

Přehled programů primární prevence Jules a Jim, z.ú.

2020 - 2021



jules a jim

Typ prevence	Oblast	PROGRAMY (preventivní zacílení)	Časová dotace (vyučovací h.)	MŠ	1. stupeň ZŠ					2. stupeň ZŠ				SŠ	
					1	2	3	4	5	6	7	8	9		
MŠ specifická a nespecifická prevence		Já a emoce (nespecifická PP)	1h												
		Já a kamarádství (přijímání odlišnosti)	1h												
		Já a návykové látky (tabák, alkohol, drogy)	1h												
		Já a konflikty (nespecifická PP)	1h												
		Já a moje bezpečí (nespecifická PP)	1h												
specifická prevence ZŠ a SŠ	závislosti	Nekuřátka A (tabák)	2h												
		Nekuřátka B (tabák)	2h												
		Típní to I. (tabák)	2h												
		Típní to II. (tabák)	2h												
		Típní to III. (tabák)	2h												
		(Ne)zahulíme, uvidíme I. (tráva)	2h												
		(Ne)zahulíme, uvidíme II. (tráva)	2h												
		(Ne)pijeme s rozumem I. (alkohol)	2h												
		(Ne)pijeme s rozumem II. (alkohol)	2h												
		(Ne)beru (drogy)	2h												
	kyberprostor	Digitální wellbeing I. (netolismus a herní porucha)	3h												
		Digitální wellbeing II. (netolismus a herní porucha)	2h												
		(Ne)bezpečí na síti I. (rizikové chování v kyberprostoru)	3h												
		(Ne)bezpečí na síti II. (rizikové chování v kyberprostoru)	2h												
	šikana	Šikana a kyberšikana I.	3h												
		Šikana a kyberšikana II.	3h												
	ostatní oblasti	Vztahy, partnerství a sexualita	4h												
		Duha (homofobie a homofobní šikana)	2h												
		Každý jsme jiný a je to OK (přijímání individuální odlišnosti)	2h												
		Předsudky, xenofobie a radikalismus	4h												
Nenechám si ubližovat (syndrom CAN)		2h													
Zvládám svoje trápení (sebepoškození)		2h													
Nutrice (obezita a poruchy příjmu potravy)		3h													
osobnostně-sociální výchova ZŠ a SŠ	sociální rozvoj	Adaptační a stmelovací program	16-40h												
		Poznávám své spolužáky (jména, zájmy, představování, co máme společné a v čem jsme jedineční, bariéry v seznamování, hlubší poznávání - postoje a hodnoty)	1.-4. tř. = 2h 5. tř.-SŠ = 3h Doporučujeme zařazovat alespoň dva bloky pro třídu.												
		Budujeme naši třídu (základní pravidla třídy pro zajištění bezpečí, skupiny kamarádů a třída jako celek, pozice ve třídě, pravidla třídy přijatelná pro všechny, identita třídy a mezitřídní rivalita)													
		Učíme se spolupracovat (pomoc druhému, týmová spolupráce, týmové role a moje zodpovědnost, řešení nejednoznačných / mnohoznačných / problémových situací, projekt třídy, aktivní občanství)													
		Umíme se domluvit (komunikační šumy, poskytování a přijímání zpětné vazby, umění diskuse a naslouchání, efektivní zvládání konfliktů, argumentační fauly, manipulace a asertivita, vyjednávání)													
	Rozvoj emoční inteligence (poznávám a přijímám svoje emoce a emoce druhých, umím své emoce projevit, zvládám reagovat na svoje emoce a emoce druhých, empatie a řízení vztahů)														
osobnostní rozvoj	Psychohygiena (seberegulace, stressmanagement, relaxace a adaptivní coping, time-management, práce s chybou v životě)														
	Moje identita a hodnoty (já a ti druzí, podobnost a odlišnost, sebepojetí a referenční skupiny, kdo jsem a kým chci být, online a offline sociální identita, sociální role a sociální status, autenticita a póza, můj hodnotový systém, kultura a subkultury)														
selektivní prevence		Selektivní primární prevence	5x2h												
		Diagnostika vztahů ve skupině	3h												
		Asistence při šetření šikany	dle potřeby												