

ABSTRAKT

Cílem bakalářské práce Podpora zdraví ve vybraných mateřských školách je zjistit, do jaké míry vybrané mateřské školy podporují zdraví, a to zejména v oblasti pohybu, stravování a odpočinku. Teoretická část se zaměřuje na popis předškolního dítěte, jeho vývoj, potřeby a vlivy, které na něj působí. Důležitou kapitolou je zdraví, kde je kladen důraz na význam pohybových aktivit, stravu v předškolním věku, spánek a duševní hygienu. Praktická část popisuje vybrané aspekty činnosti tří mateřských škol a analyzuje zjištěné informace o stravování, pohybových aktivitách a odpočinku. Zvolené metody pro výzkumné šetření jsou pozorování a rozhovory s vedoucími učitelkami mateřských škol. Bylo zjištěno, že každá mateřská škola má svá specifika, kterými vyniká v podpoře zdraví, ale také své nedostatky, na kterých je třeba zapracovat. Na základě poznatků, které jsou z výzkumného šetření patrné, je vypracován návrh na aktivity podporující zdraví. Jedná se o pět aktivit, které podporují zdraví, pobyt na čerstvém vzduchu a seznamují děti se zdravým životním stylem. V závěru praktické části jsou zjišťovány názory učitelek mateřské školy na uplatnitelnost navrženého programu v praxi.