

Mateřská škola Žulová, příspěvková organizace
Komenského 197, 79065 Žulová

IČO 750 269 96 Telefon: 584 437 114

Email: ms.zulova@tiscali.cz

web: www.mszulova.cz

Datová schránka: rq9k43x

**Školní preventivní program pro prevenci patologických jevů
Mateřská škola Žulová, příspěvková organizace, Komenského 197,
Žulová 79065**

**„Pohodoví kluci, pohodové holky - to jsou děti
z naší školky!“**



*Nejefektivnější a nejlepší prevencí
je zdravá výchova dětí v rodině a ve škole.*

1 Obsah a forma prevence v rámci podpory zdraví a zdravého životního stylu

Prevence sociálně patologických jevů v mateřských školách je založena na podpoře zdravého životního stylu, která zahrnuje tělesné, duševní i sociální zdraví. Tyto oblasti jsou úzce propojené a tvoří harmonický základ pro zdravý vývoj dítěte.

Klíčové kompetence v rámci podpory zdraví:

- rozvoj **sebedůvěry, samostatnosti a sebejistoty**,
- podpora pozitivních zkušeností spojených s **pohybem a aktivním způsobem života**,
- schopnost začlenění do sociální skupiny, **otevřenost k okolnímu světu** a dovednost **kritického myšlení**,
- **motivace k poznávání a tvořivosti**,
- vytváření **zdravých návyků** a povědomí o zásadách prevence,
- **estetické cítění**, radost z pohybu a hry,
- přirozený **rozvoj emoční inteligence**.

1.1 Rozvoj sebedůvěry jako ochranného faktoru

Zdravé sebevědomí je jedním z nejvýznamnějších ochranných faktorů proti negativním sociálním vlivům. Dítě, které si váží samo sebe a zároveň respektuje druhé, je méně náchylné k manipulaci, šikaně nebo závislosti.

Praktické přístupy:

- Výchova postavená na **respektujícím přístupu** a **partnerském vztahu** mezi dítětem a dospělým.
- Podpora **schopnosti dítěte říci NE**, pokud mu něco nevyhovuje nebo mu něco ubližuje.
- Posilování sebedůvěry skrze **spontánní pohybové aktivity** a **hru**, bez soutěžního tlaku a v prostředí, kde může dítě **volit obtížnost činnosti** podle vlastního uvážení.
- Vytváření **bezpečného prostředí**, které umožňuje dětem zkoušet, chybovat a opětovně se učit.

1.2 Seberozvíjení a budování základních kompetencí

Osobní zkušenost a prožitek jsou hlavním nástrojem formování postojů, dovedností a znalostí dítěte. Seberozvoj napomáhá nejen ke zdravému životnímu stylu, ale také k prevenci rizikového chování.

Dítě se učí:

- **co prospívá zdraví a co škodí**, jaký vliv má životní styl na zdraví,
- chápat důsledky užívání škodlivých látek (alkohol, tabák, drogy),
- poznávat nebezpečí v kontaktu s cizími osobami a pravidla bezpečného chování,
- rozlišovat a hodnotit chování své i druhých,
- **hájit svůj názor** a přitom respektovat autoritu,
- **řešit problémy** konstruktivně a znát různé možnosti řešení konfliktů,
- ovládat své emoce a přizpůsobovat chování sociálnímu prostředí,
- přijímat ostatní bez ohledu na odlišnosti – **multikulturní výchova**,
- vytvářet prostředí vzájemné pohody a důvěry,
- vědět, že se vždy může obrátit na dospělého s žádostí o pomoc.

Očekávané výsledky učení:

- schopnost **spolupracovat a komunikovat**, navazovat zdravé vztahy s dětmi i dospělými,
- **respektování práv a potřeb druhých**,
- ochota přijímat kompromisy a řešit konflikty dohodou,
- odmítání komunikace, která je dítěti nepříjemná,
- schopnost **bránit se násilí** a vytvářet pozitivní klima ve skupině,
- pocit **sounáležitosti** a důvěra ve vlastní schopnosti.

1.4 Hra jako nástroj rozvoje a prevence

Hra představuje nejpřirozenější způsob učení dítěte. Umožňuje rozvoj sociálních dovedností, fantazie, kreativity i řešení konfliktů.

Klíčové principy:

- Děti si **hrají na to, co vidí u dospělých** – rozvíjejí tím sebevědomí a kompetence.
- Hra by neměla být nadměrně organizovaná – důležitá je **spontánnost** a vlastní motivace dítěte.
- Učitelka je **pozorovatelka, průvodkyně, partnerka**, nikoliv direktivní vedoucí.
- Prožitkové učení je v předškolním věku nejefektivnější formou osvojování hodnot a dovedností.

Příklady vhodných aktivit:

- **Sociální hry**, hraní rolí a modelové situace,
- **společné stavby a kolektivní kresby**,
- dramatické aktivity (viz bod 4 – dramaterapie),
- **tvořivé činnosti** podporující estetické cítění i komunikační schopnosti.

1.5 Role rodiny a spolupráce s rodiči

Rodinná výchova je základ, na kterém může škola stavět – nebo který musí částečně nahrazovat. Úroveň a kvalita této spolupráce často ovlivňuje míru úspěchu preventivního působení.

Realita rodinného zázemí:

- Různorodost – od **přehnané péče** až po **zanedbávání**,
- Nedostatek času, nezáměr, nevhodné vzory chování,
- Důsledkem mohou být **výchovné a behaviorální problémy** již v předškolním věku.

Úloha školy:

- Vytvářet **otevřený, přátelský vztah** s rodiči,
- Zprostředkovat informace o prevenci, zdraví a vývoji dítěte,
- **Zapojující přístup** – rodiče vtahovat do života MŠ skrze aktivity s dětmi,
- Poskytovat **podporu i výchovné vedení** v případech, kdy je rodina nejistá nebo pasivní.

1.6 Role státu, obce a zřizovatele

Předškolní vzdělávání má zásadní význam pro formování budoucí generace. Stát i zřizovatelé škol mají důležitou úlohu v podpoře zdravého vývoje dětí.

Úkoly a odpovědnost:

- **Stát** definuje požadavky na předškolní vzdělávání prostřednictvím Rámcového vzdělávacího programu (RVP PV).
- **Obec a zřizovatel školy** by měli vytvářet podmínky pro realizaci programů zdraví a prevence.
- Investice do prevence se vyplácí – **předcházení problémům** (závislosti, kriminalita, šikana) je efektivnější než jejich následné řešení.

Prevence sociálně patologických jevů v prostředí MŠ má své místo již od nejranějšího věku dítěte. Kvalitní a cílená pedagogická práce, úzká spolupráce s rodiči a podpora státu i obcí vytvářejí pevné základy zdravé a odolné osobnosti. Úspěšná prevence je výsledkem *dlouhodobé, systematické a respektující práce s dětmi* – nikoliv jednorázových zásahů.

2. Vymezení obsahu a formy prevence při naplňování Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (RVP PV) poskytuje školám rámec a zároveň prostor pro pedagogickou autonomii. Každá mateřská škola má možnost zpracovat vlastní školní a třídní vzdělávací program, který odpovídá jejím specifickým podmínkám, možnostem a potřebám dětí, při zachování základních principů stanovených RVP PV.

Prevence sociálně patologických jevů je v RVP PV chápána jako **přirozená a nedílná součást vzdělávacího obsahu**. Tato prevence je realizována především prostřednictvím rozvoje osobnosti dítěte, posilování jeho kompetencí, utvářením bezpečného sociálního prostředí a podporou zdravého životního stylu.

Cílem je rozvíjet:

- zdravé sebepojetí dítěte,
- schopnost navazovat vztahy a spolupracovat,
- dovednosti potřebné k řešení problémů,
- empatii, sebereflexi a emoční gramotnost.

Preventivní program tak není odděleným dokumentem, ale součástí ŠVP, zajišťujícím komplexní výchovu dítěte ve směru duševního, tělesného a sociálního zdraví.

3. Preventivní program pro mateřské školy

V kontextu předškolního vzdělávání hovoříme spíše o **preventivním působení** než o systematické prevenci v klasickém slova smyslu. Důraz je kladen na utváření **sociálních a osobnostních kompetencí** dětí prostřednictvím prožitkového učení.

Dítě se učí:

- rozhodovat se a nést odpovědnost za svá rozhodnutí,
- vnímat důsledky svého jednání,
- rozpoznávat rizikové situace a adekvátně na ně reagovat.
- Tím se vytváří základní ochranné mechanismy, které dítě využije i v pozdějším životě.

Oblasti preventivního působení:

1. Ochrana fyzického zdraví:

- bezpečné chování v silničním provozu,
- zdravý životní styl (vyvážená strava, pravidelný pohyb),
- prevence kontaktu s návykovými látkami.

2. Ochrana psychického zdraví:

- budování zdravých mezilidských vztahů,
- respekt k autoritám a pravidlům,
- rozvíjení sociálních dovedností, empatie a sebeúcty.

Podmínky efektivního preventivního působení:

- **Věková přiměřenost** – obsah a forma prevence odpovídají vývojovým možnostem dítěte.
- **Motivační přístup** – prevence vychází z přirozené zvědavosti a herních činností.
- **Vhodné načasování** – prevence je součástí každodenního režimu a situací.
- **Vyváženost specifické a nespecifické prevence** – záměrné působení i běžné výchovné situace.

4. Prvky dramaterapie v mateřské škole

Dramaterapie je efektivní a přirozená metoda pro rozvoj emoční a sociální inteligence dětí. Umožňuje jim **prožívat a zpracovávat různé životní situace prostřednictvím hry, příběhů a scénického vyjádření**.

Dramaterapie přispívá k:

- rozvoji komunikace (slovní i neverbální),
- porozumění emocím a jejich vyjadřování,
- posilování sebedůvěry a samostatnosti,
- zvládání konfliktů a stresových situací.

V bezpečném prostředí malé skupiny mají děti možnost ztvárnit různé role a situace, reflektovat své pocity, hledat řešení a navzájem si naslouchat.

Cílem není herecký výkon, ale:

- vnitřní prožitek,
- posílení pozitivního vztahu k sobě samému,
- učení se zvládání reálných životních situací,
- emocionální a sociální vyrovnanost.

Zásady práce s dětmi:

- **Otevřenost a upřímnost** – děti mají prostor vyjádřit své pocity a zkušenosti.
- **Zodpovědnost v jednání** – důraz na pravidla chování v MŠ i mimo ni.
- **Důvěrnost** – zachování bezpečného prostředí skupiny.
- **Tolerantnost** – přijímání odlišností a názorů ostatních.

Dramaterapeutické činnosti by měly být:

- dobrovolné – dítě nesmí být nuceno vstupovat do role,
- přiměřené věku – děti potřebují reálné, jim srozumitelné situace,
- vedené citlivě – role pedagoga je klíčová, učitel je průvodcem a rádcem.

5. Literatura podporující preventivní program v naší mateřské škole

Knihy a metodické materiály jsou důležitým nástrojem pro rozvoj emoční inteligence, sebereflexe a prevence rizikového chování.

Doporučená literatura:

Vojtěch Černý, Kateřina Grofová: Děti a emoce

- Inspirační příběhy, aktivity, písničky a říkanky na rozvoj emoční gramotnosti.
- Témata: překvapení, radost, smutek, přátelství, hněv, strach, stud aj.

Metodika: Poznáváme sebe a druhé

- Cvičení na rozvoj vnímání, práce s emocemi, respekt a empatie.
- Techniky: relaxace, vizualizace, meditace, všímavost (mindfulness).

Kniha: Emušáci – Ferda a jeho mouchy

- Edukační pohádky zaměřené na identifikaci a zvládání emocí.

- Součástí je plyšová postava žabáka Ferdy a osm "emocionálních" much.
- Vhodné pro individuální i skupinovou práci s dětmi a rodiči.

Kniha: *Pája a bleší cirkus*

- Pohádky zaměřené na problematiku sourozeneckých vztahů.
- Podpora přijetí sourozence, zpracování žárlivosti a změn v rodině.

Preventivní plán mateřské školy **Školní rok: 2025/2026**

Cíl preventivního působení

- Rozvíjet osobnost dítěte v oblasti sociální, emoční i etické.
- Podporovat děti v bezpečném, vstřícném a respektujícím prostředí.
- Učit děti identifikovat, pojmenovat a zdravě vyjadřovat své emoce.
- Posilovat prevenci nevhodného chování, rizikových situací a konfliktů.
- Vést děti k odpovědnému jednání, spolupráci a respektování pravidel.

Cílová skupina

- Děti ve věku 3–7 let navštěvující mateřskou školu.
- Pedagogičtí pracovníci, kteří s dětmi pracují denně.
- Rodiče – jako spolupracující partneři v oblasti prevence.

Klíčové oblasti prevence

A. Prevence v oblasti fyzického zdraví

- Osvojení si bezpečnostních návyků (např. chování na ulici).
- Vytváření návyků zdravého životního stylu (strava, pohyb, hygiena).
- Prevence kontaktu s nebezpečnými látkami (léky, chemikálie).

B. Prevence v oblasti psychického zdraví

- Rozvoj sociálních dovedností (kooperace, komunikace, řešení konfliktů).
- Podpora empatie, seberegulace a zvládání emocí.
- Posílení sebedůvěry a schopnosti odmítnout nevhodné chování.

C. Prevence šikany, násilí a nevhodných vzorců chování

- Vytváření přirozených situací k nácviku správného chování.
- Práce s pohádkou a dramatizací k modelování situací.
- Stanovení jasných, přehledných pravidel třídy.

Metody a formy práce

- **Prožitkové učení** – děti aktivně poznávají skrze hru, činnost a zážitek.
- **Dramaterapie a situační hry** – práce s emocemi, rozvoj řešení problémových situací.
- **Kooperativní činnosti** – podpora spolupráce místo soutěživosti.
- **Četba a práce s knihami o emocích** – např. „Děti a emoce“, „Emušáci“.
- **Práce s pravidly a rituály** – každodenní opakování norem chování.
- **Relaxace, dechová cvičení, mindfulness** – zklidnění, uvolnění, koncentrace.

Konkrétní aktivity v průběhu školního roku

Období	Téma	Forma	Cíl
Září	Moje třída, kamarádi	Hry, rituály, pravidla	Adaptace, začlenění do kolektivu
Říjen	Emoce – co cítím a proč	Emušáci, výtvarné zpracování	Rozpoznání a pojmenování emocí
Listopad	Když se zlobím	Dramatizace, scénky	Zvládání hněvu, ventilace emocí
Prosinec	Pomáháme si	Kooperativní hry, pohádky	Spolupráce, empatie
Leden	Strach a odvaha	Práce s knihou, modelové situace	Zvládání obav a nejistot
Únor	Pravidla fungují	Hry, opakování pravidel	Vnitřní motivace k dodržování pravidel
Březen	Řešíme konflikty	Hry, scény, diskuse	Zvládání problémů mezi dětmi
Duben	Tělo, zdraví a bezpečí	Příběhy, nácvik, písničky	Péče o zdraví, prevence úrazů
Květen	Sebedůvěra a přátelství	Práce s emocemi, pohybová cvičení	Posilování sebevědomí
Červen	Hurá na prázdniny – prevence rizik	Besedy, scénky, hry	Upozornění na nebezpečí o prázdninách

Propojení klíčových kompetencí a očekávaných výstupů s prevencí sociálně patologických jevů (RVP PV 2026)

Kompetence osobnostní a sociální

➤ Zásadní pro prevenci: podporuje zdravé sebevědomí, empatii, zvládání konfliktů, sebeovládání.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě zvládá běžné situace v kolektivu – navazuje kontakty, respektuje pravidla, spolupracuje.
- Umí rozpoznat a pojmenovat základní emoce u sebe i druhých.
- Dokáže se bránit násilí, ubližování, ví, na koho se může obrátit o pomoc.
- Chápe, že rozdílnost mezi lidmi je přirozená a obohacující.

Kompetence komunikativní

➤ Prevence skrze komunikaci: umění vyjádřit své pocity, obavy, odmítnout manipulaci či nevhodné chování.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě komunikuje s dětmi i dospělými přirozeně a bez zábran.
- Sdílí své myšlenky, přání, pocity, umí si říct o pomoc.
- Umí říci „ne“, když se cítí nepohodlně či ohroženě.
- Uvědomuje si význam slušné, ohleduplné komunikace.

Kompetence k řešení problémů

➤ Prevence rizikového chování prostřednictvím schopnosti zvládat obtížné situace, hledat řešení, nepropadat frustraci.

- **Očekávané výsledky učení:**
- Dítě se nebojí problém pojmenovat a hledat k němu řešení.
- Zkouší více cest, jak dojít k cíli, nevzdává se hned.
- Chápe, že chyby jsou součástí učení.
- Při konfliktu hledá dohodu, ne násilí nebo pasivitu.

Kompetence k občanství a udržitelnosti

➤ Rozvíjí smysl pro spravedlnost, úctu k druhým, odpovědnost a bezpečné chování.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě respektuje práva a potřeby druhých.
- Chápe důležitost vzájemné pomoci a spolupráce.
- Uvědomuje si rizika ve svém okolí (cizí lidé, nebezpečné látky, situace).
- Přijímá spoluzodpovědnost za pohodu ve skupině.

Kompetence k učení

Upevňuje sebedůvěru, že dítě něco dokáže, že je schopné se učit z prožitku – důležité pro pozitivní sebehodnocení.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě aktivně objevuje, experimentuje a prožívá.
- Těší se z učení, chápe smysl úkolů.
- Je motivováno vnitřně – ne kvůli odměně nebo trestu.
- Umí zhodnotit svůj pokrok a ocenit úspěch i u druhých.

Kompetence k podnikavosti a pracovní

➤ Podporuje aktivní přístup k životu, samostatnost, schopnost dokončit činnost – odolnost vůči vlivům nudy, závislosti.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě je aktivní, má chuť tvořit, dokončuje zadanou činnost.
- Umí si samo vybrat činnost a nést odpovědnost za své rozhodnutí.
- Váží si práce vlastní i druhých.
- Chápe, že každý může něčím přispět.

Kompetence kulturní

➤ Emoční prevence – rozvoj citu, estetického vnímání, tolerance a radosti z odlišnosti.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě se zapojuje do kulturních a estetických činností (kreslí, zpívá, tančí...).
- Vyjadřuje své emoce tvůrčími prostředky.
- Respektuje různorodost kulturních projevů.
- Vnímá umění jako prostředek vyjádření a zklidnění.

Kompetence digitální

➤ Důležitá pro budoucí bezpečný pohyb v online světě, digitální prevence.

Očekávané výsledky učení:

- Dítě chápe, že technologie jsou nástroj – nikoliv cíl.
- Uvědomuje si, že ne vše na obrazovce je pravdivé a bezpečné.
- Používá digitální zařízení smysluplně a s dohledem dospělých.
- Rozvíjí představy o bezpečné komunikaci.

Spolupráce s rodiči

- Informační nástěnky a edukační materiály.
- Společné aktivity (dílny, besedy, tematické dny).
- Nabídka knih a her podporujících práci s emocemi doma.
- Možnost individuálních konzultací při potížích dítěte.

Evaluaace a zpětná vazba

- Průběžné sledování dětí a reflexe pedagogů.
- Diskuse v rámci pedagogických porad.
- Dotazníky spokojenosti pro rodiče (na konci školního roku).
- Úprava plánů na základě získané zpětné vazby.

Odpovědná osoba za realizaci prevence

- Třídní učitelky jednotlivých oddělení
- Koordinátor prevence (jmenuje ředitelka MŠ)
- Spolupráce s odborníky dle potřeby (psycholog, PPP apod.)

9 Vzdělávací cíle Preventivního programu

Září – Říjen

- projevovat porozumění a cit pro potřeby a zájmy druhého, chovat se vstřícně
- podporovat zkušenosti, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit
- vnímat odlišnosti jako přirozený stav, neubližovat, neposmívat se
- přizpůsobovat své chování tak, aby jeho důsledky nepoškodily zdraví jiných
- rozumět tomu, že způsob života má vliv na lidské zdraví
- zajímat se o udržování svého těla ve zdraví
- napomáhat vlastnímu zdraví aktivním pohybem a zdravými životními návyky (výživa a životospráva)
- znát pravidla společného soužití ve skupině
- akceptovat kompetentní autoritu - mít představu, že city souvisí s tělesnými projevy
- uvědomovat si různost projevů citového života - vědět, že sdělení pocitu mu pomáhat
- vyhledávat souvislosti mezi výživou a zdraví

Listopad

- postarat se o sebe a o druhé podle svých síl
- podporovat zkušenosti, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit
- znát a dodržovat dohodnutá pravidla společného soužití ve skupině
- osvojovat si pravidla zdvořilého chování, spolupracovat ve skupině i se skupinou
- hodnotit své chování i chování druhých
- kontrolovat extrémní projevy svých emocí a nálad
- přistupovat aktivně k problémům, řešit problémy
- vědět, že je více možností řešení konfliktů
- probouzet aktivní zájem, objevovat
- dramaticky, výtvarně a pohybově vyjadřovat své představy, pěstovat dovednosti vyjádřit své pocity
- systematicky rozvíjet dovednosti vedoucí k osvojení zdravého životního stylu, zdravotní prevence

Prosinec – Leden

- podporovat zkušenosti, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit - brát na vědomí postižené spoluobčany a reagovat na jejich přítomnost přirozeně
- chápat, že zdraví se musí chránit vlastním přičiněním
- vědět, že kontakty s některými lidmi mohou být nebezpečné
- snažit se chování přizpůsobovat sociálnímu prostředí, uvědomovat si sociální role, spoluvytvářet prostředí pohody ve svém okolí

systematicky rozvíjet dovednosti vedoucí k osvojení zdravého životního stylu, zdravotní prevence -
řešit modelové situace v námětových hrách

Únor - Březen

- rozvíjet samostatnost a sebejistotu
- zapojovat se do úklidu hraček, nalévání nápojů, obsloužit sebe nebo mladšího kamaráda
- podporovat zkušenosti, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit
- vnímat lidi s jejich odlišnostmi povahovými, tělesnými, rasovými, kulturními jako přirozený stav
- znát, co dítěti prospívá a co mu škodí, znát důsledky používání některých látek pro zdraví
- rozumět tomu, že způsob života má vliv na lidské zdraví
- mít vytvořenou představu o pojmu: závislost a o věcech, které ničí zdraví a zkracují život člověka
- mít a hájit svůj názor
- projevovat aktivní zájem, objevovat nové věci, uplatňovat a ukazovat, co umím, zvládnu, dokážu
- systematicky rozvíjet dovednosti vedoucí k osvojení zdravého životního stylu, zdravotní prevence
- navštívit na vycházkách důležitá místa (hasiči, lékař, lékárna, policie – beseda s příslušníkem policie), znát způsob, jak řešit různé nebezpečné situace

Duben – Červen

- rozvíjet sebedůvěru, samostatnost a sebejistotu při všech činnostech
- podporovat zkušenosti, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit
- rozvíjet vnímavý a otevřený vztah k okolnímu světu - vědět a znát, co je pro lidské zdraví pozitivní a co je nebezpečné
- aktivně poznávat, poznatky a zkušenosti využívat prakticky
- rozvíjet tvořivost a estetické cítění
- systematicky rozvíjet dovednosti vedoucí k osvojení zdravého životního stylu, zdravotní prevence
- hledání odpovědí na otázky typu: Co by se stalo, kdyby..., Co se stane, když..., Co bys udělal, kdyby...



