

**Minimální preventivní program na školní rok
2025/2026 pro Obchodní akademii Olomouc**

Školní rok: 2025/2026

Obchodní akademie, Olomouc, tř. Spojenců 11, Olomouc

Metodik prevence rizikového chování: Ing. Ivana Inwaldová

Výchovný poradce a kariérový poradce: Mgr. Iveta Procházková

Minimální preventivní program vypracovává metodik prevence ve spolupráci s výchovnou poradkyní a ředitelkou školy. Oblast týkající se prevence zachycuje i školní řád školy.

V Olomouci dne 1. 9. 2025

I. Cíle

Základním principem školní strategie primární prevence je výchova žáků ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování a harmonickému rozvoji osobnosti. V tomto smyslu vedou pedagogové a odborní pracovníci důsledně a systematicky žáky k osvojování norem mezilidských vztahů založených na demokratických principech, respektujících identitu a individualitu žáka, a rozvíjejí zejména pozitivní mezilidské vztahy a úctu k životu druhého člověka, humánní a tolerantní jednání, jednání v souladu s právními normami a s důrazem na právní odpovědnost jedince.

Primární prevence sociálně patologických jevů je u žáků zaměřena na:

a) předcházení zejména následujícím rizikovým jevům v chování žáků:

- záškoláctví,
- šikana, rasismus, xenofobie, vandalismus,
- kriminalita, delikvence,
- užívání návykových látek (tabák, alkohol, omamné a psychotropní látky – dále jen „OPL“) a onemocnění HIV/AIDS a dalšími infekčními nemocemi souvisejícími s užíváním návykových látek,
- závislost na politickém a náboženském extremismu,
- netolismus (virtuální drogy – např. televize, video, počítačové hry, mobilní telefon, internet) a patologické hráčství (gambling),

b) rozpoznání a zajištění včasné intervence zejména v případech:

- domácího násilí,
- týrání a zneužívání dětí, včetně komerčního sexuálního zneužívání,
- ohrožování mravní výchovy mládeže,
- poruch příjmu potravy (mentální bulimie, mentální anorexie).

Aktivity školy jsou cíleně směřovány k efektivní primární prevenci a eliminaci aktivit z oblasti neúčinné primární prevence:

1. Nespecifická primární prevence – 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.

2. Specifická primární prevence – aktivity a programy, které jsou zaměřeny specificky na předcházení a omezování výskytu jednotlivých 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 zvýšenou hrozbu 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.

3. Efektivní primární prevence – kontinuální a komplexní programy, interaktivní programy, především programy pomáhající čelit žákům sociálnímu tlaku, zaměřené na zkvalitnění komunikace, nenásilné zvládání konfliktů, odmítání návykových látek, zvyšování zdravého sebevědomí, zvládání úzkosti a stresu apod.

Třídní učitelé i ostatní pedagogičtí pracovníci, včetně školní metodičky prevence a výchovné poradkyně se vyhýbají neúčinné primární prevenci:

- a) zastrasování, citové apely, pouhé předávání informací, samostatně realizované jednorázové akce, potlačování diskuse,
- b) hromadné aktivity nebo promítání filmu by měly být pouze doplňkem, na který by měl vždy navazovat rozhovor v malých skupinkách.

II. Analýza současného stavu

Ve škole velmi dobře funguje monitorovací systém rizikového chování žáků.

Spočívá v odhalování nežádoucích projevů chování našich žáků ve školním i mimoškolním prostředí (šikana, intolerance, agresivita, neprospěch, záškoláctví, alkohol a kouření, jiné závislosti, slabý prospěch, neplnění studijních požadavků, ničení školního majetku, pozdní příchody a další drobná porušování školního řádu).

Je založen na spolupráci školní metodičky prevence s výchovnou poradkyní, třídními učiteli, ostatními pedagogickými i nepedagogickými pracovníky školy a zástupci Studentské rady. Cílem tohoto systému je podchytit problémové žáky a pomoci jim v řešení jejich rizikového chování tak, aby nedocházelo k vyhrocení konfliktních situací a k narušování optimálního sociálního klimatu ve třídě či škole.

Školní metodička prevence zpracovává evidenci výskytu rizikového chování ve škole. Podle závažnosti jednotlivých případů postupuje podle krizových scénářů doporučených metodickými pokyny MŠMT a úzce spolupracuje s vedením školy. Závažnější případy konzultuje s odborníky.

Na škole se provádějí ankety žáků na různé aktivity a rozhovory se žáky, což slouží jako výborná zpětná vazba při uskutečňování MPP.

Na velmi vysoké úrovni je spolupráce s odborníky z regionální pedagogicko-psychologické poradny, kteří zajišťují odborná vyšetření jednotlivých žáků, sociometrická vyšetření třídních kolektivů s následnou terapií pro jednotlivce, skupiny i celé třídy.

Před odjezdem na vícedenní akce (adaptační, ekologické, sportovní a lyžařské kurzy, exkurze a zahraniční výměnné pobyty) podepisují žáci prohlášení, v němž se zavazují, že nebudou porušovat školní řád užíváním návykových látek (tabák, alkohol, omamné a psychotropní látky).

III. VLASTNÍ PROGRAM

1. Koordinace preventivních aktivit ve škole

- odpovídá garant programu a jeho spolupracovníci,
- za koordinaci preventivních aktivit ve škole odpovídá školní metodička prevence (dále jen ŠMP) Ing. Ivana Inwaldová,
- ŠMP se podílí na přípravě MPP (minimálního preventivního programu) a jeho realizaci ve škole,
- ŠMP spolupracuje s výchovnou poradkyní, kariérovou poradkyní, třídními učiteli a ostatními pedagogy, metodikem prevence v Pedagogicko-psychologické poradně, s odborníky a institucemi zabývajícími se problematikou rizikového chování žáků, □
- ŠMP seznamuje ředitelku školy s aktualizovaným programem, ředitelka je garantem Minimálního preventivního programu

2. Propagace

- seznámení pedagogického sboru s filozofií MPP a jeho zaangażování do jeho realizace,
- ŠMP informuje sbor na pedagogické radě o hlavních přístupech aktualizovaného Minimálního preventivního programu a zaangażování pedagogů do jeho realizace,
- ŠMP zajišťuje předání Minimálního preventivního programu nastupujícím kolegům a jejich aktivní zapojení do programu primární prevence.

3. Spolupráce s odborníky a organizacemi

Poradenské služby ve spolupráci s výchovným poradcem a školní metodičkou prevence zajišťují odborníci a instituce zaměřené na prevenci:

- regionální pedagogicko-psychologická poradna Olomouc,
- nízkoprahová zařízení (K-centrum Olomouc),
- P-centrum,
- Fond ohrožených dětí (linka důvěry),
- Policie ČR, Městská policie,
- lékaři, pediatři, psychiatři, logopedi
- KÚ, odbor školství

4. Vzdělávání pedagogů

Další vzdělávání pedagogických pracovníků zajišťuje řada institucí.

Školní metodička prevence koordinuje vzdělávání pedagogických pracovníků školy v oblasti prevence rizikového chování, zajišťuje a předává odborné informace o problematice rizikového chování, o nabídkách programů a projektů, o metodách a formách specifické primární prevence pedagogickým pracovníkům školy.

5. Metody práce

Při realizaci školního preventivního programu budou využívány tradiční metody a formy práce, které se osvědčily:

- **výklad** (informace o návykových látkách, sektách...),
- **besedy s učiteli nebo pozvanými odborníky, diskuse,**
- **debatní kluby** (žáci debatují nad současnými ožehavými společenskými problémy),
- **samostatné práce žáků** (výtvarné práce, koláže, slohové práce na určená témata, referáty, práce s tiskem, publikování ve školním časopise a regionálních novinách, využití internetu),
- **adaptační kurzy pro nastupující žáky** (využívají i prvky metod aktivního sociálního učení - komunikace, asertivita, řešení konfliktů, reflexe, autoevaluace, sociální hry, hraní rolí, obhajoba určitého názoru, trénování způsobu odmítání...),
- **exkurze**, výměnné zahraniční pobyty, sportovní soustředění, sportovní a lyžařské kurzy,
- **párová a skupinová práce ve třídě,**
- **individuální přístup k žákům, konzultace učitelů, pomoc žáků při učení a moderní metody učení** pomáhají při předcházení neprospěchu žáků a při řešení náročných životních situací žáků,
- **osvětová a poradenská činnost výchovného poradce a školní metodičky prevence.**

6. Metodické, učební materiály a další pomůcky

- odborná literatura, časopisy pro žáky, pedagogy i rodiče, propagační materiál jsou k dispozici ve školní knihovně a v odborných knihovnách výchovné poradkyně a školní metodičky prevence,
- nástěnky školní metodičky prevence v přízemí školy,
- konzultační hodiny školní metodičky prevence, výchovné poradkyně a kariérové poradkyně a dalších pedagogických pracovníků,
- schránka důvěry,
- využití internetu a informací na webových stránkách školy (www.oaol.cz).

7. Aktivity v oblasti primární prevence rizikového chování

V tomto školním roce bude věnována zvýšená pozornost zejména těmto aktivitám:

- aktivitám zaměřeným na poskytování informací žákům v rámci Školního výchovně-vzdělávacího programu,
- poskytování informací týkajících se zdraví, zdravého životního stylu a primární prevence rizikového chování žáků (neomluvené hodiny, záškoláctví, agresivita, vulgarismy, šikana, alkohol a kouření na školních akcích atd.),
- nabídce široké škály nepovinných předmětů a volnočasových aktivit, které jsou realizovány ve škole i v mimoškolní oblasti,
- programům aktivního sociálního učení, které využívají skupinových forem práce a vycházejí z předpokladu, že většina výchovných problémů a konfliktů souvisí zejména s kvalitou mezilidských vztahů,
- učebním stylům a umění učit se, a tím předcházet neprospěchu žáků především u nově přichozích žáků (zajišťují třídní učitelé ve spolupráci s výchovnou poradkyní na třídnických hodinách),

- programu péče o nadané žáky a žáky se specifickými vývojovými poruchami učení a chování, i zdravotním handicapem, kteří jsou integrováni do výchovně vzdělávacího procesu do běžných tříd a studují dle individuálních vzdělávacích plánů,
- osvětové a poradenské činnosti poskytované přímo ve škole nebo ve spolupráci s odborníky nebo specializovanými zařízeními, zejména s pedagogicko-psychologickou poradnou.

8. Volnočasové aktivity

Škola realizuje řadu jednorázových či pravidelných aktivit cíleně zaměřených na smysluplné využívání volného času. K dlouhodobé tradici školy patří Adaptační prožitkové kurzy, lyžařské zájezdy a kurzy.

Škola nabízí žákům širokou škálu nepovinných kroužků:

- volejbal,
- floorbal,
- basketbal,
- fotbal,
- vedení školního časopisu,
- kroužky účetnictví.

Všichni žáci mají možnost během studia absolvovat:

- zájezdy do divadel,
- lyžařské a sportovní kurzy
- výměnné a poznávací zájezdy do zahraničí,
- prožitkový adaptační kurz,
- školní výlety,
- ekologické a zeměpisné akce,
- sportovní turnaje (volejbal, basketbal, floorbal, fotbal),
- nepovinná francouzština, němčina, ruština, španělština,
- zájezdy do Londýna,
- zdokonalování se v programu ZAV.

V případě potřeby využívá výchovná poradkyně či školní metodička prevence služeb pedagogicko-psychologické poradny v Olomouci, popř. jiných institucí, které se zabývají problematikou primární prevence.

Škola je zapojena do řady projektů a mnohé z nich sama realizuje. Projekty jsou dotovány MŠMT, KÚ Olomouckého kraje a dalšími institucemi (viz. výroční zpráva školy).

9. Řešení přestupků

- obsahuje Školní řád (<http://www.oaol.cz>):

1. **Docházka do školy, omlouvání** – bod č. 3 Školního řádu OA Olomouc
2. **Podmínky zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví žáků** – bod 5.13 a 5.15 Školního řádu
 - **Opatření k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a povinnosti žáků s nimi spojené:**

- Konzumace alkoholu ve škole a na školních akcích je zakázána bez výjimky i zletilým žákům po celou dobu studia. Toto ustanovení se vztahuje i na všechny akce pořádané ve spolupráci se školou.
- Užívání omamných a psychotropních látek je zakázáno bez výjimky.

3. **Výchovná a kázeňská opatření při porušení Školního řádu – bod č. 7**

Se školním řádem a sankcemi za jeho porušení jsou seznámeni žáci i rodiče.

V případě, že selhala preventivní opatření školy a v případě podezření, že žák zneužívá návykové látky, školní metodika prevence:

1. Provede diskrétní šetření a pohovor se žákem. Doporučí mu rozhovor s odborníkem přes linku důvěry, popř. zprostředkuje první kontakt s odborníky Pedagogicko-psychologické poradny, zdravotnického zařízení, P - centra apod.
2. Při důvodném podezření škola kontaktuje rodiče, ev. zákonného zástupce žáka, a upozorní je na další postup školy v případě akutního ohrožení zdraví po požití návykových látek, při nebezpečí z předávkování a trvalého poškození zdraví, včetně vzniku návyku hraničícího s bezprostředním ohrožením života.

V akutním případě, po průkazném zjištění zneužívání návykových látek ve škole, nebo v případě, že žák je prokazatelně ovlivněn návykovými látkami v době vyučování, ředitelka školy, nebo školní metodika prevence:

- uvědomí rodiče, popř. zákonného zástupce o stavu žáka, při nezájmu nebo nemožnosti sdělení této skutečnosti rodičům či zákonným zástupcům žáka, kontaktuje zdravotnické zařízení.

V případě distribuce nebo podezření na porušení § 217 trestního zákona (ohrožení mravní výchovy dítěte) nebo zanedbání povinné péče škola uvědomí odbor sociálně-právní ochrany dětí, oznámí věc Policii ČR.

Škola s tímto postupem seznámí rodiče, ev. zákonného zástupce žáků.

10. Spolupráce s rodiči žáků školy

- navázání spolupráce s rodiči nastupujících žáků v rámci úvodních třídních schůzek, kde je jim vysvětlena strategie primární prevence na škole, podány základní informace o problematice experimentů s návykovými látkami a projevech šikanování,
- při vzniku problémových situací ve třídách budou svolány mimořádné třídní schůzky za účasti zástupců vedení školy, výchovného poradce, školního metodika prevence, či přizvaných odborníků dle potřeby,
- rodičům budou prostřednictvím třídních učitelů, výchovného poradce a školního metodika prevence poskytovány individuální konzultace při vzdělávacích a výchovných problémech jejich dětí, budou informováni o podezření na experiment s návykovými látkami či výskyt jiného sociálně patologického jevu,
- rodičům budou rovněž předány kontakty na odborná zařízení, v odůvodněných případech jim bude konzultace s odborníky školou doporučena.

11. Evidence aktivit a sledování jejich efektivity

Evaluace MPP je jeho nedílnou součástí. Školní metodička prevence vede evidenci rizikového chování žáků ve škole, jednou za rok zpracovává vyhodnocení MPP. Eviduje realizaci veškerých aktivit primární prevence na škole včetně počtu žáků, kteří se jich zúčastnili.

Další podklady pro evaluaci získává na základě orientačního průzkumu, dotazníkového šetření, které probíhá ve vytypovaných třídách, srovnáváním současného stavu s předchozími údaji. Zpětnou vazbu o kvalitě a přínosu aktivit primární prevence získává na základě dotazníků a anket žáků, rodičovské veřejnosti či pedagogů.

Přílohy Minimálního preventivního programu

1. Základní legislativa prevence.
2. Vlastní rámcový program.
3. Kontaktní adresy, elektronické zdroje.
4. Knihovna, DVD.
5. Adaptační kurz.
6. Metodika pro rodiče „Jak poznám, že moje dítě užívá alkohol nebo drogy“, „Doporučení rodičům“, jejichž dítě má problémy s návykovými látkami“.
7. Strategie pro vyšetřování šikany, příklady nepřímých a přímých znaků šikanování.
8. Náplň práce metodičky prevence rizikového chování.
9. Náplň práce výchovné poradkyně.
10. Náplň práce kariérové poradkyně.

Příloha č. 1. ZÁKLADNÍ LEGISLATIVA PREVENCE

Přehled vybraných platných předpisů pro oblast prevence sociálně patologických jevů

MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů

Vyhláška č. 48/2005 Sb., o základním vzdělávání a některých náležitostech plnění povinné školní docházky, ve znění pozdějších předpisů

Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních

Vyhláška č. 263/2007 Sb., kterou se stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení zřízených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, krajem, obcí nebo dobrovolným svazkem obcí

Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání

Vyhláška č. 15/2005 Sb., kterou se stanoví náležitosti dlouhodobých záměrů, výročních zpráv a vlastního hodnocení školy

Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů

Vyhláška č. 317/2005 Sb., o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, akreditační komisi a kariérním systému pedagogických pracovníků

Vyhláška č. 263/2007 Sb., kterou se stanoví pracovní řád pro zaměstnance škol a školských zařízení zřízených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, krajem, obcí nebo dobrovolným svazkem obcí

Zákon č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů

Vyhláška č. 458/2005 Sb., kterou se upravují podrobnosti o organizaci výchovně vzdělávací péče ve střediscích výchovné péče

Vyhláška 438/2006 Sb., kterou se upravují podrobnosti výkonu ústavní výchovy a ochranné výchovy ve školských zařízeních

Vnitroresortní předpisy a dokumenty:

Metodický pokyn MŠMT k výchově proti projevům rasismu, xenofobie a intolerance, č.j.: 14 423/1999-22 (Věstník MŠMT sešit 5/1999)

Pedagogové proti drogám - Program preventivních aktivit uplatňovaných ve školách a školských zařízeních (MŠMT 1999)

Metodický pokyn ministra školství, mládeže a tělovýchovy k prevenci a řešení šikanování mezi žáky škol a školských zařízení č.j.: 28 275/2000-22 (Věstník MŠMT sešit 1/2001)

Školní preventivní program pro mateřské a základní školy a školská zařízení (MŠMT 2001)

Metodický pokyn k jednotnému postupu při uvolňování a omlouvání žáků z vyučování, prevenci a postihu záškoláctví č.j.: 10194/2002-14 (Věstník MŠMT sešit 3/2002)

Volný čas a prevence u dětí a mládeže (MŠMT 2002)

Evaluace a diagnostika preventivních programů (MŠMT 2002)

Informace pro odbory školství krajských úřadů, předškolní zařízení, školy a školská zařízení

Spolupráce předškolních zařízení, škol a školských zařízení s Policií ČR při prevenci a při vyšetřování kriminality dětí a mládeže a kriminality na dětech a mládeži páchané, č.j.: 25 884/2003-24 (Věstník MŠMT sešit 11/2003)

Pravidla pro rodiče a děti k bezpečnějšímu užívání internetu, č.j.: 11691/2004-24 (Věstník MŠMT sešit 6/2004)

Strategie prevence sociálně patologických jevů u dětí a mládeže v působnosti resortu školství, mládeže a tělovýchovy na období 2005-2008, č.j.: 10 844/2005-24

Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných MŠMT, č.j. 37 014/2005 (Věstník MŠMT sešit 2/2006)

Metodický pokyn k primární prevenci sociálně patologických jevů u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních, č.j. 20 006/2007-51 (Věstník MŠMT sešit 11/2007)

MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ

Zákon č. 379/2005 Sb., o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými toxikomaniemi a o změně souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně dalších zákonů, ve znění

pozdějších předpisů

MINISTERSTVO FINANČÍ

Zákon č. 218/2000 Sb., o rozpočtových pravidlech a o změně některých souvisejících zákonů (rozpočtová pravidla), ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 143/1992 Sb., o platu a odměně za pracovní pohotovost v rozpočtových a v některých dalších organizacích a orgánech, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 202/1990 Sb., o loteriích a podobných hrách, ve znění pozdějších předpisů

MINISTERSTVO SPRAVEDLNOSTI

Trestní zákon č. 140/1961 Sb., ve znění pozdějších předpisů

Nařízení vlády č.114/1999 Sb., kterým se pro účely trestního zákona stanoví, co se považuje za jedy, nakažlivé choroby a škůdce

Zákon č. 257/2000 Sb., o Probační a mediační službě a o změně dalších zákonů, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 218/2003 Sb., o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů (zákon o soudnictví ve věcech mládeže), ve znění pozdějších předpisů

MINISTERSTVO VNITRA

Zákon č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 200/1990 Sb., o přestupcích, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 129/2000 Sb., o krajích ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 128/2000 Sb., o obcích (obecní zřízení), ve znění pozdějších předpisů

MINISTERSTVO PRÁCE A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 94/1963 Sb., o rodině, ve znění pozdějších předpisů

Zákoník práce č. 262/2006 Sb., ve znění pozdějších předpisů

Nařízení vlády č. 469/2002 Sb., kterým se stanoví katalog prací a kvalifikační předpoklady a kterým se mění nařízení vlády o platových poměrech zaměstnanců ve veřejných službách a správě, ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 110/2006 Sb., o životním a existenčním minimu ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 117/1995 Sb., o státní sociální podpoře ve znění pozdějších předpisů

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách ve znění pozdějších předpisů

Usnesení č. 2/1993 Sb., Předsednictva České národní rady o vyhlášení Listiny základních práv a svobod jako součást ústavního pořádku ČR, ve znění pozdějších předpisů

Příloha č. 2. VLASTNÍ RÁMCOVÝ PROGRAM

Plán práce – prevence rizikového chování – školní rok 2025/2026

Srpen

1. Seznámení pedagogů v rámci prevence rizikového chování s patřičnými normami, dokumenty
2. Seznámení pedagogů s předpisy pro prevenci rizikového chování
3. Příprava a zajištění akcí spojených s projektovými dny
4. Sestavení plánu práce
5. Příprava Minimálního preventivního programu
6. Příprava programu na Adaptační kurz
7. Organizace Adaptačního kurzu
8. Organizace Českého panelového šetření středoškoláků
9. Konzultace s výchovnou poradkyní

Září

1. Adaptační kurz – 1. ročník
2. Dotazníkové šetření – 1. ročník
3. Příprava Dnů prevence a harmonie pro žáky 1. – 4. ročníku – tematické okruhy, zajištění spolupráce s externími firmami apod.
4. Vyhodnocení dotazníkového šetření v 1. ročníku – Adaptační kurz
6. Konzultace s výchovnou poradkyní

Říjen

1. Příprava Dnů prevence a harmonie pro žáky 1. – 4. ročníku – dle aktuální nabídky a možností školy a externích spolupracovníků
2. Informační kampaň – „Energetické nápoje“
3. Panelové šetření středoškoláků – zkoumání vlivu školního prostředí na formování postojů adolescentů ohledně důležitých společenských témat
4. Konzultace s výchovnou poradkyní

Listopad

1. Dotazníkové šetření – 4. ročník – prevence rizikového chování – příprava dotazníku
2. Den prevence a harmonie pro žáky 1. ročníku
3. Dotazníkové šetření pro žáky 1. ročníku
4. Konzultace s výchovnou poradkyní

Prosinec

1. Den prevence a harmonie pro žáky 4. ročníku

2. Dotazníkové šetření – 4. ročník
3. Příprava dotazníkového šetření pro žáky 2. a 3. ročníku
4. Informační kampaň – „Jak zvládnout stres“
5. Konzultace s výchovnou poradkyní

Leden

1. Příprava dne prevence a harmonie pro žáky 2. a 3. ročníku – dle aktuálních potřeb třídních kolektivů nebo pedagogů
2. Vyhodnocení dotazníkového šetření ve 4. ročníku
3. Konzultace s výchovnou poradkyní

Únor

1. Informační kampaň – „Syndrom vyhoření“
2. Den prevence a harmonie pro žáky 2. ročníku
3. Dotazníkové šetření pro žáky 2. ročník
4. Vyhodnocení dotazníku žáků 1. ročníku
5. Konzultace s výchovnou poradkyní

Březen

1. Příprava Dne prevence a harmonie – pro žáky 3. ročníku
2. Informační kampaň: „Vztahy v kolektivu“
3. Konzultace s výchovnou poradkyní

Duben

1. Dotazníkové šetření – 3. ročník – příprava
2. Vyhodnocení dotazníku – 2. ročník
3. Konzultace s výchovnou poradkyní

Květen

1. Průzkum sociálního klimatu na škole
2. Pomoc na dobročinné sbírce Květinový den – Veřejná sbírka Ligy proti rakovině
3. Konzultace s výchovnou poradkyní

Červen

1. Vyhodnocení dotazníků k Průzkumu sociálního klimatu na škole
2. Den prevence a harmonie pro žáky 3. ročníku
3. Dotazníkové šetření – 3. ročník
4. Vyhodnocení dotazníku 3. ročník
5. Konzultace s výchovnou poradkyní
6. Informační kampaň – co se nám povedlo.....

Přehled akcí ve školním roce 2025/2026

Ročník	Téma
1.	Adaptační kurz Květinový den Den prevence a harmonie – DPH Dotazníkové šetření Panelové šetření středoškoláků – zkoumání vlivu školního prostředí na formování postojů adolescentů ohledně důležitých společenských témat Přednáška a projekce na odborné téma
2.	Květinový den Den prevence a harmonie – DPH Přednáška a projekce na odborné téma Dotazníkové šetření
3.	Den prevence a harmonie – DPH Dotazníkové šetření Přednáška a projekce na odborné téma Květinový den
4.	Beseda na téma dárcovství krve Den prevence a harmonie - DPH Dotazníkové šetření

Ve škole je funkční školský poradenský systém, který má za úkol pomoci realizovat minimální preventivní program a realizace výchovného poradenství a dále působit preventivně na rizikové chování ve školním prostředí. Vedle tradičního poskytování odborné pomoci pro podporu vzdělávání, volby vzdělávací dráhy a postupného budování profesní kariery, směřují školní poradenské služby především k:

- posílení činnosti sociální prevence,
- podpoře a vytváření podmínek pro rozvoj osobnosti jednotlivých žáků,
- posílení poradenské činnosti pro děti a mládež se specifickými výchovnými a vzdělávacími potřebami,
- podpoře dětí s různými typy problémů při vzdělávání do běžných typů škol a školských zařízení

Škola zajišťuje následující poradenské služby v těchto oblastech:

- prevence školní neúspěšnosti žáků,
- primární prevence rizikového chování
- kariérové poradenství, tj. zejména integrující vzdělávání, informační a poradenská podpora vhodné volby vzdělávací cesty a pozdějšího profesního uplatnění,
- odborná podpora při integraci žáků se speciálními vzdělávacími potřebami, včetně žáků z jiného kulturního prostředí a žáků se sociálním znevýhodněním,
- péče o vzdělávání nadaných a mimořádně nadaných žáků,
- průběžná a dlouhodobá péče o žáky s neprospěchem
- metodická podpora učitelům. (Vyhláška č. 72/2005 Sb.)

Poradenská činnost se zaměřila především na tyto oblasti:

- Diagnostika projevů rizikového chování a jiných problémů, které žáci mají
- poradenství ve výše vymezených oblastech,
- terapeutická činnost, kterou má na starost po stránce psychologické výchovná poradkyně
- informační oblast osvětová a vzdělávací,
- metodické oblast, která je důležitá především pro učitele.

V minimálním preventivním programu byla vytvořena celá řada koncepčních kroků. Patří mezi ně poskytování poradenských služeb v návaznosti na školní vzdělávací program, dále pak koordinace spolupráce s odborníky mimo školu

Pedagogický sbor:

- Podílí se na realizaci Minimálního preventivního programu v rámci vyučování i při aktivitách mimo vyučování.
- V rámci vyučování zařazuje vhodná témata ve všech vyučovacích předmětech, zvláště pak v občanské výchově. Formy: výklad, rozhovor, názorné ukázky, diskuse, využití odborné literatury, nových výukových metod.
- Zařazuje otázky prevence cíleně do třídnických hodin.
- Školení pedagogických pracovníků – v rámci pedagogických porad školní metodička prevence seznamuje pedagogy se stavem prevence na škole s akcemi, které na škole probíhají nebo budou probíhat.

Příloha č. 3. KONTAKTNÍ ADRESY, ELEKTRONICKÉ ZDROJE

1. Školní metodická prevence rizikového chování

- **Ing. Ivana Inwaldová** (kancelář č. 405)

- 585 205 924
- 723 626 683

- email: iw@uc.oaol.cz

Konzultační hodiny

Kdykoli po předchozí telefonické domluvě.

2. Výchovní poradkyně

- **Mgr. Iveta Procházková** (kancelář 212)

- a) 585 205 929
- b) email: pr@uc.oaol.cz

Konzultační hodiny:

Kdykoli po předchozí telefonické domluvě.

Důležité odkazy:

<http://www.oaol.cz> (Minimální preventivní program Obchodní akademie, Olomouc)

<http://www.adam.cz>

<http://www.sananim.cz>

<http://www.drogovaporadna.cz>

<http://www.drogy-info.cz>

<http://www.prevcentrum.cz>

<http://www.drogovyserver.cz>

<http://www.odrogach.cz>

Přehled organizací, které mohou pomoci:

1. P-Centrum Olomouc

Lafayettova 9
772 00 Olomouc
tel./fax 585 221 983
e-mail: info@p-centrum.cz

2. Podané ruce

- kontaktní centrum v Olomouci

<http://podaneruce.cz>

Sokolská 48
779 00 Olomouc
Tel.: +420 58 52 200 34

email: kcentrum.ol@podaneruce.cz

Bc. Lucie Řeřichová, DiS.
GSM: +420 774 991 625

3. Pedagogicko-psychologická poradna Olomouckého kraje

Zařízení poskytující poradenské služby v oblasti vzdělávání a výchovy dětem, mládeži, rodičům a pedagogům.

Pedagogicko-psychologická poradna Olomouckého kraje

U sportovní haly 544/1a

779 00 Olomouc-Lazce

<http://www.ppp-olomouc.cz>

Telefon WORK: +420 585 221 045

Fax FAX: +420 585 224 573

e-mail: EMAIL ppp@ppp-olomouc.cz

4. Bílý kruh bezpečí

Poradna Olomouc

Švermova 1

772 00 Olomouc

Každé úterý : 16-18 hodin

Čtvrtek: 16-18 jen pro objednané

tel.: 585 423 857

e-mail: bkb.olomouc@bkb.cz

5. Azylový dům

Řepčínská 113, 779 00 Olomouc	
Kontakt s veřejností:	Řepčínská 113, 779 00 Olomouc Provozní doba: nepřetržitý provoz Tel.: 585 428 007 Fax: 585 750 676 Email: admmol@cmail.cz , adolomouc@centrum.cz Internetové stránky: www.olomouc.eu
Kontaktní osoba:	PhDr. Vlasta Krosesková

6. Občanské sdružení ONŽ – pomoc a poradenství pro ženy a dívky, Poradna pro ženy a dívky

Remešova 1, 772 00 Olomouc	
Statutární zástupce:	Ing. Josef Jelínek
Kontakt s veřejností:	Remešova 1, 772 00 Olomouc Provozní doba: Po, St: 7:00–12:00 / 12:30–17:00 Út, Čt: 7:00–12:00 / 12:30–15:00 Pá: 7:00–12:00 / 12:30–14:00 (pro objednané) Tel.: 585 222 147, 603 420 621 Fax: 585 222 147 Email: olomouc@poradnaprozeny.eu Internetové stránky: www.poradnaprozeny.eu , www.olomouc.poradnaprozeny.net
Kontaktní osoba:	Bc. Zuzana Brochová, DiS.

7. Domov pro ženy a matky s dětmi

Holečkova 7, 779 00 Olomouc	
Kontakt s veřejností:	Holečkova 7, 779 00 Olomouc Provozní doba: nepřetržitý provoz Tel.: 585 419 736 Fax: 585 412 174 Email: domov.mmol@quick.cz Internetové stránky: www.olomouc.eu
Kontaktní osoba:	Mgr. Roman Trčka

8. NOPO – Nezávislá občanská poradna Olomouc

Horní nám. 21, 772 00 Olomouc	
Statutární zástupce:	Jiří Beneš
Kontakt s veřejností:	Horní náměstí 5, Olomouc, 772 00, Edelmannova pasáž Provozní doba: Po: 10:00–17:00. Út, Čt: jen objednaní klienti, pochůzky atd. St: 10:00–16:00. Pá: zavřeno – administrativní práce atd. (V Út a Čt v poradně nemusí být nikdo přítomný, protože doprovázíme klienty na různé jednání, navštěvujeme imobilní atd. Tyto dny jsou opravdu jen pro objednané, kdy řešíme složité problémy a nelze současně poskytovat konzultace jiným klientům.) Tel.: 585 225 867, 721 324 423, 721 972 618 Email: poradna@nopol.cz Internetové stránky: www.nopol.cz
Kontaktní osoba:	Eva Linhartová

Přehled výše uvedených organizací

<http://olomouc.eu/kps>

Příloha č. 4. KNIHOVNA, DVD

1. Zážitkově pedagogické učení

- Radek Hanuš, Lenka Chytilová

2. Bezpečnost a ochrana zdraví dětí ve školách

- Eva Dandová

3. Praktická komunikace pro každý den

- Laura Janáčková

4. Hry pro dospělé

- Soňa Hermochová

5. Umění jednat s lidmi – Cesta k úspěchu

- Jaroslav Štěpaník

6. Umění jednat s lidmi 2 - Komunikace

7. Základy pedagogické psychologie

- Rudolf Kohoutek a kol.

8. Nejčastější poruchy chování dětí

- Alan Train

9. Psychologie pro učitele

- Jan Čáp, Jiří Mareš

10. Vzdělání a extremismus

- Nikolaj Demjančuk

- Lucia Drotárová

11. Bolest šikanování

- Michal Kolář

12. Jak předcházet problémům s návykovými látkami na základních a středních školách

- Prim. MUDr. Karel Nešpor, CSc.
- PhDr. Ladislav Csémy
- Paedr. Hana Pernicová

13. Moderní pedagogika

- Jan Průcha

14. Seznam DVD:

1. Řekni drogám ne
2. Sexuální výchova aneb o sexu od A do Z
3. Pravda o drogách
4. Filmy, které pomáhají
5. Abstinent

Příloha č. 5. ADAPTAČNÍ KURZ

Adaptační kurz se týká jak žáků, tak učitelů. Učitelům pomáhá prohloubit jejich kompetence v dané oblasti, žákům omezuje stres z nového prostředí, cíleně vyhledává rizikové jedince ohrožené vyloučením z kolektivu a následně s nimi pracuje.

Cílem Adaptačního kurzu je pozitivně ovlivnit vytváření nově vznikajícího kolektivu.

Kurz se koná každoročně po dobu 3 dní na počátku září. Kurzu se zúčastní všichni žáci nastupujícího 1. ročníku, rodiče a žáci jsou s jeho významem a organizací seznámeni na informativní schůzce v červnu. Vzhledem k tomu, že náklady na pobyt nejsou vysoké a rodiče mohou využívat příspěvků od zdravotních pojišťoven, účast bývá každoročně téměř 100 %.

Program Adaptačního kurzu je vytvořen tak, aby se žáci v příjemné atmosféře seznámili s novým kolektivem, svým třídním učitelem a dalšími pedagogy. Je koncipován do půldenních bloků, vyplněných činnostmi a hrami podporujícími koordinaci a příznivou atmosféru vznikající skupiny. Podporuje její fungování, vytváření a posilování pozic ve třídě, sdílení společných příjemných zážitků. Třídní učitel se pohybuje po celou dobu programu se svou třídou, zapojuje se do jejích aktivit, má dostatek možností k vzájemnému poznávání, informuje taktním způsobem o jejich právech a povinnostech v novém prostředí, pomáhá instruktorům z řad ostatních učitelů školy.

Hry jsou vybrány tak, aby nebyly pro jednotlivce stresující (nikdo není poslední, nejhorší, nemusí mít pocit ztrapnění apod.) Jsou využívány prvky zážitkové pedagogiky.

Příloha č. 6 - Metodika pro rodiče „Jak poznám, že moje dítě užívá alkohol nebo drogy“, „Doporučení rodičům, jejichž dítě má problémy s návykovými látkami“.

METODIKA PRO RODIČE

Výňatek z Minimálního preventivního programu na Obchodní akademii, Olomouc

V Olomouci 1. 9. 2025

Zpracovaly:

Ing. Ivana Inwaldová
metodik prevence rizikového chování

Mgr. Iveta Procházková
výchovná poradkyně a kariérová poradkyně

JAK POZNÁM, ŽE MOJE DÍTĚ UŽÍVÁ ALKOHOL NEBO DROGY???

- Změnila se osobnost Vašeho dítěte v poslední době v nějakém významném ohledu?
- Má časté výkyvy nálad?
- Straní se Vás?
- Je zlostný nebo depresivní?
- Tráví hodně času ve svém pokoji sám?
- Ztratil zájem o školu a o vyučování, případně další aktivity, např. sport?
- Zhoršil se jeho prospěch?
- Přestal trávit čas se starými kamarády?
- Přátelí se s lidmi, kteří se Vám nelíbí?
- Nesvěřuje se a nemluví o tom, kam chodí a co dělá?
- Máte pocit, že se Vám doma ztrácí peníze nebo věci (peníze potřebné na alkohol a drogy), nebo máte pocit, že má víc peněz, než byste očekávali (peníze získané z prodeje drog)?
- Reaguje nepřiměřeně, když s ním mluvíte o alkoholu a o drogách nebo se snaží změnit téma?
- Lže nebo podvádí?
- Pozorujete fyzické příznaky užívání drog nebo alkoholu? Rozšířené nebo zúžené zornice? Nejasné vyjadřování a myšlení?
- Ztratilo Vaše dítě zájem o koníčky? Ztratilo motivaci, nadšení a vitalitu?
- Našli jste někdy důkazy užívání drog nebo alkoholu, prášky, láhve?
- Zhoršil se vztah dítěte k členům rodiny?
- Zdá se Vaše dítě být nemocné, unavené a protivné ráno, po možném užití drog předešlý den?
- Přestalo se Vaše dítě o sebe starat, změnil se jeho styl oblečení?
- Zdá se být méně soustředěný?

DOPORUČENÍ RODIČŮM, JEJICHŽ DÍTĚ MÁ PROBLÉMY S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI

Co dělat:

1. **Jestliže je dítě pod vlivem drog a hrozí otrava**, neváhejte zavolat lékaře. Používání drog není trestné, a dítěti proto žádný soudní postih nehrozí. S dítětem pod vlivem drog nemá smysl se hádat. Vážný rozhovor odložte na pozdější dobu.
2. **Nespoléhejte na zázračné okamžité řešení**, ale spíše na dlouhodobou výchovnou strategii. Jejím základem je nepodporovat a neusnadňovat pokračující braní drog, naopak odměňovat každou změnu k lepšímu a povzbuzovat k ní. To, že taková strategie nepřináší vždy okamžitý prospěch ještě neznamena, že je neúčinná. Může se totiž jednat o příliš velký problém, jehož řešení vyžaduje více času a spojenců.
3. **Získejte důvěru dítěte a naslouchejte mu**. To je těžké, zvláště když říká, a hlavně dělá z hlediska rodičů nesmysly, a když hájí hodnoty pro rodiče nepřijatelné. Vyslechnout dítě ale ještě neznamena přistupovat na jeho stanovisko.
4. **Naučte se s dítětem o alkoholu a drogách mluvit**. Bude-li dítě nějakou drogu obhajovat, vyslechněte ho, ale opatřete si protiargumenty.
5. **Uvědomte si své možnosti**. Dítě, které bere drogy nebo pije alkohol, bývá většinou nezralé a neschopné se o sebe postarat. Může tisíckrát pohrdat názory rodičů, ale většinou si nedokáže opatřit základní prostředky k životu. V tom je Vaše šance a síla. Určitou základní péči jste sice povinni nezletilému dítěti poskytnout, ale mělo by cítit, že Vaše péče je jiná, když se chová rozumně a když ne. Cílem je, aby dítě pochopilo, že skutečná samostatnost předpokládá schopnost se o sebe postarat.
6. **Vytvořte zdravá rodinná pravidla**. Dítě by mělo vědět, jaké předvídatelné důsledky bude mít jeho jednání. Mělo by mu být jasné, že je výhodnější, když se bude chovat přijatelně.
7. **Jestliže dospívající není ochoten ke změně, měl by nést důsledky**. To se samozřejmě netýká situací, kdy je ohrožen život, např. při předávkování. (Teprve až vážné problémy, které drogy způsobí, jsou často důvodem k léčbě a změně).
8. **Předcházejte nudě**. Musíte počítat s tím, že může být nutné trávit v prvním období s dítětem mnohem více času. Měli byste mít přehled, kde je, co dělá, zamyslet se nad jeho denním programem a životním stylem.
9. **Pomozte mu se odpoutat od nevhodné společnosti**. To má pro překonání problémů často podstatný význam. Jestliže Vám potomek tvrdí, že si s lidmi, se kterými dříve bral drogy, chce jenom pobýt nebo si povídat, buď lže, nebo podceňuje nebezpečí. Někdy je možné uvažovat i o změně prostředí.
10. **Posilujte sebevědomí dítěte**. Najděte a udržujte křehkou rovnováhu mezi kritickým postojem vůči chování dítěte ("nelíbí se nám, že bereš drogy") a respektem vůči jeho osobnosti a lásce k němu ("vážíme si tě jako člověka a záleží nám na tobě"). Je to těžké, je to však nutné. Stejně nutné je i oceňovat třeba drobné pokroky a změny k lepšímu. Je také třeba vidět silné stránky dítěte, jeho možnosti a dobré záliby, které má možná z předchozí doby a na které se dá navázat.

11. **Spolupracujte s dalšími dospělými.** Velmi důležitá je spolupráce v rodině. Rodiče by se měli ve výchově problémového dítěte dokázat domluvit. Jenom tak totiž nebude dítě uzavírat spojení s tím rodičem, který mu právě víc povolí. Důležitá je i spolupráce v rámci širší rodiny (babička), spolupráce s léčebnými zařízeními, školou, případně dalšími institucemi. Často až vážně míněná hrozba ústavní výchovy, nebo hrozba ohlášení krádeže v domácnosti na policii mohou přimět dospívajícího přijmout léčbu.
12. **Osvědčuje se také, když rodiče dětí s těmito problémy spolu hovoří v rámci skupinové terapie nebo svépomocné organizace.** Dokáží se navzájem pochopit a předávají si užitečné zkušenosti.
13. **Buďte pro dítě pozitivním modelem.** K tomu je nutné, abyste mysleli na své zdraví a svoji tělesnou a duševní kondici a abyste měli své kvalitní zájmy.
14. **Neváhejte vyhledat profesionální pomoc pro sebe, jestliže dítě odmítá.** V případě manželských nebo partnerských problémů se můžete např. obrátit na poradnu pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy.
Pamatujte, že zvládnutím problému zvyšujete i šanci na ovlivnění dítěte.
15. **Přístup k dítěti, které má problémy s alkoholem nebo jinou drogou, shrnuje anglické slovo "tough love".** V češtině to znamená "tvrdá láska". Myslí se tím dobrý vztah k dítěti, snaha mu pomoci, ale zároveň cílevědomost a pevnost.

Čemu se vyhnout

1. **Nepopírejte problém.** Zbytečně by se tak ztrácel čas a rozvíjela se závislost na návykové látce.
2. **Neskrývejte problém.** Někdo se za takový problém stydí a tají ho. Aby se dokázal v situaci lépe orientovat a citově i rozumově ji zvládat, měl by si naopak o problému s někým důvěryhodným a kvalifikovaným pohovořit. Měl by také hledat spojení.
3. **Neobviňujte partnera.** Na to, abyste si vyřizovali s druhým rodičem dítěte staré účty a navzájem se obviňovali, není naprosto vhodná doba. Minulost se změnit nedá, budoucnost našťestí často ano.
4. **Nehleďte v dítěti zneužívajícím drogy spojení proti druhému rodiči.**
5. **Nezanedbávejte sourozence dítěte** zneužívajícího alkohol nebo jiné drogy. Sourozenci problémového dítěte jsou více ohroženi, problémem v rodině trpí a Vaši péčí a Váš zájem potřebují.
6. **Nezanedbávejte bezpečnost dalších lidí v domácnosti,** zejména malých dětí. Člověk pod vlivem alkoholu nebo drog jim může být velmi nebezpečný, i když by jim za normálních okolností neublížil. Je také třeba myslet na to, aby se drogami, které dospívající domů přinesl, neotrávil další sourozenec.
7. **Nefinancujte zneužívání drog a neusnadňujte ho.** S tím souvisí i to, aby rodina zabezpečila cenné předměty a nenechala se okrádat. Krádež nemusí uskutečnit samotné dítě, ale jeho "kamarádi", kterým dluží za drogy. Jestliže začalo dítě zneužívat pervitin nebo opiáty, bývá otázkou času, kdy se začnou ztrácet peníze a cenné předměty. Nejde tu jen o majetek, ale také o okolnost, že ukradený majetek slouží špatné věci - totiž rozvoji závislosti. Argument, že by si dítě opatřilo prostředky jinak, např. prostitucí nebo krádežemi, neobstojí. Pokud bude závislost pokračovat, je pravděpodobné, že k tomu dojde stejně.
8. **Nedejte se vydírat.** Vyhrožování fetováním, útekem, prostitucí nebo sebevraždou je častým a oblíbeným způsobem vydírání rodičů. Ano, všechna tato rizika u závislých na drogách existují. Tím, že rodiče pod jejich tlakem ustupují, ovšem riziko nesnižují, ale zvyšují.
9. **Nevyhrožujte něčím, co nemůžete nebo nechcete splnit.**
10. **Vyhněte se fyzickému násilí.** Fyzické násilí většinou nevede k cíli. Často jen živí v dítěti pocit ukřivděnosti, vede k sabotování snah rodičů a k útekům.
11. **Nejednejte chaoticky a impulzivně.**
12. **Nevěřte tvrzení, že má dospívající drogy pod kontrolou, případně, že snižuje dávky a že drogu brzy vysadí.** Buďte připraveni na to, že dříve či později pravděpodobně přijde krize. Využijte ji a trvejte na změně životního stylu, případně na nějaké skutečně účinné formě léčby, jestliže není dospívající schopen zvládnout problém sám.
13. **Do nekonečna neustupujte.** Požadavek, aby lidé, kteří berou drogy, do vašeho bytu nechodili, je rozumný.
14. **Nedělejte zbytečně "dusno".** Parta a nevhodní přátelé by se tím stávali pro dítě ještě přitažlivější.
15. **Nezabouchněte dveře navždy.** I když dítě odejde, je dobré být připraven mu pomoci, pokud přijme určité podmínky.

16. **Neztrácejte naději.** Vaším tichým spojencem je přirozený proces zrání. I hrozivý problém se mnohdy podaří úspěšně zvládnout.

METODIKA K. NEŠPORA PROČ A JAK ODMÍTAT ALKOHOL A DROGY

Kdo neumí odmítat, není svobodný.

Kdo si váží sám sebe, snaží se chemii vyhnout.

1. Proč jsou drogy mladým lidem nabízeny?

Důvody:

- vždy ten, kdo nabízí drogu, sleduje svůj zisk. Je dobré si vždy položit otázku: "Proč mi to nabízí?" a také "Je to v mém zájmu?"

2. Jak se alkohol a drogy nabízejí?

Většinou: tvrzení, že se nic nestane, příp. lež "bude to fajn" - (za krátké oblužení se však později platí utrpením), časté je odvolávání se na to, že tak činí všichni, někdy též skrytý rozkaz "dáš si něco?", či lichotící "dáte si pivo, dámy?", jehož cílem je ovšem číšníkův výdělek.

3. Jak odmítnout?

- **Odmítnutí vyhnutím se**
Je dobré si najít zájmy a koníčky, které nejdou s alkoholem a drogami dohromady. Najít si také přátele, kteří se alkoholu a drogám vyhýbají. Tak se člověk nebude často dostávat do situací, kde musí odmítat.
- **Nevidím, neslyším**
Nabídku prostě ignorovat, situaci ukončit, odejít.
- **Řeč beze slov**
Zavrtění hlavou, odmítavý výraz tváře, rychlé ukončení situace.
- **Prostě říci NE!**
Podle úspěšné kampaně v USA "Prostě řekni NE!" Na nabídku energická odpověď NE! bez jakéhokoliv vysvětlování.
- **Odmítnutí s vysvětlením**
Je třeba jasně rozlišit, že neodmítám toho, kdo nabízí, ale to, co nabízí, tj. drogu. Vysvětluji, proč drogu odmítám.
- **Porouchaná gramofonová deska**
Jedna z technik asertivity, opakování stále jedné věty. Nic se nevysvětluje, nevede se dialog. Opakuje se např. slovo "nechci" apod.

- **Odmítnutí protiútokem**
Nabízející se někdy snaží snižovat sebevědomí toho, komu nabízí drogu, např. "Napij se a nedělej ze sebe kdovíco" apod. Místo omlouvání se a vysvětlování lze přejít do protiútoky, např. "Ty zrovna rumu nejlepší reklamu neděláš" apod.
- **Nabídnutí lepší možnosti**
Záleží-li nám na druhém, nabídneme mu lepší možnost a uvidíme, o co mu vlastně jde. Např. se mohu vyhnout oslavě, kde se asi bude fetovat a místo toho pozvat přítelkyni do kina apod.
- **Odmítnutí jednou provždy**
Vhodné použít tam, kde chceme předejít dalšímu nabízení či přemlouvání v budoucnu. Lze kombinovat předešlé způsoby, nebo jednoduše vyjádřit své stanovisko, např. "Nefetuju ze zásady" či "Dík, já nekouřím".
- **Odmítnutí jako pomoc**
Odmítáním drog člověk zároveň pomáhá ostatním, aby byli lepší. Osobní příklad může ostatní přimět k zamyšlení, člověk se může stát osobností, se kterou druzí nemanipulují, ale která sama udává tón. Lze nabízet i skutečnou pomoc, např. místo uklidňujících prášků před písímkou mohu spolužákovi pomoci se naučit obtížnou látku.

Nepřímé (varovné) znaky šikanování

Doporučení rodičům

1. Dítě není zváno na návštěvu k jiným dětem.
2. Za dítětem nepřicházejí domů spolužáci nebo jiní kamarádi.
3. Dítě nemá kamaráda, s nímž by trávilo volný čas, s nímž by si telefonovalo apod.
4. Nechuť jít ráno do školy, dítě odkládá odchod z domova, možno pozorovat strach, ztráta chuti k jídlu.
5. Různé cesty do školy, prosí o dovoz či odvoz autem.
6. Dítě chodí domů ze školy hladové.
7. Usíná s pláčem, má neklidný spánek, křičí ze snu, např. "Nechte mě!"
8. Dítě ztrácí zájem o učení a schopnost soustředit se na učení.
9. Dítě bývá doma smutné či apatické nebo se objevují výkyvy nálad, zmínky o možné sebevraždě. Odmítá svěřit se s tím, co ho trápí.
10. Dítě žádá o peníze, přičemž udává nevěrohodné důvody, případně doma krade peníze
11. Dítě nápadně často hlásí ztrátu osobních věcí.
12. Dítě je neobvykle, nečekaně agresivní k sourozencům nebo jiným dětem, možná projevuje i zlobu vůči rodičům.
13. Dítě si stěžuje na neurčité bolesti břicha nebo hlavy, ráno zvrací, snaží se zůstat doma. Svě zdravotní obtíže může přehánět, případně i simulovat.
14. Dítě se vyhýbá docházce do školy.
15. Dítě se zdržuje doma víc, než mělo ve zvyku.

Přímé znaky šikanování

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

Příloha č. 7. Strategie pro vyšetřování šikany, příklady nepřímých a přímých znaků šikanování

STRATEGIE PRO VYŠETŘOVÁNÍ ŠIKANY PRO PEDAGOGY

Doporučená strategie pro vyšetřování šikany:

1. Rozhovor s těmi, kteří na šikanování upozornili a s oběťmi.
2. Nalezení vhodných svědků.
3. Individuální, případně konfrontační rozhovory se svědky (nikoli však konfrontace obětí a agresorů).
4. Zajištění ochrany obětem.
5. Rozhovor s agresory, případně konfrontace mezi nimi.
6. Doporučená strategie při výbuchu brutálního skupinového násilí, tzv. "školního lynčování".
7. Překonání šoku pedagoga a bezprostřední záchrana oběti.
8. Domluva pedagogů na spolupráci a postupu vyšetřování.
9. Zabránění domluvě agresorů na křivé výpovědi.
10. Pokračující pomoc a podpora oběti.
11. Nahlášení policii.
12. Vlastní vyšetřování.

Nepřímé (varovné) znaky šikanování

Doporučení učitelům:

Žák:

1. Je o přestávkách často osamocený, ostatní o něj nejeví zájem, nemá kamarády.
2. Při týmových sportech bývá jedinec volen do mužstva mezi posledními.
3. O přestávkách vyhledává blízkost učitelů.
4. Má-li promluvit před třídou, je nejistý, ustrašený.
5. Působí smutně, nešťastně, stísněně, mívá blízko k pláči.
6. Stává se uzavřeným.
7. Jeho školní prospěch se někdy náhle a nevysvětlitelně zhoršuje.
8. Jeho věci jsou poškozené nebo znečištěné, případně rozházené.
9. Žák má zašpiněný nebo poškozený oděv.
10. Stále postrádá nějaké své věci.
11. Odmítá vysvětlit poškození a ztráty věcí nebo používá nepravděpodobné výmluvy.
12. Mění svoji pravidelnou cestu do školy a ze školy.
13. Začíná vyhledávat důvody pro absenci ve škole.
14. Má odřeniny, modřiny, škrábance nebo řezné rány, které nedovede uspokojivě vysvětlit.

Minimální preventivní program Obchodní akademie Olomouc
zpracovaly:

V Olomouci dne 1. 9. 2025

Ing. Ivana Inwaldová
metodik prevence rizikového chování

Mgr. Iveta Procházková
výchovná poradkyně a kariérová poradkyně

Garant programu:

Ing. Romana Novotníková
ředitelka školy