Základní škola a mateřská škola Prasek, okres Hradec Králové
Prasek 157, 504 01 Nový Bydžov, IČ: 70 98 65 09, bankovní spojení: 1085839319/0800, ID datové schránky: b6avgjh, tel. ředitelka školy: 601 699 776, vedoucí školní jídelny: 601 594 025, vedoucí školní družiny: 602 152 784, sborovna ZŠ: 601 594 525, vedoucí učitelka MŠ (zástupce ředitele): 601 393 084, sborovna MŠ: 776 532 623, e-mail: kaprev@seznam.cz, reditel@skolaprasek.cz, www.skolaprasek.cz

Program poradenských služeb

Dne: 27. 8. 2025
Účinnost od: 1. 9. 2025

Mgr. Eva Kaprálová, MBA, ředitelka školy

Program poradenských služeb (Preventivní program školy)

Program poradenských služeb ZŠ a MŠ Prasek je zpracován s ohledem na rozumové schopnosti
žáků 1. stupně ZŠ a **skládá se z 5 okruhů (I.)**:

1. Prevence sociálně patologických jevů: šikana a agrese
2. Protidrogová prevence
3. Výchova ke zdravému životnímu stylu
4. Rasismus, xenofobie, netolerance
5. Kyberšikana

Činnosti, které jsou obsahem jednotlivých bodů jsou prováděny průběžně, stávají se součástí učiva prvouky, přírodovědy, vlastivědy, českého jazyka, slohu, čtení, počítačů, tělesné výchovy, výtvarné výchovy, jsou též uplatňovány v zájmových kroužcích především v dramatické výchově. V průběhu všech činností je v žácích upevňován morální kodex – co je správné, co je špatné, co je morální, co je nemorální. Využíváme vyprávění příběhů ze života, filmů, četby, dramatizací. Učíme žáky řešit různé životní situace na příkladech. Samozřejmostí je bezprostřední reakce na právě se vyskytnuvší problém.

A dále je jeho součástí Strategie předcházení školní neúspěšnosti (II.).

I.

1. Prevence sociálně patologických jevů

- **Prevence:**
- úzká spolupráce žák + rodič + pedagog
- důvěrnost sdělení
- školní řád: jasná pravidla chování včetně sankcí za jejich porušení
- kvalitní dohled pedagogů hlavně v prostorách, kde by mohlo k šikaně docházet (WC, šatna)
- aktivní zapojení i nepedagogických pracovníků
- informovanost žáků, rodičů, pedagogů o způsobech řešení šikany

- **Metoda řešení šikany:**
- a) rozhovor s tím, kdo na šikanu upozornil a s obětí
- b) nalezení vhodných svědků, rozhovor (i konfrontační) s nimi
- c) zajištění ochrany oběti
- d) rozhovor s agresory, konfrontace mezi nimi

- **Výchovná opatření k potrestání agresorů:**

- napomenutí a důtka třídní učitelky nebo ředitelky školy (podle závažnosti provinění)
- snížení známky z chování – opakované agresivní chování, závažný přestupek
- oběti šikany možnost doporučit psychoterapeutickou péči PPP

Nepřímé (varovné) znaky šikanování mohou být např.:

- Žák je o přestávkách osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
- Při týmových sportech bývá jedinec do družstva volen mezi posledními.
- O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
- Má-li žák promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
- Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
- Stává se uzavřeným.
- Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
- Jeho věci jsou poškozené, znečištěné, případně rozházené.
- Zašpiněný nebo poškozený oděv.
- Stále postrádá nějaké věci.
- Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
- Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
- Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
- Odřeniny, modřiny, škrábance, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Přímé znaky šikanování mohou být např.:

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

Co by měl každý žák o šikaně vědět:

1. Za šikanování se považuje to, když jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně ubližují druhým. Znamená to, že ti někdo, komu se nemůžeš ubránit, dělá, co ti je nepříjemné, co tě ponižuje, nebo to prostě bolí. Strká do tebe, nadává ti, schovává ti věci, bije tě. Ale může ti znepříjemňovat život i jinak. Pomlouvá tě, intrikuje proti tobě, navádí spolužáky, aby s tebou nemluvili, nevšímali si tě.
2. Proč jsi šikanován? Není to proto, že jsi špatný nebo proto, že si to nějak zasloužíš. Chyba není v tobě, ale ve špatných vztazích mezi některými žáky vaší třídy nebo školy. Převládá v nich bezohlednost a násilí.
   Pamatuj si, že nikdo nemá právo ti ubližovat!

3. Nikomu nic neříct je strkání hlavy do písku, které situaci jenom zhoršuje. Nevzdávej to a udělej následující:
   Obrať se na paní učitelku nebo paní ředitelku. Budou ti věřit, neprozradí tě a pomohou ti.
   Svěř se svým rodičům.
   Můžeš zavolat na bezplatnou Linku bezpečí: 116 111

2. Protidrogová prevence

Zneužívání návykových látek je v současné době jedním z nejzávažnějších problémů ve společnosti. Prevence by v žádném případě neměla probíhat pouze nárazově, ani by neměla mít charakter kampaně. Provádíme ji průběžně, hlavním cílem je vést žáky k tomu, aby návykovou látku v budoucnosti nevyhledávali, aby ji nikdy neužili. Aby vnitřně cítili, že toto není cesta správným směrem. Při práci proto klademe důraz na následující činnosti:

- učit žáky řešit konfliktní situace
- vést je ke schopnosti odmítat činnosti, které by mohly mít negativní důsledky
- posilovat sebedůvěru žáků
- informovat je přiměřeně věku o následcích užívání drog
- podporovat mimoškolní činnost žáků – ve škole realizujeme množství zájmových kroužků, zapojujeme žáky do mimoškolních aktivit, podporujeme smysluplné trávení volného času

Metody práce

A. Posilování schopnosti vypořádat se s odmítnutím, zklamáním, selháním

Ukážeme žákům obrázek zamračeného, nespokojeného, plačícího chlapce či dívky přiměřeného věku. Žáci přemýšlejí, proč se takto chová, co bylo příčinou. Vybereme jeden důvod a žáci se snaží najít různá řešení situace. Nápady lze psát na tabuli a pak vybrat nejvhodnější. Žáci také mohou popisovat vlastní konflikty, vymýšlet je. Vždy hledají možné způsoby řešení a náhradní činnosti.

Příklady konfliktů:

- Dostal jsem špatnou známku a nesmím se dívat na televizi.
- Mladší sourozenec vyvolal hádku, potrestán jsem byl já.
- Všichni kamarádi mají chytrý telefon, já ne.
- Chtěl jsem jít ven, ale musím uklízet svůj pokoj.
- Zradil mě kamarád.
- Nesmím si hrát na počítači, protože musím udělat úkol.
- Nedostanu křečka, protože mám alergii.
- Rodiče už na mě nemají tolik času, protože se narodil bratříček.
- Otec přišel o práci, musíme se uskromnit.
- Rodiče se rozvádějí, nedokáži se s touto skutečností smířit
- Rodič přišel o práci, nemohu mít takové věci, jaké mají mí spolužáci.
- Nedokáži se smířit se smrtí blízké osoby.

Těmito činnostmi vedeme žáky k poznání, že problémy se dají řešit. Buď je vyřeší sami nebo s pomocí rodičů, eventuálně odborníků. Učitel upozorní děti na existenci Linky bezpečí.

B. Výcvik dovednosti, jak čelit negativnímu vlivu vrstevníků

V tomto výcviku se učí děti odmítnout návrhy vrstevníků k činnostem, které by mohly mít negativní následky. Tím se učí odmítnout v budoucnu i nabízenou drogu.

Metody práce: Forma hry, kdy jeden žák přemlouvá druhého. Zpočátku roli „přemlouvače“ hraje učitel. Volíme různé formy nátlaku. Ten, kdo přemlouvá, argumenty odmítajícího neustále vyvrací. Tak musí odmítající žák stále hledat pádnější argumenty.

Příklady situací:

- Kamarád tě přemlouvá, abys s ním vyrobil petardu.
- Bez vědomí rodičů se vydáme na delší výlet.
- Polezeme na skálu a jiná nebezpečná místa.
- Zkusíme si zakouřit.
- Sebereme doma víno a napijeme se.
- Ukradneme čokoládu v obchodě.
- Schováme spolužákovi tašku.
- Vezmeme si do školy pepřový sprej.
- Zavoláme telefonem do školy a budeme vyhrožovat bombou.
- Nastříkáme sprejem na zeď nápisy.
- (Situace se mohou přizpůsobovat podmínkám ve třídě, škole, v konkrétní době)

C. Informace o návykových látkách a jejich účincích

Zaměření na návykové látky obecně – alkohol, kouření, nealkoholové drogy. Drogy nevyčleňujeme, spíše se soustředíme na alkohol a tabák.

Metody práce: forma rozhovoru

a. *Jak poznáte opilého člověka?*
   Reakce na odpovědi žáků a vysvětlení: alkohol poškozuje CNS, což vede ke změně chování. Poškozuje i další orgány, např. ledviny, játra, je velmi nebezpečný pro těhotné ženy. Může dojít k úrazům.
   Závěr: Alkohol škodí našemu zdraví.
b. *Líbí se vám chování opilého člověka?*
   Závěr: Alkoholik je vyřazován ze společnosti, ostatní lidé ho nevidí rádi mezi sebou.
c. *Alkoholik a zaměstnání.*
   Závěr: Alkoholik nemůže dobře pracovat, ztrácí zaměstnání. Ekonomický dopad.

Shrneme negativní důsledky požívání alkoholu. Podobně pracujeme s tabákovými výrobky.

Podobné účinky jako alkohol mají i látky, kterým se říká DROGY. Jsou to např. některé léky, ale i další zdraví škodlivé látky. Informace přiměřeně věku žáků.

D. Podporování pozitivních aktivit u žáků

Zaujetí určitým koníčkem a vazba na prostředí spojené s touto aktivitou je nejlepší prevencí zneužívání návykových látek. Proto je důležité v co nejnižším věku vést děti k zapojení do různých zájmových kroužků.

Metody práce:

a. Rozhovory s dětmi: mluvní cvičení v českém jazyce na téma: Co mohu dělat, abych se nenudil?
   Příklady:
   - Venku prší, nemohu jít ven.
   - Jsem nemocný a sám doma.
   - Kamarádka odjela na tábor a já jsem zůstala doma.
   - Trávím celé prázdniny v panelákovém bytě, zatímco ostatní děti s rodiči cestují.
b. Vedeme děti k zakládání různých sbírek (známky, pohlednice, ubrousky…). Např. do hodin ČJ zařazujeme mluvní cvičení, ve kterých budou děti seznamovat spolužáky se svou sbírkou, informovat je o svém koníčku, práci v kroužku apod. Sbírky mohou přinést do školy ukázat. V hodinách prvouky a přírodovědy se mohou naučit dělat např. sbírky listů, plodů, herbáře květin apod.
c. Nezapomeneme ani na význam knihy jako nejlepšího společníka člověka, navštívíme knihovnu a vedeme děti k lásce ke knihám.
d. Snažíme se děti zapojit do všech sportovních aktivit ve škole i v obci s důrazem na vhodnost takto smysluplně tráveného volného času.
e. Snažíme se ve škole realizovat nepřebernou škálu zájmových kroužků, účastnit se přehlídek, soutěží, vystoupení – snažíme se, aby získali žáci zpětnou vazbu svého mimoškolního snažení a byli k ní tak lépe motivováni.

3. Výchova ke zdravému životnímu stylu

Žák si postupně osvojuje základní pravidla zdravého životního stylu. Základem tohoto osvojování jsou bezesporu aktivity přímo ve škole:

- zařazování tělovýchovných chvilek
- pobyt na čerstvém vzduchu o přestávkách
- využití relaxačních míčů
- sportovní kroužek v rámci volnočasových aktivit
- dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví
- režim dne
- správné stravovací návyky
- postupné budování žebříčku hodnot

4. Rasismus, xenofobie, netolerance

Již od první třídy vedeme děti k tomu, že je přirozené, když se mezi námi vyskytují lidé jiné rasy, národnosti či lidé jinak odlišní. Vedeme je k tomu, že každý má své místo v životě, že ke každému se chováme s úctou a vážností. Učíme je tomu, že neexistují lidé „normální“ a „nenormální“. Učíme je tomu, že je nutné lidem v nouzi pomáhat. Učíme je tomu, že nemají činit druhým to, co nechtějí, aby druzí činili jim.

- ve čtení volíme texty s příběhy jiných národů, bavíme se o kulturních odlišnostech
- volíme texty, v nichž se vyskytují příběhy o handicapovaných lidech, bavíme se o způsobu jejich života, o způsobu, jakým bychom pro ně mohli být užiteční, jak bychom jim mohli pomoci
- volíme filmy, v nichž hrají lidé jiné rasy, aby věděli, že i oni hledají svá místa v životě – stejně jako my
- volíme příběhy s kladným romským hrdinou, vyprávíme si o jejich dávném způsobu života a kultuře
- ve výtvarném tvoření se inspirujeme prvky jiných kultur
- vyprávíme si o zemích postižených válkou a o důsledcích, které válečný stav způsobí
- čteme si s žáky emotivní příběhy ze zemí postižených občanskou válkou, diskutujeme o nich
- ukážeme dětem filmy (s ohledem na jejich věk), kde je vidět, co prožívají jejich vrstevníci, když žijí v zemi, kde probíhá válečný konflikt, či která byla postižena přírodní katastrofou
- v dramatických etudách volíme takové situace, v nichž rozvíjíme v dětech sociální, lidské cítění

5. Kyberšikana

- Kyberšikana je forma šikany, která probíhá prostřednictvím elektronických médií (internet, mobilní telefony). Zahrnuje opakované nepřátelské chování s cílem ublížit jinému žákovi.

Školní pravidla

- Aktualizovat školní řád o jasné definice kyberšikany a postupy při hlášení incidentů.
- Současně s tím mít pravidla používání mobilních zařízení a školních technologií, včetně jasného vysvětlení, co je a není přijatelné chování online.

Průběžná komunikace

- Pravidelně informovat žáky i rodiče o pravidlech a jejich smyslu (např. na třídních schůzkách, v informačních materiálech).
- Posílat rodičům jednoduché tipy, jak doma mluvit o bezpečném chování na internetu.

Vzdělávání žáků

- Zařadit témata kyberšikany do výuky mediální a digitální gramotnosti.
- Práce s jednoduchými situacemi: jak rozpoznat nepřátelské zprávy, co dělat, jak požádat o pomoc.

Rozvoj sociálních dovedností

- Vypracovat aktivity, kde žáci procvičují rozpoznávání pocitů, uvědomují si dopad slov a činů na ostatní.
- Zapojit jednoduché reflexní otázky a diskuse ve výuce.

Zapojení učitelů

- Učitelé sledují změny chování žáků (např. stažení se do sebe, změny ve vztazích, skrytí zařízení).
- Učitelé by měli mít k dispozici jasný postup, jak postupovat při podezření na kyberšikanu: individuální rozhovor, kontakt s rodiči, koordinace s vedením školy.
- Poskytovat učitelům vzdělávání k rozpoznání a řešení online konfliktů (metodické sezení).

Spolupráce s rodiči

- Nabídnout rodičům workshopy nebo informační materiály o kyberšikaně a bezpečném chování dětí online.

- Doporučit rodičům nastavit v rodině jasná pravidla používání digitálních zařízení (čas, místa, přístup).

Podpora dětí

- Povzbuzovat žáky, aby vyhledali pomoc u důvěryhodného dospělého, když zažijí nebo vidí kyberšikanu.
- Vysvětlit, že sdílení obsahu online nelze vzít zpět – je důležité důkazy dokumentovat (např. screenshoty) pro řešení incidentu.

II.

STRATEGIE PŘEDCHÁZENÍ ŠKOLNÍ NEÚSPĚŠNOSTI – 1. – 5. ročník ZŠ

1) Úvod a koncepční rámec

Tento dokument je strategie školy pro předcházení neúspěšnosti žáků 1. stupně — zejména v raném období adaptace a rozvoje základních dovedností (čtení, psaní, matematika, sociální fungování v kolektivu).
Strategie je součástí **preventivního programu** školy podle **vyhlášky č. 72/2005 Sb.** a navazuje na Školní vzdělávací program a Program poradenských služeb školy.

2) Co máme na mysli „školní neúspěšností“

„Školní neúspěšnost“ nerozumíme jako jednorázový špatný výsledek testu — ale jako **opakující se a dlouhodobě se projevující potíže žáka**, které mu brání úspěšně vstřebávat učivo, zapojit se do školních aktivit nebo udržet pozitivní vztah ke škole.
To může zahrnovat:
- potíže v čtení, psaní a počítání,

- nízkou motivaci a neadekvátní školní adaptaci,
- nepřiměřenou absenci,
- sociální konflikty a slabé dovednosti spolupráce.

3) Vize a cíle strategie

Vize školy:
Vytvářet učební prostředí, které **vnímá každé dítě jako nadějného žáka**, který potřebuje podporu — nikoli porovnávání.

Hlavní cíle strategie pro 1. stupeň:

1. **Optimální adaptace do školního režimu** v prvních měsících.
2. **Rozvoj základních dovedností** – vytvářet podporující prostředí.
3. **Snížit riziko školní neúspěšnosti** skrze včasné odhalení a cílenou pomoc.
4. **Podpora pozitivního klimatu ve třídě** a spolupráce s rodinou.

4) Diagnostika a monitoring žáků

Klíčové kroky:

- **Vstupní šetření** žáka při nástupu do školy (školní připravenost).
- **Průběžné sledování pokroku** v čtení, psaní a matematice.
- **Rozpoznání signálů rizikových potíží** a jejich rychlé řešení.
  Včasné zjištění příčin neúspěchu je jedním z nejzásadnějších prevenčních kroků.

5) Pedagogická opatření a intervence

A) Preventivní opatření

Posílení motivace na začátku školního roku

- Adaptace třídy a hry podporující pocit úspěchu.
- Pozitivní morální klima a ocenění pokroku.

Diferencovaná výuka

- Učitelky používají různé metody dle potřeb jednotlivých žáků.
- Podpora spolupráce žáků navzájem a výuka v malých skupinách.

Spolupráce s rodiči

- Pravidelné konzultace o vývoji dětí.
- Tipy a návody, jak doma podporovat domácí přípravu žáka.

B) Podpůrná opatření

Pedagogická intervence včas

- Přizpůsobit učební obsah a tempo u žáků s obtížemi.
- Doporučit případnou diagnostiku ŠPZ nebo PPP/SPC pro hlubší posouzení.

Individuální podpora

- Zpracování **plánu pedagogické podpory** podle zjištěných potřeb.
- Realizace speciálních metod nebo krátkých cílených doučování.

6) Role školního poradenského pracoviště

ŠPP koordinuje:
- identifikaci žáků s rizikem neúspěchu,
- konzultace s pedagogy a rodiči,
- plán podpory a jeho vyhodnocování.

Spolupráce s PPP nebo SPC je aktivována v případě dlouhodobých obtíží.

7) Spolupráce s rodinou a učiteli

Pedagogové pravidelně informují rodiče o úspěších i potížích žáka.
Škola nabízí rodičům **pravidelné konzultační schůzky**.

Učitelé sdílí strategie, které fungují, a poskytují návody na konkrétní obtíže.

8) Hodnocení a reflexe strategie

Každé pololetí se strategie vyhodnocuje na úrovni školy:
- Podařilo se snížit výskyt rizikových žáků?
- Která opatření fungují nejlépe?
- Co je třeba upravit?

Reflexe zahrnuje učitele, rodiče i školní poradenské pracoviště.

9) Závěrečné ustanovení

Tato strategie je **„živý“ dokument**, který se během školního roku upravuje podle aktuálních potřeb žáků i pedagogického týmu…stojí především na tom, že **každý žák musí zažívat úspěch, musí se rozvíjet, znát své silné i slabé stránky, cítit se ve školním prostředí dobře.**

Kontakty s jinými organizacemi:

Pedagogicko psychologická poradna a Speciálně pedagogické centrum

Na Okrouhlíku 1 371/30, 500 02 Hradec Králové

Odbor sociálních věcí a zdravotnictví,
oddělení sociálně právní ochrany dětí

Magistrát města
Československé armády 408
502 00 Hradec Králové
Tel.: 495 707 382

Policie, oddělení nezletilých

Ulrichovo náměstí 810, Hradec Králové

27. 8. 2025 Mgr. Eva Kaprálová, MBA, ředitelka školy