

## MATEŘSKÉ ŠKOLY A PŘÍSTUP KE ZDRAVÍ

---

*Lucie GRŮZOVÁ*

**Abstrakt:** Článek předkládá srovnání čtyř brněnských mateřských škol (běžná MŠ, MŠ podporující zdraví, MŠ zaměřující se na pohyb a Montessori MŠ) z hlediska kurikulárního a také z hlediska experimentálního. První část článku vytyčuje hlavní priority programu „Škola podporující zdraví“, které jsou srovnávány se školními vzdělávacími plány jednotlivých mateřských škol. Druhá část předkládá vyhodnocení pozorování jednoho dopoledního programu. Cílem článku je předložit sondu z různých prostředí mateřských škol a jejich přístupu a vedení ke zdraví.

**Klíčová slova:** Školní vzdělávací program, Program Škola podporující zdraví, Škola podporující pohyb, Montessori škola

Od roku 1991 se Česká republika přidala ke globální strategii Světové zdravotnické organizace, která pod názvem „Zdraví 21“ deklarovala dlouhodobý program zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva tím, že dává k dispozici školám projekt „Zdravá škola“ nyní spíše znám pod názvem „Program Škola podporující zdraví“. Od roku 1993 byl program propojen také se „Zdravou mateřskou školou“.

Odborníci se snaží o podporu zdraví a výchovu ke zdravému způsobu života, v předškolním a školním období, kdy se upevňují návyky a postoje nejtrvaleji. Cílem programu je rozvíjet životní kompetence každého žáka tak, aby úcta ke zdraví a schopnost chovat se odpovědně ke zdraví svému i zdraví jiných osob patřily mezi jeho celoživotní priority. Cíle vychází z komplexní definice zdraví jako psychické, fyzické a sociální pohody (Havlíková, 1998, Program podporující zdraví, 2011).

Tento článek se zabývá přístupy mateřských škol ke zdraví. Jedná se o sondu do čtyř různých mateřských škol<sup>1</sup>: do běžné MŠ, do MŠ podporující zdraví, do MŠ zaměřující se na pohyb a do Montessori MŠ. Jednotlivé MŠ chtěly zůstat nejmenovány, proto neuvádím jejich celá jména, pouze hlavní charakteristiku.

Tato kvalitativní sonda se skládá ze dvou částí. V první části jsou porovnávány zásady programu „Škola podporující zdraví“<sup>2</sup> se školními vzdělávacími plány<sup>3</sup> jednotlivých mateřských škol. Druhá část popisuje pozorování v jednotlivých MŠ a srovnává je pomocí zásad „Zdravá MŠ“.

---

1 Dále jen MŠ.

2 Dále jen PŠPZ.

3 Dále jen ŠVP.

Zásady PŠPZ jsou rozděleny do třech oblastí obsahujících dohromady dvanáct zásad (Havlíková, 1998, s. 263-264):

**I. Péče o podmínky pro pohodu a zdraví v mateřské škole**

Celistvost zdraví, Uspokojování potřeb, Spontánní hra, Volný pohyb, Zdravá výživa, Podpora sebedůvěry, Sociální vztahy učty a spolupráce, Pravidla a rytmy, Pohoda věcného prostředí.

**II. Kurikulum výchovy dětí ke zdravému způsobu života**

První návyky, dovednosti, postoje a znalosti, Učení prožitkem.

**III. Spolupráce se sociálními partnery školy**

Společenství rodiny a mateřské školy, Zdraví podporující chování učitelky, Mateřská škola jako součást obce, Zdravý přechod do základní školy.

Zásady projektu jsem použila pro analyzování přístupu ke zdraví jednotlivých MŠ, následně jsem je upravila do kategorií, které budou sledovány, jak ve vzdělávacím plánu, tak v samotné výuce:

**1. RESPEKT K DÍTĚTI A JEHO POTŘEBÁM**

Kategorie sleduje, jaký výchovný přístup k dítěti MŠ zaujímá. Jakým způsobem ho chce přivést k zvládnutí požadovaných dovedností a návyků.

V druhé části sondy můžeme sledovat tyto dvě charakteristiky:

- A) Maximální respekt (individuální přístup) – dítě se pohybuje v zařízení zcela samostatně a vybírá si aktivity, které chce dělat, řeší situace samo.
- B) Respekt k individualitě s výraznou složkou řízení učitelem – spontánní hra se střídá s řízenou činností podle třídního plánu.

**2. KOMUNIKACE**

Kategorie se zabývá komunikací mezi dítětem a učitelem a mezi dětmi navzájem.

Při pozorování:

- A) otevřená partnerská komunikace,
- B) spíše autoritativní přístup učitele, děti si umí říci, co chtějí a učitel je vyslechne a pomůže jim.

**3. VĚKOVĚ SMÍŠENÉ TŘÍDY**

Kategorie sleduje, zdali jsou třídy věkově homogenní nebo heterogenní.

**4. TĚLESNÁ POHODA A VOLNÝ POHYB**

Kategorie hodnotí význam pohybu ve vzdělávacím plánu a samotné obsazení pohybu v praxi. Jedním ze stěžejních bodů pro zdravý životní styl je pro dítě dostatek volného pohybu, který je pro zdravý vývoj nepostradatelný, protože působí příznivě na celkovou tělesnou i duševní pohodu.

**5. ZDRAVÁ VÝŽIVA**

Správná výživa je zásadní, protože výživa má přímý vliv na tělesnou a duševní pohodu. Správná výživa je důležitá pro růst, vývoj, psychickou a fyzickou výkonnost, a obranyschopnost.

## **6. ZDRAVÉ NÁVYKY (K JÍDLU, K HYGIENĚ ...)**

Tato kategorie se zaměřuje na sebeobsluhu a zdravé stravování. Hodnocena je zde míra samostatnosti a míra vnitřní či vnější motivace k jednotlivým úkonům. Ve vzdělávacích dokumentech je hodnocen také přístup k výběru stravy.

## **7. SPONTÁNNÍ HRA**

Kategorie hodnotí, pojetí spontánní hry v kurikulech a následně hodnotí její délku a nápaditost v praxi. MŠ podporující zdraví nabízí dětem prostor, čas a prostředky pro realizaci spontánní hry, která je jednou z přirozených potřeb dítěte.

## **8. PROŽITEK**

Kategorie pro pozorování v terénu, která hodnotí viditelný projev prožitku dětí.

- A) nadšení
- B) spokojenost
- C) lhostejnost, nuda

## **9. PODNĚTNÉ VĚCNÉ PROSTŘEDÍ**

Kategorie se zaměřuje na uspořádanost, systematickosti a podnětnost prostředí.

## **10. BEZPEČNÉ SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ**

Kategorie se zabývá klimatem třídy, sociálními vztahy mezi dětmi a učitelem a mezi dětmi navzájem.

## **11. PARTICIPATIVNÍ A TÝMOVÉ ŘÍZENÍ**

Kategorie sleduje důraz MŠ na zapojení dětí do rozhodování o činnostech a chodu kolem nich. Sleduje také, jak si děti dokáží společně hrát, pomáhat si, jak dokáží spolupracovat.

## **12. SAMOSTATNOST DĚTÍ**

Kategorie sleduje, jak jsou děti v průběhu pobytu v MŠ vedeny k samostatnosti, z hlediska sebeobsluhy, seberealizace a vlastního myšlení.

## **13. PARTNERSKÉ VZTAHY S RODIČI (KOMUNIKACE S RODIČI, INFORMACE PRO RODIČE)**

Kategorie se zaměřuje na vztahy s rodiči. V kutikulárních dokumentech jde o důraz kladený na tento vztah. Z hlediska vlastního pozorování jsem si všimla informací pro rodiče na nástěnkách a vlastních rozhovorů s rodiči při předávání dětí.

## **14. UČITELKA PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ**

V MŠ hraje velkou roli učitelka, která má své kvality a je jednotčím činitelem celé MŠ. Děti se od ní učí nápodobou dobrého vzoru.

## **15. RYTMICKÝ ŘÁD DNE A ROKU**

Kategorie sleduje, jak je v kurikulech postaven řád dne a roku a při pozorování, jak jej mají děti zažitý v praxi. Jednou z podmínek MŠ podporující zdraví je

dodržování pravidelného uspořádání dne, tak aby mohly být uspokojovány individuální potřeby dětí, byl prostor pro pružné rozhodování a vzájemnou informovanost a komunikaci s rodiči.

Tyto kategorie nám dále poslouží pro srovnání přístupu ke zdraví. Nejprve se zaměříme na analýzu vzdělávacího programu. ŠVP jednotlivých škol jsou přístupné na webových stránkách. Z nich vychází stručná charakteristika mateřské školy s citacemi ze školního vzdělávacího programu a posléze jsou kritéria srovnány v tabulce č. 1.

**Charakteristika MŠ č. 1 (běžná MŠ)** MŠ má tři třídy (kapacita 70 dětí). Ve ŠVP byly zmíněny všechny zásady PŠPZ.

Jedná se o MŠ s výrazným respektem k individualitě dítěte a „*prací s malými skupinami dětí dle jejich zájmu nebo věku*“ (kategorie 1, 2, 3, 11). V MŠ je zajištěno stravování dle hygienických norem (kategorie 5).

MŠ klade důraz na vlastní prožitek (kategorie 8) a zkušenost jako hlavní prostředek učení, jak vyplývá z úryvku: „*žítím v mateřské škole se děti učí osvojovat zdravé životní návyky, vážit si života a zdraví a pečovat o ně, využívat hygienické návyky a pomocí pohybové aktivity dosáhnout duševní pohody a vyrovnanosti*“ (kategorie 4, 6). Dalším důležitým prostředkem učení je samotná praxe a praktické vyzkoušení si věcí: „*na základě praktických činností a vlastních zkušeností se dítě učí chápat svět kolem sebe – poznávat vše, co ho obklopuje (živá i neživá příroda), pochopit souvislosti toho, co se kolem něho děje*“ (kategorie 7, 9, 12, 10).

MŠ klade důraz také na sociální rozvoj dětí a vztahů mezi nimi, prostřednictvím situací a her. „*Využíváním situací i plánovaných činností se dítě učí rozvíjet kamarádské vztahy, komunikovat s vrstevníky i dospělými*“. A „*dítě se učí vlastním přičiněním ovlivňovat prostředí kolem sebe, kvalitu života a řešit vzniklé situace*“. MŠ se zaměřuje na spolupráci s rodiči (kategorie 13).

**Charakteristika MŠ č. 2 (MŠ podporující zdraví)** – MŠ má tři třídy (kapacita 70 dětí), při MŠ působí Klub rodičů, který se podílí na zajišťování dalších aktivit školy (kategorie 13).

Škola splňuje všechny hygienické normy ohledně výživy a také se zaměřuje na samostatnost v přípravě pokrmů a sebeobsluhy (kategorie 5).

Dítě je považováno za rovnoprávný subjekt a s respektem k němu se MŠ snaží odhalovat jeho zájmy. Krédem MŠ je: „*Mějte děti rády takové, jaké jsou.*“ (kategorie 1, 2, 3)

Prostřednictvím příkladu respektu učitelů je cílem MŠ přivést děti k respektu druhých (kategorie 10, 14): „*rozvíjet u dětí schopnosti porozumět, dorozumět se, naslouchat a komunikovat v neohrožujícím prostředí, při respektování potřeb druhého*“.

Škola specifikuje význam hry a pohybu pro zdravý vývoj dětí (kategorie 4, 6) například slovy: „*pěstovat u dětí pozitivní vztah k pohybovým aktivitám jako prostředku podpory vlastního zdraví, vytvářením podmínek pro jejich realizaci v budově školy i na školní zahradě*.“ Škola si také klade za cíl, vytvářet příležitosti pro pohyb a hru (kategorie 7): „*vytvoření prostoru a poskytování přiměřeného času pro hru, která je nejpřirozenějším způsobem seberealizace předškolního dítěte*“.

Ve vzdělávacím programu se také zaměřují na řád dne (kategorie 8, 9, 11, 12,

15). „vytvoření promyšleného organizačního schématu s dostatkem volnosti a jasně stanovenými hranicemi, nabízet dětem možnost výběru a samostatného rozhodování“. Kladou důraz také na vytvoření sociálního prostředí, srov. „vytváření pozitivního a bezpečného prostředí, které přispívá ke spokojenosti a zlepšuje výkon všech“. „Vytvářet estetické a hygienicky vyhovující prostředí, které poskytuje dostatek podnětů, prožitků, poznávacích zážitků a pohodu všech zúčastněných.“

**Charakteristika MŠ č. 3 podporující pohyb** – MŠ má tři třídy (kapacita 70 dětí).

Hlavní filozofií této MŠ je respekt ke každému dítěti a jeho přijetí (kategorie 1, 2, 3). Vyplývá to z textu: „Vytvořte jim takové podmínky, aby se postupně mohly stávat samostatnějšími, sebevědomějšími, soběstačnějšími, vnímavými k okolí a to i v případě, že jsou „jiné“.“

Důraz na zdravý pohyb a jeho střídání s odpočinkem, stejně tak jako vnímavost k aktuálním potřebám dětí jsou hlavní priority školy (kategorie 4, 6, 8, 11, 12, 15) : „Všechny děti jsou rovnocenné, žádné není žádným způsobem diskriminováno. Vlastní ŠVP a jednotlivé TVP umožňují věnovat zvýšenou péči dětem, které to potřebují, mají momentální problém, přicházejí po delší nepřítomnosti apod. Řízené činnosti jsou dostatečně střídány činnostmi podle volby dětí, oddechovými činnostmi, pohybovými aktivitami. Aby děti věděly, kde jsou hranice volnosti, připravují společně pravidla chování, které dodržují.“ Dále z úryvku vyplývá důležitost střídání činností a harmonogramu dne. Harmonogram dne však slouží jako rámec a je možné jej podle situace obměnit: „Každá třída má svůj režim dne, který není nutné vždy striktně dodržovat, naopak je zvykem reagovat na momentální dětské potřeby, jejich zájmy a vzniklé situace.“

**Charakteristika MŠ č. 4 Montessori** - MŠ má jednu třídu (kapacita 20 dětí).

„Celý přístup k dítěti a jeho pobytu v mateřské škole je založen na úctě k jeho osobnosti, jeho individuálních schopnostech. Všechny metody jsou postaveny na pozitivním citění a prožívání.“ (kategorie 1, 2, 3).

„Požadavek zdárného tělesného rozvoje je zajišťován dostatkem pohybu. Pohybová cvičení jsou podřízena pohybové senzitivitě. Jejich význam spočívá mimo jiné v tom, že pomáhají utvářet smysl pro vnímání vlastního pohybu (kinestetické vnímání), které je předpokladem sebevědomí a uchování pohybových zkušeností.“ Důrazem na přirozený pohyb dětí a vše, co je s ním spojeno splňuje MŠ kategorie 4, 6, 8, 11, 12, 15.

„Duševní pohoda je chápána jako součást zdraví. Veselá nálada humor, dobré vztahy mezi dětmi i dospělými jsou důležité pro předcházení pocitu stresu z jiného prostředí.“

Dále MŠ klade důraz na další prvky, kterými splňuje zbylé kategorie.

Tabulka č. 1 ukazuje analýzu ŠVP a staví vedle sebe, pojetí jednotlivých principů každé školy.

**Tabulka č. 1: Srovnání školních vzdělávacích programů**

Zkoumaná kategorie	MŠ č. 1	MŠ č. 2	MŠ č. 3	MŠ č. 4
<b>Respekt k dítěti a jeho potřebám</b>	Hlavní a dlouhodobý cíl. B)	Hlavní a dlouhodobý cíl. A)	Hlavní a dlouhodobý cíl. B)	Hlavní a dlouhodobý cíl. A)
<b>Komunikace</b>	Hlavní a dlouhodobý cíl. A)	Hlavní a dlouhodobý cíl. A)	Hlavní a dlouhodobý cíl. A)	A)
<b>Věkově smíšené třídy</b>	ano	ano	ano	ano
<b>Rytmický řád dne a roku</b>	Ano, s ohledem na situaci a aktuální přání dětí.	Ano, s jasnými hranicemi s možností výběru a samostatného rozhodování.	Ano, s ohledem na situaci a aktuální přání dětí.	Ano
<b>Tělesná pohoda a volný pohyb</b>	Velký důraz, U MŠ zahrada	Velký důraz, U MŠ zahrada	Velký důraz, U MŠ zahrada	Velký důraz, U MŠ zahrada
<b>Zdravá výživa</b>	Dle norem.	Dle norem, S ohledem na probírané téma dle TVP.	Dle norem.	Dle norem.
<b>Podnětné věcné prostředí</b>	Ano	Ano, Dostatečně vybaveno, reakce na témata, kreativita vyučujících.	Ano, Snaha vybavit spíše dřevěným materiálem.	Ano, dle návrhů M. Montessori a kreativity vyučujících.
<b>Bezpečné sociální prostředí</b>	Aby se děti cítily dobře.	Dostatek podnětů, prožitků, poznávacích zážitků pro pohodu všech zúčastněných.	Ano, důležité pro rozvoj potenciálu.	Důraz na duševní pohodu každého dítěte.
<b>Participativní a týmové řízení</b>	Snaha vytvářet situace, aby se děti naučily spolupracovat.	Velký důraz, základ demokracie.	Snaha vytvářet situace, aby se děti naučily spolupracovat.	Děti ke spolupráci dojdou skrze situace, které přinese „práce“.
<b>Partnerské vztahy s rodiči (komunikace s rodiči, informace pro rodiče)</b>	Důležitý partner. Zapojuje se do dění MŠ.	Spolupráce s rodiči, rodiče se angažují na úpravě prostředí atd.	Rodiče jsou zváni na akce, někdy se podílí na přípravě.	Důležitý partner.

Z charakteristik i z tabulky č. 1 můžeme vidět, že všechny principy podpory zdraví jsou ve všech ŠVP více méně začleněny. Je na ně kladen různý důraz (např. v kategorii podnětné věcné prostředí nebo Participativní a týmové řízení), ale ve své podstatě by měly být v chodu jednotlivých zařízení zastoupeny.

Tabulka č. 2 ukazuje srovnání čtyř pozorovaných MŠ v průběhu dopoledne, kde byly akcentovány právě kategorie považované za důležité pro výchovu ke zdraví.

**Tabulka č. 2: Pozorování v jednotlivých MŠ**

Sledovaná kategorie	MŠ č. 1	MŠ č. 2	MŠ č. 3	MŠ č. 4
Respekt k dítěti a jeho potřebám	Otevřená komunikace, pomoc učitelky velmi žádaná. B)	Otevřená komunikace, pomoc učitelky minimální, spíše zapojení do dění. A)	Otevřená komunikace, pomoc učitelky střední. A)	Otevřená komunikace, pomoc učitelky minimální. A)
Věkově smíšené třídy	4letí, 5letí, 6letí	4letí, 5letí, 6letí	3letí, 4letí, 5letí, 6letí	3letí, 4letí, 5letí
Rytmičkový řád dne	Ano, děti reagují na signály upozorňující na rytmus dne.	Ano, děti si většinou samy hlídají čas.	Ano, děti reagují na signály upozorňující na rytmus dne.	Ano, děti si většinou samy hlídají čas.
Tělesná pohoda a volný pohyb	Komunitní kruh, společné aktivity (říkanky, písničky). Pobyť venku.	Komunitní kruh, společné aktivity (říkanky, písničky). Pobyť venku.	Komunitní kruh, společné aktivity (říkanky, písničky). Pobyť venku.	Aktivity na elipse (říkanky, písničky). Pobyť venku.
Zdravá výživa	Ano	Ano, děti si chystaly svačinu zcela samy.	Ano, děti si samy jídlo nosily a odnášely.	Ano, děti si chystaly zcela samy, s následným úklidem.
Spontánní hra	Cca. 2 h	Cca. 2h	Cca. 2 h	Cca. 2.5 h
Prožitek	Děti nadšeně reagovaly. A, 2 děti B	Děti nadšeně reagovaly. A	Děti nadšeně reagovaly. A	Děti nadšeně reagovaly. A
Podnětné věcné prostředí	Věci <b>uložené</b> , knihy <b>nedostupné</b> , nepřehlednost díky přemíře věcí (např. her).	Věci <b>uložené</b> , knihy <b>nedostupné</b> , nepřehlednost díky přemíře věcí v policích (např. stavebnic).	Věci přehledně <b>uložené a dostupné</b> .	Věci <b>uložené a dostupné</b> .
Bezpečné sociální prostředí	Zcela. Žádné dítě se nestranilo kolektiv, Hru si vybíraly samy nebo se nechaly inspirovat paní učitelkou.	Zcela. Žádné dítě se nestranilo kolektiv. Hru si vybíraly samy nebo se nechaly inspirovat paní učitelkou.	Zcela. Žádné dítě se nestranilo kolektiv, hru si vybírali zcela samy.	Zcela. Žádné dítě se nestranilo kolektiv, hru si vybírali zcela samy.
Participativní a týmové řízení	Spíše individuální hry, v kolektivních hrách nebyla spolupráce nutná.	Společná spontánní hra, děti se domluvily, kdo co bude dělat, jedna skupinka si připravila samovolně představení.	Spíše individuální hry, v kolektivních hrách nebyla spolupráce nutná, společný výběr písničky. Respekt k druhému v komunitním kruhu.	Spíše individuální „práce“, samovolně se děti sdružovaly a hrály si. Respekt k druhým na elipse.
Zdravé návyky (k jídlu, k hygieně...)	Děti někdy potřebovaly pomoc učitelky.	Děti zcela samostatně.	Děti někdy potřebovaly pomoc učitelky, kterou si vyžádaly.	Děti zcela samostatně.
Samostatnost	Spíše ano	Ano	Ano	Ano
Informovanost rodičů a komunikace	Komunikace velmi dobrá, nástěnky dostatečně informující	Komunikace velmi dobrá, nástěnky dostatečně informující	Komunikace velmi dobrá, nástěnky dostatečně informující	Komunikace velmi dobrá, nástěnky dostatečně informující

Z tabulky č. 2 můžeme vyčíst, že podpora zdraví je na MŠ uplatňována velmi dobře. Můžeme nalézt drobné nuance u některých kategoriích např. podnětné prostředí, respekt k dítěti, délka spontánní hry v průběhu dopoledne. Největší rozdíly můžeme nalézt v samostatnosti dětí:

- z hlediska hlídání si času (u kategorie: Rytmičtý řád dne);
- z hlediska sebeobsluhy (u kategorie: Zdravé návyky);
- z hlediska seberealizace.

Z analýzy ŠVP jednotlivých MŠ a také z pozorování vyplynulo, že ředitelé i učitelé dbají na to, aby děti měly dobrý vztah k pohybu, ke skupině spolužáků a k sobě samým. Všechny kategorie jsou však ve větší či menší míře zastoupeny ve všech druzích MŠ. Sbor učitelů MŠ se snaží, aby dětem bylo v MŠ dobře a aby se rozvíjely.

Jedná se tedy o snahu vytvořit tělesnou, duševní i sociální pohodu.

## Literatura

HAVLÍNOVÁ, M. et al. *Program podpory zdraví ve škole*. Praha: Portál, 1998.

HAVLÍNOVÁ, M. *Zdravá Mateřská škola*. Praha: Portal, 1995.

HAVLÍNOVÁ, M. a kol.: *Kurikulum podpory zdraví v mateřské*. Portál, 2008.

KOŤÁTKOVÁ, S. *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada, 2008.

ŘEHULKA, E. *Aktuální otázky výchovy ke zdraví*. Brno: MU. 2009.

SVOBODOVÁ, J. *Zdravá škola včera i dnes*, Brno: Paido, 1998.

SVOBODOVÁ, J. *Projekt Zdravá škola – škola podporující zdraví*. In STŘELEČEK, S. (ed.) *Studie z teorie a metodiky výchovy I*. Brno: MSD, 2004, s. 70 – 81.

Internet links:

<http://www.who.cz/PDF/Zdravi21.pdf>

<http://www.program-spz.cz/co-je-program-skola-podporujici-zdravi>

## KINDERGARTENS AND THEIR APPROACH TO HEALTH ISSUES

**Abstract:** This paper presents a comparison of four Brno kindergartens (a regular kindergarten, a healthy life-style supporting kindergarten, a kindergarten focusing on exercise activities, and a Montessori kindergarten) from both curricular and experimental points of view. The first part of the paper sets out the main priorities of the „School Supporting Health“ program, which are compared with the school educational plans of the individual kindergartens. The second part presents the evaluations from the observation of one morning program. The objective of the paper is to present a probe from the different environments of the kindergartens and their approach and guidance towards health.

**Key words:** School educational program, School Promoting Health program, School Promoting Exercise, Montessori School