

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

Katedra PEDAGOGIKY

**Realizace programu Škola podporující zdraví na  
českých školách s ohledem na žáky a jejich okolí (se  
zaměřením na 1. stupeň základních škol)**

Diplomová práce

**Klára Janischová**

Vedoucí práce: PhDr. Dagmar Čábalová, Ph.D

**2014**



Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala  
samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací

V Plzni, 28. června 2014

.....  
vlastnoruční podpis

## **Poděkování**

Na tomto místě bych ráda poděkovala paní PhDr. Dagmar Čábalové PhD., za věcné připomínky a odborné rady, kterými přispěla k vypracování této diplomové práce. Dále děkuji panu řediteli Ing. Bc Vítu Beranovi, paní Mgr. Haně Liškové a paní Mgr. Haně Janischové za spolupráci při získání podkladů pro výzkumnou část.

## Seznam zkratek:

1. ad.
2. apod.
3. atd.
4. ŠPZ.....Škola podporující zdraví
5. tzv.
6. WHO .....Světová zdravotnická organizace
7. ZŠ .....Základní škola

# Obsah

|  |    |
|--|----|
| Úvod.....  | 7  |
| 1 Představení programu Škola podporující zdraví.....               | 9  |
| 1.1 Charakteristika programu Škola podporující zdraví.....         | 9  |
| 1.2 Historie programu Škola podporující zdraví.....                | 11 |
| 1.3 Myšlenky podpory zdraví ve škole.....                          | 12 |
| 1.4 Rozvoj klíčových kompetencí jako základu k podpoře zdraví..... | 13 |
| 2 Škola jako instituce podporující zdraví.....                     | 15 |
| 2.1 Tvorba školního kurikula dle programu ŠPZ.....                 | 15 |
| 2.2 Příprava školy pro její zařazení do programu ŠPZ.....          | 17 |
| 3 Pilíře programu Škola podporující zdraví.....                    | 19 |
| 3.1 První pilíř: Pohoda prostředí.....                             | 19 |
| 3.2 Druhý pilíř: Zdravé učení.....                                 | 25 |
| 3.3 Třetí pilíř: Otevřené partnerství.....                         | 34 |
| 3.4 Závěr teoretické části.....                                    | 38 |
| 4 Realizace zvolených zásad ŠPZ na vybraných českých školách.....  | 39 |
| 4.1 Vymezení výzkumného problému.....                              | 39 |
| 4.2 Cíl výzkumného šetření.....                                    | 39 |
| 4.3 Výzkumné otázky.....   | 40 |
| 4.4 Metody výzkumu.....  | 40 |
| 4.5 Vymezení cílové skupiny.....                                   | 41 |
| 4.6 Výzkumné šetření- sběr dat.....                                | 43 |
| 4.7 Výsledky výzkumu naplňování vybraných zásad programu ŠPZ.....  | 43 |
| 4.8 Závěr výzkumu.....   | 58 |
| Závěr.....   | 63 |
| Resumé.....  | 65 |
| Seznam grafů.....  | 70 |
| Seznam obrázků.....  | 71 |
| Seznam příloh:.....  | 76 |

# Úvod

Téma diplomové práce bylo zvoleno zejména pro jeho aktuální potřebu společnosti nahlížet na člověka z pohledu biologického, psychologického, sociálního a jako takového ho vzdělávat a rozvíjet v součinnosti se zdravým životním stylem. Program Podpory zdraví ve škole je přirozený potřebám žáků a jeho aktuálnost souvisí se životním stylem dnešních dětí, žáků našich škol. Jedná se o ucelený program, který není zaměřený pouze na vzdělávání žáků v tradičním pojetí, ale předkládá rovněž pohled na možné zavedení školního kurikula pojatého v širších souvislostech.

Aktuálnost této práce dokládá i skutečnost, že na Ministerstvu školství mládeže a tělovýchovy vznikla v květnu roku 2014 odborná platforma (MŠMT, České lékařské komory, Ministerstva zdravotnictví a dalších), která se bude zabývat problematikou zdravého životního stylu dětí a mládeže. Jednání u kulatého stolu by měla dle uveřejněného sdělení připravit podklady pro návrh systémových opatření, která by přispěly ke zlepšení zdravého životního stylu dětí a mladých lidí. Nabízí se tedy úvaha, že v současné době a ve stávající formě je podpora zdraví žáků na školách nesystémová či nedostačující. Tuto problematiku se snaží řešit Program Škola podporující zdraví.

Cílem diplomové práce je zjistit stupeň a způsoby naplnění pilířů programu Škola podporující zdraví na 1. stupni českých škol. Pozornost je zaměřena především na tyto zásady programu: zásadu Pohoda organizačního prostředí prvního pilíře Pohoda prostředí, který zohledňuje potřeby žáka, životosprávu. Spoluúčast a spolupráci jako zásadu druhého pilíře Zdravé učení. Škola jako model demokratického společenství třetího pilíře nazvaného Otevřené partnerství, kde pozornost bude zaměřena na spolupráci a komunikaci žáků s vedením školy.

Výsledky budou zjišťovány prostřednictvím hospitací na vybraných školách, rozhovory s pedagogickými pracovníky a anketního průzkumu prováděného mezi žáky.

V teoretické části práce je stručně charakterizován program Škola podporující zdraví, rovněž je představena jeho historie, filozofie a přínos pro žáka. Dále se diplomová práce věnuje jednotlivým zásadám, které tvoří pilíře programu.

V praktické části je zkoumán způsob implementace zvolených zásad programu do vnitřního kurikula vybraných škol.

Školy, vybrány ke vzájemné komparaci, jsou voleny dle míry angažovanosti v programu

Škola podporující zdraví. Jedná se o Základní školu Kunratice, Praha 4.<sup>1</sup>, 14. základní školu v Plzni<sup>2</sup> a Základní školu Truhlářskou v Karlových Varech<sup>3</sup>. Souhlas škol s uveřejněním jejich údajů v diplomové práci je součástí přílohy.

V souvislosti s otevřenou diskuzí ke kvalitě našich škol a pedagogů na nejrůznějších veřejných internetových portálech a v tištěných médiích, budou získány odborným studiem a cílenou praxí nové hlubší teoretické i praktické poznatky z oblasti toho nejcennějšího, co každý lidský jedinec má, to jest zdraví, z pohledu života školy. Praktickou zkušeností budou osvětleny zásady, které jsou uvedeny v Programu Škola podporující zdraví a procházejí životem jednotlivých škol v různých fázích vlastní implementace. Vlastním výzkumem bude ověřen vztah a přístup pedagogů k zavádění programu ŠPZ v konkrétním školském zařízení.

---

1 Souhlas školy přiložen obr. č. 4

2 Souhlas školy přiložen obr. č. 2

3 Souhlas školy přiložen obr. č. 6



## 1 Představení programu Škola podporující zdraví

Program Škola podporující zdraví byl myšlenkou Světové zdravotnické organizace, která tak reagovala na zhoršující se podmínky jak zdravotní, tak sociální ve společnosti. Cílem programu Škola podporující zdraví je naučit se respektovat člověka z pohledu tzv. „holistického“<sup>4</sup>, celostního a rozvíjet v něm kompetence takové, aby si vybudoval vztah nejen ke svému zdraví a potřebám, ale aby dokázal respektovat i potřeby ostatních.

### 1.1 Charakteristika programu Škola podporující zdraví

Program Škola podporující zdraví (ŠPZ), známý také pod názvem Zdravá škola, je programem Světové zdravotnické organizace (WHO). Koordinátorem a garantem tohoto programu v České republice je Státní zdravotní ústav se sídlem v Praze a v posledních letech je umožněna koordinace programu rovněž krajskými úřady.

Hlavním cílem programu Škola podporující zdraví je vybudovat podmínky pro vzdělávání

žáků mateřských, základních i středních škol s ohledem na jejich osobnostní rozvoj v co nejširším měřítku, tzn. z hlediska sociálního, ale také s důrazem na jejich biologické potřeby a psychickou stránku. Snahou je vybudovat v dětech základní návyky, co se týče respektu k sobě samému a zároveň ke svému okolí. Tento program se odlišuje od jiných evaluačních programů tím, že kromě individuálního přístupu k žákům se v nich navíc snaží rozvíjet zdravotní osvětu.

Program je vystavěn na třech hlavních pilířích, jejichž splněním se docílí realizace hlavní myšlenky programu ŠPZ. Každý pilíř se člení ještě na další podčásti, neboli zásad, které blíže specifikují jednotlivé pilíře, a tím umožňují jejich naplnění. Pilíře programu a jeho jednotlivé zásady jsou uvedeny takto:

**První pilíř: Pohoda prostředí** - hlavní myšlenkou tohoto pilíře je vytvoření pohody, tzn. přizpůsobit školu tak, aby nebyla jen pracovištěm, ale především místem, které umožňuje naplňovat nejrůznější potřeby, a to jak práce, tak i odpočinku.

Zásady:

1. Pohoda věcného prostředí - klade si za cíl vytvořit takové prostředí pro žáky, aby se v něm cítili bezpečně a příjemně. Řešena je zde podnětnost, aby pomůcky nebyly jen pouhou

---

4 HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998

ozdobou. Interiér školy by měl být doplněn o práce žáků. Škola by měla umožňovat dostatek místa pro každého, kdo do ní vstoupí.

2. Pohoda sociálního prostředí - klade důraz na rozvíjení humanistických postojů člověka k člověku.

3. Pohoda organizačního prostředí - zahrnuje denní rituály, řeší nároky na odpočinek, důraz klade na potřeby jednotlivce a to především z hlediska biologického. Další významným bodem jsou zde aspekty zdravé výživy.

**Druhý pilíř: Zdravé učení** - řeší především otázku přiblížení učební látky dětem na základě jejího situování do reálného života. Dětem je tímto dána příležitost, aby se naučily uplatnit své znalosti v každodenních situacích. Důraz je zde také kladen na vzájemnou spolupráci a formy ocenění.

Zásady:

4. Smysluplnost - jde o využívání přímé zkušenosti žáka, o rozvržení vyučovací jednotky a o rozčlenění vhodných aktivit pro žáky do jednotlivých částí. Spolupráce s nejbližším okolím školy je brána jako vhodný materiál pro výuku.

5. Možnost výběru a přiměřenost - je velkým přínosem pro žáky, neboť je na ně převedena spoluúčast na tvorbě hodiny a způsobu osvojení si učiva. Snahou je vytvoření dostatečných podnětů a možností jak ve vyučovacím procesu, tak i ve volnočasových aktivitách. Dítě si může dle svých zájmů a schopností samo zvolit formu výuky, samotný předmět či odpolední kroužek. Přiměřenost zohledňuje věk a individuální potřeby dítěte.

6. Spoluúčast a spolupráce - zabývá se především vytvoření takových forem výuky, aby docházelo k co možná největší interakci mezi žáky, žákem a učitelem a ostatními účastníky, které se zapojují do vyučovacího procesu.

7. Motivující hodnocení - zásada, která řeší otázku pochval, odměn a trestů. Dále se zabývá formativním a sumativním<sup>5</sup> hodnocením.

**Třetí pilíř: Otevřené partnerství** - nese v sobě otázky jak vzájemných vztahů jednotlivých účastníků školy, tak i zapojení různých odborníků a institucí do života školy.

Zásady:

8. Škola jako model demokratického společenství - klade důraz na vzájemnou úctu a respekt, především jsou zde zmiňováni rodiče, jako důležití partneři školy.

9. Škola jako kulturní a vzdělávací středisko obce – škola by měla být zpřístupněna široké veřejnosti a aktivně se zapojovat do života obce.

---

5 VALIŠOVÁ, Alena a HANA KASÍKOVÁ. *Pedagogika pro učitele*. 2007, s. 243

Mateřská, základní či střední škola se může přihlásit do programu ŠPZ na základě písemné žádosti u garanta programu, kterým je Státní zdravotnický ústav v Praze. Následně si škola sama vypracovává plán postupných změn, který si vytváří s ohledem na vlastní potřeby a cíle. Realizací jednotlivých zásad naplňuje myšlenky programu. Škola obhájí realizované body programu jednou za pět let u kulatého stolu za přítomnosti členů odborné komise, kteří rozhodují o udělení či prodloužení statusu Škola podporující zdraví.

Světová zdravotní organizace WHO chce dosáhnout toho, aby se škola podporující zdraví stala normou.

## 1.2 Historie programu Škola podporující zdraví

Samotná snaha změnit náhled na zdraví pro všechny a rozvinout ho co v nejkompexnějším měřítku byla vyřčena na Světovém zdravotnickém shromáždění v roce 1977. Tehdy to byla reakce na zhoršující se podmínky ve společnosti jak z hlediska zdravotního, tak

z hlediska sociálního. Následně pak projekt podpory zdraví vstoupil do školských zařízení.

Do České republiky se programu Podpory zdraví dostal v letech 1986-1990, kdy se zformoval tzv. „Ozdravný program pro ZŠ“. „*Ozdravný program pro ZŠ*“, *hovoří ve prospěch větší pestrosti a uvolnění režimu s dostatkem pohybu, relaxací a pitným režimem, při zachování pořádku a dohodnutých pravidel. Rovněž slouží jako kompenzace nepřiměřených zátěží ve škole.*“<sup>6</sup>

V roce 1991 vznikl samotný program ŠPZ. „*Tento program přinesl ucelený pohled na postupnou změnu pojetí existující školy. Je proto koncipován jako dlouhodobý program pro každou školu v hlavním proudu vzdělávání, která se chce v souladu s ním rozvíjet.*“<sup>7</sup>

V roce 2008 tvořilo Národní síť ŠPZ 100 mateřských škol, 101 základních škol, 5 středních škol a 7 speciálních a praktických škol. \* Můžeme tedy říci, že program Podpory zdraví si našel pevné místo v našem vzdělávacím systému a že myšlenka podpory zdraví je aplikovatelná na náš vzdělávací systém. V současné době čísla o počtech škol, které se realizují v tomto programu ještě nejsou kompletní, protože řadu škol v letošním roce čeká zpětná evaluace a obhajoba působení v tomto programu. V současnosti je program Podpory zdraví ve škole ve své implementační fázi, která končí v roce 2015. Od tohoto data by zodpovědnost kontroly programu na školách měla přejít na Českou školní inspekci. Koordinačními středisky se stanou krajské úřady a podpora zdraví by měla být zakotvena ve vzdělání učitelů.

6 Státní zdravotní ústav [online]. [cit. 2014-03-01].

7 Státní zdravotní ústav [online]. [cit. 2014-03-01].

8 ZAHRADNÍČKOVÁ, H., *Program Škola podporující zdraví*, 2008, s. 14

Bylo by ale mylné domnívat se, že koncepce zdraví ve vyučování je pojatá jen v rámci programu. České školy mají zabudovány výchovu ke zdraví v Rámcovém vzdělávacím programu, který je definovaný státem, ve vzdělávacích oblastech Člověk a jeho svět pro první stupeň ZŠ a Člověk a zdraví na druhém stupni základních škol. Dalo by se říci, že program Podpory zdraví je jakýmsi nadstandardem. Jde zejména o celostní přístup nahlížení na člověka v souladu s jeho zdravotní stránkou i s jinými aspekty jeho života.

### 1.3 Myšlenky podpory zdraví ve škole

Škola, která již vstoupila do programu, anebo se jen rozhodla podporovat zdraví, musela především přehodnotit svůj stávající systém, svoje hodnoty, a přistoupit tak na mnohdy odlišnou filozofii.

*Tři tvrzení o zdraví uvádí ve své knize Miluše Havlínová :<sup>9</sup>*

<sup>35</sup><sub>17</sub> *Zdraví je všeobecně uznávanou hodnotou*

<sup>35</sup><sub>17</sub> *Současné pojetí zdraví klade důraz na souvislosti*

<sup>35</sup><sub>17</sub> *Na zdraví člověka má vliv jeho chování a způsob života*

Zdraví je všeobecně uznávanou hodnotou. Když jsme zdraví, cítíme se dobře a naše mysl se soustředí na úkoly, které nás rozvíjejí a motivují. Potřebujeme být zdraví, abychom se mohli realizovat a rozvíjet.

Současné pojetí zdraví klade důraz na souvislosti. Znamená to, že výslednicí zdraví není to, že jsme zdraví jen z hlediska anatomie, fyziologie, ale to, že se cítíme dobře duševně i sociálně.

Na zdraví člověka má vliv jeho chování a způsob života. Sami jsme odpovědní za své zdraví, snažíme se vyhnout at' už vědomě či nevědomě situacím, které nám mohou způsobit újmu nebo nepohodlí. Svě zdraví můžeme ovlivnit tím, že se naučíme sami na sebe nahlížet pozitivně, přijímat své chyby, seřadíme si své žebříčky hodnot, naučíme se zvládat a chovat se adekvátně ve stresových situacích, naučíme se vyhledávat lidi, se kterými je nám dobře. Vytváříme si pozitivní vztahy s lidmi na základě úcty, důvěry, učíme se řešit problémy a dodržovat životosprávu, a tím celkově dbát o své zdraví. Škola by proto měla nabízet modely životních situací, kde si žáci mohou osvojit algoritmy chování, pomáhat řešit či učit se nabízet pomoc. Cílem je rozvíjet životní kompetence žáka, vytvářet tvůrčí a vstřícné prostředí

v harmonii s okolím i s životem uvnitř instituce a celková motivace účastníků k aktivitě dle

---

9 HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s. 20

svých možností.

## **1.4 Rozvoj klíčových kompetencí jako základu k podpoře zdraví**

*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 úroveň dospělého člověka.<sup>10</sup>*

Zdravá škola má na zřeteli klíčové životní kompetence, které jsou cílem pro každého žáka. Směřuje k nim s ohledem na odpovídající stupeň osobnostního vývoje dítěte. Škola pro své studenty vhodně volí odpovídající vzdělávací obsahy a vyučující styly tak, aby co možná nejvíce rozvinula jeho osobnost.

Cílem zdravé školy je, aby se žák vnitřně ztotožnil se základními zásadami zdravého životního stylu, naučil se vytvářet a udržovat sociální vazby a aktivně se zapojil do života školy.

Životními kompetencemi u žáka se rozumí:

### 1. Žák respektuje a rozumí holistickému pojetí zdraví a pohledu na člověka, pracuje s pojmy podpora zdraví a prevence.

Žák rozumí a pracuje s pojmy zdraví, nemoc, prevence jako výslednice vzájemně se ovlivňujících složek po stránkách biologických, psychických, interpersonální, sociokulturních a enviromentálních. Rovněž má a dovede získat informace a přehled o metodách podporujících zdraví, produktech a službách.

### 2. Zdraví bráno jako prioritní hodnota žáka

Žák v souladu se svými potřebami a hodnotami volí přístupy, které jsou adekvátní jednak v souladu s jeho zdravím, tak i životem okolo něj (lidé, společnost, příroda). Dovede kriticky zhodnotit nabídky, vlivy událostí a vnější faktory zdraví.

### 3. Žák dovede řešit problémy a řeší je

Dovede vybrat z možností, řešit situace, plánovat a organizovat svůj život. Počítá s možnými neočekávanými změnami a dovede jim čelit. Pracuje na svém osobním rozvoji s možným faktorem celoživotního vzdělávání. Rovněž rozvíjí klíčové kompetence v rámci školní výuky, a učí se tak volit lepší alternativu pro jeho já.

### 4. Odpovědnost za své činy a chování

Žák zná možná rizika ovlivňující zdraví a dovede jim čelit vhodnou volbou svého

---

<sup>10</sup> Státní zdravotní ústav [online]. [cit. 2014-03-01].

chování a tím dovede snížit rizika na minimum. Kriticky umí zhodnotit své limity, přistupuje k úkolům tak, aby dosáhl co možná neoptimálnější míry pro podporu zdraví s ohledem na své možnosti.

#### 5. Posilování duševní odolnosti

Žák je schopen se orientovat v technikách duševní hygieny a vhodně je zařazuje. Pracuje na své odolnosti z hlediska duševního zdraví. Čelí odpovídajícími způsoby závislostem, nežádoucím vlivům a nepříznivým událostem. Umí se vypořádat se stresem a stresovými událostmi v jeho životě ať už možnou prevencí či technikami.

#### 6. Komunikace a spolupráce

Jako prostředek volí žák komunikaci a spolupráci ke sdílení a podpoře zdraví. Díky nim se podílí na příjemnější atmosféře v rámci budoucího zaměstnání, komunity, rodiny a ve vztazích s okolním prostředím.

#### 7. Žák se podílí svou aktivitou na vytvoření vhodných podmínek a prostředí pro zdraví všech

Skrze své možnosti a prostředky se dovede aktivně podílet na vytváření zdravého prostředí nejen pro své blízké, ale i z hlediska globálních rozměrů.

Největší vliv na rozvoj odpovědného přístupu ke zdraví u dětí mají rodiče a pedagogové. Proto je škola pokládána za klíčovou instituci podporující zdraví. Zdravá škola se navíc zavazuje, že bude přistupovat ke každému žákovi jako k osobnosti s patřičným respektem.

## 2 Škola jako instituce podporující zdraví

Aby škola mohla realizovat program ŠPZ, musí nejprve do své filozofie začlenit integrujícími principy, na kterých je celý program Zdravé školy vystavěn. Jsou jimi:

<sup>35</sup><sub>17</sub>Respekt k přirozeným potřebám jednotlivce v celku společnosti a světa

<sup>35</sup><sub>17</sub>Rozvíjení komunikace a spolupráce

Prvním principem je respekt k přirozeným potřebám jednotlivce v celku společnosti a světa. Respekt k potřebám je stěžejní proto, aby mohla být rozvíjena osobnost po celé své stránce.

Komunikací a spoluprací se zabývá druhý princip. Osvojení si těchto dovedností vede žáky k uspokojení potřeby vztahu k sobě samému, komunitě, společnosti a světu.

*Co je tedy obsahem rozvíjení komunikace a spolupráce ve škole, uvádí Miluše Havlínová: <sup>11</sup>*

<sup>35</sup><sub>17</sub>*Především je to hledání a nalézání vztahů, spojené s životními zkušenostmi*

<sup>35</sup><sub>17</sub>*Pátrání po výsledcích lidského poznávání*

<sup>35</sup><sub>17</sub>*Hledání a nalézání cest jak ve svém životě, tak i v širším měřítku lidstva a planety*

<sup>35</sup><sub>17</sub>*Zažít pocit úspěchu či neúspěchu v třídní komunitě*

<sup>35</sup><sub>17</sub>*Potřeba a hledání lásky jak k sobě samému, tak i opětování lásky*

Škola v programu ŠPZ si klade za cíl vytvořit možnosti pro žákovu seberealizaci tak, aby mohl být vnímán jak partner a obohacovat spolužáky, učitele a své okolí vlastními zkušenostmi a prostřednictvím tohoto zažít pocit osobního úspěchu.

### 2.1 Tvorba školního kurikula dle programu ŠPZ

Jednou ze základních myšlenek školy v programu ŠPZ je vytvořit si své kurikulum, svůj program. Kurikulem rozumíme vzdělávací program i obsahovou náplň výuky.

*Zabýváme-li se částí školního kurikula, která se vztahuje k podpoře zdraví, vycházíme ze tří zdrojů: <sup>12</sup>*

---

<sup>11</sup> HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s. 55

<sup>12</sup> HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s. 34

<sup>35</sup><sub>17</sub> *ze standardu vzdělávání*

<sup>35</sup><sub>17</sub> *z možností vzdělávacího programu, který škola přijala*

<sup>3</sup><sub>1</sub> *z podpory zdraví, které si škola zvolí a především ze zásad, jejichž dodržování z ní udělá školu podporující zdraví.*

Výsledek není postaven na myšlence, co se žáci učí, ale na tom, jakým způsobem se žáci učí aplikovat získané poznatky do života ve škole, třídě, kolektivu.

Program ŠPZ, klade stejný důraz jak na formální kurikulum školy, tak i na kurikulum neformální. „*Formálním kurikulem rozumíme komplexní projekt cílů, obsahu, prostředků a organizace vzdělávání; realizace projektovaného kurikula ve vzdělávacím procesu; způsoby kontroly a hodnocení výsledků výuky. Neformální kurikulum zahrnuje aktivity a zkušenosti vztahující se ke škole (mimotřídní a mimoškolní aktivity organizované školou např. exkurze, výlety, soutěže, zájmové činnosti); domácí studium, úkoly a přípravu žáků na vyučování.*“<sup>13</sup>

Snazší cestou pro školu je začít od skrytého kurikula. Jde o to, aby si škola zvnitřnila myšlenku zdravé školy ve svém každodenním chodu, a vytvořila si tak řád a priority, na které bude brát více zřetel. Taková to škola zdravě přistupuje ke všem oblastem života školy, ať už se jedná o způsob výuky, spolupráci při aktivitách školy, anebo aspekty věcné, sociální a organizační.

Škola sama si určuje, zda své zvnitřněné kurikulum bude realizovat formou projektu vytvořeného na základně stávajícího programu, který bude rozpracován a konkretizován v jejích ročních plánech, anebo si tato vzdělávací instituce zapracuje program podpory zdraví do vlastního nového kurikula.

Co tedy znamená být zdravou školou

<sup>35</sup><sub>17</sub> Předcházet ve škole situacím vyvolávající stres a strach.

<sup>35</sup><sub>17</sub> Vybudovat ve škole příjemné prostředí pro všechny aspekty činnosti, včetně relaxace.

<sup>35</sup><sub>17</sub> Nabízet a podporovat osvojení si dovedností a návyků, bez zbytečného memorování.

<sup>35</sup><sub>17</sub> Znat svůj biologický režim a vhodně do něj umět zakomponovat práci i odpočinek.

<sup>35</sup><sub>17</sub> Vytvářet si zdravý názor na život.

<sup>3</sup><sub>1</sub> Umět se všemi účastníky budovat pozitivní vztahy, vystavěné na důvěře a vzájemném

---

13 MIKESKOVÁ, Š. *Kurikulum – základní pilíř vzdělávání*. [online]. [cit. 2014-06-22]



respektu.

## **2.2 Příprava školy pro její zařazení do programu ŠPZ**

Již dříve bylo zmiňováno, že filozofie zdraví je skrytou myšlenkou školy. Aby došlo k takovému naplnění, musí nejen vedení, ale i další účastníci vzdělávacího procesu, včetně personálu školy, přistoupit na to, že se budou podílet na tomto programu, sdílet společnou myšlenku. Čímž naplňují první zásadní bod ŠPZ, a tím je spolupráce.

Vstup do programu ŠPZ obnáší následující kroky:

- 1) Zmapování školy a naplánování prioritních změn
- 2) Tvorbu projektu školy a prováděcího plánu

ad. 1) Zmapování školy a naplánování prioritních změn

Vedení školy si musí být vědomo, že vstup do programu obnáší změny, jisté nároky ve vybavenosti školy a školských zařízení, které bude potřeba postupem času zrealizovat.

Pokud se škola rozhodne vstoupit do programu, vytvoří si vlastní projekt, který pro ni bude závazný. Při jeho tvorbě může spolupracovat a setkávat se i s jinými školami, které působí ve stejném programu, u kulatého stolu kde mají možnost porovnávat své zkušenosti.

ad. 2) Tvorba projektu školy a prováděcího plánu

Před vstupem do programu ŠPZ zhodnotí škola svou dosavadní aktivitu. Zjišťuje své silné a slabé stránky, s nimiž se bude dále pracovat. Tato analýza se stává podkladem pro tvorbu projektu, který umožňuje postupnou realizaci pilířů ŠPZ.

Nejprve škola utváří specializované týmy, které sbírají informace od pedagogů, žáků i rodičů, analyzují je a podávají návrhy ke zlepšení při společných diskuzích. Čím hlouběji bude tato analýza prováděna, tím lépe se bude škole spolupracovat. Veškeré kroky i výsledky analýzy je potřeba zapsat. Písemný projekt školy je živý dokument, ke kterému se bude škola vracet, pracovat s ním a doplňovat ho. Jedná se o dlouholetý záměr. Měl by obsahovat cíle, ke kterým chce škola dospět a prostředky použitelné k jejich dosažení. Zatímco tyto záměry mohou mít obecnou formu, prostředky nabývají formu konkrétní, realizovatelnou. Rovněž z projektu vzejdou tzv. prováděcí plány, které se nesestavují na dobu delší, než je jeden školní

rok z důvodu efektivnějšího zhodnocení dosažených změn. Jsou v něm obsaženy úmysly, které nesnesou odkladu, nebo pro ně máme již připravené podmínky. Důležité je, aby byl plán reálný, říditelný a kontrolovatelný. Prostupuje celou školou.

Výhodou tvorby dlouhodobého projektu školy je to, že si ho škola vytváří přímo „sama na sebe“. ŠPZ neudává jednotné měřítko, jak by měla škola přesně naplňovat jednotlivé pilíře programu. Důležité je naplnění jednotlivých kritérií ŠPZ. Toto považuji za největší přednost programu, neboť je zde dán větší prostor pro tvořivost a každá škola je sama sobě originálem. Další pozitivem je vzájemná spolupráce pedagogických i nepedagogických pracovníků, žáků a široké veřejnosti.

*Jak uvádí internetový portál Výchova ke zdraví, projekt přináší škole bonusy v několika ohledech: <sup>14</sup>*

- 1. bude sloužit jako dobrý nástroj k řízení její činnosti;*
- 2. škola se jím bude prezentovat svým partnerům a na veřejnosti*
- 3. škola jej bude moci předložit garantovi programu ŠPZ k výběrovému řízení, jakož i komukoliv dalšímu a získat tím jeho posouzení*

Být zdravou školou je soustavný proces. Dle mého názoru je nejtěžší zvnitřnit si integrující principy zdravé školy a to především respekt k potřebám jedince. Rovněž je důležité připustit si chyby, kterých se často dopouštíme a převzít za ně odpovědnost. Tím, že bude schopni přijmout někdy i kritiku, se můžeme posunout dál. Vytvoření týmů shledávám, jako výborný evaluační prostředek. Poskytuje se tím možnost jít u vytyčených problémů školy více do hloubky, což pomáhá škole najít pro ni to správné řešení. Je důležité, aby zmapování školy nebylo jen jednorázovou aktivitou a aby škola dovedla s výsledky průzkumu pracovat.

---

14 Výchova ke zdraví [online]. [cit. 2014-01-14]

### **3Pilíře programu Škola podporující zdraví**

Program Škola podporující zdraví je vystavěn na třech hlavních pilířích, jejichž splněním se docílí komplexního vzdělání žáků, tzn. po stránce osobnostního rozvoje s důrazem na zdravý životní styl. Pilíře obsahují zásady sloužící jako náповěda při naplňování hlavních myšlenek jednotlivých pilířů. Splněním předepsaných kritérií je naplněna filozofie Zdravé školy.

#### **3.1 První pilíř: Pohoda prostředí**

Škola v programu podporující zdraví má na zřeteli, aby její prostředí bylo natolik podmětčné a příjemné, aby v dětech vyvolávalo pocit bezpečí. V knize od Miluše Havlínové je prostředí rozděleno na dva významné celky, makroprostředí a mikroprostředí.

##### Makroprostředí

Pojmem makroprostředí rozumíme globální podmínky pro život (podnebí, krajina, voda, ovzduší) i mezinárodní společenské vazby (vztahy a dohody mezi státy, ekonomika, informační síť aj.). Makroprostředí má dlouhodobý charakter a významně ovlivňuje celé generace.

##### Mikroprostředí

Mikroprostředí je specifický prostor využívaný určitou skupinou osob (rodina, škola, podniky aj.) mezi nimiž se utvářejí vazby a pravidla pro vzájemné soužití.

*Mikroprostředí školy je ve vztahu k jedinci odlišné od jiných institucí ze dvou důvodů.<sup>15</sup>*

<sup>35</sup>*škola na rozdíl od většiny institucí sdružuje skupiny lidí, z nichž ty dvě nejdůležitější (učitelé, žáci) se od sebe výrazně liší věkem, přičemž mladší početně převládá*

<sup>35</sup>*nikolem školy je vzdělávací činnost, v níž výchovný vliv prostředí je přímo systémově zabudován, ať již v konkrétním případě za takový uznáván, nebo ignorován.*

První pilíř obsahuje následující zásady:

- 1) Pohoda věcného prostředí
- 2) Pohoda sociálního prostředí

---

15 HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s. 38

### 3) Pohoda organizačního prostředí

#### ad. 1) Pohoda věcného prostředí

Zahrnuje vše, co škola potřebuje ke své činnosti, řadíme sem objekty samotné školní instituce i přidružené objekty, veškeré vybavení školy včetně pomůcek.

Nejmenší jednotkou, která klade největší nároky, je třída. Ve třídě se odehrává veškerá aktivita, probíhají tam vzájemné interakce ať už mezi učitelem, žákem či rodiči. Učebna obsahuje prvky od podnětného prostředí, přes účelnost, bezpečnost, hygienické podmínky a zachování osobního prostoru.

Škola v programu ŠPZ by měla splňovat následující kritéria:

<sup>35</sup>Bezpečí je základním faktorem, ovlivňující pohodu prostředí. Škola předpokládá, že každý jedinec si uvědomuje svou odpovědnost za své zdraví a zdraví ostatních. Na zřeteli má pravidla školy.

<sup>35</sup>Estetičnost a zabydlenost je prvkem, na kterém se podílejí žáci. Třída je prostor dětí, je to místo tvořivé aktivity žáků. Ponechávají si zde své práce a materiály. Je hlavně na nich, aby si své místo přizpůsobili pro veselé soužití celé komunity.

<sup>35</sup>Funkčnost a účelnost je předpokladem pro dostupnost a přístupnost k pohybu všech prostor. Škola vyhledává méně užívané prostory (chodby, odpočívadla u schodiště, plochy kolem budov) a zpřístupňuje je jak pro aktivní pohyb, tak i pro relaxaci.

<sup>35</sup>Hygienická nezávadnost je nastavena normami, které škola dodržuje, tak aby bylo zachováno zdraví celé komunity.

<sup>35</sup>Pohyb a osobní prostor plně respektuje jedince, jeho potřebu soukromí a osobního prostoru. Škola je přístupná k volnému pohybu žáků, rodičů, učitelů.

<sup>35</sup>Podnětnost znamená, že jsou všechny neživé věcné materiály zpřístupněné tak, aby podněcovali v dětech příležitost pro aktivitu. Předměty, pomůcky a další části věcného prostředí nejsou jen stálým neměnným inventářem, ale jsou aktivní pomůckou

*„ŠPZ se stará o všestrannou a vyváženou nabídku podmínek příznivých pro pohodu věcného prostředí tím, že se na jejich tvorbě a péči o ně podílejí všechny skupiny školního prostředí“.*<sup>16</sup>

#### ad. 2) Pohoda sociálního prostředí

<sup>16</sup> HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s.88

„ V ŠPZ lidé usilují, aby jejich chování vyjadřovalo humanistické postoje jednoho k druhému: úctu, důvěru a snášenlivost, uznání, účast a empatii, otevřenost v komunikaci a vůli ke spolupráci a pomoci druhému.“<sup>17</sup>

Program ŠPZ řeší sociální disharmonii ve skupině dvěma způsoby:

<sup>35</sup>~~17~~ Prvním je partnerství, formující pozitivní vazby mezi členy s ohledem na humanistické postoje a zásady.

<sup>35</sup>~~17~~ Druhým způsobem je rozvíjení rolí. Skupina (žáci, učitelé ...) zůstává ve svých rolích, které jsou však rozvíjeny na principu otevřeného přátelství a partnerství.

### **Škola podporující zdraví rozvíjí humanistické postoje jednoho k druhému.**

Základními postoji jsou myšleny:

<sup>35</sup>~~17~~ Úcta, důvěra, snášenlivost

<sup>35</sup>~~17~~ Uznání, účast, empatie

<sup>35</sup>~~17~~ Vstřícnost

<sup>35</sup>~~17~~ Vůle ke spolupráci a pomoci

K rozvoji humanistických postojů využívá zdravá škola prostředky, které pozitivně ovlivňují klima školy. Jsou jimi:

<sup>35</sup>~~17~~ Fungující komunikace, jež by měla být klíčovou záležitostí ve všech sférách při řešení problému i při jeho předcházení. Zdravá škola upřednostňuje respektující komunikaci a respektující postupy, podporující zodpovědnost a řešící případné konflikty.

<sup>35</sup>~~17~~ Samostatnost žáků je založena na tom, že není potřeba vše dítěti sdělovat. Mnohdy dojde ke správnému řešení jinými cestami, skrze které může být posunuto jeho myšlení a vnímání. Dle mého názoru a praxe, je mnohem přínosnější pro děti, aby hledali možná řešení a ověřovali si sami svá zjištění. Program podpory zdraví říká, že je přínosnější v hodině ubrat výkladu (i za cenu toho, že nestihnete probrat vše, co jste chtěli) a dát více prostoru na vlastní aktivitu žáků.

<sup>35</sup>~~17~~ Zamezení stresu jak u žáků, tak u pracovníků lze řešit vhodnými metodami a formami výuky. Učitel předchází psychické zátěži organismu žáků, spolupracuje s odborníky v oblasti možné prevence.

<sup>35</sup>~~17~~ Zařazení vhodných metod práce (skupinová práce, projektové vyučování, řešení problémů či

---

17 HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s.97

diskuse) vybízí žáky k hledání podmětů či problémů ze svého okolí.

<sup>35</sup>Motivující klima je předpokladem pro aktivní zapojení žáků do výuky. Předměty ve škole by neměly být stálým, trvalým a neměnným inventářem. Učitel nabízí vhodné prostředky k tomu, aby v žácích podnítil zvědavost a zájem.

<sup>35</sup>Bezpečné klima umožňuje žáku obrátit se na kohokoliv ve škole s žádostí o pomoc. Je schopen a umí komunikovat se záchranými složkami či specializovanými institucemi, případně se na ně obrátit, když je v tísní.

<sup>34</sup>Učitel je odborník. Učitel se chce vzdělávat a pracovat na zvýšení své kvalifikace.

<sup>3</sup>Rovné partnerství dává žákům pocit jistoty, důvěry a bezpečí.

ad. 3) Pohoda organizačního prostředí

*„ŠPZ uvádí organizaci činnosti ve škole do souladu s požadavky životosprávy žáků a učitelů, zvláště s ohledem na rytmicitu biologických funkcí (režim dne), výživu a pohybovou aktivitu.*

“18

Škola má velký vliv na rozvoj osobnosti žáků. Ovlivňuje jeho režim nejen v průběhu vyučování, ale i v době mimoškolních aktivit a využívání osobního času každého jedince.

Zdravá škola klade důraz na pravidelnost, řád a organizaci dne. Pravidelné střídání práce a odpočinku, náročných a odpočinkových aktivit, délky a počtu vyučovacích hodin navozují v žácích pocit klidu a jistoty. Myslím si, že pokud škola pracuje v daném režimu, zachovává jednotnost v uplatňování forem práce a střídání aktivit, dosahuje zlepšení kázně žáků, jejich výsledků vzdělávání, vzrůstá zájem o práci v hodinách. Naopak pokud dochází k absenci vyučujícího, nepravidelnostem v režimu školy, je znatelný rozruch mezi žáky a nervozita v učitelském sboru, která se pak odráží v atmosféře školního prostředí.

Změna v organizaci prostředí má prokazatelně vliv na chování a jednání všech jedinců v definované skupině. Škola, která prosazuje principy zdravého životního stylu, pracuje ve svém organizačním řádu s potřebami nejen žáků, ale i dospělých, svých zaměstnanců. Snaží se, aby docházelo k uspokojování základních tělesných a duševních potřeb všech aktérů ve vzdělávání.

Autoři programu ŠPZ si uvědomují důležitost zařazení přestávek, které slouží k regeneraci organismu a uspokojení biologických potřeb, jakými je i pravidelný příjem potravy. Takzvaná velká přestávka a čas vymezený na oběd jsou důležité aspekty, které souvisí se zdravou životosprávou a biorytmem organismu.

V dnešní uspěchané době dbají převážně rodiče žáků na I. stupni, aby jejich děti měly

připravenou svačinu. Během praxe jsem pozorovala, že děti často svačí již první přestávku mezi vyučováním, svačí v pohybu po třídě i na chodbě. Rovněž stále častěji využívají automaty ve školách či bufety, které nabízí dětem sladkosti, potraviny přeslazené, pití s obsahem kofeinu či cukru.

Školní jídelnu pravidelně navštěvují převážně žáci, kteří docházejí do školní družiny a děti z 1. - 5. ročníků. Domnívám se, že kvalitu potravin a dostatečné množství jídla i pití je vhodné zajistit ve spolupráci s vedoucí školní jídelny, pravidelně sledovat a konzultovat spotřební koš s požadavky na zdravou stravu, která odpovídá novým vědeckým poznatkům v oblasti výživy dětí a mládeže. V současném přetechizovaném světě, který ovlivňuje pohybové aktivity, zdraví a mentální život dětí se stále častěji setkáváme s poruchami příjmu potravy.

Velmi individuální pohled pedagogů, ale i rodičů je na požadovanou domácí přípravu žáků na vyučování. Pedagog očekává učební činnosti jako je čtení, příprava na hodinu, příprava materiálů, učení se materiálům k opakování, opakování si. Tyto činnosti zvládá každý jedinec jinak s ohledem na své schopnosti, znalosti, dovednosti. Jestliže chceme, aby žák nebyl odrazen od množství či náročností vypracování úkolů, doporučení zní *„Nezadávejte nikdy nic složitějšího než je látka probíraná v hodině. Pokud tak učiníte, někteří žáci úkol nedokážou vyřešit, což bude pro ostatní záminkou, aby úkol nevypracovali, přestože by to dokázali.“*<sup>19</sup>

Na I. stupni základní školy převládá výuka většiny předmětů jedním vyučujícím, který si tak může koordinovat přiměřenost domácí přípravy, její četnost a časovou náročnost s ohledem na potřeby každého jednotlivce.

Vyučování, které v sobě zahrnuje smysluplnou domácí přípravu, přispívá k možnosti dosažení osobního maxima každého jedince.

Relaxace, odpočinek, oddych nezpochybnitelně řadíme do zdravého životního stylu. Kompenzují nám zátěž, vypětí, stres, představují životní harmonii. Proto je nutné věnovat pozornost i mimotřídním a mimoškolním aktivitám žáků. Po psychické zátěži, odvedené práci, jedinec potřebuje nabídku činností, které podpoří jeho zájem.

*„Pro získání vědomostí, pro obohacení náplně duševního života jsou zájmy důležitou hybnou silou. Nedostatek trvalých a kladných zájmů hodnotíme proto u člověka jako vážný nedostatek. Už od dětství se ve hrách dětí projevuje sklon k některé dětské profesi. Jsou to zatím první náznaky vloh, které jsou předpokladem pro případný vznik budoucí psychické vlastnosti – zájmu a sklonu k určité činnosti nebo povolání.“*<sup>20</sup>

---

19 PETTY, G. *Moderní vyučování*, 2013, s. 290

20 VACÍNOVÁ, M., LANGOVÁ M. *Výbrané kapitoly z psychologie*, 2011, s. 66

Ve škole se nabízejí prostory, lidské kapacity, podmínky a zázemí pro nabídku zájmových aktivit různého zaměření. Žáci si zde mohou rozvíjet výtvarný, hudební, sportovní talent, objevit své vlohy pro dramatické umění, logické schopnosti, zájem o jazykové či technické dovednosti. Právě při těchto aktivitách mohou děti zažít svůj první úspěch, motivaci pro své další úsilí bez nutnosti hodnocení formou známek. Často je jim odměnou možnost veřejného vystoupení, vystavení svého díla na veřejnosti či účast v soutěži. Jsou to právě tyto aktivity, které posouvají jedince v jeho nadání, talentu, píli.

Většina dětí, zvláště mladšího školního věku, tráví čas určený k zábavě a sebevzdělávání na půdě školy. Příležitosti jim nabízí školní družiny, školní klub a nabídka školních kroužků či střediska volného času. Střídání aktivit a materiální zázemí odlišné od rodinného prostředí spolu s možností sociálních kontaktů se svými vrstevníky představují protiklad k pasivním návykům, vysedávání u televize a u dnešních dětí stále více využívaných počítačových her bez účasti jiné osoby.

Mnozí zřizovatelé škol si uvědomují negativní vlivy, které působí na rozvoj dětské populace ve společnosti. Proto iniciují budování volnočasových prostor, výstavbu dětských a multifunkčních hřišť, síť cyklostezek a prostory pro aktivní trávení volného času dětí a mládeže. Mnohé z nich jsou součástí areálů škol, a podporují tak zájem dětí o sportovní a tělovýchovné aktivity, což je důležité z hlediska trvalého poklesu pohybové aktivity žáků, jejich zhoršující se koordinace pohybu, nedostatek fyzické síly a projevů organismu při vyšší pohybové zátěži – vysoká dechová frekvence, pohybová únava. V posledních letech se také zvyšuje počet dětí s projevy alergií a astmatu, a tím se omezuje možnost tělesné zátěže a pohybové aktivity.

Školy, které si uvědomují důležitost aktivního sportovního života pro rozvoj dětí, aktivního trávení volného času prostřednictvím outdoorových nabídek, které jsou déletrvající a více ovlivňují zdraví a fyzickou zdatnost, nabízejí žákům vlastní možnosti, propagují sportovní kroužky a kluby na veřejně dostupných informačních tabulích, informují rodiče.

V každém případě dostatek pohybové aktivity přispívá k harmonickému rozvoji osobnosti po stránce psychické i fyzické, kompenzaci psychického napětí, posilování odolnosti organismu, rozvoji fyzických sil a upevňování celkového zdraví.

Své nezastupitelné místo má v pohodovém režimu dne spánek. Každé dítě má potřebu dostatečného spánku. Časová potřeba se liší podle věku, ale neměla by u dětí školního věku klesnout pod 9 hodin, v mladší věkové skupině je optimální časové rozpětí 11 – 12 hodin. Je více než zřejmé, že mnohé děti sledují večerní pořady v televizi, či vysedávají do pozdních hodin u počítačů. Rodiče si často neuvědomují, jakou duševní a tělesnou újmu vlastních dětí



zcela bez obav přehlížejí. Nejenže se dítěti nedostává dostatek času na regeneraci sil, ale organismus je navíc zatěžován informacemi a prožitky, které zatěžují psychický systém a v případě trávení večerního času u počítačů či tabletů bez dohledu jsou vystavováni nástrahám nejen sociálních sítí.

Přitom „*je-li spánek kratší, byť jen o jednu hodinu, zvyšuje se nepozornost, dochází k větší chybovosti, dotyční jedinci snáz onemocní, zvyšuje se riziko zranění.*“<sup>21</sup>

Ve škole se pak učitelé setkávají zejména první vyučovací hodinu s netečností, nezájmem, pasivitou. Musíme si uvědomit při práci se žáky, že někteří přicházejí do školy již v šest hodin, kdy se otvírají brány školní družiny.

Pozoruhodné je zjištění pedagogů, že nejkliďnější je první hodina školního vyučování. V nedávných dobách se na tento čas do rozvrhu stavěly předměty nejvíce náročné na pozornost a aktivitu (český jazyk a matematika). Tento jev stále přetrvává a mohl by být předmětem hlubšího zkoumání. V případě školy, která se snaží ve své vnitřní filozofii vycházet z projektu ŠPZ je důležité tyto skutečnosti, které mohou při nedodržení pravidelnosti a dostatečnosti vést až ke spánkové deprivaci, nepodceňovat a naopak zohledňovat.

Domnívám se, že režimová stránka dne, je velmi důležitým faktorem. Vzhledem k tomu, že jsem se setkala s řadou žáků, kteří díky četným mimoškolním aktivitám plní své domácí úkoly v pozdních večerních hodinách, je vhodným řešením zařazovat úkoly na týden dopředu, aby si žák mohl rozvrhnout, kdy bude plnit své povinnosti. Navíc jsem přesvědčena, že předměty vyžadující soustředěnou pozornost by neměly být zařazovány v pondělním rozvrhu v prvních třech vyučovacích hodinách, kdy dítě není schopno se po víkendu dostatečně koncentrovat. Velmi diskutovaným tématem v současnosti je otázka nabízených produktů ve školních automatech a bufetech. Dle mého názoru, by měly existovat předpisy hlídající potravinové složení produktů. Nabízeny měly být především potraviny s nízkým obsahem cukru a konzervačních látek. Dále by bílé pečivo mělo být nahrazeno tmavým a zredukovat by se měly i nápojové automaty nabízející nápoje chemicky dochucované.

### **3.2 Druhý pilíř: Zdravé učení**

Dalším významným posunem školy v programu ŠPZ je přechod od metody memorování k přirozenému osvojování a získání životních dovedností skrze zájem dětí, jejich problémy a jejich osobní zkušenost. Škola podporující zdraví podporuje samotné žáky, aby nastolovali problémy, hledali řešení a měnili svými silami své okolí a díky tomu získali větší zkušenost, rozšířili tak přirozenou metodou své znalosti.

---

<sup>21</sup> ATKINSON, Rita L. *Psychologie*, 2003, s. 200

Zdravá škola preferuje tematické celky, oproti učíní dle klasického rozvržení učiva. Umožňuje tak provázání a ucelení informací. Ve ŠPZ se podporují metody, které rozvíjejí komunikaci, spolupráci, ale i odpovědnost za kvalitu práce jednotlivce.

Druhý pilíř obsahuje následující zásady:

- 1) Smysluplnost
- 2) Možnost výběru a přiměřenost
- 3) Spoluúčast a spolupráce
- 4) Motivující hodnocení v programu ŠPZ

ad. 1) Smysluplnost

Smysluplnost ve škole znamená, že učivo je konkrétní, názorné, spojeno s dětskou zkušeností a reálným životem. Promítají se do něj potřeby a zájem dětí. Zdravá škola se snaží, aby byly do něj co možná nejvíce zařazovány prvky poznávání nejbližšího životního prostředí. Učivo je rozvrženo a členěno během školního roku tak, aby bylo možné celek dle potřeby opakovat či s ním dále pracovat.

Upřednostňují se uvedené strategie učení:

<sup>35</sup><sub>17</sub>orientace v hodnotách a umění volit mezi nimi

<sup>35</sup><sub>17</sub>práce s informacemi při řešení každodenních problémů

<sup>35</sup><sub>17</sub>umění organizovat svou činnost

<sup>35</sup><sub>17</sub>smysl pro toleranci, respekt, spolupráci, týmovou práci

<sup>35</sup><sub>17</sub>rozvíjení komunikačních dovedností, schopnost vlastního úsudku

<sup>35</sup><sub>17</sub>znalost svých hranice, práce s duševní hygienou a se zdravým životním stylem

Život školy je nakloněn všem druhům netradičních způsobů výuky, zapojuje rodiče jako odborníky do výuky a dalšího vzdělávání žáků. Přínos spatřuji ve smysluplnosti procesu učení, ale i v oblasti sociálních vztahů.

ad. 2) Možnost výběru a přiměřenost

Možnost výběru

Škola v programu ŠPZ nabízí v obsahu i v metodách dostatečně širokou nabídku, tak aby žáci měli možnost jak základního tak i rozšiřujícího učiva, v závislosti na jejich stupni vzdělání či inteligenci. Učivo by mělo být věkově i individuálně přiměřené.

Ve zdravé škole má každý student právo na individualizaci výuky. Cílem zdravé školy je, aby žáci považovali čas strávený ve škole za smysluplný. Aby aktivity v nich budily zájem, aby se v nich cítili bezpečně a příjemně. Je však na možnostech učitele, zda bude v hodinách využívat centra aktivit, anebo bude mít pracovní listy pro rychlé či pomalé jedince. Je ale potřeba, aby si každé dítě našlo „to své“. Jedině tak bude jeho motivace k práci, kterou odvádí ve škole, vyšší a jeho výsledky budou skutečně odpovídat jeho schopnostem a dovednostem. S výběrem učiva by měli být seznámeni i rodinní zástupci žáka s možností spoluúčasti na něm.

Učitel volí různé strategie učení. „*Učební strategie jsou souborem metod, technik a aktivit, které žák při svém učení používá, a to vědomě, promyšleně a reflektovaně. Strategie jsou důležité proto, že zkvalitňují a zrychlují učení a pomáhají žákům rozumět problémům a řešit úkoly způsobem, jenž odpovídá situaci či kontextu.*“<sup>22</sup> Příkladem může být aktivní opakování (slovně či písemně), utváření si vlastních mnemotechnických pomůcek, shrnutí textu vlastními slovy, propojení nové látky se stávajícími poznatky.

Předměty by neměly být jen přípravou na další studium, ale hlavně by měly rozvíjet to, co žáky baví.

### Přiměřenost

Přiměřenost je jedním ze základních faktorů ovlivnění kvality a atmosféry ve třídě. Ten, kdo odpovídá za míru obtížnosti učiva, je pedagog. Náročnost volí dle ŠPZ, podle složení třídního kolektivu a schopností žáků. Je potřeba dát prostor k vyjádření různých typů inteligence a zájmů a nebrzdit je.

Stejně tak zdravá škola podporuje a rozvíjí emocionální složky. Ve zdravé škole je prostor pro emoce a práce s nimi zabudován velmi pevně, dítě se učí je zvládat a pracovat s nimi. Neboť emoce při práci jsou žádoucí.

### ad. 3) Spoluúčast a spolupráce

*„Primáti, mezi které patří i člověk, mají ve vztahu k velikosti těla nápadně velké, přesněji řečeno nápadně objemné mozky. Je to proto, že mají velký neokortex (vývojově „nové“ mozkové kůry, která u lidí připomíná jádro vlašského ořechu). Teprve před dvaceti lety se objevila hypotéza, která tvrdí, že růst objemu neokortexu primátů může být podmíněn růstem složitosti sociálních vztahů v jejich skupinách. Byl tedy podmíněn sociálními dovednostmi přinejmenším v podobné míře jako dovednostmi technologickými.“*<sup>23</sup>

<sup>22</sup> VALENTOVÁ, L. *Učit se jak se učit*. [online]. [cit. 2014-06-23]

<sup>23</sup> KOUKOLÍK, F. *Před úsvitem, po ránu*, 2011, s. 169-170

Člověk se vyvíjí díky působení sociálních vlivů, vnějšímu prostředí. Základní sociální skupinou je rodina, později se přidávají vrstevnické vztahy. Člověk se učí reagovat na vnější podněty, pracovat s okolními informacemi, přijímat je a vyhodnocovat.

Žák získává informace z vnějšího prostředí, zvnitřňuje je prostřednictvím vlastního „já“ a vytváří si tak vlastní názory, postoje, přesvědčení, které dále třídí, prohlubuje a rozvíjí.

Vrstevnické vztahy, blízká sociální skupina, posouvá osobnost jedince v jeho rozvoji. To, jak se žák ve skupině cítí, ovlivňuje jeho sebepojetí, sebeúctu i sebepoznání.

Je vědecky dokázáno, že *„společenská a emocionální výuka pomáhá dětem pozvedat sebeuvědomění a sebedůvěru, zvládat rušivé emoce a impulsy a zvyšuje jejich schopnost empatie, čímž se zlepšuje jejich chování, ale nastávají i měřitelné pokroky v učení.“*<sup>24</sup>

V našich školách není společenská a emocionální výchova součástí povinné části RVP ZV<sup>25</sup>. Její modifikované části by mohly být včleněny do výuky prostřednictvím spolupráce a spoluúčasti.

Jak tyto vědomosti a poznatky interpretovat ve školním prostředí?

Jednou z hlavních podmínek spoluúčasti a vzájemné spolupráce je vhodný výběr nejen forem, ale i metod a strategií ve vyučování.

Při sociálních formách výuky se žáci učí jeden od druhého. Často vnímáme skutečnost, že žáci, kteří mohou pracovat ve skupině, s podporou kamaráda, se aktivně zapojují do řešení úkolů, předkládají své nápady, pomáhají s organizací, snaží se přispět ke zdárnému výsledku celé skupiny. Každá skupinová, kooperativní činnost, práce ve dvojicích by měla mít svůj jasný cíl. Tomuto cíli bychom měli přizpůsobit velikost skupiny.

Níže uvádím některé náměty k činnosti v malých i velkých skupinách:

*„Prodiskutuj ve skupinách, diskuze, kladení či psaní otázek, spontánní přinášení nápadů (brainstorming), debata, dialog, vrstevnické vyučování ve skupině, hraní rolí, hlasité čtení, řetězové odpovědi, „Hlasovací“ karty ve skupinách.“*<sup>26</sup>

Každá řízená činnost, kterou výuka bezpochyby je, by měla mít jasnou vyučovací strategii.

*„Výchovné a vzdělávací strategie jsou promyšleně volené a řazené postupy, kterými chce škola cíleně směřovat k naplňování →klíčových kompetencí.“*<sup>27</sup>

Volba vhodné strategie, postupu není jednoduchou záležitostí. Vyžaduje promyšlenou

24 GOLEMAN, D. *Emoční inteligence*, 2011, předmluva

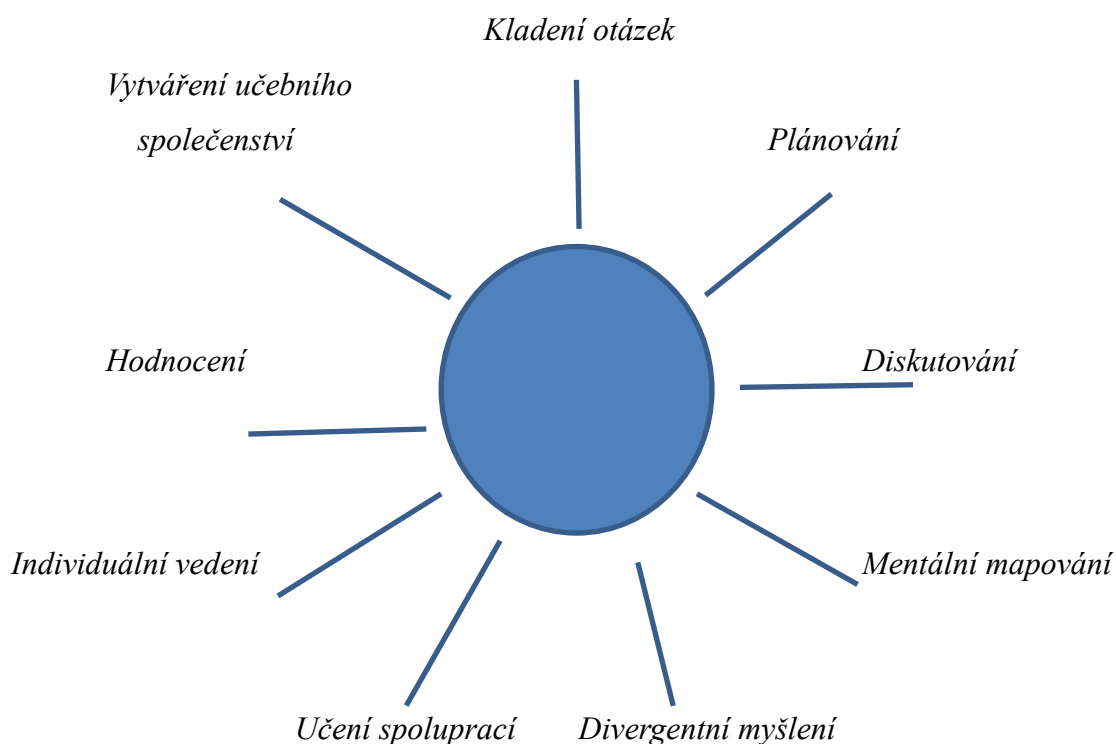
25 Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání

26 Pasch, Gardner, Langerová, Starková, Moodyová. *Od vzdělávacího programu k vyučovací hodině*, 1998, s. 208

27 PRAVIDLA RVP ZV[online].[cit. 2014-05-06]

přípravu učitele, praktické zkušenosti, znalost třídy jako celku a respektování individualit jednotlivců. Stále máme na zřeteli cíl vyučovací jednotky, čeho chceme právě prostřednictvím této cesty dosáhnout, jaké metody a formy práce by nejvíce splnily učitelova očekávání. Deset jednoduchých, avšak účinných strategií, které lze použít při spolupracující výuce žáků nabízí Robert Fisher, viz obr. č. 1.

Obr. č. 1. Účinné strategie kooperativní výuky dle Roberta Fishera



Zdroj: (Fisher, *Učíme děti myslet*, 1997, str. 9)

Z obrázku č. 1. vyplývá, že v něm uvedené strategie slouží k rozvíjení myšlení a samostatnosti v přístupu k učení. Také vedou žáka k sebevědomějšímu vystupování, jedinec se nebojí vyjadřovat své myšlenky. Zároveň konfrontuje názory a znalosti se spolužáky.

Nejčastější volbou práce vedoucí ke vzájemné spoluúčasti a spolupráci mezi žáky jsou kooperativní učení a skupinové učení.

*„Kooperativní uspořádání výuky je založeno na principu spolupráce při dosahování cílů; výsledky jedince jsou podporovány činností celé skupiny žáků a celá skupina má prospěch z činnosti jednotlivce (pozitivní vzájemná závislost).“<sup>28</sup>*

<sup>28</sup> Vališová, Kasíková, *Pedagogika pro učitele*, 2007, str. 183

*„Skupinová výuka je jednou z organizačních forem vyučování ( vedle individuální a hromadné). Při skupinové výuce se žáci ve třídě rozdělí do několika skupin. Za nejmenší skupinu můžeme považovat dvojici. I celá třída je vlastně svébytnou sociální skupinou, ale pokud učitel vyučuje frontálně, mluvíme o hromadném vyučování, nikoliv skupinovém.“<sup>29</sup>*

*„Rozdělení žáků do skupin ještě nezaručuje jejich kooperaci, ale je jednou z podmínek navázání vzájemné spolupráce. Kooperativní učení se soustřeďuje na procesy, ke kterým dochází při spolupráci uvnitř skupinky, především na sociální interakci.“<sup>30</sup>*

Obě tyto strategie výuky v sobě zahrnují aktivní učení, žák je vtažen do dění ve třídě, je u něj vyžadována aktivní účast. Je to činnost pro děti většinou zábavná a tvůrčí. Častěji než při frontální výuce se jim dostane formativního hodnocení, zažijí ocenění či úspěch ať již osobní či jako součást celku.

Výuka organizovaná na základě *principů kooperativního učení*. Znamená to, že:<sup>31</sup>

- 1. Třída je rozdělena do malých různorodých skupin (obvykle 3-5 žáků) tak, aby žáci mohli komunikovat tváří v tvář.*
- 2. Základní vztah mezi žáky ve skupině při plnění úkolu je kooperace, tj. úspěch jednotlivce v dosažení cíle úkolu je vázán na úspěch dalších členů skupiny.*
- 3. Součástí učení je využívání a formování sociálních dovedností pro práci ve skupině.*
- 4. Sleduje se také to, jak jednotlivci přispívají ke skupinovému úsilí, co a jak se jednotlivý žák učil ve skupinové práci.*
- 5. Učení ve skupinách se podrobuje reflexi – nejen v tom, co se děti učily, ale také jak fungovaly sociální vztahy a dovednosti v učení.*

U žáků dochází k získávání nových vědomostí, dovedností, poznatků, ale neopomenutelný je význam rozvoje klíčových kompetencí. Klíčové kompetence představují souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena společnosti.

Prostřednictvím kooperativní a skupinové výuky žák rozvíjí kompetenci komunikativní, sociální a personální, k řešení problémů, občanské i pracovní, tak že

---

29 Pv-metody[online].[cit. 2014-05-07].

30 Pv-metody[online].[cit. 2014-05-07].

31 Kooperativní výuka[online].[cit. 2014-05-07]

prezentuje, obhajuje své názory, myšlenky a postoje. Dále je třídí a porovnává se svými kolegy.

Při vhodně postavené a vedené výuce tak žák získá dostatek podnětů a možností k vlastnímu rozvoji za velmi příznivých podmínek, které odpovídají jeho věkovým, osobnostním, rozumovým i emocionálním schopnostem v harmonickém souladu s fyziologickou podstatou. Zvládnutí skupinové dynamiky je pro budování zdravé školy nezbytné. Bohužel však učitelé zařazují organizační formy do výuky často nesystematicky, spíše spontánně než cíleně. Překážkou bývá u starších pedagogů konzervativní přístup k výuce. Přetrvává zde zkušenost s frontální výukou, která je v jejich pojetí výuky hluboce zakořeněná. Argumentují dosaženými výsledky, kázní, naplňováním vytyčených cílů. Obtížně přijímají argument, že cíle vzdělávání se dnes nezaměřují na pouhé předávání poznatků a informací, ale požadavkem je i způsob vyhledávání zdrojů, jejich zpracování, posuzování relevantnosti, vyhodnocování závěrů, hledání neotřelých řešení.

Při rozhovorech s mladými kolegy pedagogického sboru na školách, které jsem během praxí měla možnost navštívit v průběhu studia na Pedagogické fakultě v Plzni, jsem zjistila, že tyto kolegy odrazuje od zařazování kooperativní, skupinové výuky obava z nezvládnutí kázně. Častým argumentem bylo, že žáci situace zneužívají k neformální diskuzi, k vyrušování, k zahálce.

Domnívám se, že východiskem by mohlo být cílené vedení mladého nezkušeného učitele vedoucí učitelkou / učitelem, účast na dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, cílené sebevzdělávání, vzájemné hospitace, videotrénink.

Učitelé postupně chápou, že se posunuje jejich role ze zprostředkovatele informací do úlohy koordinátora činností, manažera třídy, konzultanta žáků. Z tohoto důvodu je potřeba na sobě neustále pracovat a rozvíjet své pedagogické dovednosti.

*Tři důležité prvky těchto dovedností uvádí ve své publikaci Chris Kyriacou:<sup>32</sup>*

- 1. Vědomosti, které zahrnují učitelovy poznatky týkající se daného oboru, žáků, kurikula, vyučovacích metod, nejrůznějších faktorů, jež mohou mít vliv na vyučování, a učení a jeho vědomosti o vlastních pedagogických dovednostech.*
- 2. Rozhodování, které zahrnuje uvažování a rozhodování v průběhu přípravy na vyučovací jednotku, během ní i po ní, zaměřené na co nejlepší dosažení vzdělávacích cílů (výsledků).*
- 3. Činnost (akce), navenek se projevující chování učitele, jehož cílem je napomáhání žáků.*

---

32 Kyriacou,CH. *Klíčové dovednosti učitele*, 1996. s. 20

*Primárním charakteristickým rysem pedagogických dovedností je skutečnost, že jsou to účelné a cílevědomé činnosti zaměřené na řešení problémů.*

Všechny uvedené dovednosti podmiňují úspěšnost výuky. Učitelé často hledají vhodné přístupy ve vyučování, které by úspěšně podporovaly osobní potenciál každého jedince. Skupinové, kooperativní vyučování nabízí jednu z možností.

Proč hovoříme o důležitosti sociálních vazeb, vzájemné spolupráce a spoluúčasti v souvislosti se zdravým učením?

*„H. Sullivan považuje potřebu kontaktu s vrstevníky za nejvýznamnější potřebu školního věku. Přesněji bychom ji mohli označit jako jednu z nejvýznamnějších.“<sup>33</sup>*

Není tedy pochyb, že přátelské vazby, vzájemná spolupráce a kooperace jsou přirozenou součástí výchovy a vzdělávání žáků. Žáci školního věku tráví převážnou část svého života ve školním prostředí, mnohdy je to jediná doba z celého dne, kdy dochází k fyzickému kontaktu se stejnou vrstevnickou skupinou. Mluvíme o tom, že dnešní doba, která díky svému technickému rozvoji, komunikačním technologiím a nástrojům odvádí děti od tradičních sociálních spojení, vzájemných kontaktů, her, činností. Žáci spolu komunikují prostřednictvím sociálních sítí, mobilních přístrojů, často tráví svůj volný čas u počítačových her. Tato forma komunikace však nemůže nahradit osobní kontakt.

*Pro člověka je interakce s druhými lidmi důležitá hned z několika důvodů:<sup>34</sup>*

- 1. Vztahem k druhému člověku si můžete ověřit, co je správné, vhodné nebo nežádoucí v mezilidském chování.*
- 2. Přítomnost lidské osoby zvyšuje pocit štěstí a naopak poskytuje úlevu a útěchu v zármutku.*
- 3. Kontakt s další osobou poskytuje podněty pro srovnávání (úspěšnosti, výkonnosti, způsobů prožívání), osvojování si nových poznatků a zpětnou vazbu pro prvky vlastního chování.*
- 4. V interakci se očekává za úspěšně vynaložené úsilí odměna v podobě ocenění, které zvyšuje sebehodnocení.*
- 5. Spolupráce s jinými a podílení se na společném výkonu přináší uspokojení.*
- 6. U blízkých a důvěrných vztahů vyvolává příjemné pocity vzájemná důvěra a společná znalost informací, které nejsou přístupné jiným lidem.*
- 7. Důležité je i sdílení podobných názorů a postojů a možnost hovořit o nich.*

<sup>33</sup> Sedláčková, D. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka*, 2009. s. 64

<sup>34</sup> VÝROST, J. Slaměnik, I. 1997



Ve školách vnímáme skutečnost, že ve skupině vzrůstá počet konfliktů, které jednotlivci neumí sami řešit. Zhoršuje se slovní vyjadřování u dětí, snižuje se slovní zásoba, zvyšuje se počet logopedických vad dětí, které nastupují do základní školy.

Dřívější náznaky sociálních kontaktů ve formě doteků a drobných postrkování se mění v úmyslné fyzické napadání, výsměch a schválnosti.

Žáci cítí potřebu sounáležitosti se sociální skupinou, ale vytrácí se pocit empatie, vzájemného pochopení a úcty.

#### ad. 4) Motivující hodnocení v programu ŠPZ

*„Motivací rozumíme účast na činnosti pro to, aby jedinec dosáhl cíle, který mu skýtá určitou odměnu.“<sup>35</sup>*

Motivací pro žáka může být úsměv, ocenění, diplom, dobrá známka či pocit úspěchu.

#### Hodnocení ve škole ŠPZ

Základem hodnocení ve škole ŠPZ je věcná zpětná vazba, která seznamuje žáka s výsledky jeho činnosti. Zohledňuje individuální pokroky a možnosti dítěte, poskytuje mu zažít pocit uznání. Zároveň má informativní charakter pro učitele. Základem klasifikace má být citlivé a objektivní hodnocení, jehož prostřednictvím bude žák vnitřně motivován k další činnosti. Vnější motivace slouží pouze jako podpora, nepřebíjí motivaci vnitřní.

Dítě shledává odměnu v tvořivé práci, která by měla být základem vyučování.

Naopak jako nežádoucí shledává ŠPZ vytváření soutěžního prostředí, které může mít demotivující účinky na děti. Škola se snaží o podpoření sebedůvěry, samostatnosti, zodpovědnosti každého žáka s ohledem na jeho vlastní iniciativu. V každé situaci je důležitá především pomoc a podpora pedagogů i vedení školy.

Hodnocení plní tři hlavní úkoly:

<sup>35</sup>hodnotíme pokrok žáka, jeho celkové posunutí jako jedince

<sup>35</sup>hodnocení uplatňujeme vzhledem k průměru, v čem žák vyniká oproti průměru společnosti a v čem naopak ztrácí

<sup>35</sup>hodnotíme zvládnutí či nezvládnutí daného kritéria

Škola v programu ŠPZ používá dva typy hodnocení. Jsou jimi sumativní a formativní

---

<sup>35</sup> Kyriacou,CH. *Klíčové dovednosti učitele*, 1996. s. 82

<sup>36</sup>hodnocení. Souhrnné, neboli sumativní hodnocení, je základem každého hodnocení, které uzavírá nějakou část. Děti se s ním setkávají při zkouškách na střední školy, ale i po skončení daného úseku a tak není možné ho vynechat. Mnohem větší význam přikládá škola v ŠPZ hodnocení formativnímu, zpětnovazebnému. Je důležité, aby hodnocení co možná nejvíce poskytlo žákovi vypovídající informace formou zpětné vazby, která posiluje vnitřní motivaci. Základem zpětné vazby je věcnost a konkrétnost.

Sporným typem hodnocení žáka v ŠPZ je pochvala. Chvála na rozdíl od zpětné vazby obsahuje skrytou manipulaci. Ve chvále většinou není přítomno věcné hodnocení. Dítě tedy neví, co konkrétně jsme hodnotili. Odměnu tak žák nenachází ve své práci. Nedochozí k rozvoji vnitřní motivace. V případě pochvaly spojené s materiální odměnou budou děti jednat účelově, aby dosáhli kýženého hodnocení, což škola podporující zdraví neshledává jako žádoucí.

V hodnocení ŠPZ se mi líbí individuální přístup k žákům. Dnes se již opouští od zastaralého systému jednotných měřítek klasifikace, žák je hodnocen nejen podle míry osvojených znalostí, ale také pro pokrok, který učinil. Písemné slovní hodnocení v součinnosti s vysvědčením podává komplexnější přehled o rozvinutých kompetencích žáka. Zaujala mě rovněž myšlenka vytvoření nesoutěžního prostředí. Není dobré, aby spolu žáci v hodinách soupeřili, ale aby se naučili vzájemné spolupráci. Avšak občasné zařazení soutěže do výuky, má dle mého zkušenosti motivující charakter. Je ale nesmírně důležité realizovat soutěžní aktivity ve více oblastech výuky, aby co možná nejvíce žáků mohlo zažít pocit úspěchu.

### **3.3 Třetí pilíř: Otevřené partnerství**

Škola je sociálním systémem. Vznikají zde vazby jak mezi aktéry v samotné škole, tak mezi školou a okolím, tzv. partnery školy.

Třetí pilíř obsahuje následující zásady:

- 1) Škola jako model demokratického společenství
- 2) Škola jako kulturní a vzdělávací středisko obce

ad. 1) Škola jako model demokratického společenství

Vzdělávací systém v demokratické společnosti uplatňuje rovný přístup ke vzdělávání

---

36HA VLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s. 103

pro všechny vrstvy společnosti. Z pohledu programu ŠPZ se mluví o modelu demokratického společenství a otevřeného partnerství.

Otevřené partnerství pro školu znamená její přeměnu z hierarchického uspořádání na instituci s demokratickými principy, se zřetelem na svobodu, spravedlnost, odpovědnost, spoluúčast a spolupráci.

*„Aby mohla škola úspěšně zvládat mnohostranné požadavky kladené na ni rozmanitými subjekty vnějšího prostředí a vyvíjet se směrem, který i lidé ve škole budou považovat za smysluplný, musí být schopna opřít se o procesy, které podobný rozvoj dlouhodobě umožňují – o vlastní učení a spolupráci lidí ve škole a jejím okolí.“<sup>37</sup>*

*Dle Milana Pola jsou pro úspěch školy důležité tři faktory:<sup>38</sup>*

<sup>35</sup>*17* *Respektivní zacházení s lidmi s patřičným respektem, důvěrou a uznáním*

<sup>35</sup>*17* *řádkové organizační prostředí, které stimuluje učení, spolupráci a zároveň zahrnuje i respekt k odlišnostem, k rozmanitosti*

<sup>35</sup>*17* *schopnost a připravenost k učení, která je podmíněna existencí vhodných programů rozvoje lidí*

Hledání demokratické cesty není lehkým úkolem. Výchova demokratického občana v našem kulturním prostředí probíhá novodobě od roku 1989. České školství se snaží nalézt optimální cestu vzdělávání, která by se nejvíce přizpůsobila vývoji naší společnosti. Výchovu k demokratickému smýšlení naplňujeme prostřednictvím Školních vzdělávacích programů, konkrétně začleněním průřezového tématu Výchova demokratického občana, či uplatněním komplexnějšího řešení programů, jakým je například Program podpory zdraví ve škole.

Atmosféra školy podtrhuje kvalitu výchovy a vzdělávání. Přístup k jedinci postavený na partnerských vztazích a lidských hodnotách dokáže ovlivnit jeho výsledky ve vzdělávání a vztah ke vzdělávací instituci. Z pohledu zdravé školy uplatňujeme demokratické principy směrem k žákům, pedagogům i dalším zaměstnancům a partnerům a vzájemně mezi nimi.

*„Základním rysem demokratické výchovy je spoluúčast dětí na věcech, které se jich týkají. Není zodpovědnosti bez spoluúčasti na rozhodování.“<sup>39</sup>*

*A proč je výchova demokratického občana tak důležitá?<sup>40</sup>*

*Má-li demokracie dobře fungovat, je třeba, aby občané měli:*

37 POL, M. *Škola v proměnách*, 2009. s. 53

38 POL, M. *Škola v proměnách*, 2009. s. 53

39 Kopřiva, P. kol., *Respektovat a být respektován*, 2008. s. 260

40 Výchova demokratického občana [online]. [cit. 2014-05-07]

- *vědomosti o demokracii*
- *disponovali dovednostmi pro aktivní a odpovědné občanství*
- *zaujímalí postoje a uznávali hodnoty s demokracií spojené.*

Žáci se ve školním prostředí setkávají s konfrontací názorů ve společnosti vrstevníků a pedagogů, přirozeně se tak učí demokratickým postojům, rozvíjí sebekritické myšlení, řeší problémy, mají respekt k druhým a učí se umění komunikace.

V průběhu školních i mimoškolních činností se setkávají s požadavky na dodržování pravidel, střetávají se ve způsobech možných řešení situací, poznávají pozitiva dodržování disciplíny a kvalitu morálních hodnot. Učí se orientovat ve společnosti jiných osob odlišných věkem, pohlavím, národností či rasou.

Řešení problémů a požadavků spočívá především ve vzájemné komunikaci, snaze pomoci a vědomí společného hledání cesty, a to při zachování lidské důstojnosti všech zúčastněných, úctě k zákonům a s ohledem na lidská práva a povinnosti.

Neméně důležitým faktorem pro život v demokratické společnosti je aktivní přístup občana k dění ve společnosti, zapojení do veřejných aktivit a zájem o vytváření pozitivních hodnot pro všechny.

Základ pro rozvoj zodpovědného občana se tvoří prostřednictvím třídního a školního prostředí. Organizování a vedení života ve třídě, škole rozvíjí klíčové dovednosti žáka uplatnitelné v budoucím osobním i pracovním životě. Je vhodné nenásilné vedení, pedagog se stává průvodcem společenským životem, mentorem ve světě dětí. Na jeho přístupu a postoji záleží, zda se stane vzorem pro žáky. Je důležité, aby pedagog v případě problému naučil děti nalézt společně přijatelné řešení.

Velkým přínosem podporující demokraticky nastavené školní prostředí je žákovský parlament. Žáci prostřednictvím svých třídních zástupců mohou ovlivňovat život školy, prosazovat své myšlenky, tvořit vlastní aktivity a rozvíjet příjemné klima školy.

*„Každá studijní činnost zahrnuje i „společenské požadavky“ (například kdo ke komu může mluvit, o čem, kde, kdy, jakým způsobem a za jakým účelem) tvrdí ve své studii věnované efektivnosti práce učitele při řízení výuky R. Weade a C.M.Evertson. “<sup>41</sup>*

Velkým pozitivním přínosem je rovněž možnost komunikovat s vedením školy, s pracovníky školy odpovědnými za chod školní jídelny, provoz či jinými partnery, jako

---

41 Kyriacou,CH. *Klíčové dovednosti učitele*,1996. s.71

například představiteli obce nebo města. Žáci se učí využívat svá práva, komunikovat, argumentovat, posouvat své myšlenky k činům. Pracují se sděleními, vyhodnocují závěry ze společných jednání, diskutují a hledají vhodná řešení. Žákovský parlament pracující na demokratických principech posouvá školní prostředí na úroveň demokratického společenství, kde se „rodí“ demokratická gramotnost žáků, budoucích občanů.

Známé jsou aktivity „parlamentáků“ na poli charity, občanské sounáležitosti, tvorby okolního prostředí školy, kulturní angažovanosti, obnovy tradic a sportovních aktivit.

To, že děti dokáží řídit, vést a organizovat činnosti, za které nesou plnou odpovědnost a rovněž se podílí na fungování organizace, se již osvědčilo v německy mluvících zemích, kde jsou k vidění dětská městečka, která fungují na principu demokracie, výchově zodpovědného občana a kompromisech s dospělými účastníky tábora. Nejedná se sice o školu, ale zde můžeme vidět, jak se děti podílejí na životě tábora. Vše musí být demokraticky odsouhlaseno. Váha dětského hlasu je rovnocenná s vahou hlasu dospělého. Na tomto modelu může být viděno, že děti dokáží být partnery v budování komunity.

Jde o projekt, který vznikl v sedmdesátých letech a jeho cílem je objevování a napodobování pracovního světa dospělých. V současnosti tento model probíhá již v 70 lokalitách na území Německa.

*„V roce 2004 přichází Drážďany s novým přístupem nazvaný Kitrazza, který je postavený na principu budování demokracie a rozvoje kompetencí.“<sup>42</sup>(Perpetuum, ročník I, 2013/2014, str. 8)*

Dětské městečko Kitrazza je „uzavřenou“ komunitou dětí se sídlem v parku v Drážďanech a s menším počtem dospělých členů. Jedná se o jakýsi tábor pod správou dětí, kam návštěvy mohou vstoupit jen v pátek. Návštěvy v jiný den podléhají souhlasu všech dětí. Společné soužití je založeno na objevování a napodobování pracovního světa dospělých a má svá pravidla. Děti si uvnitř komunity volí zástupce, zřizují vlastní instituce (banky, obchody) i zábavu. Projekt je vždy realizován po dobu 14-ti dnů a projde jím cca 400 dětí.<sup>43</sup>

V českých zemích tento projekt čeká na své realizátory. Mohl by být příležitostí pro členy Žákovského parlamentu k vyššímu stupni žákovské demokracie.

Je důležité se uvědomit, že člověk je vybaven sociální dovedností umožňující život s lidmi a mezi lidmi. Škola jako instituce se sociálním prostředím, dokáže vytvářet podmínky pro rozvoj lidských schopností, osobních kompetencí, znalostí a dovedností.

Na demokratických principech řízená a vedená škola nabízí příležitost a motivaci

---

42 Perpetuum: *Magazín pro rodiče a učitele*. 2013/14. s. 6

43 Perpetuum: *Magazín pro rodiče a učitele*. 2013/14. s. 6

učitelům i nepedagogům. S podílem vlastní zodpovědnosti a možností spolurozhodovat a aktivně se zapojovat do života školy roste škola v rozvoji školních i mimoškolních aktivit, odráží se tato skutečnost v pozitivním klimatu školy a ve výsledcích práce jednotlivých žáků. Program Podpory zdraví ve škole spatřuje v participaci zaměstnanců školy na životě školy a v týmové spolupráci způsob efektivního řízení.

Rozvoj škol je v dnešní době téměř nemyslitelný bez podpory a spoluúčasti dalších partnerů. *„Existuje celá škála podob vztahů školy s rodiči a dalšími místními subjekty. Jako zásadní se přitom ukazuje požadavek, aby se škola pokoušela jednat s nimi jako se svými skutečnými partnery.“*<sup>44</sup>

#### ad. 9) Škola jako kulturní a vzdělávací středisko obce

Škola se v souladu s demokratickým přístupem otevírá vůči partnerům, veřejnosti, obci. Buduje s nimi na stejných principech pozitivní vazby, a tím se skrze to stává přirozeným kulturním a vzdělávacím střediskem obce.

Velmi častým je komunitní systém školy, kdy se škola aktivně zapojuje do života obce, poskytuje podmínky pro činnosti sportovního, kulturního i společenského charakteru, nebo je přímo iniciátorem aktérem těchto činností. Zvyšuje se tak význam školy v místě. V našem školském systému není tento koncept legislativně zakotven a nemá systémovou podporu státu.

*„Ministerstvo školství však školy za tento přístup chválí. Princip komunitní školy je jednou z alternativ tradičním školám. Tyto alternativní programy podporuje, podmínkou je plnění rámcového vzdělávacího programu. Principů komunitní školy by mělo být využito ve Strategii vzdělávání 2020.“*<sup>45</sup>

Partnerství je pro školu podporující zdraví významným atributem, který přispívá k jejímu celkovému rozvoji v interním i externím pojetí.

### 3.4 Závěr teoretické části

V teoretické části byl na základě literatury přestaven program Škola podporující zdraví. Byly uvedeny důvody pro vznik tohoto programu, rovněž zde byla představena jeho historie. Aby bylo možné zjistit, zda školy naplňují pilíře programu ŠPZ, bylo nutno uvést nejen jednotlivé pilíře ale i zásady programu, jež vedou školu k naplnění programu Škola podporující zdraví a tím vedou ke komplexnímu rozvoji žáka.

<sup>44</sup> POL, M. *Škola v proměnách*, 2009. s. 78

<sup>45</sup> Škola pro tátu, dědu i souseda. V Česku přibývá komunitní vzdělávání. [online]. [cit. 2014-06-23].

V praktické části bude zkoumáno plnění vybraných pilířů, které se orientují zejména na žáka. Pozornost bude věnována otázkám, jakými způsoby naplňují školy vybrané pilíře. Volené zásady pro praktickou část nejvíce korespondují jsou stěžejními myšlenkami programu.

## **4 Realizace zvolených zásad ŠPZ na vybraných českých školách**

Jednotlivé zásady pilířů programu ŠPZ byly vybrány tak, aby korespondovaly s hlavní myšlenkou programu a zároveň v nich mohly být sledovány přístupy vedení, pedagogů k žákům.

### **4.1 Vymezení výzkumného problému**

Program ŠPZ umožňuje školám naplňovat filozofii programu různými způsoby. Školy realizují program podle svých možností a mohou jej částečně přetvářet přímo „samy na sebe“. ŠPZ neudává jednotné měřítko, jak by měla škola přesně naplňovat jednotlivé pilíře programu. Ovšem splnění jednotlivých kritérií ŠPZ je závazné.

Pro výzkum byly vybrány základní školy, které jsou již do programu ŠPZ dlouhodobě zapojeny, nebo jež se teprve chystají do programu vstoupit. Jedná se o školu ZŠ Kunratice, Praha 4, která je rovněž nápomocná jiným školám při implementaci programu do jejich vnitřního kurikula. Další volbou se stala 14. základní škola v Plzni, Zábělská 25, příspěvková organizace, jež byla vybrána z důvodu možnosti plnění mé pedagogické praxe, přičemž mi bylo umožněno sledovat naplňování programu ŠPZ. ZŠ Karlovy Vary, Truhlářská 19, příspěvková organizace se teprve na vstup do programu chystá. Zahajuje analytické činnosti a kooperační aktivity ke stanovování postupů a cest k možné realizaci programu ŠPZ v prostředí školy.

### **4.2 Cíl výzkumného šetření**

Cílem výzkumu je porovnání zvolených škol z hlediska způsobu naplňování vybraných zásad pilířů programu ŠPZ. Větší pozornost je zaměřena na školu, která se připravuje na vstup do programu ŠPZ.

Porovnávané zásady

1) I. pilíř: Pohoda prostředí

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Pohoda organizačního prostředí

2) II. pilíř: Zdravé učení

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Smysluplnost

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Spoluúčast a spolupráce

### 3) III. Pilíř: Otevřené partnerství

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Škola jako model demokratického společenství

## 4.3 Výzkumné otázky

<sup>3</sup><sub>1</sub> Do jaké míry školy naplňují respektování potřeb žáka?

<sup>3</sup><sub>1</sub> Mají možnost se studenti podílet na tvorbě a průběhu vyučovací jednotky?

<sup>3</sup><sub>1</sub> Jak škola upravuje stravovací návyky žáků?

<sup>35</sup><sub>17</sub> Jakými způsoby lze naplnit smysluplnost učiva ve vyučovacím procesu?

<sup>3</sup><sub>1</sub> Daří se škole naplňovat zásadu pilíře týkající se spoluúčasti a spolupráce?

<sup>3</sup><sub>1</sub> Podílejí se žáci na činnostech a řízení školy?

<sup>3</sup><sub>1</sub> Účastní se žáci vzájemné spolupráci s partnery školy?

## 4.4 Metody výzkumu

Pro výzkum byla použita analýza, komparace a metody sběru informací, tj. pozorování a anketa.

### Obsahová analýza

*„Výzkumná metoda zaměřená na identifikaci, pozorování a vyhodnocování obsahových prvků textu i neverbálních komunikátů.“<sup>46</sup>*

### Participační pozorování

*„Zúčastněné dlouhodobé pozorování, při němž je pozorovatel členem skupiny, účastní se jejich "akcí". Pozorovatel (výzkumník) může sledovat jevovou, vnější stránku reality. Je typické pro kvalitativní výzkum.“<sup>47</sup>*

### Pozorování

*Výzkumná metoda, při níž se sleduje a zaznamenává nebo popisuje činnost lidí, předmětů, se kterými manipulují, prostředí aj. Je to nejstarší výzkumná metoda používaná v přírodních i sociálních vědách. Je vždy subjektivní. Pozorování může být přímé nebo*

---

46 PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4., 2003, s. 143

47 GAVORA, Peter, Helena HARTLOVÁ a Jiří MAREŠ. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2000, s. 154-155



nepřímé (ze záznamu), strukturované i nestrukturované. Speciálním typem pozorování je participiční pozorování. Pro strukturované pozorování se používají inventáře, pozorovací systémy a škály.<sup>48</sup> Pozorování byly použity vlastní pozorovací archy.<sup>49</sup>

### Anketa

„Nástroj dotazníkové metody, který slouží k hromadnému získávání údajů pomocí písemných otázek, otázky (nebo též položky) mohou být uzavřené, polouzavřené a otevřené. Používají se i položky škálové.“<sup>50</sup> K výzkumu byla použita vlastní anketa.<sup>51</sup>

## 4.5 Vymezení cílové skupiny

Výzkum je cílen na I. stupeň základní školy a tomu jsou přizpůsobeny výzkumné otázky.

### Charakteristika zkoumaného vzorku

Zkoumaným vzorkem jsou pedagogové, žáci i vedení tří základních škol. Jedná se o Základní školu Kunratice, Praha 4, 14. základní škola v Plzni, Zábělská 25 a ZŠ Karlovy Vary, Truhlářská 19. Anketního šetření se zúčastnilo celkem 175 žáků. Výběr vzorku metodou pozorování byl v Základní škole Kunratice jedna třída, s celkovým počtem žáků 28. A ve 14. základní škole se metody pozorování zúčastnily dvě třídy s celkovým počtem 57 žáků.

### Základní škola Kunratice, Praha 4<sup>52</sup>

„Motto školy: Když si vybereš tuto školu, setkáš se s příjemným, téměř rodinným prostředím, individuálním přístupem a neobyčejným pochopením učitelů. Školní program je orientován na tebe, respektuje tvé osobní maximum a individuální potřeby. Můžeš se vzdělávat s pomocí nejmodernějšího vybavení a účastnit se řady zajímavých aktivit.“<sup>53</sup>

ZŠ Kunratice je prototypem moderní školy, která se aktivně podílí na realizaci projektů, podporujících komplexní vzdělávání žáků i pedagogů. Je rovněž Fakultní školou Univerzity Karlovy v Praze, a podílí se tak na formování nově vycházejících učitelů. Mezi realizované projekty školy patří:

<sup>3</sup>projekt Státního zdravotního ústavu "Škola podporující zdraví",

48 VODÁKOVÁ, Jitka, Miroslava ČERNOCHOVÁ a Vladimír RAMBOUSEK. *Metodické pokyny pro zpracování diplomových prací* [online]. [cit. 2014-06-29]. Dostupné z: <http://it.pedf.cuni.cz/metodika/?kap=7>

49 Seznam příloh, příloha č. 1-3

50 HARTL, Pavel, Helena HARTLOVÁ a Jiří MAREŠ. *Psychologický slovník*. 2000, s. 121

51 Seznam příloh : příloha č. 4

52 Souhlas přiložen obr. č. 4

53 BERAN, Vít. Základní škola Kunratice. [online]. [cit. 2014-06-23]. Dostupné z: <http://www.zskunratice.cz/skola/o-skole>

<sup>3</sup>ipilotní projekt "Pomáháme školám k úspěchu",

<sup>3</sup>iŠkolní vzdělávací program pro základní vzdělávání „KUK" /KOMUNIKACE – UČENÍ – KOOOPERACE/,

<sup>3</sup>iprojekt VZDĚLÁNÍ 21 (projekt ukončen v červnu 2013),

<sup>3</sup>iprojekt EKOŠKOLA, aj.

ZŠ působí prostorným dojmem, moderní učebny jsou vybaveny nejnovější technikou. Chodby jsou přizpůsobeny dětem, tzn. jsou zde vytvořeny čtenářské, relaxační i sportovní koutky.

O duševní hygienu dětí zde pečují kromě pedagogů i psychologové, asistenti pedagogů, asistenti žáků a výchovná poradkyně. V rámci vyučování škola nabízí volitelné a nepovinné předměty z oblasti sportovní, jazykové a estetické. Škola realizuje pro své žáky řadu mimoškolních aktivit, mezi něž patří pěvecký sbor, chovatelský kroužek, basketbalový klub, klub cestovatelů, kroužek florbalu a mnoho dalších.

#### 14. základní škola v Plzni, Zábělská 25<sup>54</sup>

*"Je důležité žáka něco naučit, ale ještě důležitější je ho pro něco nadchnout a zapálit."*<sup>55</sup>

14. základní škola v Plzni patří mezi školy, které se úspěšně zařadily do programu ŠPZ. Rovněž se úzce spolupracuje s Pedagogickou fakultou v Plzni. I tato škola se podílí na řadě projektů. Jsou jimi:

<sup>35</sup>iZelená škola,

<sup>35</sup>iSmart Centrum interaktivní výuky 2014,

<sup>35</sup>iRemeslo očima žáků,

<sup>35</sup>iMinimalizace šikany,

<sup>35</sup>iŘídíme odpad a víme proč, aj.,

Třídy ZŠ disponují moderní technikou, která je aktivně užívána v hodinách. Škola je přizpůsobena volnému pohybu žáků, v rámci přestávek je dětem přístupné školní hřiště i atrium budovy. V areálu ZŠ se nachází Základní umělecká škola Bedřicha Smetany, kde žáci mohou navštěvovat řadu hudebních oborů. Dětem nabízí svou pomoc kromě pedagogů i výchovný poradce a školní metodik prevence. Škola vychází vstříc studentům pestrá nabídkou jazykových kurzů a pobytů v zahraničí. Žáci se mají možnost realizovat v rámci mimoškolních aktivit, mohou si volit mladého technika, florbalový, keramický, jazykový kroužek a aj. I na této škole si žáci mohou vybírat z řady volitelných předmětů.

---

54 Souhlas přiložen obr. č. 2

55 14. základní škola Plzeň, Zábělská 25, příspěvková organizace. [online]. [cit. 2014-06-23].

Snahou této školy je přeměnit stávající systém ve školu s moderním celostním přístupem k žákům. Rozhodla se, že program ŠPZ nejvíce naplňuje její vize. Proto zahájila analytické činnosti a kooperační aktivity ke stanovování postupů a cest k možné realizaci programu ŠPZ v prostředí školy. Jedná se o školu s rozšířenou výukou tělesné výchovy. Rovněž tato ZŠ spolupracuje s Pedagogickou fakultou v Plzni. Škola se podílí na řadě projektů:

<sup>35</sup><sub>17</sub>Ovoce do škol

<sup>35</sup><sub>17</sub>Bav se vědou

<sup>35</sup><sub>17</sub>Technika je zábava

<sup>35</sup><sub>17</sub>Mladí přírodovědci

<sup>35</sup><sub>17</sub>Metodický poradce asistentů pedagogů

I tato škola disponuje interaktivními pomůckami při vzdělávání žáků. V rámci výuky si děti mohou volit na prvním stupni nepovinný předmět Dopravní výchova. V době přestávek jsou žákům k dispozici sportovní a relaxační koutky, při hezkém počasí je zde možnost trávení volného času na venkovním hřišti. Škola nabízí mimo jiné pobyty v zahraničí. Samozřejmostí jsou zde zájmové kroužky, mezi které patří např. taneční kroužek, modelářství, cizí jazyky, zábavná logika a jiné.

#### **4.6 Výzkumné šetření- sběr dat**

V rámci výzkumu byla použita především metoda pozorování. U Základní školy Truhlářská byla volena také metoda anketového šetření, prostřednictvím kterého byla zjišťována dosavadní úroveň naplnění zásad u vybraných pilířů. Anketa byla předána pedagogům prvního stupně v tištěné podobě, kteří ji odevzdali k vyplnění žákům. Ankety byly distribuovány ve 3.,4., a 5. třídách, byly anonymní. U škol, které jsou již dlouhodobě součástí programu ŠPZ, nebo provedeno anketní šetření.

#### **4.7 Výsledky výzkumu naplňování vybraných zásad programu ŠPZ**

Porovnávání zásady

##### **1) I. pilíř: Pohoda prostředí**

<sup>3</sup><sub>1</sub>zásada: Pohoda organizačního prostředí

*„ŠPZ uvádí organizaci činnosti ve škole do souladu s požadavky životosprávy žáků a učitelů,*

---

<sup>56</sup> Souhlas přiložen obr. č. 6

*zvláště s ohledem na rytmicitu biologických funkcí (režim dne), výživu a pohybovou aktivitu.*“<sup>57</sup>

### Výzkumné otázky:

<sup>3</sup>1 Do jaké míry školy naplňují respektování potřeb žáka?

<sup>3</sup>1 Mají možnost se studenti podílet na tvorbě a průběhu vyučovací jednotky?

<sup>3</sup>1 Jak škola upravuje stravovací návyky žáků?

<sup>35</sup>1 ad. Do jaké míry školy naplňují respektování potřeb žáka?

<sup>3</sup>1 ad. Mají možnost se studenti podílet na tvorbě a průběhu vyučovací jednotky?

### Základní škola Kunratice

Výuka probíhá především v kmenových třídách, které fungují na bázi pravidel, jež jsou dohodnuta mezi učiteli a žáky. V prvních a druhých třídách jsou ve výuce přítomni asistenti pedagoga, kteří zajišťují pomoc žákům, plynulost výuky, podporu pedagogovi při organizaci vyučovacích hodin. Většina výuky probíhá na bázi „Center“. Vymezení vyučovacích jednotek není vždy jednoznačné. Záleží na domluvě mezi učitelem a žáky, zda budou pracovat bez přestávky a odpočinek zařadí po skončení činnosti, nebo ukončí hodinu tradičně po 45-ti minutách. Při pozorování bylo zjištěno, že každý žák se může v průběhu hodiny zvednout ze svého místa a projít se. Každý má právo se napít, odejít na toaletu, brát si papírové ubrousky, umýt si ruce. Vše probíhalo bez otázek na učitele. Učitel byl proto mnou tázán, zdali nedochází ke zneužívání těchto pravidel. Paní učitelka odpověděla, „.....*děti práce baví, jsou si vědomy, že jsou za kvalitu své činnosti odpovědné. Málodky se něco takového stane. A když ano, tak většinou samo dítě zjistí, že mu schází časová rezerva na práci.....*“

Žáci mají během vyučování možnost měnit polohy a místa, pokud se necítí příjemně. Do výuky je zařazena práce na koberci, v lavicích i u tabule. Hodina koresponduje s kinestetickým stylem výuky. Kinestetickým stylem je myšleno osvojení si látky skrze pohyb a prožitky.

Hodiny jsou vedeny jak v budově školy, tak ve venkovních učebnách, využívaných hojně za teplého počasí

Děti mohou během přestávek využívat řady koutků, které jsou různě zaměřené a umístěné ve výklencích chodeb. Mají k dispozici čtenářský koutek, sportovní koutek s boxovacím pytle a pingpongovým stolem, relaxační koutek s hračkami. Mají rovněž přístup do knihovny od 12.00 do 16:00 hodin. Po vyučování mají k dispozici Školní klub, kde mezi řadou hraček najdeme i kulečnick, stolní fotbal, pohovky a řadu dalšího vybavení. Zajímavé je,

<sup>57</sup> HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s.103

že zde setkávají všechny ročníky školy.

Škola prosazuje názor, že žák si má splnit všechny své povinnosti včetně kroužků ve škole, tak aby, když opouští školu, měl volný čas jenom sám pro sebe, pro svůj rozvoj, zájmy, koníčky.

#### 14. základní škola Plzeň

Výuka zde probíhá frontálně formou výkladu. Zařazení center se nevyužívá, občas probíhá spolupráce ve skupinách. Bylo vyzorováno, že někteří učitelé mají obavy z případné nekázně. Přestávky jsou důsledně zařazovány po 45-ti minutách výuky. Do hodin jsou zařazeny dvou minutová zdravotní cvičení či protažení, která probíhají vsedě v lavici. Během pozorování bylo zjištěno, že hodiny nejsou narušovány volným odchodem žáků na toaletu či pitím při hodině. Pedagog přistoupil k tomuto omezení na základě zneužívání této možnosti žáky.

Díky absenci koutků většina žáků tráví přestávky buď pobíháním na chodbách, nebo ve třídě. V rámci školy mají žáci k dispozici školní knihovnu, družiny a to jak v ranních, tak i v odpoledních hodinách.

#### ZŠ Truhlářská

Výuka probíhá ve většině případů frontálně formou výkladu. Vyučování začíná v předškolní třídě vždy ranním kruhem, v ostatních třídách prvního stupně pak dle individuální přípravy učitele. Při výuce jsou zařazovány pohybové chvílky, motorická a dechová cvičení. Pozorováním bylo zjištěno, že žák má právo uspokojovat své biologické potřeby při hodině bez otázek na vyučujícího. Individuálně je přistupováno k žákovi se specifickou potřebou učení – ADHD či ADD. Ten má možnost kompenzovat svou poruchu pohybovou aktivitou. Jedná se však o podporu žákům, která závisí zcela na učiteli.

Pravidelné střídání vyučovacích hodin a přestávek je v této škole rozděleno zvoněním. Žáci od 1. do 5. třídy mohou ve škole využívat koutky na odpočinek, je zde i prostor pro stolní tenis. Obsazení pohybového koutku je dáno rozvrhem jednotlivých tříd. K dispozici jsou zde herní prvky, žáci však mohou zaujímat i různé polohy na zemi. Koutek k oddychu je hojně využíván jednotlivci ke klidné svačině, deskovým hrám nebo jen k posezení v klidném prostředí s kamarádem.

V rámci mimoškolní činnosti nabízí škola řadu kroužků. Svůj talent a zájem mohou žáci rozvíjet v kroužku sportovních her, florbalu, fotbalu, výtvarném, anglického jazyka, logických her, mandaly, hudebně dramatickém. Škola prostřednictvím nabídky kroužků rozvíjí individuální schopnosti žáků, napomáhá možnostem získání pozitivních zážitků, vytváří podmínky pro sociální vazby mezi žáky.

Starší žáci mohou využívat nabídky školního klubu a jeho aktivit ve formě návštěv muzea, galerie, lanového centra a dalších specifických činností. Velký zájem je rovněž o sportovní hry.

<sup>3</sup>ad. Jak škola upravuje stravovací návyky žáků?

#### Základní škola Kunratice

Z pozorování vyplynulo, že během dne mají žáci bez omezení povolen vstup do školní jídelny, kde mají tzv. „salátový bar“, který nabízí čerstvé ovoce nebo zeleninu. Přístup k němu je celodenní a je hojně využíván. Ve škole je dále umístěn automat se širokým výběrem ovocných šťáv, čaje či obyčejné vody. Obědy jsou vydávány v poledních hodinách, žáci si vybírají mezi dvěma hlavními jídly. Pokud má dítě jiné nároky na výživu, např. bezlepková dieta, je vedení školní jídelny schopno vyjít těmto požadavkům vstříc. Žáci mají rovněž možnost výběru mléčných produktů dostupných z automatů. K dispozici je pro všechny školní bufet.

#### 14. základní škola Plzeň

Školní jídelna nabízí výběr ze dvou jídel. Před jídelnou je nástěnka o zdravé výživě, která se 1x za týden obměňuje. Žáci mohou využívat také školní bufet, kde si lze zakoupit mléčné výrobky, ovoce, nápoje a řadu dalších produktů. Škola má vlastní biozahradu, jejíž produkty jsou využívány ve školním stravování. Pěstování plodin a péče o školní pozemek je součástí výuky.

V době provádění výzkumu se právě rozjížděla ve škole nová služba školní jídelny, tzv. „Zdravé svačinky“. Roznos svačin mezi dětmi mají na starosti žáci, kteří jsou dopředu určeni jako služba. Při zavedení novinky byly zjištěny počáteční obtíže, kdy zelenina nebyla připravena k okamžité konzumaci. Zavedení služby se i přes počáteční obtíže setkalo s pozitivní odezvou.

#### ZŠ Truhlářská

Ke stravování slouží dětem především školní jídelna. Žáci z I. stupně jsou nuceni přecházet do jídelny, která je součástí budovy II. stupně ZŠ, ta je vzdálena cca 300 m od I. stupně. Bezpečnost při přesunu do stravovacího zařízení je zajištěna účastí vychovatelky, nebo pedagogem určeným k převodu žáků.

Na výběr mají žáci dva druhy jídel. Sdružení rodičů a přátel školy zakoupilo zeleninový box, sloužící k nabídce salátů, kompotů a přesnídávek.

Během pozorování bylo zjištěno, že požadavky pedagogů a rodičů žáků na skladbu

jídelníčku, který odpovídá novým poznatkům ve stravování dnešních dětí, se škole daří naplňovat jen velmi obtížně.

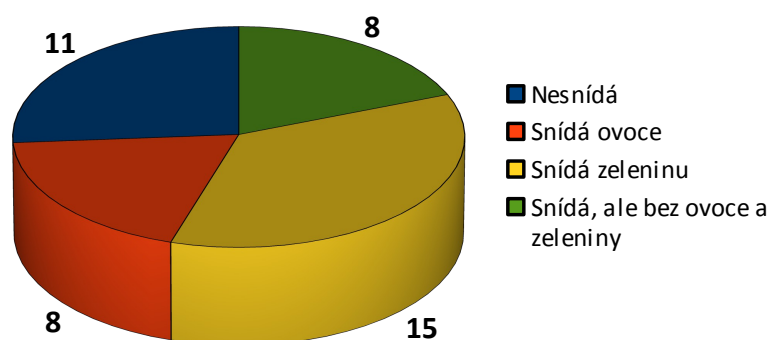
Zásadní změnu vyžadují také automaty ve škole, jak se shodují učitelé s vedením školy. V současné době jsou žákům v nabídce poskytovány uměle slazené nápoje, stejně jako přeslazené cukrovinky a bílé pečivo.

Na prvním stupni si mohou žáci nakoupit mléčné produkty z projektu Mléko do škol a získat zdarma jednou za měsíc ovoce či zeleninu z projektu Ovoce do škol. Bylo vyzorováno, že je o tyto nabídky ve škole velký zájem, žáci se na dodávky velice těší.

Na základě zařazení projektu Ovoce do škol, vyvstala otázka, zda konzumují žáci během dopoledne dostatek ovoce a zeleniny. Tento problém byl zjišťován formou ankety. Výzkumu se zúčastnilo 42 dětí ze třetích tříd. Anketa nesla název „Snídáš ráno ovoce nebo zeleninu?“ Výsledky ankety znázorňuje následující graf.

**Graf č. 1:** Zastoupení ovoce a zeleniny v dopoledním jídelníčku žáka

Otázka: Snídáš ráno ovoce nebo zeleninu?



Zdroj: vlastní

Z výsledků ankety vyplývá:

Jedenáct dětí vůbec nesnídá. Patnáct dětí konzumuje ke snídani jen zeleninu. Osm dětí snídá ovoce a stejný počet dětí nezařazuje do svého ranního jídelníčku ani ovoce, ani zeleninu. Domnívám se, že malý výzkum jednoznačně ukázal důležitost zařazení projektu Ovoce do škol. Zároveň mám ale pocit, že dodávka ovoce a zeleniny jednou měsíčně není dostatečná. Řešením by mohlo být zvýšení frekvence počtu dodávek.

## 2) II. pilíř: Zdravé učení

<sup>3</sup>zásada: Smysluplnost

### Výzkumná otázka:

<sup>35</sup>17 jakými způsoby lze naplnit smysluplnost učiva ve vyučovacím procesu?

*„Škola podporující zdraví je propojena se skutečným životem. Dbá praktickou využitelnost toho, co se žáci ve škole učí a o osvojení dovedností. Navazuje na to, co děti znají a to co je zajímá. Přechází od výkladu učitele jako hlavní metody výuky k metodám umožňující přímou zkušenost, komunikaci a spolupráci.“<sup>58</sup>*

### Základní škola Kunratice

Učení má být smysluplné. Pro ZŠ byla zásadní úprava rozsahu učiva. Důraz byl kladen především na osvojení si klíčových kompetencí. Slovy pana ředitele Ing. Bc. Víta Berana: „*Je zbytečné, aby dítě počítalo dva sloupečky příkladů. Snažíme se, aby situace vycházely ze života. Děti počítají, kolik je bude stát nákup, kolik ušetří. Jaký význam a v čem spočívá význam slev. V českém jazyce se snažíme o to, aby žáci rozuměli textu.*“

Smysluplnost spočívá v zařazování práce na individuálních projektech, třídních projektech, tak i školních do vzdělávacího procesu. Po dokončení prvního i druhého stupně žáci obhajují projekt, který sami vytvořili. Veřejná obhajoba projektu probíhá na konci školního roku s účastí rodičů. Žákům se udílí titul po prvním stupni Bc. Kunratic, po ukončení druhého stupně Mgr. Kunratic. Projekty musí splňovat dané formální i obsahové náležitosti. Téma projektu si vybírá žák.

Při hospitaci na škole bylo pozorováno, že skupinová práce s diskuzí a následnou obhajobou je pro žáky velmi přínosná. Pozitivně se jevil i výklad učitele, který nepředával hotové poznatky, ale společně se žáky snažili stěžejní informace vyvodit. Zařazování specificky volených tematických celků je běžnou součástí výuky.

### 14. základní škola Plzeň

Na této ZŠ byla pozorována snaha vyučujícího převést učivo do reálného života. Současně byli žáci dotazováni, kde mohou využít nově získané znalosti. Vyvozování nových

---

<sup>58</sup> HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s.124



znalostí probíhalo na základě práce s textem, nebo předložení informace dětem. Škola odděluje základní učivo od rozšiřujícího.

Žáci jsou vedeni k vypracování projektů dvakrát ročně. Projekty připravují ve většině případů žáci doma samostatně. Vybrat si však mohou z několika témat. Během mé praxe nastala situace, kdy žáci neznali kritéria hodnocení projektu.

Smysluplnost se projevuje také v samostatném organizování práce. Bylo pozorováno, že si některé děti neumějí rozvrhnout práci v čase. I při vysvětlení jednotlivých úkolů a postupů, se každý žák ptal, jak co má dělat. Očekávali, že jim postup bude nadiktován, jasně dán a formulován. Pomoc žádali výhradně od učitele nikoliv od spolužáků.

Do výuky byla zřídka zařazena diskuse. Během mé praxe si žáci prošli tématickým celkem Masopust a Pověsti české. Žáci si neuměli obhájit svůj názorem. Na můj pokyn: „Jestli jsi spokojený se svým dílem, tak ho umísti k tabuli,“ většina žáků, přestože měla obrázek již hotový, znejistěla a začala o svém obrázku pochybovat.

### ZŠ Truhlářská

Při výuce jsou zde žákům předkládána fakta. Důraz je zde kladen na vědomosti, nikoli na kompetence. Škola zatím neodděluje základní učivo od rozšiřujícího. Je zde ale snaha v příštích měsících oddělit základní učivo, protože učitelé si stěžují na nedostatek času k probírané látce.

Diskuse se ve třídách objevuje jen velmi zřídka. Problém vyvstal i se samostatným přístupem žáků k zadaným úkolům. Očekávají, že jim bude postup řešení podrobně předložen.

Škola zařazuje tematické celky i projekty. Účastní se na projektech i v rámci kraje. Na prvním stupni se do hodin zařazuje skupinová výuka.

<sup>3</sup>zásada: Spoluúčast a spolupráce

### Výzkumná otázka:

<sup>3</sup>Daří se škole naplňovat zásadu pilíře týkající se spoluúčasti a spolupráce?

„ŠPZ používá takové škály forem a metod výuky, které předpokládají spolupráci a spoluúčast dětí a využívají kooperace s dalšími sociálními a odbornými partnery. Možnost nabývat zkušenosti a dovednosti, která je základem demokracie, je proto zabudována přímo do kurikula.“<sup>59</sup>

### Základní škola Kunratice

<sup>59</sup> HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s.155

Aby mohla v prostředí školy probíhat vzájemná spolupráce, vytyčila si škola pravidla pro každou skupinu partnerů, která jsou pevně zabudována ve filozofii školy. V otevřené škole jsou zpřístupněna jak v psané formě - vyvěšena ve škole a ve třídách, tak na internetových stránkách školy. Vedení školy je uveřejňuje v každoročně vydávaném shrnutí celoročních školních aktivit v tzv. bulletinu školy.

Velmi sofistikovaně vedení školy připravilo program pro vzájemnou spolupráci mezi pedagogy. Prostřednictvím účasti v projektu Pomáháme školám k úspěchu, který uskutečňuje stejně se nazývající obecně prospěšná společnost z prostředků The Kellner Family Foundation, rodinné nadace, se učitelé společně zaměřují na vysokou kvalitu vzdělávání a dosažení maximální individuální úrovně každého žáka. V tomto ohledu jde o vzájemnou spolupráci mezi pedagogy školy a jejich jednotný přístup a spoluúčast při naplňování Školního vzdělávacího programu.

Spolupráce mezi žáky je realizována jak v rámci center, projektů ve třídách, tak i mezi staršími a mladšími spolužáky na společných školních projektech.

Velmi zajímavým modelem je tzv. párová výuka (týmová výuka), kdy se na přípravě, vlastním průběhu a vyhodnocování výuky podílí dva a více vyučujících. Spolupráce mezi vyučujícími je nezbytnou podmínkou pro naplnění cíle, to jest zlepšit výsledek každého žáka.

#### 14. základní škola Plzeň

Pravidla mezi školou a žáky upravuje školní řád, který byl vytvořen vedením školy. Žáci se nepodíleli na stanovení organizačních pravidel. Při pozorování byla zaznamenána absence pravidel ve třídě. Třídní samospráva ve školním prostředí není zavedena. Žáci nejsou vedeni ke spoluúčasti na tvorbě vyučovacích hodin, na rozdíl od ZŠ Kunratice netvoří třídní plány.

Spoluúčast pedagogů na zajištění provozu a organizaci školy je ve formě tzv. „týdenní pohotovosti“ pedagoga ve škole. Učitelé si vzájemně poskytují pracovní listy, materiály, které získali z návštěv muzeí, expozic, otevřeně si sdílejí své poznatky a zkušenosti.

Rodiče se školou spolupracují na akcích, avšak vyučování se neúčastní. Ve spolupráci se školou se podílí na organizaci netradičních a neformálních akcí jako je například Sportovní den, či Maškarní karneval v rámci období Masopustu.

Žáci spolupracují na projektech. Rovněž je tu kooperace mezi prvním a druhým stupněm. Žáci vyšších ročníků realizují společné projekty se žáky I. Stupně. „Čtvrtáci“ se mohou účastnit Žákovského parlamentu, který má na starosti jednak organizování školních akcí a komunikaci s vedením školy.

Na konci školního roku probíhá Školní akademie. Kulturní vystoupení jednotlivých tříd jsou prezentována rodičovské i široké veřejnosti. Příprava programu jednotlivých tříd je přehlídkou spolupráce a spoluúčasti žáků jednotlivých tříd i školy jako celku.

### ZŠ Truhlářská

Pravidla mezi školou a žáky upravuje školní řád, který byl vytvořen pedagogy školy. Během pozorování byla zaznamenána probíhající diskuze mezi pedagogy o podobě školního řádu tak, aby odpovídal principům zdravé školy a odrážel požadavky pedagogů, žáků a rodičů. Pedagogové se scházejí na odpoledních setkáních, takzvaných „Sborovnách“, kde postupně společně dotváří školní dokumenty tak, aby odrážely názory většiny zainteresovaných stran (učitelů, žáků, vedení školy i rodičů).

Koordinátoři projektu ŠPZ vzešli ze zainteresovaných pedagogů, kteří získávají, shromažďují a zpracovávají informace od všech participantů ve formě dotazníků a s jejich závěry seznamují ostatní pedagogy školy, rodiče na schůzkách Sdružení rodičů a členy Školské rady.

Ze školního šetření mezi pedagogy vyplynulo, že jedním z problému, který je překážkou ke vzájemné spolupráci mezi kolegy, je obava z otevřené a přímé komunikace. Úkolem pro všechny, včetně vedení, je hledání strategie ke získání vzájemné důvěry, podpory a odstranění obav ze sdílení pozitivní kritiky.

Formulace a prezentace pravidel tříd není ve škole jednotná. Vychází převážně ze zájmu třídního učitele a jeho znalostí managementu třídy.

Kooperativní a skupinové vyučování prostřednictvím vhodně volených metod a forem práce není v této škole ještě zcela dostatečně praktikováno, přestože je mezi žáky vítáno a žáci v něm vidí pozitivní hodnoty. Jedním z důvodů absence těchto forem práce v dané škole spatřuji v nedostatečné hloubce pedagogických znalostí možností, které kooperativní vyučování představuje a zároveň nedostatečná motivace pedagogů pro zavádění změn v procesu učení. Přesto se domnívám, že i přes znatelnou snahu pedagogů spolupodílet se na realizaci projektu ŠPZ, bude pro naplnění požadavku na spoluúčast a spolupráci žáků kooperativní učení nezbytné.

Nedílnou součástí své výchovně vzdělávací práce spatřuje škola v komunikaci a spolupráci se zákonnými zástupci svých žáků. Předkládá proto rodičovské veřejnosti podněty ke spolupráci.

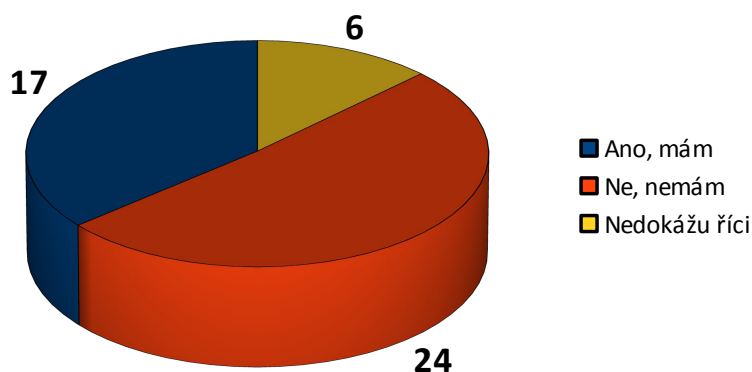
Rodiče využívají možnosti účasti na společných výtvarných dílnách žáků a rodičů v rámci školní družiny a školního klubu, pomáhají s vybavením jednotlivých tříd, nepravidelně se účastní tematických besed a neformálních setkání v „Kavárničce v Truhlářské“.

Na přímé podpoře ve vyučování se rodiče nepodílejí.

Ke zhodnocení spolupráce a spoluúčasti při vyučování byla žákům 4. a 5. tříd předložena anketa, které se zúčastnilo 47 dětí.

### **Graf č. 2:** Vzájemná spolupráce ve výuce

Otázka: Máte ve škole dostatek prostoru pro vzájemnou spolupráci se spolužáky při výuce?



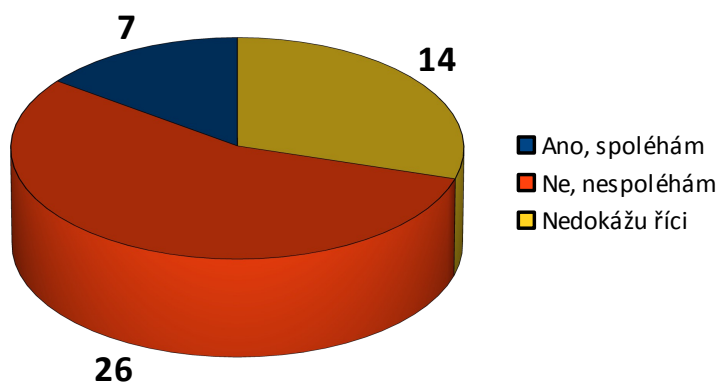
Zdroj: vlastní

Z výsledků ankety vyplývá:

Žáci by uvítali více prostoru pro vzájemnou spolupráci. Více jak polovina žáků shledává prostor pro vzájemnou spolupráci zatím nedostatečný. Sedmnáct dětí se spokojených a šest dětí nedokázalo na položenou otázku odpovědět.

### **Graf č. 3:** Samostatnost ve vyučování

Otázka: Při vyučování se rád spoléháš jen sám na sebe?



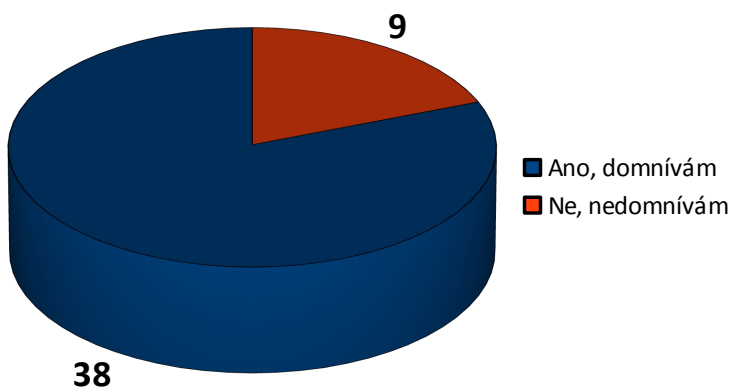
Zdroj: vlastní

Z výsledků ankety vyplývá:

Žáci dávají přednost vzájemné spolupráci se spolužáky, před samostatnou prací. Pouze sedm žáků spoléhá samo na sebe. Dvacet šest dětí upřednostňuje raději možnost spolupráce s další osobou a čtrnáct studentů se nedokázalo jednoznačně rozhodnout.

**Graf č. 4: Vzájemná kooperace jako prostředek pro získání nových informací**

Otázka: Domníváš se, že při společné účasti na řešení otázek a úkolů ve vyučovací hodině se dozvíš nové informace?



Zdroj: vlastní

Z výsledků ankety vyplývá:

Většina žáků se shoduje, že více informací získá vzájemnou spoluprací. Třicet osm žáků

shledává spolupráci s kamarádem přínosnou pro získání nových informací. Pouze devět dotazovaných odpovědělo, že se nic nového při kooperativním vyučování nedozvědí.

### 3) III. pilíř: Otevřené partnerství

<sup>3</sup>zásada: Škola jako model demokratického společenství

*„ŠPZ dělá všechno pro to, aby se co nejvíce proměňovala z tradiční hierarchické instituce v komunitu organizovanou na demokratických principech, kterými jsou zejména: svoboda a odpovědnost, zachování pravidel a spravedlnost, spoluúčast a spolupráce.“<sup>60</sup>*

#### Výzkumná otázka:

<sup>3</sup>Podílejí se žáci na činnostech a řízení školy?

<sup>3</sup>Účastní se žáci vzájemné spolupráci s partnery školy?

#### Základní škola Kunratice

Škola se snaží naplnit model demokratického společenství tím, že umožňuje volení orgánů, které svou činností pomáhají zajišťovat dodržování pravidel jedinců i skupin. Příkladem takto voleného orgánu je třídní samospráva, která pravidelně komunikuje s pedagogickým sborem. Prostor pro tyto vzájemné diskuze je pevně zakořeněn v rozvrhu. Neméně významným prvkem spolupráce je vzájemná spoluúčast žáků a učitele na tvorbě vyučovací jednotky. Vzájemnou činností vznikají týdenní plány výuky. Ty jsou přístupné na webových stránkách školy. Nabízí tak rodičům přehled a kontrolu nad obsahem a rozsahem učiva.

Spolupráci školy a rodičů zajišťuje sdružení rodičů Patron. Rodičům je dáno právo navštěvovat vyučovací hodiny, stejně jako se jich aktivně účastnit. Rodiče se podílejí jak na spolupráci při organizaci akcí školy, tak i finanční podporou. Zároveň se ve škole mohou zapojit do všech komunitních programů, spoluvytváření nabídky volnočasových aktivit.

*„Školního Ekoparlamentu (ŠEPT)“<sup>61</sup> naplňuje skrze demokratické principy komunikaci s vedením školy, dále se podílí na organizaci školních akcí, pořádá soutěže a informuje o případných aktualitách v oblasti environmentální výchovy. Organizuje recyklaci a sběry papíru. Prezентuje dění ve škole veřejnosti prostřednictvím místního tisku. Přínosem pro demokratické učení je snaha členů ŠEPTu je dohlížet na dodržování pravidel slušného chování žáků školy s případným hledáním řešení při jejich porušení.*

60 HAVLÍNOVÁ, M. a kol. *Program podpory zdraví ve škole*, 1998, s.180

61 Základní škola Kunratice, [online]. [cit. 2014-06-25].

Komunitní aktivity se projevují ve spolupráci s jinými školami ( například ZŠ Dobronín – předávání zkušeností s žákovským parlamentem), s nejbližšími partnery jako je DDM Praha 10 při podpoře neformálního vzdělávání a především ve spolupráci s PATRONEM o.s., které zastupuje sdružení rodičů školy.

#### 14. základní škola Plzeň

V Plzni žáci zažijí prvky demokratického učení prostřednictvím školního parlamentu. Do školního parlamentu volí své zástupce žáci 4. - 9. ročníku. Včele je ustanovena žákovská rada. Všichni se řídí Parlamentní listinou, která definuje práva a povinnosti jeho členů. Vymezuje postavení školního parlamentu, jeho stanovy, upravuje jednání a předkládá kompetence školního parlamentu v podobě práv a povinností. Volení zástupci se scházejí 1 krát za měsíc na svém jednání. Na něm připravují akce pro spolupracující mateřské školy, pro žáky prvního ročníku, vymýšlejí soutěže a zábavné dny.

Mimo školní parlament žáci jednotlivých tříd myslí na své partnery prostřednictvím přípravy a organizace kulturních vystoupení, pořádáním Dne otevřených dveří či návštěvou u seniorů v místním Domově pro seniory sv. Jiří. Komunitní sounáležitost projevují například uspořádáním lampionového průvodu pro všechny rodiče i přátele školy.

#### ZŠ Truhlářská

Třetí pilíř „zdravého učení“ cítí vedení základní školy v Karlových Varech jako jejich nejsilnější stránku. Škola má dlouholeté praktické zkušenosti s činností školního parlamentu. V posledních letech zdokonalují svoji činnost. Pracují pod označením žákovský parlament. Spolupracují s Centrem pro demokratické učení v Praze a využívají jejich zkušeností a námětů pro činnost. Pro zkušenosti jezdí též do krajského konzultačního centra MŠ a ZŠ Dolní Žandov a ZŠ Sadov u Karlových Varů. Ke zdokonalení své činnosti využívají dotační tituly a nabídky. Velmi ocenili možnost účasti na zážitkovém kurzu KLÍČENÍ, který rozvíjí u žáků klíčové kompetence a aktivní občanství.

K otevřeným jednáním na půdě Žákovského parlamentu jsou zváni zástupci vedení školy i například školní jídelny. Žáci se učí vyjadřovat své připomínky a sdělovat svá přání, nebát se otevřené komunikace.

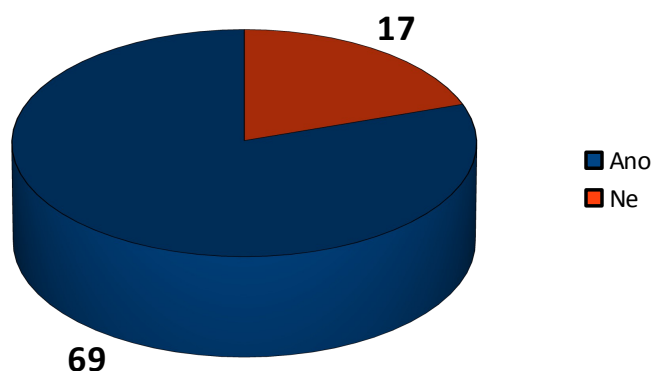
Na prvním stupni se mohou žáci zapojit do parlamentu od 4. třídy. Ke vzájemnému kontaktu mezi žáky dochází prostřednictvím spolupodílení se na přípravách Svatomartinského průvodu, Prvomájového táborevého ohně, přehlídky dovedností žáků v rámci Dne s talentem a Slavnosti květů. Jejich prostřednictvím dochází ke sdílení zkušeností, názorů a nových

poznatků mezi žáky školy. Účastníci Žákovského parlamentu se aktivně podílí na jednání Studentského parlamentu, který se schází na magistrátu města, vyjadřují zde otevřeně své myšlenky a názory a na setkání s občany města, komunikují v rámci aktivit v projektu Zdravé město a Mladé fórum. Žáci prostřednictvím těchto zkušeností naplňují požadavky na společenskou a emocionální výchovu v konkrétní praktické podobě.

Svůj vztah a pozitiva k práci Žákovského parlamentu vyplynula z vyhodnocení ankety, kterou jsem zadala žákům 4. a 5. tříd. Ankety se účastnilo 86 žáků

#### **Graf č. 5:** Komunikace žáků s vedením školy

Otázka: Máte možnost prostřednictvím volených zástupců žákovského parlamentu komunikovat s vedením školy?



Zdroj: vlastní

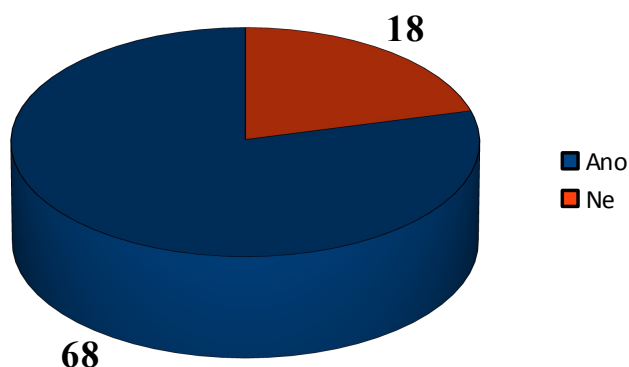
Z výsledků ankety vyplývá:

Většina respondentů se shodla, že mají možnost komunikovat přes zvolené zástupce žákovského parlamentu s vedením školy. Činí tak šedesát devět žáků. Naopak sedmnáct dětí se shodlo, že tuto možnost nemají.

#### **Graf č. 6:** Ovlivnění života školy prostřednictvím školního parlamentu

Otázka: Můžete prostřednictvím žákovského parlamentu zasahovat do života školy?





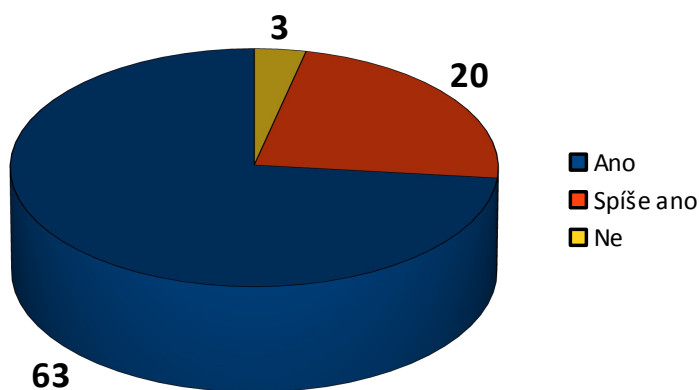
Zdroj: vlastní

Z výsledků ankety vyplývá:

Šedesát osm žáků je toho názoru, že může prostřednictvím žákovského parlamentu zasahovat do života školy. Činí tak tím, že své postoje a názory sděluje ŽP a ten je konzultuje s vedením školy. Naopak 18 dětí se domnívá, že tuto možnost nemají.

#### Graf č. 7: Demokracie ve školním parlamentu

Otázka: Spojujete postavení žákovského parlamentu ve škole s demokracií?



Zdroj: vlastní

Z výsledků ankety vyplývá:

Většina žáků spojuje činnost žákovského parlamentu s demokracií. Z ankety vyplynulo, že žákovský parlament není s demokratickým principem spojen jednoznačně. S jasnou demokracií jej spojilo 63 dotázaných. Odpověď spíše ano byla zaznamenána u žáků pouze jedné třídy, 20 dotázaných. Což může být předmětem dalšího šetření. A tři žáci nemají

demokracii spojenou s žakovským parlamentem.

## 4.8 Závěr výzkumu

Porovnávané zásady

### 1) I. pilíř: Pohoda prostředí

zásada: Pohoda organizačního prostředí

Výzkumné otázky:

<sup>3</sup>Do jaké míry školy naplňují respektování potřeb žáka?

<sup>3</sup>Mají možnost se studenti podílet na tvorbě a průběhu vyučovací jednotky?

<sup>3</sup>Jak škola upravuje stravovací návyky žáků?

Z pozorování vyplynulo, že Základní škola Kunratice se svým režimem vyučování nejvíce blíží ideálům programu ŠPZ. Práce v centrech nejlépe zohledňují pracovní tempo a individuální schopnosti dítěte. Při vyčerpání má žák dostatek prostoru uspokojit své potřeby.

Velkým pozitivem jsou koutky, velmi pestré svým zaměřením, které umožňují smysluplné využití volného času a dostatečnou regeneraci organismu. Zajímavé bylo zjištění, jak vytvoření organizačních podmínek pro koordinovanou volnou činnost žáků o přestávkách přispívá k pozitivní změně atmosféry ve třídním kolektivu a navození vzájemné důvěry mezi učitelem a dětmi.

14. základní škola v Plzni se rovněž snaží vyjít vstříc potřebám dítěte. Ovšem režim vyučování je zde strnulější než u Kunratické ZŠ. Dětem není umožněna taková volnost. Díky absenci koutků většina žáků tráví přestávky buď pobíháním na chodbách, nebo ve třídě. Při své pedagogické praxi jsem potřebu pohybu dětí jedné třídy zkusila uspokojit tak, že jsem při dozoru vytyčila na chodbě prostor, kde mohly děti realizovat pohybové aktivity. Domluvila jsem se s nimi na pravidlech, aby nedošlo ke zranění. Byla jsem si vědoma toho, že zde bude nutná přítomnost dozoru. Při vytvoření tohoto pohybového koutku jsem došla ke dvěma zjištěním. První bylo, že se do pohybové činnosti zařadili i žáci z jiných tříd. Ve druhém případě mě sami žáci oslovili, zda si nechci hrát s nimi. Pedagog se tak dostává z pozice autorita do role sociálního partnera. Z pozorování a z pokusu vyplynulo, že žáci mají zájem o podobné koutky a že jsou schopni v nich respektovat stanovená pravidla, pokud jsou jasně formulovaná a vysvětlená.

ZŠ Truhlářská přistoupila rovněž k tvorbě volnočasových koutků. Pro velký úspěch

zvažuje jejich rozšíření. Vedení školy se nechalo inspirovat Kunratickou školou a nahradilo klasické zvonění příjemnou hudbou prostřednictvím programu Elektronický školník.

<sup>3</sup>17 Jak škola upravuje stravovací návyky žáků?

Všechny sledované školy si uvědomují důležitost zdravého stravování jejich žáků, prostřednictvím programů Ovoce do škol, Mléko do Škol, Zdravé svačinky apod. Jídelníček se snaží mít školy pestrý, nabídku rozšiřují dostupností a výběrem ovoce, zeleniny a mléčných produktů.

ZŠ Truhlářská si uvědomuje, že u dětí, které mají vysoký příjem cukru, je větší unavitelnost v hodinách, naopak při konzumaci nápojů s přídavkem kofeinu (cola, kofola) vzrůstá jejich hyperaktivita. Rozhodla se proto diskutovat s distributory nápojových a jídelních automatů o změně nabízeného sortimentu. Z ankety rovněž vyplynulo, jak důležité je zařazování ovoce a zeleniny do jídelníčku dítěte. Ještě pořád se děti nenaučily tyto potraviny pravidelně konzumovat.

## 2) II. pilíř: Zdravé učení

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Smysluplnost

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Spoluúčast a spolupráce

Zásada: Smysluplnost

Výzkumná otázka:

<sup>35</sup><sub>17</sub> Jakými způsoby lze naplnit smysluplnost učiva ve vyučovacím procesu?

V ZŠ Kunratice kladou důraz na smysluplnou výuku a na rozvoj klíčových kompetencí žáků. Propojují teoretickou a praktickou část výuky, aplikují získané poznatky, dovednosti a zkušenosti v praktické části. Vedou žáky k samostatnosti, tvořivosti, vyžadují zpětnou vazbu v podobě vlastního hodnocení. Velmi důležitý aspekt je kladen na spolupráci školy s rodičovskou veřejností.

Plzeňská škola se snaží o propojení získaných poznatků žáků s reálnou zkušeností a praktickým životem. Projektová výuka, která rozvíjí individuální osobnostní stránku žáků, je zařazována sice pravidelně, ale méně sofistikovaně. Sebehodnotící stránka žáka a jeho osobní přístup k výuce je v této chvíli opomíjena, stejně tak širší spolupráce s rodiči je možnou výzvou pro vedení školy do budoucna.

V základní škole v Karlových Varech učitelé vnímají nutnost změny, snaží se zatím

nesystematicky o zařazování různých forem výuky do vyučování, experimentují s projektovou výukou, pokouší se vytvářet prostor pro vlastní hodnocení žáků.

## Spoluúčast a spolupráce

### Výzkumná otázka:

<sup>3</sup>Daří se škole naplňovat zásadu pilíře týkající se spoluúčasti a spolupráce?

Základní škola v Kunraticích, která obhájí účast v projektu ŠPZ postupuje ve své strategii velmi sofistikovaně. Volí cílené aktivity, které pomáhají rozvíjet spolupráci a spoluúčast mezi všemi zainteresovanými stranami. Velmi promyšlená spolupráce partnerů školy, rodičů a zaměstnanců školy umožňuje v Základní škole v Praze, Kunraticích všem zúčastněným rozvíjet kurikulum školy obsažené v projektu ŠPZ tak, aby docházelo k jeho postupnému naplňování. Umožňuje aktivní podíl zákonných zástupců žáků na rozvoji osobnosti dítěte v době plnění školní docházky, podporovat takové cesty a řešení, která podpoří efektivnost a smysluplnost výuky. Zamezí možnému selhávání žáka ve vzdělávání. Definuje své cíle – podpora každého žáka, hledá a vytváří cesty k jejich praktickému naplnění. Nejde jen o úzké zaměření na jednotlivé osobnosti, specializovaný odborný pohled na jedince – žáka. K podpoře jeho osobního rozvoje, jeho kompetencí, je zapotřebí kontinuální širší přístup, kritický rozbor nabízených možností, zapojení a vlastní pohled žáků, pedagogů, rodičů a vedení školy.

Druhý pilíř se svojí zásadou Spoluúčast a spolupráce je jen jednou z viditelných aktivit této školy, která dotváří naplněnost principů programu podpory zdraví ve škole v Kunraticích.

Během praxe v plzeňské ZŠ bylo patrné, že při plánované a promyšlené práci učitelů by se nabízely možnosti pro aktivní rozvoj spolupráce a spoluúčasti mezi žáky. U žáků, kteří postrádají sebejistotu vrstevnická podpora a vzájemná spolupráce při plnění úkolů umožní žákům zažít úspěch, splnění úkolů, ocenění pedagogem. Prostřednictvím skupinové práce se postupně mohou naučit plánovat svůj čas, vést otevřenou diskuzi, požádat o pomoc a tříbit kritické myšlení. Jednou z cest, které se otvírají a jsou již součástí života školy, je projektová výuka.

V současné době probíhá ve škole ZŠ Truhlářská otevřená diskuze mezi pedagogy ke zjištěným požadavkům v rámci 2. pilíře zdravé školy. Dalším úkolem bude hledání cest a postupů jak přispět k naplnění požadavků na smysluplnost, možnost výběru a přiměřenost, spoluúčast a spolupráci a motivující hodnocení. Navrhují úpravu školního vzdělávacího programu tak, aby došlo ke splnění předložených Standardů a požadavků Rámcového vzdělávacího programu a zároveň nedocházelo k obavám učitelů z nesplnění učebních plánů,

což vede k narušení pohody učení a odklonu od požadavků 2. pilíře ŠPZ. Z pohledu učitelů tak v současné době dochází k omezování prostoru pro možnost spolupráce a vzájemné spoluúčasti mezi žáky z obav nesplněných požadavků stanovených v ŠVP ZV.

Dle ankety by žáci uvítali větší prostor pro vzájemnou spolupráci, který by jim rovněž získat nové informace od spolužáků. Zapojení více kooperativních činností do výuky je výzvou pro kantory.

### 3) III. pilíř: Otevřené partnerství

<sup>35</sup><sub>17</sub> zásada: Škola jako model demokratického společenství

#### Výzkumná otázka:

<sup>3</sup>Podílejí se žáci na činnostech a řízení školy?

<sup>3</sup>Účastní se žáci vzájemné spolupráci s partnery školy?

Všechny zmiňované školy si jsou vědomi důležitosti otevřené a transparentní demokracie na půdě školy. Je to směr, který pomáhá rozvíjet kvalitu výchovně vzdělávacího procesu, otevírá brány školy společnosti, jejím názorům, podnětům i nabízené vstřícnosti, pomoci a spolupráci.

Nejlépe propracované a v praxi velmi využívané zásady otevřeného partnerství jsou uplatňovány v Základní škole v Kunraticích. Všechny skupiny (rodiče, žáci, zaměstnanci) se aktivně podílejí na chodu školy. Významná je také spolupráce s partnery školy.

Plzeňská základní škola také chápe důležitost partnerské spolupráce. Je na správné cestě, ale z mého pohledu má větší část ještě před sebou. Je možné uchopit program ŠPZ jako výzvu ke zdokonalení či vytvoření lepších podmínek otevřeného partnerství.

Základní škola v Karlových Varech, v Truhlářské ulici má zřejmé jasné cíle, vytváří otevřené partnerské vztahy uvnitř i vně školy. Snaží se využívat externích zdrojů na podporu této činnosti a nebojí se otevřené komunikace ve světě specifického školního prostředí.

Rovnocenné postavení všech účastníků, partnerů a příjemců výchovně vzdělávacího procesu je správnou cestou filozofie společenského modelu zdraví.

Z výsledků ankety vyplynulo, že žáci vnímají práci Žákovského parlamentu jako smysluplnou, přínosnou a odrážející uplatnění prvky demokracie na půdě školy.

Otevřený a rovnocenný přístup k žákům může mít i vliv na jejich úspěch ve vzdělávání.

#### Celkové shrnutí

V otázce do jaké míry školy naplňují respektování potřeby, bylo zjištěno, že Základní škola Kunratice respektuje potřeby a snaží se je naplnit centry, koutky, pohybem v hodinách i mimo ně. 14. základní škola v Plzni a ZŠ Truhlářská zatím nejsou schopny dostatečně naplnit programové požadavky na naplňování potřeb žáků.

V Základní škole Kunraticích bylo zjištěno, že se žáci podílejí na tvorbě vyučovací jednotky. Rozhodují samostatně o obsahu učiva a konzultují je s vyučujícím, tvoří si tzv. týdenní plány. Ve 14. základní škole se snaží vyjít vstříc žákům v účasti v hodině, kdy mohou žáci prezentovat své dobrovolně vypracované prezentace. Základní škola Truhlářská zatím nenašla způsob, jak žáky do spoluvytváření hodin aktivněji zapojit.

Obě školy jak ZŠ Kunratice, tak i ZŠ Plzeň se snaží zahrnout do každodenního jídelníčku ovoce a zeleninu. Zdravá výživa je podporována i v rámci omezení automatů se sladkými nápoji. Přístup k čerstvým potravinám je na obou školách zajišťován formou salátových barů a svačinek, připravovaných školní jídelnou. Na ZŠ Truhlářské bylo anketou zjištěno, že řada dětí do svého dopoledního stravování nezařazuje ovoce a zeleninu. Vedení chce upravit potravinové složení automatů, je si vědomo nesprávného stravování svých žáků.

V otázce naplňování smysluplnosti v učivu bylo zjištěno, že ZŠ Kunratice klade velký důraz na kompetence nad znalosti. Rovněž se snaží zařazovat co nejvíce situací z běžného života do učební látky. Důrazně rozlišuje základní učivo od rozšiřujícího. 14. základní škola ještě nedostatečně rozlišuje učivo, ale je si svých nedostatků vědoma. I ona upřednostňuje kompetence. Základní škola Truhlářská zatím rozlišuje základní učivo, ale jejím cílem je přejít k učení skrze kompetence.

Spolupráce a spoluúčast se daří naplňovat na všech školách. Více opět v Praze. V Karlových Varech bylo formou anketního šetření zjištěno, že zařazování kooperativního způsobu vyučování má smysl, děti ho vyžadují, lépe se jim pracuje a doví se nové informace díky spolužákům.

A konečně v otázkách spoluúčasti na řízení školy a spolupráce s partnery školy bylo zjištěno, že žáci se mohou podílet a podílet na činnostech, je-li jim to umožněno. Důkazem je toho škola v Kunraticích, ale i ostatní sledované školy.

Díky metodám použitým v tomto výzkumu, bylo zjištěno, že Základní škola v Kunraticích naplňuje ve větší míře sledované zásady. Základní škola v Plzni naplňuje ve větší míře zásady, ale jsou zde rezervy, kterých si je škola vědoma. Díky průzkumu si Základní škola v Karlových Varech stanovila priority, na kterých chce pracovat a přiblížit se tak programu ŠPZ. Dle šetření bylo dále zjištěno, že děti mají zájem spolupracovat v hodinách, podílet se na chodu školy.

## Závěr

Přestože program Podpory zdraví ve škole je pro mne logickým rámcem pro činnosti spjaté s výchovně vzdělávacím procesem, je v České republice zapojeno do programu ŠPZ „pouze“ 297 škol (zdroj: Státní zdravotní ústav, r. 2013) z toho nejméně v Karlovarském kraji (2 MŠ ) a nejvíce v kraji Vysočina (45 škol základních a mateřských).

Škola a zdraví má úzkou souvislost s vývojem osobnosti jedince, zvláště v dnešní uspěchané technicky pojaté společnosti. Teoretické úvahy a poznatky předkládané různými autory potvrzují tuto tezi a dokládají důležitost pohody organizovaného prostředí, dodržování zásad biorytmu organismu a střídání fází napětí a potřebné relaxace.

Fyziologicky podmíněná sociální determinace podporuje hypotézu důležitosti zdravého učení ve smyslu spoluúčasti a spolupráce, která je nezbytná pro harmonický růst osobnosti, rozvoj sociálních, pracovních a komunikačních kompetencí.

Otevřené partnerství připravuje žáky do skutečného života, na participaci ve veřejném životě, na partnerství, empatii a kulturu člověka ve společnosti.

Přínos celého programu Podpory zdraví ve škole shledávám ve skutečnosti, že se nezaměřuje ve svém pojetí pouze na žáka, ale i na pedagogy, pomocné profese ve školství, rodiče i partnery školy. Ucelený komplex uvedených zásad specificky pojímá oblasti části lidského života, které jsou v moderní demokratické společnosti nezbytné, které respektují lidskou individualitu a podtrhují společenskou kulturní svébytnost a pluralitu.

Realizace programu Podpory zdraví ve škole není lehkou záležitostí a potřebuje jasnou vizi vedení školy, podporu všech zaměstnanců a pochopení a pomoc rodičů i široké veřejnosti. V rámci prováděného výzkumu jsem se setkala s různými přístupy a kvalitou realizovaných zásad v praxi škol.

Základní školy, uvedené v diplomové práci, jdou, snaží se či připravují cestu vzdělávání s ohledem na potřeby jedince a s respektem a úctou k jeho individualitě. Pracují dle filozofie předložené programem Podpory zdraví ve škole, a zvyšují tak sebevědomí a prestiž instituce samotné, ale i jedinců, kteří jsou její nezbytnou součástí.

Základní škola v Kunraticích jde naproti všem výzvám, promýšlí a volí strategie, které

podporují koncepční záměry školy a zapojuje do života školy žáky, pedagogy, správní zaměstnance, rodiče. Váží si svých partnerů a podporovatelů, nebojí se otevřenosti a upřímnosti. Tato škola je pro mne pozitivním příkladem školy v Programu podpory zdraví ve škole. Rozvíjí konvenční pohledy, boří kulturní hranice a připravuje nový prostor pro výchovu a vzdělávání žáků v moderním 21. století.



## Resumé

Diplomová práce pojednává o programu Podpora zdraví do škol, který reaguje na nezdravý životní styl žáků našich škol. Tento program se skládá ze tří pilířů a devíti zásad, které umožňují jeho realizaci. Cílem diplomové práce bylo porovnávání rozdílného způsobu realizace jednotlivých pilířů programu Škola podporující zdraví na 1. stupni českých škol.

Diplomová práce je rozdělena do čtyř kapitol. Teoretická část práce stručně charakterizuje program Škola podporující zdraví, představuje jeho historii, filozofii a jeho přínos pro žáka.

V praktické části zkoumám způsob implementace zvolených zásad programu do vnitřního kurikula vybraných škol. Prováděný výzkum byl řešen pomocí anket, které byly vyplněny žáky jedné základní školy. V rámci prováděného výzkumu jsem se setkala s různými přístupy a kvalitou realizovaných zásad ve školách.

Tento program není zaměřen pouze na žáky, ale také na učitele, rodiče, vedení školy a jejich partnery. Realizace programu Podpory zdraví ve škole není lehkou záležitostí a potřebuje jasnou vizi vedení školy, podporu všech zaměstnanců a pochopení a pomoc rodičů i široké veřejnosti.

## Summary

This diploma thesis deals with the The Programme of Health Promotion in Primary Schools which reacts to unhealthy lifestyle of pupils of our schools. This programme includes three pillars and nine tenets that enable to reach the realization of the programme. The aim of the diploma thesis was a comparison of the different ways of implementing pillars in the three selected primary schools.

The Diploma thesis is divided into four chapters. The theoretical part informs about The Programme of Health Promotion in Primary Schools and introduces its history, philosophy and its benefits for pupils. The implementation of the selected tenets into the primary school curriculum is investigated in the practical part. The research was carried out by using questionnaires which were filled by pupils of the one of the Primary schools. Within the research I met with the different ways and qualities of implemented principles in the schools.

This Programme isn't only focused on pupils, but also on teachers, parents, leaders of the school and their partners. The realization of this programme isn't easy and it needs clear vision of leadership, support of all staff and understanding parents and public.

## Seznam použité literatury

1. ATKINSON, Rita L a Marta LANGOVÁ. *Psychologie. 2.*, aktualiz. vyd., V Portálu 1. Překlad Erik Herman, Miroslav Petržela, Dagmar Břejlová. Praha: Portál, 2003, xxii, 751 s. ISBN 80-717-8640-3.
2. FISHER, Robert. *Učíme děti myslet a učit se: praktický průvodce strategiemi vyučování*. 1. vyd. Překlad Markéta Bílková. Praha: Portál, 1997, 172 s. ISBN 80-717-8120-7.
3. GAVORA, Peter, Helena HARTLOVÁ a Jiří MAREŠ. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Vyd. 1. Překlad Vladimír Jůva. Brno: Paido, 2000, 207 s. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-859-3179-6.
4. GOLEMAN, Daniel. *Emoční inteligence: eseje o dětech a rodičích*. Vyd. 2., (V nakl. Metafora 1.). Překlad Markéta Bílková. V Praze: Metafora, 2011, 315, [10] s. ISBN 978-80-7359-334-6.
5. HARTL, Pavel, Helena HARTLOVÁ a Jiří MAREŠ. *Psychologický slovník*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000, 774 s. Pedagogika (Grada). ISBN 80-717-8303-X.
6. HAVLÍNOVÁ, Miluše a kol. *Program podpory zdraví ve škole: rukověť projektu Zdravá škola*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1998, 275 s. ISBN 80-7178263
7. Překlad Dominik Dvořák, Milan Koldinský. Bystřice pod Hostýnem: Spirála, 2008, 286 s. *Pedagogika* (Grada). ISBN 978-809-0403-000.
8. KOUKOLÍK, František. *Před úsvitem, po ránu: eseje o dětech a rodičích*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2008, 225 s., [16] s. barev. obr. příl. ISBN 978-802-4614-960.
9. KOPŘIVA, Pavel. *Respektovat a být respektován*. 3. vyd. Bystřice pod Hostýnem: Spirála, 2008, 286 s. ISBN 978-809-0403-000.
10. KYRIACOU, Chris. *Klíčové dovednosti učitele: cesty k lepšímu vyučování*. 2. vyd. Překlad Dominik Dvořák, Milan Koldinský. Praha: Portál, 2004, 155 s. ISBN 80-717-8965-8.
11. PASCH, Marvin. *Od vzdělávacího programu k vyučovací hodině: jak pracovat s kurikulem*. Vyd. 1. Překlad Markéta Bílková. Praha: Portál, 1998, 416 s. ISBN 80-717-8127-4.
12. Perpetuum: *Magazín pro rodiče a učitele*. Pobřežní 34, Praha 8- Karlín: Scio,s.r.o., 2013/14, I., č. 1. s.50
13. PETTY, Geoffrey. *Moderní vyučování*. Vyd. 4. Překlad Štěpán Kovařík. Praha: Portál, 2006, 380 s. ISBN 80-736-7172-7.

14. POL, Milan a Ivan SLAMĚĚ NÍK. *Škola v proměnách: cesty k lepšímu vyučování*. 1. vyd. Překlad Dominik Dvořák, Milan Koldinský. Brno: Masarykova univerzita, 2007, 194 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-210-4499-9.
15. PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník. 4., aktualiz. vyd.* Praha: Portál, 2003, 322 s. Pedagogika (Grada). ISBN 80-717-8772-8.
16. SEDLÁČKOVÁ, Daniela a Ivan SLAMĚĚ NÍK. *Rozvoj zdravého sebevědomí žáka: cesty k lepšímu vyučování*. Vyd. 1. Překlad Dominik Dvořák, Milan Koldinský. Praha: Grada, 2009, 123 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-802-4726-854.
17. VACÍNOVÁ, Marie a Marta LANGOVÁ. *Výbrané kapitoly z psychologie*. Vyd. 1. Překlad Štěpán Kovařík. V Praze: Československý spisovatel, 2011, 159 s. ISBN 978-807-4590-146.
18. VALIŠOVÁ, Alena a Hana KASÍKOVÁ. *Pedagogika pro učitele: praktický průvodce strategiemi vyučování*. Vyd. 1. Překlad Markéta Bílková. Praha: Grada, 2007, 402 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-802-4717-340.
20. VÝROST, Jozef a Ivan SLAMĚĚ NÍK. *Sociální psychologie = Sociálna psychológia: cesty k lepšímu vyučování*. Vyd. 1. Překlad Dominik Dvořák, Milan Koldinský. Praha: ISV, 1997, 453 p. Psychologie (Prague, Czech Republic). ISBN 80-858-6620-X.

#### Elektronické zdroje

1. Analýza a interpretace dat. In: [online]. [cit. 2014-06-23]. Dostupné z:< <http://www.ftvs.cuni.cz/hendl/metodologie/analyza.htm> >
2. BERAN, Vít. Základní škola Kunratice. [online]. Kunratice, 17.6.2012, 4.5.2014 [cit. 2014-06-23]. Dostupné z:< <http://www.zskunratice.cz/skola/ostskole>>
3. KASÍKOVÁ, Hana. Kooperativní výuka. [online]. 10.10.2011 [cit. 2014-06-

- 23]. Dostupné  
z: <[http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogicky\\_lexikon/K/Kooperativn%C3%AD\\_v%C3%BDuka](http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogicky_lexikon/K/Kooperativn%C3%AD_v%C3%BDuka) >
4. MIKESKOVÁ, Šárka. Kurikulum – základní pilíř vzdělávání. [online]. 14. 05. 2012 [cit. 2014-06-22]. Dostupné  
z: <<http://clanky.rvp.cz/clanek/c/sk/15567/KURIKULUM---ZAKLADNI-PILIR-VZDELAVANI.html> >
5. Pravidla RVP ZV [online].2013,[cit.2014-05-06].Dostupné z: <  
[http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV\\_2007-07.pdf](http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf) >
6. Pv-metody [online].2013,[cit.2014-05-07]. Dostupné z:  
< <http://www.ctenarska-gramotnost.cz/projektove-vyucovani/pv-metody/metody-4> >
7. Státní zdravotní ústav [online]. [cit. 2014-03-01]. Dostupné z:  
<<http://www.szu.cz> >
8. Škola pro tátu, dědu i souseda. V Česku přibývá komunitní vzdělávání  
Dostupné z:< [http://zpravy.idnes.cz/v-cesku-pribyva-komunitnich-skol-dq1-/domaci.aspx?c=A130711\\_133923\\_domaci\\_jj](http://zpravy.idnes.cz/v-cesku-pribyva-komunitnich-skol-dq1-/domaci.aspx?c=A130711_133923_domaci_jj). [online]. [cit. 2014-06-23].  
>
9. VALENTOVÁ, Lenka. Učit se jak se učit. [online]. 15.12.2011 [cit. 2014-06-23]. Dostupné z:< <http://clanky.rvp.cz/clanek/k/z/14403/UCIT-SE-JAK-SE-UCIT.html/> >
10. VODÁKOVÁ, Jitka, Miroslava ČERNOCHOVÁ a Vladimír RAMBOUSEK. *Metodické pokyny pro zpracování diplomových prací* [online]. 3. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, katedra informačních technologií a technické výchovy, 2007 [cit. 2014-06-29].  
Dostupné z: <http://it.pedf.cuni.cz/metodika/?kap=7>
11. Výchova demokratického občana [online].[cit.2014-05-07]. Dostupné z:  
< ([http://clanky.rvp.cz/wpcontent/upload/prilohy/2754/prurezove\\_tema\\_\\_\\_vychova\\_democratickeho\\_obcana\\_1\\_kapitola.pdf](http://clanky.rvp.cz/wpcontent/upload/prilohy/2754/prurezove_tema___vychova_democratickeho_obcana_1_kapitola.pdf))>
12. Výchova ke zdraví [online]. 2009, [cit. 2014-01-14]. Dostupné z:  
<<http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/vstup-skoly-do-site-skola-podporujici-zdravi.html>>
13. ZAHRADNÍČKOVÁ ,Hana. Program Škola podporující zdraví. Brno, 2008.  
Dostupné z: <[http://is.muni.cz/th/105508/pedf\\_m/Diplomova\\_prace\\_Hana.pdf](http://is.muni.cz/th/105508/pedf_m/Diplomova_prace_Hana.pdf).  
Diplomová práce. Masarykova univerzita, pedagogická fakulta>
14. 14. základní škola Plzeň, Zábělská 25, příspěvková organizace. [online]. Plzeň,

2012 [cit. 2014-06-23]. Dostupné z: <<http://www.14zsplzen.cz/>>

## Seznam grafů

1. Graf č. 1 Zastoupení ovoce a zeleniny v dopoledním jídelníčku žáka
2. Graf č. 2 Vzájemná spolupráce ve výuce
3. Graf č. 3 Samostatnost ve vyučování
4. Graf č. 4 Vzájemná kooperace jako prostředek pro získání nových informací
5. Graf č. 5 Komunikace žáků s vedením školy
6. Graf č. 6 Komunikace žáků s vedením školy
7. Graf č. 7 Ovlivnění života školy prostřednictvím školního parlamentu
8. Graf č. 8 Demokracie ve školním parlamentu

## Seznam obrázků

1. Obr. č. 1 Účinné strategie kooperativní výuky dle Roberta Fishera
2. Obr. č. 2 Souhlas školy 14. ZŠ Plzeň
3. Obr. č. 3 Vstupní prostory 14. základní školy v Plzni
4. Obr. č. 4 Souhlas školy ZŠ Kunratice
5. Obr. č. 5 Slavnostní předání diplomů v ZŠ Kunraticích
6. Obr. č. 6 Souhlas školy ZŠ Truhlářská
7. Obr. č. 7 Areál školy ZŠ Truhlářská
8. Obr. č. 8 Principy programu Škola podporující zdraví
9. Obr. č. 9 Dětské městečko v Německu

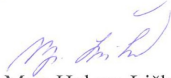
## Obr. č. 2. Souhlas školy 14. ZŠ Plzeň

14. základní škola Plzeň, Zábělská 25, příspěvková organizace  
Zábělská 25  
Plzeň  
312 00

Souhlasím, aby informace uvedené v praktické části diplomové práce Kláry Janischové s názvem „Realizace programu Škola podporující zdraví na českých školách s ohledem na žáky a jejich okolí“ týkající se 14. základní školy Plzeň, Zábělská 25, příspěvková organizace, byly její součástí.

14. ZÁKLADNÍ ŠKOLA PLZEŇ,  
ZÁBĚLSKÁ 25,  
příspěvková organizace  
IČ: 687 84 643

V Plzni dne 23. června 2014

  
Mgr. Helena Lišková  
ředitelka školy

Zdroj: 14. základní škola Plzeň, Zábělská 25, příspěvková organizace, Plzeň

## Obr .č. 3. Vstupní prostory 14. základní školy v Plzni





Zdroj: Školní časopis Čtrnáctka, 14. základní škola Plzeň. <sup>62</sup>

Obr. č. 4 Souhlas školy ZŠ Kunratice

**Základní škola KUNRATICE**  
Fakultní škola Univerzity Karlovy v Praze, Pedagogické fakulty  
Předškolní 420, 148 00 Praha 4 Kunratice  
Ing. Bc. Vít Beran, ředitel školy  
Tel.: 261097211 - 2, mobil: 724370813, e-mail: vit.beran@zskunratice.cz, http://www.zskunratice.cz

Dne: 25. června 2014  
Č.j.: ZŠ/Č.Š. /2014  
Vyřizuje: Beran  
Vaše značka/ ze dne:

**KOMU:**  
**Klára Janischová**  
studentka ZČU Plzeň  
učitelství I. stupně

**POTVRZENÍ**  
Souhlasím, aby informace uvedené v praktické části diplomové práce Kláry Janischové s názvem „Realizace programu Škola podporující zdraví na českých školách s ohledem na žáky a jejich okolí“ týkající se Základní školy Kunratice, byly její součástí.

Ing. Bc. Vít Beran, ředitel školy

Fakturační adresa: **Základní škola Kunratice, Praha 4, Předškolní 420**  
Předškolní 420/29, 148 00 Praha 4 Kunratice  
Bankovní spojení: PPF banka a.s., č.ú.: 2016970000 / 6000  
ICO: 629 31 377, DIČ: CZ629 31 377

C:\Users\Vitek\Documents\Documenty\1314-4\1314\_Vitek\2014\_06\_25-PO TVRZENI.docx  
Naposledy vytisknuto 25.6.2014 11:38:00

Zdroj: Základní škola Kunratice, Předškolní 420/5, Praha 4 – Kunratice

Obr. č. 5 Slavnostní předání diplomů v ZŠ Kunraticích



62 Čtrnáctka [online]. 14. základní škola Plzeň, 2013, červen 2013 [cit. 2014-06-25]. Dostupné z: <http://www.14zspzlen.cz/multimedia/skolni-casopis/skolni-casopis-2.aspx>

Zdroj: Školní bulletin ZŠ Kunratice 2013/2014 <sup>63</sup>

Obr. č. 6 Souhlas školy ZŠ Truhlářská

Základní škola Karlovy Vary, Truhlářská 19, příspěvková organizace  
Truhlářská 19  
Karlovy Vary  
360 17

Souhlasím, aby informace uvedené v praktické části diplomové práce Kláry Janischové s názvem „Realizace programu Škola podporující zdraví na českých školách s ohledem na žáky a jejich okolí“ týkající se Základní školy Karlovy Vary, Truhlářská 19, příspěvková organizace, byly její součástí.

ZÁKLADNÍ ŠKOLA KARLOVY VARY,  
Truhlářská 19, příspěvková organizace  
360 17 KARLOVY VARY  
IC: 497 51 751

V Karlových Varech dne 23.6. 2014

*Hana Janischová*  
Mgr. Hana Janischová  
ředitelka

Zdroj: Základní Škola Karlovy Vary, Truhlářská 19, příspěvková organizace, Karlovy Vary

Obr. č. 7 Areál školy ZŠ Truhlářská

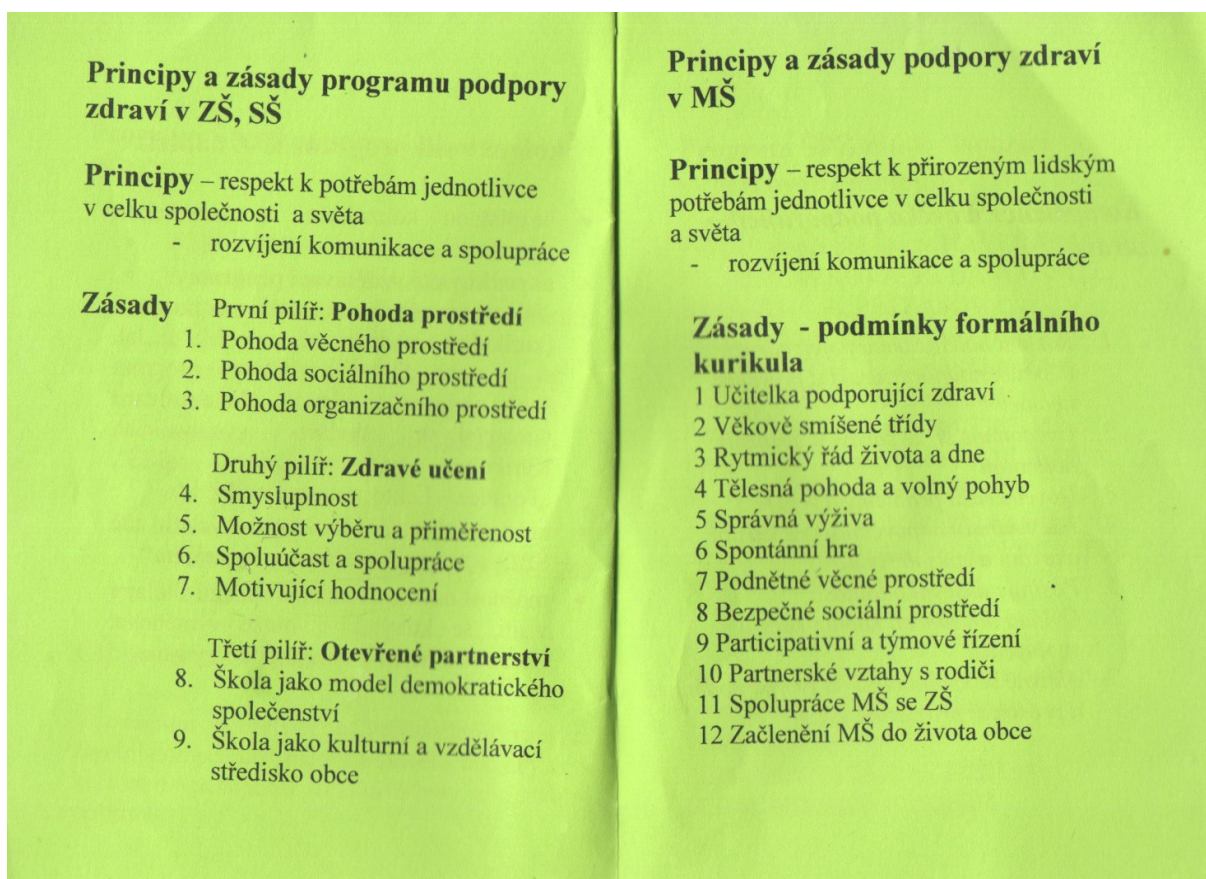


Zdroj: vlastní

63 *Bulletin Základní škola Kunratice* [online]. Základní škola Kunratice, 2013, 19.4.2014 [cit. 2014-06-25].  
Dostupné z: <http://www.zskunratice.cz/web/neprehlednete/bulletin-pro-skolni-rok-2013-2014-1777>



Obr. č. 8 Principy programu Škola podporující zdraví



Zdroj: Státní zdravotní ústav<sup>64</sup>

Obr. č. 9 Dětské městečko v Německu



Zdroj: Perpetuum: Magazín pro rodiče a učitele.<sup>65</sup>

64 Program Škola podporující zdraví. Šrobárova 48, Praha 10. Dostupné z: [www.program-spz.cz](http://www.program-spz.cz)

65 Perpetuum: Magazín pro rodiče a učitele. Pobřežní 34, Praha 8- Karlín: Scio,s.r.o., 2013/14, I., č. 1. s.50

## Seznam příloh:

1. Pozorovací arch 14. základní škola Plzeň, Plzeň
2. Pozorovací arch ZŠ Kunratice, Praha 4
3. Pozorovací arch Základní škola Truhlářská, Karlovy Vary
4. Anketní průzkum na program Škola podporující zdraví

## **Příloha č. 1 Pozorovací arch 14. základní škola Plzeň**

**Datum: od 3. 2. 2014 – do 26.2. 2014**

**Cíl: Jak naplňuje škola vybrané pilíře ŠPZ  
Jaké přístupy volí při spolupráci s žákem**

### **Pozorování:**

Pozorování jsem absolvovala ve dvou čtvrtých třídách, kde jsem měla zároveň možnost i učit. Dále jsem vedla v rámci vyučování tělesnou výchovu s dětmi různých tříd.

### **Popis školy:**

Přestože se jedná o školu se dvěma stupni, působí budova jako jeden komplex. U vstupu je situována vrátnice, během sledovaného období však nebyl přítomen její personál. Návštěvy se proto musí hlásit v sekretariátu školy. Rodiče nemají do budovy volně přístu. Děti jsou přebírány do rukou zákonných zástupců u vstupu školy. Budovy jsou vyzdobeny pracemi dětí a to jak v průchozích částech, tak i před samotnými třídami. Na zemi v chodbách jsou k dispozici dětem namalovaní skákací panáci a ty jsou využívány spíše nižšími ročníky, jinak je zde absence koutků. K dispozici jsou dětem stoly i mimo třídy. Prostory chodeb jsou vyplněny bohatou vegetací. V rámci školy děti mohou využívat knihovnu a při pěkném počasí i venkovní hřiště.

### **Vyučování:**

Výuka zde probíhá frontálně formou výkladu. Zařazení center se nevyužívá, občas probíhá spolupráce ve skupinách. Děti většinou nerespektují dohodnutá pravidla. Tuto formu práce jsem se snažila zařazovat co možná nejčastěji. Po měsíci již byly schopni se částečně respektovat ve vzájemné práci. Pedagogové tamního sboru tyto formy práce zařazují jen zřídka. Většinou je zde obava z případné nekázně. Bylo ale zpozorováno, že vzájemná kooperace mezi učiteli probíhá příkladně. Pedagogové velmi často mezi sebou sdílejí materiály. Značná je zde i nesamostatnost dětí. Veškerá zadání musela být opakována dvakrát či vícekrát. O pomoc žádají výhradně učitele. Byly zde zpozorovány velké rozdíly mezi žáky., takže se třída dělila na tři skupiny. Žáky, kteří byli velmi rychle hotovy, střed třídy a velmi pomalé. Práce se řešila tak, že rychlým žákům se dávalo další množství stejných úkolů z učebnice. Dětem jsem proto do výuky zkusila připravit různé formy her- tangramy, omalovánky. Během pozorování bylo zjištěno, že se rychlost práce zvýšila a o hry byl zájem. Došlo ale k narušení hodiny, protože i ty méně zdatní žáci, chtěli vyzkoušet tyto aktivity. Bylo zjištěno, že je tedy lepší zařadit tyto činnosti na konci hodiny. Mnohem lepší variantou bylo pro zdatnější žáky využití interaktivní tabule. Kde úkoly byly staženy z portálu [www.veskole.cz](http://www.veskole.cz) a děti na ně musely přijít sami. Nemuselo jim být nutně sděleno zadání. Učitel měl pak prostor věnovat se žákům slabším. Výhodou bylo, že k interaktivní tabuli mohli odcházet i žáci, kteří svůj úkol již splnili a nerušili tak zbytek třídy. Velké úskalí bylo s obhajobou práce žáků. Ti dělají projekty doma a pak je přinášejí do školy. Bylo sledováno, že sami žáci někdy netuší, jaká jsou kritéria hodnocení. Při práci s tematickým celkem Masopust a Pověsti české. Žáci si neuměli obhájit svůj názorem. Na můj pokyn: „Jestli jsi spokojený se svým dílem, tak ho umísti k tabuli,“ většina žáků, přestože měla obrázek již hotový, znejistěla a začala o svém obrázku pochybovat a čekali na pokyn k odevzdání.

Hodina je ukončena po 45 minutách výuky a přestávky jsou zde důsledně zařazovány. Do výuky jsou zařazeny dvou minutová zdravotní cvičení či protažení, která probíhají vsedě v lavici. Díky malým prostorám třídy a počtu dětí okolo třiceti, nemají zde žáci příliš prostoru. Během pozorování bylo zjištěno, že hodiny nejsou narušovány volným odchodem žáků na toaletu či pitím při hodině. Pedagog přistoupil k tomuto omezení na základě zneužívání této možnosti žáky. Stejná situace je i v ostatních třídách.

Koutky děti k dispozici o přestávkách nemají. Ale bylo vidět, že děti o takovéto činnosti mají zájem. Během mé praxe často docházelo k tomu, že si o přestávkách žáci kreslili na tabuli, což měli zakázáno od třídního učitele. Pro nedostatek pohybu se děti honily po chodbách. Po dohodě s vyučujícím bylo zavedeno, že žáci si mohli kreslit na tabuli, ale s pravidlem, že budou mít připravené věci na další hodinu a že tabule bude po skončení přestávky umytá. Děti pravidlo důsledně dodržovaly. Při pozorování bylo zjištěno, že žáci o podobné aktivity mají zájem a schopni pravidla dodržovat.

#### **Stravování:**

V době provádění výzkumu se právě rozjížděla ve škola nová služba školní jídelny, tzv. „Zdravé svačinky“. Roznos svačin mezi dětmi mají na starosti žáci, kteří jsou dopředu určeni jako služba. Při zavedení novinky byly zjištěny počáteční obtíže, kdy zelenina nebyla připravena k okamžité konzumaci.

Školní jídelna nabízí výběr ze dvou jídel. Před jídelnou je nástěnka o zdravé výživě, která se 1x za týden obměňuje. Žáci mohou využívat také školní bufet, kde si lze zakoupit mléčné výrobky, ovoce, nápoje a řadu dalších produktů. Návštěvnost tohoto zřízení je vysoká.

#### **Zapojení žáků:**

Žáci se podílejí na akcích pro rodiče a přátel školy. Příkladná je i práce parlamentu, který se schází jednou za měsíc a kde je návštěvnost velká. Během mé praxe se žáci chystali k vystoupení na akademii školy. Ve většině tříd se zapojili všichni žáci.

Zdroj: vlastní

## **Příloha č. 2 Pozorovací arch ZŠ Kunratice, Praha 4**

**Datum: 25.11. 2013**

**Cíl: Jak naplňuje škola vybrané pilíře ŠPZ  
Jaké přístupy volí při spolupráci s žákem**

**Pozorování:**

### **Doba příchodu 9:45**

ZŠ Kunratice působí velmi otevřeným dojmem. Škola je z větší části prosklená. Při vstupu nalezneme hned u vchodových dveří recepci, kde se každý návštěvník musí nahlásit a rovněž je mu poskytnuta informace o hledané třídě či jiných prostorách. V chodbách jsou k dispozici stoly s ubrusy a vázami. Doplněno je to o židle s možností odpočinku. Prostory chodeb vyplněny bohatou vegetací. Nalézají se zde tzv. „koutky“, které jsou upravené tak, aby vyhovovaly potřebám dětí. Například je zde boxovací pytel, pingpongové stoly, gauče s knížkami a jiné. Chodby jsou zdobeny nástěnnými dětskými kresbami, které byly vytvořeny žáky pod vedením rodiče, s patřičnou kvalifikací. Jsou tematicky zaměřeny. Náměty jsou: cesta kolem světa, pravěk. Dále se v průchozích prostorách nalézá tabulka se jménem třídy, která má na starosti tamní vegetaci a jméno uklízečky, jež se stará o vymezený úsek. Na chodbách nejsou vystaveny práce žáků. Jediné co zde nalezneme, jsou nástěnky se základními informacemi o žakovském parlamentu či o ekologických projektech.

### **Čas: 10:00**

Setkání s panem ředitelem Ing. Bc. Vitem Beranem v ředitelně. Vedení školy je situováno na jedno místo, které je odděleno od hlavní chodby prosklenými dveřmi. Vedení tvoří pan ředitel, dvě zástupkyně, které mají rozdělené kompetence. Jedna se stará o hospitace v hodinách a druhá má na starosti organizační záležitosti. Rovněž zde má sídlo i koordinátorka mimoškolních aktivit a ekonomka. Součástí tohoto prostoru je i aula pro vzájemné porady vedení a pracovníků.

### **Čas 9:20**

Pan ředitel popisuje činnost školy. Jedná se o školu s dvěma stupni, které jsou vzájemně propojené. Součástí školy se brzy stane i mateřská škola, se kterou momentálně udržují spolupráci při přípravě budoucích žáků prvních tříd. Školu nachází přibližně cca 600 žáků. O školu je však stále vzrůstající zájem. Většinou se jedná o žáky z dobře situovaných rodin, nově přistěhovaných z Prahy. Školu ovšem navštěvují i žáci místní. Dle slov pana ředitele zde najdeme žáky z různých vrstev. Byla jsem i seznámena s historií školy. Dnes je původní zástavba oproti původní doplněna o novou halu a došlo i k rozšíření tříd

Za nejtěžší krok, který vedení muselo udělat, bylo propuštění většiny původních zaměstnanců školy, neboť se nemohli ztotožnit se zásadami programu Školy podporující zdraví. Dalším krokem bylo vybudování důvěry se členy novými. Probíhalo zde mnoho kurzů a školení na téma respektující komunikace, kulaté stoly apod. Tato vzájemná setkání probíhala se všemi zaměstnanci školy. I dnes se na vyučující kladou nároky spojená s tvorbou portfolií, účasti na kurzech, nebo účasti na videotrénincích. „Prvotní bylo vytvářet prostředí plné důvěry a to se nebuduje za noc“, uvádí pan Ing. Bc. Beran.

### **Čas: 9:45**

Konec hodiny je zde ohlašováno programem Elektrický školník. Pan ředitel shledává tuto variantu velmi oblíbenou jak u dětí, tak u personálu. Procházíme jednotlivými chodbami, které jsou téměř holé, až na tzv. koutky. Skříně jsou vestavěné do zdí chodeb. Děti během přestávek volí chůzi místo běhu a každý žák zdraví, či vám otevře dveře. Bylo mi poskytnuto vysvětlení, že žáci mají svá pravidla, která si stanovila a ty striktně dodržují. Všichni se snaží, aby došlo ke zvnitřnění pravidel a nestaly se jen tak frázi na papíře. Dle mého pozorování děti velmi často využívali koutky.

### **Čas 9:50**

Absolvuji náslehy v první třídě. První třídy zde mají pojmenované, tak aby byly snadno rozlišitelné. Děti pracují jak na koberci, tak v lavicích, ale mají možnost si volit místa dle své potřeby i v průběhu práce. Pomáhá zde s výukou i asistent. Dle slov paní učitelky, je zde na denním pořádku, že se hodina dělí. Asistent vyučuje silnější žáky a učitel má čas na žáky slabší. Probíhá zde i párová výuka. Která se bude pro velký ohlas rodičů, s jejich finanční pomocí, bude zavádět, od dalšího školního roku, i do druhých ročníků na I. stupni. Žáci si tvoří spolu s učitelem týdenní plán, který se umísťuje na webové stránky školy. A to již od prvního ročníku. Učiteli tak ubývá práce s vypisováním domácích úkolů a v případě absence dítěte, je snadno dohledatelné, co se žáci učili v jednotlivých dnech a na které stránce zápisy naleznou. Během hodiny českého jazyka se využívalo hodně haptiky, děti si mohli vše osahat. Velmi často se volil i kinestetický styl výuky. Během hodiny se žáci mohli volně pohybovat po třídě.

### **Čas 10:45**

Ve smluvený čas se opět scházím s panem Ing.Bc. Beranem. Opět následuje prohlídka školy. Zatavujeme se v keramické dílně, která je nově doplněna o pec. Toto místnost využívají jak při vyučování, tak zde probíhá i výtvarný kroužek. Dále je škola vybavena přírodovědným koutkem s nejrůznějšími druhy živočichů, o které se žáci starají. Nacházejí se zde i nejrůznější laboratoře a jazykové učebny. Třídy jsou vybaveny pracemi zdejších studentů. Sám pan ředitel připouští, že třídy jsou prostorem dětí.

K dispozici kantorům i dětem pro výuku slouží řada učeben. Prosklená divadelní třída, která se značně využívá při hodinách hudební výchovy a řada venkovních prostor (altánků), které jsou vybaveny lavicemi. Žákům je k dispozici rovněž knihovna, kterou mohou využít od 12cti hodin. Ta je vybavena nejen knihami, ale i počítači, aby si děti mohly vytisknout své seminární práce. V odpoledních hodinách je k dispozici dětský klub, který nabízí od kulečnicku, stolního fotbalu, gauče až po nejrůznější hračky. Je zde dán prostor pro splnění si domácích úkolů, pod vedením učitele.

### **Čas 11:15**

Vcházíme do školní jídelny. Jídelna je moderně vybavena. Nalézají se zde okénka pro výdej polévek, tak obslužní pulty s možností výběru hlavního chodu. Následně je výdej jídla ukončen salátovým barem. Žáci si mohou vybírat zpravidla ze dvou hlavních jídel. „Zpravidla upravujeme čerstvé potraviny, snažíme se co nejméně používat již připravené směsi,“ oznamuje mi tamní vedoucí školní jídelny. Škola se snaží vyjít vstříc všem, kteří mají specifické stravovací nároky. K dispozici jsou dětem nápojové automaty, které poskytují výběr jak ovocných šťáv, tak i čaje a vody. Odevzdání jídelních táčů probíhá tak, že jsou odloženy na pásový dopravník. Kuchyně rovněž obsahuje nejmodernější nerezová zařízení pro úpravu a skladování potravin.

Jídelna je k dispozici i cizím strážníkům. Stoly zde nejsou odlišeny. Každý může sedět s každým. Své místo zde nemá vyhrazen ani pedagogický sbor.

### **Čas 12:00**

Odcházíme ze školní jídelny, která se nachází v areálu školy, ale se školou není spojená. Vracíme se zpět do kanceláře vedení. Kde je mi poskytnut školní časopis Bulletin. Následuje rozloučení a odchod ze školy

Zdroj: vlastní



## **Příloha č. 2 Pozorovací arch ZŠ Truhlářská Karlovy Vary**

**Datum: 13. 1. 2014, 21. 3. 2014, 25. 3. 2014...**

**Cíl: Jak naplňuje škola vybrané pilíře ŠPZ  
Jaké přístupy volí při spolupráci s žákem**

### **Popis školy:**

Škola je rozdělená na dva pavilony, z nichž každý reprezentuje jeden stupeň. Nevýhodou je, že budovy nejsou ve stejném areálu a žáci prvního stupně musejí na obědy docházet. Na prvním stupni jsou dětem k dispozici šatny a to hned u při vstupu školy. Rodiče mají do školy přístup na povolení sekretariátu. Rovněž jsou v budově umístěny družiny. Na chodbách nalezneme koutky ať už sportovní, nebo relaxační, které jsou hojně využívány jak během přestávek, tak i během hodin, kde se zde dá vést výuka. Součástí areálu prvního stupně jsou dvě tělocvičny a multifunkční hřiště. Do všech prostor mají žáci přístup.

### **Vyučování:**

Hodina je vedena převážně frontálně. Není zde zařazena práce v centrech, sdělování informací zde probíhá především výkladem. Výjimkou jsou předškolní třídy, kdy ráno je zařazen do výuky ranní kruh. Během hodin učitelé zařazují zdravotní cvičení se změnami poloh a dechová cvičení. Vše ale záleží na individuální aktivitě učitele. Během hospitací bylo zjištěno, že žák má právo uspokojit své biologické potřeby. Nemůže však svévolně opouštět místo při vyučování. Jediný kdo má právo pohybovat se po třídě, jsou žáci s poruchou hyperaktivity. Škola nerozlišuje základní učivo od rozšiřujícího. Samotní pedagogové v tom shledávají velkou nevýhodu, protože každý volí rozsah učiva trochu jinak. Ještě stále je zde důraz na znalosti než na kompetence. Příklady z reálného života se do vyučování zařazují jen zřídka.

Žáci jsou vedeni v práci na projektech, kde jsou k tomu vyhrazeny i hodiny. Projekty převládají v individuálním provedení.

### **Stravování:**

Na prvním stupni nejsou automaty pro žáky ani bufet. Na druhém stupni už vše k dispozici je a žáci prvního stupně si tak mohou zakoupit sladké při návštěvě školního klubu. Ke stravování žáků slouží jídelna, na kterou však musejí docházet přes silnice. Škola však zajišťuje doprovod. Co však žáci hojně využívají je ovoce a mléko do škol. I když ne vždy zkonsumují vše, co si objednají.

### **Spolupráce:**

Co však na této škole funguje je spolupráce mezi žáky. Silnější žáci pomáhají žákům slabším při výuce, čímž je usnadněna práce učitele. Rovněž druhý stupeň spolupracuje se stupněm prvním. Během pozorování bylo zjištěno, že žáci osmých tříd četli třetáčkům. Tato činnost je zde na škole velmi oblíbená. Nedostatky jsou ve spolupráci mezi učiteli, kde ani na stejném stupni spolupráce nefunguje.

## 2. Anketní průzkum Škola podporující zdraví

Dobrý den,

jsem studentkou Pedagogické fakulty Západočeské univerzity v Plzni. Ráda bych Vás požádala o vyplnění anketního průzkumu na téma Škola podporující zdraví, který se stane podkladem k vypracování praktické části diplomové práce. Otázky se vztahují k zásadám programu ŠPZ. Anketa je zcela anonymní. Na vybrané otázky prosím odpovídejte pouze formou odpovědi ano, ne.

Děkuji za vyplnění

Klára Janischová

### **Anketa : Škola podporující zdraví**

Třída: .....

Datum:.....

1. Snídáš ráno ovoce nebo zeleninu?

Ano

Ne

2. Máte ve škole dostatek prostoru pro vzájemnou spolupráci se spolužáky při výuce?

Ano

Ne

3. Při vyučování se rád spoléháš jen sám na sebe?

Ano

Ne

4. Domníváš se, že při společné účasti na řešení otázek a úkolů ve vyučovací hodině se dozvíš nové informace?

Ano

Ne

5. Máte možnost prostřednictvím volených zástupců Žákovského parlamentu (ŽP) komunikovat s vedením školy?

Ano

Ne

6. Můžete prostřednictvím ŽP zasahovat do života školy?

Ano

Ne

Zdroj: vlastní