

MINIMÁLNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAM

PRIMÁRNÍ PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ DĚTÍ V MŠ

Zpracováno dle metodických pokynů MŠMT

Mateřská škola Trhanov
okres Domažlice, příspěvková organizace

**PRIMÁRNÍ PREVENCE
RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ DĚTÍ V MŠ**

„ŠKOLKA PLNÁ ÚSMĚVŮ“



Mateřská škola Trhanov, okres Domažlice, příspěvková organizace

Trhanov 33, 345 33 Trhanov

IČ: 60611006

kontakty: 379 794 346, 732 778 111, mstrhanov@seznam.cz

www.mstrhanov.cz

Zřizovatel: Obec Trhanov

Statutární zástupce: Mgr. Eva Pivoňková

Platnost dokumentu: od září 2023

Obsah:

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

Rizikové chování

| | | |
|--|--|---|
|  NÁVYKOVÉ LÁTKY |  ŠIKANA |  KYBER PROSTOR |
|  PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY |  DOMÁČÍ NÁSILÍ |  ZÁŠKOLÁCTVÍ |
|  EXTREMISMUS RASISMUS XENOFOBIE |  SYNDROM CAN |  SEBE POŠKOZOVÁNÍ |
|  PARTNERSKÉ VZTAHY A SEX |  KRIMINALITA A DELIKVENCE |  RCH V DOPRAVĚ |

„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 vazeb mezi dětmi a mezi dětmi a pedagogy

2) 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 cítem (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 neoddelitelnou 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

3) 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)

4) 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 nejtítlejšího 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 předhonorovat 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
- spoluvytvářet 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 ke 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 nevnucuje ji. Výsledkem je i pohoda a zdravé partnerské vztahy ve škole.

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 dítěte 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.

5) Organizace prevence

a) Ředitelka školy

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

b) Učitelky

- podílí se na zpracování a realizaci programu prevence sociálně patologických jevů
- spolupracují s ředitelkou 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

6) 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 své 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

7) Rejstřík institucí a poskytovatelů primární prevenci rizikového chování dětí a mládeže

Mezi základní články primární prevence v kraji patří institucionální zajištění prevence realizované odborem školství a kultury PPP Plzeň, PPP Domažlice. Dále všemi školami a školskými zařízeními, kterým ze školského zákona § 29 a vyhlášky č. 72/2005 Sb. o poradenských službách vyplývá povinnost sestavení minimálního preventivního programu rizikového chování dětí a mládeže v rámci školního vzdělávacího programu.

V Plzeňském kraji certifikovány 4 organizace:

- CPPT – Centrum protidrogové prevence a terapie (P-Centrum)
- Point 14
- Diakonie – Středisko Západní Čechy
- NIŽ – Národní iniciativa pro život

- Mezi standardní činnosti poradny dle vyhlášky kromě jiného patří:
 - Diagnostika sociálního klimatu a rizikového chování v třídních kolektivech jako podklad pro tvorbu programů prevence rizikového chování a diagnostika sociálního klimatu třídních kolektivů jako podklad pro tvorbu nápravných programů.
 - Metodická pomoc při tvorbě preventivních programů rizikového chování a participace na preventivních programech školy. Koordinace a metodické vedení práce výchovných poradců, školních metodiků prevence v základních a středních školách a dalších pedagogických pracovníků škol.
 - Vyhodnocování realizovaných preventivních programů škol v regionální působnosti pro potřeby zpracování analýz, statistik a krajských plánů prevence.
- Prevenci rizikového chování, realizaci preventivních opatření a koordinaci školních metodiků prevence zajišťuje PPP prostřednictvím oblastního metodika prevence.

Metodik prevence v PPP

Pozice a náplň činnosti metodika prevence v PPP je vymezena vyhláškou č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů a Metodickým doporučením k primární prevenci rizikového chování u dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních.

ŠKOLSKÁ ZAŘÍZENÍ PREVENTIVNĚ VÝCHOVNĚ PÉČE A ŠKOLSKÁ ZAŘÍZENÍ PRO VÝKON ÚSTAVNÍ VÝCHOVY A OCHRANNÉ VÝCHOVY

- **Středisko výchovné péče**
- Diagnostický ústav
- Výchovný ústav
- Dětský domov

8) 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 aktivit 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.