

MATEŘSKÁ ŠKOLA ČINĚVES, okres Nymburk
Činěves 184, 289 01 Dymokury
tel.: 721 038 911, e-mail: ms-cineves@seznam.cz

Preventivní program Mateřské školy Činěves



Charakteristika programu

Preventivní program v Mateřské škole Činěves je součástí výchovně vzdělávacího procesu, který se zaměřuje na podporu zdravého vývoje dětí a prevenci různých rizikových jevů, jako jsou například sociální vyloučení, šikana či závislosti. Děti v předškolním věku získávají poznatky o světě a vytvářejí si s naší pomocí první postoje k různým skutečnostem. Je tedy velmi důležité zahájit primární prevenci právě v době předškolního vzdělávání a poskytnout jim potřebné informace takovou formou, která bude přiměřená jejich věku a chápání. Tento program má pozitivně ovlivnit fyzický, psychický a sociální rozvoj dětí, a to prostřednictvím her, interaktivních aktivit a výchovných činností. Očekávané výstupy správných společenských návyků budou naplňovány v souladu se záměry ŠVP.

Charakteristika školy

Mateřská škola Činěves, se nachází v klidném a malebném prostředí obce Činěves. Sídlí v samostatné budově, která disponuje rozsáhlou zahradou a hřištěm s mnohačetnými hracími prvky - skluzavky, průlezkou, houpačky a pískoviště, které umožňují dětem pohybové vyžití, rozvoj smyslů a fyzické i psychické zdatnosti. Vydlážděná plocha slouží k jízdě na dětských vozítkách a odrážedlech. Zahrada je velmi dobře situovaná z pohledu bezpečnosti dětí do míst mimo silniční provoz a doplněna ohništěm i záhonkem na pěstování rostlin.

Jedná se o přízemní budovu s celkovou kapacitou 24 dětí, 2 pedagogů a 1 provozního zaměstnance. Okolí MŠ nabízí dětem spoustu možností k poznání světa kolem nás. Nedaleko se nachází herní plochy, pole, lesy, rybníky a děti zde mohou rozvíjet své znalosti a dovednosti v environmentální oblasti, ale i práci lidí a chod společnosti jako celku.

Cíle preventivního programu

Hlavním záměrem preventivního programu je předcházet výskytu problémů. Pomocí osvědčených a dětmi pozitivně přijímaných metod (pozorování, rozhovory, hry, dramatizace, výtvarné činnosti apod.) se zaměříme na vytváření odolnosti dětí vůči sociálně patologickým jevům. Naší prioritou je, aby dítě takový jev rozpoznalo a umělo ho vyhodnotit úměrně svému věku i situaci a bylo schopno zareagovat, aniž by ohrozilo své zdraví.

Cíle MŠ Činěves:

- zvýšit odolnost dětí vůči společensky nežádoucím jevům;
- učit děti rozpoznat společensky nežádoucí jevy a nepodlehnout jim, pokud se s nimi v budoucnu setká;
- činnosti, působící v oblasti prevence vkládat do pedagogické práce s cítem a měly by se prolínat celým výchovně vzdělávacím procesem;
- zajistit dostatečnou a pestrou nabídku programů zaměřených na dané téma;
- naplňovat kompetence podpory zdraví a zdravého způsobu života;
- navození atmosféry důvěry, bezpečnosti 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;
- kladné postoje učitelů k problematice prevence společensky nežádoucích jevů;
- 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.

Krátkodobé cíle:

- stanovit vhodně cílenou motivaci a metody práce, které budou respektovat specifika třídy a potřeby jedince;
- organizovat řízené a spontánní aktivity tak, aby byl dostatečný prostor k individuálním činnostem;
- rozvíjet komunikaci mezi vrstevníky;
- pravidelné rozhovory učitelů za účelem stálého a včasného monitorování klimatu třídy, zjišťování problému k řešení;
- zajištění dalšího vzdělávání pedagogů

Cílová skupina

všechny děti v MŠ Zaměření se na:

- děti se zdravotními problémy
- děti se specifickými vzdělávacími potřebami
- děti, které rizikové chování vykazují
- na děti s odlišnou etnickou příslušností, než je ta většinová, u nichž je podstatná integrace do většiny

- děti se sociálně slabých rodin

Zásady prevence spočívají v:

- v individuální práci s dětmi;
- aktivním zapojení učitele;
- v úzkém kontaktu s rodiči;
- pravidlech chování.

Formy prevence jsou:

- spolupráce s rodiči a dětmi;
- odhalování specifických poruch učení a chování a následná náprava;
- vzdělávání v oblasti zdravého životního stylu;
- vyhranění negativního vztahu k návykovým látkám;
- předcházení šikaně;
- nabídka školních i mimoškolních aktivit;
- výukové programy cílené vždy na konkrétní téma.

Témata prevence

Nejčastější výchovné problémy u dětí v MŠ:

- Prevence šikany
- Adaptace na předškolní zařízení
- Projevy agresivity v kolektivu
- Úzkostné dítě
- Dítě zanedbané případně týrané
- Prevence virtuálních drog – počítač, televize..
- Zdravý životní styl

1. Prevence šikany

I v tomto raném věku mohou děti projevovat agresivní nebo nevhodné chování vůči svým vrstevníkům. Prevence šikany spočívá především ve vytváření bezpečného a přátelského prostředí, kde se děti učí respektu, empatii a pozitivnímu řešení konfliktů.

- Podpora přátelství a spolupráce – učitelé mohou organizovat aktivity, které podporují týmovou práci a vzájemnou pomoc.

- Učení respektu a tolerance – je důležité děti učit respektu k ostatním, proto mohou učitelé používat příběhy, pohádky a hry, které ilustrují různé lidské hodnoty.
- Podpora sebedůvěry – děti, které mají zdravé sebevědomí jsou méně náchylné k tomu, aby se staly oběťmi šikany. Proto je důležité posilovat jejich sebedůvěru prostřednictvím pochval, uznání a pozitivní zpětné vazby.

1.1. Včasná identifikace rizikového chování

- Pozorování vztahů mezi dětmi – učitelé pečlivě sledují, jak se děti mezi sebou chovají. Pokud si všimnou opakovaného vylučování některého z dětí, posměšků nebo fyzického násilí, měli by okamžitě zasáhnout.
- Vedení otevřených rozhovorů s dětmi – děti mají možnost mluvit o svých pocitech a problémech. Učitelé mohou organizovat kruhové rozhovory, kde děti sdílejí své zážitky.

Učení dětí, jak řešit konflikty

- Rozvoj sociálních dovedností – učit děti, jak správně komunikovat, jak se omluvit, jak přijmout kritiku či jak vyřešit spor klidnou cestou. Děti jsou vedeny, aby se s problémy obracely na dospělé a nenechávaly si je pro sebe.

1.2. Řešení šikany

Pokud učitel zaznamená šikanu, musí okamžitě zasáhnout. Je nutné vymezit hranice toho, co je přijatelné a co nikoliv. Důležité je vysvětlit důsledky nevhodného chování. Dítě by mělo pochopit proč je jeho chování špatné, a jak se může chovat jinak.

Dítě, které bylo šikanováno, potřebuje podporu a péči. Otevřeně s ním hovořit, a dát mu najevo, že šikana není jeho chyba, a posílit jeho pocit bezpečí ve školce. Důležité je včas informovat rodiče a spolupracovat na řešení problému.

2. Adaptace na předškolní zařízení

Je proces, během kterého se dítě učí přizpůsobit novému prostředí, dennímu režimu a sociálním vztahům v mateřské škole. Tento proces může být pro dítě i rodiče náročný, protože zahrnuje oddělení od rodiny a první zkušenosti s pravidelnou docházkou mimo domov. Cílem adaptace je, aby se dítě cítilo v předškolním zařízení bezpečně, spokojeně a mělo pozitivní vztah ke školce.

2.1. Možnosti adaptace MŠ Činěves

- Postupné zvykání na nové prostředí – v mš umožňujeme každému dítěti postupný nástup, kdy dítě dochází nejprve na kratší dobu, například jen na několik hodin denně a postupně se tento čas prodlužuje. Tento proces dítěti pomáhá se lépe adaptovat, aniž by bylo vystaveno dlouhému odloučení od rodiny.
- Důležitým faktorem pro úspěšnou adaptaci je vytvoření pocitu bezpečí a důvěry. Učitelé projevují empatii, porozumění a trpělivost, aby si dítě navázalo pozitivní vztah s novým prostředím a dospělými.
- Přejížděvací objekt – při nástupu i během školního roku umožňujeme každému dítěti nošení svého oblíbeného plyšáka nebo jiný předmět z domova, který jim poskytuje pocit jistoty a spojení s rodinou.
- Individuální přístup – každé dítě se adaptuje jinak a je důležité respektovat jeho individuální potřeby. Učitelé sledují, jak dítě reaguje a přizpůsobuje se jeho tempu.
- Komunikace s rodiči – spolupráce s rodiči je klíčová. Rodiče by měli pomoci s tím, že dítě připraví na to, co ho čeká, mluvit o školce a učit dítě základním pravidlům hygieny a stravování. Rodiče mají možnost mluvit s učiteli o průběhu adaptace a společně hledat vhodná řešení, pokud se adaptace nedaří.

3. Projevy agresivity v kolektivu

Projevy agrese v kolektivu jsou poměrně časté, jelikož děti v tomto věku teprve objevují způsoby, jak reagovat, jak regulovat svoje emoce a chovat se k ostatním. Agrese u předškolních dětí se může lišit v závislosti na temperamentu dítěte, jeho dovednostech v oblasti komunikace a sociálním prostředí.

3.1. Typy agrese

- Fyzická agrese – bití, kopání, strkání – dítě používá své tělo k tomu, aby projevilo nespokojenost nebo ovládlo situaci, například při konfliktu o hračku.
Tahání za vlasy nebo škrábání – jsou formy fyzického útoku, které se mohou objevit ve chvílích frustrace, kdy dítě není schopné zvládnout své emoce jiným způsobem.
Házení předmětů – některé děti mohou házet hračkami nebo jinými předměty, které jsou v dosahu.
- Verbální agrese – křik a nadávky – dítě může zvyšovat hlas nebo používat nevhodná slova, aby si vynutilo pozornost nebo vyjádřilo frustraci.

Posměch nebo urážky – u předškolních dětí se může objevit posměch nebo záměrné urážení druhých .

- Psychická a sociální agrese – ignorování nebo vylučování z her – děti mohou vyjadřovat agresi tím, že odmítají jiného spolužáka přizvat do hry nebo ho aktivně ignorují.

3.2. Jak reagovat na agresivní chování

Okamžitá a klidná intervence – učitelé musí zasáhnout okamžitě, ale klidně, aby zabránili dalšímu eskalování situace. Důležité je přerušit agresivní chování, aniž by bylo dítěti ublíženo nebo zastrášováno.

- Učení alternativních způsobů, jak řešit konflikty – dětem je třeba ukázat, jak řešit konflikty jinak než agresí. Zahrnuje to učení základních dovedností, jako je žádání o věci slovy, sdílení hraček nebo vyjednávání.
- Posilování empatie – dětem by mělo být vysvětleno, jak jejich chování ovlivňuje ostatní. Použít vhodné příklady, které dětem přiblíží, jaké pocity mohou jejich kamarádi mít v důsledku agresivního jednání.
- Stanovení jasných hranic a důsledků – děti mají stanovené hranice, co je a co není přijatelné chování a důsledky, které následují při jejich překročení. Důsledky jsou přiměřené věku a zaměřené na pochopení důsledků chování, nikoliv na trest.
- Komunikace s rodiči – pokud se agresivní chování opakuje, je důležité vést dialog s rodiči. Rodiče a učitelé by měli spolupracovat na tom, jak nejlépe dítě podpořit a zjistit, zda neexistují další faktory (stres doma), které by mohly přispívat k tomuto chování.

3.3. Prevence agrese

- Rozvoj sociálních dovedností – zahrnovat hry a aktivit zaměřených na spolupráci a rozvoj komunikačních dovedností.
- Podpora pozitivního chování – učitelé posilují pozitivní chování u dětí tím, že ho ocení.
- Emocionální výchova – hry, příběhy a diskuse o emocích mohou dětem pomoci pochopit, že hněv je normální emoce, ale že existují způsoby, jak s ním zacházet.

4. Úzkostné dítě

Může vykazovat různé projevy emocionálního stresu, které se projevují zejména v nových nebo stresujících situacích. Úzkost je běžná reakce na změny a nové zkušenosti, jako je například nástup do školky, odloučení od rodičů nebo interakce s vrstevníky. Pro učitele a rodiče je důležité tyto projevy rozpoznat a poskytnout dítěti podporu.

4.1. Projevy úzkosti

- Tělesné projevy úzkosti – bolesti břicha nebo hlavy – úzkostné děti často trpí fyzickými symptomy, které nemají jasnou zdravotní příčinu. Opakující se bolesti břicha, hlavy nebo nevolnost mohou být reakcí na stres.
- Nechuť k jídlu – dítě může odmítat jíst, ať už kvůli nervozitě z prostředí mš nebo z obav, že něco nezvládne.
- Zvýšená únava – dítě může působit unaveně, protože je v neustálém napětí, což ho fyzicky i psychicky vyčerpává.
- Emocionální projevy – pláč nebo záchvaty vzteku – dítě může často plakat bez zjevné příčiny.
- Nadměrná plačtivost při odloučení – úzkostné dítě může prožívat silnou separační úzkost, kdy má problém se rozloučit s rodičem.
- Strach z nových situací – dítě se může bát nových situací nebo změn v denním režimu. Může to zahrnovat obavy z nových aktivit, neznámých osob nebo prostředí.
- Sociální projevy – vyhýbání se kolektivu – dítě se může držet stranou od ostatních dětí a vyhýbat se společným hrám nebo interakcím. Může se držet stranou, schovávat nebo vyhledávat zónu poblíž učitelky.

4.2. Jak podpořit úzkostné dítě

- Poskytování bezpečného a podporujícího prostředí – učitelé zajistí, aby se dítě cítilo bezpečně. To zahrnuje podporu během adaptace, laskavý přístup a poskytování dostatku času na přizpůsobení se novým situacím.
- Postupná adaptace – učitelé a rodiče mohou spolupracovat na tom, aby adaptace probíhala postupně. Umožnění strávení kratší doby ve školce, kterou časem postupně prodlužovat, dokud se dítě začne cítit bezpečně.
- Rutiny a struktura – jasná struktura dne a pravidelný režim mohou dítěti pomoci lépe se orientovat a předvídat, co bude následovat.
- Podpora sociálních dovedností – pomoci dítěti rozvíjet sociální dovednosti tím, že ho začleňují do skupinových aktivit.
- Posilování sebedůvěry – učitelé dítě chválí za jeho úspěchy a podporuje ho, aby se zapojilo do činnosti, kde se cítí schopné a úspěšné.
- Spolupráce s rodiči – je důležité, aby učitelé pravidelně komunikovali s rodiči. Společné sdílení informací o tom, jak se dítě chová doma a ve školce, může pomoci najít způsoby, jak dítě co nejlépe podpořit.

5. Dítě zanedbané případně týrané

Dítě, které je zanedbávané nebo týrané, může vykazovat různé projevy, které je důležité včas rozpoznat, aby se mu dostalo potřebné pomoci. V mateřské škole mohou učitelé sehrát klíčovou roli v identifikaci těchto dětí a zajistit jejich ochranu a podporu. Následující informace shrnují základní znaky a zásady pro práci s dětmi, které mohou být zanedbávané nebo týrané.

5.1. Projevy

- Fyzické příznaky – dítě může do školky chodit s modřinami, škrábanci, popáleninami nebo jinými nevysvětlenými zraněními. Časté a dlouhotrvající nemoci bez zjevného důvodu. Nečistota, špatná hygiena, neodpovídající oblečení (např. nevhodné pro počasí).
- Psychické a emocionální projevy: - nadměrná plachost, úzkost nebo naopak agresivní chování. Nápadně nízké sebevědomí, vyhýbání se kontaktu s dospělými.
- Sociální chování - izolace od ostatních dětí, málo přátel, vyhýbání se hromadným aktivitám. Problémy se soustředěním, které mohou ovlivnit vzdělávací činnosti.
- Vztah k rodině - strach z rodičů, odmítání návratu domů, časté zmínky o trestech nebo o těžké situaci doma. Rodiče mohou vykazovat nezájem o dítě, nejsou ochotni spolupracovat se školkou, nebo se u nich projevuje agrese vůči učitelům.

5.2. Zásady a práce

- Pozorování a dokumentace - učitelé by měli pozorně sledovat chování dítěte a fyzické znaky, vést si záznamy o pozorovaných změnách a zvláštních situacích.
- Bezpečný prostor pro dítě - Dítě by mělo cítit, že školka je pro něj bezpečným místem, kde je přijímáno bez ohledu na situaci doma. Učitelé mohou dítěti nabídnout podporu, naslouchání a přátelské přijetí.
- Spolupráce se specialisty - V případě podezření na týrání nebo zanedbávání je nutné informovat odborníky, jako jsou sociální pracovníci nebo psychologové, a postupovat podle právních předpisů.
- Empatický přístup - Učitelé by měli přistupovat k dítěti citlivě, nenutit jej k hovoru o domácí situaci, ale být připraveni vyslechnout, pokud samo projeví zájem sdílet své problémy.
- Informování rodičů s obezřetností - Pokud je podezření na zanedbávání či týrání vážné, učitelé by měli postupovat velmi opatrně při komunikaci s rodiči, aby dítě nebylo vystaveno dalšímu nebezpečí.

6. Prevence virtuálních drog – počítač, televize, tablety

Prevence závislosti na virtuálních drogách, jako jsou počítače, televize, tablety nebo mobilní telefony, je důležitá již v předškolním věku. V mateřské škole je potřeba učit děti, jak správně a bezpečně zacházet s digitálními médii a podpořit rozvoj jejich dovedností a zájmů mimo digitální svět. Základem prevence je nastavení rozumných limitů a podpora aktivního trávení volného času.

6.1. Prevence

- Omezení času před obrazovkou - Doporučuje se omezit čas strávený před obrazovkami na maximum 1 hodinu denně pro děti předškolního věku. Důležitá je zejména kvalita obsahu, který dítě sleduje. V mateřské škole je televize používána pouze jako doplněk vzdělávání, a to v omezené míře, například při sledování krátkých vzdělávacích pohádek nebo používání interaktivních programů.
- Podpora aktivních a kreativních aktivit - Využívání her, tvořivých činností a pohybových aktivit jako alternativ k pasivnímu sledování obrazovek pomáhá dětem rozvíjet představivost, motorické dovednosti a sociální interakce. Mateřská škola klade důraz na rozvoj dětí prostřednictvím hry na čerstvém vzduchu, sportu, výtvarných aktivit a společenských her.
- Vzdělávání dětí o zdravém používání technologií - I v předškolním věku lze začít vysvětlovat dětem, že digitální technologie jsou nástroje, které nám pomáhají, ale neměly by nahradit reálný svět a kontakt s ostatními lidmi.
- Zapojení rodičů do prevence - Důležitá je spolupráce s rodiči, kteří mohou zajistit, že i doma budou dodržována pravidla pro používání digitálních technologií.

7. Zdravý životní styl

Zdravý životní styl dětí je klíčový pro jejich správný fyzický, mentální a emocionální vývoj. Správné návyky, které si děti osvojí v raném věku, mohou mít dlouhodobý pozitivní dopad na jejich celkové zdraví.

7.1. Upevnění zdravého životního stylu

- Vyvážená strava - Pestrý jídelníček je důležité, aby děti jedly různé druhy potravin, které obsahují všechny potřebné živiny – bílkoviny, sacharidy, tuky, vitamíny a minerály. Vše bylo doplněno o dostatek ovoce a zeleniny, které zajišťují vitamíny, minerály a vlákninu a byl dodržován pitný režim. Snažíme se vyhnout nadměrnému příjmu sladkostí.

MATEŘSKÁ ŠKOLA ČINĚVES, okres Nymburk

Činěves 184, 289 01 Dymokury

tel.: 721 038 911, e-mail: ms-cineves@seznam.cz

- Pravidelný pohyb – ve školce je dodržena pravidelná každodenní pohybová aktivita – procházky, jízda na odrážedlech, kole i volná hra na hřišti. Děti se pohybují na čerstvém vzduchu a rozvíjejí hrubou a jemnou motoriku.
- Duševní pohoda a emocionální zdraví – učíme děti vyjadřovat své pocity. Děti mají vědět, že se mohou svěřit se svými obavami a radostmi.
- Zdravotní prevence – hygienické návyky - umytí rukou před jídlem a po použití toalety, stejně jako další hygienické návyky, jsou klíčové pro prevenci nemocí. Každý den po obědě si děti čistí zuby, aby předešly zubnímu kazu a nemocem dásní.

Závěr

Preventivní program školy je klíčovým nástrojem pro zlepšení kvality života a zdraví. Je součástí výchovy a vzdělání dětí po celou dobu docházky do Mateřské školy Činěves. Na jeho účasti se podílí všichni zaměstnanci. Díky včasnému působení na rizikové faktory a zvyšování povědomí o důležitých tématech může významně podpořit zdravý životní styl a posílit povědomí o vlastním zdraví. Samozřejmostí je také posilování sociálních dovedností, aktivního sociálního učení a podpora v oblasti zdravého životního stylu. Program je přizpůsoben věku a schopnostem dětí.

Platnost od 1. 9. 2024

Zpracovala Veronika Černohousová, DiS.,
ředitelka Mateřské školy Činěves