

Preventivní program
ZŠ Nové Sedlo, okres Sokolov,
příspěvková organizace



Školní rok 2022/2023

Mgr. Hana Smržová – školní metodik prevence

Mgr. Josef Sekyra, ředitel školy

Základní škola Nové Sedlo, okres Sokolov, příspěvková organizace, Masarykova 425 je úplná základní škola, jejímž zřizovatelem je Město Nové Sedlo. Škola je zřízena jako příspěvková organizace s právní subjektivitou.

V základní škole je 9 tříd - od 1. do 9. ročníku – v každém ročníku je pouze jedna třída. Žáci ZŠ jsou vzděláváni podle ŠVP Zelená škola vycházejícího z RVP Základní škola.

Základní škola je umístěna ve dvou budovách. 1. stupeň je v historické budově v blízkosti kostela. V budově je 5 tříd od 1. do 5. ročníku. V budově jsou zároveň speciální učebny – kuchyňka, učebna hudební výchovy, učebna robotiky. Ve 2. patře jsou dvě školní družiny, kam dochází v ranních a odpoledních hodinách žáci prvního stupně. V přízemí budovy je malá tělocvična. V postranních přízemních traktech je jedno školské zařízení (MŠ). V okolí budovy je zeleň, za MŠ je zbudované dětské hřiště. Za budovou 1. stupně ZŠ je víceúčelové hřiště, které je volně přístupné jak žákům školy, tak široké veřejnosti bez časového omezení.

Druhá budova je několik set metrů vzdálená, ale ve stejné ulici a dobře dosažitelná v rámci přecházení po chodníku. V budově 2. stupně jsou učebny 6. až 9. tříd, a také speciální učebny hudební výchovy, cizích jazyků, matematiky, informatiky, fyziky a chemie. Na chodbách jsou nově umístěny pěnové sedačky, na kterých žáci mohou trávit čas o přestávkách. V horním patře je k dispozici stolní fotbal, který využívají hlavně chlapci. V prvním poschodí se nachází také sekretariát, sborovna a ředitelna, ve druhém patře pak kabinet metodika prevence. V budově je velká tělocvična a prostory pro výrobu keramiky. V přízemí budovy se nacházejí šatny se skříňkami a školní jídelna s kuchyní, dílny pro výuku praktických činností. Je zde vybudována bezbariérová toaleta a na schodech posuvná plošina pro invalidní vozík. Budova je umístěna v zahradě, kde probíhá výuka praktických činností – práce na zahradě. Žáci si tak vlastními silami zvelebují své okolí školy. Za budovou 2. stupně je školní dvůr, kde se vyučuje dopravní výchova a konají se tam školní akademie a celoškolní shromáždění. Na výuku tělesné výchovy a školní akce se využívá sportovního areálu, který je v těsné blízkosti školy.

V zadní části školního dvora za budovou 2. stupně se nachází objekt, kde mají své ordinace lékaři – pediatr, gynekolog, zubař. Přístup do objektu je po komunikaci, která vede v bezprostřední blízkosti 2. stupně.

Rizikovými místy v katastrálním území školy jsou šatny, zákoutí chodeb, WC, vzdálenější učebny od sborovny a kanceláří vedení školy, prostory okolo budov 1. i 2. stupně ZŠ. V obou budovách byly do prostoru šaten umístěny plechové skříňky na odkládání oblečení, každý žák má u sebe klíček od své skříňky. Náhradní jsou k dispozici ve sborovnách. Prostor šaten je monitorován.

Vedení ZŠ se v rámci vyplnění volného času žáků školy snaží nabídnout širokou škálu kroužků. V letošním roce je opět zajištěna výuka hudebních nástrojů, hudební nauky a výtvarné výchovy v rámci spolupráce se ZUŠ Nová Role.

Ve městě Nové Sedlo je vysoká míra nezaměstnanosti, zadluženost obyvatel, nízká vzdělanostní úroveň, nízké socioekonomické a kulturní postavení obyvatel. Zároveň je ve městě patrná mírná vzrůstající drobná kriminalita, prodej a užívání drog, vandalismus, problémy v sousedských vztazích. Tyto skutečnosti se odrážejí i v postavení a názorech žáků ZŠ. Je proto nutné řešit problémy dětí v komplexu s problémy celých rodin.

Prevence na škole

Školní metodik prevence Mgr. Hana Smržová působí převážně na 1. stupni a spolupracuje s ředitelem školy Mgr. Josefem Sekyrou, který působí jako metodik prevence převážně na 2. stupni ZŠ.

Kontakt: e-mail: smrzova@zsnovesedlo.cz, tel.: 359 807 089

Konzultační hodiny: každé ráno od 7:30 do 8:00 na prvním stupni, odpoledne dle dohody v kabinetu metodika prevence na 2. stupni

reditel@zsnovesedlo.cz, tel.: 352 669 339

Konzultační hodiny po předchozí domluvě v ředitelně školy.

Na škole fungují webové stránky školy / schránka důvěry na 2. stupni / info@zsnovesedlo.cz, kam mohou žáci i rodiče sdělovat svá přání, požadavky, dotazy, žádost o pomoc atd.

Školní metodik prevence je součástí preventivního týmu, který na škole pracuje ve složení:

Ředitel školy Mgr. Josef Sekyra a metodik prevence pro 2. stupeň

Zástupkyně ředitele Mgr. Lenka Žiřková

Výchovná poradkyně Mgr. Lenka Žiřková

Školní metodik prevence pro 1. stupeň Mgr. Hana Smržová

Metodik EVVO Ing. Petra Strejcová

Koordinátor ŠVP Mgr. Daniela Ševčíková

Na tvorbě a realizaci PP participují všichni pedagogičtí pracovníci školy (všichni vyučující), žáci, rodiče, instituce.

- Ředitel školy zodpovídá za podporu, vytváření a realizaci PP.
- Školní metodik prevence koordinuje přípravy a realizace programu.
- Pedagogičtí pracovníci začleňují témata prevence do vyučovaných předmětů – dle ŠVP školy.
- Třídní učitelé pak mají velký význam ve sledování vývoje vztahů a dění v jednotlivých třídách. Zároveň pomáhají při realizaci preventivních programů ve třídě a jejich vyhodnocování. Každoročně realizují sociometrické šetření. S třídními kolektivy nově pracují každé pondělí během třídnických chvil.
- Žáci se aktivně zapojují do preventivních akcí, projektových dnů a další aktivit pořádaných školou.
- Metodickou pomoc škole v rámci prevence zajišťuje metodik prevence Pedagogicko psychologické poradny (nově Mgr. Wolf). Ten je také garantem kvality programů.

- Krajský školský koordinátor koordinuje primární prevenci realizovanou v rámci krajské koncepce primární prevence.
- Škola v rámci primární prevence spolupracuje s institucemi, které mají ve své náplni realizaci programů prevence pro děti a mládež. Jsou to instituce státní i NNO.

Práce všech, kteří se podílejí na primární prevenci ve škole, je limitovaná časovými a finančními možnostmi institucí i jednotlivců.

Vzdělávání ped. pracovníků v oblasti primární prevence

Metodik prevence se zúčastní pravidelných schůzek svolávaných okresním metodikem prevence PPP Sokolov. Dále se zúčastní seminářů, případně krajské konference s tematikou primární prevence ve školství. Využije nabídky NPI k pravidelné účasti na Bálintovských skupinách. Zúčastní se dlouhodobého sebezkušenostního výcviku KVP. Nové poznatky pak bude průběžně tlumočit pedagogickým pracovníkům školy a poskytne jim informační materiály.

Spolupráce metodika prevence bude probíhat na několika úrovních.

- Spolupráce s rodiči – v rámci třídních schůzek, schůzek preventivního týmu při zvládnutí krizových situací a patologických jevů na škole, schůzkách iniciovaných rodiči nebo institucemi zabývajícími se výchovnou a vzdělávací oblastí
- Spolupráce s třídními učiteli
- Spolupráce s institucemi – PPP Sokolov, PPP Karlovy Vary, SPC Sokolov, SVP Karlovy Vary, Policií ČR, Městskou policií Nové Sedlo, MěÚ Nové Sedlo
- Spolupráce s NNO – Společně k bezpečí

ZŠ Nové Sedlo má podrobně zpracovaný Školní řád ZŠ Nové Sedlo. Žáci, jejich rodiče i vyučující mají jasně stanovená pravidla hodnocení – prospěchu i chování, jejich odměn a trestů viz. Příloha č.1.

Realizace preventivního programu

Realizace Preventivního programu ZŠ Nové Sedlo bude probíhat průběžně ve vyučovacích hodinách, při třídnických hodinách (chvilkách), v rámci školních i mimoškolních aktivit organizovaných školou, při projektových dnech, v součinnosti se žákovským parlamentem, který na škole působí. Probíraná témata budou v souladu s legislativou a také ŠVP Zelená škola (včetně všech příloh), který je závazným dokumentem školy. V jednotlivých ročnících bychom chtěli dosáhnout těchto znalostí, dovedností a kompetencí žáků.

Označení:

A – oblast zdravotní

B – oblast sociální

C – oblast výchovně vzdělávací (školská)

D – bezpečnostní oblast

Ročník	Znalosti	Dovednosti	Kompetence
Záškoláctví			
1.a2.	<p>D) Zná školní řád a pravidla omlouvání absence ve škole.</p> <p>C) Rozumí tomu, proč je důležité chodit pravidelně do školy.</p> <p>B) Ví, jak navazovat a udržovat kamarádské vztahy se svými spolužáky.</p> <p>C) Chápe důvody, proč rodiče kontrolují školní docházku.</p> <p>C) Ví, jak se má učit zvládat školní povinnosti a úkoly. B) Chápe, že vyhýbání se škole není řešením konfliktů se spolužáky nebo s učením.</p> <p>C) Ví, na koho se může obrátit, když má problém.</p>	<p>D) Umí chodit pravidelně do školy a dodržovat školní řád.</p> <p>C) Uplatňuje odložení uspokojení svých aktuálních potřeb a umí se věnovat školním povinnostem.</p> <p>B) Umí se chovat slušně ke svým spolužákům a nevyvolávat konflikty.</p> <p>B) Realizuje vytváření kladných vztahů ke spolužákům a škole. C) Umí projevit své emoce a potřeby. B) Umí si přiznat eventuální problém se školní výukou nebo se spolužáky.</p> <p>C) Realizuje komunikaci ohledně svých problémů doma i ve škole.</p>	<p>D) Má jasně profilované postoje ke školnímu řádu a dodržuje školní docházku.</p> <p>C) Zvládne pravidelně plnit školní a domácí úkoly.</p> <p>B) Je schopno aplikovat své znalosti, postoje a dovednosti ve vztahu ke školním povinnostem a chování vůči spolužákům. B) Spolupracuje s rodiči a pedagogy při dodržování své docházky.</p> <p>C) Aplikuje získané znalosti a dovednosti v procesu omlouvání absence (nosí omluvenky včas, předkládá je řádně třídnímu učiteli, dodržuje stanovený limit pro omluvení absence apod.).</p> <p>B,C) Je schopno se svěřit svému učiteli nebo jinému pracovníkovi školy v případě potíží s výukou a spolužáky.</p>

Šikana a extrémní projevy agrese			

1.a 2.	<p>D) Ví, že je zakázáno do školy nosit nebezpečné nástroje – nože, zbraně, střelné pistole atd.</p> <p>D) Rozumí tomu, proč a jak jsou tyto nástroje nebezpečné.</p> <p>D) Zná možnosti, jak se chovat a bránit při napadení.</p> <p>A) Ví, že není povoleno ubližovat lidem a týrat zvířata.</p> <p>B) Chápe zásady slušného chování ve škole a vůči druhým lidem.</p>	<p>D) Umí dodržovat pravidla školy a třídy.</p> <p>D) Nemá potřebu fyzicky napadat či slovně útočit na druhé.</p> <p>B) Používá slovní omluvu a umí přiznat chybu.</p> <p>B) Jedná s ohledem na druhé.</p> <p>B. Realizuje kamarádské vztahy.</p> <p>A) Má kladný postoj ke zvířatům.</p> <p>A) Umí základní techniky relaxace.</p> <p>D) Nestýká se s nedůvěryhodnými lidmi.</p> <p>D) Nevyhledává nebezpečná místa.</p>	<p>B,C) Je schopné aplikovat znalosti a dovednosti v chování ke spolužákům a ke zvířatům (neničí svým spolužákům osobní věci a školní pomůcky, netýrá zvířata a nemá potěšení z bolesti druhých).</p> <p>C) Je schopno přiznat a napravit své chyby z nedbalosti.</p> <p>B) Dokáže se ovládat (nechová se hlučně, vulgárně).</p> <p>A) Zvládne provádět jednoduchá dechová cvičení a relaxaci.</p>
Rizikové sporty a doprava			
1.a2.	<p>D) Ví, jak se má chovat, aby se přemístilo do školy a ze školy domů bez úrazů a nehody.</p> <p>D) Identifikuje nebezpečná místa na své cestě.</p> <p>C) Ví, jak má postupovat, když se ztratí ve městě, nákupním centru, v parku...</p> <p>D) Ví, jak se bezpečně pohybovat na chodníku, po vozovce či na přechodu.</p> <p>A) Chápe, proč je zakázáno hrát si na chodníku a v blízkosti dopravních komunikací.</p> <p>A) Ví, jak se může ochránit v dopravním provozu.</p> <p>D) Ví, co je důležité udělat pře vstupem do vozovky.</p> <p>D) Chápe význam světelné signalizace na semaforu.</p> <p>D) Zná pravidla jak se má chovat na křižovatce (jako chodec, cyklista, spolujezdec..)</p> <p>D) Chápe základní pravidla sportovních her a bezpečného sportování.</p>	<p>D) Uplatňuje zásady bezpečného chování v dopravě a neohrožuje svým chováním ostatní účastníky silničního provozu.</p> <p>D) Používá své znalosti tak, aby popsalo a rozpoznalo potenciálně nebezpečná místa na své cestě.</p> <p>D) Umí se vyhnout nebezpečným místům na své cestě do školy a ze školy.</p> <p>C) Organizuje své chování v krizových situacích – umí se zachovat klidně a řešit vyrovnaně situaci, když se ztratí.</p> <p>A) Používá strategie odmítnutí, když po něm někdo chce něco nepříjemného.</p> <p>C) Uplatňuje nařízení a pokyny ze strany vyučujícího, městské policie, PČR při pohybu po dopravních</p>	<p>D) Zvládne ovládat své chování a zbytečně neriskovat v dopravním provozu.</p> <p>D) Je schopné aplikovat osvojené znalosti a dovednosti na chování v dopravě. (vybrat si nejbezpečnější trasu své cesty, vyhnout se potenciálnímu nebezpečí a nebezpečným místům, nespolupracovat s ohrožujícími cestujícími...)</p> <p>C) Spolupracuje s pedagogy a příslušnými osobami při pohybu v silničním provozu.</p> <p>A) Je schopno vybrat si odpovídající fyzickou zátěž při pohybu v silničním provozu.</p> <p>D) Aplikuje osvojené znalosti a dovednosti ve vztahu k rizikovým sportům (nevyhledává nebezpečné činnosti, dbá na osobní bezpečnost,</p>

		komunikacích, přechodu přes vozovku atd. D) Umí respektovat pravidla silničního provozu při sportech (jždě na kole, kolečkových bruslích či míčových hrách)	nosí ochranné pomůcky..).
Návykové látky			
1.a 2.	<p>A) Ví, že existují návykové látky a základní z nich zná. D) Chápe, že některé látky, které jsou běžně doma, mohou být nebezpečné a měly by být bezpečně skladovány. D) Ví, že je zakázáno vlastnit některé látky – drogy. C) Rozlišuje, že alkohol a tabák jsou také drogy, přestože není zakázáno je vlastnit. D) Ví, že nemá nic přijímat a konzumovat od cizích osob. A) Vnímá rozdíly mezi zdravým životním stylem a užíváním drog. A) Chápe hodnotu zdraví a vidí nevýhody špatného zdravotního stavu. A) Zná doporučení, jak udržovat duševní zdraví a zdravý životní styl.</p>	<p>A) Umí rozpoznat, co je a co není požitelné. D) Umí doma uložit léky na bezpečné místo. D) Používá své znalosti o zásadách bezpečného chování – umí poznat nevhodná místa a vyhnout se jim. D) Uplatňuje doporučené způsoby, jak odmítnou drogu. A) Umí identifikovat neznámou a potenciálně nebezpečnou látku. A) Umí pojmenovat základní rizika spojená s užíváním alkoholu, tabáku a dalších drog – včetně zneužívání léků. A) Uplatňuje své znalosti o významu zdraví a integruje je do svého zdravého životního stylu.</p>	<p>A) Má jasně profilované postoje, znalosti a dovednosti ve vztahu k volně dostupným lékům (domácí lékárnička) D) Aplikuje strategie odmítnutí nabídky látky nabízené cizí nebo podezřelou osobou. D) Je schopno identifikovat a aplikovat znalosti a dovednosti ve vztahu k rizikovým místům a přizpůsobit své jednání situaci na takových místech. D) Dokáže předcházet rizikovým situacím (nezdržuje se na nebezpečných místech, vyhýbá se těmto místům v rizikových hodinách, aplikuje bezpečnostní pravidla pohybu na nebezpečných místech).</p>
Týrání, zneužívání a zanedbávání péče			

1.a 2.	<p>D) Ví, že není povoleno, aby se jej intimně dotýkal cizí člověk.</p> <p>D) Chápe, že jej nesmí nikdo nutit do toho, aby se ono intimně dotýkalo druhých lidí.</p> <p>D) Rozumí tomu, proč je zakázáno intimně se dotýkat svých spolužaček/spolužáků.</p>	<p>D) Umí odlišit, které chování je vhodné a co je zakázáno, aby mu činil někdo druhý.</p> <p>D) Umí požádat o pomoc v případě ohrožení nebo strachu z týrání a sexuálního zneužívání.</p> <p>C) Používá vhodné způsoby, jak na sebe přitáhnout pozornost. B) Uplatňuje slušné chování ke svému okolí.</p>	<p>D) Má jasně profilované postoje k autoritám a umí je uplatnit v konkrétních situacích. D) Zvládne odmítnout nevhodné chování blízké i cizí osoby.</p> <p>B) Je schopno udržovat intimní a osobní hranice ve vztazích se svými vrstevníky, mladšími i staršími kamarády, rodiči, sourozenci a příbuznými.</p>
Šikana a extrémní agrese			

3.a 4.	<p>D) Zná zásady bezpečnosti práce a provozu ve škole. C) Rozumí základním etickým a společenským pravidlům. B) Ví, jak se chovat v modelových nebezpečných situacích. C) Zná alespoň některé postupy, jak zvládat agresivitu. B) Chápe bolest, kterou může způsobit agresivním jednáním. B) Uvědomuje si rozdíl mezi agresivním chováním hrdinů prezentovaným v médiích a v reálných situacích. C) Ví, na koho se může obrátit v případě potíží se šikanou nebo agresivitou. D) Ví, jak má postupovat, když se u spolužáka objeví nebezpečný předmět. D) Chápe postihy, které by měl při používání zbraní. B) Ví, jak se má chovat, když zjistí, že je někomu ubližováno.</p>	<p>C) Je odpovědné za své chování. D) Umí se chovat v souladu se zásadami slušného chování. A) Umí se samo ocenit. B) Realizuje se na řešení konfliktů s druhými lidmi. B) Umí vyjádřit své pocity. C) Nepotřebuje si dokazovat svou hodnotu skrze ponižování. B,C) Je ochotné domluvit se na společném řešení. B) Neuplatňuje svou sílu skrze ubližování slabším spolužákům. B) Umí podpořit a pochválit druhého člověka. B) Je dostatečně empatické. B) Umí naslouchat druhým. B) Používá svých znalostí tak, aby poznalo na svém spolužákovi, že je obětí šikany. B) Umí upozornit spolužáka na vulgární výrazy a projevy agrese. B) Vnímá pocity studu za nevhodné chování vůči druhým. C) Umí aktivně hledat při jednání kompromisní řešení. B) Umí se vcítit do problémů druhých lidí. B) Realizuje se na vytváření přátelských a rovnocenných vztahů s ostatními.</p>	<p>D) Je schopné aplikovat znalosti, postoje a dovednosti ve vztahu k dodržování školního řádu i etických pravidel. B) Dokáže respektovat práva a autonomii svých spolužáků. C) Zvládne pracovat se svou úzkostí a nervozitou. B) Aplikuje osvojené znalosti a komunikační dovednosti v chování ke svým spolužákům (nemá potřebu je ponižovat, obviňovat, utlačovat či překračovat osobní hranice). B) Dokáže usměrnit projevy svých negativních emocí a udržet afekty pod kontrolou. A) Má jasně profilované postoje, hodnoty, znalosti a dovednosti ve vztahu k fyzické agresi. C) Je schopno řešit konflikty jinak než útokem či odplatou. B) Zvládne být pozorné ke svým potřebám i přáním ostatních. B) Je schopno se orientovat v sociálně náročných situacích.</p>
Rizikové sporty a doprava			
3.a 4.	<p>C) Ví, co může udělat samo a na co se zeptat rodičů. D) Zná základní předpisy pohybu po</p>	<p>D) Používá své znalosti ohledně školního řádu a dodržuje pravidla</p>	<p>D) Aplikuje osvojené znalosti a dovednosti v oblasti dodržování pravidel bezpečného</p>

	dopravních komunikacích, zásady	slušného chování k sobě, k druhým lidem i	
--	------------------------------------	--	--

	<p>bezpečné chůze a přecházení přes vozovku. D) Chápe pravidla chování při cestování v jednotlivých dopravních prostředcích. D), Ví, že si nesmí sednout k cizímu člověku do auta. D) Zná zásady a doporučení bezpečné jízdy na kole. D) Ví, co jsou to reflexní prvky a jak je správně používat. D) Chápe zásady správného přecházení přes vozovku (na křižovatce se semaforem i bez něho). D) Ví, že je povinné nosit přilbu při jízdě na kole, kolečkových bruslích, lyžování a dalších sportech. A) Chápe zásady a doporučení pro bezpečný kontakt se zvířaty. A) Identifikuj, který hmyz může být pro člověka nebezpečný. A) Chápe příčiny, proč zvíře napadne člověka (boj o teritorium, dominantní pozici, obrana mláďat, samice...) A) Zná zásady, jak předcházet napadení zvířetem. A) Ví, jak se zachovat při napadení zvířetem. A) Ví, co je želví pozice a k čemu může být užitečná. A,D) Zná linky tísňového volání.</p>	<p>školnímu a veřejnému majetku. D) Umí identifikovat potenciální nebezpečí ve sportu či dopravním provozu. D) Organizuje své chování vzhledem k dodržování pravidel silničního provozu. D) Umí rozlišit a respektovat pravidla bezpečnosti chování v různých dopravních prostředcích. D) Uplatňuje používání reflexních prvků a ochranných pomůcek při sportu či pohybu v silniční dopravě. A) Používá svých znalostí tak, aby odhadlo, který sport je pro něj vhodný a dle toho si zvolí přiměřenou pohybovou aktivitu. D) Uplatňuje stanovená pravidla ve sportu. D) Organizuje své chování při sportu a outdoorových aktivitách tak, aby neohrožovalo sebe ani ostatní. B) Umí se chovat zodpovědně a férově při sportovních utkáních. A) Umí si při pohybu v přírodě zvolit vhodné oblečení, obutí a ochranné pomůcky. A) Respektuje nápisy a pravidla chování v ZOO, chovných stanicích, parcích atd. A) Umí být opatrné v kontaktu se zvířaty, v přírodě a ochránit se. A,D) Uplatňuje rychlé a pohotové jednání při napadení sebe či druhé osoby zvířetem.</p>	<p>chování v silničním provozu. D) Je způsobilé respektovat dopravní předpisy v silniční i železniční dopravě (registruje výstražný signál, zvuk, červené světlo na semaforu, nestrká se s kamarády na zastávce, nástupišti, nenaskakuje do dopravního prostředku za jízdy a nevystupuje dokud dopravní prostředek zcela nezastaví). D) Aplikuje dosažené znalosti a dovednosti týkající se správného použití reflexních prvků při konkrétních situacích (nosí je na batohu, na ruku, nohou, využívá osvětlení kola, používá ochranné přilby..) D) Zvládne správně používat ochranné pomůcky při sportu (chrániče, helmu) D) Je schopno nevyhledávat a neprovozovat rizikové sporty. A) Aplikuje osvojené znalosti, dovednosti a postoje ve vztahu ke zvířatům a pohybu v přírodě (nevyhledává nebezpečná místa, nekrmí zvířata tam, kde je to zakázané, nehledí cizí zvířata, nevstupuje na jejich území, neubližuje jim, nedráždí je...) A,D) Zvládne zavolat v případě problému na tísňovou linku.</p>
--	--	--	---

<p>3.a 4.</p>	<p>B) Má základní informace o národnostních menšinách, které žijí na našem území. B) Ví, že každý člověk má stejná práva bez ohledu na své názorové, náboženské či politické přesvědčení. C) Rozlišuje různé způsoby života, odlišné názory, myšlení a vnímání světa. B) Rozumí tomu, že všechny etnické skupiny si jsou rovnocenné a žádná rasa není nadřazená nad jinou. B) Identifikuje společné a rozdílné rysy svojí kultury s kulturou určité národnostní menšiny. C) Chápe odlišnosti a specifika dané etnické skupiny jako obohacující a přínosné pro naše kulturní prostředí – nikoli jako zdroj konfliktů. B) Rozpozná projevy rasismu a xenofobie ve svém okolí.</p>	<p>B) Uplatňuje osvojené znalosti a postoje ve vztahu k příslušníkům jiné etnické skupiny či národnostní menšiny a vnímá je jako plnoprávné a rovnocenné spoluobčany. B) Umí ocenit individualitu své osobnosti i svého spolužáka. B) Umí vytvářet rovnocenné a přátelské vztahy. C) Uplatňuje snahu porozumět kulturním, sociálním a individuálním odlišnostem dětí z jiné etnické skupiny. C) Respektuje názory, práva a potřeby druhých lidí. B) Umí projevit svůj názor. B) Používá v komunikaci dostatek prostoru tak, aby mohl druhý člověk otevřeně vyjádřit své emoce, názory a postoje. B) Umí přijmout druhého člověka jako osobnost se stejnými právy. B) Je schopen realizovat modelově různou formu pomoci svému spolužákovi, který má problémy kvůli své etnické či náboženské příslušnosti.</p>	<p>B) Má jasně profilované postoje tolerance a respektu k odlišným etnickým skupinám. B) Je způsobilé aplikovat své znalosti a dovednosti v chování k příslušníkům jiné etnické skupiny či národnostní menšiny. B) Aplikuje komunikační dovednosti ve vztazích s dětmi z odlišné etnické skupiny (pomůže spolužákovi, který má problém s dorozumíváním, používá různé druhy verbální i neverbální komunikace). C) Spolupracuje s ostatními dětmi při plnění společných úkolů. C) Aplikuje osvojené znalosti, dovednosti a postoje v chování k tělesně slabšímu, handicapovanému či jinak sociálně znevýhodněnému spolužákovi. B) Je schopno se inspirovat odlišnostmi druhých lidí a aplikovat je do svého života.</p>
<p>Sekty a členství v nich</p>			

3.a 4.	C) Chápe, že existují různé přístupy k náboženství a víře a rozumí obsahu pojmů víra a náboženství. C) Má přehled o hlavních náboženských směrech. B) Ví, jaký je rozdíl mezi náboženstvím a sektou.	C) Má kritické myšlení. C) Je přirozeně zvědavé. B) Umí si najít svůj způsob sebevyjádření. C) Umí aktivně projevit vlastní iniciativu. B) Realizuje přiměřený kontakt se svými vrstevníky.	C) Zvládne uznat a ocenit skutečnou autoritu. C) Je schopno se vrovnat s pocitem viny. B) Dokáže projevit svůj nesouhlas s názorem referenční skupiny. B) Má jasně profilované postoje, hodnoty, znalosti a dovednosti ve
--------	---	---	--

	D) Zná základní znaky a rizika, kterými se sekta vyznačuje.		vztahu k vrstevnické skupině (cení si své hodnoty, nepodléhá skupinovému tlakům).
--	---	--	---

Rizikové sexuální chování			
3.a 4.	C) Ví, že existuje sexuální chování a rozumí pojmu sexualita u sebe i u druhých lidí. C) Vnímá sexualitu jako přirozenou součást života. A) Ví obecně, jak vzniká a rodí se dítě. A) Zná, jak funguje lidské tělo. B) Chápe, že existují biologické, psychické a sociální rozdíly mezi chlapci a dívkami. B) V obecné rovině zná rozdíly mezi mužskými a ženskými vzorci chování.	C) Přiměřeně se zajímá o lidskou reprodukci. C) Umí mluvit o svém těle bez rozpaků a pocitu studu. B) Umí reagovat na zvědavost sebe druhých. C) Uplatňuje samostatné rozhodování. B) Umí na své úrovni komunikovat o sexualitě. B) Realizuje možnosti řešení problémů ve vztahu k blízkým lidem. A) Umí projevit souhlas i nesouhlas v záležitostech týkajících se zdraví a těla.	C) Je schopno si vyhledat potřebné informace, které potřebuje vědět. A) Je způsobilé dodržovat základní hygienu a péči o tělo. C) Je schopno činit informovaná rozhodnutí. B,C) Zvládne se zeptat svého učitele na otázky týkající se sexuality a reprodukce. A) Je schopno aplikovat osvojené znalosti a dovednosti do modelových situací sexuálního chování.
Návykové látky			

3.a 4.	<p>D) Zná zákony omezující kouření, užívání alkoholu a nelegálních drog.</p> <p>A) Ví o hlavních negativních (zdravotní a společenských) důsledcích užívání drog.</p> <p>B) Ví, co má udělat, když se dozví, že jeho kamarád užívá drogy.</p> <p>D) Zná strategie, jak odmítnout, když mu někdo nabídne drogu (kamarád, spolužák, rodič, cizí osoba).</p> <p>C) Ví na koho se ve škole obrátit v případě problémů s užíváním návykových látek.</p> <p>C) Má přehled o organizacích poskytujících pomoc mimo školu, včetně kontaktů a telefonních čísel.</p>	<p>A) Je schopen korigovat své chování na základě pochopení důsledků a zdravotních rizik návykových látek.</p> <p>C) Má vnitřní morální přesvědčení, že nechce užívat drogy.</p> <p>B) Umí nasměrovat kamaráda, který se dostane do problémů s užíváním drog.</p> <p>D) Umí odmítnout drogu od blízké i cizí osoby.</p> <p>C) Realizuje se ve hledání pomoci v případě užívání drog.</p> <p>C) Umí sám vyhledat pomoc v případě problémů s užíváním návykových látek. C) Uplatňuje své komunikační dovednosti ve spolupráci se službami poskytujícími poradenskou činnost.</p>	<p>A,D) Je způsobilé aplikovat osvojené znalosti a dovednosti v přístupu k návykovým látkám (zná jejich rizika, dokáže odhadnout škodlivé zdravotní a sociální následky) B) Zvládne aplikovat strategie odmítnutí drogy nabízené od blízké i neznámé osoby.</p> <p>C) Je schopno požádat o pomoc v případě užívání drog a přijít za školním metodikem prevence. C) Spolupracuje při řešení problémů svého kamaráda, sourozence, rodiče, který má problémy se závislostí.</p> <p>C) Zvládne komunikovat s pedagogy či policií při vyšetřování užívání drog ve škole.</p>
Poruchy příjmu potravy			

3.a 4.	<p>A) Rozumí konceptu problémů se stravováním.</p> <p>A) Ví, že není správné nejíst, když má hlad.</p> <p>A) Zná hlavní zdravotní rizika provázející hladovění.</p> <p>A) Chápe význam pravidelnosti příjmu potravy.</p> <p>A) Má představu o tom, jak vypadá zdravé jídlo.</p> <p>A) Ví, že některá jídla je vhodné jíst častěji a jiná méně.</p> <p>A) Ví, že je rozdíl mezi tím, když hubne dospělý člověk a tím, když hubne dítě ve vývinu.</p> <p>A) Zná výhody pravidelného sportování. A) Ví, jak má provádět jednoduché cviky na protažení a posílení těla.</p>	<p>A) Umí si připravit jednoduchou zdravou svačinu.</p> <p>A) Organizuje si pravidelný denní režim a životosprávu.</p> <p>A) Snaží se jíst v klidu.</p> <p>A) Důkladně žvýká.</p> <p>B) Umí požádat rodiče o zvýšení příjmu ovoce a zeleniny.</p> <p>A) Uplatňuje své znalosti o zdravé výživě ve výběru a konzumaci potravin. A) Umí ocenit význam zdraví a dobrého tělesného stavu.</p> <p>A) Umí si najít oblíbený sport.</p> <p>A) Pravidelně se věnuje vybrané tělesné aktivitě.</p> <p>A) Umí provádět rovnovážná cvičení.</p> <p>A) Realizuje se v zájmové sportovní činnosti.</p>	<p>A) Je schopno jíst pravidelně a v klidu. A) Aplikuje osvojené znalosti, postoje a dovednosti ve vztahu ke konzumaci dostatečného množství ovoce a zeleniny a příjmu tekutin.</p> <p>A) Zvládne preferovat a vybrat si čerstvou a vyváženou stravu.</p> <p>A) Dokáže mít kladný postoj ke svému zdraví a tělesnému vzhledu.</p> <p>A) Je schopno vnímat a ocenit hodnotu fyzického a psychického zdraví. A) Aplikuje získané znalosti, dovednosti a postoje ve vztahu ke sportu.</p> <p>A) Zvládne jednoduchou rozcvičku a protahovací pohyby.</p> <p>A) Je schopné pravidelně cvičit a mít dostatek pohybu na čerstvém vzduchu.</p>
Týrání, zneužívání a zanedbávání dítěte			
3.a 4.	<p>C) Ví, že existují a jak se projevují nejčastější sexuální poruchy chování (pedofilie, zoofilie, exhibicionismus..)</p> <p>D) Chápe, že to není ostuda ani jeho vina když se stane obětí týrání či sexuálního zneužívání.</p> <p>D) Rozumí tomu, proč je důležité a pro něj užitečné ohlásit projevy zneužívání svému učiteli, školnímu metodikovi prevence.</p> <p>C) Má k dispozici kontakty na odbornou pomoc (linky bezpečí, krizová centra, PPP, SVP)</p> <p>B) Ví, jak se projevují a jak poznat znaky důvěryhodných lidí.</p>	<p>C) Používá svých znalostí o sexuálních poruchách chování a umí identifikovat jednotlivé druhy modelových situací.</p> <p>D) Umí rozpoznat projevy týrání, zanedbávání péče a zneužívání.</p> <p>D) Používá strategie odmítnutí na člověka, který mu je nesympatický, obtěžuje jej, či si vynucuje sexuální praktiky.</p> <p>C) Posiluje adekvátně své sebevědomí.</p> <p>C) Umí si vytvořit pohlavní identitu. C) Umí vyhledat odbornou pomoc</p>	<p>C) Má osvojeny etické normy, hodnoty, postoje, znalosti a dovednosti ve vztahu k sexualitě a dokáže je adekvátně použít v daných situacích a vztazích.</p> <p>D) Je schopno přiměřeně projevovat své emoce, sexuální chování a vlastní atraktivitu – není zbytečně vyzývavé, koketní, neprovokuje své okolí.</p> <p>C) Je způsobilé kritického myšlení.</p> <p>C) Spolupracuje při vyšetřování týrání, zanedbávání nebo sexuálního zneužívání</p>

			sebe nebo druhých lidí z okolí.
--	--	--	---------------------------------

	<p>D) Identifikuje potenciálního agresora a nebezpečnou osobu.</p> <p>D) Chápe, že je zakázáno krát agresora a podílet se na týrání či sexuálním zneužívání druhých osob. B)</p> <p>Zná možnosti, kam nasměrovat spolužáka, který může mít problémy se syndromem týraného a zneužívaného dítěte.</p>	<p>D) Uplatňuje své znalosti o druhých idech v konkrétních vztazích – není ochotno krýt agresora a spolupracovat s osobou týrající či zneužívající děti.</p> <p>D) Umí rozpoznat znaky citového vydírání, sexuálního zneužívání nebo zanedbávání povinné péče u sebe i svého spolužáka. B) Je schopno v modelových situacích pomoci kamarádovi, který se stal obětí týrání či zneužívání – umí poskytnout emocionální podporu, vyhledání kontaktů, doporučení na odbornou pomoc.</p>	<p>B) Aplikuje získané znalosti a dovednosti v komunikaci v mezilidských vztazích. D)</p> <p>Je schopno identifikovat potenciálního agresora či nebezpečná místa a přizpůsobit své chování pohybu a kontaktu na takových místech. B) Má osvojeny odpovídající sociální role, postoje a hodnoty a umí je použít v konkrétních sociálních interakcích. B)</p> <p>Dokáže navazovat přátelské a rovnocenné vztahy.</p>
--	--	--	--

Záškoláctví

<p>5.a 6.</p>	<p>D) Chápe systém omlouvání školní absence. C) Ví, jak se projevuje záškoláctví. A) Identifikuje rozdíl mezi situací, kdy nemůže jít (nemoc, úraz, rodinné důvody apod.) a kdy se mu nechce jít do školy. C) Ví, jak zvládat své školní domácí úkoly. C,B) Chápe, jak pracovat se školní neúspěšností a jak lze řešit problémy s výukou. B) Ví, jak může pomoci kamarádovi, který má problém s učení. D) Zná postihy, které by jej čekaly v případě nedodržování školního řádu a docházky. D) Chápe právní tresty, které by postihly jeho rodiče za jeho záškoláctví. B) Rozpozná projevy záškoláctví svého kamaráda/spolužáka.</p>	<p>D) Umí dodržovat stanovená pravidla chování ve vztahu ke škole. C) Dokáže rozpoznat projevy záškoláctví u sebe i druhých. A) Umí si pracovat na svých úkolech a rozvrhnout si čas rovnoměrně mezi práci a zábavu. B) Uplatňuje spolehlivé a zodpovědné chování k sobě i ostatním B) Umí komunikovat o svých problémech (školních i osobních). B) Realizuje se v pomoci kamarádovi, který má problémy s výukou. B) Umí si vytvořit a obhájit svoji pozici v třídním kolektivu. C) Uplatňuje dovednosti odolat tlaku vrstevnické skupiny a nejít za školu.</p>	<p>D) Je schopno respektovat školní řád. C) Zvládne identifikovat znaky záškoláctví u sebe i ostatních. C) Má jasně profilované kladné postoje ke vzdělávání a systému výuky. C) Zvládá dodržovat termíny úkolů a plnění školních povinností. B) Spolupracuje v komunikaci s rodiči a pedagogy v případě řešení problémů s výukou. B) Je schopno pomoci svému spolužákovi s učení (vysvětlit mu danou látku, pomoci s doučováním, provádět společnou domácí přípravu...). D) Aplikuje osvojené znalosti a dovednosti ve vztahu k omlouvání absence a dodržování</p>
---------------	---	---	---

	<p>C) Má k dispozici kontakty na zodpovědnou osobu ve škole, se kterou je možné řešit problémy se záškoláctvím.</p>	<p>D) Umí odhadnout potenciaální dopady záškoláctví. B) Používá své znalosti tak, aby rozpoznal projevy záškoláctví u svého kamaráda. C) Umí spolupracovat s odborníky při řešení eventuálních problémů se záškoláctvím u sebe či svého kamaráda, spolužáka, sourozence.</p>	<p>školní docházky (nefalšuje omluvenky, dodává je včas třídnímu učiteli, nepřesvědčuje rodiče o omluvení záškoláctví, nepředstírá nemoc atd.). C) Je schopno identifikovat a přiznat problémy se školní docházkou. B,C) Spolupracuje při řešení potíží se záškoláctvím s rodiči, pedagogy, případně lékařem. C) Je schopno vyhledat příslušnou osobu ve škole a pomoc v řešení problémů se záškoláctvím svého spolužáky, kamaráda, sourozence.</p>
Šikana a extrémní agrese			
5.a 6.	<p>D) Zná právní normy týkající se trestných činů a hranice trestní odpovědnosti. D) Ví, jaké zdravotní a sociální následky může mít ublížení nebo zásah zbraní druhého člověka. B) Uvědomuje si, jak je nepříjemné zastrašování a vydírání druhé osoby. C) Rozpozná projevy šikany ve třídě. C) Rozumí postupům, jak se bránit a nepodporovat agresivní chování ve škole. B,D) Ví, jak může ochránit slabšího spolužáka. B,D) Ví, jak může jako kamarád či spolužák pomoci někomu, kdo je šikanován a zná hranice své role. C) Chápe, že agresivní čin není řešením konfliktní situace.</p>	<p>D) Umí dodržovat pravidla a normy slušného chování. D) Organizuje své jednání tak, že se neúčastní školních a pouličních rvaček. B) Uplatňuje ocenění druhého za jeho názor či dosažený úspěch. C) Umí říct druhému, co mu vadí neurážlivým způsobem. B) Neponižuje své vrstevníky. B) Nepoužívá vyhrožování v komunikaci se svými kamarády, spolužáky. D) Používá svých znalostí, aby rozpoznalo, že se stalo obětí šikany. C) Neužívá nátlaku, citového vydírání a manipulace k dosažení vlastních cílů.</p>	<p>D) Má osvojeny znalosti, postoje, hodnoty a dovednosti ve vztahu k sobě, druhým lidem i majetku (není ochotné přistoupit na neadekvátní požadavky od skupiny vrstevníků, není členem dětských gangů, neúčastní se davových setkání a demonstrací a nevykazuje projevy vandalismu). C) Je schopno rozpoznat projevy šikany u sebe i ve třídě. B) Je způsobilé odolat psychické manipulaci. C) Zvládne vyjednávat o kompromisu a řešení sporu. B) Dokáže zachovávat a nepřekračovat intimní hranice.</p>

	<p>B) Zná pravidla a zásady mezilidské komunikace.</p> <p>C) Ví, jak má postupovat v případě řešení konfliktů. D) ví, jaké má možnosti, když se cítí ohrožený šikanou.</p> <p>C) Má k dispozici kontakty na příslušné osoby ve škole, které mu mohou pomoci v řešení šikany a sporů se spolužáky.</p>	<p>B) Nemá potřebu ponižovat či urážet jiné lidi.</p> <p>C) Umí projevit své emoce.</p> <p>B) Umí otevřeně hovořit o problémech.</p> <p>C) Nepoužívá verbální agresi a vulgární nadávky. C,D) Realizuje své potřeby nekonfliktním způsobem. C) Umí požádat o pomoc svého učitele, výchovného poradce, školního metodika prevence či jiného zaměstnance školy.</p>	<p>C) Je schopno vyjádřit své emoce kultivovaným způsobem.</p> <p>B) Dokáže komunikovat o problémech.</p> <p>B,D) Je způsobilé respektovat práva a potřeby druhých lidí.</p> <p>C) Aktivně se zapojuje při vyšetřování šikany ve třídě (nezatajuje informace o dění a vztazích ve třídě, není ochotno krýt agresora či vinit oběť).</p>
Rizikové sporty a doprava			

5. a 6.	<p>C) Ví, jak se má chovat ve škole při hodině a o přestávkách.</p> <p>D) Chápe školní řád a pravidla slušného chování.</p> <p>D) Rozlišuje pravidla chování na hřišti, v tělocvičně, v šatně a ve školní družině.</p> <p>D) Ví, co je smyslem těchto pravidel a proč jsou užitečná.</p> <p>D,A) Ví, jak lze předcházet úrazům doma, ve škole i při sportu.</p> <p>D) Identifikuje, které předměty mohou být doma nebo ve škole nebezpečné. D) Ví, jak lze pracovat s potenciálně nebezpečnými předměty.</p> <p>D) Identifikuje místa, kde lze bezpečně sportovat (jezdit na kole, bruslích, skateboardu...)</p> <p>D) Zná zásady, jak pečovat o své jízdní kolo, aby bylo funkční</p> <p>D) Chápe, jak lze předcházet úrazům a nehodám při sportu, v přírodě, pohybu ve městě či dopravním provozu.</p>	<p>B,D) Uplatňuje základní etické normy ve vztahu k druhým lidem a dodržování školního řádu.</p> <p>D) Umí se chovat v souladu s dopravními předpisy.</p> <p>D) Používá pravidla bezpečného chování při hře venku.</p> <p>D) Organizuje své činnosti tak, aby eliminovalo možná rizika v dopravním provozu – při přecházení cest, jízdě na kole či kolečkových bruslích atd.</p> <p>D) Umí rozpoznat potenciálně nebezpečné činnosti a předměty.</p> <p>D) Realizuje bezpečnou manipulaci s domácími spotřebiči a potenciálně nebezpečnými předměty doma i ve škole.</p> <p>A) Organizuje si svůj čas na aktivní i pasivní odpočinek či regeneraci.</p> <p>D) Umí pečovat o své sportovní pomůcky a udržovat jejich funkčnost.</p>	<p>D) Aplikuje své znalosti a dovednosti ve vztahu k vlastní bezpečnosti a přizpůsobuje tomu chování ve škole, doma i v silničním provozu. D) Je způsobilý předcházet úrazům a zraněním pomocí preventivních opatření.</p> <p>D) Zvládne aplikovat své znalosti a dovednosti ve výběru vhodného místa ke sportu – tj. umí si najít ve svém okolí cyklostezku, klidnou komunikaci či park, hřiště, stadion..</p> <p>D) Zvládne pravidelně pečovat o své jízdní kolo (překontroluje funkčnost brzd, seřízení přehazovaček, světla, odrazky, pneumatiky) D) Aplikuje dosažené znalosti, postoj a dovednosti v oblasti bezpečného sportu (nepřeceňuje své síly, nenutí se k extrémnímu výkonu, sportuje na vyhrazených místech, dodržuje předepsaná</p>
---------	--	--	---

	<p>A) Ví, jak správně ošetřit drobná poranění.</p> <p>A) Zná základy první pomoci.</p> <p>A) Ví, na koho se může obrátit v případě poranění nebo úrazu.</p>	<p>A) Používá svých znalostí o zdraví a pravidelně si udržuje dobrou fyzickou kondici.</p> <p>A) Umí poskytnout první pomoc a vyhledat příslušnou odbornou pomoc v případě vlastní nebo cizí potřeby.</p>	<p>pravidla, volí vhodné oblečení a obuv, nosí ochranné pomůcky) A) Dokáže poskytnout první pomoc v případě nutnosti.</p>
--	---	---	---

Rasismus a xenofobie

5.a 6.	<p>B) Zná hlavní rysy jasně profilované kulturní postoje, znalosti a xenofobie. dovednosti k svých znalostí rasismu a kultuře, aby mohlo své porozumět kulturně rozdílnosti v chování a jednání lidí z jiné určité dovednosti národnosti</p> <p>C) Poznává projevy a odlišné rasové dané kultury. intolerance s dětmi škole. tradičních Zná příčiny vzniku a x dopady rasismu v (podílí se na lidstva. k přístupu ke Uvědomuje si svou podpůrnou vlastní atmosféru) tradice a hodnoty. z B) Rozumí specifickým B) v chování a empatické. Umí naslouchat jiných druhým. B) Zvládne C) Ví, jak se má zachovat v případě podezření na projevy intolerance, lidí xenofobie či rasismu ve aktivní svém okolí (třídě, možností vrstevnické či referenční skupině) školního C) Má k dispozici nedodržování lidských na projevů práv. škole či poradně způsobilé nést se problematikou své své národnostních menšin. B) Umí zohlednit práva a společenské jednání. potřeby minoritních skupin.</p>	<p>chování, B) Umí tradice a odlišnosti etnických menšin, které projevům v české a xenofobie ve třídě a sociálním B) prostředí. specifickým rozdílem B) etnické skupiny či menšiny. minority. ve náznaky B) Umí odlišit nesnášenlivosti či ve své třídě a kultury od zvyků (hlučnost z jiných spontaneita chování) a dějinách C) Uplatňuje specifickým příznivém zájmům, názorům a kulturní identitu, odlišné etnické skupiny. Je dostatečně pozitivní vztahu k příslušníkům etnických skupin. rozvíjet pocity C) Uplatňuje svá práva v souladu s právy druhých menšinami. C) Umí podpořit svého žáka, spolužáka z jiné skupiny a zapojit ho do kolektivu. rasismu a kontakty C) Realizuje se příslušnou osobu ve zabývající rasismu a třídě a škole. C) Uplatňuje smysl pro spravedlnost a solidaritu.</p>	<p>identifikovat B) Má projevy či náznaky žijí rasismu a evropské B) Používá společnosti. o Chápe individuální Aplikuje znalosti a komunikační společenském životě negativní s příslušníky projevy příslušníků jejich C) Spolupracuje etnických skupin B) národnostních menšin toleranci ve třídě klimatu ve C) třídě, vytváří projevům příslušníků B) Je schopno aplikovat postoje ve odlišnostem životě příslušníků B) národnostních menšin. a vědomí sounáležitosti s jinými národnostními C) Je schopno být etnické dle svých v oblasti prevence xenofobie, v prevenci vzniku a potírání xenofobie ve C) Je zodpovědnost za</p>
Sekty a členství v nich			

5.a 6.	<p>C) Zná alespoň některé církve, které jsou v ČR státem uznané a registrované a zná příklady skupin považovaných za sekty.</p> <p>C) Zná tyto sekty a jejich pravidla.</p> <p>D) Chápe, že určité náboženské přesvědčení a praktiky mohou být nebezpečné.</p> <p>C) Ví, jak se projevuje skutečná a falešná autorita a rozumí rozdíl mezi autoritou a autoritářstvím.</p> <p>B) Ví, kde má svoje hranice – kam až je možné připustit si druhé a kam už ne.</p> <p>B) Zná možnosti, jak se bránit nátlaku ze strany druhých.</p> <p>C) Ví, jak se má zachovat v konfliktních situacích.</p>	<p>C) Má schopnost analytického a racionálního myšlení.</p> <p>C) Umí se samostatně rozhodovat.</p> <p>C) Přijímá zodpovědnost za své jednání.</p> <p>B) Je odolné vůči konfrontaci.</p> <p>C) Umí poznat pravou autoritu od falešné.</p> <p>B) používá své znalosti o psychické manipulaci a umí rozpoznat její projevy.</p> <p>B) Umí přijmout názor druhého a přitom si uchovat svoje přesvědčení.</p> <p>C) Uplatňuje postupy, jak se vyrovnat s potřebou samoty a sociální izolace.</p>	<p>C) Je schopno logicky argumentovat. B) Je způsobilé nepodléhat kolektivnímu myšlení, založenému na nátlaku.</p> <p>B) Dokáže se vyrovnat s komplexem méněcennosti.</p> <p>C) Je schopno projevovat vlastní snaživost a aktivitu.</p> <p>B) Je způsobilé odolat a čelit psychické manipulaci.</p> <p>C) Zvládne se orientovat ve svých potřebách a cílech.</p> <p>C) Je schopno pracovat se sklony k sociální izolaci.</p>
Rizikové sexuální chování			

5.a 6.	<p>B) Zná rozdíly mezi průběhem dospívání u dívek a u chlapců.</p> <p>A) Identifikuje primární a sekundární pohlavní znaky.</p> <p>B) Chápe tělesné a duševní charakteristiky/rozdíly příslušníků stejného a opačného pohlaví.</p> <p>A) Ví, jak probíhá zdravý menstruační cyklus.</p> <p>A) Poznává u sebe problémy s menstruační a pohlavními orgány.</p> <p>A) Ví, že existuje a jak se projevuje u žen premenstruační syndrom.</p> <p>C) Rozumí svým emocím a prudkým změnám nálad.</p> <p>A) Chápe, jak probíhá vývoj dítěte uvnitř matky.</p> <p>A) Identifikuje, které věci mohou poškodit plod.</p> <p>A) Uvědomuje si rizika spojená s interrupcí.</p>	<p>B) Umí identifikovat pohlavní rozdíly mezi chlapci a dívkami.</p> <p>A) Uplatňuje získané znalosti v přístupu k vlastnímu tělu.</p> <p>B) Umí respektovat druhé lidi a jejich osobní svobodu.</p> <p>B) Uplatňuje odpovídající sociální a genderové role. A) Používá osvojené znalosti ve vztahu ke svému fyzickému i duševnímu zdraví a péči o tělo.</p> <p>C) Umí porozumět svým emocím a kontrolovat je. C) Má dostatečně rozvinutou sebekontrolu. B,D) Umí odmítnout projevy náklonnosti, které jsou mu nepříjemné.</p> <p>C) Uplatňuje etické a morální hodnoty týkající</p>	<p>B) Je schopno vytvářet hodnotné osobní vztahy. B) Dokáže být věrné ve vztahu k blízkému člověku.</p> <p>C) Zvládne se vyrovnat s urážkou a odmítnutím. B) Umí přijmout kompliment.</p> <p>B) Aplikuje osvojené znalosti, dovednosti a postoje ve vztahu k příslušníkům stejného i opačného pohlaví.</p> <p>D) Dokáže uspokojit svou touhu po nových zážitcích a vzrušení nerizikovým způsobem chování.</p> <p>B) Je schopno klidně mluvit o mezilidských vztazích a sexuálním chování.</p> <p>C) Spolupracuje při výuce sexuální výchovy a klade otázky, které jej zajímají.</p>
--------	--	--	---

	<p>B) Ví, kdy je člověk zralý pro sexuální styk.</p> <p>A) Chápe, že masturbace není škodlivá a zdraví nebezpečná.</p> <p>B) Ví, jak se má chovat k osobám opačného pohlaví.</p> <p>C) Rozlišuje mezi odbornými a nedůvěryhodnými zdroji informací popisujících sexuální chování a proces dospívání.</p> <p>D) Ví, že je zakázáno (a proč) navštěvovat erotické stránky na internetu a sledovat filmy označené jako nevhodné pro děti a mladší 18 let.</p> <p>D) Rozumí tomu, proč je dětem zakázáno číst či nosit do školy pornografické časopisy a jiný podobný materiál. C) Má k dispozici dostatečně odborné a vzhledem k věku relevantní informační zdroje.</p> <p>C) Ví, koho ve škole může požádat o radu v oblasti sexuálního chování.</p>	<p>se sexuálního chování a mezilidských vztahů. B) Používá dosažené znalosti o vhodném chování v interakcích s druhými lidmi.</p> <p>C) Umí si najít potřebné informace ohledně dospívání, vývoje sexuality a sexuálního chování v seriózních zdrojích.</p> <p>D) Realizuje získané znalosti o sexuálním chování v přístupu k médiím (internetu a televizi).</p> <p>B) Je odolné vůči tlaku vrstevníků.</p> <p>C) Umí si obhájit vlastní názory a postoje ve vztahu k sexualitě.</p> <p>B) Má osvojeny základní etické a morální principy týkajících se sexuálního chování a mezilidských vztahů.</p> <p>C) Umí pracovat s potřebou vyhledávání nových zážitků a „zakázaného ovoce“</p> <p>C) Uplatňuje strategie řešení problémů se sexuálním chováním a umí vyhledat odbornou pomoc v případě potíží s vlastní sexualitou.</p>	<p>B,C) Zvládne přijít za svým učitelem a požádat o pomoc v problémech s prožíváním dospívání či vývoje sexuálního chování.</p> <p>C) Je schopné si zjistit odpovědi na své otázky týkající se sexuality v důvěryhodných zdrojích.</p> <p>B) Zvládne aplikovat dosažené znalosti a dovednosti v přístupu k médiím a skupině vrstevníků.</p> <p>B) Je schopno doporučit kamarádovi, kam se může obrátit o radu v oblasti sexuálního chování.</p> <p>C) Je způsobilé disponovat odpovídajícími znalostmi a dovednostmi potřebnými pro úspěšný vstup do puberty.</p>
Návykové látky			

5.a 6.	<p>A) Zná informace o jednotlivých kategoriích návykových látek</p> <p>A) Identifikuje zdravotní rizika a škodlivé následky užívání drog.</p> <p>C) Rozpozná pozitivní a negativní účinky alkoholu.</p> <p>A) Chápe nebezpečí a rizika spojená s kouřením tabáku.</p>	<p>A) Uplatňuje své znalosti o vlivu drog na zdraví člověka.</p> <p>B) Umí rozpoznat uživatele drog podle typu návykové látky.</p> <p>A) Umí identifikovat rizika spojená s kouřením tabáku.</p>	<p>A) Je způsobilé aplikovat osvojené znalosti o vlivu drog na zdraví.</p> <p>B) Aplikuje obecné znalosti a dovednosti týkající se komunikace v oblasti mezilidských vztahů.</p> <p>C) Zvládá usměrnit projevy negativních emocí.</p>
--------	---	--	---

	<p>B) Je informováno o sociálních faktorech a dopadech užívání drog. A) Má přehled o možnostech, jak a kde trávit volný čas.</p> <p>C) Zná alternativy, jak naplnit potřebu vyhledávání nových zážitků a vzrušení.</p> <p>B) Má základní znalosti o možnostech a úskalích komunikace a řešení sporů ve vrstevnické skupině.</p> <p>C) Zná příklady technik, jak zvládat stres a negativní emocionální stavy. C) Rozpozná, jak identifikovat skrytou reklamu na alkohol a tabák. C) Rozumí pojmu vlastní hodnota.</p> <p>C) Rozumí pojmu vnímání vlastní účinnosti.</p>	<p>D) Prokazuje schopnosti a dovednosti odmítnout drogu.</p> <p>C) Používá konstruktivní strategie řešení problémů.</p> <p>A) Organizuje si svůj volný čas vhodným způsobem, aniž by vyhledávalo rizikové činnosti.</p> <p>B) Umí řešit vrstevnické konflikty a nepodléhat tlaku skupiny týkající se užívání návykových látek. C) Ovládá alespoň nějakou metodu zvládnutí emocí a zátěžové situace. C) Umí odolat tlakům médií a kriticky posoudit reklamu na alkohol a tabákové výrobky.</p> <p>A) Má kladný vztah k sobě a vlastnímu zdraví.</p> <p>C) Uplatňuje kontrolu nad svými činy a vnímá se jako aktivní činitel v procesu řízení vlastního života.</p>	<p>C) Je schopno nepodléhat depresivní náladě a negativním myšlenkám.</p> <p>C) Dokáže používat konstruktivní postupy řešení problémů a sporů.</p> <p>A) Je schopno aktivně odpočívat.</p> <p>B) Dokáže preferovat skupinu vrstevníků, kteří neinklinují k užívání návykových látek.</p> <p>B) Je schopné vyhledávat takové formy zábavy a skupiny, které uspokojí potřebu vzrušení a nových zážitků, ale neinklinují k užívání drog.</p> <p>C) Dokáže aplikovat na modelových situacích vztah mezi zvládnutím stresu a prožívanou úzkostí a návykovými látkami.</p> <p>C) Zvládne se adaptovat na změny v prostředí a flexibilně řešit nové či obtížné situace.</p> <p>C) Je schopno řídit svůj život a náročné situace vnímat jako výzvy.</p>
Poruchy příjmu potravy			

5.a 6.	<p>A) Ví, že poruchy příjmu potravy jsou duševní nemoci.</p> <p>A) Zná rozdíly mezi mentální anorexií a mentální bulimií.</p> <p>A) Má informace o symptomech ortorexie, kompulzivního přejídání a závislosti na jídle.</p> <p>C) Ví, že emocionální stav a aktuální nálada se odvíjí od množství typu potravy.</p> <p>A) Zná doporučené denní dávky vitamínů a minerálních látek.</p>	<p>A) Umí odlišit projevy mentální anorexie od mentální bulimie.</p> <p>A) Uplatňuje získané znalosti o poruchách příjmu potravy – umí poznat na druhém problémy s výživou a identifikovat poruchu příjmu potravy, odlišit somatické projevy při nedostatku živin a představit si, jak vypadá člověk trpící poruchou příjmu potravy.</p> <p>A) Umí si naplánovat jídelníček s ohledem na</p>	<p>A) Je způsobilé identifikovat rozdíl mezi mentální anorexií a bulimií.</p> <p>A) Zvládne nebyť úzkostné, když sní občas nezdravé jídlo.</p> <p>A) Aplikuje znalosti a dovednosti směrem ke konzumaci vyvážených jídel.</p> <p>C) Je schopno nepodléhat rychlému střídání nutričních doporučení.</p> <p>A) Aplikuje znalosti o výživě do svých nutričních preferencí.</p>
--------	--	--	---

	<p>A) Identifikuje přirozené zdroje základních živin – sacharidů, bílkovin, tuků. A) Ví, jak funguje trávicí soustava a proces metabolismu živin. A) Chápe negativní následky zvracení na fyziologické procesy trávicí soustavy. A) Ví, kolik kilogramů je optimální zhubnout za týden/měsíc/rok. A) Uvědomuje si zdravotní rizika hladovění. A) Zná negativní důsledky intenzivního cvičení. C) Ví, že hubnutí může být forma návykového chování. C) Chápe nereálnost reklam a časopisů prezentujících extrémně štíhlé modelky a modely. A,B) Zná zdravotní a sociální důsledky obezity. A) Ví, že užívání anabolických steroidů není efektivní a zná jejich škodlivý vliv na zdraví. C) Ví, na koho se ve škole obrátit v případě podezření na poruchu příjmu potravy či nadváhu. C) Má kontakty na školního psychologa, nutričního specialistu, metodika prevence. A) Zná výhody dobrého zdravotního stavu na tělesný výkon a psychickou činnost.</p>	<p>svůj zdravotní stav a energetický výdej. A) Dodržuje osvojené stravovací a pitné návyky. A) Umí identifikovat škodlivé dopady časté konzumace jídel z rychlého občerstvení. A) Umí odlišit zdravou potravinu od té, která pouze vypadá zdravě, ale není nutričně vyvážená. A) Uplatňuje své znalosti v přípravě a výběru jídel. A,B) Umí identifikovat rizika a zdravotní a sociální dopady poruchy příjmu potravy. C) Disponuje přehledem kontaktů a informací o možnostech pomoci s poruchou příjmu potravy a je schopno se na dané osoby, instituce v případě potřeby obrátit. C) Umí odolat tlaku médií na přehnaně štíhlý vzhled. A) Uchovává si racionální přístup k hodnocení nových i současných poznatků o výživě. C) Uplatňuje své znalosti o vlivu reklamy – nepodléhá extrémním dietám a nevhodným výživovým směrům. C) Umí identifikovat redukční a léčebnou dietu od zdravého stravovacího modelu. C) Umí se obrátit na kompetentní osobu v případě problémů s poruchou příjmu potravy. A) Uplatňuje vytrvalost a sílu ve sportu. A) Má zdravý a vyrovnaný náhled na své stravování a celkový životní styl.</p>	<p>A) Je způsobilé dodržovat základní nutriční doporučení. A) Zvládne se vyhnout jídlům z rychlého občerstvení. A) Je schopné si vybrat a vyžádat do svého jídelníčku široké spektrum pestrých a čerstvých potravin. A) dokáže méně solit a omezit cukr ve výživě. A) Je schopno odříct si sladkou a tučnou potravinu, pokud dodržuje dietní režim při redukci nadváhy. A) Má jasně profilované postoje, znalosti a hodnoty ve vztahu k fyzickému vzhledu a životních priorit. A) Dokáže ocenit jedinečnost tělesného vzhledu. C) Je schopno odhadnout reálné míry a vzhled modelů a modelek prezentovaných v médiích. B) Dokáže neposuzovat váhu svých kamarádek a nevytvářet na ně tlak (aby zhubly, nejedly..) C) Je způsobilé sledovat aktuální trendy ve výživě a kriticky je vyhodnotit. C) Má jasně profilované postoje, znalosti a dovednosti ve vztahu ke sportování. A) Je schopné věnovat dostatečný čas relaxaci a uvolnění svalů. A) Dokáže zaměřit pozornost na správné držení těla.</p>
--	---	--	---

			A) Je schopné usilovat o soulad tělesného a duševního zdraví.
--	--	--	---

Týrání, zneužívání a zanedbávání dětí

<p>5.a 6.</p>	<p>D) Zná základní dokumenty o právech a svobodách dítěte. D) Orientuje se obecně v legislativě týkající se trestných činů. D) Chápe právní postihy, kterou jsou za týrání zvířat, lidí a sexuální zneužívání dětí. C) Ví, jaké jsou základní fyzické, psychické a citové potřeby dítěte a dospívajícího. A) Chápe, jak se projevuje syndrom týraného a zneužívaného dítěte. C) Zná způsoby jak pracovat se svými emocemi.</p>	<p>D) Umí poznat znaky týrání, sexuálního zneužívání či zanedbávání povinné péče u sebe i druhého. D) Používá svých znalostí o trestní legislativě týkající se týrání a zneužívání dětí. D) Umí rozpoznat přiměřený a adekvátní tělesný trest. B) Uplatňuje strategie asertivního sebeprosazení ve skupině. B) Umí jednat rozhodně a nezávisle na druhých. C) Má přiměřené požadavky na sebe sama i své okolí. C) Umí ovládat své emoce.</p>	<p>D) Má osvojeny znalosti, dovednosti, postoje a hodnoty v přístupu k utrpení a bolesti druhých – záměrně nepůsobí bolest sobě ani druhým lidem, nechová se destruktivně, nevyhledává slabá místa druhých a nezneužívá své místo ve skupině vrstevníků. C) Dokáže pracovat s prožíváním stresu, úzkosti a frustrace. B) Zvládne se ovládat v konfliktních situacích. C) Je schopno pracovat se svou agresivitou a impulzivitou.</p>
---------------	--	---	---

Šikana a extrémní agrese

7.,8.,9.	<p>C) Zná zásady asertivního jednání. C) Ví, proč má význam hledat společná řešení konfliktů. B) Rozporná situace, které jej vyvedou z míry. B) Ví, jak se v nich orientovat a zachovat odstup. B,C) Zná možnosti, jak řešit mezilidské spory a konfliktní situace. C) Zná techniky, jak zvládnout svůj stres a impulzivní jednání. C) Ví, co mu pomáhá ve zvládnutí afektů a náhlých změn nálad. B,C) Ví, jak se může člověk chovat v krizových situacích. C) Ví, co má udělat, když ho napadne zkratkovité jednání. A) Zná základy první pomoci.</p>	<p>C) Uplatňuje alternativy a kompromisy v řešení konfliktů. C) Umí racionálně zhodnotit své kladné a záporné vlastnosti. C) Umí odhadnout, jak by se mohl/a chovat v krizových situacích. B) Je přirozené a sebevědomé. A) Má kladné sebepojetí. C) Používá způsoby, jak zmírnit projevy svého sobectví a egoismu. A) Umí pracovat s technikami ke zmírnění stresu a úzkosti. A) Realizuje jednoduché relaxační techniky. A) Používá metodu autogenního tréninku. B) Umí projevit svou individualitu a nezávislost nekonfrontačním způsobem.</p>	<p>B) Je schopno uplatnit znalosti, schopnost asertivity a sociální dovednosti v jednání a mezilidských interakcích (dohodnout se na vzájemném kompromisu, hledat společná řešení, udržet si svou vlastní identitu v komunikaci se silnějším spolužákem, nechovat se destruktivně k sobě ani k ostatním). C) Dokáže se vyrovnat se svojí negativní náladou. C) Zvládá své afektivní stavy. A) Aplikuje relaxační techniky. A) Zvládne provádět autogenní trénink. B,C) Je schopné sociálně fungovat, i když má problémy s učením, rodiči nebo spolužáky. B) Aplikuje osvojené znalosti a komunikační dovednosti v chování</p>
----------	---	---	---

	<p>B) Ví, jak se psychicky bránit vůči nátlaku a manipulaci. A) Zná svoje vnitřní zdroje a limity. C) Ví, v čem mu může pomoci školní metodik prevence, výchovný poradce, jiný pracovník školy.</p>	<p>C) Uplatňuje strategie kontroly impulzivního jednání. A) Umí poskytnout první pomoc. B) Nemá tendenci manipulovat s druhými lidmi. C) Realizuje své jednání s přiměřenou sebejistotou. B) Nepoužívá ve svém chování devalvací hodnoty a sebedůvěry druhých spolužáků. C) Umí vyhledat odbornou pomoc v případě problémů či ohrožení šikanou.</p>	<p>k druhým lidem (dokáže obhájit vlastní názory a hodnoty, Zvládne uzнат názor druhého a přitom si ponechat vlastní stanovisko, vyhýbání se konfrontačnímu stylu jednání). D) Zvládne dosahovat vytyčených cílů, aniž by muselo ubližovat druhým. C) Je způsobilé obrátit se na příslušnou osobu ve škole a požádat ji o pomoc se šikanou.</p>
--	---	---	---

Rizikové sporty a doprava			
7.,8.,9.	<p>D) Rozumí významu důležitých dopravních značek.</p> <p>A) Vnímá své zdraví jako hodnotu.</p> <p>D) Chápe význam prevence úrazů a zranění v kontextu vlastního života a osobních hodnot.</p> <p>D) Zná důsledky a trvalé následky úrazů ve sportu a v dopravě.</p> <p>A) Chápe rizika a zdravotní dopad vrcholového sportu.</p> <p>D) Zná svoje limity ve sportování.</p> <p>A) Ví, jaký sport je pro něj vhodný.</p> <p>D) Zná místa, kde se dá tento sport bezpečně provozovat.</p> <p>D) Ví, jak se má zachovat v nouzové a život ohrožující situaci.</p> <p>D) Ví, že je zakázáno jet na kole či motocyklu pod vlivem alkoholu a jiných návykových látek.</p> <p>A) Má k dispozici kontakty na dětské lékaře a</p>	<p>D) Organizuje své chování ve vztahu k dodržování dopravních předpisů.</p> <p>D) Umí poznat základní dopravní značky.</p> <p>D) Uplatňuje pravidla bezpečného chování ve sportu i v dopravě. A,D)</p> <p>Umí odhadnout své tělesné schopnosti a výkon ve sportu.</p> <p>A) Organizuje své sportovní aktivity a pravidelně je zařazuje do svého denního programu.</p> <p>A) Respektuje své tělesné limity a výkon ve sportu.</p> <p>D) Umí si vybrat vhodný sport a místa, kde je může bezpečně praktikovat.</p> <p>D) Používá své znalosti ve správném postupu při dopravní nehodě.</p> <p>A) Umí poskytnout první pomoc a vyhledat odbornou lékařskou pomoc v případě potřeby ošetření.</p> <p>D) Realizuje bezpečnou jízdu na kole a neřídí</p>	<p>D) Je schopno aplikovat znalosti a dovednosti v oblasti bezpečného chování v silničním provozu.</p> <p>A) Má jasně profilované postoje a hodnoty ve vztahu k vlastnímu zdraví.</p> <p>D) Aplikuje osvojené znalosti, postoje a dovednosti ve vztahu ke sportu (vyhýbá se rizikovým sportům, nosí přilbu a ochranné pomůcky, je dostatečně opatrný)</p> <p>A) Je způsobilé provozovat sport na sobě vyhovující individuální úrovni.</p> <p>D) Je schopno identifikovat potenciální nebezpečí a přizpůsobit své chování konkrétní krizové situaci.</p> <p>A) Je způsobilé poskytnout první pomoc či zprostředkovat kvalifikovanou zdravotní péči.</p>
	zdravotnická zařízení ve svém okolí.	motorku pod vlivem alkoholu a návykových látek.	D) Je schopno neprovozovat sport či jízdu na kole a motocyklu pod vlivem alkoholu a jiných návykových látek.

Rasismus a xenofobie

7.,8.,9.	<p>B) Má dostatek informací o různých etnických skupinách žijících v české a evropské společnosti. B) Chápe v obecných souvislostech zdroje odlišnosti projevů, chování a jednání lidí různých etnických skupin či minorit. D) Zná principy civilizované a demokratické společnosti. C) Zná Listinu základních práv a svobod a Úmluvu o právech dítěte. C) Rozumí významu globalizace v moderní společnosti. C) Chápe příčiny a důsledky diskriminace, xenofobie a rasismu. B) Rozumí významu integrace jedince z minoritní skupiny do majoritní populace. C) Ví, jak se bránit předsudkům a negativním stereotypům vůči příslušníkům etnických menšin.</p>	<p>B) Umí racionálně zhodnotit a kriticky posoudit kladné a záporné vlastnosti příslušníků určité národnostní menšiny. A) Používá kritické myšlení. B) Umí si vytvořit objektivní názor a nezávislý postoj. B) Realizuje komunikaci se svými vrstevníky a mladými lidmi na bázi vzájemného porozumění, tolerance a otevřeného jednání. B) Umí vytvářet přátelské, rovnocenné a důvěrné vztahy. C) Respektuje fyzické a psychické odlišnosti lidí z jiných etnických skupin. B) Používá znalosti o zázemí a sociálních podmínkách příslušníků národnostních menšin a umí je pochopit a tolerovat. C) Umí vnímat sám sebe jako právoplatného občana naší společnosti a orientovat se v pluralitní společnosti.</p>	<p>B) Aplikuje osvojené znalosti a dovednosti, postoje v chování k příslušníkům odlišných etnických skupin. C) Spolupracuje při řešení problémů s rasismem či xenofobií ve svém okolí. B) Je schopno reflektovat a respektovat zvyšující se sociokulturní rozmanitost v našem prostředí. B) Zvládne rozvíjet vztahy s druhými bez ohledu na jejich etnický, sociální či náboženský původ. B) Dokáže uplatnit cizí jazyk jako prostředek komunikace s příslušníky jiné etnické skupiny a jako nástroj celoživotního vzdělávání. C, B) Je schopno využívat interkulturních kontaktů k obohacení sebe i druhých.</p>
Sekty a členství v nich			
7.,8.,9.	<p>C) Má dostatečný přísun k novým informacím a objektivním informačním zdrojům. C) Chápe v obecné rovině význam dogmat a církevních pouček. B) Ví, jaké metody a strategie používají</p>	<p>C) Umí pracovat s novými informacemi. C) Je flexibilní v myšlení. B) Umí si vytvořit vlastní názor. C) Má jasně formulované své životní cíle, priority, plány do budoucna.</p>	<p>C) Aplikuje osvojené znalosti, dovednosti a hodnoty ve vztahu k vlastní filozofii a osobním cílům. C) Je schopno přijmout svoje negativní vlastnosti a vyrovnat se s pocitem viny za drobné prohřešky.</p>

	<p>příslušníci sekt k získání nového člena. D) Zná rizika spojená se vstupem do některé sekty. D) Ví, že určité rituály a sexuální praktiky nejsou slučitelné s náboženským přesvědčením. B) Zná v obecné rovině projevy a změny chování, které mohou být spojeny se členstvím v sektě. C) Má k dispozici kontakt na odpovědnou osobu ze své školy, na kterou se může v případě ohrožení sektou obrátit.</p>	<p>B) Má dostatečně rozvinuté zdravé sebevědomí. D) Používá adekvátní hodnocení závažnosti negativního činu a dopadů svého jednání. B) Umí se vyrovnat s pocitem prázdnoty a frustrace. C) Realizuje se ve školních a mimoškolních aktivitách a umí se obrátit na příslušnou osobu v případě potřeby pomoci.</p>	<p>B) Zvládne naplnit potřebu výlučnosti a nadřazenosti ve společensky přijatelných aktivitách. D) Je schopno žít podle svých přesvědčení a vyhnout se nebezpečnému chování druhých. B) Je způsobilé si vytvořit sociální zázemí a podpůrnou sociální síť. A,B) Dokáže pracovat s technikami relaxace a meditace tak, aby se vyrovnal s úzkostí a tendencí úniku z reality.</p>
Rizikové sexuální chování			

<p>7.,8.,9.</p>	<p>-A) Má dostatek informací o antikoncepčních prostředcích. A) Ví, co je to bezpečný sex. A) Uvědomuje si rizika spojená s nákazou virem HIV a nemoci AIDS. A) Ví, jak se používá kondom. A) Rozumí významu prevence sexuálně přenosných chorob. A) Ví, jak se může ochránit před sex. Přenosnými nemocemi. A) Zná způsoby, kterými se přenáší virus HIV. A) Ví, jak se může nakazit. A) Identifikuje rozdíl mezi virem HIV a nemocí AIDS. A) Má k dispozici přehled faktů a mýtů o nemoci AIDS. A) Zná postupy, jak se léčí pohlavně přenosné nemoci. B) Chápe význam a výhody plánovaného rodičovství. B) Rozlišuje znaky a hodnoty trvalého partnerského vztahu.</p>	<p>A) Rozumí srovnávání spolehlivosti a účinnosti jednotlivých antikoncepčních metod. A) Uplatňuje zodpovědné chování v oblasti sexuality. A) Umí odhadnout, který způsob antikoncepce bude pro něj do budoucna nejvhodnější. A) Používá své znalosti a umí poznat symptomy sexuálně přenosné nemoci. A) Má přirozený respekt a strach ze sexuálně přenosných nemocí. A) Umí poznat potenciálně sexuálně rizikového partnera. C) Má rozvinutou sebedůvěru. C) Umí si najít potřebné informace. B) Používá znalosti z rodinné výchovy a umí si představit, co obnáší rodičovské povinnosti. B) Uplatňuje projevy lásky a náklonnosti vůči druhé osobě.</p>	<p>A) Má jasně profilované postoje, znalosti a dovednosti ve vztahu k sexuálnímu chování. B) Dokáže navazovat rovnocenné vztahy s jedinci opačného pohlaví. B) Je schopno přistupovat k lidem nakaženým AIDS s respektem a pochopením. A) Je způsobilé vyhnout se rizikovým sexuálním praktikám. A) Zvládne si uvědomit rizika spojená s náhodným sexem. A) Dokáže prožít úzkost nebo strach z pohlavních nemocí tak, ab se vyhnulo sexuálnímu rizikovému chování. A) Je způsobilé najít si relevantní a aktuální informace o AIDS. B) Má jasně profilované svoje postoje k sexualitě, lásce, partnerství a rodičovství.</p>
-----------------	--	--	---

<p>A) Ví, jak předcházet nechtěnému těhotenství.</p> <p>A) Zná rizika spojená s časným a dlouhodobým užíváním hormonální antikoncepce.</p> <p>A) Ví, jak probíhá porod dítěte.</p> <p>A) Zná možnosti alternativních způsobů porodu.</p> <p>A) Ví, kam se obrátit v případě podezření na nechtěné těhotenství.</p> <p>B) Uvědomuje si zodpovědnost za rozhodnutí mít dítě. A) Ví, co je orgasmus. A) Zná rozdíly mezi mužským a ženským orgasmem.</p> <p>A) Chápe, kdy a proč se dostaví erekce.</p> <p>A) Ví, že je v dospívání běžné mít neočekávanou erekci či noční poluce.</p> <p>A) Rozumí jednotlivým sexuálním poruchám a dysfunkcím.</p> <p>A) Ví, jak se projevují a jaké jsou mezi nimi rozdíly.</p> <p>A) Má ujasněny představy o zdravě fungující sexualitě. B) Ví, jaký je vztah mezi láskou a sexem.</p> <p>B) Chápe, jaký je rozdíl mezi láskou a sexuální přitažlivostí.</p> <p>B) Ví, že není nemocí nebo poruchou zamilovat se do příslušníka stejného pohlaví.</p> <p>B) Chápe, že homosexualita je přirozená a přijatelná alternativa sexuálního chování.</p> <p>B) Zná rozdíl mezi heterosexuální, homosexuální a bisexuální orientací.</p>	<p>B) Umí si představit, jak funguje normální partnerský vztah.</p> <p>B) Uplatňuje své kladné vlastnosti ve vztahu k druhému pohlaví.</p> <p>B) Umí prezentovat své názory, postoje a myšlenky před skupinou vrstevníků.</p> <p>D) Umí identifikovat projevy nebezpečného sexuálního chování.</p> <p>D) Používá strategie odmítnutí nedůvěryhodného člověka či nebezpečné sexuální aktivity.</p> <p>B) Umí dát najevo druhému člověku, co se mu na něm líbí.</p> <p>B) Uplatňuje možnosti jak potěšit a polichotit druhému člověku. B) Umí jednat asertivně.</p> <p>B) Uplatňuje kontrolu nad svým sexuálním chováním (nevytváří nátlak na své vrstevníky, nenutí je do sexuálně rizikových praktik a nepřesvědčuje k nechtěnému sexuálnímu styku)</p> <p>D) Používá strategie, jak předcházet znásilnění a sexuálně rizikovému chování.</p> <p>B) Nemá strach ani stud se přiznat k případné homosexuální orientaci.</p> <p>B) Má ujasněny postoje k homosexuálním lidem.</p> <p>B) Umí být tolerantní vůči sexuálním menšinám. B) Umí se chovat ohleduplně k druhým lidem.</p> <p>B) Respektuje autonomii a osobní práva druhých lidí.</p> <p>B) Uplatňuje dosažené znalosti o komunikaci a</p>	<p>B) Je schopno prožít intimitu ve vztahu s druhým člověkem.</p> <p>B) Má ujasněné životní priority a postoje ve vztahu k plánovanému těhotenství a rodičovskému chování.</p> <p>B) Je schopno si stanovit cíle, které budou slučitelné s profesní a rodičovskou rolí.</p> <p>C) Dokáže projevit dostatečnou sebeúctu a úctu k životu.</p> <p>B) Zvládne diskutovat o kontroverzních otázkách týkajících se sexuality.</p> <p>B) Je schopno se chovat zodpovědně a čestně k osobám opačného pohlaví.</p> <p>C) Má ujasněny své postoje ve vztahu k promiskuitě a prostituci.</p> <p>B) Zvládne se chovat citlivě a pozorně k příslušníkům opačného pohlaví.</p> <p>C) Má vytvořeny etické normy, hodnoty a postoje, o které se může opřít při důležitých rozhodováních v osobním životě.</p> <p>B) Aplikuje osvojené hodnoty, postoje, znalosti a dovednosti v přístupu k homosexuálně orientovaným lidem.</p> <p>B) Dokáže naslouchat druhým.</p> <p>B) Je schopno empatie. B) Je způsobilé jednat důstojně s lidmi odlišné sexuální orientace.</p>
---	--	---

	B) Ví, že i heterosexuálně orientovaní lidé mohou za		D) Zvládne odmítnout rizikovou sexuální aktivitu a nechtěný styk.
--	--	--	---

	určitých okolností mít homosexuální či bisexuální fantazie a projevy. C) Má k dispozici kontakty, kam se obrátit a kde hledat pomoc v případě nejasností se svou sexuální orientací.	chování ve vztazích k druhému pohlaví. C) Umí požádat svého pedagoga o radu či pomoc s problémy týkající se sexuálního chování.	D) Dokáže aplikovat osvojené strategie v prevenci znásilnění v konkrétních situacích. C,D) Je způsobilé vyhledat pomoc lékaře v případě zdravotních potíží.
Návykové látky			
7.,8.,9.	A) Zná chemické, biologické, zdravotní a sociální účinky drog. B) Zná základní motivy, proč lidé experimentují s drogami. A) Identifikuje specifické účinky návykových látek na mozek a psychické procesy a stavy. A) Rozpozná krátkodobé a dlouhodobé účinky drog na tělesné a kognitivní funkce. D) Má znalosti o školních předpisech týkajících se užívání drog. D) Chápe právní důsledky užívání, uchovávání a distribuce drog. D) Orientuje se v základní trestní problematice drog. A) Zná pozitivní vliv relaxace, duševní hygieny a aktivního odpočinku na zdraví. A) Rozumí zásadám zdravého životního stylu a ví, co obnáší jeho realizace. C) Rozumí pojmu vnitřní zdroje.	A,B) Umí identifikovat hlavní zdravotní a společenské dopady užívání drog. B) Realizuje se v diskuzích o rizicích návykových látek. C) Zachovává si negativní postoje k užívání drog. A) Umí vysvětlit své postoje a chování z pohledu zachování a podpory zdraví. D) Má osvojené základní znalosti o užívání drog ve škole. D) Umí se orientovat v základní právní legislativě týkající se užívání, držení a distribuce drog. C) Vykazuje schopnost formulovat své cíle, hodnoty a distribuce drog. C) Vykazuje schopnost formulovat své cíle, hodnoty a životní priority neztotožnitelné s užíváním drog. C) Orientuje se při řešení konfliktu spíše na problém a jeho řešení než na vlastní osobu a emoce. C) Umí pracovat s nudou.	A) Aplikuje osvojené znalosti a dovednosti, postoje a hodnoty ve vztahu k abstinenci. B) Je schopno odolat tlaku vrstevnické skupiny a udržovat přátelské vztahy navzdory určitým rozdílům. A) Dokáže aplikovat osvojené znalosti a dovednosti vzhledem k prevenci a podpoře zdraví. D) Je schopné používat své znalosti ve vztahu k dodržování školních a společenských pravidel. C) Zvládne upřednostnit racionální řešení problémů před impulzivním jednáním. C) Je způsobilé komunikovat se specializovanými službami (linka důvěry, krizové centrum, kontaktní centrum). C) Dokáže se vyrovnat s vlastním pocitem selhání a neúspěchem. C) Je schopno vyjádřit své pocity různými způsoby (tanec, hudby, dramatizace, kresba, poezie, próza). C) Je způsobilé si stanovit reálné cíle, které vylučují užívání drog.
Poruchy příjmu potravy			

7.,8.,9.	A) Zná zásady správné životosprávy,	A) Umí identifikovat nadváhu, obezitu,	A) Aplikuje své znalosti, postoje a dovednosti
----------	-------------------------------------	--	--

	<p>psychohygienu a zdravého životního stylu.</p> <p>A) Chápe hodnotu vlastního zdraví a tělesné pohody.</p> <p>C) Je si vědomo svých předností a nedostatků týkajících se vzhledu.</p> <p>B) Ví, jak identifikovat poruchu příjmu potravy – u sebe i druhého člověka.</p> <p>A) Zná doporučený poměr mezi energetickým příjmem a výdejem na den.</p> <p>A) Chápe doporučený poměr esenciálních živin v potravě.</p> <p>A) Zná výživovou pyramidu.</p> <p>A) Chápe nevýhody instantních a chemicky upravených potravin.</p> <p>A) Zná škodlivé dopady časté konzumace jídla z rychlého občerstvení.</p> <p>A) Rozumí významu zdravé výživy v prevenci obezity, nemocí zažívacího traktu a nádorových onemocnění.</p> <p>A) Zná negativní důsledky poruch příjmu potravy na možnost těhotenství a celkový zdravotní stav.</p> <p>A) Zná možnosti, jak zdravě zhubnout.</p> <p>A) Uvědomuje si nebezpečí rychlého zhubnutí a působení jo-jo efektu. A,C)</p> <p>Chápe, že tělesný vzhled není ukazatelem hodnoty člověka.</p> <p>C) Rozumí reklamním spotům prezentujícím nezdravé potraviny a léky na hubnutí.</p>	<p>normální hmotnost, podvýživu.</p> <p>A) Uplatňuje poznatky o významu zdraví v kontextu duševní pohody a životního stylu.</p> <p>C) Umí ocenit své přednosti týkající se fyzického vzhledu.</p> <p>C) Používá techniku se monitoringu a umí u sebe poznat, že má problémy se stravováním.</p> <p>A) Uplatňuje získané poznatky o výživě k sestavení zdravého jídelníčku.</p> <p>A) Umí se orientovat v základních výživových doporučeních.</p> <p>A) Organizuje své chování podle předem stanovených, reálných cílů vzhledem ke zdravému stravování.</p> <p>A) Umí si vytvořit vlastní jídelníček na základě svých tělesných potřeb.</p> <p>A) Realizuje své potřeby s ohledem na význam zdraví.</p> <p>A) Umí identifikovat rizika a dopady poruchy příjmu potravy na zdraví.</p> <p>A) Používá své znalosti o rizicích a možnostech hubnutí – umí si vybrat bezpečný způsob redukce nadváhy.</p> <p>A) Pravidelně posiluje svalstvo a udržuje si tělesnou kondici.</p> <p>A) Realizuje nácvik posilovacích a uvolňovacích cviků.</p> <p>A) Umí koordinovat dech při tělesném cvičení.</p> <p>C) Používá svých znalostí o masmediální komunikaci – umí identifikovat</p>	<p>v přístupu k tělesnému i duševnímu zdraví. A) Je schopno se vyrovnat se svými tělesnými nedostatky.</p> <p>C) Dokáže se ocenit za dosažený úspěch.</p> <p>C) Vykazuje známky kladného sebehodnocení. C) Je schopné si uvědomovat pocit vlastní hodnoty.</p> <p>A) Má jasně profilované postoje, znalosti a hodnoty směrem ke kvalitnější výživě.</p> <p>A) Dokáže odhadnout orientační kalorickou hodnotu potravin.</p> <p>A) Aplikuje získané znalosti a dovednosti do svého denního režimu a zvládá vyvážit podíl tělesné a duševní aktivity, práce a zábavy, trávení aktivního volného času a odpočinku.</p> <p>A) Je schopno se zaměřit na rovnoměrné zvyšování fyzické i psychické síly.</p> <p>B) Má jasně profilované postoje, znalosti a dovednosti ve vztahu ke skupině vrstevníků a jejich hodnocení. (nedá na nátlak kamarádů ohledně svého vzhledu)</p> <p>A) Je způsobilé rozlišit odborná a vědecká výživová doporučení od laických a neprofesionálních rad. B)</p> <p>Je schopné nepodléhat tlaku médií a vrstevnické skupiny.</p> <p>A) Dokáže se vyhýbat nutričně nevyváženým dietám.</p>
--	--	---	--

		věrohodnost a validitu informací.	C) Je schopno odolávat a nepodléhat módním trendům ve výživě.
--	--	-----------------------------------	---

Týrání, zneužívání a zanedbávání dětí			
7.,8.,9.	<p>C) Rozumí tomu, jakou péči mohou rodiče vzhledem ke svým finančním a časovým možnostem poskytnout.</p> <p>D) Zná znaky rodičovského týrání, zanedbávání nebo sexuálního zneužívání u sebe i ostatních dětí.</p> <p>A) Chápe, jak funguje a projevuje se zdravá sexualita.</p> <p>A) Má přehled o jednotlivých sexuálních poruchách a dysfunkcích.</p> <p>D) Ví, že je nutné ohlásit ve škole nebo na policii projevy týrání, sexuálního zneužívání u sebe i druhého člověka.</p> <p>D) Zná strategie a techniky, jak se bránit vyhrožování, citového vydírání, zesměšňování, nátlaku a snaze o manipulaci.</p> <p>D) Ví, jak předcházet násilně.</p> <p>B) Zná zásady asertivity.</p> <p>D) Ví, že má nárok požádat OSPOD o pomoc při ochraně svých práv.</p> <p>C) Má k dispozici kontakty na pověřené osoby ve škole, kterým se může svěřit s problémy v oblasti týrání, zanedbávání či zneužívání.</p> <p>D) Ví, kam má nahlásit zjištěné týrání a sexuální zneužívání.</p>	<p>D) Umí identifikovat hranice bezpečného vztahu rodič-dítě.</p> <p>D) Uplatňuje strategie odmítnutí na neslušné návrhy, nepřiměřené nebo sexuální požadavky, které překračují jeho intimní hranice.</p> <p>C) Umí odlišit konstruktivní kritiku od neoprávněných a rozporupných požadavků.</p> <p>B) Uplatňuje vlastní sexuální identitu ve vztazích k opačnému pohlaví.</p> <p>D) Nebojí se přiznat, že se stalo obětí týrání či sexuálnímu zneužívání.</p> <p>D) Používá znalosti o syndromu CAN – umí upozornit učitele na jeho projevy či podezření u sebe i druhých.</p> <p>B) Uplatňuje naslouchání a empatii, ve vztahu k druhým.</p> <p>C) Umí se orientovat ve svých pocitech a duševních stavech.</p> <p>D) Realizuje se v komunikaci s institucemi v případě potíží či podezření na týrání, zanedbávání či sexuální zneužívání dětí.</p> <p>D) Umí se obrátit na příslušné orgány OSPOD a požádat o pomoc v oblasti dodržování práv dítěte.</p>	<p>D) Zvládne identifikovat hranice vztahu se svými rodiči.</p> <p>B) Dokáže jednat citlivě a důstojně s druhými lidmi.</p> <p>B) Má osvojeny základní hodnoty – pocity jistoty a bezpečí a umí je uplatnit v mezilidských vztazích.</p> <p>B) Je schopno použít svých znalostí, komunikačních dovedností a asertivních schopností v konkrétních situacích (konflikty, konfrontace, kritika)</p> <p>D) Je schopno aplikovat získané znalosti, asertivní schopnosti a dovednosti v komunikaci s potencionálním agresorem.</p> <p>B) Je způsobilé jednat rovnocenně s druhými lidmi – neužívá psychické manipulace, nátlak, vydírání, zastrasování působící stres a úzkost dotyčné osobě.</p> <p>C) Je schopno v modelových situacích empaticky přistupovat k člověku, který se stal obětí syndromu CAN.</p> <p>D) V modelových situacích je schopno spolupracovat s orgány policie, sociálně právní ochrany a dalšími institucemi při řešení týrání či sexuálního zneužívání sebe nebo jiných dětí.</p>

Všichni pracovníci školy a žáci se budou snažit v rámci svých možností zlepšovat školní klima

- vylepšovat školní prostředí
- provádět výzdobu prostor školy žakovskými pracemi
- potírat šikanu
- koordinovat vzájemnou činnost
- zdůrazňovat všechny pozitivní výsledky v prezentaci třídy a školy
- zveřejňovat a oceňovat úspěšné žáky, podporovat jejich sportovní, umělecké a jiné dovednosti
- sledovat a odstraňovat nepříznivě působící vlivy na žáky
- vytvářet pozitivní vztahy mezi mladšími a staršími žáky/ příprava na soutěže, společné akce

V práci třídního učitele se zaměříme na:

- Poznávání žáků a jejich rodinného klimatu (obzvláště v případě změny třídního učitele), sledování změn v chování žáků
- Mapování psychického stavu žáků
- Častá komunikace se žáky, zájem o jejich problémy, podpora důvěry k pracovníkům školy
- Podchycení aktivit, sledování zájmů žáků
- Poznávání žáků v jiném prostředí
- Uplatnění zálib žáků
- Zachycení nebezpečných signálů
- Podpora pozitivních vazeb v třídním kolektivu, podpora a vytváření pozitivního klimatu ve třídě
- Sociometrie (porovnání výsledky z loňského školního roku), vyhodnocení
- Seznámení rodičů s hlavními zásadami PP

V rámci plnění preventivního programu proběhnou na škole jednorázové akce

- Návštěva divadelního a filmového představení / dle nabídky
- Školy v přírodě, adaptační pobyt
- Den Země
- Volba žakovského parlamentu
- Sportovní soutěže
- Účast na aktivitách města
- Akce městské knihovny
- Přednášky Policie ČR

- Přednášky o kyberšikaně a zásadách bezpečného pohybu na internetu
- Přednáška o nebezpečích nevhodného stravování (pro dívky)
- Dopravní soutěž
- Soutěž zdravotníků
- Adventní trhy
- Vánoční a jiné besídky pro žáky a rodiče
- Zdobení vánočního stromu
- Revitalizace školního pozemku
- Zapojení školy do regionálních projektů a soutěží
- Exkurze na biofarmu Kozodoj a školní statek v Chebu

Střednědobé programy

- Zvat rodiče ke spolupráci na školních akcích nebo vedení zájmových kroužků
- Využití zvýšeného zájmu rodičů o vzdělávání svých dětí, podpora vzájemné komunikace a důvěry
- Využití tradičních akcí ke vtáhnutí rodičů do školního prostředí (Štěpánská koleda, projektové dny, ples školy)
- Spolupracovat s organizacemi volnočasových aktivit – dále pokračovat ve spolupráci se ZUŠ Nová Role
- Sebeobrana

Dlouhodobé programy PP

- Celoroční motivační hra o zajímavý třídní výlet
- Zdravý životní styl
- Recyklohraní
- Práce školního parlamentu a ekotýmu
- Práce s třídními kolektivy (každé pondělí třídnické chvílky)
- Práce s třídními kolektivy pomocí muzikofiletiky
- Znovuzavedení volitelného předmětu Etická výchova na obou stupních
- Práce se žáky ze sociálně znevýhodněného prostředí a jejich rodinami

Hodnocení efektivity realizace PP

Hodnocení efektivity bude prováděno průběžně v rámci vyučovacích hodin, chování žáků na akcích školy i mimoškolní činnosti v prostorách školy. Na vyhodnocování se budou podílet všichni pracovníci školy. Formy způsobu hodnocení: pozorování, ankety a dotazníky, rozhovor s účastníky, nácvikové situace, diskuze. Metodik prevence každoročně vyhodnocuje preventivní program za uplynulý školní rok ve statistickém dotazníku PPP Evaluace Systému výkaznictví a sběru dat v primární prevenci

Přílohy:

Příloha č. 1 Školní řád - na cloudu a www stránkách ZŠ, ve sborovnách a třídách ZŠ

Příloha č.2 Organizační řád školy část 16. Prevence šikany

Příloha č. 3 Školní program proti šikaně

Příloha č. 4 Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních (Krizový plán) – na cloudu ZŠ a ve sborovnách ZŠ

Příloha č.5 Využití právních opatření při řešení problémového chování žáků na školách

Příloha č. 6 Platná legislativa

Příloha č. 7 Slovník vybraných pojmů

Příloha č. 8 Přehled poskytovatelů sociálních služeb v Karlovarském kraji –elektronicky na cloudu ZŠ

Příloha č. 9 Přehled důležitých kontaktů

Příloha č. 10 směrnice Školní poradenské pracoviště