

# VÝCHOVA K ZDRAVIU V ŠKOLSKOM VZDELÁVACOM PROGRAME PRIMÁRNEJ ŠKOLY

---

*Jozef LIBA, Milan PORTÍK*

**Abstrakt.** *Príspevok prezentuje potenciál výchovy k zdraviu ako efektívnej prozdravotnej intervencie reflektujúcej potreby a požiadavky kreovania a interiorizácie zásad zdravého životného štýlu žiakmi primárnej školy. Konkretizuje profilovanie samostatného vyučovacieho predmetu Výchova k zdraviu ako súčasť školského vzdelávacieho programu v súlade s princípmi a cieľmi štátneho vzdelávacieho programu. Predstavuje a vymedzuje zdravotno preventívnu kompetenciu v profesiograme učiteľa ako určujúcu paradigmu erudovaného a systematického štrukturovania očakávaných vedomostí, postojov a hodnôt.*

**Kľúčové slová:** *výchova k zdraviu, primárna škola, profesionálne kompetencie učiteľa, štátny vzdelávací program, školský vzdelávací program*

Fenoménu výchovy ako procesu vedomého kreovania osobnosti v smere poznania a sebapoznania kultivuje všetky jej stránky, podporuje zachovanie overeného, platného a vytváranie nového, je priestorom pre intencionálne obohacovanie života. Výchova je živým, permanentným procesom štrukturovania komplexu kompetencií potrebných vo všetkých oblastiach ľudskej činnosti.

Výchovu k zdraviu je možné považovať za jednu z dominujúcich cieľových kategórií výchovného pôsobenia keďže koreluje s pozitívnymi hodnotovými preferenciami a žiaducimi postojmi k životnému štýlu, ktorý je orientovaný na zdravie ako najvyššiu hodnotu ľudskeho bytia. Predstavuje cieľavedomú reflexiu fyzického, mentálneho a duševného zdravia a s tým súvisiacich dynamických interakcií medzi somatickými, psychickými a sociálnymi prejavmi zdravia ako výsledku spoločenských a osobnostných vplyvov. Cieľom výchovného úsilia tu má byť intencionálne a kontinuálne vytváranie a interiorizácia prozdravotných postojov, hodnôt a spôsobilostí premietnutých v kognitívnej – informačnej, poznávacej stránke pôsobenia, rovnako v stránke afektívnej – emocionálnej, zameranej na prežívanie a konatívnej – zameranej na očakávané, želateľné správanie. V edukačnom úsilí školy je výchova k zdraviu významnou a integračnou súčasťou výchovného komplexu.

Výchova k zdraviu opierajúca sa o poznané a platné ciele a atribúty predstavuje proces, ktorý asimiluje, integruje, rozvíja, systematizuje nové poznatky, idey a realitu, kriticky analyzuje a následne vymedzuje a verifikuje nové paradigmy orientované na kultiváciu osobnosti dieťaťa (žiaka). Formovanie, stabilizácia a interiorizácia akceptovaných štandardov, zásad, noriem a hodnotového rámca vyžaduje v procese výchovného pôsobenia cieľavedomú akcentáciu a využitie komplexu priaznivých podmienok pre rozvoj osobnosti. Myslíme tým nasmerovanie výchovy na osobnostný a sociálny rozvoj žiaka pri rešpektovaní jeho predpokladov. Osobitný potenciál v kontexte úspešnosti naplnenia uvedeného cieľa má etapa mladšieho školského veku, ktorej senzitivita na vonkajšie podnety, charakteristická usilovnosť, snaživosť, záujem a aktivnosť vytvárajú pozitívne predpoklady pre ovplyvňovanie, intervenovanie, inšpirovanie, iniciovanie, teda pre ofenzívnu stratégiu výchovy k zdraviu. Uvedená etapa ontogenézy spredmetnená v školskej hierarchii primárnym stupňom vzdelávania je nezastupiteľná pri rozvíjaní dôležitých vlastností, schopností, návykov a zručností.

Primárne vzdelávanie (1. stupeň základnej školy – 1-4 ročník) má podľa medzinárodnej klasifikácie vzdelávania ISCED 1 (Tab. 1) zabezpečiť bezproblémový prechod z predškolského vzdelávania a z rodinnej starostlivosti na školské vzdelávanie prostredníctvom stimulovania poznávacej zvedavosti detí vychádzajúcej z ich osobného poznania a vlastných skúseností. Program primárneho vzdelávania má pripraviť žiakov na samostatnú prácu i na prácu v skupine tak, aby každý z nich získal pevný základ spoločného poznania a zároveň osobnej skúsenosti z vzájomného ohľadu, uznania a úcty. Primárne vzdelávanie predstavuje začiatok systematického štúdia, teda vytvárania základných zložiek gramotnosti, základných vedomostí a postojov k svetu. Výstižnou je v uvedenom kontexte charakteristika Pupalu (2005, s. 47), podľa ktorej primárne vzdelávanie sprostredkúva úplne základné prvky a nástroje kultúry zabezpečujúce inštrumentálny a hodnotový vstup detí do verejného života, inak povedané, poskytuje základy kultúrnej gramotnosti. Spilková (2004, 2005) tu zvyrazňuje požiadavku celistvej a všestrannej kultivácie detskej osobnosti pri rešpektovaní jej potencialít. Podľa uvedenej autorky ide o zmeny v hierarchii cieľov vzdelávania, kde sa namiesto tradičnej triády - vedomosti, zručnosti, návyky s dôrazom na pamäťové osvojovanie veľkého množstva poznatkov v určenej (hotovej) podobe, kladie dôraz na všestrannú kultiváciu osobnosti dieťaťa, na celistvý a vyvážený rozvoj nielen v oblasti kognitívnej, ale rovnako v oblasti emočnej, vôľovej, sociálnej a mravnej. Formulovaný cieľ a prístup predpokladá výrazné rozšírenie pôsobnosti učiteľa, profesiogram, ktorý implikuje komplex kompetencií nevyhnutných pre zvládnutie takto poňatej učiteľskej profesie. Ako uvádza Portík (2004), ide o prípravu učiteľa pre „európsku dimenziu“ prostredníctvom programovej a koncepcnej otvorenosti, inovatívnosti, perspektívnosti a zodpovednosti, ide o vzdelávanie učiteľov ako expertov na detstvo.

Všeobecne sa v pregraduálnej príprave učiteľov primárnej školy akcentujú odborovo-predmetová, didaktická a psychodidaktická, všeobecno-pedagogická, diagnostická a intervenčná, sociálna, psychosociálna a komunikatívna, manažérska a normatívna, profesijná a osobnostne kultivujúca, poradensko-konzultatívna, informačná, výskumná, sebarefektívna, autoregulatívna kompetencia, pritom projektovanie profesiogramu učiteľa skôr implicitne akceptuje kompetenciu zdravotno preventívnu. Vzhľadom na uvedenú skutočnosť zdôrazňujeme, že program prípravy učiteľov primárnej školy má

predstavovať otvorený systém majúci svoju vnútornú dynamiku reflektujúcu transformačné a inovatívne zmeny, trendy a požiadavky. Učiteľ má byť spôsobilý analyzovať svoju vlastnú činnosť v rámci edukačnej reality, následne redefinovať, modifikovať a prípadne inovovať to, čo je považované za osvedčené.

**Tab. 1.** Medzinárodná klasifikácia vzdelávania ISCED

Stupeň ISCED	Stupeň školskej sústavy - opis	V slovenskom školskej sústave
ISCED 0	Preprimárne vzdelávanie nultého stupňa – všetky druhy vzdelávania predchádzajúce primárnu úroveň	Vzdelávanie prebiehajúce v materských školách
ISCED 1	<b>Primárne vzdelávanie - vzdelávanie na primárnej úrovni</b>	<b>1. stupeň základnej školy (1.- 4. ročník)</b>
ISCED 2	Nižšie sekundárne vzdelávanie – vzdelávanie na nižšom sekundárnom stupni. Nadväzuje na primárne vzdelávanie pred vstupom na vyššie sekundárne vzdelávanie	2. stupeň základnej školy (5.-9. ročník) a nižšie ročníky 5- a 8- ročných gymnázií a konzervatórií (po ročník, ktorý zodpovedá 9. ročníku základnej školy)
ISCED 2A	2. stupeň základnej školy	
ISCED 2B	Ukončené povinné vzdelávanie v rámci neukončeného odborného vzdelávania	
ISCED 2C	Zaučenie v odbore	
ISCED 3	Vyššie sekundárne vzdelávanie – vzdelávanie, ktoré nasleduje po ukončení nižšieho sekundárneho stupňa pred vstupom do terciálneho stupňa	Do vyššej sekundárnej úrovne sa zaraďujú štvorročné gymnáziá a vyššie ročníky 5- a 8- ročných gymnázií (všeobecné vzdelávanie), stredné odborné školy (vrátane vyšších ročníkov konzervatórií) a stredné odborné učilišťa (odborné vzdelávanie)
ISCED 3A	Stredné (všeobecné) vzdelávanie s maturitou (gymnázium)	
ISCED 3B	Stredné odborné vzdelávanie s maturitou	
ISCED 3C	Stredné odborné vzdelávanie	

ISCED 1 formuluje ciele primárneho vzdelávania zamerané na postupné rozvíjanie kľúčových spôsobilostí (kompetencií - kombinácia vedomostí, spôsobilostí, skúseností a postojov) žiakov na úrovni, ktorá je pre nich osobne dosiahnuteľná. Realizácia prebieha prostredníctvom nasledujúcich cieľov školy:

- poskytnúť žiakom bohaté možnosti vedeného skúmania ich najbližšieho kultúrneho a prírodného prostredia tak, aby sa rozvíjala ich predstavivosť, tvorivosť a záujem skúmať svoje okolie;
- umožniť žiakom spoznávať jejich vlastné schopnosti a rozvojové možnosti a osvojiť si základy spôsobilosti učiť sa a poznávať seba samého;
- podporovať kognitívne procesy a spôsobilosti žiakov kriticky a tvorivo myslieť

prostredníctvom vlastnej poznávacej skúsenosti a aktívnym riešením problémov;

- vyvážené rozvíjať u žiakov spôsobilosti dorozumievať sa a porozumieť si, hodnotiť (vyberať a rozhodovať) a iniciatívne konať aj na základe sebariadenia a sebareflexie;
- podporovať rozvoj intrapersonálnych a interpersonálnych spôsobilostí, najmä otvorene vstupovať do sociálnych vzťahov, účinne spolupracovať, rozvíjať si sociálnu vnímavosť a citlivosť k spolužiakom, učiteľom, rodičom, ďalším ľuďom obce a k svojmu širšiemu kultúrnemu a prírodnému okoliu;
- viesť žiakov k tolerancii a k akceptovaniu iných ľudí, ich duchovno-kultúrnych hodnôt;
- naučiť žiakov uplatňovať svoje práva a súčasne plniť svoje povinnosti, niesť zodpovednosť za svoje zdravie a aktívne ho chrániť a upevňovať.

Vymedzenie fundamentálneho cieľového zamerania primárneho vzdelávania je v súčasnosti zabezpečované prostredníctvom štátneho (celonárodného) vzdelávacieho programu (ŠVP) škôl, ktorý vyjadruje hlavné princípy a ciele vzdelanostnej politiky štátu. Ide o hierarchicky najvyšší cieľovo programový projekt vzdelania, ktorý predstavuje prvú, rámcovú úroveň dvojúrovňového participatívneho modelu riadenia škôl, pritom ostáva otvoreným kurikulárnym dokumentom, ktorý sa bude podľa potrieb a požiadaviek dopĺňať. Štátny vzdelávací program predstavuje východisko a záväzný projekt pre vytvorenie individuálneho školského vzdelávacieho programu školy (ŠkVP), kde sa zohľadňujú špecifické lokálne a regionálne podmienky a potreby. Školský vzdelávací program saturuje voliteľný obsah vzdelávania a predstavuje druhú úroveň participatívneho modelu riadenia. Poskytuje školám možnosť profilovať sa a vychádzať v ústrety potrebám a záujmom žiakov. Umožňuje využitie voľného počtu hodín ku kreovaniu učebného predmetu (ov), ktoré si škola sama zvolí a sama si pripraví jeho obsah. Štátny a školský vzdelávací program majú zabezpečiť profil absolventa primárneho vzdelania, ktorý má osvojené nasledujúce kľúčové spôsobilosti:

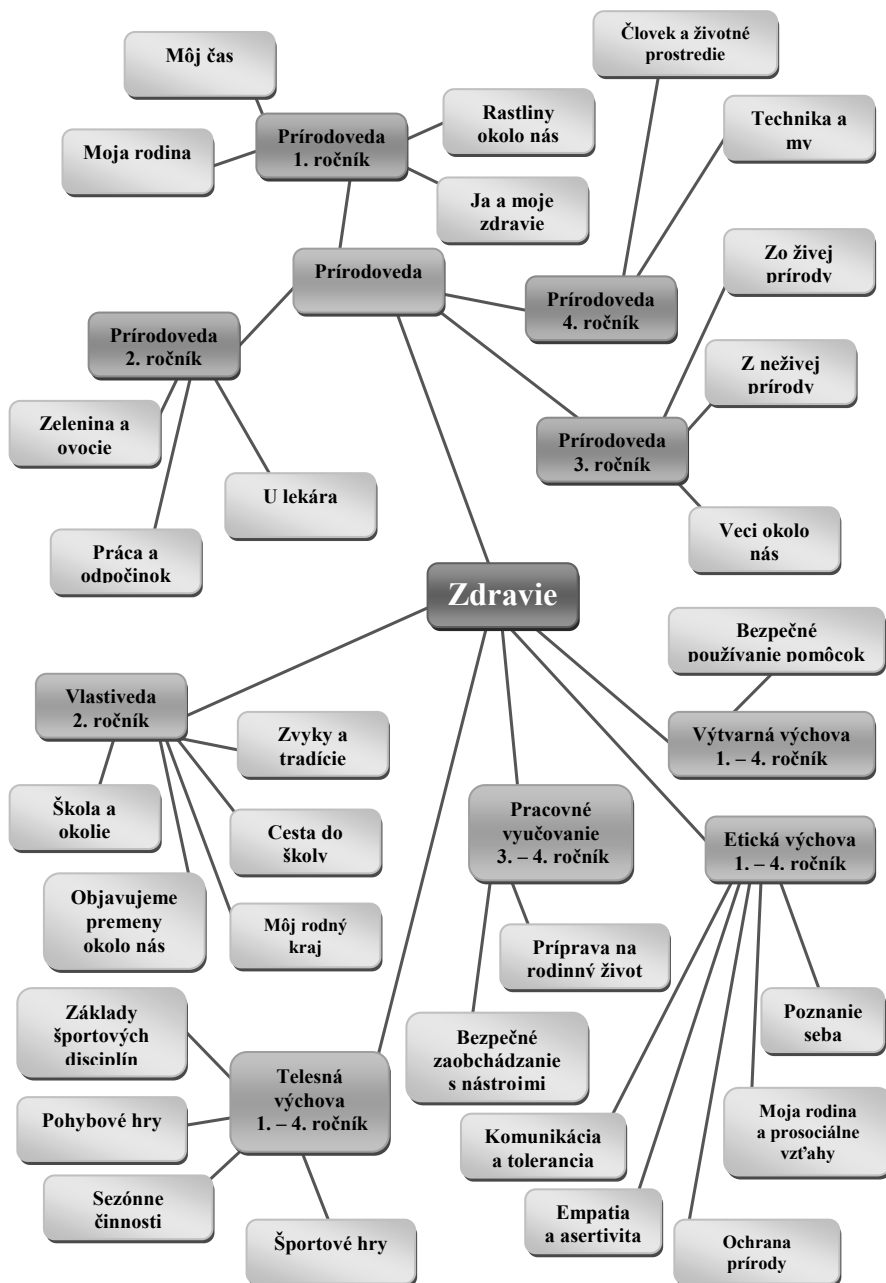
- sociálne komunikačné spôsobilosti;
- spôsobilosti v oblasti matematického a prírodovedného myslenia;
- spôsobilosti v oblasti informačnej a komunikačnej technológie;
- spôsobilosti učiť sa;
- spôsobilosti riešiť problémy;
- osobné, sociálne a občianske spôsobilosti;
- spôsobilosti vnímať a chápať kultúru a vyjadrovať sa nástrojmi kultúry.

Podrobná analýza uvedených spôsobilostí je z hľadiska obsahových komponentov modelom, ktorý svojou heterogénnosťou a stratifikáciou kladie vysoké nároky na osobnosť žiaka. Pritom len skromne a v podstate implicitne sa uvádza spôsobilosť (kompetencia), ktorá je určujúcou pre účinné rozvíjanie ostatných spôsobilostí. Ide o spôsobilosť poučenej a aktívnej starostlivosti o vlastné zdravie, ktorá sa „spomína“ v časti *osobné, sociálne a občianske kľúčové spôsobilosti*, kde sa uvádza – absolvent primárneho vzdelávania sa sústreďuje na kvalitu a vhodnosť svojho výberu voľných činností, aktívne si chráni svoje fyzické a duševné zdravie.

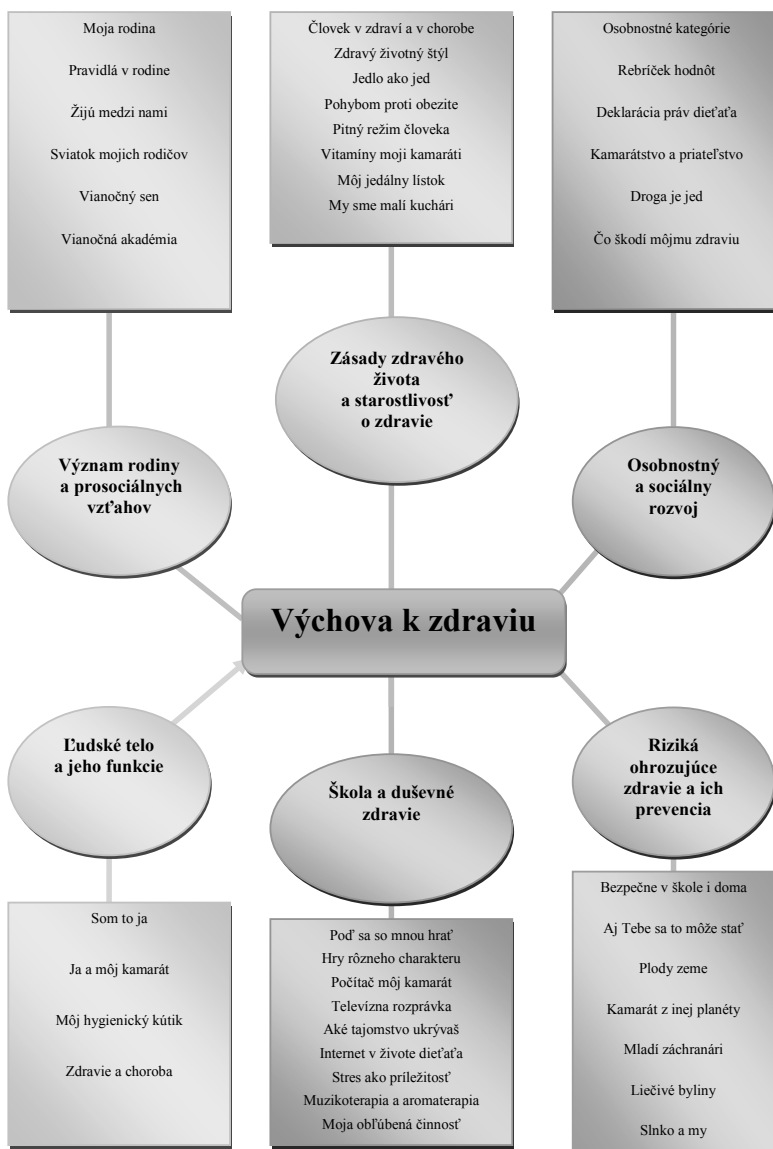
ISCED 1 vymedzuje vzdelávaciu oblasť „Zdravie a pohyb“ zabezpečovanú predmetom Telesná výchova s príspevom Prírodovedy, Etickej výchovy, resp. ďalších učebných predmetov (Obr. 1). Ak takúto stratégiu chceme vnímať a akceptovať ako efektívnu výchovu k zdraviu, potom konštatujeme (na základe viacročného výskumného úsilia podporeného edukačnou empiriou učiteľov), že ide o málo účinný prístup. Problémom je predovšetkým rozptýlenosť zdravotno-preventívnych tém vo vyučovacích predmetoch, ktoré redukuje ich informatívny, ale najmä formatívny potenciál. Limitovaná je kontinuita a potrebná nadväznosť učiva, obmedzené sú možnosti relevantnej evalvácie úspešnosti edukačného pôsobenia. Uvedené konštatovanie sa opiera o dostatok poznatkov a skúseností, ktorých recepcia dokumentuje viaceré nepriaznivé zdravotné a socialno-patologické ukazovatele zasahujúce etapu mladšieho školského veku (obezita, alergie, hypokinéza, pasívne a málo zmysluplné trávenie voľného času, frekvencia kontaktov s návykovými látkami). V intenciách uvedeného považujeme za podnetnú skutočnosť, že ISCED 1 poskytuje priestor vo vzdelávacích oblastiach (rozčlenené do vybraných učebných predmetov) v rámci **prierezových tém** (Osobnostný a sociálny rozvoj, Environmentálna výchova, Mediálna výchova, Multikultúrna výchova, Dopravná výchova, Ochrana života a zdravia, Tvorba projektu a prezentačné zručnosti) prepojiť, prehĺbiť, rozšíriť vedomosti a pozitívne ovplyvňovať postoje a hodnoty aj prostredníctvom **samostatného voliteľného predmetu**. Sme zástancami takéhoto prístupu, pritom si uvedomujeme predmetovú extenziu v našom školskom kurikule. Argumentujeme nie proklamatívnymi, ale reálne pozitívnymi skúsenosťami školy, kde zvolili uvedený prístup (samostatný vyučovací predmet), pritom „pridanou hodnotou“ dosiahnutého úspechu je skutočnosť, že ide o školu s rómskymi žiakmi. Integrovanosť zdravotných tém vo vyučovacom predmete priniesla pozitívny posun nielen v oblasti kognitívnej, ale najmä v oblasti afektívnej a psychomotorickej.

Východiskovým kontextom štruktúrovania vyučovacieho predmetu Výchova k zdraviu – charakteristika, ciele, kľúčové kompetencie, stratégie, obsah, hodnotenie bolo definovanie výchovy k zdraviu ako procesu osvojenia zodpovedajúceho penza informácií, poznatkov, vedomostí, zručností, návykov, spôsobilostí, princípov a kreovania postojov, záujmov a hodnotových noriem zameraných na identifikovanie sa s hodnotami zdravia a na interiorizáciu zásad zdravého životného štýlu (bližšie Liba, 2010); ako procesu osvojovania poznatkov vedúcich k orientácii v otázkach zdravia k pozitívnemu spôsobu myslenia i voľbe správnych rozhodnutí v prospech zdravia, (bližšie Mužiková – Mužik – Kachlík, 2006). Prezentujeme rámcový obsah vzdelávania v učebnom predmete Výchova k zdraviu tak, ako sa realizoval v školskom roku 2009/2010 na primárnom stupni vzdelávania (Základná škola Čaklov, okr. Prešov (Obr. 2). V edukačných celkoch a edukačných témach sú implikované cieľové zamerania Výchovy k zdraviu a zároveň prierezové témy. Súčasťou edukačného kontextu je podrobné rozpracovanie obsahového, výkonového a hodnotiaceho štandardu vyučovacieho predmetu Výchova k zdraviu. Zdôrazňujeme, že ide o jeden z prvých (ak nie prvý) projektov, ktorý overoval účinnosť samostatného vyučovacieho predmetu na rozvoj prozdravných kompetencií sociálne znevýhodnených žiakov. Overené učebné osnovy indikujúce aktuálnu edukačnú realitu v predmetnom okruhu pôsobenia môžu získať významný aplikačný potenciál prostredníctvom ich odporúčania Ministerstvu školstva SR ako súčasťou Štátneho vzdelávacieho programu. Môžu byť ofenzívnou alternatívou pri realizácii zdra-

votno-preventívnych prístupov v podmienkach školskej edukácie, a to nielen sociálne znevýhodnených žiakov.



**Obr. 1** Výchova k zdraviu vo vyučovacích predmetoch primárnej školy (pojmov mapa)



**Obr. 2** Vyučovací predmet - Výchova k zdraviu: príklad edukačných celkov a edukačných tém (pojmová mapa)

Konštatujeme, že výchova k zdraviu aktuálne realizovaná v rámci školského kurikula dostatočne saturuje kognitívny priestor. Opätovne zdôrazňujeme, že dominujúcim cieľom je ale pozitívne vyústenie v oblasti emócií, vo vôľovom konaní a v spôsobe života žiakov. Zdravotná dimenzia edukácie spredmetnená vo výchove k zdraviu má predstavovať syntézu vedomostí, princípov, koncepcií integrujúcich medicínske, biologické, psycho-sociálne, pedagogické a ďalšie prístupy a poznatky smerujúce k vyváženému formovaniu kognitívnej, afektívnej a psychomotorickej stránky osobnosti žiaka. Úspech formulovanej ambície je aj tu determinovaný osobnosťou učiteľa, zvlášť v prípade primárnej školy, ktorá stále operuje s modelom „jedného učiteľa“. Prejavom zložitej pozície výchovy k zdraviu ako súčasti školského kurikula je skutočnosť jej verbálnej podpory (učiteľa, vedenie škôl) prostredníctvom zavedenia vyučovacieho predmetu, ktorá sa ale nespredmetňuje v existujúcej edukačnej realite. Naša prezentácia má za cieľ dokumentovať možnosť, skutočnosť, že realizácia výchovy k zdraviu v integrovanej podobe (vyučovací predmet v ŠkVP) je predpokladom (zárukou) premysleného, koordinovaného, kontinuálneho a systematického edukačného pôsobenia, ktoré orientuje žiakov v oblasti starostlivosti o vlastné zdravie, ako aj v oblasti plánovania a efektívneho využívania voľného času.

Zdravie ako dynamická kategória determinuje otvorenosť výchovy k zdraviu v zmysle akceptácie overeného a reflexie a implementácie inovatívneho do edukačnej praxe škôl.

## Literatúra

- LIBA, J., 2010. *Výchova k zdraviu*. Prešov: PU, 259 s. ISBN 978-80-555-0070-6
- MUŽÍKOVÁ, L. ; MUŽÍK, V. ; KACHLÍK, P. 2006. *Výchova ke zdraví v záměru škola a zdraví 21*. In *Škola a zdraví 21 (School and Health 21)*. Evžen Řehulka (ed.) Brno: MU, 2006, s. 153-170. ISBN 80-210-4071-8.
- PORTÍK, M., 2004. *Nové ponímanie 1.- stupňa ZŠ – výzva či obmedzenie*. In: Zborník príspevkov z medzinárodnej konferencie „História, súčasnosť a perspektívy učiteľského vzdelávania.“ Banská bystrica: PdF, UMB, 2004, s. 119 – 121. ISBN 80-8083-107-6
- PUPALA, B., 2005. *Kultúrna gramotnosť v primárnom vzdelávaní: dôsledky pre prípravu učiteľov*. In Zborník u medzinárodnej vedeckej konferencie „Príprava učiteľov elementaristov a európsky multikultúrny priestor. Prešov: PF, PU, 2005, s. 43 – 49. ISBN 80-8068-372-7
- SPIPKOVÁ, V. 2004. *Proměna školy a učitel'ské profese – nové výzvy pro učitel'ské vzdelávání a pedagogiku*. In Zborník príspevkov z medzinárodnej konferencie „História, súčasnosť a perpektívy učiteľského vzdelávania/. Banská Bystrica: PdF, UMB, 2004, 127 – 132. ISBN 80-8083-107-6
- SPIPKOVÁ, V. 2005. *Proměny v pojetí pedagogiky – změna paradigmat ?* In Sborník příspěvků z 13. konference ŠPdS. Praha: PdF, UK, ŠPS, 2005, s. 162 – 167. ISBN 80-7290-226-1
- Štátny vzdelávací program 1. stupňa základnej školy v Slovenskej republike ISCED 1- Primárne vzdelávanie – [www.statpedu.sk](http://www.statpedu.sk)



## **EDUCATION TO HEALTH IN THE PRIMARY SCHOOL EDUCATION PROGRAM**

**Abstract:** The paper presents the potential of education to health as an effective pro-health intervention reflecting the need to establish the principles of healthy lifestyle to be adapted by primary school pupils. Furthermore, it outlines basic tenets for a special-purpose school subject Education to Health as an integral part of the education system at schools, in accordance with the principles and objectives of the governmental education program. The health-prevention competence within the teacher's program is introduced and defined as a pivotal paradigm of an erudite and systematic structuring of the expected knowledge and views.

**Key words:** education to health, primary school, professional competence of teacher, governmental education program, school education program