

Univerzita Hradec králové
Pedagogická fakulta
Ústav sociálních studií

**Podpora zdravého životního stylu pomocí zájmové
činnosti v DDŠ**

Bakalářská práce

Autor: Alexandra Holubová
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální pedagogika se zaměřením na výchovnou práci
v etopedických zařízeních
Vedoucí práce: Mgr. Alena Knotková
Oponent práce: Ing. Mgr. Jiří Martinec, Ph.D.

Hradec Králové 2023



Zadání bakalářské práce

Autor: Alexandra Holubová

Studium: P20K0117

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální pedagogika se zaměřením na výchovnou práci v etopedických zařízeních

Název bakalářské práce: Podpora zdravého životního stylu pomocí zájmové činnosti v DDS

Název bakalářské práce AJ: Promoting a healthy lifestyle using interest in DDS

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Bakalářská práce se tematicky zaměřuje na podporu zdravého životního stylu v dětském domově se školou pomocí zájmových aktivit.

V teoretické části je pozornost soustředěna na vymezení základních pojmů - dětský domov se školou, zájmové aktivity a zdravý životní styl.

Praktická část bude zpracována kvalitativní strategií prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů s klienty DDS ve věku 12 až 16 let, konkrétně s klienty s poruchami chování.

Cílem bakalářské práce je zjistit, jakým způsobem je zdravý životní styl podporován v dětském domově se školou.

HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace. Praha: Portál, 0005. ISBN 80-7367-040-2.

HUTYROVÁ, Miluše a kol., 2019. Děti a problémy v chování. Etopedie v praxi, 1. vyd. Praha: Portál, 207 s. ISBN 978-80-262-1523-3

DVOŘÁKOVÁ, Hana. Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002. 144 s. 80-7178-693-4

BLATNÝ, Marek. Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy. Vyd. 1. Praha: Grada, 2010. 301 s. Psyché. ISBN 978-80-247-3434-7

MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ. Výchova ke zdraví. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. 291 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-2715-8

Zadávací pracoviště: Ústav sociálních studií,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: Mgr. Alena Knotková

Oponent: Ing. Mgr. Jiří Martinec, Ph.D.

Datum zadání závěrečné práce: 1.2.2022

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci Podpora zdravého životního stylu pomocí zájmové činnosti v DDŠ vypracovala pod vedením vedoucí práce Mgr. Aleny Knotkové samostatně a uvedla jsem všechny použité zdroje a literaturu.

V Hradci Králové dne 19. 04. 2023

Ālexandra Holubová

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucí bakalářské práce Mgr. Aleně Knotkové za odborné vedení, cenné rady, připomínky a nesmírnou ochotu.

Dále bych velice ráda poděkovala řediteli dětského domova se školou za poskytnutí možnosti provést v jeho zařízení výzkumné šetření a vychovatelům za jejich ochotu a sdílnost při samotné realizaci výzkumu.

V Hradci Králové 19. 04. 2023

Alexandra Holubová

Anotace

HOLUBOVÁ, ALEXANDRA. *Podpora zdravého životního stylu pomocí zájmové činnosti v DDŠ*. Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2023. s. Bakalářská práce.

Cílem bakalářské práce je zjistit, zda je podporován zdravý životní styl dětí umístěných do ústavní výchovy, a jakým způsobem může zájmová činnost ovlivnit postoje dětí ke zdravému životnímu stylu a přispět k jejich reedukaci a resocializaci.

V teoretické části jsou popsány a shrnuty informace nezbytné pro porozumění výzkumu jako je definice zdraví, zdravého životního stylu a zájmové činnosti, možnosti vzdělávání a podpory zdravého životního stylu dětí, charakteristika dětského domova se školou a její klientely, volnočasové aktivity a jejich význam, faktory rizikového chování ve vztahu k zdravému životnímu stylu.

Výzkumná část je zaměřena na to, jakým způsobem je podporován zdravý životní styl v konkrétním dětském domově se školou prostřednictvím zájmové činnosti, která je dětem v zařízení nabízena.

Klíčová slova: zdraví, zdravý životní styl, zájmová činnost, dětský domov se školou

Annotation

HOLUBOVÁ, ALEXANDRA. *Promoting a healthy lifestyle through leisure activities at the DDS*. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2023. p. Bachelor thesis.

The aim of the bachelor's thesis is to find out whether a healthy lifestyle of children placed in institutional education is supported and how leisure activities can influence children's attitudes towards a healthy lifestyle and contribute to their re-education and re-socialization.

The theoretical part describes and summarizes the information necessary to understand the research, such as the definition of health, healthy lifestyle and leisure activities, the possibilities of education and support of healthy lifestyle of children, the characteristics of the children's home with school and its clientele, leisure activities and their importance, factors of risk behavior in relation to healthy lifestyle. The research part focuses on how a healthy lifestyle is promoted in a particular children's home with school through the leisure activities offered to children in the facility.

Keywords: health, healthy lifestyle, leisure activities, children's home with school

Obsah

| | |
|--|-----------|
| Úvod | 8 |
| 1 Zdraví a jeho determinanty | 10 |
| 1.1 Zdravý životní styl | 10 |
| 1.2 Podpora zdravého životního stylu jako součást vzdělávání | 11 |
| 1.3 Zdravý životní styl a volný čas | 13 |
| 1.4 Výchova ve volném čase | 14 |
| 1.5 Faktory rizikového chování ve vztahu ke zdravému životnímu stylu | 14 |
| 2 Náhradní rodinná péče | 17 |
| 2.1 Ústavní a ochranná výchova | 17 |
| 2.2 Dětský domov se školou | 18 |
| 2.2.1 Klientela dětského domova se školou | 20 |
| 2.2.2 Volnočasové aktivity v dětském domově se školou | 22 |
| 2.2.3 Životní styl dětí v dětském domově se školou | 23 |
| 3 Metodologie a cíl výzkumu | 26 |
| 3.2 Analýza výchovně vzdělávacího programu vybraného dětského domova se školou vzhledem k zájmové činnosti | 27 |
| 4.1 Hodnocení analýzy výchovně vzdělávacího programu vzhledem k zadaným kritériím | 30 |
| 4 Případová studie vybraného dětského domova se školou | 36 |
| 4.1 Cíle šetření a výzkumné otázky | 36 |
| 4.2 Použité techniky sběru dat | 37 |
| 4.2.1 Etika výzkumu | 40 |
| 4.3 Charakteristika vybraného dětského domova se školou | 41 |
| 4.4 Výsledky pozorování a rozhovorů | 43 |
| 5.7 Odpovědi na výzkumné otázky případové studie | 52 |
| Závěr | 57 |
| Seznam použitých zdrojů | 60 |
| Seznam tabulek | 62 |
| Seznam příloh | 63 |

Úvod

Bakalářská práce „*Podpora zdravého životního stylu pomocí zájmové činnosti v DDS*“ je zaměřena na oblast podpory zdravého životního stylu dětí umístěných v dětském domově se školou.

Téma práce bylo vybráno na základě zkušeností a přímé účasti autorky při práci s dětmi v rámci zájmových činností.

Zdravý životní styl není jen trendový způsob života. Jedná se o komplexní přístup, díky kterému jedinec dosáhne plnohodnotného života a zajistí si tělesnou i duševní pohodu. Může se tak vyhnout řadě onemocnění. Zjednodušeně se dá říct, že člověk, který žije zdravě, má optimální hmotnost, jí vyváženou stravu, neholduje alkoholu, cigaretám ani drogám, pravidelně se hýbe a udržuje dobré vztahy se svými blízkými a přáteli. Změnit návyky od základů je náročné, proto je nutné postupovat malými krůčky. Nevzdávat se a vytrvat, změnit své zvyky a udělat z nových pravidel rutinu.

Tato práce je především zaměřena na děti umístěné do ústavní výchovy, která bývá dětem často nařízena za velmi dramatických okolností. Důvodem bývá neschopnost rodičů, kteří selhali ve své základní roli a nebyli schopni se o sebe a své děti dobře postarat. Mnoho takových dětí je oslabeno zdravotní zátěží a psychiatrickými obtížemi. Setkaly se se zanedbáváním, týráním, zneužíváním. Často žily v naprosto nevyhovujících podmínkách. Bývají citově deprivované, mají narušený vývoj citové vazby. Ve své původní rodině nezažily dobrý rodičovský vzor a ani neměly šanci naučit se, jak dobře naložit se svým životem. Cílem pedagogických pracovníků ústavní výchovy je tedy především dětem ukázat, že existuje zajímavější způsob života než ten, který dosud žily.

První část práce představuje teoretická východiska zkoumané problematiky. Zabývá se vymezením pojmu zdraví a zdravý životní styl. Charakterizuje proces podpory zdravého životního stylu a seznamuje s výchovou ke zdravému životnímu stylu z hlediska výchovy ve volném čase. Druhá kapitola pojednává o náhradní rodinné péči, konkrétně o dětském domově se školou. Toto školské zařízení je charakterizováno z hlediska legislativy, klientely, volnočasových aktivit a životního stylu.

Výzkumná část práce zkoumá, jakým způsobem je podporován zdravý životní styl ve vybraném dětském domově se školou a zda k tomu napomáhá zájmová činnost, která je dětem v zařízení nabízena.

Výzkumný projekt je rozdělen do tří fází:

1. fáze – analýza požadavků na zájmové činnosti ve výchovně vzdělávacím programu konkrétního DDŠ
2. fáze – případová studie konkrétního dětského domova se školou vzhledem k zájmové činnosti dětí s použitím metody zúčastněného pozorování a rozhovorů s vychovateli a dětmi tohoto zařízení.
3. fáze - zhodnocení významu a přínosu uplatňování zájmové činnosti a její možné zařazení do hodnot dětí jako jeden z hlavních ukazatelů budoucího životního stylu.

1 Zdraví a jeho determinanty

Zdraví patří k nejdůležitějším hodnotám života každého člověka. Definovat pojem zdraví není jednoduché, protože zdraví má mnoho aspektů, jejichž důležitost se mění v různých historických obdobích, v průběhu života lidí, v závislosti na rozvoji medicíny, na kultuře, ekonomice a v návaznosti na mnoho dalších okolností.

Dle světové zdravotnické organizace je zdraví definováno jako „*stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, a nikoli pouze nepřítomnost nemoci nebo vady.*“ (Machová, 2009, s. 12)

Na základě této definice můžeme říci, že v souvislosti se zdravím mluvíme nejen o tělesném zdraví, ale i o zdravé stravě, zdravých mezilidských vztazích, zdravém životním stylu, ale také o zdravé přírodě, zdravém městě, zdravé krajině atd. Úzce je tělesné zdraví propojené s naším myšlením, s našimi postoji a vztahy k druhým lidem.

S tím úzce souvisí péče o zdraví, podpora zdraví a prevence nemocí. V péči o zdraví se jedná především o samotné lidi, jak žijí, jak jsou ochotni se na péči o zdraví sami podílet. A výjimkou není ani společnost a to, jaké vytváří ekonomické a sociální podmínky pro život lidí.

Být zdravý neznamena pouze to, že nejsme zrovna nemocní, ale jedná se o celkový přístup ke svému tělu a způsob života. Potrava, pohybová aktivita, dostatek spánku, dobrá nálada, zdravé prostředí a radost ze života, jsou velkým vkladem do celkového zdraví. „*Jednotlivci mohou podporovat své zdraví přijetím zdravého životního stylu a péčí o své životní prostředí.*“ (Machová, 2009, s. 14)

S ohledem na vztah zdraví a kvality života se jeví jako výstižná definice zdraví dle Křivohlavého (2009, s. 40): „*Zdraví je celkový (tělesný, psychický, sociální a duchovní) stav člověka, který mu umožňuje dosahovat optimální kvality života a není překážkou obdobnému snažení druhých lidí.*“

1.1 Zdravý životní styl

Zdravě žijící člověk je takový, který si udržuje přiměřenou hmotnost, pravidelně cvičí, vyhýbá se alkoholu, drogám a cigaretám, je zaměřený na pestrou a vyváženou stravu. Zdravý je také po mentální rovině, cítí se uvolněně, bez stresu a udržuje si dobré vztahy se svým okolím. Z toho plyne, že praktikuje zdravý způsob života – životní styl, což je v podstatě souhrn relativně ustálených praktik, činností a způsobů chování typických pro daného jedince.

„Životní styl je tedy charakterizován souhrou dobrovolného chování (výběrem) a životní situace (možností).“ (Machová, 2009, s. 16)

To, jakým žijeme životním stylem, je však do jisté míry i ovlivněno kulturou, rodinou, socioekonomickým statusem a dalšími faktory. Neznamená to ale, že jsme schopni ho změnit.

Životní styl je jedním ze základních faktorů ovlivňujících naše zdraví, které „patří k nejvýznamnějším hodnotám života každého člověka.“ (Machová, 2009, s. 12)

V posledních letech se životní styl společnosti rychle mění, je dynamičtější a jsme více ovlivňováni technologiemi, hromadnými sdělovacími prostředky a sociálními sítěmi. Současný člověk vede převážně sedavý způsob života, což je způsobeno nárůstem používání dopravních prostředků, výtahů a eskalátorů místo chůze, používání techniky v domácnostech (vysavače, pračky, sušičky, myčky nádobí apod.) místo manuální práce, sledování televizorů s použitím dálkového ovladače. To vše nás zbavuje i minimálního pohybu.

Zhoršují se i mezilidské vztahy. Mnoho jedinců se orientuje na získávání nových věcí, úspěch, moc a peníze, což vytváří pracovní vyčerpání, stresové situace, neustálý spěch, nedostatek času na sebe, na rodinu i přátele. To následně často vede k rozpadu rodiny a k vytvoření podmínek pro získání některé z civilizačních chorob.

Duffková a kol. (2008, s. 51-52) vymezují životní styl jako „způsob, jakým lidé žijí – tedy jak bydlí, stravují se, vzdělávají se, chovají se v různých situacích, baví se, pracují, spotřebovávají, vzájemně komunikují, jednají, rozhodují se, cestují, vyznávají a dodržují určité hodnoty, starají se o děti, pěstují potraviny, vyrábějí atd.“

Zdravý životní styl si v podstatě žádá správně sestavený jídelníček, pravidelný pohyb, regeneraci, pracovní režim a volný čas, vliv okolního prostředí, sociální vztahy, úroveň lékařské péče a jiné. Tyto faktory utváří životní styl a dle jejich jednotlivé úrovně je pak životní styl kvalitní.

1.2 Podpora zdravého životního stylu jako součást vzdělávání

Pro zdravý způsob života musí mít člověk dostatečné znalosti o tom, co jeho zdraví podporuje a upevňuje, ale také o tom, co mu škodí.

Chování a životní styl v dospělosti jsou výsledkem vývoje v dětství a dospívání. Už od útlého věku se dítě musí dozvídat proč, jak, čím a kdy může své zdraví ovlivňovat

(rozvíjet, chránit, ohrožovat či poškozovat). Jaké základy zdraví a způsob života si v mládí vytvoří, tak zdravý život může očekávat v dalších fázích svého života.

K uplatňování zásad zdravého životního stylu a předcházení jeho rizik by zpočátku měly být děti vedeny především v rodině. Rodina určuje sociální status dítěte, ovlivňuje jeho životní styl. Rodiče jsou hlavním vzorem pro dítě, které je napodobuje a přejímá jejich návyky, životní styl. Žádná rodina ale nefunguje ideálně, každá je svým způsobem dysfunkční, záleží na intenzitě a délce trvání významnější dysfunkce. Mnoho rodičů je v současné době velmi pracovně vytíženo a dítě s nimi může trávit jen pár hodin denně a z tohoto důvodu je na spoustu věcí, které se týkají dítěte, významný vliv školy, která má možnost systematicky a v delším časovém úseku ovlivňovat postoje dítěte ke zdraví, a přispívat tím k minimalizaci negativních jevů. Důležitá je motivace žáků pro konkrétní zdravotně prospěšné činnosti a jednání i důslednost při naplňování společně přijatých pravidel chování ve prospěch zdraví. Proto se problematika zdraví stala nezbytnou součástí primárního i sekundárního vzdělávání.

Výchova ke zdraví je v RVP ZV začleněna do vzdělávací oblasti **Člověk a zdraví**, která je vymezena a realizována v souladu s věkem žáků ve vzdělávacích oborech **Výchova ke zdraví a Tělesná výchova**, do níž je zahrnuta i zdravotní tělesná výchova. V této vzdělávací oblasti se děti seznamují s poznatky, činnostmi a způsoby chování, které pozitivně ovlivňují zdraví a učí se je využívat a aplikovat ve svém životě. V RVP ZV se uvádí, že *„vzdělávání v této vzdělávací oblasti směřuje především k tomu, aby žáci poznávali sami sebe jako živé bytosti, aby pochopili hodnotu zdraví, jeho ochrany i hloubku problémů spojených s nemocí či jiným poškozením zdraví. Žáci se seznamují s různými riziky, která ohrožují zdraví v běžných i mimořádných situacích, osvojují si dovednosti a způsoby chování (rozhodování), které vedou k zachování či posílení zdraví, a získávají potřebnou míru odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví jiných.“* (RVP, s. 89, dostupné z: <https://www.edu.cz>)

Obecně lze říci, že hlavním cílem výchovy ke zdraví je pochopení zdraví jako vyváženého stavu tělesné, duševní i sociální pohody a vnímání radostných prožitků z činností podpořených pohybem, příjemným prostředím a atmosférou příznivých vztahů. Žáci si tak osvojují zásady zdravého životního stylu a jsou vedeni k jejich uplatňování ve svém životě.

1.3 Zdravý životní styl a volný čas

Volný čas a jeho trávení je v současné době jednou ze sledovaných oblastí zdravého životního stylu. Je to oblast, která zasahuje život každého člověka, odvíjí se od něj mimo jiné způsob života, má vliv na zdravotní i preventivní chování, kvalitu mezilidských vztahů i na dobrou pracovní výkonnost. S těmito jednotlivými činiteli se nejhůře potýkají děti, které se v některém období svého života nacházely v podmínkách život ohrožující. Jsou to právě děti, kterým byla nařízena ústavní výchova. Jejich harmonický život je narušen, a proto bývá důležitá prevence, ve které své nezastupitelné místo má pozitivní trávení volného času. Je to jeden ze způsobů, jak lze zasáhnout do života ohrožených dětí a pomoci jim aktivovat harmonický život v dospělosti.

Pávková (2014, s. 13) volný čas definuje: „*Pod pojmem volný čas se běžně zahrnují odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené.*“

Němec (2002, s. 17) zase volný čas definuje: „*Je to čas, v němž člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popř. i tvůrčí činnosti. Je to čas, v němž je člověk sám sebou, nejvíce patří sám sobě, kdy koná převážně svobodně a dobrovolně činnosti pro sebe, popř. pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu.*“

Období školního vzdělávání má velmi významnou funkci v oblasti formování osobnosti mladých lidí. Je proto důležité, aby se člověk už od dětství naučil vhodně využívat svůj volný čas.

Volný čas je pro každé dítě velice oblíbená doba. Je to doba, kdy mu odpadají povinnosti spojené se školou či domácími pracemi. Jde o čas, kdy si své činnosti volí na základě svých zálib a koníčků. Dá se říci, že si v tomto čase může dělat, co chce. Ale tak by to fungovat nemělo. Děti mají volného času velké množství, a proto kvalita trávení volného času by mohla i vést k nežádoucím jevům nebo nevhodnému chování. Volný čas může také vyvolávat problémy, např. pocit nedostatku volného času, bezradnost při vyplňování volného času, volba nevhodných aktivit. Proto je důležitým aspektem ve volném čase dětí pedagogické ovlivňování. U dětí z dětských domovů se školou to platí dvojnásob.

1.3.1 Výchova ve volném čase

Výchova ve volném čase je jednou ze specifických výchovných oblastí, má své základní znaky i své zvláštnosti. Obecným cílem výchovy ve volném čase je naučit jedince hospodařit s volným časem, rozumně ho využívat a oceňovat volný čas jako významnou složku zdravého životního stylu.

Pávková (2014, s. 39-41) vymezuje hlavní funkce výchovy ve volném čase na funkce výchovně-vzdělávací, zdravotní, sociální a preventivní.

Výchovně-vzdělávací funkce spočívá v záměrném a cílevědomém ovlivňování osobnosti vychovávaných jedinců a dává možnost působení na psychickou, fyzickou i sociální stránku osobnosti dítěte, rozvíjení jeho rozumových schopností, emocí i volných vlastností.

Zdravotní funkce výchovy ve volném čase znamená, že veškeré výchovné působení, všechny aktivity ve volném čase podporují zdravý tělesný, duševní i sociální vývoj dětí.

Sociální funkce výchovy ve volném čase umožňuje navazovat rozmanité sociální vztahy, přátelství a kamarádství s jedinci, kteří mají podobné zájmy, setkávat se s novými autoritami, zaujímat ve skupinách rozmanité postavení a sociální role, zdokonalovat své dovednosti sociální percepce a komunikace. Tím probíhá nenásilné učení dětí.

Preventivní funkce výchovy ve volném čase se zakládá na předcházení negativních jevů. U dětí, které umí dobře využívat volný čas, mají své zájmy a věnují se jim, je méně pravděpodobné, že podlehnou špatným vzorům a projeví se u nich některé z patologických jevů.

1.4 Faktory rizikového chování ve vztahu ke zdravému životnímu stylu

Rizikové chování lze definovat jako aktivity, které přímo nebo nepřímo způsobují zdravotní, sociální nebo psychické ohrožení jedince samotného, jiných osob, majetku nebo prostředí. Člověk, který se chová rizikově jedním způsobem, má tendenci chovat se rizikově i v dalších oblastech. Jedná se o jistou propojenost jednotlivých projevů rizikového chování, která má formu životního stylu.

Rizikové chování dle Miovského (2005, s. 50) zahrnuje:

- **interpersonální agresivní chování** – násilné chování, šikana, týrání, rasová nesnášenlivost, diskriminace některých skupin, extremismus,
- **delikventní chování ve vztahu k majetku** – krádeže, vandalismus, sprejerství,

- **rizikové zdravotní návyky** – pití alkoholu, kouření, užívání drog, nezdravé stravovací návyky, nedostatečná pohybová aktivita,
- **sexuální chování** – předčasné sexuální aktivity, promiskuita, předčasné mateřství a rodičovství,
- **rizikové chování ve vztahu k společenským institucím** – problémové chování ve škole, neplnění školních povinností, záškoláctví,
- **prepatologické hráčství,**
- **rizikové sportovní aktivity** – extrémní a adrenalinové sporty.

Dětství je životní etapou významnou pro prožívání kvalitního života v dospělosti. Dítě se během svého života učí různým způsobům chování, řešit různé situace interakce, poznávat lidi a reagovat na jejich signály, zapojovat se různými způsoby do sociálních vztahů, vytvářet si sociální sítě atd.

Některé děti však takové štěstí nemají, jejich socializace se vyvíjí rizikově nebo je dokonce blokována. Jsou to děti, které ve svém vývoji čelí mnohým rizikům z osobnosti a sociální roviny.

Vojtová (2008, s. 39-41) uvádí čtyři skupiny rizik ve vývoji dítěte:

- **Rizika spojená s individualitou dítěte** – nemoc, úraz, nízký intelekt, hyperaktivita, impulzivita, nedostatečné sociální dovednosti, nízká sebeúcta, egocentrismus, nedostatek empatie, abstinence klíčové osoby, život v institucionální péči.
- **Rizika spojená s rodinou dítěte** – rodinná konstelace, narušené rodinné prostředí, špatný rodičovský vzor, výchovný styl.
- **Rizika spojená se společností** – socioekonomické znevýhodnění, násilí a kriminální činnost v okolí, kulturní normy, válečné konflikty, sociální nebo kulturní diskriminace.
- **Rizika spojená se školou** – školní neúspěch, nepřiměřené nároky, nevhodné kázeňské prostředky, škodlivá vrstevnická skupina, šikanování, sociální izolace.

Děti v průběhu svého života těmito rizikovými faktory mohou odolávat, ale i podléhat. Závisí to na individuální vnímavosti a otevřenosti dítěte. Tyto rizikové faktory se mohou také promítat do různých aspektů jejich osobnostního vývoje. Velmi často se promítají do chování dítěte v jeho nežádoucí formě.

Rizikové chování se přisuzuje zejména adolescentům, protože v tomto období vzrůstá potřeba dokazovat si vlastní nezávislost, projevit svůj vlastní názor, hledat novou

identitu a zkoušet dosud zakázané aktivity. Jde hlavně o sexuální experimentace, první zkušenosti s alkoholem a jinými psychoaktivními látkami apod. V tomto období se zvyšuje i vliv vrstevnické skupiny, zejména pokud představují asociálně zaměřené skupiny se specifickými normami a hodnotami. Zvyšuje se riziko asociálního chování.

České přísloví „Co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš“, přesně vystihuje postoj Světové zdravotnické organizace, že chování a životní styl v dospělosti jsou výsledkem vývoje během dětství a dospívání. Na děti a mládež je třeba v oblasti prevence zaměřit největší pozornost.

2 Náhradní rodinná péče

Je přirozené, že po narození se o děti starají jejich rodiče. Uspokojují jeho základní bio-psycho-sociální potřeby, milují ho, opatrují a hýčkají. Rodina dítěti poskytuje základní sociální zkušenost. Dítě se učí posuzovat okolní svět, získává pocit základní důvěry, má příležitost pro navázání citového vztahu. Rodina by měla dítěti poskytnout pocit jistoty a bezpečí. Rodiče fungují pro své dítě jako modely, které dítě napodobuje, popř. se s nimi identifikuje nebo je rodičovské modely odmítne. Dítě si může prostřednictvím rodičů osvojit pozitivní i negativní vlastnosti, způsoby chování, životní styl.

Každá rodina ale není schopna či ochotna plnit své funkce, někdy je plní jen částečně nebo je plní patologickým způsobem. Děti pak ztrácí své pevné zázemí, jistotu, bezpečí a lásku. Takové nepříznivé výchovné prostředí iniciuje společnost, aby tento závažný handicap kompenzovala. Úlohu rodiny musí převzít náhradní rodinná péče a zajistit vhodný způsob výchovy dítěte. Tím je dítě zařazeno do kategorie „*děti se sociálním znevýhodněním*“. (Němec, Vojtová, 2009, s. 328)

Pod pojmem sociálně znevýhodněné dítě je možné rozumět dítě, jehož život nebo zdraví jsou ohroženy nenaplněním některých základních životních potřeb, což vede k poškození tělesného a duševního stavu dítěte a k poškození jeho vývoje. „*Jejich specifická životní situace je ohrožuje ve všech složkách osobnosti – v kognitivní, sociální i emocionální.*“ (Němec, Vojtová, 2009, s. 328)

Otázky náhradní rodinné péče v České republice jsou dle současné legislativy řešeny zákonem č. 109/2002 Sb. o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů.

2.1 Ústavní a ochranná výchova

V ústavní péči jsou jednak děti s nařízenou ústavní nebo uloženou ochrannou výchovou, dále děti, které byly soudem svěřeny do péče zařízení pro děti vyžadující okamžitou pomoc a děti, které byly do péče zařízení svěřeny rodiči, resp. osobami odpovědnými za výchovu dítěte.

„*Ústavní výchova je výchovné opatření, které soud nařídí, jestliže je výchova dítěte vážně ohrožena nebo vážně narušena a jiná výchovná opatření nevedla k nápravě, nebo*

jestliže z jiných závažných důvodů nemohou rodiče výchovu dítěte zabezpečit.“
(Bubleová a kol., 2011, s. 57)

Ochranná výchova má v systému náhradní rodinné péče specifické postavení. Legislativně je ukotvena v Zákoně č. 218/2003 Sb. o odpovědnosti mládeže za protiprávní činy a o soudnictví ve věcech mládeže a o změně některých zákonů (zákon o soudnictví ve věcech mládeže) a v Zákoně č. 109/2002 Sb., o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči v těchto zařízeních.

Jejím účelem je kladně ovlivnit duševní, mravní a sociální vývoj mladistvého a chránit společnost před pácháním provinění mladistvými. Ochranou se rozumí ochrana jedince před sebou samým a před napácháním další škody na své osobě, ale také jako ochrana společnosti. Ochranná výchova má převýchovný až sankční charakter.

Dle zákona č. 109/2002 Sb. o výkonu ústavní výchovy ve školských zařízeních se školská zařízení pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy člení na tato zařízení:

- diagnostický ústav
- dětský domov
- dětský domov se školou
- výchovný ústav.

Vzhledem k tomu, že se tato práce zabývá zdravým životním stylem dětí z dětského domova se školou, je dále popsáno jen toto školské zařízení.

2.2 Dětský domov se školou

Dětský domov se školou (dále jen DDS) je školské zařízení zřízené podle školského zákona č.561/2004Sb. a zákona o výkonu ústavní a ochranné výchovy ve školských zařízeních č. 109/2002Sb. ve znění pozdějších předpisů:

1) „*Účelem dětského domova se školou je zajišťovat péči o děti*

a) s nařízenou ústavní výchovou

1. mají-li závažné poruchy chování, nebo

2. které pro svou přechodnou nebo trvalou duševní poruchu vyžadují výchovně léčebnou péči, nebo

b) s uloženou ochrannou výchovou

c) jsou-li nezletilými matkami a splňují podmínky stanované v písmenu a) nebo b), a jejich děti, které nemohou být vzdělávány ve škole, jež není součástí dětského domova se školou.

2) Dětské domovy se školou se zřizují odděleně pro děti podle odstavce 1. Podle potřeby v nich mohou být zřízeny rodinné skupiny odděleně v souladu s odstavcem 1.

3) Výjimky z ustanovení odstavce 2 může udělit ministerstvo

4) Do dětského domova se školou mohou být umísťovány děti zpravidla od 6 let do ukončení povinné školní docházky.

5) Pokud v průběhu povinné školní docházky pomínuly důvody pro zařazení dítěte do školy zřízené při dětském domově, je dítě na základě žádosti ředitele dětského domova se školou zařazeno do školy, která není součástí dětského domova se školou.

6) Nemůže-li se dítě po ukončení povinné školní docházky pro pokračující závažné poruchy chování vzdělávat ve střední škole mimo zařízení nebo neuzavře-li pracovní právní vztah, je přeřazeno do výchovného ústavu.“ (Zákon č. 109/2002 Sb., § 13)

Dětský domov se školou lze definovat jako zařízení, kde probíhá výchovná činnost s nařízenou ústavní výchovou, mají-li závažné poruchy chování, případně pro svou přechodnou nebo trvalou poruchu vyžadují výchovně léčebnou péči. Jsou zde zařazovány také děti s uloženou ochrannou výchovou a se svými dětmi i nezletilé matky, které mohou mít závažné poruchy chování nebo duševní poruchu vyžadující výchovně léčebnou péči. Součástí dětského domova se školou je základní škola, třídy v ní jsou většinou složené z více ročníků a vzdělávací programy výuky musí odpovídat individuálním vzdělávacím potřebám dětí.

Každý dětský domov se školou má sestaven vlastní vnitřní řád, který navazuje na organizační řád a vymezuje specifika činnosti v tomto zařízení pro výkon ústavní výchovy. Hlavní náplní činnosti tohoto ústavu je tedy výchova a vzdělávání obtížně vychovatelných dětí a úprava poruch chování a učení. Cílem práce pedagogů je reedukace a resocializace dětí s narušenými sociálními vztahy a výchovně léčebné působení na děti s diagnózou ADHD. Výchovné prostředí vytvářejí všichni zaměstnanci, včetně administrativy a provozu. Vzájemná spolupráce zaměstnanců je prvotním předpokladem úspěšné práce.

2.2.1 Klientela dětského domova se školou

U dětí, které jsou umisťovány do dětského domova se školou, působí mnoho aspektů.

Osobnost dítěte

Vývoj osobnosti jedince má určitá stádia, a každé stádium má své charakteristické zvláštnosti, které na sebe navazují. Případné poruchy v jednom stádiu ztěžují přirozený vývoj ve stádiu následujícím.

Podle Vágnerové (2005b, s. 30 – 31) je vývoj osobnosti dítěte proces, ve kterém na sebe navazují jednotlivé vývojové fáze. Je to celistvý proces, který zahrnuje všechny složky somatické, psychické i sociální v jejich vzájemné integraci. Jde o postupné proměny, není zcela plynulý a rovnoměrný, ale skládá se z různých kvantitativních a kvalitativních změn. Střídají se v něm období rychlejšího a pomalejšího rozvoje i období stabilizace. Především je vývoj osobnosti dítěte individuálně specifický. Jeho průběh je dán interakcí daných dědičných dispozic a určitých životních podmínek.

Příčiny vzniku poruchového chování jsou různé a na jejich vzniku a rozvoji se podílí biologické i sociální faktory, které působí ve vzájemné interakci. Poruchy chování nezřídka souvisejí s emocionální deprivací dítěte, někdy mohou mít původ fyziologický, zapříčiněný drobným poškozením mozku v prenatalním nebo perinatalním období. V takovém případě se jedná o specifické vývojové poruchy chování.

Rodina dítěte

Rodina je prvotním a základním životním prostředím dítěte. Nedostatky v tomto prostředí mohou přetvořit vlastnosti, projevy, výkony a postoje v různé nekvalitní postoje, návyky, vlastnosti, jejichž překonání je nad síly dítěte. (Helus, 2007, s. 136)

A právě selhání biologické rodiny je nejčastější příčinou umístění dítěte do ústavní výchovy. Může se jednat o zanedbání péče o dítě (jeho základních biologických potřeb, hygieny, lékařské péče), týrání či zneužívání, mravní ohrožení, nebo těžké výchovné problémy. V rodinách dětí umístěných do náhradní výchovné péče často můžeme sledovat různé sociálně-patologické jevy (od závislostí přes prostituci až po kriminalitu).

Dítě, které je zanedbáváno nedostatečným uspokojováním jeho potřeb, může trpět citovou deprivací. Fyzické i psychické týrání ovlivňuje vnímání dítěte ve vztahu ke světu i k sobě samému. Týrané děti nejsou schopné prožívat radost a jakékoli emoce, mohou být apatické nebo jejich citové prožívání je zachováno, ale převažuje u nich úzkost a strach, zvýšené napětí, přecitlivělost, podrážděnost, sklon ke zlostnému a afektivnímu

chování. Tyto děti mívají horší školní prospěch, chybí jim motivace, nemají dostatečnou důvěru ve vlastní schopnosti. Důsledkem déletrvajícího týrání si postupně fixují negativní sebehodnocení a nedostatek sebedůvěry. Reakcí na týrání může být neklid a agresivita, jejichž prostřednictvím kompenzují pocity méněcennosti a nejistoty. (Vágnerová, 2005a, s. 265 – 266)

K dlouhodobým následkům sexuálního zneužívání patří deprese, pocit bezmocnosti, úzkost, asociativní poruchy, ale i poruchy osobnostního vývoje. U dítěte bývá narušeno sebepojetí. Chování zneužívaných dětí bývá nějak extrémní. Mohou být nápadně pasivní, jindy mohou být dráždivé, se sklonem k afektivnímu reagování. Sexuální zneužívání se obvykle projevuje i předčasně vzbuzenou sexualitou. Dítě se chová věku nepřiměřeně vyzývavě, iniciuje sexuálně zaměřené aktivity. Časté jsou i somatické potíže, např. poruchy spánku a přijímání potravy. Sexuální zneužívání představuje pro dítě značnou tělesnou, duševní a sociální zátěž, a to i tehdy, jestliže šlo jen o jednorázovou událost. (Vágnerová, 2005a, s. 277 – 281)

Poruchy chování a učení

Poruchy chování lze hodnotit podle jejich společenské závažnosti a důsledků pro život jedince. Jedná se o dětský vzdor, záškoláctví, agresivitu, hyperaktivitu (neklidné chování), poruchu v navazování vztahů, nechůť k učení, odmítání autorit, krádeže. Není prokázáno, že poruchy chování musí být spojeny se specifickými poruchami učení či určitou úrovní IQ.

Projevy poruch chování mohou být i zaměňovány se symptomy, se kterými se setkáváme u dětí s ADHD. Tyto poruchy jsou dle Mezinárodní klasifikace nemocí (dále jen MKN-10) klasifikované jako hyperkinetické poruchy (F90). *„Hyperkinetické děti jsou často neukázněné a impulzivní, náchylné k úrazům a dostávají se snadno do konfliktů s disciplínou pro bezmyšlenkovitě porušování pravidel spíše, než by úmyslně vzdorovaly. Jejich vztah k dospělým je často sociálně dezinhibován pro nedostatek normální opatrnosti a odstupu. Mezi ostatními dětmi nejsou příliš populární a mohou se stát izolovanými. Poznávací schopnosti jsou běžně porušené a specifické opoždění v motorickém a jazykovém vývoji je disproporciálně časté. Sekundárními komplikacemi jsou disociální chování a nízké sebehodnocení.“* (MKN-10, 2004, s. 250, dostupné z: <https://mkn10.uzis.cz>)

Do DDŠ se tedy dostávají děti, které jsou považovány za problémové a vyžadující specifickou péči. Jedná se o děti, které nerespektují sociální normy, nedokážou udržet přijatelné sociální vztahy a jejich rysem osobnosti nebo chování je agresivita.

Jejich chování se projevuje emočními problémy, úzkostí, pocity napětí, afektivními výbuchy či depresivními náladami. Nejčastější charakteristikou těchto dětí je především impulzivita, zvýšený neklid, poruchy pozornosti, výkyvy nálad a duševní výkonnosti, zvýšená konfliktnost, nízká sebeúcta a sebedůvěra, specifické poruchy učení. Typická je také slabá motivace, zhoršená vnímavost vůči odměnám a trestům a také neschopnost poučit se ze skutečnosti. Tyto charakteristiky se u dětí v různé míře kombinují.

2.2.2 Volnočasové aktivity v dětském domově se školou

V dětském domově se školou probíhá specifický výchovný proces. Jak bylo výše uvedeno, předmětem výchovy je obtížně vychovatelný jedinec, především jedinec s poruchami chování.

Volnočasové aktivity v ústavním zařízení jsou cílevědomé aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností, podporují seberealizaci a učí aktivitě a smysluplnému trávení volného času. Děti je nutné naučit kvalitně prožívat svůj volný čas, umět si ho uspořádat tak, aby obohacoval a rozvíjel osobnost jedince a naplňoval jeho život pozitivními hodnotami.

Jedním z úkolů DDS, je poskytnout dětem možnost odpočinku a rekreace. Odpočinkové činnosti jsou chápány jako velmi klidné, pohybově i psychicky nenáročné a zařazují se většinou po větší námaze nebo po jídle. Rekreční činnosti mají podobu rekreačních pohybových aktivit a tvoří podstatnou část programu. Jejich úkolem je kompenzovat nedostatek pohybu a nerovnoměrné svalové zatížení z vyučování. Nejvýznamnější formou těchto aktivit je hra. Důležitá je rovnováha mezi spontánními a organizovanými činnostmi.

„Vedení odpočinkových a rekreačních činností je pro pedagogy náročné. Nelze zapomínat, že se jedná o výchovné činnosti, které mají vymezené cíle. Zároveň je nutné respektovat přání a potřeby dětí, požadavek dobrovolnosti, vytvořit pohodové klima. Vychovatel nebo pedagog volného času působí nenásilně, vhodně motivuje. Své výchovné záměry realizuje i při spontánních aktivitách, kdy děti mají „volno“. Stanoví jasná pravidla (v jakém prostoru je možno se pohybovat, kolik mají času), dbá na bezpečnost, může se věnovat jednotlivcům či menším skupinám podle výchovného záměru.“ (Pávková, 2014, s. 66)

Volný čas dětí v DDS je obecně z větší části organizovaný, činnost je koordinovaná vychovatelem. Děti mají do určité míry povinnost se volnočasových aktivit účastnit.

V rámci nich si však mohou vybírat z nabídky činností a kroužků. Menší část volného času patří osobnímu volnu dítěte, které ovšem prožívají v rámci daných mantinelů.

V režimu DDŠ je více patrná segregace od okolního světa. Na dítě působí prostředí se svým specifickým nastavením norem a je eliminováno od lákadel vnějšího světa.

Prostředí DDŠ je tedy oproti jiným zařízením více uzavřené. Zájmové činnosti probíhají vesměs uvnitř zařízení, tato situace pak někdy vede až k absenci sociálních vztahů s vnějším světem. Náplň volného času samozřejmě nevyřeší všechno, ale pokud má dítě pestrou nabídku volnočasových aktivit a má šanci, že v některé z nich bude zažívat pocity spokojenosti a úspěchu, zmenšuje se tím pravděpodobnost, že něco zničí, že někomu ublíží nebo že sáhne např. po drogách nebo alkoholu.

Organizace mimoškolní činnosti vychází plánovitě z ročního, měsíčního a týdenního plánu výchovné činnosti každého DDŠ. Při plánování výchovně vzdělávací činnosti je nutné ujasnit si především výchovné cíle a záměry a na základě této úvahy si pak promyslet i výchovné prostředky, formy a metody práce, jimiž chce vychovatel stanovené úkoly plnit.

Každý DDŠ nabízí svým svěřencům širokou paletu volnočasových aktivit, které jsou vázány jak na individuální výběr dítěte a jeho aktuální potřebu či zájem, nicméně je třeba se umět také přizpůsobit. Někdy je i nutné děti k účasti na aktivitě vhodně motivovat, protože je důležité, aby děti nabízené aktivity bavily a aby je dělaly rády.

Dalo by se říci, že dny, které tráví děti v zařízení, jsou ve všech DDŠ velmi podobné. Dopolední část každého všedního dne je tvořena výukou předmětů, kterou zajišťuje pedagogický sbor, po výuce a obědě přebírají žáky do péče jejich vychovatelé. A právě vychovatelé mohou nejlépe ovlivňovat a správně pedagogicky působit na volný čas dětí.

2.2.3 Životní styl dětí v dětském domově se školou

Životní styl dětí v dětském domově je odlišný od života dětí vyrůstajících v rodinách. Prostředí DDŠ a rodiny se liší především v oblasti vztahů a v budování pocitu bezpečí, jistoty a lásky.

Dítě si do DDŠ přináší specifické zkušenosti a prožitky, které ovlivnily jejich způsoby myšlení, cítění a chování a musí se adaptovat na nové prostředí, které mu má nahradit rodinu. Dítě si hledá i své místo v rodinné skupině a zároveň i v novém třídním kolektivu, prochází ztrátou rodiny, navazuje vztahy s vychovateli a dalšími novými

autoritami v jeho okolí. Pro dítě je to zátěžová situace a následná adaptace je proto náročnější a dlouhodobější.

DDŠ se musí řídit legislativními dokumenty a dodržovat pravidla, která jsou tvořena za účelem zlepšení kvality života dítěte v ústavních zařízeních, což znamená, že musí splňovat zásady zdravého životního stylu.

Pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních je vytvořen metodický pokyn od Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) tzv. Standardy kvality péče o děti ve školských zařízeních pro výkon ústavní a ochranné výchovy a preventivně výchovné péče, které se zabývají obecně náležitostmi pro správné fungování zařízení a jedním z bodů v oblasti péče je stanoveno, že „zařízení zajišťuje individuální výchovu ke zdravému životnímu stylu, k péči o tělo, sexuální výchovu včetně výchovy k partnerství a rodičovství.“ (Myšková, 2018, s. 40).

V DDŠ děti žijí ve větších kolektivech, a proto se mezi nimi netvoří tak pevné vztahy, jako se tvoří mezi sourozenci. Vztah dětí funguje spíše na kamarádké formě vztahu. Přesto i kolektiv jako výchovný prostředek působí na utváření názorů a postojů. V rodinných skupinách děti nacvičují společností dané normy chování a to např. pomocí dramatizace - hraní rolí, obhajobu názoru, trénování způsobů odmítnutí. V kolektivu od vrstevníků dostávají zpětnou vazbu a mohou napodobovat správné sociální chování. Primárním cílem skupiny je vytvoření přátelského prostředí bez projevů rivality a agrese, rozvoj úcty k životu ve všech jeho formách, pocit sounáležitosti s rodinnou skupinou. Naučit se prožívat radost ze zvládnutého a poznaného, navazovat a udržovat přátelství, jednat spravedlivě.

Budování vztahu s vychovatelem je zcela odlišné od vztahu s rodiči. Nezastupitelnou podmínkou úspěšnosti výchovné práce je citový postoj vychovatele k svěřenci. Vychovatel musí umět nejen vytvářet, ale i prožívat pozitivní postoj k takovému jedinci. Vychovatelovu péči ocení zejména ty děti, které výrazně pociťují její absenci v rodině. Jen na bázi pozitivního citového postoje k dítěti může pedagog budovat svůj vztah k němu. Emocionální prožitek posiluje sebedůvěru vychovávaného, což představuje v převýchovném procesu velmi cennou devizu. Vztah vychovatele k morálně narušenému jedinci musí být propojen s úctou k němu a důvěrou v jeho schopnosti. Dítě pak prožívá radost z projevené mu důvěry, a získává tím i tolik potřebnou jistotu a víru v sebe sama.

Organizace dne v DDŠ je různá pro pracovní dny, volné dny, svátky a prázdniny. V režimu dne jsou zahrnuty osobní hygiena, školní vyučování, stravování, volnočasové

aktivity, osobní volno, denní hodnocení, relaxace, komunitní kruh, sledování televize, úklid, individuální činnosti, příprava na vyučování a další. Pravidelný režim dne je pro děti, které nezažily rodinný řád a klid důležitým terapeutickým prvkem. Děti se v něm cítí bezpečně, rozumí mu, dobře se v něm orientují. Každé narušení denního cyklu, způsobuje u dětí umístěných v DDŠ neklid, nesouhlas a vzdor podřídit se vzniklým změnám, které vedou až k agresivnímu chování.

Volný čas dětí netráví pouze zájmovými a zábavnými činnostmi. Pedagogický personál se zaměřuje i na rozvoj pracovních návyků, zdokonalování praktických dovedností. Děti se podílí na úpravách a úklidu okolí zařízení, pečují o záhony, pomáhají se starat o zvířátka. Dále se zapojují do úklidu společných prostorů, učí se pečovat o své osobní věci. Na víkend si plánují jídelníček a realizují nákup potravin s pomocí vychovatelů. Prioritou je učit děti samostatnosti a zodpovědnosti za plnění svých povinností, do kterých spadá i příprava do školy. Děti jsou podporovány v budování sociálních vztahů a v trávení volného času i mimo prostředí zařízení.

Veškerá výchovně speciální pedagogická činnost směřuje ke zlepšení situace dítěte, k lepšímu začlenění do společnosti, navazování kladného vztahu k přírodě, rozvíjení v oblasti kultury, zdraví, sportu apod. Výchovně vzdělávací plány se prolínají do všech každodenních činností dětí v DDŠ a přispívají ke vzdělávání dětí přirozenou cestou.

V rámci školní výuky i výchovy mimo vyučování, je realizován Minimálně preventivní program, který se zaměřuje na oblasti např.: zdravá výživa, bezpečnost v dopravě, na internetu, komunikaci na sociálních sítích, zneužívání návykových látek. Konají se besedy např. na téma trestní zodpovědnost, řešení přestupků, AIDS a drogy, partnerství a sexualita.

Zdravá výživa je jednou ze zásad, která je upravena legislativně. Pokyny k přípravě jídel tak, aby dítě mělo pestrý a vyvážený jídelníček, spadají pod zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání a vyhlášku č. 107/2005 Sb., o školním stravování, které stanovuje podmínky k sestavování pestrého stravování pro děti v zařízeních. Pohybová aktivita je zajišťována ve volném čase dětí.

Na všechny děti se působí preventivně a různými postupy se minimalizují rizika spojená s rizikovým chováním. Děti jsou maximálně podporovány v tělesném, duševním i sociálním rozvoji v souladu se zdravím. Pedagogičtí i nepedagogičtí pracovníci dětského domova podporují a pomáhají dítěti rozvíjet dovednosti a osvojit si schopnosti, které vedou k odpovědnosti za vlastní jednání, které jsou potřeba ke zvládnutí náročných životních situací. (Myšková, 2018, s. 40-42).

3 Metodologie a cíl výzkumu

V souvislosti se zaměřením výzkumného šetření byly v teoretické části popsány a shrnuty informace nezbytné pro porozumění výzkumu jako je definice zdraví a zdravého životního stylu, charakteristika dětského domova se školou a její klientely a možnosti vzdělávání a podpory zdravého životního stylu.

Konkrétní výzkumné šetření této práce je zaměřeno na to, jakým způsobem je podporován zdravý životní styl v konkrétním dětském domově se školou a zda k tomu přispívá zájmová činnost, která je dětem v zařízení nabízena. Za tímto účelem byla stanovena hlavní výzkumná otázka:

Výzkumný projekt byl rozdělen do tří fází:

1. fáze – analýza požadavků na zájmové činnosti v kurikulárních dokumentech konkrétního DDS a její vyhodnocení dle předem zadaných kritérií.
2. fáze – případová studie konkrétního dětského domova se školou vzhledem k zájmové činnosti dětí. Šetření probíhalo metodami kvalitativního výzkumu, konkrétně zúčastněného pozorování a rozhovorů s vychovateli a dětmi tohoto zařízení. Byly sledovány kategorie vztahu k zdravému životnímu stylu a zájmovým činnostem, režimová složka života dětí v DDS, nabízené volnočasové aktivity a celkové sociální klima v zařízení – vzájemná spolupráce a respekt, bezpečné soužití.
3. fáze - zhodnocení významu a přínosu uplatňování zájmové činnosti a její možné zařazení do hodnot dětí jako jeden z hlavních ukazatelů budoucího životního stylu.

V první a druhé fázi výzkumného šetření byly stanoveny cíle, kritéria a metody pro zkoumání sledovaných jevů, na jejichž základě byl zhodnocen význam a přínos zájmových činností pro výchovu a vzdělávání dětí umístěných v konkrétním dětském domově se školou. Tříděním pojmů, jejich seskupováním, konceptualizací a kategorizací a výsledky analýzy kurikulárních dokumentů a případové studie byla ve třetí fázi zodpovězena hlavní výzkumná otázka: **Jakým způsobem podporuje zájmová činnost zdravý životní styl a motivaci ke změnám nežádoucího chování dětí v ústavní výchově.**

3.1 Analýza výchovně vzdělávacího programu vybraného DDŠ vzhledem k zájmové činnosti

V této etapě jsou analyzovány a komentovány podmínky, požadavky a strategie trávení volného času dětí ve výchovně vzdělávacím terapeutickém plánu vybraného DDŠ.

Při obsahové analýze tohoto dokumentu byla stanovena kritéria:

1. zájmová činnost je součástí vnitřních dokumentů DDŠ;
2. zájmová činnost probíhá v celém zařízení, je dobrovolná, nikoli izolovaná či formou nařízení;
3. zájmová činnost je propojena s výchovně vzdělávacími strategiemi;
4. zařízení uplatňuje principy diferenciací a individualizace v oblasti zájmové činnosti;
5. zařízení využívá různé formy hodnocení dětí v rámci zájmových činností a vzhledem k jejich výchovným problémům.

Vzhledem k tomu, že do DDŠ přicházejí děti z disharmonického prostředí, s poruchami chování, s diagnostikovanými poruchami učení, ADHD, je pro pedagogy prioritou jejich sociální osobnostní rozvoj. Je nutné, aby si nejdříve osvojili potřebné sociální a komunikační dovednosti a návyky a až poté se lze zaměřit na jejich vzdělávání. Zlepšení komunikace považují za klíčovou schopnost pro rozvoj sociálních dovedností. Dítě by si mělo být vědomo toho, že pomocí správné komunikace se vytvářejí, udržují a rozvíjejí mezilidské vztahy.

Veškerá výchovně speciální pedagogická činnost směřuje ke zlepšení situace dítěte, k lepšímu začlenění do společnosti, navazování kladného vztahu k přírodě, rozvíjení v oblasti kultury, zdraví, sportu apod.

V rámci školní výuky i výchovy mimo vyučování, je realizován Minimálně preventivní program, který je zaměřen na oblasti zdravé výživy, bezpečnosti v dopravě, na internetu, komunikaci na sociálních sítích, zneužívání návykových látek. Konají se besedy a projekty např. na téma trestní zodpovědnost, řešení přestupků, AIDS a drogy, partnerství a sexualita.

Metody a formy plnění témat preventivního programu jsou upraveny tak, aby byly srozumitelné dětem s poruchami chování, s poruchami emocí a u některých i s kombinací s lehkým mentálním postižením. Za klíčové je považováno, aby poskytované informace a dovednosti děti dokázaly v rámci různorodých aktivit použít v praktickém životě.

První zmínka o mimoškolní činnosti je ve Vnitřním řádu DDŠ. „*Výchovná činnost je organizována v době mimo vyučování, o sobotách, nedělích, svátcích a školních*

prázdninách. Organizace výchovných činností vychází z Výchovně terapeutického vzdělávacího programu DDŠ a z Ročního plánu výchovně vzdělávací činnosti pro příslušný školní rok.“ (Vnitřní řád DDŠ, s. 14)

Ve Výchovně vzdělávacím terapeutickém plánu (dále jen VTVP) se uvádí, že DDŠ dětem poskytuje rodinný typ ubytování, individuální přístup k potřebám každého dítěte, speciální výukové a výchovné přístupy, komunitní typ zařízení se strukturovaným režimem. *„Na základě konkrétních potřeb klienta se v maximální míře využívá kombinace individuální a skupinové terapie (behaviorální, kognitivně - behaviorální, rogersovské, dynamické...), muzikoterapie, reflexní terapie, arteterapie, ergoterapie, canisterapie, dramaterapie, animoterapie (canisterapie a hiporehabilitace).*“ (VTVP, s. 14)

Režimová složka výchovného působení DDŠ, stanovení pravidel života komunity i skupiny, jejich vyžadování, dodržování, je další součástí komplexní péče. Poskytuje transparentnost, zřetelnost pravidel, bezpečnost v opakujících se činnostech a režimových prvcích. Jejich dynamický stereotyp vytváří u dětí pocit bezpečí a stability. Pravidelný režim dne je pro děti, které nezažily rodinný řád a klid důležitým terapeutickým prvkem. Děti se v něm cítí bezpečně, rozumí mu, dobře se v něm orientují. Každé narušení denního cyklu, způsobuje u dětí neklid, nesouhlas a vzdor podřídit se vzniklým změnám, které vedou až k agresivnímu chování.

Roční plán výchovně vzdělávací činnosti pro příslušný školní rok je zpracován do měsíčních plánů zařízení a týdenních plánů jednotlivých rodinných skupin. Měsíční a týdenní plány jsou vedeny v elektronické podobě a pak archivovány. V rámci skupin se děti podílejí na tvorbě týdenního plánu činností své výchovné skupiny a zároveň se zúčastňují aktivit pořádaných v rámci celého zařízení.

Mimoškolní činnost je propojena s výchovně vzdělávacími strategiemi. Důraz je kladen na pohybové a sportovní aktivity (vzhledem k velkému procentu dětí s ADHD), nedílnou součástí jsou i aktivity zaměřené na rozvoj sociability, utváření morálních postojů, norem a hodnotového systému.

Při řízených výchovných i režimových činnostech se používají různé pedagogické způsoby a metody práce, pracuje se s dětmi podle jejich individuálních potřeb. Využívají se různé zdroje informací, podporuje se samostatnost a tvořivost, při práci je umožněno dětem porovnávat a vyvozovat závěry. Děti jsou vedeny k sebehodnocení, podporuje se jejich účast na sportovních soutěžích, olympiádách, společenských akcích.

V odpoledních výchovně vzdělávacích programech probíhá zájmová činnost i formou volitelných kroužků. Pravidelné zájmové kroužky mají určenou tematiku,

pravidelný čas, vedoucího kroužku a účastní se jich přihlášené děti po celý školní rok. Výběrové zájmové kroužky jsou organizovány 1x-3x týdně. Děti si samy rozhodují, kterého z nabízených kroužku se zúčastní. Často bývá při výběru dominantní osobnost vychovatele, která daný kroužek vede. Zájmová činnost je realizována i prostřednictvím docházky do zájmových kroužků Domu dětí a mládeže, spolupracujících základních škol a sportovních oddílů v okolí zařízení (taneční a hasičský kroužek, kopaná, rybaření, skaut).

Mezi nabízenými kroužky v zařízení je kopaná, nohejbal, stolní tenis, dílenské práce, plavání, kondiční běh, otužování, přírodovědný, taneční a zdravotnický kroužek, dále výtvarný, šachový, cyklo-turistický, společenské hry, sportovní hry, keramika, dramatická výchova, jízda na koni, hra na flétnu a kytaru, bubnování, aj. Populární je keramický kroužek, jehož činnost vždy vyvrcholí prodejními tematickými výstavami. Děti mají možnost vidět, jaký je zájem o výsledky jejich práce, což nesporně posiluje jejich sebevědomí a chuť do další práce.

V oblasti kulturní a umělecké jsou pro děti pořádány různé poznávací výlety na historická či jinak kulturně zajímavá místa. Děti se účastní divadelních a filmových představení, výstav, koncertů, kulturních akcí, aj. Spolu pedagogickými pracovníky se samy podílejí na přípravě kulturních akcí pro veřejnost. Průběžně po celý školní rok je věnována pozornost i estetické úpravě prostředí zařízení.

V době letních prázdnin se pořádají táborové aktivity, jejichž stěžejním cílem je vzájemné sebezpoznání, vystavení dětí do náročné situace s cílem nutnosti vzájemné pomoci, podpory a spolupráce.

Pedagogický personál se zaměřuje mimo jiné i na rozvoj pracovních návyků, zdokonalování praktických dovedností. Děti pod vedením a dohledem vychovatelů provádí denně úklid společných prostor, jednou týdně je prováděn generální úklid všech prostor obývaných dětmi. Děti denně vykonávají všechny hygienické činnosti (mytí, čištění zubů, stříhání nehtů apod.). Podílí se na praní a žehlení, pěstování vlastní zeleniny, okolí zařízení, učí se pečovat o své osobní věci. Na víkend si plánují jídelníček a realizují nákup potravin s pomocí vychovatelů. Prioritou je učit děti samostatnosti a zodpovědnosti za plnění svých povinností, do kterých spadá i příprava do školy.

V rámci denního režimu zůstává prostor i pro „volnou“ činnost dětí dle jejich vlastního výběru (tj. čas neorganizovaný dospělými).

V zařízení pracuje Žakovská spoluspráva. Jednou měsíčně se skupinami zvolené děti scházejí s vedoucím vychovatelem a etopedem a přinášejí své návrhy a připomínky

k životu v zařízení. Jejich názory se neberou na lehkou váhu, ale jsou projednávány na pedagogických a metodických poradách pedagogických pracovníků a dle možností jsou přizpůsobovány zájmům dětí.

Hodnocení dětí v rámci mimoškolních aktivit se odvíjí od dodržování dohodnutých pravidel soužití v zařízení. Hodnotí se:

- zdvořilost - oslovování, pozdrav, prosba, poděkování, omluva;
- způsob komunikace - nemluví vulgárně, přihlásí se o slovo, neskáče do řeči, mluví věcně, zdrží se osobního útoku;
- respekt k lidem - nevysmívá se druhému, neponižuje ho, nenapadá ho slovně ani fyzicky, bere ohled na druhé, ocení kvality druhého, zapojí ho do činnosti;
- úcta k hodnotám - nepoškozuje majetek, nepůjčuje si věci bez dovození, zachází s věcmi šetrně a stanoveným způsobem);
- plnění povinností - řádně dochází do školy, dodržuje stanovený čas, plní uložené úkoly, dodržuje organizační pokyny;
- prosazování práv - upozorní na nebezpečné jednání ohrožující život, zdraví nebo práva druhých, ohradí se proti nespravedlivému jednání, zastane se slabšího, uplatňuje demokratické principy v třídní nebo školní samosprávě, je zodpovědný za vlastní chování a jednání.

Děti jsou cíleně vedeni k sebehodnocení a k sebekontrolě, s chybou či nedostatkem se dále pracuje jako s příležitostí k naučení se řešení problémů. V hodnocení se dodržují zásady a pravidla pozitivního hodnocení.

DDŠ využívá všech dostupných výchovných forem, metod a prostředků vedoucích ke změně nevhodného chování, například: výchova kolektivem, pozitivní vztah dítě – vychovatel, vysvětlování, kladení požadavků, kontrola a důslednost, sociální zrcadlo, pochvala, povzbuzování, odměna, možnosti řešení tenze, pozitivní komunikace, motivace a hodnocení, důslednost.

3.2 Hodnocení analýzy výchovně vzdělávacího programu vzhledem k zadaným kritériím

1. Zájmová činnost je součástí vnitřních dokumentů DDŠ.

Zájmová činnost a mimoškolní volnočasové aktivity jsou ukotveny ve Vnitřním řádu, Výchovně vzdělávacím terapeutickým plánu a Ročním plánu výchovně vzdělávací činnosti, který je nadále podrobněji specifikován v měsíčních a týdenních plánech.

DDŠ ve svém výchovně vzdělávacím terapeutickém plánu uvádí, že smysl jeho práce není v pouhém předávání izolovaných informací a vyžadování jejich následného opakování dětmi, že usilují o to, aby děti o obsahu vzdělávání přemýšlely, aby hledaly souvislosti mezi fakty, se kterými se seznamují. Tento přístup chápe jako cestu k přetavení znalostí a vědomostí v dovednosti, postoje a kompetence. Cílem mimoškolní výchovně vzdělávací činnosti a aktivit je vychovat zdravě sebevědomého žáka, který si osvojil potřebné strategie učení a na jejich základě byl motivován k celoživotnímu učení, který tvořivě myslí a řeší přiměřené problémy, účinně komunikuje a spolupracuje, chrání své fyzické i duševní zdraví, vytvořené hodnoty a životní prostředí, je ohleduplný a tolerantní k jiným lidem, k odlišným kulturním a duchovním hodnotám, uvědomuje si své schopnosti a reálné možnosti a uplatňuje je spolu s osvojenými vědomostmi a dovednostmi při rozhodování o své další životní dráze a svém profesním uplatnění.

2. Zájmová činnost probíhá v celém zařízení, je dobrovolná, nikoli izolovaná či formou nařízení.

Role vychovatele působícího v oblasti volného času dětí se znevýhodněním je velice zodpovědná. Je nutné, aby těmto dětem nabídnul pro ně srozumitelné a přijatelné aktivity, které jednak hrají důležitou roli preventivní, jednak přináší citové prožitky a také nové zkušenosti. Co se týče emočních prožitků, ty jsou podstatné z hlediska motivace k dalším činnostem a také základními životními potřebami, jakými jsou pocit jistoty a pocit bezpečí. Kromě toho zkušenost s úspěchem a naplnění ve volnočasových aktivitách přináší dětem pocit uspokojení, kladné sebehodnocení a příležitost k seberealizaci.

Za základní podmínku kvalitního trávení volného času je považováno bezpečné prostředí a pozitivní sociální klima. Patří sem vyvozování pravidel společně s dětmi, jejich spolurozhodování ve všech relevantních situacích, maximálně široký prostor pro vyjádření názorů, stanovování mezí a limitů neautoritativními a nerepresivními způsoby i každodenní systematický a záměrný rozvoj komunikačních a sociálních dovedností dětí. Nosnými východisky jsou i rozvoj sociálních a komunikačních dovedností a rozvíjení vnitřní motivace.

Péče o vztahy dětí v zařízení a rozvoj dovedností (především klíčové kompetence sociální a komunikační) jsou realizovány neustále, prakticky během veškerého času, který dítě ve škole či v mimo vyučovacích aktivitách stráví, nikoliv jen ve výukových předmětech, které mají k této problematice blíže. Důraz je kladen na budování sebeúcty, vzájemné úcty a důvěry. Velká pozornost je věnována rozvoji schopnosti diskutovat,

komunikovat a dovednosti řešit problémy a konflikty. Důležitá je podpora zkoumání a uvědomování si vlastní osobnosti, což směřuje k tomu, aby se děti vnímaly s vědomím svých individuálních odlišností a také se tak přijímaly.

V DDŠ pracuje Žakovská spoluspráva, jejíž prostřednictvím se žáci podílejí na řízení chodu zařízení. Mají možnost dávat podněty a připomínky k životu a organizaci zařízení, navrhují a sami organizují své vlastní projekty a soutěže.

3. Zájmová činnost je propojena s výchovně vzdělávacími strategiemi.

Volnočasové činnosti v ústavním zařízení jsou cílevědomé aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností, podporují seberealizaci i učí aktivitě i smysluplnému trávení volného času. Děti je nutné naučit kvalitně trávit a prožívat svůj volný čas. Umět si ho uspořádat tak, aby obohacoval a rozvíjel osobnost jedince a naplňoval jeho život pozitivními hodnotami.

Jedním z úkolů zařízení, je poskytnout dětem možnost odpočinku a rekreace. Odpočinkové činnosti jsou velmi klidné, pohybové i psychicky nenáročné a zařazují se většinou po ukončení školní výuky a po obědě či večeři. Odpoledne děti tráví čas na lůžku čtením knih či časopisu, hrou se stavebnicí, kreslením apod.

Rekreační činnosti mají podobu rekreačních pohybových aktivit a tvoří podstatnou část odpoledního programu. Jejich úkolem je kompenzovat nedostatek pohybu a nerovnoměrné svalové zatížení z vyučování. Nejvýznamnější formou těchto aktivit je hra.

Důležitá je rovnováha mezi spontánními a organizovanými činnostmi. Volný čas dětí v dětských domovech se školou obecně je z větší části organizovaný, činnost je koordinovaná vychovatelem. Děti mají do určité míry povinnost účastnit se volnočasových aktivit. V rámci nich si však mohou vybírat z nabídky činností a kroužků. Menší část volného času těchto dětí patří osobnímu volnu, které ovšem prožívají opět v rámci daných mantinelů.

Prostředí dětských domovů se školou je oproti jiným zařízením více uzavřené. Zájmové činnosti probíhají vesměs uvnitř zařízení, tato situace pak někdy vede až k absenci sociálních vztahů s vnějším světem. Náplň volného času samozřejmě nevyřeší všechno, ale pokud má dítě pestrou nabídku volnočasových aktivit a má šanci, že v některé z nich bude zažívat pocity spokojenosti a úspěchu, zmenšuje se tím pravděpodobnost, že něco zničí, že někomu ublíží nebo že sáhne např. po drogách nebo alkoholu.

DDŠ nabízí svým svěřencům širokou paletu volnočasových aktivit, které jsou vázány jak na individuální výběr dítěte a jeho aktuální potřebu či zájem, nicméně je třeba se umět také přizpůsobit. Někdy je i nutné děti k účasti na aktivitě vhodně motivovat, protože je důležité, aby děti nabízené aktivity bavily a aby je dělaly rády.

4. Zařízení uplatňuje principy diferenciacce a individualizace v oblasti zájmové činnosti.

Základním východiskem DDŠ je chápání zařízení jako heterogenního společenství, v němž má každý jeho člen vlastní potřeby a právo na jejich uspokojování a současně schopnost přijmout odlišnost a jedinečnost každého žáka a vnímat je jako obohacení, jako výzvu k růstu všech zúčastněných.

Podle potřeby jsou pro děti zpracovávány individuální vzdělávací plány, ve kterých je uplatňován princip diferenciacce a individualizace výchovně vzdělávacího procesu při organizaci činností, při stanovování obsahu, forem a metod v rámci mimoškolního trávení volného času.

Při uplatňování všech těchto možností vychovatelé postupují velmi individuálně, s využitím všech dostupných informací, zejména informací z odborných vyšetření a ve spolupráci se zákonnými zástupci žáka. V souladu s partnerským vztahem k dětem dodržují zásadu, že děti nesmí být překvapovány, ale naopak musí předem vědět, co mají ovládat a jaké činnosti budou realizovány.

Nedílnou součástí je možnost výběru – např. výběr kroužků, jejich počet, možnost změny kroužku dle momentálního zájmu apod. To pomáhá vycházet vstříc individuálním předpokladům dětí, jejich zájmům a možnostem být v něčem úspěšný.

DDŠ deklaruje, že není jeho prioritou zájmová činnost, ale děti. To znamená, že se nesnaží se přizpůsobit dětem zájmové činnosti, ale naopak zájmovou činnost podávat s maximálně možným zohledněním individuálních potřeb jednotlivých dětí.

5. Zařízení využívá různé metody a strategie v rámci zájmových činností a vzhledem k výchovným problémům dětí.

Vychovatel nabízí aktivity k efektivnímu trávení volného času a je třeba, aby děti nadchnul. Je pak vždy na konkrétním vychovateli, jakým způsobem bude děti motivovat k činnostem a aby jim následně ukázal, že je mohou bavit. Vychovatelé při své práci často používají kolektivní sporty. Zpravidla jsou to aktivní sporty, jako je fotbal, florbal či volejbal, které při frekvenci rekreačního sportu mají pozitivní vliv na jejich zdraví. Kolektivní sporty navíc rozvíjí také schopnost spolupráce, komunikace, naučí dítě dodržovat pravidla a směřují jej k tomu, že fair play je dobré dodržovat i v životě. Děti

jsou schopny uznat svou chybu, přiznat porážku a radovat se z vítězství, což jsou pro ně důležité atributy do života. Vychovatelé zpravidla vyhledávají možnost, aby si děti zahrály nejen v rámci ústavu, ale také s dalšími dětmi, ať už jsou v ústavní péči či nikoli. To přispívá k integraci jejich svěřenců.

Vychovatelé dále používají například terapeutické aktivity, jako je dramaterapie, hipoterapie, canisterapie, relaxační či vzdělávací aktivity. Nepodceňují význam ani individuálních či skupinových rozhovorů, které přispívají k dobré atmosféře ve skupině. Práce s dětmi musí být dostatečně kreativní a je třeba, aby zohledňovala potřeby a zájmy dítěte.

Děti v ústavní výchově kromě porozumění a specifického výchovného vedení potřebují také důslednou výchovu, která podpoří výchovné cíle, a také možnost participovat na programu, a tedy náplni svého volného času. Vychovatelé je vedou k samostatnosti, k úctě k ostatním a k hodnotám, které naše společnost vyznává, a soustavně je připravují na jejich budoucí život mimo zařízení.

Shrnutí

Vzhledem k analýze příslušných dokumentů DDŠ má dostatečně zpracovanou metodickou podporu zájmových a mimoškolních činností.

V DDŠ se neoddělují děti se speciálními vzdělávacími potřebami od dětí bez nich. Děti se specifickými vzdělávacími potřebami se tak mohou plně zapojit do sociálních vztahů a aktivit zařízení a vychovatelé se všem dětem věnují rovnocenně. Inkluzivní přístup je považován za velký přínos pro všechny děti.

Zájmová činnost a mimoškolní aktivity napomáhají k rozvíjení sociálních dovedností všech dětí, učí je týmové práci, jak mezi sebou navazovat kontakty, jak spolu vycházet přesto, že každý má jiné schopnosti. Děti se učí respektovat a pozitivně hodnotit odlišnosti a schopnosti, které každé dítě do kolektivu přináší a přispívá současně k tomu, že se v nich rozvíjí pocit sounáležitosti.

DDŠ se opírá o základní principy výchovně vzdělávacího procesu:

- stanovit cíle a vysvětlit dětem, jaké jsou cíle aktivit se a jaká jsou kritéria úspěchu;
- organizace a vedení diskuse, kladení otázek a určování úkolů, které poskytují informace, zda a jak se děti ve svém rozvoji posunují;
- poskytnout dětem takovou zpětnou vazbu, která jim pomůže získat výrazněji lepší výsledky či výkony;
- podpora dětí, aby se staly autory procesu vlastního učení se, přebíraly tak zodpovědnost za své učení;

- vést k sebehodnocení;
- umožnit dětem vzájemné využívání svých znalostí a dovedností a vzájemné hodnocení;
- uplatňovat principy diferenciacce a individualizace;
- partnerský vztah mezi všemi aktéry života školského zařízení;
- vytvářet bezpečné a pozitivní sociální klima.

4 Případová studie vybraného dětského domova se školou vzhledem k zájmové činnosti

Děti s ústavní či ochrannou výchovou jsou specifické v tom, že mají diagnostikovanou poruchu chování, kterou lze charakterizovat jako odchylku v oblasti socializace, kdy jedinec není schopen respektovat normy chování na úrovni jeho věku nebo svých rozumových schopností. Jde o chování, které v různé míře, opakovaně a dlouhodobě narušuje sociální nebo právní normy v dané společnosti. Závažnou překážkou navázání a udržení přijatelných vztahů s lidmi bývá nedostatek empatie, egoismus a neschopnost sebeovládání. Děti s poruchami chování bývají nadměrně koncentrováni na svou osobu a na uspokojování vlastních potřeb. Nechápují, že je nutné přizpůsobit se určité normě pro uchování dobrých vztahů mezi lidmi. Důvodem může být i to, že sami takové chování ve své rodině nezažili.

Využívání volného času je jedním z jeho ukazatelů míry životního stylu. Od rodičů se děti učí hodnotu volného času, hospodaření s ním a naplňování ho určitými aktivitami. Rodiče mají v tomto směru mnoho možností, především slouží svým dětem jako vzory. Avšak dětem umístěných do DDŠ to nebylo umožněno. Naopak jejich rodiny jsou ve většině případů patologickým prostředím. Alkohol, kouření cigaret, užívání návykových látek, násilí a mnohdy i sexuální zneužívání jsou jejich běžnou normou.

Na rozdíl od rodiny vychovatel v DDŠ nahrazuje funkci rodiče. Specifikum tkví v tom, že jeden vychovatel má na skupině 6-8 dětí a má podporovat zájmy všech dětí, tudíž volnočasové aktivity naplánovat tak, aby se měly možnost podílet všechny děti. Zároveň s tím má rozvíjet a podporovat individuální zájmy všech dětí, což je mnohdy složité skloubit dohromady. Často jsou na skupině věkem různé děti. Vychovatel proto musí umět děti nejen zaujmout, ale také namotivovat k volnočasovým aktivitám. Vlastně samotné volnočasové aktivity jsou hlavní náplní práce vychovatele v DDŠ.

4.1 Cíle šetření a výzkumné otázky

Cílem výzkumného šetření je zanalyzovat situaci ohledně podpory zdravého životního stylu prostřednictvím zájmové činnosti v konkrétním dětském domově se školou.

Byla stanovena hlavní výzkumná otázka (HVO):

Jakým způsobem podporuje zájmová činnost zdravý životní styl a motivaci ke změnám nežádoucího chování dětí v ústavní výchově?

Základní výzkumná otázka byla rozložena do šesti dílčích podotázek (DVO):

DVO1: Jaké zájmové činnosti jsou dětem v DDŠ nabízeny?

DVO2: Které zájmové činnosti děti preferují?

DVO3: Zapojují se děti do zájmových činností dobrovolně?

DVO4: Jaké emoce během zájmových činností děti prožívají?

DVO5: Jaký je vztah pedagogů k výchově ke zdravému životnímu stylu?

DVO6: Jak pedagogové hodnotí podporu zdravého životního stylu ve svém DDŠ?

4.2 Použité techniky sběru dat

K výzkumnému problému byl použit kvalitativně orientovaný výzkum. Na základě typů výzkumných otázek je využito metod polostrukturovaného rozhovoru, zúčastněného pozorování s doplněním o analýzu pedagogických dokumentů.

Polostrukturovaný rozhovor měl předem připravené otázky - tazatelské schéma (viz tabulky č. 2-7). Pro komplexní pohled na danou problematiku byli osloveni vychovatelé a děti. Rozhovoru v rozsahu potřebných témat s cílem získat výpovědi ke stanoveným cílům výzkumu se zúčastnilo celkem 20 dětí ve věku 12-15 let (7 dívek a 13 chlapců), 8 vychovatelů. Z důvodu zachování anonymity byli dospělí respondenti označeni R1-8. Následující tabulka přehledně prezentuje základní údaje o respondentech:

| Označení | Pohlaví | Věk | Postavení | Délka praxe |
|----------|---------|--------|--------------|-------------|
| R1 | Muž | 32 let | Vychovatel | 5 let |
| R2 | Muž | 38 let | Vychovatel | 7 let |
| R3 | Žena | 27 let | Vychovatelka | 3 roky |
| R4 | Žena | 55 let | Vychovatel | 27 let |
| R5 | Žena | 41 let | Vychovatelka | 23 let |
| R6 | Muž | 36 let | Vychovatel | 12 let |
| R7 | Muž | 44 let | Vychovatel | 14 let |
| R8 | Žena | 26 let | vychovatelka | 4 roky |

Tabulka č. 1: Základní údaje o respondentech

Rozhovor s dětmi trval 45 minut. Setkání probíhalo v kruhu pro navození pocitu blízkosti a lepší atmosféry ve společenském sále. Předem byla společně stanovena pravidla pro komunikaci (mluví jeden, o slovo se hlásí apod.). V úvodu proběhla hra pro uvolnění atmosféry a následovala startovací otázka, čímž byl otevřen prostor pro diskuzi.

Připravené otázky, jimiž byl řízen obsah diskuse, byly v písemné podobě na kartičkách a položené uprostřed kruhu. Jedno dítě otvíralo diskusi k otázce, kterou si zvolilo zcela náhodným výběrem kartičky položené uvnitř kruhu. Pořadí karet nebylo pevně fixováno, jejich volba imitovala hru a záleželo na dětech, kterou kartu si zvolí. Na položenou otázku odpovídalo nejprve dítě, které si ji zvolilo, a poté si ji předávali po kruhu a odpovídali i ostatní. Bylo respektováno pravidlo, že dítě nemusí odpovédět, pokud nechce.

Rozhovory s vychovateli probíhaly průběžně bezprostředně po uskutečněním pozorování jejich činností.

Pozorovatel byl úplným participantem v rámci svého pracovního zařazení jako vychovatel ve sledovaném DDŠ. Zúčastněné pozorování umožnilo sledovat vybrané jevy přímo v prostředí, ve kterém se odehrávaly a docházelo tím k interakci mezi pozorovatelem a pozorovanými účastníky. Pozorování probíhalo v časovém rozmezí školního roku 2022/2023. Byl vytvořen pozorovací arch (viz Příloha 1), do něhož byly vybrány relevantní, posuzovatelné a pozorovatelné parametry sledované oblasti a zapisovány zápisky pořizované v průběhu navštívených činností. Pozorovací systém obsahuje celkem 35 indikátorů vztahujících se k oblastem vzájemného respektu, spolupráce a bezpečného prostředí, reflexi aktivit a hodnocení dětí jako podpory individualizace a diferenciaci a podpory zájmů dětí. Indikátory byly hodnoceny na sedmistupňové škále 1- vůbec ne, 2- minimálně, 3- spíše ne, 4- ani ano, ani ne, 5- spíše ano, 6- téměř maximálně, 7- zcela ano.

Tabulka č. 2 – tazatelské schéma – Pojem zdravý životní styl

| Sledované kategorie rozhovoru | Otázky pro vychovatele | Otázky pro děti |
|--------------------------------------|---|--|
| Startovací otázka | Považujete svůj vztah ke zdravému životnímu stylu za kladný? | Jakou máte náladu? |
| Pojem zdravý životní styl | Věnujete se ve výuce výchově ke zdravému životnímu stylu | Můžete nějakým způsobem ovlivnit své zdraví? |
| | Jakým způsobem jsou žáci vedeni ke zdravému životnímu stylu? | Víte, co znamená zdravý životní styl? |
| | Nakolik si myslíte, že můžete jako vychovatel ovlivnit životní styl dětí? | |

Tabulka č. 3 – tazatelské schéma – Režim dne

| Sledované kategorie rozhovoru | Otázky pro vychovatele | Otázky pro děti |
|--------------------------------------|---|--------------------------------------|
| Režim dne | Jak probíhá typický den dítěte ve vašem zařízení? | Máte pravidelný denní režim? |
| | Jakou mají žáci možnost organizovaného pohybu? | Jak trávíte odpoledne? |
| | Jakou mají žáci možnost neorganizovaného pohybu? | Máte čas sami pro sebe? |
| | Je jídelníček dětí nutričně vyvážený? | V kolik hodin většinou chodíte spát? |
| | | Chutná vám jídlo ve školní jídelně? |
| | | Jaké jídlo máte nejraději? |

Tabulka č. 4 – tazatelské schéma –Mimoškolní aktivity

| Sledované kategorie rozhovoru | Otázky pro vychovatele | Otázky pro děti |
|--------------------------------------|--|---|
| Mimoškolní aktivity | Jakým způsobem připravujete program, aby byl pro děti zajímavý? | Co děláte odpoledne nejčastěji? |
| | V jakých oblastech chcete, aby program dětí rozvíjel? | Máte možnost ovlivnit, co budete odpoledne dělat? |
| | Jaké jsou oblíbené aktivity dětí? | Jaké aktivity máte nejraději? |
| | Domníváte se, že se díky programu děti naučí zdravému životnímu stylu? | Jak trávíte svůj osobní volný čas? |
| | Na základě čeho, se děti rozhodují o tom, jaké zájmové činnosti se zúčastní? | Na základě čeho, si vybíráte zájmovou činnost? |
| | Jaké zájmové činnosti jsou dětem v DDS nabízeny? | Co vás na zájmové činnosti nejvíce baví? |

Tabulka č. 5 – tazatelské schéma – Vzájemná spolupráce

| Sledované kategorie rozhovoru | Otázky pro vychovatele | Otázky pro děti |
|-------------------------------|---|--|
| Vzájemná spolupráce | Jak byste popsali spolupráci s kolegy ve vztahu k organizování společných akcí? | Jak byste popsali vzájemnou pomoc v rámci svých volnočasových aktivit? |
| | Jakým způsobem podporujete vzájemnou spolupráci mezi dětmi? | O čem všem můžete rozhodovat? |
| | Zapojují se děti do zájmových činností dobrovolně? | Navštěvujete zájmové činnosti dobrovolně? |

Tabulka č. 6 – tazatelské schéma – Bezpečné soužití

| Sledované kategorie rozhovoru | Otázky pro vychovatele | Otázky pro děti |
|-------------------------------|---|--|
| Bezpečné soužití | Existují v zařízení či na skupinách pravidla společného soužití? Pokud ano, jak vznikají? | Jaká pravidla platí u vás zařízení nebo na skupině? |
| | Jak se s nimi pracuje? | Co se děje, když někdo pravidla porušuje? |
| | Obrací se na Vás děti s problémy, které potřebují řešit? Pokud ano, čeho se týkají a jak je řešíte? | Pokud máte nějaký problém, jak nebo s kým ho řešíte? |
| | Jaké emoce děti při zájmové činnosti prožívají? | |

Tabulka č. 7 – Tazatelské schéma – Vzájemný respekt

| Sledované kategorie rozhovoru | Otázky pro vychovatele | Otázky pro děti |
|-------------------------------|---|---|
| Vzájemný respekt | Jakým způsobem a na jaké úrovni probíhá ve škole mezi pedagogickými pracovníky výměna zkušeností, materiálů, informací? | Jak byste vyjádřili vztah mezi vaším vychovatelem a Vámi? |
| | Jak byste vyjádřili vztah mezi vámi a svými žáky? | Jak byste vyjádřili vztah mezi sebou? |

4.2.1 Etika výzkumu

Důležitými zásadami etického jednání při výzkumu je požadavek informovanosti respondenta o průběhu a okolnostech výzkumu, je nutné od něj získat informovaný souhlas, ať už aktivní, či pasivní.

Dalším důležitým požadavkem výzkumu je zachování soukromí, pouhá anonymita není dokonalým řešením, protože např. místo výzkumu lze odhalit ze souvislostí. Z tohoto důvodu autorka nikde neuvádí název či souvislosti konkrétního zařízení, kde prováděla s respondenty interview a pozorování.

4.3 Charakteristika vybraného dětského domova se školou

Pro realizaci této fáze výzkumu byl zvolen konkrétní DDŠ, tedy školské zařízení pro výkon ústavní nebo ochranné výchovy. Je tedy zařízením určeným pro děti s nařízenou ústavní výchovou nebo uloženou ochrannou výchovou a pro děti umístěné na základě předběžného opatření s diagnostikovanými poruchami chování, než ukončí povinnou školní docházku nebo přípravu na povolání.

Školské zařízení sdružuje základní školu, která poskytuje základní vzdělávání i dětem se speciálními vzdělávacími potřebami podle § 16 odst.4b/zákona 561/2004Sb.

Součástí DDŠ je i středisko výchovné péče, které poskytuje ambulantní preventivně výchovnou péči, speciálně pedagogické a psychologické služby dětem s rizikem poruch chování nebo rozvinutými projevy poruch chování a negativních jevů v sociálním vývoji, u nichž není nařízena ústavní výchova, osobám odpovědným za výchovu a pedagogickým pracovníkům a zároveň poskytuje intervenci dětem tohoto DDŠ.

Základní organizační jednotkou v zařízení je rodinná skupina. Každá rodinná skupina má svou vlastní bytovou jednotku – obývací pokoj, dvě ložnice, kuchyňku a sociální zařízení. Každé dítě má svůj pracovní stůl, skříňku na osobní věci a oblečení. Na skupině se střídají vždy dva stálí vychovatelé. Sourozenci jsou umisťováni na stejnou rodinnou skupinu, pokud nejsou vážné důvody k jejich rozdělení (např. zvýšená agresivita mezi nimi, nebezpečí nevhodného sexuálního chování). Přerazování dítěte z jedné skupiny do jiné se v průběhu roku děje jen v odůvodněných případech.

Dětem je zajištěno ložní prádlo, oblečení a obuv, školní pomůcky, běžné elektrické přístroje, audiovizuální a informační technika, vybavení pro sport, turistiku, rekreační a zájmovou činnost. Dětem jsou i hrazeny náklady na kulturní, uměleckou, sportovní a relaxační činnosti, náklady na soutěžní akce a rekreaci.

Stravování je zabezpečeno školní jídelnou přímo v zařízení. Školní jídelna připravuje dvě hlavní jídla a tři doplňková jídla denně, kromě víkendu, kdy zajišťuje pouze oběd. O víkendech je stravování zajištěno za pomoci dětí obdobně jako v rodině.

Děti si plánují stravování na víkend, nakupují potraviny a sami si jídlo připravují, samozřejmě vždy s pomocí a pod dohledem sloužícího vychovatele.

Kapesné, osobní dary a věcnou pomoc dítěti upravuje zákon č. 109/2002 Sb. Částky jsou minimální a maximální a jsou nepřekročitelné. Finanční hotovost dětí spravuje k tomu určený vychovatel rodinné skupiny. Sociální pracovnice spravuje konta dětí a kontroluje správnost jejich použití.

Organizace dne je různá pro pracovní dny, volné dny, svátky a prázdniny. V režimu dne jsou zahrnuty osobní hygiena, školní vyučování, stravování, volnočasové aktivity, osobní volno, denní hodnocení, relaxace, komunitní kruh, sledování televize, úklid, individuální činnosti, příprava na vyučování a další.

Pobyt dětí mimo zařízení je možný formou volné vycházky, a to v závislosti na systému hodnocení. Volnou vycházku navrhuje kmenový vychovatel po poradě s druhými vychovateli a schvaluje ji vedoucí zařízení nebo ředitel.

Pobyt u rodičů nebo osob odpovědných za výchovu se realizuje podle plánu. Povolení vydává ředitel na základě písemné žádosti osob odpovědných za výchovu a písemného souhlasu orgánu sociálně-právní ochrany dítěte. Dítě do 15 let musí převzít od pedagogického pracovníka osoba odpovědná za výchovu.

Děti mají právo udržovat kontakt s osobami odpovědnými za výchovu a osobami jim blízkými. Děje se tak formou korespondence, telefonických rozhovorů a osobních návštěv. Osobní návštěvy se konají ve volných dnech, popřípadě i ve všedních dnech v době mimo vyučování. Návštěvy probíhají formou vycházky po areálu, případně v budově a jsou upřesněny návštěvním řádem. Telefonické kontakty jsou uskutečňovány ve večerních hodinách a náklady jsou hrazeny zařízením.

Každé dítě má přiděleného klíčového pracovníka, který je zároveň jeho vychovatelem na skupině. Klíčový pracovník provází a podporuje dítě během jeho pobytu v zařízení, zodpovídá za vypracování programu rozvoje osobnosti dítěte, průběžně se informuje o vzdělávání a chování žáka ve škole, je v kontaktu s třídním učitelem, doprovází dítě při důležitých jednáních (Policie, soudy, kroužky, třídní schůzky apod.).

Osoby odpovědné za výchovu dítěte mají právo na informace o něm, vyjadřovat se k návrhu zásadních opatření ve vztahu k dítěti. Dále mají právo na udržování kontaktu s dítětem, nebrání-li tomu závažné okolnosti ohrožující dítě, právo na poradenskou pomoc ve věcech výchovné péče o dítě.

Osoby odpovědné za výchovu dítěte mají povinnost hradit příspěvek na úhradu péče poskytované dětem v zařízení, předat potřebnou dokumentaci, zajistit doprovod dítěte mladšího 15 let, seznámit se s vnitřním řádem zařízení a dodržovat jeho ustanovení.

Zařízení poskytuje plnou úhradu na zdravotní péči, léčiva a zdravotnické prostředky, které nejsou hrazeny ze zdravotního pojištění. Zdravotní sestra v plné míře zajišťuje a organizuje zdravotní péči, vede evidenci úrazů a výdeje léků, zároveň zajišťuje jejich doplnění.

V případě úrazu dítěte je povinností pracovníka poskytnout první pomoc. Podle zdravotní závažnosti je pak zajišťována další odborná lékařská péče. Všechny úrazy se evidují v knize úrazů.

4.4 Výsledky pozorování a rozhovorů s vychovateli a dětmi

DDŠ je určen pro děti se soudně nařízenou ústavní či ochrannou výchovou. Děti převážně pocházejí ze sociokulturně znevýhodněného prostředí. Jejich sociální narušenost se vyznačuje takovými poruchami chování, především v mravní sféře, které se nedají zvládnout běžnými pedagogickými prostředky a vyžadují proto speciální převýchovnou péči. Běžná intervence je směřována především k přerušení nežádoucího vývoje chování a k iniciování procesů jeho změny. Zatím co v DDŠ se jedná o reedukaci poruch chování a následnou resocializaci. Většina vychovatelů se vyjadřovala, že to je „*běh na dlouhou trať*“.

- **Vychovatelé mají kladný vztah ke zdravému životnímu stylu.**

Prvotní dotaz na respondenty výzkumu byl směřován na osobní zkušenosti pedagoga ke vztahu zdravého životního stylu a na osobní přístup ke zdravému životnímu stylu obecně. Všichni dotázaní pedagogové označili svůj vztah ke zdravému životnímu stylu jako kladný, vstřícný nebo pozitivní a uvědomují si, že zdravý životní styl zahrnuje vyvážený jídelníček, přiměřenou fyzickou aktivitu, ale i rovnováhu mezi mírou odpočinku a práce, relaxaci a celkově péči o svůj psychický stav.

R7: „*Když pracujete s dětmi, je nutné být zdravý a vitální. Prostě jim musíte stačit.*“
R4: „*Jsem už dáma v letech a zdraví je pro mě prioritou. Snažím se mít vyvážený jídelníček, jezdím na kole a miluji turistiku.*“ R8: „*Jsem pro každou pohybovou aktivitu, protože mi to přináší radost. Hlavně musíte být pro děti vzorem, takovým hnacím motorem, protože jinak by leželi na posteli s mobilem v ruce.*“ R5: „*Myslím, že zdravý životní styl není jen o jídle a pohybu, ale i o duševním zdraví a kvalitním odpočinku.*“

Děti měly také určité povědomí o pojmu zdravý životní styl, jen ho tak nenazývaly. Souhrnně se shodly, že se jedná o zdravé jídlo, sport, osobní hygienu a neuzívání návykových látek. Dokazuje to výrok jednoho dítěte: „*Měly jsme projekt o zdravém životním stylu a když jsem viděl ty zakouřené plíce, tak jsem přestal kouřit.*“ Tím potvrdil, že se v zařízení osvětě zdravého životního stylu věnují.

Cílem dalších otázek bylo zjistit, zda se vychovatelé cíleně zaměřují na výchovu ke zdravému životnímu stylu a jakým způsobem jsou k tomu vedeny. Zde všichni dotazovaní shodně uvedli, že využívají především projektové a sportovní dny. R2: „*Každý rok se připravujeme na sportovní olympiádu dětských domovů se školou, takže děti mají pravidelné tréninky v běhu, plavání, skoku do dálky, jízdě na kole apod.*“ R6: „*O víkendů si sami na skupinách vaříme, a to vyžaduje mít povědomí o tom, co je zdravé a co ne. Děti si musí dle toho plánovat jídlo a nákup potravin. Takže je k tomu určité vedeme.*“ R1: „*Pravidelný denní režim, vyvážená strava a kvalitně strávený volný čas jsou předpokladem zdravého životního stylu, takže se to striktně dodržuje, aby se to dostalo dětem pod kůži.*“ R3: „*Hodně práce v této oblasti dělají učitelé v rámci výuky a preventivních programů a my na ně navazujeme.*“ R6: „*Děti potřebují taky vidět, jak se to dělá. A tady působí hlavně vzor, který mu svým postojem a hodnotami předkládá vychovatel. Když budu kouřit, pít alkohol, sedět na židli, tak toho moc dětem nepředám.*“ R5: „*Jednám s nimi, jako by to byli moji kamarádi a ono to jde. Je potřeba je k tomu dovést, že to, co mají udělat, je správné.*“

Na základě pozorování lze potvrdit, že zdravý životní styl se promítá do všech činností v zařízení. Školní jídelna zajišťuje vyváženou stravu formou dvou teplých jídel denně, pestrou snídaní, každodenním přísunem ovoce a zeleniny. Vzhledem ke zvýšené tělesné aktivitě dětí je poskytována i tzv druhá večeře. Pitný režim je dodržován po celý den. Víkendové vaření je o plánování, nákupu a samotné přípravě pokrmů ve spolupráci dětí s vychovatelem. Berou se v úvahu i přání jednotlivců, ale výsledek závisí na vzájemné dohodě. Běžný je pravidelný pohyb na čerstvém vzduchu a různorodost nabízených aktivit.

Velice důležitý je vliv vychovatele. On je člověkem, který děti směřuje k určitému cíli, podporuje jejich zájem a odhodlání. Pokud něco z toho není přítomno, je na vychovateli, aby dokázal dítě přivést k tomu, co bude dělat a jaká pravidla přitom bude dodržovat.

Děti shodně uváděly, že být zdravý je výhodnější, protože nejsou omezovány na svých potřebách: „*Když jsem nemocná, nemůžu chodit ven. Můžu dělat to, co chci,*

nemusím se omezovat. Zdravý člověk se cítí líp, nemá bolesti, nemocný nikam nemůže jít. Ležet v posteli je munda.“

- **V DDŠ se dodržuje pravidelný denní režim.**

Organizace dne je různá pro pracovní dny, volné dny, svátky a prázdniny. V režimu dne jsou zahrnuty osobní hygiena, školní vyučování, stravování, volnočasové aktivity, osobní volno, denní hodnocení, relaxace, komunitní kruh, sledování televize, úklid, individuální činnosti, příprava na vyučování a další. Pravidelný režim dne je pro děti, které nezažily rodinný řád a klid důležitým terapeutickým prvkem. Děti se v něm cítí bezpečně, rozumí mu, dobře se v něm orientují. Každé narušení denního cyklu, způsobuje u dětí umístěných v DDŠ neklid, nesouhlas a vzdor podřídít se vzniklým změnám, které vedou až k agresivnímu chování.

Organizace dne v DDŠ:

Tabulka č. 8 – Organizace dne

| | Pracovní den | | Volný den, svátek, prázdniny: |
|------------------|--|-------------|---|
| 7.00 | budíček | 8.30 | budíček |
| 7.00-7.20 | hygiena, úklid | 8.30-9.00 | hygiena, úklid |
| 7.20-7.40 | snídaně, příprava svačiny do školy | 9.00-9.30 | snídaně |
| 7.40-7.45 | přechod do ZŠ | 9.30-12.00 | dopolední výchovná činnost |
| 8.00-12.35/13.30 | školní vyučování | 12.00-12.30 | oběd |
| 13.25-14.00 | oběd | 12.30-13.00 | polední klid |
| 14.00-16.00 | odpolední školní vyučování (zpravidla úterý a čtvrtek) či odpolední volnočasové aktivity (volné vycházky, pracovní činnosti, sport, zájmové kroužky) | 13.00-16.00 | odpolední výchovná činnost (zájmová činnost, sport, výlety) |
| 16.00-16.20 | svačina | 16.00-16.30 | svačina |
| 16.20-17.30 | sport, turistika a jiná zájmová činnost | 16.30-18.00 | odpolední výchovná činnost |
| 17.30-18.00 | večeře | 18.00-18.30 | večeře |
| 18.00-19.00 | příprava na vyučování | 18.30-19.30 | osobní volno, úklid, osobní hygiena, TV |
| 19.00-20.20 | úklid, osobní hygiena, společenské hry, TV, PC | 19.30-20.00 | denní hodnocení |
| 20.20-20.45 | denní hodnocení | 20.00-22.00 | sledování TV |
| 21.00 | večerka | 22.00 | večerka |

Denní režim je závazný pro všechny pracovníky i děti. Respondenti ho komentují slovy: „*Režim dne je pro děti velmi důležitý, protože významně přispívá k psychické pohodě dětí. Jeho předvídatelnost a pravidelnost nejenom dětem dávají pocit bezpečí, jistoty.*“ R7: „*Mně dává smysl režim jako určitý řád, který dodává bezpečí, rámec, ale zároveň lehkost našemu životu.*“ R1: „*Denní režim děti motivuje udržovat určitou disciplínu, kterou sice občas těžce zvládají, ale na druhou stranu je učí trpělivosti.*“ R8: „*Zdravý denní řád je má vést k celostnímu zdraví.*“

Děti denní režim mají vnitřně osvojený a akceptují ho. Zazněly však i námitky ohledně večerky, kterou by rády posunuly na pozdější dobu. „*Štve mě, že když mám večer rozkoukaný film, tak musím jít spát.*“ Večerka posunutá na pozdější dobu je svým způsobem také motivačním prostředkem k sebekontrolě a sebereflexi dítěte. „*Když jsme hodný a všechno si splníme, tak nám vychovatelka někdy dovolí film dokoukat.*“

Organizovaný pohyb dětí je uskutečňován téměř denně formou kolektivních sportů, turistiky, jízdy na kole, bruslení, kondičním během, kopanou, nohejbalem, plaváním apod. R1: „*Vzhledem k aktuálnímu složení skupiny a jejich zájmům, je program často zaměřen především na sport. Ten chlapce baví a zároveň při něm vybijí svůj stres, agresi, impulzivitu a negativní pocity.*“ R2: „*Rádi chodíme na vycházky po okolí a sportujeme na venkovním hřišti.*“ R3: „*Děvčata ráda chodí na venkovní hřiště, kde hrají míčové hry, a navíc mají možnost se tam setkat s jinými dětmi. Navíc během sportu mají možnost tlumit svou impulzivitu, a tím je možné i předcházet konfliktům.*“ R7: „*Já se zaměřuji hlavně na sportovní činnosti – fotbal, nohejbal, posilovna, stolní tenis, cyklistika a vycházky. Nechávám kluky, aby se podíleli na organizaci odpoledne podle jejich momentálního zájmu, aby z té činnosti měli radost a bavila je.*“

V případě neorganizovaného pohybu mají děti k dispozici dětské hřiště, vybavení na ping pong, skákacího panáka, skákací gumu, míče, houpačky, posilovnu, in-line brusle, audiotechniku k využití pro tanec apod.

Neorganizovaný pohyb dětí probíhá i formou volné vycházky na určitou dobu. V této době si děti volí samy, kam chtějí jít, co budou dělat. Je to však založené na vzájemné důvěře, která se týká včasného návratu, a především slušného a nezávadného chování mimo zařízení.

Děti dávají více přednost sportovnímu vyžití před volnou vycházkou. „*Když chci být sám, tak jdu na volnou, ale většinou hraju s klukama fotbal.*“

V rámci integrace dětí je zájmová činnost realizována i prostřednictvím docházky do zájmových kroužků mimo zařízení (kopaná, atletika, výtvarný kroužek).

- **Nabízené mimoškolní aktivity napomáhají osvojování základních principů zdravého životního stylu.**

Cílem této oblasti otázek bylo zjistit, jakým způsobem vychovatelé připravují pro děti program, aby byl zajímavý a motivační pro osvojování principů zdravého životního stylu.

R7: „*Já dětem nabízím více aktivit, podle počasí a ročního období. Plavat chodíme v létě na koupaliště, nebo jezdíme celoročně do krytého bazénu. Pak jsou to sporty jako cyklistika, kopaná apod. Také ještě nabízím sledování filmů v TV nebo v kině, aby byla někdy oddychovka a děti taky rády jezdí na výlety. Vybereme lokalitu a nějaký cíl. Buď jezdíme jen na kratší výlety, nebo i na více dnů.*“ R8: „*Já jim nabízím to, co baví mě, protože to děti poznají a nadchnou se také. Ale samozřejmě když vidím, že jsem se trefil do špatného rozpoložení dětí, tak přemýšlím nad tím, jak aktivitu modifikovat, abych je aspoň trochu nadchnul, nebo vyhecoval. Někdy to chce prostě kompromis. Tady se nedá tlačit na pilu, spíš motivovat a brát vše s humorem.*“ R2: „*Snažím se, aby měli chlapci pestrý program, rádi chodíme na vycházky po okolí a sportujeme na venkovním hřišti. Často se stává, že vzhledem k okamžité výchovné situaci (agrese, impulzivita) musím program přehodnotit a honem vymýšlet něco úplně jiného.*“ R4: „*Děti v DDŠ mají rády adrenalin, něco výjimečného, zkoušení hranic, a tak jsem zkusila založit kroužek otužování, který praktikují pouze na bázi svých letitých zkušeností a praktik na sobě. Když se ponoří do studené vody, tak jim neskutečně září oči, zapomenou v tu chvíli na vše a užívají si přítomný okamžik, překonání určité hranice, vykřičí se, v podstatě upustí páru a po zbytek dne si většinou udrží dobrou náladu. Nejen že otužování posiluje imunitní systém, zoceluje tělo i ducha, posiluje kardiovaskulární systém a prokrvuje tělo, tak také vyplavuje endorfiny, díky kterým jsou šťastné.*“ R3: „*Nejdůležitější je, aby je to zaujalo a aby čas strávily smysluplně. Když by se dívaly na televizi, tak jsou zmuděné, hádají se, protože si lezou na nervy. Takže se snažím vyjít vstříc jejich zájmům.*“

Na provozované aktivity má vždy větší vliv činnost, kterou člověk dělá se zapálením a rád. Respondenti identifikovali potřebu vzbudit v respondentech zájem o nabízené aktivity a následně je u aktivit také udržet. Pokud si dítě vyzkouší nabídnutou aktivitu a zaujme ho natolik, že ji provozuje, ostatní děti vzhledem k tendenci ke skupinovému chování se aktivitou nadchnou také. Motivem může být potřeba následovat příklad nebo také závist, že se vychovatel věnuje někomu jinému.

Děti zpravidla mají zájem nové aktivity vyzkoušet, ale někdy je třeba podpořit jejich odhodlání, touhu dokázat, že jsou šikovní a že zadané úkoly zvládnout splnit. Splnění úkolu a ukázání odpovědnosti je pro ně výzvou.

Zařízení ústavní péče nabízí svým svěřencům širokou paletu volnočasových aktivit. Z rozhovorů s respondenty vyplynulo, že volnočasové aktivity jsou vázány na individuální výběr dítěte. Záleží na něm, jaká je jeho aktuální potřeba či zájem, nicméně je třeba se umět také přizpůsobit. Vychovatelé přijdou s aktivitou a následně závisí na vychovateli, zařízení, možnostech, zda bude dítěti v případě nezájmu nabídnuta jiná aktivita či zda bude třeba jej motivovat tak, aby pro něj nabídnutá aktivita byla přijatelná.

R5: *„Musíte mu nabídnout činnost, která ho zaujme. Je potřeba ho vhodně namotivovat, aby měl zájem, přesvědčit ho, že když to splní, bude mít nadstandardní hodnocení. Je to hodně individuální, někteří se potřebují vybit, aby byli psychicky v pohodě, jiní si se mnou sednou, budou mi vykládat, co dělali ve škole, u toho budou vyrábět z papíru. Není možné jim nabídnout jednu činnost, takže není možné jim nabídnout jenom jednu aktivitu.“*

R6: *„Sport rozvíjí pohybovou zdatnost dítěte, výtvarné techniky pro změnu jejich představy a fantazii, jemnou motoriku. Jedno nevylučuje druhé. Důležitá je pochvala a ocenění, to funguje vždy. Zvedne se jim sebevědomí a začnou si věřit a třeba zkusit i nové věci.“*

Dle rozhovoru s dětmi převládá zájem o pohybové aktivity. Děvčata mají odlišné zájmy a věnují se péči o pleť a líčení, provozují tanec a zpěv, rády kreslí. Jsou však i tací, kteří by preferovali především počítačové a mobilní hry.

- **Vychovatelé a děti vzájemně spolupracují při organizování zájmových činností.**

Pedagogové zastávají jednotná stanoviska a opatření ve vztahu k dětem a k různým pedagogickým situacím. R1: *„Tím, že škola a rodinné bytečky jsou umístěny v jedné budově, jsou pedagogičtí pracovníci schopni řešit školní i mimoškolní pedagogické situace bezprostředně při předávání si dětí do své péče, společně se domlouvat na svých dalších výchovných strategiích.“* Všichni respondenti se shodují na tom, že tento jednotný přístup poskytuje dětem pocit jistoty a bezpečí.

Míra spolupráce mezi vychovateli je velká. R4: *„Vzájemně si vyměňujeme různé materiály, pomůcky, organizujeme společné akce a projekty, rozebíráme výchovné problémy žáků a navrhujeme intervence. Celkově si navzájem poskytujeme velkou podporu.“* R8: *„Mohu říci, že v našem zařízení panuje pohodová spolupráce. Všichni*

mají možnost kdykoli konzultovat svoji práci či své potřeby jak s vedením, tak mezi sebou. Navíc se společně scházíme jednou měsíčně na pedagogických poradách, pracujeme v rámci skupinové supervize, scházíme se na metodických schůzkách, kde řešíme konkrétní případy.“

R3: *„Práce učitelů i vychovatelů je propojená, promyšlená a jednotná. Všichni jsme ve velmi úzkém kontaktu. U vychovatelů je to složitější, protože u každé skupiny děti se střídáme, ale informace si předáváme i po telefonu.*“

Ve škole pracuje Žákovská správa. Je to forma spolupráce vedení DDS s dětmi, je důležitá pro nastolení změn ve skupinových normách a postojích, vytváří pozitivní klima a zajišťuje aktivní podíl dětí na výchově a výuce. Spolupráva je volena na příslušný školní rok, každou rodinnou skupinu zastupuje jedno dítě. Práve spoluprávy je vyjadřovat názory na zamýšlená a prováděná opatření, vyjadřovat připomínky a návrhy k provozu, ke stravování, informovat o životě skupiny z jejich pohledu apod.

Vzájemná spolupráce probíhá i na skupinách, které jsou heterogenní, probíhá v nich často kooperativní činnosti. Z pozorování vyplývá, že děti se na chodu skupiny podílejí společně. Střídají se v úklidu určených prostor, samostatně pečují o své věci, vzájemně se od sebe učí, což považují vychovatelé jako velkou výhodu. R7: *„Je to velká výhoda, protože starší si upevňují dovednosti a mladší se učí nápodobou starších, dostávají informace jejich jazykem. Na první pohled to vypadá chaoticky, ale na skupinách pamuje pracovní ruch.*“

Systematický rozvoj interaktivních sociálních dovedností dokládají výroky dětí *„My si pomáháme, ale někdy na to není nálada, třeba když se hádáme. Když pracujeme ve dvojici, tak se střídáme. Když máme nějaký projekt, tak se domlouváme, kdo bude dělat různé věci. Já neumím psát, tak vždycky lepím obrázky. Musíme ale dělat všichni, protože pak to není spravedlivé.*“

Pokud se děti v rámci společně organizovaných akcí dělí do skupin, pak je rozdělování náhodné, aby se děti naučily spolupracovat „každý s každým.“ Na otázku, zda jsou děti ochotny spolupracovat s každým, odpovídaly: *Já někdy musím pracovat s Pavlem a ten dělá blbosti, takže nám to pak moc nejde. Já si přeju, aby na mě vyšel někdo, s kým bych chtěl být.*“

Po každé skupinové práci téměř vždy následuje reflexe činností a prezentace výsledků společné práce. R6: *„Vedeme děti k tomu, aby hodnotily výsledek své práce, aby se hodnotily vzájemně a v neposlední řadě i samy sebe a svůj přínos.*“

Z pozorovaných aktivit vyplývá, že děti jsou vedeny nejen k samostatné práci, ale především ke vzájemné spolupráci. Ve většině případech si pomáhají, střídají se a radí si. Ale najdou se taci, kteří o spolupráci nemají zájem a společných aktivit se neúčastní. Někdy je to úmyslné (chtějí se vyhnout práci), někdy je to vlivem jejich momentálního rozpoložení. Hodnocení a reflexe výuky probíhá jako podpora individualizace a diferenciací. R1: *„Klademe velký důraz na aktivní roli dítěte v procesu převýchovy a na rozvoji motivace dítěte ke změně. Cílem není formální poslušnost dítěte, ale pochopení jeho problému a osobnostní růst.“* R3: *„Vzájemný vztah mezi mnou a dítětem je převážně na rovině přátelství a porozumění. Vycházím z dialogu s dítětem, ne ze svých představ.“*

- **V zařízení i skupinách je uplatňován princip bezpečného soužití**

Práce s pravidly je v celém zařízení samozřejmostí. Pravidla jsou umístěna na viditelných místech. Na jejich vytváření se podílejí děti společně a samy si je formulují. Jejich dodržování je důsledně vyžadováno. Na porušení pravidel jsou děti upozorňovány nejen pedagogy, ale i samotnými dětmi. Důsledky jejich porušování pojmají vychovatelé shodně. R3: *„Dám jim na výběr dvě možnosti, kterou si zvolí, tu mají. Nechávám jim prostor pro své rozhodnutí, aby měli možnost se poučit z těch nesprávně zvolených. Tak dochází postupně k uvědomování a vnitřňování pravidel. Ale je dlouhodobá záležitost.“*

Práce s pravidly vytváří příležitosti pro vzájemnou komunikaci dětí, učí je vyjadřovat svůj vlastní názor a celkově vede k naplnění sociálních a personálních kompetencí. R4: *„Špatné je škatulkovat děti, každý projev rizikového chování řešíme individuálně. Zákazy se nic nevyřeší, proto nezakazujeme, nevyhrožujeme, nemoralizujeme, ale vysvětlujeme.“*

- **Pedagogové a děti se vzájemně respektují**

Důležitým akcentem pro práci se žáky se specifickými poruchami chování je vytvoření a udržení funkčního vztahu s dítětem. Jde o vytvoření prostoru, kde dítě bude mít jasno, kde jsou hranice a co se od něho očekává. Jasně vytvořený prostor totiž dává dítěti pocit bezpečí, který je klíčový pro dobré zvládnání úkolů. R5: *„Prioritou je, aby se dítě cítilo přijaté, aby vědělo, že neschvaluju, jak se chová, že neschvaluju jeho jednání, ale přesto ho beru a že je důležitý.“*

Vztahy mezi dětmi jsou z převážné části velmi konfliktní. Každé dítě totiž potřebuje uspokojit jinou potřebu. Většinou se však jedná o potřebu prosadit se a potřebu získání pozornosti. Pokud není potřeba uspokojena hned, projeví se to neadekvátním a sociálně nepřijatelným způsobem chování. To vzbudí nelibé pocity ostatních a hned vznikne konfliktní situace. Ve všech třídách se při řešení takových konfliktů postupuje stejně. Pro

zklidnění emocí, vychovatel nabídne dítěti určitou možnost odreagovat se. Například projít se po chodbě, odejít na svůj pokoj, promluvit si s etopedem, vybit své emoce v tělocvičně apod. Nikdy se konflikt neřeší hned, vždy se nechají emoce doznít, teprve pak vychovatel situaci řeší z pohledu dítěte, druhých a svého. Většinou se diskutuje nad možnými způsoby řešení.

Samy děti vztahy mezi sebou hodnotí negativně. Všichni sice uvádějí, že jsou kamarádi, ale nepopírají občasné konflikty: *„On mě provokuje a já se pak neudržím. Vadí mi, že je sprostej a někdy se ho bojím. Když se pohádáme, mluvíme na sebe sprostě.“* Učitelky konstatují, že vztahy se svými žáky berou z profesionálního hlediska. *„Sama víš, že dítě ti je nakloněno, když ho pochválíš nebo mu dáš nějakou odměnu. Pokud ale po něm vyžaduješ plnění nějakého úkolu, tak ti začne vulgárně nadávat, vyhrožuje ti a dělá naschvály.“* Vychovatelé konstatují, že vztahy se svými dětmi berou z profesionálního hlediska. R4: *„Sama víš, že dítě ti je nakloněno, když ho pochválíš nebo mu dáš nějakou odměnu. Pokud ale po něm vyžaduješ plnění nějakého úkolu, tak ti začne vulgárně nadávat, vyhrožuje ti a dělá naschvály.“*

Vztahy se budují dlouhodobě, někdy to skutečně trvá i několik měsíců, než dítě k němu projeví důvěru. Děti říkají, že mají rády někoho víc, někoho míň, ale celkově autoritu všech pedagogů respektují. Z pozorování bylo patrné, že všichni vychovatelé v maximální míře využívají principy empatie, otevřenosti a vstřícnosti, mluví klidným a vyrovnaným hlasem.

Lze konstatovat, že vzájemný respekt mezi vychovateli a dětmi se projevuje v různých podobách, vztazích a činech všech aktérů. Dokládají to slova dětí: *„Mám svou vychovatelku moc rád, ale někdy mě hrozně štve a já jsem pak na ní sprostej a pak mě to je líto a mám strach, že mě nebude mít ráda. Náš vychovatel má rád srandu, ale ukazuje, tohle je dobrý, ale tohle už moc ne.“*

Celková výzdoba zařízení a skupin vypovídá o tom, že každé dítě zde má své místo. Ve vstupní chodbě je nástěnka s informacemi o dění v zařízení, s fotografiemi z pořádaných akcí. Celá výzdoba školy je tvořena výrobky a výkresy dětí. Vystavují se i výstupní produkty projektů pořádaných v zařízení. To, že i na skupině má každé dítě své místo, dokazuje i jejich uspořádání. Každé dítě má své osobní věci uložené na určeném místě, na nástěnkách jsou fotografie dětí s uvedenými daty narození pro možnost gratulací k narozeninám.

4.5 Odpovědi na výzkumné otázky případové studie

Je jisté, že výsledky jedné případové studie nelze generalizovat, ale vybízejí k zamyšlení, zda formulované charakteristiky vybraného dětského domova se školou a principy jejího pojetí zájmové činnosti jsou přenosné i do jiných dětských domovů se školou. Výsledky jsou souhrnně představeny ve vazbě na formulované výzkumné otázky.

DVO1: Jaké zájmové činnosti jsou dětem v DDŠ nabízeny?

Zájmové činnosti DDŠ lze rozdělit na sportovní, praktické a oddychové. Ke sportovním volnočasovým aktivitám patří kopaná a nohejbal, míčové hry, posilovna, plavání, turistika, cyklistika, lyžování, bruslení, kondiční běh a otužování. K praktickým aktivitám jsou řazeny výtvarné činnosti, pracovní činnosti, vaření a pečení, nakupování. Mezi oddychové aktivity patří hudba, počítače, výlety, stolní hry, četba, televize, a relaxace.

Vychovatelé vybírají volnočasové aktivity nejen dle svých vlastních zájmů, ale zvažují také oblíbenost aktivity u dětí a vliv volnočasové aktivity na rozvoj osobnosti dítěte. Je patrné, že vychovatelé přemýšlí nad zájmy dětí a snaží se tomu přizpůsobit i nabízené volnočasové aktivity. Cennými informacemi jsou i doporučení na další aktivity, které by dle vychovatelů mohly být pro děti přínosné. Vychovatelé navrhuji canisterapii, hippoterapii, adrenalinové sporty, jízdu na kolečkových bruslích, muzikoterapii, hru na hudební nástroje, zpěv, práci s keramickou hlinou, zážitkovou pedagogiku v přírodě a začleňování dětí mezi běžnou populaci v rámci společně organizovaných akcí a docházkou do zájmových kroužků mimo zařízení.

DVO2: Které zájmové činnosti děti preferují?

Děti mají celkově k zájmové činnosti v DDŠ kladný vztah a oceňují možnost volby činností dle svých preferencí a také pozitivní přístup vychovatelů k vedení volnočasových aktivit. Mezi pozitivně hodnocené, tzn. velmi oblíbené aktivity, patří kopaná a nohejbal, míčové hry, posilovna, plavání, cyklistika, lyžování a bruslení, nakupování, poslech hudby, počítače, výlety a relaxace. Neutrální vztah mají děti k vaření a pečení, výtvarným činnostem, pracovním činnostem, stolním hrám a televizi. Mezi nejméně oblíbené volnočasové aktivity patří turistika a četba. I přes kladný vztah dětí k zájmovým aktivitám by některé děti rády trávily svůj volný čas podle své svobodné volby.

Je patrné, že nastolený proces změny trávení volného času prostřednictvím zájmové činnosti je pro děti přínosem a mohl by jim pomoci k přijetí zdravého životního stylu v budoucnosti.

DVO3: Zapojují se děti do zájmových činností dobrovolně?

Do zájmových činností se děti zapojují zcela dobrovolně, ale mnohdy tomu musí předcházet vhodná motivace. Zájmová činnost musí děti bavit, nacházet v ní uspokojení a v jejím rámci zažívat pocit úspěchu, proto se užívá pozitivní motivace, především vnitřní motivace jedinců. Na kroužek se přihlásili, jelikož je dané téma zajímavé a chtějí se o něm dozvědět něco více. Ve vybraném zařízení děti předem vědí, jaké nároky na ně budou kladeny, jakým způsobem budou oceňovány. Tímto způsobem jsou vedeny k sebereflexi svých schopností a dovedností. Stává se, že se dítě přihlásí do zájmového kroužku a po čase jej přestane bavit. V takovém případě je nutná důslednost, nevyhovět mu hned a pozitivně ho motivovat k dalšímu pokračování, učit ho dovednosti vytrvat v úsilí, trpělivosti, překonávat překážky a nevzdávat se.

Dalším významným faktorem je vedoucí zájmového kroužku. Ten zde figuruje jako důležitý motivátor. Vymýšlí jednotlivé aktivity i náplň činnosti a motivuje členy k aktivitě. Pokud je vedoucí kroužku nadšený pro věc a zapojuje se například do aktivit s dětmi, bude i děti činnost bavit a budou chtít aktivně participovat.

Důležitou roli, která vede k dobrovolné účasti, má i celková náplň zájmové činnosti. Vychovatel musí mít připravený dostatek aktivit různého rázu, které jsou přizpůsobeny členům kroužku, jejich věku a psychické či fyzické zralosti.

DVO4: Jaké emoce během zájmových činností děti prožívají?

Zájmová činnost má především uspokojovat a rozvíjet individuální potřeby, zájmy a schopnosti dětí, a tím zároveň ovlivňovat jejich charakter a vznik dalších potřeb. Děti v DDŠ mají tyto potřeby deformované, zaměřené na bezprostřední uspokojení vlastních potřeb, na potřeby druhých neberou ohled. V kontaktu s vrstevníky se projevují nepřiměřeně odtažitým způsobem, nedůvěrou, citovou otupělostí a také agresivitou. Mezi další nejčastější výchovné problémy, které byly ve vybraném DDŠ pozorovány, se řadí také neposlušnost, vzdorovité nebo negativistické chování, impulsivnost, nepozornost, nadměrné lhaní, nepřiměřená obrana, agresivita zaměřená na děti, předměty nebo i na dospělou osobu, nerespektování autority, obliba provokací, naschválů, obviňování druhých ze svých pochybení, vyhýbání se povinností, záměrné vyhrožování jak dětem, tak i dospělým, tendence s dospělými manipulovat. Dále typickými znaky jsou

nerozvinuté volní vlastnosti, neosvojené komunikační dovednosti, nevhodné projevy emocí, vulgární verbální projevy.

V rámci zájmové činnosti se tyto projevy nevhodného chování bohužel vyskytují také. Děti, které jsou cíleně motivovány ke změně takového chování po delší dobu (cca 3 roky pobytu), dokáží již své chování a jednání cíleně ovládat, a proto si užívají aktivity v pozitivním smyslu mnohem intenzivněji než děti, které jsou na počátku těchto změn.

Během aktivit musí děti spolu komunikovat, jednat fair-play, spolupracovat, navzájem se respektovat, sebeovládat, dodržovat pravidla apod. A právě jasná a důsledně dodržovaná pravidla, na nichž se všichni předem domluví, slouží jako motivace k žádoucímu způsobu chování. Je pak na dětech, jakou cestu si zvolí.

Lze konstatovat, že zájmová činnost tyto výchovné problémy může částečně zmírnit, v ojedinělých případech i odstranit.

DVO5: Jaký je vztah pedagogů k výchově ke zdravému životnímu stylu?

Z rozhovorů a pozorování v terénu lze jednoznačně konstatovat, že vztah pedagogů ke zdravému životnímu stylu je pozitivní a vstřícný. Práce s dětmi je fyzicky i psychicky náročná, a proto se pedagogové starají o své fyzické i duševní zdraví, aby předešli syndromu vyhoření. Plně si uvědomují, že zdravým životním stylem mohou předejít mnoha závažným onemocněním, cítit se lépe a žít déle.

Děti umístěné v DDŠ nejčastěji pocházejí ze sociálně znevýhodněného prostředí a tyto informace mají zkreslené a častá je i jejich absence. Všichni pedagogové se shodli na tom, že je potřeba u svěřených dětí tyto informace doplnit, změnit jejich hodnotový systém a motivovat je ke změnám ve stravování, sportovních aktivitách a odpočinku.

DVO6: Jak pedagogové hodnotí podporu zdravého životního stylu ve svém DDŠ?

Vybrané DDŠ splňuje nejpřísnější hygienické normy, kvalita a kvantita stravy je v mnoha případech nejlepší, jakou kdy dítě během svého života zažilo. Zajištěna je nejlepší zdravotní péče, jsou kvalitně naplněné i vzdělávací potřeby. Dítě pravidelně dochází do školy, má možnost navštěvovat zájmové kroužky, dostává dárky k narozeninám a k Vánocům, zúčastňuje se sportovních a kulturních akcí apod. Je to tedy něco, co by se v původní rodině v mnoha případech nemohlo stát. Dítěti se takto plní, objektivně často v nejlepší kvalitě a s nejlepším úmyslem, jeho základní biologické, sociální a psychické potřeby a dá se říci, že je o něj dobře postaráno. Respondenti se shodli, že zdravý životní styl se promítá do všech činností a aktivit, které v zařízení probíhají.

Podmínky jsou tedy zdánlivě ideální. Přesto mají občas pocit, že děti v institucionální náhradní péči neprospívají tak, jak by se očekávalo. Svět ústavu je do jisté míry odtržen od reality a děti, které v něm prožijí celé své dětství, nemohou být vybaveny takovými sociálními a emocionálními návyky, které by měly získat v prostředí dobře fungující rodiny a běžné základní školy.

Hlavní výzkumná otázka (HVO): Jakým způsobem podporuje zájmová činnost zdravý životní styl a motivaci ke změnám nežádoucího chování dětí v ústavní výchově.

Výzkumné šetření zjišťovalo, zda zájmová činnost vybraného dětského domova se školou přispívá k podpoře zdravého životního stylu dětí. Po výzkumném šetření formou polostrukturovaného rozhovoru s vychovateli a jim svěřenými dětmi ve vybraném DDŠ, po vyhodnocení dílčích výzkumných otázek a analýzy kurikulárních dokumentů byla zodpovězena hlavní výzkumná otázka.

Emoce dětí umístěných v ústavní výchově mají dvě úrovně:

1. prezentované chování je částí nad povrchem, je to emoce, která je vidět a slyšet;
2. pod povrchem se pak nachází základní pocit, který chování motivuje.

Navenek jsou viditelné a zcela logické argumenty, proč se dítě nevhodně chová (vzteky, křik, agrese apod.), ale toto chování má hlubší základ, a to v emoční a méně viditelné motivaci, druhé úrovni, která stojí za tím, jak se dítě chová. Jedná se o úroveň, kterou si dítě vůbec neuvědomuje, natož aby ji umělo pojmenovat. Aby mohlo dojít k žádoucím změnám v chování musí být uspokojeny především životní a emoční potřeby dítěte. Je-li ústavní zařízením prostředím, které dítěti dává jistotu, je strukturované a předvídatelné, nabízí přijetí, uznání a úctu ze strany ostatních dětí i dospělých, vytváří vhodné podmínky pro učení všech dětí.

Vhodnou motivací a cílenou výchovou ke zdraví se u dětí rozvíjejí klíčové kompetence, které jsou důležité pro zdravý život, a to v jeho třech dimenzích – sociální, duševní a tělesné. A právě zájmové činnosti jsou cílevědomými aktivitami, jejichž prostřednictvím dochází k uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností.

Zdravý způsob života zahrnuje životní rytmus (poměr pracovní činnosti, odpočinku, fyzické a psychické zátěže), pohybový režim (aktivní a pravidelný pohyb), duševní aktivita (kulturní zájmy, duševní hygiena, kamarádství), životospráva a racionální výživa (zdraví, tělesná a duševní výkonnost) a zvládání zátěžových situací.

Zájmové činnosti a mimoškolní aktivity jsou důležitým prostředkem prevence poruch chování a reedukace u dětí umístěných v tomto školském zařízení. Z výzkumného šetření vyplynulo, že vychovatelé nabízí dětem zájmové aktivity nejen podle svých vlastních zájmů a oblíbenosti u dětí, ale také s ohledem na rozvoj osobnosti dítěte a reedukaci.

Účelem organizovaných zájmových aktivit není pouze zajistit momentální vhodnou náplň volného času dětí, ale také nastolit proces proměny ve vnímání a využívání volného času dětí. Prostřednictvím zájmových aktivit jsou rozvíjeny především:

- **Mezilidské vztahy** (kamarádství, sebeovládání, slušné chování) - sebeovládání je důležité pro řešení emočně náročných situací. V rámci soužití v rodinných skupinách a v uzavřeném prostředí DDŠ je nutné se naučit navazovat kamarádké vztahy, které nebudou jen povrchní a nestálé. Děti jsou vedeny k určitému respektu vůči sobě navzájem a zároveň vůči dospělým, učí se slušnému chování, uznat vlastní pochybení, omluvit se a poučit ze zkušenosti.
- **Pohybové dovednosti** – při sportovních aktivitách mají děti možnost uvolnit vnitřní napětí, učí se dodržovat stanovená pravidla a nést důsledky za jejich porušení, chovat se fair-play, spolupracovat, komunikovat, vyvinout úsilí k překonání náročných situací. Mohou zažívat úspěch a ocenění a uvědomit si, v čem jsou úspěšní, posilují vnitřní motivaci.
- **Příprava na život** – víkendovým vařením si osvojují základní stravovací návyky, domácí práce je připravují na budoucí samostatný život.

Zdravé a spokojené dítě je schopno přijímat a zpracovávat informace, řešit problémy, logicky myslet, vytvářet nové věci, aktivně se zúčastňovat dění kolem sebe a adaptovat se na nové situace. Umí dobře komunikovat, je citově vyrovnané, zvládá vlastní emoce, ale zároveň se dovede uvolnit.

Závěr

Bakalářská práce „*Podpora zdravého životního stylu pomocí zájmové činnosti v DDŠ*“ se zabývá problematikou zájmové činnosti v rámci reedukace a resocializace dětí s nařízenou ústavní a uloženou ochrannou výchovou umístěných v dětském domově se školou.

Trávení volného času a jeho zařazení do hodnot člověka je jedním z hlavních ukazatelů životního stylu. Životní styl ovlivňuje člověka ve všech oblastech jeho osobnosti a také ve stylu jeho chování. Za významný ukazatel životního stylu bývají často posuzovány vztahy s jednotlivci, skupinami a sociální interakce. Někteří lidé tráví nejraději svůj volný čas ve společnosti, jiní tráví volný čas sami se sebou. Rodina hraje důležitou roli ve formování osobnostního vztahu k volnému času, kde prvotní zkušenosti s využitím volného času člověk získává právě v rodině. Děti často napodobují životní styl svých rodičů, vyrůstají v něm a později ho preferují ve své rodině. Ve většině případů si potom vybírají svého životního partnera s podobným životním stylem.

Děti, které jsou umístěovány do institucionální péče, lze rozdělit do čtyř skupin. První skupinu dětí tvoří děti osamělé, tzv. oboustranní sirotci, jejichž počet je zanedbatelný. Další skupinou jsou děti ohrožené, které pocházejí ze sociálně slabého a neuspořádaného rodinného prostředí, jejichž výchova je ve zvýšené míře ohrožena sociálně patologickými jevy. Třetí skupinu tvoří děti rizikové, tzn. děti s výchovnými problémy, špatnou školní docházkou, experimentující s drogami atp. Do čtvrté skupiny lze zařadit děti, které již mají zkušenosti s kriminalitou a u nichž je odůvodněná obava, že budou v trestné činnosti dále pokračovat. Nejčastějším důvodem ovšem zůstává především selhání biologické rodiny dítěte. Může se jednat o zanedbání péče o dítě (jeho základních biologických potřeb, hygieny, lékařské péče), týrání či zneužívání, mravní ohrožení, nebo těžké výchovné problémy.

Do ústavní výchovy se dále dostávají děti, které jsou považovány za problémové a vyžadující specifickou péči. U dětí jsou diagnostikovány různé formy poruch chování spojené s těžkou citovou deprivací. Nejčastějšími jsou hyperkinetické poruchy doprovázené řadou dalších symptomů, jako jsou emoční problémy, snížená sebedůvěra, sklony k úzkostnosti, depresím, podrážděnosti, apatičnosti, přecitlivělosti, uzavřenosti a agresivitě, neschopnost navazovat kvalitní vztahy s vrstevníky. V zásadě se jedná o důvody, které by bylo možné ovlivnit včasnou intervencí a sociální prací s dítětem a jeho rodinou.

Péče o děti s nařízenou ústavní či uloženou ochrannou výchovou je zakotvena v Zákoně č. 109/2002 Sb. o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů.

Podpora zájmů u dětí s nařízenou ústavní výchovou má svá specifika. Vychovatel má ve své skupině 6 až 8 dětí s odlišnými zájmy, zastupuje roli rodiče a měl by rozvíjet zájmy všech dětí s přihlédnutím na jejich individuální potřeby a zvláštnosti. Hlavní náplní práce vychovatelů je nejen podporovat zájmy dětí, učit je svůj čas využívat smysluplně, ale také jakási snaha o nápravu, aby se děti uměly po opuštění zařízení zapojit do běžného života.

Vychovatel tráví s dětmi čas nezbytný pro přípravu do školy, nabízí jim aktivity k efektivnímu trávení volného času tak, aby je bavily a motivovaly k dobrovolné účasti na nich. Nejčastěji nabízenými zájmovými činnostmi jsou kolektivní sporty, které splňují kritéria pro relaxační činnost, kdy mohou děti kompenzovat čas strávený ve škole. Zpravidla jsou to aktivní sporty, jako je fotbal, florbal či volejbal, které při frekvenci rekreačního sportu mají pozitivní vliv na jejich zdraví. Kolektivní sporty navíc rozvíjí také schopnost spolupráce, komunikace, naučí dítě dodržovat pravidla, jednat fair play apod., což ocení i v budoucím životě. Děti se naučí schopnostem, jako jsou uznat svou chybu, přiznat porážku a radovat se z vítězství, což jsou pro ně rovněž důležité atributy do života. Vychovatelé zpravidla vyhledávají možnost, aby trávily čas s dětmi nejen v rámci rodinné skupiny ústavu, ale také s dalšími dětmi, ať už jsou v ústavní péči či nikoli. To přispívá k integraci jejich svěřenců. Vychovatelé dále používají například terapeutické aktivity, jako je dramaterapie, hipoterapie, canisterapie, relaxační či vzdělávací aktivity. Nepodceňují význam ani individuálních či skupinových rozhovorů, které přispívají k dobrému klimatu v celém zařízení. Práce s dětmi musí být dostatečně kreativní a je třeba, aby zohledňovala potřeby a zájmy dítěte.

Péče o prostředí dětského domova se školou přispívá k osvojení sebeobslužných dovedností, k péči o osobní věci, přírodu apod. Jsou upevňovány návyky osobní hygieny a zdravého stravování.

Z celkového pohledu jde o zařízení, ve kterém panuje respekt, empatie, přijetí, úcta, podpora. Všichni pedagogičtí pracovníci svou práci konají ve prospěch svěřených dětí. Vzhledem k výchovným problémům dětí je pro pedagogy prioritou jejich sociální osobnostní rozvoj. Dlouhodobým cílem pedagogické práce v zařízení je vychovat z dítěte

zdravou, sebevědomou osobnost, schopnou zařadit se do společnosti, obstát v praktickém životě, uplatnit se v zaměstnání a založit fungující rodinu.

Výsledky výzkumu se nedají zobecnit, jsou platné jen pro výše uvedený dětský domov se školou. V současné době existuje spousta různých kompetentních odůvodněných i nekompetentních názorů na institucionální výchovu. Proto má tato práce spíše teoretický, informační charakter a je určena nejen pro pedagogy, kteří se v této problematice orientují, ale i pro laickou veřejnost, která nemá povědomí o tom, jak výchova a vzdělávání v rámci ústavní výchovy probíhá a dětské domovy se školou vnímá jako místo, kde jsou děti umístěné „za trest“.

Seznam použitých zdrojů:

- BLATNÝ, M. a kolektiv. *Psychologie osobnosti. Hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3434-7.
- BUBLEOVÁ, V., VÁVROVÁ, A., VRÁNOVÁ, L., FRANTÍKOVÁ, J. *Základní informace o náhradní rodinné péči*. Praha: Středisko náhradní rodinné péče, 2011. ISBN 978-80-87455-01-2.
- DUFFKOVÁ, J., URBAN, L., DUBSKÝ, L. *Sociologie životního stylu*. Plzeň : Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2008. ISBN 978-80-7251-266-9.
- HAVELKOVÁ, M., FERBAROVÁ, R., *Výchova ke zdraví I. Sborník prací učitelů a studentů katedry rodinné výchovy a výchovy ke zdraví*. Pdf MU v Brně. Brno: Masarykova univerzita, 2005. ISBN 80-210-3918-3.
- HELUS, Z. *Sociální psychologie pro pedagogy*. Praha: Grada Publishing, 2007. Pedagogika. ISBN 978-80-247-1168-3.
- HENDL, J. *Kvalitní výzkum, základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-485-4.
- HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.
- KALMAN, M., VAŠÍČKOVÁ, J. *Zdraví a životní styl dětí a školáků*. Olomouc: Universita Palackého, 2013. ISBN 978-80-244-3409-4.
- KOPŘIVA, P., MAYER, I., VILDOVÁ, Z. a kolektiv. *Program podpory zdraví ve škole*. Praha: Portál, 1998, ISBN 80-7178-263-7.
- KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-568-4.
- MACHKOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D. a kol. *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-2715-8.
- MIOVSKÝ, M. a kolektiv. *Prevence rizikového chování ve školství*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2015. ISBN 978-80-7422-392-1.
- MUŽÍK, V. (ed.). *Výživa a pohyb jako součást výchovy ke zdraví na základní škole. Příručka pro učitele*. Brno: Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-156-0.
- MYŠKOVÁ, L. *Standardy kvality péče o děti ve školských zařízeních pro výkon ústavní a ochranné výchovy a preventivně výchovné péče a standardy kvality služeb ambulantních středisek výchovné péče*. Praha: Národní ústav pro vzdělávání, 2018. ISBN 978-80-7481-222-4.
- NĚMEC, J. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času: pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.

NĚMEC, J., VOJTOVÁ, V. *Vzdělávání žáků se sociálním znevýhodněním*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-5033-4.

PÁVKOVÁ, J. A KOL. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál, 2014. ISBN 80-7178-569-5.

PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-029-4.

ŘÍČAN, P., KREJČÍŘOVÁ, D. a kol. *Dětská klinická psychologie*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1049-8.

VÁGNEROVÁ, M. (a) *Školní poradenská psychologie pro pedagogy*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1074-4.

VÁGNEROVÁ, M. (b) *Vývojová psychologie I. Dětství a dospívání*. Praha: Univerzita Karlova, 2005. ISBN 80-246-0956-8.

VOJTOVÁ, V. *Přístupy k poruchám emocí a chování v současnosti*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6311-2.

Internetové zdroje:

Mínisterstvo školství, mládeže a tělovýchovy. *Zákon č. 109/2002 Sb. o výkomu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních*. In:[online]. [cit. 2023-01-25]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/Edu.cz>. *Rámcový vzdělávací plán ZV*. In:[online]. [cit. 2023-01-25]. Dostupné z: <https://edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/>

Jiné zdroje:

Vnitřní řád DDŠ

Výchovně vzdělávací terapeutický plán DDŠ

Roční plán DDŠ

Seznam tabulek:

Tabulka č. 1: Základní údaje o respondentech

Tabulka č. 2 – tazatelské schéma – Pojem zdravý životní styl

Tabulka č. 3 – tazatelské schéma – Režim dne

Tabulka č. 4 – tazatelské schéma –Mimoškolní aktivity

Tabulka č. 5 – tazatelské schéma – Vzájemná spolupráce

Tabulka č. 6 – tazatelské schéma – Bezpečné soužití

Tabulka č. 7 – Tazatelské schéma – Vzájemný respekt

Tabulka č. 8 – Organizace dne

Seznam příloh:

Příloha č. 1 – Pozorovací arch

Příloha č. 2 – Plán rozvoje osobnosti dítěte

Příloha č. 1 – Pozorovací arch

Pozorovací arch: Zájmové činnosti

| |
|--------------------|
| Skupina: |
| Vychovatel: |
| Činnost: |
| Počet dětí: |

Hodnoty na škále: 1 – vůbec ne, 2 – minimálně, 3 – spíše ne, 4 – ani ano ani ne, 5 – spíše ano, 6 – téměř maximálně, 7 – zcela ano

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | Argumenty |
|--|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
| Vzájemný respekt, spolupráce a bezpečné prostředí | | | | | | | | |
| Společné prostory zařízení vypovídají o všech členech společenství – nevyzdvihují pouze vybrané osoby. | | | | | | | | |
| Děti si navzájem spontánně pomáhají v rámci aktivit. | | | | | | | | |
| Vzájemná pomoc mezi dětmi je vychovateli podporována. | | | | | | | | |
| Dítě je oslovováno svým jménem (k oslovení je použito jméno, s nímž dítě souhlasí) | | | | | | | | |
| Mají-li děti problém, řeší ho ve spolupráci s pedagogy, vedením školy | | | | | | | | |
| Pravidla jsou respektována a pracuje se s nimi | | | | | | | | |
| Jednání vychovatele a dítěte je založeno na partnerském vztahu (vzájemném respektu) | | | | | | | | |
| Děti jsou podporovány v oceňování práce a výsledků ostatních dětí. | | | | | | | | |
| Pedagogičtí pracovníci nepoužívají „nálepky“ k vyjádření výkonu žáka (zejména nízkého výkonu) | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Spolupráce všech dětí je podporována vychovatelem. | | | | | | | | | |
| Děti při společných činnostech automaticky, bezděčně spolupracují (i při řešení problémů) | | | | | | | | | |
| Každý je vnímán jako osobnost, která může naučit ostatní důležité věci bez ohledu na své možnosti či postižení | | | | | | | | | |
| Děti, které dosahují slabších výkonů, jsou respektovány stejně, jako děti s výbornými výkony | | | | | | | | | |
| Práce všech dětí je prezentována ve společných prostorech. | | | | | | | | | |
| Vychovatel s dětmi konzultuje podporu, kterou potřebují | | | | | | | | | |
| Reflexe aktivit a hodnocení dětí jako podpora individualizace a diferenciac | | | | | | | | | |
| Úspěch dítěte je hodnocen v porovnání s jeho individuálními možnostmi spíše než v porovnání s ostatními dětmi | | | | | | | | | |
| Hodnocení činností dítěte provádí vychovatel ve spolupráci s ním a vyhodnocuje jeho osobní pokrok vzhledem ke stanoveným osobním cílům | | | | | | | | | |
| Všechny děti jsou podporovány k dosahování velmi dobrých výkonů či výsledků | | | | | | | | | |
| Při aktivitách vychovatel reflektuje rozdílnosti ve znalostech a dovednostech dětí – využívají individualizace, diferenciac | | | | | | | | | |
| Při činnostech je zohledněna rozdílná | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| rychlost a schopnost, se kterou děti plní své aktivity | | | | | | | | | |
| Děti mají možnost vyslovit svůj názor na hodnocení vychovatele | | | | | | | | | |
| Děti mají příležitost ke vzájemnému hodnocení | | | | | | | | | |
| Vychovatel vytváří kritéria hodnocení ve spolupráci s dětmi | | | | | | | | | |
| Při činnostech jsou jasně pojmenovávány cíle, kterých mají děti dosáhnout; jsou individualizovány (rychlost, výkon, obsah) | | | | | | | | | |
| Zpětná vazba obsahuje informace ke zlepšení výkonu dítěte | | | | | | | | | |
| Hodnocení vychovatele je doplňováno sebehodnocením dítěte a naopak | | | | | | | | | |
| Vychovatelé se snaží posilovat sebedůvěru dětí, které ji mají nízkou | | | | | | | | | |
| Po skupinové činnosti následuje společná reflexe, využitá pro lepší přijetí a využívání odlišností dětí | | | | | | | | | |
| Vychovatel zaznamenává výsledky hodnocení | | | | | | | | | |
| Podpora zájmů dětí | | | | | | | | | |
| Vychovatelé přizpůsobují vzdělávací proces individuálním potřebám a zájmům dětí | | | | | | | | | |
| Mimoškolní činnosti obsahují aktivity, které mohou být vykonávány individuálně, ve dvojicích, skupinách | | | | | | | | | |
| Děti jsou motivovány a vedeny | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| k prozkoumávání názorů a pohledů, lišících se od jejich vlastních | | | | | | | | | |
| Materiální vybavení umožňuje bohaté využití v mimoškolních aktivitách | | | | | | | | | |
| Pro děti jsou k dispozici vhodně přizpůsobené pomůcky a pracovní materiál | | | | | | | | | |
| Vychovatelé reagují na signály ztráty zájmu, odcizení a na nekázeň | | | | | | | | | |

Příloha č. 2 – Plán rozvoje osobnosti dítěte

| PLÁN ROZVOJE OSOBNOSTI DÍTĚTE |
|---|
| 1 Citový vývoj a vývoj chování |
| 1.1 Reakce a způsob komunikace dítěte v běžných situacích <i>(projevy dítěte v běžných situacích, zvládnuté, zautomatizované situace, osvědčené postupy řešení, naslouchání druhým, formulace myšlenek, co dítě během čtvrtletí prožilo, co se dělo)</i> |
| 1.2 Morální projevy osobnosti <i>(samostatnost v rozhodování a přijímání důsledků svých rozhodnutí, schopnost vyjadřování a prosazování vlastních postojů a motivů jednání, prosazování vlastních zájmů bez omezení druhých, nevhodné způsoby sebeprosazení, možné příčiny, dodržování pravidel chování, zdvořilost a kultivovanost vystupování a jednání, přiznání chyby a poučení se z ní, omluva, rozlišování dobra a zla, správného a nesprávného, uvědomování si svých reálných schopností, sebehodnocení, základy občanského a právního vědomí - trestní odpovědnost, práva a povinnosti, pravidla chování)</i> |
| 1.3 Emocionalita <i>(emoční stabilita / labilita, schopnost dávat najevo emoce, orientace ve svém citovém životě, řešení citových problémů, citová vyzrálost či nevyzrálost, citová oblast v období dospívání)</i> |
| 1.4 Způsoby chování v zátěžových situacích <i>(co je pro dítě zátěžovou situací, jak často se dostává do této situace a jak se s ní nejčastěji vyrovnává, reakce na konflikt s dospělým, s dítětem (pláč, křik, agrese vůči sobě, okolí...))</i> |
| 2 Rodina a sociální vztahy |
| 2.1 Spolupráce s rodinou/širší rodinou / pěstouny... <i>(kontakt s rodiči, sourozenci, příbuznými, zájem rodiny o život dítěte a naopak, spolupráce s rodinou, návštěvy a pobyty doma, kontakt s náhradní rodinou)</i> |
| 2.2 Vztahy a spolupráce s ostatními <i>(respektování autorit, vztah k vrstevníkům, navazování sociálních kontaktů, kamarádství - vrstevníci, dospělí, schopnost vcítění se do situace druhého, pochopení postojů, pocitů a chování druhých, schopnost pracovat ve skupině - spolupráce, role, respektování názorů druhých, požádání o pomoc a poskytnutí pomoci, tolerance odlišných zájmů a názorů, hledání kompromisů)</i> |
| 3 Identita, zájmy a představa vlastní budoucnosti |
| 3.1 Identita <i>(povědomí o tom odkud pochází, kdo je jeho rodina, kde je rodina, sourozenci, jak často mluví o rodině, na koho a na co vzpomíná, stýská se mu, po čem touží, zvládnutí životních problémů a krizových situací - ústavní výchova, situace v rodině, rozvod, úmrtí)</i> |
| 3.2 Možnosti dítěte - nadání, zájmy, předpoklady pro další uplatnění <i>(zájmy, koníčky, nadání dítěte, kroužky v rámci VLO i mimo, oblíbené činnosti, způsob trávení volného času, profesní orientace, životní cíle, schopnost dítěte samostatně si organizovat volný čas)</i> |

| |
|--|
| <p>4 Vzdělávání <i>(vztah ke škole, příprava do školy, samostatnost při přípravě do školy, schopnost udržet školní pomůcky v pořádku, přístup k práci, zodpovědnost)</i></p> |
| <p>5 Sebeobsluha <i>(hygienické návyky, stravování, vaření, udržování pořádku ve svých věcech, péče o své okolí, vztah k penězům, finanční gramotnost, nakupování, vyřizování na úřadech)</i></p> |
| <p>6 Terapie <i>(jakých terapií se zúčastňuje, jak na ně reaguje, účast na sebezkušenostních setkáních)</i></p> |
| <p>7 Medikace a zdravotní stav dítěte <i>Významné informace o zdravotním stavu, nemoci, pobyty v nemocnici, úrazy, logopedie, alergie, brýle, užívané léky....</i></p> |
| <p>9 Doporučení pro práci s dítětem <i>(jaké přístupy u dítěte fungují a které nefungují a nemá smysl je používat, co se osvědčilo, na co dítě kladně reaguje, strategie pro práci s dítětem, prognóza dalšího vývoje, směřování dítěte, budoucnost)</i></p> |