



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Oddělení celoživotního vzdělávání

Závěrečná práce

Prevence rizikového chování na 1. stupni základní školy

Vypracoval: Mgr. Roman Kurz

Vedoucí práce: Mgr. Renata Jandová

České Budějovice 2016

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji závěrečnou práci jsem vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své závěrečné práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Poděkování

Rád bych poděkoval všem, kteří mi jakýmkoliv způsobem pomohli při vypracování této závěrečné práce, ať už se jednalo o rady nebo postřehy při zpracování praktické části. Velké poděkování patří paní magistře Renatě Jandové za podporu, cenné rady, podněty a zejména za trpělivost, kterou projevovala.

Anotace

Závěrečná práce nastiňuje druhy prevence v oblasti rizikového chování, a to nejen na 1. stupni základní školy. Větší důraz je kladen na primární prevenci, která tvoří základní pilíř práce v oblasti rizikového chování v co nejranějším věku. Práce nás seznámí také s tím, co to je rizikové chování a co je pod tímto pojmem chápáno. V první části práce je teoretický vhled na celou oblast prevence. Mimo jiné je nám zde také představeno, kdo se na prevenci rizikového chování ve školním prostředí podílí a jakým způsobem je tato problematika ošetřena ve školském zákoně.

Ve druhé části jsou připraveny konkrétní výukové hodiny k jednotlivým oblastem problematického rizikového chování. Je zde nastíněna možnost, jak lze s daným tématem v hodinách na prvním stupni základní školy pracovat. Dané ukázky hodin nemusí sloužit pouze metodikovi prevence nebo výchovným poradcům v rámci mimořádně včleněných hodin, ale mohou je použít i učitelé v některých hodinách výuky nebo třídní učitelé v rámci třídnických hodin.

Klíčová slova:

Prevence, rizikové chování, sociálně patologické jevy, metodik prevence

Abstract

This thesis deals with kind of prevention of risk behavior in primary school. Greater emphasis is placed on primary prevention, which is the main task in discussed area. It also explains the definition of risky behavior in general.

The first part contains theoretical insight into the whole area of prevention. It deals with the question, who is in prevention involved and also explains the law background.

The second part offers specific lessons for particular areas of problematic behavior, with explanation of ways how to deal with this topic at school. It's not intended for school prevention methodists and their specific work only, it could be useful also for teachers in their everyday work.

Keywords:

Risk behavior, socially pathological phenomena, methodist of prevention

Obsah

Úvod.....	8
1 Prevence.....	9
1.1 Význam slova.....	9
1.2 Druhy prevence.....	9
1.2.1 Primární prevence.....	9
1.2.2 Sekundární prevence.....	12
1.2.3 Terciární prevence.....	13
2 Rizikové chování.....	14
2.1 Agrese.....	15
2.2 Šikana.....	16
2.3 Kyberšikana.....	17
2.4 Násilí.....	17
2.5 Vandalismus.....	18
2.6 Extremismu, antisemitismu, rasismus, xenofobie.....	18
2.6.1 Extremismus.....	18
2.6.2 Antisemitismus.....	19
2.6.3 Xenofobie.....	19
2.6.4 Rasismus.....	19
2.7 Homofobie.....	19
2.8 Záškoláctví.....	20
2.9 Závislostní chování.....	20
2.10 Rizikové chování v dopravě.....	21
2.11 Spektrum poruch příjmu potravy.....	21
2.12 Negativní působení sekt.....	22
2.13 Sexuální rizikové chování.....	22
2.14 Týrání a zneužívání.....	23
3 Prevenci ve škole provádí.....	23
3.1 Třídní učitel.....	23

3.2	Výchovný poradce.....	24
3.3	Školní metodik prevence.....	25
4	Rizikové skupiny dětí ohrožené sociálně patologickými jevy.....	26
5	Cíl práce	27
6	Výukové hodiny	28
	Závěr.....	41
	Seznam použitých zdrojů.....	42

Úvod

V práci s názvem Prevence rizikového chování na prvním stupni ZŠ se zabývám možnými riziky, které mohou ovlivňovat žáky na prvním stupni základní školy. V práci budu vycházet ze svých poznatků z práce školního metodika prevence. Vzpomínám si, jak bylo velmi obtížné se danou problematikou zabývat, když je člověk tzv. vhozen do vody bez přípravy, i když jsem teoretické zkušenosti měl z předchozího studia. Chyběla výraznější praktická zkušenost, o kterou bych se mohl opřít. Začínající metodik prevence je vystaven nadměrným očekáváním ze strany žáků, rodičů, vedení i kolegů, kdy všichni předpokládají, že si bude umět v každé situaci poradit nebo alespoň bude vědět, kam se má obrátit.

Tato nepřipravenost často vede ke stresovým situacím, kdy chce metodik poradit, ale neví jak a nemá ještě navázané kontakty, kam se v případě potřeby obrátit. Tato práce si klade za cíl, že by měla být jakýmsi nástinem prevence na 1. stupni základní školy. Práce má za cíl seznámit s prevencí jako takovou, kdo ji všechno vykonává a na koho se v případě potřeby obrátit. Někdy se liší názory, co do samotné prevence rizikového chování patří. Protože je to oblast stále se vyvíjející bude se nejspíše i její rozsah měnit. V praktické části práce přináší zpracované výukové jednotky, které lze na danou problematiku rizikového chování použít. Některé hodiny mám v rámci vlastních zkušeností ověřené, jiné jsem připravil pouze podle svých nabytých zkušeností a postřehů kolegů.

V práci používám pro rizikové chování i starší název, od kterého se již v současnosti upouští, a to sociálně patologický jev.

Prevence není problém pouze jednotlivce nebo izolované skupiny lidí, ale měla by být cílem celého pedagogického sboru, rodičů a potažmo i celé společnosti. Prevence rizikového chování se neustále dostává do popředí, protože se jedná o téma v dnešní společnosti více než aktuální.

1 Prevence

1.1 Význam slova prevence

Ve slovníku cizích slov najdeme vysvětlení pojmu prevence jako „*předcházení něčemu, ochrana před něčím*“ (Linhart, 2003, s. 303).

O prevenci se nejčastěji hovoří v odborných publikacích v souvislosti s drogovou problematikou.

Vysvětlení prevence najdeme také v Průchově pedagogickém slovníku, kdy pojem vysvětluje jako „*soubor opatření zaměřených na předcházení nežádoucím jevům, zejména onemocnění, poškození, sociálně patologickým jevům*“ (2003, s. 178).

1.2 Druhy prevence

Obecně lze rozdělit prevenci na tři druhy (skupiny), kdy se pouze první dvě týkají školství, třetí druh už je v kompetenci státních a nestátních institucí.

Prevenci dělíme na:

1. primární
2. sekundární
3. terciární

1.2.1 Primární prevence

Tato prevence spojuje všechny konkrétní aktivity realizované s cílem předejít problémům a následkům rizikového chování, popřípadě minimalizovat jeho dopad na osobnost jedince a také si klade za cíl zabránění kontaktu se sociálně patologickým jevem (Novotná, Kremličková, 1997).

Karel Nešpor (2007) například spatřuje cíl primární prevence v odrazení nebo oddálení rizikového chování do pozdějšího věku, kdy už jsou dospívající jedinci relativně odolnější a mentálně vyspělejší.

Primární prevence tedy nastupuje před samotným ohrožením rizikovým chováním jedince. Je přesně zacílena na konkrétní osobu nebo skupinu, u které by se dalo předpokládat možné ohrožení sociálně patologickými jevy, případně kontakt s nimi ještě neměl negativní dopad. S primární prevencí je potřeba začít co nejdříve a co nejdříve ji zacílit konkrétně (Matoušek, Koláčková, 2005).

Primární prevenci jako takovou lze ještě rozdělit na dvě podkategorie, a to na primární prevenci specifickou a primární prevenci nespecifickou.

Ve specifické primární prevenci se jedná o programy a aktivity zaměřené na předcházení konkrétnímu rizikovému chování. Cílem této prevence je, aby určitá skupina ohrožených sociálně patologickými jevy získala dostatek dovedností, znalostí a měla šanci zaujmout postoje, které podporují zdravý životní styl a které by jedinec mohl použít nejen v době programu, ale i po jeho skončení v běžném životě.

Tuto prevenci ještě dělíme na tři typy:

- a) **Všeobecnou primární prevenci** – která je zaměřena na běžnou většinovou populaci. Často se jedná o programy realizované nestátními organizacemi nebo pedagogickými poradnami, které jsou určeny pro celou třídu.
- b) **Selektivní primární prevence** – se zaměřuje na ohrožené skupiny, kde je vyšší pravděpodobnost, že budou inklinovat k rizikovému chování. V práci s třídním kolektivem se jedná o skupiny, kde je podezření např. na šikanu nebo celkově problémový vztah v kolektivu.
- c) **Indikovaná primární prevence** – je zaměřena přímo na jedince, kde je velké riziko ohrožení sociálně patologickými jevy a jeví se, jako více rizikový než ostatní vrstevníci, z důvodu přítomnosti rizikových faktorů (rizikové rodinné prostředí, psychický stav aj.). Je to dlouhodobá cílená práce s žákem, rodinou (rodinná situace), ale zahrnuje i práci s pedagogy a vychovateli (<http://www.ostrovzl.cz/prevence/nespecificka-a-specificka/>).

Nespecifická primární prevence je komplexní soubor činností a programů, který je zaměřený na posílení schopností a osobnosti jedince, na dovednost umět zvládat a řešit náročné situace, které by mohly přispět k přilnutí k rizikovému chování. Spadá sem také celkový rozvoj nadání a talentu, psychické odolnosti, smysluplné trávení volného času, ale i přijetí zodpovědnosti za svůj život a zdraví (<http://www.ostrovzl.cz/prevence/nespecificka-a-specificka/>).

Někdy není jednoznačná hranice mezi jednotlivými druhy specifické či nespecifické a stejně tak není jednotný ani názor na to, která prevence se považuje za podstatnější (důležitější) a účinnější.

Karel Nešpor (2011) vypracoval zásady pro hodnocení efektivního programu primární prevence. Tyto zásady mimo jiné najdeme i na stránkách MŠMT.

Zásady efektivity programu:

- program by měl začít co nejdříve a měl by odpovídat věku cílové skupiny,
- měl by zahrnovat podstatnou část cílové skupiny žáků,
- musí být nastaven na menší počet žáků a měl by být interaktivní,
- program by měl zahrnout také místní specifika, zejména sociální,
- měl by být promyšlený, cílený, soustavný a dlouhodobý,
- měl by přinášet určité sociální dovednosti potřebné pro život,
- je komplexní a zahrnuje více strategií v různých prostředí (školní, mimoškolní, zájmové...),
- program připraven na rizika a komplikace, která mohou v průběhu jeho realizace nastat.

Jako neefektivní strategie jsou označeny:

- zastrásování,
- citové vydírání,
- pouhé předávání informací,

- jednorázové aktivity a akce,
- hromadné aktivity nebo promítání filmu by měly být pouze doplňkem, na které by ale vždy měla navazovat řízená diskuze v menších skupinkách,
- bránění ve vzájemném hovoru, diskusi (Nešpor, Csémy, Pernicová, 1996).

Primární prevence, ať už v jakékoliv podobě, je základem v preventivním působení na žáky v oblasti rizikového chování a ve své podstatě se na ní podílí všichni zaměstnanci školy, rodina nebo různé státní i nestátní instituce.

1.2.2 Sekundární prevence

Sekundární prevence ve většině případů již spadá do činností organizací, které působí v oblasti prevence rizikového chování. Vztahuje se zejména k závislostnímu chování a na základní škole by se jednalo o sekundární prevenci například při odhalení šikany v počátečních stádiích.

Jak uvádí Kalina (2008) význam sekundární prevence spočívá v předcházení vzniku, rozvoji a přetrvávání rizikového chování (zejména užívání drog). Je obvykle používána jako souborný název pro včasnou intervenci, léčení a poradenství. Zaměřuje se na jedince i na jeho rodinu a využívá se nemedicínských i medicínských přístupů.

Nešpor (2011, s.156) píše, že *„sekundární prevence se provádí až po vzniku nemoci, ale ještě předtím, než nemoc způsobila poškození.“*

Některá zařízení zabývající se sekundární prevencí:

Ve školním prostředí to jsou:

- PPP,
- střediska výchovné péče,
- diagnostický ústav,
- dětský domov, výchovný ústav,

- některé neziskové organizace (např. v jižních Čechách Prevent, o. s., Portus, o. s. atd.)

Další organizace

- linky telefonické pomoci,
- AT poradny (alkoholismus a jiné toxikomanie)
- kontaktní centra,
- denní stacionáře,
- Anonymní alkoholici a Anonymní narkomani,
- terapeutické komunity,
- doléčovací a resocializační centra,
- ústavní léčba.

Hranice mezi primární a sekundární prevencí je někdy obtížně rozpoznatelná.

1.2.3 Terciární prevence

V některé starší literatuře se můžeme setkat i s pojmem terciální.

Tato prevence se na základních ani ostatních školách a ve školských zařízeních neposkytuje. Jde o naprosto specifický druh pomoci, který spadá pouze do působnosti odborníků zaměřených na léčbu a nápravu tohoto rizikového chování (závislost, delikvence).

Tento druh prevence má za cíl zmírnění dopadů sociálně patologických jevů na jedince i společnost. Neléčí se přímo dané chování, ale jeho dopady. V případě drogové závislosti se může jednat o tzv. substituční léčbu, kdy je droga nahrazována méně nebezpečnou látkou pod lékařským dohledem (Novotná, Kremlíčková, 1997).

Spadá sem tzv. pojem Harm Reduction (snižování škod a bránění dalšímu poškozování jedince), práce Streetworkera (práce v terénu na ulici např. výměna jehel) a substituce (náhražka drogy).

2 Rizikové chování

Prevenici rizikového chování mimo jiné upravuje Metodické doporučení Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních platné od 1. listopadu 2010, které je v souladu se Strategií prevence rizikového chování u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy, Národní strategií protidrogové politiky, Strategií prevence kriminality a v souladu se zákonem č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů a v souladu se zákonem č. 379/2005 Sb., o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami.

Prevence rizikového chování v resortu MŠMT se zaměřuje především na předcházení rozvoje rizik, které směřují k následujícím rizikovým projevům v chování žáků:

- agrese,
- šikana ve školních kolektivech,
- kyberšikana,
- násilí,
- vandalismus,
- extremismus, antisemitismus, rasismus a xenofobie,
- homofobie,
- záškoláctví,
- závislostní chování, užívání všech návykových látek, netolismus, gambling
- rizikové chování v dopravě, prevence úrazů,
- spektrum poruch příjmu potravy,
- negativní působení sekt,
- sexuální rizikové chování.

Dále to jsou aktivity vedoucí k rozpoznání a zajištění včasné intervence nebo krizové intervence převážně v:

- domácí násilí a s ním spojené traumatické následky,
- týrání a zneužívání, komerční sexuální zneužívání, ohrožování mravní výchovy dítěte,
- experimentování s návykovými látkami (legální i nelegální návykové látky),
- rizikové stravovací návyky vedoucí k poruchám příjmu potravy (<http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny?highlightWords=prevence>).

2.1 Agrese

Důležité je rozlišovat mezi pojmy agresivita a agrese.

Agresivita znamená útočnost, postoj nebo vnitřní pohotovost k agresi. Můžeme tím také označit schopnost organismu mobilizovat síly k zápasu o dosažení nějakého cíle a schopnost vzdorovat těžkostem. Do určité míry je to znak jedince, kdy každý jedinec je vybaven určitou mírou agresivity. Někdy vnější okolnosti nutí jedince k tomu, aby ji požil ve svém chování. Pokud je agresivita přijatelná, může i posloužit k posílení autority, sebevědomí a může mít i pozitivní vliv.

Oproti tomu agrese je výpad nebo útok proti některému objektu, nebo nepřátelství a útočnost se záměrem ublížit (Martínek, 2009).

Agresor musí být přesvědčen, že jeho chování cíl jeho agrese poškodí, a oběť agrese musí být motivována, aby se agresorovu chování vyhnula. Za agresi se nepovažuje náhodně ublížení, protože není záměrné (Koukolík, Drtilová, 2008).

Směry agrese:

- agrese vybitá na neživém předmětu,
- vybitá na zvířeti,
- vybitá na jiném jedinci,
- autoagrese.

Agresi můžeme rozdělit na dále ještě na fyzickou x verbální, aktivní x pasivní, přímou x nepřímou... (Martínek, 2009).

2.2 Šikana

Za šikanování se považuje jakékoliv chování, které má zřejmý úmysl ublížit, ohrozit nebo zastrašit žáka, popřípadě skupinu žáků. Jsou to vždy opakované a cílené fyzické a psychické útoky jedince nebo jedinců vůči jedinci nebo skupině žáků, kteří se z nějakého důvodu neumí nebo nemohou bránit.

Šikana zahrnuje fyzické útoky, vydírání, loupež, poškozování věcí, slovní útoky, pomluvy, vyhrožování či ponižování, ale i sexuální obtěžování až zneužívání a i když byla vydělena samostatně, patří sem také kyberšikana.

Nebezpečí spočívá zvláště v závažnosti, dlouhodobosti a často i celoživotních následcích na duševním a tělesném zdraví (Kolář, 2005).

Pedagogové mají často problém rozeznat šikanu od tzv. škádlení. Na první pohled se to může zdát stejné (vtipy a děláním si srandy na úkor druhého), ale rozdíl je ve vnitřním prožívání jedince, kdy je zásadní, jak takové škádlení daný jedinec vnímá (Vágnerová, 2009).

Zdeněk Martínek (2009) používá ve své knize slovo teasing – jímž označuje takové chování, které šikanu připomíná, ale jedinci není nepříjemné, např. chlapci provokují různě děvčata z důvodu, že se jim líbí. Pedagog však vidí, že jim takové chování není vůbec nepříjemné a případné stěžování je pouze formální.

Šikana prochází několika stádii:

- 1) Ostrakismus – nedochází napadání oběti, ale jedinec je vyčleněn z kolektivu.
- 2) Fyzická agrese a psychická manipulace – obětí se většinou stává dříve ostrakizovaný jedinec a nejčastěji tato fáze nastává, když se třída dostane do nějaké stresové situace.
- 3) Vytvoření jádra – agresor/agresoři si jasně uvědomují, že mají převahu a že na to nikdo nepřijde, protože většina stojí na jejich straně.
- 4) Vytváření norem – kdy agresor nastaví v dané skupině normy, třída se diferencuje na podřízené a vládoucí třídu.

- 5) Totalita – je to poslední a v podstatě neřešitelné stádium šikanujícího chování, kdy jsou normy jasně nastaveny, ve třídě vládou agresori, ostatní je poslouchají na slovo a všichni, včetně oběti, je brání (Martínek, 2009).

2.3 Kyberšikana

Je fenoménem dnešní doby, protože využívá elektronické prostředky – mobily, internet, e-maily, pagery, blogy atd. Velmi často tato činnost již spadá do kompetence policie. V nejobvyklejší podobě zahrnuje zasílání urážejících, útočných a obtěžujících mailů, SMS, vytváření stránek a blogů, které mají za úkol oběť zesměšnit nebo ponížit. Nejčastější formou je využití mobilního telefonu, kdy dojde k nahrání určité scény a jejího okamžitého rozeslání známým dotyčné oběti, případně vystavení na internetu. Stále ve větší oblibě jsou servery, kde se může vyvěsit obsah a sdílet ho může velké množství uživatelů (Duchoňová, 2009, In Prevence).

Každá škola by měla mít zpracovaný Program proti šikanování, který vychází z metodického pokynu MŠMT a zahrnuje všechny formy šikany a způsoby řešení.

2.4 Násilí

K agresii se řadí také násilí, jehož cílem je krajní poškození oběti. Světová zdravotnická organizace rozlišuje tělesné, sexuální a psychologické násilí a přiřazuje k nim také deprivaci a zanedbávání. Násilné chování je zaměřeno na sebe samotného, skupinu nebo kolektivní. Odehrávat se může v rodině, kolektivu nebo partnerských vztazích. Opakované rodinné násilí se může mimo jiné projevit na dětech v dospívání např. poruchami příjmu potravy, sebepoškozováním, sebevraždou, náchylností k nemocem a častěji je postihuje porucha pozornosti s hyperaktivitou.

Fyzické násilí páchané na dětech v rodinách vede k jejich pozdějšímu útočnému chování samo o sobě, bez ohledu na další vlivy, jakými jsou chudoba, násilí mezi rodiči, rodinný nesoulad nebo biologické faktory (duševní poruchy) (Koukolík, Drtilová, 2008).

2.5 Vandalismus

Ve škole se vandalismus projevuje ničením školního majetku nebo jeho poškozováním, případně ničením majetku ostatních žáků.

Jedná se o významné útoky na věci, které vedou k jejich úplnému zničení (ulomené části nábytku, prokopnuté dveře, utržené vodovodní kohoutky, utrhané hadice od hasicích přístrojů, zničené školní pomůcky, učebnice, části oblečení) nebo jejich významné poškození (počmárané zdi, nábytek, poničené učebnice apod.)

Málokdy se podaří zjistit, co k takovému záměru jedince nebo skupinu vede a každý případ se musí posuzovat individuálně. Nejčastěji se jedná o snahu na sebe upozornit, vyrovnat se spolužákům nebo o následek šikany, či její doprovodný projev, případně může jít projev záměrné agrese. Vyskytuje se na všech školách a stupních škol. Prostory na jejichž podobě se žáci nějak podílejí, jsou terčem útoků méně často (www.msmt.cz/uploads/Priloha_10_Vandalismus.doc).

2.6 Extremismu, antisemitismu, rasismus, xenofobie

2.6.1 Extremismus

Jde o politickou ideologii krajní pravice nebo levice. U krajní pravice mluvíme o krajním nacionalismu, rasismus a xenofobii. V kontextu nacionalismu se jedná zejména o příklon k neonacistické scéně, u nás prezentované např. hnutím Skinheads, v současné době jejich pozici ve společnosti přebírá Národní odpor. Pravicoví extrémisté se setkávají hlavně na uzavřených hudebních koncertech a nejsilnější centra krajní pravice jsou logicky v ekonomicky slabých a sociálně vypjatých regionech.

Levicový extremismus směřuje k vytvoření naprosté sociální rovnosti, odstranění všech forem sociální hierarchie. Jedná se spíše o revoltující životní styl (např. Antifa) (Sobotková, 2014).

2.6.2 Antisemitismus

Vzniká na základě předsudků, které v podstatě nelze zdůvodnit a pro jejich přijetí se používá mnohdy nereálných nebo zjednodušených závěrů, které se vydávají za obecně platné. Antisemitismus jako nenávisť k Židům, se nejčastěji projevuje u lidí, kteří osobně žádného Žida neznají (Šišková, 1998).

2.6.3 Xenofobie

Charakteristické pro xenofobii jsou projevy odporu, nepřátelství, ale i nedůvěra ke všemu cizímu a strach ze všeho cizího. Konkrétním projevem nepřátelství k lidem jiné barvy pleti, jiné národnosti, jazyka, přesvědčení, kultury. Někdy je tento termín používán jako obecný termín pro rasismus, antisemitismus a nacionalismus (<http://www.icm.cz/xenofobie-a-rasismus-charakteristika>).

2.6.4 Rasismus

Je založen na ideologii vycházející z biologické teorie zdůrazňující význam rasových znaků a rozdílů mezi rasami. Vychází z přesvědčení o nadřazenosti bílé rasy nad ostatními druhy méněcenných ras, o její předurčenosti k nadvládě (<http://www.icm.cz/xenofobie-a-rasismus-charakteristika>).

2.7 Homofobie

„Obava z homosexuality a homosexuálních osob, která může vést k pocitům odporu, nepřátelství až k nenávisti a může se stát základem pro odmítající, zesměšňující či ubližující chování vůči homosexuálním lidem, u nichž je homosexualita předpokládána. Pokud se homofobie vyskytuje ve škole, ať již v postojích žáků a vyučujících, či ve studijních materiálech, jedná se zvláště o negativní jev, protože škola má být prostředím tolerance a vzájemného respektu“ (Smetáčková, Braun, s. 9, 2009).

2.8 Záškoláctví

V této době se jedná o velmi závažný problém základního a pak zejména středního školství. Jedná o úmyslné a plánované zameškávání školního vyučování, kdy žák o své vlastní vůli, bez vědomí zákonného zástupce, nechodí do školy a neplní školní docházku. Je to nejčastější porucha chování (Martínek, 2009).

Při řešení záškoláctví se zajímáme o to, zda bylo ojedinělé nebo soustavné a jak dlouho trvá. Dále by nás také měla zajímat činnost dítěte během nepřítomnosti ve vyučování. Důležitým faktorem pro řešení záškoláctví je také, zda se jedná o záškoláctví individuální nebo s partou, kdy se jeví trávení času s partou během nepřítomnosti na vyučování jako více rizikové (Kříž, 2000).

Příčiny záškoláctví mohou být různé, např. nepříjemné školní klima, poruchy učení u žáka, mentální úroveň žáka, tak i nesprávné výchovné působení v rodině, způsobené autoritářskou výchovou nebo naopak příliš benevolentní. Záškoláctví může vést asociálnímu až antisociálnímu chování (Vocilka, Pohunková, 1985).

2.9 Závislostní chování

Ze závislostního chování se na základní škole nejčastěji jedná o zneužívání legálních návykových látek - tabáku a alkoholu, ale ve větší míře se již na druhém stupni začínají objevovat první zkušenosti s jinými návykovými látkami, a to zejména marihuanou.

Nejrozšířenější závislostí v ČR je závislost na tabáku, která je tolerovanou návykovou látkou. Psychotropní složkou tabáku je alkaloid nikotin. Účinky nikotinu spočívají v ovlivňování receptorů v centrální nervové soustavě (Kalina, 2008).

Stejně jako kofein nebo nikotin představuje i alkohol tolerovanou drogu, z čehož vyplývají komplikace při preventivních aktivitách. Pro většinu populace je spojen se zábavou, uvolněním, zapomenutím na potíže. Za největší problém, který se váže k jeho prevenci, se považuje jeho relativně snadná dostupnost a nízká cena. Za návykové látky se považují takové (legální – alkohol, tabák x nelegální – např. pervitin, kokain, heroin...), na kterých si jedinec vytváří návyk a následně závislost.

Návyk bývá popisován jako touha, bažení po určité látce, která vyvolává příjemný pocit a vede k opakovanému užívání návykové látky (Novotná, Kremličková, 1997).

Závislost může vzniknout i na předmětech:

Netolismus – jde o závislost, která je v poslední době stále aktuálnější, protože se jedná o závislost na virtuálních drogách (televize, video, počítač, internet, mobilní telefon, počítačové hry...).

Gambling – neboli hazardní hraní, které je založené na vidině rychlého zbohatnutí. Jedinec není schopen odolat myšlenkám a touze hrát. Prochází fázemi výher, proher a zoufalství. Je-li mu hraní znemožněno, je neklidný, podrážděný, často i agresivní, dopouští se lhaní, podvodů, krádeží aj. Český zákon neumožňuje hazardní hraní, stejně jako požívání alkoholických nápojů a tabáku, osobám mladším 18ti let (<http://www.ostrovzl.cz/prevence/netolismus-a-gambling/>).

2.10 Rizikové chování v dopravě

Toto chování lze charakterizovat jako takové jednání, které vede k dopravním nehodám a následně k úrazům nebo úmrtí. Lze ho dělit podle cílové skupiny (chodec, cyklista, cestující hromadnou dopravou, spolucestující ve vozidle, řidič) nebo podle věku. Rizikové chování v dopravě je spojeno s návykovými látkami, zejména alkoholem, neznalostí dopravních předpisů a rizikovým chováním způsobeným osobnostními faktory (agresivní jednání, depresivita, přeceňování vlastních schopností a vyhledávání vzrušujících – adrenalinových zážitků) (<http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny?highlightWords=prevence>).

2.11 Spektrum poruch příjmu potravy

Stále aktuálnější na všech stupních škol se jeví problematika poruch příjmu potravy. Toto onemocnění se stalo těžko řešitelnou otázkou současného světa. Osobní spokojenost a společenský úspěch je často podmiňován vyhublou štíhlostí a nadměrnou sebekontrolou v jídle. Pro mentální anorexii (úmyslné snižování

tělesné hmotnosti na abnormálně nízkou hodnotu) i bulimii (nezřízené přejídání, následná kontrola hmotnosti a případné vydání pozřené stravy) je příznačné intenzivní úsilí o dosažení štíhlosti spojené s omezováním energetického příjmu, strach z tloušťky a nespokojenost s vlastním tělem. Stále častěji se objevují poruchy příjmu potravy spojené s extrémními zásadami „zdravé“ stravy (Marádová, 2007).

2.12 Negativní působení sekt

Součástí sociálního i politického vývoje je i vznik velmi početných náboženských a jim podobných skupin, které kontrolují vědomí svých členů. Pro tyto skupiny se vžil pojem sekta nebo kult a působí většinou na místní, mezinárodní i celosvětové úrovni. Pro kontrolu vědomí se používají pojmy jako vymývání mozků, myšlenková reforma a přesvědčování donucením. Je nutné mít na mysli, že kontrola vědomí je nástroj používaný totalitními systémy. Jedná se podobnou závislost jako na návykových látkách a snáze ji podléhají deprivovaní jedinci (Koukolík, Drtilová, 2008).

2.13 Sexuální rizikové chování

Důležitým aspektem života je postupné objevování vlastní sexuality. Podle sexuologů Weisse a Zvěřiny jsou nejčastějším zdrojem o sexualitě kamarádi, tiskoviny a internet, naproti tomu rodina a škola jako zdroj informací naprosto nedostačují. Velmi často je spojené sexuální rizikové chování s užíváním alkoholu a marihuany. Do rizikového sexuálního chování lze zahrnout nevhodné a vyzývavé chování ve společnosti, nepoužívání ochrany před pohlavně přenosnými chorobami, předčasně zahájený pohlavní život a s ním spojená rizika (nechtěné těhotenství) (Sobotková, 2014).

Pedagog by měl umět rozpoznat týrání a zneužívání žáka a zajistit tak včasnou intervenci nebo krizovou intervenci.

2.14 Týrání a zneužívání

Jestliže je dítě citově (výsměch, šikanování, ale i zatahování do neřešitelných konfliktů) či tělesně týráno (lehká nebo těžká újma na zdraví, případně až usmrcení) nebo sexuálně zneužito, bezpochyby se to projeví na jeho chování, objeví se výchovné obtíže, selhávání ve škole aj. samozřejmě sem patří i různé formy zanedbávání. Proto se vžil pojem CAN – Syndrom týraného a zanedbávaného dítěte (Průcha, 2003).

3 Prevenci ve škole provádí

Na prevenci ve školním prostředí se podílejí všichni zaměstnanci školy (pedagogičtí i nepedagogičtí pracovníci školy). Prevence jako taková není otázkou jednotlivce, ale celého týmu.

Největší tíha v oblasti prevence leží na třídním učiteli, výchovném poradci a školním metodikovi prevence, případně školním psychologovi a školním speciálním pedagogovi, jsou-li tyto funkce zřízeny.

3.1 Třídní učitel

Velký vliv na fungování třídního kolektivu mají všichni vyučující, ale zejména třídní učitel, který nastavuje pravidla pro fungování třídy. Důležité je stanovení pravidel hned na počátku a učitel by měl této možnosti využít. Učitel, který zvládá formální autoritu a má určité pedagogické znalosti a zkušenosti si získává úctu žáků mnohem snáze a lépe se mu daří na žáky působit. Při budování vztahu je nezbytně nutné nejdříve uplatňovat učitelovu formální autoritu, která je nezbytná pro výuku a v další fázi budování vztahu učitel – žák je uplatňována autorita osobní, která vychází např. z:

- projevování opravdového zájmu o práci všech žáků a jejich oceňování,
- uplatňování a dodržování stanovených pravidel všemi,
- oslovování žáků křestními jmény,

- nezesměšňování a ponižování,
- trpělivosti,
- umožňování žákům podílet se na třídním a školním životě,
- zájmu o názor a pocity žáků aj. (Smékalová, kol. 2007).

Třídní učitelé působí i jako koordinátoři činnosti třídy a domlouvají případné vstupy do třídního kolektivu institucím zabývajících se prevencí a stěžejní úlohu při naplňování Minimálního preventivního programu, a to především z hlediska koordinace činností ve své třídě. Předpokládá se, že třídní učitel zná svou třídu natolik, aby byl schopen směřovat realizaci programu podle potřeb své třídy. Klíčová je zejména pozice třídního na prvním stupni základní školy, kde má díky neustálému kontaktu se svými žáky vytvořeny jedinečné podmínky pro systematickou preventivní práci. Nutná je i podpora školního metodika prevence, protože první stupeň (mladší školní věk) je zásadním obdobím, kde se pokládá základ pro další preventivní působení v rámci školy (Žaloudíková, a kol. 2009).

Činnost školy v oblasti prevence upravuje Vyhláška č. 72/2005 Sb. Zákona 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání.

3.2 Výchovní poradce

Poradenské činnosti:

1) Kariérové poradenství

- Individuální šetření a individuální poradenství k volbě povolání,
- administrace, zpracování a interpretace zájmových dotazníků v oblasti volby povolání,
- poradenství zákonným zástupcům s ohledem na očekávání a předpoklady žáků,
- spolupráce se školskými poradenskými zařízeními,
- zajišťování informací pro žáky (nábory, exkurze aj.).

- 2) Vyhledávání a orientační šetření žáků, jejichž vývoj a vzdělání vyžadují zvláštní pozornost.
- 3) Zajišťování nebo zprostředkování diagnostiky u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.
- 4) Příprava školních podmínek pro integraci žáků a koordinace poskytování poradenských služeb žákům se speciálními potřebami.
- 5) Poskytování služeb kariérového poradenství žákům/cizincům podle jejich speciálních vzdělávacích potřeb.

Metodické a informační činnosti:

- 1) Zprostředkování nových metod pedagogické intervence a diagnostiky.
- 2) Metodická pomoc pedagogickým pracovníkům (kariérové poradenství, integrace, individuální vzdělávací plány, práce s nadanými žáky...).
- 3) Předávání odborných informací pedagogickým pracovníkům.
- 4) Poskytování informací o činnosti školy, školských zařízení a poradenských zařízení v regionu.
- 5) Shromažďování odborných zpráv a vedení záznamů umožňujících doložit rozsah a činnosti výchovného poradce.

3.3 Školní metodik prevence

Metodické a koordinační činnosti:

- 1) Koordinace tvorby a kontrola realizace preventivního programu školy.
- 2) Koordinace a participace na realizaci aktivit školy zaměřených na rizikové chování.
- 3) Metodické vedení činnosti pedagogických pracovníků v oblasti sociálně patologických jevů.
- 4) Koordinace vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti prevence.
- 5) Koordinace a spolupráce školy s orgány státní správy a samosprávy, které mají v kompetenci problematiku rizikového chování.
- 6) Kontaktování odpovídajících odborných pracovišť.

- 7) Shromažďování odborných zpráv a informací o žácích v poradenské péči specializovaných zařízení.
- 8) Vedení písemných záznamů umožňujících doložit rozsah a obsah činnosti školního metodika prevence.

Informační činnost:

- 1) Zajišťování a předávání odborných informací o problematice sociálně patologických jevů (programy, projekty, metody...).
- 2) Prezentace výsledků preventivní práce školy
- 3) Vedení a průběžné aktualizování databáze spolupracujících organizací se školou v oblasti rizikového chování.

Poradenské činnosti:

- 1) Vyhledávání a orientační šetření žáků s rizikem či projevy sociálně patologického chování.
- 2) Spolupráce s třídními učiteli při zachycování rizikového chování.
- 3) Příprava podmínek pro integraci žáků se specifickými poruchami chování.

Školní metodici prevence, stejně jako výchovní poradci, by měly absolvovat specializační studium, které realizují příslušné fakulty nebo akreditovaná zařízení.

4 Rizikové skupiny dětí ohrožené sociálně patologickými jevy

Problémové chování nebo jeho případný vznik se opírá o tři skupiny faktorů:

- Biologické – genetické předpoklady, tělesnou stavbu, vrozené handicapy, nebo třeba fyzickou odolnost vůči bolesti.
- Psychologické – sem řadíme rysy osobnosti, sebepojetí, hodnotou orientaci.
- Sociální kontext – prostředí, ve kterém jedinec žije, rodinná konstelace, vrstevnické vztahy, ale i kulturní prostředí aj.

Rizikovou skupinou se tedy myslí takové skupiny dětí, které ovlivňuje více faktorů najednou, jsou pro ně typické projevy agresivního a disociálního chování, přicházejí častěji do kontaktu se sociálně patologickými jevy, děti sociálně znevýhodněné nebo nějak odlišné od majoritní společnosti, případně děti s poruchami učení nebo chování (Sobotková, 2014).

Příčiny vzniku rizikového chování lze najít v narušení interakce, negativních vzorech chování a nenaplnění základní lidských potřeb, mezi něž patří např. potřeba jistoty, materiální zajištění, kladná emocionální vazba. Pokud nejsou tyto potřeby uspokojovány, hledá jedinec jejich uspokojení v jiném prostředí. Zásadní význam má rodina, kdy přes její vliv nemá žádné jiné sociální prostředí šanci se prosadit. V případě negativních vztahů v rodině to může vést až k patologii a škola nemůže v plné míře nahrazovat pozitivní rodinné vztahy, ale může pouze minimalizovat následky takového jednání. Takto zasažený jedinec se častěji stává obětí sociálně patologických jevů (Novotná, Kremličková, 1997).

5 Cíl práce

Cílem práce je zpracování výukových hodin pro jednotlivé oblasti rizikového chování na prvním stupni základní školy. Hodiny jsou postaveny tak, aby vycházely ze zásad efektivity primární prevence a mimo jiné i z vlastních zkušeností, které jsem nasbíral během svého působení na prvním stupni ZŠ a v činnosti školního metodika prevence, kterou jsem vykonával.

Některé hodiny již byly odučeny a osobní postřehy nebo náměty žáků se objevují vždy v závěru ukázkové lekce. Do ukázkových hodin byly také zakomponovány postřehy a náměty kolegů. Některé hodiny jsem konzultoval i s ostatními metodiky prevence.

Většina představených hodin vychází z metod programu Čtením a psaním ke kritickému myšlení.

6 Výukové hodiny

Každý člověk je jiný – prevence xenofobie

Cíl hodiny: Žák si uvědomí odlišnost lidí a jejich hodnotu.

Cílová skupina: 1. - 2. třída ZŠ

Čas: 45 – 60 minut

Pomůcky: obrázky k pohádce Dlouhý, Široký a Bystrozraký, flipový papír, samolepící papírky, psací potřeby, barevný papír, nůžky

Popis činnosti:

Usazení do kruhu a převyprávění pohádky Dlouhý, Široký a Bystrozraký. Odpovídání na otázky : Čím se od sebe lišily postavy z pohádky? Měly něco společného?

Následuje brainstorming - Jací mohou být lidé, které potkáváš na ulici/ ve škole?

Děti pracují samostatně nebo ve dvojici, kdy své odpovědi zapisují na lístek papíru a ten pak následně lepí na připravený flip (můžeme použít i magnetickou tabuli). Pak celá třída vybírá společně významné znaky a vlastnosti, které se umístí na více viditelné místo. Některé chybějící vlastnosti je možné objevit společně, zapsat je a dolepit na flip.

Vybereme 3 žáky, kterým zkusíme vlastnosti na kartičce přiřadit. Snažíme se říci, jací jsou, přiřadíme přibližně 5 znaků, vlastností, ale i koníčků a zálib.

Potom si každý samostatně obkreslí svou ruku, do dlaně napíše své jméno, do každého prstu pak snaží vepsat své „charakteristiky“ – Jaký jsem? Jak vypadám? Co mě baví? Moje oblíbené jídlo? Jaký sport se mi líbí?... Mohou si pomáhat ve dvojici. Kdo bude mít zájem, může svou ruku ostatním přečíst.

Namalované ruce si žáci vystřihnou a vlepíme je na flip do kruhu, aby se vzájemně překrývaly. Překrytí je snaha o vyjádření, že přestože jsme každý jiný, máme jiné záliby, vlastnosti atd., můžeme být kamarádi a držíme se za ruce.

Zhodnocení: Zpočátku potřebují trochu pomoci při hledání vlastností a vůbec, aby si uvědomili, co to vlastnosti jsou. Nemají většinou problém potom zkusit objevit své vlastní.

Nápady: Tato aktivita může mít přesah i do ostatních předmětů.

Odmítání- umění říci ne – prevence závislostního chování

Cíl hodiny: Žák se učí sdělovat pevné a jasné odmítavé stanovisko.

Cílová skupina: 1. - 2. třída (lze modifikovat i na starší)

Čas: 45 minut

Pomůcky: uspořádání sezení do kruhu, připravení lístečků s žádostmi

Popis činnosti:

Žáci se usadí do kruhu. Nejdříve proběhne kolečko odpovědí na otázky:

Co je mi příjemné? Co mi není příjemné? Je něco, co jsi musel/musela splnit, ale nebylo ti to příjemné?

Potom vyučující rozdá polovině žáků lístečky s nadepsanými žádostmi (např. Půjčíš mi 20,- Kč? Nechoď na kroužek a pojď s námi na hřiště. Dej si cigaretu. Dej mi opsat domácí úkol...). Potom si vezme žáky s lístečky stranou od ostatních a vysvětlí jim, že mají za úkol přemluvit kamaráda, různými metodami k tomu, aby jejich žádosti vyhověl. Pak nechá učitel tuto skupinku pohromadě a mohou společně zkusit vymyslet nějaký postup. Mezitím učitel mluví se zbývajícím žáky a vysvětluje jim, že jejich úkolem je odmítnout žádost a nenechat se přemluvit. Jejich odpovědi musí být klidné a tomu, kdo se ptá, se musejí vždy dívat do očí.

Následuje hraná aktivita, kdy žáci chodí různě po třídě a probíhá takto připravený rozhovor, jedni přemlouvají, druzí odmítají. Každý si takto vyzkouší několik spolužáků.

Potom se vrátí zpět do kruhu a zhodnotí se společně, jak jim to bylo příjemné, zda to bylo snadné nebo obtížné atd.

Zhodnocení:

Žáky tato aktivita většinou zaujme a nejsou problémy s pochopením. Musíme ohlídat, aby byli do aktivity zapojeni všichni žáci.

Nápady: Zbude-li čas nebo tomu chceme věnovat času více, mohou někteří žáci vybranou situaci zahrát ostatním spolužákům.

Zbavení se vzteku - prevence agrese

Cíl hodiny: Žák hledá způsoby, jak se zbavovat nahromaděného neklidu a vzteku.

Cílová skupina: 1. – 5. třída

Čas: 45 minut

Pomůcky: sezení v kruhu, pomůcky podle zvolených technik odreagování

Popis činnosti:

Po usednutí do kruhu si nejdříve povídáme o tom, kdy žáci cítí vztek nebo mají chuť někomu něco udělat (V jakých to bývá situacích?). Následuje otázka: Jak se s takovým vztekem vypořádají? Pak zkusíme společně vymyslet, jak bychom se takového vzteku mohli zbavit fyzicky. Poté zhodnotíme vhodné a nevhodné fyzické způsoby. Za nevhodné lze považovat takové, které jsou obráceny proti osobám, zvířatům nebo ničení majetku. Pokud děti na žádný přijatelný způsob zvládnutí agrese nepřijdou, můžeme jim nabídnout např.: boxování do pytle, čmárání na velký arch papíru, mlácení o podlahu molitanovým míčem, trhání novin, trefování se do plechovek, bubnování aj.

Potom si žáci představí situaci, která u nich vyvolává agresivní reakci a zkusí ji zvládnout nabízenými metodami.

Po proběhnutí této aktivity se vrátíme zpět do kruhu a sdělíme si pocity, které jsme při plnění zadaného úkolu měli.

Zhodnocení:

Musíme být připraveni, že žáci s žádnou uvolňovací technikou nepřijdou, proto bychom měli mít v zásobě několik vlastních.

Nápady:

Starší žáci mohou své pocity sepsat, případně vyrobit plakát s různými technikami na zvládnutí agrese.

Bezpečná cesta do školy – prevence rizikového chování v dopravě

Cíl hodiny: Žák zná bezpečnou cestu do školy.

Cílová skupina: 1. třída

Čas: 60 – 90 minut

Pomůcky: obrázky s chováním dětí na ulici v silničním provozu, úkoly na jednotlivá stanoviště

Popis činnosti:

Na začátku pracují žáci s obrázky, kde jsou představeny různé situace chování dětí při cestě do školy. Na obrázcích je správné i nesprávné chování a úkolem žáků je vybrat, kde se děti na obrázku nechovají správně.

Proces uvědomování se odehrává v reálném silničním prostředí v okolí školy. Učitel si vytipuje několik problematických míst, kde by mohlo žákům při přícházení do školy hrozit nebezpečí úrazu. Na každém místě byl tajně umístěn lísteček s úkolem, který mají žáci nejdříve najít a pak splnit (např. malování dopravních značek, semaforu, povídají o dopravních prostředcích, objevování reflexních prvků, výbava kola aj.).

Po návratu do třídy sehrají scénky, jak by se na ulici neměli chovat a potom jak by taková správná cesta do školy měla vypadat.

Zhodnocení:

Žáky tato venkovní činnost velmi baví a mají chuť se do činností zapojovat a být v nich aktivní.

Nápady:

Hodina je efektivnější, když se pracuje v menších skupinách a tak je možné v případě patronátu 1. a 9. třídy využít starší žáky, kteří by měli na starosti menší skupinku.

Příjemno nebo nepříjemno? – prevence šikany

Cíl hodiny: Žák popíše rozdíl mezi škádlením a šikanou (nevhodným chováním).

Cílová skupina: 3.-5. třída

Čas: 60 minut

Pomůcky: samolepící papírky dvou barev, balící papír, psací potřeby

Popis činnosti:

Každý žák dostane dva samolepící papírky. Na jeden napíše, co ve vztahu ke spolužákům považuje za srandu (vtipné) a na druhý, co je podle jeho názoru už nepříjemné a stávat by se to nemělo. Potom papírek každé barvy nalepí do vytyčeného prostoru.

Následně si každý přečte nejdříve nalepené papírky s napsanými domnělými legracemi. U popisovaných situací, které mu nepřijdou legrační, udělá tečku. Stejným způsobem označí lístek, kde je napsáno, co žáci vnímají jako nepříjemné, ale jemu osobně to připadá docela v pořádku. Potom se usadíme do kruhu a ve prostřed máme položené flipy s příjemnými a nepříjemnými situacemi. Následuje rozhovor, proč jsou některé lístečky označené tečkami a vedeme nad tím diskuzi, ke které se může každý vyjádřit. V případě potřeby můžeme po dohodě se všemi (většinou) spolužáky lístečky předávat nebo odstraňovat. V závěru každý dostane prostor v tzv. kolečku pro vyjádření svého dnešního Aha.

Zhodnocení:

Diskuze nad lístečky je většinou bouřlivá a vyučující musí fungovat v roli moderátora, který diskuzi usměrňuje a dohlíží, aby měli šanci vyjádřit se všichni žáci. Při vedení programu není nutné používat pojem šikana, ale můžeme využít opisného pojmenování.

Nápady:

Pokud budeme mít chvíli času, můžeme si zahrát hru na Ostrov, kdy žáci chodí po místnosti a na určitý signál se musí všichni naměstnat na vytyčený prostor (lanem, papírem), který se postupně zmenšuje a žáci musí vymýšlet strategie, aby se tam všichni vešli.

Dopis agresorovi – prevence kyberšikany

Cíl hodiny: Žák si uvědomuje velký vliv moderních komunikačních technologií.

Cílová skupina: 4. - 5. třída

Čas: 45 minut

Pomůcky: dataprojektor, přístup k internetu, papír na psaní, psací potřeby

Popis činnosti:

Na dataprojektoru promítneme obrázek nešťastného dítěte. Žáci si zapisují na papír odpovědi na otázku: Proč je asi nešťastné? Po chvíli si to společně zapíšeme na tabuli. Domněnky žáků necháme bez komentáře a usměrňování.

Potom ukážeme nějaký buď smyšlený mail, nebo ho vyhledáme na internetu, který bude obsahovat nějakou urážlivou, agresivní, ponižující zprávu atd. Rozvineme diskuzi, co k tomu asi agresora/pisatele vedlo, potom se zamyslíme nad tím, jak se asi cítí adresát a co se mu můžeme honit hlavou.

Po diskuzi, každý žák obdrží papír a má za úkol napsat agresorovi dopis, jako nezúčastněná osoba, které se daný problém osobně netýká.

Kdo bude chtít, může přečíst svůj dopis ostatním spolužákům.

Zhodnocení:

Po skončení hodiny si učitel vybere napsané dopisy, aby si je mohl pročíst a měl přehled o postojích žáků. Překvapilo mě, že ne vždy byl dopis od žáků s odsuzujícím obsahem a občas se najde nějaký žák, který s obsahem mailu souhlasí a oceňuje agresora.

Nápady:

Stejně jako u šikany ani zde není nezbytně nutné používat pojem kyberšikana. Případně si mohou žáci s tímto pojmem pohrát a zkusit mu vymyslet jiné pojmenování.

Věci se prostě neničí! – prevence vandalismu

Cíl hodiny: Žák si uvědomuje nevhodnost ničení cizího majetku.

Cílová skupina: 1. – 5. třída

Čas: 45-60 minut

Pomůcky: několik poničených předmětů (např. stará poničená školní lavice, zničená učebnice, počmáraná značka, socha, nástěnka...), mohou se použít i fotografie, ale vhodnější jsou reálné předměty, papír, psací potřeby

Popis činnosti:

Hledání odpovědí na otázku: Co mají přinesené předměty společného? Odpovědi můžeme sepisovat, ale není to nutné. Pokud nezazní, že jsou předměty zničené, snažíme se návodnými otázkami žáky k tomu dovést.

Potom žáky rozdělíme do skupin (rozdělení může být náhodné nebo záměrné) podle počtu předmětů. Každá skupina dostane za úkol společně vymyslet vzkaz/dopis vandalovi, který by mu napsal poničený předmět. Než začnou psát vzkaz, společně vše důkladně prohovoří.

Po sepsání jednotlivé skupiny zvolí svého zástupce (může jich být případně i více) a prezentují svůj dopis ostatním. Vzkaz by měl mít nějakou grafickou i stylistickou úroveň.

Pokud se nikde neobjeví, že oprava (výměna) předmětů stojí i peníze a čas, vyučující to žákům vhodně připomene.

Zhodnocení:

Tato aktivita žáky velice baví a velmi často do ní zapojují i vtip, ale zachovávají důležitost sdělení.

Nápady:

Žáci z nižších ročníků mohou místo sepsání dopisu sehrát dramatizaci rozhovoru mezi předmětem a ničitelem (není nutné používat termín vandal/vandalismus).

Hledání cesty – prevence rasismu

Cíl hodiny: Žák se snaží oprostit od stereotypního chování vůči menšinám.

Cílová skupina: 4. - 5. třída, ale i starší

Čas: 60 minut

Pomůcky: 2 fotografie spokojených romských dětí a 2 fotografie romských dětí ze sociálně vyloučeného prostředí, psací potřeby, flipový papír

Popis činnosti:

Žáci jsou rozděleni do dvou přibližně stejných skupin. Rozdělení do skupin může být náhodné nebo záměrné. Pro rozdělení můžeme např. použít nalepení dvou rozdílných značek, kdy každému žákovi je nalepena jedna značka (na čelo) a žáci mají za úkol se rozdělit do skupin bez mluvení. Při této činnosti můžeme sledovat, kdo je ve skupině dominantní, protože ten zpravidla převezme iniciativu.

Potom každá skupina dostane dva obrázky skupiny romských dětí. Na jedné fotografii bude obrázek spokojených (úspěšných) dětí, na druhé budou naopak romské děti, na kterých je na první viditelné, že žijí v sociálně vyloučených lokalitách a jejich materiální strádání.

Skupina žáků má za úkol vymyslet strategie, jak strádajícím dětem pomoci, aby se z nich staly děti spokojené.

V závěru hodiny se uspořádá konference, kde každá skupina prezentuje své názory a druhá skupina se doptává a jednotlivé strategie se rozebírají.

Zhodnocení:

Žáci pracují po celou dobu aktivně a učitel v této aktivitě působí pouze jako moderátor.

Nápady:

Fotka romské skupiny dětí byla vybraná z důvodu, že se s nimi žáci běžně setkávají, ale mohlo by se jednat i o jiné etnikum. Pokud je ve třídě romský žák, je vždy dobré se s ním předem domluvit, zda mu to nebude vadit a případně jej můžeme požádat, zda by nám něco nesdělil o romské kultuře, případně něco neukázal (např. píseň, řeč).

Koho mám rád/ráda? – prevence homofobie

Cíl hodiny: Žák si uvědomuje svůj vztah k oběma pohlavím.

Cílová skupina: 1.- 2. třída

Čas: 45 minut

Pomůcky: psací potřeby, 5 lístečků pro každého žáka, 7 čtvrtek A3

Popis činnosti:

Každý žák na jednotlivý lísteček napíše jedno jméno člověka, kterého má nejvíce rád a takto nadepíše maximálně pět lístečků. Potom se usadí všichni do kruhu, kde uprostřed leží čtvrtka, kterou připravil učitel s nápisem – rodiče, prarodiče, sourozenci, kamarádi a ostatní. Nejdříve si v kruhu popovídáme o tom, jak se nám jména vybírala, zda to bylo obtížné atd. Potom každý žák rozdělí své lístečky na připravené čtvrtky. Následují otázky: Proč máme rádi jednotlivé skupiny?, Čím jsou pro nás tyto osoby důležité?

Pak učitel vloží do kruhu pouze dvě čtvrtky, jedna s nápisem kluk a druhá s nápisem holka. Zeptáme se žáků, co asi bude následovat, většinou na to sami přijdou a rozdělí napsaná jména pouze do dvou skupin. Možná nám zůstanou některé lístečky, kde jsou napsaní domácí mazlíčci nebo filmové postavy, ty necháme stranou.

Společně se na lístečky zadíváme a dojdeme k poznání, že všechny osoby lze rozdělit pouze na dvě velké skupiny, i když pro každého znamenají něco jiného a každý máme rád, jak holky, tak kluky a že na tom není vůbec nic divného.

Na závěr si pošleme po kruhu pohlazení a úsměv.

Zhodnocení:

I u takto malých dětí se nejspíše setkáme s nějakým označením homosexuálních osob. Pokud k tomu dojde, uvedeme označení na pravou míru a pojem si vysvětlíme. K dovysvětlení můžeme použít čtvrtky, které leží uprostřed kruhu.

Nápady:

Není nutné používat pojmy k označení sexuálních menšin.

Jak bych chtěl/a vypadat? – prevence poruch příjmu potravy

Cíl hodiny: Žák přiblíží svůj ideál krásy.

Cílová skupina: 4. – 5. třída

Čas: 45 - 60 minut

Pomůcky: psací potřeby, papíry, flipový papír, popřípadě fixy nebo pastelky

Popis činnosti:

Nejdříve je třída rozdělena na chlapce a dívky, kdy mají za úkol chlapci předvést holky o přestávce a holky naopak kluky. Jednotlivé scénky i s přípravou by neměly přesáhnout pět minut. Po předvedení scének je skupina chlapců i dívek ještě rozdělena na polovinu.

Každá skupina má za úkol na velký arch papíru napsat, případně namalovat nebo to zkombinovat, jak podle nich vypadá ideálně krásná žena a ideálně krásný muž, tzn. že dva plakáty budou mít chlapci a dva dívky.

Po ukončení práce se jednotlivé představy krásy odprezentují. Nejdříve dáme ideál ženy od holek a od kluků a necháme je postupně svůj plakát prezentovat. Posluchači si všímají rozdílů a shod v pojetí chlapců a dívek. Potom to samé pokračuje s mužským ideálem krásy.

Po prezentaci následují otázky: Jestli se tomuto ideálu mohou přiblížit všichni jedinci? A co brání k dosažení tohoto ideálu?

Zhodnocení:

Závěrečná diskuze bývá často velice bouřlivá a jeden argument bývá často vyvracen nebo ho ostatní přijímají. Vyučující se snaží do diskuze co nejméně zasahovat a argumenty pro nebo proti necháváme na žácích. Tato hodina je základem pro následující lekci.

Nápady:

V úvodní evokaci lze použít fotografie známých modelek a modelů nebo u žáků oblíbených celebrit, které jsou v danou chvíli populární.

Jak se vidím já? – prevence poruch příjmu potravy

Cíl hodiny: Žák se učí vnímat své měnící se tělo.

Cílová skupina: 4. – 5. třída

Čas: 45 - 60 minut

Pomůcky: psací potřeby, samolepící papírky dvou barev

Popis činnosti:

Každý žák dostane dvě barvy samolepících papírků (od každé barvy 3-5 kusů). Na jednu barvu nejdříve napíše, co na svém těle oceňuje, nalepí to na danou část těla a prochází se všichni po třídě a seznamují se s tím, co se jejich spolužákům na sobě samém líbí. Za chvíli přijdou k tabuli a nalepí na jednu polovinu své papírky.

Potom se vrátí do lavice a na papírky druhé barvy nadepíše, co se jim naopak na sobě příliš nelíbí a s čím nejsou zrovna spokojeni. Opět si to nalepí na tělo a prochází se po třídě mezi spolužáky. Pokud jim někdo ze spolužáků sdělí, že oni si to nemyslí, že s jejich označením nesouhlasí, žák si papírek ze sebe sundá. Zbývající papírky opět žáci nalepí na tabuli.

Všichni si tyto druhé papírky přečtou a pokud by měli nápad, co s tím udělat, nalepený papírek sundají a nechají si ho u sebe. Potom se všichni posadí do kroužku, „odborníci“ začnou radit, co by se s daným problémem dalo dělat.

Vyučující diskuzi usměrňuje, koriguje správnost a přijatelnost odpovědí. Snaží se žákům vysvětlit také nastávající změny jejich těla.

Zhodnocení:

Vyučující musí být připraven na různé odpovědi a mít vždy připravené nějaké obecně platné řešení a dovysvětlení problému. Například by měl žáky dovést k tomu, že hladovění je nepřijatelné. Není opět potřebné se zde zabývat konkrétní poruchou příjmu potravy.

Nápady:

Jako doprovodný materiál lze k této lekci také použít pracovní sešit *Výchova ke zdraví – zdravý životní styl pro 6. - 9. ročník základní školy* od Evy Marádové z nakladatelství Fortuna, kdy v případě potřeby lze pracovní list upravit pro nižší ročník.

Kdy se mi chce plakat? – prevence týrání

Cíl hodiny: Žák si uvědomuje, co je mu nepříjemné.

Cílová skupina: celý první stupeň

Čas: 45 minut

Pomůcky: pět obrázků s pláčem dětí (může tam být vidět – křik, bití, ničení předmětů...) – obrázky ze spodní strany podlepíme každý jinou barvou a rozstříháme podle velikosti skupiny (max. 4-5 dílků)

Popis činnosti:

Žáci si vylosují dílky obrázků a podle barvy spodní strany fotografie se najdou do skupin a obrázků společně složí. Ve skupinkách si povídají, kdy se jim chtělo naposledy plakat a proč.

Každá skupinka dostane za úkol sehrát scénku, kdy se chtělo někomu z nich plakat. Ve skupině si rozdělí role a vyberou jednu situaci, která je jim nepříjemná a při které pláčou (mohou použít situaci vyobrazenou na fotografii).

Potom dochází k přehrávání jednotlivých scének a následně si o jednotlivých situacích společně povídají. Sdělují si své dojmy, prožitky i to, jestli si myslí, že je ostuda, když někdo pláče.

Zhodnocení:

Ve scénkách se objevují různé důvody k pláči od samotného ubližování až např. po nekoupení hračky. Jistě není na škodu pestrost témat. Vyučující by měl citlivě posuzovat jednotlivé sehrané situace a nedělat unáhlené závěry z některých předvedených situací, ale vše by mělo být s dětmi důkladně prodiskutováno.

Nápady:

V případě, že má škola například divadelní kroužek, může se využít kostýmů nebo kulis.

Proč chodit do školy? – prevence záškoláctví

Cíl hodiny: Žák hledá pozitivní důvody školní docházky.

Cílová skupina: 3. -5. třída

Čas: 45 minut

Pomůcky: papír, psací potřeby, krabice

Popis činnosti:

Na úvod si každý žák vytvoří myšlenkovou mapu, v jejímž středu bude napsáno: Proč chodit do školy? Potom si ji žáci vzájemně sdělují ve dvojicích a případně si ji mohou doplnit o body, které má spolužák. Po sdílení ve dvojicích, kdo bude chtít, může svou myšlenkovou mapu přečíst ostatním spolužákům.

Následuje anonymní soupis toho Proč nechodit do školy? Každý žák dostane tři lístečky a na každý napíše jeden důvod, proč asi někteří nechodí do školy. Popsané lístky hodí do krabice. Vyučující potom lístky postupně vyndává a provádí soupis na tabuli. Pokud se některé důvody opakují, dělá u nich čárky. Nad uvedenými důvody se může rozvést diskuze, ale není to nutné.

V rámci volného psaní píší žáci dopis škole (budově), jak by mohla zabránit tomu, aby žáci do školy nechodili nebo chodili neradi. Zase kdo bude chtít, může svůj dopis přečíst ostatním. Vyučující si dopisy vybere (jsou anonymní), ale nikterak je nekomentuje a nehodnotí.

Žáci se vrací zpět ke své úvodní myšlenkové mapě a mohou ji doplnit nebo upravit.

Zhodnocení:

Je velmi obtížné některé názory žáků nekomentovat a případně k nim nezaujímat stanovisko. Vyučující může v dopisech najít celou řadu skrytých důvodů, proč žáci nechodí do školy rádi nebo se jí vyhýbají.

Nápady:

Tuto aktivitu lze provádět i u starších žáků, kde se možná budou objevovat jiné důvody záškoláctví.

Závěr

V této závěrečné práci jsem se věnoval problematice prevence rizikového chování na první stupni základní školy. Problematické chování žáků je stále větším problémem, kteří pedagogové řeší při své každodenní činnosti. Pro dnešní děti je velmi obtížné se v současném světě orientovat. Jsou neustále masírovány médii, vrstevníky a potažmo celou společností, která jim chce určovat, jak by se měly chovat. Nejideálnější by samozřejmě bylo, kdyby se podařilo celé škále rizikového chování předcházet a tím i zamezit vzniku sociálně patologických jevů.

V první části práce byla představena teorie, která pomáhá popsat problematiku prevence sociálně patologických jevů. Seznámili jsme se mimo jiné i s jednotlivými typy rizikového chování nebo například s tím, kdo se prevencí na základní škole zabývá.

V následující části práce jsou připraveny jednotlivé výukové jednotky k daným tématům rizikového chování. Protože si práce kladla za cíl vytvoření právě takovýchto hodin, které by se daly použít na prvním stupni základní školy, bylo cílů práce dosaženo. Hodiny jsou koncipovány dle zásad efektivní primární prevence.

Práce by mohla být přínosem pro třídní učitele nebo metodiky prevence a to nejen pro začínající, ale i pro ty, kteří hledají cesty, jak vytvořit z třídního kolektivu fungující organismus, který se bude vzájemně respektovat a podporovat. Mnohdy je škola jediným místem, kde lze žákům ukázat, jak by se lidé k sobě měli chovat a jak respektovat odlišnosti ostatních jedinců.

Seznam použitých zdrojů

Literatura:

Kalina, K., a kol. *Základy klinické adiktologie*. 1. vydání. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-1411-0.

Kolář, M. *Bolest šikanování*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-014-3.

Koukolík, F., Drtilová, J. *Vzpouza deprivantů*. Přepřacované vydání. Praha: Galén, 2008. ISBN 978-80-7262-410-2.

Linhart, J., kol. *Slovník cizích slov pro nové století*. Litvínov: Dialog, 2004.

Marádová, E. *Poruchy příjmu potravy*. 1. vydání. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-96991-09-2.

Martínek, Z. *Agresivita a kriminalita školní mládeže*. 1. vydání. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2310-5.

Matoušek, O., Koláčková, J. *Sociální práce v praxi*. 1. vydání. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-002-X.

Nešpor, K. *Návykové látky a závislost*. 4. vydání. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-908-8.

Nešpor, K., Csémy, L., Pernicová, H. *Jak předcházet problémům s návykovými látkami na základních a středních školách*. 1. vydání. Praha: Sportpropag, a.s., pro MŠMT, 1996.

Novotná, M., Kremličková, M. *Kapitoly ze speciální pedagogiky pro učitele*. 1. vydání. Praha: SPN, 1997. ISBN 80-85937-60-3.

Průcha, J., Walterová, El., Mareš, J. *Pedagogický slovník*. 4. vydání. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178772-8.

Smékalová, E., Neusar, A., a kol. *Studijní texty pro metodiky prevence sociálně patologických jevů*. 1. vydání. Olomouc: FF UP, 2007. ISBN 80-7326-118-9.

Smetáčková, I., Braun, R. *Homofobie v žákovských kolektivech*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2009. ISBN 978-80-7440-016-2.

Sobotková, Nilsen, V. *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. 1. vydání. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4042-3.

Šišková, T. *Výchova k toleranci a proti rasismu*. 1. vydání. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-285-8.

Vágnerová, K., a kol. *Minimalizace šikany*. 1. vydání. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-611-7.

Vocilka, M., Pohunková, J. *Speciálně pedagogická terminologie etopedická*. Praha: Univerzita Karlova, 1985.

Žaloudíková, I., Hrubá, D., Rotreklová, I., a kol. *Normální je nekouřit 5. díl*. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-5021-1.

Elektronické dokumenty:

MŠMT. *Prevence- dokumenty*. [online, citace 2015-12-08]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny?highlightWords=prevence>.

Národní informační centrum pro mládež. *Xenofobie a rasismus – charakteristika*. [online, citace 2015-12-08]. Dostupné z: <http://www.icm.cz/xenofobie-a-rasismus-charakteristika>.

Středisko volného času Ostrov radosti. *Specifická a nespecifické prevence*. [online, citace 2015-12-08]. Dostupné z: <http://www.ostrovzl.cz/prevence/nespecificka-a-specificka/>.

Zákony a vyhlášky:

Zákony V/2014, sborník úplných znění zákonů. Příloha č. 3 vyhlášky č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních. Český Těšín: Poradce, 2013. ISSN 1802-8306.

Časopisy:

Duchoňová, I. *Kyberšikana – fenomén dnešní doby?* In *Prevence*, Únor, 2009, roč. 6, č. 2, s. 4-6. ISSN 1214-8717.