

2026

Nabídka primárně preventivních programů

2. stupeň



„Smysl má taková prevence, která pracuje s třídními kolektivy dlouhodobou a ucelenou formou. Povede ke zdravému životnímu stylu, posilování mezilidských vztahů, rozvoji a podpoře sociálních kompetencí a tím i k vytváření zdravé společnosti.“



Centrum primárních programů
Cesta integrace, o.p.s.





Centrum primární prevence (CPP)

Posláním CPP je poskytovat program, které vedou ke zdravému a bezpečnému klimatu ve třídě, pomáhají snižovat výskyt rizikového chování a zároveň preventivně působí na děti v nejrůznějších oblastech. Přispívají k větší informovanosti a prevenci žáků 2. stupně základních škol, popřípadě nižšího stupně víceletých gymnázií. Naším úsilím je předcházet možným typům rizikového chování formou vícehodinových programů, kterých se zúčastňují celé třídní. **Program je Certifikován MŠMT č. 11/19/1/CE.**

Klientem programu primární prevence je v první řadě žák základní školy. Dále však spolupracujeme také s učitelem, kterého vnímáme jako součást třídního kolektivu. Škola jako výchovně-vzdělávací instituce je pro nás partnerem a při naplňování cílů primární prevence plně ctíme a respektujeme práci učitelů. Není v našem zájmu suplovat výchovně-vzdělávací procesy školy, program primární prevence je však může doplňovat. Naše spolupráce se školou je postavena na otevřené komunikaci, dlouhodobosti, důvěryhodnosti a spoluodpovědnosti. Snažíme se pomoci spoluutvářet ve škole bezpečné prostředí pro otevřené sdělování názorů, diskusi a prožitků. Spolupracujeme se školním metodikem prevence, podílíme se na realizaci Minimálního preventivního programu školy, poskytujeme školám poradenství v oblasti získání finančních prostředků na programy prevence a následnou pomoc se zpracováním projektu. Práce v rámci programu primární prevence stojí na interakci mezi lektory a třídou, žáky mezi sebou, žáky a učitelem. Chceme dát dětem možnost dozvědět se o tématech spojených s rizikovým stylem života a skrze vybrané techniky si modelové situace v bezpečném prostředí prožít. Snažíme se stravitelnou formou otevírat riziková témata, bourat mýty, diskutovat, nekritizovat, naslouchat.

Pracujeme zážitkovou formou, postoje a hodnoty získané touto cestou jsou dle našeho názoru trvalejší. Každý blok tak je složen z několika interaktivních technik a po nich vždy následuje reflexe, tedy zpětná vazba pro všechny zúčastněné. Respektujeme základní lidská práva a svobody, etický kodex programu a organizace.

Nabízené služby dle oblasti zaměření:

- 1. Všeobecná primární prevence**
 - jednorázové programy
 - dlouhodobá primární prevence – DPP
- 2. programy selektivní prevence**
- 3. adaptační programy, stmelovací programy**
- 4. vzdělávání pedagogů**

Kontaktní osoba

Dojednávání termínů a specifikace zakázky: Mgr. Markéta Hubínková, DiS., tel. 774 780 540, email: skoly@cestaintegrace.cz. Více informací o programech na www.cestaintegrace.cz



1. Všeobecná primární prevence

Primární prevence užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování zahrnuje veškeré aktivity realizované s cílem předejít problémům spojeným s užíváním návykových látek a dalších forem rizikového chování, případně oddálit první kontakt s drogou.

Programy specifické všeobecné primární prevence jsou vedeny interaktivní formou, vždy uzpůsobené pro danou cílovou skupinu, jehož součástí je vedle problematiky návykových látek a jiných forem rizikového chování i rozvoj sociálních dovedností. Programy jsou realizovány ve škole. Vždy probíhají v době školního vyučování. Každý program je koncipován pro jednu třídu.

Filosofie programů primární prevence

Specifickou primární prevencí chápeme jako proces vedoucí ke zdravým životním postojům. Děti, mládež, pedagogy a školu vnímáme jako klienty uvnitř systému vztahů v prostředí školy. Škola jako instituce je pro nás partnerem při naplňování cílů primárně preventivních programů. Tyto programy nezastupují výchovně-vzdělávací procesy školy, naopak podporují a doplňují jejich fungování. Základem naší spolupráce s klientem je otevřená komunikace, dlouhodobost, srozumitelnost, pružnost, důvěryhodnost a spoluodpovědnost.

Forma práce programů primární prevence

Snažíme se ve škole spoluutvářet prostředí, které podporuje sdělování názorů, otevřenou diskusi a bezpečný prožitek. Pracujeme formou komunitního kruhu společně s konceptem zážitku a zkušenosti. Komunitní kruh je vhodný pro rozvoj vztahů mezi žáky i žáky a učitelem, vytváření soudržnosti, pocitu sounáležitosti a přijetí pro každého žáka, rozvoj emocionality, vytváření bezpečného klimatu třídy a vytvoření pocitu bezpečí u každého žáka. Z hlediska podpory zdravého prostředí ve třídách jsou pro nás stěžejní oblasti, jako je rozvoj sociálních dovedností, vůle a sebepojetí. Vždy platí možnost odmítnutí aktivity. Pozitivní vazby v kolektivu přináší možnost zažít společně pocit úspěchu a zvládnout případný neúspěch, podporují rozvoj jednotlivců uvnitř skupiny. Zpětnou vazbou a vlastní reflexí aktuálního dění ve skupině můžeme druhé podpořit, povědět jim svůj názor, a tím také pomoci k vyřešení nastalé situace, je zde místo pro naše pocity a názory.

Lektor

Garantem a lektorem primární prevence je **Mgr. Markéta Hubínková, DiS.** – absolventka magisterského oboru adiktologie na 1. lékařské fakultě UK, absolventka VOŠ pedagogické a sociální. Absolventka vzdělávacího kurzu z Prev - Centra o. s. – 344 vzdělávacích hodin na lektora primární prevence zaměřený na primární prevenci užívání návykových látek a dalších sociálně nežádoucích jevů garantovaný MŠMT. Současně má 5 letou praxi s vedením obdobných programů na ZŠ na Praze 6. Dále více, jak 15 letou praxi s realizací programů v rámci Cesty integrace. V případě potřeby spolupracujeme i s dalšími odborníky.

Další lektorkou je **Ing. Viktorie Ryčlová, DiS.** - absolventka magisterského oboru zájmové chovy zvířat a učitelství na ČZU v Praze, VOŠ sociálně právní. Absolventka 250-ti hodinového kurzu lektor primární prevence – organizace Do světa, z. s.. Současně řadu let pracovala s dětmi a mládeží v NZDM Cesta jako sociální pracovnice a lektorka preventivních programů. **Mgr. Tereza Slabihoudková, PhD.** je koordinátorkou programů dopravní výchovy pro 4. třídy a lektorkou programů na 1. stupni ZŠ, absolventka Filosofické fakulty UK v Praze, obor pedagogika, doktorské studium, disertační práce v oboru dopravní výchova. Mezi další lektory patří **Anna Novotná, Mgr. Andrea Vodičková.**



Nabídka programů

1. Programy dlouhodobé primární prevence užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování na základních a speciálních školách v Říčanech – CERTIFIKOVANÝ PROGRAM

- Všeobecná primární prevence pro **6. - 9. ročník ZŠ**, nižších ročníků víceletých gymnázií
- konzultace s třídním pedagogem a školním metodikem prevence – (před realizací bloku PP a po jeho realizaci (předání informací o aktuální situaci ve třídě, zhodnocení programu)
- zápis z realizace bloku primární prevence obsahující popis realizovaných aktivit výstupy z jednotlivých aktivit, klima ve třídě, doporučení k další práci s třídním kolektivem
- možnost účasti třídního pedagoga na programu PP
- rozsah: 2 - 4 x ročně (2x 45 min.) = 4 - 8 hodin
- cena: 1800 Kč za jeden program

2. Jednorázové programy pro základní a speciální školy a gymnázia – CERTIFIKOVANÉ PROGRAMY

- pro žáky 6. - 9. ročníků základních škol, nižších ročníků víceletých gymnázií
- témata: prevence v adiktologii (kouření, alkohol, nelegální drogy, nelátkové závislosti), sexuální rizikové chování, multikultura, právní povědomí)
- možnost účasti třídního učitele na programu PP
- rozsah 2 x 45 minut na jeden seminář
- cena: 2100 Kč za jeden program

Cíle programů

Programy primární prevence mají za cíl podporu zdravého životního stylu a hodnot, napomáhají lepší kooperaci vztahu ve skupině a lepšímu vzájemnému poznání mezi žáky v rámci jedné třídy. Při interaktivních a skupinových hrách žáci mají možnost přehrát si různé situace, se kterými budou v běžném životě konfrontováni, a naučit se hledat pro ně řešení bez pomoci drog nebo jiných negativních úniků. A dále:

- předcházet problémům spojeným s užíváním návykových látek u osob, které dosud nejsou s drogou v kontaktu,
- předat cílové skupině znalosti, dovednosti a postoje podporující zdravý životní styl,
- podporovat cílovou skupinu v tom, aby tyto znalosti, dovednosti a postoje dokázala uplatnit ve svém chování nejen v době realizace programu, ale i v budoucnosti,
- seznámit s možnostmi řešení obtížných situací včetně možností, kam se obrátit v případě problému,
- podporovat protidrogové postoje a normy, nabízet zdravé alternativy trávení volného času
- rozvíjet sociální dovednosti- navazování zdravých vztahů, schopnost čelit sociálnímu tlaku, dovednost rozhodovat se samostatně, efektivně řešit konflikty apod.



Pro koho je program určen

Cílovou skupinou programu jsou žáci 2. stupně základních škol, praktických a speciálních škol a studenti primy až kvarty osmiletých gymnázií bez rozlišení míry rizika, tj. mladí lidé ve věku 11 až 16 let.

Jak program probíhá

Program je realizován přímo ve škole po dobu čtyř let. Každý rok se ve třídě realizují 2 – 4 programy, každý z nich trvá dvě vyučovací hodiny. Program je veden interaktivní formou, využívá se didaktických her, věnuje se prostor diskusím, děti pracují individuálně i ve skupinách. Při realizaci programu jsou zohledňovány potřeby žáků a třídy. Dvouhodinový blok je rozvržen tak, aby na sebe jednotlivé aktivity navazovaly.



Nabízená témata pro 2. stupeň ZŠ

6. třída

Level UP! Tým, ve kterém chceš hrát

Přechod na druhý stupeň je velká hra a nový level vyžaduje lepší týmovou souhru. V programu *Level UP!* se zaměříme na to, jak z jednotlivců poskládat silný tým. Prostřednictvím týmových výzev a simulací zjistíme, jak spolu mluvit bez nedorozumění, na čem stavět vzájemnou důvěru a jak si nastavit pravidla, která neomezují, ale chrání. Společně vytvoříme bezpečné prostředí, kde má každý své pevné místo a šikana nemá šanci.

Fér play: Jeden za všechny

Stejně jako v rozhodujícím zápase, i ve třídě záleží na tom, zda hrajeme fair play. Preventivní program Fér play vtáhne žáky do situací, které vyžadují vzájemnou důvěru, aktivní naslouchání a konstruktivní komunikaci. Zaměříme se na sílu jména – proč je důležité oslovovat se křestními jmény a jaký dopad má naše řeč na atmosféru v kolektivu. Předcházet nálepkování, vypěstovat vzájemný respekt a zažít ten skvělý pocit, když táhneme za jeden provaz.

Pod kontrolou: Mýty a fakta o legálních látkách (1 – 2 setkání)

Energetáky, vapy, alkohol, cigarety, léky nebo nikotinové sáčky – potkáváme je denně na sociálních sítích i v ulicích. Ale kdo ovládá koho? Interaktivní program Pod kontrolou nabízí šestákům objektivní pohled na svět legálních návykových látek bez zbytečného strašení. Formou týmových výzev a modelových situací prozkoumáme, jak tyto látky fungují na lidské tělo a mozek, proč po nich lidé sahají a jaká rizika se za nimi skrývají. Žáci si vyzkouší praktické nácviky, jak zvládat stres bez berlíček a jak s přehledem odmítnout tlak party.

Profil bez masky: Bezpečně na síti i mimo ni

Co všechno o sobě sdílíme na internetu a komu tím dáváme do rukou zbraň? Preventivní program Profil bez masky se zaměřuje na nástrahy online komunikace. Žáci odhalí, jak se bránit agresorům na sítích, jak rozpoznat kyberšikanu a jak pomoci sobě nebo spolužákovi, pokud se dostane do úzkých. Bude prostor pro otevřenou diskusi o tom, jak nás ovlivňuje neustálé sledování displejů, a vyzkoušíme si praktické způsoby, jak efektivně a bezpečně komunikovat v online i offline světě, aniž bychom přicházeli o reálná přátelství.

Za hranou adrenalinu: Odvaha vs. hazard

Kde končí zdravý adrenalin a začíná zbytečný hazard se životem? Program Za hranou adrenalinu zve do světa akce, rychlosti a výzev, ale z úplně jiného úhlu. Společně si na zážitkových simulacích vyzkoušíme, jak tělo reaguje pod vlivem adrenalinu a proč je v takových chvílích těžké racionálně přemýšlet. Prozkoumáme, jaký je rozdíl mezi skvělým sportovním výkonem s ochrannými pomůckami a hloupým riskováním kvůli lajkům či obdivu spolužáků. Žáci si posílí schopnost říct „do toho nejdu“ a odolat nátlaku party, aniž by ztratili respekt. Skutečný frajer není ten, kdo riskuje krk pro uznání druhých, ale ten, kdo zná své hranice a má věci pod kontrolou.



7. třída

Kód třídy: Respekt, Tým & Ty

Sedmá třída bývá divoká jízda – všichni se mění, zájmy se rozcházejí a dohodnout se na čemkoliv bývá výzva. Tento program je o tom, jak z jednotlivců poskládat fungující tým, kde má každý své místo. Žáci si vyzkoušejí, jak spolu mluvit bez zbytečných her a hrotů, jak si stát za svými hodnotami a proč je fěr respektovat odlišnosti druhých.

Drogy: Mýty, fakta a moje volba (1 – 2 setkání)

Žijeme ve světě, kde se s tématem drog setkáváme na sociálních sítích, v hudbě i mezi vrstevníky. Co jsou ale fakta a co jen nebezpečné mýty? Program přehledně seznámí žáky s nelegálními látkami, jejich riziky i mechanismem závislosti. Místo zastrašování se zaměříme na pochopení důvodů, proč lidé po drogách sahají, a co tyto látky člověku mohou brát. Důležitou součástí je praktický nácvik asertivity – jak rozpoznat rizikovou situaci, ustát tlak okolí a umět říct jasné „ne“. Žáci získají ucelený přehled o návykových látkách, jejich účincích na tělo i psychiku a dopadech na společnost či zákon.

V síti návyků: Kde končí zábava a začíná závislost?

Program věnovaný méně nápadným, ale o to nebezpečnějším formám závislostního chování. Během programu prozkoumáme spektrum nelátkových závislostí – od gamingu a netolismu přes patologické hráčství až po poruchy příjmu potravy či workoholismus. Žáci se naučí identifikovat příznaky, podle kterých lze poznat, že se běžný koníček mění v závislost. Cílem je posílit u žáků schopnost sebereflexe, kritického myšlení vůči vlastním návykům a nabídnout zdravé alternativy zvládání stresu a nudy.

Money Code: Jak mít finance pod kontrolou

Peníze nerostou na stromech ani nepadají z nebe – ale jak s nimi zacházet tak, aby nám zbytečně neutíkaly z kapes? Program provede žáky základními principy finanční gramotnosti. Společně se podíváme na to, jak vzniká rodinný rozpočet, jaký je rozdíl mezi tím, co chceme, a tím, co opravdu potřebujeme, a jak si efektivně spořit na vlastní přání. Žáci si vyzkouší řešení modelových situací a naučí se, jak nenechat své úspory zmizet za zbytečností.

Ve vlastní kůži: Můj vzhled, moje pravidla

Puberta přináší spoustu změn – a s nimi i otázky: Jsem dost dobrý/á? Vypadám normálně? Program vytváří bezpečný prostor pro diskusi o tom, jak se proměňuje náš pohled na krásu v čase i napříč kulturami. Žáci se zaměří na budování zdravého vztahu k vlastnímu tělu (body positivity/body neutrality), zvládání tlaku vrstevníků i okolí a vzájemný respekt k odlišnostem. Cílem je posílit zdravou sebedůvěru a uvědomění, že opravdové charisma vychází z toho, kým jsme, ne z neustálého porovnávání se s druhými.



8. třída

Můj život, moje pravidla: Umění říct NE a zůstat sám sebou

Program propojuje témata osobnostního rozvoje a primární prevence. Zaměřuje se na upevnění zdravých životních hodnot, posílení rozhodovacích schopností a pochopení významu pravidel a autorit ve společnosti. Prostřednictvím zážitkových aktivit a nácviku rolí žáci rozvíjejí efektivní komunikaci v konfliktních situacích, učí se čelit psychické manipulaci (vč. sociálních sítí) a trénují dovednost odmítnutí legálních i nelegálních návykových látek. Program směřuje k podpoře zdravého životního stylu a budování resilience (odolnosti) dospívajících.

Partnerství a sexualita bez obalu: Mýty, vztahy a dospívání

Svět dospívání bývá plný otázek, očekávání a často i nepravdivých mýtů, kterým máme tendenci věřit. Tento preventivní program zve k otevřené debatě o tom, co opravdu znamená vyrůstat. Prozkoumáme rozdíly mezi dětstvím a dospíváním, pojmenujeme si typické „vývojové úkoly“ této etapy a posvítíme si na nejčastější omyl v oblasti sexuality a partnerství. Cílem je podpořit vzájemný respekt, kritické myšlení a zdravý pohled na sebe i na druhé.

Partnerství a sexualita bez obalu: Partnerství, respekt a bezpečný sex

Partnerství a intimita přináší radost, ale také zodpovědnost za sebe i za druhého. Tento program pomáhá dospívajícím zorientořit se v tématech, o kterých se často ostýchají mluvit. Místo zastrašování nabízíme věcný a srozumitelný přehled: podíváme se na různé podoby partnerství, odlišnosti v sexualitě, moderní metody antikoncepce i na to, jak se účinně chránit před pohlavně přenosnými chorobami (včetně HIV/AIDS). Žáci získají praktické znalosti k rozpoznání rizikového chování a prostor pro otázky, které si s sebou nesou. Důležitou součástí je diskuse o vzájemné úctě, hranicích a odlišnostech v sexualitě, protože bezpečný sex začíná u vzájemného respektu a informovaného rozhodnutí, legislativní rámec v ČR.

Mezi řádky: Jak rozumět druhým

Většinu toho, co si sdělujeme, neříkáme slovně. Jak moc nás ovlivňuje tón hlasu, gesta nebo první dojem? V tomto programu nahlédneme pod pokličku verbální a neverbální komunikace. Žáci si vyzkouší, jak snadno vznikají šumy a nedorozumění (například pod vlivem haló efektu či stereotypů) a jak se těmto chybám vyhýbat. Cílem je naučit se nejen vyjádřit vlastní názor, ale hlavně umět naslouchat druhým, respektovat odlišné pohledy a efektivně spolupracovat.

Bez škatulek: O stereotypch, rozdílech a lidských právech

Kde se vlastně berou předsudky a proč je tak snadné jim uvěřit? Program se zaměřuje na rozvoj kritického myšlení v oblasti kultury a lidských vztahů. Společně s žáky budeme pátrat po původu nejčastějších mýtů o různých kulturách a odlišnostech mezi lidmi. Na konkrétních situacích si ukážeme, že bez ohledu na náš původ, vzhled či tradice máme všichni stejná práva a zasloužíme si respekt. Žáci získají prostor pro sdílení vlastních zkušeností i názorů.



9. třída

Jiný úhel pohledu: Za hranice vlastních brýlí

Každý z nás se na svět dívá přes „brýle“ vytvořené vlastní kulturou, rodinou a zkušenostmi. Co se ale stane, když si vyzkoušíme nasadit brýle někoho jiného? Program otvírá prostor pro zkoumání rozmanitosti lidských kultur a životních stylů. Žáci se zážitkovou formou seznámí s tím, jak vznikají stereotypy a předsudky, jaká je hranice mezi nimi a diskriminací a co vlastně utváří lidskou hodnotu. Program posiluje vnímání vlastní identity a vede k rozvoji respektu, empatie a solidarity vůči lidem z odlišného prostředí.

Neznalost zákona neomlouvá

Známe své hranice, nebo jen hádáme, co nám ještě projde? Program seznamuje žáky s fungováním právního systému v ČR s důrazem na praxi, ve které se mohou sami ocitnout. Na reálných situacích ze života (šikana, sprejerství, vandalismus, návykové látky) se naučí rozlišovat mezi přestupkem a trestným činem. Program se věnuje věkové hranici právní odpovědnosti, oznamovací povinnosti i důsledkům, které protiprávní jednání přináší. Důležitou součástí je posílení odolnosti vůči skupinovému tlaku a vědomí, že za své činy nese každý vlastní odpovědnost.

Pod povrchem: Moje tělo, moje hodnota

Kdo vlastně určuje, co je krásné? Žijeme v době, kdy jsme denně vystaveni dokonale upraveným snímkům, trendům plastické chirurgie a měnícím se ideálům krásy. Program pomáhá nahlédnout pod povrch těchto mýtů a pochopit, jak se pojetí krásy měnilo v čase i různých kulturách. Program citlivě otevírá témata poruch příjmu potravy (PPP) a jejich dopadů na lidské zdraví a vývoj. Vysvětluje základní principy dietologie – co je pro naše tělo skutečně zdravé a co už mu škodí. Cílem je posílit sebepojetí žáků, pomoci jim budovat zdravou sebehodnotu nezávislou na diktátu okolí a naučit je přistupovat k vlastnímu tělu s respektem.

Party Safe: Bezpečně tam i zpět

Bavit se a zůstat v bezpečí – jak na to? Preventivní program provází žáky nástrahami nočního života a prostředí klubové zábavy. Zaměřuje se na otevřené mapování rizik spojených s konzumací alkoholu a nelegálních substancí, které se v nočním prostředí objevují nejčastěji. Důležitým blokem je oblast osobní bezpečnosti: od ochrany před sexuálním zneužitím přes zodpovědný přístup k partnerství až po prevenci sexuálně přenosných chorob. Program také upozorňuje na důsledky agresivního chování, vandalismu a na fatální rizika alkoholu za volantem. Žáci získají praktické tipy, jak vyhodnocovat rizika a jak se v krizových momentech zachovat.

S kůží na trh: Za volantem i u nehody

Získat řidičák na motorku nebo auto od 15 či 16 let přináší obrovskou svobodu, ale také dospělou odpovědnost. Program provází mladé řidiče i spolujezdce realitou provozu na silnicích. Zaměřuje se na typická rizika řízení malých vozidel a motocyklů – od odhadu brzdné dráhy přes přeceňování vlastních sil až po vliv vrstevníků v autě. Žáci se naučí, jak zachovat chladnou hlavu a správně poskytnout první pomoc při dopravní nehodě (zajištění místa, volání tísňové linky 155, zástava masivního krvácení, resuscitace). Program otevírá hlubší diskuzi o právní i morální odpovědnosti, neposkytnutí pomoci a o tom, jak se pochybení na silnici zapisují do lidského svědomí.

Zlatá tečka: Síla pozitivní energie, zakončení programů

Společně jsme to zvládli! Závěrečné setkání je navrženo jako oslava týmového ducha a vzájemného respektu. Program spojuje dynamické skupinové soutěže, které prověří znalosti a paměť žáků z probíraných modulů, s hlubším emočním zážitkem. Využívá osvědčené techniky pozitivní zpětné vazby, díky kterým si žáci mezi sebou předávají upřímnou podporu, komplimenty a uznání. Program pomáhá upevňovat dobré vztahy ve třídě, zanechává hřejivou atmosféru a dává důstojnou a radostnou tečku za celou dlouhodobou spoluprací.



2. Programy selektivní prevence

Programy jsou zaměřeny na třídní kolektiv, kde je riziko vzniku rizikového chování nebo u kterých již v menší míře existuje. Nejčastějšími tématy jsou posměch, ponižování, vyčleňování jednotlivců nebo skupin, porušování pravidel a norem, hůře fungující komunikace a spolupráce mezi žáky. Program je realizován interaktivní formou. Žáci se do realizace programu aktivně zapojují a mají vliv na obsah programu. Program si klade za cíl napomáhat při řešení potíží v třídním kolektivu, rozvíjet osobnostně sociální dovednosti žáků, podporovat komunikaci mezi žáky a také mezi žáky a učiteli.

Před vlastními programy se třídním kolektivem realizujeme schůzku s TU a popřípadě i dalšími pracovníky z poradenského systému školy (metodik prevence, výchovný poradce, školní psycholog). Přímá práce se třídou probíhá v bloku 4 setkání – 1x 2 hod., 3x 3 hod, vždy ve třídě. Mezi jednotlivými setkáními je odstup 1 – 2 týdny. Na všech programech je zapojení a spolupráce s TU zásadní. V případě méně jak 85% žáků ve třídě nebude program realizován. Po ukončení programů dostane škola závěrečnou zprávu s doporučeními pro další práci s třídním kolektivem.

3. Adaptační a stmelovací programy

Adaptační programy

Cílovou skupinou jsou zejména žáci šesté třídy. Hlavním cílem je, aby se žáci se naučili otevřeně komunikovat, vzájemně se poznat a vyzkoušet si efektivní způsoby spolupráce. Kurz je prvním krokem k navázání zdravých vztahů ve třídě. Přinese žákům výhodu, která jim usnadní zvládání nároků nového třídního kolektivu, spolupráci a základ pro vytváření hlubších přátelských vztahů. Významné je i nastavení spolupráce a důvěry s třídním učitelem.

Témata:

- poznání spolužáků
- pravidla třídy
- spolupráce a komunikace
- řešení konfliktů
- důvěra a podpora

Setkání je formou 4 – 6 vyučovacích hodin v jednom dni a je realizováno na základě požadavků školy. Doporučuje se mimo objekt školy na začátku školního roku (v průběhu září.) Program vedou vždy 2 pracovníci CPP s patřičným vzděláním v primární prevenci, práci se skupinou, dynamikou skupiny a zážitkovou pedagogikou.

Stmelovací programy

Cílovou skupinou jsou žáci 1. - 9. třídy. Hlavním cílem je naučit žáky otevřeně a efektivně komunikovat, uvědomit si sebe v rámci skupiny, prohloubit znalosti o spolužácích, vyzkoušet si efektivní způsoby spolupráce, uvědomit si, jaké chování je ve třídě přijatelné a jaké ne, budování respektu k názorům ostatních, vzít zodpovědnost za své chování i s jeho důsledky. Kurz je určen stálým kolektivům, do kterých přišli noví žáci, změnil se třídní učitel nebo se v kolektivu vyskytují méně závažná porušování stanovených dohod a pravidel. Důležité je i nastavení spolupráce a důvěry s třídním učitelem a jeho podpora v nastavování a vedení třídnických hodin po programu.

Témata:

- hlubší poznání spolužáků
- reflexe pravidel třídy
- spolupráce



- efektivní komunikace
- řešení konfliktů
- důvěra a podpora

Setkání je formou 4 – 6 vyučovacích hodin v jednom dni a je realizováno na základě požadavků školy. Před programem je důležitá krátká konzultace se školním metodikem prevence a TU, ohledně nastavení cílů programu a předání informací o třídním kolektivu.

Tyto programy probíhají dle kapacity lektorů v průběhu školního roku (září - začátek května). Program vedou vždy 2 pracovníci CPP s patřičným vzděláním v primární prevenci, práci se skupinou, dynamikou skupiny a zážitkovou pedagogikou.

4. Vzdělávání pedagogů

Třídnické hodiny

- aneb jak se třídou pracovat v tématu vztahů
- práce s problémovou třídou
- tipy a triky na třídnické hodiny

Cílem 8 hodinového vzdělávacího programu je pomoci pedagogům rozjet a udržet třídnické hodiny tak, aby plnily smysl – práce se třídou, pravidla, dobré vztahy ve třídě, spolupráce, komunikace. Dát pedagogům nápady na techniky ve třídě, jak vést reflexi, jak se třídou dále pracovat po programech primární prevence. Cílová skupina jsou učitelé na 1. a 2. stupni, kteří chtějí se třídou více pracovat a třídu formovat ke spolupráci, komunikaci a dobrému klimatu. Program bude veden lektory CPP Cesty integrace pod taktovkou zkušeného matadora třídnických hodin Mgr. et Mgr. Jakuba Švece. Seminář bude rozdělen do několika bloků, částečně bude i formou samostudia. Pedagogové budou mít mezi semináři vždy určitý časový úsek, aby si ve své třídě techniky vyzkoušeli, a na dalším setkání proběhne reflexe + další techniky.



CENÍK platný na rok 2026/2027

Všeobecná primární prevence – certifikované programy MŠMT

Typ programu	Cena spoluúčasti školy za 1 program	Poznámka
JEDNORÁZOVÝ PROGRAM Jednorázový program pro jednu třídu v rozsahu 2 vyučovací hodiny.	2 100,- Kč	Témata vycházejí z nabídky programů dlouhodobé primární prevence. Vždy se upravují na žádost pedagoga.
DLOUHODOBÝ PROGRAM PRIMÁRNÍ PREVENCE 2 -4 dvouhodinové programy pro jednu třídu za školní rok (4-8 hodin prevence).	1 800,- Kč	• Zdravý rozvoj osobnosti podpora osobnostního rozvoje • Problematica užívání návykových látek (legální i nelegální návykové látky, účinky, rizika) a jiných forem závislostního chování, FB • Dospívání, partnerské vztahy, sexuální problematika, rizikové sexuální chování, odchylky a odlišnosti ve vnímání sexuality • Multikulturní výchova – předsudky, stereotypy, rasismus, xenofobie • Vztahy ve třídě - agresivita, šikana a další formy násilného chování • Právní povědomí mládeže – seznámení s trestním a přestupkovým zákonem, vybrané trestné činy a přestupky nejčastěji se vyskytující s danou skupinou

Pozn.: Cena programu vždy zahrnuje přípravu, výuku programu (teoreticky a u některých i praktickou), případné pomůcky a materiál na program, vyhodnocení programu. Program realizuje jeden VŠ kvalifikovaný lektor.

Příspěvek na cestovné:

je v cenové relaci 100 – 500 Kč dle vzdálenosti a časové dojezdnosti v regionu Praha-východ a Benešov. V jiných případech dle domluvy.



Další programy

Typ programu	Cena spoluúčasti školy za 1 program	Poznámka
PROGRAMY SELEKTIVNÍ PREVENCE 6. - 9. třídy ZŠ 1 x 2 hodiny + 3 x 3 hodiny	19 800,- Kč	• vztahové potíže mezi spolužáky • nepříznivé sociální klima • kázeňské potíže • neschopnost spolupracovat • problematické vztahy mezi žáky/studenty a učiteli • užívání návykových látek a další rizikové chování
ADAPTAČNÍ KURZY 4 - 6 hodinový program	7 200,- Kč (4 hodinový) 10 800,-Kč (6 hodinový)	• poznání spolužáků • pravidla třídy • spolupráce a komunikace • řešení konfliktů • důvěra a podpora
STMELOVACÍ PROGRAMY 4 - 6 hodinový program	8 400,- Kč (4 hodinový) 12 600,- Kč (6 hodinový)	• hlubší poznání spolužáků • reflexe pravidel třídy • spolupráce • efektivní komunikace • řešení konfliktů • důvěra a podpora
VZDĚLÁVÁNÍ PEDAGOGŮ 8 hodinový seminář rozdělený do několika bloků	16 000,- Kč (max 15 pedagogů)	Třídnické hodiny • aneb jak se třídou pracovat v tématu vztahů • práce s problémovou třídou • tipy a triky na třídnické hodiny