

Preventivní program školy

pro školní rok 2025/2026



Gymnázium, Praha 10, Voděradská 2

1. Základní údaje o škole

Název a adresa školy	Gymnázium, Praha 10, Voděradská 2 Voděradská 900/2, 100 00, Praha 10
Zřizovatel školy	Hlavní město Praha
IČ	61385361
Webové stránky školy	www.gymvod.cz
Email	info@gymvod.cz
Jméno a příjmení ředitele	Vít Růžička
Telefon na ředitele	274 815 774
E-mail na ředitele	ruzicka@gymvod.cz

Školní metodička prevence	RNDr. Veronika Kopřivová		
Telefon	274 027 029		
E-mail	koprivova@gymvod.cz		
Specializační studium	Ne	Studuje	Ano
Realizátor vzdělávání	Jules a Jim z. ú.		

Výchovná poradkyně	PhDr. Magdalena Jandová		
Telefon	274 027 019		
E-mail	jandova@gymvod.cz		
Specializační studium	Ano	Studuje	Ne
Realizátor vzdělávání	Pedagogická fakulta UK		

Školní psycholožka	Mgr. Anna Košařová
Telefon	274 027 035
E-mail	kosarova@gymvod.cz, psycholog@gymvod.cz

Školní psycholožka	Mgr. et Bc. Miroslava Verešová
Telefon	274 027 035
E-mail	veresova@gymvod.cz, psycholog@gymvod.cz

Počet tříd a žáků

Nižší stupeň víceletého gymnázia: 9 tříd, 270 žáků.

Vyšší stupeň víceletého gymnázia: 10 tříd, 286 žáků.

Čtyřleté gymnázium: 5 tříd, 148 žáků.

Celkově školu navštěvuje 704 žáků.

Ve škole pracuje 77 pedagogů včetně externistů a učitelů na snížený úvazek.

Škola úzce spolupracuje s Pedagogicko-psychologickou poradnou pro Prahu 10 a se Speciálně pedagogickým centrem v Chotouňské ulici.

Na řízení a organizaci prevence nežádoucích sociálních jevů se kromě školní metodičky prevence, výchovné poradkyně, školních psycholožek aktivně podílejí též ředitel školy a jeho zástupci.

2. Stručná analýza situace

Data, která používáme k analýze aktuální situace, vycházejí z kvalitativního a kvantitativního hodnocení předcházejícího školního roku 2024/2025.

Za nejvíce problematické oblasti jsme vyhodnotili:

- Adaptace žáků prvních ročníků na nové školní prostředí. Jde jednak o sociální adaptaci, nastavení vztahů v novém třídním kolektivu, riziko vyloučení některých dětí z kolektivu třídy, riziko šikany, netolerance. Druhým problémem je potřeba nových strategií učení a školní práce, někteří žáci mají problém s objemem a náročností učiva, nevědí, jak se učit, nezvládají nároky, které na ně nově klade studium na gymnáziu oproti předchozí základní škole.
- Vývoj vztahů mezi žáky ve třídách nižšího gymnázia, riziko šikany.
- Zvládání stresových situací, psychická odolnost žáků. Někteří žáci školy mají strach z neúspěchu, ze selhání při různých testech a zkouškách, zkoušky absolvují pod velkým psychickým tlakem a mají horší výsledky, než očekávají.
- Hledání osobní identity, orientace ve světě, hledání svého místa. Součástí takového hledání je i objevování své genderové role související s problematikou LGBT+.
- Předchozí body spojené s emoční zátěží dětí a dospívajících mohou vést k dalším projevům rizikového chování, z nichž aktuální jsou různé formy sebepoškozování a opakovaná či dlouhodobá nepřítomnost ve škole.
- Užívání návykových látek, v první řadě alkoholu, v menší míře i dalších návykových látek včetně ilegálních.
- Nadměrné a nekontrolované užívání mobilních telefonů, sociálních sítí, online her, sledování obsahu či zapojování se do online hazardních her. Všechny tyto aktivity negativně ovlivňují schopnost soustředění, mezilidské vztahy i celkovou psychickou pohodu.
- Nedostatek systematické osvěty v oblasti sexuálního chování, osobních hranic a souhlasu. Některé děti a dospívající se mohou stát obětí nevhodného či násilného chování, a to jak v reálném životě, tak v online prostředí.

3. Stanovení cílů

Dlouhodobé cíle

1. Žáci se úspěšně adaptují na třídní kolektiv a studium na střední škole.
2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.
3. Ve škole je vytvořeno bezpečné prostředí, žáci mají důvěru k učitelům a k vedení školy a v případě problémů se mají na koho obrátit. Škola respektuje osobnost žáka.
4. Žáci mají vytvořeny studijní a pracovní návyky, které jsou předpokladem k úspěšnému studiu.
5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.
6. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškozování, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).
7. Škola spolupracuje a komunikuje s rodinou žáka.
8. Škola podporuje vzdělávání pedagogů v oblasti prevence nežádoucích sociálních jevů.
9. Žáci rozvíjejí zdravé digitální návyky, jsou vedeni ke kritickému myšlení v online prostoru a učí se předcházet návykovému chování spojenému s technologiemi (např. netolismus, online závislosti, rizikové hraní a hazardní chování).

Krátkodobé cíle

Cíl:	Úspěšná adaptace na nové školní prostředí
Ukazatele dosažení cíle:	Monitorování vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků prvních ročníků.
Zdůvodnění cíle:	Vytvoření předpokladů pro bezpečný pobyt ve škole a úspěšné studium. Navázání hodnotných a respektujících vztahů mezi spolužáky.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	1, 2, 3, 4

Cíl:	Efektivní péče o žáky řešící osobní, studijní nebo rodinné potíže
Ukazatele dosažení cíle:	Počet a vyhodnocení úspěšnosti řešených případů.
Zdůvodnění cíle:	Prevence studijního selhávání, prevence rizikového chování u žáků, psychická pohoda žáků.

Návaznost na dlouhodobé cíle:	3, 4, 5, 6
--------------------------------------	------------

Cíl:	Minimalizace a odstranění šikany a kyberšikany
Ukazatele dosažení cíle:	Počet řešených případů šikany ve škole. Vyhodnocení klimatu a vztahů ve třídách.
Zdůvodnění cíle:	Zlepšení mezilidských vztahů ve třídě. Psychické a sociální bezpečí žáků.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	2, 6

Cíl:	Prevence užívání návykových látek a patologického hráčství
Ukazatele dosažení cíle:	Počet vyskytujících se případů projevů studentů užívajících návykové látky ve škole. Poznatky a informace učitelů.
Zdůvodnění cíle:	Předcházení rizikům spojeným s užíváním návykových látek v době dospívání.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	5, 6

Cíl:	Prevence netolismu (tj. závislosti na digitálních technologiích, sociálních sítích, online hrách apod.)
Ukazatele dosažení cíle:	Snížení počtu případů nadměrného nebo problematického využívání digitálních technologií žáky .
Zdůvodnění cíle:	Včasná prevence závislostního chování spojeného s nadměrným užíváním digitálních technologií, sociálních sítí a online her, které může negativně ovlivnit psychické zdraví, školní výkonnost, sociální vztahy a každodenní fungování žáků.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	5,6, 9

Cíl:	Prevence předsudků a intolerance
Ukazatele dosažení cíle:	Snížení výskytu projevů verbální či neverbální intolerance, zesměšňování, vylučování z kolektivu na základě odlišnosti (např. etnické, náboženské, kulturní, sociální, genderové či jinak hodnotové).
Zdůvodnění cíle:	Pěstování respektu, empatie a otevřenosti k jinakosti přispívá k bezpečnému a inkluzivnímu školnímu prostředí. Prevence předsudečného chování a intolerance snižuje riziko šikany, sociálního vyloučení i radikalizace a posiluje pozitivní mezilidské vztahy.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	2, 3, 5, 6

Cíl:	Prevence rizikového sexuálního chování
Ukazatele dosažení cíle:	Zvýšení informovanosti žáků o tématech zdravé sexuality, bezpečného sexuálního chování, sexuálního souhlasu, práv v oblasti sexuálních vztahů a ochraně před sexuálním násilím. Zlepšení schopnosti žáků rozpoznat nevhodné či rizikové chování (např. sexuální nátlak, grooming, sexting) a vědět, jak na něj reagovat nebo kam se obrátit o pomoc.
Zdůvodnění cíle:	Prevence přispívá k ochraně žáků před rizikovým sexuálním chováním, sexuálním násilím a negativními důsledky nedostatečné informovanosti v oblasti mezilidských a intimních vztahů.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	2, 3, 5, 6

Cíl:	Prevence hazardního hraní
Ukazatele dosažení cíle:	Informovanost žáků o rizicích hazardního hraní, včetně online hazardu a mikrotransakcí ve hrách.
Zdůvodnění cíle:	Prevence přispívá k ochraně žáků před vznikem hráčské závislosti, finančními a sociálními problémy souvisejícími s hazardním chováním, zejména v online prostředí.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	4,5, 9

Cíl:	Prevence vandalismu na škole
Ukazatele dosažení cíle:	Konkrétní projevy vandalismu ve škole.
Zdůvodnění cíle:	Posilování pozitivních životních hodnot a postojů. Posílení zodpovědnosti za vlastní jednání. Spoluzodpovědnost žáků za prostředí ve škole.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	3, 6

Cíl:	Rozvíjení spolupráce a komunikace s rodiči
Ukazatele dosažení cíle:	Počet rodičů, kteří se s problematikou svých dětí obrací na třídní učitele či školní psycholožku. Sdílení informací mezi školou a rodinou.
Zdůvodnění cíle:	Zvýšení efektivity prevence formou synergického efektu školy a rodiny.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	7

Cíl:	Vzdělávání pedagogů
Ukazatele dosažení cíle:	Počet pedagogů, kteří absolvovali vzdělávací programy. Uplatňování nových poznatků pedagogů.

Zdůvodnění cíle:	Pedagogové mají lepší znalosti a dovednosti pro preventivní činnost a pro zvládání krizových situací.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	8

Cíl:	Vzdělávání pro školního metodika prevence
Ukazatele dosažení cíle:	Školní metodik prevence úspěšně absolvuje vzdělávací program.
Zdůvodnění cíle:	Stabilní obsazení pozice školního metodika prevence.
Návaznost na dlouhodobé cíle:	3, 6, 8

4. Skladba aktivit PPŠ pro jednotlivé cílové skupiny

a) Pedagogové

Název a odborné zaměření vzdělávání	Specializační studium pro školní metodiky*čky prevence
Stručná charakteristika	Prohloubení a rozšíření kompetencí pro plánování, realizaci a vyhodnocování prevence rizikového chování ve škole, a to jak pro jednotlivce, tak pro skupiny (třídy). Průprava, aby absolventi sami dokázali vyhledávat žáky a třídy v riziku , doporučovat jim odborné intervence, spolupracovat se školskými poradenskými zařízeními a dalšími institucemi.
Realizátor/lektor	Jules a Jim, z. ú.
Počet proškolených pedagogů	1
Počet hodin	346
Termín konání	2025–2027

Název a odborné zaměření vzdělávání	Vzdělávací programy pro učitele
Stručná charakteristika	V každém pololetí absolvují učitelé jeden blok vzdělávání podle nabídky vzdělávací agentury.
Realizátor/lektor	Různé organizace podle aktuální nabídky.
Počet proškolených pedagogů	Podle zájmu pedagogů
Počet hodin	2 x 10
Termín konání	Podle dohody

Název a odborné zaměření vzdělávání	Konzultace pro pedagogy
Stručná charakteristika	Sdílení problematických situací ve výuce, individuální konzultace, metodická a odborná pomoc
Realizátor/lektor	Psychologická konzultantka školy, školní psycholožka
Počet proškolených pedagogů	Podle zájmu pedagogů
Počet hodin	Podle potřeby
Termín konání	Podle potřeby

b) Žáci

Tematické bloky ve výuce, zaměřené na prevenci rizikového chování

Ročník	Předmět	Vzdělávací oblast	Téma	Časová dotace	Vyučující
--------	---------	-------------------	------	---------------	-----------

primy	OV	Mezilidské vztahy	Tolerance, Multikulturní společnost, Rodina a domov	3-5 h.	vyučující předmětů
sekundy	OV	Stát a právo	Lidská práva a práva dítěte	3 h.	vyučující předmětů
tercie	D OV B	2. světová válka Člověk jako jedinec Lidské tělo, Nakažlivé nemoci	Problematika holocaustu Dospívání, Lásky a sex Orgány, Pohlavní nemoci	2 h. 5 h. 3 h.	vyučující předmětů
kvarty	OV, IVT	Člověk ve společnosti Stát a právo Náboženství	Sociální sítě Trestní odpovědnost mladistvých Výchova k toleranci	1-2 h. 2-3 h.	vyučující předmětů
kvinty	ZSV	Stát a právo	Morálka a právo	6 h.	vyučující předmětů
sexta	ZSV	Sociologie	Masmédia, Etnocentrismus	4 h.	vyučující předmětů
septima	ZSV	Sociální psychologie	Psychopatologie, duševní hygiena	4 h.	vyučující předmětů
oktáva	ZSV	Filozofie	Etika, hodnoty	4 h.	vyučující předmětů
1. ročník	ZSV	Právo	Právní způsobilost, Trestní odpovědnost, Kriminalita mládeže	6 h.	vyučující předmětů
2. ročník	ZSV	Sociologie	Socializace, Sociálně-patologické chování	4 h.	vyučující předmětů
3. ročník	ZSV	Psychologie	Psychopatologie	3 h.	vyučující předmětů
4. ročník	ZSV	Filozofie	Hodnoty, aplikovaná etika	6 h.	vyučující předmětů

Třídnické hodiny

Název programu	Třídnické hodiny
Typ programu	Pravidelný preventivní program, osobnostní a sociální výchova
Stručná charakteristika programu	Pravidelně zařazované hodiny zaměřené na posilování vztahů ve třídních kolektivech, rozvoj komunikace, spolupráce a řešení aktuálních třídních témat. Slouží k včasné identifikaci problémů a podpoře bezpečného a respektujícího prostředí.
Realizátor	Třídní učitelé ve spolupráci s ŠPP
Cílová skupina	Žáci všech tříd
Počet žáků v programu	počet
Počet hodin programu	6-10
Návaznost programu na cíle PPŠ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Žáci se úspěšně adaptují na třídní kolektiv a studium na střední škole. 2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování. 3. Ve škole je vytvořeno bezpečné prostředí, žáci mají důvěru k učitelům a k vedení školy a v případě problémů se mají na koho obrátit. Škola respektuje osobnost žáka. 4. Žáci mají vytvořeny studijní a pracovní návyky, které jsou předpokladem k úspěšnému studiu. 5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.
Ukazatele úspěšnosti	Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků. Úspěšnost zvládnání náročných situací.
Termín	V průběhu školního roku
Zodpovědná osoba	Třídní učitelé, školní psychologka a metodička prevence

Specifická primární prevence

Název programu	(Ne)zdravý kolektiv
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Program přispívá k budování zdravých mezilidských vztahů, prevenci konfliktů a posílení celkové pohody a bezpečí ve třídě. Kromě tématu důvěry budou žáci/studenti během programu seznámeni rovněž s jednotlivými druhy hranic, které se budou učit rozpoznávat a akceptovat jejich rozdílné úrovně a nastavení.
Realizátor	Proxima Sociale o.p.s.
Cílová skupina	Žáci nižšího stupně gymnázia – primy
Počet žáků v programu	60
Počet hodin programu	3 hodin pro každou třídu, celkem 6 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p> <p>6. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškozování, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).</p>
Ukazatele úspěšnosti	<p>Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků.</p> <p>Úspěšnost zvládnutí náročných situací.</p> <p>Duševní zdraví žáků.</p>
Termín	únor – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Agresivita a asertivita
Typ programu	Program primární prevence pro žáky

Stručná charakteristika programu	Cílem programu je posílit schopnost vyjadřovat své potřeby a názory s respektem k druhým, jejich potřebám a hranicím. Lektorující žákům/studentům osvětlí pojmy agresivita a asertivita a seznámí je s principy asertivního chování a jeho výhodami. Žáci/studenti se dozvědí, jak efektivně vyjádřit svůj názor a jak se zdravě prosadit ve skupině.
Realizátor	Proxima Sociale o.p.s.
Cílová skupina	Žáci nižšího stupně gymnázia - sekundy
Počet žáků v programu	58
Počet hodin programu	3 hodin pro každou třídu, celkem 6 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškozování, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).</p> <p>6. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškozování, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).</p>
Ukazatele úspěšnosti	<p>Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků.</p> <p>Úspěšnost zvládnutí náročných situací.</p> <p>Duševní zdraví žáků.</p>
Termín	září 2025 - leden 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Vztahy v kyberprostoru
Typ programu	Program primární prevence pro žáky

Stručná charakteristika programu	Program přispívá k posílení digitální gramotnosti a zvýšení povědomí o rizicích, kterým mohou žáci v digitálním světě čelit. Cílem programu je seznámit třídní kolektiv s pojmy kyberšikana, kybergrooming, kyberstalking a sexting a podpořit jej ve vytváření zdravých a bezpečných vztahů v kyberprostoru. Žáci se zamyslí nad důsledky vlastního chování v internetovém prostředí a dozvědí se, jak předcházet rizikovým situacím či jak tyto situace případně řešit.
Realizátor	Proxima Sociale o.p.s.
Cílová skupina	Žáci nižšího stupně gymnázia – sekundy
Počet žáků v programu	58
Počet hodin programu	3 hodin pro každou třídu, celkem 6 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p> <p>6. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškozování, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).</p>
Ukazatele úspěšnosti	<p>Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků.</p> <p>Úspěšnost zvládnutí náročných situací.</p> <p>Duševní zdraví žáků.</p>
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Vsadiš se...
Typ programu	Program primární prevence pro žáky

Stručná charakteristika programu	Program realizovaný formou divadelního představení zaměřeného na primární prevenci. Využívá interaktivní metodu „divadlo fórum“. Program otvírá téma sázení a hazardu. Jak rychle se může z nevinné hry stát závislost? Co mají všechny závislosti podobného?
Realizátor	Divadelta z.s.
Cílová skupina	Žáci nižšího stupně gymnázia – tercie
Počet žáků v programu	30
Počet hodin programu	2 hodiny
Návaznost programu na cíle PPŠ	5. Žáci mají příležitost k poznání sama sebe, k bezpečnému hledání své identity a sociální role. Žáci o sebe pečují, učí se psychohygieně. 9. Žáci rozvíjejí zdravé digitální návyky, jsou vedeni ke kritickému myšlení v online prostoru a učí se předcházet návykovému chování spojenému s technologiemi (např. netolismus, online závislosti, rizikové hraní a hazardní chování).
Ukazatele úspěšnosti	Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	září 2025 – leden 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Pozor křehké
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Program realizovaný formou divadelního představení zaměřeného na primární prevenci. Využívá interaktivní metodu „divadlo fórum“. Představení odkrývá současný fenomén takzvaného sextingu, neboli sdílení intimních fotografií, videí a informací na sociálních sítích.
Realizátor	Divadelta z.s.
Cílová skupina	Žáci nižšího stupně gymnázia – tercie
Počet žáků v programu	31
Počet hodin programu	2 hodiny

Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p>
Ukazatele úspěšnosti	<p>Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků.</p> <p>Úspěšnost zvládnutí náročných situací.</p> <p>Duševní zdraví žáků.</p>
Termín	září 2025 – leden 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Poslední mince
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	<p>Program realizovaný formou divadelního představení zaměřeného na primární prevenci. Využívá interaktivní metodu „divadlo fórum“.</p> <p>Program otevírá téma finanční gramotnosti. Proč jsou pro nás důležité materiální věci? Proč si kupovat věci jen, když na ně skutečně mám? Jak zacházet s penězi a proč šetřit? Co je to chudoba?</p>
Realizátor	Divadelta z.s.
Cílová skupina	Žáci nižšího stupně gymnázia – tercie
Počet žáků v programu	30
Počet hodin programu	2 hodiny
Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>4. Žáci mají vytvořeny studijní a pracovní návyky, které jsou předpokladem k úspěšnému studiu.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p>

	9. Žáci rozvíjejí zdravé digitální návyky, jsou vedeni k kritickému myšlení v online prostoru a učí se předcházet návykovému chování spojenému s technologiemi (např. netolismus, online závislosti, rizikové hraní a hazardní chování).
Ukazatele úspěšnosti	Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků. Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Nové drogy, nové riziko: Co je dnes mezi teenagery
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Program je zaměřen na aktuální trendy v užívání návykových látek mezi dospívajícími. Informuje o nových typech drog, způsobech jejich šíření a rizicích spojených s jejich užíváním. Cílem je zvýšit informovanost žáků, posílit jejich schopnost činit informovaná rozhodnutí a rozpoznat varovné signály rizikového chování ve svém okolí.
Realizátor	Drop-in, s.r.o.
Cílová skupina	Žáci nižšího gymnázia – tercie
Počet žáků v programu	91
Počet hodin programu	2 hodiny pro každou třídu, celkem 6 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice. 6. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškození, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).
Ukazatele úspěšnosti	Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Blázníš? No a!
Typ programu	Program primární prevence pro žáky

Stručná charakteristika programu	Vzdělávací, zážitkový a interaktivní program primární prevence pro žáky. Rozvíjí dovednosti, znalosti a postoje v oblasti péče o duševní zdraví.
Realizátor	Fokus Praha, z.ú.
Cílová skupina	Žáci nižšího gymnázia – kvarty
Počet žáků v programu	60
Počet hodin programu	6 hodin pro každou třídu, celkem 12 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování. 4. Žáci mají vytvořeny studijní a pracovní návyky, které jsou předpokladem k úspěšnému studiu. 5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.
Ukazatele úspěšnosti	Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků. Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	září 2025 – leden 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Program o předsudcích a volbách
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Zážitkový program. Třída prožije školní volby a při hře zjistí, jak jejich emoce, názory a hodnoty ovlivňují to, jak vnímají druhé.
Realizátor	Dobronauti s.r.o.
Cílová skupina	Žáci nižšího gymnázia – kvarty
Počet žáků v programu	60
Počet hodin programu	3 hodin pro každou třídu, celkem 6 hodin

Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>2.V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p>
Ukazatele úspěšnosti	<p>Kvalita vztahů ve třídách, studijních a pracovních návyků žáků.</p> <p>Úspěšnost zvládnutí náročných situací.</p> <p>Duševní zdraví žáků.</p>
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Jak neskrollovat do zblbnutí
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Interaktivní workshop je zaměřen na prevenci digitální závislosti. Program žákům přibližuje principy fungování digitálních platforem a odhaluje záměrné mechanismy vzbuzující návykové chování. Součástí programu je rozpoznávání návykových prvků sociálních sítí a her, reflexe vlivu digitálního prostředí na psychiku a mezilidské vztahy a návrh konkrétních strategií pro nastavení zdravých digitálních návyků.
Realizátor	Onfine z.s.
Cílová skupina	Žáci vyššího gymnázia – kvinty a 1. ročník
Počet žáků v programu	83
Počet hodin programu	2 hodin pro každou třídu, celkem 6 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p> <p>9. Žáci rozvíjejí zdravé digitální návyky, jsou vedeni k kritickému myšlení v online prostoru a učí se předcházet</p>

	návykovému chování spojenému s technologiemi (např. netolismus, online závislosti, rizikové hraní a hazardní chování).
Ukazatele úspěšnosti	Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Když to chce
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Workshop je zaměřen na rozpoznávání mýtů, stereotypů a rizik spojených se sexualitou a sexuálním násilím. Prostřednictvím diskuse vede žáky k porozumění významu souhlasu, nastavování osobních hranic a respektu ve vztazích. Program podporuje zodpovědný přístup k vlastní sexualitě, upozorňuje na riziko společenského tlaku a učí rozpoznávat různé formy sexuálního násilí. Součástí je také edukace o tom, jak poskytnout bezpečnou podporu osobě, která násilí zažila.
Realizátor	Konsent z.s.
Cílová skupina	Žáci vyššího gymnázia – sexty a 2. ročník
Počet žáků v programu	118
Počet hodin programu	3 hodiny pro každou třídu, celkem 12 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování. 5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.
Ukazatele úspěšnosti	Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Drogy vyvolávající fyzickou a psychickou závislost a právní povědomí
-----------------------	---

Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Během tohoto semináře dochází k prohlubování informovanosti o návykových látkách, včetně účinků drog a jejich společenské nebezpečnosti. V průběhu preventivního programu je představen systém vzniku závislostního chování, následný rozvoj a dopad na jedince a jeho okolí. Seznamujeme žáků s právní odpovědností, legislativními normami a výchovnými opatřeními po dosáhnutí 15 let a výše.
Realizátor	Drop-in, s.r.o.
Cílová skupina	Žáci vyššího gymnázia – septimy a 3. ročník
Počet žáků v programu	120
Počet hodin programu	3 hodiny pro každou třídu, celkem 12 hodin
Návaznost programu na cíle PPŠ	5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice. 6. Škola má vytvořené nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací (akutní problémy žáků, šikana, sebepoškozování, distribuce a užívání návykových látek ve škole apod.).
Ukazatele úspěšnosti	Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Nestresuj se stresem
Typ programu	Program primární prevence pro žáky
Stručná charakteristika programu	Interaktivní program podporující otevřenou komunikaci a sebereflexi. Studenti se seznámí s reakcí „fight or flight“, naučí se rozpoznat fyziologické projevy stresu, zodpovědně je zvládat a orientovat se v tom, kde hledat odbornou pomoc.
Realizátor	MPedu z.s.
Cílová skupina	Žáci vyššího gymnázia – oktávy a 4. ročník
Počet žáků v programu	119
Počet hodin programu	2 hodiny pro každou třídu, celkem 8 hodin

Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>4. Žáci mají vytvořeny studijní a pracovní návyky, které jsou předpokladem k úspěšnému studiu.</p> <p>5. Škola vytváří žákům příležitost k poznání sama sebe, k nacházení své identity a sociální role. Žáci jsou seznamováni se základy psychohygieny, jsou vedeni k péči o sebe sama a k rozvoji zdravých vztahů. Učí se rozpoznávat rizikové a nevhodné chování ve vztazích, chápou význam souhlasu, respektu a vědí, jak chránit své osobní hranice.</p>
Ukazatele úspěšnosti	Úspěšnost zvládnání náročných situací. Duševní zdraví žáků.
Termín	leden – červen 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Adaptační kurzy a a navazující třídnické hodiny
Typ programu	Interaktivní pobyt a následná práce se třídou
Stručná charakteristika programu	Třídenní seznamovací/adaptační kurzy (září 2026), navazují jednodenní kurz (únor 2026). Zaměřeno na stmelení kolektivu, probíhá mimo prostředí školy. Podpora zdravých sociálních norem v rámci kolektivu, skupinová spolupráce, tolerance.
Realizátor	Agentura Wenku
Cílová skupina	Žáci nově nastupujících ročníků
Počet žáků v programu	117
Počet hodin programu	80 hodin (adaptační kurzy) + 24 (navazující kurz)
Návaznost programu na cíle PPŠ	<p>1. Žáci se úspěšně adaptují na třídní kolektiv a studium na střední škole.</p> <p>2. V třídním kolektivu jsou zdravě nastavené vzájemné vztahy, každý žák je platným členem kolektivu, žáci se vzájemně podporují a mají přátelské vztahy. Ve škole je podporována atmosféra vzájemného respektu, tolerance a otevřenosti vůči odlišnostem. Vztahy ve třídě snižují riziko šikany a předsudečného chování.</p> <p>4. Žáci mají vytvořeny studijní a pracovní návyky, které jsou předpokladem k úspěšnému studiu.</p>
Ukazatele úspěšnosti	Zpětná vazba žáků Poskytnutá zpráva o stavu tříd od organizace Wenku Sledování vztahů mezi žáky v nových třídách. Posouzení studijních a pracovních návyků žáků.
Termín	září 2025 + únor 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

Název programu	Práce ŠPP se školními třídami
Typ programu	Skupinová práce se třídami
Stručná charakteristika programu	Diagnostika třídních skupin, depistáž, screening, návazná práce se třídou, řešení aktuálně vzniklých situací
Realizátor	Školní psycholožka, psychologická konzultantka školy
Cílová skupina	Žáci gymnázia
Počet žáků v programu	704
Počet hodin programu	Podle potřeby
Návaznost programu na cíle PPŠ	3. Ve škole je vytvořeno bezpečné prostředí, žáci mají důvěru k učitelům a k vedení školy a v případě problémů se mají na koho obrátit. Škola respektuje osobnost žáka. 5. Žáci mají příležitost k poznání sama sebe, k bezpečnému hledání své identity a sociální role. Žáci o sebe pečují, učí se psychohygieně. 6. Škola má vytvořeny nástroje a opatření pro řešení krizových a náročných situací.
Ukazatele úspěšnosti	Evaluace na konci programu a na konci školního roku
Termín	Průběžně podle potřeby
Zodpovědná osoba	Mgr. Anna Košařová, Mgr. et Bc. Miroslava Verešová

c) Rodiče

Název programu	Třídní schůzky
Stručná charakteristika programu	Řešení aktuální situace ve škole a ve třídě
Realizátor	Škola
Počet hodin programu	podle potřeby
Termín konání	Pro nastupující třídy prvních ročníků: červen 2026 Pro všechny třídy: listopad 2025, duben 2026
Zodpovědná osoba	Ředitel školy, třídní učitelé

Název programu	Individuální konzultace s rodiči
Stručná charakteristika programu	Individuální konzultace dle potřeb rodičů, žáků, pedagogů
Realizátor	Školní psycholožka, třídní učitelé
Počet hodin programu	Podle potřeby
Termín konání	Podle potřeby
Zodpovědná osoba	Mgr. Anna Košařová, Mgr. et Bc. Miroslava Verešová, třídní učitelé

Název programu	Nové návykové látky u mladistvých
Stručná charakteristika programu	Přednáška pro rodiče s důrazem na rizika spojená s užíváním nikotinových sáčků, elektronických cigaret, kratomu, a dalších podobných látek, které jsou v současné době velmi aktuální. Cílem je zvýšit povědomí a

	informovanost o těchto látkách a jejich negativním vlivu na zdraví mladých lidí.
Realizátor	Drop-in o.p.s.
Počet hodin programu	2-3 hodiny
Termín konání	Jaro 2026
Zodpovědná osoba	RNDr. Veronika Kopřivová

5. Evaluace

a) Kvalitativní hodnocení

Ve školním roce 2024/2025 škola navazovala na systém primární prevence z předchozích let. Klíčovým prvkem byla individuální podpora žáků, zejména v oblasti duševního zdraví, zvládání náročných životních situací a uzpůsobení školních podmínek v případě potřeby. Důraz byl kladen na otevřenou a vstřícnou komunikaci s rodiči, která umožňovala identifikaci potřeb žáků i rodičů a hledání vhodných řešení.

Součástí primární prevence byla také cílená podpora pedagogů při zvládání nových výzev. Pedagogům byly průběžně poskytovány aktuální informace, metodická podpora a možnost dalšího vzdělávání, což přispělo k posílení jejich profesní role i osobní pohody.

Významnou roli sehrála individuální práce s žáky, kteří vyžadovali zvýšenou péči a doprovázení. V rámci školního poradenského pracoviště (ŠPP) i nadále úzce spolupracovaly výchovná poradkyně, školní psycholožka a následně i metodička prevence, jejíž funkce byla obsazena v průběhu školního roku.

ŠPP aktivně spolupracovalo s následujícími externími subjekty:

- Pedagogicko-psychologická poradna pro Prahu 10
- Speciálně pedagogické centrum při SŠ, ZŠ a MŠ, Praha 10, Chotouňská 476
- Proxima Sociale o. s. – realizace pravidelných programů primární prevence
- Agentura Wenku s. r. o. – realizace adaptačních kurzů pro nově nastupující ročníky
- Divadelta z. s. a Fokus Praha, z. ú. – nové preventivní programy

Realizované programy proběhly bez komplikací a setkaly se ve většině s pozitivní zpětnou vazbou ze strany žáků i pedagogů. Organizace Proxima Sociale o. s., Divadelta z. s. a Fokus Praha, z. ú. poskytly osvědčené programy zaměřené na prevenci rizikového chování a podporu pozitivních životních hodnot a postojů.

Témata jednotlivých programů vybírali třídní učitelé na základě aktuálních potřeb a zájmu žáků, po konzultaci se školní psycholožkou a metodičkou prevence.

Ve srovnání s předchozími lety byl však počet realizovaných programů primární prevence nižší. Tato skutečnost souvisela s pozdním obsazením pozice školního metodika prevence, ke kterému došlo až v průběhu školního roku. Přes tento dočasný výpadek se podařilo zajistit kontinuitu preventivní práce a obnovit spolupráci s klíčovými partnery.

Adaptační kurzy realizované Agenturou Wenku byly hodnoceny velmi pozitivně. Lektorský tým se vyznačoval profesionálním přístupem, rozmanitostí aktivit a schopností udržet si pozornost žáků. Kurzy významně přispěly ke stmelování třídních kolektivů, usnadnily žákům přechod na novou školu, seznámení s vrstevníky, učiteli i školní psycholožkou.

Vedle činností školního poradenského pracoviště a externích organizací zařazovali pedagogové preventivní témata i do běžné výuky. Především v předmětech občanská výchova a základy společenských věd byla systematicky věnována pozornost oblastem zdravého životního stylu, mezilidských vztahů, komunikace a prevence rizikového chování.

b) Kvantitativní hodnocení

I. Práce pedagogického sboru

Vzdělávací akce pro pedagogické pracovníky v oblasti duševního zdraví a prevence rizikového chování	
Počet vzdělávacích aktivit	7 individuálních, 3 skupinové
Počet celkově proškolených pedagogů	30
Počet hodin – individuální účast	43
Počet hodin – skupinové vzdělávací aktivity	celkem 280, průměrně 7 hod na účastníka

II. Spolupráce školy s rodiči

	Počet aktivit	Počet hodin	Počet zúčastněných rodičů
Aktivity pro rodiče v oblasti prevence RCH	3 (třídní schůzky, návazné konzultace, individuální konzultace)	cca 4 hod. + individuální konzultace s pedagogy, psycholožkou	Cca 600

III. Preventivní aktivity pro žáky školy

	Počet aktivit	Počet žáků	Počet hodin přímé práce
Blok primární prevence	9	210	37
Pobytová akce – Adaptační výjezd	1	150	24