



PREVENCE MATEŘSKÉ ŠKOLY

Informace o programu

Program je realizován v prostorech MŠ a je rozdělen do bloků (90 min.), které by na sebe měly navazovat ideálně týdenních rozestupech. Všechny bloky jsou vedeny stejnou lektorkou či lektorem. Program je určen primárně pro děti ve věku 5–7 let z předškolních tříd, jejichž kapacita by neměla přesáhnout třicet dětí – pakliže v MŠ funguje více předškolních tříd, je nutné pracovat s každou třídou zvlášť. V případě potřeby jsme schopni pracovat i se skupinou dětí různého věku.

Vybrané téma je v rámci programu prezentováno vždy s podporou o pohádce či příběhu a jeho jednotlivé aspekty jsou dále rozvíjeny prostřednictvím využití dalších pomůcek (obrázky, maňásci, omalovánky aj.). Děti se nacházejí ve formativním věku, tudíž je efektivní působit na ně především prostřednictvím pozitivních vzorů. Je pro nás důležité, aby děti dokázaly nabyté znalosti a dovednosti uplatnit nejen v průběhu programu, ale i v rámci svého budoucího chování.

Před zahájením programu probíhá informativní schůzka koordinátorky projektu s vedením MŠ za účelem dojednání harmonogramu programu. Před vstupem do třídy informuje vyučující lektora o aktuální situaci. Z každého realizovaného bloku programu je vyhotovena zpráva reflektující průběh setkání.

Jednotlivá tematická zaměření programů společně s jejich stručnou charakteristikou naleznete níže. Na úvod doporučujeme zvolit program „Jak se mít dobře“, který nám pomůže lépe poznat třídní kolektiv a na něj další témata navazují.

Informace o programu

Přehledově se programy dotýkají následujících tematických okruhů: **vztahy** (práce se základními emocemi, prevence a řešení šikany, podstata a význam přátelství, pomoc v mezilidských vztazích, rizika kontaktu s neznámými lidmi, podstata existence norem, předpisů a zákonů); **závislosti** (kouření, alkohol, drogy, nebezpečí manipulace s jehlami a stříkačkami, rizika virtuálního prostředí); **zdraví** (základy první pomoci, zásady užívání léků, osobní hygiena, (ne)zdravé potraviny, porozumění vlastnímu tělu).

Cíle programu

Podporovat u dětí zdravý životní styl.

Seznámit děti s různými formami rizikového chování a jeho důsledky.

Seznámit děti s možnostmi předcházení a řešení důsledků rizikového chování.

Cena programu

Viz aktuální ceník na webových stránkách:
www.proximasociale.cz

Osvědčení

Program Prevence mateřské školy je certifikovaný NÚV v oblasti všeobecné primární prevence rizikového chování.



Nabízená témata programu Primární prevence MŠ

* VZTAHY

JAK SE MÍT DOBŘE – „Tři bratři a zakletá princezna“

- děti se seznámí s podstatou sousloví „mít se dobře“ a uvedou příklady duševní, tělesné a sociální pohody
- děti určí, kdo je zodpovědný za to, zda se (ne)máme dobře
- děti navrhnou různé činnosti a věci, kterými (ne)podporujeme vlastní pohodu

VZTAHY K OSTATNÍM – „Žabička Amálka“

- děti si uvědomí podstatu přátelství a jeho důležitosti pro lidský život
- děti si uvědomí důležitost pomoci v mezilidských vztazích

ROZPOZNÁVÁNÍ A ZVLÁDÁNÍ EMOCÍ – „Ferda a hra na schovávanou“

- děti se naučí rozpoznávat základní emoce (radost, smutek, vztek, strach) a uvedou příklady, jak se s danými pocity zdraví prospěšným způsobem vyrovnávají
- děti se naučí s pomocí her a relaxačních aktivit pracovat se vztekem tak, aby neublížovaly sobě ani svému okolí

NEBEZPEČÍ OD CIZÍCH LIDÍ – „Kůzlátka“

- děti se seznámí s riziky kontaktu s neznámými lidmi
- děti uvedou příklady rizik plynoucích z tohoto kontaktu
- děti vysvětlí, jak se zachovat vhodně při kontaktu s neznámými lidmi
- děti vysvětlí rozdíl mezi neznámými lidmi a známými svých rodičů
- děti se seznámí s rizikem kontaktu s neznámými lidmi na internetu

ŠIKANA – „Jak se žije tučňákům ve škole“

- děti se seznámí s chováním, které lze považovat za šikanu
- děti se seznámí s možnostmi, jak šikaně předcházet i jak ji řešit
- děti se pokusí vcítit do prožitků jednotlivých aktérů v procesu šikany

VYTVÁŘENÍ PRÁVNÍHO VĚDOMÍ – „Jak Verunka zrušila pravidla“

- děti vlastními slovy vyjádří, proč je důležitá existence určitých norem, předpisů a zákonů pro možnost spokojeného života každého člena společnosti
- děti uvedou příklady situací, kdy jsou tyto normy zapotřebí

ZTRÁTA – „Jak sovička ztratila dědečka“

- děti si uvědomí, co vše může znamenat ztráta
- děti se dozvědí, že smrt a ztráta jsou nedílnou součástí života, a že je v pořádku prožívat při ztrátě adekvátní emoce
- děti popíší, jak na ztrátu reagují a co při tom pociťují
- děti si vyzkoušejí různé techniky vyrovnávání se se ztrátou

* ZÁVISLOSTI

KOURENÍ – „O Sněhurce trochu jinak“

- děti se seznámí s různými důvody, proč lidé kouří
- děti objasní škodlivý vliv kouření na lidský organismus

ALKOHOL – „Jak se zvířátka poučila“

- děti se seznámí s důvody, účinky, následky a riziky požití alkoholu
- děti pojmenují rizika spojená s užíváním alkoholu a s činnostmi, které člověk pod vlivem alkoholu nesmí vykonávat (řízení auta, práce atd.)
- děti si uvědomí, že větší množství alkoholu je pro dospělého člověka zdraví nebezpečné
- děti rozliší vliv požívání alkoholu u dětí a u dospělých (rozdílný dopad na organismus)
- děti si uvědomí, že alkohol může škodit všem složkám lidského zdraví
- děti dokáží určit, že za konzumaci alkoholu a její následky je každý člověk zodpovědný



* ZÁVISLOSTI

DROGY – „Jak kotě nechtělo spát“

- děti se seznámí s důvody, účinky, následky a riziky požití neznámé drogy
- děti určí, kdo je za konzumaci drogy a následky této konzumace zodpovědný
- děti objasní, jakou roli hraje odpočinek a energie v lidském organismu
- děti vlastními slovy vyjádří souvislost mezi konzumací drog a trestnou činností
- děti se seznámí s nebezpečím plynoucím z manipulace s použitými jehlami a stříkačkami (možnost nákazy závažnými chorobami)
- děti vysvětlí, jak se vhodně zachovat při nálezu těchto předmětů

VIRTUÁLNÍ LÁKADLA – „Jak Vendelína kamarádi zachránili“

- děti popíší nevýhody plynoucí z nadměrného užívání virtuálních technologií (počítač, tablet, mobilní telefon)
- děti vymyslí, jak lze kvalitně trávit volný čas bez virtuálních technologií

* ZDRAVÍ

LÉKY A ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI – „Není lék jako lék“

- děti se seznámí s různými léky, které mohou pomáhat i škodit
- děti vysvětlí, proč je důležité užívat většinu léků pouze na doporučení lékaře
- děti se seznámí se základy první pomoci

HYGIENA – „Jak se sluníčko nemylo“

- děti se seznámí s riziky nedodržování základní osobní hygieny
- děti objasní, proč je důležité dodržovat osobní hygienu (např. předcházení nákazám)
- lektorující podpoří motivaci dětí k dodržování hygienických návyků

VÝŽIVA – „O tajemném lese“

- děti se seznámí s různými typy tzv. zdravých a nezdravých potravin
- děti uvedou příklady pestré stravy a argumenty ve prospěch její důležitosti (prevence poruch příjmu potravy)
- děti se seznámí se základními principy zdravého stravování

* ZDRAVÍ

JAK POROZUMĚT SVÉMU TĚLU I. (JAK JSEM SE TU VZAL) – „O zvědavých dvojčatech“

- děti se dozvědí správné pojmenování a podobu vnějších a vnitřních pohlavních orgánů
- děti se seznámí s postupnou proměnou dětského těla v tělo dospělé
- děti se dozvědí, jak dojde k početí dítěte

JAK POROZUMĚT SVÉMU TĚLU II. (PRÁCE S NEPŘÍJEMNÝMI POCITY) – „Dvojčata v ZOO“

- děti si uvědomí, že je normální zažívat nepříjemné pocity jako je strach a stud
- děti si uvědomí, že je normální zažívat divné pocity
- děti se zamyslí nad tím, které dotyky jsou jim příjemné a které nepříjemné
- děti sdílí strategie, které jim pomáhají při překonávání strachu a studu

JAK POROZUMĚT SVÉMU TĚLU III. (UMĚNÍ ŘÍCT NE) – „Dvojčata hlídá babička“

- děti se dozvědí, že zkoumat své nahé tělo a dotýkat se jej je v pořádku, ale mají to dělat v soukromí a o samotě
- děti si uvědomí, že mají věřit svému tělu a svým pocitům
- děti si uvědomí, že dospělému mohou říct NE, pokud po nich žádá nesprávnou věc
- děti si vyzkouší říkat NE v reakci na různé prosby
- děti dokážou rozlišit běžné tajemství od „tajemství jedovatého“
- děti určí, které dospělé osobě důvěřují a svěřily by jí jedovaté tajemství

