

**MOŽNOSTI PRIMÁRNEJ  
PREVENCIE PROBLÉMOV  
S NÁVYKOVÝMI LÁTKAMI V  
PREDPRIMÁRNOM  
VZDELÁVANÍ**

CPPP a P Levoča



# STRATEGIKÉ DOKUMENTY

Európska stratégia starostlivosti o deti a dorast


Na Slovensku bol vypracovaný **Národný program starostlivosti o deti a dorast v Slovenskej republike na roky 2008 – 2015**, ktorého koordinátorom je Ministerstvo zdravotníctva SR.



# Programy pre deti predškolského veku


## CIEĽ PREVENČIE

- Formovať harmonickú osobnosť jedinca, rozvoj sebapoznávania, sebaúcty
- Podporovať zvládnutie sociálnych úloh a vzťahov, asertivita a rôzne pohybové aktivity




## Všeobecné zásady prevencie v oblasti návykových látok

- Prevencia by mala klásť dôraz na pozitívne hodnoty v rodine aj v spoločnosti a rozvíjať ich.
- Drogami nestrašit', ale treba o nich hovoriť a pristupovať k nim tak, že majú len takú moc, akú im dáme my sami.




## Všeobecné zásady prevencie v oblasti návykových látok

Nepoužívať postupy ako odstrašovanie, citové vydieranie, neosobné jednanie, potláčanie diskusie, ale, naopak, treba podporovať aktívne učenie, otvorenú diskusiu, aktivitu a hodnotné záujmy.



## Všeobecné zásady prevencie v oblasti návykových látok

- Získať dôveru dieťaťa, vedieť ho počúvať.
- Zahnať nudu a predchádzať jej.
- Pomáhať dieťaťu prijímať hodnoty, ktoré mu uľahčia návykové látky odmietnuť.



## Všeobecné zásady prevencie v oblasti návykových látok

- Vytvoriť zdravé rodinné pravidlá.
- Pomôcť dieťaťu strániť sa nevhodnej spoločnosti.
- Posilniť sebavedomie.



# Východiskový dokument

## ***Štátny vzdelávací program ISCED 0,***

kognitívna oblasť, v ktorej sú  
definované obsahové a výkonové  
štandardy viažuce sa k téme zdravia  
a primárnej prevencie problémov s  
návykovými látkami.





# Obsahové štandardy

- Zdravotný stav, postoje k zdraviu.
- Zásady ochrany vlastného zdravia.
- Riešenie krízových situácií ohrozujúcich zdravie.
- Ochrana proti drogám.
- Možnosti poškodenia zdravia.
- Zdravé potraviny.



# Výkonové štandardy (špecifické ciele)

- rozlíšiť a jednoduchým spôsobom intuitívne opísať stav zdravia a stav choroby,
- dodržať zásady ochrany zdravia (s pomocou dospelých),
- zaujať pozitívne postoje k svojmu zdraviu i k zdraviu iných a vyjadriť ich prostredníctvom rôznych umeleckých výrazových prostriedkov,
- privolať pomoc dospelého v krízových situáciách, v ktorých je ohrozené jeho zdravie, prípadne zdravie iných,
- uvedomiť si nebezpečenstvo kontaktu s neznámymi osobami (odmietnuť sladkosti od neznámych osôb, vnímať to ako nebezpečenstvo ohrozenia zdravia),
- rozlíšiť príčiny možného nebezpečenstva a poškodenia zdravia pri zakázanej manipulácii s niektorými predmetmi, napr. s ostrými predmetmi, zápalkami, liekmi, chemikáliami, čistiacimi prostriedkami, elektrospotrebičmi, ale aj neznámymi prírodninami, poznať, rozlíšiť, triediť a vyberať si zdravé potraviny (Hauser, 2008).



# Podstata prevencie

Pôsobiť na deti a žiakov, aby získali základné predpoklady pre:

- veku primeranú odolnosť voči stresu a negatívnym zážitkom,
- schopnosť robiť samostatné, resp. správne rozhodnutia,
- schopnosť konštruktívne riešiť problémy, prípadne si vyhľadať pomoc pri ich riešení,
- vyhranený negatívny vzťah, resp. postoj k užívaniu návykových látok a prejavom agresívneho správania,
- uplatňovanie adekvátnych sociálno-psychologických (komunikačných) zručností.



# FORMY A METÓDY PREVENČIE

motivačné rozprávky, príbehy, pantomíma,  
tvorivá dramatika, bábkové divadlo,  
psychická a somatická relaxácia  
prostredníctvom hudby a hovoreného  
slova, jogové cvičenia, kresba, maľba,  
koláž, piesne, súťaže, výstavky, pokusy,  
športové aktivity



# FORMY A METÓDY PREVENECIE

„zlatý vek hry“

prvoradé miesto v primárnej prevencii problémov s návykovými látkami má hra, ktorá je pre dieťa základnou psychickou potrebou a prináša mu maximálne citové uspokojenie.



# FORMY A METÓDY PREVENČIE

Pohybové a športové hry, ktoré  
prispievajú  
k formovaniu zdravého  
životného štýlu u detí.



# Programy a projekty

**Zdravie podporujúce materské školy** vznikol z podnetu *Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO), Rady Európy a Európskeho parlamentu.*

Cieľom projektu je najmä podpora výchovy ku zdraviu na školách a prevencia chorôb v zmysle stratégií ochrany zdravia, výchovy ku zdraviu a zdravotnej prevencie .



# ADAMKO hravo – zdravo

Multimediálny projekt podpory zdravia.  
Opiera sa o 12 zásad podpory zdravého života: pestrá strava, hygiena, pohyb a šport, spánok, čistý vzduch, otužovanie, krása prírody, hra a tvorivosť, denný poriadok,

[www.adamkontakt.sk](http://www.adamkontakt.sk)





# (Ne)hovorme o drogách

## ***Zameranie: posilňovanie osobnosti dieťaťa.***

Rodičia majú v tomto programe veľmi dôležité miesto. Práve oni získavajú informácie o možných úskaliach, o hrozbe drogovej závislosti, o jednotlivých postupoch prevencie.

Účinná a efektívna prevencia nemá ísť cestou zákazov, príkazov, zastrašovaním a obmedzovaním, ale veku primeraných informácií, vysvetľovaním, objasňovaním a otvorenou priamou komunikáciou.



# Zdravý úsmev – [www.zdravyusmev.sk](http://www.zdravyusmev.sk)

## Cieľ:

viest' deti k správnej starostlivosti o vlastné zdravie, hravou formou vštepiť deťom základné vedomosti o zuboch, o tom ako ich udržať zdravé a naučiť deti zručnosti pri čistení zubov. Opakovaním praktických cvičení deti získavajú dôležité vedomosti a aj zručnosti pri realizácii starostlivosti o zdravie zubov a ďasien. Naučia sa, že je dôležité prevziať zodpovednosť za zdravé zuby do vlastných rúk.



# DANONE Pre zdravie detí

Dlhodobý neziskový vzdelávací projekt zameraný na zdravé stravovanie a zdravý životný štýl detí v materských školách.

[www.prezdraviedeti.sk](http://www.prezdraviedeti.sk)



# Ovečka – [www.ovecky.sk](http://www.ovecky.sk)

Osvetový program **Ovečka**, ktorého cieľom je edukácia detí v materských školách a na prvom stupni základných škôl o zdravej životospráve a správnom zložení stravy.



# Evička nám ochorela

## Celonárodný projekt SČK

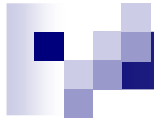
Cieľom projektu je zdravotná výchova detí v predškolskom veku a výučba základov prvej pomoci v materských školách

[www.cervenkykriz-ke.sk](http://www.cervenkykriz-ke.sk)



# Chceme dýchať čistý vzduch

Hlavným cieľom programu je  
utvorenie negatívneho  
postoja detí k fajčeniu



Ď A K U J E M

Z A P O Z O R N O Š Ť