

Podpora rozvoje zdravých životních návyků

PhDr. Zora Syslová, Ph.D.

Praha, 23.4.2012

Cíl dnešního semináře

Odpovědět si na otázku: *Proč se zabývat již v mateřské škole otázkou rozvoje zdravých životních návyků?*

Seznámit se s podporou zdraví v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání.

Seznámit se s Projektem podpory zdraví v MŠ.

Obsah semináře

1. Vládní program a požadavky na vzdělávání dětí předškolního věku.
2. Obsah RVP PV z hlediska požadavků podpory zdraví.
3. Historie Programu podpory zdraví v MŠ.
4. Hlavní principy a podmínky vzdělávání podle Kurikula podpory zdraví v MŠ.
5. Obsah vzdělávání Programu PZMŠ.
6. Evaluační nástroje Programu PZMŠ.

*Zdraví každého jednotlivce je výslednicí vzájemného ovlivňování všech stránek jeho osobnosti a interakce s okolním světem. Zdraví tudíž nelze brát pouze jako nepřítomnost nemoci. Chránit a posilovat zdraví znamená pozitivně působit na všechny složky osobnosti – **tělesnou, psychickou, sociální i emocionální.***

Důležitou roli pak hraje životní styl, ve kterém jednotlivec vyrůstá a který jej tudíž také formuje a ovlivňuje. Životní styl je proto nutné vytvářet již v předškolním a školním věku dítěte, kdy se návyky a postoje upevňují nejtrvaleji.

1. Vládní program a požadavky na vzdělávání dětí předškolního věku

Vládní program Zdraví 21

- cíl č. 13 „Zdravé životní podmínky“ je, aby *„nejméně 50% dětí dostalo příležitost vzdělávat se v mateřské škole podporující zdraví a 95% dětí ve škole podporující zdraví“*.
- vzhledem k tomu, že většina populace projde školou, je nutné, aby se ta stala jedním z nejdůležitějších aktérů (po rodičích), kteří realizují programy zaměřené na posilování rozvoje zdravých etických zásad a postojů, rozvoj zdravého životního stylu, získávání základních životních dovedností a společenské zodpovědnosti.

Zdraví 21 - Dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR – Zdraví pro všechny v 21. století (Projednán vládou České republiky dne 30. října 2002 – usnesení vlády č. 1046). Dostupné na WWW <<http://www.msmt.cz/vzdelavani/vychova-ke-zdravi>>

Požadavky na naplnění:

- začlenit státní správu a samosprávu na úrovni krajů do koordinace ve prospěch rozšiřování sítě škol podporujících zdraví
- implementovat požadavky na podporu zdraví do Rámcových vzdělávacích programů pro předškolní vzdělávání

2. Obsah RVP PV z hlediska požadavků podpory zdraví

PODMÍNKY

- *věcné:*

- Všechny vnitřní i venkovní prostory mateřské školy splňují bezpečnostní a hygienické normy dle platných předpisů (týkajících se např. čistoty, teploty, vlhkosti vzduchu, osvětlení, hlučnosti, světla a stínu, alergizujících či jedovatých látek a rostlin apod.)
- Dětský nábytek, tělocvičné nářadí, zdravotně hygienické zařízení (umývárny, toalety) i vybavení pro odpočinek dětí (lůžka) jsou přizpůsobeny antropometrickým požadavkům, odpovídají počtu dětí, jsou zdravotně nezávadné a bezpečné a jsou estetického vzhledu.

Životospráva:

- Dětem je poskytována plnohodnotná a vyvážená strava (dle předpisu). Je zachována vhodná skladba jídelníčku, dodržována zdravá technologie přípravy pokrmů a nápojů, děti mají stále k dispozici ve třídě dostatek tekutin a mezi jednotlivými podávanými pokrmy jsou dodržovány vhodné intervaly. Je nepřijatelné násilně nutit děti do jídla.
- Pedagogové se sami chovají podle zásad zdravého životního stylu a poskytují tak dětem přirozený vzor.

Psychosociální podmínky:

- Děti i dospělí se cítí v prostředí mateřské školy dobře, spokojeně, jistě a bezpečně.
- Jakékoliv projevy nerovností, podceňování a zesměšňování dětí jsou nepřijatelné.
- Pedagog se programově věnuje neformálním vztahům dětí ve třídě a nenásilně je ovlivňuje prosociálním směrem (prevence šikany a jiných sociálně patologických jevů u dětí).

Organizace:

- Denní řád je dostatečně pružný, umožňuje reagovat na individuální možnosti dětí, na jejich aktuální či aktuálně změněné potřeby.
- Do denního programu jsou pravidelně zařazovány řízené zdravotně preventivní pohybové aktivity.
- Děti nacházejí potřebné zázemí, klid, bezpečí i soukromí.

Obsah vzdělávání RVP PV

KOMPETENCE:

- dbá na osobní zdraví a bezpečí svoje i druhých, chová se odpovědně s ohledem na zdravé a bezpečné okolní prostředí (přírodní i společenské)

- uvědomuje si, že za sebe i své jednání odpovídá a nese důsledky
- dětským způsobem projevuje citlivost a ohleduplnost k druhým, pomoc slabším, rozpozná nevhodné chování; vnímá nespravedlnost, ubližování, agresivitu a lhostejnost
- při setkání s neznámými lidmi či v neznámých situacích se chová obezřetně; nevhodné chování i komunikaci, která je mu nepříjemná, umí odmítnout
- odhaduje rizika svých nápadů, jde kurážně za svým záměrem, ale také dokáže měnit cesty a přizpůsobovat se daným okolnostem
- ví, že není jedno, v jakém prostředí žije, uvědomuje si, že se svým chováním na něm podílí a že je může ovlivnit

SHRNUTÍ

RVP PV ve své podstatě naplňuje požadavky strategií vytvářením systémové změny v práci mateřské školy.

Není však tak úzce svázán se systematickým rozvojem zdravých životních návyků.

Těch se týkají jen „jednotlivosti“.

3. Historie Programu podpory zdraví v MŠ

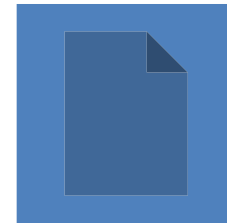
- 1986 vytvořen a zahájen ve Skotsku
- 1989 převzat WHO (Světová zdravotnická organizace) pro evropské země
- 1992 přijat a zahájen v České republice
- 1995 vznik modelového českého programu „Zdravá mateřská škola“
- 2000 inovace celého modelového programu na „Kurikulum mateřských škol podporujících zdraví“
- 2001 podíl programu na obsahu Rámcového programu pro předškolní vzdělávání – povinného dokumentu pro práci všech mateřských škol

4. Hlavní principy a podmínky vzdělávání podle Kurikula podpory zdraví v MŠ

- **Holistický přístup:** vychází z celistvé struktury lidské bytosti (organismu, psychiky, osobnosti) a jejího prostředí (blízkého i vzdáleného, společenského i přírodního).
- **Interakční přístup:** vychází z dynamiky a interakce mezi jednotlivcem a prostředím. Podle složitosti interakce jsou oblasti rozděleny na pět úrovní:
 - biologickou
 - psychologickou
 - interpersonální
 - sociálně – kulturní
 - environmentální

Integrovaní principy programu podpory zdraví

1. Respekt k přirozeným potřebám jednotlivce v celku společnosti a světa.



1. Rozvíjení komunikace a spolupráce

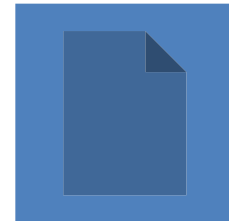
5. Obsah vzdělávání Programu PZMŠ

Kompetence rozvíjené v mateřské škole podporující zdraví (50), vycházejí ze 7 kompetencí člověka podporujícího zdraví:

1. rozumí holistickému pojetí zdraví, pojmům podpory zdraví a prevence nemocí, dovede posoudit, jaký vliv mají situace nabídky, média a další jevy
2. uvědomuje si, že zdraví je prioritní hodnotou
3. dovede řešit problémy a řeší je
4. má vyvinutou odpovědnost za vlastní chování a za způsob svého života
5. posiluje duševní odolnost
6. ovládá dovednosti komunikace a spolupráce
7. podílí se aktivně na tvorbě podmínek a prostředí pro zdraví všech

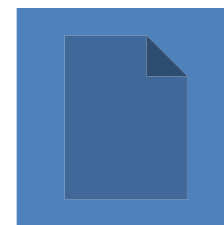
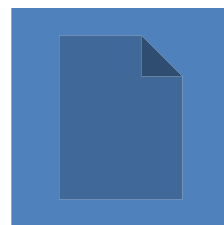
Ukázka plánování:

Tabulky formálního kurikula:



6. Evaluační nástroje Programu PZMŠ.

Podmínky – INDI MŠ



Procesy (práce učitelky) – nástroj ještě není hotový

Výsledky – Suky

– RoK v MŠ



PZMŠ rozlišuje *vnitřní* a *vnější* evaluaci. Výsledek obou je pak *evaluace* jako komplexní hodnocen činnosti celé mateřské školy.

VNITŘNÍ – autoevaluace školy

VNĚJŠÍ – tzv. EVA (hodnotitel zvenčí)

Závěrečné shrnutí

Program PZMŠ předběhl svou nadčasovostí reformu školství v České republice.

Rozvojem kompetencí a evaluací se zabýval mnohem dříve, než se objevilo v zákonných dokumentech.

Svým pojetím pak patří k jedinečným uceleným dokumentům zabývajícím se cíleně komplexním rozvojem zdravých životních návyků již v počátečním období vzdělávání, kdy se zakládají celoživotní dovednosti a postoje.

Děkuji za pozornost!

© 2012 Zora Syslová

Tento seminář pořádá

Nakladatelství FORUM s.r.o., divize školení a vzdělávání

Na Březince 14, Praha 5

tel: +420 251 550 576

fax: +420 251 512 422

office@forum-media.cz

www.forum-media.cz

www.forum-media.sk