RESILIENT PRESCHOOLS

IO1.A2.3

Příručka

Pro učitele a učitelky v předškolním vzdělávání

Erasmus+

Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Projektoví partneři

P1 PAIDAGWGIKO INSITOUTO KYPROU – PEDAGOGICKÝ INSTITUT – KYPR

CYPRUS PEDAGOGICAL INSTITUTE

P2 INSTITUTE OF DEVELOPMENT LTD – CYPRUS – INSTITUT ROZVOJE LTD – KYPR

INSTITUTE OF DEVELOPMENT N. CHARALAMBOUS

P3 MOTION DIGITAL S.R.O – ČESKÁ REPUBLIKA

MotionDigital

P4 DIETHNES PANEPISTIMIO ELLADOS – MEZINÁRODNÍ HELENICKÁ UNIVERZITA – ŘECKO

INTERNATIONAL HELLENIC UNIVERSITY
SCHOOL OF SOCIAL SCIENCES
DEPARTMENT of EARLY CHILDHOOD EDUCATION & CARE

P5 UNIVERSITATEA DIN PITESTI – UNIVVERZITA DIN PITESTI – RUMUNSKO

UNIVERSITATEA DIN PITEȘTI

P6 MUNICIPIO DE LOUSADA – OKRESNÍ ÚŘAD DE LOUSADA – PORTUGALSKO

município de lousada

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

OBSAH

Projektoví partneři 2
Úvod do projektu 4
Příručka: Průvodce uživatele 5
Úvod do pozitivní psychologie 6
Příklady dobré praxe 9
Praktické příklady 9
Závěr 26

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Úvod do projektu

„Odolnost a pohoda v předškolním vzdělávání k prevenci emočních, sociálních a behaviorálních problémů“ – **RESILIENT PRESCHOOLS – ODOLNOST A WELLBEING V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ.**
Projekt byl financován s podporou Evropské komise; číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080.

Projektových partnerů projektu **RESILIENT PRESCHOOLS** je šest (P1: Kyperský pedagogický institut – vedoucí, P2: Institute of Development CY, P3: Motion Digital s.r.o., P4: International Hellenic University, P5: Universitatea Din Pitesti a P6: Municipio De Lousada) z pěti různých zemí (Kypr, Česká republika, Řecko, Rumunsko a Portugalsko). Doba trvání projektu je **24 měsíců** od 1. prosince 2020 do 31. listopadu 2022.

Hlavním cílem projektu RESILIENT PRESCHOOLS je vytvořit materiál pro praktickou aplikaci a pokyny pro předškolní učitele a učitelky, jak používat **pozitivní psychologii** při výuce malých dětí. Prostřednictvím několika konceptů odvozených z metod a zásad pozitivní psychologie dostanou předškolní děti příležitost začít od útlého věku budovat svoji psychickou kapacitu a životní dovednosti a tím zvětšit možné budoucí přínosy. Navíc posílením odolnosti a pohody malých dětí dojde také ke zlepšení jejich akademických výsledků.

Pozitivní vzdělávání je nově se objevující koncept, který začleňuje výše zmíněné pojmy do vzdělávání. Abychom byli přesnější, pozitivní vzdělávání je kombinací tradičních principů vzdělávání s přístupy pozitivní psychologie se zaměřením na využití takových intervencí ve třídě, které dětem pomohou rozvíjet jejich odolnost, pozitivní emoce a zapojení (Baker, Green, & Falecki, 2017). Materiál, který bude RESILIENT PRESCHOOLS vyvíjet během svého trvání, bude následovat hlavní strukturu nejznámější a celosvětově uznávané praktické aplikace pozitivní psychologie, **PERMA modelu** (P – Pozitivní emoce, E – Engagement neboli zapojení, R – Relationships neboli vztahy, M – Meaning neboli význam, A – Accomplishment neboli dosažení). (Seligman, 2011)

K dosažení výše uvedených cílů budou během trvání projektu RESILIENT PRESCHOOLS vytvořeny následující intelektuální výstupy:

- **IO1: Sada nástrojů pro pozitivní vzdělávání pro předškolní učitele**
- **IO2: Balíček školení (školicí program a materiál) pro předškolní učitele**
- **IO3: eLearningový prostor a prostor, kde budou volně dostupné tzv. OER (otevřené vzdělávací zdroje)**

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Příručka: Průvodce pro uživatele

„Naučit děti počítat je v pořádku, ale naučit děti, co se počítá, je nejlepší." – Bob Talbert

K vytvoření této příručky byl partnery projektu RESILIENT PRESCHOOLS realizován rozsáhlý výzkum v každé partnerské zemi s cílem získat **cenná data**, zdroje a osvědčené postupy; všechny byly použity k identifikaci konkrétních potřeb a současných postupů spojených s **předškolním vzděláváním** a psychologickou pohodou/wellbeingem předškolních dětí. Všechna shromážděná data byla použita k vytvoření této příručky, která je zdarma k dispozici předškolním učitelům a učitelkám, dalším relevantním odborníkům, odbornicím a veřejnosti.

Zaměřením na pojmy jako jsou **wellbeing** a **psychologická odolnost** chce tato příručka vytvořit praktický zdroj informací, který by podporoval předškolní učitele a učitelky, a vybavil je dovednostmi, strategiemi a technikami, které vyplývají ze základních principů **pozitivní psychologie PERMA modelu a vzdělávací charakteristiky** (– všechny pojmy, které budou projednány na následujících stránkách) s jediným cílem – zlepšit celkovou pohodu svých žáků, jejich školní zkušenosti a přinést pozitivní změnu do školního klimatu obecně.

Tato příručka nabízí konkrétní a výzkumně podložené informace, definice, případové studie ze skutečného života, metodiky a návrhy osnov pro rozvoj efektivních strategií, intervencí a aktivit pro školní prostředí. Veškerý materiál byl uchopen skrze vědeckou optiku, metodologii pozitivní psychologie založené na důkazech a zároveň upraven takovým způsobem, který lze použít v současném prostředí předškolního vzdělávání a osnov.

Jak příručku používat:

- **Předškolní pedagogové:** K rozvíjení dovedností, získání informací a k použití ve vzdělávacích postupech.
- **Pedagogové pro dospělé/Školy:** Jako referenční nástroj pro mentory, školní poradce, ředitele škol, psychology a profesionály pracující s předškolními pedagogy nebo předškolními dětmi.

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Materiál je strukturován takovým způsobem, který bere v úvahu, že pro čtenáře mohou být některé pojmy nové, a seznamuje jej tak s nezbytnou teorií a definicemi. Pro ty, kteří by si přáli hlouběji prozkoumat určité pojmy a aspekty, jsou poskytnuty další materiály a odkazy.

Chceme podpořit předškolní pedagogy i další čtenáře – profesionály, aby pozměnili, přizpůsobili a implementovali jakýkoli materiál a poskytnuté informace v souladu se svými vlastními specifickými cíli nebo omezeními (časová dostupnost, logistika, kulturní rozdíly, vzdělávací systém – osnovy každé země, konkrétní charakteristika školní třídy, dostupnost materiálu, požadované výsledky učení, osobní charakteristiky facilitátora).

Úvod do pozitivní psychologie

„Psychologie by se měla zabývat stejně tak lidskou silou jako slabostí, měla by se stejně zajímat o budování toho nejlepšího v životě jako o transformaci toho nejhoršího." – Martin Seligman (2004)

Martin Seligman je považován za otce pozitivní psychologie, kterou oficiálně založil jako novou oblast oboru psychologie v roce 1998, kdy si ji vybral jako téma během svého působení ve funkci prezidenta **Americké psychologické asociace (APA)**. Od roku 2000 a dále odpovědělo na Seligmanovu výzvu klást důraz na pozitivní aspekty života a menší zaměření na traumata a dysfunkčnost velké množství výzkumníků a praktiků po celém světě, což vyvolalo tisíce studií o pozitivní psychologii a příslušných pojmech, a tím i vytvoření konkrétního základu založeného na důkazech pro aplikaci principů pozitivní psychologie v různých prostředích, na individuální životní spokojenost, vztahy, kariéru, vzdělání, obchod, komunity.

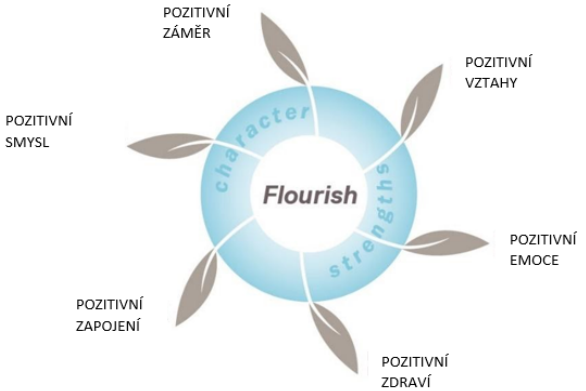
Pozitivní psychologie je dnes známá jako **aplikovaná psychologie**, která zkoumá silné stránky jednotlivců, zaměřuje se na budování pozitivních návyků, schopností a vztahů, přičemž hlavním cílem je zlepšit lidské životy a podpořit jejich celkové fungování (Snyder & Lopez, 2007). Na rozdíl od tradičních psychologických přístupů, které pro terapeutické účely zkoumají, jak změnit dysfunkční chování nebo léčit traumata, se pozitivní psychologie zaměřuje na to, co se lidem daří (Biswas-Diener & Dean, 2007), a umožňuje jim posílit své pozitivní aspekty, aby vzkvétali a dosáhli **optimální úrovně fungování** (Seligman, 2011).

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Jak již bylo zmíněno, výzkum a praktické aplikace prováděné pod záštitou pozitivní psychologie mají za cíl identifikovat, pochopit a podpořit všechny aspekty a faktory, které mohou **jednotlivcům, skupinám a větším komunitám** pomoci fungovat na optimálních úrovních (Gable & Haidt, 2005). Oblast pozitivní psychologie se zaměřuje na tři různé úrovně – subjektivní, individuální a skupinovou (Seligman & Csikszentmihalyi, 2014). Subjektivní úroveň zahrnuje studium pozitivních zkušeností, jako jsou pozitivní emoce, štěstí a smysl života, optimismus, naděje a pocitu flow. Individuální úroveň zahrnuje studium osobních vlastností, které definují „dobrého člověka", a zaměřuje se na silné stránky a přednosti charakteru, jako je schopnost lásky, odvahy, odpuštění, tvořivosti a moudrosti (Boniwell, 2012).

Stručně řečeno se přístupy pozitivní psychologie soustředí na základní pojmy **optimismu, naděje, vděčnosti a radosti,** ale sahají hlouběji než k pouhému zaujetí pozitivními emocemi. Oblast pozitivní psychologie také zkoumá pojmy jako **individuální silné stránky charakteru, sebeúcta a návyky,** které vytvářejí život vzkvétající blahobytem; aby dosáhla toho, že metodologie pozitivní psychologie navrhne způsoby, jak mohou být tyto vlastnosti uplatnitelné v každodenním životě jednotlivce, v práci a mezilidských vztazích. Když se všechny tyto prvky a rysy spojí, vytvoří **smysluplný život a prodlouží pocit smysluplné existence.**

Projekt přebírá model pozitivního vzdělávání popsaný v níže uvedeném diagramu. Model PERMA podle návrhu Seligmana (2011) s adaptací Norrishe (2015):



character = charakterové rysy

strengths = silné stránky

flourish = rozkvět

Diagram: 6 domén pozitivního vzdělávání, převzato z modelu pozitivního vzdělávání Geelong

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Lístky představují šest oblastí pozitivního vzdělávání – věci, které jsou „vyučovány”:

- **pozitivní emoce**
- **pozitivní vztahy**
- **pozitivní záměr**
- **pozitivní smysl**
- **pozitivní zdraví**
- **pozitivní zapojení**

Ke každému lístku patří soubor dovedností a informací založených na výzkumných datech. Základem těchto oblastí jsou osobní silné stránky, které fungují jako podpůrné cesty k jejich naplnění.

Reference:

Americká psychologická asociace. Cesta k odolnosti. Washington, DC: American Psychological Association; 2014. Retrieved from http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx.

Biswas-Diener, R., & Dean, B. (2007). Positive psychology coaching: Putting the science of happiness to work for your clients. John Wiley & Sons.

Boniwell, I. (2012). Positive Psychology in A Nutshell: The Science of Happiness: The Science of Happiness. McGraw-Hill Education (UK).

Edwards, L., Rand, K. L., Lopez, S. J., & Snyder, C. R. (2007). Understanding hope: A review of measurement and construct validity research.

Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? Review of general psychology, 9(2), 103-110.

Norrish, J. M., & Seligman, M. E. (2015). Positive education: The Geelong grammar school journey. Oxford Positive Psychology Series.

Seligman, M. E. (2011). Building resilience. Harvard business review, 89(4), 100-106.

Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In Flow and the foundations of positive psychology (pp. 279-298). Springer, Dordrecht.

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

TEDTalk (2004). Martin Seligman: Why is psychology good? Retrieved from: https://www.ted.com/talks/martin_seligman_the_new_era_of_positive_psychology

Příklady dobré praxe

Praktické příklady

SKLENICE LASKAVÝCH SLOV

Sklenice s citáty z příběhů a pohádek, díky kterým se děti nebo ostatní účastníci cítí dobře. Požádejte každé dítě, aby vám (učiteli, facilitátorovi) jednou týdně řeklo jedno „laskavé slovo“ pro někoho jiného, možná kompliment, něco pozitivního, co se ten den stalo, šťastný okamžik, vzpomínku. Napište to na kousek papíru a vložte do sklenice. Před nebo po příběhu vezměte ze sklenice jeden či více papírků a přečtěte je nahlas pro celou třídu. Děti ze sebe získají dobrý pocit, když řeknou něco hezkého o druhém, a ten druhý se také cítí oceněný. Celá třída si může užít tento láskyplný a šťastný okamžik a zlepšit tím celkové klima ve třídě.

Obrázek získán z:
https://hip2save.com/wp-content/uploads/2019/02/kindness-jars-craft.jpg?fit=1200%2C630&strip=all

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

VÝTAH KLIDU

Vezměte velkou krabici (dostatečně velkou, aby děti mohly stát uvnitř a simulovat pocit výtahu) a požádejte děti, aby vám pomohly vyzdobit ji krásnými obrázky umístěnými uvnitř (nejlépe vlastnoručně namalovanými). Když se dítě cítí frustrované nebo naštvané, povzbuďte je k návštěvě boxu (postavte se do boxu stejně jako do výtahu a počítejte do 10 – jakoby do desátého patra budovy – napodobujte funkci výtahu. Vyzvěte dítě, aby pečlivě sledovalo a vnímalo krásné obrázky. Tato činnost dítěti poskytne čas a prostor, aby získalo zpět svůj klid a naučilo se soustředit na pozitivní aspekty života.

Obrázek získán z:

https://thumbs.dreamstime.com/z/kids-drawing-wall-childrens-group-draw-color-paintings-walls-child-paint-art-cartoon-vector-illustration-kindergarten-kid-133245703.jpg

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

MĚŘIČ HNĚVU

Když se dítě cítí naštvané nebo frustrované, požádejte ho, aby to zhodnotilo - přiřaďte jeho hněv k jedné ze čtyř úrovní (klid, mírné podráždění, vztek, zuřivost), vyzvěte dítě/děti k diskusi a zamyšlení nad závažností svých emocí a nad tím, jak vztek a reakce založená na vzteku může ublížit ostatním kolem nás.

Alternativa Hněvivá sopka – měření úrovně lávy, abychom se ujistili, že sopka nevybuchne.

Obrázek získán z: https://i.pinimg.com/originals/96/96/d7/9696d7c853d0c4e56d51bedb78e172f8.jpg

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Měřič hněvu: Měřič hněvu je jednoduchý nástroj pro škálování, který můžete použít ke sledování vzteku.

5 – Výbušný*á: Ztratíš chladnou hlavu a už se nemůžeš ovládat. Ubližuješ ostatním a házíš věcmi. Chceš ublížit tomu, o kom si myslíš, že ti také ublížil.

4 – Rozzlobený*á: Jsi naštvaný*á a nemůžeš jasně přemýšlet. Cítíš se ublíženě a prožíváš řadu emocí. Blížíš se k tomu, že řekneš nebo uděláš něco, co ti pak bude líto.

3 – Frustrovaný*á: Jsi z něčeho naštvaný*á a přestože se snažíš to nechat být, nemůžeš na to přestat myslet nebo o tom mluvit. Cítíš, že potřebuješ přestávku.

2 – Mírně podrážděný*á: Něco se stalo a trochu ti to vadí. Není to zase takový problém, takže to můžeš nechat být a jít dál.

1 – Klidný*á: Věci se daří a nic tě neobtěžuje.

UKAŽ MI, CO CÍTÍŠ

Požádejte jednotlivé děti, aby si ze seznamu vybraly emoci, viz graf níže. Povzbuďte je, aby se svými spolužáky nesdílely, jakou emoci si vybraly. Požádejte děti, aby emoci pantomimou napodobily. Zatímco děti předvádějí emoci, požádejte jejich kamarády*ky, aby hledali stopy, které by jim pomohly předváděnou emoci uhodnout. Připomeňte dětem, že není vždy na první pohled vidět, jak se člověk uvnitř cítí. Kromě toho navažte rozhovor o rozmanitosti projevů a o tom, že ne každý člověk prožívá nebo vyjadřuje své emoce stejným způsobem.

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Obrázek získán z: https://www.teacherspayteachers.com/Product/Character-Emotions-Charts-FREE-2370313

Graf emocí

Rozzlobený*á - znuděný*á - sebejistý*á - zmatený*á - zklamaný*á - provinilý*á - šťastný*á, zraněný*á - zajímá se - žárlivý*á - nervózní - smutný*á - vystrašný*á - spokojený*á, překvapený*á -ohleduplný*á.

STROM VDĚČNOSTI

Materiál:

- barevný papír k vystřihnutí listů
- provázek nebo stuha k zavěšení listů na větve stromů
- nůžky
- spadané větve stromů
- kameny, které stromu dodají stabilitu
- váza, květináč

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Provedení:

Vytvořte několik výřezů listů, které použijete jako šablonu. V horní části každého listu vytvořte malý otvor a provlékněte jím očko z provázku. Požádejte děti, aby na listy nakreslily nebo napsaly (můžete psát za ně) věci, které je dělají šťastnými a vděčnými. Můžete také použít vystřihovánky, fotografie atd. Zavěste listy na větve.

Alternativa: Můžete strom nakreslit a listy přilepit.

Obrázek získán z:
https://2msyr620c1pi2v7yaj33qfq5-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2016/11/gratitude-tree-thankful.jpg

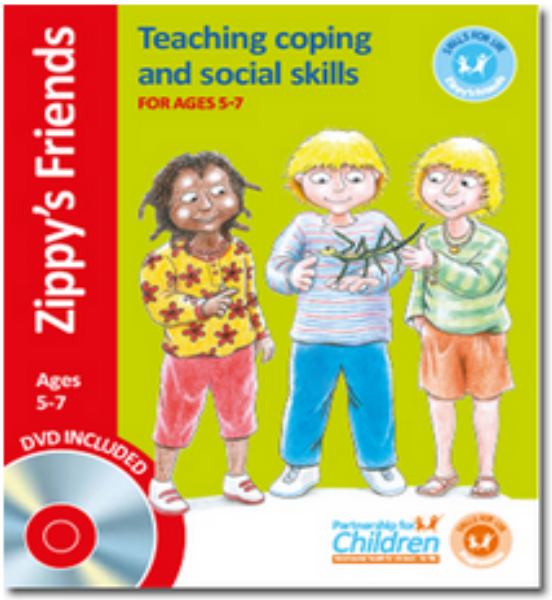
Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

ZIPPYHO KAMARÁDI

Zippyho kamarádi je předškolní a školní program sociálně-emocionálního učení pro děti ve věku 5-7 let. Program je vyučován v celé třídě učiteli vyškolenými v metodice Zippyho kamarádů ve Velké Británii, na mezinárodní úrovni i v České republice. Program byl vyvinut společně s Partnerstvím pro děti (Partnership for Children), akademiky a specialisty na vzdělávací zdroje. Zippyho kamarádi běží po celém světě od roku 1998, nyní již ve více než 30 zemích.

Základní koncept programu je velmi jednoduchý – pokud dokážeme naučit malé děti, jak se vyrovnat s obtížemi, měly by lépe zvládat problémy a krize v dospívání a v pozdějším životě. Zippyho kamarádi byli hodnoceni a bylo zjištěno, že zlepšují zvládání krizí, sociální dovednosti, emoční gramotnost, zlepšují klima ve třídě a omezují šikanu. Program byl původně vytvořen s cílem zabránit sebevražednému chování. Přečtěte si více o hodnotících studiích Zippyho kamarádů zde: https://www.partnershipforchildren.org.uk/research.html

Zippyho kamarádi vychází z řady příběhů. Program má 24 lekcí po 45 minutách. Šest modulů pokrývá: pocity, komunikaci, přátelství, konflikt, změnu a ztrátu, posun vpřed. Děti rozvíjejí své vlastní pozitivní strategie pro řešení problémů prostřednictvím poutavých aktivit: poslech příběhů, diskuse, hry, hraní rolí a kreslení. (Partnership for Children, n. d.)



Obrázek získán z:
https://www.partnershipforchildren.org.uk/uploads/images/What%20we%20do/ZippysFriendsCover.jpg

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

MINDFULNESS A JÓGA V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ

Přínosy jógy a všímavosti (mindfulness) byly prokázány mnoha mezinárodními studiemi s dospělými a dětmi: Bylo prokázáno, že jóga a všímavost zlepšují fyzické i duševní zdraví dětí školního věku. Jóga u dětí zlepšuje rovnováhu, sílu, vytrvalost. Také všímavost přináší dětem psychické výhody. Rostoucí počet výzkumů již ukázal, že jóga může zlepšit soustředění, paměť, sebeúctu, akademický výkon a chování ve třídě a dokonce může u dětí snížit úzkost a stres. Rozvíjející se výzkumné studie také naznačují, že jóga může pomoci dětem s poruchou pozornosti s hyperaktivitou (ADHD). (Harvard Health Publishing, 2016)

Zde je příklad dobré praxe ze soukromé mezinárodní školky v Praze – Happy Child (https://www.happychild.cz/cs) Nabízejí jógu, praktiky všímavosti, dechová cvičení a relaxaci pro své děti i pro učitele a rodiče jako přínos ke zlepšení jejich pohody a zdraví. „Děti jsou přirozeně dynamické a jejich pozornost je rozptýlená. Cvičení jógy děti uklidňuje a mohou se lépe soustředit." Poskytuje pedagogům pokyny k jógovým aktivitám a cvičením všímavosti, které významně ovlivňují **fyzický, mentální a duševní stav dětí**, což je primární prevence nemocí. Kniha vás systematicky vede při používání jógových postupů u dětí od 3 měsíců až po teenagery. (Paramhans Svámí Mahéšvarananda, 2014)

Cvičení jógových pozic pomáhá zlepšit svalovou rovnováhu, stimulovat krevní oběh, harmonizovat orgány (srdce, slinivku, játra, ledviny atd.), aktivovat metabolismus, pozitivně ovlivňovat psychiku a vyvažovat nervový systém.

Dechová cvičení prohlubují a uvolňují dech, stimulují metabolismus a krevní oběh, posilují psychiku, harmonizují orgány. **Meditace a mindfulness** uvolňují fyzicky i duševně, zlepšují sebevědomí a sebeúctu, optimalizují koncentraci, prohlubují schopnost rychlejší relaxace, dodávají vnitřní mír, harmonii a klid.

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Příklady jógových pozic a jejich účinků:

Pozice dítěte/zajíce – stimuluje a okysličuje mozková centra a podporuje jejich správnou funkci. Dýchání do žaludku podporuje prokrvení orgánů, což také stimuluje jejich funkci. Je to uklidňující poloha. Děti při jejím provádění často usínají.

Pozice kobry – je dobrá pro uklidnění silných emocí, například vzteku, zuřivosti atp. Celkově posiluje záda a paže (pomáhá rozvíjet vyvážené držení těla). Zlepšuje také zrak (vzhlédnutím). Stimuluje ledviny a játra. (Paramhans Svámí Mahéšvarananda, 2014)

Příklad jednoduché praxe všímavosti pro děti: Děti mohou sedět nebo si lehnout na záda. Přiložením rukou na bříško pozorují, jak se zvedá a klesá. Děti si mohou představit, že břicho je balón, který se rozpíná a smršťuje. Spojí se tak svým tělem, rozvíjejí vědomí dechu, tělo se více okysličuje. Zaměření na dýchání uvádí nervový systém do rovnováhy, pomáhá správné funkci všech orgánů, čímž zlepšuje imunitní systém a celkovou odolnost.

Obrázek získán z: Archiv Jany Huberové

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

PROJEKT RANÉ ZMĚNY

Projekt rané změny (earlychange.teithe.gr) je evropský projekt financovaný s podporou z programu celoživotního učení Evropské unie. Projekt probíhal v letech 2011 až 2014. Konsorcium projektu Early Change zahrnovalo akademické pracovníky a předškolní učitele a pečovatele ze šesti evropských zemí (Řecko, Portugalsko, Finsko, Dánsko, Kypr a Rumunsko). Projekt Early Change byl navržen tak, aby podporoval profesní rozvoj pedagogů předškolního věku, hodnotil v zúčastněných zemích kvalitu předškolního prostředí a sbíral osvědčené postupy v předškolním vzdělávání. (Zachopoulou et al., 2018)

Jedním z výstupů projektu byla e-kniha s názvem *GOOD PRACTISES IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION: LOOKING AT EARLY EDUCATORS´PERSPECTIVES IN SIX EUROPEAN COUNTRIES* (Gregoriadis et al., 2014), sestávající se ze dvou částí: 1) prezentace srovnávací studie kvality systémů předškolního vzdělávání v šesti partnerských krajích a 2) seznam 146 osvědčených postupů pro pedagogy související s pěti kategoriemi každodenních praktik předškolního vzdělávání: (a) zdraví a bezpečnost, (b) činnosti/hry, (c) interakce, (d) vedení třídy a (e) rozmanitost/inkluze. Prezentované postupy byly příklady, které zúčastnění učitelé implementovali ve svých třídách, a odrážejí myšlenky předškolních pedagogů v Evropě o tom, co tvoří dobrou praxi a kvalitativně dobré předškolní prostředí. Interaktivní e-kniha je volně dostupná na webových stránkách projektu.

Obrázek získán z: www.earlychange.teithe.gr

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

SIA-PROD: INOVATIVNÍ PŘÍSTUP K SEBEZDOKONALOVÁNÍ PRO PROFESIONÁLNÍ ROZVOJ UČITELŮ PŘEDŠKOLNÍHO VZDĚLÁVÁNÍ

SIA-ProD projekt (www.sia-prod.com) je další evropský projekt financovaný s podporou Evropské komise a prováděný na základě zkušeností a odborných znalostí sedmi organizací/institucí ze čtyř evropských zemí (Řecko, Kypr, Německo a Itálie). Účelem projektu bylo poskytnout praktikům metodologii a nástroje pro sebehodnocení a sebezdokonalování v „nízkonákladové" podobě. Program SIA-ProD využíval alternativní přístup nazvaný Discrete Choice Modeling (DCM) pro školení a profesní rozvoj předškolních pedagogů (Grammatikopoulos et al., 2019). Implementací inovativní metody DCM do vzdělávání a péče v raném dětství (ECEC) vyvinulo konsorcium projektu nástroj sebehodnocení a vzdělávací balíček pro sebezdokonalování, jehož cílem je prozkoumat a následně podpořit způsob, jakým předškolní pedagogové propagují pohybové aktivity ve svých třídách.

Self-Improvement Educational Package (SIEP) poskytuje znalosti, nápady, praktické strategie a podpůrné materiály pro konkrétní oblasti plánování a efektivní výuku pohybových aktivit v raném dětství. Cílem SIEP je pomoci učitelům zlepšit kvalitu svého dalšího vzdělávání. SIEP je volně dostupný na webových stránkách projektu.

Obrázek získán z: www.sia-prod.com

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

RESCUR: UČEBNÍ PLÁN PRO ODOLNOST

The RESCUR (rescur.eu) je evropský projekt financovaný z programu EU Comenius, který realizuje šest partnerských evropských univerzit (z Malty, Řecka, Portugalska, Itálie, Švédska a Chorvatska). V době, kdy se zapojené partnerské země dostaly do sociální, hospodářské a technologické krize, měl tříletý program (2012–2015) za cíl vytvořit kurikulum rozvoje odolnosti pro předškolní a primární vzdělávání v Evropě (Cefai et al., 2014). Účelem osnov bylo zvýšit odolnost dětí s cílem překonat výzvy, krize a dosáhnout akademického úspěchu a sociálního a emocionálního blahobytu jako mladí občané EU. Dalším cílem projektu byla podpora odolnosti zranitelných dětí, jako jsou romské děti, děti se zdravotním postižením, nadané děti a děti uprchlíků, imigrantů a etnických menšin (Matsopoulos et al., 2020). Program RESCUR obsahuje příručku pro předškolní a prvostupňové učitele i příručku pro rodiče.

STIMULACE CHOVÁNÍ PRO POZITIVNÍ DĚTI – NÁVOD K DOBRÉ PRAXI pro pozitivní vzdělávání rodičů, učitelů a žáků – Podpořeno grantem z Islandu, Lichtenštejnska a Norska prostřednictvím finančního mechanismu EEA. Duben 2011

Průvodce se objevil z iniciativy organizace Save the Children, která chtěla dát všem, kteří pracují s dětmi a rodiči, informační zdroj s účinnými metodami vzdělávání dítěte. Zkušenosti získané poradci Save the Children, psychologická a vzdělávací školení nabízená učitelům i rodičům, byla základem této příručky, která shrnuje základní informace o tom, co pedagog a rodič potřebují k vybudování zdravého a funkčního vztahu s dítětem. Příručka navrhuje model pro změnu psycho-výchovných postupů ve školním prostředí, nahrazování agresivního chování odpovídajícím vztahovým chováním, způsoby učení, jak zvládat krize a konflikty. Tato příručka je určena všem, kteří se snaží zlepšit dětské dovednosti, znalosti a chování. Předpokládá se zapojení všech zúčastněných odborníků - vychovatelů, učitelů, psychologovů, poradců. Ti následně oslovují další kategorii dospělých se zásadní rolí při výchově zdravého a vyrovnaného dítěte – rodiče.

„SĂ ÎNVĂȚĂM REZILIENȚA! – Bine ai revenit la școală!": ZÍSKEJME ODOLNOST – Vítejte zpět do školy!

Jedná se o vzdělávací projekt, který iniciovala a zavedla učitelka a školní poradkyně Simona Domnica Crăciun z CJRAE Sibiu (CJRAE – County Center for Resources and Educational Assistance). Jeho cílem je poskytnout emocionální podporu žákům z National College „Octavian Goga" v Sibiu, kteří začali

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

školu v letošním roce, v rozvoji odolnosti, přizpůsobení se a zvládnutí aktuální situace kolem Covid-19 pomocí následujících mechanismů:

- přeobsazení (opětovné označení negativní situace identifikací pozitivních/neutrálních aspektů)
- požadování podpory od blízkých nebo jiných referenčních osob
- vytváření užitečných rutin
- zvýšení sebevědomí
- zkoumání a komunikace negativních emocí
- humor, ve smyslu „dělat si legraci z problémů“
- cvičení, sport
- rostoucí empatie a tolerance
- podporování optimismu („Po dešti vždy vyjde slunce!“)

... a mnoha dalšími technikami.

Odolnost je chápána jako schopnost učit se z obtížných situací, kterým čelíme; hledat příležitosti a naučit se, jak se stát emocionálně silnými.

ZDARMA WORKSHOPY PRO RODIČE A PEDAGOGY: „ROZVÍJENÍ SOCIÁLNÍCH A EMOCIONÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ U DĚTÍ A DOSPĚLÝCH“

Psychiatrická léčebna „Dr. Gheorghe Preda” v Sibiu, Školní inspektorát okresu Sibiu a středisko okresu Sibiu pro zdroje a vzdělávací pomoc ve spolupráci realizují projekt zahájený ministerstvem zdravotnictví v rámci školních jednotek z okresu Sibiu v Rumunsku, přičemž zvažují podporu bezplatných workshopů pro rodiče a pedagogy s cílem rozvíjet sociální a emocionální dovednosti u dětí a dospívajících. Projekt probíhal 1.10.2017 – 31.12.2017 v rámci mnoha školních jednotek v Sibiu: Střední škola „krále Ferdinanda”, Střední škola č. 8, Střední škola č. 13, Mateřská škola „Căsuţa Poveştilor“, Mateřská škola s rozšířeným programem č. 6 Cisnădie a Mateřská škola s rozšířeným programem č. 18. Workshopy pořádané v rámci projektu byly podpořeny dětským psychiatrem a psychologem za účasti učitelů a školních poradců z County Center for Resources and Educational Assistance Sibiu ve školách, kde pracují.

Prostředkem poskytnutým tímto projektem je balíček školení pro rodiče založený na myšlence, že děti se učí chování interakcemi s okolím. V důsledku toho změna chování dítěte ve skutečnosti zahrnuje změnu chování lidí v jeho okolí – rodičů, učitelů, kolegů, přátel. Rodiče i pedagogové jsou

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

pro dítě zásadním zdrojem a kontextem učení. Děti se svému chování učí v interakci s ostatními dětmi, v interakci s rodiči a učiteli. Abychom podpořili děti v nácviku funkčních postojů a chování s cílem zachovat jejich emoční a sociální zdraví, je nutné zapojit všechny, kteří s dítětem interagují: rodiče, učitele, kolegy. Na konci workshopů byl účastníkům zdarma nabídnut manuál *"Training curriculum for parents in order to develop children's social and emotional skills".*

Obrázek získán z: https://rrlip.ca/userdata/news/65bb91febe5b364c25ad48dafc680181.png

PROGRAM ŠKOLA PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ

Škola podporující zdraví je program Světové zdravotnické organizace, který systematicky řeší otázky a problémy v oblasti fyzického, psychického a sociálního zdraví. Cílem programu ŠPZ je podporovat zdraví ve všech jeho rovinách. Cílem proměny školy je trvale umožňovat optimální rozvoj žáka a učitele v součinnosti s rodiči a obcí po stránce tělesné, duševní a sociální. Program je zároveň nástrojem včasné primární prevence civilizačních chorob, antisociálního chování a všech závislostí. Koordinátorem a garantem programu ŠPZ v České republice je Státní zdravotní ústav – SZÚ (http://www.szu.cz/program-skola-podporujici-zdravi) se sídlem v Praze. (Ministerstvo zdravotnictví ČR, n. d.)

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Národní síť programu Škola podporující zdraví v ČR je zároveň jedním ze 43 členů evropské sítě Schools for Health in Europe – SHE (https://www.schoolsforhealth.org/), která má v Evropě tradici od roku 1992.

EMUŠÁCI

Emušáci jsou knihy a hračky určené k rozvoji emoční a sociální inteligence u dětí.

Hlavními hrdiny příběhů jsou plyšové hračky a jejich menší plyšoví kamarádi, kteří představují jednotlivé emoce (Žabák Ferda a jeho kamarádky mouchy nebo opička Pája a blešky). Na hrdiny příběhů čekají různé situace, které jsou typické pro děti v předškolním a mladším školním věku. Hračky pomáhají dítěti pochopit složitý svět emocí, který je pro ně příliš abstraktní.

Proč jsou Emušáci unikátní? Nejenom příběh, ale také otázky a aktivity, které se věnují vždy jedné z emocí, umožňují dětem lépe poznat a pochopit své emoce i emoce ostatních. Je to hračka, která bude aktuální pro děti i rodiče mnoho let a ke které se dá kdykoli vracet.

- děti poznávají a pojmenovávají své emoce
- děti si nacvičí v bezpečném prostředí zvládání svých emocí
- Emušáci rozvíjí osobnost dětí, jejich sebedůvěru, empatii a sebepřijetí
- rodičům pomáhají porozumět svým dětem a jejich světu
- budují důvěru mezi rodiči a jejich dětmi

Kde všude se Emušáci zabydleli?

17 000+

českých rodin

2 000+

českých škol, školek a ped. psych. poraden

2 800+

německých rodin

Obrázky získány z: https://www.scio.cz/emusaci/

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

TERAPEUTICKÉ PANENKY/LOUTKY/PANENKY S OSOBNOSTÍ

Panenky s osobností neboli Persona Dolls jsou výukovou metodou, která pomáhá učitelkám a učitelům mluvit s dětmi o tématech, která se špatně vysvětlují. Učí děti, jak reagovat na předsudky, podporují empatii a rozvíjejí kompetence k vyjadřování. Metoda Persona Dolls podporuje naplňování průřezových témat a klíčových kompetencí Rámcového vzdělávacího programu.

Panenky Persona Dolls pomáhají u dětí rozvíjet vzájemnou empatii a solidaritu. Děti se díky nim učí pojmenovat své pocity a vyjádřit myšlenky, posilují si vlastní sebeúctu a pozitivní sebepojetí. Metoda práce s panenkami u děti posiluje také umění vést dialog, jednat zodpovědně a v duchu fair play.

Práce s panenkou Persona Doll vychází z přístupu vědomé práce s předsudky. Cílem této výukové metody je:

- posilovat sebevědomí dětí z hlediska jejich identity a vztahových skupin
- umožnit dětem zažívat rozmanitost
- podnítit kritické myšlení vůči předsudkům, jednostrannosti a diskriminaci
- podpořit děti, aby se stavěly proti předsudkům a diskriminaci (Člověk v tísni, n. d.)

Školení práce s Persona Dolls poskytuje Člověk v tísni (https://www.clovekvtisni.cz/co-delame/vzdelavaci-program-varianty/persona-dolls). Další tip na terapeutické panenky: https://lidoll.cz/terapeuticke-panenky/

PORADNÍ KRUHY (COUNCIL)

Council je prastará forma a současně moderní postup, jehož kořeny nalezneme napříč různorodými kulturami a náboženstvími. Díky councilu získáváme zkušenost a prožitek skutečné komunity. Každý má svůj vlastní dar, příběh ke sdílení, je vyslyšen a tvoří část celku.

Council nabízí způsob komunikace, který vede k aktivnímu naslouchání a upřímnému vyjadřování. Dává prostor novým vhledům a porozumění, moudrosti v rozhodování, léčení a jako nástroj nezbytný pro každého, kdo pracuje se skupinami, zaměstnanci, komunitami a právě i dětmi v MŠ. Hlavní čtyři záměry, které skupinu nesou poradním kruhem jsou: - **mluvíme od srdce - naslouchámе srdcem - mluvíme spontánně - říkáme podstatu (esenci) svého příběhu.**

Základní způsob jak používat poradní kruh:

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Skupina dětí si sedne do kruhu. Kruhové uspořádání vytváří pocit rovnosti a učitelky a učitelé jsou tak také zároveň účastnicemi a účastníky. Všichni cítí, že jsou „na jedné lodi“. Učitel*ka, který proces vede, zadá jedno téma nebo otázku a pošle po kruhu „mluvící předmět“ (například oblíbená plyšová hračka, kamínek…). Ten pak putuje postupně od člověka k člověku a kdo chce, může sdílet. Vždy hovoří jen jeden. Každý má prostor, každý je vyslechnut.

I když se nejedná o nový koncept, ale spíše o způsob komunikace, byl v posledních třiceti letech council postupně rozvíjen a zdokonalován v nadaci Ojai, neziskovém vzdělávacím středisku v jižní Kalifornii.

Reference:

Zachopoulou, E., Grammatikopoulos, V., Gregoriadis, A. (2018). Early Change: Description of a Project for Continuing Professional Development In: A. Gregoriadis, V. Grammatikopoulos, E.

Zachopoulou (Eds.). *Professional Development and Quality in Early Childhood Education: Comparative European Perspectives* (pp. 59-82). UK: Palgrave Macmillan

Gregoriadis, A., Zachopoulou, E., Grammatikopoulos, V., Liukkonen, J., Leal, T., Gamelas, A., … Ciolan, L. (2014). *Good practices in early childhood education: Looking at early educators' perspectives in six European countries*. Thessaloniki, Greece: Christodoulidi Publishers. ISBN 978-960-8183-88-9.

Grammatikopoulos, V., Gregoriadis, A., & Linardakis, M. (2019). Discrete Choice Modeling in Education: An Innovative Method to Assess Teaching Practices. *Educational Measurement: Issues and Practice, 38*(3), 46-54.

Cefai, C., Matsopoulos, A., Bartolo, P., Galea, K., Gavogiannaki, M., Zanetti, M. A., ... & Lebre, P. (2014). A resilience curriculum for early years and primary schools in Europe: enhancing quality education. *Croatian Journal of Education, 16*(2), 11-32.

Matsopoulos, A., Gavogiannaki, M., & Griva, A. M. (2020). Parents' perceptions and evaluation of the implementation of a resilience curriculum in Greek schools. *International Journal of School & Educational Psychology, 8*(2), 104-118.

Partnership for Children. (n. d.). Zippy's Friends for 5 - 7 years olds. https://www.partnershipforchildren.org.uk/what-we-do/programmes-for-schools/zippys-friends.htm

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Harvard Health Publishing - Harvard Health Medical School. (2016, January). More than just a game - yoga for school-age children. https://www.health.harvard.edu/blog/more-than-just-a-game-yoga-for-school-age-children-201601299055#:~:text=Yoga%20and%20mindfulness%20offer%20psychological,anxiety%20and%20stress%20in%20children

Paramhans Svámí Mahéšvarananda. (2014). Jóga v denním životě pro děti a mládež. Mladá fronta

Ministerstvo zdravotnictví ČR. (n. d.). Program Škola podporující zdraví ŠPZ. https://www.nzip.cz/clanek/326-program-skola-podporujici-zdravi-spz

Člověk v tísni. (n. d.). Persona Dolls. https://www.clovekvtisni.cz/co-delame/vzdelavaci-program-varianty/persona-dolls

Závěr

V dnešní době se zdá, že **pozitivní vzdělávání** nabývá na významu pro dosažení cílů vzdělávání 21. století a pro lepší přípravu malých dětí na situace v reálném životě. Studie (Baker, Green, & Falecki, 2017; Seligman, 2011; Arguís, R. et al, 2010) zdůraznily vynikající účinky, které má implementace přístupů a postupů pozitivní psychologie a **modelu PERMA** (P-Positive Emotion, E-Engagement, R-Relationships, M-Meaning, A-Accomplishment) na předškolní vzdělávání.

Konsorcium projektu **RESILIENT PRESCHOOLS**, založené na výzkumu „od stolu" a terénním výzkumu, vyvinulo tuto **příručku** jako **užitečný nástroj** a praktický zdroj informací pro **předškolní učitele** a další relevantní profesionály, aby pomohlo zlepšit celkovou pohodu jejich dětí, školní zkušenosti a přinést pozitivní změnu do školního klimatu.

Používání pozitivní psychologie, která se zaměřuje na **to, co se lidem daří**, zvyšuje u předškolních dětí **wellbeing** a posiluje **individuální charakterové přednosti**, **sebeúctu** a **pozitivní návyky**, přičemž u dětí buduje **optimismus, naději, vděčnost a radost**.

Přínosy procvičování **psychologické odolnosti, sociálně-emocionálního učení** a **mindfulness** v předškolním vzdělávání jsou nepochybné a učitelé by měli systematicky usilovat o jejich využívání pro harmonický rozvoj a růst svých dětí.

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Mezi hlavní výzvy, se kterými se dnes předškolní učitelé potýkají, je potřeba se přizpůsobit nové realitě kvůli pandemii COVID 19, přeplněným třídám, nedostatečnému monitorovacímu a podpůrnému personálu, nedostatečnému vzdělávání učitelů, drtivé administrativní zátěži, širokému spektru dětí ve věku 3-6 let, negativním vlivům expozice dětí předškolního věku médiím, začleněním dětí se speciálními vzdělávacími potřebami do hlavního proudu vzdělávání a neaktualizovaným vzdělávacím přístupům.

V některých zemích již existují určité programy, které souvisejí s tématem projektu RESILIENT PRESCHOOLS, například programy Sociální a emocionální výchova ve školách a ARETI pro formování dobrého charakteru (Kypr), pro nás cenný vstup při rozvoji výsledků projektu. V této oblasti lze ale udělat více a doufáme, že tato sada nástrojů udělá krok vpřed tímto směrem.

Vzdělávací osnovy projektových zemí do určité míry zahrnují přístupy a obsah pro emoční posílení (Kypr), psychické a interpersonální dovednosti (Česká republika), individuální a sociální rozvoj (Řecko a Portugalsko) nebo sociálně-emocionální rozvoj (Rumunsko), nicméně výzkum k projektu RESILIENT PRESCHOOLS identifikoval, že je třeba zahrnout do učebních osnov více „úderného“ obsahu a posílit speciální přípravu učitelů v této oblasti.

Příručka RESILIENT PRESCHOOLS představuje účinnou **zásobárnu myšlenek** a zásobu teorie zakotvenou v praxi tím, že zprostředkovává učitelům teoretické modely, metody, nástroje, přístupy, činnosti, osvědčené postupy, aplikace, případové studie a nástroje pro sebehodnocení a sebereflexe. Opravdu doufáme, že ji budou z velké části využívat všichni zájemci o zlepšení pohody a psychické odolnosti předškoláků.

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]

Erasmus+
Vzniklo za podpory Evropské komise. Za obsah sdělení odpovídá výlučně autor*ka. Sdělení nereprezentuje názory Evropské komise a Evropská komise neodpovídá za použití informací, jež jsou obsahem. [Číslo projektu: 2020-1-CY01-KA201-066080]