

Centrum primární prevence Spektrum



NABÍDKA PROGRAMŮ



Nabídka programů VPP a SPPS pro **I. stupeň ZŠ**

MOJE
BEZPEČÍ

KDO JSEM
A CO SMÍM

CO MI
(NE)PROSPÍVÁ

JAK SE
(NE)ROZDĚLIT

JAK BÝT
V POHODĚ

(NE)KLIKEJ
NASLEPO

Nabídka programů VPP a SPPS pro **II. stupeň ZŠ,**
1. ročník SŠ

JAK (SI)
NEUBLÍŽIT

CESTA
K TOLERANCI

POUTA
(NE)ZÁVISLOSTI

LÁSKA
(NE)BEZPEČNĚ

NADECHNI
SE

(NE)BEZPEČNĚ
NA NETU

(NE)HRAJEME
SI SPOLU

Nabídka programů SPPR pro I. a II. stupeň ZŠ, pro 1. ročník SŠ

PUZZLE

(NE)HLEDÁM
SVOU CESTU

CENTRUM PRIMÁRNÍ PREVENCE SPEKTRUM

Jsme certifikované zařízení poskytující komplexní a dlouhodobé programy primární prevence rizikového chování v třídních kolektivech ZŠ a SŠ v okresech Žďár nad Sázavou a Havlíčkův Brod. Již přes 20 let působíme v Kraji Vysočina a naším zřizovatelem je Kolpingovo dílo ČR., z. s.

Centrum primární prevence Spektrum si klade za cíl zkvalitňování a zefektivňování programů primární prevence pro jednotlivé školy a třídní kolektivy tak, aby každý program byl pro konkrétní třídu co nej přesněji realizován a reagoval na požadavky od třídních učitelů ve spolupráci se školním metodikem prevence. Programy primární prevence svým obsahem (např. změnou v názorech, v chování, v postojích) napomáhají v další výuce – žáci dokážou lépe přijímat informace, více spolupracují, naslouchají a dávají zpětnou vazbu.

Program všeobecné primární prevence (VPP) je určen třídním kolektivům, kde chceme předcházet vzniku a rozvoji rizikového chování v průběhu školní docházky. Program VPP má vždy dva bloky po 3 vyučovacích hodinách.

Programy selektivní primární prevence standardní (SPPS) a selektivní primární prevence rozšířený (SPPR) jsou určeny třídním kolektivům s obtížemi v oblasti vztahů a závislostí.

Program selektivní primární prevence standardní (SPPS) bude realizován v případech, kde má pedagog podezření na výskyt rizikového chování a chce zmapovat situaci nebo se ve třídě již rizikové chování v lehké formě vyskytuje. Může se jednat o např. narušené vztahy v třídním kolektivu, neschopnosti spolupráce mezi žáky, nevhodnou/ubližující komunikaci mezi žáky, další formy ubližování ve třídě. Dále se může jednat o experimentování nebo užívání návykových látek, a problematické chování v kyberprostoru. Program SPPS zahrnuje, stejně jako u VPP, vždy dva bloky po 3 vyučovacích hodinách.

Program selektivní primární prevence rozšířený (SPPR) bude realizován v případech, kdy již rizikové chování probíhá. V oblasti vztahů je cílem rozkrýt aktuální situaci ve třídě, v níž dochází nebo již došlo k posunu norem chování, řeší se vyčleňování jedinců z kolektivu, či naopak podpora nově příchozího žáka. Program představuje šanci společně přenastavit normy na zdravé a respektující a zajistit tak každému jednotlivci ve třídě podpůrné prostředí. V oblasti závislostí se jedná buď o prevenci látkové i nelátkové závislosti a eliminování už vzniklých dopadů. Program SPPR zahrnuje tři bloky po 3 vyučovacích hodinách.

CENTRUM PRIMÁRNÍ PREVENCE SPEKTRUM

Programy primární prevence probíhají ve dvou či třech setkáních během školního roku s jednou třídou. Jsou realizovány na základě Smlouvy o realizaci programu primární prevence mezi konkrétní školou a Centrem primární prevence Spektrum. Třídní učitel je povinen dle Smlouvy zaslat informace o třídním kolektivu ve vyplněném Dotazníku pro třídního pedagoga (viz příloha č. 1), jehož cílem je zjistit základní údaje o třídním kolektivu, ve kterém bude program probíhat, o případných specifických, požadavcích zájemce, aby v rámci přípravy programu mohli lektori lépe využít znalosti prostředí, do kterého s programem primární prevence vstupují a mohli nastavit program v souladu s potřebami zájemce. Programy probíhají v prostorách budovy školy.

Před začátkem každého programu proběhne rozhovor s třídním učitelem, se školním metodikem prevence, a případně s ředitelem školy. Setkání je směřované k předání doplňujících informací o programu od lektorů a pro další náměty ze strany třídního učitele, metodika prevence a popř. ředitele školy. Programu je vždy přítomen třídní učitel, který na program po skončení naváže následnou práci se třídou dle vlastního uvážení a dle doporučení lektorů ve spolupráci s školním metodikem prevence. V případě nepřítomnosti třídního učitele je programu přítomen jiný pedagog, se kterým je domluven stejný postup.

Konkrétní proces realizace programu v třídním kolektivu:

V první hodině, tedy v úvodu lektori s žáky vytvoří komunitní kruh, ve kterém probíhá celý program primární prevence. Proběhne seznámení se žáky, představení lektorů, průběhu programu a činnosti CPP Spektrum. Žáci jsou informováni o formě, obsahu a délce programu, včetně případných rizik. S žáky jsou vydefinována pravidla programu tak, aby byl program přínosný a bezpečný pro každého účastníka. Dále jsou žáci seznámeni se svými právy a informujeme je o způsobech, jak lze podat stížnost na kvalitu nebo způsob vedení programu.

Následuje úvodní technika, která je na uvolnění a navázání komunikace mezi lektory a žáky.

Druhá hodina programu podává informace k tématu, zodpovídají se dotazy od žáků, mapují se znalosti a dovednosti žáků k dané problematice, korigují se jejich informace, probíhá motivace k uvědomění si vlastního jednání. Vždy probíhá reflexe užitých technik a reflexe, kde žáci prezentují svoje názory a postoje k dané problematice.

Ve třetí hodině programu probíhají techniky na stmelení třídního kolektivu, týmovou spolupráci a efektivní komunikaci ve skupině. Na konci programu je zařazena technika se zaměřením na podporu sebevědomí, budování pozitivních vztahů v kolektivu a ocenění spolužáků.

Program končí ústní/písemnou zpětnou vazbou od žáků na program, která slouží k evaluaci programů a je směrodatná pro další spolupráci lektorů s daným třídním kolektivem. Následuje poděkování celé třídě, ocenění, motivace pro společnou práci třídního kolektivu, předání letáku s kontakty na Centrum primární prevence Spektrum pro další možnosti komunikace.

CENTRUM PRIMÁRNÍ PREVENCE SPEKTRUM

Úloha třídního/přítomného učitele v době realizace programu:

Pro přínosný a oboustranně příjemný průběh programu primární prevence nabízíme třídnímu/přítomnému učiteli tyto formy, jak se do programu zapojit:

1. **Pozorovatel** – třídní/přítomný učitel sedí mimo komunitní kruh, pozoruje a naslouchá žákům, má možnost vidět žáky v jiných situacích a pod vedením jiných pracovníků než při výuce.

2. **Účastník** – třídní/přítomný učitel sedí a aktivně se zapojuje v komunitním kruhu, podílí se na stejných technikách a aktivitách jako žáci, vyjadřuje své pocity a názory, má možnost si sám prožít něco nového a sblížit se se žáky.

V obou variantách je nezbytné písemné vyjádření třídního učitele k realizovanému programu a názorům žáků v dokumentu Zpětná vazba po programu od přítomného pedagoga (viz příloha č. 2).

Po programu se koná setkání s třídním/přítomným učitelem, školním metodikem prevence a případně s ředitelem školy. Jsou předány informace a poznatky o proběhlém programu primární prevence, o třídním kolektivu, možnosti řešení případných problémů v kolektivu a při zjištění rizikového chování jsou doporučeny postupy řešení v rámci Sítě návazné péče. Během programů a po jeho realizaci je možné dále poskytnout následující služby: individuální konzultace, e-mailové konzultace, situační intervence, odkaz do Sítě návazné péče. Dále je škole nabídnuta možnost prezentace programů pro sborovnu a pro rodiče v rámci třídnických schůzek atp.

Škole je následně zpracována Zpráva z jednotlivých programů primární prevence, která je zaslaná do 1 měsíce ode dne jeho provedení. Tato zpráva obsahuje cíl programu, realizované techniky, zpětné vazby od žáků, závěr a doporučení pro návaznou práci. Zpráva je škole předána prostřednictvím emailu kontaktní osobě.

Informujeme, že při programech primární prevence s cílovou skupinou jsou využívány metody a techniky práce s prvky interaktivních technik s důrazem na oboustrannou komunikaci: icebreakers (seznamovací a sblížovací hry), sebezpoznávací aktivity, prvky zážitkové pedagogiky, skupinové aktivity, řízená diskuse, prvky arteterapie, dramatizace, které nejsou tichá záležitost a je nutné akceptovat určitou míru hovoru a hlučnosti.

Výše uvedené je nezbytné pro zdárnou realizaci programu a návaznou práci pedagoga s třídním kolektivem.

Nabídka programů VPP a SPPS pro I. stupeň ZŠ

MOJE BEZPEČÍ:

Posílení zdravého jednání žáků ve třídě, prevence dětských úrazů, bezpečný kontakt s cizím člověkem. Podpora ohleduplného chování k sobě samému a ke svému okolí.

KDO JSEM A CO SMÍM:

Uvědomění si významu a důležitosti lidských práv a povinností; důraz je kladen na uvědomování si důsledků svého jednání a posilovat tak jejich odpovědnost za vlastní chování. Rozvoj respektu k odlišnostem druhých.

CO MI (NE)PROSPÍVÁ:

Podpora zdravého životního stylu a prevence závislosti u žáků. Cílem programu je předání informací o škodlivosti návykových látek, konkrétně o nebezpečí nikotinu a alkoholu. Formování postojů týkajících se zdravých návyků (stravování, pohyb, čerstvý vzduch) a dovedností, jak chránit své zdraví.

JAK SE (NE)ROZDĚLIT:

Program podporuje vrstevnické vztahy a kooperaci v kolektivu. Žáci reflektují fungování stávajících způsobů komunikace ve třídě a mají možnost si vyzkoušet produktivní způsoby řešení potenciálních problémů prostřednictvím asertivní komunikace a zaujetí zodpovědných postojů.

JAK BÝT V POHODĚ:

Podpora žáků k uvědomění si vlastní pohody a péče o duševní zdraví. Program se zaměřuje na sebepoznání, vnímání vlastních emocí. Vede žáky k sebeuvědomění – jak moje chování ovlivňuje mé vlastní zdraví a jak moje jednání ovlivňuje okolí.

(NE)KLIKEJ NASLEPO:

Osvojení si bezpečných vzorců chování při používání internetu a sociálních sítí, jak zodpovědně používat informační technologie. Prevence rizikové kyberkomunikace.

Nabídka programů VPP a SPPS pro II. stupeň ZŠ, 1. ročník SŠ

JAK (SI) NEUBLÍŽIT:

Cílem je rozvíjet vzájemné poznávání se žáků ve třídě; ovládnutí sociálních kompetencí, díky kterým dokážeme úspěšně a efektivně spolupracovat. Podpora vnímavosti ke svému okolí, rozpoznávání požadavků druhých lidí a vhodná reakce na ně.

CESTA K TOLERANCI:

Podpora pozitivního pojetí vlastní identity, vstřícné vnímání různorodosti. Uvědomění si vlastních limitů tolerance, jak první dojmy nebo negativní zkušenosti poznamenávají naše budoucí chování. Podpora schopnosti svobodně se rozhodovat a nést odpovědnost za své chování.

NADECHNI SE:

Program se zaměřuje na sebepoznání, vnímání vlastních emocí a potřeb. Posílení zdravotní gramotnosti a důležitosti duševního zdraví. Učí žáky zpracovávat a aktivně přistupovat k řešení situací, které přináší duševní nepohoda.

LÁSKA (NE)BEZPEČNĚ:

Cílem programu je podpora žáků otevřeně mluvit o lásce a o sexualitě. Podporuje otevřenou komunikaci a citlivost v partnerských vztazích, osvojení si vlastních hranic a vymezení se vůči druhým. Učí žáky zodpovědnosti v oblasti intimního života. Získání základních znalostí o možnostech přenosu viru HIV a ostatních pohlavně přenosných nemocí.

(NE)BEZPEČNĚ NA NETU:

Prohloubení znalostí žáků o bezpečném pohybu ve virtuálním světě. Uvědomění si příčin a důvodů, které vedou ke kyberšikaně. Rozvoj dovedností k zabránění vzniku kyberšikany. Prevence rizikové kyberkomunikace, navazování rizikových kontaktů přes sociální sítě.

(NE)HRAJEME SI SPOLU:

Nelátkové závislosti, netolismus, rizika nadměrného trávení času na internetu a sociálních sítích, nadměrného hraní počítačových her (gaming), on-line a kurzové sázky (gambling). Možnosti trávení volného času v off-line prostředí, naplňování potřeb, které vedou ke spokojenosti a umění zvládat stres.

POUTA (NE)ZÁVISLOSTI:

Prevence užívání návykových látek, uvědomění si dopadů experimentování, problémového užívání a rozvoje závislosti. Pozornost je věnována skupinám aktuálních návykových látek, jejich účinkům a rizikům. Seznámení s legislativním ukotvením návykových látek v rámci ČR. Představení adiktologických služeb v procesu léčby závislostí.

Nabídka programů SPPR pro I. a II. stupeň ZŠ, pro 1. ročník SŠ

PUZZLE:

Program selektivní prevence je určen třídnímu kolektivu, který prochází náročnou fází vývoje skupiny. Obsahem zmírňuje či zastavuje projevy rizikového chování ve třídách, kde jsou narušené vztahy a zajišťuje tím bezpečné prostředí pro žáky ve školním prostředí.

(NE)HLEDÁM SVOU CESTU:

Cílem programu je mapování zkušeností, znalostí a postojů žáků k problematice závislostí; podpořit uvědomění si rizikovosti daných situací běžného života a nastartování změny pro zaujetí zdravého postoje.

Cena programů školské primární prevence:

Cena programů školské primární prevence:

3.900,- /program všeobecné primární prevence

(tj. 2 bloky á 3 hodiny = 6 hodin + práce s třídním učitelem a školním metodikem prevence)

3.900,- /program selektivní primární prevence standardní

(tj. 2 bloky á 3 hodiny = 6 hodin + práce s třídním učitelem a školním metodikem prevence)

7.200,- /program selektivní primární prevence rozšířený

(tj. 3 bloky á 3 hodiny = 9 hodin + práce s pedagogickým sborem, rodiči, třídním učitelem).

V ceně všech typů programů je vždy zahrnuta:

- přímá práce dvou lektorů ve třídě
- celková příprava a realizace programu
- podpůrné rozhovory s pedagogy a případně s rodiči
- vypracování zprávy z programu poskytující konkrétní, avšak vůči jedincům vždy maximálně anonymizovaná doporučení pro návaznou práci s kolektivem
- pomůcky

K ceně programů VPP, SPPS i SPPR je připočítáváno cestovné, které činí 10,-Kč/km.

Vaše poznámky ...



Kontakty:

Kolpingovo dílo ČR z. s.

Centrum primární prevence Spektrum

Žižkova 300/1659101 ŽďárnadSázavou

mob: 774 419 047 e-mail: spektrum.prevence@kolping.cz

web: www.prevence.kolping.cz

FB: [@cppspektrum](https://www.facebook.com/cppspektrum) Instagram: [@cpp_spektrum](https://www.instagram.com/cpp_spektrum)

