři čtvrtiny si dokážou poradit při pocitu přetížení školními povinnostmi. Pozitivní je také skutečnost, že více než polovina respondentů uvádí, že ví, jak stresu předcházet. Přesto se ukazuje, že část žáků v této oblasti potřebuje další podporu – 14 % žáků nezná způsoby, jak si zlepšit náladu při stresu, a 11 % uvádí, že vůbec neví, jak stresu předcházet. Tato oblast proto zůstává důležitým tématem preventivního působení školy.

2. Seberegulace a organizace času

Výsledky naznačují, že většina žáků si osvojila základní dovednosti spojené s plánováním a organizací času. Přibližně dvě třetiny respondentů uvádějí, že si dokážou lépe plánovat školní povinnosti, organizovat úkoly a uspořádat si den tak, aby se necítili ve stresu. Současně se však objevuje menší skupina žáků, která má v této oblasti obtíže, zejména v plánování času a zvládání školních povinností. Další rozvoj dovedností v oblasti time managementu a efektivní organizace práce by mohl přispět ke snížení stresové zátěže části žáků.

3. Zdravý životní styl

Oblast zdravého životního stylu vykazuje velmi pozitivní výsledky. Téměř všichni žáci si uvědomují význam pohybu, spánku a zdravé stravy pro psychickou pohodu a většina z nich se snaží žít zdravěji než dříve. Velmi pozitivní je také vysoký podíl žáků, kteří nacházejí radost v pohybu nebo pobytu venku. Znalosti týkající se poruch příjmu potravy jsou rovněž na velmi dobré úrovni. Výsledky naznačují, že preventivní aktivity zaměřené na zdravý životní styl byly v této oblasti účinné.

4. Vztahy a vrstevnická skupina

V oblasti sociálních vztahů a vrstevnických vazeb převažují pozitivní výsledky. Většina žáků se mezi spolužáky cítí dobře, umí si vybírat důvěryhodné osoby a dokáže se bránit negativnímu vlivu vrstevníků. Velmi pozitivně lze hodnotit také vysokou míru empatie a respektu k odlišnostem. Za pozornost však stojí skutečnost, že přibližně čtvrtina respondentů se necítí mezi spolužáky zcela dobře. Tento výsledek naznačuje potřebu nadále podporovat pozitivní třídní klima, vztahy ve třídách a pocit sounáležitosti mezi žáky.

5. Online svět a digitální společnost

Tato oblast patří mezi nejsilnější stránky výsledků dotazníku. Naprostá většina žáků rozumí rizikům online prostředí, dokáže rozpoznat nepravdivé informace, uvědomuje si, že ne vše na internetu odpovídá skutečnosti, a zná zásady bezpečného chování v digitálním prostoru. Mírně nižší výsledek se objevil pouze u otázky týkající se přemýšlení o vlastní online prezentaci a o tom, jak je člověk vnímán ostatními. Přesto lze celkově konstatovat, že úroveň digitální gramotnosti a bezpečnostního povědomí je mezi žáky velmi dobrá.

6. Pomoc a podpora

Většina žáků ví, na koho se obrátit v případě vážných problémů, a zároveň vnímá školu jako prostředí, kde je pomoc dostupná. Pozitivním zjištěním je také vysoká míra důvěry v dostupnost podpory ve škole. Určitou pozornost si však zaslouží skutečnost, že pouze přibližně dvě třetiny respondentů

uvádějí, že se nebojí požádat o pomoc, zatímco část žáků tuto dovednost stále nemá dostatečně rozvinutou. Do budoucna je proto vhodné podporovat otevřenou komunikaci, posilovat důvěru ve školní poradenské služby a rozvíjet u žáků schopnost aktivně vyhledat pomoc v náročných situacích.

Celkové shrnutí a doporučení:

Výsledky dotazníku ukazují, že žáci mají převážně dobře rozvinuté kompetence související s prevencí rizikového chování. Nejlepších výsledků dosáhli v oblasti zdravého životního stylu a bezpečného pohybu v online prostředí. Pozitivně lze hodnotit také znalosti týkající se vyhledání pomoci a kvalitu sociálních vztahů. Za oblasti vhodné k dalšímu rozvoji lze považovat především prevenci a zvládání stresu, organizaci času, posilování třídního klimatu a podporu schopnosti požádat o pomoc v obtížných životních situacích. Celkově však výsledky svědčí o dobrém nastavení preventivních aktivit a o poměrně vysoké míře ochranných faktorů u většiny žáků.

Vyhodnocení preventivních aktivit

- a) Kočičí zahrada (1.stupeň) – závěrečným šetřením ve třídách (pohovor s dětmi, TU) – hodnoceno kladně, doporučuji pokračovat
- b) Preventivní besedy s preventistkou MP (celá škola) – dle dotazníkového šetření velice efektivní, osvědčilo se
- c) Most k naději, z.s. – hodnoceno kladně, osvědčilo se
- d) TCH – efektivní, doporučujeme pokračovat
- e) OČMS – efektivní, doporučujeme pokračovat
- f) Projektové dny, akce školy, soutěže – efektivní, doporučujeme pokračovat
- g) CVRČEK z.s. – efektivní, doporučujeme pokračovat
- h) školní časopis – doporučujeme pokračovat v rámci peer prevence
- i) Besedy v Městské knihovně Litvínov – efektivní, doporučujeme pokračovat
- j) Adaptační pobyty – efektivní, oblíbené, doporučujeme pokračovat
- k) O2 Chytrá škola - efektivní, doporučujeme pokračovat
- l) Projektové dny - efektivní, doporučujeme pokračovat

B. Cíle vyplývající ze zmapování situace

1. Dlouhodobé cíle PPŠ

- výchova ke zdravému životnímu stylu

- rozvoj etického a právního vědomí
- výchova k odpovědnosti za zdraví své i ostatních
- prevence šikany – práce s ohroženými jedinci /agresor – oběť/
- vytváření eticky hodnotných postojů a způsobů chování
- snaha o změnu postoje u dětí, které již do kontaktu s drogou přišly
- zvyšování odolnosti dětí vůči droze
- sexuální výchova /bezpečný sex/
- rozvoj schopnosti správné komunikace
- zkvalitňování mezilidských vztahů
- výchova k samostatnosti
- snaha o kladné sebepřijetí u dětí a rozvoj schopnosti mít sám sebe rád
- upevňování důvěrného vztahu mezi pedagogy a žáky
- vhodné trávení volného času
- metodická a informační pomoc pedagogům
- navázání vztahu rodiče – pedagog – škola
- další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti prevence
- vzájemná propojenost a návaznost dílčích projektů
- zapojení všech pedagogických pracovníků (včetně školního klubu a školní družiny)
- získat a zapojit co nejvíc žáků
- spolupracovat se státními institucemi – MěP Litvínov, PPP v Mostě, HZS Ústeckého kraje a s neziskovými organizacemi Člověk v tísni
- dbát na zpětnou vazbu žáků

2. Střednědobé cíle PPŠ

- aktualizace stránek ŠPP na www.3zs.cz
- mapování třídních vztahů za pomoci TU
- pokračovat a podporovat pravidelné třídnické chvílky, které se staly součástí výuky dětí

3. Krátkodobé cíle PPŠ jsou zformulovány na období jednoho roku diferencovány podle vymezení níže uvedených cílových skupin.

- realizace projektu na obou stupních ZŠ, a to ve svých třídách nebo ve svých předmětech
- realizace dotazníku na www.proskoly.cz a jeho vyhodnocení
- adaptační výjezd šestých ročníků

- uskutečnit plánované akce v rámci programu aktivit prevence na škole
- zlepšit informovanost rodičů o aktivitách v rámci prevence na škole (letáky, předávání informací na třídních schůzkách)
- podpořit spolupráci se školním parlamentem
- práce se skupinou PEER preventistů, rozšíření nabídky besed a workshopů, pravidelné příspěvky do školního časopisu věnované prevenci RCH

4. Vymezení cílových skupin

Žáci 1. a 2. stupně ZŠ.

5. Rozdělení cílů podle cílových skupin

5.1. Žáci 1. stupně – podpora zdravého životního stylu, prevence stresu, organizace času, třídní klima, posilování vztahů ve třídě.

Odůvodnění:

- **Podpora zdravého životního stylu**-žáci si vytvářejí základní návyky související s pohybem, stravováním, pitným režimem, spánkem, odpočinkem a celkovou péčí o své fyzické i psychické zdraví. Cílem je vést žáky k uvědomění, že jejich každodenní návyky ovlivňují jejich náladu, schopnost soustředit se, zvládat zátěž i celkovou životní pohodu. Zároveň je vhodné posilovat schopnost žáků samostatně rozpoznat, co jejich zdraví prospívá a co mu naopak škodí.
- **Prevence stresu a podpora psychické odolnosti**-žáci se již na 1. stupni setkávají s různými situacemi, které mohou být zdrojem stresu – například školními povinnostmi, hodnocením, konflikty se spolužáky, změnami v rodině nebo obavami z neúspěchu. Preventivní působení má žákům pomoci rozpoznat vlastní emoce a projevy stresu a osvojit si jednoduché a věku přiměřené strategie, které jim pomohou náročné situace zvládat. Důraz je kladen také na schopnost požádat o pomoc a na vytváření pocitu bezpečí a důvěry ve školním prostředí.
- **Organizace času a rovnováha mezi povinnostmi a odpočinkem**-schopnost plánovat si čas a rozlišovat mezi povinnostmi, odpočinkem a volným časem představuje důležitou dovednost pro zvládání školních i mimoškolních nároků. Nedostatečná organizace času může vést k pocitu přetížení, stresu, odkládání povinností a následně i k frustraci z neúspěchu. Na 1. stupni je proto vhodné děti postupně vést k plánování jednoduchých

úkolů, stanovování priorit a vytváření pravidelného režimu. Součástí prevence je také uvědomění významu dostatečného spánku, odpočinku, pohybu a času bez digitálních technologií.

- **Podpora pozitivního třídního klimatu**-třídní klima významně ovlivňuje pocit bezpečí žáků, jejich vztah ke škole, schopnost soustředit se i jejich celkovou psychickou pohodu. Preventivní působení je zaměřeno na vytváření prostředí, ve kterém se žáci cítí přijímaní, respektovaní a bezpeční. Důležitou součástí je společné nastavování a dodržování pravidel, rozvoj schopnosti vyjadřovat vlastní názor, naslouchat druhým a řešit běžné konfliktní situace přiměřeným způsobem. Pozitivní třídní klima zároveň působí jako významný ochranný faktor v oblasti prevence rizikového chování.
- **Posilování vztahů a spolupráce ve třídě**-kvalitní vrstevnické vztahy představují významný ochranný faktor pro zdravý sociální a emoční vývoj dítěte. Cílem je podporovat vzájemný respekt, toleranci, empatii, spolupráci a schopnost pomoci druhému. Aktivity zaměřené na vztahy ve třídě umožňují žákům poznávat své spolužáky, vnímat jejich potřeby a odlišnosti a učit se řešit neshody bez agrese a ponižování. Posilování pozitivních vztahů současně snižuje riziko sociálního vyloučení, posměchu a dalších forem nevhodného chování a podporuje pocit sounáležitosti se třídou.

Cíle a jejich měřitelnost:

Preventivní působení na žáky 1. stupně bude zaměřeno na podporu zdravého životního stylu, prevenci stresu a rozvoj psychické odolnosti, organizaci času, podporu pozitivního třídního klimatu a posilování vztahů mezi žáky.

1. Podpora zdravého životního stylu

Cíl: Žák zná zásady zdravého životního stylu a uvědomuje si jejich význam pro své zdraví.

Měřitelnost: Minimálně 80 % žáků dokáže pojmenovat alespoň tři zásady zdravého životního stylu.

2. Prevence stresu a podpora psychické odolnosti

Cíl: Žák dokáže rozpoznat stres a své emoce a zná způsoby, jak zvládat náročné situace.

Měřitelnost: Minimálně 75 % žáků dokáže pojmenovat situaci, která u nich vyvolává stres, a uvést alespoň dva způsoby, které jim pomáhají stres zvládat.

3. Organizace času

Cíl: Žák dokáže přiměřeně svému věku plánovat svůj čas a rozlišovat čas na povinnosti, odpočinek a volný čas.

Měřitelnost: Minimálně 80 % žáků dokáže sestavit jednoduchý plán dne a vhodně rozvrhnout čas na povinnosti, odpočinek, pohyb a zábavu.

4. Podpora pozitivního třídního klimatu

Cíl: Žák se ve třídě cítí bezpečně, respektuje společná pravidla a dokáže vhodně řešit běžné konflikty.

Měřitelnost: Minimálně 85 % žáků uvede, že se ve třídě cítí bezpečně a respektovaně.

5. Posilování vztahů a spolupráce ve třídě

Cíl: Žák dokáže spolupracovat, respektovat druhé, nabídnout pomoc a přispívat k dobrým vztahům ve třídě.

Měřitelnost: Minimálně 80 % žáků hodnotí vztahy ve třídě a vzájemnou spolupráci pozitivně.

Evaluace

Naplnění stanovených cílů bude ověřováno prostřednictvím anonymního dotazníkového šetření realizovaného u žáků na začátku a na konci školního roku. Výsledky vstupního a výstupního šetření budou porovnány a vyhodnoceny. Doplňující informace budou získávány také průběžným pozorováním třídního klimatu, spolupráce a vztahů mezi žáky ze strany třídních učitelů a metodika prevence.

5.2. Žáci 2. stupně

1. cíl: Prevence stresu – žák dokáže pojmenovat alespoň 3 situace, které u něj vyvolávají stres, a zná alespoň 3 způsoby, jak stres zvládat.

Indikátor úspěchu:

Minimálně 80 % žáků po absolvování programu uvede alespoň 3 vhodné strategie zvládání stresu.

Metody měření:

- krátký anonymní dotazník před a po programu,
- krátká aktivita na závěr – každý žák napíše 3 způsoby, které může využít při zvládání stresu.

Otázky do dotazníku (škála 1–5):

1. Umím poznat, že jsem ve stresu.
2. Vím, co u mě stres nejčastěji způsobuje.
3. Zním způsoby, jak stres zmírnit.
4. Když jsem ve stresu, dokážu si pomoci.
5. Umím si říct o pomoc, když je toho na mě moc.

2.cíl: Organizace času - žák dokáže rozlišit důležité a méně důležité povinnosti a vytvořit jednoduchý plán svého času.

Indikátor úspěchu:

Minimálně 80 % žáků dokáže na závěr programu sestavit jednoduchý plán úkolů/povinností a správně určit jejich priority.

Metody měření:

- dotazník před a po programu,
- praktický úkol – žáci si vytvoří plán jednoho běžného dne nebo týdne.

Otázky do dotazníku (škála 1–5):

1. Umím si naplánovat svůj čas.
2. Stíhám většinou své školní povinnosti včas.
3. Umím určit, co je potřeba udělat nejdříve.
4. Dokážu si rozdělit větší úkol na menší části.
5. Mám dostatek času také na odpočinek a volno.
6. Často odkládám povinnosti na poslední chvíli. (*obrácená položka*)

3.cíl: Třídní klima, posilování třídních vztahů - Žák vnímá svou třídu jako bezpečné a respektující prostředí a dokáže pojmenovat alespoň 2 způsoby, kterými může přispět k dobrým vztahům a pozitivní atmosféře ve třídě.

Indikátor úspěchu:

Minimálně 80 % žáků po absolvování programu uvede alespoň 2 konkrétní způsoby, kterými mohou přispět ke zlepšení vztahů a atmosféry ve třídě. Zároveň dojde ke zlepšení průměrného hodnocení třídního klimatu v závěrečném dotazníku oproti vstupnímu šetření.

Metody měření:

- anonymní dotazník před a po programu,
- krátké pozorování zapojení žáků při společné/skupinové aktivitě,
- závěrečná reflexe – „Co můžu udělat já pro to, aby nám ve třídě bylo dobře?“

Otázky do dotazníku (1–5):

1. Ve třídě se cítím dobře.
2. Ve třídě se cítím bezpečně.
3. Spolužáci se k sobě většinou chovají s respektem.
4. Mám ve třídě někoho, na koho se můžu obrátit.
5. Ve třídě můžu říct svůj názor bez obav z posměchu.
6. Dokážeme spolupracovat i s lidmi, se kterými si běžně nerozumím.
7. Když vznikne konflikt, dokážeme ho řešit.
8. Cítím, že do naší třídy patřím.
9. Snažím se svým chováním přispívat k dobré atmosféře ve třídě.
10. Když má spolužák problém, snažím se mu pomoci.

Naplnění cílů bude sledováno dotazníkovým šetřením - jedno dotazníkové šetření před programem, druhé po jeho skončení, a to formou uzavřených otázek se škálou:

- 1 – vůbec nesouhlasím**
2 – spíše nesouhlasím
3 – ani souhlas, ani nesouhlas
4 – spíše souhlasím
5 – zcela souhlasím

Poté bude vyhodnocena **průměrnou hodnotu před a po programu.**

Např.:

Oblast	Před programem	Po programu	Změna
Zvládání stresu	2,8	3,9	+1,1
Organizace času	3,0	3,8	+0,8
Třídní klima	3,4	4,0	+0,6
Třídní vztahy	3,2	4,1	+0,9

C. Strategie a metody dosahování cílů, formy realizace PPŠ

Primární prevenci na **prvním stupni** má na starosti zejména třídní učitel. S jednotlivými tématy se děti setkávají v předmětu Člověk a jeho svět. Při výuce lze využít různých metod, např. výklad,

předávání informací, samostatnou práci, skupinovou práci, projektové vyučování, dramatickou výchovu nebo využít literaturu školy z oblasti primární prevence.

Zaměření na mladší školní věk - navozování příznivého psychosociálního klimatu ve třídě, osvojování a upevňování základních návyků v rámci – hygiena, životospráva, sdělení základních informací z oblasti prevence experimentování s alkoholem a cigaretami, základy etické výchovy, zaměření pozornosti na včasné odhalování specifických poruch učení nebo i jiných postižení, včasné diagnostikování problémů ve třídních kolektivech, návštěvy filmových a divadelních představení, koncertů, besed apod. Účast v soutěžích výtvarných, sportovních, zdravotnických, dopravních atd. jako v předchozích letech.

Na škole funguje vrstevnický PEER program, dále pokračuje preventivní program Kočičí zahrada – realizátor školní metodička prevence (akreditace září 2017).

Práce na **druhém stupni** je velmi náročná na koordinaci, důležité je, aby byla probrána všechna témata, ale nedocházelo k jejich překrývání a přesycení žáků informacemi. S tématy z oblasti prevence se pracuje v předmětech výchova ke zdraví, občanská výchova, přírodopis, chemie, dějepis, český jazyk a literatura, cizí jazyky, dále třídní učitelé v rámci pravidelných pondělních třídnických chvil.

K práci s tématy lze využít metod výkladu, samostatné práce, práce s médii, projektové vyučování, skupinová práce, hraní rolí, práce s materiálem, besed, přednášek.

Třídnické chvílky (Tch) jsou začleněny do rozvrhu, konají se pravidelně každé pondělí 8:00 – 8:20 ve všech třídách prvního i druhého stupně. Těžiště těchto hodin je v interaktivních metodách, diskusi a v nácviku alternativních forem chování v náročných a kritických situacích z hlediska rizikového chování. Důležitá je spolupráce s ostatními učiteli.

Cíle třídnických chvil:

- třída – soudržnost třídy, žebříček hodnot, dobrá komunikace mezi žáky, pozitivní vnímání reality, prevence rizikového chování, profilace třídy
- vztah mezi třídním učitelem a třídou – umožnění pravidelného kontaktu, vzájemná důvěra, předcházení a odhalení rizikového chování.
- v rámci školy – zlepšení atmosféry ve škole, snížení výskytu rizikového chování (šikana, kriminalita, užívání návykových látek, aj.),

I. Práce pedagogického sboru a vedení

1. Oblasti přímé práce pedagogů

- včasná diagnostika a intervence při riziku vzniku rizikového chování a kooperace s odborníky při jejich řešení,
- věnování pozornosti problematickým skupinám žáků nebo jednotlivcům, odhalování projevů asociálního chování mezi žáky,
- sledovat často opakující se krátkodobé absence žáků – prevence záškoláctví,
- spolupráce s rodiči žáků s tendencemi vyhýbat se školní docházce,
- shromažďování a zpřístupňování materiálů pro pedagog sbor,
- zapojení vedení školy i kolegů do tohoto programu
- vzájemná spolupráce pedagogů
- vedení Třídnických chviliek (třídní učitelé 1. a 2. stupně)

2. Plán vzdělávání ŠMP a dalších pedagogických pracovníků v oblasti prevence RCH

Název a odborné zaměření vzdělávání	Počet hodin	Datum konání	Realizátor – organizace, odborník	Počet (ev. jména či zařazení) školených pedagogů
Bude upřesněno dle aktuální nabídky				

3. Způsob spolupráce s ostatními pedagogy

- Provozní porady – cca 1x měsíčně
- Nástěnka prevence ve sborovně
- Konzultace s MP
- ŠPP – 1x týdně

II. Spolupráce školy s rodiči

Způsoby seznámení rodičů s činností ŠMP, možnostmi spolupráce, seznámení s PPŠ (dříve MPP), další aktivity podporující spolupráci školy s rodiči

- Představení ŠMP rodičům na třídních schůzkách, objasnění náplně práce, viz vyhl. č. 72/2005 Sb.)
- seznámení rodičů s tím kdy (konzultační hodiny – dle potřeby) a kde (kabinet č. 42) s ním mohou konzultovat; případně nabídka online konzultací
- kontakt na ŠMP do žákovské knížky, na webové stránky školy,
- nástěnka s informacemi o práci ŠMP a kontaktem,
- informování rodičů o možnosti zapojit se do prevence ve výuce i mimo ni – lékaři, policisté, právníci...
- seznámení zák. zástupců s PPŠ (dříve MPP) v rámci webových stránek (informace předány na třídních schůzkách)
- seznámení zák. zástupců s postupem školy v případě RCH u žáků
- na třídních schůzkách hovořit o nebezpečí RCH
- dotazníkové šetření

- Časopis o prevenci rizikového chování pro zákonné zástupce – cca 5x ročně, v elektronické podobě
- účast rodičů na projektových dnech, školních i mimoškolních akcích

Název aktivity	Datum konání	Realizátor, přednášející
Třídní schůzky 1.tříd Třídní schůzky a informační odpoledne Tria	3.9.2026 15.9.2026 24.11.2026 12.1.2027 13.4.2027 9.-20.11.2026	TU 1. a 2. stupně
Dotazníkové šetření	V průběhu celého školního roku	Mgr. Janíčková Mgr. Kohoutová

III. Program preventivních aktivit pro žáky školy

1. Způsob seznámení žáků s činností ŠMP, možnostmi pomoci a PPŠ

- Osobní představení se ŠMP v jednotlivých třídách a seznámení žáků s tím kdy (konzultační hodiny dle dohody), kde (kabinet č. 42),
- seznámení žáků s tím, jak kontaktovat ŠMP (osobní schůzka, schránka důvěry + jaký je způsob odpovídání na vhozené dotazy) a v jakých záležitostech (dle vyhl. č. 72/2005 Sb., např. šikana, násilí – ve škole, doma, sexuální a jiné zneužívání, ohrožení, závislosti, ...) ho mohou kontaktovat.
- připomenutí projektu Nenech to být (www.nntb.cz)
- školní časopis
- adaptační výjezdy

2. Specifická všeobecná prevence pro žáky ve výuce, která je součástí učebních osnov

Aktivita, které jsou součástí učebního plánu (na základě již zpracovaného Školního vzdělávacího programu) + aktivity které nejsou součástí učebního plánu. Jde o aktivity, které nereagují na aktuální problémy a týkají se všech tříd v daném ročníku: např. zvyšování sebevědomí žáků, komunikativní dovednosti, konstruktivní řešení problémů, schopnost klást otázky a vyjádřit svůj názor, řešení stresu, učení vzájemné pomoci, schopnost říci si o pomoc a vědomí kam se v jakých záležitostech obrátit, vyrovnání se s neúspěchem, obrana před manipulací, předávání informací a prožitkové programy zaměřené na dodržování práva, na prevenci závislosti na návykových látkách včetně alkoholu a tabáku, gamblingu, rasismu, sexuálního a jiného zneužívání, působení sekt a některých nových náboženských směrů,...)

1. ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření,	Učitel
Prvouka	Bezpečná cesta do školy, riziková místa a situace škola – prostředí školy, orientace ve škole, činnosti ve škole	TU
Prvouka	Projevy lásky a citu, pomoc slabým	TU
Prvouka	Škola – pravidla soužití: vztahy mezi dětmi, vzájemná pomoc a respektování	TU
Prvouka	Chování lidí: pravidla společenského styku – pozdrav, poděkování	TU
	Právo a spravedlnost – právo na relaxaci, na základní lidské potřeby (pitný režim, toaleta), práva a povinnosti žáků školy povinnosti: v rodině, ve škole	TU
Prvouka	Péče o zdraví – nemoc, drobná poranění a úrazy, první pomoc	TU
Prvouka	Osobní bezpečí – krizové situace (šikana, týrání) Silniční provoz – chodec, cyklista, dopravní značky. Pojmy – chodník (pravidla chůze), obrubník, silnice (chůze, reflexe, autosedačka), přechod pro chodce. Místo pro hru. Přecházení silnice po přechodu, bez přechodu.	TU
Prvouka	Osobní bezpečí	TU
Výtvarná výchova	Vyjádření pocitů, emocí, nálad, fantazie, představy a osobních zkušenosti, četba, film, návštěva galerie, výstavy	TU
Výtvarná výchova	Osobní postoj a vysvětlování, komunikace se spolužáky	TU
Výtvarná výchova	Společná komunikace a spolupráce	TU

2.ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření,	Učitel
Prvouka	Bezpečná cesta do školy, riziková místa a situace	TU
Prvouka	Jak se seznamujeme: na co musíme být opatrní	TU
Prvouka	Podobní a odlišní lidé – barva pleti, místní původ, povahové vlastnosti, jazyk a nářečí	TU
Prvouka	Využití volného času: cestování, sport, kultura, hry	TU
Prvouka	Péče o své zdraví První pomoc při otravě	TU
Prvouka	Důležitá telefonní čísla: 150, 155, 158, 156, 112	TU
Prvouka	Pravidla chování	TU
Prvouka	Osobní bezpečí: rizikové prostředí	TU
Prvouka	Osobní bezpečí: služby odborné pomoci	TU
Prvouka	Brutalita a násilí v médiích	TU
Prvouka	Osobní bezpečí: bezpečné chování v silničním provozu (chodec, cyklista, dopravní prostředky). Chodník, stezka pro chodce (základní pravidla, vztahy mezi účastníky) Značky. Silnice (chůze, nástrahy, krajnice). Místo pro hru vhodná místa, na čem se jezdí (brusle, koloběžka, přilba – ochrana). Cestování (autem, hromadná doprava, vztahy mezi cestujícími).	TU
Prvouka	Situace hromadného ohrožení	TU
Výtvarná výchova	Vyjádření pocitů, emocí, nálad, fantazie, představy a osobních zkušeností, četba, film, návštěva galerie, výstavy	TU
Výtvarná výchova	Osobní postoj a vysvětlování, komunikace se spolužáky	TU
Výtvarná výchova	Společná komunikace a spolupráce	TU

3. ročník



**Základní škola a Mateřská škola Litvínov,
Podkrušnohorská 1589, okres Most**

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření	Učitel
----------------------	--------------------------------------	--------

Prvouka	Bezpečná cesta do školy, riziková místa a situace	TU
Prvouka	Třída, škola – respektování různých povahových vlastností a dalších odlišností Spolužáci s různým zdravotním postižením	TU
Prvouka	Volný čas	TU
Prvouka	Zdravý životní styl	TU
Prvouka	Návykové látky	TU
Prvouka	Péče o zdraví	TU
Prvouka	První pomoc	TU
Prvouka	Zdravá výživa	TU
Prvouka	Osobní bezpečí	TU
Prvouka	Komunikace s neznámým jedincem	TU
	Chodec na chodníku (pravidla chůze, kdo je chodec, vztahy mezi účastníky na stezkách nebezpečí, značky) Silnice (pravidla chůze, reflexe, nebezpečí, značky) Místo pro hru (silnice, chodník, hřiště, obytná zóna, na čem se jezdí, chrániče) Přecházení (silnice, podchodu, nadchodu, silnice s více pruhy, se světelnými signály, mezi zaparkovanými auty, přecházení s jízdním kolem) Cestování autem (chování na parkovišti, systémy upoutání se, autosedačky) Cestování dopravními prostředky (druhy, specifika, pravidla chování na zastávce)	TU
Prvouka	Mimořádné události	TU
Výtvarná výchova	Vyjádření pocitů, emocí, nálad, fantazie, představy a osobních zkušenosti, četba, film, návštěva galerie, výstavy	TU
Výtvarná výchova	Osobní postoj a vysvětlování, komunikace se spolužáky	TU
Výtvarná výchova	Společná komunikace a spolupráce	TU

4. ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření	Učitel
Přírodověda	Péče o zdraví – zdravý životní styl, denní režim, správná výživa	TU
Přírodověda	Osobní bezpečí, krizové situace – vhodná a nevhodná místa pro hru, bezpečné chování v rizikovém prostředí, označování nebezpečných látek; bezpečné chování v silničním provozu v roli chodce a cyklisty, dopravní značky; předcházení rizikovým situacím v dopravě a v dopravních prostředcích (bezpečnostní prvky), šikana, týrání, sexuální a jiné zneužívání, brutalita a jiné formy násilí v médiích. Na chodníku, výbava cyklisty, chodec a cyklista na silnici, bezpečná jízda, cyklista v křižovatce, volný čas a sportovní aktivity, přecházení silnice, cesta dopravními prostředky, prázdniny – zásady bezpečného chování).	TU
Přírodověda	návykové látky a zdraví – návykové látky, hrací automaty a počítače, závislost, odmítání návykových látek, nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií	TU
Přírodověda	Nemoci přenosné a nepřenosné Služby odborné pomoci Základy sexuální výchovy (cesty nákazy), ochrana před infekcemi přenosnými krví (hepatitida, HIV/AIDS)	TU
Přírodověda	Partnerství, manželství, rodičovství, základy sexuální výchovy – rodina, vztahy v rodině, partnerské vztahy, osobní vztahy, etická stránka vztahů, etická stránka sexuality Osobní, intimní a duševní hygiena	TU
Přírodověda	mimořádné události a rizika ohrožení s nimi spojená	TU
Vlastivěda	BESIP – výbava cyklisty, dopravní značky, křižovatky, pravidla silničního provozu z hlediska chodce a cyklisty, způsob jízdy na kole	TU
Výtvarná výchova	Vyjádření pocitů, emocí, nálad, fantazie, představy a osobních zkušeností, četba, film	TU
Výtvarná výchova	Vyjádření pocitů, emocí, nálad, fantazie, představy a osobních zkušeností, četba, film	TU

5. ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření	Učitel
Vlastivěda	BESIP – pravidla silničního provozu z hlediska chodce a cyklisty	TU
Vlastivěda	BESIP – dodržování pravidel silničního provozu	TU
	Právo a spravedlnost – základní lidská práva a práva dítěte, práva a po-vinnosti žáků školy, protiprávní chování	TU
Vlastivěda	pomoc nemocným a sociálně slabším, ohleduplnost, etické zásady, zvládání vlastní emocionality; rizikové situace; rizikové chování, předcházení konfliktům	TU
Vlastivěda	Média	TU
Výtvarná výchova	Vyjádření pocitů, emocí, nálad, fantazie, představy a osobních zkušenosti, četba, film	TU

6. ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření	Učitel
Výtvarná výchova	Osobní postoj v komunikaci – jeho utváření a zdůvodňování	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Mezilidské vztahy – respektování sebe sama i druhých – přijímání názoru druhého, empatie – chování podporující dobré vztahy	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Vztahy ve dvojici – kamarádství, přátelství, láska, partnerské vztahy, manželství a rodičovství	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Vztahy a pravidla soužití v prostředí komunity – rodiny, škola, vrstevnická skupina, obec, spolek	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Komunikace a kooperace – aktivní naslouchání, dialog – efektivní a asertivní komunikace a kooperace v různých situacích – dopad vlastního jednání a chování	Vyučující daného předmětu v dané třídě

Výchova ke zdraví	Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví – bezpečné prostředí ve škole – ochrana zdraví při různých činnostech – bezpečnost v dopravě, rizika silniční a železniční dopravy, vztahy mezi účastníky silničního provozu, dopravní nehody	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Zdravý způsob života a péče o zdraví	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Tělesná a duševní hygiena	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Bezpečné chování a komunikace	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výtvarná výchova	Osobní postoj v komunikaci – jeho utváření a zdůvodňování	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Mezilidské vztahy – respektování sebe sama i druhých – přijímání názoru druhého, empatie – chování podporující dobré vztahy	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Vztahy ve dvojici – kamarádství, přátelství, láska, partnerské vztahy, manželství a rodičovství	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví Výchova ke zdraví	Vztahy a pravidla soužití v prostředí komunity – rodiny, škola, vrstevnická skupina, obec, spolek	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Komunikace a kooperace – aktivní naslouchání, dialog – efektivní a asertivní komunikace a kooperace v různých situacích – dopad vlastního jednání a chování	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví – bezpečné prostředí ve škole – ochrana zdraví při různých činnostech – bezpečnost v dopravě, rizika silniční a železniční dopravy, vztahy mezi účastníky silničního provozu, dopravní nehody	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Zdravý způsob života a péče o zdraví	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Tělesná a duševní hygiena	Vyučující daného předmětu v dané třídě
Výchova ke zdraví	Bezpečné chování a komunikace	Vyučující daného předmětu v dané třídě

7. ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření	Učitel
Občanská výchova	Naše škola – život ve škole, práva a povinnosti žáků, význam a činnost žákovské samosprávy, společná pravidla a normy, vklad vzdělání pro život	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Lidská setkání – přirozené a sociální rozdíly mezi lidmi, lidská solidarita, pomoc lidem v nouzi, potřební lidé ve společnosti	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Vztahy mezi lidmi – konflikty v mezilidských vztazích	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Kulturní život – masmédia, prostředky masové komunikace	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Zásady lidského soužití – pravidla chování	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Lidská setkání – rovnost a nerovnost, rovné postavení mužů a žen	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Vztahy mezi lidmi – osobní a neosobní vztahy, mezilidská komunikace, problémy lidské nesnášenlivosti	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Lidská práva – základní lidská práva, práva dítěte, jejich ochrana, poškozování lidských práv, šikana, diskriminace	Vyučující daného předmětu
Výtvarná výchova	Osobní postoj v komunikaci - jeho utváření a zdůvodňování	Vyučující daného předmětu



**Základní škola a Mateřská škola Litvínov,
Podkrušnohorská 1589, okres Most**

8. ročník

	Vnitřní svět člověka – vnímání, prožívání, poznávání a posuzování skutečnosti, sebe i druhých lidí, systém osobních hodnot, sebehodnocení, stereotypy v posuzování druhých lidí	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Osobní rozvoj – životní cíle a plány, životní perspektiva, adaptace na životní změny, sebezměna, význam motivace, aktivity, vůle a osobní kázně při seberozvoji	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Zásady lidského soužití – morálka a mravnost, svoboda a vzájemná závislost, dělba práce a činností, výhody spolupráce lidí	Vyučující daného předmětu
Přírodopis	Životní styl – pozitivní a negativní dopad životního stylu na zdraví	Vyučující daného předmětu
Přírodopis	Nemoci, úrazy a prevence	Vyučující daného předmětu
Výtvarná výchova	Prostředky pro vyjádření emocí, představ	Vyučující daného předmětu
Výtvarná výchova	Osobní postoj v komunikaci -	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ ROZVOJ Sebepoznání a sebepojetí - vztah k sobě samému - vztah k druhým lidem - zdravé a vyrovnané sebepojetí - utváření vědomí vlastní identity Seberegulace a sebeorganizace činností a chování - cvičení sebereflexe, sebekontroly, sebeovládání a zvládání problémových situací - stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení - zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností v mezilidských vztazích - pomáhající a prosociální chování Psychohygiena - předcházení a zvládání stresu - hledání pomoci při problémech	Vyučující daného předmětu

Výchova ke zdraví	Sexuální dospívání a reprodukční zdraví	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Autodestruktivní závislosti – rizikové chování (alkohol, kouření, zbraně, nebezpečné látky a předměty, nebezpečný internet) - násilné chování – trestná činnost – dopink ve sportu	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Zdravý způsob života a péče o zdraví	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Stres a jeho vztah ke zdraví – kompenzační a relaxační, regenerační techniky překonávání únavy stresové reakce a posilování duševní odolnosti	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Bezpečné chování a komunikace – nebezpečná komunikace prostřednictvím elektronických médií – sebeobrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích ohrožení	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání, sexuální kriminalita - šikana a jiné projevy násilí - formy sexuálního zneužívání dětí - kriminalita mládeže - komunikace se službami odborné pomoci	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Ochrana člověka za mimořádných událostí	Vyučující daného předmětu
Výchova ke zdraví	Manipulativní reklama a informace	Vyučující daného předmětu
Pracovní činnosti	Sestavování jídelníčku	Vyučující daného předmětu

9. ročník

Vyučovaný předmět	Preventivní aktivita a její zaměření	Učitel
Občanská výchova	Lidská práva – základní lidská práva, práva dítěte, jejich ochrana, úprava lidských práva práv dětí v dokumentech, diskriminace	Vyučující daného předmětu
Občanská výchova	Protiprávní jednání – druhy a postihy protiprávního jednání včetně korupce, trestní postizitelnost, porušování předpisů v silničním provozu, porušování práv k duševnímu vlastnictví	Vyučující daného předmětu
Výtvarná výchova	Prostředky pro vyjádření emocí, představ	Vyučující daného předmětu
Výtvarná výchova	Osobní postoj v komunikaci	Vyučující daného předmětu
Pracovní činnosti	Základní principy Sebepoznávání: osobní zájmy a životní cíle, tělesný a zdravotní stav, osobní vlastnosti a schopnosti, sebehodnocení, vlivy na volbu profesní orientace	Vyučující daného předmětu

Plánované aktivity, které nejsou součástí učebního plánu, jednorázové aktivity (viz Plán ŠMP – SEPA):

1. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Prvňáček na jedničku	MP Litvínov	ŠMP
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP

Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
Dopravní výchova	TU	TU, Mgr. Havlíková
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

2. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP
Dopravní výchova	TU	TU, Mgr. Havlíková
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU

3. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Kočí zahrad	Mgr. Janíčková	ŠMP
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP
Dopravní výchova	TU	TU, Mgr. Havlíková
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
---	---------------------------	---------

4. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Beseda s preventistkou MP na vybrané tém	MP Litvínov	ŠMP
Dopravní hřiště	TU	TU, Mgr. Havlínová
Kočíčí zahrada	Mgr. Janíčková	Mgr. Janíčková
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

5. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP
Dopravní hřiště	TU	TU, Mgr. Havlínová
Most k naději, z.s. - Bezpečné klima	Most k naději, z.s.	ŠMP
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU

Projektová výuka	1. a 2. stupeň	
------------------	-------------------	--

6. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP
Adaptační výjezd 6. ročníků	ŠMP, TU	ŠMP, ŘŠ
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

7. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP
Lyžařský kurz	škola	Mgr. Špitálská
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

8. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
--------------------------------------	------------	-----------

Beseda s preventistkou MP na vybrané téma	MP Litvínov	ŠMP
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

9. ročník (třídy)

Preventivní aktivita a její zaměření	Realizátor	Zodpovídá
Beseda s preventistkou MP na vybrané téma - prevence kriminality, právní zodpovědnost	MP Litvínov	ŠMP
Městská knihovna Litvínov – besedy na téma prevence	Městská knihovna Litvínov	ŠMP, TU
Projektová výuka	1. a 2. stupeň	

3. Specifická selektivní (případně indikovaná) prevence pro žáky ve výuce, reagující na individuální situaci ve třídě

Aktivita, které nejsou součástí učebního plánu a reagují na zvláštní situaci v třídním kolektivu či mezi třídními kolektivy, která byla zaregistrována na základě šetření ke zjištění situace ve škole, provedeného před zpracováním MPP např. pomocí dotazníku, diskuse atd. - viz blok A. Zmapování situace pro stanovení cílů MPP.

<i>RCH, které bude řešeno:</i>	
<i>Jak byla situace zjištěna:</i>	

<i>Kdo bude situaci řešit – jméno učitele nebo externího odborníka, organizace:</i>
<i>Kdy bude situace řešena: 1.pololetí školního roku</i>
S použitím jakých metod bude intervence vedena:
<i>Způsob ověření efektivity intervence:</i>

4. Nespecifická prevence – projektové dny, volnočasové aktivity pro žáky atd.

Název aktivity, akce, kroužku	Datum nebo frekvence konání	Vedoucí programu
Projektový den prevence rizikového chování	Září 2026	ŠMP, TU
OČMS	Září, forma a rozsah bude upřesněna	Mgr. Kohoutová
EDJ	září	Mgr. Šulcová pro 1. stupeň, vyučujících cizích jazyků 2. stupeň
Cvrček – nabídka kroužků (bude upřesněno, viz níže)	říjen - červen	Mgr. Novotná Pokorná
Cross School Running	Květen 2026	Mgr. Janíčková
Aktivity v rámci družiny	v průběhu roku	1. stupeň
Sběrové akce	2x ročně	Mgr. Daňková
Halloween	říjen/listopad	Mgr. Daňková
Vánoční těšení	Prosinec	Bude upřesněno
Jsem laskavec	listopad	Mgr. Kohoutová
Divadelní představení, dle nabídky	celý šk.rok	1., 2.stupeň
Knihovna – dle nabídky	celý šk.rok	1., 2. stupeň

LVK	leden, dle možností	D. Špitálská, K. Vrchotová
Mezinárodní den mateřského jazyka	Únor	E. Kohoutová
Březen - měsíc knihy a internetu	Březen	Vyučující ČJL
Dopravní výchova - 1. stupeň	Duben	M. Šilhavá
Soutěž tříd ve sběru papíru	Duben	R. Daňková
Den Země	Duben	H. Dittrichová
Týden mediální výchovy	květen	Vyučující čjl
Třídní výlety	květen, červen	TU 1. a 2. stupně
Škola v přírodě	květen	3. Třídy + TU

CVČ CVRČEK, z.s. – nabídka kroužků pro volný čas ve školním roce 2026/2027

- *Bude upřesněna v průběhu září. V nabídce bude kroužek keramiky, dále příprava na přijímací zkoušky z českého jazyka a matematiky, v jednání je dále kroužek floorbalu.*

Naše škola otevírá kroužky: Keramika pro děti, Stolní tenis, Příprava na přijímačky z Čj a z M. Florbal je zatím v řešení (málo zájemců). Deskové hry nebudou otevřeny.

IV. Spolupráce s okolím školy

☐ **Městský úřad Litvínov, OSPOD**

Vedoucí odboru sociálních věcí a školství: 476 767 960

Odbor sociálně právní ochrany dětí a mládeže: 476 767 975

Odbor sociálních služeb: 476 767 980

☐ **Pedagogicko-psychologická poradna Most**

Vedoucí PPP: Mgr. Dagmar Jungrová: 476 708 847, dagmar.jungrova@ppuk.cz

Mgr. K. Bukvajová: 476 708 847, katerina.kralickova@pppuk.cz

Mgr. P. Kostecká: 775 441 264, pavla.kosteicka@pppuk.cz

☐ **Policie České republiky**

PČR Litvínov: 476 753 033, 974 435 711,158, krpulk.uo.mo.oo.litvinov@pcr.cz

☐ **Městská policie Litvínov**



**Základní škola a Mateřská škola Litvínov,
Podkrušnohorská 1589, okres Most**

476 767 850, 737 523 523,156, mpo@mulitvinov.cz

☐ **Preventistka MP Litvínov, p. M. Hejčová**

603 151 63, michaela.hejcova@mulitvinov.cz

☐ **K-centrum Most**

476 102 288, vedouci.kcm@mostknadeji.cz

☐ **SVP – Dyáda**

SVP Chomutov: 474 621 682, svpchomutov@volny.cz

SVP Most: 476 704 014, svpmost@volny.cz

☐ **Praktičtí lékaři a pediatři**

V. Rámcový časový harmonogram realizace programu – dle vyučujících, celý školní rok ve všech předmětech a v rámci TCh

VI. Evidence a způsob vyhodnocení PPŠ

ŠMP – vedení záznamů o výskytu RCH ve škole, vzdělávacích akcí pro pedagogy, preventivních aktivitách pro žáky.

Vyhodnocení – Dotazníky, pohovory. Na konci školního roku dotazníkové šetření.

Za vyhodnocení jsou zodpovědní TU, ŠMP, garanti akcí.

Zpracování závěrečné zprávy ŠMP společně se všemi realizátory

Školní program proti šikanování 2026/2027

Vypracovala: Mgr. Andrea Janíčková, ŠMP

ÚVOD

1. Vnější charakteristika šikanování

1. Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit. Zahrnuje jak fyzické útoky např. v podobě bití, vydírání, loupeží, poškozování věcí, tak i útoky slovní v podobě nadávek, pomluv, vyhrožování či ponižování.

1.A. Přímá šikana může mít **podobu fyzickou** (např. bití, plivání, tahání za vlasy), verbální (např. vulgární nadávky, zraňující komentáře k rase, národnosti, etnicitě, náboženství nebo sexualitě, výhrůžky, násilné a manipulativní příkazy); **nebo neverbální** (např. urážlivá gesta a zvuky, zírání, používání zastrašujících nebo výhrůžných výrazů ve tváři, nebo v řeči těla, ničení/schovávání/kradení věcí nebo učebních pomůcek).

1.B Nepřímá šikana má za cíl způsobit emocionální a psychologické utrpení a poškodit sociální status oběti. Tato šikana je vykonávána způsobem, kdy útočník působí bolest tak, aby to vypadalo, že žádný takový záměr ve skutečnosti nemá. Hlavní agresor k útoku často využívá prostředníka, neútočí přímo. **Nepřímá šikana je většinou nefyzická, nicméně v některých případech může být také třetí strana manipulována do situace, kdy má zapříčinit fyzické ublížení.** Nefyzické formy nepřímé šikany pak mohou zahrnovat **záměrnou ignoraci nebo izolování žáka nebo učitele rozšiřování zákeřných pomluv a lží, neoprávněná nařčení ze sexuálního obtěžování nebo nespravedlivého hodnocení (u učitele), ničení pověsti a reputace, ponižování před ostatními žáky i pedagogy, nepříjemné sexuální provokace.**

2. Kyberšikana je jednou z forem psychické šikany. **Je to zneužití ICT (informačních a komunikačních technologií), zejména pak mobilních telefonů a internetu,** k takovým činnostem, které mají někoho záměrně ohrozit, ublížit mu. Podobně jako u šikany tváří v tvář se jedná o úmyslné chování, kdy je **oběť napadána útočníkem nebo útočníky**. Oproti šikaně tváří v tvář má kyberšikana ze své podstaty **mnohem větší dosah**, čímž ještě více zhoršuje prožívání oběti. Pokud je oběť šikanována ve třídě, svědky pomluv, nadávek, posmívání a ztrapňování je max. několik desítek lidí. **V prostředí internetu může být svědkem (ale i útočníkem) stejného chování i několik desítek tisíc lidí.** Kyberšikana bývá u dětí školního věku často doplňkem klasické přímé a nepřímé šikany. Je tedy důležité při řešení prověřit případné souvislosti s klasickou šikanou. Tedy pokud probíhá klasická šikana (např. nadávky, ponižování), je nutné zjistit situaci oběti v kyberprostoru (mobil, profil, chat apod.) a naopak. Škola by se kyberšikanou měla zabývat vždy, když se o ní dozví. Základním úkolem musí být zmapování konkrétního případu, které škole pomůže rozhodnout se pro správný postup řešení.

3. Důležité znaky šikanování:

- **záměrnost**
- **cílenost**
- **opakování (není podmínkou)**
- **nepoměr sil**
- **bezmocnost oběti**
- **nepříjemnost útoku**
- **samoúčelnost agrese.**

4. Za šikanování se nepovažuje škádlení a agrese, která nemá znaky šikanování (opakování, záměrnost atd.). Například, když se tzv. „poperou“ dva přibližně stejně silní žáci kvůli dívce, která se jim oběma líbí, nejde o šikanování, protože tu chybí nepoměr sil, kdy oběť se neumí nebo z různých příčin nemůže bránit (podrobněji viz metodické doporučení). **Ve chvíli, kdy se žák škádlení nebo agresi neumí nebo nemůže bránit, cítí se bezradný a bezmocný, a přesto škádlení nebo agrese pokračuje, pak toto chování přerůstá v šikanu.** Podobně, jedná-li se o šikanu pedagoga žáky, pak

šikana není **zlobení a nerespektování ze strany žáků**, které postrádá znaky šikany. **Naopak přerůstá v šikanu, stává-li se vědomým, záměrným, úmyslným a cítí-li pedagog, že není v jeho moci jej zastavit, cítí se bezbranně, ztrácí autoritu a poměr sil v rolích žák/žáci x pedagog se obrací.**

5.

a) **Kyberšikanou není oprávněná kritika na internetu bez zlého úmyslu, bez nadávek a ponižování.** Termínem kyberšikana neoznačujeme rovněž vzájemné internetové psychické násilí a ani věcný konflikt (i opakovaný) mezi rovnocennými partnery.

b) Od kyberšikany je potřeba odlišovat příbuzné fenomény, které jsou často s kyberšikanou provázány nebo se s ní částečně překrývají, nicméně samy o sobě označují jiný typ násilného chování. Patří mezi ně například happy slapping, sexting, hoax, spam, cyberstalking, flaming, phishing.

Rozdíl mezi šikanováním a škádlením (Kolář, 2011)

	<i>Škádlení</i>	<i>Šikanování</i>
<i>Definice</i>	Škádlení patří k rovnocenným kamarádským nebo partnerským vztahům. Chápáno je jako projev přátelství. Za škádlení se považuje žertování (popichování, zlobení) za účelem dobré nálady a není v něm vítěz ani poražený.	Šikanování patří do násilných a závislostních vztahů. Za šikanování se považuje, když jeden nebo více žáků úmyslně a opakovaně ubližuje druhým. Znamená to, že dítěti někdo, komu se nemůže ubránit dělá, co mu je nepříjemné, co ho ponižuje nebo to prostě bolí.
1. Záměr	Vzájemná legrace, radost a dobrá nálada.	Ublížit, zranit a ponížit.
2. Motiv	Náklonnost, sblížení, seznamování, zájem o druhé. Rozpouštění napětí ve třídě a navozování uvolněné a pohodové atmosféry. Zodolňování, zmužnění.	Základní tandem – moc a krutost. Další motivy: překonávání samoty, zabíjení nudy, zvědavost a la Mengele, žárlivost, předcházení vlastnímu týrání, vykonání něčeho velkého.

3. Postoj	Respekt k druhému a sebeúcta.	Devalvace, znevážení druhého.
4. Citlivost	Vcítění se do druhých.	Tvrdost a nelítostnost.
5. Zranitelnost	Dítě není zvýšeně zranitelné a přecitlivělé.	Bezbrannost, oběť se neumí, nemůže či nechce bránit.
6. Hranice	Obě strany mají možnost obhájit své osobní teritorium. Vzájemné vnímání a respektování verbálních i neverbálních limitů. Při divočejším škádlení žádný nepoužije své plné síly nebo silnější mírní své reakce.	Prolamování hranic, „znásilňování“ druhého. Silnější strana nebere ohled na slabšího. Oběť dává najevo, že je jí to nepříjemné, útočníci pokračují dál.
7. Právo a svoboda	Rovnoprávnost účastníků. Dítě se může bránit a škádlení opřevovat, případně ho může zastavit a vystoupit z něho.	Bezpráví. Pokud se dítě brání, nebo dokonce „legraci“ oplátí, je tvrdě ztrestáno!
8. Důstojnost	Zachování důstojnosti. Dítě nemá pocit ponížení. Necítí se trapně a uboze.	Ponížení lidské důstojnosti. Dítě je zesměšňováno a ponižováno.
9. Emoční stav	Radost, vzrušení ze hry, lehké naštvání. I nepříjemné! Ale ne bezmoc.	Bezmoc! Strach, stud a bolest. Nepříjemné a bolestivé prožívání útoku.
10. Dopad	Podpora sebehodnoty a pozitivní nálada.	Pochybnosti o sobě, nedostatek důvěry, úzkost, deprese. Dítě má strach ze školy.

Školní program proti šikaně je začleněn do struktury školní preventivní strategie a její pevnou a funkční součástí. Na jeho tvorbě a realizaci se podílejí všichni pedagogičtí pracovníci školy. Koordinace jeho tvorby patří ke standardní činnosti školního metodika prevence. Ten podle potřeby spolupracuje s metodikem prevence v PPP. Za realizaci a hodnocení programu je odpovědný ředitel školy.

Východisko

Školní program proti šikanování je nejúčinnějším způsobem, jak ochránit děti před šikanou. Zahrnuje v sobě **metody řešení** a další opatření zaměřená přímo na **nápravu šikanování**. Předpokladem jeho fungování je dobrá všeobecná prevence rizikového chování ve škole. Každá škola vytváří vlastní školní program proti šikanování. Školní program proti šikanování je klíčovou součástí Minimálního preventivního programu .

Cíl programu

Cílem programu **je vytvořit ve škole bezpečné, respektující a spolupracující prostředí**. Důležité je zaměřit se na oblast komunikace a vztahů mezi žáky ve třídách, a to bez ohledu na to, zda tam k projevům šikany již došlo či ne.

Školní program proti šikanování má 13 hlavních součástí:

1. zmapování situace – analýza a evaluace (před a po zavedení programu a také v jeho průběhu);
2. motivování pedagogů pro změnu;
3. společné vzdělávání a supervize všech pedagogů;
4. užší realizační tým (zástupce vedení – ředitel školy, zástupci třídních učitelů z 1. a 2. stupně, zástupce družiny, školní metodik prevence, výchovný poradce);
5. společný postup při řešení šikanování – scénář pro obyčejnou počáteční šikanu, základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany
6. primární prevence v třídních hodinách;
7. primární prevence ve výuce- zapracována do jednotlivých vyučovacích předmětů
8. primární prevence ve školních i mimoškolních programech mimo vyučování;
9. ochranný režim (demokraticky vytvořený smysluplný školní řád, účinné dohledy učitelů);
10. spolupráce s rodiči (vhodný způsob seznámení s nekompromisním bojem školy proti šikaně - na webových stránkách a při třídních schůzkách);
11. školní poradenské služby;
12. spolupráce se specializovanými zařízeními;
13. vztahy se školami v okolí (domluva ředitelů na spolupráci při řešení šikany, kdy se jí účastní žáci z různých škol).

Minimální požadavky na školu pro řešení šikany

Aby škola mohla účinně a bezpečně zastavit již existující šikanování, měla by plnit tyto požadavky:

➤ Ředitel školy je orientován v metodice, organizaci a právní problematice šikanování. Je to základní předpoklad, aby mohl vytvořit příznivé podmínky pro vyškoleného odborníka na řešení šikany a inicioval rozvíjení školního programu proti šikanování.

➤ **Škola má vyškoleného jednoho odborníka pro koordinaci a následně i pro řešení šikany – školního metodika prevence.** Pracovník pověřený řešením umí kvalifikovaně odhadnout stadium a formu šikany a rozhodnout, zda řešení zvládne škola sama nebo zda si povolá odborníka. Škola spolupracuje s PPP, SVP a dalšími organizacemi a institucemi při řešení pokročilých a neobvyklých šikan, které sama nezvládne.

➤ **Škola aktivně spolupracuje s rodiči na ochraně dětí a žáků před šikanou.** Vhodný způsob je seznámení rodičů s nekompromisním bojem školy proti šikanování, na webových stránkách a na třídních schůzkách

➤ **Škola má ve školním řádu:**

- **zakomponován kategorický zákaz chování mající charakter šikanování** a opatření, která se váží k tomuto závažnému porušení školního řádu
- **zpracovaná pravidla používání informačních a komunikačních technologií, internetu a mobilních telefonů** (během vyučování, o přestávkách, v prostoru školy). Součástí tohoto textu je i stanovení **kázeňských opatření při nedodržování těchto pravidel.**

➤ **ředitel školy zajistí v souladu s pracovním řádem dohled pedagogických pracovníků nad žáky ve škole před vyučováním a o přestávkách**, na vytipovaných rizikových místech v prostorách školy.

➤ **Ve třídě jsou nastavena třídní pravidla**, která nenahrazují ani nezdvojují školní řád. Ideální je, pokud se na tvorbě třídních pravidel a na reflexi jejich dodržování podílejí spolu s pedagogem (nejlépe třídním učitelem) do značné míry samotní žáci.

➤ **Škola usiluje o včasné odhalení šikany** a za tímto účelem má nastavený funkční systém vzájemné komunikace mezi pedagogy o signálech, výskytu porušení pravidel, nebo jiných rizikových faktorech tak, aby byl pedagog vždy včas informován o tom, jaká atmosféra je v jeho třídě. Současně má škola nastaven pravidelný monitoring varovných signálů výskytu šikany.

Preventivní program školy

➤ **Škola zajistí informovanost všech svých členů** o tom, co je a co není šikanování, jak se zachovat ve chvíli, kdy je žák nebo pedagog ohrožován agresory, a kam se může obrátit o pomoc. Žáci, pedagogové i rodiče jsou srozumitelnou formou informováni o tom, na koho se mají obrátit a jak a komu je možné si stěžovat, pokud nejsou spokojeni s postupem pedagoga nebo školy.

Projevy šikanování

Šikanování má ve svých projevech velice různou podobu. Mezi základní formy šikany podle typu agrese – typu nebo prostředku týrání patří:

- fyzická agrese, přímá a nepřímá (patří sem i krádeže a ničení majetku oběti);
- verbální šikana, přímá a nepřímá – psychická šikana (součástí je i kyberšikana, děje se pomocí informačních a komunikačních technologií);
- smíšená šikana, kombinace psychické a fyzické šikany (násilné a manipulativní příkazy apod.).

Podstatnou vlastností šikany je skrytost. Ta je dána tím, že často odhalení zejména pokročilé šikany brání z rozličných důvodů a pohnutek všichni účastníci vyšetřování včetně oběti. Z tohoto důvodu je důležité umět rozpoznat přímé a nepřímé signály šikany.

Při vlastní diagnostice šikany je třeba zkoumat tento fenomén ze tří praktických pohledů

- jako nemocné chování
- závislost
- poruchy vztahů ve skupině

Za určitých okolností může šikanování přerůst až do forem skupinové trestné činnosti a v některých opravdu závažných případech může nabýt i rysy organizovaného zločinu.

1. Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
- O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.

- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.
- Stále postrádá nějaké své věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřenin, modřin, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.
- (Zejména je třeba věnovat pozornost mladším žákům nově zařazeným do třídy, neboť přizpůsobovací konflikty nejsou vzácností!)

2. Přímé znaky šikanování mohou být např.:

- Posměšné poznámky na adresu žáka, pokořující přezdívka, nadávky, ponižování, hrubé žerty na jeho účet. Rozhodujícím kritériem je, do jaké míry je daný žák konkrétní přezdívkou nebo "legrací" zranitelný.
- Kritika žáka, výtky na jeho adresu, zejména pronášené nepřátelským až nenávisným, nebo pohrdavým tónem.
- Nátlak na žáka, aby dával věcné nebo peněžní dary šikanujícímu nebo za něj platil.
- Příkazy, které žák dostává od jiných spolužáků, zejména pronášené panovačným tónem, a skutečnost, že se jim podřizuje.
- Nátlak na žáka k vykonávání nemorálních až trestných činů či k spoluúčasti na nich.
- Honění, strkání, šťouchání, rány, kopání, které třeba nejsou zvlášť silné, ale je nápadné, že je oběť neoplácí
- Rvačky, v nichž jeden z účastníků je zřetelně slabší a snaží se uniknout.

Rodiče žáků se doporučuje upozornit zejména na to, aby si všímali těchto možných příznaků šikanování:

- Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
- Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by se telefonovalo apod.
- Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
- Nechuť jít ráno do školy (zvláště když dříve mělo dítě školu rádo). Dítě odkládá
- odchod z domova, případně je na něm možno při bedlivější pozornosti pozorovat strach. Ztráta chuti k jídlu
- Dítě nechodí do školy a ze školy nejkratší cestou, případně střídá různé cesty, prosí o dovoz či odvoz autem
- Dítě chodí domů ze školy hladové (agresori mu berou svačinu nebo peníze na svačinu).
- Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
- Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na ně.
- Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objeví výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě. Odmítá svěřit se s tím, co je trápí.
- Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody (například opakovaně říká, že je ztratilo), případně doma kradе peníze.
- Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
- Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
- Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, možná ráno zvrací, snaží se zůstat doma. Své zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat (manipulace s teploměrem apod.)
- Dítě se vyhýbá docházce do školy.
- Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

Základní postup v řešení šikany

- Preventivní opatření školy směřují k minimalizaci rizika výskytu šikany. Škola ale musí být připravena i na situaci, kdy se přes všechna opatření šikana objeví.

- Pro volbu způsobu šetření a řešení šikany je zásadní vyhodnocení závažnosti situace.
- Po vyhodnocení závažnosti situace a dále v průběhu celého šetření škola musí zvažovat, zda je sama kompetentní šikanu šetřit a řešit nebo zdali požádá o pomoc zvenčí (např. pedagogickopsychologickou poradnu, středisko výchovné péče, neziskovou organizaci).
- Pedagogové, především školou pověřený a vyškolený pedagog pro prevenci a řešení šikany (např. školní metodik prevence), by měli zvládnout počáteční šikanu, tj. první, druhé a někdy i třetí stadium, kdy ještě nalezneme vhodné svědky a žáky ochotné spolupracovat na změně, a kdy ještě ubližování slabším není řízeno jádrem agresorů. V případě potřeby se škola obrací na externí odborníky.
- Při vyšetřování a řešení pokročilé šikany se škola obrátí na externí odborníky na šikanu, kteří jsou vybaveni pro řešení třetího, ale i čtvrtého a pátého stadia.
- Jeden typ pokročilé šikany – výbuch skupinového násilí, tzv. školní lynč, je výjimkou. Zde nelze čekat na odborníka, oběti hrozí těžké poškození zdraví, kromě toho později to již nelze vyšetřit.
- Při řešení by měl být kladen akcent na to, že žák, který je obětí šikany, není jejím viníkem a neměl být důsledky řešení znevýhodněn. Je důležité se samotným žákem probrat, co škola může udělat pro to, aby se zase cítil bezpečně.
- Po celou dobu řešení škola zajišťuje ochranu informací a informátorů, jasně vyjadřuje negativní postoj k násilí a ukazuje, že je toto téma považováno za vážné.
- Součástí řešení pak musí být vždy nastavení ozdravných mechanismů pro všechny, kteří se šikany účastnili, a dále pro celou skupinu (třídu). Pro nápravu situace ve skupině je potřeba pracovat s celým třídním kolektivem. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina či menšina).
- Doporučuje se dále pracovat s agresorem (vedení k náhledu na vlastní chování, motivy apod.) i s obětí šikany. V případě potřeby doporučit zákonnému zástupci péči dítěte v pedagogickopsychologické poradně, středisku výchovné péče nebo jiných odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů.

Při řešení by se škola měla vyvarovat těchto nevhodných postupů:

- přehlížení, bagatelizací agresivního nebo násilného chování
- odkazování na to, aby si oběť svoji situaci řešila sama, „postavila se jí“
- nucení žáků, aby veřejně řekli, co viděli nebo se veřejně ihned na místě omlouvali

- vedení rozhovoru s žákem o situaci před ostatními žáky, vedení rozhovorů žáků zapojených do šikany společně
- nedostatečného vyhodnocení závažnosti problému a z toho plynoucí volby neadekvátních postupů nebo nepřiměřeného trestu
- emotivního řešení problému (k řešení problému je třeba přistupovat věcně)
- agresivního řešení problému (např. násilím)
- příliš autoritativního řešení (např. zastrašováním nebo vyhrožováním), což může vést spíše ke zhoršení situace, případně ke skrytějším formám šikany, nebo i k jinému rizikovému jednání
- předjímání recidivy útočníka
- řešení i méně závažného rizikového chování v součinnosti s policií (zbytečná kriminalizace útočníka)
- automatického obviňování oběti (sekundární viktimizace)
- vyhýbání se problematikým aktivitám jako zdrojům budoucí šikany

Nápravná opatření

Škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů tato nápravná opatření:

- výchovná opatření (napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy; podmíněné vyloučení a vyloučení ze školy - nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku)
- realizace individuálního výchovného plánu agresora
- snížení známky z chování
- převedení do jiné třídy, pracovní či výchovné skupiny (je třeba individuálně posoudit efektivitu tohoto opatření, aby nedošlo k přesunutí šikany do nového prostředí a podmínek)
- vyloučení ze školy při mimořádně závažné šikaně a opakované šikaně po rozhodnutí výchovné komise – nelze použít v případě žáka, který plní povinnou školní docházku. Při vyloučení žáka se musí postupovat v souladu se zákonem č. 561/2004 Sb., předškolním, základním, středním, vyšším odborným a jiným vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů a zákonem č. 500/2004 Sb.

Odpovědnost rodičů a komunikace školy s rodiči

- **Škola informuje rodiče o programu proti šikanování.**

- **Když rodiče přijdou žádat o pomoc ohledně šikany svého dítěte – nereaguje pedagog obranně a nedůvěřivě.** Nevyjadřuje pochybnosti, nechápe prosbu rodičů jako stížnost. Nezlehčuje situaci tvrzením, že jejich dítě provokovalo, nebo že se jednalo jenom o škádlení atd. Je nutné rodiče v klidu vyslechnout, nechat vymluvit, nepoučovat, aktivně naslouchat. Je potřeba se umět doptat na důležité informace. Podezření nebo tvrzení rodičů, že je jejich dítě šikanováno, se nesmí nikdy podcenit a je potřeba účinně a bezpečně situaci prošetřit.
- Škola nezve rodiče protagonistů šikany do školy, když ještě šikana není vyšetřena
- Rozhovor s rodiči oběti probíhá individuálně. U počáteční šikany, která se dá vyšetřit během jednoho nebo dvou dnů, obvykle proběhne až po jejím vyšetření. Úkolem je rodiče informovat o zjištěních a závěrech školy a domluvit se na dalších opatřeních. Někdy je užitečné připravit rodiče oběti i na třídní schůzku, kde bude podána informace o řešení šikany. ➤ Vážnou chybou je neinformování rodičů o řešení šikany.
- Ve všech případech je potřeba informovat rodiče, že ve třídě byla šikana a škola ji řešila. U počáteční šikany zpravidla stačí podat informaci na pravidelné schůzce, u pokročilé šikany je na místě svolat schůzku mimořádnou. Vždy je důležité, aby byl na schůzce přítomný školou pověřený a vyškolený pedagog pro prevenci a řešení šikany (případně i externí odborník).

Šikana zaměřená na učitele: jak jí předcházet a jak ji řešit

- **Šikana zaměřená na učitele ze strany žáků nesmí být považována za individuální záležitost konkrétního pedagoga, kterou by si měl vyřešit sám. Odpovědnost za prevenci a řešení šikany nese vedení školy, potažmo také zřizovatel.**
- **Šikana zaměřená na učitele je specifická tím, že dojde k narušení jasně definovaných rolí (učitel × žák) a žák/student se dostane do pozice větší moci než pedagog, bez ohledu na formálně vyšší moc a autoritu učitele.**
- Šikana zaměřená na učitele se nejčastěji odehrává ve škole – ve třídách a na chodbách, nicméně může se odehrávat také mimo školu ve veřejných prostorách, v místě bydliště pedagoga nebo v kyberprostoru.
- Je zapotřebí mít na paměti, že šikanou může trpět i vysoce zkušený a kompetentní **pedagog, který dobře zná svůj předmět, ovládá třídní management a má dobré pedagogické schopnosti. Ani**

takový pedagog nemusí disponovat kapacitou zamezit některým šikanujícím projevům vůči sobě.

Specifika pro prevenci šikany zaměřené na učitele

- Pro prevenci šikany zaměřené na učitele platí doporučení pro vytváření a udržování **bezpečné školy**.
- Vedení školy vyjadřuje pedagogům podporu, oceňuje jejich práci, vytváří atmosféru důvěry, podporuje spolupráci v pedagogickém sboru a zastává nekonfliktní způsob řešení problémů.
- Při podezření své osoby nebo kolegy oznámí tuto situace vedení školy.
- **Pedagog nastavuje a uplatňuje jasná pravidla ve třídě; na konflikt nebo nerespektování reaguje včas, pracuje s pravidly v chování a používá stanovené důsledky jejich nerespektování, vyhýbá se řešení konfliktu a konfrontací ze strany žáka před celou třídou, vyhýbá se konfrontačnímu tónu.**
- Pedagog posiluje zapojení žáků do výuky, dává jim na výběr, činí úkoly a výuku pro žáky zajímavými, propojuje výuku s běžným životem a potřebami žáků; jeho výklad a očekávání jsou pro žáky srozumitelné, odpovídají obtížnosti, kterou mohou zvládnout.
- Očekává úspěch u všech žáků a podporuje je, dává žákům zpětnou vazbu k tomu, co udělali dobře, staví na silných stránkách žáků.
- Nezpůsobuje ponížení nebo zesměšnění žáka před třídou; při hodnocení žáka zachovává jeho důstojnost.
- Všímá si změn v náladě, emocích a v chování žáků a včas na ně reaguje.
- Problémy neřeší sám, ale ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm, případně s vedením školy.

Specifika pro řešení šikany zaměřené na učitele

- Pedagog, který čelí šikaně ze strany žáků, je v dané situaci v pozici oběti, která by neměla zůstat v situaci sama, ale měla by vyhledat pomoc ostatních. Škola podporuje své pedagogy, zajistí jejich bezpečí a řeší vzniklou situaci se žáky, rodiči a ostatními pedagogy.
- **Je zapotřebí zajistit bezpečí pro ohroženého pedagoga - pokud není toto zajištěno**

školou, pedagog odejde ze třídy, přivolá si pomoc a požádá o spolupráci jiného kolegu nebo vedení školy pro zajištění dohledu ve třídě, případně izolaci agresora a zajištění bezpečí pro ostatní žáky ve třídě vyžaduje-li to situace.

- Je zapotřebí, aby pedagog sám, jeho kolegové i vedení školy porozuměli tomu, že pedagog byl vystaven traumatickému zážitku. Tento zážitek může být bolestným i pro svědky (kolegy nebo žáky ve třídě). Je proto zapotřebí dovolit si čas na zpracování šoku, neobviňovat se, vyhledat si pro sebe sociální podporu od kolegů, přátel, rodiny, monitorovat u sebe znaky stresu, které se mohou objevit i později (např. problémy se spánkem, pozorností, úzkosti, zvýšená citlivost, nechut' k jídlu nebo naopak) a případně vyhledat pro sebe odbornou pomoc.
- Pro třídu, ve které se šikana odehrávala, zajistí škola intervenční program k řešení šikany za účelem znovunastolení bezpečí ve třídě.
- V případě, že je pedagog nespokojený s řešením situace ze strany vedení školy, může se obrátit na příslušný inspektorát práce.

Stádia šikanování

Školní šikanování je nemoc skupinové demokracie a má svůj zákonitý vnitřní vývoj. První stadium se v podstatě odehrává v jakékoliv skupině. Všude je někdo neoblíbený nebo nevlivný, na jehož úkor je prima si dělat „legrácky“. Pak to ale jde dál, skupina si najde jakéhosi otloukánka. Třetí stadium je už klíčové, kdy se vydělí jádro útočníků a systematicky začne šikanovat nejvhodnější oběti. Do této chvíle lze věci jasně řešit.

Následně ale dojde k bodu zlomu, kdy se šikanování stane nepsaným zákonem i pro opravdu slušné děti a celé skupina se stává krutou. V pátém stadiu – totalitě – se stane šikanování skupinovým programem.

První stadium: Zrod ostrakismu

Jde o mírné, převážně psychické formy násilí, kdy se okrajový člen skupiny necítí dobře. Je neoblíben a není uznáván. Ostatní ho více či méně odmítají, nebaví se s ním, pomlouvají ho, spřádají proti němu intriky, dělají na jeho účet „drobné“ legrácky apod. Tato situace je již zárodečnou podobou šikanování a obsahuje riziko dalšího negativního vývoje.

Druhé stadium: Fyzická agrese a přitvrzování manipulace

V zátěžových situacích, kdy ve skupině stoupá napětí, začnou ostrakizovaní žáci sloužit jako hromosvod. Spolužáci si na nich odreagovávají nepříjemné pocity například z očekávané těžké písemné práce, z konfliktu s učitelem nebo prostě jen z toho, že chození do školy je obtěžuje. Manipulace se přitvrzuje a objevuje se zprvu ponejvíce subtilní fyzická agrese.

Třetí stadium (klíčový moment): Vytvoření jádra

Vytváří se skupina agresorů, úderné jádro. Tito šířitelé „viru“ začnou spolupracovat a systematicky, nikoliv již pouze náhodně, šikanovat nejvhodnější oběti. V počátku se stávají jejich obětmi ti, kteří jsou už osvědčeným objektem ostrakizování. Jde o žáky, kteří jsou v hierarchii nejnižší, tedy ti „slabí“.

Čtvrté stadium: Většina přijímá normy

Normy agresorů jsou přijaty většinou a stanou se nepsaným zákonem. V této době získává neformální tlak ke konformitě novou dynamiku a málokdo se mu dokáže postavit. U členů „virem“ přemožené skupiny dochází k vytvoření jakési alternativní identity, která je zcela poplatná vůdcům. I mírní a ukáznění žáci se začnou chovat krutě – aktivně se účastní týrání spolužáka a prožívají při tom uspokojení.

Páté stadium: Totalita neboli dokonalá šikana

Násilí jako normu přijímají všichni členové třídy. Šikanování se stává skupinovým programem. Obrazně řečeno nastává éra „vykořisťování“. Žáci jsou rozděleni na dvě sorty lidí, které jsem pro přehlednost označil jako „otrokáře“ a „otroky“. Jedni mají všechna práva, ti druzí nemají práva žádná.

Prevence šikanování

Základem prevence šikanování a násilí na škole je podpora pozitivních vzájemných vztahů mezi žáky (a mezi žáky a učiteli). Škola při efektivní realizaci prevence šikanování usiluje o vytváření bezpečného prostředí a za tím účelem:

- podporuje solidaritu a toleranci,
- podporuje vědomí sounáležitosti
- posiluje a vytváří podmínky pro zapojení všech žáků do aktivit třídy a školy
- uplatňuje spolupráci mezi dětmi a rozvíjí jejich vzájemný respekt
- rozvíjí jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince.

Každý pedagog, obzvláště třídní učitel, je odpovědný za vytvoření zdravého klimatu třídy.

Je povinen zejména:

- podporovat rozvíjení pozitivních vztahů mezi dětmi
- jednat s dětmi jako s partnery o udržovat ovzduší důvěry mezi dětmi a pedagogy
- v kritických situacích dát jasně najevo, že špatné chování nelze tolerovat
- nebýt lhostejný k projevům agresivity o informovat děti i rodiče, na koho se obrátit při problémech- třídní učitel, výchovný poradce, schránka důvěry, vedení školy, linka důvěry...

Pedagogičtí pracovníci vedou důsledně a systematicky žáky k osvojování norem mezilidských vztahů založených na demokratických principech, respektujících identitu a individualitu žáka. Pomáhají rozvíjet pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka.

Všichni pedagogičtí pracovníci by měli vnímat vztahy mezi žáky a atmosféru v třídních kolektivech, kde působí, jako nedílnou a velmi důležitou součást své práce. Důležité aktivity školy nelze spojovat jen s určitým vyučovacím předmětem nebo skupinou předmětů. Vztahy a chování pedagogických i nepedagogických pracovníků vůči sobě a vůči žákům, ovlivňují chování žáků.

Ve školním řádu jsou jasně stanovena pravidla chování včetně sankcí za jejich porušení.

Odpovědnost školy chránit děti před šikanou

1. Škola má jednoznačnou odpovědnost za děti a žáky. V souladu s ustanovením § 29 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, jsou školy a školská zařízení povinny zajišťovat bezpečnost a ochranu zdraví dětí, žáků a studentů v průběhu všech vzdělávacích a souvisejících aktivit a současně vytvářet podmínky pro jejich zdravý vývoj a pro předcházení vzniku rizikového chování (sociálně patologických jevů). Z tohoto důvodu **pedagogický pracovník šikanování mezi žáky předchází, jeho projevy neprodleně řeší a každé jeho oběti poskytne okamžitou pomoc.**

2. Škola má ohlašovací povinnost při výskytu šikany v následujících případech:

➤ dojde-li v souvislosti se šikanou k jednání, které by mohlo naplňovat znaky přestupku nebo trestného činu, obrací se škola na Policii ČR. Trestní oznámení je možné podat také na státní zastupitelství;

➤ dojde-li k šikaně v průběhu vyučování, s ním souvisejících činností anebo poskytování školských služeb, má škola povinnost tuto skutečnost oznámit zákonnému zástupci jak žáka, který

byl útočníkem, tak žáka, který byl obětí. Tato povinnost vyplývá ze školského zákona (§ 21 odst. 2 školského zákona, dle něhož mají zákonní zástupci dětí a nezletilých žáků právo mj. na informace o průběhu a výsledcích vzdělávání dítěte či žáka a právo vyjadřovat se ke všem rozhodnutím týkajícím se podstatných záležitostí jejich vzdělávání). Skutečnost, že dítě někoho šikanovalo nebo bylo šikanováno, lze chápat jako významnou skutečnost, která v průběhu vzdělávání nastala;

➤ škola ohlašuje orgánu sociálně právní ochrany dětí takové skutečnosti, které nasvědčují tomu, že dítě je v ohrožení buď proto, že ho ohrožuje někdo jiný nebo proto, že se ohrožuje svým chováním samo (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů);

➤ v případě šikany se jedná o všechny případy, které škola oznámila policejnímu orgánu nebo státnímu zástupci a dále případy, které výše uvedeným nebyly oznámeny i přesto, že se stalo něco závažného, protože nebyl zákonný důvod.

3. Z hlediska zákona č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „TZ“), může šikanování žáků naplňovat skutkovou podstatu trestných činů či provinění (dále jen „trestných činů“). Proviněním se rozumí trestný čin spáchaný mladistvým - § 6 zákona č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů (zákon o soudnictví ve věcech mládeže):

- vydírání § 175 TZ,
- omezování osobní svobody § 171 TZ,
- zbavení osobní svobody § 170 TZ,
- útisku § 177 TZ,
- těžkého ublížení na zdraví podle § 145, ublížení na zdraví § 146 TZ, § 146a TZ,
- vraždy § 140 TZ,
- loupeže § 173 TZ,
- krádeže § 205 TZ,
- násilí proti skupině obyvatelů a proti jednotlivci § 352 TZ,
- poškození cizí věci § 228 TZ,
- znásilnění § 185 TZ,

- kuplířství § 189 TZ,
- pohlavního zneužití § 187 TZ, apod.
- nebezpečné vyhrožování § 353 TZ,
- nebezpečné pronásledování § 354 TZ,
- mučení a jiného nelidského a krutého zacházení § 149 TZ.

4. Trestné činy ve vztahu ke kyberšikaně:

Kyberšikana obdobně jako školní šikana sice není sama o sobě trestným činem ani přestupkem, ale její projevy mohou naplňovat skutkovou podstatu např. těchto trestných činů:

- nebezpečné pronásledování (stalking, § 354 TZ) – např. dlouhodobě opakované pokusy kontaktovat všemi dostupnými prostředky oběť, která proto pociťuje důvodné obavy o život nebo zdraví své či svých blízkých;
- účast na sebevraždě (§ 144 TZ) – např. zaslání SMS oběti s úmyslem vyvolat u ní rozhodnutí k sebevraždě;
- porušení tajemství dopravovaných zpráv (§ 182 TZ) – např. „odposlech“ odesílaného e-mailu;
- porušení tajemství listin a jiných dokumentů uchovávaných v soukromí (§ 183 TZ), např. zveřejnění fotografií z telefonu oběti;
- pomluva (§ 184 TZ) – např. vytvoření webových stránek zesměšňujících oběť.

5. Pedagogický pracovník, kterému bude znám případ šikanování a nepřijme v tomto ohledu žádné opatření, se vystavuje riziku trestního postihu pro neoznámení, případně nepřekažení trestného činu (§ 367 TZ). V úvahu přicházejí i další trestné činy jako např. nadřizování (§ 366 TZ) či schvalování trestného činu (§ 365 TZ), v krajním případě i podněcování (§ 364 TZ).

Společný postup řešení při výskytu šikany ve škole

Proškolený pracovník - školní metodik prevence, na podkladě kvalifikovaného odhadu stadia a formy šikanování rozhodne, zda řešení zvládne škola sama, nebo si povolá odborníka specialistu (viz tabulka níže).

V případě, že jde o počáteční a obvyklou šikanu, kterou zvládne škola sama, odborník postupuje podle scénáře určeného pro tento typ šikanování. Pokročilé a komplikované šikany škola řeší ve spolupráci s odborníky z venku, zejména z PPP, SVP. Do komplikované šikany zařadíme především neobvyklé formy šikany. Dále sem zahrneme základní formy šikany, se kterými nemáme zkušenosti. Patří do nich šikany krajně ohrožující bezpečí pedagoga a život oběti, dále šikany se změnou v základním schématu. Prakticky jde zejména o nějakou zvláštnost u přímých a nepřímých účastníků šikany. Patří sem rovněž šikany s rozvinutým zakrývajícím systémem. Vážnou komplikací je intenzivnější závislostní vztah mezi oběťmi a agresory a vážnější dopady šikany na oběť - například známky úzkostné poruchy.

Šikanování je komplikovaný a paradoxní fenomén a běžné pedagogické postupy naprosto selhávají. Rovněž obecné a hotové kuchařky v podobě receptů nefungují, spíše ublíží, než pomohou.

Klasifikace scénářů pomoci podle cíle léčby, stadia a formy šikanování (Kolář, 2011)

(1) Situace, které zvládne škola sama

- (a) první pomoc pro obvyčejnou počáteční šikanu;
- (b) celková léčba pro řešení prvních dvou stadií šikanování, RTP – Rámcový třídní program.

(2) Scénáře, kdy potřebuje škola pomoc zvenku

- (c) první pomoc pro komplikovanou počáteční šikanu;
- (d) první pomoc (krizové scénáře) pro obvyčejnou pokročilou šikanu;
- (e) první pomoc (krizové scénáře) pro komplikovanou pokročilou šikanu, patří sem např. výbuch skupinového násilí, tzv. školní lynčování;
- (f) celková léčba pro třetí stadium šikanování s běžnou i komplikovanou formou.

Pro školu jsou určeny následující dva scénáře. První je určen pro řešení počáteční obvyčejné šikany. Důvodem je fakt, že těchto obvyčejných počátečních šikan je nejvíce a tvoří obrovské podhoubí pro rozbušení pokročilých a neobvyklých šikan. Druhý scénář je určený k řešení výbuchu skupinového násilí, tzv. školního lynčování. V tomto případě nelze čekat na odborníka-specialistu, protože je oběť ohrožena bezprostředně na zdraví a později je většinou nemožné případ vyšetřit. Škola proto nejprve zakročí sama, vyřeší akutní problém a později jej řeší za pomoci odborníka.

(1) Scénář pro obvyčejnou počáteční šikanu (Kolář, 2011)

1. odhad závažnosti onemocnění skupiny a stanovení formy šikany;

➤ úkol naplňujeme prostřednictvím rozhovoru s informátory a oběťmi; nesmí docházet k přímé konfrontaci pachatele a oběti, po rozhovoru s informátory následuje rozhovor s oběťmi, je důležité, aby o tom nevěděli ostatní žáci – je důležité je chránit před možnou pomstou agresorů

2. nalezení vhodných svědků

➤ vytipovat členy skupiny, kteří budou pravdivě vypovídat – žáci, kteří s obětí sympatizují, kamarádi se s ní, nebo ji alespoň neodmítají, jsou nezávislí na agresorech a nepřijímají jejich normy

3. individuální rozhovory se svědky

➤ nepřípustné je společné vyšetřování agresorů a svědků, hrubou chybou je konfrontace oběti s agresory

➤ rozhovory zorganizovat tak, aby o nich druzí nevěděli

➤ pokud se vyskytnou těžkosti, lze uskutečnit doplňující rozhovory nebo konfrontaci dvou svědků

4. ochrana oběti

5. předběžná diagnóza a volba ze dvou typů rozhovoru:

➤ rozhovor s oběťmi a rozhovor s agresory (směřování k metodě usmíření);

➤ rozhovor s agresory (směřování k metodě vnějšího nátlaku);

➤ je to poslední krok ve vyšetřování

➤ cílem je agresory okamžitě zastavit a chránit oběti, ale i je před následky svých činů

6. realizace vhodné metody:

➤ metoda usmíření;

➤ metoda vnějšího nátlaku (výchovný pohovor nebo výchovná komise s agresorem a jeho rodiči);

7. třídní hodina:

a. efekt metody usmíření;

b.

oznámení potrestání agresorů;

8. rozhovor s rodiči oběti

➤ rodiče je třeba informovat o zjištěních a závěrech školy a domluvit se na dalších opatřeních

9. třídní schůzka

10. práce s celou třídou

(Komentář k jednotlivým krokům viz metodické doporučení nebo kniha Nová cesta k léčbě šikany - Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.)

Postup vyšetřující osoby, má-li podezření na šikanu

- **Konfrontovat svá pozorování s dalšími kolegy.**
- **Co nejdříve oznámit své podezření vedení školy, výchovnému poradci, metodikovi prevence**
– konzultovat další postup.
- Mezi čtyřma očima vyslechnout více nezáujatých svědků, popřípadě konfrontovat svědky mezi sebou .
- Důležité získat odpovědi na následující otázky:
Kdo je obětí, popřípadě kolik je obětí? Kdo je agresorem, kolik agresorů je? Kdo z nich je iniciátorem, aktivním účastníkem a kdo je obětí i agresorem? Co, kdy, kde a jak dělali agresori obětí? K jak závažným agresivním a manipulativním projevům došlo? Jak dlouho šikana trvá?
- Spojit se s rodiči případné oběti, konzultovat výskyt nepřímých projevů šikany. Poprosit je o pomoc.
- Vyslechnout oběť – citlivě, diskrétně, zaručit bezpečí a důvěrnost informací.
- Zajistit ochranu oběti šikany.
- Teprve nyní vyslechnout agresory, případně konfrontovat agresory mezi sebou. (Nikdy nekonfrontovat oběti a agresory. Vytipovat nejslabší článek, dovést je k přiznání či vzájemnému obviňování.)
- Požádat vedení školy o svolání výchovné komise (vedení školy, výchovný poradce, metodik prevence, třídní učitel, popřípadě psycholog). Ta na základě shromážděných informací posoudí, zda se jedná o šikanu a jaký je stupeň její závažnosti. Výchovná komise se usnese na dalším postupu vůči obětem i agresorům i třídě jako celku. Výchovná komise navrhne výchovná opatření.
- Individuálně pozvat rodiče agresorů. Seznámit je se situací, sdělit navrhovaná opatření. Pokud odmítají, zvážit oznámení Policii ČR.
- Individuálně pozvat rodiče obětí šikany. Seznámit je situací, domluvit se na opatřeních (terapie, osobnostní výcvik,...)
- Rozebrat situaci ve třídě (vynechat citlivé detaily), vysvětlit nebezpečné důsledky šikany, oznámit potrestání viníků.
- Třídu i nadále pozorně sledovat.

(2) Základní krizový scénář pro výbuch pokročilé šikany – Poplachový plán pro tzv. školní lynčování (Kolář, 2011)

A. První (alarmující) kroky pomoci

1. zvládnutí vlastního šoku – bleskový odhad závažnosti a formy šikany;
2. bezprostřední záchrana oběti, zastavení skupinového násilí.

B. Příprava podmínek pro vyšetřování

3. zalarmování pedagogů na poschodí a informování vedení školy;
4. zabránění domluvě na křivé skupinové výpovědi;
5. pokračující pomoc oběti (přivolání lékaře);
6. oznámení na policii, paralelně – navázání kontaktu se specialistou na šikanování, informace rodičům

C. Vyšetřování

7. rozhovor s obětí a informátory;
8. nalezení nejslabších článků nespolupracujících svědků;
9. individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky;
10. rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi agresory, není vhodné konfrontovat agresora (agresory) s obětí (oběťmi).

D. Léčba

11. metoda vnějšího nátlaku a změna konstelace skupiny.

Nápravná opatření

Škola má k dispozici pro zastavení násilí agresorů běžná, ale i mimořádná nápravná opatření.

Uvedeme některá, která přicházejí při šikanování v úvahu:

- výchovná opatření (napomenutí a důtka třídního učitele, důtka ředitele školy);
- snížení známky z chování;
- převedení do jiné třídy (je třeba individuálně posoudit efektivitu tohoto opatření, aby nedošlo k přesunutí šikany do nového prostředí a podmínek);
- ředitel školy doporučí rodičům dobrovolné umístění dítěte do pobytového oddělení střediska výchovné péče, případně doporučí realizovat dobrovolný diagnostický pobyt žáka v diagnostickém ústavu;

- ředitel školy podá návrh orgánu sociálně-právní ochrany dítěte k zahájení práce s rodinou, případně k zahájení řízení o nařízení předběžného opatření či ústavní výchovy s následným umístěním v diagnostickém ústavu;
- škola umožní agresorovi individuální výchovný plán.

Doporučuje se dále pracovat s agresorem (vedení k náhledu na vlastní chování, motivy apod.) i s obětí šikany. V případě potřeby doporučit zákonnému zástupci péči dítěte v PPP, SVP nebo jiných odborníků – klinických psychologů, psychoterapeutů nebo psychiatrů, případně převedení do jiné třídy.

Pro nápravu situace ve skupině je potřeba pracovat s celým třídním kolektivem. Je nezbytné vypořádat se i s traumaty těch, kteří přihlíželi, ale nezasáhli (mlčící většina či menšina) apod.

SPOLUPRÁCE SE SPECIALIZOVANÝMI INSTITUCEMI

1. Při předcházení případům šikany a při jejich řešení je důležitá spolupráce vedení školy, školního metodika prevence, výchovného poradce nebo zástupce školy s dalšími institucemi a orgány zejména:

- v resortu školství – s PPP, SVP, speciálně pedagogickými centry (v případě integrovaných dětí na běžných školách);
- v resortu zdravotnictví – s pediatrií a odbornými lékaři, dětskými psychology, psychiatry a zařízeními, která poskytují odbornou poradenskou a terapeutickou péči, včetně individuální a rodinné terapie;
- v resortu sociální péče – s oddělením péče o rodinu a děti, s oddělením sociální prevence (možnost vstupovat do každého šetření, jednat s dalšími zainteresovanými stranami, s rodinou), případně s NNO specializujícími se na prevenci a řešení šikany.

2. Dle vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění vyhlášky č. 116/2011 Sb. je při poskytování poradenských služeb (tj. také při intervenčních programech) nutné žáky, včetně jejich zákonných zástupců, předem informovat o charakteru poradenské služby. Využívá se tzv. informovaný souhlas (viz § 1 odst. 3 vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění vyhlášky č. 116/2011 Sb.)

➤ Výstupem práce externí odborné instituce by měla být písemná zpráva s adekvátními informacemi (§ 1 odst. 5 vyhlášky č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění vyhlášky č. 116/2011 Sb.). Aby byly pro školu informace relevantní, doporučuje se před započítím poradenských služeb dohodnout obsah a rozsah práce.

3. Dojde-li k závažnějšímu případu šikanování nebo při podezření, že šikanování naplnilo skutkovou podstatu trestného činu (provinění), ředitel školy nebo školského zařízení oznámí tuto skutečnost Policii ČR.

4. Ředitel školy oznámí orgánu sociálně-právní ochrany dítěte skutečnosti, které ohrožují bezpečí a zdraví žáka. Pokud žák spáchá trestný čin (provinění), popř. opakovaně páchá přestupky, ředitel školy zahájí spolupráci s orgány sociálně-právní ochrany dítěte bez zbytečného odkladu (viz § 6, 7 a 10 zákona č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů).

PREVENCE

Stručný přehled realizovaných preventivních aktivit

- besedy s MP
- školní řád
- výuka zaměřená na téma prevence v předmětech Ov, ČJ,Ch, Z, Př, TV, Pč, Vv, Vl, Prvouka, Informatika,
- velký výběr volnočasových aktivit – zájmové kroužky
- spolupráce s rodiči a veřejností, se sportovními kluby
- informace na nástěnkách školy
- schůzky žákovské samosprávy s vedením školy
- pravidelná spolupráce s poradenskými pracovišti
- přiměřená represe při výskytu nežádoucího chování
- dotazník mezi žáky – aktuálně dle potřeb školy
- dotazník pro rodiče a žáky (hodnocení školy)
- charitativní činnost

- lyžařský kurz pro žáky 7. tříd
- adaptační kurz pro žáky 6. ročníků
- třídní akce – výlety, exkurze
- besedy na aktuální témata
- sportovní turnaje, soutěže
- projektové dny
- školení 1. pomoci
- návštěva divadelních představení
- pořady s preventivní tematikou
- spolupráce s knihovnou
- vystoupení pro rodiče

Začlenění prevence šikany do plánu školy

- začlenění témat prevence do tematických plánů – viz ŠVP
- organizace volitelných a nepovinných předmětů, zájmových útvarů
- organizace školní družiny
- celoškolní akce
- spolupráce s PPP
- uvádění začínajících učitelů do praxe (vedení školy, předmětový tým)
- spolupráce s rodiči

Vzdělávání pedagogů

- metodická pomoc a vzdělávání třídních učitelů metodikem prevence v oblasti práce se školní třídou jako malou sociální skupinou
- příprava projektů s náměty prevence
- dostupnost odborné literatury a odborných časopisů

Školní řád

➤ Školní řád má dle příslušných předpisů (zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání), ve znění pozdějších předpisů, své zákonné náležitosti a je rozdělen do daných kapitol. Text, týkající se oblasti prevence, bezpečného prostředí, rizikového chování atd. se objevuje prakticky ve všech kapitolách.

Informace pro rodiče o programu školy proti šikaně

Vážení rodiče,

Naše škola je příznivě hodnocena rodičovskou veřejností. Velmi si toho vážíme a jsme rádi, že Vaše dítě navštěvuje právě naši školu. Nicméně i ta nejlepší škola není zcela imunní proti výskytu šikanování. Proto chceme být připraveni zachytit případné ubližování silnějších slabším hned v počátku a účinně takové bezpráví zastavit. S tímto záměrem jsme vytvořili program proti šikanování. Jeho důležitou součástí je spolupráce nás pedagogů s Vámi - rodiči. Prosíme Vás proto o pomoc. Kdybyste měli podezření či dokonce jistotu, že je Vašemu dítěti ubližováno, bezprostředně se na nás obraťte (na třídního učitele, školního metodika prevence či ředitele školy). Lze nás kontaktovat také formou e-mailu. Veškeré kontakty jsou Vám k dispozici na webových stránkách školy. Vaši informaci budeme brát velmi vážně a situaci budeme odborně a bezpečně řešit.

Děkujeme za Vaši podporu.

S přátelským pozdravem Mgr., Hana Kašková, ředitel školy

Literatura, webové stránky, kontakty Metodické pokyny a doporučení

- Metodický pokyn ministryně školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikany ve školách a školských zařízeních (č.j. MSMT-21149/2016)
- Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních (Č. j. MSMT – 21291/2010 – 28) Literatura
- Kolář M. (2011). Nová cesta k léčbě šikany. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2013). Výcvik odborníků v léčbě šikany. Praha: Pražská vysoká škola psychosociálních studií.
- Kolář, M. (2012). Net story: Příběhy ze světa internetu. Praha: NCBI.
- Kolář, M. (2001, 2005). Bolest šikanování. Praha: Portál.
- Kolář, M. (2000, 1997). Skrytý svět šikanování ve školách. Praha: Portál.

- Kolář, M. (2003). Specifický program proti šikanování a násilí ve školách a školských zařízeních. Praha: MŠMT ČR.
- Kolektiv autorů (2012). Elektronická šikana a jak jí řešit. (Metodický materiál.) Praha: NCBI.
- Rogers, V. (2011). Kyberšikana. (Pracovní materiály pro učitele a žáky.) Praha: Portál.
- Říčan, P., Janošová, P. (2010). Jak na šikanu. Praha: Grada.
- Říčan, P. (1995). Agresivita a šikana mezi dětmi. Praha: Portál.

Webové stránky s tematikou školní šikany a kyberšikany

- Společenství proti šikaně, www.sikana.org
- E-Nebezpečí pro učitele, www.e-nebezpeci.cz
- Národní centrum bezpečnějšího internetu, www.ncbi.cz
- Sdružení Linka bezpečí (116 111), www.linkabezpeci.cz
- Poradna webu Minimalizace šikany, www.minimalizacesikany.cz
- Internet poradna, www.internetporadna.cz
- Kontaktní centrum, které přijímá hlášení, týkající se nezákonného a nevhodného obsahu internetu, www.Horka-linka.cz
- Poradna E-Bezpečí - poradenská linka zaměřená na prevenci rizikového chování na Internetu, www.napisnam.cz
- www.nntb.cz – Nenech to být

Příloha č. 2 – Seznam metodických materiálů

PUBLIKACE, BROŽURY:

- Miovský, M. a kol. (2015). Prevence rizikového chování dětí a mládeže I – IV. Praha: Klinika adiktologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze.
- Presl, J. Řekni drogám NE! Praha: Nakladatelství MEDEA KULTUR s.r.o.
- Sejkorová, T. Životní styl – Závislost. Praha: MEDEA KULTUR s.r.o..
- Presl, J. Drogy – mýty a realita. Praha: MEDEA KULTUR s.r.o.
- Presl, J. Drogy – Jak vlastně vypadají? Praha: MEDEA KULTUR s.r.o.
- Presl, J. (1995). Drogová závislost. Praha: MAXDORF
- Zimmerman, B., tyler, P. (2010) Praha: Portál
- Eckertová, L. (2014). Hustej internet. Praha: Petr Prchala
- Dvořák, P., Zimová, D. Anetka potřebuje pomoc... Praha. IV- Nakladatelství
- Bernatová, E. První pomoc není věda. Praha: IV – Nakladatelství
- Rathauský, Z. (2008) Co dělat... Praha: centrum pro bezpečný stát

DVD:

Pravda o drogách

Řekni drogám NE!

Terorismus a jiné hrozby

Osobní bezpečí

Příručka první pomoci

Povodně

Mimořádné události I.

Mimořádné události II.

Atmosferické poruchy

Požáří I.

Požáří II.

Běžná rizika

Zemětřesení, půdy, laviny

Štěstí přeje připraveným

Když musíš, tak musíš?

Havárie

Preventivní příběhy, série č.9 – Agrese, Kouření, Sklenička

Preventivní příběhy, série č. 11 – Výtržníci, Sexuální obtěžování, Půjčka

Prevetivní příběhy, série č. 12 – Alkohol, kyberšikana, Šikana

Příloha č. 3.

Metodická doporučení, platná legislativa

<http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>

Zákony:

O ochraně zdraví před škodlivými účinky...:

 [Zakon c. 65 2017 Sb. o ochrane zdravi pred skodlivymi ucinky navykovych latek.rtf](#) (1,07 MB)

Školský zákon:

 [Zakona c. 561 2004 Sb. skolsky zakon .rtf](#) (3,34 MB)

O pedagogických pracovnících:

 [Zakon c. 563 2004 Sb. o pedagogickych pracovnicich a o zmene nekterych zakonu.rtf](#) (658,53 KB)

Změny zákonů:

 [Zakon c. 562 2004 Sb. kterym se meni nektere zakony v souvislosti s prijetim skolskeho zakona.rtf](#) (431,38 KB)

Vyhlášky:

Preventivní program školy



**Základní škola a Mateřská škola Litvínov,
Podkrušnohorská 1589, okres Most**

 [Vyhlaska c. 72 2005 Sb. o poskytovani poradenskych sluzeb ve skolach a skolskych poradenskych zarizenich.tif \(477,88 KB\)](#)

Národní strategie primární prevence rizikového chování dětí a mládeže na období 2019 – 2027
[narodni_strategie_primarni_prevence_2019_27.pdf \(gov.cz\)](#)