

**V pondělí 9. 9. 2019 vyjel 9. ročník** v počtu 37 žáků a žákyň + třídní učitelé (Šárka Ponížilová, Jan Jech) a lektorky (Markéta Piherová, Martina Crháková) na **11. ročník** školního preventivního programu pod názvem **P-E-S** (Prevence – Empatie – Sport) **do Jiřetína pod Jedlovou** (rekreační areál Netopýr - [www.rsnetopyr.cz](http://www.rsnetopyr.cz)).



**P** – přednášky, diskuse, skupinové práce, projekty a prezentace vlastních názorů na dané téma.

**E** – kolektivní hry, osobnostní hry, individuální i skupinová práce vedoucí k poznání sebe samého, spolužáků, kolektivu a ke vzájemné komunikaci.

**S** – sportovní vyžití – tradiční i netradiční sporty.

Témata pro 9. ročník:

- základy slušného chování
- společenská etiketa
- umění správně se rozhodnout
- kyberšikana

**V pondělí 9. 9.** na každou třídu čekal 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu. V odpoledních hodinách výklad ze základů společenského chování aneb etiketa v praxi. V podvečer si žáci mohli některé situace přímo vyzkoušet, např. jak vázat kravatu, jak připravit sváteční stůl a řadu dalších věcí.

**V úterý 10. 9.** opět 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu. V odpoledních hodinách měla každá třída i čas pro

sebe a pro své třídní záležitosti. Zbytek odpoledne se poté nesl v duchu praktických ukázek ze společenského chování. Podvečer patřil tradičně diskotéce. **Středa 11. 9.** byla věnována třídním kolektivům a odjezdu domů.



**A**



**B**



**Ve středu 11. 9. 2019** vyrazil směr Jiřetín pod Jedlovou také **8. ročník v počtu 75 žáků a žákyň** + třídní učitelky (Alena Vosáhlová, Magda Kovaříková a Magda Švarcová).

Témata pro 8. ročník:

- drogy, drogová závislost, léčba závislosti
- AIDS, HIV
- sexuální výchova

**Ve středu 11. 9.** na každou třídu čekal 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu.

Pozdní odpoledne bylo věnováno didaktické hře, jejímž tématem byly drogy, sexuální výchova a AIDS.

Po večeri patřil čas každé třídě.

**Čtvrtek 12. 9.** se nesl ve stejném duchu .... 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu.

Část odpoledne byla vyhrazena třídním kolektivům. Ve zbylé části dne byla realizována skupinová práce na téma Sexuální výchova.

Po večeri zábava v podobě diskotéky.

**Pátek 13. 9.** byl věnován třídním kolektivům a odjezdu domů.





**V pondělí 23. září 2019 vyjel 7. ročník** v počtu **90 žáků a žákyň** + třídní učitelé (Jana Votočková, Josef Lédl, Martina Šrejberová, Markéta Vilišová) a lektorky (Markéta Piherová, Martina Crháková) směr Jiřetín pod Jedlovou.

Témata pro 7. ročník:

- nebezpečí užívání návykových látek
- vznik závislostí – alkohol, kouření
- komunikace
- zdravotní péče, první pomoc

**V pondělí 23. 9.** na každou třídu čekal 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu. Pondělní odpoledne a večer jsou věnovány zdravotní péči a první pomoci.

Na každou třídu čekala 4 stanoviště:

- první ... resuscitace
- druhé ... jak správně volat, co oznámit při volání, na co nezapomenout
- třetí ... krvácení a zlomeniny, praktická ukázka
- čtvrté ... podle vylosovaného obrázku daného úrazu umět správně reagovat

**V úterý 24. 9.** opět 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu. V odpolední části dne každá třída měla i čas pro sebe a pro své třídní záležitosti. V tento den se taktéž uskutečnily skupinové práce (reklamy, antireklamy na téma alkohol a kouření). Podvečer patřil diskotéce.

**Středa 25. 9.** byla věnována třídním kolektivům a odjezdu domů.





**Ve středu 25. 9. 2019** vyrazil směr Jiřetín pod Jedlovou také **6. ročník v počtu 72 žáků a žákyň** + třídní učitelé (Zdeňka Tokarová, Patricie Svobodová, Karel Klímeček).

Témata pro 6. ročník:

- zdravý životní styl
- zdravá výživa
- chování člověka za mimořádných situací
- šikana

I na 6. ročník **ve středu 25. 9.** čekal 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu.

Odpoledne bylo vyhrazeno pro skupinové práce na téma Pyramida zdravé výživy.

Po večeri bylo pro žáky připraveno šest stanovišť, která byla věnována tématu Chování člověka za mimořádných událostí:

- první stanoviště – test k ověření znalostí
- druhé stanoviště – rozpoznání mimořádné události
- třetí stanoviště – jak a kam volat
- čtvrté stanoviště – varovné signály včetně ukázek
- páté stanoviště – jak zabalit evakuační zavazadlo a co do něj dát
- šesté stanoviště – události a jak na ně reagovat

**Čtvrtek 26. 9.** byl ve stejném duchu .... 1,5 hodinový seminář + 1,5 hodinový blok osobnostních her + 1,5 hodinový blok sportu.

Odpoledne se uskutečnily skupinové práce (šest stanovišť na téma Zdravá výživa, zdravý životní styl).

Stanoviště byla následující:

- první stanoviště – pyramida zdravé výživy
- druhé stanoviště – poruchy příjmu potravy
- třetí stanoviště – nadváha, obezita, cukrovka, zubní kaz
- čtvrté stanoviště – otravy z jídel
- páté stanoviště – živiny - teorie + vegetariánství
- šesté stanoviště – živiny - prakticky

Po večeri zábava v podobě diskotéky.

**Pátek 27. 9.** byl věnován třídním kolektivům a odjezdu domů.







**Rádi bychom touto cestou poděkovali všem třídním učitelům a  
lektorům za jejich velice dobře odvedenou práci.**

**Víme, že je pobyt krátký, ale jedná se o preventivní program, který  
nemá nahrazovat školu v přírodě.**

**Jeho cílem je žáky a žákyně něco nového naučit.**

**Za rok na viděnou na dalším ročníku akce P-E-S.**