



# NABÍDKA PROGRAMŮ PRIMÁRNÍ PREVENCE



Centrum  
Prevence



Oblastní charita  
Žďár nad Sázavou





# NABÍDKA PROGRAMŮ

## primární a selektivní prevence

Centrum prevence • Oblastní charita Žďár nad Sázavou

Centrum prevence realizuje programy dlouhodobé primární prevence pro mateřské, základní i střední školy a programy selektivní prevence pro rizikové třídní kolektivy. Pracujeme metodami zážitkové pedagogiky a kooperativního učení. Cílem je rozvoj sebeúcty, komunikace, tolerance a odpovědnosti za vlastní chování. Programy probíhají zpravidla přímo ve škole.

## Mateřská škola

Programy primární prevence pro děti v MŠ.

| Téma programu                 | Anotace                                                                                                                                                                                                                                       | Cena            |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| <b>Les přátelství</b>         | Prevence šikany. Děti se prostřednictvím pohádkového příběhu seznamují s tím, jaké chování je vůči druhým správné a co může druhým ublížit. Během společných aktivit si vyzkouší spolupráci, vzájemnou komunikaci i hledání společné domluvy. | <b>700,- Kč</b> |
| <b>Když mi není do smíchu</b> | Bezpečí a pomoc. Děti se učí rozpoznat rizikové situace, vědět, komu a jak říct o pomoc a porozumět, že mají právo říct „ne“. Program posiluje důvěru v dospělé a rozvíjí schopnost požádat o pomoc.                                          | <b>700,- Kč</b> |
| <b>Zdravé tělíčko</b>         | Zdravý životní styl pro nejmenší. Děti se hravou formou seznamují s tím, co jejich tělu prospívá – pohyb, spánek, zdravá strava a hygiena.                                                                                                    | <b>700,- Kč</b> |
| <b>Moje tělo patří mně</b>    | Hranice vlastního těla a právo říct „ne“. Děti se dozví, že mohou rozhodovat o svém těle, rozeznat, které doteky jsou v pořádku a které ne a ke komu se obrátit, když něco není v pořádku.                                                    | <b>700,- Kč</b> |
| <b>Každý jsme jiný</b>        | Rozmanitost a respekt k druhým. Děti přemýšlejí, v čem jsou si ve třídě podobné a v čem se liší. Program cílí na uvědomění, že jinakost mezi lidmi je běžnou a přirozenou součástí života, a podporuje prevenci vyčleňování.                  | <b>700,- Kč</b> |

Cena programu pro MŠ: 700,- Kč / 1 hod přímé práce. Vzhledem k vytíženosti je nutné program pro MŠ plánovat zároveň s programem pro ZŠ.

# 1. stupeň základní školy

## 1. třída

| Téma programu                    | Anotace                                                                                                                                                                                                         | Cena                |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Pravidla nejsou strašidla</b> | Práce s pravidly a jejich funkcí. Žáci se za pomoci pohádkového příběhu seznamují s tím, proč jsou pravidla důležitá a jak se jimi řídit. Osvojují si základní pravidla společné práce a fungování v kolektivu. | <b>1 400,- Kč**</b> |
| <b>Táhneme za jeden provaz</b>   | Rozvoj a podpora kamarádských vztahů ve třídě. Program zdůrazňuje, že nemusí být každý s každým nejlepší kamarád, ale je nutné spolupracovat a vzájemně se respektovat. Žáci si uvědomují výhody spolupráce.    | <b>1 400,- Kč**</b> |

## 2. třída

| Téma programu                | Anotace                                                                                                                                                                                                                 | Cena                |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>Neboj se!</b>             | Uvědomění si, že strach patří k životu a je důležité naučit se s ním pracovat – může nás posunovat, omezovat, ale také chránit. Žáci se seznamují s tím, jak předcházet nebezpečným situacím a starat se o své bezpečí. | <b>1 400,- Kč**</b> |
| <b>Nenič své chytré tělo</b> | Téma zdravého životního stylu a prevence rizikového trávení volného času. Žáci se zamýšlejí nad tím, co tělu prospívá a co škodí, věnují se zdravému stravování a smysluplnému trávení volného času.                    | <b>1 400,- Kč**</b> |

## 3. třída

| Téma programu                         | Anotace                                                                                                                                                                                                 | Cena              |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Kolik, co stojí?</b>               | Základy finanční gramotnosti – uvědomění si hodnoty peněz a základy hospodaření. Pomocí aktivit a interaktivních technik se žáci zamýšlejí nad tím, kde se peníze berou a za co všechno se musí platit. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>V čem jsme stejní a v čem jiní</b> | Téma jinakosti v rámci třídy. Děti přemýšlejí, co mají se spolužáky společného a co je naopak odlišuje. Program cílí na uvědomění, že jinakost mezi lidmi je běžná a není důvod ji vnímat negativně.    | <b>2 100,- Kč</b> |

**4. třída**

| <b>Téma programu</b>                 | <b>Anotace</b>                                                                                                                                                                                                         | <b>Cena</b>       |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Vandal je barbar</b>              | Ujasnění hodnoty věcí svých i ostatních. Žáci se seznamují s pojmem vandalství, učí se ho odlišovat od jiných forem nevhodného chování a přemýšlejí o motivech a možných postizích.                                    | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Moře emocí</b>                    | Práce s emocemi. Žáci se učí pojmenovat různé emoce, zamýšlejí se nad svým prožíváním a uvědomují si, že emoce pozitivní i negativní jsou součástí života. Program míří k náhledu na smutek, lítost, stesk i naštvaní. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Bezpečně online! (doporučeno)</b> | Seznámení s riziky pohybu v online světě – sdělování osobních údajů, komunikace s neznámými lidmi přes sociální sítě, sdílení nevhodného obsahu. Žáci získávají dovednosti pro bezpečné využívání internetu.           | <b>2 100,- Kč</b> |

**5. třída**

| <b>Téma programu</b> | <b>Anotace</b>                                                                                                                                                                                                                      | <b>Cena</b>       |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Já a třída</b>    | Vztahy uvnitř třídního kolektivu. Žáci se zamýšlejí nad fungováním jedince ve skupině – co může udělat třída pro jednotlivce a co může jedinec pro třídu. Program upozorňuje na situace vyčleňování a možnosti, jak jim předcházet. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Nechci, díky!</b> | Téma návykových látek a závislostí. Žáci se seznamují s vymezením pojmu droga a uvědomují si rizika spojená s alkoholem, tabákem, energetickými nápoji a tzv. virtuálními drogami (internet, telefony, online hry).                 | <b>2 100,- Kč</b> |

**Doplňkový blok (od 3. třídy)**

| <b>Téma programu</b>              | <b>Anotace</b>                                                                                                                                                                        | <b>Cena</b>       |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Já pro třídu, třída pro mě</b> | Komunikace a spolupráce v třídním kolektivu. Pomocí prvků zážitkové pedagogiky a kooperativních technik žáci trénují vlastní zapojení ve skupině a schopnost komunikace se spolužáky. | <b>2 100,- Kč</b> |

## 2. stupeň základní školy

### 6. třída

| Téma programu           | Anotace                                                                                                                                                                                                                 | Cena              |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Startujeme!</b>      | Proměna kolektivu a přechod na 2. stupeň. Program směřuje k hlubšímu seznámení žáků, vytvoření či posílení pozitivních vazeb a přátelské atmosféry. Třídní učitel má prostor neformálně navázat vztah důvěry se třídou. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Online svět a já</b> | Život v online prostředí. Žáci přemýšlejí, proč je pro ně internet lákavý, jaké nástrahy je tam mohou potkat a jaké údaje o sobě sdílet. Cílem je bezpečný pohyb v online světě.                                        | <b>2 100,- Kč</b> |

### 7. třída

| Téma programu            | Anotace                                                                                                                                                                                                  | Cena              |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Třída a její svět</b> | Vztahy mezi chlapci a děvčaty v rámci třídy. Žáci se zamýšlejí, v čem se světy kluků a holek liší a v čem jsou si podobné. Program podporuje vzájemný respekt obou pohlaví a fungování třídy jako celku. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Dvě strany mince</b>  | Prohloubení znalostí o legálních drogách a bližší informace o nelegálních drogách a dalších rizikových formách závislosti. Žáci přemýšlejí o dopadech závislostního chování na zdraví i sociální vztahy. | <b>2 100,- Kč</b> |

### 8. třída

| Téma programu              | Anotace                                                                                                                                                                                                                | Cena              |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Můj život, můj svět</b> | Téma životních hodnot. Žáci přemýšlejí, jakou roli hodnoty v životě hrají a jak ovlivňují názory či rozhodnutí. Mají možnost zorientovat se ve svých vlastních hodnotách a reflektovat postoje k společenským tématům. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Láska je láska</b>      | Gender a partnerské vztahy. Žáci se zamýšlejí nad genderovými předsudky a stereotypy, podobou ideálního partnera, partnerským vztahem. Program se dotýká i témat sex, rodina a manželství.                             | <b>2 100,- Kč</b> |

**9. třída**

| <b>Téma programu</b>           | <b>Anotace</b>                                                                                                                                                                                                                  | <b>Cena</b>       |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Karta na sebe</b>           | Osobnostní a sociální rozvoj. Žáci trénují sociální kompetence – sebe prezentaci, sebeprosazení, komunikační dovednosti, nenásilné řešení konfliktů a empatii – tedy kompetence potřebné v dalším životě.                       | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Já a moje finance</b>       | Peníze a jejich funkce, osobní rozpočet, spoření, půjčky a zadlužování. Žáci si rozvíjejí znalosti finanční gramotnosti formou vlastních zkušeností a jednoduchých rolových aktivit – nejde o stroze informační program.        | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Končím a začínám (V/VI)</b> | Žák si ujasňuje, co očekává od svého budoucího života, a rekapituluje období na ZŠ. Třída může otevřeně reflektovat své fungování, vzájemně se ocenit a podpořit v dalších životních krocích. Realizace na konec školního roku. | <b>2 100,- Kč</b> |

## Střední škola

Programy primární prevence pro studenty SŠ.

| Téma programu               | Anotace                                                                                                                                                                                                                              | Cena              |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| <b>Me, myself and I</b>     | Osobnostní a sociální rozvoj žáků. Trénink a zdokonalování sociálních kompetencí – sebe prezentace, sebeprosazení, komunikační dovednosti, nenásilné řešení konfliktů, empatie. Aktivní forma práce na kompetencích pro další život. | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>A co bude dál...</b>     | Ukončení vzdělávání a vstup do pracovního procesu. Studenti si pomocí modelových situací ujasňují profesní směřování, sestavují životopis a seznamují se s administrativními povinnostmi. Řešena je i dluhová problematika.          | <b>2 100,- Kč</b> |
| <b>Let's talk about sex</b> | Gender a partnerské vztahy. Studenti reflektují mýty a genderové předsudky, podobu ideálního partnera a obsah partnerského vztahu. Program se mimo jiné dotýká tématu konsenzuálního sexu.                                           | <b>2 100,- Kč</b> |

## Ceny programů – ZŠ a SŠ

- 2 100,- Kč – základní cena (3 vyučovací hodiny přímé práce se žáky)
- \* 1 500,- Kč – pro školy v obcích, které přímo finančně podporují Centrum prevence Oblastní charity Žďár nad Sázavou
- \*\* 1 400,- Kč – pro 1. a 2. třídu ZŠ (program realizován na 2 vyučovací hodiny)

*Cena zahrnuje: přípravu programu, individuální konzultace s třídním učitelem / ŠMP / vedením školy před a po realizaci, sepsání a předání zápisu z programu.*

*K programům je účtováno cestovné 10 Kč/km ze Žďáru nad Sázavou.*

### Doplňkové služby

**Adaptační kurzy** pro nové třídní kolektivy: **15 000,- Kč** (program od ranních hodin 1. dne do odpoledních hodin 2. dne, plus příprava, materiální zajištění, konzultace).

*K adaptačnímu kurzu je účtováno cestovné 10 Kč/km ze Žďáru nad Sázavou.*

**Semináře a workshopy pro rodiče a pedagogické pracovníky** k tématům rizikového chování dětí a mládeže – konkrétní podoba dle domluvy. Cena dle domluvy.



## Selektivní primární prevence

Programy zaměřené na třídní kolektivy se zvýšeným výskytem rizikového chování nebo s podezřením na něj. Pracujeme s třídou jako celkem, využíváme prvky všeobecné primární prevence přizpůsobené dané problematice. Snahou je předcházet, zmírňovat či zastavit rozvoj rizikového chování.

### Zaměření programu

*Konfliktní vztahy ve třídě, šikana a kyberšikana, agresivní projevy, problémové začleňování nových žáků. Vždy podle konkrétní zakázky ze strany školy.*

### Cena selektivní prevence

| Téma programu                                                 | Anotace                                                                                                                                                                                                                                              | Cena                    |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Selektivní prevence – hodinová sazba</b>                   | Programy pro třídní kolektivy se zvýšeným výskytem rizikového chování (konflikty, šikana, kyberšikana, agrese, problémové začleňování nových žáků). Práce se třídou jako celkem s cílem předcházet, zmírňovat či zastavit rozvoj rizikového chování. | <b>1 000,- Kč / hod</b> |
| <b>Příklad: 1. blok (2 h) + 2. blok (3 h)</b>                 | Konzultace se školou, realizace 1. bloku se třídou (2 vyuč. hodiny), sociometrické šetření a vyhodnocení dat, konzultace s třídním učitelem, realizace 2. bloku (3 vyuč. hodiny), zhodnocení programu se školou.                                     | <b>5 000,- Kč</b>       |
| <b>Příklad: 1. blok (2 h) + 2. blok (3 h) + 3. blok (3 h)</b> | Rozšíření o 3. blok – konzultace s třídním učitelem, práce se třídou (3 vyuč. hodiny), zhodnocení programu se školou, případně setkání s rodiči. Sepsání a předání zápisu z programu.                                                                | <b>8 000,- Kč</b>       |

*Cena zahrnuje: přímou práci se třídou v daném rozsahu, sociometrické šetření a jeho vyhodnocení, konzultace s třídním učitelem / ŠMP / vedením školy, sepsání a předání zápisu z programu. Další možnosti dle domluvy. K programům je účtováno cestovné 10 Kč/km ze Žďáru nad Sázavou.*

## Kontakt

**Bc. David Filip, DiS.** – vedoucí programů školské primární prevence

Mobil: 777 755 658

E-mail: [prevence@zdar.charita.cz](mailto:prevence@zdar.charita.cz)

Adresa: Dolní 1, 591 01 Žďár nad Sázavou