



**HRAVĚ O PREVENCI
PRO STŘEDNÍ ŠKOLY**

Nabídka pro školní rok 2018/2019



HOP

HRAVĚ O PREVENCI

DLOUHODOBÝ PROGRAM ŠKOLSKÉ VŠEOBECNÉ PRIMÁRNÍ PREVENCE HRAVĚ O PREVENCI

Program naplňuje výstupy stanovené Rámcovým vzdělávacím programem. Formy působení jsou přizpůsobeny věkovým skupinám dětí. Zaměřuje se na běžnou populaci **bez rozdělování na méně či více rizikové skupiny.**

Je založen na vizi ucelené péče v oblasti prevence rizikového chování pro žáky po dobu jejich školní docházky.

Je určen pro žáky 1. ročníků středních škol.

Program pracuje se třídou jako skupinou.

V průběhu školního roku působí lektori ve třídě obvykle čtyři vyučovací hodiny (2 dvouhodinové bloky). Preferujeme dlouhodobou spolupráci se školou, lektori vstupují do stejných tříd opakovaně (obvykle dvakrát ročně).

Program naplňuje principy efektivní primární prevence

– je systematický a dlouhodobý, je určený pro menší počet žáků (skupina max. 30 účastníků, tj. 1 třída) a je interaktivní, orientuje se nikoliv pouze na úroveň informací, ale i na kvalitu postojů a změnu chování.

Využívá různých forem práce a aktivizačních prvků – práce ve skupině, diskuze, dramatické, aktivační a pohybové techniky, zpětná vazba. Po všech aktivitách obvykle následuje reflexe. Z hlediska specifické prevence se program zaměřuje na tyto rizikové jevy:

- **Spektrum poruch příjmu potravy**
- **Sexuální rizikové chování**
- **Prevence v adiktologii – kouření, alkohol, léky a nelegální drogy, hráčství, jiné návykové chování**

CÍLE PROGRAMU

1. Předcházení a zmírnění následků rizikového chování.
2. Podpora zdravého způsobu života.
3. Podpora utváření zdravého kolektivu v rámci jednotlivých tříd, podpora kooperace, koheze a třídní sounáležitosti.

Žáci:

- jsou schopni náhledu na rizikové situace, dokáží zvážit důsledky vlastních rozhodnutí, utvářet si postoje, vhodně zareagovat, projevit svůj názor, poskytnout zpětnou vazbu, asertivně zareagovat.
- znají možné kontakty na zařízení, kam se mohou obrátit o pomoc.

Třídní učitelé:

- jsou informováni o stavu rizikového chování v dané třídě a znají navržený postup pro další možnou práci se třídou.

Konkrétní cíle se pak odvíjejí od konkrétních témat, která zástupci školy zvolí pro jednotlivé třídy.

Projekt Hravě o prevenci pro střední školy je v roce 2018 podpořen Ústeckým krajem v dotačním programu Podpora aktivit zaměřených na zlepšení zdravotního stavu obyvatel Ústeckého kraje.

NABÍDKA TÉMAT:

ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL V DOSPÍVÁNÍ

Ročník: 1. ročník SŠ

Téma: Výživový talíř, zásady správné výživy v dospívání, pravdy a mýty v oblasti zdravého životního stylu, rizikové jídelní chování

Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Zvýšení zdravotní gramotnosti a motivace ke zdravému životnímu stylu

Zaměření na rizikové jevy:

- Prevence v adiktologii – léky, hráčství, jiné návykové chování



NÁSTRAHY INTERNETU

Ročník: 1. ročník SŠ

Téma: Soutěžná hra – základní pojmy (internet, kyberšikana), zásady správného chování na internetu

Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Vytvoření správných postojů, způsobů chování a zodpovědnosti v oblasti prevence kyberšikany, zvyšování úrovně znalostí o virtuálním světě

Zaměření na rizikové jevy:

- Základní vzorce bezpečného chování na internetu, rizikové chování na internetu, kyberšikana



NABÍDKA TÉMAT:

MÍT SVÉ TĚLO RÁDA

Ročník: 1. ročník SŠ – pouze dívky

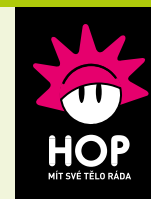
Téma: Body image, kult krásy, klamavá reklama, spektrum poruch příjmu potravy, rizika výživových experimentů

Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Kritické vnímání mediálních sdělení v oblasti správné výživy, posilování psychosociální dovednosti (posilování sebedůvěry a sebevědomí, používání pozitivní aserce)

Zaměření na rizikové jevy:

- Spektrum poruch příjmu potravy
- Prevence v adiktologii – léky, hráčství, jiné návykové chování



REPRODUKČNÍ ZDRAVÍ

Ročník: 1. ročník SŠ

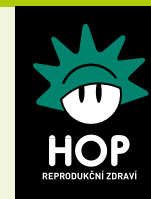
Téma: Pohlavně přenosné nemoci – prevence a léčba, možná rizika, rizikové skupiny, epidemiologické situace v ČR a ve světě, antikoncepce, bezpečný sex, podpora oddálení prvního pohlavního styku, vhodné kombinovat s programem HOP

Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Vytvoření správných postojů, způsobů chování a zodpovědnosti v oblasti prevence pohlavně přenosných chorob a zvýšení úrovně znalostí o možnostech prevence pohlavně přenosných chorob

Zaměření na rizikové jevy:

- Sexuální rizikové chování



NABÍDKA TÉMAT:

HOP ANEB HRAVĚ O POHLAVNĚ PŘENOSNÝCH CHOROBÁCH

Ročník: 1. ročník SŠ

Téma: Soutěžní hra – stavba pohlavního ústrojí muže a ženy, pohlavně přenosné nemoci (HIV, HPV, VHB, VHC) a jejich prevence, bezpečný sex, vhodné kombinovat s programem Reprodukční zdraví
Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Vytvoření správných postojů, způsobů chování a zodpovědnosti v oblasti prevence pohlavně přenosných chorob a zvýšení úrovně znalostí o možnostech prevence pohlavně přenosných chorob

Zaměření na rizikové jevy:

- Sexuální rizikové chování



ONKO PREVENCE PRO MLADÉ MUŽE

Ročník: 1. ročník SŠ

Téma: Obecná prevence nádorových onemocnění, prevence rakoviny kůže, prevence rakoviny varlat, samovyšetření varlat

Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Zvýšení zdravotní gramotnosti a motivace ke zdravému životnímu stylu

Zaměření na rizikové jevy:

- Prevence v adiktologii – léky, hráčství, jiné návykové chování



NABÍDKA TÉMAT:

ONKO PREVENCE PRO DÍVKY

Ročník: 1. ročník SŠ

Téma: Obecná prevence nádorových onemocnění, prevence rakoviny kůže, prevence rakoviny děložního čípku, prevence rakoviny prsu, samovyšetření prsů

Časová dotace: 2 x 45 min.

Cíle: Zvýšení zdravotní gramotnosti a motivace ke zdravému životnímu stylu

Zaměření na rizikové jevy:

- Prevence v adiktologii – léky, hráčství, jiné návykové chování



CENÍK

Cena při realizaci jednotlivých bloků

(bez vstupu školy do programu Hravě o prevenci):
700 Kč + 21% DPH (90 min)

Cena za jeden blok

při vstupu školy do programu Hravě o prevenci:
400 Kč vč. DPH (90 min)

Více informací o programu:

www.hraveoprevenci.cz

Kontakt pro objednání programu:

Mgr. Anna Milerová - vedoucí programu Hravě o prevenci

tel.: +420 734 448 939

e-mail: anna.milerova@zuusti.cz



**Zdravotní ústav
se sídlem v Ústí nad Labem**
Moskevská 15, 400 01 Ústí nad Labem
www.zuusti.cz

Grafika:
MgA. Jiří Ďuriš (HogoFogoDesign.com)



Ústecký kraj

Vydání brožury bylo finančně podpořeno Ústeckým krajem,
v dotačním programu „Podpora aktivit zaměřených na zlepšení zdravotního stavu
obyvatel Ústeckého kraje“ pro rok 2018.