

3. základní škola, Rakovník, Okružní 2331

Okružní 2331, 269 01 Rakovník



MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM

Prevence rizikového chování

Školní rok 2022 - 2023

ZÁKLADNÍ ÚDAJE O ŠKOLE

Název a adresa organizace	3. základní škola Rakovník Okružní 2331, 269 01 Rakovník
E-mail	skola@3zsraako.cz
telefon:	313 512 979
Zřizovatel	Město Rakovník

Jméno a příjmení ředitele	Mgr. Jan Křikava
E-mail	krikava@3zsraako.cz
telefon:	313 521 961

Jméno školního metodika prevence pro I. stupeň	Mgr. Radmila Mládková
E-mail	mladkova@3zsraako.cz
telefon:	313 521 979

Jméno školního metodika prevence pro II. stupeň	Mgr. Renata Filipová
E-mail	filipova@3zsraako.cz
telefon:	313 521 979

Jméno výchovného poradce	Bc. Petra Týčová
E-mail	tycova@3zsraako.cz
telefon:	313 521 979

Jméno výchovného poradce – kariérové poradenství	Mgr. Hana Sarová
E-mail	sarova@3zsraako.cz
telefon:	313 521 979

Jméno speciálního pedagoga	Mgr. Jolana Barnová
E-mail	barnova@3zsraako.cz
telefon:	313 521 979

Tabulka počtu tříd a žáků v jednotlivých ročnících k 1. 9. 2022

	třída A	třída B	třída C	třída D/RVJ	celkem
1. ročník	20	17	22	15	74
2. ročník	24	24	24	-	72
3. ročník	26	26	26	25	103
4. ročník	28	27	27	-	82
5. ročník	26	25	27	-	78
6. ročník	24	24	24	25	97
7. ročník	28	24	27	25	104
8. ročník	27	28	28	26	109
9. ročník	27	25	22	21	95

1. ÚVOD

Preventivní program školy je dlouhodobý dokument. Je součástí školního vzdělávacího programu, který vychází z rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání.

Úlohou primární prevence rizikového chování je předcházet rizikům a vlivům narušujícím zdravý osobnostní a sociální vývoj dětí a mládeže. Účinná prevence musí ovlivnit chování ve smyslu podpory zdraví. Minimalizuje, brání nebo snižuje výskyt rizikových forem chování. Efektivní prevence by měla zvyšovat schopnost žáků činit informovaná a zodpovědná rozhodnutí. Má mít dlouhotrvající přínos. Preventivní program je vodítkem pro žáky a pedagogické pracovníky školy a ve svém důsledku by měl vést k pozitivní změně klimatu školy s minimem kázeňských problémů a rizikového chování ve škole i mimo školu. Podílí se na něm všichni pedagogičtí pracovníci na podkladě svých povinností vycházejících ze školského zákona. Základním předpokladem k maximální účinnosti prevence je aktivní zapojení všech zúčastněných včetně oslovené veřejnosti.

2. Charakteristika školy

ÚPLNOST A VELIKOST ŠKOLY

3. základní škola, Rakovník, Okružní 2331 je úplnou školou s 9 postupnými ročníky. Na prvním i druhém stupni je zpravidla po třech až čtyřech paralelních třídách. Jsme jednou ze tří základních škol města Rakovník. Škola je umístěná v klidné části města. Nacházíme se na jeho jižním okraji, v sídlišti Zátíší. Dostupnost školy je zajištěná MHD a pravidelnými autobusovými spoji. Kapacita školy je 1000 žáků. V současné době vzděláváme kolem 814 žáků ve 33 třídách. 17 tříd na 1. stupni a 16 tříd na 2. stupni. Škola sdružuje základní školu, školní klub, školní družinu a školní jídelnu (ZŠ, ŠK, ŠD a ŠJ).

MATERIÁLNÍ VYBAVENÍ ŠKOLY

Škola je dobře vybavena učebnicemi a učebními pomůckami, při výuce různých předmětů je využíván výukový SW. Pro další studium a práci žáků i pedagogů je k dispozici dobře vybavená učitelská knihovna a dále mají žáci k dispozici pobočku dětského oddělení městské knihovny. Literatura, učebnice, učební pomůcky a výukový SW jsou průběžně doplňovány o nové. Na odborné učebny navazují kabinety a bohaté sbírky učebních pomůcek.

PROSTOROVÉ VYBAVENÍ ŠKOLY

Objekt 3. základní školy je tvořen 4 pavilony, které jsou propojeny spojovacími chodbami. Ve škole je 51 učeben z toho 12 odborných pracoven. V pavilonu A jsou kanceláře školy, šatny a třídy 2. stupně. V pavilonu B1 šatny a třídy 1. stupně. V pavilonu B2 šatny a třídy ŠD.

V pavilonu C školní klub, dílny, ŠJ a třídy 1. a 2. stupně. Součástí školy jsou dvě tělocvičny, sportovní areál, travnaté hrací zázemí pro ŠD a školní zahrada.

TECHNICKÉ VYBAVENÍ ŠKOLY

Jednou z priorit školy je postupná modernizace materiálního vybavení tříd a kabinetů. V tomto trendu chceme pokračovat tak, aby byly žákům a pedagogům vytvořeny optimální podmínky pro jejich práci.

Pro výuku nejen ICT, ale i dalších předmětů jsou určeny dvě učebny výpočetní techniky s 22 a 14 pracovišti, 1 učebna VT s 12 pracovišti ve školní družině, 4 učebny s interaktivní tabulí, studovna, 31 učeben s datovými projektory, všechny učebny jsou vybaveny učitelským počítačem s připojením na internet. V rámci zabezpečení moderních forem výuky byla ICT technika opět kvalitativně i kvantitativně posílena.

V učebnách 1. stupně jsou vytvořeny podmínky pro relaxaci a netradiční výuce. Kabinety vyučujících a sborovna jsou vybaveny PC, které jsou zapojené do sítě. Učitelé mají volný přístup na internet, používají tiskárny a kopírky.

Škola po technické stránce disponuje kvalitně vybavenými učebnami českého jazyka, výtvarné a hudební výchovy, fyziky, chemie, přírodopisu, zeměpisu, dílen, učebnou domácích nauk a keramickou dílnou.

V pavilonu C se nachází víceúčelové zázemí pro školní klub, který je určen pro žáky 4. až 9. tříd., kteří čekají na jiné aktivity v ZŠ nebo ZUŠ, nebo na linkové autobusy do okolních vesnic. Moderně je vybavená ŠD. Jednotlivé učebny jsou specifikovány pro různé činnosti.

3. Analýza současného stavu na škole

V naší škole jsou i žáci z problémových (rozvrácených, nefunkčních a se slabým sociálním zázemím) rodin, žáci uprchlíci a cizinci a žáci s rizikovým chováním. Snažíme se tyto žáky nasměrovat do volnočasových aktivit, školní družiny, školního klubu, zájmových kroužků, mimoškolních aktivit, více sledovat jejich činnost a pomáhat se začleněním těchto dětí. V letošním roce škola zaznamenala nárůst počtu žáků náležejícím k jiným národnostním menšinám. Tyto počty jsou ovlivněny politickým děním na Ukrajině, kdy do školy nastoupilo 70 dětí. Vzhledem k velkému počtu žáků z Ukrajiny, byla v letošním roce vytvořena pro ukrajinské prvňáčky první třída. Ostatní žáci z Ukrajiny jsou napříč všemi ročníky zařazeni do běžných tříd. Nutno podotknout, že tato situace nese zvýšené nároky na výuku. Mezi ostatními národnostmi převažuje vietnamská národnost. Na škole nejsou zastoupeni žáci z rodin hlásících se k romské národnosti. Ve škole se vzdělávají také žáci se specifickými vzdělávacími potřebami (poruchami učení, chování) a žáci nadaní.

4. Vymezení pojmů

Základním principem primární prevence rizikového chování u žáků je výchova k předcházení a minimalizaci rizikových projevů chování, ke zdravému životnímu stylu, k rozvoji pozitivního sociálního chování a rozvoji psychosociálních dovedností a zvládnání zátěžových situací osobnosti.

Specifická primární prevence

Zahrnuje aktivity a programy, které jsou zaměřeny specificky na předcházení a omezování výskytu forem rizikového chování žáků. Jedná se o:

- a) všeobecnou prevenci, která je zaměřena na širší populaci, aniž by byl dříve zjišťován rozsah problému nebo rizika,
- b) selektivní prevenci, která je zaměřena na žáky, u nichž lze předpokládat zvýšený výskyt rizikového chování,
- c) indikovanou prevenci, která je zaměřena na jednotlivce a skupiny, u nichž byl zaznamenán vyšší výskyt rizikových faktorů v oblasti chování, problematických vztahů v rodině, ve škole nebo s vrstevníky.

Nespecifická primární prevence

Zahrnuje veškeré aktivity podporující zdravý životní styl a osvojování pozitivního sociálního chování prostřednictvím smysluplného využívání a organizace volného času, například zájmové, sportovní a volnočasové aktivity a jiné programy, které vedou k dodržování určitých společenských pravidel, zdravého rozvoje osobnosti, k odpovědnosti za sebe a své jednání.

Primární prevence se prioritně zaměřuje vytváření dobrého klimatu ve třídě a skupině, především na programy pomáhající odolávat žákům sociálnímu tlaku zaměřené na zkvalitnění komunikace, osvojování a rozvoj sociálně emočních dovedností a kompetencí, konstruktivní zvládnání konfliktů a zátěžových situací, odmítání legálních a nelegálních návykových látek, zvyšování sebevědomí a sebehodnocení, posilování odvahy, stanovování realistických cílů, zvládnání úzkosti a stresu apod.

5. Cíle

Cíle preventivního programu vycházejí z preventivní strategie školy a reflektují aktuální situaci.

Dlouhodobé cíle – žáci, pedagogové, rodiče

- Prohlubování povědomí žáků školy o rizikovém chování a o jeho možných následcích.
- Prohlubování právního vědomí žáků (předpisy, zákony).
- Pečlivé sledování a odmítání protispolečenských jevů.
- Systematická výchova žáků ke zdravému životnímu stylu.

- Zkvalitnění komunikace mezi žáky navzájem a žáky s dospělými.
- Zapojení většího počtu učitelů do vzdělávání v oblasti prevence.
- Prohlubování spolupráce mezi I. a II. stupněm v oblasti prevence rizikového chování, v předávání informací o aktuálně řešených situacích v dané problematice.
- Zkvalitňování komunikace a spolupráce mezi školou a rodiči.

Střednědobé cíle – žáci, pedagogové

- Obohacení výuky programově zaměřenými projekty.
- Zlepšování týmové spolupráce mezi pedagogy a interpersonálních vztahů.
- Aktivní spolupráce s rodiči žáků.

Krátkodobé cíle – žáci

- Využívání třídnických hodin k práci s kolektivem (stmelování kolektivu, řešení problémů).

Aktivity specifické prevence ve spolupráci s externími subjekty

Pro školní rok 2022/2023 je plánovaná spolupráce se zástupci Policie ČR a zdravotnických zařízení a s dalšími externími subjekty zabývajícími se minimální prevencí.

Besedy, přednášky a praktické ukázky jsou naplánovány pro každou třídu, případně předmětovou skupinu (spojené skupiny v tělesné výchově). K využití se nabízí především hodiny OV, RV, TV, přírodopisu. Realizace těchto besed a přednášek probíhá dle aktuálních problémů, potřeb a na základě nabídek (v závislosti na časových možnostech např. Policie ČR). Termíny těchto programů ještě povětšinou nejsou stanoveny, a to především s ohledem na, aktuální epidemickou situace ve škole. Informace o programech i jejich ceně budou žákům sdělovány v průběhu školního roku.

- PČR
Besedy a přednášky s pracovníkem Policie ČR (ideální je využít hodiny OV, RV) Témata: šikana, tolerance, agresivita, násilné chování, návykové látky a rizika jejich zneužívání, trestní odpovědnost, kriminalita mládeže (návykové látky, šikana...).
- Zdravotnická zařízení
Besedy, přednášky a praktické ukázky jsou naplánovány pro každou třídu, případně předmětovou skupinu (spojené skupiny v tělesné výchově). K využití se nabízí především hodiny OV, RV, TV, přírodopisu.
Témata: první pomoc (přednáška, praktické činnosti), zdraví a návykové látky, poruchy výživy (anorexie, bulimie, diety), antikoncepce, pohlavní život, pohlavní choroby.

Aktivity nespecifické prevence

- třídnické hodiny – vytvoření vlastních pravidel soužití ve třídě, monitoring třídního učitele
- sportovní kurzy, soutěže a turnaje
- kurzy a soutěže s jinou než sportovní tematikou
- třídní výlety, exkurze
- schránka důvěry
- informační panel – pravidelná projekce
- školní družina a školní klub
- sběr
- environmentální výchova
- mimoškolní akce
- nástěnky, webové stránky
- divadelní představení
- zájmové kroužky
- skupinová práce ve třídě
- samostatná práce (výtvarné práce, koláže, slohové práce, referáty)
- dokumentární filmy s tématy prevence a následná reflexe
- osobní konzultace

6. Metody a formy práce využívané v průběhu celého školního roku

K preventivnímu působení využíváme především tradičních vyučovacích metod, ale každý rok se snažíme zapojovat nové další metody. Nejúčinnějším nástrojem prevence jsou metody zaměřené na zážitek a prožitek, které se nejefektivněji realizují při různých pobytových akcích.

Používané metody práce:

- diskuse
- vedení ke spolupráci
- psychosociální hry
- skupinové projekty
- zapojení žáků do školních soutěží a mimoškolních aktivit
- besedy s odborníky
- exkurze
- nabídka kulturních akcí
- videoprojekce
- dílčí preventivní programy a projekty
- volnočasové aktivity, kroužky, zájmové činnosti, sportovní aktivity

7. Zapojení primární prevence rizikového chování do výuky

MPP je realizován a jeho cíle naplňovány zejména v oblasti výuky, dále pak realizací besed, videoprojekcí, dílčích preventivních programů a projektů, volnočasových aktivit, kroužků, zájmových činností a sportovních aktivit.

Do vzdělávacího procesu jsou konkrétní témata minimální prevence zařazována v těchto oblastech:

- *Oblast zdravého životního stylu*
– výchova ke zdraví, osobní a duševní hygiena, zdravá výživa, pohybová aktivita
- *Oblast společenskovední*
– komunikace, sociální dovednosti
- *Oblast přírodovědná*
– biologie člověka, fyziologie, chemie
- *Oblast rodinné a občanské výchovy*
- *Oblast sociálně právní*
– právní aspekty rizikového chování, postoj společnosti ke společensky nežádoucím jevům, práva a povinnosti dítěte

Primární prevence v rámci vzdělávacího procesu – 1. stupeň

V 1. -5. ročníku žáky s problematikou rizikového chování seznamují třídní učitelky.

Jejich práce v oblasti rizikového chování je u dětí zaměřena na rozvíjení schopnosti komunikace, diskuse, řešení problémů a konfliktů v rámci třídního i mimotřídního kolektivu a na schopnosti vyjadřovat své názory v komunikativním kruhu třídy. Zároveň je snahou nabízet besedy a interaktivní hodiny s odborníky, aby si děti mohly vyzkoušet a ověřit své dovednosti a vědomosti v praxi.

S jednotlivými tématy se děti setkávají především v prvouce, já a svět, přírodovědě a vlastivědě. Při výuce lze využít různých metod, např. výklad, rozhovor, samostatnou práci, skupinovou práci, projektové vyučování, dramatickou výchovu. Jednotlivá témata budou vyučující s žáky plnit průběžně během školního roku.

Témata:

- kyberšikana
- kouření, alkohol, užívání drog, zneužívání léků - základní informace, zdravotní a sociální rizika spojená s kouřením, pitím alkoholu atd.
- odmítání návykových látek - umět říci „NE!“

- zdraví a jeho hodnota, zdravý životní styl
- na koho se obrátit, když mám problém, důležitá tel. čísla
- mezilidské vztahy, projevy lidské nesnášenlivosti, vzájemná pomoc
- Mám právo...- protiprávní jednání (šikana, násilí, zastrašování), jak se bránit
- Mám povinnost...- učení jako základní povinnost
- osvojování správných vzorců chování (ke spolužákům, učitelům, jiným osobám)
- osvojování způsobů a možností vyjádřit svá přání, názory a problémy
- volný čas a jeho využití
- tolerance odlišnosti lidí

Žák by měl na konci páté třídy umět:

- definovat rodinu jako zázemí a útočiště
- zvládat rozdíly v komunikaci s dětmi a dospělými
- mít základní sociální dovednosti
- umět se chránit před cizími lidmi
- mít základní zdravotní návyky
- umět si pozitivně zorganizovat svůj volný čas
- umět rozlišit léky a návykové látky
- znát informace o alkoholu, tabáku a dalších návykových látkách
- znát následky užívání návykových látek a umět tyto látky odmítat

Pravidelné aktivity specifické primární prevence rizikového chování ve škole

- *Prodloužené výlety s výukou – škola v přírodě*

Prodloužené výlety s výukou na naší škole patří již mezi tradiční akce pořádané pro děti na prvním stupni školy. Zúčastňuje se jich většina tříd prvního stupně a z každé třídy téměř všichni žáci. Tyto výlety jsou zaměřeny na výuku v netradičním prostředí, jsou využívány k praktickým ukázkám, poznávání přírodních zákonitostí. Velký důraz je kladen na vzájemnou spolupráci, toleranci a respektování se. Uskutečňují se většinou v zařízeních rakovnického okresu, kde si mohou žáci maximálně vychutnávat také přírodních krás. Organizačně je zajišťují třídní učitelky.

- *Informatika - Kyberšikana*

V rámci předmětu Informatiky jsou děti seznamovány s nebezpečím, které na ně číhá v kyberprostoru, jsou seznámeni s pojmem kyberšikana, jaké má znaky, co dělat, když jsou obětí kyberšikany.

Primární prevence v rámci vzdělávacího procesu – 2. stupeň

S tématy v oblasti minimální prevence se na druhém stupni pracuje zejména v předmětech občanská výchova, tělesná výchova, rodinná výchova, přírodopis, chemie, dějepis, český jazyk a literatura. K práci s tématy lze využít metod výkladu, samostatné práce, práce s médii, projektové vyučování, skupinové práce, hraní rolí, práce s materiálem, besed, přednášek apod.

Práce na druhém stupni je velmi náročná na koordinaci, tak aby byla probrána všechna témata, ale nedocházelo k jejich překrývání a přesycení žáků informacemi. Z toho důvodu jsou témata primární prevence rámcově rozvrstvena do jednotlivých ročníků. Rozdělení vychází ze zkušeností s převažujícím výskytem konkrétního rizikového chování v daném věku žáků a s načasování zařazení aktivní prevence.

Předpokládá se tedy, že všichni učitelé budou ve své práci se žáky v oblasti prevence tato témata rámcově dodržovat a využívat, aby bylo žákům během čtyř let jejich studia na druhém stupni předáno maximální množství znalostí a zkušeností z oblasti minimální prevence a zdravého životního stylu.

Ročníkové vymezení témat primární prevence:

6. ročník:

- šikana, tolerance, agresivita, násilné chování – v obecné rovině
 - co je a co není šikana, jak se bránit, přihlížení šikaně, kam se obrátit apod.
 - agresivní chování, jak se mu bránit, jak vyjádřit netoleranci vůči takovému jednání
 - sociální výchova, vztah k jiným kulturám, sociálním skupinám, národnostem
- psychické zdraví
 - jak o něj pečovat, respektování zájmů svých i ostatních
- první pomoc
 - teorie, praxe základní první pomoci, první pomoc v atypickém prostředí – kurzy, výlety

7. ročník:

- alkohol, kouření, návykové látky
 - návykové látky obecně, dělení drog
 - rizika držení a užívání alkoholu, drog a cigaret
 - umět odmítat
- fyzické zdraví
 - jak udržovat fyzické zdraví, možnosti pohybového vyžití v našem městě, škole..., tolerance různě handicapovaných jedinců

- vliv užívání škodlivých látek na lidský organismus (alkohol, cigarety, drogy – z lékařského hlediska)

8. ročník:

- šikana z pohledu trestní odpovědnosti
- životospráva
 - vhodná náplň volného času
 - zdravý životní styl
 - poruchy příjmu potravy (anorexie, bulimie, diety)

9. ročník:

- trestní odpovědnost, kriminalita mládeže
 - alkohol, drogy, šikana
 - násilné chování
- zdraví
 - škodlivé vlivy na zdraví jedince
- sexuální chování
 - antikoncepce, pohlavní život, rizika pohlavních nemocí, AIDS
 - sexuální zdrženlivost

Obecná témata prostupující všemi ročníky:

- ochrana zdraví
- rodina a její funkce pro zdravý rozvoj jedince
- osobní bezpečí, způsob chování v krizových situacích
- centra odborné pomoci
- komunikace
- mezilidské vztahy
- rozvoj sebepoznání a sebepojetí, rozvoj osobnosti, sebevědomí
- sociální výchova

Žáci by po ukončení ZŠ měli znát a umět:

- pojmenovat základní návykové látky, znát jejich účinky a negativní vliv na lidský organismus, umět odmítnout
- orientovat se v problematice závislosti, znát kontaktní místa
- znát svoje základní práva a povinnosti

- správně se rozhodovat
- zaujímat zdravé životní postoje
- orientovat se v problematice sexuální výchovy
- bránit se různým formám násilí, vědět, kde hledat pomoc
- zvládat základní sociální dovednosti

Pravidelné aktivity specifické primární prevence rizikového chování ve škole

- *Adaptační kurz*

Adaptační kurz „Go kurz“ se koná vždy na začátku září a je určen pro třídy šestého ročníku. Jeho cílem je nastavení pozitivního klima v nově utvořeném kolektivu, neboť žáci šestého ročníku se každý rok dostávají z již zaběhnutého kolektivu první až páté třídy do nového kolektivu, v důsledku odchodu žáků na osmileté gymnázium a vlivem slučování „zbylých“ žáků do nově formovaných tříd. S každou třídou jede jeho nový třídní učitel, který se zde s žáky seznamuje a poznává je. Organizačně ho zajišťuje školní metodik prevence.

- *Ročníkové práce*

Cílem tohoto projektu je v souladu se školním vzdělávacím programem, a především s požadavky na dnešního mladého člověka vytvoření jeho vlastního díla, zformování názorů a utřídění myšlenek, jež si žáci nakonec dokážou obhájit před komisí pedagogů, spolužáky i dalšími diváky. Organizačně ho zajišťuje Mgr. Tomáš Kressl ve spolupráci Mgr. Petra Steidla.

- *Sportovní kurzy*

Učitelé tělesné výchovy v rámci výuky pořádají pro každý ročník druhého stupně sportovní kurzy. V 6. třídě se koná kurz SPP (kurz sportů a pobytu v přírodě). Je to jednodenní kurz, který se uskutečňuje v průběhu září. V 7. třídě se koná LVVZ (lyžařský výchovně vzdělávací kurz). „Lyžáky“ jsou většinou plánované na sedm dní v průběhu ledna, popřípadě února. V 8. třídě se uskutečňuje na začátku října dvoudenní cyklistický kurz a v devátém ročníku žáci vyráží na konci školního roku na pět dní na kurz vodní turistiky. Tyto kurzy jsou u žáků velmi oblíbené, protože probíhají v netradičním a často náročném prostředí. Dochází zde k větší komunikaci a soudržnosti třídy. Organizačně je zajišťují vyučující tělesné výchovy.

- *Prodloužené výlety s exkurzí*

Na závěr školního roku připravují třídní učitelé pro své žáky prodloužené výlety s exkurzí. Tyto výlety jsou zaměřeny na poznání a upevnění kolektivu třídy v netradičním prostředí, jsou využívány k poznání méně známých míst. Důraz je zde kladen na vzájemném respektu,

toleranci a v neposlední řadě na spolupráci. Tyto vícedenní výlety se většinou uskutečňují v zařízeních rakovnického okresu.

○ *Společný projekt 1., 2. a 3. základní školy v Rakovníku*

Projekt je založen na pokračující vzájemné spolupráci mezi základními školami při výuce žáků v rámci volnočasových aktivit. Zájmové kroužky jsou nadále provozovány zejména v čase bezprostředně následujícím po skončení vyučování. Žákům poskytují možnost smysluplného naplnění volného času. Každá škola nabízí kroužky dle svých personálních a prostorových možností. Kroužky jsou zaměřeny s ohledem na poptávku žáků a rodičů. Projekt propojuje sportovní činnosti škol v jiné než soutěžní rovině, využívá odbornosti jednotlivých vyučujících v rámci širší cílové skupiny (žáci všech zúčastněných škol) a rozvíjí vzájemné vztahy mezi žáky daných škol. Na naší škole se uskutečňuje zájmový kroužek florbal (Mgr. Petr Zrubec), gymnastika (Mgr. Pavel Knapp) a badminton (Libor Laňka).

○ *Zábavně a netradičně k atletice a sportovním hrám*

Projekt je zaměřen na zábavnou a netradiční formu rozvíjení pohybových schopností a dovedností dětí z prvního stupně základní školy. Kroužek se koná 1x týdně a je zaměřen na činnosti, které seznamují děti se základy atletiky, sportovních her a zdravotní tělesné výchovy. Zařazovány jsou také koordináční a posilovací cvičení na zesílení vnitřního pohybového aparátu dítěte. Cílem projektu je nenásilně posilovat pohybový aparát a získat základní znalosti o pravidlech sportovních her, a i upevnit již získané dovednosti v atletice. Organizačně ho zajišťují Mgr. Tomáš Pavlíček.

○ *Veselé čtení, hraní a povídání*

Veselé čtení, hraní a povídání vzniklo jako alternativní dramatický obor pro nejmenší děti základní školy prvního stupně. Pro tento věk je typický zájem o kreativní činnosti. Děti jsou ještě bez konvenčních bariér, a tak se s nimi velice dobře pracuje. Největší zájem z jejich strany je o klasické hraní na jevišti spolu s výstupem pro veřejnost. Osvědčilo se pravidelné propojení s tematickým malováním či kresbou a propojení pohybu spolu s hudbou. Děti se v průběhu celého roku učí spolupracovat, vystupovat před publikem, kultivovaně mluvit a osvojují si základy divadelního umění. Veselé čtení, hraní a povídání tak významně přispělo k všestrannému rozvoji jejich osobnosti. Organizačně ho zajišťuje Mgr. Julie Kolocová.

○ *Divadelní soubor Janek*

JANEK je divadelní soubor působící již mnoho let při naší škole. Je nepovinným předmětem, určeným přednostně pro děti druhého stupně. Výuka probíhá každý týden ve dvou hodinách odpoledne v prostorách školy, nebo v DDM park, kde se každoročně, zpravidla na konci

školního roku, hraje představení pro spolužáky i širší veřejnost. Organizačně ho zajišťuje Mgr. Julie Kolocová.

Spolupráce s rodiči

Jedním z důležitých kroků pro zajištění efektivity preventivního programu je informovanost rodičů žáků. Ta je zajištěna formou webových stránek školy, třídních schůzek, případně individuálních pohovorů a Školskou radou. Rodiče jsou seznámeni na začátku školního roku s MPP v rámci třídních schůzek. Dále jsou rodičům nabídnuty konzultační hodiny třídních učitelů, výchovného poradce, školního metodika prevence.

- *Slavnostní uvítání žáků 1. ročníku ve škole*

Velmi milou tradicí se na naší škole stalo slavnostní vítání prvňáčků v tělocvičně naší školy. Před osmou hodinou si paní učitelky na prostranství před školou vyzvednou své žáčky, aby společně poprvé prošli vstupními dveřmi školy. Společně s rodiči a dalšími příbuznými se přemístí do tělocvičny, kde je již očekávají žáci devátých ročníků k slavnostnímu přijetí. Děti obdrží stužku a pamětní list, jako vzpomínku na první den ve škole.

- *Slavnostní předávání vysvědčení žákům 1. tříd*

Zažitou tradicí se na naší škole stalo slavnostní předávání vysvědčení žákům 1. tříd. Předávání probíhá v sále základní umělecké školy za početné účasti nejen rodičů, ale i babiček a dědečků. Slavnostní předávání probíhá jednou ročně, a to na konci školního roku. Žáci zde završí své snažení v prvním roce školní docházky. Vysvědčení předávají paní třídní učitelky a žáci obdrží drobný dárek z rukou pana ředitele. Při předání nechybí slova chvály, ale ani rady, kde přidat nebo v čem naopak ubrat.

- *Den otevřených dveří „Dveře dokořán“*

Den otevřených dveří je spojen se začátkem jara, kdy máme možnost přivítat děti a rodiče na prohlídce školy. Tato akce je určena zejména pro budoucí prvňáčky a jejich rodiče. Jsou zde ve vestibulu školy předávány základní informace a poté návštěvníci mohou samostatně nebo s průvodcem vydat na prohlídku školy. Dětem je prohlídka zpestřena plněním rozličných úkolů. Průvodcovské role se ujímají žáci devátých ročníků, kteří v průběhu dne zodpovídají celou řadu dotazů. Návštěvníci mají možnost navštívit některou z tematicky zaměřených vyučovacích hodin, které probíhají jak na prvním, tak na druhém stupni. Ve školní jídelně je připraveno drobné občerstvení. Poté mají návštěvníci možnost se seznámit se školní družinou, kde se mohou odreagovat při různých hrách. Prohlídka je zakončena ve vestibulu školy, kde každý malý účastník získá malou odměnu.

- *Družinové zábavní odpoledne*

Velmi oblíbenou akcí se na naší škole stalo družinové zábavní odpoledne. Akce probíhá na školní zahradě, kde je pro rodiče a ostatní členy rodiny připraven bohatý program. Rodiče tak mají možnost strávit se svými dětmi krásné odpoledne. Děti se na tuto akci velmi pilně připravují a pro své rodiče nacvičují velké množství ukázek. Poté je pro všechny připraveno občerstvení.

- *Vánoční jarmark*

Ve spolupráci se Základní uměleckou školou a za podpory města Rakovník je tradičně pořádán ve dvoře pře ZUŠ vánoční jarmark. Pro všechny návštěvníky je zde připraveno několik prodejních stánků s vánoční tematikou a připraven koncert. Žáci naší školy v rámci předmětu vedení domácnosti a pracovních činností připravují výrobky z přírodních materiálů, které poté v jednom ze stánků prodávají. Další zastoupení má škola s prodejním stánkem školní družiny a klubu. Akce je velmi hodně navštěvována jak žáky naší školy, tak širokou veřejností.

- *Schůzka pro rodiče žáků 9. ročníků*

Tradicí se na naší škole stala informativní schůzka pro rodiče žáků 9. tříd. Rodičům jsou zde poskytnuty upřesňující informace o přijímacím řízení na střední školy a učební obry. Jsou jim představeny nabídky a možnosti jednotlivých střeňích škol.

Spolupráce s organizacemi a institucemi

Pro školní rok 2022/2023 je plánovaná spolupráce se zástupci Policie ČR a zdravotnických zařízení a s dalšími externími subjekty zabývajícími se minimální prevencí.

Besedy, přednášky a praktické ukázky jsou naplánovány pro každou třídu, případně předmětovou skupinu (spojené skupiny v tělesné výchově). K využití se nabízí především hodiny OV, RV, TV, přírodopisu. Realizace těchto besed a přednášek probíhá dle aktuálních problémů, potřeb a na základě nabídek (v závislosti na časových možnostech např. Policie ČR). Termíny těchto programů ještě povětšinou nejsou stanoveny, a to především s ohledem na aktuální epidemickou situaci ve škole. Informace o programech i jejich ceně budou žákům sdělovány v průběhu školního roku.

- *Rada rodičů při 3. ZŠ Rakovník*

Na škole působí jako samostatný právní subjekt Rada rodičů při 3. ZŠ Rakovník. Rada rodičů řídí spolu s třídními důvěrníky a s třídními učiteli třídní schůzky. Spolupráce školy s Radou rodičů je velmi dobrá a spočívá především v těchto oblastech:

- termíny třídních schůzek a jejich náplň
- vybavení školy učebními pomůckami
- stravování žáků a možnosti jeho zlepšování
- schválení příspěvku rady rodičů pro žáky školy
- na odměny žákům
- sociální podpora žáků
- příspěvky na kulturní akce
- příspěvky na sportovní akce
- příspěvky na pitný režim
- příspěvek na učební pomůcky
- Autoškola TEMPO

Každoročně škola ve spolupráci s Autoškolou Tempo pořádá akci na dopravním hřišti. Zde jsou dětem představeny nejčastější a největší přestupky, kterých se chodci a cyklisti, jako účastníci silničního provozu, dopouštějí. Děti si zopakují dopravní značky, které se chodců a cyklistů týkají. Poté se děti na dopravním hřišti získané teoretické znalosti ověří na cvičném hřišti. Část dětí představuje chodce a část jezdí na kolech. Poté se skupiny vystřídají.

8. Evaluace MPP za školní rok 2021/ 2022

Školní rok byl částečně ovlivněn pandemickými opatřeními k omezení šíření COVID 19. Ve škole se podařilo uskutečnit několik preventivních programů. Základní cíle programu minimální prevence v oblasti rizikového chování jsou uspokojivě plněny. Žáci jsou svými učiteli vedeni k odmítání všech protispolečenských jevů. Všechny konflikty jsou bezodkladně řešeny. Úspěšně se daří vést žáky k ekologickému způsobu života, k péči o fyzické, psychické i sociální zdraví. Žákům je poskytováno zázemí k trávení volného času v prostorách školy velmi dobrým způsobem, nabídka volnočasových aktivit je přiměřená.

Uskutečněné projekty a programy, jejich průběh a vyhodnocení

- Adaptační kurz

Adaptační kurzy na naší škole patří již mezi tradiční kurzy, kterých se účastní všichni žáci šestých tříd. Budování a posilování pozitivních vazeb v rámci třídního kolektivu je základem dobré spolupráce v příštích letech. Jejich význam vystihuje i zájem Města Rakovníka, které finančně tyto projekty podporuje.

Prostředí rekreačního a sportovního střediska Pod kempem v Jesenici u Rakovníka nabízí ideální prostředí, kde mohou žáci plnit úkoly různorodých aktivit, seznamovat se mezi sebou, poznávat svoje silné i slabé stránky. Velký důraz je kladen na vzájemnou pomoc, toleranci a respektování se.

V měsíci září jsme uspořádali dva kurzy pro čtyři třídy. První z kurzů proběhl od 6. 9. do 8. 9. 2021, druhý v termínu od 8. 9. do 10. 9. 2021. Adaptačního kurzu se v prvním termínu zúčastnilo 49 dětí a v druhém termínu 41 dětí. Třídy jezdí v doprovodu svých „nových“ třídních učitelů, kteří jsou po celou dobu jejich pomocníkem a motivátorem. Kurz je odborně veden zkušenými animátory, kteří dětem připravují vhodné aktivity.

- Veselé čtení, hraní a povídání

20. 9. 2022 zahájil činnost zájmový dramatický kroužek pod vedením Mgr. Julie Kolocové, který je určen pro žáky prvního stupně. Po celý rok naši nejmenší pilně četli, hráli a povídali si. Závěrečným výstupem kroužku bylo představení (kombinace loutek a herců) dětí. Tohoto kroužku se v loňském roce účastnilo 10 dětí.

- Ročníkové práce

V červnu proběhly obhajoby „Ročníkových prací“. Akce se tedy stala na naší škole již tradicí. Žáci devátých ročníků si na podzim vybírají z nabídky témat od učitelů – vedoucích prací – či si vymýšlejí svá témata, jež poté až do jara za pomoci právě vedoucích zpracovávají. Na jaře své práce před komisí z učitelů prezentují a obhajují. Ve školním roce 2021/2022 připadly obhajoby na týden od 16. do 19. května.

Jako obvykle se po obhajobách komise dohodla, zda práce žáků byla úspěšná, nebo ne a tuto informaci sdělila žákům. Následně se poradila nad závěrečným hodnocením jak ročníkové práce, tak její obhajoby. Slavnostním vyhlášením se uskutečnilo poslední školní den, kde byly předány žákům diplomy s hodnocením.

V loňském školním roce se ročníkových prací zúčastnilo 103 žáků. Práce byly z nejrůznějších oborů, od přírodních věd a různých koníčků až k umění. Velice oblíbená jsou mezi žáky témata, týkající se sportu. Rozšířený zájem našich žáků o sportovní činnost nás v současné době také pochopitelně těší. Mezi témata s preventivním charakterem můžeme jmenovat: Šikana, Kyberšikana, Antidepresiva, Projekt Středník. Naši žáci nám opět většinou hezky předvedli, co vše dokáží, v čem vynikají, či v jakém oboru dokáží vytvořit víceméně samostatné dílo. Za to je pochopitelně rádi pochválíme a jsme na ně patřičně hrdí.

- Kurz vodní turistiky

V týdnu 13. 6. – 17. 6. 2022 jsme jako každý rok vyjeli s našimi „deváťáky“ na vodu. Na vodu vyjelo celkem 83 žáků. Na kurzu se žáci učí vlastnímu pohybu na vodě (technika jízdy, ovládání lodě), kulturně poznávací činnosti spojené s poznáním bezprostředního okolí řeky a odborně – technickým dovednostem pro nejnужnější opravy a zajištění lodě. K táboření využíváme vlastní stany, které stavíme v kempech v okolí řeky Vltavy. Vaření si žáci zajišťují sami. Při vodní

turistice se klade hlavní důraz na snídani a večeře. Na dobu jízdy je nutné připravit jednu nebo více menších svačin, sestávající z trvanlivých potravin. Pitný režim by měl odpovídat celodennímu fyzickému výkonu, pobytu na vzduchu a slunci. Hlavním jídlem bývá večeře buď jako součást programu uvařená vlastními prostředky nebo jako stravování v restauracích.

- Cyklo-turistický kurz

V loňském školním roce jsme uspořádali pro naše žáky dva termíny cyklistických kurzů. Oba se uskutečnily na začátku října. První na svůj „cyklisták“ vyjely třídy 8.A a 8.B, které jely v termínu 4. – 6. 10. 2021 do nedaleké chatové osady Višňová. Druhý kurz se konal v termínu 6. – 8. 10. 2021 a absolvovaly ho dvě třídy 8.C a 8.D. Tyto třídy si také projely krásy křivoklátských lesů a vydaly se do Šlovic.

- LVVZ

Lyžařský výcvik je součástí vyučování tělesné výchovy. Plní cíle vzdělávací, výchovné, zdravotní a zotavné. Žáci se ho zúčastní po jednotlivých třídách. Celkový počet žáků účastnících se kurzu bylo 88. Žáci se po celou dobu kurzu učí lyžařským dovednostem podle své úrovně. Začátečníci se věnují základním lyžařským dovednostem od nošení lyží, přes základní postoj na lyžích, po základy kročňích oblouků. Zatímco pokročilejší pilují základní oblouky, vylepšují si svoji techniku a učí se nebo zdokonalují carvingový oblouk. Všichni žáci si během kurzu vyzkouší základy běžeckého lyžování. Na kurzu se žáci dozvídají důležité informace a zajímavosti v tématech bezpečnost na horách, výstroj a výbava na hory, carving, atd. Během kurzu si vyzkouší i zimní radovánky jako např. snowtubing a různé zimní hry a zkusí si, jaké je si připravit večerní zábavný program pro své spolužáky. Lyžařské kurzy jsou u žáků velmi oblíbené a mají velký vliv na utužování třídního kolektivu.

- Vlakový program Revolution Train

Naše škola se již tradičně zúčastnila vlakového programu Revolution Train, který prostřednictvím zážitkové pedagogiky, moderních technologií a zapojením lidských smyslů působí na děti. Snahou programu je inspirovat děti k pozitivním životním volbám a společenské odpovědnosti. Cílem programu je žáky odradit od experimentování s legálními návykovými látkami, tj. cigarety a alkohol, popř. oddálit věkovou hranici prvního užití. Dále program představuje mechanismy manipulace, kterými drogová závislost vzniká, jak pokračuje a k jakým vede důsledkům. Programem provází zkušený lektor, který výklad a interakce přizpůsobuje věkové kategorii žáků.

V loňském školním roce se uskutečnily dva programy. 16.9.2021 programu zúčastnili žáci šestých ročníků v celkovém počtu 85. V druhém termínu 30.5.2022 program navštívil 75 žáků sedmých ročníků.

- Nebezpečí v kyberprostoru

Pro žáky třetích ročníků jsme ve spolupráci křesťanskou organizací ABATOP z.s. a lektorem Mgr. Vladimírem Váchou připravili několik přednášek (Nebezpečí v kyberprostoru, Nemoc jménem šikana, Přátelství, láska...a tak trochu sex). První přednáška byla se zaměřením na nebezpečí v kyberprostoru – kyberšikana, grooming, sexting, sociální sítě. Přednáška byla zaměřena na popis jednotlivých typů rizik na internetu, konkrétní kazuistiku, způsoby obrany. Tohoto programu se zúčastnilo celkem 71 žáků.

- Nemoc jménem šikana

V rámci primární prevence byla pro žáky sedmých ročníků připravena beseda na téma šikana. Žáci se seznámili s tím, co je šikana, jak vzniká, stádia vývoje, koho ohrožuje, jak se jí bránit. Psychologické, sociální a osobnostní dopady šikany. Druhy šikany (verbální, kontaktní, kyberšikana, sexuální násilí atd.). Beseda byla koncipována do dvou vyučovacích hodin a zúčastnilo se jí celkem 94 žáků. Beseda byla vedena zkušeným lektorem Mgr. Vladimírem Váchou a vzhledem k množství dotazů se setkala s velkým ohlasem.

- Přátelství, láska...a tak trochu sex

Pro žáky osmých ročníků jsme připravili besedu Přátelství, láska...a tak trochu sex. Beseda bylo opět vedena zkušeným lektorem Mgr. Vladimírem Váchou. Přednáška se skládala ze dvou bloků. V prvním byla řeč o principech budování kvalitních přátelství, ale i partnerských vztahů, kritériích na výběr partnera, rizikových faktorech atd. Ve druhém bloku bylo více rozebírána rozdílnost sexuality muže a ženy z biologického a psychologického hlediska, vývoj intimity ve vztahu, etapy budování vztahu, zdravý přístup k sexuálnímu životu. Programu se zúčastnilo celkem 81 žáků.