



MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM

Primární prevence rizikového chování dětí v MŠ

Zpracováno dle metodických pokynů MŠM

Projednáno na pedagogické radě dne: 28. 6. 2021

Platnost od: 1. 9. 2021

Obsah:

- 1) ÚVOD
- 2) Analýza výchozího stavu
- 3) Cíle minimálního preventivního programu
 - a) Dlouhodobé cíle
 - b) Krátkodobé cíle
- 4) Zásady efektivní primární prevence
- 5) Vymezení obsahu a formy prevence v rámci kompetencí podpory zdraví a zdravého životního stylu
- 6) Organizace prevence
 - a) Ředitel školy
 - b) Učitelky
- 7) Spolupráce rodiny a školy
 - a) Prevence v rodině
 - b) Prevence v mateřské škole
- 8) Rejstřík institucí a poskytovatelů primární prevenci rizikového chování dětí a mládeže
- 9) ZÁVĚR
- 10) *Přílohy*
 - Evaluace minimálního preventivního programu
 - Metodické doporučení MŠMT k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních
 - Námetry pro realizaci primární prevence rizikového chování u dětí

„Nejúčinnější a nejlevnější prevencí je zdravá výchova dětí v rodině a ve škole”

„Dobrá výchova dětí je i programem prevence jednotlivých zdraví poškozujících a život znehodnocujících závislostí a jevů”

1. ÚVOD

Včasné a citlivé vzdělávání dítěte předškolního věku a jeho zdárný vstup do širšího společenství má pro dítě a jeho rozvoj klíčový význam. Toto je období, které je **optimální pro položení základů k osvojení zdravého životního stylu**, pozitivních postojů a dovedností a tedy i k prevenci sociálně patologických jevů. **Preventivní program pro mateřské školy je součástí školního vzdělávacího programu**, který vychází z Rámcového programu pro předškolní vzdělávání.

Co je to primární prevence rizikového chování?

Základním principem je výchova k předcházení a minimalizaci rizikových projevů chování, ke zdravému životnímu stylu, k rozvoji pozitivního sociálního chování a rozvoj psychosociálních dovedností a zvládání zátěžových situací s cílem zabránit výskytu rizikového chování nebo co nejvíce omezit škody způsobené jejich výskytem mezi žáky.

S jakými tématy je vhodné v MŠ pracovat?

Programy primární prevence v mateřské škole by měly být přiměřené věkové skupině, zaměřeny nejčastěji na:

- zdravý životní styl
- citovou a etickou výchovu
- výchovu k odpovědnosti za své chování
- dopravní výchovu
- navazování pozitivních vztahů mezi dětmi a mezi dětmi a pedagogy

2. Analýza výchozího stavu

V minulých školních letech navštěvovalo ročně mateřskou školu 48 dětí. Děti vzdělávaly 4 pedagogické pracovnice. Všechny ped. pracovnice společně s asistentkami a s provozními zaměstnanci se snažily chápat individuální potřeby dětí a získávat jejich důvěru.

K posouzení problematiky primární prevence sociálně patologických jevů sloužily následující metody:

- monitoring klimatu tříd učitelkami (vstupní diagnostika, průběžné pozorování)
- rozhovory s dětmi a jejich zák. zástupci (třídní schůzky, průběžné individuální pohovory)
- spolupráce s odborníky (pracovníci PPP, SPC, sociální pracovnice)

Objevovaly se projevy agresivního chování — kousání, strkání do kamaráda, opakování nevhodných slov a nežádoucí projevy v chování, jako žalování a lhaní. K eliminaci těchto projevů učitelky využívaly motivační příběhy o nevhodném chování a různé formy sociálního učení, dramatizace, kontaktní hry. Přínosné bylo poskytování prostoru pro vyjádření nálad, komunikační kruh, pozitivní motivace formou pochval (smajlíci, mračouni) a využití kladných dovedností dítěte.

Pedagogické pracovnice průběžně zařazovaly do TVP programy zaměřené na dopravní výchovu (při pobytu venku pozorování práce policistů a hasičů), zdravý životní styl (př. program „Zubní prevence“), výchovu k odpovědnosti za své chování, aj.

3. Cíle minimálního preventivního programu

a) Dlouhodobé cíle

- zvýšit odolnost dětí vůči společensky nežádoucím jevům
- učit děti rozpoznat společensky nežádoucí jevy a nepodlehnout jim, pokud se s nimi v budoucnu setkají
- činnosti působící v oblasti prevence vkládat do pedagogické práce s cílem (pokud možno tak, aby se prolínaly celým výchovně vzdělávacím procesem)
- zajistit dostatečnou a pestrou nabídku programů zaměřených na dané téma, preventivní výchovně vzdělávací působení bude neoddělitelnou součástí ŠVP
- naplňovat kompetence podpory zdraví a zdravého způsobu života
- navození atmosféry důvěry a vzájemného respektu mezi dětmi, rodiči a zaměstnanci školy
- navození příznivého klimatu školy, třídy
- spolupráce s rodiči a osvětová činnost pro rodiče v oblasti zdravého životního stylu
- poskytování poradenských služeb rodičům, pedagogům
- vzdělávání učitelů v oblasti prevence
- hlavní důraz je kladen na vytváření elementárních základů klíčových kompetencí, což v tomto věku představuje hlavně komunikaci s vrstevníky a dospělými, zvládat řešit problémy, umět se přizpůsobit a nebát se prosadit a uplatnit

b) Krátkodobé cíle

- analyzovat jedince, rodinu, která potřebuje pomoc
- stanovit vhodně cílenou motivaci a metody práce, které budou respektovat specifika třídy a potřeby jedince
- výměna zkušeností mezi pedagogy vycházejících z praxe a dalšího vzdělávání
- aktivní postoj učitelů k problematice prevence společensky nežádoucích jevů
- snažit se pochopit dítě a získat jeho důvěru
- působit na děti vlastním příkladem
- organizovat řízené a spontánní aktivity tak, aby byl dostatečný prostor k samostatnosti dítěte a individuálním činnostem
- rozvíjet komunikaci mezi vrstevníky
- pravidelné setkávání učitelů za účelem stálého a včasného monitorování klimatu tříd
- zjišťování problémů k řešení

4. Zásady efektivní primární prevence

- zásada včasného začátku (formování osobní orientace, postojů a názorů)
- zásada komplexnosti spolupráce školy, rodiny a široké veřejnosti
- zásada mezioborové týmové spolupráce mezi pedagogy a odborníky
- zásada přiměřenosti (preventivní působení přizpůsobit věku dítěte)

5. Vymezení obsahu a formy prevence v rámci kompetencí podpory zdraví a zdravého životního stylu

Základním prvkem ochrany před společensky nežádoucími jevy je výchova ke zdravému způsobu života od nejútlejšího věku. Myšleno v pojetí holistickém to znamená ve složce tělesné, duševní a sociální, kdy tyto složky jsou navzájem propojeny a tvoří spolu harmonickou jednotu.

V předškolním věku mezi kompetence podpory zdraví a zdravého životního stylu, které jsou zároveň prevencí společensky nepřijatelných jevů, patří:

- sebedůvěra, samostatnost a sebejistota
- podpora zkušeností, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit
- schopnost přizpůsobení se životu v sociální komunitě, vnímavý a otevřený vztah k okolnímu světu, schopnost přiměřeně kriticky myslet a rozhodovat se
- seberozvíjení
- motivace k aktivnímu poznávání a prožitkům
- rozvoj tvořivosti a estetického cítění
- systematický rozvoj dovedností, které vedou k osvojení zdravého životního stylu, zdravotní prevence

Sebedůvěra

Přiměřené vědomí vlastní důvěry v sebe je silným ochranným mechanismem. Součástí zdravého životního stylu je i zdravé sebevědomí. Vlastní sebevědomí spojené s úctou k druhému patří k základní životní kompetenci (postoji).

Sebedůvěra dětí je podmíněna optimální kvalitou vztahu k dětem v praktickém životě. Takovým uspořádáním společenského života, který umožňuje uspokojování potřeb dítěte a tím i zdravý rozvoj jeho osobnosti. Vztah k dětem je výrazem vyspělosti společnosti.

Vztah k dětem a styl výchovy v sobě musí nést respekt dospělých vůči dětem. Děti jako rovnocenní partneři mají v mnoha situacích právo říci ne, když něco nechťejí. **Umění říci ne je z hlediska ochrany zdraví velmi pozitivní postoj.** Děti nebudou umět říci ne pokusům o nejrůznější manipulace nebo drogovému pokušení, pokud v rodině, mateřské škole či škole není příležitost k vyjádření nesouhlasu. Nesouhlas nebo volba jiné alternativy nemusí být již předem považovány za neposlušnost, vzdor nebo zbytečnost.

K upevnění sebedůvěry dětí slouží zejména **pohybové aktivity, hry a hraní**. Optimální se jeví spontánní dětské pohybové aktivity bez viditelných zásahů pedagogů, kdy dětem je poskytována možnost volby samostatné činnosti i její obtížnosti. Dítě ví, že si samo může vybrat a vyzkoušet své síly. Je nutné, aby motivace k činnosti vycházela z dítěte a byl respektován jeho zájem, aby pohybová činnost vycházela z vnitřní motivace, z potřeby pohybu, z potřeby zjistit, co umím. V nesoutěživém prostředí bez potřeby předhánět kamaráda je tělesný rozvoj provázený vědomím odpovědnosti za své zdraví. Dítě je motivované a vzniká posléze i trvalá potřeba pocitu libosti z naplnění potřeby pohybu.

Umění realisticky odhadnout své síly, nepřeceňovat ani nepodceňovat své síly, je prevencí nejen úrazů, ale i **posílení pevného postoje** vůči budoucím stresům, neúspěchům i pádům, které nepřipravení jedinci později mnohdy řeší zástupným způsobem: agresí, zneužíváním drog, alkoholu nebo jiným negativním způsobem.

Seberozvíjení

Osobní zkušenost a prožitek dítěte dávají vznik základním kompetencím, které mají děti v oblasti zdravého životního stylu a prevence získat. Základní kompetence jsou utvářeny jako znalosti, dovednosti a postoje.

Mezi základní osvojené kompetence předškolních dětí a současně i kompetence V Oblasti prevence patří:

- znát, co dítěti pomáhá být zdravé a v bezpečí a co mu škodí, znát důsledky požívání některých látek pro zdraví
- rozumět tomu, že způsob života má vliv na lidské zdraví
- zajímat se o udržování svého těla ve zdraví, chápat, že zdraví se musí chránit
- napomáhat vlastnímu zdraví aktivním pohybem a zdravými životními návyky (zdravá výživa a životospráva)
- mít vytvořenou představu o pojmu závislost a o věcech, které ničí zdraví a zkracují život člověka (cigarety, alkohol, drogy, zneužívání léků)
- vědět, že kontakty s některými lidmi mohou být nebezpečné
- znát pravidla společného soužití ve skupině
- hodnotit své chování i chování druhých
- mít a hájit vlastní názor
- akceptovat kompetentní autoritu
- vnímat lidi s jejich odlišnostmi povahovými, tělesnými, rasovými, kulturními jako přirozený stav
- přistupovat aktivně k problémům, řešit problémy
- vědět, že je více možností řešení konfliktů
- kontrolovat extrémní projevy svých emocí a nálad
- chování přizpůsobovat sociálnímu prostředí, uvědomovat si sociální role
- spolupvytvářet prostředí pohody ve svém okolí

Pokud nejsou osvojeny uvedené ochranné kompetence, jsou tyto děti zasaženy v pozdějším období různými nežádoucími jevy, jako je agresivita, nekázeň, nesnášenlivost, neschopnost řešit problémy, stres a frustrace, dochází i k sebepoškozování dětí. Důsledkem je poté náchylnost ke zneužívání medikamentů, drog, alkoholu, šikana, násilí, vandalismus, xenofobie apod.

Potřebné seberozvíjení dítěte je vytvářeno **osobní zkušeností dítěte**. Je podporováno zejména prožitkem během hry. Společný prožitek ze hry je uznáván jako významný faktor sociálního učení. Optimální činností pro hry a hraní jsou přirozené situace skutečného světa. Děti si rády hrají na to, co vidí dělat dospělé a tím, že takovouto činnost zkouší, získávají sebevědomí. Hra by neměla být dospělými příliš organizována, měla by se uplatnit kreativita dětí, jejich vzájemná komunikace, radost, tvořivost a estetické podněty i nácvik řešení konfliktů. Dospělí jsou pozorovatelé, partneři ve hře a rádci. Motivace k těmto činnostem musí vycházet z dítěte a musí být respektován jeho zájem. Pak nedochází ani k nedostatečné ani nadměrné stimulaci dětí. Dospělý pomáhá organizovat činnost, ale nevnučuje ji. Výsledkem je i pohoda a zdravé partnerské vztahy ve škole.

Prožitkové učení, kdy dítě se prožitkem a zkušeností učí samo a spontánně, je **vlastní předškolnímu věku**. Nikdy později již dítě nepracuje samo na sobě s takovou intenzitou a efektivitou. Dítě přirozenými cestami sbírá a zpracovává zkušenosti. Zkušenosti získává

především tím, že něco dělá a to, co dělá, prožívá. Mentalitě předškolního věku není vlastní organizované, hromadné vyučování frontální metodou. Není proto vhodné vyrábět speciální protidrogové či jiné preventivní programy pro předškolní věk.

Sociální hry a hraní rolí navozují modelové situace. Nabízejí bezděčné učení s možností zařadit se mezi své vrstevníky v dětské skupině a budovat mezi nimi své postavení. Učí ohleduplnosti, společensky přijatelnému způsobu řešit konflikty a spory, spoluvytvářet prostředí pohody ve třídě a dětské skupině. V dítěti se vytváří pocit základní jistoty, že takovýto svět je správné místo pro život a dítě je v pohodě. Výsledkem je nastavení dětské psychiky, které lze vyjádřit větou „já jsem správný a na správném místě“. V dospělosti se tomu pak říká zdravé sebevědomí, optimismus, pozitivní myšlení.

Dobrou aktivitou je mimo **námětové hry i společná stavba nebo společná kresba** na jeden námět. Společná kresba není součtem kreseb jednotlivců. Při kresbě jednotlivci reagují jeden na druhého a podle toho je kresba rozvíjena. Při společných stavbách děti diskutují, hledají a navrhuji řešení. Dospělého potřebují jen jako rádce a diváka.

Rozvoj společenských vztahů a komunikační dovednosti podporuje vhodně i **dramatická výchova**. V předškolním věku je třeba věnovat pozornost dramatickému vyjadřování představ, pěstovat dovednosti, vyjádřit své pocity. Formou dramatu lze děti postavit do situace, kdy individuálně reagují — lhostejně, zvědavě, se zájmem, konstruktivně. Tyto dramatické prožitky dětí, které nejsou v průběhu hry pedagogem ovlivňovány, jsou později základem pro vzájemné vysvětlování, objasňování a odpovědi na otázky. Ze strany dospělého tedy nejsou pouze předávány již hotové poznatky prostřednictvím poučování a vysvětlování. Nedochází k příliš racionálnímu, hotovému a uzavřenému výkladu světa. **Nejde o to, naplnit dětskou mysl, ale probudit aktivní zájem dítěte objevovat a uplatnit a ukázat, co umí, zvládne a dokáže.**

Hravě motivované činnosti dramatické, námětové a konstruktivní slouží k osvojování pojmů a poznatků zdravého životního stylu.

Pedagog by měl vést výchovnou práci skrytě ale cíleně a dát dětem základy prosociálního chování a tedy i prevence šikany, násilí a jiných sociálně patologických jevů.

Výchovná práce, jejíž smysl spočívá v prožitku dítěte a ne pouze v přípravě na školu, plní podmínku k vytvoření správných kompetencí ke zdravému životnímu stylu a tím i k prevenci společensky nežádoucích jevů. Mateřská škola si tak neklade cíle, které by nevyházely z potřeb dětí. Pobyť v takovéto mateřské škole je zdravý a je zdrojem pohody.

Ochrana dětí před šikanou v předškolním vzdělávání

(1) Empirické zkušenosti potvrzují, že šikana se může objevovat už v mateřské škole (dále jen „MŠ“). Vyskytují se tam prvky šikany a spíše zárodečná stadia tohoto destruktivního fenoménu. Nicméně skrytá a neléčená počáteční šikana působí i zde velké škody a trápení, které zasáhnou děti, rodiče i pedagogy.

(2) Škola musí zabezpečit minimální požadavky na ochranu dětí před šikanou. Po odborném a bezpečném rozkrytí šikany pedagog zvolí podle situace vhodný způsob nápravy, např.:

- rozhovor s dítětem, které ubližuje – pedagog využije opatření, která v MŠ fungují, např. srozumitelně sdělí dítěti, že porušilo stanovená pravidla, vede jej v sociálně žádoucích projevech, navrhuje a ukazuje mu adekvátní varianty v projevech chování; samozřejmě, jakmile je to možné, ocení jeho zlepšení;
- zavedení ochranného režimu oběti – v počátku pro jistotu MŠ nastaví přísnější dozor; v některých komplikovanějších případech oběť a útočníka v rámci možností od sebe oddělí; není vhodné konfrontovat agresora s obětí;
- práce se skupinou – vhodné jsou činnosti podporující spolupráci, při nichž nejsou vítězové a poražení; využít se dají rovněž pohádky či příběhy a jejich dramatizace;
- rozhovor se zákonnými zástupci agresora – proběhne až tehdy, když je situace zmapovaná; důležitá je maximální snaha získat je pro spolupráci; nejbezpečnější je, když rozhovor provede pracovník MŠ; rozhovor rodičů oběti s rodiči agresora je velmi rizikový.

Škola může zvolit i kombinaci výše uvedených metod.

(3) Škola zajišťuje podporu a rozvoj pro své pedagogy v podobě kontinuálního plánu dalšího vzdělávání.

6. Organizace prevence

a) Ředitel školy

Je přímo odpovědný za prevenci a za řešení zjištěných nežádoucích projevů rizikových forem chování. Vytváří podmínky pro předcházení nežádoucích projevů chování:

- koordinuje zpracování, kontroluje realizaci a vyhodnocuje prevenci nežádoucích jevů
- zapracovává aktuální problémy výskytu rizikového chování do Školního řádu
- podporuje týmovou spolupráci pedagogů a ostatních zaměstnanců MŠ
- spolupracuje s odborníky
- koordinuje další vzdělávání pedagogů v oblasti prevence sociálně patologických jevů

b) Učitelky

- podílí se na zpracování a realizaci programu prevence sociálně patologických jevů
- spolupracují s ředitelem při výskytu nežádoucích projevů chování
- diagnostikují vztahy mezi dětmi
- motivují k vytvoření podmínek a vnitřních pravidel v souladu se školním řádem, vytváření bezpečné atmosféry a pozitivního klimatu
- spolupracují s rodiči
- zpracovávají zprávy o dětech pro odborníky a sociální pracovníky

7. Spolupráce rodiny a mateřské školy

a) Prevence v rodině

- vyvážený životní styl a záliby (nepřetěžovat, neočekávat nadprůměrné výsledky, dítě musí mít radost a zájem o činnost)
- užitečná rodinná pravidla, která jsou pro děti srozumitelná a jasná (ideální výchovný styl je vřelý a středně omezující, liberální výchova má svá úskalí)
- dobré hodnoty a vzory (rodiče dětem vzorem)
- dobrá společnost a výběr kamarádů (vhodný výběr kamarádů)
- posilovat zdravé sebevědomí dětí (partnerský přístup)
- spolupráce při výchově mezi dospělými, kteří se o dítě starají
- projevovat zájem a získávat důvěru dítěte (udělat si na dítě čas, naslouchat mu)
- umět s dětmi mluvit o tabáku, alkoholu, návykových látkách správně a přiměřeně věku
- odpovídat dětem na otázky, vysvětlovat rizika

b) Prevence v mateřské škole

- seznámení se základními cíli prevence sociálně patologických jevů a nežádoucích projevů chování dětí v MŠ (třídní schůzka)
- beseda nebo přednáška pro rodiče k dané problematice
- včasná informovanost rodičů o změnách chování jejich dětí
- aktuální řešení problémů
- účast rodičů na vzdělávacích aktivitách MŠ
- konzultace pro rodiče (možnosti konzultací)
- poradenství v oblasti spolupráce rodičů s MŠ a odborníků
- zveřejnění Programu prevence na informačních tabulích v MŠ a internetu

8. Rejstřík institucí a poskytovatelů primární prevenci rizikového chování dětí a mládeže

Instituce	Jméno/profese	Kontakt
Krajský úřad plzeňského kraje Sídlo KÚPK Škroupova 18 Kancelář Místnost P407, Patro 4	Bc. Hana Dadučová Referent na úseku prevence sociálně patologických jevů	Tel: 377195321 Hana.daducova@plzensky-kraj.cz
PPP Pracoviště Klatovy Voříškova 823 339 01 Klatovy	Mgr. Milena Klimešová	Tel: 376 310 809 e-mail: milena.klimesova@pepor-plzen.cz
PPP Pracoviště Sušice Nuželská 60, 342 01 Sušice	Mgr. Pavla Kramlová	Tel: 376 526 671, 733 745 847 e-mail: pavla.kramlova@pepor-plzen.cz
Dětský diagnostický ústav, Středisko výchovné péče, základní škola a školní jídelna, Karlovarská 67, Plzeň		Tel. Recepce, ddú: +420 778 885 328 Sociální pracovnice: +420 777 722 329 Mobil pro noc: +420 777 179 175 Email: dduplzen@dduplzen.cz Email: svpplzen@dduplzen.cz Web: dduplzen.cz
Krajská hygienická stanice Plzeňského kraje – územní pracoviště Klatovy Randova 34, 339 01 Klatovy	MVDr. Pecková Olga	Tel.: 376 370 611 376 370 619 Khs.plz@khsplzen.cz http://www.khsplzen.cz/
Obce a města Plzeňského kraje	OSPOD	www.ospod.cz
Policie České republiky Federální policie v Sušici <u>Adresa:</u> Na Burince 274, Sušice III, 341 02 Sušice	npor. Bc. Uxa Pavel	Tel.: 974 334 701 Email: kt.oop.susice@pcr.cz
Hasičský záchranný sbor Plzeňského kraje Hasičský sbor v Sušici Na Hrázi 1, 342 01 Sušice	npor. Bc. Petr Ježek velitel požární stanice - Sušice	Tel: 950 313 062 petr.jezek@hzspk.cz

9. ZÁVĚR

Včasná prevence v oblasti sociálně patologických jevů je závažné téma, kterému musí být věnována pozornost. Prevence musí být prováděna systémově a pravidelně, v optimálním případě je prevence a zdravý životní styl jakousi přirozenou součástí života školy. Mnoho aktiv využitelných pro osvojení si zdravého životního stylu a metodiky prevence nelze pouze vyčíst z manuálů, metodik a příruček. Je třeba se odborně vzdělávat a získávat i praktické dovednosti.

Pozitivní změny v účinnějších přístupech učitelů k dětem při uplatňování prevence sociálně patologických jevů, rozvoj pozitivního sociálního chování a tím i posílení odolnosti dětí vůči nežádoucím sociálně-patologickým jevům, kooperace škol ve vzdělávání učitelů a vzájemná výměna pozitivních zkušeností jsou základem úspěšné realizace strategie prevence společensky nežádoucích jevů u dětí a mládeže.

Je třeba nejenom znát nové metody práce, je třeba si je i osvojit. Platí pro malé i velké žáky známé pravidlo: naučíme se 20% toho, co vidíme a slyšíme, 40% toho, o čem diskutujeme, 80% toho, co děláme, a 90% toho, co se pokoušíme naučit druhé.