

Škola podporující zdraví



*nabídka rozvojové-preventivního programu
pro každou školu*



Proč zdraví patří do školy Filozofie podpory zdraví a program Škola podporující zdraví (ŠPZ)

Jedním ze stále naléhavějších trendů vývoje společnosti ve 21. století je zhoršující se stav zdraví lidí - od nejnaldších po nejstarší - na celém světě. Na jeho zdoání se ve světě od roku 1986 postupně vyvíjí zcela nová strategie v podobě celoživotní podpory zdraví, jejíž složkou je výchova jedince k odpovědnosti za zdraví.

Filozofie podpory zdraví vychází z vědeckých poznatků o tom, že zdraví každého jednotlivce (ať si to uvědomujeme či ne) je výslednicí vzájemného ovlivňování všech stránek jeho bytosti a jeho vztahů k okolnímu světu. Bez uvědomování nezbytného vnitřního i vnějšího souladu není možné uchovat zdraví individuální ani zdraví světa. Zdraví člověka neznamená jen nepřítomnost nemoci, zdraví je výslednicí vzájemných interakcí celého člověka, všech jeho systémů a složek na úrovni biologické, psychologické, sociální, duchovní a environmentální (holistické pojetí zdraví).

Chránit a posilovat zdraví znamená pozitivně působit na všechny jeho složky. Důležitou rolí přitom hraje životní styl jednotlivce i skupiny. Životní styl a chování, které zdraví podporují, je třeba vytvářet již v předškolním a školním věku dítěte, kdy se návyky i postoje upevňují nejtrvaleji. Nejsnáze se vytvářejí sponánně, přímou zkušeností dítěte, tzn. tím, že dítě kolem sebe vidí příklady zdravého chování, a také tím, že žije ve zdravě utvářených životních podmínkách.

Nejvýznamnějšími aktéry procesu podpory zdraví jsou rodiče a pedagogové. Klíčovou institucí pro realizaci podpory zdraví je škola, kterou prochází prakticky celá populace žijící v dané zemi.

Proces podpory zdraví ve školách se realizuje některými programy, z nichž největší popularitě se těší a efektivitu svých výsledků dlouhodobě potvrzuje Evropský program Škola podporující zdraví. Poslání programu ŠPZ je dosáhnout, aby každé dítě v ČR mělo možnost být vzděláváno ve škole, která veškerou svou činností podporuje zdraví.

Charakteristika programu ŠPZ: strategie pro rozvoj, prevenci a kvalitu

Program ŠPZ byl prvním programem v ČR, který po roce 1989 přinesl ucelený pohled na postupnou změnu pojetí existující školy, vzdělávání a pedagogiky z hlediska očekávaných perspektiv a trendů společensko - politického vývoje, mezi něž patří strategie podpory zdraví obyvatelstva. Je proto koncipován jako dlouhodobý program pro každou školu v hlavním proudu vzdělávání, která se chce v souladu s nimi rozvíjet. Tímto svým zaměřením program podpory zdraví ve škole od svého začátku aktivně přispívá k procesu zkvalitňování českého školství jako celku.

Záměrem programu ŠPZ je aplikovat strategii podpory zdraví na podmínky školy a přispět k její účasti na vlastní proměně a rozvoji. V praxi školy to znamená, že všechno, co se ve škole dělá záměrně (vyučované kurikulum, školou organizované činnosti), a rovněž všechno, co se v ní děje živelně (skryté kurikulum, kultura či ethos školy), se pedagogové učí promýšlet a ovlivňovat pod zorným úhlem obou polů možných důsledků, jaké má působení školy na zdraví svých lidí - žáků, pedagogů, zaměstnanců, rodičů, spoluobčanů v obci - důsledků pozitivních (protektivních, podporujících zdraví) a negativních (rizikových, ohrožujících zdraví).

Svým zaměřením na podporu zdraví člověka (ve všech jeho aspektech, u všech aktérů a ve všech složkách prostředí) poskytuje program jak eticky, tak vědecky zdůvodněný nový rozměr pro plánování, provádění i posuzování činnosti školy, který ve svém důsledku vypovídá o její kvalitě.

V čem se to konkrétně projevuje:

Program ŠPZ pomáhá školám (MŠ a ZŠ), aby si týmovou spolupráci stanovily dlouhodobou a vyváženou koncepci, strategii a metody řízení své kvalitativní proměny v dílnu zdravého způsobu života a vzdělávání. Cílem proměny je trvale umožňovat optimální vývoj a rozvoj každého jednotlivce, žáka a učitele v součinnosti s rodiči a obcí, po stránce tělesné, duševní, sociální a duchovní.

Plněním svého cíle, který je zaměřen pozitivně, tj. převážně na posilování a vytváření optimálních předpokladů u každého člověka, je program současně nástrojem včasné primární prevence civilizačních chorob, antisociálního chování a všech závislostí. V podmínkách současné školy však nejsou tyto cíle splnitelné v plném rozsahu. Strategie programu ŠPZ je proto zaměřena na tvorbu a udržení takových podmínek, které jsou pro naplňování stanoveného cíle určující.

Metodika programu (zveřejněná v příručkách) upřesňuje, o které podmínky jde a jak k nim dospět. Život a práce v takových podmínkách zvyšuje efektivitu vzdělávání dvojnásobem: usnadňuje vlastní proces učení a poskytuje společensky žádanou zkušenost pro odpovědné chování ve vztahu k sobě i druhým prostřednictvím podpory zdraví.

Základní podmínka kvality školy: bezpečně a podnětně sociální prostředí

Hlavní úsilí škol je v tomto smyslu zaměřeno na tvorbu bezpečného a podnětného sociálního prostředí, protože jeho vliv na celkové zdraví člověka je podstatný a mnohostranný.

Vliv bezpečného a podnětného prostředí se projevuje v tom, že:

1. posiluje motivaci a zlepšuje neuropsychické předpoklady žáků i učitelů k plnění úkolů - má význam pro aktuální průběh výuky a učení a z dlouhodobého hlediska pro kvalitu výsledků vzdělávání
2. navozuje pozitivní prožívání, snižuje riziko aktuálního stresu a úzkostných stavů, jakož i riziko interference doznívajících negativních zážitků do aktuálních činností a výzev, ve svém dlouhodobém důsledku posiluje sebevědomí a vyrovnané sebevědomí osobnosti jako základu jejího zdravého vývoje a duševní odolnosti v dospělosti
3. působí na žáky i učitele formativně, odnášejí si do dalšího života a jiných oblastí života vzorce pro svoje sociální a pro-zdravotní chování v kterékoliv komunitě
4. zvyšuje otevřenost a spolupráci žáků, rodičů a učitelů uvnitř i vně školy a vytváří předpoklady pro to, aby škola dokázala řešit včas, adekvátně a na odborné i lidské úrovni výskyt takových nežádoucích jevů mezi dětmi a mládeží, jako jsou zdraví škodlivé návyky a sociálně patologické chování, např. šikánování, jehož výskytu se nevyhne žádná škola - rozdíl však bude v tom, zda je připravena šikáně čelit nebo se snaží ji zakrýt

Cíl programu ŠPZ: odpovědnosti ke zdraví a životní kompetence

Cílem programu ŠPZ je rozvíjet životní kompetence každého žáka tak, aby úcta ke zdraví a schopnost chovat se odpovědně ke zdraví svému i druhých patřily mezi jeho celoživotní priority. Klíčové životní kompetence jsou formulovány na úrovni dospělého člověka. U dětí a dospívajících v edukačním prostředí slouží vytyčená podoba kompetence k tomu, aby pedagogové mohli určit a naplánovat směr dlouhodobého výchovně-preventivního procesu již od jeho počátku. To zahrnuje vyžaduje, aby se klíčové kompetence podrobně specifikovaly pro jednotlivé stupně osobnostního vývoje žáka a našly pro ně odpovídající vzdělávací obsahy a vyučovací styly.

Kompetenci člověka podporujícího zdraví se snaží dosahovat i pedagogové ŠPZ formami dalšího vzdělávání, výměnou zkušeností mezi pedagogy ŠPZ a vyhodnocováním svých pokroků. Celkovým systémem, který ŠPZ vede, jsou ovlivňování rovněž rodiče žáků. Prostřednictvím svých učitelů a rodičů je každá ŠPZ přinosen pro výchovu ke zdraví a pro podporu zdraví i mezi poplatci dospělých lidí v obci.

Klíčové životní kompetence, kterými se člověk podporující zdraví vyznačuje:

- 1. Rozumí holistickému pojetí zdraví, pojímám podpory zdraví a prevence nemoci**
Rozumí pojetí zdraví/nemoci jako výsledku vzájemně se ovlivňujících složek lidské bytosti (biologické, psychologické, interpersonální, sociálně kulturní a environmentální) a interakce jedince s prostředím. Rozumí pojmům, které se vztahují k podpoře zdraví a prevenci nemoci, a dovede získat potřebné informace o zdraví, zdraví podporujících metodách, výrobcích a službách.
- 2. Uvědomuje si, že zdraví je prioritní hodnotou**
Reflektuje svůj systém hodnot a přesvědčení a dává je do souvislosti se zdravím svým a druhých lidí, společností a přírody. Dovede kriticky posuzovat vliv událostí, nabídek médií a dalších vnějších faktorů ke zdraví.
- 3. Dovede řešit problémy a řeší je**
Rozhoduje se mezi alternativami, volí způsob řešení, organizuje a plánuje svůj život, je připraven na změnu, počítá s osobním rozvojem a celoživotním vzděláváním.
- 4. Má vynikající odpovědnost za vlastní chování a způsob života**
Dovede se chovat způsobem, kterými zlepšuje zdraví a snižuje rizika. Realisticky reflektuje svoje osobní možnosti a omezení, snaží se dosahovat optimální míry podpory zdraví v rámci svých osobních limitů.
- 5. Posiluje duševní odolnost**
Ovládá zásady a techniky duševní hygieny, umí si poradit se stresem, posiluje duševní odolnost vůči nepříznivým událostem, negativním vlivům a škodlivým závislostem.
- 6. Ovládá dovednosti komunikace a spolupráce**
Používá je v rodině, na pracovišti, v komunitě a ve veřejnosti k vytváření pohody a k šíření myšlenek podpory zdraví.
- 7. Spolupodílí se aktivně na tvorbě podmínek a prostředí pro zdraví všech**
Svémi prostředky a silami se aktivně spolupodílí na tvorbě podmínek a prostředí pro zdraví svoje, rodiny, komunity, společnosti, lidstva, přírody, planety.

Metodika programu podpory zdraví v základní a mateřské škole

Strukturovaný obsah programu ŠPZ (MŠ a ZŠ) je v plném rozsahu prezentován v jeho metodických příručkách. Hlavní součástí obsahu příruček je filozofie programu, principy, pilíře a jejich zásady. Filozofie (viz titulu stránka) a dva integrující principy jsou v programu ŠPZ společné pro MŠ a ZŠ. Zásady odrážejí specifika MŠ (12 zásad) a ZŠ (9 zásad).

Je zde ještě jeden rozdíl v obsahu metodiky programu ŠPZ pro ZŠ a MŠ. Nová verze metodické příručky pro MŠ obsahuje navíc modelový vzdělávací program pro MŠ podporující zdraví (kurikulum podpory zdraví v MŠ). MŠ, která si vypracuje podle tohoto modelu svůj školní vzdělávací program, spíná požadavky Rámcového vzdělávacího programu pro MŠ. Základní škola podporující zdraví použije jiné řešení: uplatní program ŠPZ při aplikaci RVP požadavků Rámcového vzdělávacího programu (RVP) na školní vzdělávací program, který v připravovaném návrhu již sám dává prostor pro výchovu ke zdraví i podporu zdraví.

Integrující principy činnosti školy podporující zdraví

Respekt k přirozeným potřebám jednotlivce považujeme za nejdůležitější postoj, který škola podporující zdraví kultivuje jak u žáků, tak učitelů a rodičů. Tento postoj je pro ni klíčem k uskutečňování obecnějšího postoje - úcty k člověku, lidským společenstvím a přirodě na naší planetě.

Rozvíjení komunikace a spolupráce považujeme za proces osvojování stěžejních dovedností, jejichž prostřednictvím škola podporující zdraví dokáže uspokojovat potřeby jednotlivce v kontextu společnosti a světa a současně žáky efektivněji vzdělávat. Škola podporující zdraví se touto praxí sama stává modelem komunikace a spolupráce.

Zásady základní školy podporující zdraví

- Pohoda prostředí (1. pilíř)**
 - Pohoda věcného prostředí
 - Pohoda sociálního prostředí
 - Pohoda organizačního prostředí
- Zdravé učení (2. pilíř)**
 - Smysluplnost
 - Možnost výběru, přiměřenost
 - Spoludílání a spolupráce
 - Motivující hodnocení
- Otevřené partnerství (3. pilíř)**
 - Škola - model demokratického společenství
 - Škola - kulturní a vzdělávací středisko obce

Zásady mateřské školy podporující zdraví

- Učitelka podporující zdraví
- Věkově smíšené třídy
- Rytmičtý řád života a dne
- Tělesná pohoda a volný pohyb
- Zdravá výživa
- Spontánní hra
- Podnětné věcné prostředí
- Bezpečné sociální prostředí
- Participativní a týmové řízení
- Partnerské vztahy s rodiči
- Spolupráce se základní školou
- Začlenění mateřské školy do života obce

ŠPZ v ČR je součástí celoevropské sítě národních sítí

Evropská síť škol hlásících se k programu Škola podporující zdraví (ENHPS - European Health Promoting School) začala vznikat od roku 1990. Tato síť je garantována třemi mezinárodními organizacemi: Světovou zdravotnickou organizací (WHO Euro v Kodani), Radou Evropy (CE) a Komisí Evropské unie (CEU). V současné době je do sítě programu přijato 40 zemí.

Česká republika byla přijata mezi prvními. V průběhu let 1992/1993 bylo do národní sítě ŠPZ přijato celkem 94 základních škol, z nichž 11 plnilo úkoly pilotních škol. V roce 1994 v ČR vznikl nový impuls, který významně rozšířil podporu zdraví i do další oblasti školství, do mateřských škol. Tým pedagogů mateřských škol a odborníků Státního zdravotního ústavu (SZÚ) vytvořil metodiku podpory zdraví v MŠ (první verze 1995 a inovovaná verze 2000). Síť ŠPZ se začala rozšiřovat o mateřské školy. Další významným krokem bylo, když po vyhodnocení efektivit jednotlivých ZŠ, které byly v síti od jejího počátku, na základě zpracování získaných zkušeností z koordinace sítě ŠPZ a v souladu se strategií rozvoje programu na celoevropské úrovni byla v SZÚ vytvořena metodika podpory zdraví i pro ZŠ (1998). V současné době tvoří národní síť ŠPZ zhruba dvě stě základních a mateřských škol, které se neustále vzdělávají, zdokonalují, evaluují a inovují svoje školní projekty. Síť ŠPZ je otevírána novým uchazečům.

Evropský program ŠPZ je ve svých hlavních směrech koordinován a rozvíjen prostřednictvím setkávání a průběžně spolupráce národních koordinátorů z jednotlivých členských zemí. Klíčovými setkáními jsou mezinárodní konference na celoevropské úrovni, s nimi související konference několika zemí z jednoho regionu a konference národního rozsahu. Celoevropské konference se dosud konaly dvakrát. První konference v roce 1997 v řecké Soluni předznamenala novou strategii ŠPZ pro 21. století zejména následujícím prohlášením:

„Každé dítě a každý mladý člověk v Evropě má právo a měl by mít příležitost být vzděláván ve škole podporující zdraví“.

V roce 2002 se v holandském Egmond aan Zee konala 2. mezinárodní konference programu ŠPZ. Na základě výsledků výzkumů a evaluací, které evidentně prokázaly účinnost dlouhodobě realizovaného programu, bylo jejím úkolem podnítit akční partnerskou spolupráci mezi resorty zdravotnictví a školství v jednotlivých zemích i na nadnárodní úrovni. Cílem spolupráce nyní je, aby se výše citovaná vize z roku 1997 stala součástí společné strategie a přednětlem akčních plánů a činnosti obou resortů.

Národní strategie podpory zdraví v každé škole

Poslání programu ŠPZ, které nejlépe vyjadřuje prohlášení účastníků 1. mezinárodní konference škol podporujících zdraví v Soluni (viz výše), bylo zakotveno mezi cíle a úkoly akčního Národního programu dlouhodobého zlepšování zdraví obyvatelstva ČR (Zdraví ve 21. století). Tento program přijala vláda ČR 30. 10. 2002 k realizaci do roku 2015.

K naplnění národní strategie si program ŠPZ vytvořil tyto hlavní podmínky

- od r. 1991/92 je součástí evropské sítě ŠPZ, garantované WHO Euro, CE a CEU
- jednotlivé školy přijímá do programu na základě jejich školního projektu podpory zdraví
- je veden kompetentním týmem odborníků a od r. 1996 garantován SZÚ (MZČR), který program poskytuje odborné, personální a technické zázemí
- je vybaven vlastními aktualizovanými metodickými příručkami
- je vyzkoušen v koordinované síti základních a mateřských škol
- má vlastní lektorský tým vytvořený ze zkušených pedagogů ŠPZ (MŠ a ZŠ)
- má pravidelnou rubriku/přílohu Ratolesť podpory zdraví v měsíčníku Učitelské listy
- má zkušenosti s tvorbou a evaluací školních projektů, plánů rozvoje školy na základě programu podpory zdraví
- spolupracuje s partnery ve zdravotnictví a ve školství na úkolech vyplývajících ze strategie programu ŠPZ ve 21. století
- účastní se prací na tvorbě rámcových vzdělávacích programů pro MŠ (RVPP) a pro ZŠ (RVPZV) a nabízí metodické zkušenosti svých škol s vytvářením školních programů
- jeho činnost je finančně podporována výlučně z grantových prostředků na projekty, jako jsou projekty Národního programu zdraví MZČR a z grantů zprostředkovaných WHO Euro
- účastní se mezinárodních projektů a aktivit organizovaných v evropské síti (např. The Young Minds Project)
- tým odborníků ze SZÚ ve spolupráci s pedagogickými fakultami pracuje na náplni nového vyučovacího přednět: výchova ke zdraví (oblast Člověk a zdraví v RVP).
- má doporučení MŠMT k realizaci programu v MŠ a ZŠ
- prostřednictvím SZÚ má akreditaci u MŠMT pro programy dalšího vzdělávání pedagogů.

Příklady činnosti programu ŠPZ od roku 2000

- konání 2. národní konference ŠPZ v dubnu 2001
- pravidelné semináře „Učíme se navzájem“ pořádané 2x ročně v některé ze škol zapojených dlouhodobě v programu ŠPZ
- vzdělávací kurzy pro ředitele nebo učitele ŠPZ a pro zájemce o vstup do sítě; témata: Tvoříme školní kurikulum podpory zdraví v MŠ; Role třídňového učitele v ŠPZ; Evaluací nástroje v ŠPZ; Plánování a strategie rozvoje ŠPZ; Tvorba školního projektu ŠPZ – pro školy se zájmem o vstup do sítě
- průběžná certifikace nové přijatých MŠ a ZŠ do programu a sítě ŠPZ
- plnění projektu „Regionalizace sítě ŠPZ“
- plnění projektu „Kurikulum životních dovedností“
- aktivní účast koordináčního týmu ŠPZ při přípravě a konání 2. mezinárodní konference evropských ŠPZ (ENHPS) v Holandsku, září 2002
- spolupřeházení „Duhové konference – Tři programy v jedné škole“, říjen 2002
- provedení výzkumné studie pro MŠMT o sociálním klimatu v prostředí základních škol ČR
- realizace projektu „Učíme se učit se učí dovednostem v zacházení se šikanou“
- spolupřeházení ŠPZ na mezinárodním projektu WHO „Zdravé prostředí pro děti“ na základě spolupráce škol s obcí
- účast a prezentace vlastního projektu na téma „Prostředí a zdraví“ jedné ze ŠPZ na 4. ministerské konferenci o prostředí a zdraví v Budapešti v červnu 2003 (The Young Minds Project).

Co školám v síti či se zájmem o vstup do sítě nabízí SZÚ, garant ŠPZ

- bezplatnou konzultační a metodickou pomoc
- další vzdělávání učitelů
- zdarma odbornou literaturu a metodické materiály
- vzájemnou výměnu zkušeností mezi školami
- aktuální informace o vzdělávací politice a grantových možnostech
- účast v mezinárodních projektech, národních a mezinárodních konferencích podpory zdraví

Další informace lze získat:

Státní zdravotní ústav - garant projektu ŠPZ v ČR

Národní koordinátor programu ŠPZ: **PhDr. Miliuše Havlíňová, CSc.** - tel. 267082399,

e-mail: mhavlin@szu.cz

Konzultant pro strategii a metodiku: tel. 267082546

Organizační pracovník: **Světlana Ševčíková** - tel./fax. 267082972,

e-mail: svetlana.sevcikova@szu.cz

Adresa pro korespondenci:

Jméno adresáta (na první řádek)

Poradna pro podporu zdraví ve školách ČR

Státní zdravotní ústav, Šrobárova 48, 100 42 Praha 10

Internet www

Informace o výběrovém řízení k zařazení škol do do sítě ŠPZ a další zajímavosti naleznete na internetové stránce <http://www.szu.cz>

(oborová centra: CZŽP, Projekty podpory zdraví, Zdravá škola, program ŠPZ)

Zpravodaj 'Ratolesti podpory zdraví ve škole'

Od ročníku 2001/02 vychází jako součást každého čísla měsíčníku Učitelské listy: v každém lichém čísle UL má formu samostatné Přílohy (4 strany uprosřed sešitu), v každém sudém čísle má formu jednostránkové rubriky (většinou ve druhé polovině sešitu UL).

Příručky

● Havlíňová M. a kol.:

Zdravá mateřská škola – modelový projekt pro podporu zdraví v mateřských školách ČR

Praha, Portál 1995 (MŠMT č.j. 17147/95-24).

● Havlíňová M., Koptíva P., Mayer I., Vildová Z. a kol.:

Program podpory zdraví ve škole, rukověť projektu Zdravá škola

Praha, Portál 1998 (MŠMT č.j. 24028/98-22).

● Havlíňová M., Vencálková E., Havlíňová J., Lacinová I., Petrasová N., Šprachtová L. a kol.:

Kurikulum podpory zdraví v mateřské škole

Praha, Portál 2000 (modelový program pro školní vzdělávací program MŠ).



PROJEKT ZDRAVÁ
MATEŘSKÁ ŠKOLA



PROJEKT
ZDRAVÁ ŠKOLA