

**PREVENTIVNÍ PROGRAM 2024/2025**  
**Křesťanského gymnázia Praha 10, Kozinova 1000**

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Prima</b>	Adaptační kurz	Škola	Seznámení a vzájemné poznávání, utváření pozitivních vztahů ve třídě.	4 dny (září)
	Prevence školní neúspěšnosti	KPPP	Mapování vlastních schopností, motivace ke studiu, seznámení s efektivními strategiemi učení, se způsoby organizace času, podpora zvládání stresu.	4 h. (podzim)
	Posilování životních hodnot a postojů	KPPP	Posilování pozitivních životních hodnot a postojů, utváření komunikačních dovedností.	4 h. (jaro)
	Prevence šikany	Městská policie hl. m. Prahy	Prevence šikany, nevhodného chování vůči druhým, jak postupovat, když vidí, že někdo někomu ubližuje.	1 h. (leden)
	Moderní je nekouřit	V. Vácha	Prevence závislosti na tabáku, jak s kouřením nezačít, ev. jak s ním přestat.	2 h. (březen)
	Dobrodružství dospívání	NIZ	Inspirovat žáky k pozitivnímu pohledu na sebe sama, na život, na lidskou důstojnost, lásku, manželství či partnerství a ukázat pozitivní význam lidské sexuality ve vztahu lásky.	2 h. (říjen)
	Odpoj se, ať můžeš žít!	Re-Life	Prevence užívání a nadužívání digitálních technologií, trávení času sledováním sociálních sítí a hraním on-line her.	2 h. (jaro)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot.	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů.	1 h. (každý týden)

Součástí preventivního plánu pro primy jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě. Před Vánoci se koná **Vánoční jarmark**, který pořádají primy se svými třídními učiteli pro žáky ostatních tříd.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Sekunda</b>	Prevence šikany	KPPP	Prevence nevhodného chování ve skupině, podpora zdravého sebevědomí a zdravého fungování ve skupině.	4 h. (podzim)
	Prevence zneužívání návykových látek	KPPP	Reflexe zkušeností žáků, ujasnění postoje, dovednost odmítat, schopnost vnímat následky závislosti.	4 h. (jaro)
	Prevence kriminality dětí	Městská policie hl. m. Prahy	Ujasnění pojmů přestupek, trestný čin, právní odpovědnost. Důraz je kladen na schopnost vnímat právní a morální důsledky vlastních činů.	1 h. (leden)
	Nebezpečí v kyberprostoru	V. Vácha	Prevence kyberšikany, groomingu, sextingu, ... Přednáška je zaměřena na popis jednotlivých typů rizik na internetu, konkrétní kazuistiku, způsoby obrany.	2 h. (prosinec)
	Prevence úrazů míchy a páteře	Banalfatal!	Jak se efektivně chránit před úrazem páteře, jak vlastně páteř a mícha fungují, proč mívají úrazy míchy fatální následky a jak poskytnout první pomoc.	2 h. (květen)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot.	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů.	1 h. (každý týden)

Součástí preventivního plánu pro sekundy jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě. Sekundy také vyjíždějí na **lyžařský kurz**, který organizují vyučující tělesné výchovy a na který třídní učitelé jezdí, pokud je to možné.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Tercie</b>	Class spirit	Škola	Aktivity navazují na adaptační kurz a programy od KPPP; cíle: podpora dobrého klimatu ve třídě, mapování skupinové dynamiky, zlepšování vztahů ve třídě	5 dní (říjen)
	Péče o duševní zdraví	KPPP	Podpora duševního zdraví, wellbeingu, copingových technik, zdravého životního stylu a spánkového režimu	4 h. (podzim)
	Prevence rizikového sexuálního chování	KPPP	Vztahy mezi chlapci a děvčaty, zamilovanost, láska, partnerství	4 h. (jaro)
	Prevence drog	Městská policie hl. m. Prahy	Prevence užívání nelegálních návykových látek	1 h. (leden)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů	1 h. (pravidelně každý týden)

Součástí preventivního plánu pro tercie jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Kvarta</b>	Prevence rasistických a xenofobních postojů	KPPP	Prevence nesnášenlivosti vůči menšinám a jinakosti.	4 h. (podzim)
	Podpora zdravého sebevědomí, sebepojetí, sebepoznání, sebe prezentace a vzájemného poznání	KPPP	Podpora vlastního sebevědomění, vědomí si vlastní hodnoty, vztahů k druhým a s druhými.	4 h. (jaro)
	Základy právního vědomí	Městská policie hl. m. Prahy	Prevence páčání přestupků a trestných činů v důsledku neznalosti zákona.	1 h. (leden)
	Řešení konfliktů	V. Vácha	Jak konflikty vznikají a jak je řešíme? Jak řešit konflikty individuální a skupinové? Jaká jsou pravidla pro správné řešení konfliktů? Interaktivní program, který má naučit základní dovednosti při řešení konfliktů.	2 h. (prosinec)
	Nečekané těhotenství	NIZ	Cílem je podpora zdravého životního stylu a prevence sexuálního rizikového chování. Lekce směřuje a vychovává k odpovědnosti za navazování partnerských vztahů a vede mladé lidi k tomu, aby přistupovali k sexu odpovědně, zdrženlivě a viděli sex z hlediska zdraví a trvalých partnerských vztahů.	2x 2 h. (říjen)
	Prevence úrazů páteře a míchy	Banalfatal!	Jak se efektivně chránit před úrazem páteře, jak vlastně páteř a mícha fungují, proč mívají úrazy míchy fatální následky a jak poskytnout první pomoc.	2 h. (květen)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot.	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů.	1 h. (každý týden)

Součástí preventivního plánu pro kvarty jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě. Na konci května / na začátku června organizují vyučující přírodopisu a zeměpisu pro kvarty tzv. **ekokurzy**, tj. pětidenní programy v Krkonoších. Na ekokurzy jezdí obvykle také třídní učitel.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Kvinta</b>	Základní práva a povinnosti občana	Městská policie hl. m. Prahy	Podpora občanského postoje, prevence porušování práv druhých lidí.	1 h. (leden)
	Edukativní hra Bunkr	KAM	Podpora mediální gramotnosti a kritického myšlení, rozlišování hoaxů, poplašných zpráv, dezinformací a konspiračních teorií.	2 h. (říjen)
	Poruchy příjmu potravy	Anabell	Podporu zdravého životního stylu a prevence poruch příjmu potravy	2 h. (prosinec)
	Podpora duševního zdraví	Nevypusť duši	Osvěta a prevence v oblasti duševního zdraví a duševních onemocnění.	5 h. (květen)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot.	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů.	1 h. (podle potřeby)

Součástí preventivního plánu pro kvinty jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se vždy účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě. Kvinty jezdí také na **lyžařský kurz** a na **vodácký kurz**, obou kurzů se, pokud je to možné, účastní i třídní učitel.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Sexta</b>	Sociálně patologické jevy	Městská policie hl. m. Prahy	Prevence sociálně patologických jevů, jejich dopad na společnost, jedince.	1 h. (leden)
	Život v závislosti	V. Vácha	Obecné principy závislostního chování, třídění závislostí. Kapitoly o alkoholu, tabáku, marihuaně, dalších nelegálních drogách. Speciální část týkající se závislosti na virtuálních drogách (netolismus) – počítačové hry, sociální sítě. Diagnostika, možnosti řešení, předcházení závislosti.	2 h. (prosinec)
	Zážitkový program v Terezíně	Památník Terezín	Dvoudenní workshop zaměřený na prevenci rasismu a xenofobie.	2 dny (únor)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů	1 h. (podle potřeby)

Součástí preventivního plánu pro sexty jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě. Pro sexty je vyučujícími tělesné výchovy pořádán tzv. **kurz sportovní všestrannosti**, kterého se, pokud je to možné, účastní i třídní učitel.

Sexty také v květnu organizují tzv. **Majáles**, jehož program je vždy určen pro celou školu, rodiče i přátele školy; přípravy probíhají vždy mnoho týdnů. Majáles je první větší školní akce, kterou organizují z větší části sami studenti, třídní učitelé plní roli supervizorů a konzultantů. Na samotném Majálesu, který začíná průvodem Hostivaří, pokračuje na pozemku školy programem nachystaným sextány pro jednotlivé třídy a končí podle zvyku volbou krále a královny Majálesu, se mohou neformálně setkat učitelé, žáci, absolventi a další příznivci naší školy.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Septima</b>	Bezpečnost dívek / nutná obrana (chlapci)	Městská policie hl. m. Prahy	Preventivní programy zvlášť pro dívky a zvlášť pro chlapce. Pro dívky: jak se nestát snadnou obětí násilníka, jak se chovat v případě napadení. Pro chlapce: co je a co není nutná obrana, jak předcházet konfliktům.	2 h. (leden)
	Odvrácená strana pornografie	NE PORNU	Prevence závislosti na pornografii a nadměrného sledování webů s tímto obsahem. Vysvětlení negativních dopadů nadměrného sledování pornografie na běžný život, a to nejen na život partnerský a sexuální, ale i ten běžný.	2 h. (jaro)
	Profi-testy a následný profi-program	Výchovná poradkyně KG ve spolupráci s KPPP	Žáci absolvují testy zaměřené na studijní předpoklady a další profesní směřování, následně jsou testy s každým žákem individuálně konzultovány. Na tuto část navazuje jednodenní program zacílený na představení různých studijních oborů studenty VŠ a VOŠ.	2 dny (podzim)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání, posilování pozitivních hodnot.	4 h.
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů.	1 h. (podle potřeby)

Součástí preventivního plánu pro septimy jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě. Vyučující tělesné výchovy organizují pro septimy **cyklokurz**, kterého se, pokud je to možné, účastní také třídní učitel.

Septimy na podzim organizují **Školní akademii**, což je velká akce, při které každá třída gymnázia připraví představení pro školu, rodiče a přátele školy, kteří se za tímto účelem sejdou v pronajatých prostorech (nejčastěji nějakého divadla). Školní akademie je skvělou příležitostí pro neformální setkání učitelů, rodičů, žáků a často také absolventů naší školy.

<i>Ročník</i>	<i>Název programu</i>	<i>Realizátor</i>	<i>Anotace/cíle</i>	<i>Časová dotace</i>
<b>Oktáva</b>	Základy právního vědomí II	Městská policie hl. m. Prahy	Prevence chování, které je v rozporu se zákonem, ujasnění toho, co se mění s nástupem plnoletosti. Právo trestní a přestupkové.	2 h. (leden)
	Dopravní nehoda		Jak postupovat v případě, že se stanou účastníky dopravní nehody. Prevence řízení motorového vozidla pod vlivem návykových látek.	1 h. (leden)
	Odvrácená strana pornografie	NE PORNU	Prevence závislosti na pornografii a nadměrného sledování webů s tímto obsahem. Vysvětlení negativních dopadů nadměrného sledování pornografie na běžný život, a to nejen na život partnerský a sexuální, ale i ten běžný.	2 h. (jaro)
	Duchovní obnova	Školní kaplani	Duchovní program zaměřený na sebepoznání a hledání smyslu života.	4 h.
	Workshop “Jak zvládnout maturitní ročník”	Školní psycholožka a výchovná poradkyně	Podpora duševního zdraví, wellbeingu, copingových technik, zdravého životního stylu a spánkového režimu. Time management, možnosti dalšího studia (co po maturitě?), tipy a užitečné odkazy.	2 h. (podzim) + 2 h. (jaro)
	Třídnické hodiny	Třídní učitel	Práce se třídou, posilování vzájemných vztahů.	1 h. (podle potřeby)

Součástí preventivního plánu pro oktávy jsou i různé **školní výlety a přespávání ve škole**. Těchto akcí se obvykle účastní třídní učitel, který akce organizuje a zajišťuje program podle aktuální situace ve třídě.

Oktávani také organizují maturitní ples, který se koná pravidelně v lednu a je zároveň imatrikulačním plesem nových primánů.

Pro vytváření pozitivního klimatu ve třídách a v celé škole má velký význam příprava a prezentace programu jednotlivých tříd na listopadové Akademii, na Vánočním jarmarku a na květnovém Majálesu (více viz poznámky u jednotlivých ročníků), jakožto celoškolských akcích, na kterých se podílejí žáci, učitelé a rodiče.

Dále podle dohody škola i jednotlivé třídy organizují charitativní akce, jejichž výtěžek putuje na různé účely. Škola například v rámci programu Adopce na dálku podporuje děti v Africe.

Na budování dobrých vztahů mezi žáky napříč třídami se podílejí výměnné a poznávací pobyty v zahraničí, které jsou zpravidla určené žákům napříč třídami.

Většina programů PP školy je financována ze zdrojů školy, případně rodiči. Na financování některých akcí se spolupodílí Klub rodičů.

**Během školního roku je možno PP upravovat a doplňovat podle aktuálních potřeb a situace.**

pro školní rok 2024/2025 vypracovala Pavla Kindermannová,  
metodička prevence