

Preventivní program školy pro školní rok 2026/2027



Anotace

Tento dokument stanovuje Preventivní program školy pro žáky 31. ZŠ.

Obsah

1.	Charakteristika školy	3
1.1.	Kontakty	3
1.2.	Informace o škole	3
1.3.	Analýza současného stavu školy a rizikového chování	4
2.	Cíle preventivního programu	6
2.1.	Cíl č. 1:	6
2.2.	Cíl č. 2:	6
2.3.	Cíl č. 3:	7
2.4.	Cíl č. 4:	7
2.5.	Cíl č. 5:	8
2.6.	Cíl č. 6:	8
3.	Přehled a plán preventivních aktivit	9
4.	Hodnocení Preventivního programu školy za školní rok 2025/2026	10
5.	Přehled témat primární prevence ve výuce	13
5.1.	1. stupeň	13
5.2.	2. stupeň	14
6.	Přílohy	15
6.1.	Program proti šikaně	15
6.2.	Kontakty na organizace poskytující odbornou pomoc	18
6.3.	Vnitřní informační zdroje školy v oblasti prevence	19

Vypracovaly: Mgr. Jitka Trymlová (metodik prevence)
Mgr. Jana Šoupová (metodik prevence)

V Plzni dne 1. 9. 2026

Mgr. Miluše Kurzová (ředitelka školy)

1. Charakteristika školy

1.1. Kontakty

Název školy	31. základní škola Plzeň
Ředitel	Mgr. Miluše Kurzová
Telefon	+420 378 028 762
Email	kurzovami@zs31.plzen-edu.cz

		telefon	e-mail
Školní metodik prevence pro 1. stupeň	Mgr. Jitka Trymlová	378 028 774	trymlovaji@zs31.plzen-edu.cz
Školní metodik prevence pro 2. stupeň	Mgr. Jana Šoupová	378 028 772	soupovaja@zs31.plzen-edu.cz
Výchovný poradce pro 1. stupeň	Mgr. Petra Hloušková	378 028 785	hlouskovape@zs31.plzen-edu.cz
Výchovný poradce pro 2. stupeň	Mgr. Jitka Šteflová	378 028 770	steflovaji@zs31.plzen-edu.cz
Speciální pedagog	Mgr. Alena Pokomandyová	378 028 770	pokomandyovaal@zs31.plzen-edu.cz
Sociální pedagog	Mgr. Denisa Holá Mgr. Marek Černý		holade@zs31.plzen-edu.cz cernyma@zs31.plzen-edu.cz

Přehled tříd a žáků

Stupeň	Třída	Počet žáků
1. stupeň	20	481
2. stupeň	16	378
Celkem	36	859

1.2. Informace o škole

Škola je v provozu od školního roku 1977/1978. Jedná se o městskou sídlištní školu. V každém ročníku jsou 4 třídy, z toho je jedna sportovní třída se zaměřením především na hokej, házenou, judo a atletiku. Ve třídě je průměrně 24 žáků.

Zároveň se škola zaměřuje na integraci handicapovaných žáků. Ve třídách s těmito žáky jsou pedagogovi k dispozici asistentky. V budově jsou přepravní plošiny a také

speciální učebna pro relaxační cvičení a přípravu na vyučování. Školu navštěvují i děti cizích státních příslušníků.

Pedagogický sbor tvoří vedení školy (ředitel, zástupkyně ředitele pro 1. stupeň, zástupce ředitele pro 2. stupeň, zástupce ředitele pro mimoškolní a zájmovou činnost), učitelé na obou stupních, vychovatelky, asistentky pedagoga, speciální pedagožka, sociální pedagožka a asistentka pro žáky z Ukrajiny. V posledních letech dochází k obměně pedagogického sboru, takže je pestrá věková skladba pedagogů od začínajících s praxí do pěti let až po velmi zkušené pedagogy s více než třicetiletou praxí.

V provozu je také školní družina a školní jídelna s vlastní kuchyní s moderním vybavením. Jídelna má kapacitu 1000 strávníků, žáci si zde mohou objednávat svačiny a k obědu mají možnost výběru ze dvou jídel. Několikrát v týdnu je žákům v době oběda k dispozici zeleninový bufet.

V odpoledních hodinách slouží prostory školy zájmovým kroužkům.

Školu tvoří čtyři vzájemně propojené pavilony: pavilon vedení školy, pavilon prvního stupně, pavilon druhého stupně a pavilon školní družiny. Volný prostor mezi pavilony tvoří atrium.

Kromě běžných učeben jsou v pavilonu 2. stupně odborné pracovny (chemie, fyzika, přírodopis, zeměpis, dějepis, cizí jazyky, dílny, výtvarná výchova, hudební výchova, informatika), a také cvičná kuchyně a žákovská knihovna.

Škola disponuje velkou a malou tělocvičnou, gymnastickým sálem, posilovnou a lezeckou stěnou. Areál školy dotváří venkovní prostory školních hřišť, sportovní hala a prostor pro parkování. Škola poskytuje prostory pro zubní ordinaci.

1.3. Analýza současného stavu školy a rizikového chování

Zjišťování forem rizikového chování

Zjišťování výskytu a forem rizikového chování je důležitou součástí preventivní práce školy. Probíhá průběžně během školního roku a vychází z více zdrojů:

Informace od pedagogických pracovníků

- Informace jsou sdíleny v rámci pedagogických porad, setkání školského poradenského pracoviště (dále v textu jako ŠPP) a individuálních konzultací.
- V případě podezření na rizikové chování (např. šikana, nevhodná komunikace, změny v chování) se pedagog obrací na školního metodika prevence, výchovného poradce nebo vedení školy.

Informace od rodičů

- Rodiče mohou upozornit na problémy během třídních schůzek, individuálních konzultací nebo prostřednictvím e-mailu či telefonického kontaktu. Prostřednictvím webových stránek školy mají rodiče základní informace o kontaktech na ŠPP.
- V případě potřeby je rodičům nabídnuta spolupráce s odborníky (např. PPP, SPC).

Informace od žáků

- Žáci mohou sdělit své obavy nebo zkušenosti během třídnických hodin, osobních rozhovorů s učiteli nebo anonymně (např. prostřednictvím schránky důvěry).
- Důraz je kladen na budování důvěry a bezpečného prostředí, kde se žáci nebojí svěřit.

V posledních letech jsme nejčastěji řešili následující typy rizikového chování:

- vztahové problémy ve třídách, případně zárodky šikany (často v souvislosti se začleněním nového žáka do třídy)
- sociální sítě a zveřejňování videí nebo fotografií spolužáka
- poruchy příjmu potravy, sebepoškozování
- problémy s docházkou do školy, záškoláctví i tzv. skryté záškoláctví s nevědomou podporou rodičů (psychosomatické obtíže žáka, kterého rodič nechá jako nemocného doma)
- poškozování majetku školy
- užívání návykových látek (alkohol, e-cigarety)

Závažnější případy řešili zástupci ředitele školy ve spolupráci s třídními učiteli, výchovnou poradkyní, sociálním pedagogem a případně dalšími odborníky (OSPOD, Středisko výchovné péče, odborná pracovnice pedagogicko-psychologické poradny, Policie ČR). Ve všech případech byli k řešení přizváni rodiče.

V případě problémů byly viníkům uděleny kázeňské postihy. Se třídou, kde se objevily výrazné problémy ve vztazích mezi žáky, nebo byla odhalena šikana, pracoval pravidelně sociální pedagog i třídní učitel.

Žákům s problémy se vztahy ve třídě nebo s rodiči, které se projevovaly záškoláctvím, byly doporučeny další instituce (Středisko výchovné péče, Fakultní nemocnice Plzeň apod.)

Evaluace z předchozího školního roku

- ŠPP pravidelně vyhodnocuje účinnost preventivního programu z minulého roku.
- Na základě těchto poznatků jsou upravovány cíle a aktivity pro následující období.

2. Cíle preventivního programu

Preventivní program školy je zaměřený zejména na výchovu žáků ke zdravému životnímu stylu, směřuje k rozvoji pozitivního sociálního chování a zvládání zátěžových situací.

Klademe důraz na pozitivní ovlivňování klimatu školy s minimem kázeňských problémů ve škole i mimo ni, vytváření bezpečného, podnětného a respektujícího prostředí pro vzájemnou komunikaci a spolupráci žáků, pedagogických pracovníků a rodičovské veřejnosti.

2.1. Cíl č. 1:

Dlouhodobý cíl: Zajistit včasné zachycení projevů rizikového chování u žáků.

Zdůvodnění: Včasná intervence může zabránit rozvoji závažnějších problémů.

Ukazatele dosažení cíle: Zvýšený počet zachycených a úspěšně řešených situací s rizikovým chováním.

Krátkodobý cíl:

Cíl učitelé: Zvýšit odbornost a informovanost pedagogů prostřednictvím školení a metodických doporučení, setkání metodiků prevence, využitím literatury a online zdrojů.

Cíl rodiče: Zjistit zájem rodičů o konkrétní typ rizikového chování a nabídnout jim školení na toto téma.

2.2. Cíl č. 2:

Dlouhodobý cíl: Podporovat tvorbu třídních pravidel a budování bezpečného a respektujícího prostředí.

Zdůvodnění: Jasně stanovená pravidla a důvěryhodné vztahy mezi žáky a učiteli snižují výskyt konfliktů a zvyšují pocit bezpečí.

Ukazatele dosažení cíle: Vlastní vyjádření žáků formou rozhovoru, případně dotazníku.

Krátkodobý cíl:

Cíl učitelé: Na začátku školního roku nebo se změnou třídního kolektivu nastavit společně s žáky třídní pravidla a opakovaně se k nim vracet na třídnických hodinách.

Cíl žáci: Spolupracovat na vytvoření třídních pravidel a dokázat vyhodnotit jejich dodržování.

2.3. Cíl č. 3:

Dlouhodobý cíl: Podpora žáků v bezpečném pohybu v online prostředí

Zdůvodnění cíle: Zvýšené využívání online technologií v běžném životě i ve výuce, obliba sociálních sítí

Ukazatele dosažení cíle: Vlastní vyjádření žáků formou rozhovoru, případně dotazníku (zvýšený počet úspěšně řešených situací)

Krátkodobý cíl:

Cíl učitelé: Ve výuce informovat žáky o rizicích a bezpečném pohybu v online prostředí. Snažit se o snížení používání mobilních telefonů během přestávek nabídnutím vhodnějších aktivit. Využít program externí organizace. Požádat rodiče o spolupráci při snížení používání mobilních telefonů během přestávek.

Cíl žáci: Snažit se o snížení používání mobilních telefonů během přestávek využitím nabídnutých aktivit a dodržovat pravidla bezpečného pohybu na internetu.

Cíl rodiče: Spolupracovat se školou při snížení používání mobilních telefonů během přestávek.

2.4. Cíl č. 4:

Dlouhodobý cíl: Podporovat u žáků zdravé sebevědomí, schopnost pochopit a vyjadřovat své emoce přiměřeným způsobem, schopnost odolávat negativním vlivům.

Zdůvodnění cíle: Výskyt sebepoškozování, psychických potíží, poruch příjmu potravy na škole

Ukazatele dosažení cíle: Vlastní vyjádření žáků v rozhovorech, zvýšený počet zachycených a řešených situací

Krátkodobý cíl:

Cíl učitelé: Ve výuce mluvit o porozumění emocím, o duševním onemocnění, sebepoškození (sebevraždách) a poruchách příjmu potravy. Rozvíjet zdravý způsob vyjadřování emocí. Využít a navázat na program externí organizace.

Cíl žáci: Dokázat rozpoznat výše uvedené problémy u sebe nebo spolužáka a upozornit dospělého.

2.5. Cíl č. 5:

Dlouhodobý cíl: Vést žáky k respektujícímu chování vůči spolužákům, dospělým, školnímu a cizímu majetku.

Zdůvodnění: Výskyt vandalismu, šikany a jiných forem nevhodného chování.

Ukazatele dosažení cíle: Vlastní vyjádření žáků formou rozhovoru, případně dotazníku. Sledování kázeňských přestupků.

Krátkodobý cíl:

Cíl učitelé: Vytvářet bezpečné prostředí, aby žáci dokázali upozornit dospělého na šikanu a vandalismus.

2.6. Cíl č. 6:

Dlouhodobý cíl: Posílit schopnost odolávat závislostnímu jednání

Zdůvodnění cíle: Zvýšené využívání digitálních technologií, šíření popularity a dostupnosti nových návykových látek

Ukazatele dosažení cíle: Vlastní vyjádření žáků v rozhovorech, příp. dotazníku. Zpětná vazba od učitelů a rodičů. Zvýšený počet zachycených a úspěšně řešených situací.

Krátkodobý cíl:

Cíl učitelé: Ve výuce informovat žáky o rizicích závislosti na návykových látkách a digitálních technologiích. Využít program externí organizace. Dohlížet na riziková místa v prostorách školy.

Cíl žáci: Dokázat odmítnout nabízenou látku. Digitálním technologiím se věnovat omezenou dobu.

3. Přehled a plán preventivních aktivit

Ročník	Název programu	Počet hodin	Poskytovatel programu
1. ročník	Péče o chrup	1	Lékařská fakulta
1. ročník	Pes a pravidla	1	Městská policie
2. ročník	Pes a pravidla	1	Městská policie
3. ročník	Bezpečně po městě	1	Městská policie
3. ročník	Moje cesta na svět	2	LUSK – primární prevence, o. p. s.
4. ročník	Zábavní pyrotechnika	1	Městská policie
4. ročník	Odlišnosti	2	Linka bezpečí naživo
4. ročník	Projektový den	4	TU
5. ročník	Netolismus	2	Městská policie
5. ročník	Dobrodružství dospívání	2	LUSK – primární prevence, o. p. s.
5. ročník	Projektový den	4	TU
6. ročník	Adaptační kurz	2 dny	TU
6. ročník	Čas proměn + Na startu mužnosti	2	MP Edu
7. ročník	Poruchy příjmu potravy a zdravý životní styl	2	
7. ročník	Pobavme se o alkoholu	1	Sananim
7. ročník	Protiprávní jednání dětí a mládeže	2	Probační a mediační služba
7. + 8. ročník	Stezka na vlastní nebezpečí	4	
8. ročník	Kyberbezpečnost	2	Digitální most / Emergency-game
9. ročník	Drogy a hry	6	Point 14
9. ročník	Nečekané těhotenství	4	LUSK – primární prevence, o. p. s.
9. ročník	Hormony, hormonální antikoncepce	2	MUDr. Ivana Hudecová

Pedagogové	Konference primární prevence rizikového chování Plzeňského kraje	8	Plzeňský kraj, PPP
	Setkání metodiků prevence	4	PPP

Rodiče	Role rodiče v prevenci kyberšikany	2	Mgr. Denisa Holá
	Konzultace se sociální pedagožkou		Mgr. Denisa Holá

4. Hodnocení Preventivního programu školy za školní rok 2025/2026

Prevence rizikového chování probíhala podobně jako v předchozích letech především prostřednictvím třídních učitelů, programů primární prevence a sociální pedagožky Mgr. Denisy Holé.

Na I. stupni kontinuálně při výuce, případně s využitím specializovaných programů od organizace LUSK nebo Linky bezpečí (viz tabulka s přehledem akcí). Pro žáky 4. a 5. ročníku učitelé navíc připravili i projektový den výchovy ke zdraví.

Na II. stupni měli učitelé ve většině ročníků k dispozici týdně hodinu výchovy ke zdraví nebo třídnické hodiny, ale samozřejmě se témata prevence objevovala i v dalších předmětech jako výchova k občanství, přírodopis, chemie, v souvislosti např. s rasismem i dějepis nebo zeměpis. Pro některé oblasti preventivního programu jsme opět využili specializované programy, přednášky a besedy různých organizací a dalších subjektů, konkrétně především od organizace LUSK, MP Edu nebo MUDr. Luhanové. Přehled proběhnutých programů je ve zvláštní tabulce. Pro uhrazení některých programů byly využity dotace od Magistrátu města Plzně.

V letošním školním roce třídní učitelé výrazně využívali možnost spolupráce se sociální pedagožkou Mgr. Denisou Holou, která do mnoha tříd na I. stupni i II. stupni vstupovala, aby napomohla ke zlepšení vztahů ve třídě (viz tabulka).

Pro učitele je pro prevenci připravena teoretická podpora – informace přístupné ve složce Primární prevence na disku T, časopis Třídní učitel a Prevence, specializované výukové filmy se zpracovanou metodikou a také praktická podpora od již zmíněné sociální pedagožky, od výchovné poradkyně Mgr. Šteflové a Mgr. Petry Hlouškové či od školního metodika primární prevence Mgr. J. Šoupové. V tomto roce dokončila specializační studium pro metodika prevence také Mgr. Jitka Trymllová. Pravidelně 1x měsíčně docházelo k setkání Školního poradenského pracoviště (vedení školy, metodicky prevence, výchovné poradkyně, sociální a speciální pedagožky).

Přestože se různým problémům snažíme předcházet, nedaří se je vždy zcela eliminovat. Nejvíce jsme museli řešit následující oblasti:

- a) vztahové problémy ve třídách, případně zárodky šikany
- b) problémy s docházkou do školy, záškoláctví i tzv. skryté záškoláctví s vědomou nebo nevědomou podporou rodičů
- c) poruchy příjmu potravy, sebepoškozování
- d) kouření, ať už klasických nebo elektronických cigaret, nikotinové sáčky
- e) sociální sítě, vytváření různých skupin např. na WhatsApp proti jednotlivcům, sdílení nevhodných fotografií

- f) vandalismus, poškozování majetku školy
- g) rasismus, především v souvislosti s ukrajinskými žáky

Uvedené problémy řešili třídní učitelé podle závažnosti buď samostatně s rodiči, případně s dalšími kolegy, vedením školy, s pracovníky OSPOD nebo s Policií ČR. Část problémů je bohužel obtížně řešitelná, protože jejich zdrojem jsou neuspokojivé rodinné vztahy nebo celospolečenská situace. K dispozici není dostatek odborníků, na které bychom žáky a jejich rodiče mohli odkázat ani organizace, které by nám pomohly v oblasti prevence.

Přehled proběhnutých akcí primární prevence

<u>termín</u>	<u>třída</u>	<u>Název programu</u>	<u>Lektor, organizace</u>	<u>Téma primární prevence</u>	<u>Financováno</u>
Září 2025	3. ABCD	Bezpečně po městě	Městská policie	Osobní bezpečí	
Září 2025	2. ABCD	Pes a pravidla	Městská policie	Osobní bezpečí	
Září 2025	9. A	Práce s třídním kolektivem – projekt Point 14	Mgr. Denisa Holá, třídní učitel	Vztahy ve třídě	
Září 2025	6. ABCD	Adaptační kurz	TU, Mgr. Rubáš, Mgr. Škoda	Vztahy ve třídě	
Říjen 2025	7. ABCD 8. ABCD	Pobavme se o alkoholu	Sananim	Závislosti	
Listopad 2025	1. ABCD	Péče o chrup	Lékařská fakulta	Péče o zdraví	
Prosinec 2025	4. ABCD	Zábavní pyrotechnika	Městská policie	Osobní bezpečí	
Prosinec 2025	4. B	Práce s třídním kolektivem	třídní učitel, Mgr. Denisa Holá	Vztahy ve třídě	
Leden 2026	5. ABCD	Netolismus	Městská policie	Virtuální závislosti	
Leden 2026	1. ABCD	Setkání s cizí osobou	Městská policie	Osobní bezpečí	
Leden 2026	7. C	Práce s třídním kolektivem	třídní učitel, Mgr. Denisa Holá	Vztahy ve třídě	
Leden 2026	6. B	Práce s třídním kolektivem	třídní učitel, Mgr. Denisa Holá, Mgr. Rubáš, Mgr. Škoda	Vztahy ve třídě	
Únor 2026	7. ABCD	Poruchy příjmu potravy a zdravý životní styl	MUDr. Luhanová	Poruchy příjmu potravy	3 200 Kč

31. ZŠ, Elišky Krásnohorské 10, Plzeň
Preventivní program školy

Únor 2026	4. ABCD	Projektový den VkZ	Třídní učitelé		
Únor 2026	Dívky 6. ABCD	Čas proměn	MP Edu	Sexuální výchova	zdarma
Únor 2026	Chlapci 6. ABCD	Na startu mužnosti	MP Edu	Sexuální výchova	3 400 Kč
Únor 2026	4. B, 6. C	Práce s třídním kolektivem	třídní učitelé, Mgr. Denisa Holá	Vztahy ve třídě	
Březen 2026	6. C	Práce s třídním kolektivem	třídní učitel, Mgr. Denisa Holá	Vztahy ve třídě	
Duben 2026	5. ABCD	Projektový den VkZ	Třídní učitelé		
Duben 2026	5. ABCD	Dobrodružství dospívání	LUSK	Sexuální výchova	4 800 Kč
Duben 2026	4. ABCD, 5. ABCD	Odlišnosti	Linka bezpečí naživo	Duševní zdraví	8 000 Kč
Květen 2026	5. ABCD	Ztracené dítě aneb když štekání znamená naději	Český červený kříž Jindra Novotná Hrušková	Osobní bezpečí	
Květen 2026	9. ABCD	Nečekané těhotenství	LUSK	Sexuální výchova, zdraví	9 600 Kč
Červen 2026	3. ABCD	Moje cesta na svět	LUSK	Sexuální výchova	4 800 Kč
Červen 2026	9. B	Safety on the internet	Mgr. Kuneš	Osobní bezpečí, internet	
Červen 2026	1. ABCD	Ztracené dítě aneb když štekání znamená naději	Český červený kříž Jindra Novotná Hrušková	Osobní bezpečí	

5. Přehled témat primární prevence ve výuce

5.1. 1. stupeň

<i>Téma (rizikové chování)</i>	<i>Předmět, ročník</i>
agrese, šikana, násilí, extremismus, rasismus	Prvouka 1. – 3. ročník – Člověk a lidé, škola, přestávka, spolužáci Literární výchova 4. – 5. ročník – Jsme odlišní, ale jsme si rovni, O zemi vousáčů a žlutých melounů – Romové
kybernetická šikana, virtuální drogy	Informatika 5. ročník
záškoláctví	Prvouka 1. ročník – Denní režim, školní rok, prázdniny Český jazyk 2. ročník – Ivánku náš – rozbor textu
drogy, kouření, alkohol (závislosti)	Prvouka 1. – 3. ročník – Seznámení s podáváním léků, škodlivé látky, barvy, rozpouštědla, čisticí prostředky Přírodověda 4. ročník – Člověk a jeho svět – Prevence osobního ohrožení Projektový den 5. ročník
poruchy příjmu potravy	Prvouka 1. – 3. ročník Přírodověda 4. – 5. ročník – Sestavování jídelníčku, rozdělení potravin, potravinová pyramida
rizikové sexuální chování	Zařazeno v předmětech TV, prvouka, přírodověda s ohledem na věk dětí Člověk a jeho svět – prevence osobního ohrožení
domácí násilí, týrání, zneužívání	Prvouka 1. – 2. ročník – Rodina, rodinné vztahy, širší rodina, chování členů rodin Literární výchova 3. ročník – V kruhu rodiny
kriminální chování, vandalismus	Zařazeno průběžně

5.2. 2. stupeň

<i>Téma (rizikové chování)</i>	<i>Předmět, ročník</i>
agrese, šikana, násilí, extremismus, rasismus	výchova ke zdraví 6. ročník, výchova k občanství 6. ročník a 7. ročník, přírodopis 8. ročník
kybernetická šikana, virtuální drogy	informatika 6. ročník, výchova ke zdraví 6. ročník, výchova k občanství 6. ročník
záškoláctví	výchova k občanství 6. ročník
drogy, kouření, alkohol (závislost)	výchova ke zdraví 6. ročník, 8. ročník, 9. ročník, přírodopis 8. ročník, chemie 9. ročník
poruchy příjmu potravy	pracovní činnosti 7. ročník, přírodopis 8. ročník, výchova ke zdraví 8. ročník, 9. ročník, chemie 9. ročník
rizikové sexuální chování	přírodopis 8. ročník, výchova ke zdraví 8. ročník, 9. ročník
domácí násilí, týrání, zneužívání	výchova k občanství 7. ročník
kriminální chování, vandalismus	výchova k občanství 6. ročník, výchova ke zdraví 6. ročník

6. Přílohy

6.1. Program proti šikaně

Šikanování je mimořádně nebezpečná forma násilí, která ohrožuje základní výchovné a vzdělávací cíle školy. V místech jejího výskytu dochází ke ztrátě pocitu bezpečí žáků, který je nezbytný pro harmonický rozvoj osobnosti a efektivní výuku. Na rozdíl od jiných druhů násilí je šikana zvláště zákeřná, protože často zůstává dlouho skrytá. Tak i při relativně malé intenzitě šikany může u jejích obětí docházet k závažným psychickým traumatům s dlouhodobými následky a k postupné deformaci vztahů v kolektivu.

Vzhledem k tomu, že šikana se v zárodečných fázích vyskytuje v téměř každé škole, je potřeba věnovat tomuto jevu zvláštní pozornost. Důraz je nutné zaměřit na vytváření dobrých vztahů uvnitř třídních kolektivů, zabývat se vztahy v třídních kolektivech ještě před vznikem šikanování. K tomuto je potřeba zajistit další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti problematiky vytváření dobrých vztahů, v práci s dynamikou skupiny, v podpoře a upevňování zdravých třídních norem dětí, žáků a studentů jako prevenci šikanování.

Charakteristika šikanování

Šikanování je jakékoliv chování, jehož záměrem je ublížit, ohrozit nebo zastrašovat žáka, případně skupinu žáků. Spočívá v cílených a opakovaných fyzických a psychických útocích jedincem nebo skupinou vůči jedinci či skupině žáků, kteří se neumí nebo z nejrůznějších důvodů nemohou bránit.

Podoby šikanování jsou:

➤ přímá podoba šikany:

- fyzické útoky v podobě bití
- vydírání
- loupeže
- poškozování věcí
- slovní útoky v podobě nadávek
- pomluvy
- vyhrožování
- ponižování
- sexuální obtěžování až zneužívání

- kybernetická šikana prostřednictvím elektronické komunikace (útoky pomocí e-mailů, SMS zpráv, vyvěšování urážlivých materiálů na internetové stránky apod.)

➤ **nepřímá podoba šikany:**

- demonstrativní přehlížení
- ignorování žáka či žáků

Aby se předešlo výskytu šikany, škola dodržuje následující zásady:

- Všichni žáci i zaměstnanci se chovají k ostatním s **respektem a úctou**.
- Ve třídách jsou nastavena **jasná pravidla chování**, s kterými se opakovaně pracuje.
- Jakékoli projevy násilí, výsměchu nebo vylučování jsou **nepřípustné**.
- Žáci jsou vedeni k tomu, aby se **nebáli obrátit se na dospělého a nahlásit** nevhodné chování.

Pedagogové věnují pozornost těmto nepřímým a přímým znakům šikanování:

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

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

2. Přímé znaky šikanování mohou být např.:

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

Školní programy a opatření proti šikaně

- **Třídnické hodiny** zaměřené na vztahy, komunikaci a pravidla..
- Zapojení do vhodných preventivních programů
- **Vzdělávání pedagogů** v oblasti prevence a řešení šikany (Minimalizace šikany)
- **Spolupráce s odborníky** (PPP, SPC, OSPOD) při řešení konkrétních případů.

Při výskytu šikany se postupuje podle krizového plánu.

6.2. Kontakty na organizace poskytující odbornou pomoc

Linka bezpečí

<https://www.linkabezpeci.cz/>

+420116 111 bezplatná

- lze se obrátit s jakýmkoliv problémem (vztahy doma, ve škole, láska, rozchod, škola, ...)

Ledovec

<https://www.ledovec.cz/>

+420739 055 555

- krizová pomoc především pro lidi s duševním onemocněním nebo mentálním handicapem

Bílý kruh bezpečí

<https://www.bkb.cz/>

+420116 006 bezplatná

- pomoc obětem kriminality a domácího násilí

Linka pro rodinu a školu

<https://www.linkaztracenedite.cz/>

+420116 000 bezplatná

- lze se obrátit s jakýmkoliv problémem, který ohrožuje především děti (potíže ve škole, útěk z domova, rozchod rodičů, ...)

Centrum adiktologické prevence a terapie, o. p. s.

<https://www.cap-plzen.cz/>

+420731 183 394

- podpora a prevence při řešení náročných životních situací, služby související s rizikem užívání návykových látek

Středisko výchovné péče Plzeň

<https://stredisko-vychovne-pece-plzen.webnode.cz/>

+420377 538 185, +420377 532 185, +420774 715 262

- státní školské zařízení zaměřené na pomoc dětem s problémy v chování a jejich rodinám

Point14, z.ú.

<http://www.point14.cz>

+420377 235 526

- organizace pro lidi se závislostí nebo ohrožené závislostí

Linka pomoci obětem

<http://www.donalinka.cz/>

+420251511313

- telefonická pomoc obětem domácího násilí s nepřetržitým provozem

Diakonie Západ

<http://www.diakoniezapad.cz/>

<http://www.diakoniezapad.cz/kontakty/vedouci-sluzeb-a-oddeleni/>

- sociální služby lidem v různých krizových situacích

Organizace	Kontaktní osoba	Telefon	E-mail
Krajský protidrogový koordinátor	Ing. Pavlína Kučerová	377 195 087	pavlina.kucerova@plzensky-kraj.cz
Krajský školský koordinátor	Dadučová Hana, DiS.	377 195 321	hana.daducova@plzensky-kraj.cz
Oblastní metodik prevence	Mgr. Barbora Nováková Mgr. Eliška Kirchnerová	733 745 841	barbora.novakova@pepor-plzen.cz eliska.kirchnerova@pepor-plzen.cz

6.3. Vnitřní informační zdroje školy v oblasti prevence

Typ zdroje	Popis	Umístění nebo dostupnost
Literatura	Odborné časopisy – Prevence, Třídní učitel	Kabinet fyziky
Filmy	Výchovné a preventivní filmy	Kabinet fyziky
Schránka důvěry	Možnost anonymního sdělení problémů	Chodba školy - u kanceláře sociálního pedagoga
Konzultační hodiny	Individuální konzultace s členem ŠPP	Dle individuální domluvy
Nástěnky	Informace o prevenci a kontaktech	Chodby školy / třídy
Metodická doporučení MŠMT a dalších materiály	Online materiály k jednotlivým typům rizikového chování	Interní úložiště (disk T:)