

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra speciální pedagogiky

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Výchova ke zdraví u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami na základní
škole

Health education of the pupils with special educational needs on the primary
school

Jana Urbancová

Vedoucí práce: PaedDr. Eva Marádová, Csc.

Studijní program: Speciální pedagogika

Studijní obor: N SPPG (7506T002)

2020

Odevzdáním této diplomové práce na téma **Výchova ke zdraví u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami na základní škole** potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha, 2020

Chtěla bych poděkovat především vedoucí práce PaedDr. Evě Marádové, Csc.za trpělivou pomoc při zpracování této diplomové práce. Velké poděkování patří také všem ostatním – pedagogům, rodičům, žákům, kteří mi během psaní práce věnovali svůj drahocenný čas, podělili se o cenné informace a spolupracovali se mnou na praktických činnostech.

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá výchovou ke zdraví u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami na základní škole. Práce je zaměřena na žáky prvního stupně základní školy. První kapitola definuje pojem zdraví, determinanty zdraví a především charakterizuje výchovu ke zdraví jako předmět, který je součástí kurikula základní školy. Ve druhé části je pozornost zaměřena na charakteristiku žáků se speciálními vzdělávacími potřebami (SVP), na způsob jejich vzdělávání a na možnosti podpory v rámci vzdělávacího procesu. Jednotlivé skupiny žáků se SVP jsou charakterizovány z hlediska jejich potřeb ve vzdělání. Výzkumná část přináší ve třetí kapitole odpovědi na otázky o způsobu zapojení žáků se SVP do předmětů výchovy ke zdraví, byla použita metoda kvalitativního výzkumu provedeného formou strukturovaných rozhovorů. Stěžejním zjištěním je fakt, že zapojení těchto žáků do vzdělávání v oblasti podpory zdraví je nesmírně důležité a vzájemná spolupráce s běžnou populací je pro žáky se SVP obrovským přínosem do budoucího života. Navíc jde o vzájemné obohacování obou skupin a jejich přirozenou spolupráci v rámci inkluzivního procesu. Výstupem práce je projekt pro oblast výchovy ke zdraví.

KLÍČOVÁ SLOVA

zdraví, výchova ke zdraví, žáci se speciálními vzdělávacími potřebami, inkluze, projekt

ABSTRACT

The thesis deals with the health education by the pupils with special educational needs on the primary school. This work is based on the pupils of the first grade of the primary school. The first chapter give the defination of the health, of the determiners of the health and mainly describe the health education as the subjekt, which is the part of the school curriculum. In the second part is the attention aim on the charakterization of the pupils with special educational needs, on the way of they education and the oppotunities in support of educational process. The grupes of the pupils with educational needs are describe in the way of they educational needs. Research part give in the third chapter the answers of the questions about the way of connection of the pupils with special educational needs to the subjekt health education, it was used the method of the qualitative research made by the structured interview. The main result is, that the connection of this pupils to the education in the field of support in health is very important and the mutual cooperation with the common population is for the pupils with educational needs the great benefit for their future live. It's about mutual enrichment of the boath grupes and their inherent cooperation in the inclusion process. The result is the project for the part in health education.

KEYWORDS

Health, health education, pupils with special educational needs, project

Obsah

Obsah.....	6
Úvod.....	7
1 Fenomén zdraví.....	9
1.1 Definice zdraví.....	9
1.2 Determinanty zdraví.....	11
1.3 Opodstatněnost výchovy ke zdraví ve škole.....	15
1.4 Podpora zdraví ČR.....	17
1.5 Výchova ke zdraví ve škole	18
2 Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami.....	21
2.1 Vzdělávání žáků se SVP.....	21
2.2 Podpůrná opatření.....	22
2.2.1 Katalogy podpůrných opatření.....	23
2.2.2 Individuální vzdělávací plán.....	24
2.2.3 Asistent pedagoga.....	25
2.3 Podmínky pro vzdělávání žáků se SVP.....	26
2.3.1 Žáci s poruchou autistického spektra.....	26
2.3.2 Žáci se zrakovým postižením.....	28
2.3.3 Žáci se specifickými poruchami učení.....	31
2.4 Statistické údaje o vzdělávání žáků se SVP.....	33
2.5 Shrnutí teoretických částí.....	35
3 Výzkumná část.....	38
3.1 Cíle výzkumného šetření.....	38
3.2 Metodika výzkumného šetření.....	39

3.3	Charakteristika výzkumného vzorku.....	40
3.4	Charakteristika vybrané školy z hlediska podpory zdraví.....	42
3.5	Vyhodnocení rozhovorů s učiteli.....	47
3.6	Shrnutí výzkumné části.....	59
4	Projekt.....	60
4.1	Vzdělávací oblasti.....	61
4.2	Cíle projektu.....	62
4.3	Organizace projektu.....	63
4.4	Výstupy projektu.....	64
4.5	Praktické části projektu.....	65
4.6	Shrnutí projektu.....	110
	Závěr.....	113
	Seznam použitých informačních zdrojů.....	114

Úvod

Integrace a inkluze jsou v současném školství nejvíce skloňované pojmy. Není výjimkou, pokud se v běžné škole vzdělávají žáci nejrůznějších diagnóz. Názory na takto rozsáhlou inkluzivní vlnu se liší, čteme články, publikace o naprosto pozitivních zkušenostech, jiní poukazují na mnohé nedostatky a nepřípravenost školství na takto masivní inkluzi. Hodnocení inkluze není předmětem této diplomové práce, její linka se však jistě bude prolínat celou prací.

Téma diplomové práce jsem zvolila, neboť se profesně zajímám o žáky integrované v běžných základních školách a zároveň si uvědomuji, jak důležité je věnovat ve školách pozornost výchově ke zdraví, zdravému životnímu stylu a to u všech žáků, tedy i u těch se speciálními vzdělávacími potřebami.

Cílem práce je na základě kvalitativního výzkumu na základní škole postihnout aspekty, na které je třeba se zaměřit v rámci výchovy ke zdraví u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami, zhodnotit vhodnost projektového vyučování jako metody, která má přínos ve výchově ke zdraví u žáků se SVP a vytvořit projekt zaměřený na podporu složek zdraví jako součást školní výchovy a spolupráce s rodinou u žáků se SVP.

Práce je členěna na čtyři hlavní části. První část zahrnuje pohled na zdraví jako komplex bio-psycho-sociálních faktorů, na determinanty zdraví, opodstatněnost výchovy ke zdraví ve škole a zasazení podpory výchovy ke zdraví do kurikula ZŠ. Druhá část se zabývá charakteristikou žáků se SVP z hlediska legislativy a podporou vzdělávání těchto žáků v rámci běžných škol. V jednotlivých kapitolách jsou zmíněny skupiny žáků se SVP, o kterých je hovořeno v diplomové práci a jejich potřeby jak v běžném životě, tak v rámci inkluzivního procesu v běžné ZŠ.

Třetí kapitola je zaměřena na vlastní výzkumné šetření. Hlavním cílem této části je na příkladu konkrétní základní školy zmapovat přístup učitelů prvního stupně k žákům se SVP v oblasti výchovy ke zdraví, zjistit jejich názor na vhodnost projektového vyučování jako metody výuky, která působí efektivně při zapojení žáků se SVP do problematiky výchovy ke zdraví při výuce. Výzkumná část je zpracována na základě kvalitativního výzkumu, hlavní metodou je strukturovaný rozhovor s pedagogickými pracovníky.

Výstupem práce je ve čtvrté části projekt, který zaměřuje pozornost školy v oblasti výchovy ke zdraví na žáky se SVP. Princip inkluze sice praví, že nedělíme žáky na skupiny a to z jakéhokoliv důvodu, v této práci je to však opodstatněné, protože tyto skupiny se v rámci společné výuky ovlivňují a mohou být navzájem přínosem. Přítomnost žáků se SVP ve třídě může být pro ostatní žáky obohacením ve změně v postojích, názorech a to také v oblasti výchovy ke zdraví (k přístupu ke zdraví). Projekt není plánován jako jednorázový, je zaměřen na více složek, které ovlivňují zdraví, může být návodem co dělat během celého roku, jak zapojit rodiče, jak propojit všechny žáky včetně žáků se SVP. Jde o návrh činností a aktivit, které mohou snadno splynout s běžnou výukou v jednotlivých předmětech a zároveň napomoci věnovat se oblasti výchovy ke zdraví lehkou, hravou formou.

1 Fenomén zdraví

Pojem zdraví rádi a často skloňujeme ve všech pádech, používáme ho ve všech možných slovních spojeních, mnohdy i ve zdánlivě nesouvisejících se samotným zdravím, denně tento pojem slycháváme v médiích, reklamy jsou plná doporučených výrobků vhodných pro naše zdraví.

Jedním z úskalí při vymezování pojmu zdraví je, jak uvádí Křivohlavý (2009), jeho používání v určitých situacích bez vysvětlení smyslu v jakém bylo použito – např. zdravé mezilidské vztahy, nezdravá sexualita, ozdravení společnosti. Pojem zdraví je tak zaváděn do nových oblastí života, kde bez objasnění významu může být zavádějící, případně mylně interpretován.

V minulosti byl pojem zdraví spojován s nepřítomností nemoci (Zvírotský, 2014). Toto prosté chápání samozřejmě naráží na určitá úskalí. Každý z nás je individualita, která nepřítomnost nemoci může chápat zcela odlišně. Často nás udivují lidé s těžkým tělesným, smyslovým nebo mentálním handicapem, jak mohou přes svůj handicap zvládat běžné situace a oni místo lamentování nad svým stavem hledají způsoby, jak prožít život šťastně a spokojeně.

Každý z nás užívá pojem zdraví běžně ve svém životě, přejeme si hodně zdraví a vyjadřujeme tím, že zdraví je hlavním cílem našeho života. Podle Křivohlavého (2009) je však zdraví spíš prostředník našich skutečných cílů, kterých chceme v životě dosáhnout. Lidé jsou zaměřeni k cílům, plnění úkolů, plánům a být nemocen jakožto opak být zdrav brání realizaci takto stanovených cílů, plánů a předsevzetí. Podobně Machová (2015) tvrdí, že zdraví není pro jedince smyslem života, ale způsobem naplňování životních cílů, neboť bez dobrého zdraví není možné plány naplnit. Zdraví považuje za společenskou hodnotu, která napomáhá utváření hospodářských a společenských hodnot.

1.1 Definice zdraví

V průběhu historie byla vytvořena řada definic zdraví, liší se především způsobem nahlížení na tuto problematiku. Vývoj definic směřoval od užšího pojetí zdraví zaměřeného pouze na tělesnou složku k širšímu pojetí zahrnující více složek ovlivňujících člověka.

Z tohoto hlediska Křivohlavý (2009) vymezuje několik teorií zdraví, které v průběhu vývoje lidstva můžeme zaznamenat. Zdraví bylo některými kulturami považováno za zdroj fyzické a psychické síly, která umožňovala člověku překonávat těžké situace, jiné teorie mluví o vnitřní (metafyzické) síle člověka umožňující dosahovat vyšších cílů. Další teorie zdraví zdůrazňuje pojem adaptace, tedy schopnost člověka přizpůsobit svou osobu či okolní prostředí určité situaci a tím být zdrav. Zaznamenány jsou také přístupy, kdy je zdraví chápáno jako určité zboží, komodita, kterou si lze koupit, či obecně získat, ale také o ně může přijít.

Nejznámější definici hojně používanou a diskutovanou je ta, která byla zveřejněna Světovou zdravotnickou organizací (World Health Organization – WHO) v roce 1946. Ta říká: „*Zdraví je stav, kdy je člověku naprosto dobře, a to jak fyzicky, tak psychicky i sociálně. Není to jen nepřítomnost nemoci a neduživosti.*“ (Křivohlavý, str. 37, 2009) Tato definice staví na zdraví jako ideálu, ke kterému každý ve svém životě směřuje. Mnozí autoři zabývající se snahou o další definice vycházejí z polemiky s touto definicí WHO, většina kritik upozorňuje na nebezpečí tohoto ideálu zdraví a také na fakt, že definice hovoří pouze o fyzickém, duševním a sociálním zdraví, ale opomíjí další složky, především duchovní. Mnozí autoři směřují k **holistickému, bio-psycho-socio-spirituálnímu pojetí** zahrnující i další složky bytí člověka, jehož samotné bytí je vícevrstevné, ale navíc je zasazeno do vnějšího prostředí, které jeho samotného i jeho zdraví ovlivňuje.

Křivohlavý (2009) se do své vlastní definice tyto aspekty pokusil zahrnout: „*Zdraví je celkový (tělesný, psychický, sociální a duchovní) stav člověka, který mu umožňuje dosahovat optimální kvality života a není překážkou obdobného snažení druhých lidí.*“ (Křivohlavý, str. 40, 2009) Setkáváme se tak s pojmem kvality života, která souvisí s mírou uspokojení jedince s dosahováním vlastních cílů. Každý jedinec má vytyčeno individuálně určité množství životních cílů a hodnot, kterých chce v určitém časovém úseku dosáhnout. Jeho spokojenost na cestě k jejich dosažení vytváří kvalitu jeho života.

Strnadlová (2011) vymezuje tři interakční roviny ovlivňující zdraví, první rovina staví na individualitě samotného člověka, tedy na jeho tělesné, psychické a sociálně-duchovní stránce, druhá rovina zdůrazňuje pozici člověka jako sociální bytosti a jeho zdraví tak

ovlivňuje kvalita sociálního prostředí, ve kterém se pohybuje. Toto pojetí završuje globální rovina, která zasazuje zdraví jednotlivce do zdravotního stavu světa.

WHO průběžně provádí revize své definice zdraví, v roce 1977 v rámci programu Zdraví pro všechny do roku 2000 zahrnuje do své definice schopnost jedince vést sociálně a ekonomicky produktivní život. Velký posun způsobuje program WHO Zdraví pro všechny v 21. století přijatý roku 1999, zdraví je zde posuzováno z hlediska schopnosti světa ve snížení úmrtnosti, nemocnosti a postižení a nárůstu pocíťované úrovně zdraví, je zde vymezen pojem zdravotní potenciál jako schopnost člověka starat se o sebe, o druhé a zajistit si tak kontrolu nad svým životem za podpory celé společnosti (Řehulka, 2011). Zdravotní potenciál je tedy dle WHO nejvyšší úroveň zdraví, jež může jedinec dosáhnout a to prostřednictvím vlastní iniciativy, aktivity a podpory společnosti (Mužíková, 2010).

1.2 Determinanty zdraví

Na zdraví člověka působí v průběhu života, ale také již před narozením, mnoho faktorů. Jejich dopad může být individuální, neboť každý z nás je jedinečnou individualitou, proto výsledek jejich vlivu je někdy pozitivní, tedy zdraví chránící a posilující, někdy negativní, tedy zdraví oslabující až způsobující nemoc (Machová, 2015). Mluvíme o determinantech zdraví, pochopení jejich vlivu a dopadu může pomoci ovlivňovat výše uvedený zdravotní potenciál člověka dle WHO.

Determinanty zdraví lze rozdělit do čtyř skupin: vrozené předpoklady, životní a pracovní prostředí, zdravotní péče a styl života (Zvírotský, 2014). Svůj **genetický základ**, který získáváme od svých rodičů v prenatálním období a tedy i od předchozích generací označujeme jako faktory vnitřní, my samy je nemůžeme příliš ovlivnit. Podstatný je však jejich vliv na naše predispozice k určitým nemocem, na případnou délku našeho života a přirozenou odolnost našeho organismu.

Další tři skupiny tvoří vnější faktory, se kterými lze relativně dobře pracovat. Je však třeba mít vždy na zřeteli jejich vzájemnou interakci, mohou se vzájemně oslabovat či posilovat (Zvírotský, 2014).

Životní prostředí tvoří 20% faktorů. V této souvislosti mluví Středa (2010) o environmentálním zdraví, které zahrnuje vnější fyzikální, chemické a biologické vlivy působící v kontextu se zdravím jedince a populace. Je třeba dbát zvýšené pozornosti na ochranu životního prostředí, neboť jsou prokázány její nesporné negativní dopady na fyzické i psychické zdraví. Prioritou může být: kvalita vody, kvalita ovzduší, nezávadnost potravin, prevence stresu, odstraňování nadměrného hluku, kvalita zástavby, bezpečnost pohybu po komunikacích. Zajištění vhodného životního prostředí je velmi důležité v celé sféře působení člověka, tedy v domácnosti, také na pracovišti a v případě žáků v prostorech školy.

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (dále RVP ZV), v případě jiného typu školy příslušný RVP, stanovuje v oddílu D kapitole 10 „Materiální, personální, hygienické, organizační a jiné podmínky pro uskutečňování RVP ZV“. Prostorové a materiální podmínky kladou požadavky na vhodné vybavení učeben a odborných učeben, šatny, prostory pro hygienu žáků i pracovníků včetně WC, prostory pro společné stravování, relaxaci, odpolední zájmovou činnost včetně prostor družin.

Hygienické podmínky a podmínky pro bezpečné vzdělávání zahrnují potřebu vytváření vhodného denního režimu, také stravovacího a pitného režimu, dodržování zákazu kouření a užívání jiných škodlivých látek, prevenci před úrazy a obecně zajištění a kontrolu bezpečnosti prostředí školy. Významnou roli hraje také vytváření psychosociálních podmínek ve školách, tedy vytváření přátelského prostředí, podmínek pro zdravé učení, vytváření příznivého sociálního klimatu a vzájemné spolupráce učitele a žáka. Podstatná je spolupráce celého trojúhelníku škola – zákonní zástupci – žáci. Zakotvena je tedy možnost účasti na vytváření podmínek ze strany všech jmenovaných (RVP ZV od 1.9.2017 [online]).

Konkrétně jsou stanoveny požadavky na odpovídající světlo, teplo, bezhlučnost, čistotu, větrání, velikost sedacího a pracovního nábytku, hygienické vybavení prostorů a to v příslušných normách (Vyhláška č. 410/2005 Sb. [online]). Vyhláška zmiňuje v § 4 úpravu prostředí pro žáky s postižením: *„Pro žáky s postižením musí být ve školách uskutečňujících vzdělávací program pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami zajištěny podmínky podle druhu jejich zdravotního postižení. V učebnách musí být*

vytvořeny relaxační koutky s odpovídajícím vybavením umístěné mimo prostor lavic. Vyčleňuje se prostor pro odkládání a uložení kompenzačních pomůcek“ (<https://www.tzb-info.cz/pravni-predpisy/vyhlaska-c-410-2005-sb-o-hygienickych-pozadavcich-na-prostory-a-provoz-zarizeni-a-provozoven-pro-vychovu-a-vzdelavani-deti-a-mladistvych> [online] [cit. 2019-09-28]).

Zdraví ovlivňuje úroveň a kvalita **zdravotní péče**. Machová (2015) uvádí podíl tohoto faktoru ve výši cca 10%, má tedy nejnižší podíl ve výčtu determinantů, ale zcela jistě nezanedbatelný. Zahrnuje takové fenomény, jako jsou: rozvoj medicíny a lékařské techniky v dané společnosti, zdravotní politiku státu, dostupnost zdravotní péče, zdravotnický systém, úroveň zdravotnictví, organizaci financování a řízení zdravotnictví. Také v této oblasti může škola pomoci svým žákům se zorientovat, žáci se učí pochopit systém zdravotnické péče našeho státu, způsob využití jednotlivých systémů zdravotnictví v konkrétních životních situacích.

Za stěžejní determinantu zdraví lze považovat **životní styl**, ten tvoří polovinu všech faktorů ovlivňujících zdraví. Machová (2015) propojuje v definici životního stylu dva pojmy: dobrovolné chování charakterizované výběrem a nastalé životní situace charakterizované možnostmi. V životě člověka tedy nastávají určité životní situace, které vyvolávají jisté formy dobrovolného chování založeného na výběru z více možností. Je pak na každém z nás jakou variantu si zvolíme, zda tu, která podporuje naše zdraví, či tu, která působí negativně na naše zdraví. Pokud však jedinec získá dostatečné znalosti o tom, co zdraví podporuje, nebo negativně ovlivňuje, může se správně rozhodnout. Zvírotsky (2014) upozorňuje, že však není zcela pravda, že by životní styl závisel pouze na vůli jedince. Je třeba pomýšlet na člověka jako součást celé společnosti, jeho chování tak ovlivňuje výchova v rodině, vliv vrstevníků, tradice společnosti, ekonomická situace společnosti a osobnostní dispozice samotného jedince. Ty tvoří jeho věk, vzdělání, pohlaví, rasa, hodnotové a postoje vlivy (Machová, 2015). Přesto každý, kdo chce své zdraví pozitivně ovlivňovat, zde nachází široké pole působnosti.

Machová (2015) vymezuje několik faktorů, které nejvíce poškozují naše zdraví, mezi ně patří: kouření, nadměrná konzumace alkoholu, zneužívání drog, nesprávná výživa, nízká pohybová aktivita, nadměrná psychická zátěž a rizikové sexuální chování. Za nejvýznamnější činitele lze považovat výživu. Ta má nesporný vliv již v prenatálním období vývoje člověka, nesprávná výživa matky zahrnující nedostatek minerálů, vitamínů a živin může negativně ovlivnit vývoj plodu. Také špatná výživa malého dítěte již od narození ovlivňuje negativně jeho budoucí vývoj jak po stránce fyzické, tak i psychické. Dítě si tak přináší negativní fyzické i psychické handicap až do dospělosti, nepřehlédnutelným faktorem je vytváření si špatných výživových vzorců (Marádová, 2010).

Za další z významných činitelů ovlivňujících zdraví člověka a zdravý životní styl patří pohyb. Tak jako příjem potravy, tak také pohyb patří od pradávna k základním potřebám existence člověka. Každodenní tělesná aktivita vzhledem k propojenosti všech funkcí a soustav lidského organismu zajišťuje správnou činnost těchto funkcí. Má nesporný vliv na fyzické zdraví a kondici, ovlivňuje hladinu cholesterolu v těle, zpevňuje svalovou a kosterní soustavu, napomáhá správnému prokrvení kůže. Pohyb je také významným činitelem v oblasti imunologie, je prevencí civilizačních chorob. Nesmírnou hodnotu přináší v oblasti duševního zdraví, účinky psychoregenerační, psychoregulační a psychorelaxační zvyšují odolnost vůči stresu. Se schopností pohybu souvisí komunikace řečí a písmem jako součást socializace člověka, jeho zařazení do společnosti a to již od útlého věku (Kubátová, 2010).

Správný postoj k otázce životního stylu si tak dítě vytváří od útlého věku. Primární úlohu při nastavování vzorců chování a volbě správných variant pozitivně ovlivňujících zdraví dítěte nese rodina. Ta vytváří základ postojů v oblasti hygieny, výživy, sociálních rolí a je stavebním kamenem utváření životního stylu a hodnot dítěte. V předškolním a později školním věku vstupuje do oblasti výchovy ke zdraví mateřská a základní škola a má tak možnost a prostor ve spolupráci s rodinou v rámci vzdělávacího procesu spoluutvářet tyto hodnoty a postoje (Marádová, 2006).

1.3 Opodstatněnost výchovy ke zdraví ve škole

Jak bylo zmíněno v předešlé kapitole, lze dle Machové (2015) vymezit čtyři základní determinanty zdraví, které ovlivňují chování a postoje lidí v této oblasti a to v celé věkové škále od narození až po stáří. Také v období školního věku působí na zdraví vliv genetického základu, životního prostředí, ale je třeba zaměřit pozornost především na vliv životního stylu, kde může slábnout postoj rodiny a převažovat vrstevnický vliv. Dále nelze podceňovat postoje, které si žáci utvářejí v rámci vzdělávacího procesu.

V roce 2011 byla vydána Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků na základě mezinárodního výzkumu uskutečněného v roce 2010 v rámci mezinárodního projektu „Health Behaviour in School-aged Children: WHO Collaborative Cross-National study (HBSC). Ta přinesla alarmující zjištění z oblasti chování školáků ke svému zdraví a to přestože oni sami hodnotili svůj zdravotní stav v devíti z deseti případů pozitivně.

Nejčastější příčinou úmrtí mládeže je úraz, přičemž každý druhý žák úraz ve sledovaném období utrpěl. Vážné zdravotní dopady má výskyt nadváhy a obezity, tou trpěla třetina chlapců a desetina dívek, chlapci v této oblasti převyšovali dívky ve všech věkových kategoriích. Obezita úzce souvisí s úrovní pohybové aktivity a úrovní stravovacích zvyklostí. Pro zdravou výživu je významným faktorem pravidelná snídane – s věkem klesá procento dětí, které pravidelně snídají, v patnácti to bylo pouze 46 % chlapců a 42 % dívek. Obdobná situace nastala také u konzumace ovoce a zeleniny. Naopak oblíbená byla konzumace sladkostí, které každodenně konzumovala více jak čtvrtina žáků. Čtvrtina chlapců a pětina dívek také pravidelně pila Colu a další sladké nápoje.

Dentální hygiena vyšla ve prospěch dívek, alespoň dvakrát denně si zuby čistily dvě třetiny chlapců a tři čtvrtiny dívek. Zkušenosti s kouřením tabáku uvedla více než polovina třináctiletých a tři čtvrtiny patnáctiletých. Pravidelnými kuřáky bylo 18 % patnáctiletých. Pravidelně kouřili častěji dívky než chlapci. Co se týkalo konzumace alkoholu, žáci měli nejčastější zkušenosti s pivem. V 15 letech pravidelně pila alkohol třetina dívek a téměř polovina chlapců.

Dalším sledovaným faktorem byla pohybová aktivita - tři čtvrtiny žáků nedosahovaly na 60 minut pohybové aktivity každý den v týdnu. Většina žáků trávila více než 2 hodiny denně před televizní obrazovkou a u počítače. Zatímco sledování televize postupně klesá,

dramaticky narostl počet žáků, kteří trávili dvě a více hodin u počítače ve všech věkových kategoriích (Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků, 2011 https://hbsc.cz/wp-content/uploads/2018/09/narodni_zprava_zdravi_ziv_styl.pdf [online]).

Poslední sběr dat studie HBSC proběhl v roce 2018. Ten ukazuje následující údaje: rapidně narůstá počet žáků s nadváhou a obezitou, více jak pětina má problémy s hmotností, roste počet obézních chlapců nejčastěji ve věkové kategorii patnácti let. Zajímavý se zdá být fakt, že větší riziko nadváhy mají žáci z hůře sociálně situovaných rodin. Toto zjištění vychází pravděpodobně z důvodu, že tyto rodiny nemají dostatek prostředků na nákup kvalitních potravin. Výživa žáků se jinak zlepšuje, žáci více konzumují ovoce a zeleninu a vynechávají sladkosti. Téměř polovina žáků ve věku 11-15 sní alespoň jeden kus ovoce denně, u zeleniny jde o jednu třetinu žáků. Sladkosti konzumuje každý den každý pátý žák, pozitivní je, že se jedná o pokles o třetinu oproti minulým letům. Obdobná situace je u konzumace sladkých nápojů, ty pravidelně pije 14 % žáků, možná se však jejich náhradou stává požívání energetických nápojů – za rizikovou hranicí dvou nápojů týdně se pohybuje cca 11 % školáků. Mírně narostl počet žáků, kteří zahajují svůj den snídaní.

Naši školáci opustili přední evropské příčky v pravidelném kouření a to z 23 % v roce 2006 na 11 % v roce 2018. Nad evropským průměrem zůstávají naši žáci v pravidelném pití alkoholu a to přesto, že pravidelné pití zaznamenalo v posledních letech rapidní pokles 34,8 % v roce 2002 na 17 % v roce 2018. Součástí životního stylu našich školáků se čím dál více stává využívání sociálních sítí, navyšuje se počet těch, kteří se chovají rizikově (Zdravá generace, <https://zdravagenerace.cz> [online]).

Z těchto a podobných výzkumů vyplývá, že situace v oblasti výživy a životního stylu školáků se zlepšuje a to i v porovnání se situací v celé Evropě. Můžeme se jen domnívat, zda je to díky lepšímu povědomí lidí o možnostech v péči o zdraví a zdravý životní styl, nebo lepší životní situaci občanů. Rozhodujeme-li se ve prospěch zdraví, mluvíme o zdravotní gramotnosti, na jejímž posilování má svůj podíl předmět výchova ke zdraví na školách a tudíž má smysl zařazovat ji do ŠVP škol (Nejedlá, 2015).

1.4 Podpora zdraví ČR

Podpora zdraví obyvatel patří mezi stěžejní úkoly každé společnosti. Jen člověk zdravý ve všech sférách své osobnosti přináší společnosti ekonomické hodnoty, zakládá nové rodiny a napomáhá tak rozvoji celé společnosti.

V rámci celosvětového trendu podpory zdraví obyvatel byl v roce 1988 formulován Světovou zdravotnickou organizací program *Zdraví 21 – zdraví pro všechny v 21. století (Zdraví 21)*, jehož závěry zahrnula ČR do svého *Dlouhodobého programu zlepšování zdravotního stavu obyvatelstva ČR – Zdraví pro všechny v 21. století* přijatého v roce 2002 (Mužíková, 2010).

Program Zdraví 21 staví na pěti principech: spravedlnosti v oblasti rozvoje vlastního zdravotního potenciálu, solidaritě při podpoře zdraví, trvalé a časově dlouhodobější udržitelnosti zdravotního potenciálu, vlastní účasti při péči a rozhodování se o zdraví a etické volbě. Mezi hlavní cíle programu patří: solidarita ve zdraví, spravedlnost ve zdraví, zdravý start do života, zdravý mladých, zdravé stárnutí, zlepšení duševního zdraví, prevence infekčních onemocnění, snížení výskytu poranění, zdravější životní styl (Machová, 2010). Program Zdraví 21 stanovuje také konkrétní cíle pro oblast základního vzdělávání, prostřednictvím projektové formy kurikula jsou tak doplněny vzdělávací dokumenty.

Ministerstvo zdravotnictví ČR každoročně vyhláší dotační program Národní program zdraví – Projekty podpory zdraví, cílem programu je pozitivně ovlivňovat zdraví, životní podmínky a zdravý životní styl v rámci rodin, obcí, komunit, nebo podniků. Projekty zaměřené na dětskou populaci se zabývají oblastí výživy, pohybu, prevencí úrazovosti, prevencí zneužívání škodlivých látek. V rámci škol se setkáváme v současné době nejčastěji s projekty Ovoce do škol, Mléko do škol.

Za nejsystematičtější propracovaný komunitní program lze považovat program „Škola podporující zdraví“ s častěji užívaným názvem „Zdravá škola“ (Křivohlavý, 2009). Koordinátorem a garantem programu je v současné době Státní zdravotnický ústav, na stránkách této organizace lze najít informace k projektu jak pro základní, tak pro mateřské školy (Mužíková, 2010). Vstup do programu je určen pro školy, které chápou zdraví obecně a zdraví svých žáků jako součást působení více faktorů – fyzických, duševních,

sociálních i duchovních na osobnost jedince v rámci školy i celé komunity, která na školu působí. Zdraví je tedy chápáno holisticky. Jde o podporu plnohodnotného života jedince tak, aby se tato kvalita jeho života odrážela v celé společnosti (Křivohlavý, 2009). Machová (2010) vymezuje čtyři konkrétní cíle projektu. Především by se měla odpovědnost za zdravé vedení života týkat celé komunity, tedy od žáků až po ředitele školy, přičemž dospělí jedinci jdou ve svém jednání příkladem svým žákům. Své místo má utváření sociální interakce a komunikace s důrazem na utváření vztahů uvnitř školy, důraz na školní klima a pozitivní atmosféru a sociální vztahy. S tím souvisí utváření vztahů a spolupráce s rodiči a obcí. Pro podporu výchovy ke zdraví na školách je dále podstatné zařadit metody a formy vyučování, které umožní žákům jejich rozvoj po všech stránkách osobnosti. S těmito cíly plně koresponduje RVP ZV.

1.5 Výchova ke zdraví ve škole

Výchova ke zdraví na základní škole navazuje na výchovu ke zdraví v rodině a v systému předškolního vzdělávání, tedy RVP ZV navazuje na RVP pro předškolní vzdělávání (RVP PV). Obsah vzdělávání je v RVP PV uspořádán do pěti vzdělávacích oblastí: dítě a jeho tělo, dítě a jeho psychika, dítě a ten druhý, dítě a společnost, dítě a svět. Okruh výchovy ke zdraví je zařazen většinou v oblasti dítě a jeho tělo, u dětí je podporována fyzická pohoda, pozornost je zaměřena na zvyšování tělesné zdatnosti, na pohyb, manipulaci s předměty, děti se učí sebeobsluže a zdravým návykům a postojům (Mužíková, 2010).

Marádová (2006) uvádí, že problematika zdraví se prolíná celým RVP ZV, na což je třeba myslet při vytváření ŠVP školy a zařazování předmětu výchova ke zdraví. RVP ZV vymezuje devět hlavních vzdělávacích cílů, mezi které patří také: „*učit žáky aktivně rozvíjet a chránit fyzické, duševní a sociální zdraví a být za ně odpovědný*“ (RVP ZV od 1.9.2017 [online]. [cit. 2019-10-22] <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/opatreni-ministryne-skolstvi-mladeze-a-telovychovy-kterym-se-1-1-1>). Všichni učitelé by měli být s tímto cílem ztotožnění a chápat způsoby jeho naplňování. Zdravotní gramotnost se tak stává jednou z klíčových kompetencí vymezených RVP ZV, neboť vede žáky k chápání zdraví jako důležité životní hodnoty.

RVP ZV je rozdělen do devíti vzdělávacích oblastí, ty jsou tvořeny vzdělávacími obory, které vykazují obsahovou blízkost. Na prvním stupni základní školy je téma zdraví a jeho podpory součástí vzdělávací oblasti **Člověk a jeho svět**. Jak již bylo zmíněno, tato oblast navazuje na znalosti a postoje utvářené v rodině a později v předškolním vzdělávání a snaží se je cíleně rozvíjet. Setkáváme se zde s tématy rodiny, společnosti, člověka, vlasti, přírody, techniky a dalších. Žáci si na základě vlastního prožitku utváří ucelený obraz světa. Jedním z tematických okruhů této vzdělávací oblasti je **Člověk a jeho zdraví** (RVP ZV od 1.9.2017 [online] [cit. 2019-10-22] <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/opatreni-ministryne-skolstvi-mladeze-a-telovychovy-kterym-se-1-1-1>).

Žáci se v okruhu člověk a jeho zdraví setkávají s tématy ochrany zdraví, s otázkou denního režimu, hygieny, výživy, vztahů mezi lidmi. Učí se rozpoznat co je zdravé, jak předcházet nemocem, úrazům, jak provést první pomoc. Žáci jsou konfrontováni s různými životními situacemi a formou her a modelových situací se je snaží řešit. Cílem je vést žáky k poznání o důležitosti ochrany zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty (Mužíková, 2010).

Učivo okruhu Člověk a jeho zdraví se člení na následující tematické celky:

- Lidské tělo,
- Partnerství, rodičovství, základy sexuální výchovy,
- Péče o zdraví, zdravá výživa,
- Návykové látky a zdraví,
- Osobní bezpečí,
- Situace hromadného ohrožení (Mužíková, 2010).

Vzdělávací obor **Výchova ke zdraví** je vyučován pouze na druhém stupni základní školy, je však realizován v oblasti **Člověk a zdraví**, jejíž součástí je také obor **Tělesná výchova** (včetně zdravotní tělesné výchovy) vyučované na obou stupních ZŠ. Vzdělávací oblast Člověk a zdraví klade důraz ve svých výstupech na poznatky a praktické dovednosti žáků v otázkách ovlivňování zdraví, poznání sami sebe, pochopení hodnoty zdraví, pochopení důsledků poškozování zdraví, pochopení důležitosti zdravotní prevence. Vždy jsou preferovány praktické schopnosti a dovednosti, žáci se učí samostatnému jednání a

rozhodování v modelových situacích. Dalším cílem je motivovat žáky k aktivnímu přístupu vůči svému zdraví a jeho ovlivňování a posilování. Výchova ke zdraví jako obor navazuje na obor **Člověk a jeho svět** a rozvíjí dovednosti získané na prvním stupni ZŠ v oblasti hygienických, stravovacích a zdravotně preventivních návykách, rozšiřuje vědomosti o návykových látkách, o předcházení úrazů a zajištění osobního bezpečí v běžných i mimořádných situacích. Další témata jsou rodina, společnost, příroda, mezilidské vztahy, úzce tak souvisí s průřezovým tématem **Osobnostní a sociální výchova** (Marádová, 2006).

Cílem vzdělávacího oboru **Tělesná výchova** je poznání vlastních pohybových možností. Žáci si rozšiřují oblast svých zájmů, sledují účinky pohybu na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu. Důraz je kladen na vedení žáků k samostatnému rozhodování o zařazení pohybu do svého denního režimu a tím vytváření optimálních podmínek pro regeneraci sil, uspokojování pohybových potřeb, podporu zdatnosti a podporu zdraví a zdravého životního stylu. V rámci oboru **Tělesná výchova** je myšleno také na žáky se SVP, kteří mohou využívat speciální kompenzační cvičení (Mužíková, 2010)

Výchova ke zdraví je také součástí dalších vzdělávacích oblastí. Vzdělávací obor **Příroda** vzdělávací oblasti **Člověk a příroda** zahrnuje učivo korespondující s výchovou ke zdraví – jde o biologii člověka, jeho fylogenezi, ontogenezi, anatomii, nemoci, úrazy a jejich prevenci, životní styl. Vzdělávací obor **Chemie** obsahuje témata bezpečnosti práce, přírodních látek, mimořádných událostí, nebezpečných a návykových látek. Vzdělávací oblast **Člověk a svět práce** zahrnuje učivo přípravy pokrmů. Byl již také zmíněn význam průřezových témat pro obor **Výchova ke zdraví**, neboť rozšiřují možnosti zařazování těchto témat do výuky. Kromě již zmíněné **Osobnostní a sociální výchovy** je třeba nezapomenout na **Environmentální a Mediální výchovu** (Mužíková, 2010).

2 Žáci se speciálními vzdělávacími potřebami

Cílovou skupinou této práce jsou žáci se speciálními vzdělávacími potřebami (dále jen žáci se SVP), v následujících kapitolách je vymezen pojem žák se SVP, jsou objasněny podmínky úspěšného vzdělávání těchto žáků v běžných školách a jsou charakterizovány jednotlivé skupiny dle diagnóz.

2.1 Vzdělávání žáků se SVP

Součástí Ústavy České republiky je Listina základních práv a svobod, která zakotvuje právo všech dětí na vzdělání. Podstatné v rámci vzdělávání žáků se SVP je nerozlišování žáků hendikepovaných a intaktních, na žáky se SVP je pohlíženo v celé šíři jejich osobnosti a ne pouze z hlediska charakteru jejich postižení.

Legislativní základ vzdělávání žáků se SVP je položen zákonem č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů. Novely školského zákona přinesly nový přístup k žákům se SVP, žáci již nejsou kategorizováni dle diagnózy, ale je kladen důraz na podporu, kterou tito žáci získávají s cílem dosáhnout maximálně možných výstupů ve vzdělání.

Vymezení žáků se SVP je ve školském zákonu uvedeno v § 16 následovně: *„Dítětem, žákem a studentem se speciálními vzdělávacími potřebami se rozumí osoba, která k naplnění svých vzdělávacích možností nebo k uplatnění nebo užívání svých práv na rovnoprávném základě s ostatními potřebuje poskytnutí podpůrných opatření. Podpůrnými opatřeními se rozumí nezbytné úpravy ve vzdělávání a školských službách odpovídající zdravotnímu stavu, kulturnímu prostředí nebo jiným životním podmínkám dítěte, žáka nebo studenta. Děti, žáci a studenti se speciálními vzdělávacími potřebami mají právo na bezplatné poskytování podpůrných opatření školou a školským zařízením.“* (Školský zákon, <http://www.msmt.cz/dokumenty-3/skolsky-zakon-ve-zneni-ucinnem-od-1-9-2018> [online] [cit. 2019-11-12])

Jak uvádí Kendíková (2016), konkrétní detaily a podrobnosti o vzdělávání žáků se SVP poskytují prováděcí předpisy ke školskému zákonu. Jedná se především o vyhlášku č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se SVP a žáků nadaných ve znění platném od 1.1.2020. (<http://www.msmt.cz/dokumenty-3/vyhlasiky-ke-skolskemu-zakonu> [online] [cit. 2020-01-

15]). Vyhláška definuje pojem podpůrná opatření, IVP a jeho uplatnění při vzdělávání žáků se SVP, upravuje činnost asistenta pedagoga a jeho profesní předpoklady, stanovuje konkrétní postup poskytování podpůrných opatření pro jednotlivé stupně podpory, organizaci vzdělávání žáků se SVP, podporu bezpečnosti a zdraví. Součástí normy je podrobný přehled podpůrných opatření, vzor IVP, norma se dále zabývá vzděláváním žáků nadaných.

Poskytování poradenských služeb je upraveno vyhláškou č. 72/2005 Sb. ve znění pozdějších předpisů <http://www.msmt.cz/vzdelavani/1-pravni-predpisy-a-souvisejici-dokumenty> [online] [cit. 2019-12-10]). Poradenská služba je poskytována bezplatně na základě žádosti, součástí vyhlášky a zároveň procesu služby je informovaný souhlas o způsobu a účelu poskytnuté služby a právech i povinnostech žadatele. Účelem poradenské služby je mimo jiné zajištění speciálních vzdělávacích potřeb žáka, výsledkem je pak zpráva a doporučení k zajištění těchto potřeb.

Školy při tvorbě ŠVP a stanovování učebních plánů začleňují problematiku vzdělávání žáků se SVP na základě RVP ZV a to konkrétně dle kapitoly 8 části D. V kapitole 7 RVP ZV je upraven učební plán tak, aby lépe umožnil tvorbu ŠVP. Kapitola 5 obsahuje minimální doporučené úrovně pro úpravu očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření, ty byly inspirovány očekávanými výstupy ze zrušené Přílohy RVP ZV pro žáky s LMP a slouží pro vzdělávání žáků s LMP a žáků s přiznanými podpůrnými opatřeními od třetího stupně (RVP ZV od 1.9.2017 [online]. [cit. 2019-10-22] <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/opatreni-ministryne-skolstvi-mladeze-a-telovychovy-kterym-se-1-1-1>).

Rodiče mohou volit mezi vzděláváním svých dětí ve speciální škole § 16 odst. 9 školského zákona, nebo vzděláváním v běžné škole. V tomto případě používáme termín integrace či inkluze. Hovoříme-li o pojmu integrace, můžeme se zaměřit na obecnou definici tohoto pojmu – scelení, sjednocení. Ve školním prostředí máme na mysli společné vzdělávání žáků se SVP a žáků intaktních v běžných školách a to na základě podmínek, které byly objasněny výše. Z hlediska formy rozlišujeme individuální integraci, tedy začlenění žáka se SVP do běžné třídy s využitím různé míry podpory, nebo skupinovou integraci, kdy je žák se SVP vzděláván ve speciálně vytvořené třídě při běžné škole (Vítková, 2004).

2.2 Podpůrná opatření

V současném školství se běžně pedagogové setkávají s faktem, že vzdělávají žáky, kteří tvoří heterogenní třídu. Heterogenita vychází z rozdílné míry psychických i fyzických možností jednotlivých žáků. Pro úspěšné zapojení a zvládnutí procesu vzdělávání vyžadují tito žáci určitou míru podpory, jsou definována podpůrná opatření, která vytvářejí podporu jak pro žáka, tak pro učitele. Cílem je tedy vyrovnání podmínek ve vzdělání žáka (<http://www.msmt.cz/vzdelavani/podpurna-opatreni> [online] [cit. 2019-12-15]).

Podpora vzdělávání žáků se SVP staví dle školského zákona na několika pilířích, jde o:

1. poradenskou pomoc školy a školského poradenského zařízení,
2. úpravu organizace, obsahu, hodnocení, forem a metod vzdělávání a školských služeb včetně zabezpečení výuky předmětů speciálně pedagogické péče,
3. úpravu podmínek k přijímání ke vzdělávání a ukončování vzdělávání,
4. použití kompenzačních pomůcek, speciálních učebnic a učebních pomůcek,
5. úpravu očekávaných výstupů vzdělávání,
6. vzdělávání podle individuálního vzdělávacího plánu,
7. využití asistenta pedagoga, využití dalšího pedagogického pracovníka,
9. poskytování vzdělávání v prostorách stavebně nebo technicky upravených.

Vše se odvíjí od stupně podpůrných opatření, který byl školským poradenským zařízením doporučen. Podpůrná opatření se dle rozsahu a obsahu člení do I. až V. stupně (<http://www.msmt.cz/dokumenty-3/skolsky-zakon-ve-zneni-ucinnem-od-1-9-2018> [online] [cit. 2019-12-15]). Podpůrná opatření I. stupně navrhuje škola a to u žáků, kteří vyžadují úpravu didaktických přístupů a individualizaci přístupu. Pokud takto stanovená podpora během 3 měsíců nedosáhne stanovených výsledků, pak vzdělávací potřeby žáka posoudí školské vzdělávací zařízení (ŠVZ). ŠVZ na základě všech dostupných informačních zdrojů o žákovi, které jsou uvedeny v § 11 vyhlášky č. 27/2016 Sb., vytvoří Zprávu z vyšetření a Doporučení při vzdělávání žáka se SVP. (Vyhláška č. 27/2016, Sb., §2 (<http://www.msmt.cz/dokumenty-3/vyhlasky-ke-skolskemu-zakonu> [online] [cit. 2020-01-15])).

2.2.1 Katalogy podpůrných opatření

V rámci příprav nové legislativy týkající se individuální integrace žáků se SVP do běžných škol na základě podpůrných opatření vznikla myšlenka vytvoření uceleného manuálu dostupných možností z oblasti podpory těchto žáků. Byly vytvořeny katalogy podpůrných opatření, jejichž vznik byl diskutován s pedagogickou i rodičovskou veřejností (<http://katalogpo.upol.cz/obecna-cast/uvod-4/> [online] [cit. 2019-12-15]).

Jde tedy o ucelený seznam všech možných podpůrných opatření pro žáky, umožňuje ŠVZ, učitelům i rodičům zorientovat se v dostupných prostředcích podpory ve vzdělání. Kromě obecné části, obsahují katalogy těchto šest dílčích částí: pro žáky s podporou z následujících důvodů: (<http://katalogpo.upol.cz/obecna-cast/uvod-4/> [online] [cit. 2019-12-15])

- mentální postižení nebo oslabení kognitivního výkonu,
- tělesná postižení a závažná onemocnění,
- narušení komunikačních schopností,
- poruchy autistického spektra nebo vybraná psychická onemocnění,
- zrakové postižení nebo oslabení zrakového vnímání,
- sluchové postižení nebo oslabení sluchového vnímání,
- sociální znevýhodnění.

Oblasti podpory vymezené jednotlivými částmi katalogů jsou následující: organizace výuky, modifikace vyučovacích metod a forem, intervence, pomůcky, úpravy obsahu vzdělávání, hodnocení, příprava na výuku, podpora sociální a zdravotní, práce s třídním kolektivem, úprava prostředí, organizační podmínky, personální podmínky.

2.2.2 Individuální vzdělávací plán (IVP)

Náležitosti IVP lze nalézt v § 3 a 4 vyhlášky č. 27/2016, součástí vyhlášky je také formulář IVP. IVP se nejvíce uplatňuje u žáků s přiznaným 3 a 4 stupněm podpory. Při vytváření a realizaci IVP ve škole je nezbytné vycházet z doporučení ŠPZ. Tvorba IVP představuje týmovou činnost, odbornou pomoc poskytují pracovníci ŠPZ, tvoří jej tým učitel, asistent pedagoga a rodič, u starších žáků lze zapojit i samotného žáka (Bartoňová, Vítková 2014).

Pro splnění účelu této podpory ve výuce je třeba, aby se s IVP seznámili všichni vyučující žáka a mohli tak volit vhodné metody práce, učební a kompenzační pomůcky, způsoby hodnocení a případné úpravy prostředí či výstupů. Tento fakt stvrzují vyučující svým podpisem na IVP. IVP se stává živým dokumentem, který slouží jako podklad pro práci se žákem, výsledky práce jsou průběžně pedagogy ve spolupráci s rodiči, případně i samotným žákem zhodnocovány a kdykoliv je možné za souhlasu všech zúčastněných stran IVP doplňovat, přepracovávat tak, aby sloužil svému záměru.

IVP by měl obsahovat údaje o cílech a prioritách ve vzdělávání žáka, výčet předmětů, ve kterých je vyučováno dle IVP, metody práce a pedagogické postupy, úpravy obsahu vzdělávání a úpravy očekávaných výstupů vzdělávání, organizaci výuky, způsob zadávání a plnění úkolů, způsob ověřování a hodnocení vědomostí, výčet pomůcek a učebních materiálů, personální zajištění úprav průběhu vzdělávání, způsob spolupráce se zákonnými zástupci a případnou dohodu se žákem.

2.2.3 Asistent pedagoga

Vzdělávání žáků se SVP může být personálně zajištěno asistentem pedagoga (AP). Legislativně spadá institut asistenta pedagoga působícího ve škole do resortu MŠMT, jeho činnost je upravena vyhláškou č. 27/2016 § 5. Vzhledem k individuálním potřebám jednotlivých žáků se SVP je přizpůsobována náplň práce AP. Ten je metodicky veden učitelem žáka, který zodpovídá za průběh vyučování a zvolené metody práce. Další podporu při své práci získává AP od pracovníků ŠPZ (Vyhláška č. 27/2016, Zákon č. 561/2004). Požadavky na odbornou kvalifikaci asistenta pedagoga upravuje § 20 zákona č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících. Nezbytnou podmínkou pro kvalitní provádění náročné práce AP jsou jeho osobnostní předpoklady - důležitý je kladný vztah k žákům, schopnost pochopit je, být empatický, spravedlivý, důsledný, zodpovědný a především být vstřícný jinakostem a speciálním potřebám žáků (www.asistent-pedagoga.cz/onb/33/osobnostni-predpoklady-asistenta-pedagoga [online] [cit. 2019-12-01]).

„Konkrétní činnosti asistenta pedagoga představují:

- *individuální pomoc žákům při začleňování se a přizpůsobení se školnímu prostředí,*
- *individuální pomoc žákům při zprostředkování učební látky,*
- *pomoc pedagogickým pracovníkům školy při výchovné a vzdělávací činnosti,*
- *pomoc při vzájemné komunikaci pedagogů s žáky a žáky mezi sebou,*
- *pomoc při spolupráci se zákonnými zástupci žáka,*
- *taktní pomoc při vzájemném kontaktu komunit, etnik, národností, náboženských společenství apod.“* (www.asistent-pedagoga.cz/onb/33/pozice-a-pracovni-napl-n-asistenta-pedagoga-katalog-praci [online] [cit. 2019-12-01]).

2.3 Podmínky pro vzdělávání žáků se SVP

Žáci se SVP mají podle školského zákona právo vzdělávat se ve školách hlavního vzdělávacího proudu. Jak již bylo zmíněno, aby toto mohlo být umožněno, je nezbytné projít celým procesem stanovení speciálně pedagogických potřeb žáka a vytvoření vhodných podmínek, úpravu prostředí, úpravu metod vzdělávání, pořízení speciálních učebnic, speciálních didaktických a kompenzačních učebních pomůcek.

Každá skupina žáků se SVP vyžaduje z důvodu své diagnózy – tedy odlišných fyzických a psychických procesů rozdílné prostředky podpory ve vzdělání. V následujících kapitolách jsou zmíněny charakteristiky a vzdělávací potřeby u skupin žáků se SVP, se kterými jsem se setkala v rámci výzkumu na škole.

2.3.1 Žáci s poruchou autistického spektra

Autismus se řadí mezi psychosociální poruchy. Jde o pervazivní vývojovou poruchu, tedy poruchu, která se projevuje ve všech složkách života. Jde o neurologickou poruchu s projevy v kognitivním vnímání a chování postiženého. Deficity v chování jsou založeny na mozkových abnormalitách, jejích příčiny jsou mnohočetné (Jelínková, 2001). Dle Vítkové (2004) nepochopené projevy jedinců s autismem je mohou vyřazovat ze společenského života.

Vítková (2004) vymezuje triádu příznaků autismu. První skupinu příznaků tvoří oblast sociálních vztahů, respektive nemožnost sociální interakce z důvodu odlišného chápání věcí, situací, myšlení druhých a vztahů a v důsledku toho vytváření vlastních pravidel, kterým rozumí. Druhou skupinou je komunikace. Narušená schopnost komunikace vychází často z problémů s pochopením smyslu řeči, ta pro autisty bývá abstraktní, pomíjívá, nechápe vztah mezi slovem a jeho významem. Řeč nebývá nástrojem sociálního kontaktu, neslouží k vyjádření pocitů, chybí pohled do očí. Třetí část lze nazvat stereotypní chování. Jedinci s autismem nemají rádi změnu, ulpívají na určitých předmětech, rituálech, mají rádi každodenní rutinu. Jejich repertoár zájmů a aktivit je omezený. Za další projevy lze označit abnormální smyslové, čichové, sluchové, zrakové a chuťové reakce, dále také problémové chování.

Vítková (2004) popisuje několik druhů autismu, 80 % je spojeno s mentální retardací různé hloubky. Jde o Rettův syndrom, Klinefelterův syndrom, Kannerův dětský autismus nebo Landau-Kleffnerův syndrom. Do běžných tříd základních škol jsou však nejčastěji integrováni autisté s Aspergerovým syndromem, kde míra inteligence zůstává na průměrné nebo nadprůměrné úrovni. Mezi typické znaky těchto jedinců patří špatná sociabilita, která se vyznačuje nízkou schopností či nechutí navazovat vztahy s vrstevníky, také sociální naivita, důsledná pravdomluvnost, motorická neobratnost a nepraktičnost. Tento syndrom se vyskytuje převážně u chlapců.

Za nejúčinnější model péče a výchovně vzdělávací program pro žáky s poruchou autistického spektra lze považovat TEACCH program. Ten dle Jelínkové (2001) plně respektuje kvalitativní aspekty postižení, vyžaduje však nutnost specifického způsobu výkladu učební látky. Strategie výuky je postavena na třech pilířích: individuální přístup, strukturované prostředí a vizuální podpora (Vítková, 2004). Strukturovaná výuka s důslednou vizuální podporou nám dává odpověď na otázku:

- Kde? - **Strukturovaná organizace prostoru:** vizuálně tak odlišujeme místo na učení, hru, odpočinek, jídlo, oddělujeme je zástěnami, boxy a zamezíme tak rozptýlení, do chaosu vkládáme pocit jistoty a bezpečí.

- Kdy? Jak dlouho? - **Strukturovaná organizace času:** používáme psané rozvrhy, fotografie, obrázky, předměty, barvy, čísla, symboly, kombinace obrázků a nápisů – dle úrovně chápání abstraktních pojmů dítětem. Čas vizualizujeme pomocí hodin i přesýpacích, zvuků (např. píseň), umístěním krabic s úkoly na levou stranu stolu, kdy splněné přendáme na pravou apod. (Jelínková, 2001).

Pro zdárné naplnění cílů je nezbytné zajištění podmínky individuálního přístupu. Vždy vycházíme z aktuální úrovně žáka, pro každého stanovíme individuální výchovně vzdělávací plán, zvolíme vhodný komunikační systém, vhodně upravíme prostředí a pracovní místo (Vítková, 2004).

2.3.2 Žáci se zrakovým postižením

Speciálněpedagogický obor, který se zabývá oblastí výchovy, vzděláváním a rozvojem osob se zrakovým postižením, nazýváme oftalmopedie nebo tyflopédie. Cílem oboru je dosažení maximální míry socializace, vytvoření vhodných podmínek pro vzdělávání a také plnohodnotné společenské a pracovní uplatnění (Hamadová, 2007). Zraková vada dle Novákové in. Vítková (2004) je nedostatkem zrakové percepce různé etiologie a rozsahu, ovlivňuje celou osobnost jedince se zrakovým postižením i jeho psychický, fyzický i kognitivní vývoj.

Zdravý člověk přijímá více jak 80 % informací zrakovou cestou. Částečné či úplné poškození tohoto informačního zdroje narušuje vývoj myšlení a řeči u jedinců se zrakovým postižením. Dle Hamadové (2007) je nezbytné zaměřit tudíž pozornost na rozvoj kompenzačních smyslů – hmatu, sluchu a kinestetických pocitů a využití zbytkového vidění. Velký význam má také důraz na rozvoj řečových schopností a posilování paměti. Myšlení jako proces probíhá srovnatelně s ostatními jedinci, vrozeně nevidomé osoby mívají deficity v oblasti srovnávání a přirovnávání předmětů, identifikaci předmětů se shodnými znaky a zevšeobecňováním. Odlišné projevy vznikají při formování obrazů a pojmů, narušuje se vztah smyslového a pojmového myšlení a může docházet k sensorické deprivaci (Nováková in. Vítková, 2004).

Oblastí, ve které mohou nastávat deficity u osob se zrakovým postižením, je také pohyb. Může docházet k opoždění či přeskočení některých fází v pohybovém vývoji. U některých

jedinců se vyskytuje hypotonie, špatná koordinace a rotace chodidel při chůzi. Osoby s těžkou zrakovou vadou si složitě vytvářejí představy o prostředí, dochází ke ztížené orientaci v prostředí (Hamadová, 2007).

Zásadně může být ovlivněn také proces socializace u osob se zrakovým postižením. Hamadová (2007) vymezuje několik odlišností - předně je omezena možnost učení nápodobou, také je ztěžující neschopnost vizuálního kontaktu v komunikaci. Komunikaci osobám se zrakovým postižením omezuje nedostupnost nonverbálních projevů mluvího, které mohou vést k nedorozumění. Také zcela běžné sociální situace, jako je nakupování, vstup do kolektivu apod. mohou působit obtíže.

Okruh žáků se zrakovým postižením lze rozdělit na čtyři skupiny (Nováková in. Vítková, 2004):

- nevidomí – pokles zrakové ostrosti pod 3/60 až světlocit (praktická nevidomost), nebo totální nevidomost pokles zrakové ostrosti pod 1/60 se světlocitem s chybnou projekcí až po ztrátu světlocitu
- se zbytky zraku – skupina osob mezi nevidomými a slabozrakými, vizus v rozmezí 3/60 až 1/60, zorné pole v intervalu 5 až 10 %
- slabozrací – pokles zrakové ostrosti na lepším oku pod 6/18 až 3/60 včetně
- s poruchou binokulárního vidění – funkční poruchy na základě částečného omezení zrakové funkce jednoho oka – strabismus a tupozrakost.

Na samotném počátku integračního procesu je vytvoření IVP a to ve spolupráci školy, rodiny, poradenského zařízení i samotného žáka. Kochová (2010) doporučuje vycházet ze čtyř okruhů: Kde jsme? Kam se chceme dostat? Jak se tam dostaneme? A jak zjistíme, že jsme se tam dostali? Je třeba zabezpečit individuální potřeby žáka, mezi základní podpůrná opatření patří úprava prostředí, úprava a umístění pracovního místa, poskytnutí vhodných učebních, didaktických a kompenzačních pomůcek, asistent pedagoga.

Samotný vyučovací proces a volba výchovně vzdělávacích metod se liší dle druhu zrakového postižení. U slabozrakých žáků ve vyučovacím procesu většinou nedochází k úpravám obsahu vzdělání, ale je charakteristický uspořádáním vyučování a výukovými

metodami. Na počátku je vhodně zvolené pracovní místo se správným osvětlením. Prostředí školy a třídy je upraveno tak, aby díky zdůrazněným orientačním bodům umožnilo žákovi bezpečnou orientaci v prostoru. Žáci čtou černotisk, při práci s textem je řešena především otázka velikosti písma a kontrastu. Ke zvětšení písma se využívá zvětšování tištěného textu a také celá škála optických pomůcek od hyperokulárů, lup až po kamerové systémy. Ke zvýraznění písma při psaní i čtení lze využít kontrastních filtrů, barevných podkladů, tlustých fixů apod. (Hamadová, 2007). I přes využití optických pomůcek mohou žáci podléhat únavě, je tedy nezbytná úprava časové dotace ve vyučování, ohledy je třeba brát také na omezení tělesné námahy kvůli možnému negativnímu dopadu na zrak (Nováková in. Vítková, 2004).

Osoby se zbytky zraku se v rámci edukačního procesu přiklánějí buď k přístupu slabozrakých, nebo k přístupu nevidomých osob. Ani u žáků nevidomých není nutné měnit obsahovou stránku edukace, pozornost je třeba věnovat volbě vyučovacích metod a zprostředkování učebních textů. Výuka nevidomých probíhá v braillově bodovém písmu, na počátku školní docházky je tedy edukace zaměřena na nácvik psaní a čtení bodového písma. Později lze využít při výuce učebnic a pracovních listů v braillově písmu doplněných hmatovými obrázky. Haptika má při výuce nevidomého nezastupitelnou úlohu, používá se množství hmatových a reliéfních pomůcek, včetně map, atlasů, geometrických příruček, modelů apod. K psaní nevidomí používají pichtův psací stroj, v pozdějším věku práci ulehčuje výpočetní technika – notebook doplněný speciálními programy určenými pro nevidomé a braillovým řádkem. Ve výuce lze využít v různých předmětech další kompenzační pomůcky: kreslenky a rydla při matematice a výtvarné výchově, čidla hladiny, diktafon, kalkulačka, odměrky, váhy – vše v úpravě pro nevidomé. V rámci vyučovacího procesu se u nevidomých zařazují hodiny POSP (prostorové orientace a samostatného pohybu). Nejprve se žák učí orientovat ve třídě podle daných (stěny, lavice a další vybavení) nebo uměle vytvořených (štítky – Dymo kleště, pásky) linií. Po úspěšném zvládnutí lze pokračovat do ostatních prostor školy za dozoru asistenta a to buď metodou splývání, nebo pomocí dlouhé bíle hole. V pozdějším věku se POSP vyučuje také mimo školní budovu. Každá taková dovednost posouvá žáka v procesu samostatnosti, budování nezávislosti a úspěšné socializace (Kochová, 2010).

Za problematické považují někteří zapojení žáků se ZP do hodin tělesné výchovy (TV). Toto považuje Janková, Moravcová (2017) za velkou chybu. Pohybové dovednosti pomáhají rozvíjet celou osobnost žáka, je však nezbytné dodržet základní podmínky bezpečnosti: třída má stanovena bezpečnostní pravidla,

- žák je seznámen s veškerými prostory, nářadím, náčiním apod.,
- prostory jsou optimálně osvětleny,
- program hodin je přizpůsoben potřebám žáka se ZP,
- pro žáka je připraven i náhradní program,
- žákovi je poskytnuta neustálá pomoc a záchrana (Janková, Moravcová 2017).

2.3.3 Žáci se specifickými poruchami učení

Ve školách se pedagogové často setkávají s žáky, kteří disponují běžnou inteligencí, jejich rodinné prostředí lze hodnotit jako podnětné a školní metody práce jsou dobré, přesto selhávají v osvojování školních dovedností a vědomostí jako je čtení, psaní a počty. Tyto žáky zahrnujeme do skupiny jedinců se specifickými poruchami učení (SPU).

Tato fakta shrnuje ve své definici Jucovičová, Žáčková, (2015 s. 7) „*SPU je neschopnost naučit se číst, psát a počítat pomocí běžných výukových metod za průměrné inteligence a přiměřené sociokulturní příležitosti.*“. Nelze přesně vyčíslit výskyt jedinců s SPU, v ČR se uvádí výskyt přibližně 2 – 4 % žáků s třikrát častější převahou u chlapců. SPU souvisí s dysfunkcí centrálního nervového systému, u chlapců dochází k pomalejšímu zrání centrální nervové soustavy (Bartoňová in Vítková, 2004).

U jedinců s SPU dochází k narušení nebo oslabení některých schopností a dovedností, jde tedy o funkční poruchy. Prof. Zdeněk Matějček (1995) uvádí oslabení následujících funkcí:

Percepční	vnímání prostřednictvím zraku, sluchu, hmatu
Kognitivní	schopnost koncentrace pozornosti, paměť, myšlení, řeč, matematické představy

Motorické	jemná nebo hrubá motorika končetin, motorika mluvidel, mikromotorika očních pohybů, porucha motorické koordinace a rytmicity
Senzomotorické	vzájemné propojení percepčních, poznávacích a motorických funkcí
Proces automatizace	deficit v automatizaci jednotlivých dílčích funkcí a postupů, dovednosti jsou automatizovány pomaleji a složitěji

Mezinárodní klasifikace nemocí, 10. revize z roku 1992 řadí specifické vývojové poruchy do skupiny F80 – F89 Poruchy psychického vývoje. Jedná se o následující diagnózy:

F 80 Specifické vývojové poruchy řeči a jazyka

F 81 Specifické vývojové poruchy školních dovedností

F 81.0 Specifická porucha čtení

F 81.1 Specifická porucha psaní

F 81.2 Specifická porucha počítání

F 81.3 Smíšená porucha školních dovedností

F 81.8 Jiné vývojové poruchy školních dovedností

F 81.9 Vývojová porucha školních dovedností nespecifikovaná

F 82 Specifická vývojová porucha motorické funkce

F 83 Smíšené specifické vývojové poruchy (ÚZIS ČR – MKN 10 [online]. [cit. 2020-01-05] <http://www.uzis.cz/katalog/klasifikace/mkn>).

Mezi SPU se nejčastěji řadí následující diagnózy:

- **dyslexie** - porucha osvojování čtenářských dovedností,
- **dysgrafie** - porucha osvojování psaní,
- **dysortografie** - porucha osvojování pravopisu,
- **dyskalkulie** - porucha osvojování matematických dovedností,

- **dyspraxie** - porucha provádění volných pohybů, projevuje se poruchou obratnosti,
- **dysmúzie** - porucha osvojování hudebních dovedností,
- **dyspinxie** – porucha kreslení, vyznačuje se nízkou úrovní kresby, (Zelinková, 2009).

Zmíněné poruchy se mohou vyskytovat izolovaně či jako komplex poruch (Jucovičová, Žáčková, 2004). V rámci vzdělávacího procesu jsou pak individuálně volena podpůrná opatření na základě zhodnocení speciálních vzdělávacích potřeb žáka. Dochází k úpravám v metodách a organizaci výuky, ke změnám v hodnocení či v zajištění intervence. Žáci jsou většinou vzděláváni na podkladu IVP, často se zařazuje využití služeb asistenta pedagoga. Při těžších poruchách jsou zařazovány předměty speciálně pedagogické péče, jejichž úkolem je posílit domácí přípravu a podpořit výuku v problémových předmětech (Vyhl. č. 27/2016 Sb.).

Školy využívají při výuce speciální učebnice a učební pomůcky, např. pomůcky pro vyvození správného úchopu, manipulační pomůcky pro výuku čtení, psaní, čtecí záložky, okénka, barevné fólie, encyklopedie, učebnice na rozvoj zrakového a sluchového vnímání a pozornosti. Existuje také celá škála kompenzačních pomůcek – zvonečky, bzučák, manipulační pomůcky pro podporu pozornosti, měkké a tvrdé kostky, mačkácí míčky, pomůcky pro výuku matematiky, speciální psací a rýsovací náčiní. Oblíbené je také použití výpočetní techniky – notebooků a tabletů se speciálními výukovými programy, u těžkých poruch i skenerů (Katalog podpůrných opatření [online]. [cit. 2019-12-15] <http://katalogpo.upol.cz/katalog-v-pdf/>).

Při konkrétní práci se doporučuje volit kratší písemné práce, práci prokládat chvilkami odpočinku, omezit písemnou formu práce a upřednostňovat ústní formu či doplňovací cvičení, učit žáky sebekontroly při psaní, poskytovat více času na zpětnou kontrolu, obecně poskytovat na práci zvýšenou časovou dotaci, zaměřit se na čtení s porozuměním (Bartoňová in Vítková, 2004).

2.4 Statistické údaje o vzdělávání žáků se SVP

MŠMT shromažďuje za jednotlivé školní roky statistické údaje týkající vzdělávání žáků v ČR. Tabulky jsou členěny podle různých hledisek a ukazatelů, pro tuto diplomovou práci jsou přínosná data týkající se vzdělávání žáků se SVP.

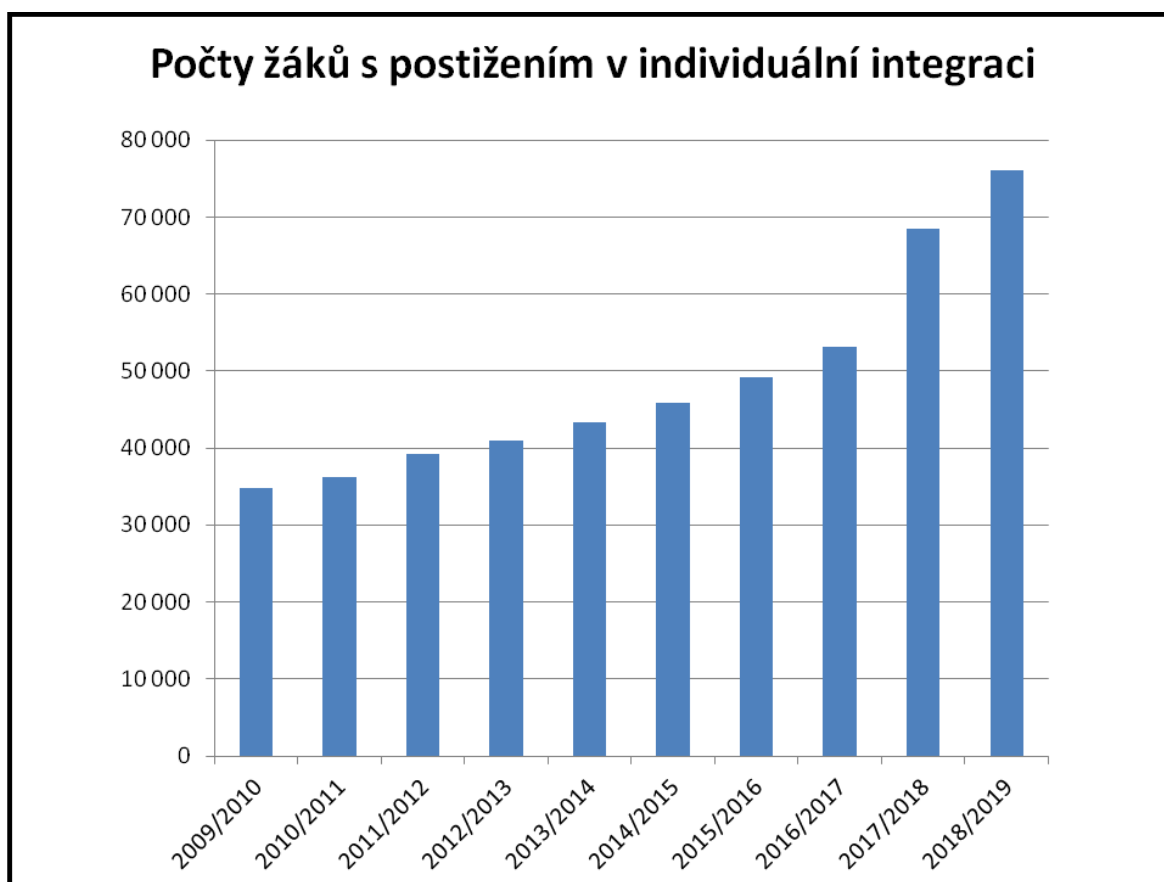
Ve školním roce 2018/2019 bylo v České republice evidováno 107 772 žáků se SVP, z toho 95 631 žáků se zdravotním postižením podle § 16 odst. 9 školského zákona. V běžných třídách základních škol bylo individuálně integrováno 76 037 žáků s postižením. Nejvyšší počet, jak ukazuje tabulka č. 1 – 44 270 žáků vykazovalo diagnózu závažné vývojové poruchy učení, jde o 60,9 %. Další rozložení žáků znázorňují tabulka č. 1 a graf č. 1.

Tab. č. 1: Individuálně integrovaní žáci v celé ČR dle druhu postižení
(<http://toiler.uiv.cz/rocenka/rocenka.asp>)

rok	celkem	zrakové		tělesné		závažnými vývojovými poruchami učení	autismus
		celkem	z toho těžké	celkem	z toho těžké		
2009/2010	34 761	374	83	987	278	27 781	559
2010/2011	36 226	401	91	977	289	28 370	738
2011/2012	39 160	398	97	1 021	308	30 149	946
2012/2013	40 888	428	118	1 002	303	30 678	1 180
2013/2014	43 352	441	125	971	297	31 610	1 458
2014/2015	45 853	496	149	927	301	32 085	1 758
2015/2016	49 225	519	164	926	304	32 830	2 179
2016/2017	53 206	559	173	961	306	33 830	2 572
2017/2018	68 419	582	131	919	221	41 691	2 047
2018/2019	76 037	615	93	912	181	44 270	2 321

Tabulka č. 1 a graf č. 1 znázorňují, jak v posledním desetiletí, vykazováno v jednotlivých školních letech od roku 2009/2010, rapidně narůstá počet žáků s postižením, kteří jsou individuálně integrováni v běžných základních školách. Tento počet narostl z 34 761 žáků na 76 037 žáků, došlo tedy ke zdvojnásobení.

Graf. č. 1: Počty žáků s postižením v individuální integraci v celé ČR



2.6 Shrnutí teoretických částí

Jak uvádí Řehulka in Bartoňová, Vítková (2014), hovoříme o žácích se speciálními vzdělávacími potřebami, ale vzdělávací potřeby všech žáků jsou z psychologického hlediska v podstatě stejné: jde o potřeby rozvoje osobnosti, rozvoje schopností, rozvoje schopnosti orientace v okolním světě, rozvoje způsobilosti. To, co žáky se SVP odlišuje, jsou speciální podmínky ve vzdělávání, které je třeba prostřednictvím nástrojů podpory (podpůrných opatření) zajistit. Jde především o zajištění vhodného prostředí při vzdělávání, zajištění všech speciálních materiálních podmínek (učební pomůcky, kompenzační pomůcky apod.), o vytvoření IVP a podporu AP.

Při vzdělávání žáků se SVP ať již jakékoliv diagnózy je třeba brát ohled na odlišnosti v následujících oblastech:

- kognitivní procesy,
- schopnosti, inteligence a učení,
- aktivity a pozornosti,
- socializace a adaptace,
- zátěž a její zvládnání (Řehulka in Bartoňová, Vítková 2014).

S tématem vytváření vhodných podmínek pro vzdělávání úzce souvisí pojem zdraví. Zdraví v holistické podobě v sobě zahrnuje fyziologickou, psychickou i sociální oblast zdraví člověka. Inkluzivní škola vytváří soustavu podmínek podporujících psychickou i fyziologickou pohodu žáků se SVP, ti se pak lépe umí postavit požadavkům všedního dne, požadavkům školní docházky, umí lépe sledovat své cíle a cítí se i sociálně v pohodě.

Jak uvádí Marádová (2006), zdraví je hodnotou, která ovlivňuje kvalitu života a má tak vliv na plnohodnotné prožívání celého života. Životní styl tvoří jednu ze základních determinant zdraví a představuje např. i negativní stránky jako nesprávnou výživu, nedostatek pohybové aktivity, nadměrnou konzumaci alkoholu, kouření a zneužívání návykových látek. Na významu neustále přibývají i sociální a ekonomické determinanty zdraví a problematika kvality života.

Prvotní návyky související se zdravím získávají jedinci v rodinách, problematiku zdraví, ochrany zdraví, rozvoje zdraví a podpory zdraví je však třeba zahrnovat do všech oblastí vzdělávacího procesu. Tento fakt je v rámci škol podpořen v oblasti tvorby kurikulárních dokumentů. Školy v rámci tvorby svých ŠVP vycházejí z příslušného RVP, který ve všech svých kapitolách problematiku zdraví obsahuje. České přísloví „Co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš“ přitom 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. Člověk se může v otázce chování vůči svému zdraví správně rozhodovat pouze tehdy, pokud má dost znalostí, dovedností, návyků a postojů v oblasti zdraví.

V rámci tvorby kurikulárních dokumentů škol a zahrnutí oblasti výchovy ke zdraví do těchto dokumentů, je myšleno také na žáky se SVP. Opodstatněnost tohoto faktu lze doložit na základě dvou základních informací:

1. Pro žáky se SVP je oblast výchovy ke zdraví mnohdy podstatnější právě z důvodu zvýšené psychické zátěže ve vzdělávání a větší náchylnosti k rizikovému chování,
2. jak dokazují statistické údaje, počty žáků se SVP individuálně inkludovaných do běžných základních škol se každoročně zvyšují.

3 Výzkumné šetření

3.1 Cíle výzkumného šetření

Cílem praktické části diplomové práce je vytvořit projekt, který se věnuje prohlubování znalostí a dovedností v oblasti výchovy ke zdraví u žáků prvního stupně základní školy, při jehož realizaci je pozornost zaměřena na žáky se SVP a to na základě výsledků odpovědí získaných v rámci výzkumného šetření.

Samotné výzkumné šetření má za cíl postihnout přístup učitelů prvního stupně konkrétní základní školy k žákům se SVP v oblasti výchovy ke zdraví a zmapovat jejich názor na vhodnost projektového vyučování jako metody výuky, která působí efektivně při zapojení žáků se SVP do problematiky výchovy ke zdraví při výuce.

Výzkumné otázky:

- S kterými tématy z oblasti výchovy ke zdraví se žáci ve škole nejčastěji setkávají?

Jaká témata jsou součástí učebních plánů předmětů vyučovaných na škole.

- Která témata z oblasti výchovy ke zdraví žáky se SVP dle názoru učitelů nejvíce zajímají?

Která témata mají nejlépe osvojená z MŠ a z rodiny, o kterých tématech nejraději žáci hovoří. Zajímají žáky se SVP jiná témata, než ostatní žáky?

- Jaká témata z oblasti výchovy ke zdraví je potřeba se žáky prvního stupně rozvíjet?

Existují oblasti výchovy ke zdraví, které nejsou v učebních plánech a přesto je nezbytné je v rámci školní výuky probírat?

- Upravují učitelé výuku témat výchovy ke zdraví s ohledem na žáky se SVP?

Pro které žáky je potřeba v rámci výuky výchovy ke zdraví upravovat metody výuky a učební pomůcky. Je třeba měnit běžný přístup ve výuce ke zdraví z důvodu přítomnosti žáků se SVP ve škole? Jsou jednotlivé složky ovlivňující zdraví upravovány ve škole a přizpůsobovány žákům se SVP?

- Využívají učitelé při výuce metodu projektové výuky?

Jde o oblíbenou metodu? Je tato metoda efektivní při výuce výchovy ke zdraví? Jde o metodu vhodnou pro žáky se SVP?

3.2 Metodika výzkumného šetření

Pro sběr dat a informací, které slouží k zodpovězení otázek položených v rámci výzkumného šetření, byla využita kvalitativní metoda šetření. Konkrétně se jedná o formu polostrukturovaného rozhovoru doplněnou nestrukturovanou částí rozhovoru. Polostrukturovaná část rozhovoru poskytla možnost získané informace třídit a uspořádat dle určitých kritérií a později je vyhodnotit a interpretovat. Nestrukturovaná část rozhovoru měla za cíl poskytnout prostor pro vyjádření názoru ke vzdělávání žáků se SVP obecně, o možnostech výuky předmětů a témat oboru Výchovy ke zdraví a zaručit tak, že nebudou opomenuty informace podstatné pro výzkumné šetření a tvorbu projektu. V rámci rozhovorů byly kladeny otázky učitelům a asistentům pedagoga školy, jejíž charakteristika je součástí další kapitoly.

Odpovědi byly zaznamenávány tazatelkou na odpovědní archy a celý rozhovor byl pokaždé nahráván. Po získání podstatných informací z rozhovorů byly nahrávky vždy smazány.

Otázky pro učitele a asistenty pedagoga:

1. Máte ve své třídě žáky se SVP?
2. Jak dlouho již pracujete se žáky se SVP?
3. S jakými typy zdravotního postižení se u svých žáků setkáváte?
4. Jaké druhy podpory využíváte u žáků se SVP?
5. Jaké metody práce využíváte u žáků se SVP?
6. Je třeba využívat odlišné metody práce u žáků se SVP při výuce předmětů výchovy ke zdraví? Liší se výuka předmětů výchovy ke zdraví ve třídě se žáky se SVP a ve třídě, kde se nevyskytují žáci se SVP?
7. Jsou jednotlivé složky ovlivňující zdraví upravovány ve škole a přizpůsobovány žákům se SVP (pitný režim, aktivní pohyb, mezilidské vztahy, úprava pracovního

místa – vylučuje, či přibližuje dítě se SVP kolektivu, držení těla a správné sezení, psychická zátěž – frustrace, deprivace, přesytení a stres, relaxace)?

8. Využíváte také metodu projektové výuky? Jak často ji využíváte? Je tato metoda vhodná pro oblast výchova ke zdraví? Je to metoda vhodná pro žáky se SVP? Jak hodnotíte klady a zápory této metody práce?
9. S jakými tématy oblasti výchovy ke zdraví se setkáváte v učebních plánech?
10. Jaká témata nejvíce žáky zajímají? Existují témata, o která se zajímají žáci se SVP více?
11. Jaká témata oblasti výchovy ke zdraví je třeba více rozvíjet, případně nově zařadit do učebních plánů?

3.3 Charakteristika výzkumného vzorku

Výzkumné šetření bylo provedeno na běžné základní škole, s ohledem na zachování anonymity všech zúčastněných osob neuvádím název této školy. Škola se nachází v menším městě v blízkosti hranic s Německem. Jde o školu sídlištního typu, která byla původně vystavěna v sedmdesátých letech minulého století jako součást výstavby zcela nového sídliště na zelené louce. Architektonicky odpovídá způsobu výstavby tehdejších škol, tzn. vnitřní řešení a dispozice příliš neodpovídá současným trendům. Úzké chodby, spousta schodišť, menší třídy, ve kterých bylo dříve počítáno pouze s prostorem na školní lavice, katedru a úložné skříně a málo prostoru pro vytvoření dalšího zázemí pro žáky.

Přesto současné vedení školy ve spolupráci s vedením města intenzivně pracuje na modernizaci prostor školy. Škola byla zateplena, došlo k výměně oken, postupně dochází k rekonstrukci hygienického zázemí, šaten, společných prostor školy. Nově byly zrekonstruovány a vybaveny moderními technologiemi a pomůckami učebny jazyků, chemie, fyziky a přírodopisu. Stále jsou analyzovány možnosti vytváření moderního zázemí pro žáky, byl vytvořen relaxační prostor určený především pro žáky se SVP, který je využíván o přestávkách i v době výuky dle potřeb těchto žáků. Podrobnější zhodnocení školy z hlediska podpory zdraví je obsaženo v následující kapitole.

Škola kromě kmenových tříd disponuje odbornými učebnami – hudební výchova, jazykové učebny, chemie, fyzika a přírodopis. K dispozici je žákům školní kuchyňka, dvě

tělocvičny, školní víceúčelové sportovní hřiště, 5 oddělení školní družiny, školní jídelna a dopravní hřiště.

Školu v letošním školním roce navštěvuje 545 žáků, kteří chodí do 25 tříd 1. i 2. stupně. Škola na obou stupních individuálně integruje žáky se SVP s různými formami handicapu – v současné době se jedná o žáky se speciálními poruchami učení a chování, žáky s ADHD, žáky s aspergerovým syndromem, žáky s psychickým handicapem, s nanismem, s tělesným handicapem, se zrakovým postižením, s mentálním handicapem a s downovým syndromem apod. Na 1. stupni vyučuje 18 učitelů včetně zástupkyně ředitele, jedná se o 16 žen a dva muže. Tři z nich jsou současně speciálními pedagogy. Dále zde působí výchovná poradkyně pro 1. stupeň, školní asistentka pedagoga a 6 asistentek pedagoga (Výroční zpráva školy 2018/2019).

Samotný projekt, který je výstupem této diplomové práce, byl realizován a vyzkoušen ve formě pilotního projektu ve školním roce 2018/2019 ve čtvrtém ročníku této základní školy. V této třídě jsem působila od první třídy nejprve jako asistent pedagoga nevidomého žáka a později jako třídní učitel, proto dobře znám jednotlivé žáky a také jsem byla v úzkém kontaktu především s rodiči žáků se SVP. O projektu byli rodiče žáků písemně informováni a seznámeni s účelem této činnosti.

Tato třída má 21 žáků, z toho 10 dívek a 11 chlapců. Ve třídě působí dvě asistentky pedagoga, jedna z důvodu přítomnosti nevidomého žáka a druhá z důvodu přítomnosti žáka s aspergerovým syndromem. Celkem třídu navštěvuje pět žáků se SVP:

- nevidomý žák – stupeň podpory č. 4
- žák s aspergerovým syndromem – stupeň podpory č. 3
- žákyně s extrémní lámavostí kostí – stupeň podpory č. 2
- dva žáci s SPU (dyslexie, dysortografie) – stupeň podpory č. 2 a 3.

Za specifickou skupinu žáků lze také považovat čtyři žáky – cizince s různou úrovní znalosti českého jazyka (národnosti ukrajinské, bulharské, lotyšské a vietnamské). Tito žáci vyžadují ve výuce dopomoc, nejsou však zařazeni mezi žáky se SVP a potřebou podpůrných opatření.

Výzkumného šetření se zúčastnili pedagogičtí pracovníci 1. stupně této ZŠ – tedy 18 učitelů a 6 asistentek pedagoga (AP).

3.4 Charakteristika vybrané školy z hlediska podpory zdraví

Jak uvádí Strnadlová (2011), oblast podpory zdraví na školách lze hodnotit na základě třech pilířů – pohoda prostředí, zdravé učení a otevřené partnerství, které jsou dále členěny na devět zásad.

POHODA PROSTŘEDÍ	
+	-
<i>1. POHODA VĚCNÉHO PROSTŘEDÍ</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - Škola je nově zateplena, vizuálně v atraktivních barvách, okna jsou plastová - Veškeré toalety jsou moderně zrekonstruovány, včetně sprch u šaten TV, šatny u tělocvičen na rekonstrukci čekají - Škola disponuje dvěma vybavenými tělocvičnami, ve své výbavě má i moderní cvičební prvky a náradí - Venkovní areál zahrnuje prostor se speciálním povrchem, škola má vlastní dopravní hřiště - Kuchyňka je nově zrekonstruovaná, prostorná, dobře vybavená - Škola disponuje relaxačním koutkem pro žáky se SVP - Třídy jsou dostatečně osvětleny, všechny mají žaluzie, většina tříd disponuje interaktivní tabulí - Třídy jsou uspořádány dle požadavku učitele (barevnost, rozložení lavic, nástěnky a výstavní sítě, relaxační prostor apod.) a dle potřeb žáků se SVP a jejich asistentů, výzdobu tvoří práce žáků, výsledky jejich projektů a materiály k probírané látce - Chodby jsou vyzdobeny pracemi žáků, dále nástěnkami s aktuálními informacemi a 	<ul style="list-style-type: none"> - Složitě členění školy – dvě části propojené kancelářskou sekcí, množství schodů a propojovacích dveří – těžce zapamatovatelné, špatně dostupné pro osoby s tělesným postižením, nepřehledné pro osoby se zrakovým postižením - Škola je špatně dostupná pro osoby s tělesným postižením, nebo momentálně zraněné žáky - Orientační značení je málo zřetelné - Třídy jsou umístěny „napřeskáčku“ - Značné rozdíly v teplotě – spodní část chladná (výhodné v teplém a horkém období, nepříjemné v zimním období), horní část teplá (obráceně) - Chybí přestávkové vyžití např. herní prvky (příp. speciální místnost) - Škola nemá školní pozemek a zahradu - Venkovní hřiště není plně vybaveno, chybí zázemí pro některé sporty a vybavení pro odpolední vyžití - Všechny lavice jsou klasické pro dva žáky

<p>také úspěchy žáků</p> <ul style="list-style-type: none"> - Žáci mají vlastní šatní skříňky - Prostory školní družiny jsou odděleny od prostor školy, její vybavení navozuje atmosféru odpočinku a zábavy - Prostor školní jídelny byl zmodernizován 	
<p>2. POHODA SOCIÁLNÍHO PROSTŘEDÍ</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - Škola má schránku důvěry, všichni o ní ví - Škola je proinkluzivně naladěna - Škola je sportovně zaměřena – prosazuje se myšlenka sportu pro všechny - Žáci jsou zapojováni do různých programů – např. Bezpečný pes, TV pro děti se SVP, spolupráce s Policií ČR apod. - Na škole působí školní asistent - Na škole působí dvě výchovné poradkyně - Každá třída je na začátku roku seznámena s problematikou dětí se SVP - Škola organizuje pravidelné mimoškolní akce, které slouží k propojení pedagogů, žáků a rodičů – např. Jarní jarmark, Rodinný pětiboj, Václav na kolečkách, Zpívání na schodech, Školní akademie.... - Adaptační programy pro žáky - Lyžařské a turistické kurzy - Široký výběr mimoškolních aktivit na škole – sportovní, vaření, sbor, herně-logický - Ve výuce se uplatňují nové metody výuky, projektové vyučování - Žákovská rada spolupracuje s vedením školy - Ve třídách je věnována pozornost vedení třídnických hodin, či třídnických chviliek - Žáci si přejí k narozeninám, svátkům, úspěchům 	<ul style="list-style-type: none"> - Škola je sportovně založena – je vytvářen tlak na výkon a podpora těch sportovně nejlepších - Pouze tři učitelé jsou současně speciálními pedagogy - Působí zde nová preventistka, programy preventivní péče nejsou plně zpracovány - Škola nemá školního psychologa - Zvonění přes požadavky žáků dlouhodobě nezměněno - V některých třídách se řeší problém počínající šikany - Někteří učitelé hodnotí negativně komunikaci s vedením školy - Někteří učitelé hodnotí negativně pracovní klima na škole - V některých třídách je žáky hodnoceno negativně sociální klima třídy - Některé rodiny nemají finanční zdroje na pokrytí nákladů spojených s lyžařskými, turistickými kurzy a školními výlety – školou není řešeno

3. POHODA ORGANIZAČNÍHO PROSTŘEDÍ (režim dne, výživa, pohyb)

<ul style="list-style-type: none">- V automatech jsou nabízeny neslazené nápoje- Škola je zapojena do programů Ovoce do škol a Mléko do škol, Zdravé zoubky- Ve školní jídelně je nabízen slazený nápoj, ale také neslazený, případně voda s ovocem, k dispozici jsou ubrousky- Kroužek vaření je zaměřen na zdravou výživu- Kuchyňka je často využívána – žáci jsou vedeni ke spolupráci, dodržování zásad správné výživy a správného stolování- Žáci se mohou během hodin napít, odejít na toaletu- Náplň hodin je členitá – jsou zařazovány relaxační chvíle, protažení, změny pracovní pozice- Škola je sportovně zaměřena – je rozšířena výuka TV, lyžařské kurzy jsou určeny pro 3., 5., 7., a 9. ročníky, 4. a 6. ročníky absolvují turistický kurz- Dopravní hřiště mohou žáci využít i v odpoledních hodinách- Široká nabídka sportovních kroužků- Podpora netradičních sportů v rámci sportovních dnů – softbal, nordic walking....	<ul style="list-style-type: none">- Ve školní jídelně se vaří jedno jídlo denně- Nabízené pokrmy ve školní jídelně vždy neodpovídají principům zdravé výživy- Před odpoledním vyučováním mají žáci pouze půl hodiny na oběd- Značný hluk během přestávky na svačinu- Někteří učitelé nedovolí svačit mimo „velkou přestávku“- Chybí možnost změny prostředí během přestávek pro všechny žáky (žáci se SVP mohou využít za přítomnosti dospělé osoby relaxačního koutku)- Chybí prostory pro venkovní výuku- Díky vytíženosti tělocvičen nemá školní družina možnost jejich využití- Chybí školní svačinový bufet- Jako odměn se využívají cukrovinky
---	---

Zdravé učení

Každý žák, včetně žáků se SVP jsou individualitami. Pojmy jako individuální výuka, individuální vzdělávání patří do běžné reality každého učitele. Strnadlová (2011) v této souvislosti připomíná Bloomovu teorii nazývanou mastery learning, která vychází z předpokladu, že všichni žáci jsou si schopni osvojit poznatky a dovednosti, pokud jsou jim k tomu vytvořeny vhodné podmínky a získají k tomuto úkolu dostatek času. Učitel pak volí učební strategii na základě analýzy rozdílů žáků v učení a individuálních rozdílů žáků daných jejich předchozí zkušeností a rodinnou situací.

ZDRAVÉ UČENÍ	
+	-
4. SMYSLUPLNOST	
<ul style="list-style-type: none"> - Žáci navštěvují mimo školu pořádané výukové, naučné a vzdělávací programy - Je zařazována práce ve skupinách, učení se navzájem, práce s modely, vzdělávacími pomůckami, experimenty - Jsou zařazovány herní prvky výuky - Je využíváno mezipředmětových vztahů - Tvorba projektů aktuálně k výuce 	<ul style="list-style-type: none"> - Chybí prostory pro venkovní praktickou výuku - O mimoškolních programech rozhoduje pouze učitel - Někteří učitelé vytvářejí soutěživé prostředí - Při skupinové práci nejsou žáci často spokojeni se svou skupinou, která je jim určena - Na 1. stupni není dostatek pomůcek, modelů k výuce
5. MOŽNOST VÝBĚRU, PŘIMĚŘENOST	
<ul style="list-style-type: none"> - V rámci schůzek školního parlamentu mohou žáci předkládat návrhy k fungování výuky - Výukové metody zohledňují pracovní tempo a možnosti žáků se SVP - Individuálně se pracuje se žáky nadanými a mimořádně nadanými - Podpora mimoškolních aktivit - Žáci mohou prezentovat referáty z oblasti svého zájmu 	<ul style="list-style-type: none"> - O výběru učiva a způsobu výuky rozhoduje učitel - Žáci většinou nerozhodnou, s kým budou ve skupině při skupinové práci - Žáci nerozhodují o místě a náplni školního výletu - Méně prostoru na skupinovou diskuzi k probíranému tématu
6. SPOLUÚČAST, SPOLUPRÁCE	
<ul style="list-style-type: none"> - Pravidelné schůzky školního parlamentu s vedením školy - ŠVP umožňující výběr učiva učiteli - Možnost zařazení projektového, kooperativního vyučování - Možnost individuálního uspořádání tříd 	<ul style="list-style-type: none"> - Převažující frontální výuka - Menší podíl výuky založené na diskuzi, diskusních kroužcích - Málo učitelů využívá možnosti individuálního uspořádání tříd - Menší prostor pro reflexi

7. MOTIVUJÍCÍ HODNOCENÍ

<ul style="list-style-type: none">- U žáků se SVP možnost slovního hodnocení- V průběhu roku využívána možnost ústního slovního hodnocení, pochval a odměn (např. odměna za práci celé třídy za určitý časový úsek ve formě aktivity vybrané samotnými žáky – hodnotí sám učitel)- „Výchovy“ (např. VV, TV, PČ) hodnoceny dle přístupu k předmětu, ne dle výkonu	<ul style="list-style-type: none">- Slovní hodnocení na vysvědčení pouze u žáků se SVP- Převažující hodnocení prostřednictvím klasifikace- Zdůrazňování úspěchů ve sportu vytváří soutěživé prostředí
--	---

Otevřené partnerství

V současné společnosti si nelze představit, že by nějaká společenská instituce mohla stát jako solitér se svými pravidly, vedením či fungováním. Také škola jako instituce vstupuje do interakce se svým okolím, ať již tím nejbližším, které tvoří především rodiče, tak také mnohem vzdálenějším, rozhodně však patří mezi instituce značně napojené na celý společenský systém. Dle Strnadlové (2011) lze tyto vztahy rozčlenit na vnější a vnitřní a směr vytvořeného sociálního systému školy určuje fakt, zda jde o otevřený demokratický či uzavřený autoritativní systém.

Vnitřní okruh tvoří samotní žáci, pedagogičtí i nepedagogičtí pracovníci školy, vedení školy a rodiče. Vnější okruh je vytvářen zřizovatelem školy, poradnami a dalšími podpůrnými organizacemi. Strnadlová (2011) upozorňuje, že pokud chceme vychovávat děti jako budoucí občany demokratické společnosti, potažmo občany své obce, je nezbytné podávat jim od raného věku zkušenost s demokratickými principy již ve škole za přítomnosti vhodného příkladu samotné instituce.

OTEVŘENÉ PARTNERSTVÍ	
+	-
8. ŠKOLA JAKO MODEL DEMOKRATICKÉHO SPOLEČENSTVÍ	
<ul style="list-style-type: none"> - Škola podporuje demokratické principy a to jak v postojích, tak ve výuce - Škola má schránku důvěry, její umístění je všem známo - Žáci přinášejí na třídní hodiny a skupiny vlastní návrhy na změny různého charakteru - Od vyšších ročníků volí třídy třídní funkce - Vedení školy vstřícné diskuzi se žáky 	<ul style="list-style-type: none"> - Horší vztahy mezi učiteli
9. ŠKOLA JAKO KULTURNÍ A VZDĚLÁVACÍ STŘEDISKO OBCE	
<ul style="list-style-type: none"> - Škola pořádá akce pro rodiče svých žáků i širokou veřejnost - Kroužky školy jsou určeny pro všechny děti, i pro ty, co nenavštěvují školu - Při výjezdech mimo město např. na sportovní a kulturní akce a soutěže žáci a učitelé pozitivně prezentují město 	<ul style="list-style-type: none"> - Boj tří škol města o žáky

3.5 Vyhodnocení rozhovorů s učiteli

1. Máte ve své třídě žáky se SVP?

Na tuto otázku odpověděla většina učitelů kladně, konkrétně 17 učitelů z celkového počtu 18 ti dotázaných se při výuce setkává se žáky se SVP. V době, kdy probíhal výzkum, se žáci se SVP nevyskytovali v prvních ročnících – tedy ve všech třech prvních třídách. Vzhledem k tomu, že však většina učitelů prvního stupně vyučuje některé předměty také v jiných třídách, setkávají se v těchto třídách se žáky se SVP, i když ve své třídě takové žáky nemají.

2. *Jak dlouho již pracujete se žáky se SVP?*

Shrnutí odpovědí na tuto otázku znázorňuje následující tabulka. Přestože nový přístup k inkluzivním procesům ve školství nastoupil až v září roku 2016, počátky integračních procesů datujeme mnohem dříve. Z tohoto důvodu mají zkušenosti s výukou žáků se SVP všichni dotazovaní učitelé, liší se pouze délka této zkušenosti. Vzhledem k tomu, že náplň práce asistenta pedagoga je práce se žáky se SVP, je zřejmé, že zkušenosti mají, někteří mají dokonce zkušenosti delší než učitelé.

Počet let, ve kterých dotazovaní pracují se žáky se SVP	Počet učitelů	Počet asistentů
1	1	
3	2	1
4	1	1
6	5	
7	3	
8	2	2
9	3	1
Více jak 9	1	1
Celkem	18	6

3. *S jakými typy zdravotního postižení se u svých žáků setkáváte?*

Nejčastěji se pedagogičtí pracovníci setkávají dle výpovědí se žáky se speciálními poruchami učení (SPU), přičemž za nejčastější formu SPU označují dyslexii, dále dysortografii, jedna paní učitelka momentálně pracuje se žákyní s dyskalkulií a v minulosti se vyskytl také žák s dyspraxií.

Druhou nejpočetnější skupinou jsou žáci s poruchou pozornosti s hyperaktivitou – ADHD často kombinované s jinou poruchou. Také porucha autistického spektra – diagnóza aspergerův syndrom má silné zastoupení. Dále učitelé a AP uvádějí žáky se zrakovým postižením (ve škále střední zrakové postižení až úplná nevidomost), žáky se sluchovým postižením (užívající naslouchadlo), žáky s psychiatrickou diagnózou, žáky s mentálním

postižením (LMP a Downův syndrom) a žáky s tělesným postižením (nanismus, extrémní lámavost kostí, epilepsie). Z tohoto výčtu je zřejmé, že se učitelé a AP ve své praxi setkávají se žáky všech možných typů zdravotního postižení.

4. Jaké druhy podpory využíváte u žáků se SVP?

Způsoby podpory se individuálně přizpůsobují konkrétnímu žákovi se SVP. Ve většině případů se dotazovaní učitelé setkávají se žáky se SVP se stupněm podpory č. 2 a 3. Pouze dva učitelé pracují se žáky se stupněm podpory č. 4.

Učitelé žáků se SVP se stupněm podpory č. 2 využívají nejčastěji tyto druhy podpory: úprava forem a metod vzdělávání, úprava zadávání úkolů a jejich hodnocení, využití speciálních učebních pomůcek.

U žáků se SVP se stupněm podpory č. 3 uvádějí učitelé tyto druhy podpory: vzdělávání podle IVP, využití AP, úpravu organizace, hodnocení, forem a metod vzdělávání, zabezpečení výuky předmětů speciálně pedagogické péče, využití speciálních učebnic a učebních pomůcek, způsoby zadávání a hodnocení úkolů.

Žáci se SVP se stupněm podpory č. 4 vykazují tyto druhy podpory: vzdělávání podle IVP, využití AP, úpravu organizace, hodnocení, forem a metod vzdělávání, zabezpečení výuky předmětů speciálně pedagogické péče, využití speciálních učebnic a učebních pomůcek, způsoby zadávání a hodnocení úkolů, využití kompenzačních pomůcek, úpravu komunikačních kanálů a způsobu komunikace a písemného projevu.

5. Jaké metody práce využíváte u žáků se SVP?

Metody práce u jednotlivých žáků odpovídají jejich individuálním potřebám. U žáků se SVP vycházejí z doporučení školského poradenského zařízení. Jednotlivé metody uvádím v pořadí dle četnosti používání učiteli a AP a to od nejčastější, smyslem bylo zjistit, zda lze tyto metody skloubit s projektovým vyučováním:

- Opakovat instrukce k úkolům, nepochopené vysvětlit názorně
- Ve výuce využívat názorných a kompenzačních pomůcek
- Kontrolovat pochopení zadání úkolu
- Poskytovat pomoc prvního kroku
- Motivace a pochvala

- Vést k aktivnímu přístupu ve výuce – metoda aktivního učení
- Prodloužený výklad, zvýšená časová dotace na splnění úkolu
- Individualizace výuky – zařazovat individuální práci, která bude sloužit k rozvoji specifických schopností žáka, dle aktuálních vzdělávacích potřeb žáka
- Zpracování referátů a činnostní učení
- Metody stimulující vývoj – řešení typových úloh
- Strukturace učiva
- Propojit výuku se životem
- Využívání týdenních plánů, seznamů úkolů, vyznačovat dobu trvání úkolů
- Didaktické hry
- Výuka podporovaná počítačem, využití výukových programů
- Umožnit alternativní formy zápisu
- Ověřovat neúspěšné písemné práce ústně
- Při písemném projevu zadávat zkrácené úkoly
- Propojovat probíranou látku s praxí
- Vše zvědomovat, propojovat s širšími souvislostmi
- Při reprodukci přečteného textu využívat zrakové podpory, slovní osnovy
- Motivovat k pravidelné domácí přípravě
- Upravit pracovní prostředí dle aktuálních potřeb žáka
- Zajistit bezpečnost žáka při pohybu v interiéru a exteriéru školy – nutné dodržovat zvýšenou bezpečnost
- Často střídat činnosti, při únavě zařadit krátké přestávky
- Speciálně pro žáka se zrakovým postižením: výuka žáka bude probíhat v Braillovu bodovém písmu, je nezbytné všechny činnosti v ZŠ slovně doprovázet, nezbytná je výuka speciálních dovedností zrakově postiženého žáka – systematický rozvoj kompenzačních smyslů, výuka prostorové orientace a samostatného pohybu, k pohybu využívána dlouhá bílá hůl

6. Je třeba využívat odlišné metody práce u žáků se SVP při výuce předmětů výchovy ke zdraví? Liší se výuka předmětů výchovy ke zdraví ve třídě se žáky se SVP a ve třídě, kde se nevyskytují žáci se SVP?

Dotazovaní pedagogičtí pracovníci se shodují na tom, že výuka předmětů výchovy ke zdraví vyžaduje s ohledem na žáky se SVP změnu metod práce a to individuálně dle složení jednotlivých tříd.

Učitelé předmětu tělesná výchova (TV) uvádějí, že mění výuku s ohledem na žáky s tělesným postižením a pozornost věnují také přípravě na výuku ve třídách, kde jsou žáci s aspergerovým syndromem, kteří mívají obtíže s pochopením pravidel kolektivních her.

Učitelé, kteří mají zkušenost s výukou žáka nevidomého, uvádějí, že se vyhýbají pouštění filmů, spotů a dalších nahrávek, které vyžadují zrakové vnímání. Tento žák používá studijní materiály vytvořené v braillově písmu. I ostatní žáci se zrakovým postižením mají výuku upravenou tak, aby byla vedena více hmatově a sluchově a méně zrakově.

Pro žáky s SPU bývá dle učitelů a AP problematická samostatná práce s pracovními listy a čtení rozsáhlejších textů. Při práci s pracovními listy pak využívají např. práci ve dvojicích, skupinách nebo pracují všichni společně. Zkoušení je pak lépe provádět ústní formou, neboť písemná forma bývá nespolehlivá, někteří učitelé uvádějí, že ani doplňovačky nejsou pro některé žáky vhodné, hůře se jim v nich orientuje.

Naopak učitelé uvádějí, že spousta metod výuky není důvod měnit, při správném objasnění mohou takto pracovat všichni žáci společně – uvádějí různé hry, dramatizace, badatelské formy práce, myšlenkové mapy apod.

Tabulka k otázce: Liší se výuka předmětů výchovy ke zdraví ve třídě se žáky se SVP a ve třídě, kde se nevyskytují žáci se SVP?

Stručný výtah odpovědí	Počet odpovědí
Výuka se nijak neliší	1/24
Výuka se liší ve třídách se žáky s tělesným postižením (TV)	4/24
Výuka se liší ve třídě se žákem se zrakovým postižením	2/24
Výuka se liší, pokud ve třídě nepůsobí AP	6/24
Výuka neliší, ale vyžaduje to časově náročnější přípravu učitele/AP na výuku	10/24
Výuka ve třídě se žáky se SVP vyžaduje jiné metody výuky	8/24
Výuka se neliší, jen uděláme daleko méně práce	3/24
Výuka se neliší, liší se způsob kontroly znalostí u žáků se SVP a jejich hodnocení	16/24
Je třeba často využívat skupinovou práci, aby byli žáci se SVP vždy ve skupině s běžnými žáky	1/24

7. Jsou jednotlivé složky ovlivňující zdraví upravovány ve škole a přizpůsobovány žákům se SVP (pitný režim, aktivní pohyb, mezilidské vztahy, úprava pracovního místa – vylučuje, či přibližuje žáka se SVP kolektivu, držení těla a správné sezení, psychická zátěž – frustrace, deprivace, přesytení a stres, relaxace)?

Pitný režim – učitelé i AP se shodují, že pokud mají žáci se SVP doporučený lékařem častější pitný režim, nebo stačí i doporučení od rodičů, mohou žáci pít kdykoliv během vyučování, z 18 ti dotazovaných učitelů jich 14 uvádí, že pít během hodin umožňují všem žákům za dodržení stanovených pravidel. Učitelé během hodin často žáky k pití nabádají

Aktivní pohyb – lze rozdělit na pohyb v hodinách a o přestávkách. O přestávkách mohou žáci se SVP využít pobytu v relaxačním koutku, který je vybaven pytlí a kobereci na protažení a boxovacím pytlíkem. Pohyb ve třídě volí každý učitel různě, ve škole jsem se

setkala s následujícími možnostmi: tyč na přitahování umístěná ve dveřích, na dveřích umístěný basketbalový košík, koberce, masážní boostry, skákací balony, gymnastické míče, skákací panák. V hodinách je situace jednodušší pro učitele, kterým asistují AP. AP mohou v případě únavy žáka se SVP odejít s ním do relaxačního koutku, případně se s tímto žákem mohou projít po chodbě. Z vyjádření učitelů vyplývá, že obecně aktivní pohyb řeší volbou metod výuky. Výuku koncipují tak, aby žáci během hodiny měnili pozici – zařazují práci na koberci, práci v lavici, práci na zemi na podsedácích, práci u interaktivní tabule. Také práce z lavice může být propojena s pohybem, učitelé uvádějí, že např. při práci na tabuli se žáci průběžně střídají tak, aby měl každý možnost se projít. Učitelé často do hodin zařazují lehké protažení, nebo i dynamičtější pohyb (poskoky, dřepy apod.). Dle učitelů mají mladší žáci rádi tanečky a básničky spojené s pohybem, starší žáci ocení běhací příklady, nebo běhací diktáty.

Mezilidské vztahy – vztahy mezi žáky řeší učitelé i AP každý den. Více jak polovina učitelů (konkrétně 12) vypověděla, že speciálně vztahy vůči žákům se SVP neřeší, spíše, než zdůrazňovat, že mají tito žáci nějaká specifika, se učitelé domnívají, že je lepší učit všechny žáky dodržovat běžná pravidla správného chování a vzájemné tolerance. 6 učitelů určité okolnosti přiměly k této problematice přistupovat individuálně a specificky. Jednalo se o učitele, jejichž žáci mají takový handicap, že je nezbytné probrat s ostatními žáky tyto okolnosti. Například paní učitelka, která má ve třídě žáka s aspergerovým syndromem kombinovaným s ADHD pozvala do třídy paní psychologku a ta probrala se žáky vše, co by měli o svém spolužákovi vědět tak, aby pochopili, že on pouze nezlobí a není mu neustále odpouštěno to, co ostatním tolerováno není, ale že se cítí a vnímá jinak než ostatní, že jinak také nahlíží na své okolí, že má problematické rysy, ale také že má své přednosti. Podobně pracovala se žáky také paní učitelka nevidomého žáka, žáci se postupně od první třídy učili přistupovat k němu přirozeně, ve spolupráci s SPC a s AP se naučili, kdy pomoci a kdy to není potřeba, jak dbát na jeho bezpečnost a přesto být kamarádi. Jinak situaci vyřešili ve třídě s dívkou s Downovým syndromem, zde maminka této dívky začala spolupracovat s budoucí AP dva měsíce před nástupem do školy tak, aby se dívka a AP důkladně poznaly a ve škole pak paní AP velmi přirozeně plnila funkci styčné osoby mezi žáky a dívkou, která se velmi rychle stala ve třídě oblíbenou.

Úprava pracovního místa – ta se provádí na základě doporučení poradenského zařízení a rodiny, většinou je nutná u žáků, kteří při školní práci využívají speciální pomůcky – didaktické, kompenzační, vyžadují speciální nábytek, nebo jim při práci pomáhá AP. Všichni učitelé se shodli na tom, že pokud žákovi pomáhá při práci AP, snaží se uspořádat prostor tak, aby měl AP dobrý přístup k žákovi, ale asistent celou dobu se žákem nesedí (nejčastějším důvodem je vedení k samostatnosti a nevyčleňování z kolektivu), má ve třídě vytvořeno vlastní pracovní místo. Většina žáků se SVP sedí klasicky v lavici se spolužákem. Pouze dva učitelé uvedli, že jejich žák se SVP má samostatné pracovní místo – jedná se o nevidomého žáka, který má k lavici připevněné bariéry proti padání věcí z lavice a potřebuje celou lavici na odkládání pomůcek (hlavně pichtův psací stroj, PC s braillovým řádkem) a učebnic při čtení, psaní apod. Druhý případ je žákyně s nanismem, která má speciální lavici určenou pro její velikost. O přestávkách tito žáci mohou za svými spolužáky a obráceně a nemusí se proto cítit vyloučení z kolektivu. Úprava pracovního místa u ostatních žáků probíhá individuálně, učitelé uvádějí: magnetickou tabuli pro žáka s aspergerovým syndromem, kde má vyvěšen plán dne a další učební pomůcky. U žáků s SPU učitelé používají např. přídatnou zásuvku na učební pomůcky, žákyně s tělesným postižením sedí u skříňky, ve které má veškeré učebnice a učební pomůcky kvůli lepšímu přístupu. Žák s psychiatrickou diagnózou sedí v blízkosti dveří, neboť občas během hodin opouští třídu. Žákyně se zrakovou vadou sedí u okna a dalšího světelného zdroje. Dobře provedená úprava pracovního místa pak pomáhá i správnému držení těla a sezení. Jedna z dotazovaných paní učitelek uvedla, že pokud se místo neupraví správně, může to vést k tomu, že žák je nucen se natáčet, nebo naklánět od svých pomůcek k učiteli či ostatním spolužákům a tím si narušuje správné sezení.

8. *Využíváte také metodu projektové výuky? Jak často ji využíváte? Je tato metoda vhodná pro oblast výchovy ke zdraví? Je to metoda vhodná pro žáky se SVP? Jak hodnotíte klady a zápory této metody práce?*

Většina, tedy 17 učitelů z 18 ti dotazovaných, využívá metodu projektové výuky. Důvodem, proč jedna z dotazovaných učitelek tuto metodu nevyužívá, je fakt, že se jedná o začínající učitelku, která zatím vyučuje tradičními metodami výuky. Četnost zařazování projektové výuky je u jednotlivých učitelů rozličná. Více jak polovina zařazuje

projektovou výuku maximálně dvakrát ročně. Naopak dva učitelé zařazují projektovou výuku pravidelně každý měsíc. Ostatní uvádějí, že využívají tuto výuku nepravidelně několikrát do roka podle situace. Někteří učitelé nezařazují projektovou výuku v nižších ročnících – v první až třetí třídě, neboť se domnívají, že žáci v tomto období nemají ještě mnoho dovedností a zkušeností ke zpracování zadaného tématu. Naopak 10 učitelů tvrdí, že je vhodné vyzkoušet projektovou výuku již od první třídy a učit tak žáky novým schopnostem a dovednostem. Je samozřejmě nezbytné přizpůsobit náročnost tématu a požadavků.

Četnost zařazování projektové výuky však s věkem žáků dle odpovědí učitelů stoupá. Se staršími žáky lze vytvářet složitější projekty, snadněji chápou zadání a umí již lépe spolupracovat. Také existuje širší základna předmětů, ve kterých lze projektovou výuku uplatnit. Oblast zdraví, zdravé životosprávy a zdravého životního stylu patří dle učitelů nejčastější témata projektů. Další velkou skupinou témat je ekologie, voda, vzduch, životní prostředí a třídění odpadů. Další učiteli zmiňovaná témata uvádím v pořadí dle četnosti jejich zařazování: svátky během roku a významné dny, čas, příroda – rostliny, živočichové, počasí, podnebí, osobnosti, historická témata, gramatické jevy, geometrické tvary. Při zařazování projektu volí učitelé dva základní přístupy – projekt se vztahuje k určitému tématu daného předmětu (dle četnosti: prvouka, přírodověda, vlastivěda, český jazyk), nebo je pojat jako mezipředmětová vazba, popřípadě průřezové téma.

Z předchozího odstavce vyplývá, že se učitelé domnívají, že metoda projektové výuky je vhodná pro oblast výchovy ke zdraví. Učitelé a AP se však neshodují v tom, zda je metoda vhodná pro žáky se SVP. Rozdíly v názorech vyplývají především v druhu postižení, které jejich žáci mají. Většina z nich nepovažuje za překážku, pokud se jedná o žáka s SPU. U některých diagnóz si učitelé neumějí zařazení projektové výuky představit (např. těžké zrakové postižení, PAS apod.), zjistila jsem však, že je to otázka zkušenosti s daným postižením. Učitelé, kteří pracují se žákem s určitým druhem postižení, mají takové zkušenosti, že pro ně není ani projektová výuka žádnou překážkou. Pokud mají učitelé na pomoc AP, potom využívají projektové metody daleko častěji i u žáků se SVP. Dokážou tak za pomoci AP vytvořit podmínky vhodné pro všechny své žáky.

Následující tabulka přehledně ukazuje klady a zápory metody projektové výuky z hlediska dotazovaných učitelů a asistentů:

klady	zápory
<ul style="list-style-type: none"> • naplňování klíčových kompetencí 	<ul style="list-style-type: none"> • časová náročnost – příprava a plánování, jen kvalitní příprava zaručí výslednou efektivitu
<ul style="list-style-type: none"> • začleňování průřezových témat 	<ul style="list-style-type: none"> • materiálová náročnost
<ul style="list-style-type: none"> • spolupráce, týmová práce – sociální učení 	<ul style="list-style-type: none"> • personální náročnost
<ul style="list-style-type: none"> • podpora tvořivosti 	<ul style="list-style-type: none"> • žáci to neberou vážně – pouze hra
<ul style="list-style-type: none"> • podpora komunikačních schopností – mezi žáky i při samostatném projevu (např. prezentaci) 	<ul style="list-style-type: none"> • kázeňské prohřešky, nepozornost
<ul style="list-style-type: none"> • lepší zvládnutí tématu žáky, jeho zapamatování a zpětného vybavení 	<ul style="list-style-type: none"> • nelze zaručit, že se podílí všichni žáci ve skupině
<ul style="list-style-type: none"> • využití výpočetních technologií 	<ul style="list-style-type: none"> • nízký věk žáků – jejich nesamostatnost
<ul style="list-style-type: none"> • upevnění mezipředmětových vztahů 	<ul style="list-style-type: none"> • celodenní projekty nemohou provádět učitelé, kteří nejsou třídními v dané třídě
<ul style="list-style-type: none"> • zlepšení manipulace s informacemi – práce s literaturou 	<ul style="list-style-type: none"> • někteří žáci odmítají skupinovou práci (např. i žáci se SVP – žáci s PAS, psychiatrické diagnózy)
<ul style="list-style-type: none"> • aktivní forma učení 	<ul style="list-style-type: none"> • větší počet žáků ve třídě – nižší příležitost individuálního projevu
<ul style="list-style-type: none"> • oblíbenost u žáků 	<ul style="list-style-type: none"> • téma je nutné probrat znovu při běžné výuce
<ul style="list-style-type: none"> • možnost zhodnocení své práce 	<ul style="list-style-type: none"> • někteří žáci odmítají mluvit před ostatními
<ul style="list-style-type: none"> • možnost dalšího využití výstupu (konečného výtvaru) při další výuce - smysluplnost 	<ul style="list-style-type: none"> •

9. S jakými tématy oblasti výchovy ke zdraví se setkáváte v učebních plánech?

Jak učitelé a AP uvádějí, setkávají se žáci s tématy spadajícími do oblasti výchovy ke zdraví již od první třídy. Nejčastěji jsou tato témata zařazována do předmětu prvouka, později přírodověda a také do předmětu tělesná výchova. Od čtvrtého ročníku je do učebních plánů zařazena dopravní výchova, 10 učitelů z 18 ti dotazovaných zařazují dopravní výchovu do výuky již od první třídy. Tomu značně přispěla výstavba moderního dopravního hřiště náležejícího ke škole.

V prvním ročníku jsou zařazena následující témata: zdravá výživa, správné stravování, správné stolování, zdraví a nemoc, úraz X nemoc, prevence úrazu, hygiena, bezpečná cesta do školy, můj domov, moje rodina a přátelství, bezpečně u vody, v lese a o prázdninách. Tato témata uvádějí všichni dotazovaní jako nejčastěji zařazovaná, neboť se pravidelně v jednotlivých ročnících opakují, rozšiřují se znalosti, které žáci získávají a postupně jsou doplňována o další témata. Učitelé také uvádějí, že průběžně žáky upozorňují na hygienu rukou, bezpečnost při pohybu, správné sezení apod.

Mezi další témata patří: v pátém ročníku závislosti – alkohol, drogy, gamblerství i mobilní telefony, bezpečně na internetu a sociálních sítích, šikana a kyberšikana, mimořádné události, bezpečnost v dopravě, prevence civilizačních chorob, cvičení – protahovací cviky a relaxační techniky.

10. Jaká témata nejvíce žáky zajímají? Existují témata, o která se zajímají žáci se SVP více?

Dle dotazovaných učitelů žáky nejvíce zajímá oblast závislostí, oblast bezpečného pobytu na internetu a sociálních sítích a oblast kyberšikany. Mladší žáci se rádi zapojují do tématu zdravé výživy a správného stolování, nejlépe, pokud je hodina spojena s praktickými činnostmi, např. přípravou pokrmů. Oblíbená je také praktická část dopravní výchovy, kdy žáci absolvují na kolech či koloběžkách jízdu po dopravním hřišti a jízdy zručnosti.

Z odpovědí učitelů a AP vyplývá, že žáci se SVP se zajímají o stejná témata, jako jejich spolužáci. Opět nejvíce žáky přitahují témata zabývající se různými formami závislostí a bezpečného pobytu na internetu a sociálních sítích. Občas žáci pátých tříd konfrontují

učitele s tématem sexu, neboť v páté třídě v hodinách přírodovědy probírají rozmnožování člověka.

11. Jaká témata oblasti výchovy ke zdraví je třeba více rozvíjet, případně nově zařadit do učebních plánů?

Všichni pedagogové se shodují na faktu, že rozvíjet je nezbytné průběžně všechna témata výchovy ke zdraví. Nově zařadit navrhuji tato témata: psychické zdraví a jaké faktory toto zdraví ovlivňují (přátelství, dobré vztahy doma i ve škole, stres apod.), první pomoc (především prakticky a pravidelně), dospívání (zvláště v páté třídě – děvčata stojí na prahu dospívání, některé i menstruuji), etnické odlišnosti, prohloubit relaxační cvičení, cvičení na uvolnění stresu a dechová cvičení. S ohledem na žáky se SVP je vhodné rozvíjet také témata týkající bezpečnosti a to jak bezpečnost ve škole, v domácnosti, nebo při pohybu venku. Tito žáci bývají s ohledem na bezpečnost při pohybu, tak i na sociálních sítích více zranitelní. Mohou se snadněji dostat do nebezpečných situací při pohybu uvnitř nebo venku, ale také snadněji díky své důvěřivosti podlehnou nástrahám virtuálního světa.

Pedagogové dále uvádějí, že rodiče mají snahu chránit své děti někdy až příliš a obzvláště ty, které ve školním prostředí označujeme jako žáky se SVP. Ti jsou pak např. nadšení při přípravě pokrmů, kdy jim učitelé za dopomoci AP umožňují krájet a vařit. Proto by bylo vhodné zařadit do učebních plánů vaření a přípravu pokrmů již na prvním stupni. V současné době je příprava pokrmů součástí učebních plánů až na druhém stupni, na prvním stupni probíhá spíše jako součást projektových dnů, nebo mimořádně v rámci hodin pracovních činností.

3.6 Shrnutí výzkumné části

Z výzkumné části vyplývá, že učitelé se ve svých třídách setkávají běžně se žáky se SVP. Škála typů zdravotního postižení u těchto žáků je opravdu široká od žáků s ADHD, se specifickými poruchami učení, mentálním postižením, s PAS, s tělesným postižením a dalšími druhy. Zkušenosti s prací s těmito žáky má většina učitelů i asistentů pedagoga již několikaletou. Individuálně na základě doporučení školského poradenského zařízení je těmto žákům poskytována podpora ve vzdělání a jsou využívány metody práce, které umožňují žákům úspěšné zvládnutí učiva při zajištění maximální samostatnosti.

Učitelé využívají vhodné metody práce při výuce žáků se SVP také v hodinách předmětů výchovy ke zdraví. Témata výchovy ke zdraví jsou často pro žáky se SVP velmi přínosná, neboť jim pomáhají k zajištění větší bezpečnosti a lepšímu pochopení některých životních nástrah.

Metoda projektové výuky má pro učitele pozitivní i negativní stránky, většina učitelů tuto metodu v hodinách výchovy ke zdraví využívá. V doporučení školských poradenských zařízení se tato metoda většinou nevyskytuje, ale způsoby podpory i metody práce, které se využívají u žáků se SVP, vlastně korespondují s projektovým vyučováním a projektové vyučování v sobě jednotlivé metody práce zastřešuje. Častěji metodu projektové výuky využívají učitelé, kteří mají pro žáky se SVP na pomoc AP. Informace získané o tématech oblasti výchovy ke zdraví, které se na škole vyučují, které jsou potřebné pro žáky se SVP a které by bylo vhodné nově zařadit, jsou zohledněny v následujícím projektu.

4 Projekt

Výstupem této diplomové práce je zpracování projektu sloužícího k výchově ke zdraví žáků základní školy. Cílovou skupinou projektu jsou žáci 1. stupně běžné základní školy, je vytvořen tak, aby aktivity, činnosti projektu mohli plnit především žáci se SVP, protože se však pohybujeme v inkluzivním prostředí, je určen pro všechny žáky 1. stupně základní školy a tím je položen první stavební kámen výchovy ke zdraví dětí se SVP.

Při tvorbě projektu jsem vycházela ze studia literatury (např. Marádová – Výchova ke zdraví pracovní sešit, Strnadlová – Tvorba a metodika projektů k podpoře zdraví), výzkumu provedeném na ZŠ, využila jsem zkušeností ze základní školy a školy speciální, kde se vzdělávají žáci s lehkým, středním mentálním postižením a kombinovanými vadami a v neposlední řadě vlastní zkušenosti s prací s žáky ve škole.

Projekt je tedy určen mladším žákům, kteří v rámci výuky neabsolvují přímo předmět Výchova ke zdraví, v rámci vzdělávací oblasti Člověk a jeho zdraví mají zařazen pouze předmět tělesná výchova. Výchova ke zdraví je tedy řešena v rámci vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět – Člověk a jeho zdraví a v rámci průřezových témat, může být zařazena v průběhu dalších předmětů, jako je český jazyk a sloh, informatika, nabízí se přírodověda, pracovní činnosti a výtvarná výchova. V ideálním případě v rámci projektů a projektového vyučování.

Tento projekt je vytvořen tak, aby jeho jednotlivé části nesly téma, které je žákům blízké z hlediska školního života a školního roku, nebo událostí běžného roku, jako jsou svátky, roční období apod. Projekt má několik částí přibližně kopírujících deset měsíců výuky v běžném školním roce a jednotlivé aktivity každé části jsou vytvořeny tak, aby je žáci spolu s učiteli mohli plnit v rámci běžné výuky v různých vyučovacích předmětech. Je zde propojena snaha o to, aby činnosti byly atraktivní, zábavné, ale také poučné a přinášející nové informace, vedly ke spolupráci, dotváření vztahů mezi dětmi, komunikaci a tím získávaly další nadstavbový stupeň ve výchově ke zdraví a utváření klíčových kompetencí.

Veškeré aktivity byly vyzkoušeny a prováděny žáky 4. třídy běžné ZŠ, součástí projektu je zhodnocení jednotlivých částí při plnění konkrétními dětmi.

4.1 Vzdělávací oblasti

Z hlediska RVP pro ZV lze projekt zařadit do několika vzdělávacích oblastí:

- **Český jazyk a literatura** - rozlišuje podstatné a okrajové informace v textu vhodném pro daný věk, podstatné informace zaznamenává, píše správně po stránce obsahové i formální jednoduché komunikační žánry
- **Informační a komunikační technologie** - při vyhledávání informací na internetu používá jednoduché a vhodné cesty, vyhledává informace na portálech, v knihovnách a databázích, komunikuje pomocí internetu či jiných běžných komunikačních zařízení, pracuje s textem a obrázkem v textovém a grafickém editoru
- **Člověk a jeho svět** – Lidé kolem nás - rozlišuje blízké příbuzenské vztahy v rodině, role rodinných příslušníků a vztahy mezi nimi, projevuje toleranci k přirozeným odlišnostem spolužáků i jiných lidí, jejich přednostem i nedostatkům, vyjádří na základě vlastních zkušeností základní vztahy mezi lidmi, vyvodí a dodržuje pravidla pro soužití ve škole, mezi chlapci a dívkami, v rodině, v obci (městě), rozpozná ve svém okolí jednání a chování, která se už nemohou tolerovat a která porušují základní lidská práva nebo demokratické principy, poukáže v nejbližším společenském a přírodním prostředí na změny a některé problémy a navrhne možnosti zlepšení životního prostředí obce (města),
- **Člověk a jeho svět** – Rozmanitost přírody - zhodnotí některé konkrétní činnosti člověka v přírodě a rozlišuje aktivity, které mohou prostředí i zdraví člověka podporovat nebo poškozovat,
- **Člověk a jeho svět** – Člověk a jeho zdraví - využívá poznatků o lidském těle k vysvětlení základních funkcí jednotlivých orgánových soustav a k podpoře vlastního zdravého způsobu života, uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích simulujících mimořádné události; vnímá dopravní situaci, správně ji vyhodnotí a vyvodí odpovídající závěry pro své chování jako chodec a cyklista, předvede v modelových situacích osvojené jednoduché způsoby odmítání návykových látek, uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví a jeho preventivní ochranou

- **Člověk a zdraví** – Tělesná výchova - podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu; uplatňuje kondičně zaměřené činnosti; projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti
- **Člověk a svět práce** - provádí při práci se stavebnicemi jednoduchou montáž a demontáž, pracuje podle slovního návodu, předlohy, jednoduchého náčrtu, připraví samostatně jednoduchý pokrm

4.2 Cíle projektu

Ústředním cílem tohoto projektu je zapojit všechny žáky třídy včetně žáků s SPU do problematiky zdraví v širším pojetí. Z teoretického hlediska se některé položky spadající do problematiky zdraví zdají žákům zcela zřejmé a známé, z bližšího zjištění však vyplývá, že z praktického hlediska je potřebné již získané znalosti upevňovat a nabalovat nové schopnosti a dovednosti.

Jedním z cílů projektu je na základě podnětu ze strany učitele přivést žáky ke společné snaze k samostatnému zjišťování poznatků, potřebných informací a jejich kritickému zhodnocení vzhledem k zadaným tématům.

Dílicí cíle projektu z pohledu žáků se SVP:

- Motivovat žáky k tématům jednotlivých částí projektu
- Učit vnímat žáky pojem zdraví v nejširším kontextu
- Získávat poznatky a potřebné informace k tématu vlastní aktivní činností
- Navést žáky na získání povědomí o nových pojmech
- Pracovat v týmu, komunikovat, podílet se na týmové práci
- Prezentovat výsledky práce
- Umožnit žákům zapojit do práce tvořivost, fantazii
- Umožnit žákům projevit svůj názor, myšlenku, nápad, rozvíjet komunikační dovednosti
- Zhodnotit výsledky práce, činnosti

4.3 Organizace projektu

Samotná realizace jednotlivých částí projektu závisí na konkrétní situaci a potřebách provádějícího učitele. Na jednotlivé části projektu je vhodné vymezit si jednou měsíčně celý vyučovací den a ten rozdělit na následující části:

- 1. Organizační část** – 1 vyučovací hodina je věnována uvedení tématu projektového dne, motivaci žáků k tomuto tématu, představení požadavků, zadání. Žáci jsou seznámeni s časovým rozvržením dne, stanovenými cíly, aktivitami, formami zpracování, výstupy a způsoby zhodnocení práce.
- 2. Příprava** – navazuje na organizační část a zahrnuje aktivity zaměřené především na diskuzi s využitím aktivizačních metod brainstormingu a brainwritingu k hlavním pojmům tématu dne. Hlavním smyslem je navodit neformální atmosféru, přimět žáky zapojit se do hodiny, nebát se sdělovat své myšlenky, názory a vědomosti. Jednotlivé myšlenky a nápady je vhodné zapisovat postupně na tabuli, aby se žádná neztratila. Přípravu žáci doplní informacemi, které následně ve skupinách zjistí vyhledáváním v internetových databázích. Skupiny si mohou žáci buď zvolit sami, nebo mohou být určeny učitelem, záleží na charakteru třídy. Také takto zjištěná fakta zástupci skupin představí svým spolužákům a učitel je zapíše na tabuli. Přípravnou část žáci zakončí společným shrnutím získaných informací, jejich utříděním, zhodnocením a posouzením použitelnosti k další praktické části projektového dne.
- 3. Praktická část** – 2 vyučovací hodiny jsou věnovány aktivní a praktické části projektu. Žáci pracují buď individuálně, nebo ve skupinách dle charakteru zvolených aktivit. V této části je kladen důraz na iniciativu žáků, jejich kreativitu i samostatnost, vždy je zde ponechán prostor pro jejich návrhy dalších námětů.
- 4. Presentace výsledků praktické části, reflexe, závěrečné zhodnocení, diskuze** – v této části žáci prezentují výsledky své práce a jejich vysvětlení, následuje vlastní zhodnocení - reflexe, kdy žáci hodnotí především vlastní zapojení, co se nového naučili, co je překvapilo, co by udělali jinak, co jim dělalo největší problémy. Učitel hodnotí v průběhu dne, své hodnocení shrne v závěru dne – jak se všem dařilo, jak žáci pracovali ve skupinách, jak komunikovali, jaký byl jejich přínos společné práci, zanalyzuje chyby.

Časovou dotaci jednotlivých částí však učitel samozřejmě přizpůsobuje momentální situaci a charakteru zadaných činností. Lze je rozdělit i do několika dní.

4.4 Výstupy projektu

Výstupy projektu tvoří výstupy jednotlivých částí. Někdy se jedná o sumu poznatků, nově získaných schopností a dovedností, které žáci nabyli svojí aktivní činností. Výstupy tvoří také konkrétní formy provedené v písemné podobě a doplněné škálou grafických a výtvarných technik. Jedná se o následující:

- Plakát na dveře třídy tzv. facebook na dveře obsahující karty žáků s informacemi, které sami považují za důležité
- Brožura s informacemi o bezpečném chování a způsobu jednání v případě již nastalého nebezpečí
- Plakátky s informacemi o paralympiádě, zumbě, hrách goalball a boccia
- Stavebnicový model ideální třídy z pohledu žáků (nebo jeho fotografie) a jeho popis
- Pyramida výživy
- Knížka receptů zdravé výživy
- Modely zubů ze samotvrdnoucí hmoty
- Sada karet k ochraně bezpečí
- Pomůcka k určování povinné výbavy jízdního kola a používání reflexních a ochranných prvků při jízdě na kole
- Fotografie žáků pořízené učitelem v průběhu roku během dnů projektového vyučování

4.5 Praktické části projektu

Každá z částí projektu má předem danou **strukturu**:

- Vymezení cíle dané části
- Klíčové kompetence
- Očekávané výstupy
- Mezioborové přesahy
- Průřezová témata
- Organizace řízení, metody práce
- Organizace prostorová
- Organizace personální
- Pomůcky
- Specifika práce se žáky se SVP
- Příprava
- Aktivity
- Reflexe

Návrat do školy

Cíl: na začátku školního roku přicházejí žáci do školy odpočatí, dvouměsíční pauza ve školní docházce je však relativně dlouhá doba a naši žáci rádi odvyknou každodenní povinnosti a režimu, který během školního roku panuje. Záleží na každém individuálně, každý je jinak psychicky zdatný a umí se s opětovně nastoleným pořádkem srovnat. Někteří se adaptují poměrně rychle, někteří se dokonce těší (podle výpovědí především na kamarády, které během prázdnin neviděli), pro některé je to trochu šok a trvá jim několik týdnů, než „naskočí“ zpět. Návrat do školy bývá náročný také pro žáky se SVP, kteří se mohou obávat obtíží se zvládnutím výuky ve vyšším ročníku, znovupřijetím ze strany spolužáků apod. Mnohdy také na začátku školního roku přicházejí noví žáci. Cílem této

části je věnovat několik vyučovacích hodin znovu seznámení se, poznání se navzájem, posílení sebevědomí, potlačení obav a připomenutí pozice žáků se SVP ve třídě.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální - vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeuspokojení a sebeúcty, přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají

2. Základní vzdělání – kompetence občanské - respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí

3. Základní vzdělání – kompetence komunikativní - formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu, naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhájí svůj názor a vhodně argumentuje

Očekávaný výstup: Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – Lidé kolem nás - vyjádří na základě vlastních zkušeností základní vztahy mezi lidmi, vyvodí a dodržuje pravidla pro soužití ve škole, mezi chlapci a dívkami, v rodině, v obci (městě)

Mezioborové přesahy: Umění a kultura – Výtvarná výchova, Člověk a svět práce

Průřezová témata: Osobnostní a sociální výchova - přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů ve třídě i mimo ni

Org. řízení, metody práce: frontální, skupinová, výtvarná práce, diskuze, didaktické hry

Organizace prostorová: třída

Organizace personální: třídní učitel, učitelé jiných předmětů, asistent pedagoga

Pomůcky: papír, tužka, pero, lepidlo, balicí papír, barevné a bílé čtvrtky, pastelky, barvy

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s PAS – AP a učitel pomáhá s povysvětlením jednotlivých úkolů, u sluníčka může AP předkreslit paprsky (neumí si představit, kolik jich má mít), pomůže obrátit pozornost na kladné stránky své osobnosti (sluníčko, facebook..)
2. Žák s SPU – dopomoc s písemným projevem, obdrží předkreslenou šablonu sluníčka a karty určené k facebooku
3. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybových úkolech
4. Nevidomý žák – AP nebo učitel poskytuje doprovod, sluníčko a kartu má připravené hapticky a v braillově písmu, na kartu na záda s pomocí lepí proužky psané v braillově písmu, proužek na hru Známe se napíše AP dle jeho diktátu (aby žáci hned nepoznali podle písma, o koho jde)

Příprava:

Diskuze v kruhu:

Téma: Je důležité znát se navzájem? Je důležité respektovat se navzájem?

Aktivity:

1. Nastolení rituálů

Za hlavní rituál považuji zdravení a poděkování. Ranní zdravení dospělých většinou probíhá bezproblémově, žáci mají respekt a jsou naučeni dospělé zdravit. Pokud se jich zeptáte, jak si představují vychovaného člověka, pak zdravení a děkování uvádí nejčastěji. Z našich rozhovorů a mého pozorování však vyplynulo, že zdravit se navzájem zase tak běžné není. Někteří žáci se domnívají, že stačí pozdravit jen ty, které považují za své kamarády. Každá třída má zcela nepochybně svou hierarchii a strukturu a vždy se bohužel vyskytují děti, které z nějakého důvodu (např. introvertní povahy, nějaké odlišnosti, nebo vlastního rozhodnutí) stojí na okraji této společnosti, ohrožení mohou být právě žáci se SVP a ti pak vcházejí do třídy nepovšimnuti.

Na začátku školního roku tedy znovuobnovujeme rituál vzájemného zdravení. Vymezíme si vyučovací hodinu, žáci mají za úkol postupně vstát, pozdravit a říci své jméno. Ostatní žáci dotyčného pozdraví včetně oslovení. Je důležité říct své jméno, i když předpokládám,

že svá jména navzájem znají, ale má to dva důvody, může přijít nový žák a ten se tak nenásilně třídě představí a vyhne se rozpakům, které nastávají, pokud se představuje jen sám. Také priorita používání tvaru svého jména se může přes prázdniny změnit. Jako příklad uvedu Matyldu, které se na její přání říkalo Ťulda, ve čtvrté třídě začala preferovat oslovení Maty, což se ostatní dozvěděli právě při rituálu.

Pokud se přesto vyskytnou žáci, kteří ostatní spolužáky nezdraví, lze zařadit hru na **Informační šum**. Dotyčný žák jde za dveře a zde mu dá učitel za úkol klást třídě otázky, na kterých se domluví. Mezitím však asistent, nebo samotný učitel sdělí třídě, aby po vstupu tohoto žáka/žákyně vedli hovor na určité téma a na jeho dotazy nereagovali. Pro dotyčného žáka je to velmi drsné zjištění, jak jednoduše může být vyloučen z kolektivního hovoru a jak nepříjemná situace tak nastává. Možná tak pochopí potřebu vstřícnosti ke všem spolužákům.

2. Facebook na dveřích

Všichni z nás považují za důležité zcela jiné informace. To platí také pro informace o své osobě. Někdo chce sdělit něco o svých zálibách, jiný o tom, co rád jí, další jaká má rád zvířata apod. I toto je způsob, jak se vzájemně poznávat. Úkolem žáků je vytvořit prezentační listinu o sobě, která by měla obsahovat ručně vytvořené foto, datum narozenin (je pěkné každému popřát v den jeho narozenin) a další informace přímo zvolené daným žákem, které chce svým spolužákům o sobě sdělit. Karty pak společně vylepí na dveře třídy tak, aby měl každý možnost se o svých spolužácích něco dozvědět.

3. Sluníčko dovedností

Žáci mají před sebou papír velikosti A4 a jejich úkolem je nakreslit kruh. Do kruhu vepíše své jméno a okolo kruhu nakreslí libovolné množství paprsků - vzniká slunce. Žáci mají za úkol napsat ke každému paprsku dokončení věty: Já umím.... Není potřeba zadávat časový limit, pokud žáci váhají, co napsat, lze napovědět: např. Já umím spoustu věcí, třeba si umím vyčistit zuby. Žáci se pak jistě rozepíší. Není to podmínkou, ale je dobré nechat po ukončení úkolu žáky přečíst, co napsali.

4. Hra: Každý je něčím výjimečný

Každý žák má na zádech nalepený papír rozdělený na tři sloupce. První sloupec má nadpis: Mám rád, druhý: Já umím a třetí: Jsem výjimečný, protože... Žáci chodí po třídě a vzájemně si dopisují údaje do jednotlivých sloupců. Úkolem učitele je dohlédnout, aby žáci vzájemně nekomunikovali a aby všichni žáci měli dopsané sloupky od všech spolužáků. Po ukončení aktivity si žáci v kruhu čtou svá hodnocení, každý má prostor se vyjádřit k tomu, s čím souhlasí, s čím nesouhlasí, co ho překvapilo. Součástí reflexe je dobré také říci, jak se dětem psalo. Není jednoduché napsat něco o někom, s kým se přímo nekamarádím.

5. Hra: Známe se?

Každý žák napíše na lísteček několik indicií o sobě ve formě: Nejráději mám..., Ve svém volném čase, Rád jím, Nemám rád... atd. Lístečky složí a vloží například do pytlíku. Učitel poté losuje, čte, co je napsané a úkolem žáků je hádat jméno autora. Pokud chceme hru zpestřit, lze zařadit šotky, tedy lístečky, které nikomu nepatří. Na tuto variantu je třeba dopředu upozornit.

Reflexe:

- Zavádění rituálů, jako je zdravení všech navzájem, může působit trochu násilně, ale zjistila jsem, že pokud se vytrvá a nepoleví, pak sami žáci pocítují zlepšení vzájemných vztahů a lépe se pak pracuje jak nám dospělým, tak samotným dětem. Ve třídě, kterou navštěvuje nevidomý žák je to navíc nezbytností, neboť je to pro něj jediný způsob, jak zjistit, kdo už ve třídě je.
- S aktivitami na vzájemné poznávání a sdělování informací o sobě mám pozitivní zkušenosti i pozitivní zpětné vazby. Čím jsou děti starší, tím více se ostýchají sdělovat o sobě informace. Většinou tvrdí, že neví, co říci, co napsat, ale stačí je lehce podpořit a přijdou na spoustu věcí, které umí, které mají rádi, umí vyjádřit, i co rádi nemají. Je dobré každého podporovat k tomu, aby se uměl pochválit – každý umí spoustu věcí, jen si to třeba neuvědomuje. Toto uvědomění však napomáhá utváření celkového pozitivního obrazu sebe sama ve třídě.

- Největší obavy mívají děti právě s aktivitami, kdy se o nich vyjadřují ti ostatní. Přestože nejde přímo o hodnocení jejich osoby, tak mají obavy z toho, zda o nich vůbec něco ví. Pravda je, že někdy je třeba vyeliminovat odpovědi, které jsou nesmyslné, protože je psal žák, který už nevěděl, co napsat.
- Facebook na dveře je super, protože je snadnější o sobě něco napsat, než to říci tváří v tvář. Dveře se stávají nejčtenější záležitostí ve třídě a čte se o všech, čtou i žáci z jiných tříd. Nevidomému žákovi čtou informace jeho spolužáci a tím upevňují své vztahy. Žáci se cítí být součástí kolektivu a třídy, pokud někde v místnosti visí jejich jméno, jsou šťastní, když se nezapomíná na jejich narozeniny a celá třída jim popřeje.

Výstup na K4 (aneb chráním své bezpečí, ošetřím zranění)

Cíl: již od útlého věku se děti mohou při pobytu venku, na cestě do školy, nebo dokonce v domově setkávat se situacemi, které mohou ohrozit jejich zdraví, nebo i život. Je nezbytné učit děti být obezřetnými, vyhodnocovat různé nestandardní situace, nebýt příliš důvěřivými. Také se mohou setkat se situací, kdy naopak někdo bude potřebovat jejich pomoc. Proto si v rámci projektového dne žáci ověří ve spolupráci s některou z tříd druhého stupně své znalosti a schopnosti v oblasti ochrany vlastního bezpečí a poskytnutí první pomoci druhému člověku. Žáci se prostřednictvím prezentace, kterou připravili starší spolužáci, seznámí s pojmy souvisejícími s ochranou bezpečí. V připraveném pracovním listu si prověří, jak dobře tyto pojmy pochopili. Ve skupinách provedou nácvik základních dovedností v oblasti poskytnutí první pomoci, prakticky si předvedou chování v nebezpečných situacích a v závěru projektového dne pomyslně vystoupají na horu K4. V průběhu dne budou odměňováni za plnění zadaných úkolů částmi koruny a medaile, které si samostatně sestaví a mohou tak být korunováni na krále K4.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální - přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají

2. Základní vzdělání – kompetence k učení - samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti

3. Základní vzdělání – kompetence komunikativní - naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje

Očekávaný výstup: Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – Člověk a jeho zdraví - chová se obezřetně při setkání s neznámými jedinci, odmítne komunikaci, která je mu nepříjemná; v případě potřeby požádá o pomoc pro sebe i pro jiné; ovládá způsoby komunikace s operátory tísňových linek, reaguje adekvátně na pokyny dospělých při mimořádných událostech, uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví a jeho preventivní ochranou, rozpozná život ohrožující zranění; ošetří drobná poranění a zajistí lékařskou pomoc

Mezioborové přesahy: Základní vzdělání – Člověk a svět práce, Umění a kultura – Výtvarná výchova

Průřezová témata: nejsou

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, nácvik modelových situací, přednáška, diskuze

Organizace prostorová: třída s interaktivní tabulí, chodby a schody školy

Organizace personální: učitelé, asistent pedagoga

Pomůcky: počítačová prezentace, cvičný model člověka, zdravotnický materiál, pracovní list, díly pro sestavení koruny a medaile, zalamovaná hesla

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s PAS – AP, učitel poskytuje pomoc s pochopením scének, pomohou při seznámení se staršími spolužáky
2. Žák s SPU – dopomoc s porozuměním přečteného textu v pracovním listu a v prouzcích s tvrzeními
3. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu po schodech a první pomoci

4. Nevidomý žák – AP nebo učitel podává doprovodný komentář k prezentaci (především k obrazové části), pracovní list a tvrzení připraveny v braillově písmu, scénky uzpůsobeny sluchovému vnímání, na stanici první pomoci pracuje hmatem, pomoc při seznámení se staršími spolužáky

Příprava:

PowerPointová prezentace – tato přednáška připravená a představená žáky třídy druhého stupně je zaměřena na seznámení se základními fakty z oblasti ochrany bezpečí a první pomoci. Každá část vytvořená určitou skupinou žáků nese vlastní téma: integrovaný záchranný systém, zdravotnická zařízení, ochranné pomůcky, úrazy, prevence úrazů, mimořádné události, evakuace (i ve škole), šikana, domácí násilí, stalking, sexuální násilí, vloupání, vydírání apod. Ke každému tématu je možné klást otázky, diskutovat.

Aktivity:

1. **Pracovní list** – žáci samostatně vyplní pracovní list. Odpovědi poté prodiskutují a vyhodnotí si individuálně svoji úspěšnost. Úspěšní řešitelé získají první díly medaile a koruny.

PRACOVNÍ LIST Č. 1 - BEZPEČÍ

1. Kam se dovoláš na následujících linkách:

150 - _____

155 - _____

158 - _____

112 – _____

2. Znáš své údaje?

Jmenuji se _____ . Je mi _____ let.

Bydlím _____ . Moje

telefonní číslo je _____ . Telefonní číslo mých rodičů

je _____ .

8. Jak se zachováš při vyhlášení všeobecné výstrahy:

9. Jaká zdravotnická zařízení jsou u nás ve městě:

10. Spoj definice a pojmy:

EVAKUACE	opatření předcházející nehodám
DISKRIMINACE	opatření pro přemístění osob z nebezpečí
PREVENCE	znevýhodnění lidí např. kvůli postižení
KYBERŠIKANA	druh šikany prostřednictvím internetu, mobilu apod.

2. **Stanice první pomoci** – žáci ve skupinách obcházejí jednotlivá stanoviště, která jsou zaměřena na určitou oblast poskytování první pomoci. Starší a mladší žáci jsou ve skupinách namícháni, úlohou starších žáků, kteří již byli s problematikou první pomoci seznámeni, je navést mladší žáky na správné postupy při pomoci. Někteří starší žáci plní funkci figurantů. Jednotlivá stanoviště jsou zaměřena: na bezvědomí, krvácení, zlomeniny, popáleniny, zástavu srdce, dýchací obtíže, kontakt s elektrickým proudem atd. Za každý správně splněný úkol získávají žáci komponenty ke koruně a medaili.

3. **Trochu divadla** – starší žáci mají připraveny scénky, respektive začátky situací, ve kterých se dostávají do nebezpečných situací, úkolem mladších žáků je zamyslet se nad předloženou situací a pokusit se dohrát scénku tak, jak se domnívají, že by měla správně skončit – hledají tedy správná řešení. A opět odměna – části koruny.

Příklady scének:

- píše si na internetu s kamarádkou – vlastně to není osoba, kterou znám osobně, tvrdí, že se jmenuje Eva a je jí stejně let jako mně a ta mě požádá o schůzku...

- Píší si na internetu s chlapcem, kterého znám jen virtuálně, mám ale pocit, že mi rozumí a ten mě požádá o fotky v prádle, plavkách.....
- Cizí pán mě před školou osloví a nabídne mi věci, po kterých již dlouho toužím, jen s ním musím jít opodál do auta.....
- Najdeme s kamarády cosi kovového, někdo tvrdí, že je to asi starý granát, chceme být hrdiny a zneškodnit ho.....

4. **Výstup na K4** – k pomyslnému výstupu poslouží schodiště v budově školy, na svislé strany každého schodu připevní starší žáci zalaminované pruhy s částmi určitých tvrzení a úkolem mladších žáků je vybrat z hromady nepoužitých pásků konce těchto tvrzení, každá skupina, která takto vystoupá na vrchol hory je odměněna a odchází do třídy dotvořit si svoji korunu a medaili:

Kolísavý zvuk sirény znamená	všeobecnou výstrahu
Přerušovaný zvuk sirény znamená	požární poplach
112 je	jednotné evropské číslo tísňového volání
Nevolejte na tísňové linky	nepravdivé zprávy
Při mimořádných situacích	se řiďte radami dospělých
Při vyhlášení všeobecné výstrahy	zavřu okna a dveře
Při evakuaci z budovy školy	respektuji rady vyučujícího
Na předměty pod proudem a osoby jím zasažené	nesahám holýma rukama
Popáleniny	chladíme proudem studené vody
Na tepenné krvácení	použiji tlakový obvaz, „prsty“
Při ohrožení života	vždy voláme zdravotnickou záchrannou službu
Při jízdě na kole	vždy používám přilbu
Při jízdě v autě	jsem vždy připoután
Při chůzi po silnici	nepoužívám sluchátka
Cizím osobám	nikdy neotvírám

tedy snaha připomenout dětem dodržování pravidel hygieny také ve školním prostředí a vysvětlit dětem důvod, proč jsou tyto návyky důležité pro jejich zdraví.

Během tohoto projektového dne žáci zjistí, že slovo hygiena není nesrozumitelné cizí slovo, prostřednictvím práce s mikroskopem a práce s obrázkou se ponoří do mikrosvěta plného na první pohled krásných, ale často velmi zákeřných organismů jako jsou viry, bakterie a kvasinky, které nám mohou být prospěšné, ale některé mohou být i fatální. V rámci výtvarné činnosti ztvární svoji vizi viru či bakterie a vymodelují zub, který poslouží k demonstraci napadení zubu zubním kazem a demonstraci správného postupu při čištění zubů.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence k učení – vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě, samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti

2. Základní vzdělání – kompetence komunikativní - formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu, naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje

3. Základní vzdělání – kompetence pracovní - používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, adaptuje se na změněné nebo nové pracovní podmínky

Očekávaný výstup:

Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – Člověk a jeho zdraví - uplatňuje základní hygienické, režimové a jiné zdravotně preventivní návyky s využitím elementárních znalostí o lidském těle; projevuje vhodným chováním a činnostmi vztah ke zdraví

Mezioborové přesahy: Základní vzdělání – Člověk a svět práce, Umění a kultura – Výtvarná výchova

Průřezová témata: nejsou

Organizace řízení, metody práce: Frontální, skupinová, přednáška, diskuze, výtvarná a pracovní činnost, práce s mikroskopem

Organizace prostorová: třída s interaktivní tabulí

Organizace personální: učitel, asistent pedagoga, zubní lékař (dentální hygienista)

Pomůcky: mikroskop a mikroskopický materiál, samotvrdnoucí hmota, čtvrtky, výtvarný materiál, pracovní list, obrázky virů a bakterií

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s PAS – AP, učitel poskytuje pomoc při výtvarném projevu
2. Žák s SPU – dopomoc s porozuměním přečteného textu v pracovním listu a jeho vyplněním
3. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu
4. Nevidomý žák – pracovní list připraven v braillově písmu, obrázky virů, bakterií včetně obrázku z mikroskopu jsou připraveny ve zjednodušené haptické podobě, sám také obrázky vytváří hapticky či na kreslence

Příprava:

1. Krátká diskuze v kruhu na téma hygiena:
 - Co si představujete pod pojmem hygiena?
 - Jaké činnosti představuje?
 - Je hygiena důležitá pro tvůj život, tvé zdraví?

Shrnutí: učitel napíše na tabuli definici pojmu a základní činnosti jako výsledek proběhnuté diskuze.

2. Každý žák individuálně vyplní pracovní list týkající se hygieny, poté si žáci jednotlivé odpovědi v kruhu zhodnotí.

PRACOVNÍ LIST Č. 2 - HYGIENA

1. **Oprav následující tvrzení:**

Své tělo neudržíme v čistotě.

Ruce si myjeme, jen když je na nich vidět špína.

Své věci máme špinavé.

V oblečení z venku si leháme do postele.

V pokojíčku si neuklízíme.

Chodíme v prachu a špíně.

V botách chodíme i do místnosti.

2. **Doplň tvrzení:**

K mytí rukou a celého těla používáme: _____ a _____.

Ruce si myjeme (kdy) _____.

Každý večer se řádně _____, pravidelně si také myjeme h _____.

Pokud je to možné, tak si po každém jídle čistíme _____.

Po příchodu z venku si školní oblečení _____.

Spodní prádlo si měníme každý _____.

Školní sportovní oblečení nosíme pravidelně domů na _____.

Znečištěné oblečení necháme _____.

V čistotě udržujeme také o _____.

Pracovní místo udržujeme v _____.

Odpadky vyhazujeme do _____, některé druhy odpadků _____.

Aktivity:

1. **Práce s mikroskopem** – smyslem této aktivity je ukázat žákům, že existuje svět, tzv. mikrosvět, který nejsme schopni vidět pouhým okem, ale pod mikroskopem se nám otevře zcela jiný svět. Tak silným mikroskopem, abychom viděli skutečný mikrosvět, škola nedisponuje, postačí však méně podrobný mikroskop a cílem je žákům ukázat detailní pohled na některé dostupné vzorky. Postačí např. křídlo mouchy, slupka od cibule, kousek papíru a podobně. Svá pozorování si žáci zapisují, mohou je i zakreslit.
2. **Práce s obrázky** – žáci pracují v kruhu, učitel ukazuje obrázky, které představují různé druhy virů, bakterií a kvasinek buď vytištěné, nebo na interaktivní tabuli. K některým má učitel připraveny kartičky s názvy nemocí, které mohou způsobit. Aktivitu lze završit pojednáním o způsobech přenosu virů a bakterií na člověka.
3. **Přednáška odborníka** – vzhledem k tomu, že školní preventivní zubní prohlídky byly zrušeny a je jen na rodičích, jakým způsobem a jak často tuto prohlídku s dětmi absolvují a stejně tak je na zubních lékařích, jakým způsobem je tato prohlídka vedena, byla jako další aktivita zařazena přednáška zubního lékaře. Žáci ještě před příchodem lékaře (či jiného odborníka) dostanou seznam otázek, na které by měli zjistit odpověď a to buď během přednášky, nebo v rámci diskusního fóra. Cílem přednášky je seznámit žáky s příčinou vzniku zubního kazu, prevencí vzniku zubního kazu a se správnou technikou čištění zubů.

Otázky:

- Je zubní kaz onemocnění?
- Kolik mám mít zubů?
- Poznám sám/sama, že je něco v nepořádku s mými zuby?
- Jak vypadá zdravý zub?
- Musím si opravdu čistit zuby?
- Jak často si mám zuby čistit?
- Stačí si ústa vypláchnout vodou, nebo žvýkat žvýkačku?

- Jaký mám mít kartáček na zuby?
- Jak dlouho mohu používat jeden kartáček?
- Mohu si půjčovat kartáček s někým jiným?
- Mohu mít elektrický kartáček na zuby?
- Mám používat ještě něco jiného kromě kartáčku?
- Mohu večer po vyčištění zubů ještě jíst a pít?
- Musím chodit k zubaři, i když mi nic nebolí?
- Co všechno zubař dělá s mými zuby?

4. **Diskuze a modelace zubu** – v další části projektového dne žáci prodiskutují odpovědi na zadané otázky k přednášce a poté buď samostatně či ve dvojicích vymodelují ze samotvrdnoucí hmoty zuby, které poslouží v budoucnu k demonstraci správné techniky čištění zubů.

5. **Malba viru či bakterie** – v rámci hodin výtvarné výchovy žáci vytvoří vlastní barevnou malbu viru či bakterie, která nemusí kopírovat konkrétní organismus, slouží však jako jeden z výstupů projektového dne, neboť připomíná žákům důležitost pravidelné hygieny.

Reflexe:

- Žáci mají všeobecné povědomí o dodržování hygieny a činnostech, které s ní souvisí, možná může být překvapením, že v páté třídě pojem hygiena jako takový neznají.
- Přestože žáci ve většině případů prokazují dobré teoretické znalosti v oblasti hygieny, v praxi tato pravidla nedodržují (hovoříme o prostředí školy) – jedná se především o oblast hygieny rukou a udržování pořádku na pracovním místě.
- Překvapivý je také fakt, že používají jeden zubní kartáček již několik let.
- Mezi žáky není běžné používat domácí oblečení, doma se pohybují ve stejném oděvu, který měli ve škole.

- Projektový den lze doplnit návštěvou hygienické stanice, mikrobiologické laboratoře nebo ordinace zubního hygienisty.

Řekni mi, co jíš....

Cíl: zdravé stravování je v současné době velmi diskutovaná oblast. Projektový den věnovaný otázce správného stravování, zdravé výživě, pitného režimu a stolování je záměrně zařazen na prosinec, který je spojen s časem Vánoc a také Mikuláše a ve většině rodin se připravují tradiční potraviny, peče se vánoční cukroví, připravují se vánoční pochoutky, rozdávají se sladkosti. Stravovací návyky dětí jsou převážně ovlivněny zvyklostmi v rodinách, proto jsou rodiny zapojeny do aktivit tohoto dne. Cílem projektového dne je tedy zrekapitulovat znalosti žáků v oblasti zdravé výživy, vysvětlit základní pojmy z této oblasti, také zdůraznit vliv správného stolování na zdraví člověka. Žáci se ponoří do prostředí chutí, vyzkouší si prakticky, že chuť, respektive to, co někomu chutná nebo nechutná, může být pouze otázkou zvyku. Výstupem tohoto dne je vlastnoručně připravený pokrm, který odpovídá zásadám zdravé výživy. Dalším výstupem je pyramida výživy, která může v budoucnu posloužit jako podklad pro výuku také v jiných třídách.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, na základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce, přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají
2. Základní vzdělání – kompetence komunikativní - formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu
3. Základní vzdělání – kompetence k učení – samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti

4. Základní vzdělání – kompetence pracovní - používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, adaptuje se na změněné nebo nové pracovní podmínky

Očekávaný výstup: Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – Člověk a jeho zdraví - uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví a jeho preventivní ochranou

Mezioborové přesahy: Základní vzdělání – Člověk a svět práce, Umění a kultura – Výtvarná výchova

Průřezová témata: Osobnostní a sociální výchova - Poznávání lidí – vzájemné poznávání se ve skupině/třídě; rozvoj pozornosti vůči odlišnostem a hledání výhod v odlišnostech; chyby při poznávání lidí

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, diskuze, výtvarné a pracovní činnosti, vaření, stolování, ochutnávka

Organizace prostorová: třída s interaktivní tabulí, kuchyňka

Organizace personální: učitelé, asistentky pedagoga, rodiče

Pomůcky: pracovní list, balicí papír, výtvarný materiál, suroviny pro vaření, vybavení kuchyňky

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s PAS – pracuje s AP jako samostatná skupina při vaření
2. Žák s SPU – dopomoc s porozuměním přečteného textu v pracovním listu
3. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu a vaření
4. Nevidomý žák – AP nebo učitel podává doprovodný komentář k prezentaci (především k obrazové části), pracovní list včetně obrázků připraveny v braillově písmu a haptické podobě, text z tabule přepíše AP v braillově písmu, důležité komponenty pyramidy výživy jsou vyráběny hapticky za použití různých materiálů, při vaření používá pomůcky pro nevidomé (hladinka, braillová váha, pomůcka na krájení, hmatová odměrná nádoba apod.)

Příprava:

1. První část věnuje učitel otázce: Co si představujete pod pojmem zdravá výživa? Tato část probíhá formou brainwritingu, učitel všechny myšlenky zapíše na tabuli či papír, jednotlivé idey se zatím nehodnotí.
2. Poté, co již žáky nic nového k zadanému tématu nenapadá, zamýšlí se jednotlivě nad úkoly z pracovního listu:

PRACOVNÍ LIST Č. 3 - VÝŽIVA

- Označ potraviny, které považuješ za zdravé:







- Červeně podtrhni ty potraviny, které máš častěji ve svém jídelníčku

Čerstvá zelenina – vařená zelenina, tmavý chléb – bílé pečivo, brambory – knedlíky, med – čokoláda, kompot – čerstvé ovoce, uzeniny – sýry, bílý jogurt – slazený jogurt, limonáda – voda, klobása – šunka, řízek – ryba

Vypiš z dvojic jídla, která máš raději:

Vypiš z dvojic jídla, která považuješ za zdravější

- Zapiš jídelníček ze včerejšího dne (včetně nápojů a mezijídel):

Snídaně:

Svačina:

Oběd:

Svačina:

Večeře:

- Sestav svůj ideální jídelníček:

Snídaně:

Svačina:

Oběd:

Svačina:

Večeře:

- Napiš své nejoblíbenější jídlo:
-

3. Diskuze – žáci v kruhu projdou jednotlivé body pracovního listu a zhodnotí je z hlediska zdravé výživy, znovu společně přečtou body o zdravé výživě z tabule – učitel barevně označí body, s kterými již žáci nesouhlasí.

Aktivity:

1. **Prezentace** – učitel představí žákům prezentaci zaměřenou na potraviny a jejich původ, na složky potravy (cukry, tuky, bílkoviny a vlákninu), které potraviny tyto složky obsahují, jejich prospěšnost a škodlivost s ohledem na zdraví, na vitamíny a minerální látky, na potravinové alergie a nejčastější onemocnění způsobená špatnou výživou.
2. **Ochutnávka poslepu** – smyslem této aktivity je vyzkoušet si rozpoznávání základních chutí a běžných potravin poslepu. Učitel si dopředu připraví mističky s potravinami k ochutnávce, žáci postupně přistupují a po ochutnání si zapíší, o jakou potravinu, či chuť se podle nich jedná. Žáci si při této aktivitě ověří, že není jednoduché rozpoznat potravinu a chuť pouze podle ochutnání, neboť náš mozek je naučen posuzovat chuť také na základě své zrakové zkušenosti. Žáci také lépe pochopí, jakými obtížemi může procházet jejich nevidomý spolužák při stravování. Při hodnocení této aktivity většina žáků uvádí, že je velmi nepříjemné vkládat do úst něco, co nevidíme, nepříjemná je také konzistence podávaného vzorku, která jim s využitím zraku nevádí.
3. **Nejoblíbenější jídlo** – v této aktivitě se vracíme zpět k nejoblíbenějšímu jídlu. Všichni žáci sdělí svým spolužákům své nejoblíbenější jídlo, spolu s učitelem pak na tabuli zapíší žebříček nejoblíbenějších jídel. Ve skupinách se pak pokusí rozebrat jídla na jednotlivé potraviny a určit jejich původ – např. vepřo-knedlo-zelo: vepřové maso (prase) – živočišný původ, mouka (obilí) – rostlinný původ, zelí – rostlinný původ. Pro pochopení aktivity lze jedno z jídel rozebrat společně. Důležité je, aby žáci poznali, z jakých potravin se jejich oblíbené jídlo skládá, a zamysleli se nad nimi z pohledu zdravé výživy.

4. **Pyramida výživy** – učitel na balicí papír nakreslí pyramidu (trojúhelník). Ten rozdělí na jednotlivé sektory a přepíše jejich názvy (např. sladkosti, uzeniny, libové maso a ryby, ovoce a zelenina, mléčné výrobky, celozrnné výrobky.....). Žáci vyrobí obrázky jednotlivých potravin a postupně je lepí do pyramidy. Pyramidu pak doplní počtem porcí, které je vhodné denně zkonsumovat, k pyramidě také patří doporučené množství tekutin (vody), které má každý denně vypít a pod pyramidu např. jako další patro se zdůrazní potřeba pravidelného pohybu.
5. **Vaření** – v rámci projektového dne si žáci vytvoří pracovní skupiny po čtyřech a jejich úkolem je připravit pro ostatní spolužáky zdravý pokrm. Do této aktivity se zapojí rodiče, kteří pomohou svým dětem zvolit pokrm a sestavit pracovní postup včetně potřebných ingrediencí. Žáci mohou vycházet ze svých oblíbených jídel a rodiče jim mohou pomoci připravit jejich zdravější variantu. Vařit lze také dle barev potravin, neboť někteří žáci (např. žáci s PAS) mohou mít problém s některou barevnou variantou. Na nákup se vydají všichni v den, kdy se vaří, aby potraviny byly čerstvé, skupinky si vyzkouší sami zajistit vše potřebné k vaření. Učitel zde slouží jako rádce a má poradní hlas při nerozhodnosti týmu. Samotnému vaření předchází poučení o bezpečnosti práce. Vaření se zakončí úklidem pracovního místa, umytím nádobí a společnou ochutnávkou s důrazem na správné stolování. Dle času lze zařadit možnost vyzkoušet si stolování poslepu.

Reflexe:

- Aby žáci neměli problém vybavit si svůj jídelníček z předešlého dne, lze jim tento úkol zadat již den dopředu.
- Vzhledem k tomu, že příprava pokrmů, jejich ochutnávka zabere delší dobu, doporučuji zařadit tuto část na jiný den.
- Správné stolování lze zařadit do každodenního školního života, žáci si mohou přinést látkový ubrousek a během velkých přestávek ho používat při konzumaci svačin, lze zavést rituál společné svačiny během velké přestávky, kdy si žáci uklidí na lavicích, prostírou si ubrousky a v klidu posvačí. Svačina se stává hygieničtější, žáci se věnují pouze svačině, nepobíhají a neprovádí další činnosti.

- Jiný návrh spočívá ve vyhlášení dnů zdravé svačiny, lze si domluvit např. každé pondělí či jiný den, kdy si žáci přinesou zdravé svačiny. Ty lze tematicky obměňovat podle druhů potravin, nebo podle barvy potravin apod. Do těchto dnů lze po dohodě zapojit rodiče, kteří svačiny společně se svými dětmi připravují.
- Pyramidu výživy je možné využít k prezentaci zdravé výživy v dalších třídách, kdy prezentaci provádí samotní žáci.
- Z výsledných pokrmů, které učitel po naservírování nafotí, navrhuji vytvořit knihu receptů (naši žáci ji nesli domů jako dárek k Vánocům).
- Obaly od potravin lze ponechat k další výuce – žáci se mohou učit číst údaje na obalech.

Tělo, tělo, tělocvik

Cíl: využít hodiny tělesné výchovy k zařazení speciálních aktivit vhodných pro žáky se SVP. Tito žáci mají mnohdy omezení, která jim neumožňují zúčastnit se veškerých typů cvičení zařazených do hodin TV v rámci týdenních plánů ŠVP. Některá cvičení provádějí omezeně, některá nemohou z důvodu tělesných i jiných handicapů provádět vůbec. Cílem tedy je poskytnout těmto žákům prostor k tomu, aby naopak ostatní žáci vyzkoušeli aktivity, které jsou jim blízké a pro ně vhodné a ostatní se s nimi běžně nesetkávají. Výstupem této části jsou informační plakátky o paralympiádě, hrách goalball a bociia a zumbě.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální - vytváří si pozitivní představu o sobě samotném, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeuspokojení a sebeúcty, přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají
2. Základní vzdělání – kompetence občanské - respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí

3. Základní vzdělání – kompetence k učení - vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

Očekávaný výstup:

Základní vzdělání – Člověk a zdraví – 1. stupeň – Tělesná výchova – 2. období - podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu

Mezioborové přesahy:

Základní vzdělání – Informační a komunikační technologie – Vyhledávání informací a komunikace - při vyhledávání informací na internetu používá jednoduché a vhodné cesty, vyhledává informace na portálech, v knihovnách a databázích

Průřezová témata: Výchova demokratického občana - vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, diskuze, práce s textem, práce s videem

Organizace prostorová: tělocvična, třída s interaktivní tabulí

Organizace personální: učitel TV, asistent pedagoga, rodič

Pomůcky: mantinely k vymezení hřiště, ozvučený míč, klapky na oči, lavičky, malé míčky dvou barev, švihadlo, vozíčky, míče, kužely, CD přehrávač, velké gymnastické míče, interaktivní tabule

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s PAS – AP, učitel poskytuje pomoc při pochopení pravidel jednotlivých her (cvičí se žákem)
2. Žák s SPU – dopomoc při vyhledávání textu na internetu a jeho čtení a porozumění
3. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu
4. Nevidomý žák – AP a učitel poskytuje komentář k videím a dovysvětlují části, které žák nepochopil, doprovod při hrách – AP cvičí se žákem, pomoc při práci na PC se speciálními programy pro nevidomé a braillským řádkem

Příprava:

1. Rozhovor se žáky v kruhu:

Děti spolu s učitelem pracují s videi promítanými na interaktivní tabuli. Žáci znají problematiku handicapu svých spolužáků, tuto problematiku rozšiřují na oblast tělesné výchovy.

Probíraná témata:

1. Co nejvíce trápí jednotlivé žáky se SVP v hodinách TV.
 2. Které činnosti v rámci TV mě nejvíce baví, zajímají.
 3. Které nové aktivity vhodné pro žáky se SVP bychom chtěli do hodin TV zařadit.
 4. Paralympiáda – co to je, rozbor videí.
 5. Goalball, boccia, sporty na vozíčkách – co už žáci vědí.
2. Vyhledáme informace na internetu ve skupinách, následuje porovnání a předání výstupů při společné diskuzi – hesla: paralympiáda, goalball, boccia.

Aktivity:

1. **Goalball** – žáci si vyzkouší míčovou hru provozovanou sportovci se zrakovým postižením. Hrají dvě tříčlenná družstva na hřišti 9 x 18 m, vidící žáci mají klapky na očích, k orientaci o poloze míče se používá speciální ozvučený míč. Cílem hry je dostat míč za soupeřovu čáru, jedno z družstev vhazuje míč proti soupeřově obranné linii, ti využívají k obraně celé své tělo, pokud míč chytí, rozehrávají ze své postranní čáry.

Žáci nejprve shlédnou goalballové utkání na interaktivní tabuli, připraví si na základě informací z internetu soupis základních pravidel hry, zbytek hodiny je věnován samotné hře, případné nejasnosti jsou dovysvětleny.

2. **Boccia, vozíčky** – tyto hry vtáhnou žáky do světa sportovců s tělesným a kombinovaným postižením. Žáci opět vycházejí z informací získaných na základě zhlédnutí videí a informací z internetu.

Boccia – jde o hru na principu pétanque určenou i pro prakticky nehybné jedince. Hru lze hrát jak jednotlivě, tak na družstva a cílem je dostat co nejvíce míčků své barvy

k bílému míčku (Jackovi). Žáci využijí způsob hry na družstva. Rozdělí se do dvou skupin, učitel vhodí Jacka do požadované oblasti a začíná hra. Lze využít několika obměn hry, žáci vhazují míčky ze sedu na lavičce, ze sedu na zemi, ze sedu na vozíčku, lze také obměňovat úchop – např. úchop míčku v zavřených pěstičkách, také lze vhazovat přes překážku.

Vozíčky – smyslem aktivity je vyzkoušet si běžné činnosti provozované v tělocvičně na vozíčku. Všichni žáci si postupně vyzkouší jízdu a manipulaci s vozíkem. Poté jsou žáci rozdělení do dvojic, jeden žák je na vozíku, jeden žák stojí naproti a zkouší např. přiřazování míčem, obměnou je vzájemné přiřazování v pohybu, projetí trasy, hod na vymezené místo apod.

3. **Zumba, cvičení na míčích** – žáci si vyzkouší pohybové aktivity, které jsou zaměřeny na relaxaci. Zumba propojuje tanec, aerobní a posilovací cvičení, propojuje vnímání hudby a taneční projev a spíše než pravidly je vymezena momentálním naladěním jedince. Protahání a uvolnění lze za doprovodu hudby provést na velkých gymnastických míčích.
4. **Plakátky** – žáci ve třídě ve skupinách vytvoří informační plakáty velikosti A4, které obsahují základní fakta o paralympiádě, zumbě a hrách goalball a boccia. Žáci jednoduché texty doplní vlastnoručně vyrobenými obrázky, nebo obrázky z časopisů, internetu apod.

Reflexe:

- Každou z výše uvedených aktivit navrhli konkrétní žáci ve spolupráci se svými rodiči, také jejich realizaci pomohli připravit – např. zapůjčení vozíků, pomoc při získání finančních prostředků na zakoupení gymnastických míčů. Vzniká zde neomezený prostor na spolupráci s rodiči, kteří jsou velmi ochotni cokoliv zařídit v případě zájmu o jejich dítě.
- Žáci se SVP, kteří takto získají prostor k realizaci, jsou nadšeni z možnosti stát se pro jednou středem dění a připravit ze svého hlediska vhodnou a oblíbenou činnost.
- Nejlépe se osvědčila varianta, kdy se střídají hodiny běžné výuky TV a výuky TV zaměřené k určitému žáku. Žáci se tak těší průběžně na obě varianty.

- Aktivita jako je zumba, velké míče oceňují především žáci, kteří nemají v oblíbené hře pravidla, pro některé (např. žáky s autismem, žáky s mentálním postižením) jsou pravidla her buď složitá, nepochopitelná, nebo špatně osvojitelná. Vyhovuje jim cvičení intuitivní.

Ve škole jako doma

Cíl: děti tráví poměrně dlouhou dobu ve školním prostředí. Podle mého názoru je pozitivní, že většina škol, které znám, věnuje vzhledu školy, úpravě vnitřních prostor, jejich vybavení i vybavení jednotlivých učeben velkou pozornost. Je určitě výhodou provedení školy, pokud se nevyhýbá spolupracovat se svými žáky na vzhledu a vybavenosti školy, což může být např. prostřednictvím návrhů zvolených zástupců tříd na žákovské radě, kde mohou předávat návrhy svých spolužáků. Cílem této části je tedy na základě diskuze a dalších činností umožnit žákům zamyslet se hlouběji nad školním prostředím, umožnit jim podrobit školu zevrubnému studiu a všimnout si tak věcí, kolem kterých denně chodí a už je ani nevnímají. Také si vyzkouší roli jedince s tělesným a zrakovým postižením v komparaci s prostředím školy a vytvoří vlastní vizi ideální třídy, školy nebo školní chodby.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence k učení - vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě, operuje s obecně užívanými termíny, znaky a symboly, uvádí věci do souvislostí, propojuje do širších celků poznatky z různých vzdělávacích oblastí a na základě toho si vytváří komplexnější pohled na matematické, přírodní, společenské a kulturní jevy, samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti
2. Základní vzdělání - kompetence k řešení problémů - vnímá nejrůznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém, přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promyslí a naplánuje způsob řešení problémů a využívá k tomu vlastního úsudku a zkušeností

3. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální - účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, na základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce

4. Základní vzdělání – kompetence komunikativní - naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje

5. Základní vzdělání – kompetence pracovní - používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky

Očekávaný výstup:

1. Základní vzdělání – Český jazyk a literatura – Komunikační a slohová výchova - rozlišuje podstatné a okrajové informace v textu vhodném pro daný věk, podstatné informace zaznamenává, píše správně po stránce obsahové i formální jednoduché komunikační žánry

2. Základní vzdělání – Informační a komunikační technologie – Vyhledávání informací a komunikace - při vyhledávání informací na internetu používá jednoduché a vhodné cesty, vyhledává informace na portálech, v knihovnách a databázích

3. Základní vzdělání - Člověk a jeho svět – Lidé kolem nás - poukáže v nejbližším společenském a přírodním prostředí na změny a některé problémy a navrhne možnosti zlepšení životního prostředí obce

4. Základní vzdělání – Člověk a svět práce – Konstrukční činnosti - provádí při práci se stavebnicemi jednoduchou montáž a demontáž, pracuje podle slovního návodu, předlohy, jednoduchého náčrtu

Mezioborové přesahy:

Základní vzdělávání – Cizí jazyk - sdělí jednoduchým způsobem základní informace týkající se jeho samotného, rodiny, školy, volného času a dalších osvojovaných témat, odpovídá na jednoduché otázky týkající se jeho samotného, rodiny, školy, volného času a podobné otázky pokládá

Průřezová témata: osobnostní a sociální výchova - utváří a rozvíjí základní dovednosti pro spolupráci

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, diskuze, pracovní list, myšlenková mapa, práce se stavebnicí, badatelská činnost

Organizace prostorová: prostory školy, prostory před školou, šatny, chodby, třída

Organizace personální: učitel, učitel cizího jazyka, asistent pedagoga

Pomůcky: pracovní list, papír, propiska, pastelky, stavebnice

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s SPU – dopomoc s porozuměním přečteného textu v pracovním listu a jeho vyplněním
2. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu po škole
3. Nevidomý žák – pracovní list připraven v braillově písmu, doprovod při pohybu po škole a pomoc při orientaci ve škole (především v místech, které žák zatím nezná buď vůbec, nebo jen zběžně)

Příprava:

Myšlenková mapa – žáci za podpory učitele vytvoří na tabuli myšlenkovou mapu na téma: „**Prostředí školy a třídy**“. Spolu s učitelem se zamýšlí nad následujícími otázkami:

1. Co vše tvoří prostředí školy – např. prostor před školou, vchod do budovy, prostory šaten, toalety, tělocvičny, chodby, nástěnky.....
2. Co vše u jednotlivých prostorů působí pozitivně/negativně na zdraví člověka a jeho pocit pohody – např. barevnost, účelnost, vybavenost, bezpečnost, osvětlení.....
3. Co vše u jednotlivých prostor je třeba zajistit pro žáky se SVP – např. pro žáky s tělesným, zrakovým či mentálním postižením.

Aktivita:

1. **Badatelská činnost** - práce ve skupinách – úkolem žáků je doplnit do předloženého pracovního listu fakta, která zjišťují vlastní badatelskou činností pochůzkou po škole. Žáci si nejprve s učitelem pracovní list projdou, aby všichni porozuměli způsobu jeho

vyplnění. Žáci poté samostatně procházejí jednotlivé zadané prostory školy a zapisují konkrétní zjištění. Snahou je zaměřit jejich pozornost na místa a podněty, kterých si běžně nevšímají, nebo je považují za samozřejmé.

2. **Vlastní návrhy** – po návratu do třídy žáci nadále pracují ve skupinách a jejich úkolem je navrhnout změny, které by vedly ke zlepšení prostředí školy a jejích jednotlivých prostor. Důraz je kladen na pocity každého z žáků, tedy podnítit žáky k tomu, aby změny, které navrhnou, přispěly k jejich dobrému pocitu z pobytu ve škole, k jejich zdraví a bezpečnosti.
3. **Diskusní fórum** – žáci si v kruhu předávají svá zjištění, náměty a výsledky své práce. Žáci vysvětlují záměry své skupiny, prostor je ponechán dotazům, diskutuje se nad možnou realizací navrhovaných změn. Velkou měrou k navrhovaným změnám přispívají žáci se SVP, kteří hodnotí prostory školy ze svého úhlu pohledu a mohou tak ostatním přiblížit obtíže, se kterými se setkávají a jejich způsoby nápravy. Učitel jednotlivé návrhy zaznamenává na arch, který je jedním z výstupů tohoto projektového dne.
4. **Práce se stavebnicí** – v rámci některé z hodin PV lze toto téma rozšířit na prostředí školy, ve kterém žáci stráví nejvíce času, tedy na třídu. Žáci již mají z předchozích částí utvořenou představu o tom, co prostředí tvoří, co ho ovlivňuje a také jaké požadavky na prostředí kladou oni sami. Jejich úkolem je nyní buď jednotlivě, nebo ve dvojicích prostřednictvím stavebnice vytvořit vlastní představu ideální třídy. Fantazii se meze nekladou, mohou využít jakékoliv nekonvenční prvky, netradiční formy nábytku, jediné omezení je, že třída musí sloužit v konečné podobě výuce. Tento svůj stavebnicový návrh pak doplní psaným komentářem, který je dalším výstupem projektového dne. Na závěr každý získá prostor představit svůj návrh ostatním žákům a společně zhodnotí výsledek práce.
5. **Anglický popis** – stavebnicové návrhy mohou žáci využít při výuce anglického jazyka, kdy jednotlivé komponenty pojmenovávají za pomoci učitele v angličtině.

PRACOVNÍ LIST Č. 4 - VE ŠKOLE JAKO DOMA

1. Prostor před školou

Schody včetně nájezdu

bezpečnost	povrch	vlastní návrhy

Plocha

bezpečnost	povrch	vybavení	vlastní návrhy

2. Vstup do školy

schody	další bariéry	vzhled
velikost dveří	otevírání dveří	vlastní návrhy

3. Prostory šaten

umístění	jak jsou řešeny	velikost šatních skříněk
lavičky na přezouvání	osvětlení	vlastní návrhy

Šatny u tělocvičen			
velikost	vybavení	osvětlení	teplota

4. Chodby a schodiště

členitost		teplota	
vybavení		využití pro žáky	
výzdoba		nástěnky	
světlo		výmalba	
osvětlení		bezpečnost	
vlastní návrhy			

5. Toalety

dostupnost		hygienické prostředky	
vybavení		čistota	
barevné řešení		pocity z prostředí	
vlastní návrhy			

6. Třída

velikost		okna	
výmalba		světlo	
nábytek		teplo	

další vybavení		tabule	
prostorové řešení		vstup	
vlastní návrhy			

Reflexe:

- Již v průběhu vytváření myšlenkové mapy je dobré žákům objasnit, co jednotlivé termíny, na které postupně přicházejí a doplňují do mapy, znamenají, jak nás mohou ovlivňovat z hlediska pocitu pohody a bezpečí, které faktory tyto pocity vyvolávají. Pokud pak žákům představíme pracovní list, který předtím v podstatě v rámci přípravy ve formě mapy již sami vytvořili, je jim zřejmé, jak mají v rámci své badatelské činnosti postupovat.
- Učitel je však vždy nablízku, aby mohl zodpovědět momentální dotazy a nasměroval žáky požadovaným směrem.
- Některé skupiny pracují při tvorbě návrhu poněkud bouřlivě, některé nechávají plynout svoji fantazii trochu více, je však důležité ponechat prostor pro prezentaci všech návrhů, i těch méně reálných (např. houpačka na chodbě). Ty mohou po společné diskuzi vést k vytvoření společného reálného návrhu, kdy jsme za přispění rodičů zakoupili rozpěrnou tyč do dveří třídy, která slouží žákům k provádění různých cviků během přestávek.
- Dalším zrealizovaným návrhem se stala schránka návrhů změn. Skupinka žákyň vytvořila z krabice od bot schránku, kterou jsme umístili nejprve ve třídě, později do prostor chodby, a která slouží k anonymnímu předávání námětů vedení školy. Ty jsou poté projednávány jednou měsíčně na žákovské radě.
- Kromě tyče do dveří na posilování se podařilo za přispění rodičů zakoupit sadu relaxačních podložek a kamenů, které lze využít ve třídě na sezení na zemi, o přestávkách k aktivnímu odpočinku, chůzi bosou nohou, v hodinách čtení při individuální četbě nebo v hodinách TV k posilovacím cvikům a jiným druhům cvičení.

Jezdíme rádi

Cíl: dopravní výchova je dnes již běžně zapojována jako součást výuky na 1. stupni ZŠ. Přesto je dobré věnovat dopravní výchově prostor i při dalších příležitostech, neboť opakování je „matka moudrosti“. Naši žáci se za pár let stanou řidiči motorových vozidel, a čím více zkušeností s pohybem na komunikacích získají, tím lepšími řidiči se mohou v budoucnu stát. Také s ohledem na jejich bezpečnost a bezpečnost všech účastníků silničního provozu je neustále vštěpování poznatků z dopravní výchovy nezbytné.

Žáci si v rámci tohoto projektového dne utvrdí své znalosti v oblasti dopravních značek a dopravního značení obecně. Zjistí, zda mají přehled o bezpečnostních prvcích a bezpečné jízdě a to jak na kole, tak v autě. Žáci si také vytvoří přehled o druzích dopravních značek, vyzkouší si jízdu na kole na dopravním hřišti a zjistí, jak jsou na tom se zručností na kole. Na konci projektového dne vytvoří učební pomůcku zaměřenou na správnou výbavu jízdního kola a cyklisty.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence k řešení problémů – vyhledává informace vhodné k řešení problému, nachází jejich shodné, podobné i odlišné znaky, využívá vědomosti a dovednosti k objevování různých variant řešení, nenechá se odradit případným nezdarem a vytrvale hledá konečné řešení problému
2. Základní vzdělání – kompetence občanské – chápe základní principy, na nichž spočívají zákony a společenské normy, je si vědom svých práv a povinností ve škole i mimo školu
3. Základní vzdělání – kompetence k učení - vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

Očekávaný výstup:

Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – Místo, kde žijeme – vyznačí v jednoduchém plánu místi svého bydliště a školy, cestu na určené místo a rozliší možná nebezpečí v nejbližším okolí

Mezioborové přesahy: Základní vzdělání – tělesná výchova pro 1. stupeň

Průřezová témata: nejsou

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, práce s kartičkami, pexesem, jízda na kole, koloběžce, zážitková procházka, rozhovor a pozorování

Organizace prostorová: třída s interaktivní tabulí, dopravní hřiště, ulice města

Organizace personální: učitel TV, asistent pedagoga, rodiče

Pomůcky: kartičky s otázkami a dopravními značkami, pexeso s dopravními značkami, kolo, koloběžka, pomůcky na jízdu zručnosti, povinná výbava jízdního kola

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu na dopravním hřišti i ve městě
2. Nevidomý žák – připravena figurína opatřená bezpečnostními prvky (místo fotografie žáka na kole), vytvořen atlas dopravních značek

Příprava:

1. **Domácí příprava** – tento projekt vyžaduje dvě aktivity, které žáci splní předem.
 - Žáci si připraví fotografii sebe na kole.
 - Žáci zapíší své poznatky z jízdy autem s rodiči. Zaměří se na to, zda jsou všichni připoutáni, řidič je také připoután, rodiče spolu mluví za jízdy, řidič za jízdy telefonuje, pije, jí, projíždí křižovatky na červenou, nadává za jízdy, dává přednost chodcům na přechodu, otáčí se na spolucestující.
2. **Rozhovor v kruhu** – pro uvedení do tématu žáci proberou důležitost dopravní výchovy pro jejich život, možná rizika v dopravě v pozici jezdců i chodců.

Aktivity:

1. **Ochranné prvky a povinná výbava kola** – žáci pracují jednotlivě s fotografiemi, které si donesli. Aby byla aktivita zajímavější, tak před zahájením činnosti položí každý svou fotografii na hromádku bílou stranou vzhůru a pak si každá fotografii losuje. Každý má před sebou fotografii svého spolužáka na kole a úkolem je najít a označit všechny ochranné prvky a prvky povinné výbavy, které lze na fotografii najít. Žáci poté na kruhu popíší, co našli a postupně vytvoří na tabuli seznam prvků povinné výbavy při

jízdě na kole a reflexních prvků, které je vhodné mít. Každý pak může zhodnotit, zda všechny tyto prvky na kole má a zda používá všechny ochranné prvky nezbytné při jízdě na kole.

2. **Pexeso** – žáci se rozdělí do skupinek po čtyřech a zahrají si pexeso zaměřené na dopravní značky. Vyhledává se dvojice, kde na jedné hrací kartě je dopravní značka vyobrazena a na druhé kartě je popis dopravní značky. S kartičkami poté žáci pracují v kruhu, znovu k sobě kladou dvojice značka/popis, ale zároveň dopravní značky třídí podle společných znaků – tvaru, barvy, motivu. Za pomoci učitele roztrídí značky na zákazové, informativní a výstražné a prodiskutují, kdy a v jakých situacích se určitá skupina značek používá. Vracíme se také k tématu bezpečného pohybu na komunikacích a pohybu chodců na chodnících, přechodu silnic a pohybu po krajích silnic. Učitel zadává některé modelové situace, které vybraní žáci předvádí a promýšlí správné řešení situace.

3. **Auto** – bezpečnost při jízdě musí dodržovat také dospělý při jízdě v autě. Žáci pracují společně v kruhu s využitím poznatků, které získali pozorováním při jízdě v autě s rodiči a pohovorem s rodiči. Výstupem diskuze je výčet pravidel bezpečné jízdy a povinných bezpečnostních prvků využívaných při jízdě autem.

4. **Vycházka po okolí školy** – vycházka je zaměřena na aplikaci předchozích získaných zkušeností s bezpečností chůze a dopravními značkami. Žáci jsou nejprve seznámeni s tím, co je jejich úkolem – tedy všimnout si dopravního značení a vyhledávat situace, které se jim zdají problémové. U dopravních značek se výprava vždy zastaví a diskutuje nad tím, proč je daná značka na tom místě, jakou zde plní funkci. Učitel také vede žáky na několik míst, kde mají žáci rozhodnout, jakým způsobem přecházíme a zda je možné na tom místě přecházet – na přechodu pro chodce, na světelné křižovatce, u kruhového objezdu, za zatáčkou, před zatáčkou, bez přechodu pro chodce. Vzhledem k tomu, že mají nevidomého spolužáka, pozorují, jak náročný je pohyb po chodnících a při přecházení pro něj. Vyhledávají prvky, které jsou určeny pro nevidomé a snaží se podchytit místa, která jsou komplikací pro nevidomé.

5. **Jízda na kole** – žáci si na dopravním hřišti vyzkouší cvičnou jízdu na kole s důrazem na dodržování všech pravidel správné a bezpečné jízdy. Žáci jsou rozděleni

do dvou skupin, přičemž jedna skupina jsou jezdci na kole a druhá skupina jsou chodci. Skupiny se samozřejmě průběžně střídají. Lze také přichystat jízdu zručnosti, jejímž cílem je procvičit přesné, trpělivé a citlivé ovládní jízdního kola.

6. **Učební pomůcka** – v poslední části projektového dne žáci vytvoří učební pomůcku zaměřenou na povinnou výbavu jízdního kola a bezpečnostní a reflexní prvky. Na balicí papír nakreslí jízdní kolo a osobu chystající se k jízdě na kole. Bezpečnostní prvky a prvky výbavy nakreslí zvlášť, vystříhnou a zezadu nalepí magnetickou pásku, vytvoří také popisky těchto prvků. Práci s pomůckou si mohou hned vyzkoušet – k obrázku osoby a jízdního kola přiřazují příslušné obrázky a popisky.

Reflexe:

- Žáci se přesvědčili, že pravidla pro jízdu na kole platí i pro handicapované „řidiče“. Nevidomý na tandemu má stejnou povinnou výbavu, jako běžní jezdci.
- Aktivita jsou poměrně časově náročné, některé lze vynechat – např. jízdu zručnosti lze absolvovat v rámci dopravní výchovy.
- Pokud není k dispozici pexeso s dopravními značkami, lze vytvořit kartičky podobného rázu – tedy obrázek na jedné kartě a název na druhé kartě.
- Vycházku je vhodné naplánovat tak, aby se žáci setkali s co největším množstvím komplikovanějších situací, které je nutné řešit. Pokud je více dospělých, je lepší žáky rozdělit do skupin. Někdo může imitovat nevidomého žáka (např. zavázanýma očima).

Svět kolem nás (kamarádi)

Cíl: v září jsme začínali projektovým dnem zaměřeným na posílení pozice každého jednotlivce v třídním kolektivu, jeho znovuzapojení do třídního dění a podporu vlastního „já“. Třída a třídní kolektiv je živý organismus, vyvíjí se, mění se v důsledku změn žáků a je tudíž nezbytné stále pracovat na podpoře a budování vztahů tak, aby se dobré vztahy mezi žáky staly přirozenou součástí školní docházky. Oblast zapojení žáků do kolektivu je problematická, důležitá a často řešená také u dětí se SVP. Budování vztahů a pozice v jakémkoliv společenství je vystavěna na dvou pilířích, tedy na posilování vlastního já,

sebedůvěry, pozitivního sebehodnocení a sebevědomí na jedné straně. Na straně druhé jde o budování pozitivního a zdravého pohledu jednotlivých žáků na své spolužáky bez ohledu na jejich vzhled, sociální status a zázemí a případné postižení. Cílem projektového dne je nechat žáky promyslet, resp. zamyslet se nad sebou a svými spolužáky a vyvodit z těchto myšlenek co nejvíce přínosných poznatků pro zdravé fungování mezilidských vztahů.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální - vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeuspokojení a sebeúcty

2. Základní vzdělání – kompetence občanské - respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí

Očekávaný výstup:

Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – 1. stupeň – Lidé kolem nás – 2. období - vyjádří na základě vlastních zkušeností základní vztahy mezi lidmi, vyvodí a dodržuje pravidla pro soužití ve škole, mezi chlapci a dívkami, v rodině, v obci (městě), rozlišuje základní rozdíly mezi lidmi, obhájí a odůvodní své názory, připustí svůj omyl a dohodne se na společném postupu řešení, rozpozná ve svém okolí jednání a chování, která se už nemohou tolerovat a která porušují základní lidská práva nebo demokratické principy

Mezioborové přesahy: nejsou

Průřezová témata: Výchova demokratického občana - vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností

Osobnostní a sociální výchova – vede k porozumění sobě samému i druhým

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, diskuze, hmatová, vizuální a sluchová zkušenost

Organizace prostorová: třída

Organizace personální: učitel, asistent pedagoga

Pomůcky: papír, tužka, masky emocí, klapky na oči

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s PAS – pomoc při sestavení charakteristických vlastností – tabulka připravena, aktivitu *Lod'* provádí individuálně s AP
2. Žák s SPU – pomoc při sestavení charakteristických vlastností – tabulka připravena
3. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu
4. Nevidomý žák – při aktivitách *Emoce* u PAS a sluchového postižení připravena náhradní aktivita s AP adekvátní náplně (AP vytváří na své tváři emoci a žák tuto emoci hádá na základě hmatového vjemu a slovního komentáře – např. „Právě se mračím – tzn. krčí se mi čelo a stahují oči“ atd.)

Příprava:

1. Každý žák individuálně sestaví **tabulku svých charakteristických vlastností**. Tabulku rozdělí do tří sloupců, do prvního sloupce píše vlastnosti, které považuje za kladné, do druhého píše vlastnosti záporné a do třetího sloupce vlastnosti, které mohou být za určitých okolností kladné a za jiných záporné.
2. **Diskuze v kruhu** – žáci si navzájem čtou výčty svých vlastností, jejich seznam ve třech sloupcích zapisuje učitel na tabuli. Úkolem žáků je probrat jednotlivé vlastnosti, zhodnotit jejich zařazení do sloupců a prodiskutovat především sporný třetí sloupec (např. pořádkumilovnost je kladná vlastnost, ale jen do té doby, než přeroste v určitou patologii, žáci kupříkladu uvedou tzv. *puntičkářství* – přehánění). Dalším úkolem žáků je zamyslet se nad jednotlivými vlastnostmi – zda lze na sobě pracovat a ty kladné „získat“ a naopak jak na sobě pracovat a ty záporné potlačit.

Aktivity:

1. **Lod'** – tato hra může má individuální i skupinovou variantu. Individuální je vhodná pro učitele tehdy, chce-li anonymně zmapovat vztahy ve třídě. My jsme použili skupinovou formu. Učitel nejprve žáky rozdělí do skupin po šesti (nebo jiné počty – záleží na počtu žáků ve třídě). Poté vysvětlí pravidla hry – „Budu vám číst různé posty, které se vyskytují na lodi. Vaším úkolem je vždy zvolit jednoho žáka skupiny, který bude tento úkol vykonávat s tím, že se musíte jako skupina shodnout, nebo hlasovat tajně a hlavně

svou volbu musíte odůvodnit na základě **!KLADNÝCH!** vlastností, které daná osoba má (to je nesmírně důležité, protože cílem je, aby si žáci přidělovali role dle vlastností a ne dle toho, jakou cítí hierarchii ve třídě)“. Posty: kormidelník, potápěč, kuchař, plavčík, kapitán lodi, strojník. Skupiny si poté navzájem přečtou posádky svých lodí včetně zdůvodnění.

2. **Emoce** – poznávání druhých osob a způsob jak na nás působí, jaké vlastnosti jim přisuzujeme, často závisí na emocích, které k nám z nich přicházejí a naopak jak oni reagují na naše emoce. Pro některé žáky může být z důvodu postižení nesnadné rozlišit, zaznamenat a pochopit řeč těla, mimiku, tón hlasu a tedy celkovou emoci, kterou k nim okolí vysílá. Takto může docházet k nedorozuměním, nepochopení některých situací a k rozpačitým reakcím (na obou stranách). Jedná se např. o žáky s PAS, žáky se zrakovým a sluchovým postižením. Žáci si tudíž vyzkouší komunikaci z pozice osob se zmíněnými druhy postižení.

- **PAS:** učitel rozdělí žáky do skupin (mohou být i ve dvojicích), každá skupina dostane několik masek (zakrývající dolní část obličeje) a představující některé emoce (smích, smutek, překvapení, neutrální obličej) a úkolem žáků je ve dvojici sehrát navzájem rozhovory s maskou. Nejprve je vhodné začít s neutrálním obličejem, později využít i další masky, jeden z dvojice použije masku a má za úkol např. vyprávět veselou historku (maska však neodpovídá – je buď neutrální, nebo smutná). Druhý z dvojice (zbytek ze skupiny) má za úkol sledovat, jak na něj situace působí – většinou je pro něj zmatečná, neboť výraz obličeje neodpovídá předpokládané emoci. Přitom děti s PAS takto vnímají svět, a proto je pro ně těžké orientovat se v určitých společenských situacích.
- **Zrakové postižení:** žáci jsou rozděleni do dvojic či skupin. Jeden žák ze skupiny dostane za úkol přečíst ostatním spolužákům příběh, který získá od učitele. Všichni, kteří naslouchají, mají klapky na očích. Učitel vybere složitější text různých emocí a úkolem naslouchajících je po přečtení převyprávět příběh a vystihnout hlavní pocity z příběhu. Další variantou může být vyslechnutí určité odbornější prezentace či dokumentu z PC, interaktivní tabule opět s klapkami na očích. Smyslem je poznání, že je celkem obtížné pouze sluchem bez zrakové opory z vyslechnutého postihnout důležité informace, což osoby se

zrakovým postižením zažívají každý den a to z důvodu absence mimiky obličeje, gest apod.

- **Sluchové postižení:** žáci pracují ve skupině. Hrají klasickou hru na pantomimu, kdy jeden či více žáků předvádí pantomimicky druhé skupině žáků určitou situaci či kratší příběh. Úkolem dětí je následně předvedený příběh převyprávět. Cílem je opět navést žáky k zamýšlení se nad obtížemi v komunikaci u osob s postižením (tentokrát sluchovým).

Reflexe:

- Jednotlivé projektové části jsou živý organismus a zařazení jeho jednotlivých částí může být libovolné, vzhledem k tomu, že tato část je zaměřena na vztahy mezi dětmi, bylo by možná efektivnější vzhledem k fungování kolektivu během školního roku zařadit ji během podzimních měsíců.
- Na rozdíl od jiných projektových dnů se může zdát tento méně interaktivní, jednotlivé aktivity jsou spíše diskusní, zaměřené na zamýšlení se, proto je nezbytné, aby učitel opakovaně ujistil žáky o důležitosti jeho výstupů.
- U hry na emoce je vhodné každou část věnovanou určité skupině žáků zakončit diskuzí a rozklíčováním zážitku tak, aby si děti lépe zapamatovaly vzniklou situaci.
- Masky ke hře emoce může učitel se žáky vyrobit společně dopředu, lze také vyzkoušet náročnější variantu bez masek, kdy žák vyprávějící historku opačnou či neutrální emoci vytváří přímo na svém obličeji.

Kde na mě číhá nebezpečí

Cíl: žáci jsou učiteli na začátku školního roku, dále během školního roku neustále poučování o bezpečnosti chování. Ať už se jedná o bezpečnost při pohybu po škole, bezpečnost práce v jednotlivých předmětech jako je tělesná výchova, pracovní vyučování či výtvarná výchova, bezpečnost při přesunech mimo školu, pobytu na sportovních či kulturních akcích, školních výletech, je zřejmé, že otázka bezpečnosti žáků je jedním z významných prvků školní výuky. Cílem této části projektového vyučování je shrnout tyto poznatky a vědomosti o bezpečnosti do ucelené podoby a z nejdůležitějších informací

vytvořit vlastní třídní brožurku či plakátek, který si každý z žáků odnese na prázdniny domů.

Klíčové kompetence:

1. Základní vzdělání – kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, na základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce

2. Základní vzdělání – kompetence pracovní – používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky

3. Základní vzdělání – kompetence k učení - samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti

4. Základní vzdělání – kompetence k řešení problémů - vnímá nejrůznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém, přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promyslí a naplánuje způsob řešení problémů a využívá k tomu vlastního úsudku a zkušenost

5. Základní vzdělání – kompetence komunikativní - rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění

Očekávaný výstup:

1. Základní vzdělání – Český jazyk a literatura – Komunikační a slohová výchova - rozlišuje podstatné a okrajové informace v textu vhodném pro daný věk, podstatné informace zaznamenává, píše správně po stránce obsahové i formální jednoduché komunikační žánry

2. Základní vzdělání – Člověk a jeho svět – Člověk a jeho zdraví - uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích simulujících mimořádné události; vnímá dopravní situaci, správně ji vyhodnotí a vyvodí odpovídající závěry pro své chování jako chodec a cyklista, rozezná nebezpečí různého charakteru, využívá bezpečná místa pro hru a trávení volného času; uplatňuje základní pravidla

bezpečného chování účastníka silničního provozu, jedná tak, aby neohrožoval zdraví své a zdraví jiných, chová se obezřetně při setkání s neznámými jedinci, odmítne komunikaci, která je mu nepříjemná; v případě potřeby požádá o pomoc pro sebe i pro jiné

Mezioborové přesahy:

Základní vzdělání – Umění a kultura – Výtvarná výchova - užívá a kombinuje prvky vizuálně obrazného vyjádření ve vztahu k celku: v plošném vyjádření linie a barevné plochy; v objemovém vyjádření modelování a sochařský postup; v prostorovém vyjádření uspořádání prvků ve vztahu k vlastnímu tělu i jako nezávislý model

Průřezová témata: Osobnostní a sociální výchova – kreativita, mezilidské vztahy, komunikace, kooperace

Organizace řízení, metody práce: frontální, skupinová, výtvarná práce – projektová dílna, diskuze, práce s obrázky

Organizace prostorová: třída

Organizace personální: učitel, asistent pedagoga

Pomůcky: obrázky modelových situací, papír, tužka, výtvarný materiál, laminovací stroj, kroužkovací stroj, lepidlo

Specifika práce s žáky se SVP:

1. Žák s SPU – pomoc při sestavení textu do brožury a vyhledávání informací
2. Žákyně s tělesným postižením – doprovod při pohybu
3. Nevidomý žák – obrázek situace nahrazen textem v braillově písmu popisující situaci, brožuru AP převede do podoby vhodné pro nevidomého žáka (přepíše texty v braillovém písmu a hapticky zhotoví obrázky) – za pomoci samotného žáka

Příprava:

1. Žáci společně s učitelem definují **pojem bezpečnost**. Vychází se z faktu, že o bezpečnosti v různých životních situacích měli možnost hovořit již dříve, např. v rámci dopravní výchovy, témat hodin přírodovědy, čtení apod. Učitel může zaměřit jejich

pozornost na pojetí bezpečnosti z hlediska jejich osoby, tedy, co je bezpečné pro ně, ale také z hlediska ostatních osob, tedy jak jejich chování může ovlivnit bezpečnost druhých. Žáci mají také za úkol promyslet, jak souvisí pojem bezpečnosti se žáky se SVP, zda pro ně platí stejná pravidla, nebo mají v jistých momentech ztíženou situaci.

2. Práce ve skupinách – **modelové situace** v různých prostředích a situacích, se kterými se v životě setkávají. Každá skupina vyšle svého zástupce, který si vylosuje jeden či více obrázků připravených učitelem. Obrázek není nijak nazván ani není definováno, jakou situaci představuje (např. osoba na kole, dospělá osoba něco ukazuje dítěti, dítě na hřišti, u vody, doma...). Úkolem skupiny je nazvat obrázek a vymezit co nejvíce možných situací, které mohou dle zadané situace ovlivňovat bezpečnost a tím i zdraví dítěte – např. obrázek znázorňující les – děti napíší: nemáme chodit sami na opuštěná a neznámá místa, v lese nezakládáme oheň, sbíráme jen známé houby, neochutnáváme neznámé plodiny apod.

3. **Diskuze** – každá skupina napíše na tabuli název své situace, umístí obrázek a představí ostatním skupinám své poznatky a myšlenky, ty samozřejmě mohou doplnit i členové ostatních skupin a stručně je zapíše pod obrázek. Tabule pak slouží jako podklad pro další práci – brožuru.

Aktivita:

Vytvoření brožurky: před zahájením samotné tvorby si žáci spolu s učitelem vytvoří plán práce, rozvržení činností a přidělení úkolů jednotlivým žákům. Do brožury se zahrnou nejen informace o bezpečném chování, ale také jaké máme možnosti, pokud se něco nám, nebo někomu jinému něco stane – důležitá telefonní čísla, zdravotnická zařízení, první pomoc apod. (lze zadat některému z žáků jako jeho úkol – může vyhledávat na PC). Volba zpracování brožury je na žácích, ti volí barvu podkladu, grafiku (např. odtrhy jsou puntíky...), použité informace, učitel je zde opět v roli poradce. Výsledná brožura má být stručná a výstižná, stránky lze laminovat a vázat kroužkovou vazbou. Důležité je podělit o brožuru všechny žáky, nezapomínáme ani na ty, kteří zrovna chyběli.

Reflexe:

- Doporučuji volit téma pro skupiny dle typu prostředí – např. pobyt u vody, v lese, na hřišti atd. Žáci však mohou navrhnout jiný klíč pro volbu témat skupin, který jim lépe vyhovuje. Na základě této volby učitel připraví obrázky k modelaci situací, název této situace může žáky napadnout až poté, co postihnou možné situace související s bezpečností, které by mohly nastat.
- Učitel do diskuze vstupuje pouze v případě, že žáci zapomenou opravdu důležitá fakta, na některé situace stačí žáky lehce navést.
- Plán práce je vhodné sepsat na arch papíru, který učitel umístí na viditelné místo.
- Vyplatí se nechat žákům prostor rozhodnout se, jakou činnost budou vykonávat. Někdo rád kreslí, jiný krásně a rád píše, další má grafické cítění. Důležité je pouze jejich společné zapojení a úsilí na tvorbě projektu a ne nucení do neoblíbených aktivit.
- Nejlépe se osvědčilo, když žáci tvořili obrázky, či psali hesla na zvláštním papíře a ty následně lepili na konečný arch papíru. Graficky to vyznívá velmi pěkně a odpadá možnost, že někdo něco pokazí a celá stránka se musí znovu předělávat. Navíc si žáci nepřekáží v práci.

Shrnutí projektu

Prvotní a jednou z nejdůležitější části projektu je jeho plánování. Je třeba zvolit vhodná témata, rozhodnout se, jaké aktivity jsou vhodné k pochopení jednotlivých témat a zajistit prostorové, materiální a personální podmínky. I přes velmi pečlivou teoretickou přípravu teprve praktické vyzkoušení pilotního projektu konkrétními žáky může ukázat, jak bude projekt fungovat v praxi. Zda se naplní cíle položené na počátku projektu, zda jsou výstupy projektu adekvátní vynaložené práci a žáci získají potřebné znalosti a dovednosti v oblasti zdraví. Je nezbytné zhodnotit, co se podařilo a naplnilo zadané cíle, a co se nezdařilo a je potřeba upravit a příště provádět odlišně.

Hned první část projektu týkající se rituálů - zdravení zaznamenala velký úspěch. Skutečně jsem vyzorovala větší ochotu navzájem se pozdravit, oblíbený se stal facebook na

dveřích, kde mě potěšila především spolupráce žáků třídy při čtení informací si navzájem (i nevidomému žáku) a zvýšená komunikace.

V části Výstup na K4 kladně hodnotím spolupráci se staršími žáky, zjistila jsem však, jak je nesmírně důležité mít připravené materiály pro nevidomého žáka dopředu, protože nelze nic naplánovaného operativně příliš měnit. Vše, co učitel píše na tabuli, je nejlepší napsat v braillově písmu a nespolehat jen na ústní pomoc asistenta. Při příští realizaci projektu bych se více zaměřila na tvorbu prezentací. Pokud je vytvářejí žáci sami, pak obdrží pokyny, jak ji vytvořit tak, aby byla vhodná i pro žáky se SVP – v našem případě pro nevidomého žáka a žáky s SPU. Ti měli problémy s množstvím nápisů v prezentaci promítané jen krátce – vhodnější je zaměřit se na sluchovou variantu prezentace, nápisy vytvářet větším výraznějším písmem a ponechat dostatek času na jejich přečtení, případně nápisy nahlas číst společně se žáky.

Kvůli přítomnosti více žáků se SVP jsme pracovaly ve třech osobách (učitel a dvě AP). Žáci se SVP pracovali se stejnými materiály, jako ostatní žáci a dostali dopomoc AP s pochopením a čtením zadání. Je to z toho důvodu, že žáci i jejich rodiče negativně vnímají tyto rozdíly v zadávání práce. Přesto bych raději upravila pro tyto žáky všechny materiály a zjednodušila je. Tím by se pravděpodobně vyřešila potřeba větší časové dotace, kterou vyžadují žáci s SPU a žáci nevidomí při písemných činnostech.

Žák s aspergerovým syndromem měl největší obtíže se soutěžení, kdy hůře zvládal pocit neúspěchu, také špatně reagoval na „krvácení“ při první pomoci. Doporučuji tuto aktivitu s citlivějšími žáky zatím vynechat.

V části zaměřené na stravování, vaření a stolování jsme narazily u některých žáků na problém s ochutnáváním poslepu a to včetně žáka s aspergerovým syndromem. Poprvé všichni ochutnali, ale druhou potravinu již odmítali. Přesto bych aktivitu ponechala a dala každému volný prostor, zda ochutnávat chce, či nikoliv. Platí to i pro vzájemné ochutnávání připravených zdravých pokrmů. Dopředu je třeba s rodiči projednat, zda některý žák není na určité potraviny alergický, měli jsme i dívku, která některé potraviny nekonzumovala z náboženských důvodů. Za velký úspěch považuji fakt, že i po skončení projektového dne nosili žáci ubrousky pod svačinu.

Poněkud náročné bylo pro žáky v části, kdy se zaměřovali na vzhled a vybavení školy, skloubit do jedné vizualizace všechny požadavky od všech žáků včetně žáků se SVP. Doporučuji zadat některá jasná kritéria, popřípadě zaměřit každou skupinu na jinou část školy. Žáci se SVP měli fungovat jako poradci ostatním žákům v oblasti svého hendikepu, zatímco žák s aspergerovým syndromem a žákyně s TP měli jasnou představu, jak prostředí školy změnit pro usnadnění svého pobytu ve škole a zvýšení pocitu pohody, nevidomý žák tuto představu neměl a neposkytl ostatním důležité rady.

Také je potřeba věnovat pozornost rozdělování žáků do skupin. Je dobré pečlivě zhodnotit, kdy je vhodné přistoupit ke spravedlivějšímu rozdělení daného učitelem a kdy ponechat rozdělení na samotných žácích. Příště bych netrvala na zapojení žáka do skupiny, pokud to aktivity dovolí, může žák s SPU pracovat samostatně s AP.

Pokud budu hodnotit projekt jako celek, tak zadané cíle byly naplněny a to platí i pro veškeré výstupy, které byly předem zadané. Cíle jednotlivých projektových částí byly plněny v rámci projektových dní, nastaly i momenty, kdy bylo zřejmé, že díky nastalým komplikacím (časová tíseň, nepochopení aktivity, neaktivita žáků apod.) je nezbytné operativně upravit denní plány a i samotné aktivity. Tato doporučení jsou v projektu zakomponovaná, také jsou zhodnocena v reflexi každého projektového dne. Lze však konstatovat, že žáci získali nejen množství nových informací, ale také pochopili, že téma zdraví lze vnímat i v širším kontextu. Veškeré nové znalosti a dovednosti získali na základě praktických činností, pokud to bylo možné, tak se učili pracovat v týmu, poslouchat a vnímat se navzájem, vzájemně komunikovat, projevovat vlastní názor a provádět sebereflexi. Všem žákům se SVP byly vytvořeny adekvátní podmínky a byla poskytnuta pomoc pro plnění aktivit tak, aby mohli v co největší míře spolupracovat s ostatními spolužáky.

Závěr

Diplomová práce se zabývá tématem Výchova ke zdraví u žáků se SVP na základní škole. Konkrétně je zaměřena na žáky prvního stupně školy běžné základní školy. Na zdraví je v současné době nahlíženo holisticky, tedy jako na komplex bio-psycho-sociálních faktorů. Zdraví člověka ovlivňuje mnoho faktorů, mluvíme o determinantech zdraví, z nichž nejvýznamnější může být životní styl. Postoje ke svému zdraví si utváříme od dětství v rodině a v období školního věku hraje v této oblasti významnou roli také škola.

Do školních vzdělávacích programů jsou zařazeny předměty Výchovy ke zdraví. Opodstatněnost zařazení předmětů výchovy ke zdraví na školách lze prokázat např. na základě mezinárodního výzkumu o zdraví z roku 2010, která přinesla alarmující výzkumy z oblasti zdraví a zdravého životního stylu u školáků. Chování žáků se v oblasti zdraví a jeho ochrany zhoršuje, vliv rodiny na žáky ustupuje, a proto je třeba ve školním věku zvyšovat pozornost v této oblasti na školách. Ve školách se vzdělává stále více žáků se SVP, pro které jsou témata Výchovy ke zdraví mnohdy potřebnější a to např. díky omezené dostupnosti informací v této oblasti a větší náchylnosti k újmám na zdraví, neboť mohou více inklinovat k rizikovému chování. S tímto plně koresponduje RVP ZV, ve kterém je zdravotní gramotnost součástí klíčových kompetencí.

Pro podporu výchovy ke zdraví na školách je podstatné zařadit takové metody a formy vyučování, které umožní všem žákům včetně žáků se SVP rozvoj po všech stránkách osobnosti. Z provedeného výzkumného šetření vyplývá, že projekt a projektové vyučování se ukazuje vhodná metoda.

Výstupem diplomové práce je projekt, který je obohacením pedagogické praxe při vzdělávání žáků se SVP v oblasti Výchova ke zdraví na prvním stupni ZŠ. Projekt je vytvořen tak, aby mohl být použit na jakékoliv škole a přizpůsoben konkrétním žákům se SVP. K žákům se SVP je důležité v oblasti Výchovy ke zdraví přistupovat specificky a já se v projektu žáky se SVP specificky zabývám. Každý žák se SVP se může do jednotlivých projektových dní zapojit, každá činnost, pracovní listy i jiné materiály jsou přizpůsobovány konkrétním potřebám konkrétních žáků.

Seznam použitých informačních zdrojů

Použitá literatura

BARTOŇOVÁ, Miroslava a Marie VÍTKOVÁ. *Inkluze ve škole a ve společnosti jako interdisciplinární téma*. Brno : Masarykova univerzita, 2016. ISBN 978-80-210-8140-6

BARTOŇOVÁ, Miroslava a Marie VÍTKOVÁ. *Vzdělávání se zaměřením na inkluzivní didaktiku a vyučování žáků se speciálními vzdělávacími potřebami ve škole hlavního vzdělávacího proudu*. Brno : Muni PRESS, 2014. ISBN 978-80-210-6678-6

FIALOVÁ, Ludmila a Libor FLEMR a Eva MARÁDOVÁ a Vladislav MUŽÍK. *Vzdělávací oblast Člověk a zdraví v současné škole*. Praha : Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2885-1

HAMADOVÁ, Petra a Lea KVĚTOŇOVÁ a Zita NOVÁKOVÁ. *Oftalmopedie – texty k distančnímu vzdělání*. Brno : Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-145-4

HAVLÍNOVÁ, Miluše. *Program podpory zdraví ve škole: rukověť projektu Zdravá škola*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-263-7

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum. Základní teorie, metody a aplikace*. Praha : Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9

HRADIL, Radomil. *Výchova a zdraví našich dětí*. Hranice : Fabula, 2011. ISBN 978-80-86600-74-1

JANKOVÁ, Jana a Dagmar MORAVCOVÁ. *Asistent pedagoga a dítě se zrakovým postižením*. Praha : Pasparta Publishing, 2017. ISBN 978-80-88163-61-9

JELÍNKOVÁ, Miroslava. *Vzdělávání a výchova dětí s autismem*. Praha : UK pedagogická fakulta, 2001. ISBN 80-7290-042-0

KENDÍKOVÁ, Jitka a Miroslav VOSMIK. *Jak zvládnout problémy dětí se školou?* Praha : Pasparta publishing, 2016. ISBN 978-80-88163-36-7

KOCHOVÁ, Klára a Markéta VACHULOVÁ. *Integrace hezká i těžká práce*. Praha : Integrace o.s., 2010. ISBN 978-80-254-7451-8

- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha : Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-568-4
- KUBÍČKOVÁ, Miluše. *Zdraví – plod poznání a činu*. Pelhřimov : Nová tiskárna Pelhřimov, 2014. ISBN 978-80-7415-094-4
- KVĚTOŇOVÁ, Lea a Iva STRNADOVÁ a Vanda HÁJKOVÁ. *Cesty k inkluzi*. Praha : Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2086-2
- KVĚTOŇOVÁ-ŠVECOVÁ, Lea. *Edukace dětí se speciálními potřebami v raném a předškolním věku*. Brno : Paido, 2004. ISBN 80-7315-063-8
- MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ. *Výchova ke zdraví*. Praha : Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5351-5
- MARÁDOVÁ, Eva. *Metodická příručka. Výchova ke zdraví, školní vzdělávací program pro 6. – 9. ročník základní školy*. Praha : Fortuna, 2006. ISBN 80-7168-973-4
- MARÁDOVÁ, Eva. *Zdravý životní styl. Výchova ke zdraví, pracovní sešit pro 6. – 9. ročník základní školy*. Praha : Fortuna, 2004. ISBN 80-7168-914-9
- MARÁDOVÁ, Eva a Leoš STŘEDA a Tomáš ZIMA. *Vybrané kapitoly o zdraví*. Praha : UK v Praze Pedagogická fakulta, 2010. ISBN 978-80-7290-480-8
- MUŽÍK, Vladislav a Milada KREJČÍ. *Tělesná výchova a zdraví*. Olomouc : Hanex, 1997. ISBN 80-85783-17-7
- MUŽÍKOVÁ, Leona. *Škola a zdraví pro 21. Století*. Brno : Masarykova univerzita, 2010. ISBN 978-80-210-5328-1
- NEJEDLÁ, M. *Program Škola podporující zdraví*. Praha : UK v Praze, 2015. ISBN 978-80-7422-406-5
- ŘEHULKA, Evžen. *School and helth 21, Education and healthcare*. Brno : Masarykova Univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5721-0
- STRNADLOVÁ, Alice. *Tvorba a metodika projektů k podpoře zdraví*. Ostrava : Pedagogická fakulta ostravské univerzity v Ostravě, 2011. ISBN 978-80-7368-978-0
- ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĐOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha : Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-313-0

VÍTKOVÁ, Marie. *Integrativní školní (speciální) pedagogika. Základy, teorie, praxe*. Brno : MSD s.r.o., 2004. ISBN 80-86633-22-5

ZELINKOVÁ, Olga. *Poruchy učení: Specifické vývojové poruchy čtení, psaní a dalších školních dovedností*. 11. vydání. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-514-1

ZVÍROTSKÝ, Michal. *Zdravý životní styl*. Praha : Karolinum, 2014. ISBN 978-80-7290-661-1

Internetové zdroje

Asistent pedagoga. [online]. [cit.2019-12-01] Dostupné z: www.asistent-pedagoga.cz/onb/33/osobnostni-predpoklady-asistenta-pedagoga

Katalog podpůrných opatření. Univerzita Palackého v Olomouci [online]. [cit. 2019-12-15]. Dostupné z: <http://katalogpo.upol.cz/katalog-v-pdf/>

Národní zpráva o zdraví a životním stylu dětí a školáků. Michal Kalman, Univerzita Palackého v Olomouci [online]. [cit.2019-09-17]. Dostupné z: https://hbsc.cz/wp-content/uploads/2018/09/narodni_zprava_zdravi_ziv_styl.pdf

RVP ZV od 1.9.2017 [online]. [cit.2019-10-22] Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/opatreni-ministryne-skolstvi-mladeze-a-telovychovy-kterym-se-1-1-1>

Statistické ročenky školství, výkonové ukazatele. [online]. Dostupné z: <http://toiler.uiv.cz/rocenka/rocenka.asp>

ÚZIS ČR – MKN 10 online [online]. [cit.2020-01-05]. Dostupné z: <http://www.uzis.cz/katalog/klasifikace/mkn>

Vyhláška č. 27/2016 Sb., o vzdělávání žáků se SVP a žáků nadaných ve znění platném od 1.1.2020 [online]. [cit.2020-01-15] Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3/vyhlasiky-ke-skolskemu-zakonu>

Vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů [online]. [cit. 2019-12-10]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/1-pravni-predpisy-a-souvisejici-dokumenty>

Vyhláška č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých, ve znění pozdějších předpisů [online]. [cit. 2019-09-28]. Dostupné z: <https://www.tzb-info.cz/pravni-predpisy/vyhlaska-c-410-2005-sb-o-hygienickych-pozadavcich-na-prostory-a-provoz-zarizeni-a-provozoven-pro-vychovu-a-vzdelavani-deti-a-mladistvych>

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) ve znění účinném od 1.9.2017 do 31.8.2018 [online]. [cit. 2019-11-12]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3/skolsky-zakon-ve-zneni-ucinnem-od-1-9-2017-do-31-8-2018>

Zdravá generace, [online]. Dostupné z: <https://zdravagenerace.cz>