

Nabídka témat programu všeobecné primární prevence pro 1. stupeň ZŠ

1. PŘÁTELSTVÍ, KAMARÁDSTVÍ, OSAMĚLOST

Žáci pochopí důležitost navazování přátelských vztahů a osvojí si možné způsoby ocenění žádoucího chování svých spolužáků. Žáci si uvědomí, co je to přátelství, co je v přátelství důležité, ale také, že někdo si kamarády získává hůř, někdo je rád sám apod.

2. SPOLUPRÁCE A KOMUNIKACE

Program je zaměřen na rozvoj komunikace a spolupráce žáků mezi sebou a na podporu pozitivního klimatu v třídním kolektivu. Nedílnou součástí je vzájemné poznávání žáků pomocí interaktivních technik, hlubší poznání sebe sama, posilování sebevědomí žáků a vzájemné tolerance.

3. ZVLÁDÁNÍ AGRESE A ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ

Žáci si osvojí možné způsoby zvládnutí agrese a naučí se předcházet konfliktům. Dokáží přiměřeným způsobem vyjádřit vztek a negativní pocity, pokud se jim děje něco špatného. Poznají možnosti řešení konfliktů, jak v prostředí třídy a školy, tak v prostředí svého domova. Zamyslí se, jak je možné konfliktům předcházet.

4. VZTAHY VE TŘÍDĚ A ŠIKANA

Žáci se dozvědí, jak se cítí člověk, který je vyčleněn z kolektivu. Poznají možnosti, jak se zachovat v situacích, kdy jsou oni sami či někdo jiný vyčleňován a odstrkován ostatními i co dělat, aby se přirozeně zařadili do skupiny. Budou vědět, kde hledat pomoc, a že to není žalování nebo ostuda.

5. ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

Žáci znají význam pojmu zdravý životní styl a vědí, jaké chování je v kontextu stravování a životního stylu zdravé, a jaké může být rizikové. Vědí, že je důležité dodržovat správný režim dne, práce a odpočinku. Umí rozlišit mezi zdravím a nemocí a uvědomují si, co mohou v rámci prevence sami pro své zdraví udělat.

6. BEZPEČNÝ POHYB NA INTERNETU

Žáci si uvědomí rizika a nástrahy užívání internetu a sociálních sítí. Získají přehled o možnostech bezpečného chování na internetu.

7. BEZPEČNÉ CHOVÁNÍ V DOPRAVĚ A PŘI SPORTU

Program motivuje žáky k bezpečnému chování v dopravě a při sportu, vede je k uvědomění si možných rizik, která jsou s provozováním sportovních aktivit spojená. Žáci se učí přemýšlet o vlastní bezpečnosti a převzít zodpovědnost za své chování. Dozví se, jak postupovat v některých ohrožujících situacích, jsou motivováni k používání vhodných ochranných pomůcek.

8. PREVENCE RASISMU, TOLERANCE

Cílem programu je vést žáky k uvědomění, že existují rozdíly mezi obyvateli celého světa, i mezi jednotlivými lidmi stejné národnosti, a přesto má každý právo na život. Posiluje schopnost žáků tolerovat odlišnosti a zbavit se případných předsudků.

9. PREVENCE KOUŘENÍ A UŽÍVÁNÍ ALKOHOLU

Žáci se zamyslí nad možnými riziky kouření a užívání alkoholu a také nad důvody, které k jejich užívání vedou. Dále posílí svou schopnost odolat skupinovému tlaku a najdou alternativní způsoby, jak se zapojit do kolektivu jinak, než díky konzumaci návykových látek. Uvědomí si, že každý nese odpovědnost za své rozhodnutí a musí být připraven nést následky svého chování.