

PREVENTIVNÍ PROGRAMY K OZDRAVĚNÍ DĚTSKÉ POPULACE

Věra KERNOVÁ

Souhrn: *Hlavním cílem preventivních programů ve školách je výchova dětí ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování. Preventivní programy slouží k naplnění cíle definovaného pro přesně vymezenou cílovou skupinu prostřednictvím základních charakteristik (věk, pohlaví, vzdělání) v určeném časovém, personálním a prostorovém horizontu. Realizují se v rámci školních vzdělávacích programů, především v oblasti výchovy ke zdraví.*

Klíčová slova: *preventivní programy, rámcové vzdělávací programy*

Hlavním cílem preventivních programů ve školách je výchova dětí ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování. Rámcové vzdělávací programy (RVP) vymezují závazné rámce vzdělávání na státní úrovni pro jeho jednotlivé etapy – předškolní, základní a střední vzdělávání. Školní úroveň představují školní vzdělávací programy (ŠVP), podle nichž se uskutečňuje vzdělávání na jednotlivých školách. Cílem RVP je zavést do škol nové trendy a zvýšit kvalitu vzdělávání.

Cíle základního vzdělávání

Základní vzdělávání má žákům pomoci utvářet a postupně rozvíjet klíčové kompetence a poskytnout spolehlivý základ všeobecného vzdělávání orientovaného zejména na situace blízké životu a na praktické jednání.

Vzdělávací oblast Člověk a zdraví

Vzdělávací oblast Člověk a zdraví se realizuje na II. stupni základního vzdělávání a má dva vzdělávací obory:

- Výchova ke zdraví
- Tělesná výchova

Cílové zaměření vzdělávací oblasti **Člověk a zdraví**

Vzdělávání v dané vzdělávací oblasti směřuje k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí tím, že vede žáka zejména k:

- poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty,
- pochopení zdraví jako vyváženého stavu tělesné, duševní a sociální pohody a k vnímání radostných prožitků z činností podpořených pohybem, příjemným prostředím a atmosférou příznivých vztahů,
- získávání základní orientace v názorech na to, co je zdravé a co může zdraví prospět, i na to, co zdraví ohrožuje a poškozuje,
- využívání osvojených preventivních postupů pro ovlivňování zdraví v denním režimu, k upevňování způsobů rozhodování a jednání v souladu s aktivní podporou zdraví v každé životní situaci a k poznávání a využívání míst souvisejících s preventivní ochranou zdraví.

Vzdělávací obor **Výchova ke zdraví**

Vzdělávací obor Výchova ke zdraví přináší základní poznání o člověku v souvislosti s preventivní ochranou jeho zdraví. Učí žáky aktivně rozvíjet a chránit zdraví v propojení všech jeho složek a být za ně zodpovědný. Svým vzdělávacím obsahem bezprostředně navazuje na obsah vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět.

K učivu vztahujícímu se ke zdraví patří:

- **Zdravý způsob života a péče o zdraví**
 - výživa a zdraví
 - zásady zdravého stravování
 - vliv životních podmínek a způsobu stravování na zdraví
 - poruchy příjmu potravy
- **Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence**
 - civilizační choroby
 - zdravotní rizika
 - preventivní a lékařská péče
- **Hodnota a podpora zdraví**
 - podpora zdraví a její formy
 - prevence a intervence
 - působení na změnu kvality prostředí a chování jedince
 - odpovědnost jedince za zdraví

Strategie preventivních programů k ozdravení dětské populace

Hlavním cílem preventivních programů ve školách je výchova dětí ke zdravému životnímu stylu, k osvojení pozitivního sociálního chování. Předpokládá systém spolupracujících složek (rodina, škola, školská zařízení, zájmové organizace, policie) a dostupnost a pestrost programů pro nejširší spektrum dětí a mládeže.

Hlavním a konečným cílem všech preventivních programů je zabránění nástupu nebo oddálení rizikového chování do co nejvyššího věku a tím minimalizovat rizika jak z hlediska jedince, tak i společnosti. Je třeba jedince motivovat ke správnému životnímu stylu, a pokud dojde k rizikovému chování, je třeba motivovat člověka ke využití specializované pomoci v poradenské či léčebné oblasti.

Preventivní program slouží k naplňování definovaného cíle pro přesně definovanou cílovou populaci prostřednictvím základních charakteristik (věk, pohlaví, vzdělání) v určeném časovém, personálním a prostorovém horizontu. Je efektivní, pokud je tento program veden odborníky z oblasti prevence a je integrovaný do širšího systému preventivního působení v oblasti rizik životního stylu. Musí mít stanovená kritéria hodnocení efektivity podle standardů k ekonomickému vyhodnocení vložených finančních prostředků.

Nejčastější zaměření preventivních programů je do oblasti výživy a prevenci sociálně patologických jevů. Výchova ke správné výživě musí splňovat některé zásady, které zaručují, že bude efektivní:

- Musí být soustavná, systematická, komplexní a důkladně promyšlená.
- Musí být cílená vzhledem k věku žáka.
- Musí respektovat prostředí, v němž žák žije.
- Musí být aktuální vzhledem k poznatkům z oblasti vědy a výzkumu, i když je třeba zaměřena jen na ta nejjednodušší fakta.
- Musí využívat takové formy, které žáka zaujmou a motivují.

Výchova ke správné výživě je tedy jednou z klíčových oblastí, protože představuje nejvýznamnější determinantu zdraví, podporuje růst, vývoj a obranyschopnost organismu. Zároveň působí jako ochranný faktor před vznikem a rozvojem chronických neinfekčních onemocnění. Výživové vědomosti, dovednosti a návyky získané v raném věku formují podstatnou část životního stylu v dospělosti. Vhodné stravovací návyky a zvyklosti pozitivně ovlivňují zvyklosti rodiny.

Cílem preventivních programů v oblasti kouření a dalších sociálně patologických jevů je rozšiřování znalostí a informací o problémech spojených s kouřením. Snaží se vytvářet pozitivní postoje k nekouření a objasňují sociální, zdravotní a ekonomické aspekty kouření. Hlavním smyslem těchto programů je nácvik sociálně akceptovatelných dovedností, jak odmítnout kouřit a neztratit společenskou prestiž mezi svými vrstevníky. Kriteériem úspěšnosti je prevalence kuřáků v kolektivu, který se snažíme ovlivnit, a oddálení začátků kouření do vyšší věkové kategorie.

PREVENTION PROGRAMMES AIMED AT HEALTH IMPROVEMENT OF CHILD POPULATION

Abstract: The main aim of school prevention programmes is education of children towards a healthy lifestyle and reinforcing positive social behaviour. Prevention programmes are designed to achieve a defined goal for a specific target population defi-

ned in terms of basic characteristics (age, sex, education) in a given time, personal and space scope. The programmes are carried out within the frame of school education programmes, mainly in the field of Health Education.

Key words: prevention programmes, framework education programmes, lifestyle