



Zdravotně
sociální fakulta
Faculty of Health
and Social Sciences

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Analýza stravy a péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách v okrese České Budějovice

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Studijní program: **VEŘEJNÉ ZDRAVOTNICTVÍ**

Autor: Bc. Monika Klimešová

Vedoucí práce: RNDr. Jana Krejsová

České Budějovice 2018

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci s názvem „*Analýza stravy a péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách v okrese České Budějovice*“ jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby diplomové práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé diplomové práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz, provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 14. 5. 2018

.....

Bc. Monika Klimešová

Poděkování

Touto cestou bych ráda poděkovala paní RNDr. Janě Krejsové za vedení této diplomové práce, za cenné rady a čas, který mi věnovala. Poděkování také patří ředitelkám mateřských škol a dětských skupin, které mi umožnily provést výzkumné šetření v jejich zařízení a tím mi pomohly tento výzkum zrealizovat.

Analýza stravy a péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách v okrese České Budějovice

Abstrakt

V posledních letech přibývají žádosti rodičů o zařazení dvouletých dětí do předškolních zařízení a v této souvislosti začaly vznikat dětské skupiny. Dále v roce 2020 vstoupí v platnost novela školského zákona, která umožní, aby předškolní vzdělávání probíhalo zpravidla už od dvou let. Ke zpracování této diplomové práce byla zvolena kvalitativní metoda výzkumného šetření, která byla provedena formou pozorování a rozhovorů.

Prvním cílem bylo porovnat rozdíly v péči o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách. Hlavní rozdíl mezi mateřskými školami a dětskými skupinami spočívá v menším počtu dětí v dětských skupinách. Počet pečujících osob je v obou zařízeních většinou stejný, a proto není možné přistupovat v mateřských školách k dvouletým dětem individuálně.

Druhým cílem bylo porovnat stravování v mateřských školách a dětských skupinách. Bylo zjištěno, že jídelní lístky jsou v mateřských školách v souladu se Spotřebním košem, který je měsíčně vyhodnocován. Dětské skupiny tuto povinnost nemají, tudíž bylo provedeno posouzení pestrosti nabídky jídelního lístku. Stravování v dětských skupinách je srovnatelné s mateřskými školami včetně doporučeného pitného režimu. Bohužel byly zaznamenány velké nedostatky u nabídky čerstvé zeleniny hlavních chodů.

Klíčová slova

Mateřská škola; dětská skupina; předškolní vzdělávání; raná péče; výživa dětí; školní stravování.

Analysis of nutrition and care of two years children at Infant Groups and Kindergartens in the district České Budějovice

Abstract

In recent years parents' requests have been increasing for the inclusion of two-year-old children into pre-school facilities. Due to this fact Infant Groups have started to exist. There will be an amendment of the Education Act that will come into force in 2020. According to the amendment it will be obliged to educate two-year-old children in the pre-schools. A qualitative research survey which was done by means of observations and interviews was used to summarize the results of this diploma thesis.

The first aim was to compare the differences between the provision of childcare of two-year-olds in the Kindergartens and the Infant Groups. The main difference between the Kindergartens and the Infant groups lies in lower amount of children in the Infant groups. The number of pedagogical staff is mostly the same that is why it is not possible to take care of two-year-old children individually in the Kindergartens.

The second aim was to compare boarding in the Kindergartens and the Infant groups. It was shown that the menu in the Kindergartens is in compliance with the Consumer basket. The menu is evaluated every month. The evaluation is not obligated in the Infant groups therefore variety of menus was assessed on the basis of repetition rate of particular meals in the school canteen per month. The boarding in the Infant groups is comparable to the Kindergartens in most categories including keeping a recommended water intake. Unfortunately, the main courses have been found severe lack of fresh vegetables in offer in the Infant groups.

Key words

Kindergarten; Infant Group; pre-school education; early care; nutrition of children; school canteens.

Obsah

ÚVOD.....	8
1 TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1.1 Vývojová specifika dětí v předškolním věku.....	9
1.1.1 Novorozenecké období.....	11
1.1.2 Kojenecké období.....	12
1.1.3 Batolecí období.....	13
1.1.4 Předškolní období.....	13
1.2 Historie předškolního zařízení.....	15
1.2.1 První mateřské školy.....	16
1.2.2 Vznik dětských skupin.....	17
1.3 Předškolní vzdělávání v současné době.....	19
1.3.1 Specifika předškolní výchovy.....	20
1.3.2 Význam péče a vzdělávání dětí v předškolních zařízeních.....	20
1.3.3 Mateřská škola.....	22
1.3.4 Vzdělávání dětí ve věku od 2 do 3 let v mateřské škole.....	23
1.3.5 Alternativní předškolní instituce.....	24
1.4 Srovnání mateřských škol a dětských skupin.....	27
1.4.1 Zřizovatel.....	27
1.4.2 Podmínky pro poskytování služby péče o dítě.....	27
1.4.3 Úhrada nákladů za službu péče o dítě.....	28
1.4.4 Počet dětí.....	29
1.4.5 Hygienické požadavky na prostory a provoz.....	29
1.5 Výživa v předškolním věku.....	33
1.5.1 Výživa v prvním roce života.....	33
1.5.2 Výživa v batolecím věku.....	34
1.5.3 Výživa v předškolním věku.....	35
1.6 Stravování v předškolních zařízeních.....	36
1.6.1 Stravování v mateřských školách a dětských skupinách.....	39
2 CÍLE PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY.....	40
2.1 Cíle práce.....	40
2.2 Výzkumné otázky.....	40
2.3 Operacionalizace pojmů.....	41

3	METODIKA.....	43
3.1	Použitá metoda.....	43
3.2	Charakteristika výzkumného souboru.....	44
4	VÝSLEDKY.....	45
5	DISKUZE.....	58
6	ZÁVĚR.....	63
7	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ.....	65
9	SEZNAM PŘÍLOH.....	73

ÚVOD

Téma mé diplomové práce je: „*Analýza stravy a péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách v okrese České Budějovice*“. Toto téma jsem si vybrala proto, že je v posledních letech velmi diskutované v důsledku nedostatku míst v mateřských školách. Z tohoto důvodu začaly vznikat první dětské skupiny a v současné době už jich zaznamenáváme několik i v okrese České Budějovice. Dětské skupiny rozšířily škálu služeb v péči o předškolní děti a to už od jednoho roku. V souvislosti s novelou školského zákona, která stanoví, že od roku 2020 bude předškolní vzdělávání organizováno pro děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let, je cílem této diplomové práce zjistit, zda existují rozdíly v poskytování péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách, ale především také zhodnotit, zda podávaná strava v mateřských školách a dětských skupinách souhlasí s nutričním doporučením.

1 TEORETICKÁ ČÁST

1.1 Vývojová specifika dětí v předškolním věku

Nástup do první třídy základní školy je mimořádnou událostí v životě dítěte a jeho rodiny. Završením dosavadního vývoje začíná nová etapa života (Bednářová a Šmardová, 2010).

Výchova a vzdělání v předškolním věku hraje velkou roli v následujícím vývoji dítěte (Shaffer a Kipp, 2013). Důraz je kladen na praktické a teoretické zkušenosti jak profesionálního pracovníka, tak i rodiče v raném dětství (Gonzalez-Mena, 2008). V současné době se setkáváme s dvěma hlavními názory o výchově dítěte v předškolním věku. První názor klade důraz na spontánnost. Jedná se o typ výchovy, který je přikláněn přirozenému vývoji. Děti si samovolně hrají, a pokud to není nezbytně nutné, nikdo do tohoto přirozeného vývoje nezasahuje. Zastánci této výchovy mají většinou kritický postoj k předškolnímu vzdělávání. Na straně druhé stojí ti, kteří kladou důraz na předškolní přípravu a zastávají názor, že by dítě mělo být postupně připraveno na nástup do školy po stránce kognitivní i výchovné. Stejně jako v jiných specializovaných oborech se domníváme, že zlatá střední cesta by měla být ta správná. Nároky, které jsou na dítě kladeny, by měly být v souladu s jeho individuálními potřebami a možnostmi (Bednářová a Šmardová, 2010).

Základní principy předškolního vzdělávání s ohledem na specifika dětí předškolního věku jsou velmi dobře zformulovány v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání (Bednářová a Šmardová, 2010). Tento program je vypracován Ministerstvem školství mládeže a tělovýchovy. Úprava Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání byla provedena na základě ustanovení zákona č. 178/2016 Sb., kterým se mění zákon 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů. Úprava z roku 2017 nabývá účinnosti od 1. 9. 2017. Rámcové vzdělávací programy vycházejí z nové strategie vzdělávání, kde existuje úzká provázanost vzdělávacího obsahu a uplatnění získaných vědomostí a dovedností v praktickém životě (Splavcová et al., 2017).

Základní principy Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání (Splavcová et al., 2017):

- ✧ akceptovat přirozená vývojová specifika dětí předškolního věku a důsledně je promítat do obsahu, forem a metod jejich vzdělávání,
- ✧ umožňovat rozvoj a vzdělávání dítěte v rozsahu jeho individuálních možností a potřeb,
- ✧ zaměřovat se na vytváření základů klíčových kompetencí dosažitelných v etapě předškolního vzdělávání.

Není neobvyklé, že se děti stejného věku liší ve fyzické vyspělosti i sociálních předpokladech a proto je nezbytné klást důraz na individuální přístup ze strany učitele (Bednářová a Šmardová, 2010). Ve většině případů jsou tyto předpoklady charakteristické jednotlivými vývojovými obdobími v životě člověka. Jedná se o zákonitý proces, který tvoří posloupnost na sebe navazujících fází (Kohoutek, 2006). Obecně můžeme vývoj člověka rozdělit na tři základní období - dětství, dospělost a stáří (Langmeier a Krejčířová, 2006). Každé z nich je charakterizováno anatomickými, fyziologickými a sociálními změnami. Školství vývojová období respektuje a upravuje podle nich rozdělení školní docházky (Špaňhelová, 2009; Neaum, 2010).

Langmeier a Krejčířová ve své knize (2006) uvádějí, že životní běh člověka začíná už početím. První období se nazývá prenatální a je to tedy období mezi početím a narozením. Obvykle trvá zhruba 9 měsíců a rozděluje ho na další tři období: oplodnění, embryonální období a fetální období.

Druhé období se nazývá novorozenecké a po měsíci jeho trvání přichází kojenecké. Období batolecí se počítá od jednoho roku do tří let a na něj navazuje období předškolní, které končí nástupem do školy a začíná tedy období školní (Kučera, 2013; Shaffer a Kipp, 2013).

Vágnerová ve své knize (2012) uvádí, že věk, kdy dítě chodí do základní školy, se nazývá školní období. Začíná v šesti letech a končí zhruba v patnáctém věku života, kdy dítě ukončuje povinnou školní docházku. Toto období lze ještě rozdělit na tři dílčí fáze, které na sebe navazují zhruba po třech letech: raná, střední a starší.

Člověk se mění po celý život a proto jeho vývoj dětstvím nekončí. Po ukončení povinné školní docházky přichází období dospívání. Je jakousi hranicí mezi dětstvím a dospělostí. Po tomto dlouhém složitém vývoji následuje dospělost, kterou rozděluje

na časnou, střední a pozdní. Nakonec přichází poslední vývojové období v životě člověka, kterým je stáří a trvá až do smrti (Shaffer a Kipp, 2013).

Pro účely této diplomové práce je nezbytné podrobněji vysvětlit fyzické a sociální změny v těchto čtyřech obdobích ve vývoji člověka: novorozenecké, kojenecké, batolecí a předškolní.

1.1.1 Novorozenecké období

Přechod dítěte na skutečný svět znamená velkou změnu. Zhruba devět měsíců v prenatálním období se postupně připravovalo na další život (Langmeier a Krejčířová, 2006). Po těchto devíti měsících prenatálního vývoje přichází porod, kterým začíná druhá etapa - novorozenecké období. Novorozenec se musí rychle vzpamatovat a přivyknout si na nové prostředí. Toto období se také nazývá adaptační a trvá 28 dní. Jedná se o velmi náročnou část života jak pro novorozence, tak pro matku (Kučera, 2013). Zvlášť kritické je pro nedonošené novorozence nebo pro novorozence s vrozenými vývojovými vadami. Komplikované těhotenství a porod rovněž vytváří předpoklady pro kritické novorozenecké období (Müllerová et al., 2014).

Organismus novorozence není ještě úplně vyžralý jak po stránce fyzické, tak i psychické (Harris a Butterworth, 2012). Po narození je jeho tělesná hmotnost obvykle mezi 2,5 a 4,4 kg a v průměru tělo novorozence měří 45 - 55 cm. Tělesné rozměry jsou v průměru velmi odlišné od následujících období života. Hlava je v porovnání s tělem relativně velká, břicho vystouplé a končetiny jsou krátké (Müllerová et al., 2014).

Z hlediska motoriky má novorozenec zvýšené svalové napětí. Poloha horních i dolních končetin stále připomíná polohu plodu (Thorová, 2015). Významný je pro psychomotorický vývoj novorozence především spánek, který představuje až 20 hodin denně. Během spánku dochází k upevňování paměťových stop a vytváření motorických vzorců (Benson a Haith, 2010).

Novorozenec je vybaven vrozenými reflexy, kterými je schopný si postupně přivykat na nové prostředí. Je to jeho základní novorozenecká výbava, na které se v průběhu období rozvinou jeho ostatní smysly. Hlavními reflexy jsou: hledací, sací, vyměšovací, obranné či úchopové (Thorová, 2015; Shaffer a Kipp, 2013).

Velmi dobře je vyvinut hmat, který byl rozvíjen už v prenatálním období. Kvalitně jsou také vyvinuty chuť a čich, které mají obrovský význam. Bylo dokonce

prokázáno, že novorozenec do šesti dnů od porodu pozná svou matku čichem (Langmeier a Krejčířová, 2006). Ostatní smyslové funkce sluch a zrak, nejsou ještě dostatečně vyvinuty jako je právě hmat, chuť a čich (Neaum, 2010).

1.1.2 Kojenecké období

Po prvním měsíci života přichází kojenecké období, které trvá až do jednoho roku. V tomto období už je kojeneček schopen záměrných, vůlí řízených aktivit (Klíma et al., 2016). Během prvního roku života se dramaticky vyvíjí somatický, motorický i psychický vývoj (Langmeier a Krejčířová, 2006).

V kojeneckém období dochází k nejvýraznějšímu růstu ze všech postnatálních období (Benson a Haith, 2010). Kojeneček kolem pátého až šestého měsíce dokonce zdvojnásobí svoji porodní hmotnost a za dalších pět až šest měsíců dokonce až ztrojnásobí. Jeho tělesná délka vzroste zhruba o 25 cm. Obvod hrudníku přeroste obvod hlavy a tento poměr už potrvá po celý život (Klíma et al., 2016). Kojeneček má polohu hlavy a těla více symetrickou a dokáže ji udržet v jedné rovině (Špaňhelová, 2008).

Motorický vývoj v prvním roce života je nejdůležitější ze všech období (Neaum, 2010). Zhruba ve třech měsících dokáže kojeneček na zádech zvedat končetiny, na břicho držet vztyčenou hlavu a dokáže na okamžik i zvednout hrudník nad podložku. V šestém měsíci se dokáže z polohy na zádech přetočit na břicho a dokonce se přitáhne do krátkodobého sedu. Kolem devátého měsíce už kojeneček dokáže sedět velmi stabilně. Z hlediska jemné motoriky dokáže uchopit předměty silným stiskem a kolem dvanáctého měsíce začíná už chodit. Z hlediska jemné motoriky dokáže uchopit velmi drobné předměty, jako například tkaničky (Klíma et al., 2016).

Kojeneček kolem třetího měsíce života má dobře vyvinutý sluch. Když se v jeho okolí rozléhají zvukové podněty, dokáže na ně zareagovat otočením se ve směru zvuku (Harris a Butterworth, 2012). Také zrak se velmi rychle vyvíjí. Kolem třetího měsíce věku si prohlíží osoby kolem sebe a fixuje pohled na jednotlivé předměty. V šestém měsíci už kojeneček svými rukama manipuluje s předměty v zorném poli cíleně a dokáže si je podrobně prohlížet (Klíma et al., 2016). Kolem devátého měsíce je schopen rozeznat svou matku nebo jiné blízké osoby podle hlasu. Zrak se také neustále vyvíjí a dokonce už v tomto věku dokáže vnímat barvy kolem sebe (Benson a Haith, 2010). Kolem jednoho roku života kojeneček dokáže říkat první slova, která obsahují často jen

jednoduché hlásky. Také začíná více přemýšlet a vyvíjí se u něj abstraktní myšlení (Klíma et al., 2016).

1.1.3 Batolecí období

Druhý a třetí věk dítěte je vůbec nejnáročnější, co se týče péče o dítě vůbec. Je to proto, že vyžaduje vysokou pozornost a začíná jeho první období vzdoru a sebeprosazování (Shaffer a Kipp, 2013).

Růst se začíná postupně zpomalovat. V tomto období převažuje spíše psychický vývoj nad motorickým. Odpovídá asi 10 - 15 cm za jeden rok. Ve třech letech dítě obvykle měří 100 cm a váží 15 kg (Klíma et al., 2016). Tělesné proporce se velmi podobají proporcím dospělého člověka (Müllerová et al., 2014). Dítě už je schopno chodit bez pomoci, a proto je důležitý neustálý dohled pečující osoby. Ve dvou letech už dokáže samostatně běhat a zvládat nerovnosti terénu. Tříleté dítě je schopno jezdit dokonce i na tříkolce. Z hlediska jemné motoriky umí přiřazovat základní geometrické tvary k příslušným otvorům (Langmeier a Krejčířová, 2006; Thorová, 2015).

Ve druhém a třetím věku dochází k rozvoji řeči. Dvouleté dítě zvládne říkat jednoduché věty a umí zhruba 100 - 200 slov. Také si rádo začíná hrát s ostatními dětmi, ale spolupracovat s vrstevníky v jednotlivých hrách se naučí až kolem třetího roku života (Müllerová et al., 2014).

V batolecím období jsou velmi rizikové úrazy. Nejčastěji jsou to úrazy související s pohybem, protože dítě už je samostatnější než kdy předtím. Velmi časté jsou popáleniny a opařeniny, které s pohybem dítěte také souvisejí. Vysoce nebezpečné jsou otravy dětí, především v domácnosti. Je nezbytné před dětmi jakékoliv nebezpečné tekutiny a předměty schovávat. V neposlední řadě jsou to také infekce, především horních cest dýchacích, které se nejčastěji přenášejí v kolektivu dalších dětí. Je potřeba brát ohled na infekce, protože v tomto věku je sliznice dítěte ještě velmi křehká a jeho imunologická výbava není dostatečná (Klíma et al., 2016).

1.1.4 Předškolní období

Předškolní období navazuje na batolecí období a trvá od tří do šesti let. Ve většině případů dítě už navštěvuje předškolní zařízení (Špaňhelová, 2008).

Růst v tomto období je lineární, ubývá tukové tkáně a dítě bývá velmi štíhlé

a vytáhlé (Müllerová et al., 2014). V průměru šestileté dítě měří 120 cm a váží 20 - 25 kg (Klíma et al., 2016). Charakteristika předškolního věku spočívá v intenzivním rozvoji pohybových aktivit (Müllerová et al., 2014). Motorika se velmi zlepšuje, zdokonalují se provedené pohyby a hbitost. Z hlediska jemné motoriky jsou výrazné pokroky v kresbě. Dítě v tomto věku je schopné kreslit jednotlivé čáry, ale i jednoduché obrázky podle předlohy (Langmeier a Krejčířová, 2006).

Dochází k velkému pokroku v psychickém vývoji. Dítě si uvědomuje své vlastní „já“ a dokáže vnímat abstraktní pojmy. Také si utvrzuje mezilidské vztahy jak v rodině, tak v kolektivu mezi vrstevníky. V tomto věku není u dětí výjimkou, když rozvoj dovedností a znalostí je rychlejší než ukázněnost a sebekontrola (Klíma et al., 2016).

Vývoj řeči se neustále zdokonaluje. Dochází k rozšiřování slovní zásoby a správnosti gramatiky vět (Müllerová et al., 2014). S postupem věku roste zájem o mluvenou řeč. Kolem čtvrtého roku dítě běžně zvládne poslouchat krátké povídky (Benson a Haith, 2010).

Stejně jako v batolecím období jsou rizikové úrazy. Dítě bývá velmi často v kolektivu, kde je největší riziko při pohybových hrách, nejčastěji v těch soutěživých. Velmi časté jsou i dopravní nehody. Je třeba dbát na důkladnou dopravní výchovu při přecházení silnic nebo jízdě na kole. Také infekce jsou velmi časté, proto je vhodné zařadit do jídelníčku ovoce a zeleninu a dodržovat správné hygienické návyky (Klíma et al., 2016).

Hranice předškolního a školního věku je v šesti letech. Většinou po nástupu školní docházky a ve věku, kdy dítě dosáhne školní zralosti (Klíma et al., 2016). Pojem školní zralost vysvětluje Bednářová a Šmardová (2010) jako dosažení takového stupně vývoje, kdy je dítě schopno nastoupit do povinné školní docházky bez jakýchkoliv obtíží, nejlépe s radostí. Rozumíme také jako úspěšné zvládnutí všech požadavků, které jsou na dítě v první třídě kladeny. Pokud se jedná o sporné případy nebo je to na žádost rodičů, psychologa, či praktického lékaře pro děti a dorost, je dítě podrobena zkoušce. Jedná se o standardizovaný test školní zralosti v pedagogicko-psychologické poradně. Test zpravidla obsahuje kreslení, obkreslování písma, obrazec složený z deseti bodů, dále se hodnotí vůle, soustředění, vytrvalost, schopnost komunikace, sociální adaptace, podřízení se práci v kolektivu a další specifické vlastnosti (Klíma et al., 2016).

1.2 Historie předškolního zařízení

„Αγαπάμε το ωραίο χωρίς να χάνουμε το μέτρο της απλότητας και καλλιεργούμε τα γράμματα χωρίς να χάνουμε την μαχητική μας ικανότητα.“

„Milujeme umění, ale s pravou mírou. Milujeme vědění, ale bez újmy na mužnosti.“

- Periklova pohřební řeč nad padlými v r. 431 př. Kr.

(Blaisdell, 2014; Paparrigopoulos, 2014; Thúkídidés, 1977)

Historie výchovy dětí v předškolním věku sahá až do pravěku. Ovšem první zmínky o předškolním vzdělávání, především výchově dítěte jako takové, pochází ze starověkého Řecka (Blaisdell, 2014). V této době byly položeny základní kameny postupně se utužujícího přesvědčení o významu výchovy dětí. Už tehdy si lidé uvědomovali, že právě období předškolního věku představuje počátek individuálního vývoje, který může být zásadní po zbytek celého života (Langmeier a Krejčířová, 2006).

Ve starověkém Řecku Platón a Aristoteles ve svých spisech Ústava a Zákony přednáší o výchově nejmenších. Podle těchto filozofů, mají být děti vychovávány tak, aby chtěly být spravedliví a dobří občané. Výrazný byl především důraz na náboženskou a morální výchovu (Dostál a Opravilová, 1985; Lascarides a Hinitz, 2013). Už ve starověkém Řecku, byly děti posílány do škol od jejich sedmi let a do té doby zůstávaly doma s rodinou. Během těchto předškolních let se děti začleňovaly do společnosti v místech bydliště, učily se zdvořilosti a dalším morálním disciplínám. Už od kolébky poznávaly kulturní písně, literaturu, ale i mýty a legendy o hrdinech a Bozích. Na budoucí vzdělávání dětí připravovaly rodiče, ale často se účastnili i učitelé či sportovní trenéři (Lascarides a Hinitz, 2013). Vzdělávání v tomto období se také vyznačovalo kladením důrazu na přizpůsobení dítěte společenské normě poslušnosti a pokory. Tento způsob výchovy se označuje jako princip naprosté poslušnosti, který potlačoval přirozený vývoj dítěte. Výchova a vzdělávání dětí na tomto principu probíhala po několika staletí (Dostál a Opravilová, 1985).

Ke změně pohledu na výchovu dochází až ve 14. – 16. století. Konečně je více vnímána individualita dítěte a dochází ke vzdělávání dětí v oblasti kultury, filozofie

i přírodních věd. V 17. století byl začátek velkolepé reformy školského systému, kde největší zásluhu má J. A. Komenský (Opravilová, 2016). Jako první podal kompletní a velmi dobře vypracovaný systém výchovy předškolních dětí. V roce 1632 napsal knihu „Informatorium školy mateřské“. Jedná se o systematické pojednání o výchově dětí v nejmladším věku a jde o jakousi příručku pro rodiče. Rozdělil školní docházku do čtyř období po šesti letech (Řezníková, 2015). Kromě toho také Komenský změnil přístup k výchově dětí a stejně jako on, i Jean Jacques Rousseau byl odpůrcem tzv. principu naprosté poslušnosti. Jean Jacques Rousseau byl významný pedagog a vytvořil teorii přirozené a svobodné výchovy. Byl zastáncem toho, že výchova pochází z potřeb dítěte a upřednostňoval tzv. princip přirozenosti (Dostál a Opravilová, 1985; Řezníková, 2015).

1.2.1 První mateřské školy

Teprve v 19. století se začíná vytvářet školský systém jako takový. Začínají vznikat první mateřské školy a jiná zařízení. Hlavním důvodem byly převratné ekonomické, sociální a kulturní změny v důsledku industrializace (Průcha, 2009). Významný průlom v historii předškolního vzdělávání učinil německý pedagog Friedrich Fröbel. Kladl důraz na aktivitu dětí, na rozvoj jejich tvořivosti a iniciativnosti (Dostál a Opravilová, 1985). Měl představu, že den v mateřské škole by měl začít zpěvem a pokračovat různými typy her s využitím hraček. Jeho výuka byla určena dětem od tří do šesti let a vzhledem k tomu, že tyto děti byly velmi mladé, tak právě matky by měly být těmi, kdo je učí. Argumentoval tím, že rané vzdělávání je prodloužením mateřství (Eschner, 2016). V roce 1837 zakládá Friedrich Fröbel první mateřské školy v Německu a zpracovává metodiku předškolního vzdělávání. Tyto mateřské školy nazýval Kindergarten, neboli dětské zahrádky (Allen, 2017). Ženy, které byly vyškolené Fröbelem, otevřely Kindergarten v celé Evropě a po celém světě. Dokonce i v USA je tato historie úzce spjatá právě s tímto pedagogem a první mateřská škola v USA byla založena v roce 1856 (Eschner, 2016; Wally, 2016).

V České republice vznikala první veřejná zařízení předškolní výchovy převážně ze sociálních potřeb. Péče o děti v těchto veřejných zařízeních spočívala z velké části ve zdravotním a bezpečnostním zajištění. K zásadnímu rozvoji došlo v průběhu 19. století. V této době už bylo několik předškolních zařízení, která se v mnoha směrech lišila. Rozdílly byly jak v postupech a kvalitě výchovné péče, tak i v organizaci. Později

docházelo k vývoji a sjednocení jednotlivých zařízení, až byla v druhé polovině 19. století založena první standardní mateřská škola (Opravilová, 2016). Vznikla z iniciativy Marie Riegrové Palacké a byla vytvořena podle francouzského a německého vzoru. Tato mateřská škola byla založena v roce 1869 v Praze v prostorech kostela sv. Jakuba. Postupem času se síť mateřských škol rozšiřovala a jejich počet nabýval. Systém předškolních zařízení se neustále vyvíjel a v roce 1869 a 1872 byl ovlivněn zákonem. Opatrovny a jesle nyní byly označovány jako ošetřovací ústavy a mateřské školy jako výchovná zařízení, která byla dostupná všem dětem (Průcha, 2009).

Na evropské úrovni ovlivnila výchovný model předškolních zařízení italská lékařka Marie Montessoriová a vnesla do výchovy dětí jiný pohled (Průcha, 2009). Přednesla myšlenku, že dítě má svůj vlastní svět a vychovatel by se ho měl snažit pochopit. Vycházela z názoru o vrozeném charakteru každého dítěte a vyvozovala, že výchova musí být provozována na základě svobodných a spontánních projevů. Vychovatel by tedy měl děti spíše pozorovat a dbát na jejich samostatnosti (Opravilová, 2016; Eschner, 2016).

Po druhé světové válce byl vydán nový zákon a zařadil tak mateřské školy a jesle do vzdělávacích institucí. Kromě mateřských škol se u nás začaly vytvářet i školy soukromé, církevní a spolkové. Po celé období socialismu se tehdejší politická ideologie promítá ve výchově dětí. Docházelo k nátlaku na urychlení psychického vývoje dítěte, a tak se posunula povinná školní docházka i střední školy o dva roky. V roce 1989 Sametová revoluce přinesla svobodné myšlení i v oblasti předškolního vzdělávání. Opět byl upřednostňovaný individuální přístup k dítěti s důrazem na jeho potřeby. Hledají se nové přístupy a metody a také docházelo k rozvoji alternativních směrů, jako je například Zdravá škola a Zdravá mateřská škola, Montessori systém, Waldorfská pedagogika, lesní školky a podobně (Opravilová, 2016).

1.2.2 Vznik dětských skupin

Jinou formou péče o předškolní děti v České republice je dětská skupina, která je stejně jako mateřské školy poskytována mimo domácnost dítěte v kolektivu dětí. Jedná se o novou prosazovanou formu služby hlídání a péče o dítě. Je zaměřená na zajištění potřeb dítěte, na výchovu, rozvoj schopností, kulturních a hygienických návyků (Zákon č. 247/2014 Sb.; Opravilová, 2016). Dětské skupiny poskytují služby péče o dítě, které nejsou určeny za účelem zisku, jako je například firemní zařízení,

mateřská centra nebo střediska volného času (Pemová a Ptáček, 2013). Jedná se především o alternativu výchovné a vzdělávací péče v rámci oficiálního systému předškolního vzdělávání v České republice, která je poskytována dětem od jednoho roku věku do zahájení povinné školní docházky (MPSV, 2015). Cílem tohoto záměru je zvýšit místní a cenovou dostupnost v péči o dítě už od jednoho roku (Opravilová, 2016).

V posledních letech byl zaznamenán nedostatek míst v předškolních zařízeních. Mateřské školy byly plné a tento problém platil zejména pro zařízení typu jesle, které slouží pro ty nejmenší (HSHMP, 2016). To byl hlavní důvod, proč byla problematika denní péče o dítě čím dál více diskutovaná (Pemová a Ptáček, 2013). Ministerstvo práce a sociálních věcí, Ministerstvo zdravotnictví a Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy se rozhodlo vyhledat řešení a uvést v platnost zákon, který umožní vznik předškolního zařízení s benevolentnějšími pravidly (HSHMP, 2016). Odborníci se ovšem neustále poukazují na případný nedostatek ohledně kvality předškolního vzdělávání a odborné pedagogické výchovy (Opravilová, 2016). Kritické připomínky odborníků se soustředily v první řadě na délku pobytu v dětské skupině. Systematické vzdělávací působení se v dětských skupinách nepředpokládá a tak není pravděpodobné, že by děti dosáhly počátečního předškolního stupně vzdělávání podle metodických návodů. Stejně tak připomínky zahrnují pochybnosti o tom, jak spolehlivě bude zajištěna profesní úroveň osob, které dětské skupiny povedou (Opravilová, 2016).

Po dlouhých debatách o podobě zákona týkajícího se vzniku dětských skupin mezi Poslaneckou sněmovnou, Senátem a prezidentem republiky, byl 4. listopadu 2014 Sněmovnou zákon schválen (Opravilová, 2016). Zákon nabyl účinnosti dnem 29. 11. 2014. Jedná se o zákon č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině a o změně souvisejících zákonů. Dne 4. června roku 2015 nabyla účinnosti novela tohoto zákona, zákon č. 127/2015 Sb.

1.3 Předškolní vzdělávání v současné době

Vzdělávání v České republice je v současné době zajištěno školskými zařízeními a školami podle zákona č. 561/2004 o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (v textu dále „školský zákon“). Podle školních vzdělávacích programů se uskutečňuje vzdělávání ve školských zařízeních. Pro každé předškolní, základní, střední a další vzdělávání, se vydávají rámcové vzdělávací programy, které určují povinný obsah, rozsah a podmínky vzdělávání (Heřmanová, 2009).

Školský zákon v České republice určuje několik zásad vzdělávání. V první řadě je to rovnost přístupu každého státního občana ke vzdělávání bez jakékoli diskriminace. Další zásadou je zohledňování vzdělávacích potřeb jednotlivce, také vzájemné úcty, respektu, názorové snášenlivosti, solidarity a důstojnosti všech účastníků vzdělávání. V České republice platí bezplatné základní a střední vzdělávání ve školách, které zřizuje stát, kraj nebo obec (Zákon č. 561/2004 Sb.).

Protože výchova je záměrná činnost, která směřuje ke konkrétnímu cíli, školský zákon definuje cíle vzdělávání (Opravilová, 2016). Obecnými cíli vzdělávání jsou zejména rozvoj osobnosti člověka, získání všeobecného vzdělání, pochopení a uplatňování zásad demokracie a právního státu, základních lidských práv a svobod, pochopení a uplatňování principu rovnosti žen a mužů ve společnosti, poznání světových a evropských kulturních hodnot a tradic, získání a uplatňování znalostí o životním prostředí a jeho ochraně vycházející ze zásad trvale udržitelného rozvoje a o bezpečnosti a ochraně zdraví (Zákon č. 561/2004 Sb.).

Předškolní vzdělávání je ve školském zákoně upraveno v části druhé. Obsahuje cíle, organizaci, povinnosti předškolního vzdělávání a individuální vzdělávání dítěte (Heřmanová, 2009). Část druhá, paragraf 33 ve školském zákoně uvádí, že předškolní vzdělávání podporuje rozvoj osobnosti dítěte předškolního věku, podílí se na jeho zdravém citovém, rozumovém a tělesném rozvoji. Také se uplatňuje na osvojení základních pravidel chování, základních životních hodnot a mezilidských vztahů. Předškolní vzdělávání vytváří základní předpoklady pro pokračování ve vzdělávání. Před vstupem do základního vzdělávání jsou v předškolním vzdělávání vyrovnány nerovnoměrnosti ve vývoji a také lze poskytnout speciálně pedagogickou péči dětem se speciálními vzdělávacími potřebami (Zákon č. 561/2004 Sb.).

1.3.1 Specifika předškolní výchovy

Předškolní výchova a výchova dětí jako taková provázela lidstvo od nepaměti, ale jejím nepřetržitým rozvojem se postupně měnily její cíle, obsah i metody. Je to období, kdy dítě získává především sociální zkušenosti, základní vědomosti o životě a první podněty pro následující vzdělávání (Burns et al., 2012). Předškolní vzdělávání je součástí celoživotního vzdělávání a učení. Je založeno na návodech, doporučených postupech, ale především na osvědčených praktických zkušenostech (New a Cochran, 2007). Můžeme říci, že předškolní výchova je z hlediska hodnocení profese celkem složitá. Každý z nás ji zažil sám na sobě a během života jí zažívá i mnohokrát kolem sebe nebo na svých vlastních dětech. To je důvod, proč výchova dětí může budít dojem, že se jedná o všeobecně známou a jednoduchou činnost. Ovšem není tomu tak, protože pedagogičtí pracovníci musí znát jak teorii, tak dostatečnou praxi s těmi nejmenšími. Malé děti nejsou jako dospělí lidé. Jejich potřeby jsou jedinečné a to je třeba si uvědomovat. Dítě je totiž lehce přesvědčitelné, dobře naslouchá a obvykle si ve společnosti vyhledává jistý osobní vzor (Opravilová, 2016).

Budoucí individualitu dítěte vytváří všichni, kteří se na jeho výchově podílejí, ať už aktivně nebo pasivně. Dětská ochota, založená na bezbrannosti by v ostatních, především u pedagogických pracovníků, měla vyvolat obrovský pocit zodpovědnosti. Při výchově dětí v předškolních zařízeních je nezbytné, že odloučení od rodičů může být pro malé děti velmi obtížné a proto je třeba věnovat zvýšenou pozornost při zvládnání tohoto přechodu. Právě to je jeden z hlavních důvodů, proč si pedagogičtí pracovníci musejí uvědomit, že jsou jedním z prvních dospělých, s nimiž se dítě setkalo mimo své vlastní rodiny (Teach, 2017).

1.3.2 Význam péče a vzdělávání dětí v předškolních zařízeních

Úplná a funkční rodina je základem pro správný a zdravý vývoj dítěte (Pemová a Ptáček, 2013). Dítě v útlém věku potřebuje péči a výchovu, jelikož postup učení u člověka je už odpradáвна stavěno na osvojování dovedností a návyků (Dostál a Opravilová, 1985). Základy tohoto učení dítěti od jeho narození dává rodina. Výchova v rodině ovšem nestačí, protože člověk je tvor společenský a tak je třeba dítě socializovat mezi vrstevníky. V současné době existují předškolní zařízení, jak státní, tak soukromá, kam je možné dítě v předškolním věku přihlásit (Pemová a Ptáček, 2013).

Předškolní zařízení jsou důležitá pro to, aby dítě získalo základní znalosti a dovednosti, které jsou naprostou nezbytností před nástupem na základní školu (Smith, 2009).

V září 2016 vyšel v platnost zákon č. 178/2016 Sb., kterým se mění zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů. Tento zákon stanoví, že pro děti, které do 31. srpna dosáhnou pěti let, je od září roku 2017 povinné předškolní vzdělávání (MŠMT, 2017). Z důvodu narůstajícího počtu dětí a zvyšujícího zájmu o alternativní předškolní vzdělávání, není současná situace jednotlivých předškolních vzdělávání úplně přehledná. Podle Kubenové, 2017 je z tohoto důvodu vhodné představit základní typy předškolních zařízení v České republice:

	Mateřská škola	Živnostenská provozovna	Zařízení obecně platného právního charakteru	Dětská skupina
Zákonná úprava	Školský zákon	Živnostenský zákon	Obecně platné předpisy v oblasti hygieny, stravování, požární a stavební oblasti	Zákon o službách péče o děti
Zřizovatel	Obce, kraje, právnické osoby, církve, neziskové organizace, zaměstnavatelé	Fyzické a právnické osoby s živnostenským oprávněním	Obce, kraje, státní instituce, církve, neziskové organizace, zaměstnavatelé	Obce, kraje, státní instituce, církve, neziskové organizace, zaměstnavatelé
Právní úprava hygienických, provozních a bezpečnostních norem	ANO	ANO	ANO	ANO
Povinný výchovný nebo vzdělávací program	ANO – školní vzdělávací program	NE	NE	ANO – plán výchovné péče
Povinná kvalifikační kritéria pro pečující osoby	ANO	NE pro děti starší 3 let ANO pro děti mladší 3 let	NE	ANO
Zákonem daný poměr počtu dětí a pečujících osob	ANO	NE	NE	ANO
Věk dětí	Zpravidla od 3 let	Volná živnost od 3 let Vázaná živnost od 0 do 3 let	Není upraveno	Od 1 roku
Minimální a maximální počet dětí ve skupině/třídě	13 – 27	Není upraveno	Není upraveno	Skupiny do 4 dětí Skupiny do 12 dětí Skupiny do 24 dětí
Zisk	NE, ale může být vybíráno „školkovně“ pro pokrytí nákladů	ANO	NE, ale může být vybíráno „školkovně“ pro pokrytí nákladů	NE, ale může být vybíráno „školkovně“ pro pokrytí nákladů
Státní dotace na běžný provoz	ANO	NE	NE	NE
Daňové odpisy	ANO	NE	NE	ANO

Obr. 1: Základní typy předškolních zařízení (Zdroj: Kubenová, 2017).

1.3.3 Mateřská škola

Mateřskými školami nazýváme zařízení, která splňují zákonné parametry. Jedná se o počátek formálního vzdělávání, které je plně integrováno do systému základních škol (Teach, 2017).

Zařízení jsou zapsána do rejstříku škol, musí působit podle školského vzdělávacího programu a také podléhají kontrole České školní inspekce (Kubenová, 2017). Školský zákon umožňuje, aby zřizovatelem mateřských škol byly obce, města, kraje, fyzické nebo právnické osoby, zaměstnavatelé, neziskové organizace, ale i církve (Kubenová, 2017). Podle vyhlášky o předškolním vzdělávání je cílem mateřské školy vyvíjet aktivity a organizovat činnosti ve prospěch rozvoje dětí a prohloubení vzdělávacího a výchovného působení mateřské školy, rodiny a společnosti (Vyhláška č. 14/2005 Sb.). Z toho vyplývá, že mateřská škola není instituce, která by prvotně zajišťovala péči o dítě, ale plní hlavně funkci výchovně-vzdělávací (Trojanová, 2014).

Předškolní vzdělávání se organizuje pro děti ve věku zpravidla od tří do šesti let, nejdříve však pro děti od dvou let (Zákon č. 472/2011 Sb.). Nejčastěji se jedná o děti, které dovrší věku tří let v období od 1. září do konce kalendářního roku. V první řadě dítě přijaté k předškolnímu vzdělávání, musí plnit požadavky, které jsou stanoveny Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání a školním vzdělávacím programem. Aby dítě mohlo být přijato už ve dvou letech, musí také zvládat hygienické návyky, být samostatné a nemělo by potřebovat zvláštní osobní péči další dospělé osoby. Dítě by také mělo zvládat osobní hygienu, jinak by učitelky neměly prostor na výchovnou činnost jako takovou (Trojanová, 2014). Zkušenosti z praxe rovněž ukazují, že děti mladší tří let nemají velkou šanci na přijetí do mateřské školy z kapacitních důvodů. Jedna třída v mateřské škole je zpravidla otevřena pro 24 dětí, výjimkou lze navýšit počet v jedné třídě maximálně na 28 dětí (Kubenová, 2017). Pokud by bylo ve třídě přítomno jedno dvouleté dítě, počet dětí by se musel snížit o dvě, jelikož práce s dvouletými dětmi je náročnější než s dětmi staršího věku (MŠMT, 2017). Děti mladší tří let mají větší šanci přijetí v soukromých školkách, jako jsou například firemní školky (Kubenová, 2017).

Co by dítě mělo umět před nástupem do mateřské školy podle Kubenové, 2017:

- ✧ Znat své jméno a příjmení,
- ✧ pozdravit a poděkovat,

- ✧ poznat svoji značku, která mu byla přidělena pro odkládání jeho osobních věcí,
- ✧ svléknout se a popřípadě i obléknout (mohou být nedostatky, např. zavázání tkaniček),
- ✧ umět samostatně jíst a pít,
- ✧ ovládat základní hygienické potřeby nebo se alespoň umět ozvat, pokud potřebuje v jinou než stanovenou dobu,
- ✧ umýt si ruce, vyčistit si zuby,
- ✧ chodit po schodech bez doprovodu dospělého,
- ✧ uklidit hračky a jiné nástroje na správné místo,
- ✧ vyjádřit co potřebuje nebo co se mu líbí a co naopak ne.

1.3.4 Vzdelávání dětí ve věku od 2 do 3 let v mateřské škole

Tendence přijímání dětí ve věku od 2 do 3 let do mateřských škol se díky nižšímu počtu starších dětí hlásících se k předškolnímu vzdělávání zvyšuje. Zákon č. 178/2016 Sb., kterým se mění zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů, má účinnost od 1. 9. 2016. Tento zákon stanoví, že se předškolní vzdělávání organizuje pro děti ve věku zpravidla od 3 do 6 let, nejdříve však od 2 let. S odloženou účinností od roku 2020 bude předškolní vzdělávání organizováno pro děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let (MŠMT, 2017).

O tom, zda bude dítě přijato do mateřské školy, vždy rozhoduje ředitel mateřské školy podle paragrafu 3, odstavce 3 školského zákona. Dítětem mateřské školy se každé přijaté dítě stává po vydání rozhodnutí o přijetí (MŠMT, 2017).

Pro děti do tří let jsou prozatím častěji dostupná jiná zařízení než mateřské školy. Jedním ze zařízení je právě **dětská skupina**, která je poskytována od 12 měsíců do 6 let. (Více informací o dětských skupinách v kapitolách 1.2.2 a 1.4)

Další možnosti umístění dětí do 3 let jsou například:

Jesle

Jedná se o zařízení, kam jsou umisťovány děti od šesti měsíců do tří let. Většinou jsou zřizovány obcemi, ale bývají i soukromé. Jesle poskytují péči o dítě

v kolektivu, který je zaměřen na rozvoj schopností (Pemová a Ptáček, 2013).

Chůva

Způsob této výchovy je poskytován většinou v domácím prostředí za úplatu. Chůva neposkytuje vzdělání dítěte, ale jedná se spíše o péči o dítě v době, kdy se o něj nemohou starat jeho rodiče. Nejčastěji jde o hlídání dětí v kojeneckém, batolecím, předškolním a mladším školním věku (Pitáková, 2014).

1.3.5 Alternativní předškolní instituce

Soukromá mateřská škola

Zpravidla jsou soukromé mateřské školy zřizovány právnickou či fyzickou osobou nikoliv státem, jak to bývá u škol veřejných. Poskytují předškolní vzdělávání nebo jiné školské služby podle školského zákona. Soukromé mateřské školy jsou zařazeny do rejstříku škol a školských zařízení. Od státní školky se liší vyšší úplatou. Obvykle nabízí něco navíc, jako je výuka angličtiny, individuální přístup apod. (Pemová a Ptáček, 2013).

Variantou jsou tzv. firemní mateřské školy, které jakožto školské zařízení provozují firmy pro své zaměstnance. Novela školského zákona - zákon č. 472/2011 Sb., umožňuje zřídit mateřskou školu (firemní školku) podle ustanovení § 34 odst. 8 školského zákona, a to tak, že:

„Zřizovatel může určit mateřskou školu nebo její odloučené pracoviště ke vzdělávání dětí zaměstnanců zřizovatele nebo jiného zaměstnavatele. Na tuto mateřskou školu nebo odloučené pracoviště se nevztahují odstavce 2 až 4 a § 35 odst. 1. O přijetí do této mateřské školy nebo odloučeného pracoviště rozhoduje ředitel na základě kritérií stanovených zřizovatelem, je-li jím stát, kraj, obec nebo svazek obcí, a v ostatních případech rozhoduje na základě kritérií stanovených vnitřním předpisem právnické osoby vykonávající činnost školy. Kritéria pro přijímání do mateřské školy se zveřejňují předem, a to způsobem umožňujícím dálkový přístup.

Lesní mateřská škola

Lesní mateřská škola je typem mateřské školy (Vyhláška č. 14/2005 Sb.). Jedná se o alternativu ke klasickému předškolnímu vzdělávání. Je založena na předpokladu, že výchova a vzdělání probíhající v přírodě bude rozvíjet dětské dovednosti a dá jim plnohodnotnou přípravu do života (Koťátková, 2014).

Zázemí, nejčastěji jurty, chatky či maringotky, je určené k odpočinku. Výchova a vzdělávání probíhá za každého počasí a součástí náplně školního roku jsou i návštěvy kulturních akcí. Lesní školky mohou mít formu jak mateřské školy (lesní mateřská škola), tak dětské skupiny nebo jiné výše uvedené formy (Asociace lesních MŠ, 2017).

Mateřská škola s programem podpory zdraví

„Zdravá škola“ je projekt Světové zdravotnické organizace pro Evropu, Evropskou unii a Radu Evropy, který je určen pro mateřské, základní a střední školy. V současné době je vytvořena evropská síť škol podporujících zdraví (tzv. Schools for Health in Europe (SHE)), která má 43 členů. V České republice má v Evropě tradici od roku 1992. Koordinátorem a garantem programu škola podporující zdraví je Státní zdravotní ústav (WHO, 2017).

O titul Zdravá mateřská škola je v České republice od roku 1996 velký zájem. Aby mateřská škola získala tento titul, musí splnit požadavky programu podpory zdraví a obhájit svůj školní program podpory zdraví a pravidelně jej vyhodnocovat (Koťátková, 2014).

Montessori mateřské školky

Montessori školy jsou instituce zaměřené na Montessori metodu učení. Tato metoda, kterou založila Maria Montessori před více než sto lety, zdůrazňuje kuriozitu, kreativitu a sebemotivaci dítěte (Teach, 2017). Přístup je zaměřený na rozvoji svobodné osobnosti dítěte pomocí vlastní činnosti a samostatnosti (Cohen a Waite-Stupiansky, 2017). Nejvýznamnějším rysem Montessoriových škol je, že v jedné třídě je několik věkových skupin. Mladší děti se učí od starších, zatímco starší děti jsou schopné praktikovat věci, které už vědí a ukázat je mladším (Teach, 2017). Třídy Montessori jsou navrženy tak, aby podporovaly nezávislost. Děti mají možnost zvolit si, jaký druh učení chtějí a nastavit vlastní tempo (Koťátková, 2014). Montessori instituce jsou soukromé školy, a proto nejsou financovány vládou (Teach, 2017).

Daltonské mateřské školky

V roce 1919 v Daltonu založila Helen Parkhurstová experimentální střední školu. Daltonský plán, který založila, byl dále aplikován například v Anglii a v Nizozemsku. V současné době v České republice ho využívá hned několik škol (hlavně v Brně). Odlišná organizace výuky postupuje podle smlouvy, která je mezi žákem a učitelem uzavřena. Žák obvykle plní úkoly podle doby, která mu vyhovuje a pracuje vlastním tempem. Učitel v Daltonské škole má roli poradce a je k dispozici až tehdy, když žák potřebuje nezbytnou radu (Vališová a Kasíková, 2011).

Waldorfské mateřské školky

První Waldorfská mateřská škola byla založena v roce 1919 ve Stuttgartu (Koťátková, 2014). Je stavěna na individuálním přístupu ve výchově dítěte. Zvláštní důraz je kladen na postupný vývoj od doby narození do sedmi let. K výchově a vzdělávání dětí jsou použity jednoduché materiály, velmi často ze dřeva (Oppenheimer, 2015).

1.4 Srovnání mateřských škol a dětských skupin

V současné době lze poskytovat služby péče o děti předškolního věku zřízením mateřské školy ve smyslu zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) nebo provozováním některé z živnostní péče o děti podle zákona č. 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání (zákon o živnostenském podnikání). Dále je možné poskytovat službu péče o předškolní děti formou dětské skupiny ve smyslu zákona č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině (Tomicová, 2015).

1.4.1 Zřizovatel

Mateřské školy může zřizovat kraj, obec, ministerstvo, registrované církve a náboženské společnosti nebo ostatní právnické nebo fyzické osoby. Všechny školy jsou zřizovány jako školské právnické osoby. Podle toho, kdo školy zřizuje, se dělí na školy státní, obecní, církevní a soukromé. V České republice je převážná většina mateřských škol tzv. veřejných, státních, zřizovaných zejména obcemi nebo krajem (Sedláčková, 2012).

Dětské skupiny nejsou zřizovány krajem nebo obcí, ale poskytovatelem, který je podle zákona fyzickou nebo právnickou osobou. Poskytovatel vykonává rodičům nebo jiným osobám, které nahrazují péči rodičů, službu péče o dítě v dětské skupině. Až na výjimky se jedná o zaměstnavatele rodiče. Poskytovatel musí mít oprávnění k poskytování služby péče o dítě v dětské skupině, které vzniká dnem zápisu fyzické nebo právnické osoby do evidence poskytovatelů. Evidenci poskytovatelů provádí Ministerstvo práce a sociálních věcí (Vyhláška č. 281/2014 Sb.).

1.4.2 Podmínky pro poskytování služby péče o dítě

Mateřské školy je možné zřizovat s celodenním, polodenním a internátním provozem. Výjimku tvoří lesní mateřské školy, které je možné zřizovat pouze s celodenním nebo polodenním provozem. Mateřská škola s celodenním provozem poskytuje dětem vzdělávání déle než šest a půl hodiny denně, maximálně však dvanáct hodin denně. Lesní mateřská škola poskytuje dětem vzdělávání déle než šest a půl hodiny denně při celodenním provozu, maximálně však devět hodin. Mateřská škola

s polodenním provozem poskytuje dětem vzdělávání maximálně šest a půl hodin denně a mateřská škola s internátním provozem poskytuje dětem nejen celodenní vzdělávání, ale také noční péči (Vyhláška č. 14/2005 Sb.). Učitelé v mateřské škole musí mít odborné vzdělání. Je možné mít vysokoškolské vzdělání v oblasti pedagogiky, zaměřené na mateřské školy, první stupeň základní školy, pedagog volného času nebo vychovatel. Vzdělání může mít i vyšší odborné nebo střední s maturitní zkouškou v oboru učitel mateřské školy a vychovatel (Zákon č. 561/2004 Sb.).

Jelikož jsou dětské skupiny zřizovány poskytovatelem, zákon č. 247/2014, o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině stanovuje podmínky pro poskytování služby o dítě v dětské skupině. Poskytovatel musí splnit následující podmínky podle tohoto zákona, aby mohl být zapsán do evidence poskytovatelů:

- ✧ Musí být bezúhonný, dokládá výpis z Rejstříku trestů,
- ✧ musí mít vlastnické nebo jiné právo fyzické nebo právnické osoby, k užívání objektu nebo prostor, ve kterých bude poskytována služba péče o dítě v dětské skupině,
- ✧ musí zajistit technické požadavky na stavby a hygienické požadavky na prostory a provoz, ve kterých bude poskytována služba péče o dítě v dětské skupině,
- ✧ poskytovatel také musí být plně svéprávný a starší 18 let, pokud se jedná o fyzickou osobu (Zákon č. 247/2014 Sb.).

Poskytovatel musí zajistit také bezúhonnost, svéprávnost a zdravotní a odbornou způsobilost pečující osoby. Pečující osoba v dětské skupině musí mít odbornou způsobilost v některých z těchto oborů: všeobecná sestra, zdravotnický asistent, ošetřovatel, porodní asistentka, zdravotně-sociální pracovník, zdravotnického záchranáře, psycholog ve zdravotnictví, učitel mateřské školy, učitel prvního stupně základní školy nebo vychovatel (Zákon č. 247/2014 Sb.).

1.4.3 Úhrada nákladů za službu péče o dítě

Úplatu za předškolní vzdělávání v mateřské škole, kterou zřizuje stát, kraj nebo obec, stanoví ředitel mateřské školy. Pro všechny děti ve stejném druhu provozu mateřské školy musí být výše úplaty stejná. Výše úplaty nesmí přesáhnout 50 % skutečných průměrných měsíčních neinvestičních nákladů mateřské školy. Některé

osoby mohou být osvobozeny od úplaty. Například zákonný zástupce dítěte, který pobírá opakující se dávku pomoci v hmotné nouzi nebo fyzická osoba, která o dítě osobně pečuje a z důvodu péče o toto dítě pobírá dávky pěstounské péče, pokud tuto skutečnost prokáže řediteli mateřské školy (Vyhláška č. 14/2005 Sb.).

Poskytovatel služby péče o dítě v dětské skupině je povinen stanovit podmínky, podle kterých je v daném případě určena výše úhrady nákladů. Stejně tak je povinen vést účetní záznamy týkající se poskytování služby péče o dítě v dětské skupině samostatně od ostatních účetních záznamů (Zákon č. 247/2014 Sb.).

1.4.4 Počet dětí

Počty dětí v mateřské škole se stanoví podle počtu tříd. Mateřská škola pouze s jednou třídou má nejméně 15 dětí, pokud se jedná o více tříd, má nejméně 18 dětí v jedné třídě. Jedna třída se naplňuje až do 24 dětí, pro lesní mateřskou školu pouze do 15 dětí (Vyhláška č. 14/2005 Sb.).

V dětské skupině je to obdobné. V jedné třídě nesmí být více jak 24 dětí s tím, že je poskytovatel povinen při stanovení počtu pečujících osob v jedné dětské skupině zohlednit zdravotní stav dětí, dobu pobytu dětí v dětské skupině a věk dětí, zejména počet dětí ve věku do 2 let. Zákon také stanoví nejnižší počet pečujících osob. Na 6 dětí je potřeba nejméně jedna pečující osoba, od 7 do 24 dětí už dvě pečující osoby. Pokud je v dětské skupině dítě mladší dvou let, je třeba zvýšit počet pečujících osob (Zákon č. 247/2014 Sb.).

1.4.5 Hygienické požadavky na prostory a provoz

Mateřská škola musí splňovat hygienické požadavky na prostory a provoz podle vyhlášky č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých.

Hygienické požadavky na prostory a provoz pro dětskou skupinu jsou uvedeny ve vyhlášce č. 281/2014 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz dětské skupiny do 12 dětí. Dětské skupiny od 12 dětí musí splňovat přísnější požadavky podle vyhlášky č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých (Tomicová, 2015).

Požadavky na venkovní prostory, denní místnost a šatny

Venkovní plocha, která je určena pro pobyt a hry dětí předškolního věku, včetně travnaté plochy, musí mít nejméně 4 m² na jedno dítě. Vnitřní uspořádání v mateřských školách musí umožňovat výuku, volné hry dětí, jejich odpočinek, osobní hygienu s otužováním, tělesná cvičení a zajištění stravování. Plocha denní místnosti, která je užívána jako herna a ložnice musí mít nejméně 4 m² na jedno dítě. Pokud je ložnice, jídelna nebo tělocvična oddělená, může plocha denní místnosti mít 3 m² na jedno dítě (Vyhláška č. 410/2005 Sb.).

Plocha na jedno lůžko pro spánek musí mít alespoň 1,7 m² na jedno dítě. Lůžko musí poskytovat pevnou oporu zad. Prostor pro ukládání lůžkovin musí umožňovat jejich řádné provětrávání. Lůžkoviny musí být odděleně uloženy pro každé dítě (Vyhláška č. 410/2005 Sb.).

Mateřské školy musí být vybaveny šatnami, kde je na jedno dítě zajištěna volná podlahová plocha nejméně 0,25 m² a musí být osvětlené a větrané (Vyhláška č. 410/2005 Sb.).

Poskytovatel služby péče o dítě v dětské skupině do 12 dětí musí zajistit pro pobyt a hry dětí nezastavěnou venkovní plochu v přírodě nebo dostupné veřejné hřiště. Vnitřní prostory lze využívat pouze v místnostech, které splňují technické požadavky na stavby kladené stavebními předpisy na byt, obytnou místnost nebo pobytovou místnost (Tomicová, 2015). Místnost určená k dennímu pobytu a odpočinku dětí musí svými prostorovými podmínkami, včetně vybavení nábytkem, pomůckami a hračkami, odpovídat potřebám, věku a počtu dětí. Plocha denní místnosti v dětské skupině do 12 dětí činí nejméně 3 m² na jedno dítě (Vyhláška č. 281/2014 Sb.).

K zajištění odpočinku dětí v dětské skupině je denní místnost vybavena lůžky nebo jiným zařízením, které poskytuje pevnou oporu zad. Počet musí odpovídat počtu dětí. Uložení lůžkovin musí být oddělené pro každé dítě zvlášť a tyto prostory musí být větratelné (Vyhláška č. 281/2014 Sb.).

Šatna pro dětskou skupinu do 4 dětí, postačí vyčlenit prostor pro odkládání oděvu a obuvi dětí a pečujících osob vybavený šatním nábytkem. Pokud jde o dětskou skupinu od 5 do 12 dětí, je nutné zajistit prostor, který není součástí denní místnosti, pro odkládání oděvu a obuvi dětí a pečujících osob vybavený šatním nábytkem (Vyhláška č. 281/2014 Sb.).

Požadavky na hygienická zařízení

Mateřské školy musí mít záchody a umývárny přístupné ze šatny a denní místnosti dětí, nedělí se podle pohlaví a musí být osvětleny a větrány. Požadavky na hygienická zařízení jsou stanoveny v příloze č. 1 vyhlášky č. 410/2005 Sb.: Pro 5 dětí musí být zřízen jeden záchod a jedno umyvadlo. Pro osprchování dětí je v umývárně k dispozici sprcha. Umyvadla musí mít baterii s tekoucí pitnou vodou i teplou vodou, která je vyrobena z vody pitné. K dispozici musí být toaletní papír, k mytí rukou umístěn dávkovač s mýdlem a k osušení rukou používají děti vlastní ručníky, které jsou umístěny tak, aby se vzájemně nedotýkaly. Podlahy hygienického zařízení musí být omyvatelné a čistitelné.

Poskytovatel služby péče o dítě v dětských skupinách do 12 dětí musí zajistit odpovídající hygienické zařízení. Dětské skupiny do 4 dětí musí mít zajištěný jeden záchod, umyvadlo i sprchu. Od 5 do 12 dětí dva záchody a dvě umyvadla, ale také dětskou vaničku se sprchou nebo sprchový box. Pokud jsou ve skupině děti mladší tří let, je třeba zajistit odpovídající počet dětských nočníků, přebalovací pult a krytý nášlapný odpadkový koš. Umyvadla i sprcha musí mít přívod tekoucí pitné studené i teplé vody. Stejně jako mateřské školy musí být hygienické zařízení vybaveno toaletním papírem, mýdlem a ručníky. U skupin od 5 do 12 dětí musí být hygienické zařízení pro pečující osoby oddělené od zařízení dětí (Vyhláška č. 281/2014 Sb.).

Úklid a nakládání s prádlem

Podlahy i koberce v dětských skupinách i mateřských školách se uklízí ve všech prostorách na sucho i na vlhko. Dále se musí umývat umyvadla, záchody a dětské nočníky čisticími prostředky, které mají dezinfekční účinek. Omyvatelné části stěn hygienického zařízení se také čistí dezinfekčními prostředky. Dále se udržuje čistota oken, svítidel a světelných zdrojů. Nezbytné je také pravidelné čištění ostatních předmětů, včetně hraček (Zákon č. 247/2014 Sb.). Ve vyhlášce č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých je přesně stanovené, že se podlahy a hygienická zařízení čistí denně, omyvatelné stěny jednou týdně, okna, svítidla a světelné zdroje dvakrát ročně. Poskytovatel služby péče o dítě v dětských skupinách musí mít vytvořený provozní, hygienický a sanitační řád, kde přesně stanoví rozsah a frekvenci úklidu

(Zákon č. 247/2014 Sb.).

Výměna lůžkovin se provádí nejméně jednou za 3 týdny a výměna ručníků jednou za týden, v případě potřeby ihned. Čisté a použité ručníky a lůžkoviny se skladují odděleně ve vyčleněném prostoru (Vyhláška č. 410/2005 Sb.; Zákon č. 247/2014 Sb.).

Zásobování vodou

V mateřských školách musí být zajištěna tekoucí pitná voda (Vyhláška č. 410/2005 Sb). Pitná a teplá voda nesmí obsahovat mikroorganismy a jiné organismy nebo látky, které by mohly ohrozit veřejné zdraví (Vyhláška č. 252/2004 Sb.). Na jedno dítě v předškolním věku v mateřské škole musí být k dispozici nejméně 60 l vody na den (Vyhláška č. 410/2005 Sb). Vyhláška č. 281/2014 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz dětské skupiny do 12 dětí nestanovuje požadavky ohledně zásobování pitnou vodou.

Osvětlení a mikroklimatické podmínky

Požadavky na osvětlení i mikroklimatické podmínky jsou stanoveny ve vyhlášce č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých. Požadavky na osvětlení a mikroklimatické podmínky v dětských skupinách, opět vyhláška č. 281/2014 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz dětské skupiny do 12 dětí nestanovuje.

Prostory v mateřských školách, které jsou určeny k dlouhodobému pobytu dětí, musí mít vhodné osvětlení. Stolečky, které jsou určeny pro děti, musí být umístěny tak, aby si děti nestínily nebo naopak nebyly oslňovány. Umístění světelných zdrojů je rovnoběžné s okenní stěnou na stropě, protože většina aktivit vyžaduje osvětlení shora (Vyhláška č. 410/2005 Sb.).

Mikroklimatické podmínky kladou důraz už na stavební řešení budov. Musí být umístěny tak, aby povrchová teplota vnitřních částí obvodových stěn nebyla po celý rok podstatně rozdílná od teploty vzduchu v místnosti. Prostory mateřské školy musí mít přirozené větrání. Okna musí být zajištěná proti rozbití, které by mohlo nastat v důsledku průvanu a otevírání oken musí být dosažitelné z podlahy (Vyhláška č. 410/2005 Sb.).

1.5 Výživa v předškolním věku

Z hlediska k již zmíněnému růstu a rozvoji dovedností v dětském věku, je kladen důraz na správnou výživu dětí (Fraňková et al., 2000).

1.5.1 Výživa v prvním roce života

První rok života dítěte se označuje jako věk kojenecký právě proto, že základní složkou výživy by mělo být mateřské mléko (Müllerová et al., 2014). Kojení mateřským mlékem je přirozeným způsobem výživy - je důležité jak pro tělesný a duševní vývoj dítěte, tak pro vznik těsného citového vztahu mezi matkou a dítětem (Dalzell a Rogerson, 2016). Složení mateřského mléka plně odpovídá výživovým potřebám. Je zdrojem všech důležitých živin a energie (American Academy of Pediatrics, 2016). Obsahuje protilátky a látky povzbuzující obranyschopnost a tím dítě chrání před mnoha nemocemi, např. před průjmy, záněty středouší nebo dýchacích a močových cest. Kojení také napomáhá vývoji správného skusu a navíc je zdravé i pro matku, protože snižuje riziko rakoviny prsu a vaječníků nebo usnadňuje návrat k hmotnosti před těhotenstvím (Mydlilová, 2011).

Během kojeneckého období je výživa o mateřském mléce, příkrmech nebo kombinací obou těchto možností (American Academy of Pediatrics, 2016). Vzhledem k výše uvedeným výhodám kojení, se doporučuje kojit do 6. měsíce věku dítěte. Bohužel, velmi často vedou k dokrmování zdravotní nebo jiné vážné důvody, a tak je nezbytné sáhnout po běžně dostupné kojenecké výživě (Mydlilová, 2011). Mateřské mléko se od kravského mléka liší tím, že má nižší obsah bílkovin, kaseinu, minerálních látek a naopak vyšší obsah cholesterolu a laktózy (Stránský a Ryšavá, 2014).

Definice kojenecké výživy podle Stránského a Ryšavé, 2014:

- ✧ výhradní kojení: kojení bez dalšího přísunu tekutin nebo kaší,
- ✧ převážné kojení: kojení s přísunem tekutin,
- ✧ částečné kojení: kojení jako doplněk ke kaši nebo mléčné stravě,
- ✧ kojenecká výživa: všechny potraviny kojenecké stravy kromě mateřského mléka.

Müllerová et al., ve své knize (2014) označují pouze dva termíny:

- ✧ výlučné kojení: kojení bez dalšího přísunu tekutin nebo kaší,
- ✧ přechodné kojení: postupné zařazování příkrmů k mateřskému mléku.

1.5.2 Výživa v batolecím věku

Období batolecího věku lze z hlediska výživy chápat také jako období přechodné. Ve stravě batolat dochází totiž k velkým změnám (Müllerová et al., 2014). Energetický příjem by měl být od jednoho roku do tří let kolem 1000 kcal za den (Stránský a Ryšavá, 2014). Dochází především ke změnám optimálního přísunu sacharidů, tuků a bílkovin. V kojeneckém období tuky tvořily v mateřském mléce zhruba 50 % celkového energetického příjmu (American Academy of Pediatrics, 2016). V batolecím věku je třeba postupně přecházet na stravu dospělého člověka, kde by tuky měly představovat 30 % celkového energetického příjmu a příjem bílkovin by neměl představovat méně než 10 % celkového energetického příjmu (Müllerová et al., 2014).

Minerální látky jsou látky anorganické a ve většině případů jsou pro člověka esenciální. Kvalitní strava dítěte by měla představovat dostatečné množství minerálních látek a stopových prvků a to zejména vápník, železo, zinek, fosfor, jód a fluor (Zeng, 2010). Příjem těchto látek je v tomto období velmi důležitý z hlediska tělesného i duševního vývoje. Vápník, železo, zinek a fosfor mají vitální význam pro časný růst a vývoj organismu. Jód zajišťuje tělesný i duševní vývoj a je nezbytný pro tvorbu hormonů štítné žlázy. Děti v batolecím věku neustále rostou a pro správnou mineralizaci kostí je potřeba dostatečný příjem vápníku a fosforu (Stránský a Ryšavá, 2014). Nejdůležitějším zdrojem těchto dvou látek jsou mléko a mléčné výrobky. Vápník dále najdeme v luštěninách a některé zelenině. Významnými zdroji fosforu jsou kromě mléka také ryby, maso, vejce a brambory (Zeng, 2010). Železo je další minerální látkou, která je v batolecím období velmi potřebná. Nedostatek železa je způsoben spíše horší využitelností v organismu z některých zdrojů, než tím, že by chyběl ve výživě. Resorpce železa je obecně lepší ze zdrojů živočišných, např. z masa je až 25 %. Vitamin C zajišťuje redukci trojmocného železa na dvojmocné a tím lepší resorpci (Stránský a Ryšavá, 2014).

Významný je v batolecím období i příjem ostatních vitaminů. Vitaminy jsou sice látky organické, ale pro organismus jsou rovněž esenciální. Rozlišujeme vitaminy

rozpustné ve vodě a v tucích. Pravidelnou a zároveň pestrou stravou lze v našich podmínkách spolehlivě zajistit dostatečný přísun jak minerálních látek, tak i všech vitaminů (Zeng, 2010).

Jídelníček by měl tvořit pět porcí stravy. Snídaně by měla obsahovat 20 % z celodenní energetické dávky jídla. Je vhodné zařadit především sacharidy. Přesnídávka by měla obsahovat hlavně ovoce a zeleninu a tvoří 5 % denní dávky. Oběd by měl zahrnout polévku, maso, sacharidy a zeleninu. Z celodenní energetické dávky jídla by oběd měl tvořit 40 %. Odpolední svačina musí být lehká a měla by obsahovat 5 % denní dávky. Večeře by neměla být podávána těsně před spaním a obsahovat může až 30 % denní dávky (Müllerová et al., 2014). Stejně jako u jiných věkových skupin je nezbytné dbát na pitný režim. Nápoj by neměl obsahovat více jak 7 % sacharidů. Velmi vhodným nápojem je pitná, lehce minerální voda, ovocné a bylinkové čaje. Ovocné a zeleninové šťávy obsahují okolo 10 % cukru, proto je vhodné ředit vodou v poměru 1:3 (Stránský a Ryšavá, 2014).

1.5.3 Výživa v předškolním věku

Tělesný i duševní vývoj pokračuje stále rychlým tempem. Děti v tomto období jsou velice aktivní, proto se u nich zvyšuje potřeba energie. Energetický příjem by měl odpovídat 1450 kcal denně (Stránský a Ryšavá, 2014).

Zaměřit se na zdravou výživu je nezbytné právě v dětském věku, kdy se organismus vyvíjí a dochází k utváření návyků. Příjem tuků je velmi důležitý, především zastoupení mononenasycených (MUFA) a polynenasycených (PUFA) mastných kyselin. Je vhodné zaměřit se na jednotlivé druhy mastných kyselin, protože některé druhy působí na krevní cholesterol pozitivně a jiné negativně (Zeng, 2010). Mononenasycené mastné kyseliny výrazně upravují hodnoty cholesterolu. Snižují LDL a mírně zvyšují protektivní HDL a to je zásadní pro správnou hodnotu cholesterolu v krvi, která by neměla přesáhnout hodnotu 5. Hlavním zástupcem je kyselina olejová, kterou můžeme najít např. v olivovém oleji. Polynenasycené mastné kyseliny typu n-6 snižují LDL a nevýrazně i HDL. Jejich hlavním zástupcem je kyselina linolová, kterou můžeme najít ve slunečnicovém nebo řepkovém oleji. Polynenasycené mastné kyseliny typu n-3 snižují LDL, ale také zvyšují HDL a najít je můžeme například v oleji mořských ryb. Poměr n-6 a n-3 mastných kyselin by měl být 5:1. Tohoto poměru můžeme docílit například používáním řepkového oleje. Nevhodnými

tuky jsou nasycené mastné kyseliny a trans-formy mastných kyselin, které zvyšují krevní cholesterol a tím zvyšují riziko vzniku obezity. Příjem tuků v předškolním věku by neměl klesnout pod 27 %, ale dosáhnout může až 35 % celkového energetického příjmu (Stránský a Ryšavá, 2014). Příjem bílkovin by měl odpovídat 10 % celkového energetického příjmu a příjem sacharidů by měl plně pokrýt energetickou potřebu i potřebu vlákniny. Denní příjem vlákniny by měl být nejméně 30 g, což odpovídá 10 g/1000 kcal (Müllerová et al., 2014; Stránský a Ryšavá, 2014).

Z minerálních látek, stejně jako u batolecího věku, je důraz na příjem vápníku, železa, zinku, ale také hořčíku a selenu. Hořčík, stejně jako vápník nebo fosfor, se také podílí na mineralizaci kostí. Zajišťuje aktivaci nervových drah a kontrakce svalů. Selen má vysoký anitoxidační potenciál, je aktivátor hormonů štítné žlázy a zajišťuje růst a diferenciaci buněk (Stránský a Ryšavá, 2014).

Přísun vitaminů, stejně jako v jiných věkových obdobích, má také velký význam. Důležitý je vitamin D, který se podílí na správném metabolismu vápníku. Z hlediska jídelníčku platí stejné zásady správné výživy jako v batolecím věku a tyto zásady přetrvávají i v dalších věkových obdobích (Zeng, 2010; Stránský a Ryšavá, 2014).

1.6 Stravování v předškolních zařízeních

Již v předškolních zařízeních by se děti měly učit základům zdravého životního stylu. Zkrátka by měly alespoň vědět, že se mají stravovat 4 - 5 x denně a měly by umět rozlišit potraviny, které jsou vhodné k časté konzumaci a které naopak vhodné nejsou (Čeledová a Čevela, 2010).

Školní stravování je upraveno ve vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování, která se vztahuje k zákonu č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). Podle Kropáčkové a Splavcové (2017) je nevhodné dětem mladším tří let podávat celozrné pečivo, ořechy a mák, ale podle informačního materiálu MŠMT není potřeba úprav školního stravování pro děti mladší tří let. Školním stravování se podle této vyhlášky rozumí společné stravování dětí a pracovníků předškolních zařízení, škol a školských zařízení, zařazených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy České republiky do sítě těchto zařízení (Vyhláška č. 107/2005 Sb.). Zajišťováno je ve školních jídelnách nebo v jiných stravovacích zařízeních, která musí být smluvně zajištěná (školní jídelna, vývařovna a výdejna). Všechna tato zařízení se musí řídit výživovými normami, průměrnou

spotřebou a rozpětím finančních normativů na nákup potravin stanovených vyhláškou č. 107/2005 Sb., o školním stravování (Müllerová et al., 2014).

Zařízení školního stravování může poskytovat:

- ✧ hlavní jídla: obědy a večeře,
- ✧ doplňková jídla: snídaně, přesnídávky, svačiny a druhé večeře.

Obědem se podle vyhlášky rozumí polévka nebo předkrm, hlavní chod, nápoj a případně doplněk (salát, dezert, ovoce). Večeří se rozumí hlavní chod, nápoj a případně doplněk (Vyhláška č. 107/2005 Sb.).

Dítě v mateřské škole má právo denně odebrat:

- a) oběd, jedno předcházející a jedno navazující doplňkové jídlo, je-li vzděláváno ve třídě s celodenním provozem,
 - b) oběd a jedno předcházející doplňkové jídlo, nebo oběd a jedno navazující doplňkové jídlo, je-li vzděláváno ve třídě s polodenním provozem,
 - c) hlavní a doplňková jídla s výjimkou druhé večeře, je-li vzděláváno ve třídě s internátním provozem,
- vždy včetně tekutin v rámci dodržení pitného režimu (Vyhláška č. 107/2005 Sb.).

Výživové normy pro školní stravování jsou uvedeny ve vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování v příloze č. 1. Jednotlivá jídla jsou sestavena podle věku. Liší se velikostí, obsahem energie a živin (Müllerová aj., 2014). Jedná se o tzv. Spotřební koš, který obsahuje deset základních komodit potravin. Spotřební koš je rozdělen do čtyř věkových kategorií a množství potravin se určuje v gramech na jednoho strávnicka. Dodržování spotřebního koše je závazné a tolerance u jednotlivých komodit je zhruba 25 % (Krejčí, 2015).

hlavní a doplňková jídla	Druh a množství vybraných potravin v g na strávnicka a den									
	Maso	Ryby	Mléko tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný	Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory	Luštěniny
3-6 r. přesnídávka, oběd, svačina	55	10	300	31	17	20	110	110	90	10
7-10 r. oběd	64	10	55	19	12	13	85	65	140	10
11-14 r. oběd	70	10	70	17	15	16	90	80	160	10
15-18 r. oběd	75	10	100	9	17	16	100	90	170	10
celodenní stravování										
3-6 r.	114	20	450	60	25	40	190	180	150	15
7-10 r.	149	30	250	70	35	55	215	170	300	30
11-14 r.	159	30	300	85	36	65	215	210	350	30
15-18 r.	163	20	300	85	35	50	250	240	300	20
Druh a množství vybraných druhů potravin v g na strávnicka a den pro laktoovovegetariánskou výživu										
	Vejce	Mléko tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný		Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory	Luštěniny
3-6 r. přesnídávka, oběd, svačina	15	350	75	12	20		130	115	90	20
7-10 r. oběd	15	250	45	12	12	92	70	140	15	
11-14 r. oběd	15	250	45	12	15	104	80	160	15	
15-18 r. oběd	15	250	45	12	13	114	90	160	15	
15-18 r. celodenní stravování	25	400	210	35	40	370	290	250	30	

Obr. 2: Výživové normy pro školní stravování (Zdroj: Vyhláška č. 107/2005 Sb.).

Poměr živočišných a rostlinných tuků by měl odpovídat poměru 1:1. Pro volné cukry a tuky je stanovená horní hranice, která nesmí být překročena a naopak pro ovoce a zeleninu lze zvýšit spotřebu nad horní hranici. Pravidelná kontrola vyhovujícího spotřebního koše by měla zajistit všechny potřebné živiny podle výživového doporučení a tím i zdravou, pestrou a vyváženou stravu. Ovšem spotřební koš podle vyhlášky má jisté nedostatky. Prvním nedostatkem je, že z hlediska příloh jsou sledovány pouze brambory. Další přílohy jako je rýže, těstoviny nebo pohanka, nejsou vůbec diskutovány. Z tohoto hlediska nezřídka dochází k nedodržení doporučeného poměru sacharidů, tuků a bílkovin. Další nedostatek lze sledovat také u komodit mléko a mléčné výrobky, které jsou rozděleny zvlášť do dvou kategorií. V některých případech je velmi obtížné dodržet tyto hodnoty, především u zařízení, kde se poskytují pouze obědy. Zde je hodnota mléčných výrobků snížena, ale i přesto může být obtížným úkolem (Krejčí, 2015). Mléko je ovšem nepostradatelné ve všech vývojových obdobích dítěte, především pro obsah vápníku a vitamínu D. Stránský a Ryšavá ve své knize (2014) uvádí, že by se mléko mělo konzumovat spíše mimo hlavní jídla, kde je vstřebatelnost vápníku mnohem vyšší. Celkově se mléko spíše hodí zařadit ke svačinám nebo večeřím, proto je obtížnější splnit tyto podmínky i pro zařízení, poskytující pouze obědy. Zakysané mléčné výrobky se mají upřednostňovat před jinými mléčnými výrobky, což může být opět problémem, protože tyto výrobky dětem většinou nechutnají. Pro splnění spotřebního koše je také doporučované slazené mléko,

např. jahodové nebo čokoládové, kde je velké množství cukru, které se do komodit volného cukru započítávat nemusí. Stejně tak se nezapočítává cukr v ostatních jídlech a zde potom vzniká problém, že děti mají velký příjem cukrů i přesto, že je spotřební koš dodržován (Krejčí, 2015).

V předškolních zařízeních lze od roku 2015 poskytovat také dietní stravu, pokud to zdravotní stav strávnicka vyžaduje. Potvrzení o dietním stravování vydává praktický lékař pro děti a dorost. Dietní pokrmy musí být ovšem schváleny nutričním terapeutem, popř. lékařem (Krejčí, 2015).

Za školní stravování je poskytována úplata, která je stanovená výší finančního normativu. Finanční limity pro nákup potravin jsou uvedeny ve vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování v příloze č. 2 (Vyhláška č. 107/2005 Sb.).

1.6.1 Stravování v mateřských školách a dětských skupinách

Stravování dětí v předškolním vzdělávání je stanoveno podle vyhlášky č. 14/2005 Sb., o předškolním vzdělávání: Při přijetí dítěte do mateřské školy stanoví ředitel mateřské školy po dohodě se zákonným zástupcem dítěte způsob a rozsah stravování dítěte. Rozsah se stanoví tak, aby se dítě, je-li v době podávání jídla přítomno v mateřské škole, stravovalo vždy.

Stravování dětí v dětské skupině je stanoveno podle zákona č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině: Poskytovatel v dětské skupině není povinen dítěti poskytovat stravovací služby. Je ovšem možné dohodnout způsob stravování a úhradu nákladů s ním spojených mezi poskytovatelem a rodičem smlouvou o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině. Pokud stravu v dětské skupině přece jen poskytovatel zajišťuje, vztahují se na výrobu, přípravu, rozvoz, přepravu, značení, skladování a uvádění pokrmů do oběhu, včetně zmrazených a zchlazených pokrmů, právní předpisy upravující činnosti epidemiologicky závažné a provozování stravovací služby musí být zajištěno v souladu s povinnostmi stanovenými přímo použitelným předpisem Evropské unie v oblasti hygieny potravin. Pokud zajišťuje dítěti stravu rodič, je nezbytné v zájmu ochrany zdraví dětí zajistit uchování, případný ohřev a podání stravy dítěti v souladu s požadavky správné hygienické praxe. Tyto požadavky jsou stanovené přímo použitelným předpisem Evropské unie v oblasti hygieny potravin a v souladu s právními předpisy upravujícími činnosti epidemiologicky závažné.

2 CÍLE PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY

2.1 Cíle práce

Cíl práce č. 1:

Porovnání péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách.

Cíl práce č. 2:

Porovnání stravování v mateřských školách a dětských skupinách.

2.2 Výzkumné otázky

Výzkumná otázka č. 1:

Existují rozdíly v poskytování péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách?

Výzkumná otázka č. 2:

Je ve vybraných předškolních zařízeních skladba jídelníčku v souladu s nutričním doporučením školního stravování?

2.3 Operacionalizace pojmů

Mateřská škola

Tato zařízení jsou zapsána do rejstříku škol, musí působit podle školského vzdělávacího programu a také podléhají kontrole České školní inspekce (Kubenová, 2017). Školský zákon stanoví, že se předškolní vzdělávání organizuje pro děti ve věku zpravidla od 3 do 6 let, nejdříve však od 2 let. S odloženou účinností od roku 2020 bude předškolní vzdělávání organizováno pro děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let (MŠMT, 2017). Školský zákon umožňuje, aby zřizovatelem mateřských škol byly obce, města, kraje, fyzické nebo právnické osoby, zaměstnavatelé, neziskové organizace, ale i církve (Kubenová, 2017).

Dětská skupina

Dětské skupiny poskytují služby péče o dítě, které nejsou určeny za účelem zisku, jako je například firemní zařízení, mateřská centra nebo střediska volného času (Pemová a Ptáček, 2013). Jedná se především o alternativu výchovné a vzdělávací péče v rámci oficiálního systému předškolního vzdělávání v České republice, která je poskytována dětem od jednoho roku věku do zahájení povinné školní docházky (MPSV, 2015). Cílem tohoto záměru je zvýšit místní a cenovou dostupnost v péči o dítě už od jednoho roku (Opravilová, 2016). Dětské skupiny nejsou zřizovány krajem nebo obcí, ale poskytovatelem, který je podle zákona fyzickou nebo právnickou osobou (Vyhláška č. 281/2014 Sb.).

Porovnání mateřských škol s dětskými skupinami je podrobněji popsáno v teoretické části této diplomové práce (kapitola 1.4 Srovnání mateřských škol a dětských skupin).

Učitelka v mateřské škole

Učitelé v mateřské škole musí mít odborné vzdělání. Je možné mít vysokoškolské vzdělání v oblasti pedagogiky, zaměřené na mateřské školy, první stupeň základní školy, pedagog volného času nebo vychovatel. Vzdělání může mít i vyšší odborné nebo střední s maturitní zkouškou v oboru učitel mateřské školy a vychovatel (Zákon č. 561/2004 Sb.).

Pečující osoba v dětské skupině

V dětské skupině nemusí mít pečující osoby nutné pedagogické vzdělání. Pečující osoba musí mít odbornou způsobilost v některých z těchto oborů: všeobecná sestra, zdravotnický asistent, ošetřovatel, porodní asistentka, zdravotně-sociální pracovník, zdravotnického záchranáře, psycholog ve zdravotnictví, učitel mateřské školy, učitel prvního stupně základní školy nebo vychovatel (Zákon č. 247/2014 Sb.).

Nutriční doporučení Ministerstva zdravotnictví ke Spotřebnímu koši

V mateřských školách každý měsíc vyhodnocují Spotřební koš podle nutričního doporučení stanovené přílohou vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování. Na dětské skupiny se ovšem tato povinnost nevztahuje a tak spotřební koše nevyhodnocují. Posouzení pestrosti jídelního lístku dle návrhu Ministerstva zdravotnictví ČR není součástí vyhlášky o školním stravování, ale slouží jako metodický návod a doplněk ke spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015).

3 METODIKA

3.1 Použitá metoda

Ke zpracování výzkumné části této práce byla zvolena kvalitativní metoda výzkumného šetření, která byla provedena formou pozorování a rozhovorů. Výzkumné šetření probíhalo v únoru a březnu 2018 v okrese České Budějovice.

Data byla získaná prostřednictvím pozorování a polostrukturovaných rozhovorů. Rozhovory byly prováděny s učitelkami, ředitelkami a vedoucími školních jídelen ve vybraných mateřských školách a dětských skupinách, které byly vybírány záměrně podle toho, zda byly v zařízeních zapsány dvouleté děti. Ředitelky mateřských škol a dětských skupin byly před provedením výzkumu obeznámeny s obsahem a výzkumnými otázkami této diplomové práce a také s tím, že je výzkum anonymní. Dále byla ve všech zařízeních ředitelkami podepsána Žádost o povolení výzkumu v souvislosti s diplomovou prací. Tyto žádosti jsou přiloženy k diplomové práci na CD. Součástí výzkumu bylo celkem 5 předškolních zařízení. Sběr dat byl ukončen na základě teoretické saturace, tedy do doby, kdy se odpovědi začaly opakovat.

Rozhovor se skládal ze tří částí. Otázky byly v každém zařízení pokládány stejným způsobem. První část tvořily otázky, které obsahovaly demografické a provozní údaje o daném zařízení. Druhá část rozhovoru byla zaměřena na otázky ohledně péče o dvouleté děti. Tato část rozhovoru nás informuje o aktuálním vzdělání učitelek, jak přistupují k dvouletým dětem a jaké důsledky má pobyt dvouletých dětí v daných zařízeních. Poslední část rozhovoru byla zaměřena na stravování. Zde odpovídaly většinou ředitelky nebo vedoucí školních jídelen a zodpověděly otázky ohledně nutričního doporučení, Spotřebního koše a pitného režimu.

Rozhovory byly nahrávány na diktafon a následně byly přepsány do elektronické podoby. V jednotlivých odpovědích byla vyzdvihnuta klíčová slova podtrháváním a určité pasáže byly opatřeny vlastním komentářem, stejně jako uvádí Hendl ve své knize (2008). Na základě odpovědí byly vytvořeny kategorie a ty byly následně zpracovány do myšlenkových map. Vytvořeny jsou myšlenkové mapy s odpověďmi jak z mateřských škol, tak dětských skupin. Grafické znázornění hierarchického členění pojmů k určitému tématu poprvé popsal v 60. letech minulého století britský autor a mentální trenér Tony Buzan (Tiefenbacher, 2010). Myšlenkové mapy byly následně

důkladně popsány. V popisech jsou pro snadnější orientaci a zachování anonymity zařízení označeny zkratkami MŠ pro mateřské školy a DS pro dětské skupiny.

Podávaná strava v jídelnách mateřských škol byla vyhodnocena podle Spotřebního koše a s dětskými skupinami byla strava porovnána podle posouzení pestrosti jídelního lístku dle návrhu Ministerstva zdravotnictví ČR. Jedná se o doporučení, to znamená, že tento návrh není součástí vyhlášky o školním stravování, ale slouží pouze jako metodický návod a doplněk ke Spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci.

3.2 Charakteristika výzkumného souboru

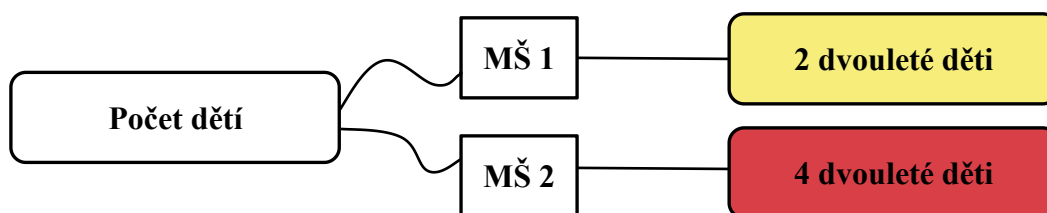
Výzkumný soubor na základě pozorování tvořily děti od dvou let v mateřských školách a dětských skupinách v okrese České Budějovice. Rozhovory byly provedeny s učitelkami, ředitelkami a vedoucími školních jídelen ve vybraných mateřských školách a dětských skupinách, které byly vybírány záměrně podle počtu dvouletých dětí. Celkem byly zahrnuty dvě mateřské školy a tři dětské skupiny.

4 VÝSLEDKY

V této části diplomové práce jsou zpracovány výsledky provedeného výzkumného šetření. Výsledky z provedených rozhovorů a pozorování jsou znázorněny celkem v šesti kategoriích. Prvních pět kategorií je znázorněno myšlenkovými mapami, které usnadňují přehled v odpovědích z rozhovorů jednotlivých zařízení. Některé kategorie obsahují dvě myšlenkové mapy pro lepší orientaci při porovnávání mateřských škol s dětskými skupinami. Každá myšlenková mapa je následně náležitě popsána. Kategorie šestá vyhodnocuje pestrost jídelníčků v mateřských školách a dětských skupinách.

KATEGORIE 1: Počet dvouletých dětí ve třídách

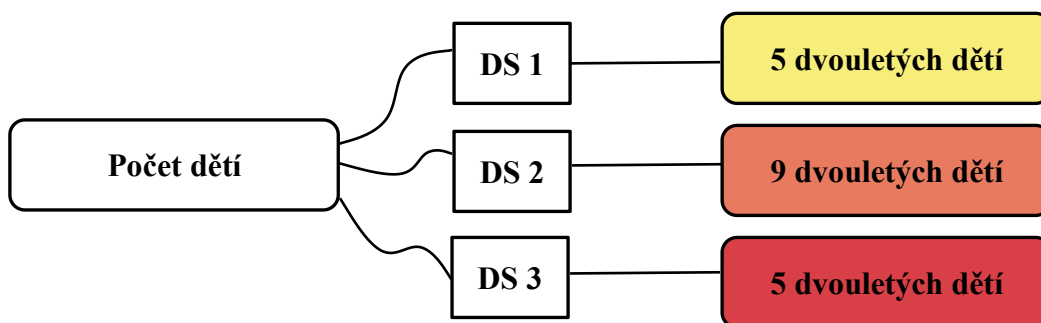
Myšlenková mapa 1A: Počet dvouletých dětí v mateřských školách



V první mateřské škole (MŠ 1) mají 7 tříd, kde mají celkem 174 dětí a v každé třídě jsou dvě učitelky. Do této mateřské školy už pravidelně přijímají dvouleté děti. V září 2017 přijali celkem 22 dvouletých dětí, které postupem školního roku dovršují 3 let. Do celého zařízení přijímají děti až do 6 let. Ve třídě, kde bylo provedeno výzkumné šetření, bylo 22 dětí ve věku od 2 do 4 let. Během výzkumného šetření byly přítomny 2 dvouleté děti.

Ve druhé mateřské škole (MŠ 2) mají jednu třídu, kde je 28 dětí. Na tento počet dětí byly dvě učitelky, ale také další chůvy nebo praktikantky z vysoké školy. Do této mateřské školy jsou také přijímány děti mladší 3. let. Přijímají děti od 2 do 6 let a počet dvouletých dětí byl v den výzkumného šetření 4.

Myšlenková mapa 1B: Počet dvouletých dětí v dětských skupinách



Dvouleté děti potřebují více individuální péče než děti staršího věku, a proto je počet dvouletých dětí v dětských skupinách vyšší než v mateřských školách, přičemž počet pečujících osob je stejný v obou zařízeních.

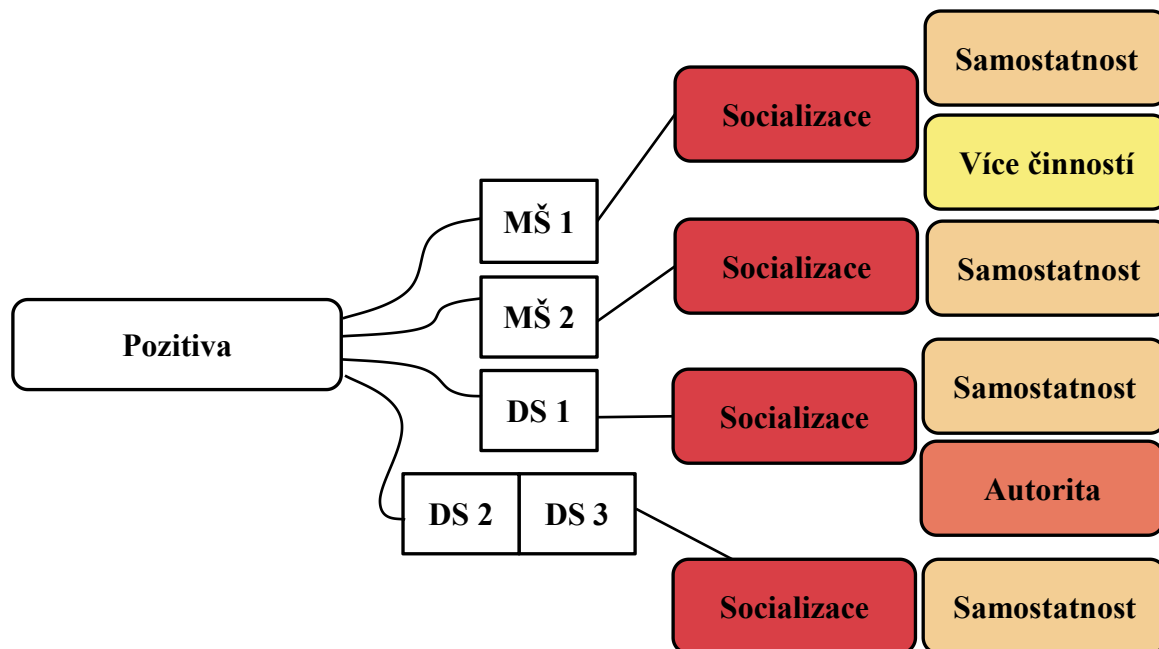
V první dětské skupině (DS 1) mají dvě třídy, které jsou rozděleny podle věku a v každé třídě byly dvě pečující osoby. Výzkumné šetření bylo provedeno ve třídě mladších dětí, kde bylo celkem 10 dětí ve věku od 1 roku do 3 let, z toho 5 dvouletých dětí.

V druhé dětské skupině (DS 2) byly v den výzkumného šetření 3 pečující osoby na 12 dětí a z toho bylo 9 dvouletých dětí.

V DS 3 mají zapsaných 16 dětí ve věku od 1 roku do 4 let, ale v provozu mají vždy zařízené, aby bylo přítomno pouze 12 dětí. Na tento počet mají vždy minimálně 3 pečující osoby. V den výzkumného šetření bylo přítomno 12 dětí, z toho bylo dvouletých dětí 5.

KATEGORIE 2: Pozitiva pobytu dvouletých dětí v předškolních zařízeních

Myšlenková mapa 2: Pozitiva pobytu dvouletých dětí v předškolních zařízeních



Myšlenková mapa 2 znázorňuje, jaký pozitivní přínos má pobyt dvouletých dětí v předškolních zařízeních. Ke zjištění těchto výsledků byla položena otázka: „*Jaká pozitiva přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole/dětské skupině?*“. Na tuto otázku odpovídaly učitelky mateřských škol, pečující osoby v dětských skupinách, ale také ředitelka mateřské školy. Všechny byly stejného názoru, že pobyt dětí v kolektivu podporuje socializaci a samostatnost dítěte. Jedna učitelka v mateřské škole také vyzdvihla program činností a jiných možností, které doma děti většinou nemají. V dětské skupině zase jedna pečující osoba dodala důležitost nové autority v předškolních zařízeních, protože do té doby má dítě autoritu pouze v rodině, tak že se učí něco nového.

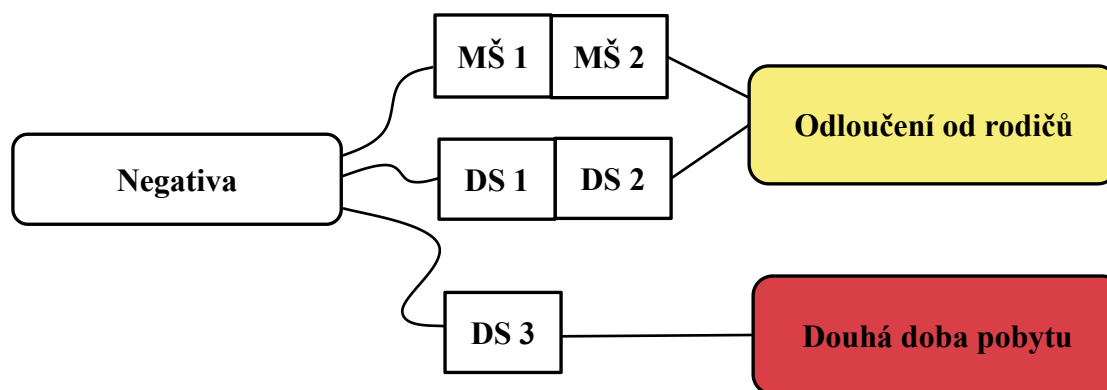
Učitelka mateřské školy v zařízení MŠ 1 odpověděla: „*Tak já myslím, že mají hlavně velkou nabídku činností, což doma nemají. Také tady získávají kamarády, naučí se tady hrát. A hodně se učí od těch starších dětí.*“ A ředitelka mateřské školy v zařízení MŠ 2 odpověděla: „*Tak děti se tady postupně začleňují do kolektivu, někdy to jde i velmi rychle a taky jsou díky změně prostředí více samostatné.*“

V dětských skupinách byly odpovědi velmi podobné. DS 1: „*Myslím si, že je to*

určitě samostatnost. Že se naučí samostatnosti ve všem, ve smyslu fungování sám za sebe. Potom druhá je autorita, protože do té doby má to dítě autoritu jen v rodině. Učí se, že je tady i někdo jiný, koho by měl poslouchat. A dále je to socializace. Naučí se fungovat v kolektivu, třeba se i rozmluví a naučí se i spoustu věcí, které vidí u jiných dětí. Takže to jsou určité věci, které se to dvouleté dítě naučí s přehledem.“ DS 2: „Asi to, že se rychleji učí v kolektivu. Lehce okoukají spoustu věcí od těch starších dětí v kolektivu a také nejsou tak závislí na těch rodičích.“ DS 3: „Určitě je to osamostatní, rychleji je to posune dál. Sami začnou jíst, třeba například tato holčička sem přišla a neuměla sama jíst a tady prostě začla bez problémů. Začnou se sami i oblékat, protože to vidí u těch starších. Taky se začnou dobře začleňovat do toho kolektivu, navazují sociální vazby a začnou si společně hrát. Když je dítě samo doma, tak mu déle trvá, než se začlení mezi ostatní. Tady i děti, kterým je rok a třičtvrtě, tak už jsou schopny si s ostatními hrát, což je podle vývojové psychologie až později.“

KATEGORIE 3: Negativa pobytu dvouletých dětí v předškolních zařízeních

Myšlenková mapa 3: Negativa pobytu dvouletých dětí v předškolních zařízeních



Na myšlenkové mapě 4 vidíme, jaký negativní přínos může mít pobyt dvouletých dětí v předškolních zařízeních. S výjimkou jedné pečující osoby v dětské skupině se ve všech zařízeních vyskytuje náročné odloučení od rodičů.

DS 1: „Tak od spousty psychologů je jasně známo, že děti do tří let by měly být jen s mámou. Což si i myslím, že pro ty děti to musí být hodně těžké, když je sem rodiče

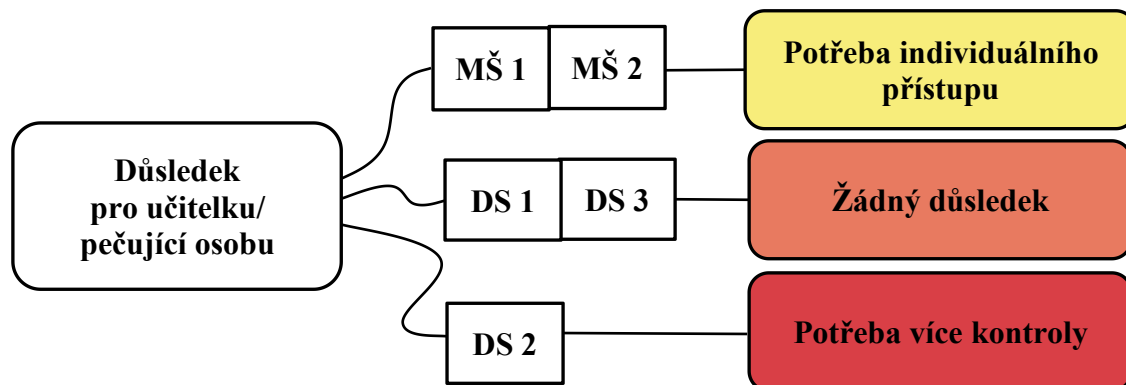
přivedou a ony vidí, jak jim odchází. Co to pro ně musí znamenat, když vidí, že ta maminka mu odchází někam pryč a v tomhle věku asi ještě nedokáží pochopit, že ta maminka jde do práce. Ve věku tří let si myslím, že je to pro ně více srozumitelnější...“ Podle pečující osoby v DS 1 je pro dítě ve 3 letech snažší pochopit, že jsou rodiče v zaměstnání. Naopak podle pečující osoby v DS 2 je nejspíš snažší pracovat s dvouletým dítětem právě proto, že ještě vše tak dobře nechápe a není na rodičích tak závislé. Z rozhovorů se ukázalo, že je to velmi individuální a většinou je to pro děti těžké především ze začátku prvních pár týdnů než si zvyknou. MŠ 2: *„Určitě je to ten začátek, kdy si dítě postupně musí zvykat být bez rodičů, ale ten průběh zvykání je kolikrát stejný i u dětí, které jdou do školky ve starším věku.“* DS 2: *„Máme tzv. formu zvykání. Znamená to, že sem děti chodí nejprve s rodiči třikrát po jedné hodině, aby si zvykly na ten náš režim. První zvykání je na dvacet minut a další dvě tu jsou na hodinu. Je to proto, aby to pro ně potom celý den nebyla taková rána, aby byly v prostředí a kolektivu, ve kterém už jsou zvyklí a podobně. Jinak odloučení je různé a velmi individuální u každého dítěte. Dokonce bych řekla, že dítě lépe snáší odloučení v tom roce a půl, ve dvou letech než potom ve třech.“*

V DS 3 pečující osoba neviděla problém s odloučením dětí od rodiny, ale také uvedla, že začátky jsou u některých dětí méně snadné. Jako jediný negativní důsledek považuje délku pobytu dítěte v předškolním zařízení. DS 3: *„Nevím jak v mateřských školkách, tam asi může být ten velký kolektiv problém, ale tady ne. Ani se zas tak nestává, že by někdo plakal po mamince. Ze začátku třeba plačou při odloučení, ale pak už ne. U těch dvouletých někdy akorát bývá znát, že jsou tady dlouho. Do těch půl páté je už dlouho, už pocítují potřebu jít domů, takže je lepší je tu nechat na kratší dobu.“*

V mateřských školách děti tráví čas v kolektivu většinou celý den. Důvody jsou většinou ze strany rodičů, kteří nemají dostatek času, ale také ze strany mateřské školy, protože jakousi „formu zvykání“ jako v dětských skupinách nenabízejí.

KATEGORIE 4: Důsledek pobytu dvouletých dětí pro učitelku/pečující osobu

Myšlenková mapa 4: Důsledek pobytu dvouletých dětí pro učitelku/pečující osobu



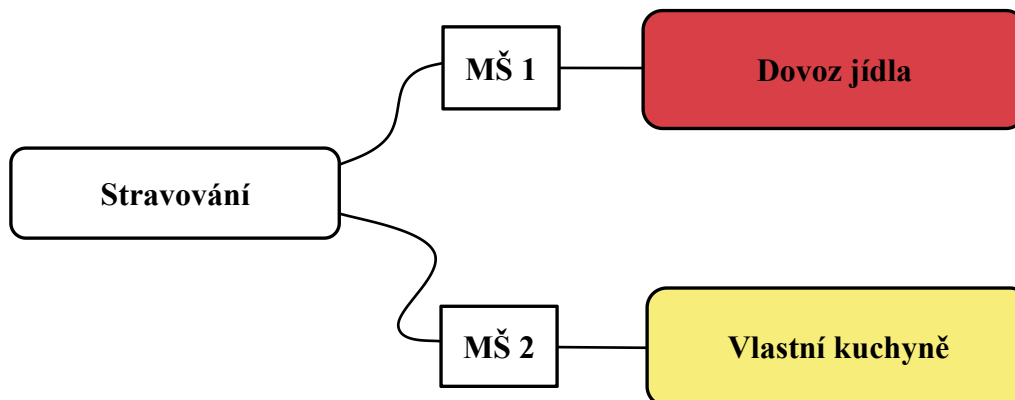
Myšlenková mapa 4 znázorňuje odpovědi na otázku: „*Jaký důsledek má pobyt dvouletých dětí v mateřské škole/dětské skupině pro učitelku?*“

V mateřských školách se učitelky jednoznačně shodly na tom, že dvouleté dítě potřebuje více individuálního přístupu. MŠ 1: „*Dvouleté děti vyžadují více individuální práce, tím je to na úkor těch starších dětí. Ale když těch dvouletých dětí není moc, tak se to dá v pořádku zvládnout...*“ MŠ 2: „*Dvouleté dítě většinou potřebuje více individuálního přístupu a to především po jeho prvním nástupu do školky.*“

Ve dvou dětských skupinách pečující osoby dokonce neshledaly žádný důsledek. V jedné dětské skupině pečující osoba uvedla potřebu větší kontroly nad mladšími dětmi, především při volné hře. „*Tak určitě musíme dávat hodně pozor, jak si děti hrají. Nikdy jsem ve školce nebyla, ale je pravda, že jak tady máme ty starší děti, tak je vidět, že je s nima trochu snažší práce. Ty menší musíme víc kontrolovat.*“

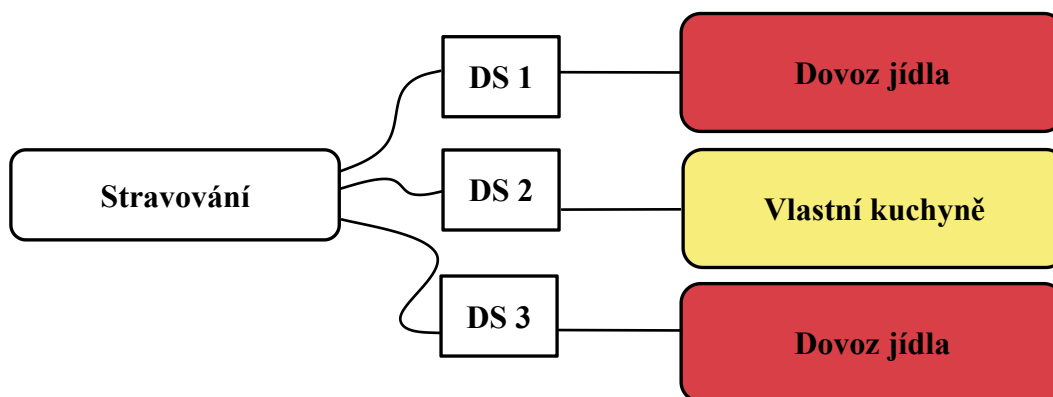
KATEGORIE 5: Stravování

Myšlenková mapa 5A: Zajištění stravování v mateřských školách



Myšlenkové mapy 5A a 5B ukazují, kde zařízení jídlo dováží a kde má vlastní kuchyni. Jedna z mateřských škol dováží stravu z jídelny vysoké školy a druhá mateřská škola má svou vlastní kuchyni, jelikož se jedná o velké zařízení, které vaří pro 174 dětí.

Myšlenková mapa 5B: Zajištění stravování v dětských skupinách



Stravování v dětských skupinách není podle zákona povinné jako pro mateřské školy, ale i přesto všechny dětské skupiny v tomto výzkumném šetření stravu zajišťují. Ve všech případech je možné zajistit stravu od rodičů, ale v těchto zařízeních tuto možnost využívají pouze 3 děti.

KATEGORIE 6: Pestrost jídelníčků

Na základě výzkumné otázky č. 2 (*Je ve vybraných předškolních zařízeních skladba jídelníčku v souladu s nutričním doporučením školního stravování?*) bylo součástí výzkumného šetření sledování jídelníčků. Podle Kropáčkové a Splavcové (2017) je nevhodné dětem mladším tří let podávat celozrnné pečivo, ořechy a mák, ale podle informačního materiálu MŠMT není potřeba úprav školního stravování pro děti mladší tří let. V mateřských školách každý měsíc vyhodnocují Spotřební koš podle nutričního doporučení stanovené přílohou vyhlášky č. 107/2005 Sb., o školním stravování. Na dětské skupiny se ovšem tato povinnost nevztahuje a tak spotřební koše nevyhodnocují. Posouzení pestrosti jídelního lístku dle návrhu Ministerstva zdravotnictví ČR není součástí vyhlášky o školním stravování, ale slouží jako metodický návod a doplněk ke spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015).

Jelikož výzkumné šetření zahrnovalo dětské skupiny, které zařizují společné stravování pro děti, bylo možné posoudit jídelní lístky alespoň podle tohoto metodického návodu. V následujících tabulkách 1 až 5 je uvedeno posouzení pestrosti jídelních lístků.

Tabulka 1: Četnost jednotlivých druhů polévek (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015)

<i>Polévky</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Zeleninová	12x	10x	8x	9x
Luštěninová	3x-4x	4x	3x	3x
Rybí (nemusí být zařazena)	1x	1x	0x	0x
Obilná zavářka	4x	4x	4x	3x

Nutriční doporučení dle Ministerstva zdravotnictví popisuje 20 stravovacích dnů, kde by měla být zahrnuta zeleninová polévka 12x, luštěninová polévka 3x-4x a 4x-5x jiná polévka, kterou nutriční doporučení nestanovuje (masové vývary, drožd'ová, rybí, houbová apod.). V tabulce jsou uvedeny rybí polévky, masové polévky, polévky se zavářkou a polévky s bramborami pouze pro informaci.

Zeleninové polévky by v měsíčním jídelníčku měly převažovat pro vyšší příjem zeleniny. Do této skupiny řadíme zeleninové vývary, mixované zeleninové krémy a další zeleninové polévky (brokolicová, květáková, mrkvová, celerová apod.). Frekvence zeleninových polévek nebyla v mateřské škole a dětských skupinách v daném měsíci výrazně rozdílná, ovšem ani v jednom zařízení nedosahoval jídelníček doporučenému počtu 12x za měsíc.

Za luštěninovou polévku se považuje klasická luštěninová polévka, která je hustší (čočková, hrachová), také polévka s luštěninou, kde je luštěnina přidána v menším množství. Za luštěninovou polévku je možné považovat i polévky, které jsou pouze zahuštěny rozvařenými luštěninami nebo polévka se sójovým masem. V daných zařízeních nebyl zaznamenán problém s naplněním tohoto kritéria. Nejčastější luštěninovou polévkou byla čočková.

Do kategorie obilných zavářek nejsou zařazeny klasické těstoviny. Cílem je zařazovat různé druhy obilných vloček (ovesné, žitné, rýžové apod.). Do této skupiny se také řadí jáhly, kroupy, pohanka, kuskus a další. Se splněním této kategorie zařízení problém neměly. Do svého jídelníčku zařazovaly například polévku zeleninovou s pohankou, rýžovou nebo vločkovou.

Tabulka 2: Četnost jednotlivých druhů hlavních chodů (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015)

<i>Hlavní chod</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Drůbež, králík	min. 2x	6x	4x	2x
Vepřové maso	4x	4x	4x	4x
Ryby	2-3x	2x	1x	2x
Bezmasý pokrm	4x	4x	3x	8x
Nejsou zařazeny uzeniny	0x	1x	1x	0x
Sladký pokrm	max. 2x	2x	2x	3x
Luštěniny	1-2x	2x	1x	1x

Hlavní chod v měsíčním jídelníčku by měl obsahovat minimálně 3x drůbeží nebo králičí maso, maximálně 4x vepřové maso, 2x-3x rybu, 4x zeleninový plnohodnotný pokrm a dvě sladká jídla. Pro zbývajících 4-5 dnů se nestanovuje druh masa, výběr je tedy libovolný.

Do skupiny drůbeží a králík se zařazuje kuře, slepice, kachna, husa, jiná drůbež a králík. Minimální počet pokrmů z drůbeže a králíka je 2x do měsíce, což bylo splněno ve všech sledovaných zařízeních. Nejčastěji bylo zařazováno kuřecí a krůtí maso.

Další skupinou jsou ryby, které by měly být zařazeny 2x-3x měsíčně. Zařízení se většinou snaží ryby zařazovat kromě rybích pomazánek v rámci svačin také v hlavních chodech, ale u DS 1 byly ryby v hlavním chodu zařazeny pouze jednou.

Vepřové maso by mělo být zařazeno 4x do měsíce a měly by být vybírány libovější druhy masa. Ve všech zařízeních bylo ve vybraném měsíci vepřové maso správně zařazeno 4x.

Bezmasým plnohodnotným pokrmem se rozumí slaná jídla, jako jsou například zeleninová nebo luštěninová jídla, která obsahují všechny tři základní živiny (sacharidy, bílkoviny, tuky). Jídelníček vyhovuje, pokud je tento pokrm zařazen 4x. V mateřské škole byl bezmasý pokrm správně zařazen 4x, v DS 1 pouze 3x a v DS 2 dokonce 8x.

Uzeniny jsou velkým zdrojem soli a dalších látek, které nepřispívají lidskému zdraví. Jejich příjem by měl být omezen na minimum, a proto by se ve školním jídelníčku neměly uzeniny vyskytovat vůbec. V MŠ a DS 1 se vyskytovaly jednou, v DS 2 0x.

Sladká jídla by se v jídelníčku neměla vyskytovat více než 2x do měsíce. V MŠ a DS 1 byl tento požadavek dodržen, v DS 2 se sladké jídlo vyskytovalo v daném měsíci 3x.

Jako luštěninová jídla považujeme například čočku na kyselo, hrachovou kaši, ale také jídla s přídavkem luštěnin (rizota, těstoviny, karbanátky apod.). Pokud je luštěninový pokrm bezmasý, řadí se zároveň do bezmasého pokrmu. Měly by být v měsíčním jídelníčku zařazeny 1-2x, což bylo v daných zařízeních správně dodrženo.

Tabulka 3: Četnost jednotlivých druhů příloh (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015)

<i>Přílohy</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Obiloviny (těstoviny, rýže)	7x	9x	8x	9x
Houskové knedlíky	max. 2x	1x	2x	1x

Nutriční doporučení nelimituje množství brambor a výrobků z nich. Především se snaží o zvýšení různých druhů obilovin a snížení kynutých knedlíků z bílé mouky.

Obiloviny by neměly být zastoupeny pouze těstovinami. Za takovou přílohu se považuje rýže, kuskus, bulgur, jáhly, ale také pohanka nebo pečivo. Do jídelníčku by měly být zařazeny minimálně 7x a to bylo splněno ve všech zařízeních. Nejčastěji byly využívány potraviny jako je rýže, bulgur nebo kuskus.

Houskové knedlíky z bílé mouky nesmějí být zařazeny v měsíci více jak 2x. Bílou mouku je možné nahradit například moukou špaldovou či cizrnovou. Ve sledovaných zařízeních se správně podle nutričního doporučení vyskytovaly maximálně 2x.

Tabulka 4: Četnost ovoce a zeleniny (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015)

<i>Zelenina a ovoce</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Zelenina čerstvá	min. 8x	8x	1x	0x
Zelenina tepelně upravená	min. 4x	6x	5x	8x

Dětem by měla být denně nabízená zelenina v syrovém i tepelně upraveném stavu. Syrová zelenina obsahuje řadu důležitých látek a vitaminů, ale je mnohdy hůře stravitelná než zelenina, která je tepelně upravená. Syrová zelenina by měla být zařazena minimálně 8x za měsíc. Toto doporučení bylo splněno pouze v mateřské škole. Nejčastější formou syrové zeleniny v mateřské škole byl zeleninový salát jako doplněk k hlavnímu chodu. V dětských skupinách se syrová zelenina v rámci hlavního chodu nevyskytovala vůbec nebo minimálně. Četnost teplé zeleniny je dle nutričního doporučení 4x za měsíc. Toto doporučení bylo splněno v rámci hlavního chodu i v dětských skupinách.

Tabulka 5: Četnost jednotlivých druhů přesnídávek a svačin (Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015)

<i>Přesnídávký a svačiny</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Zel., luštěninové pomazánky	4x	6x	4x	7x
Rybí pomazánka	2x	4x	2x	2x
Obilná kaše	2x	0x	0x	0x
Zelenina	20x	17x	20x	12x
Ovoce	20x	20x	16x	16x
Celozrnné, vícezrnné pečivo	8x	8x	7x	7x
Uzeniny a paštiky	0x	0x	1x	0x

Luštěninová nebo zeleninová pomazánka by měla být zařazena 4x měsíčně. Se splněním tohoto kritéria zařízení neměla problém. Nejčastěji připravovanou pomazánkou byla tvarohová s pažitkou nebo celerová.

Rybí pomazánka je také sledována podle nutričního doporučení. V jídelníčku by měla být zahrnuta 2x měsíčně. Ve všech zařízeních byla četnost rybích pomazánek dodržena. Uváděná byla například pomazánka humrová, tuňáková nebo z makrely.

Do přesnídávek a svačin by měly být zahrnuty také obilné kaše z různých druhů obilných vloček (ovesné, žitné, špaldové, pohankové apod.). Obilné kaše nebyly zařazeny ani jednou v měsíci v žádném zařízení i přes to, že doporučení stanovilo počet obilných kaší 2x měsíčně.

Zelenina nebo ovoce by měly být nedílnou součástí přesnídávký a svačiny každý den. Četnost ovoce a zeleniny nutričnímu doporučení plně neodpovídala v žádném zařízení, ale byla úspěšnější v MŠ. V DS 1 také téměř dosahovala nutričnímu doporučení jako v MŠ, ale v DS 2 byla četnost zeleniny a ovoce nízká.

Celozrnné, vícezrnné, žitné a další speciální druhy pečiva s vyšším obsahem vlákniny by měly být zařazeny 8x měsíčně. V MŠ četnost odpovídala nutričnímu doporučení. V DS 1 a DS 2 byly tyto druhy pečiva zařazeny celkem 7x. Uváděnou potravinou byl například žitný chléb nebo sójový rohlík.

Přesnídávký a svačiny nemají podle nutričního doporučení obsahovat uzeniny

a paštiky vůbec. V MŠ a DS 2 se v měsíčním jídelníčku tyto potraviny nevyskytovaly ani jednou. V DS 1 byla v rámci jedné svačiny podávána paštika s pečivem a zeleninou.

Základem pitného režimu dětí by měla být voda a neslazené nápoje. Pokud je nabízen slazený nápoj, měl by být nabídnut i nápoj neslazený. V rámci pitného režimu by děti měly mít k dispozici nápoje po celý den.

Ve všech sledovaných zařízeních byla podávána pitná voda, neslazené čaje a někdy čaje i slazené. Občasně byly podávány i ředěné mošty nebo džusy. Všechny tyto nápoje odpovídají nutričnímu doporučení a byly k dispozici po celý den i při pobytu venku (především v teplých dnech uváděly osoby v provedených rozhovorech). Mléčné nápoje byly k dispozici ve všech zařízeních jednou denně samostatně nebo ke konkrétnímu jídlu.

5 DISKUZE

Autoři jako je Bednářová a Šmardová (2010) nebo Shaffer a Kipp (2013) se shodují, že výchova a vzdělání v předškolním věku hrají velmi důležitou a nezastupitelnou roli v následujícím vývoji dítěte. Nástup do první třídy základní školy je mimořádnou událostí v životě dítěte a jeho rodiny. Završením dosavadního vývoje začíná nová etapa života.

Tendence přijímání dvouletých dětí do mateřských škol se díky nižšímu počtu starších dětí hlásících se k předškolnímu vzdělávání zvyšuje. Novela školského zákona stanoví, že od roku 2020 bude předškolní vzdělávání organizováno pro děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let. O tom, zda bude dítě přijato do mateřské školy, vždy rozhoduje ředitel mateřské školy podle paragrafu 3, odstavce 3 školského zákona. Na základě této novely školského zákona byla první část výzkumného šetření vytvořena podle výzkumného cíle č. 1: *Porovnání péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách*. Po provedeném výzkumném šetření byly mateřské školy s dětskými skupinami porovnány a zjistilo se, že skutečně existují rozdíly v poskytování péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách. Podle Kropáčkové a Splavcové (2017) dítě ve druhém a třetím roce projevuje touhu po poznání, objevování, manipulaci a experimentaci s předměty. Müllerová et al. (2014) ve své knize uvádí, že dítě si v tomto věku začíná hrát s ostatními dětmi, ale spolupracovat s vrstevníky v jednotlivých hrách se naučí až kolem třetího roku života. Kropáčková a Splavcová (2017) dále uvádí, že při vzdělávání dvouletých dětí je nutno si uvědomit, že primární a nezastupitelnou úlohu zastává rodinná výchova. Všechna tato tvrzení se po provedeném výzkumném šetření ukázala jako pravdivá. Ovšem na otázku, zda je vhodné zařazovat dvouleté děti do mateřských škol, lze odpovědět konstatováním, že tak jako některé tříleté nebo čtyřleté dítě ještě není zralé pro vstup do mateřské školy a může mít velké problémy s adaptací, jsou naopak mnohé dvouleté děti schopné bez problémů a naopak s radostí navštěvovat mateřskou školu či jiné zařízení pro děti mladší tří let. V rámci provedeného pozorování v jednotlivých zařízeních bylo zjištěno, že nezáleží na kalendářním věku dítěte, ale především se jedná o schopnosti individuální. Podle Kubenové (2017) by mělo dítě před nástupem do mateřské školy znát své jméno a příjmení, pozdravit a poděkovat, poznat svoji značku, která mu byla přidělena pro odkládání jeho osobních věcí, svléknout se a popřípadě i obléknout, umět samostatně jíst a pít, ovládat základní hygienické potřeby, umýt si ruce a podobně.

Na základě pozorování v uvedených zařízeních této diplomové práce lze konstatovat, že uvedené znalosti a dovednosti dokázaly některé dvouleté děti lépe než tříleté či čtyřleté a naopak. Jelikož byl výzkum proveden až v únoru a březnu 2018, všechny děti už byly v zařízeních plně adaptované, protože nastupovaly začátkem školního roku, a proto bylo pozorování všech dětí z tohoto hlediska vyrovnané. Na základě pozorování a provedených rozhovorů bylo zjištěno, že v dětských skupinách byly dvouleté děti začleněny do kolektivu lépe než v mateřských školách a to je dáno především počtem dětí, který byl v dětských skupinách zhruba poloviční než v mateřských školách a to se stejným počtem pečujících osob. Na základě provedených rozhovorů bylo zjištěno, že pobyt dvouletých dětí v kolektivu má pozitivní přínos pro jejich rozvoj. Pečující osoby, učitelky a ředitelky uváděly jako pozitivum nejčastěji socializaci, osamostatnění dítěte, ale také možnost jiné autority než pouze rodičů. Stejně tak Nutbrown a Clough (2014) uvádí, že socializace dítěte je velmi podstatná pro další vývoj dítěte. V rozhovorech byl také zjišťován negativní přínos pobytu dvouletých dětí v kolektivu a zde se ukázalo, že je pro dvouleté děti velmi významné odloučení od rodičů. To ovšem platí i pro děti staršího věku a v rámci celého výzkumného šetření se opět ukázalo, že je třeba brát každé dítě individuálně. Je nezbytné podotknout, že proces adaptace dětí v předškolních zařízeních může být různě dlouhý, ale v době, kdy bylo provedeno výzkumné šetření, nebyl zaznamenán u žádného dítěte výrazný stesk po rodičích. U některých dětí (ne jen dvouletých) byl zaznamenán pouze ráno při loučení s rodičem, ale po příchodu mezi ostatní děti stesk rychle pominul. Dále bylo poukazováno na délku pobytu. Pečující osoba v jedné dětské skupině poukazovala na to, že pobyt dětí mladších tří let až do 16:30 je pro ně někdy velmi náročný. Délku pobytu dětí v předškolních zařízeních je třeba zohledňovat především v prvních dnech pobytu. Dětské skupiny jsou připraveny toto zohledňovat a nabízejí rodičům například formu adaptace, kde dítě chodí do zařízení zpočátku pouze na dvě hodiny a délka pobytu se postupně prodlužuje. Také nabízejí možnost pobytu rodičů s dítětem v prvních dnech. Mateřské školy délku pobytu v prvních dnech téměř nezohledňují. Podle Kropáčkové a Splavcové (2017) dvouleté děti v MŠ vyžadují zvýšenou pozornost učitelek, některé ještě nejsou plně samostatné a vyžadují pomoc dospělé osoby, proto v souvislosti na tomto tvrzení byl zjišťován důsledek pobytu dvouletých dětí v mateřských školách a dětských skupinách pro učitelku. V rámci rozhovoru v mateřských školách byla zmiňována především vyšší potřeba individuálního přístupu a kontroly k dětem mladších tří let. Ve dvou dětských skupinách bylo dokonce uvedeno, že pobyt

dvouletých dětí v jejich zařízení nemá žádný negativní důsledek pro pečující osoby. Toto zjištění je ovlivněné nízkým počtem dětí v dětských skupinách, ale také tím, že v mateřských školách je na dvojnásobný počet dětí stejný počet učitelek jako v dětských skupinách.

Druhá část výzkumného šetření byla zpracována podle cíle práce č. 2: *Porovnání stravování v mateřských školách a dětských skupinách*. Školní stravování je upraveno ve vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování, která se vztahuje ke školskému zákonu. Školním stravování se podle této vyhlášky rozumí společné stravování dětí a pracovníků předškolních zařízení, škol a školských zařízení, zařazených Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy České republiky do sítě těchto zařízení. V dětských skupinách se ovšem tato vyhláška zohledňovat nemusí, podle zákona č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině poskytovatel v dětské skupině není povinen dítěti poskytovat stravovací služby. Je ovšem možné dohodnout způsob stravování a úhradu nákladů s ním spojených mezi poskytovatelem a rodičem smlouvou o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině. Všechny dětské skupiny ve výzkumném šetření této diplomové práce stravu zajišťují. Ve všech případech je možné zajistit stravu od rodičů na jejich žádost, ale v těchto zařízeních tuto možnost využívají pouze tři děti a to z důvodu potravinové intolerance, alergie na konkrétní potraviny, ale také jedním z důvodů byla kontrola nad stravou, kterou chtěla připravovat sama maminka dítěte. Na základě výzkumné otázky č. 2 (*Je ve vybraných předškolních zařízeních skladba jídelníčku v souladu s nutričním doporučením školního stravování?*) bylo součástí výzkumného šetření posouzení pestrosti jídelního lístku dle metodického návodu Ministerstva zdravotnictví ČR, který není součástí vyhlášky o školním stravování, ale slouží jako metodický návod a doplněk ke Spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci. Součástí výzkumného šetření byly dvě mateřské školy, z nichž měla jedna vlastní kuchyni a druhá dovážela stravu z jiného zařízení. Ze třech dětských skupin měla jedna vlastní kuchyni a dvě dětské skupiny dovážely stravu z jiného zařízení. V mateřských školách byl správně vyhodnocován Spotřební koš jednou měsíčně. Vedoucími kuchyní byl předložen Spotřební koš za období 1. 1.-31. 1. 2018, který plně vyhovoval výživovým normám dle zákona. Autorky Požárová a Prudková ve své publikaci (2018) v časopisu *Výživa a potraviny* konstatují, že dvouleté děti by se neměly stravovat jako předškoláci, to znamená jako děti od tří let. Podle Kropáčkové a Splavcové (2017) je nevhodné dětem mladší tří let podávat celozrnné pečivo, ořechy a mák, ale podle informačního materiálu

MŠMT není potřeba úprav školního stravování pro děti mladší tří let. Požárová a Prudková dále v publikaci (2018) uvádějí, že kromě pečlivého výběru potravin, je třeba dbát na technologickou úpravu i způsob servírování, např. krájet potraviny na malé kousky. V současné době nejsou žádné novely zákona, a proto pro dvouleté děti platí stejné nutriční požadavky jako pro děti od tří let. Dále byla posouzena pestrost jídelního lístku jedné mateřské školy a dvou dětských skupin dle metodického návodu, jelikož dětské skupiny nemají povinnost vyhodnocovat Spotřební koš. Z polévek metodický návod nesplňovala zeleninová polévka, která by měla být zahrnuta 12x v měsíci. V mateřské škole byla zahrnuta 10x, kde je nezbytné zohlednit dva dny volna na začátku ledna. V dětských skupinách se vyskytovala četnost zeleninové polévky ještě o něco méně než v mateřské škole. Luštěninová polévka by měla být zařazena 3x-4x měsíčně, což odpovídalo ve všech zařízeních. Se splněním kategorie polévek s obilnou zavařkou zařízení problém také neměly. Do svého jídelníčku zařazovaly například polévku s pohankou, rýží nebo vločkami. Minimální počet pokrmů z drůbeže a králíka je 2x do měsíce, což bylo splněno ve všech sledovaných zařízeních. Nejčastěji bylo zařazováno kuřecí a krůtí maso. Další skupinou jsou ryby, které by měly být zařazeny 2x-3x měsíčně. V DS 1 byly ryby v hlavním chodu zařazeny pouze jednou. Vepřové maso by mělo být zařazeno 4x do měsíce. Ve všech zařízeních bylo ve vybraném měsíci vepřové maso správně zařazeno 4x. Bezmasým plnohodnotným pokrmem se rozumí slaná jídla, jako jsou například zeleninová nebo luštěninová jídla, která obsahují všechny tři základní živiny (sacharidy, bílkoviny, tuky). Jídelníček vyhovuje, pokud je tento pokrm zařazen 4x. V mateřské škole byl bezmasý pokrm správně zařazen 4x, v DS 1 pouze 3x a v DS 2 dokonce 8x, kde hodně upřednostňovali bezmasé pokrmy. Příjem uzenin by měl být omezen na minimum, a proto by se ve školním jídelníčku neměly uzeniny vyskytovat vůbec. V MŠ a DS 1 se vyskytovaly jednou, v DS 2 0x. V kategorii sladká jídla byl požadavek v MŠ a DS 1 dodržen. V DS 2 bylo nevyhovující, sladké jídlo se vyskytovalo v daném měsíci 3x. Luštěniny by měly být v měsíčním jídelníčku zařazeny 1-2x, což bylo v daných zařízeních správně dodrženo. Z hlediska příloh bylo doporučení hodnocené jako vyhovující. Ve všech třech zařízeních se obiloviny (těstoviny, rýže apod.) vyskytovaly minimálně 7x a houskové knedlíky maximálně 2x v měsíci. Až doposud by mohlo být výrokem, že stravování v dětských skupinách z hlediska pestrosti jídelních lístků je stejně vyhovující jako v mateřských školách, ovšem v dětských skupinách vůbec nebyla zařazena syrová zelenina k hlavnímu chodu. Dětem by měla být denně nabízená zelenina v syrovém i tepelně

upraveném stavu. Syrová zelenina obsahuje řadu důležitých látek a vitaminů, ale je mnohdy hůře stravitelná než zelenina, která je tepelně upravená. Syrová zelenina by měla být zařazena minimálně 8x za měsíc v rámci oběda. Toto doporučení bylo splněno pouze v mateřské škole. Nejčastější formou syrové zeleniny v mateřské škole byl zeleninový salát jako doplněk k hlavnímu chodu. V dětských skupinách se syrová zelenina v rámci hlavního chodu nevyskytovala vůbec nebo minimálně. Četnost teplé zeleniny je dle nutričního doporučení 4x za měsíc. Toto doporučení bylo splněno v rámci hlavního chodu i v dětských skupinách. Metodický návod je dále určen pro přesnídávky a svačiny, kde by luštěninová nebo zeleninová pomazánka měla být zařazena 4x měsíčně. Se splněním tohoto kritéria zařízení neměla problém. Nejčastěji připravovanou pomazánkou byla tvarohová s pažitkou nebo celerová. Zařazena musí být dále rybí pomazánka 2x měsíčně. Ve všech zařízeních byla četnost rybích pomazánek dodržena. Do přesnídávek a svačin by měly být zahrnuty také obilné kaše z různých druhů obilných vloček, ale nebyly zařazeny ani jednou v měsíci v žádném zařízení i přes to, že doporučení stanovilo počet obilných kaší 2x měsíčně. Nedílnou součástí přesnídávky a svačiny by dále měla být zelenina nebo ovoce každý den. Četnost ovoce a zeleniny nutričnímu doporučení plně neodpovídala v žádném zařízení, ale byla úspěšnější v MŠ. Zde je nezbytné zohlednit chybějící dva dny na začátku ledna, kde by se po přičtení těchto dvou dnů mohla četnost zeleniny vyšplhat téměř na požadovanou hodnotu. V DS 1 také téměř dosahovala nutričnímu doporučení jako v MŠ, ale v DS 2 byla četnost zeleniny a ovoce nízká. Vícezrné druhy pečiva s vyšším obsahem vlákniny by měly být zařazeny 8x měsíčně. V MŠ četnost odpovídala nutričnímu doporučení. V DS 1 a DS 2 byly tyto druhy pečiva zařazeny celkem 7x. Přesnídávky a svačiny nemají podle nutričního doporučení obsahovat uzeniny a paštiky, což v MŠ a DS 2 odpovídalo a v jídelníčku se nevyskytovaly ani jednou. V DS 1 byla v rámci jedné svačiny podávána paštika s pečivem a zeleninou. Poslední sledovanou kategorií byl velmi podstatný pitný režim v předškolních zařízeních. Vždy byly správně zvoleny nápoje, jako je pitná voda, neslazené čaje a někdy čaje mírně slazené. Občasně byly podávány i ředěné mošty nebo džusy. Všechny tyto nápoje odpovídají nutričnímu doporučení a byly k dispozici po celý den i při pobytu venku (především v teplých dnech uváděly osoby v provedených rozhovorech). Mléčné nápoje byly k dispozici ve všech zařízeních jednou denně samostatně nebo ke konkrétnímu jídlu.

6 ZÁVĚR

Diplomová práce analyzovala a stanovila rozdílné předpoklady v péči o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách a dále porovnávala stravovací možnosti v mateřských školách a dětských skupinách.

První část diplomové práce je teoretická a podala dostatečné informace ohledně současné legislativy a možností předškolního vzdělávání v České republice, dále informace ohledně zdravé výživy a stravování v předškolních zařízeních a v neposlední řadě nám porovnála mateřské školy s dětskými skupinami tak, aby se mohl v dané problematice orientovat nejen odborník, ale také laická veřejnost.

Jedním cílem diplomové práce bylo porovnat péči o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách. V souvislosti s tímto cílem byla položena výzkumná otázka „*Existují rozdíly v poskytování péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách?*“ Předpokladem bylo, že ano a to se také po provedeném výzkumném šetření potvrdilo. Na otázku, zda je vhodné zařazovat dvouleté děti do mateřských škol, lze v rámci provedeného pozorování konstatovat, že tak jako některé tříleté nebo čtyřleté dítě ještě není zralé pro vstup do mateřské školy a může mít velké problémy s adaptací, jsou naopak mnohé dvouleté děti schopné bez problémů a naopak s radostí navštěvovat mateřskou školu či jiné zařízení pro děti mladší tři let. Jedná se především o individuální pohled. Také se ukázalo, že pobyt dětí v kolektivu urychluje vývoj dítěte, rychleji se socializuje a je více samostatné. Jako hlavní rozdíl mezi mateřskými školami a dětskými skupinami v tomto směru je, že v dětských skupinách je okolo 12 dětí a v mateřských školách až 28. Počet pečujících osob je většinou stejný, i když se jedná o dvojnásobný počet dětí a to má za následek to, že není možné se všem dětem věnovat individuálně. Dvouleté děti vždy nezvládají všechny činnosti stejně dobře jako děti staršího věku, a proto potřebují individuální přístup. V mateřských školách je v jedné třídě kolem 24 dětí a většinou se o ně starají dvě učitelky. Po provedeném výzkumném šetření této diplomové práce se ukázalo, že tento počet není vyhovující, pokud je ve třídě více dvouletých dětí. Některé situace jsou v tomto počtu pro učitelky mateřských škol problematické, proto by bylo vhodné zvýšit počet učitelek nebo chův v mateřských školách.

Druhým cílem diplomové práce bylo porovnat stravování v mateřských školách a dětských skupinách. V dětských skupinách se nemusí zohledňovat vyhláška o školním stravování a poskytovatel v dětské skupině není povinen dítěti poskytovat stravovací

služby. Všechny dětské skupiny ve výzkumném šetření této diplomové práce stravu zajišťují, protože si to rodiče přejí. Ke zjištění tohoto cíle byla položena výzkumná otázka: „*Je ve vybraných předškolních zařízeních skladba jídelníčku v souladu s nutričním doporučením školního stravování?*“. V mateřských školách se ukázalo, že jídelní lístky jsou v souladu se Spotřebním košem, který pravidelně každý měsíc vyhodnocují. Součástí výzkumného šetření bylo posouzení pestrosti jídelního lístku dle metodického návodu Ministerstva zdravotnictví ČR, který není součástí vyhlášky o školním stravování, ale slouží jako metodický návod a doplněk ke Spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci. Ukázalo se, že stravování v dětských skupinách by bylo z hlediska pestrosti jídelních lístků srovnatelné s mateřskými školami, bohužel v kategorii zelenina v rámci hlavních chodů bylo poněkud nedostačující. Ostatní sledované kategorie, včetně pitného režimu, byly téměř srovnatelné s mateřskými školami. Ředitelky v dětských skupinách uváděly, že je jejich snahou vytvořit jídelníček, který vyhovuje zásadám správné výživy.

Diplomová práce řeší a objasňuje současnou problematiku dvouletých dětí v kolektivu předškolních zařízení. V rámci této diplomové práce bylo zjištěno, že počet učitelek v mateřských školách, kde je více dvouletých dětí v jedné třídě, je nevyhovující. Diplomová práce může být prospěšná jako zdroj informací pro laickou veřejnost, především budoucím rodičům a rodičům předškolních dětí, k prohloubení jejich vědomostí o této problematice. V rámci výzkumného šetření této diplomové práce v oblasti stravování bylo zjištěno, že se v dětských skupinách snaží podávat dětem zdravou a vyváženou stravu. Jelikož dětské skupiny nemají materiály, podle kterých by mohly postupovat, dodržují často doporučení pro mateřské školy. V této souvislosti je také výstupem diplomové práce Nutriční doporučení pro dětské skupiny, které je na CD jako příloha k diplomové práci. Toto doporučení může být přínosem pro vedoucí na úseku stravování v dětských skupinách. V současné době je velký nárůst dětských skupin, a proto by bylo vhodné vypracovat nutriční doporučení pro děti od jednoho roku v předškolních zařízeních. Na základě zjištěných výsledků v mé diplomové práci je možné tuto problematiku zpracovat v kvantitativním měřítku a zjistit, zda mezi proměnnými existují statisticky významné vztahy.

7 SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

1. ALLEN, T., 2017. *The transatlantic Kindergarten: education and women's movements in Germany and the United States*. New York: Oxford University Press, 312 s. ISBN 9780190274436.
2. American Academy of Pediatrics, 2016. *Childhood Nutrition* [online]. Elk Grove Village: American Academy of Pediatrics, [cit. 2018-02-07]. Dostupné z: <https://www.healthychildren.org/English/healthy-living/nutrition/Pages/Childhood-Nutrition.aspx>
3. ASOCIACE LESNÍCH MŠ, 2017. *Co je lesní mateřská škola* [online]. Praha: Next Generation Solution, [cit. 2017-12-15]. Dostupné z: <http://www.lesnims.cz/lesni-ms/co-je-lesni-materska-skola.html>
4. BEDNÁŘOVÁ, J. a ŠMARDOVÁ, V., 2010. *Školní zralost: co by mělo umět dítě před vstupem do školy*. Brno: Computer Press, 100 s. ISBN 978-80-251-2569-4.
5. BENSON, J. a HAITH, M., 2010. *Language, memory, and cognition in infancy and early childhood*. Amsterdam: Academic Press, 552 s. ISBN 9780123785763.
6. BLAISDELL, R., 2014. *Greek and Roman oratory*. New York: Dover Publications, 192 s. ISBN 9780486496221.
7. BURNS, S. et al., 2012. *Preschool education in today's world: teaching children with diverse backgrounds and abilities*. Baltimore: Paul H. Brookes Pub. Co., 218 s. ISBN 9781598571950.
8. COHEN, L. a WAITE-STUPIANSKY, S., 2017. *Theories of Early Childhood Education: Developmental, Behaviorist, and Critical*. New York: Routledge, 218 s. ISBN 9781317280392.

9. ČELEDOVÁ, L. a ČEVELA, R., 2010. *Výchova ke zdraví: vybrané kapitoly*. Praha: Grada, 126 s. ISBN 9788024732138.
10. Hygienická stanice hlavního města Prahy (HSHMP), 2016. *Dětská skupina* [online]. Praha: Hygienická stanice hlavního města Prahy [cit. 2017-12-10]. Dostupné z: http://www.hygpaha.cz/dokumenty/detska-skupina-2269_2269_428_1.html
11. DALZELL, J. a ROGERSON, E., 2016. *Breastfeeding: Contemporary Issues in Practice and Policy*. Boca Raton: CRC Press, 178 s. ISBN 9781138031173.
12. DOSTÁL, A. a OPRAVILOVÁ, E., 1985. *Úvod do předškolní pedagogiky*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. ISBN nedostupné.
13. ESCHNER, K., 2016. A Little History of American Kindergartens. In: *Smithsonian* [online]. New York: Smithsonian, [cit. 2017-12-02]. Dostupné z: <https://www.smithsonianmag.com/smart-news/little-history-american-kindergartens-180963263/>
14. FRAŇKOVÁ, S., PAŘÍZKOVÁ, J. a ODEHNAL, J., 2000. *Výživa a vývoj osobnosti dítěte*. Praha: HZ, ISBN 80-86009-32-7.
15. GONZALEZ-MENA, J., 2008. *Diversity in early care and education: honoring differences*. 5. vyd. Boston: McGraw-Hill, 150 s. ISBN 9780073525860.
16. HARRIS, M. a BUTTERWORTH, G., 2012. *Developmental Psychology: A Student's Handbook*. Hove: Psychology Press, 384 s. ISBN 9781135844677.
17. HENDL, J., 2008. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. 2. aktualizované vydání. Praha: Portál. 407 s. ISBN 978-80-736-7485-4.
18. HEŘMANOVÁ, J., 2009. *Metodika pro podporu tvorby školního vzdělávacího programu ve školských zařízeních pro zájmové vzdělávání*. 2. vyd. Praha: Národní institut pro další vzdělávání, 110 s. ISBN 9788086784779.

19. KLÍMA, J. et al., 2016. *Pediatric pro nelékařské zdravotnické obory*. Praha: Grada Publishing, 328 s. ISBN 978-80-247-5014-9.
20. KREJČÍ, H., 2015. Novela vyhlášky o školním stravování promarnila šanci k potřebným změnám. In: *Skutečně zdravá škola* [online]. Brno: Disqs, [cit. 2018-02-16]. Dostupné z: <http://www.skutecezdravaskola.cz/aktuality/novinky/novela-vyhlasky-o-skolnim-stravovani-promarnila-sanci-k-potrebnym-zmenam>
21. KROPÁČKOVÁ, J. a SPLAVCOVÁ, H., 2017. *Dvouleté děti v předškolním vzdělávání*. Praha: Dr. Josef Raabe, 170 s. ISBN 9788074962707.
22. KOŤÁTKOVÁ, S., 2014. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2. vyd. Praha: Grada, 256 s. ISBN 9788024744353.
23. KOHOUTEK, T. a SALAQUARDOVÁ, D., 2006. *Psychologie: otázky k přípravě na přijímací zkoušky*. 2. vyd. Brno: Barrister & Principal, 152 s. ISBN 80-7364-023-6.
24. KUBENOVÁ, I., 2017. Předškolní péče v kostce. In: *Central European Institute of Technology* [online]. Brno: Central European Institute of Technology, [cit. 2017-12-12]. Dostupné z: <https://www.ceitec.cz/brozura-skolka-7-web/f1382>
25. KUČERA, D., 2013. *Moderní psychologie: Hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada Publishing, 216 s. ISBN 9788024787732.
26. LANGMEIER, J. a KREJČÍŘOVÁ, D., 2006. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada, 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
27. LASCARIDES, C. a HINITZ, B., 2013. *History of early childhood education*. Londýn: Routledge, 688 s. ISBN 9781136705540.
28. Ministerstvo práce a sociálních věcí (MPSV), 2015. *Péče o dítě v dětské skupině* [online]. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí, [cit. 2018-02-08]. Dostupné z: <https://www.mpsv.cz/files/clanky/21382/pece.pdf>

29. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT), 2017. *Informační materiál ke vzdělávání dětí od 2 do 3 let v mateřské škole* [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, [cit. 2017-12-12]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/39798/>
30. Ministerstvo zdravotnictví ČR, 2015. *Nutriční doporučení Ministerstva zdravotnictví ke Spotřebnímu koši: metodický návod k hodnocení jídelníčků školních jídelen*[online]. Praha: Odbor OVZ, MZ ČR, [cit. 2018-04-05]. Dostupné z: http://www.msmt.cz/uploads/skolni_stravovani/Nutricni_doporuceni_MZ_ke_spotr_ebnimu_kosi.pdf
31. MÜLLEROVÁ, D. et al., 2014. *Hygiena, preventivní lékařství a veřejné zdravotnictví*. Praha: Karolinum, 256 s. ISBN 9788024625102.
32. MYDLILOVÁ, A., 2011. Kojení - základ zdraví. In: *Státní zdravotní ústav (SZÚ)* [online]. Praha: Státní zdravotní ústav, [cit. 2018-02-07]. Dostupné z: <http://www.szu.cz/tema/podpora-zdravi/kojeni-zaklad-zdravi>
33. NEAUM, S., 2010. *Child development for early childhood studies*. Exeter: Learning Matters, 160 s. ISBN 9781844457366.
34. NEW, R. a COCHRAN, M., 2007. *Early childhood education: an international encyclopedia*. Westport: Greenwood Publishing Group, 1379 s. ISBN 9780313341434.
35. NUTBROWN, C. a CLOUGH, P., 2014. *Early childhood education: history, philosophy and experience*. 2. vyd. Los Angeles: SAGE Publications, 216 s. ISBN 9781446297896.
36. OPPENHEIMER, S., 2015. *What Is a Waldorf Kindergarten?* 2. vyd. Great Barrington: SteinerBooks, 120 s. ISBN 9781584209997.

37. OPRAVILOVÁ, E., 2016. *Předškolní pedagogika*. Praha: Grada Publishing, 224 s. ISBN 9788027190867.
38. PAPARRIGOPOULOS, C., 2014. *Istoría tou ellinikou éthnous*. Atény: Pelekanos Books, 535 s. ISBN 9789604009220.
39. PEMOVÁ, T. a PTÁČEK, R., 2013. *Soukromá a firemní školka od A do Z: jak založit a provozovat soukromé nebo firemní zařízení předškolní výchovy*. Praha: Grada, 168 s. ISBN 9788024787244.
40. PITÁKOVÁ, M., 2014. *Praktická příručka pro chůvy*. Praha: Grada, 103 s. ISBN 978-80-247-5005-7.
41. PRŮCHA, J., 2009. *Pedagogická encyklopedie*. Praha: Portál, 935 s. ISBN 978-80-7367-546-2.
42. POŽÁROVÁ, Z. a PRUDKOVÁ, M., 2018. Skutečně zdravá škola aneb správný směr ke zdraví. *Výživa a potraviny*. Praha: Společnost pro výživu, **73**(2), 22-24. ISSN 1211-846X.
43. ROGERS, W., 2016. *Close-up view of Froebel's kindergarten with Frank Lloyd Wright at the drawing table*. Bloomington: Xlibris Corporation, 1056 s. ISBN 9781503581807.
44. ŘEZNÍKOVÁ, L., 2015. *Figurace paměti: J.A. Komenský v kulturách vzpomínání 19. a 20. století*. Praha: Scriptorium, 508 s. ISBN 978-80-88013-08-2.
45. SEDLÁČKOVÁ, H., 2012. Obec jako zřizovatel škol. In: *Obecní portál* [online]. Praha: Dashöfer Holding, [cit. 2018-02-08]. Dostupné z: https://www.obecniportal.cz/33/obec-jako-zrizovatel-skol-uniqueidgOke4NvrWuOKaQDKuox_Z_bEpBs1uy6fBL7_ZgDWZ74/

46. SHAFFER, R. a KIPP, K., 2013. *Developmental psychology: childhood and adolescence*. 9. vyd. Belmont: Wadsworth Cengage Learning, 720 s. ISBN 9781111834524.
47. SMITH, J., 2009. Importance of Preschool. In: *New Kids Center* [online]. Ottawa: NewKidsCenter.com, [cit. 2017-12-11]. Dostupné z: <http://www.newkidscenter.com/Importance-of-Preschool.html>
48. SPLAVCOVÁ, H. et al., 2017. Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. In: *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. [cit. 2017-12-16]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/39792/>
49. STRÁNSKÝ, M. a RYŠAVÁ, L., 2014. *Fyziologie a patofyziologie výživy*. 2., dopl. vyd. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta, 274 s. ISBN 978-807-3944-780.
50. ŠPAŇHELOVÁ, I., 2008. *Průvodce dětským světem*. Praha: Grada, 192 s. ISBN 9788024766393.
51. ŠPAŇHELOVÁ, I., 2009. *Komunikace mezi rodičem a dítětem: styly a techniky komunikace, komunikace rodiče ve vztahu k dítěti, vývojová období dítěte, komunikace v náročných situacích*. Praha: Grada, 101 s. ISBN 978-80-247-2698-4.
52. TEACH, 2017. Early Childhood Education In: *Teach* [online]. Los Angeles: University of Southern California [cit. 2017-12-11]. Dostupné z: <https://teach.com/where/levels-of-schooling/early-childhood-education/>
53. THOROVÁ, K., 2015. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 575 s. ISBN 9788026207146.
54. THÚKÝDIDÉS a BAHNÍK, V., 1977. *Dějiny peloponéské války*. Praha: Odeon, 622 s. ISBN chybí.

55. TOMICOVÁ, J., 2015. Péče o dítě v dětské skupině. In: *Krajská hygienická stanice se sídlem v Praze* [online]. Praha: Krajská hygienická stanice se sídlem v Praze [cit. 2018-02-11]. Dostupné z: http://www.khsstc.cz/dokumenty/pece-o-dite-v-detske-skupine-3712_3712_161_1.html
56. TROJANOVÁ, P., 2014. Jaké mají možnosti matky, jejichž 2leté dítě se nepodařilo umístit do předškolního zařízení? In: *Mostecké listy* [online]. Most: Mostecké listy [cit. 2017-12-12]. Dostupné z: <http://listy.mesto-most.cz/jake-maji-moznosti-matky-jejichz-2lete-dite-se-nepodarilo-umistit-do-predskolniho-zarizeni/d-6308>
57. VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 536 s. ISBN 978-80-246-2153-1.
58. VALIŠOVÁ, A. a KASÍKOVÁ, H., 2011. *Pedagogika pro učitele*. 2. vyd. Praha: Grada, 456 s. ISBN 9788024733579.
59. Vyhláška č. 252/2004 Sb., kterou se stanoví hygienické požadavky na pitnou a teplou vodu a četnost a rozsah kontroly pitné vody. In: *Sbírka zákonů*. 30. 4. 2004. ISSN 1211-1244.
60. Vyhláška č. 14/2005 Sb., o předškolním vzdělávání. In: *Sbírka zákonů*. 11. 1. 2005. ISSN 1211-1244.
61. Vyhláška č. 107/2005 Sb., o školním stravování. In: *Sbírka zákonů*. 8. 3. 2005. ISSN 1211-1244.
62. Vyhláška č. 410/2005 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých. In: *Sbírka zákonů*. 17. 10. 2005. ISSN 1211-1244.
63. Vyhláška č. 281/2014 Sb., o hygienických požadavcích na prostory a provoz dětské skupiny do 12 dětí. In: *Sbírka zákonů*. 2. 12. 2014. ISSN 1211-1244.

64. World Health Organization (WHO), 2017. Health promoting schools- the Schools for Health in Europe network (SHE). In: *World Health Organization* [online]. Kodaň: World Health Organization [cit. 2017-12-14]. Dostupné z: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/child-and-adolescent-health2/schools-for-health-in-europe-she>
65. Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). In: *Sbírka zákonů*. 10. 11. 2004. ISSN 1211-1244.
66. Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů. In: *Sbírka zákonů*. 10. 11. 2004. ISSN 1211-1244.
67. Zákon č. 472/2011 Sb., kterým se mění zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů. In: *Sbírka zákonů*. 30. 12. 2011. ISSN 1211-1244.
68. Zákon č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině a o změně souvisejících zákonů. In: *Sbírka zákonů*. 14. 11. 2014. ISSN 1211-1244.
69. Zákon č. 127/2015 Sb., kterým se mění zákon č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině a o změně souvisejících zákonů, a zákon č. 586/1992 Sb., o daních z příjmů. In: *Sbírka zákonů*. 4. 6. 2015. ISSN 1211-1244.
70. ZENG, H., 2010. *Nutrition Optimization for Health and Longevity*. New York: iUniverse, 372 s. ISBN 9781440196973.

9 SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1: Rozhovory

Příloha č. 2: Vzor jídelních lístků

Příloha č. 3: Nutriční doporučení pro dětské skupiny

Příloha č. 1: Rozhovory

Mateřská škola č. 1

Demografické a provozní údaje o školském zařízení:

Kolik máte tříd? Kolik máte ve třídách zapsaných dětí a kolik učitelek je na tento počet dětí?

Učitelka mateřské školy: Máme 7 tříd, kde máme celkem 174 dětí. V každé třídě jsou dvě učitelky.

V jakém věkovém rozmezí a kolik dvouletých dětí máte ve třídě (třídách)?

Učitelka mateřské školy: Do naší mateřské školy přijímáme i děti mladší 3 let, těch bylo v září celkem 22 a většina z nich postupně dovršila 3 let. Jinak děti máme do 6 let. Tato třída má 22 dětí ve věku od 2 do maximálně 4 let. V této třídě máme dvě dvouleté děti.

Jsou děti do tříd rozděleny podle věku nebo máte třídy smíšené?

Učitelka mateřské školy: Třídy máme rozdělené podle věku.

Jaká je provozní doba MŠ?

Učitelka mateřské školy: Tady v naší třídě máme provoz od 7:00 do 16:00, ale děti se můžou scházet už od 6:00 a rozcházet až do 17:00 v jiné třídě.

V jakém ranním čase nastupuje do školky nejvíce dětí?

Učitelka mateřské školy: Tak já si myslím, že nejvíce mezi půl 8 až 8:00.

V kolik hodin odchází nejvíce dětí ze školky?

Učitelka mateřské školy: Odchází kolem 15:00 až 15:30.

Péče o dvouleté děti:

Jaké je Vaše vzdělání? Vzděláváte se i průběžně?

Učitelka mateřské školy: Střední pedagogická škola v Prachaticích a průběžně jsme se vzdělávali na seminářích.

Slyšela jste o odborném kurzu Specifika práce s dvouletými dětmi v MŠ?

Učitelka mateřské školy: To jsem slyšela, ale už se mě to víceméně netýká, protože teď budu nastupovat do důchodu.

Jak komunikujete s rodiči (informační e-maily, nástěnky, osobní setkání)? Mají rodiče možnost vidět každodenní chod třídy?

Učitelka mateřské školy: Určitě komunikujeme jak přes emaily, nástěnky, ale i osobní setkání. Máme vždy třídní schůzky na začátku roku, a pak vždy ještě jednou během roku. Případně je možné si s nimi domluvit i schůzku individuálně po pracovní době. Mají možnost pro nové děti v době otevřených dveří, kdy se přijdou podívat na děti, prostory

a tak. Ale většinou je tu dítě rovnou celý den samo nebo ze začátku bývají i jen do oběda, protože rodiče o to většinou nemají zájem kvůli jejich práci.

Když jde dítě poprvé do školky, jak to probíhá? Bývá pro ně odloučení těžké? Tráví dítě poprvé ve školce celý den?

Učitelka mateřské školy: *Ano, tráví celý den hned jedině, když je maminka doma, tak si ho bere po obědě. Ale většinou co ty dvouleté děti nastoupily, je to pro ně velmi těžké. Třeba i brečí celý den. Někdy brečí tyhle dvouleté děti a přidají se k nim i ty starší. Zvykají si různě, to je individuální, ale většinou tak měsíc, někdy dva. Někdy si zvyknou, potom jsou čtrnáct dní doma a po příchodu sem brečí znovu. Do těch Vánoc je to takové na střídačku, ale po Vánocích už nebrečí nikdo.*

Jaký máte běžný denní harmonogram v mateřské škole / dětské skupině?

Učitelka mateřské školy: *Program je každý den stejný. Dodržujeme hlavně dobu jídla, tak aby měli tu tříhodinovou pauzu mezi jídly. Jinak činnosti jsou na nás, jak si je uzpůsobíme.*

Pozorování: *Ráno děti přijdou do školky a mají volnou hru. V 8:45 mají hygienu a svačinku. Poté mají nějaké řízené aktivity a po nich jdou ven. Po návratu mají hygienu a oběd. Po obědě chodí děti spát a potom mají opět volnou hru, řízenou činnost a poté si je rodiče postupně vyzvedávají.*

Jak přizpůsobujete denní harmonogram dětem různého věku?

Učitelka mateřské školy: *Viceméně se oni musí přizpůsobit těm ostatním, těm starším. Pokud o tu danou činnost ty děti nemají zájem, tak třeba dostanou jinou činnost. Oni ze začátku pozorují, ale postupně se začlení.*

Je potřeba, podle vašich zkušeností, dvouletým dětem uzpůsobit běžný denní režim? Pokud ano, tak jak?

Učitelka mateřské školy: *Já myslím, že přizpůsobovat jim denní režim není možné ani nutné. Jak říkám, oni se přizpůsobí postupně těm starším dětem a nedělá jim to problém. Nemají problém s denním režimem, zvyknou si na něj.*

Jaká pozitiva přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Učitelka mateřské školy: *Tak já myslím, že mají hlavně velkou nabídku činností, což doma nemají. Také tady získávají kamarády, naučí se tady hrát. A hodně se učí od těch starších dětí.*

Jaká negativa přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Učitelka mateřské školy: *To je to odloučení od té matky, ta citová stránka je tam značná.*

Jaký důsledek má pobyt dvouletých dětí v mateřské škole/dětské skupině pro učitelku?

Učitelka mateřské školy: *Dvouleté děti vyžadují více individuální práce, tím je to na úkor těch starších dětí. Ale když těch dvouletých dětí není moc, tak se to dá v pořádku zvládnout. Většinou tam ta plačtivost těch dětí je delší a narušuje potom atmosféru a ty dané činnosti. Jo a ještě ta učitelka musí hodně motivovat ty dvouleté děti a mít absolutní přehled o nich, protože oni nemají tady třeba tolik hraček. Je třeba dávat pozor, aby nesnědly nějaké malé části hraček a to ta učitelka musí hlídat.*

Jak řešíte konfliktní situace? (např. jak přistupujete k plačícímu, vztekajícímu či agresivnímu dítěti?)

Učitelka mateřské školy: *Většinou nějakou domluvou, povzbuzováním a podobnými přístupy.*

Stravování:

Jak zajišťujete stravování dětí – vlastní školní stravování nebo dovážíte z jiného školského zařízení?

Učitelka mateřské školy: *Přímo tady ve školce vaříme dětem stravu.*

Sledujete pestrost jídelníčku podle nutričního doporučení?

Učitelka mateřské školy: *Ano, sledujeme.*

Jak často vyhodnocujete spotřební koš?

Ředitelka mateřské školy: *Spotřební koš vyhodnocujeme každý měsíc.*

Jak vypadají svačinky?

Ředitelka mateřské školy: *Dopoledne mají ovoce, pečivo s pomazánkami. Ale také jogurty, tvarohy a podobně.*

Chutná dětem připravené jídlo?

Učitelka mateřské školy: *Tak jak co. Většinou na pomazánky ze začátku nejsou moc zvyklé. Odmítají pomazánky. Ale postupně, když je k tomu motivujeme, tak si na to začínají zvykat.*

Mohou rodiče také vznášet připomínky ke stravování?

Ředitelka mateřské školy: *Ano, mohou. Děláme dvakrát do roka dotazníky, kde jsou i části ohledně stravování.*

Dáváte zpětnou vazbu kuchyni, co dětem chutná a co ne?

Ředitelka mateřské školy: *Ano, dáváme.*

Jak stravovací provoz reaguje na připomínky?

Ředitelka mateřské školy: Tak většinou kladně. Snaží se vymyslet různé alternativy. Například se zeleninou, dají jí do jídla tak, aby to dětem chutnalo, jako třeba ve formě zeleninových karbanátků nebo různě něco nazdobit a podobně.

Pokud děti odmítají jídlo, jakým způsobem je motivujete?

Učitelka mateřské školy: Tak ze začátku když děti nejsou zvyklé na nějakou stravu, tak jim třeba loupeme a krájíme jablíčka na menší kousky. Jinak je do jídla nenutíme, ale většinou je vybízíme, aby alespoň ochutnaly a pak jim to třeba chutná. Máme také pohádkový jídelníček, což je celkem motivuje. To jídlo má vždycky nějaký název, například rajská omáčka se jmenuje omáčka Červené Karkulky nebo dneska byla ta polévka Shreka.

Jak zajišťujete pitný režim dětí během dne? (při pobytu uvnitř i venku)

Učitelka mateřské školy: Uvnitř máme tady ten stoleček a na něm mají své hrnečky, které si poznají. Mají vždy k dispozici čaj nebo vodu v barelu. Teď v zimě hlavně ty čaje. Hodně pijou, kdykoliv chtějí, napijí se. A venku, když jsme delší dobu, ne jako dnes když byl mráz, tak tam mají barel s pitím a svoje hrnečky, které je taky motivují k tomu pít.

Jaký je druh podávaných nápojů?

Učitelka mateřské školy: Mají vodu, ty čaje, které nejsou moc slazené. Jednou jsme tu měli i hořký čaj, když si to některé maminky přály, ale děti to potom nechtěly, protože viděly u ostatních sladký čaj a podobně. Někdy mají i džusíky, nějaké ovocné.

Mateřská škola č. 2

Demografické a provozní údaje o školském zařízení:

Kolik máte tříd? Kolik máte ve třídách zapsaných dětí a kolik učitelek je na tento počet dětí?

Ředitelka mateřské školy: Máme 1 třídu, kde máme celkem 28 dětí. Dvě učitelky.

V jakém věkovém rozmezí a kolik dvouletých dětí máte ve třídě (třídách)?

Ředitelka mateřské školy: Do naší mateřské školy přijímáme i děti mladší 3 let. Máme tady děti od 2 do 6 let. V této třídě máme 4 dvouleté děti.

Jaká je provozní doba MŠ?

Ředitelka mateřské školy: Provozní doba od 6:30 do 17:00 hodin.

V jakém ranním čase nastupuje do školky nejvíce dětí?

Ředitelka mateřské školy: Tak nejvíce mezi půl 8 až 8:00.

V kolik hodin odchází nejvíce dětí ze školky?

Ředitelka mateřské školy: Odchází kolem 15:00 až 15:30.

Péče o dvouleté děti:

Jaké je Vaše vzdělání? Vzděláváte se i průběžně?

Ředitelka mateřské školy: Vysoká škola pedagogická pro druhý stupeň - český jazyk a výtvarná výchova. Druhá paní učitelka Vysoká škola ekonomika podniku, ale dodělává si v Obratani obor pro předškolní vzdělání.

Slyšela jste o odborném kurzu Specifika práce s dvouletými dětmi v MŠ?

Ředitelka mateřské školy: To jsem slyšela, ale nikdo o tom ani neuvažuje. Vždy se řídíme hlavně podle šablon, podle kterých se učitelky vzdělávají.

Jak komunikujete s rodiči (informační e-maily, nástěnky, osobní setkání)? Mají rodiče možnost vidět každodenní chod třídy?

Ředitelka mateřské školy: Komunikujeme jak přes emaily, nástěnky, ale i osobně.

Když jde dítě poprvé do školky, jak to probíhá? Bývá pro ně odloučení těžké? Tráví dítě poprvé ve školce celý den?

Ředitelka mateřské školy: Většinou ano, ale někdy tady bývají jen do oběda. Odloučení bývá těžké různě, protože každé dítě to snáší jinak.

Jaký máte běžný denní harmonogram v mateřské škole / dětské skupině?

Pozorování: Ráno děti přijdou do školky a mají volnou hru. V 8:45 mají hygienu a svačinku. Poté mají nějaké řízené aktivity a po nich jdou ven. Po návratu mají hygienu a oběd. Po obědě chodí děti spát a potom mají opět volnou hru, řízenou činnost a poté si je rodiče postupně vyzvedávají.

Jak přizpůsobujete denní harmonogram dětem různého věku?

Pozorování: Děti byly rozděleny na dvě skupiny podle věku a každé skupině se věnovala jedna učitelka a jedna chůva. Denní harmonogram byl stejný.

Je potřeba, podle vašich zkušeností, dvouletým dětem uzpůsobit běžný denní režim?

Pokud ano, tak jak?

Ředitelka mateřské školy: Přizpůsobovat dvouletým dětem denní režim není možné, pokud máme ve třídě tolik dětí, kolik máme. Pokud je těch dvouletých dětí málo, tak to většinou není ani potřeba.

Jaká pozitiva přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Ředitelka mateřské školy: Tak děti se tady postupně začleňují do kolektivu, někdy to jde i velmi rychle a taky jsou díky změně prostředí více samostatné.

Jaká negativa přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Ředitelka mateřské školy: *Určitě je to ten začátek, kdy si dítě postupně musí zvykat být bez rodičů, ale ten průběh zvykání je kolikrát stejný i u dětí, které jdou do školky ve starším věku.*

Jaký důsledek má pobyt dvouletých dětí v mateřské škole/dětské skupině pro učitelku?

Ředitelka mateřské školy: *Dvouleté dítě většinou potřebuje více individuálního přístupu a to především po jeho prvním nástupu do školky.*

Jak řešíte konfliktní situace?(např. jak přistupujete k plačícímu, vztekajícímu či agresivnímu dítěti?)

Pozorování: *Většinou si je vezmou stranou a najdou jim jinou činnost, aby se uklidnily. K dítěti se snaží přistupovat s klidem a formou domluvy.*

Stravování:

Jak zajišťujete stravování dětí – vlastní školní stravování nebo dovážíte z jiného školského zařízení?

Ředitelka mateřské školy: *Dovážíme stravu z menzy.*

Sledujete pestrost jídelníčku podle nutričního doporučení?

Ředitelka mateřské školy: *Ano, dělá to vedoucí jídelny.*

Jak často vyhodnocujete spotřební koš?

Ředitelka mateřské školy: *Spotřební koš vyhodnocujeme každý měsíc.*

Jak vypadají svačinky?

Ředitelka mateřské školy: *Dopoledne mají ovoce, pečivo s pomazánkami. Ale také jogurty, tvarohy a podobně. Také dostávají hodně mléka, klidně i ke každému jídlu. Nezažila jsem nikdy, že by dětem takhle mléko chutnalo jako těm, co mám teď ve třídě.*

Chutná dětem připravené jídlo?

Ředitelka mateřské školy: *Celkem chutná, ale samozřejmě, že mají nejraději sladká jídla a podobně.*

Mohou rodiče také vznášet připomínky ke stravování?

Ředitelka mateřské školy: *Ano, mohou.*

Dáváte zpětnou vazbu kuchyni, co dětem chutná a co ne?

Ředitelka mateřské školy: *Ano, dáváme. Vždy se ale musíme řídit zlatou střední cestou. Musí to vyhovovat normám, dětem i rodičům.*

Jak stravovací provoz reaguje na připomínky?

Ředitelka mateřské školy: *Většinou kladně.*

Pokud děti odmítají jídlo, jakým způsobem je motivujete?

Ředitelka mateřské školy: Snažíme se je motivovat na básničky, říkanky a podobně.

Jak zajišťujete pitný režim dětí během dne? (při pobytu uvnitř i venku)

Ředitelka mateřské školy: Děti mají k dispozici vodu a čaje po celý den tady a i když jdeme ven.

Jaký je druh podávaných nápojů?

Ředitelka mateřské školy: Voda, čaje a někdy i ředěné džusy.

Dětská skupina č. 1

Demografické a provozní údaje o školském zařízení:

Kolik máte tříd? Kolik máte ve třídách zapsaných dětí a kolik učitelek je na tento počet dětí?

Pečující osoba v dětské skupině: Dvě třídy. S tím, že jedna je dole a druhá v prvním patře. Dole je jich víc, tak mají větší třídu, tam jsou starší děti a my jsme nahoře, tam máme tak 10 dětí. Některé děti mají desetidenní docházku, to znamená, že chodí jen do deseti dnů v měsíci a většina má plnou docházku a chodí každý den. A v každé třídě jsou dvě učitelky.

V jakém věkovém rozmezí a kolik dvouletých dětí máte ve třídě (třídách)?

Pečující osoba v dětské skupině: V naší třídě máme děti od 1 roku do 3 let, s tím, že tam jsou teď děti nejmladší dvouleté a to je asi polovina dětí.

Jsou děti do tříd rozděleny podle věku nebo máte třídy smíšené?

Pečující osoba v dětské skupině: V jedné třídě jsou děti od jednoho roku do tří let a ve druhé třídě od tří do šesti let.

Jaká je provozní doba MŠ / dětské skupiny?

Pečující osoba v dětské skupině: Provozní doba je od 7:00 do 17:00 hodin.

V jakém ranním čase nastupuje do školky nejvíce dětí?

Pečující osoba v dětské skupině: Nejvíce okolo osmé, deváté hodiny.

V kolik hodin odchází nejvíce dětí ze školky?

Pečující osoba v dětské skupině: Nejčastěji si je rodiče vyzvídávají v půl páté, kolem páté hodiny.

Péče o dvouleté děti:

Jaké je Vaše vzdělání? Vzděláváte se i průběžně?

Pečující osoba v dětské skupině: *Mám vysokoškolské bakalářské vzdělání na pedagogické fakultě - učitelství pro mateřské školy. Momentálně si dálkově dodělávám magisterské vzdělání, ale to je už pedagogika volného času.*

Slyšela jste o odborném kurzu Specifika práce s dvouletými dětmi v MŠ?

Pečující osoba v dětské skupině: *Slyšela jsem něco o tomhle odborném kurzu, ale nemám o něm ucelené informace. Vím, že něco takového existuje.*

Jak komunikujete s rodiči (informační e-maily, nástěnky, osobní setkání)? Mají rodiče možnost vidět každodenní chod třídy?

Pečující osoba v dětské skupině: *Máme na nástěnce denní režim, aby rodiče věděli jak ten režim tady probíhá. Plus je tam vlastně daná informace o tom, že náš denní režim není přesně stanovený jako ve státní školce. Denní režim se odvíjí podle potřeb dětí a rodičů. Každodenní chod třídy rodiče mají možnost vidět. Především na začátku, kdy probíhá adaptace dítěte. Jednou jsme tu měli i tatínka, který tady s námi stravil asi dva měsíce. Opravdu každý den tady s Kubičkem byl, bylo to někdy když jsem nastupovala a to byly Kubičkovi čerstvě dva roky. Ale rozhodně rodiče mají vždy možnost strávit celý den v dětské skupině. A vždy když si rodiče přicházejí pro děti, dáváme jim zpětnou vazbu o tom, zda bylo vše v pořádku nebo se něco přihodilo, jo jako například dneska jak přišel tatínek, tak jsem mu řekla jak si polil toho pejska a tak podobně. Nebo se sami rodiče zajímají například o to, zda dítěti chutnala strava nebo tak.*

Když jde dítě poprvé do školky, jak to probíhá? Bývá pro ně odloučení těžké? Tráví dítě poprvé ve školce celý den?

Pečující osoba v dětské skupině: *Většinou přichází třeba jen do oběda, jako například ten Kryštůfek, jak jsem říkala, chodil pár dní do oběda a pak si dokonce sám řekl, že tady chce zůstat déle. Nebo jak jsem říkala, s Kubičkem chodil tatínek a celé dny tady byl s ním. Vždy je to individuální.*

Jaký máte běžný denní harmonogram v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: *Denní režim je vždy podobný jako třeba ten dnešní. Ale říkám, zas někdy nejde přesně o ty časy. Někdy jdeme na procházku, někde se zdržíme, tak jdeme jíst později. Takže se to trochu posune, ale harmonogram je stejný.*

Pozorování: Ráno děti postupně přijdou, v devět hodin svačinka a potom mají přivítání. Následuje nějaká aktivita, jako dneska například bylo malování a pak se jde ven. Po příchodu z venku je oběd, spánek a odpoledne bývá nějaký kroužek, jako například divadélko, angličtina nebo podle toho, co rodiče dětem vyberou.

Jak přizpůsobujete denní harmonogram dětem různého věku?

Pečující osoba v dětské skupině: *Tady ve třídě máme dvouleté a tříleté děti, takže mají stejný program.*

Je potřeba, podle vašich zkušeností, dvouletým dětem uzpůsobit běžný denní režim? Pokud ano, tak jak?

Pečující osoba v dětské skupině: *Myslím si, že denní režim pro ně není takový problém. Ony si na něj zvyknou a naučí se v něm fungovat. Ale je nutné jim uzpůsobovat ten průběh toho. Například u toho jídla se snažíme, aby se samostatně o sebe postaraly - aby si sami došly pro to jídlo, aby si ho sami odnesly, aby sami jedly a tak. Ale ve chvíli, kdy vím, že mi to ten dvouleták třeba nezvládne, tak u něj budu sedět a budu mu pomáhat nebo mu to přinesu, odnesu. Nejde spíš o ty činnosti, které se dějí ten den, ale jde o to uzpůsobování těch činností tomu dvouletému dítěti. Stejně tak ty činnosti ráno, člověk mu nemůže dát dvacet barev, aby si vybíral, ale musí mít tři barvy, aby se učily jen ty základní tři. Příště se zase budou učit další tři barvy a podobně. Nelze jim dát složitou činnost. Vše musí být jednoduché a srozumitelné, aby si osvojovaly základní znalosti a dovednosti.*

Jaká pozitiva přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: *Myslím si, že je to určitě samostatnost. Že se naučí samostatnosti ve všem, ve smyslu fungování sám za sebe. Potom druhá je autorita, protože do té doby má to dítě autoritu jen v rodině. Učí se, že je tady i někdo jiný, koho by měl poslouchat. A dále je to socializace. Naučí se fungovat v kolektivu, třeba se i rozmluví a naučí se i spoustu věcí, které vidí u jiných dětí. Takže to jsou určité věci, které se to dvouleté dítě naučí s přehledem.*

Jaká negativa přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: *Negativa... Tak od spousty psychologů je jasně známo, že děti do tří let by měly být jen s mámou. Což si i myslím, že pro ty děti to musí být hodně těžké, když je sem rodiče přivedou a ony vidí, jak jim odchází. Co to pro ně musí znamenat, když vidí, že ta maminka mu odchází někam pryč a v tomhle věku asi ještě nedokáže pochopit, že ta maminka jde do práce. Ve věku tří let si myslím, že je to pro ně více srozumitelnější. Jinak nevím, myslím, že tohle odloučení od té maminky je pro ně nejtěžší. Myslím, že když se s těmi dětmi pracuje s tím, že maminka šla do práce a zase si pro tebe přijde a mezitím si spolu budeme hrát a užijeme si ten den, tak si myslím, že to pro ty děti není tak špatné tu být a naučit se spoustu dalších věcí.*

Jaký důsledek má pobyt dvouletých dětí v mateřské škole/dětské skupině pro učitelku?

Pečující osoba v dětské skupině: *Tak, vzhledem k tomu, že já mám třídu těch malinkých dětí (od jednoho roku do tří let), tak to pro mě není žádné omezení, protože mám málo dětí ve třídě. Takže já mám spoustu času se jim individuálně věnovat. Ať od toho, že je přebalím, tak po to, že je uspávám, ležím třeba u nich a podobně. Nebo když jsme venku, mám prostor každého z nich vzít za ruku, s každým si popovídat, pohladit ho. Takže pro mě asi tak, ale nedovedu si představit, že ve státní školce, kde je dvacet osm dětí i s výjimkou, se dostanou tyhle děti, které potřebují tuhle individuální péči. Tam si myslím, že už je ten problém, že ty děti tam nemají to, co by potřebovaly.*

Jak řešíte konfliktní situace? (např. jak přistupujete k plačícímu, vztekajícímu či agresivnímu dítěti?)

Pečující osoba v dětské skupině: *Vždycky se to snažím vysvětlit a řešíme to pomocí efektivní komunikace, kterou jsme si tady v praxi vyzkoušely a zjistily, že funguje na sto procent. Vždycky je nejlepší podle zkušeností říct to, co cítím já v tuhle chvíli. Jako například dneska s tou vodou: Já jsem na vás teď naštvaná a jsem moc smutná, že jste tohle udělaly. A potom jim vysvětlit, že už jsme si několikrát řekli, že se tohle nesmí, proč se to nesmí a takové to vysvětlení toho, proč my tohle neděláme. A hlavně ten můj pocit, že já to tady neříkám jen tak do větru, ale že je mi opravdu líto, že se tohle stalo. Když dítě pláče, tak se snažíme ulehčit jeho situaci. Například s jedním chlapečkem, který byl moc smutný, jsme chodili každou chvíli k plotu se podívat, jestli maminka už nejde. I když jsem věděla, že přijde až odpoledne, ale tomu chlapečkovi to soucítění pomohlo a zlepšilo náladu a podobně. Utírat mu slzičky nebo se ho zeptat, jestli nechce obejmout a empaticky se s ním o tom snažit promluvit a zachovat takový spíš mateřský přístup.*

Stravování:

Jak zajišťujete stravování dětí – vlastní školní stravování nebo dovážíte z jiného školského zařízení?

Pečující osoba v dětské skupině: *My dovážíme jídlo z tady z jídelny. Jídlo si hradí rodiče, sami si ho objednávají a je to vlastně jejich zodpovědnost pro to dítě tu stravu zajistit. Ve chvíli, kdy nechtějí to jídlo odebírat od menzy nebo ho zapomenou objednat, tak ho zajišťují ze svých zdrojů tak, že jim přináší obědy i svačiny. Což není problém pro nás, dětem tady stravu připravit, ohřát nebo nakrájet.*

Sledujete pestrost jídelníčku podle nutričního doporučení?

Pečující osoba v dětské skupině: *Myslím si, že jo. O to se stará paní ředitelka. Máme výběr ze třech jídel a ona vždy vybírá jedno, které nám sem přiváží a rodiče si ho sem můžou objednat. Takže si myslím, že paní ředitelka nad tím nějak uvažuje.*

Ředitelka dětské skupiny: *Ano, sledujeme ve spolupráci s paní, která dělá HACCP. Snažíme se sestavit takový jídelníček, aby vyhovoval zásadám zdravé výživy.*

Jak často vyhodnocujete spotřební koš?

Pečující osoba v dětské skupině: *Myslím, že jo. Protože máme v jídelníčku i věci, které nejsou třeba běžné nebo hodně se opakující a tak.*

Ředitelka dětské skupiny: *Spotřební koš jako takový nevyhodnocujeme.*

Jak vypadají svačinky?

Pečující osoba v dětské skupině: *Mají jogurty a lipánky. Potom mají lupínky, pečivo i celozrnné pečivo. Většinou pomazánky, jako třeba rybičková nebo bývá i ze sýru cottage na zdravější způsoby a tak. Mají hodně zeleniny i ovoce. Ale také dostanou třeba sladké loupáky nebo něco na podobu croissantu a podobně. Mají je opravdu pestré.*

Chutná dětem připravené jídlo?

Pečující osoba v dětské skupině: *Jak kterým. Někteří jsou jedlíci, že co se před ně postaví, to sní. Ale někteří jsou pravý opak, ale ne vždy je pravidlem, že jídlo je pro ně chutné. Myslím si, že občas jim to nechutná, ale s tím už asi nic neuděláme. To je také na každým jakou má chuť a tak. Ale jako jedí. Většinou se snažíme, třeba u pomazánek, aby je ochutnaly a vyzkoušely vůbec jestli jim to chutná nebo ne. Mnoho dětí odradí třeba i barva, například, když je něco špenátového, tak ta zelená. Ale potom třeba když to ochutnají tak jim to chutná.*

Mohou rodiče také vznášet připomínky ke stravování?

Pečující osoba v dětské skupině: *Tak to určitě. Když se jim cokoli nelíbí mimo stravování, tak paní ředitelka je připravená cokoli řešit, je tomu otevřená, jakýkoliv názor si ráda vyslechne, zamyslí se nad tím a snaží se potom třeba o změnu. Když to člověk totiž řeší sám v malé skupince, tak třeba nedomyšlí spoustu věcí nebo je něco nenapadne, takže když ty rodiče mají nějaký nápad, tak je to perfektní.*

Dáváte zpětnou vazbu kuchyni, co dětem chutná a co ne?

Pečující osoba v dětské skupině: *Jo tak to nevím.. To bude vědět paní ředitelka.*

Jak stravovací provoz reaguje na připomínky?

Ředitelka dětské skupiny: *Většinou se nám snaží vyjít vstříc.*

Pokud děti odmítají jídlo, jakým způsobem je motivujete?

Pečující osoba v dětské skupině: *My třeba dneska u těch pomazánek nemažeme dětem chleby. Naučily jsme je dávat jim na talířek samotné pečivo a pomazánku zvlášť a oni si jakoby řupou. Jako když nechtějí, tak sní jen pečivo. A to se nám osvědčilo, děti si pomazánku jakoby nařupnou na chleba a pak jí třeba sní celou. Kdyby jsme tu pomazánku namazaly rovnou na chleba, tak se toho nikdo nedotkne. Jinak motivujeme děti, jako takovýto, aby jsi vyrostl, aby jsi byl velký, aby jsi měl velké svaly. Jinak asi nic, ale to s tím řupáním to děláme vždycky. A zase to rozvíjí tu samostatnost, že to dítě se samo snaží si to na ten chleba dát a tak.*

Jak zajišťujete pitný režim dětí během dne? (při pobytu uvnitř i venku)

Pečující osoba v dětské skupině: *Tak uvnitř mají děti stále přichystané čisté kelímky, které se vyměňují. Dávají se hrdlem dolů a oni si pro něj mohou kdykoliv dojít, napustí si do něj vodu (ony přesně ví kde) a tam ho potom nechají nebo ho odnesou paní hospodářce a ona má na starosti čistotu hrnků. A když jsme venku a není teplé počasí, tak si děti sami řeknou, že mají žízeň a my dojdeme dovnitř a přineseme mu pití. No a když je venku teplo, tak máme venku stoleček s kelímky a je tam vlastně džus, čaj nebo máme na zahradě hned vede hraček umyvadlo a kdykoliv si tam mohou dojít.*

Jaký je druh podávaných nápojů?

Pečující osoba v dětské skupině: *Nejčastěji pijí vodu, jsou na ní zvyklí. Dále dostávají každý den čaj a džus, který je ze stoprocentního ovoce, takový ten mošt a ředíme ho vodou.*

Dětská skupina č. 2

Demografické a provozní údaje o školském zařízení:

Kolik máte tříd? Kolik máte ve třídách zapsaných dětí a kolik učitelek je na tento počet dětí?

Pečující osoba v dětské skupině: *Máme jednu třídu a máme tady děti od 1 roku do 4 let. Maximálně 15 dětí, na jednu tetu 4 až 5 dětí, takže jsme tady vždycky tak po třech.*

V jakém věkovém rozmezí a kolik dvouletých dětí máte ve třídě (třídách)?

Pečující osoba v dětské skupině: *Od jednoho roku do čtyř let. Dvouletých je tady většina. Máme jich 9.*

Jaká je provozní doba MŠ?

Pečující osoba v dětské skupině: *Od šesti do šesti.*

V jakém ranním čase nastupuje do školky nejvíce dětí?

Pečující osoba v dětské skupině: Máme vlastně rezervační systém, ve kterém si rodiče rezervují časy podle svých směn, podle práce tak, jak potřebují. Nejdříve sem chodí v 6:45 jedna holčička, jinak až kolem půl osmé.

V kolik hodin odchází nejvíce dětí ze školky?

Pečující osoba v dětské skupině: Odchází kolem třetí, půl 4..

Péče o dvouleté děti:

Jaké je Vaše vzdělání? Vzděláváte se i průběžně?

Pečující osoba v dětské skupině: Já mám zdravotní školu a teď si ještě dodělávám kurz chůvy.

Slyšela jste o odborném kurzu Specifika práce s dvouletými dětmi v MŠ?

Pečující osoba v dětské skupině: No možná jo, jak jsem hledala nějaký ten kurz. I kolegyně tady něco mají, ale jestli je to přesně toto, tak to nevím. Každopádně mám v plánu v něčem pokračovat.

Jak komunikujete s rodiči (informační e-maily, nástěnky, osobní setkání)? Mají rodiče možnost vidět každodenní chod třídy?

Pečující osoba v dětské skupině: Pokaždé, když si přijdou pro dítě, tak jim shrneme celý den. Jestli bylo vše v pořádku, jestli jedl, spinkal, jak si hrál a podobně. Nebo pokud mu něco došlo, např. pleny, tak aby je rodiče donesly atd. Jinak rodiče většinou nemají zájem tady být s dětmi celý den, ale myslím si, že by to asi nebylo úplně dobře. Kdyby viděly děti, že tady má někdo rodiče, že by to špatně snášely.

Když jde dítě poprvé do školky, jak to probíhá? Bývá pro ně odloučení těžké? Tráví dítě poprvé ve školce celý den?

Pečující osoba v dětské skupině: Máme tzv. formu zvykání. Znamená to, že sem děti chodí nejprve s rodiči třikrát po jedné hodině, aby si zvykly na ten náš režim. První zvykání je na dvacet minut a další dvě tu jsou na hodinu. Je to proto, aby to pro ně potom celý den nebyla taková rána, aby byly v prostředí a kolektivu, ve kterém už jsou zvyklé a podobně. Jinak odloučení je různé a velmi individuální u každého dítěte. Dokonce bych řekla, že dítě lépe snáší odloučení v tom roce a půl, ve dvou letech než potom ve třech.

Jaký máte běžný denní harmonogram v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: Tak ráno se sejdeme tady v herně, kde mají volnou hru. Na půl 9 máme svačinu, potom mají nějaký program jako třeba malování, stříhání, lepení, básničky a podobně. Když nám přeje počasí, tak jdeme kolem desáté hodiny

na procházku a když ne, tak musíme vymyslet ještě nějaký jiný program, aby je to zabavilo. V jedenáct máme oběd a do těch půl 12 papají a potom je jdeme převlékat a jdou spát. Některí chodí po obědě domů, když si je rodiče vyzvednou. Jedna z kolegyň uspává, druhá uklízí. Nespavce, kteří už nevydrží spát, tak kolem čtyř let, tak ty si tady vodíme do dětského koutku kousek odsud. Tak ve dvě se zhruba vzbudí a na půl 3 máme svačinu. Do konce je potom volná hra a vyzvedávají si je rodiče.

Jak přizpůsobujete denní harmonogram dětem různého věku?

Pečující osoba v dětské skupině: Snažíme se vždy zapojit všechny, aby se ti mladší učili od těch starších. Ale pokud to nejde, tak se jim vždy přizpůsobíme a vymyslíme to, co je pro ně vodné. Jedna holčička tady je třeba zvyklá z domova chodit spát v deset hodin, takže tady máme i místnost, kam chodí spát takhle dřív.

Je potřeba, podle vašich zkušeností, dvouletým dětem uzpůsobit běžný denní režim? Pokud ano, tak jak?

Pečující osoba v dětské skupině: No, jako trochu jo, protože je vidět, že je každé dítě jiné a je přesně vidět, jak ho rodiče vychovávají. Ne každé dítě ve stejném věku je stejné, záleží hodně na tom, jak se mu kdo věnuje. Takže si myslím, že je dobře, že sem dochází. Ne, že bychom je tu nějak vzdělávali, ale je tu určitý režim, který se ony naučí dodržovat a podobně.

Jaká pozitiva přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: Asi to, že se rychleji učí v kolektivu. Lehce okoukají spoustu věcí od těch starších dětí v kolektivu a také nejsou tak závislé na rodičích.

Jaká negativa přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: Možná to odloučení od těch rodičů. My se prostě snažíme, aby celý den byl pro ně v pořádku. Někdy se stane, že tady třeba jedno dítě je smutné a pláče, tak se snažíme to rodičům vysvětlit a pak najít nějaké řešení. Třeba navrheme znova zvykání a znovu zavádíme vše postupně.

Jaký důsledek má pobyt dvouletých dětí v mateřské škole/dětské skupině pro učitelku?

Pečující osoba v dětské skupině: Tak určitě musíme dávat hodně pozor, jak si děti hrají. Nikdy jsem ve školce nebyla, ale je pravda, že jak tady máme ty starší děti, tak je vidět, že je s nima trochu snažší práce. Ty menší musíme víc kontrolovat.

Jak řešíte konfliktní situace? (např. jak přistupujete k plačícímu, vztekajícímu či agresivnímu dítěti?)

Pečující osoba v dětské skupině: Hlavně se mu snažíme vysvětlit, co je špatně. Nikdy na děti nekřičíme. Snažíme se to řešit domluvou. Když dítě pláče, tak se snažíme,

aby nestrhlo ten kolektiv, protože se občas stane, že začne brečet jedno dítě a rázem jsou schopné brečet všechny děti. Takže si ho většinou vezmeme stranou, utřeme uplakané oči a v klidu si spolu popovídáme a pak až jde zpátky do skupiny.

Stravování:

Jak zajišťujete stravování dětí – vlastní školní stravování nebo dovážíte z jiného školského zařízení?

Pečující osoba v dětské skupině: *Každé dítě, když sem přijde jako nové, tak rodič je povinen vyplnit evidenční list dítěte a smlouvu. V tom evidenčním listě musí rodič vyplnit úplně všechno o dítěti. Takže například jeho alergie, co má rád, co ho utiší, co nosí na spaní, jestli nosí plenu a podobně. Pode tohoto evidenčního listu uzpůsobujeme i tu stravu. Také si rodiče mohou vybrat, jestli chtějí stravu naši nebo jejich. Takže když má třeba dítě třeba alergii na laktózu, tak si rodiče vyberou, že jim budou nosit stravu raději sami. Jinak kuchyň máme přímo tady, kde nám vaří kuchařka.*

Sledujete pestrost jídelníčku podle nutričního doporučení?

Vedoucí stravovacího zařízení: *Ano, snažím se sestavovat jídelníčky většinou podle ostatních jídelníčků mateřských škol nebo jesliček. Hodně se snažím vymýšlet různé věci tak, aby to dětem chutnalo a zároveň to bylo zdravé. Zahušťovat se snažím většinou bramborem a zařazuji luštěniny hlavně v polévkách, protože to většinou dětem chutná. Dětem do dvou let by se neměly dávat ořechy, takže je raději vynechávám. Jinak občas dělám domácí pečivo, domácí müsli a podobně.*

Jak často vyhodnocujete spotřební koš?

Vedoucí stravovacího zařízení: *Spotřební koš nevyhodnocujeme, protože rodiče souhlasí, že strava v dětské skupině nepodléhá normám podle zákona. Téměř všichni ovšem stravu odebírají až na jednu holčičku, které vaří maminka. Potom jsou tu také některé děti s alergiemi, například na mléko, kde se většinou s rodiči domlouváme jestli jim něco připravíme nebo jim něco přinesou oni.*

Jak vypadají svačinky?

Vedoucí stravovacího zařízení: *Tak hodně bílé jogurty s müsli, domácí pomazánky na pečivu, někdy máme i domácí pečivo. Dále přesnídávky, zeleninu, ovoce, prostě to mají pestré bych řekla.*

Chutná dětem připravené jídlo?

Pečující osoba v dětské skupině: *Jo, chutná. Ale nejvíce jim chutnají sladká jídla. Hlavně každé dítě je jiné, takže nejen co, ale taky jak komu chutná.*

Mohou rodiče také vznášet připomínky ke stravování?

Pečující osoba v dětské skupině: *Určitě. Máme také na internetu vyvěšený jídelníček, takže pokud je tam nějaké jídlo, které dítě nejí, tak mají možnost si ten den přinést svoji stravu nebo popřípadě se s námi domluvit, zda je možné připravit něco jiného.*

Dáváte zpětnou vazbu kuchyni, co dětem chutná a co ne?

Pečující osoba v dětské skupině: *Ano, jak kuchyni, tak rodičům. Jinak máme porady, kde si jednou za měsíc všechno probereme.*

Pokud děti odmítají jídlo, jakým způsobem je motivujete?

Pečující osoba v dětské skupině: *Zkoušíme kolikrát všechno. Ale nestává se, že by vyloženě jídlo odmítaly, asi jen jedna holčička. Většinou zkoušíme za maminku, za tatínka nebo sněž ještě dvě lžičky, ať máš sílu a podobně. Někdy to pomůže, někdy ne, ale většinou baští dobře.*

Jak zajišťujete pitný režim dětí během dne? (při pobytu uvnitř i venku)

Pečující osoba v dětské skupině: *Máme během dne hotový teplý neslazený čaj. Není to tak, že by to rodiče vyžadovali, ale prostě jim to dáváme a děti to pijí bez problémů. Dále také mají vodu a to hlavně v létě. Jinak rodiče mohou dětem přinést cokoli chtějí. Děti tady mají označené kelímky nebo svoje lahvičky ze kterých pijí. A ohledně pitného režimu, tak když vidíme, že má nějaké dítě plnou lahvičku, tak jdeme a dáme mu napít. Jinak pitný režim se snažíme dodržovat i venku, ale vždy to záleží na době pobytu.*

Jaký je druh podávaných nápojů?

Pečující osoba v dětské skupině: *Neslazený čaj, neperlivou vodu.*

Dětská skupina č. 3

Demografické a provozní údaje o školském zařízení:

Kolik máte tříd? Kolik máte ve třídách zapsaných dětí a kolik učitelek je na tento počet dětí?

Pečující osoba v dětské skupině: *Máme jednu třídu a zapsaných 16 dětí, ale může tady být vždy 12 dětí. Máme tři a půl úvazku - 3 vychovatelky a jednu na částečný úvazek.*

V jakém věkovém rozmezí a kolik dvouletých dětí máte ve třídě (třídách)?

Pečující osoba v dětské skupině: *Od 1 roku do 4 let.*

Jaká je provozní doba?

Pečující osoba v dětské skupině: *Od 7:30 do 16:30 hodin.*

V jakém ranním čase nastupuje do školky nejvíce dětí?

Pečující osoba v dětské skupině: V 8:30.

V kolik hodin odchází nejvíce dětí ze školky?

Pečující osoba v dětské skupině: Odchází kolem 16:30.

Péče o dvouleté děti:

Jaké je Vaše vzdělání? Vzděláváte se i průběžně?

Pečující osoba v dětské skupině: *Moje vzdělání je magistra umění. Já jsem byla v Americe, kde jsem tři roky pracovala v zařízení podobné dětské skupině, tam byly děti od pěti týdnů do pěti let. A v průběhu toho jsem si dodělávala různé certifikáty a podobně, stejně jako tady chodíme na různé kurzy o předškolní výchově a podobně.*

Slyšela jste o odborném kurzu Specifika práce s dvouletými dětmi v MŠ?

Pečující osoba v dětské skupině: *Ne.*

Jak komunikujete s rodiči (informační e-maily, nástěnky, osobní setkání)? Mají rodiče možnost vidět každodenní chod třídy?

Pečující osoba v dětské skupině: *S rodiči komunikujeme ústně, ale na každého máme i telefon, takže jim můžeme i zavolat. Jinak máme tady v šatně nástěnku, kde si také mohou přečíst potřebné informace. Když tady chtějí zůstat, tak mohou klidně i celý den, ale to většinou nebývá. Bylo to třeba hlavně ze začátku, když se tady dětská skupina rozjížděla, tak tu byly některé maminky i celý den, ale teď ne. Myslím si, že to ale dětem nepomáhá, naopak.*

Když jde dítě poprvé do školky, jak to probíhá? Bývá pro ně odloučení těžké? Tráví dítě poprvé ve školce celý den?

Pečující osoba v dětské skupině: *No tak jsou tu různé, adaptační postupy. Od těch, co sem přijdou, my si je převezmeme a rodiče odejdou, až po ty rodiče, co tady stráví třeba hodinu i dvě hodiny a potom odejdou.*

Jaký máte běžný denní harmonogram v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: *Program je každý den téměř stejný jako dnes.*

Pozorování: Od půl osmé do půl desáté je volná hra. Poté je úklid, řízená činnost (jako je cvičení, výtvarná výchova nebo divadlo a podobně), pak je hygiena, svačina. Při svačině čteme knížku, po svačině jdeme ven a po příchodu je hygiena a oběd. Poté je spánek asi tak hodinu, záleží jak dlouho vydrží, poté je zase volná hra do půl třetí, kdy je svačina. Poté je ještě řízená činnost zase nějaká a potom už chodí postupně domů.

Jak přizpůsobujete denní harmonogram dětem různého věku?

Pečující osoba v dětské skupině: Máme tady třeba menší děti a když vidíme, že to nezvládají, že třeba už u svačiny usínají, tak je dáme spát.

Je potřeba, podle vašich zkušeností, dvouletým dětem uzpůsobit běžný denní režim? Pokud ano, tak jak?

Pečující osoba v dětské skupině: Úplně uzpůsobit pro dvouleté není třeba. Mezi dvouletým a tříletým dítětem není takový rozdíl, je to hlavně individuální. Už ve dvou letech jsou děti schopny si zvyknout na denní režim.

Jaká pozitiva přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: Určitě je to osamostatní, rychleji je to posune dál. Sami začnou jíst, třeba například tato holčička sem přišla a neuměla sama jíst a tady prostě začla bez problémů. Začnou se sami i oblékat, protože to vidí u těch starších. Taky se začnou dobře začleňovat do toho kolektivu, navazují sociální vazby a začnou si společně hrát. Když je dítě samo doma, tak mu déle trvá než se začlení mezi ostatní. Tady i děti, kterým je rok a třičtvrtě, tak už jsou schopny si s ostatními hrát, což je podle vývojové psychologie až později.

Jaká negativa přináší dvouletým dětem pobyt v mateřské škole / dětské skupině?

Pečující osoba v dětské skupině: Nevím jak v mateřských školkách, tam asi může být ten velký kolektiv problém, ale tady ne. Ani se zas tak nestává, že by někdo plakal po mamince. Ze začátku třeba plačou při odloučení, ale pak už ne. U těch dvouletých někdy akorát bývá znát, že jsou tady dlouho. Do těch půl páté je už dlouho, už pocítují potřebu jít domů, takže je lepší je tu nechat na kratší dobu.

Jaký důsledek má pobyt dvouletých dětí v mateřské škole/dětské skupině pro učitelku?

Pečující osoba v dětské skupině: V dětské skupině žádné, tady máme děti od jednoho roku, takže jsme na to připravení. Máme plenky, přebalovací pult, také sunar, flaštičky a všechno.

Jak řešíte konfliktní situace? (např. jak přistupujete k plačícímu, vztekajícímu či agresivnímu dítěti?)

Pečující osoba v dětské skupině: Máme tady pokojíček, kam se může jít dítě uklidit, přečteme mu tam knížku nebo tam jde s plyšáčkem a podobně. Jinak tady máme pravidla, která když poruší, tak se chvilku posadí na židličku a my mu vysvětlíme co se stalo, proč to tak je. Snažíme se komunikovat formou pozitivní komunikace, což vzešlo z Ameriky. Znamená to, že neříkáme dítěti tohle nedělej, neběhej, ale raději mu říkáme co má dělat. A děti to i odposlouchávají a moralizují sami sebe stejným

způsobem. Neříkají potom mezi sebou nebouchej mě, ale říkají raději: vždyť jsme na sebe hodní a podobně.

Stravování:

Jak zajišťujete stravování dětí – vlastní školní stravování nebo dovážíte z jiného školského zařízení?

Ředitelka dětské skupiny: Svačiny připravujeme my. Snažíme se, aby byly pestré a alternativní. Tento týden jsme měli třeba červenou lučinu, brokoliceovou pomazánku, pomazánku z červené řepy, medové máslo, dneska máme zeleninové hranolky namáčené v jogurtovém dresinku. Také zařazujeme mozzarella a v pátek máme vlastnoručně vyrobený lipánek. Obědy jim zajišťují rodiče, dovážíme dětem stravu z jídelny. Rodiče jsou radši, když mají všechny děti stejné jídlo, protože jim to pak více chutná a nezávidějí si něco jiného. Jinak svačiny si platí a souhlasí s nimi.

Sledujete pestrost jídelníčku podle nutričního doporučení?

Ředitelka dětské skupiny: Ano, sledujeme. Každý týden máme něco jiného.

Jak často vyhodnocujete spotřební koš?

Ředitelka dětské skupiny: To samozřejmě už nemůžeme sledovat, protože strava může být pokaždé jiná, třeba pokud je od rodičů a podobně. Z té jídelny většinou vybíráme jídlo ze tří jídel - vybíráme to, co dětem chutná, ale zase to, co nejvíce souhlasí se zdravou výživou.

Jak vypadají svačinky?

Ředitelka dětské skupiny: Tak máme pomazánky, většinou jsou zdravé, k tomu zeleninu, ovoce. Ale také mléko, cereálie, jogurty a tvarohy. Snažíme se jim svačiny dělat co nejpestřejší.

Chutná dětem připravené jídlo?

Ředitelka dětské skupiny: Většinou jim více chutnají svačiny než obědy.

Mohou rodiče také vznášet připomínky ke stravování?

Ředitelka dětské skupiny: Mohou, oni právě na začátku měli poradou, kde si mohli odsouhlasit svačiny, které chtějí, v kolik hodin a podobně. Pokud reagují teď, což se moc nestává, tak to samozřejmě řešíme, diskutujeme a snažíme se najít řešení.

Dáváte zpětnou vazbu kuchyni, co dětem chutná a co ne?

Ředitelka dětské skupiny: Ano, jelikož objednáváme obědy dopředu, tak už víme, která jídla objednat. Poslední dobou v jídelně i méně solí, což je fajn. Jinak svačinky připravujeme my, takže přesně víme co a jak.

Pokud děti odmítají jídlo, jakým způsobem je motivujete?

Ředitelka dětské skupiny: *No, to je těžké. Třeba rok a půl starou holčičku moc nenamotivujeme. Většinou s dětmi sedíme u stolu a jíme s nima na říkáme jim, jak moc nám to chutná a že by to taky měli jíst, ale nenutíme je. Většinou něco sní, některým chutná hodně. Děláme ke svačině často jednohubky, kdy si děti můžou sami poskládat svoji jednohubku se sýrem, zeleninou a podobně, což je pro ně hravé.*

Jak zajišťujete pitný režim dětí během dne? (při pobytu uvnitř i venku)

Ředitelka dětské skupiny: *Máme během dne hotový čaj nebo vodu. Sami si většinou řeknou, co chtějí. Teď v zimě začínáme většinou čajem, děláme dva druhy - ovocný a bylinkový. No a kdykoliv chtějí, dostanou napít. Tady mají vždy hrnečky, které mají popsané a my je jim kdykoliv dáme. Když jdeme ven, tak s sebou bereme vodu a kelímky. V těchto mrazech, co jsou teď nechodíme ven na dlouhou dobu, takže jim pít ani nebereme, ale kdyby si o něj řekly, tak jim ho samozřejmě přineseme.*

Jaký je druh podávaných nápojů?

Ředitelka dětské skupiny: *Mají vodu, ty čaje, které nejsou slazené, protože to tak rodiče chtějí.*

Příloha č. 2: Vzor jídelních lístků

Jídelníček MŠ 1

22. 1. – 26. 1. 2018

Pondělí

Přesnídávka: pomazánka z tuňáka, vícezrnný chléb, ovoce, čaj

Polévka: gulášová

Oběd: dukátové buchtičky s krémem, čaj

Svačina: šunková pěna, slunečnicový chléb, rajče, mléko

Úterý

Přesnídávka: pomazánka pažitková, lámankový chléb, caro, ovoce, čaj

Polévka: mléčná s kapáním

Oběd: lasagne po boloňsku, rajčatový salát

Svačina: pomazánka z tofu, veka, mrkev, čaj

Středa

Přesnídávka: žmolenkový rohlík, jahodové mléko, ovoce, čaj

Polévka: zeleninová s pohankou

Oběd: znojemská hovězí pečeně, dušená rýže, zeleninový salát, džus

Svačina: pomazánka ze sójových bobů, chléb, mrkev, čaj

Čtvrtek

Přesnídávka: jogurt s chia semínky, houska, ovoce, čaj

Polévka: hrachová

Oběd: vepřový plátek, ratatoule zelenina, brambory, džus

Svačina: pomazánka liptovská, chléb, paprika

Pátek

Přesnídávka: lučina s mrkví, chléb, ovoce, čaj

Polévka: z rybího filé

Oběd: čevapčiči, brambory, salát z čínského zelí, ovocný nápoj

Svačina: pomazánka vaječná, chléb, rajče, mléko

Jídelníček DS 1

22. 1. – 26. 1. 2018

Pondělí

Přesnídávka: celozrnný chléb, máslo, vejce, ovocný čaj

Polévka: pórková

Oběd: rýže s meruňkami, a tvarohem

Svačina: rohlík, tavený sýr, zelenina, mošt

Úterý

Přesnídávka: kobliha, ovoce, mléko

Polévka: bramborová

Oběd: vepřový vrabec, fazolové lusky na slanině, brambory

Svačina: rohlík, šunková pěna, zelenina, ovocný čaj

Středa

Přesnídávka: cereální cop, tvrdý sýr, zelenina, ovocný čaj

Polévka: vývar s těstovinami

Oběd: zeleninové bulgureto

Svačina: chléb, máslo, marmeláda z ovoce, kakao

Čtvrtek

Přesnídávka: tvaroh, piškoty, ovoce, sirup

Polévka: kmínová s vejcem

Oběd: masové kuličky v rajské omáče, těstoviny

Svačina: rohlík, jarní lučina, zelenina, ovocný čaj

Pátek

Přesnídávka: rohlík, paštika, zelenina, ovocný čaj

Polévka: česneková

Oběd: smažený vepřový řízek, brambory

Svačina: celozrnný chléb, máslo, šunka, zelenina, sirup

Jídelníček DS 2

22. 1. – 26. 1. 2018

Pondělí

Přesnídávka: ovocný jogurt

Polévka: hrášková

Hlavní jídlo: francouzské brambory

Svačina: celerová pomazánka, zelenina, vícezrnný chléb

Úterý

Přesnídávka: mléčný řez

Polévka: cibulačka

Hlavní jídlo: krémové dýňové špagety

Svačina: zapečený toast

Středa

Přesnídávka: tvaroháček s ovocem

Polévka: zeleninová s droždíovou zavářkou

Hlavní jídlo: znojemská s rýží

Svačina: avokádová pomazánka, rohlík

Čtvrtek

Přesnídávka: ovocná miska

Polévka: z červené řepy

Hlavní jídlo: zapečená pohanka s vepřovým masem

Svačina: piškot s ovocem

Pátek

Přesnídávka: bílý jogurt, kuličky

Polévka: krémová bramboračka

Hlavní jídlo: nudle s mákem

Svačina: lučina, šunka, okurka, žitný chléb

DOPORUČENÍ PRO SESTAVOVÁNÍ JÍDELNÍCH LÍSTKŮ PRO DĚTSKÉ SKUPINY

Úvod

Nutriční doporučení pro dětské skupiny je zpracované v rámci diplomové práce *„Analýza stravy a péče o dvouleté děti v mateřských školách a dětských skupinách v okrese České Budějovice“*.

V posledních letech se jedná o velmi diskutované téma v důsledku nedostatku míst v mateřských školách. Z tohoto důvodu začaly vznikat první dětské skupiny a v současné době už jich zaznamenáváme několik i v okrese České Budějovice. Dětské skupiny rozšířily škálu služeb v péči o předškolní děti a to už od jednoho roku. Podle zásad správné výživy by se ovšem děti mladší tří let neměly stravovat jako děti před nástupem do povinné školní docházky. Bohužel ani v souvislosti s novelou školského zákona, která stanoví, že od roku 2020 bude předškolní vzdělávání organizováno pro děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let, nestanovilo Ministerstvo zdravotnictví ani Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy žádný nutriční předpis pro děti mladší tří let v mateřských školách.

Školní stravování je zakotveno v ustanovení § 24 odst. 1 písm. c) zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů. Provozováním školního stravování slouží jako nástroj k průkazu naplňování výživových ukazatelů tzv. „spotřební koš“, který je stanoven přílohou č. 1 k vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování, ve znění pozdějších předpisů, kde jsou stanoveny výživové normy v závislosti na věkové kategorii strávníků. Předmětná činnost také vychází z programu Zdraví 2020 - Národní strategie ochrany a podpory zdraví a prevence nemocí. Dalším nástrojem, kterým se mateřské školy řídí, je Nutriční doporučení Ministerstva zdravotnictví ČR. Doporučení slouží jako metodický návod a doplněk ke spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci. Vychází ze spotřebního koše a je tedy vytvořeno v souladu s výživovými normami stanovenými přílohou č. 1 k vyhlášce č. 107/2005 Sb., o školním stravování,

ve znění pozdějších předpisů. Jedná se o soubor doporučení, která mají usměrňovat a vést školní jídelny směrem k nutričně vyváženému a pestrému jídelníčku. V dětských skupinách se ovšem tyto výživové normy zohledňovat nemusí. Podle zákona č. 247/2014 Sb., o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině poskytovatel v dětské skupině není povinen dítěti poskytovat stravovací služby. Je ovšem možné dohodnout způsob stravování a úhradu nákladů s ním spojených mezi poskytovatelem a rodičem smlouvou o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině. V rámci výzkumného šetření diplomové práce byly dětské skupiny, které stravu zajišťují, a proto bylo provedeno posouzení pestrosti jídelních lístků podle nutričního doporučení. Ukázalo se, že ředitelky dětských skupin usilují o to, aby jídelníček vyhovoval zásadám správné výživy. V dětských skupinách mají většinou zajištěn dovoz jídla z jiného stravovacího zařízení. Tyto stravovací provozy nabízí výběr alespoň ze dvou jídel nebo dokonce vyhovují dětským skupinám a připravují pro ně stravu méně solenou a kořeněnou. Ředitelky dětských skupin nebo vedoucí stravovacího zařízení mají tak možnost sestavovat jídelní lístky. V rámci výzkumného šetření diplomové práce bylo posouzení pestrosti jídelních lístků podle nutričního doporučení pro mateřské školy, ale také byly provedeny rozhovory s ředitelkami dětských skupin. Ředitelky v těchto rozhovorech uváděly, že je jejich snahou zajistit pestrý jídelníček podle vlastního uvážení nebo podle mateřských škol, a proto bylo vypracováno Nutriční doporučení pro dětské skupiny, které zahrnuje výsledky výzkumného šetření z diplomové práce.

Výsledky porovnání mateřských škol s dětskými skupinami:

Tabulka 1: Četnost jednotlivých druhů polévek

<i>Polévky</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Zeleninová	12x	10x	8x	9x
Luštěninová	3x-4x	4x	3x	3x
Rybí (nemusí být zařazena)	1x	1x	0x	0x
Obilná zavářka	4x	4x	4x	3x

Nutriční doporučení dle Ministerstva zdravotnictví popisuje 20 stravovacích dnů, kde by měla být zahrnuta zeleninová polévka 12x, luštěninová polévka 3x-4x a 4x-5x jiná polévka, kterou nutriční doporučení nestanovuje (masové vývary, drožd'ová, rybí, houbová apod.). V tabulce jsou uvedeny rybí polévky, masové polévky, polévky se zavářkou a polévky s bramborami pouze pro informaci.

Zeleninové polévky by v měsíčním jídelníčku měly převažovat pro vyšší příjem zeleniny. Do této skupiny řadíme zeleninové vývary, mixované zeleninové krémy a další zeleninové polévky (brokolicová, květáková, mrkvová, celerová apod.). Frekvence zeleninových polévek nebyla v mateřské škole a dětských skupinách v daném měsíci výrazně rozdílná, ovšem ani v jednom zařízení nedosahoval jídelníček doporučenému počtu 12x za měsíc.

Za luštěninovou polévku se považuje klasická luštěninová polévka, která je hustší (čočková, hrachová), také polévka s luštěninou, kde je luštěnina přidána v menším množství. Za luštěninovou polévku je možné považovat i polévky, které jsou pouze zahuštěny rozvařenými luštěninami nebo polévka se sójovým masem. V daných zařízeních nebyl zaznamenán problém s naplněním tohoto kritéria. Nejčastější luštěninovou polévkou byla čočková.

Do kategorie obilných zavářek nejsou zařazeny klasické těstoviny. Cílem je zařazovat různé druhy obilných vloček (ovesné, žitné, rýžové apod.). Do této skupiny se také řadí jáhly, kroupy, pohanka, kuskus a další. Se splněním této kategorie zařízení problém neměly. Do svého jídelníčku zařazovaly například polévku zeleninovou s pohankou, rýžovou nebo vločkovou.

Tabulka 2: Četnost jednotlivých druhů hlavních chodů

<i>Hlavní chod</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Drůbež, králík	min. 2x	6x	4x	2x
Vepřové maso	4x	4x	4x	4x
Ryby	2-3x	2x	1x	2x
Bezmasý pokrm	4x	4x	3x	8x
Nejsou zařazeny uzeniny	0x	1x	1x	0x
Sladký pokrm	max. 2x	2x	2x	3x
Luštěniny	1-2x	2x	1x	1x

Hlavní chod v měsíčním jídelníčku by měl obsahovat minimálně 3x drůbeží nebo králíčí maso, maximálně 4x vepřové maso, 2x-3x rybu, 4x zeleninový plnohodnotný pokrm a dvě sladká jídla. Pro zbývajících 4-5 dnů se nestanovuje druh masa, výběr je tedy libovolný.

Do skupiny drůbeží a králík se zařazuje kuře, slepice, kachna, husa, jiná drůbež a králík. Minimální počet pokrmů z drůbeže a králíka je 2x do měsíce, což bylo splněno ve všech sledovaných zařízeních. Nejčastěji bylo zařazováno kuřecí a krůtí maso.

Další skupinou jsou ryby, které by měly být zařazeny 2x-3x měsíčně. Zařízení se většinou snaží ryby zařazovat kromě rybích pomazánek v rámci svačin také v hlavních chodech, ale u DS 1 byly ryby v hlavním chodu zařazeny pouze jednou.

Vepřové maso by mělo být zařazeno 4x do měsíce a měly by být vybírány libovější druhy masa. Ve všech zařízeních bylo ve vybraném měsíci vepřové maso správně zařazeno 4x.

Bezmasým plnohodnotným pokrmem se rozumí slaná jídla, jako jsou například zeleninová nebo luštěninová jídla, která obsahují všechny tři základní živiny (sacharidy, bílkoviny, tuky). Jídelníček vyhovuje, pokud je tento pokrm zařazen 4x. V mateřské škole byl bezmasý pokrm správně zařazen 4x, v DS 1 pouze 3x a v DS 2 dokonce 8x.

Uzeniny jsou velkým zdrojem soli a dalších látek, které nepřispívají lidskému zdraví. Jejich příjem by měl být omezen na minimum, a proto by se ve školním jídelníčku neměly uzeniny vyskytovat vůbec. V MŠ a DS 1 se vyskytovaly jednou,

v DS 2 0x.

Sladká jídla by se v jídelníčku neměla vyskytovat více než 2x do měsíce. V MŠ a DS 1 byl tento požadavek dodržen, v DS 2 se sladké jídlo vyskytovalo v daném měsíci 3x.

Jako luštěninová jídla považujeme například čočku na kyselo, hrachovou kaši, ale také jídla s přídavkem luštěnin (rizota, těstoviny, karbanátky apod.). Pokud je luštěninový pokrm bezmasý, řadí se zároveň do bezmasého pokrmu. Měly by být v měsíčním jídelníčku zařazeny 1-2x, což bylo v daných zařízeních správně dodrženo.

Tabulka 3: Četnost jednotlivých druhů příloh

<i>Přílohy</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Obiloviny (těstoviny, rýže)	7x	9x	8x	9x
Houskové knedlíky	max. 2x	1x	2x	1x

Nutriční doporučení nelimituje množství brambor a výrobků z nich. Především se snaží o zvýšení různých druhů obilovin a snížení kynutých knedlíků z bílé mouky.

Obiloviny by neměly být zastoupeny pouze těstovinami. Za obiloviny se v tomto případě považují: rýže, kuskus, bulgur, jáhly, ale také pohanka nebo pečivo. Do jídelníčku by měly být zařazeny minimálně 7x a to bylo splněno ve všech zařízeních. Nejčastěji byly využívány potraviny jako je rýže, bulgur nebo kuskus.

Houskové knedlíky z bílé mouky nesmějí být zařazeny v měsíci více jak 2x. Bílou mouku je možné nahradit například moukou špaldovou či cizrnovou. Ve sledovaných zařízeních se správně podle nutričního doporučení vyskytovaly maximálně 2x.

Tabulka 4: Četnost ovoce a zeleniny

<i>Zelenina a ovoce</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Zelenina čerstvá	min. 8x	8x	1x	0x
Zelenina tepelně upravená	min. 4x	6x	5x	8x

Dětem by měla být denně nabízená zelenina v syrovém i tepelně upraveném stavu. Syrová zelenina obsahuje řadu důležitých látek a vitaminů, ale je mnohdy hůře stravitelná než zelenina, která je tepelně upravená. Syrová zelenina by měla být zařazena minimálně 8x za měsíc. Toto doporučení bylo splněno pouze v mateřské škole. Nejčastější formou syrové zeleniny v mateřské škole byl zeleninový salát jako doplněk k hlavnímu chodu. V dětských skupinách se syrová zelenina v rámci hlavního chodu nevyskytovala vůbec nebo minimálně. Četnost teplé zeleniny je dle nutričního doporučení 4x za měsíc. Toto doporučení bylo splněno v rámci hlavního chodu i v dětských skupinách.

Tabulka 5: Četnost jednotlivých druhů přesnídávek a svačtin

<i>Přesnídávký a svačiny</i>	<i>Doporučená pestrost</i>	<i>MŠ</i>	<i>DS 1</i>	<i>DS 2</i>
Zel., luštěninové pomazánky	4x	6x	4x	7x
Rybí pomazánka	2x	4x	2x	2x
Obilná kaše	2x	0x	0x	0x
Zelenina	20x	17x	20x	12x
Ovoce	20x	20x	16x	16x
Celozrnné, vícezrnné pečivo	8x	8x	7x	7x
Uzeniny a paštiky	0x	0x	1x	0x

Luštěninová nebo zeleninová pomazánka by měla být zařazena 4x měsíčně. Se splněním tohoto kritéria zařízení neměla problém. Nejčastěji připravovanou pomazánkou byla tvarohová s pažitkou nebo celerová.

Rybí pomazánka je také sledována podle nutričního doporučení. V jídelníčku by měla být zahrnuta 2x měsíčně. Ve všech zařízeních byla četnost rybích pomazánek dodržena. Uváděná byla například pomazánka humrová, tuňáková nebo z makrely.

Do přesnídávek a svačin by měly být zahrnuty také obilné kaše z různých druhů obilných vloček (ovesné, žitné, špaldové, pohankové apod.). Obilné kaše nebyly zařazeny ani jednou v měsíci v žádném zařízení i přes to, že doporučení stanovilo počet obilných kaší 2x měsíčně.

Zelenina nebo ovoce by měly být nedílnou součástí přesnídávky a svačiny každý den. Četnost ovoce a zeleniny nutričnímu doporučení plně neodpovídala v žádném zařízení, ale byla úspěšnější v MŠ. V DS 1 také téměř dosahovala nutričnímu doporučení jako v MŠ, ale v DS 2 byla četnost zeleniny a ovoce nízká.

Celozrnné, vícezrnné, žitné a další speciální druhy pečiva s vyšším obsahem vlákniny by měly být zařazeny 8x měsíčně. V MŠ četnost odpovídala nutričnímu doporučení. V DS 1 a DS 2 byly tyto druhy pečiva zařazeny celkem 7x. Uváděnou potravinou byl například žitný chléb nebo sójový rohlík.

Přesnídávky a svačiny nemají podle nutričního doporučení obsahovat uzeniny a paštiky vůbec. V MŠ a DS 2 se v měsíčním jídelníčku tyto potraviny nevyskytovaly ani jednou. V DS 1 byla v rámci jedné svačiny podávána paštika s pečivem a zeleninou.

Základem pitného režimu dětí by měla být voda a neslazené nápoje. Pokud je nabízen slazený nápoj, měl by být nabídnut i nápoj neslazený. V rámci pitného režimu by děti měly mít k dispozici nápoje po celý den.

Ve všech sledovaných zařízeních byla podávána pitná voda, neslazené čaje a někdy čaje i slazené. Občasně byly podávány i ředěné mošty nebo džusy. Všechny tyto nápoje odpovídají nutričnímu doporučení a byly k dispozici po celý den i při pobytu venku (především v teplých dnech uváděly osoby v provedených rozhovorech). Mléčné nápoje byly k dispozici ve všech zařízeních jednou denně samostatně nebo ke konkrétnímu jídlu.

Hodnocení výsledků:

Cílem diplomové práce bylo zjistit, zda podávaná strava v mateřských školách a dětských skupinách souhlasí s nutričním doporučením v mateřských školách. Součástí výzkumného šetření byly dvě mateřské školy, z nichž měla jedna vlastní kuchyni a druhá dovážela stravu z jiného zařízení. Ze třech dětských skupin měla jedna vlastní kuchyni a dvě dětské skupiny dovážely stravu z jiného zařízení. V rámci kvalitativního výzkumu byly provedeny rozhovory s ředitelkami a učitelkami mateřských škol a dětských skupin a dále byly předloženy jídelní lístky některých zařízení, které sloužily k vyhodnocení pestrosti jídelních lístků.

V mateřských školách byl správně vyhodnocován Spotřební koš jednou měsíčně. Vedoucími kuchyní byl předložen Spotřební koš za období 1. 1.-31. 1. 2018, který plně vyhovoval výživovým normám dle zákona. Součástí výzkumného šetření bylo posouzení pestrosti jídelního lístku dle metodického návodu Ministerstva zdravotnictví ČR, který není součástí vyhlášky o školním stravování, ale slouží jako metodický návod a doplněk ke Spotřebnímu koši a je založen na frekvenci pokrmů v měsíci. Ukázalo se, že stravování v dětských skupinách by bylo z hlediska pestrosti jídelních lístků srovnatelné s mateřskými školami, bohužel v kategorii zelenina v rámci hlavních chodů bylo poněkud nedostačující. Doporučuje se tedy zařadit čerstvou zeleninu ke každému hlavnímu chodu i v dětských skupinách, která může být podávána například formou oblohy na talíři nebo formou zeleninových salátů. Vždy je vhodné připravit pokrm na talíř tak, aby vypadal pro děti lákavě. V provedeném výzkumném šetření se ukázalo, že jsou pečující osoby v dětských skupinách často velmi kreativní a snaží se děti motivovat k jídlu například mazáním jednohubek, tvarováním potravin do tvaru zvířátek nebo také tím, že mají děti možnost si připravit svou svačinu sami. Ostatní sledované kategorie, včetně pitného režimu, byly téměř srovnatelné s mateřskými školami.