

V červnu 2009 obhájila naše škola projekt „Přírodní škola“ a byla zařazena do sítě programu „Škola podporující zdraví“. Jsme jednou z mála škol v republice, které se podařilo získat tento titul během jednoho roku.

Co je program Škola podporující zdraví? Smyslem otevření sítě Škol podporujících zdraví je směřovat k naplňování vize, podle níž každé dítě a mladý člověk v Evropě má právo být vzděláván ve škole, která podporuje zdraví.

Proč zdraví patří do školy? Jedním z cílů Dlouhodobého programu zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR - Zdraví pro všechny v 21. století je cíl: Zdraví mladých. Strategie péče o zdraví zahrnuje celoživotní podporu zdraví, jejíž složkou je výchova jedince k odpovědnosti za zdraví. Významnými aktéry procesu podpory zdraví dětí a mládeže jsou rodiče a pedagogové. Významnou institucí je škola, kterou prochází prakticky celá populace žijící v dané zemi. Filozofie podpory zdraví vychází z vědeckých poznatků o tom, že zdraví každého jednotlivce (ať si to uvědomujeme či ne) je výslednicí vzájemného ovlivňování všech stránek jeho bytosti a jeho vztahů k okolnímu světu. Bez uvědomování nezbytného vnitřního i vnějšího souladu není možné uchovat zdraví individuální ani zdraví světa. Zdraví člověka neznamená jen nepřítomnost nemoci, zdraví je výslednicí vzájemných interakcí celého člověka, všech jeho systémů a složek na úrovni biologické, psychické, sociální, duchovní a environmentální - holistické pojetí zdraví. Chránit a posilovat zdraví znamená pozitivně působit na všechny jeho složky. Důležitou roli přitom hraje životní styl jednotlivce i skupiny. Životní styl a chování, které zdraví podporují, je třeba vytvářet již v předškolním a školním věku dítěte, kdy se návyky a postoje upevňují nejtrvaleji. Nejsnáze se vytvářejí spontánně, přímou zkušeností dítěte, tzn. tím, že dítě kolem sebe vidí příklady zdravého chování a také tím, že žije ve zdravě utvářených životních podmínkách. Nejvýznamnějšími aktéry procesu podpory zdraví jsou rodiče a pedagogové. Proto je klíčovou institucí pro realizaci podpory zdraví právě škola. Proces podpory zdraví ve školách se realizuje některými programy, z nichž největší popularitě se těší a efektivitu svých výsledků dlouhodobě potvrzuje evropský program Škola podporující zdraví (ŠPZ). Posláním tohoto programu je dosáhnout, aby každé dítě v ČR mělo možnost být vzděláváno ve škole, která veškerou svou činností zdraví podporuje.

Charakteristika programu ŠPZ. Záměrem programu ŠPZ je aplikovat strategii podpory zdraví na podmínky školy a přispět k její účasti na vlastní proměně a rozvoji. V praxi školy to znamená, že všechno, co se ve škole dělá záměrně (vyučované kurikulum, školou organizované činnosti) a rovněž všechno, co se v ní děje živelně (skryté kurikulum, kultura či ethos školy), se pedagogové učí promyšlet a ovlivňovat pod zorným úhlem obou pólů možných důsledků, jaké má působení školy na zdraví svých lidí - žáků, pedagogů, zaměstnanců, rodičů, spoluobčanů v obci – důsledků pozitivních (protektivních, podporujících zdraví) a negativních (rizikových, ohrožujících zdraví). Svým zaměřením na podporu zdraví člověka (ve všech jeho aspektech, u všech aktérů a ve všech složkách prostředí), poskytuje program jak eticky, tak vědecky zdůvodněný nový rozměr pro plánování, provádění i posuzování činnosti školy, který ve svém důsledku vypovídá o její kvalitě.

V čem se to konkrétně projevuje? Program ŠPZ pomáhá školám (MŠ, ZŠ a SŠ), aby si týmovou spoluprací stanovily dlouhodobou a vyváženou koncepci, strategii a metody řízení své kvalitativní proměny v dílnu zdravého způsobu života a vzdělávání. Cílem proměny je trvale umožňovat optimální vývoj a rozvoj každého jednotlivce, žáka a učitele v součinnosti s rodiči a obcí, po stránce tělesné, duševní, sociální a duchovní. Plněním svého cíle, který je zaměřen pozitivně, tj. převážně na posilování a vytváření optimálních předpokladů u každého člověka, je program současně nástrojem včasné primární prevence civilizačních chorob, antisociálního chování a všech závislostí. V podmínkách současné školy však nejsou tyto cíle splnitelné v plném rozsahu. Strategie programu ŠPZ je proto zaměřena na tvorbu a udržení takových podmínek, které jsou pro naplňování stanoveného cíle určující.

Základní podmínka kvality školy - bezpečné a podnětné sociální prostředí. Hlavní úsilí škol je v tomto smyslu zaměřeno na tvorbu bezpečného a podnětného sociálního prostředí, protože jeho vliv na celkové zdraví člověka je podstatný a mnohostranný. Vliv bezpečného a podnětného prostředí se projevuje v tom, že: posiluje motivaci a zlepšuje neuropsychické předpoklady žáků i učitelů k plnění úkolů – má význam pro aktuální průběh výuky a učení a z dlouhodobého hlediska pro kvalitu výsledků vzdělávání; navozuje pozitivní prožívání, snižuje riziko aktuálního stresu a úzkostných stavů jakož i riziko interference doznívajících negativních zážitků do aktuálních činností a výzev; ve svém dlouhodobém důsledku posiluje sebedůvěru a vyrovnané sebevědomí

osobnosti jako základu jejího zdravého vývoje a duševní odolnosti v dospělosti; působí na žáky i učitele formativně, odnášejí si do dalšího života a jiných oblastí života vzorce pro svoje sociální a pro-zdravotní chování v kterékoliv komunitě; zvyšuje otevřenost a spolupráci žáků, rodičů a učitelů uvnitř i vně školy a vytváří předpoklady pro to, aby škola dokázala řešit včas, adekvátně a na odborné i lidské úrovni výskyt takových nežádoucích jevů mezi dětmi a mládeží, jako jsou zdraví škodlivé návyky a sociálně patologické chování, např. šikanování, jehož výskytu se nevyhne žádná škola – rozdíl však bude v tom, zda je připravena šikaně čelit, nebo se snaží ji zakrýt.

Cíl programu ŠPZ - odpovědnost ke zdraví a životní kompetence. Cílem programu ŠPZ je rozvíjet životní kompetence každého žáka tak, aby úcta ke zdraví a schopnost chovat se odpovědně ke zdraví svému i druhých patřily mezi jeho celoživotní priority. Klíčové životní kompetence jsou formulovány na úroveň dospělého člověka. U dětí a dospívajících v edukačním prostředí slouží vytýčená podoba kompetence k tomu, aby pedagogové mohli určit a naplánovat směr dlouhodobého výchovně-preventivního procesu již od jeho počátku. To zároveň vyžaduje, aby klíčové kompetence podrobně specifikovali pro jednotlivé stupně osobnostního vývoje žáka a našli pro ně odpovídající vzdělávací obsahy a vyučovací styly. Kompetencí člověka podporujícího zdraví se snaží dosahovat i pedagogové ŠPZ formami dalšího vzdělávání, výměnou zkušeností mezi pedagogy ŠPZ a vyhodnocováním svých pokroků. Celkovým stylem, který ŠPZ vede, jsou ovlivňováni rovněž rodiče žáků. Prostřednictvím svých učitelů a rodičů je každá ŠPZ přínosem pro výchovu ke zdraví a pro podporu zdraví i mezi populací dospělých lidí v obci.

Klíčové životní kompetence, kterými se člověk podporující zdraví vyznačuje:

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

ŠPZ v ČR je součástí celoevropské sítě národních sítí. Evropská síť škol hlásících se k programu Škola podporující zdraví (ENHPS - European Health Promoting School) začala vznikat od roku 1990. Tato síť je garantována třemi mezinárodními organizacemi: Světovou zdravotnickou organizací (WHO Euro v Kodani), Radou Evropy (CE) a Komisí Evropské unie (CEU). V současné době je do sítě programu přijato 43 zemí. V současné době tvoří Národní síť ŠPZ 96 mateřských škol, 112 základních škol, 6 středních škol a 7 speciálních škol.