

Školní preventivní program (ŠPP)

Základní škola Měcholupy, č.p 2, 439 31 Měcholupy

Školní rok 2025/2026

Zodpovědná osoba (ŠMP): Mgr. Helena Gondeková

Výchovná poradkyně: Mgr. Klára Cígllová

Ředitelka školy: Mgr. Klára Cígllová

Datum účinnosti: od 1. 9. 2025

Revize: červen 2026 (součást závěrečné evaluace)

Vytýčení rizikového chování

Primární prevence rizikového chování u žáků v působnosti MŠMT se zaměřuje prioritně na předcházení rozvoje rizik, které směřují zejména k následujícím rizikovým projevům v chování dětí a mládeže:

- Interpersonální agresivní chování – agrese, šikana, kyberšikana a další rizikové formy komunikace prostřednictvím multimédií, násilí, intolerance, antisemitismus, extremismus, rasismus a xenofobie, homofobie
- Delikventní chování ve vztahu k hmotným statkům – vandalismus, krádeže, sprejerství a další trestné činy a přečiny
- Záškoláctví a neplnění školních povinností
- Závislostní chování – užívání všech návykových látek, netolismus, gambling
- Rizikové sporty, rizikové chování v dopravě, prevence úrazů
- Spektrum poruch příjmu potravy
- Negativní působení sekt
- Sexuální rizikové chování

1) Úvod a východiska

ŠPP je systémový plán prevence rizikového chování (RCH) ve škole. Cílem je bezpečné, podnětné prostředí, kde žáci zvládají sociální dovednosti, činí zralá rozhodnutí a znají dopady svého jednání. **Navazuje na evaluaci 2024/2025, která potvrdila:**

- přínos komunitních a sportovních akcí (maraton, jarmark, akademie) pro klima školy,
- zvýšenou potřebu cílené práce s **nikotinem (vaping, sáčky)** a **kratomem** u starších žáků,
- nutnost posílit **kyberbezpečnost a právní rozměr** chování online,
- důsledné **sledování docházky**,
- pokračovat ve **třídnických hodinách** a tvorbě smysluplných třídních pravidel,
- udržet **spolupráci s IZS, K-centrem, PPP/SVP, OSPOD a Policií ČR.**

2) Právní rámec (shrnutí)

- Metodické doporučení k primární prevenci RCH č. j. 21291/2010-28
- Vyhl. MŠMT č. 72/2005 Sb. – poradenské služby
- Metodický pokyn k prevenci a řešení šikanování č. j. 22294/2013-1
- Metodický pokyn k záškoláctví č. j. 10194/2002-14
- Další uvedené metodiky „Co dělat, když...“ (kyberšikana, vandalismus, záškoláctví) ŠPP je v souladu se ŠVP „Tvořivá škola“.

3) Charakteristika školy a žáků

Úplná ZŠ (1.–9. roč.) se školní družinou (3 odd.), školním klubem, přípravnou třídou. Využívá tělocvičnu, odborné učebny, školní zahradu a další zázemí. Vzdělává žáky běžné, nadané i žáky se SVP (podpůrná opatření dle PPP/SPC). Část žáků je ze sociokulturně znevýhodněného prostředí – prevence proto cíleně pracuje s inkluzí a posiluje prosociální dovednosti.

4) Analýza potřeb (z evaluace 2024/2025)

Silné stránky: týmová spolupráce pedagogů, práce s ohroženými žáky (doučování, OSPOD), programy pro třídy, tradice školních akcí, poradenství VP, projekty zdravého životního stylu, zvládnuté postupy řešení incidentů.

Výzvy: jednotlivci s problémovým chováním ovlivňující klima tříd, **nikotinové sáčky, vaping, kratom**, nadměrné používání mobilů, motivace žáků, důsledná práce s docházkou.

5) Cíle

5.1 Prioritní cíle pro 2025/2026 (TOP 5)

1. **Návykové látky (nikotin/vaping, kratom, alkohol):** snížit prevalenci experimentů; zviditelnit jasný školní postoj „NE“.
Indikátory: méně záchytů ve škole; alespoň 2 cílené programy v 8.–9. roč.; informovaný souhlas rodičů s postupy školy.
2. **Kyberbezpečnost a kyberšikana:** zvýšit právní i praktické povědomí; posílit digitální hygienu.
Indikátory: třídnické lekce min. 2× ročně/třída; 1 workshop pro rodiče; nižší počet incidentů.
3. **Klima třídy a třídnické hodiny:** systematická práce s pravidly a vztahy.
Indikátory: min. 1 strukturovaná TH/měsíc; u rizikových tříd intervence (Sociomap/školní diagnostika).
4. **Docházka:** včasný záchyt rizik, jednotný postup u neomluvené absence.
Indikátory: průběžné monitorování, evidence opatření, pokles opakovaných excesů.
5. **Partnerství s rodiči:** posílit důvěru a zapojení.
Indikátory: účast rodičů na třídních setkáních, funkční konzultační linky ŠMP/VP, předání kontaktů na pomoc.

5.2 Dlouhodobé cíle (5–6 let)

- Zdravé školní klima, prosociální dovednosti, bezpečné online chování, udržitelný systém prevence, sdílení dobré praxe s okolními školami.

5.3 Střednědobé cíle (2–3 roky)

- Standard třídnických hodin, rozšířená nabídka volnočasových aktivit, metodická opora učitelů, péče o wellbeing pedagogů.

5.4 Krátkodobé cíle (1 rok)

- Realizace ročního harmonogramu (viz níže), evaluace a úpravy dle potřeb.

6) Strategie a principy

- **Dvojkolejnost:** všeobecná prevence (pro všechny) + cílená/specializovaná intervence (rizikové jevy/skupiny).
- **Práce v systému:** třídní učitel – ŠMP – VP – vedení – rodiče – externí subjekty (PPP, SVP, OSPOD, Policie ČR, K-centrum, IZS).
- **Třídnické hodiny:** komunitní kruh, pravidla, práce s konfliktem, sociální dovednosti, mediální hygiena.
- **Participace žáků:** podíl na pravidlech, akcích, dobrovolnictví.
- **Rodiče jako partneři:** aktivní informování, konzultační hodiny, společné akce.
- **Včasná detekce:** schránka důvěry, anonymní šetření, jasné eskalační trasy.
- **Jasná pravidla:** zero tolerance pro návykové látky; předem komunikované postupy.

7) Realizace – zdroje a spolupráce

Vnitřní zdroje: třídnické hodiny (min. 1×/měsíc), konzultace s rodiči, den otevřených dveří, vzdělávání pedagogů (prevence na 1., 2. stupni, třídnické hodiny), schránka důvěry, exkurze, soutěže, školní web, nástěnky, Intervizní kruhy pedagogů – pravidelná setkání učitelů ke sdílení zkušeností a řešení náročných situací.

Vnější zdroje: PPP Žatec, SPC, SVP Pšov, OSPOD, Policie ČR/MěP, K-centrum Žatec, IZS, knihovna, neziskové organizace (e-bezpečí aj.).

Školní tradice (podpora klimatu): Měcholupský maraton, Vánoční jarmark, akademie, Dny Země/Vody/Stromu, Drakiáda, Dýňobraní, přetahování lanem, „Hry bez hranic“, výlety a exkurze.

8) Preventivní témata v ročnících

I. stupeň (1.–5.)

- **1. tř.:** osobní bezpečí, komunikace, hygienické návyky, volný čas.

- **2. tř.:** zdraví a jeho ohrožení, CAN, zacházení s léky, denní režim.
 - **3. tř.:** základy prevence a sexuální výchovy, násilí a pomoc, reakce na obtěžování.
 - **4. tř.:** rozdíly pohlaví, životospráva, vztahy v kolektivu, základy závislostí.
 - **5. tř.:** rodina a důvěra, léčivé × návykové látky, internetová komunikace, tabák/alkohol (základy), puberta.
- Kompetence po 1.–5.:** základní zdravotní návyky, bezpečné chování, „říct NE“, co dělat v riziku, týmová spolupráce.

II. stupeň (6.–9.)

- **6. tř.:** účinky látek, rizika kouření/alkoholu/marihuany, volný čas, denní řád.
 - **7. tř.:** vztahy a hranice, peer vlivy, odmítání, právo a morálka, digitální stopy.
 - **8. tř.:** fyziologie závislosti, stádia, zákony, kontaktní místa; rasismus, lidská práva.
 - **9. tř.:** zdravý životní styl, sebevědomí a rozhodování, sexuální zdraví a rizika, HIV/AIDS, volba povolání vs. životní styl.
- Kompetence po 9. tř.:** znalost právních následků, reálné dopady závislostí, obrana proti manipulaci, digitální hygiena, odpovědná volba.

9) Specifické priority 2025/2026

9.1 Návykové látky (nikotin/vaping, nikotinové sáčky, kratom, alkohol)

- **Programy:** 8.–9. roč. návštěva K-centra/odborné besedy; právní minimum; zdravotní rizika; práce s tlakem vrstevníků.
- **Postupy ve škole:** jasný zákaz držení/užívání/šíření; okamžitá dokumentace; individuální pohovor; kontakt s rodiči; u opakování výchovná komise; dle závažnosti OSPOD/policie.
- **Podpora:** plakátová kampaň „NE v médiu školy“, třídní minilekce (10–15 min), zapojení žakovských ambasadorů zdravého životního stylu.

9.2 Kyberbezpečnost, kyberšikana, digitální hygiena

- **TH minimálně 2× ročně/třída** + projektový den; práce s fotografiemi, soukromí, sexting, deepfake, výzvy.
- **Rodiče:** krátký manuál „Co doma nastavíme“;
- **Postup při incidentu:** zajištění důkazů (screencap), ochrana oběti, informování zákonných zástupců, kurátor/Policie dle závažnosti, následná práce s třídou.

9.3 Docházka

- **Monitoring:** týdenní přehledy třídních učitelů, včasná výzva rodičům.
- **Eskalace:** TU → VP/ŠMP → vedení → OSPOD (opakované či vysoké počty).
- **Podpora:** individuální plán, doučování, spolupráce s lékařem (když je relevantní).

9.4 Klima třídy

- **TH měsíčně:** komunitní kruh, sdílení, řešení konfliktů, nácvik komunikace.

- **Diagnostika:** dotazníky klimatu u rizikových tříd (listopad/duben), případové intervence, supervize TU.
- **Prožitkové akce:** bivak ve škole, výjezdy, sport/umění – cíleně pro rizikové kolektivy.

10) Pobyty a projekty

- **Adaptační pobyt 1. ročníku v rámci projektu Výzva 58 – OP Spravedlivá transformace** (září/říjen): s rodičovským miniworkshopem „Jak mluvíme doma o pravidlech“.
- **Adaptační pobyt 6. ročníku v rámci projektu Výzva 58 – OP Spravedlivá transformace** (přechod na 2. stupeň): práce s rolí ve třídě, pravidla, digitální dohody.
- **Preventivní pobyty všech ostatních tříd v rámci projektu Výzva 58 – OP Spravedlivá transformace:** obsah – klima, prevence RCH, IZS ukázky, pohyb/duševní hygiena.
- **Canisterapie / setkání se psy** (průběžně na 1. stupni dle možností).

11) Organizace a odpovědnosti

- **Školní metodická prevence (ŠMP):** Mgr. Helena Gondeková – koordinace ŠPP, metodické vedení, konzultační hodiny, kontakt s externími subjekty, evidence a evaluace.
- **Výchovná poradkyně (VP):** Mgr. Klára Cígllová – poradenství, volba povolání, případové konference, docházka.
- **Třídní učitelé:** realizace TH, komunikace s rodiči, včasná detekce.
- **Vedení školy:** garance podmínek, BOZP/PO, schvalování ŠPP, spolupráce se zřizovatelem.
- **Ostatní pedagogové/Asistenti:** prevence ve výuce, podpora TU.
- **Rodiče:** spolupráce, účast na konzultacích, domácí pravidla pro digitální chování.

12) Postupy při řešení RCH (zkrácené operační karty)

12.1 Šikana/kyberšikana

1. Okamžitá ochrana oběti, zajištění důkazů; 2) Informování rodičů; 3) Třídní a individuální práce; 4) Výchovná komise; 5) Vážné případy – Policie/OSPOD. Postup podle metodických pokynů MŠMT.

12.2 Návykové látky (tabák/e-cigarety/nikotinové sáčky/kratom/alkohol)

Zachycení → dokumentace → pohovor → rodiče → výchovná komise → podpůrná síť (PPP/K-centrum) → u dealerství/podezření z trestné činnosti Policie ČR.

12.3 Záškoláctví

Jednotný postup dle metodického pokynu (TU → VP/ŠMP → vedení → OSPOD; opakování = podnět přestupkové komisi).

12.4 Krádež/Vandalismus/Napadení

Zajištění bezpečí, záznam, rodiče, náhrada škody, výchovná komise; dle závažnosti Policie.

13) Vzdělávání pedagogů a wellbeing

- **Obsah:** třídnické hodiny, práce s kolektivem, kyberbezpečnost, návykové látky (novinky: kratom, vaping), komunikace s rodiči, péče o duševní zdraví učitelů.
- **Formy:** webináře, sdílení příprav, intervizní kruhy, (kolegiální podpora) supervize u náročných tříd.

14) Spolupráce s rodinou a komunitou

- Třídní schůzky (podzim/jaro) + konzultační hodiny (2× ročně) + průběžně dle potřeby.
- Rodičovský mini průvodce (1 strana): zakázané látky a předměty, školní postupy, kontakty na pomoc.
- Zapojení rodičů do akcí (výjezdy, projekty, jarmarky, olympiáda).

15) Užitečné kontakty (lokální síť pomoci)

- PPP Žatec, SPC, SVP Pšov, OSPOD Žatec, K-centrum Žatec
- Policie ČR / Městská policie Žatec, IZS
- Linka bezpečí 116 111, e-bezpečí.cz, Nevypust' duši, Anabell (PPP poruchy příjmu potravy)

16) Harmonogram 2025/2026 (orientačně)

ZÁŘÍ

- Zahajovací třídnické hodiny (pravidla, bezpečí, digitální dohody).
- Adaptační pobyt **6. ročníku**.
- Start preventivních pobytů tříd v rámci **Výzvy 58 – OP Spravedlivá transformace** (plán postupně pro všechny).
- Seznámení rodičů se ŠPP (třídní schůzky), předání kontaktů.
- Třídnické hodiny

ŘÍJEN

- Projektový den „Bezpečný internet“ (I. i II. stupeň).
- Adaptační pobyt **1. ročníku**.
- Třídnické hodiny
- Bivak/teambuilding vybraných tříd, canisterapie (1. stupeň).

LISTOPAD

- Programy s MěP/Policií ČR (právo, odpovědnost, kyber).
- Třídnické hodiny
- Besedy 8.–9. roč.: **vaping/nikotin/kratom** (K-centrum/odborník).

PROSINEC

- Vánoční jarmark (klíma, spolupráce s rodiči).
- Třídnické hodiny
- **dotazník klímatu** u rizikových tříd.

LEDEN

- Třídnické hodiny: pololetní reflexe, třídní cíle na 2. pololetí.
- Workshop pro rodiče: **digitální hygiena** (online formát vítán).

ÚNOR

- Dopravní výchova (DDH, bezpečí v zimě).
- Třídnické hodiny
- Intervence u tříd s horším klímatem (cílené lekce).

BŘEZEN

- Den bez tabáku – minikampaň školy; třídní minilekce „Nauč se říct NE“.
- Tematická beseda 6.–7. roč.: „tlak vrstevníků, online výzvy“.

DUBEN

- Den Země / Den vody / Den stromu – projektové dny a komunitní akce.
- Třídnické hodiny
2. kolo **dotazníků klímatu**.(problémové třídy)

KVĚTEN

- Sportovní den, olympiáda, Hry bez hranic; exkurze (knihovna, přírodovědné centrum).
- Závěrečné třídnické hodiny: „co nám fungovalo / co zlepšíme“.

ČERVEN

- Akademie, rozloučení s 9. ročníkem.
- **Závěrečná evaluace ŠPP** + návrhy pro 2025/2026.

(Preventivní pobyty v rámci Výzvy 58 – OP ST běží průběžně podle organizačních možností.)

17) Evaluace a indikátory

- **Procesní:** realizované TH (min. 1x/měsíc), výchovné (1x/měsíc) počet programů, účast rodičů.
- **Výsledkové:** pokles incidentů s návykovými látkami, včasná práce s docházkou (méně opakovaných excesů), zlepšení v dotaznících klimatu, méně kyberincidentů.
- **Nástroje:** záznamy TU/ŠMP/VP, anonymní dotazníky (listopad/duben), třídní zápisy, přehledy docházky.
- **Závěrečná zpráva:** červen 2026, včetně doporučení.

18) Informovanost a dostupnost pomoci

- **Schránka důvěry** (přízemí) + elektronický kontakt.
- **Konzultační hodiny ŠMP/VP** – telefonická domluva - zveřejněné na nástěnce a webu.
- Přehled **kontaktních míst** (PPP, SVP, OSPOD, K-centrum, Policie, linky pomoci) – předán žákům i rodičům.

19) Závěr

Prevence je součástí každodenního života školy. Klíčem je **jasný postoj školy, konzistentní postupy, spojení s rodiči a práce s třídami**. Tento plán je živý dokument; v průběhu roku se může aktualizovat podle situace ve škole a potřeb tříd.

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

Kontakty

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

Celostátní okamžité poradenství “co dělat” - pro školy (učitel, ředitelka) i veřejnost (dětí, rodiče) – zřízený mail prevence@msmt.cz

Užitečné odkazy a materiály:

1. Bezpečnost dětí na internetu
<https://www.e-bezpeci.cz/>
2. Poruchy příjmu potravy
<http://www.centrum-anabell.cz/>
3. Návykové látky
<http://www.p-centrum.cz/poradna-pro-alkoholove-a-jine-zavislosti/>
4. Prevence na doma – pracovní listy a materiály ke stažení pro rodiče i pedagogy – k těmto oblastem primární prevence rizikového chování: návykové látky, kyberšikana a netolismus, poruchy příjmu potravy, bezpečné/nebezpečné sexuální chování, agresivní chování, šikana
<https://www.pppuo.cz/prevence-na-doma>
5. Výchova ke zdraví – závislosti – edukační materiály
<http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/zavislosti/edukacni-materialy.html>
6. Prevence péče o duševní zdraví – poradenství v oblasti duševního zdraví a psychologické pomoci
<https://nevypustdusi.cz/>
<http://linkapsychickepomoci.cz/>

Videa:

1. Kyberšikana
https://www.youtube.com/watch?v=AwIm8AfWXO8&ab_channel=KPBI-Krajeprobezpe%C4%8Dn%C3%BDinternet
2. PC hry a závislost
https://www.youtube.com/watch?v=pcMqJRq7q2A&ab_channel=KPBI-Krajeprobezpe%C4%8Dn%C3%BDinternet
3. Sociální sítě
Díl 1. https://www.youtube.com/watch?v=mvTqy-mdKvU&ab_channel=KPBI-Krajeprobezpe%C4%8Dn%C3%BDinternet
Díl 2. https://www.youtube.com/watch?v=tD6P6MaY8I4&ab_channel=KPBI-Krajeprobezpe%C4%8Dn%C3%BDinternet
4. Další videa k problematice e-bezpečí
<https://www.youtube.com/user/ebezpeci/videos>
5. Poruchy příjmu potravy
https://www.youtube.com/watch?v=q78tZFaWnBc&ab_channel=V%C3%ADm%2Ccoj%C3%ADmapiju
6. Závislost na drogách
<https://edu.ceskatelevize.cz/video/7295-zavislost-na-drogach>

V Měcholupech 2. 9. 2025

Metodik prevence:
Mgr. Helena Gondeková

Ředitelka školy:
Mgr. Klára Cíglová