



**Metodika „Dobry začátek“ se zaměřuje na rozvoj sociálních a emočních kompetencí malých dětí.**

„Dobry začátek“:

- Je inkluzivní: Je určena pro všechny děti včetně dětí se speciálními vzdělávacími potřebami. Vede děti ke kooperativnímu jednání. Je účinná u dětí s potížemi v chování.
- Je návodná: Představuje konkrétní způsoby práce v oblasti podpory sociálních a emočních kompetencí dětí ve věkovém rozmezí zhruba od 2 do 7 let
- Je ověřená: Tato metodika je v zahraničí ověřována více než 30 let a má prokázané pozitivní dopady na chování dětí i rodičů. Schola Empirica s metodikou pracuje od roku 2011 a dosud jsme vyškolili 300 pedagogů z celé ČR a aktivity metodiky byly realizovány a hodnoceny v téměř 100 školách.
- Zahrnuje / angažuje rodiče: Zaměřuje se na společné působení a komunikaci pedagogů a rodičů. Máme také program pro rodiče a pro sociální pracovníky.

Hlavní témata

- Navazování a udržování dobrých vztahů mezi učiteli a rodiči
- Soužití ve třídě, budování důvěry, vztahů a komunikace
- Pozitivní pozornost, uznání, a chválení dítěte, podpora vhodného a kooperativního chování
- Strategie práce s nevhodným chováním dětí
- Práce s emocemi, sebeovládání
- Zvládání vzteku a agresivity
- Řešení problémů a konfliktů ve t/

Jak víme, že to skutečně funguje?

- Podle empirických výzkumů nemá přibližně pětina dětí v MŠ (a třetina ze sociálně znevýhodněného prostředí) vyvinuté socio-emoční dovednosti. Tento podíl dětí znamená, že učitelka věnuje více času disciplíně a uklidňování neposlušných dětí, než samotnému učení.
- Metodika „Dobry začátek“ má prokázané efektivní výsledky v inkluzivním přístupu a podpoře sociálních, emočních a kognitivních dovedností u předškolních dětí.
- Metodika Dobry začátek je založena na důkazech.

- děti nemají limity, rodiče nemají čas, roste agresivita a přibývají individuální psychosociální potíže.
- S metodikou pracuje 20 zemí světa a přes 30 let je ověřována jeho účinnost v praxi. Je intenzivně ověřován a hodnocen jak jeho tvůrci, tak nezávislymi odborníky.
- Evaluace jsou prováděny většinou metodou tzv. kontrolovaných experimentů s náhodným výběrem (randomized control group trials) a v mnoha hodnotících studiích bylo dokázáno dosažení cílů programu: učitelé po absolvování programů vedou svoji třídu lépe pomocí modelování pozitivního chování místo negativního (trestů) a jsou také schopni lépe jednat s dětmi, které vyrušují. Tyto pozitivní výsledky byly prokázány jak ve střednědobém, tak dlouhodobém horizontu.

### Maslowova pyramida potřeb

- Fyziologické potřeby (dýchání, žízeň, hlad, vyměšování atd.)
- Potřeba bezpečí, jistoty
- Potřeba lásky, přijetí, sounáležitosti
- Potřeba uznání, úcty
- Potřeba seberealizace

Zdroj: <https://www.scholaempirica.org/matersk>

### Dobrý začátek v Korálku

Podle metodiky pracujeme již od roku 2018, kdy jsme se s kolegyní Májou Veselou zúčastnily konference Schola Empirica „Dobrý začátek v praxi mateřské školy“ v Praze. Metodika nás velmi zaujala a líbila se nám její smysluplnost a tak jsme ji postupně začali na naší škole implementovat do praxe. Metodika Dobrý začátek je založena na několika konkrétních strategiích, které skutečně fungují©

S metodikou Dobrý začátek seznamujeme i studentky SOŠP a studentky PF TUL v Liberci, stačilo je seznámit s tím, jak funguje prostřednictvím návštěv v MŠ či videoukázek práce s dětmi

Pro práci s Dobrým začátkem jsou stěžejní 4 strategie.

**První je komunikace, to jak s dětmi mluvíme, patří sem například i popisný jazyk a pochvala.**

Jedna z nejdůležitějších věcí je pravidlo 4:1. Tedy, že čtyřikrát více chválím, než napomínám a kárám. Neskutečně to pomáhá v profesním, ale i v soukromém životě, protože se začnete zaměřovat na pozitivní věci. Když dětem poskytujeme pozitivní zpětnou vazbu, chválíme všechny situace, kdy se dítě chová žádoucím způsobem – v klidu sedí, poděkuje, podaří se mu obout boty, vystříhnout obrázek apod. Dalším důležitým aspektem je, aby dítě vědělo, co je to to žádoucí chování, co se po něm vlastně chce. A tady narážíme na očekávání, která směrem k dětem máme. Očekáváme, že se děti budou chovat určitým způsobem a také očekáváme, že ony tuší, jak se mají chovat. Vždyť jste jim to přeci říkali snad stokrát. Od toho je nutné se oprostit a vždy jasně říct, co byste rády, aby dítě udělalo.

Děti moc dobře vědí, co dělat nemají, ale málokdy jim říkáme, co tedy místo toho nevhodného chování dělat mají. Často se také stává, že když se dítě chová nevhodným způsobem, tak ho napomeneme, ale když se chová správně, tak to prostě přejdeme, to nám přijde normální. Proto je důležité se právě na toto chování zaměřit a opravdu ho ocenit.

### **Druhou strategií jsou pravidla ve třídě**

Existuje spousta různých pravidel na všechny možné situace a aktivity, ale teprve na stáži ve Walesu mne Judy Hutchings na své přednášce v Bangorské universitě přesvědčila o tom, že opravdu stačí jen 5 pravidel, pod které se Vám většina z těch stávajících schová. My tedy máme 5 pravidel přesně podle metodiky se symboly oka, ucha, ruky, nohy a úst. Pravidla vyvozujeme na začátku každého školního roku jiným způsobem, máme tedy již pěkný zásobník těchto způsobů. Pravidla máme ve třídě vyvěšená na dostupných místech, pokud dítě pravidlo zapomene, připomeneme mu ho. Děti se už naučily si pravidla připomínat samy. Když někomu připomínáme pravidlo, vždy se najde někdo, kdo jde pro obrázek se symbolem právě toho pravidla. Specifickým pravidlem je pravidlo GIVE ME FIVE. Pravidlo Give me five znamená, že dítě má sedět nebo stát v klidu, ruce mít u těla nebo na kolenou, ústa zavřená, dívat se na paní učitelku a poslouchat. Pokud těchto 5 pravidel dá paní učitelce najednou, v tu chvíli se soustředí.

### **Třetí metodou je ignorování**

Ignorování, nebo možná spíše přehlížení pro nás byla metoda úplně nová a některé učitelky stále nemohou věřit tomu, že existuje chování, kterého si mohu nevšímat a tím toto chování do budoucna eliminovat. Vychází z toho, že jediný důvod, proč se děti chovají nežádoucím způsobem je, že na sebe chtějí upozornit a ať se zachováme směrem k dítěti v těchto situacích jakkoliv, vždy se jedná o projevenou reakci a to v dítěti posiluje poznání, že tímto chováním dosáhne pozornosti. Důležitá je potřeba využívání pochvaly, protože aby přehlížení bylo účinné, je nutné dítě pořád po očku sledovat a ihned, jak přestane s nevhodným chováním, ho pochválit. Jinak by tato metoda neměla žádný smysl.

### **Čtvrtá strategie je řešení konfliktních situací.**

V metodice jsme si samozřejmě přečetli 4 kroky k řešení konfliktních situací, kterými jsou pocity, hranice, dotazování a nápověda a pro nás se nejdůležitější částí staly pocity. Začali jsme s dětmi hodně mluvit o emocích, protože jsme zjistili, že s tím mají opravdu problém. Když jsme se jich ptali, jak se cítí, dokázaly říct jen dobře nebo špatně, což bylo opravdu málo. Dalším důvodem, proč jsme začali klást důraz na poznávání emocí je agresivita dětí. Spousta učitelem nám potvrzuje, že jeden z největších problémů současného školství je právě zvyšující se agresivita u dětí. I my jsme se jí snažili pořád nějak potlačovat, ale to nejde. Jedná se totiž o jednu ze základních psychických reakcí člověka. Agresivně se chovají všechny živé bytosti. Cílem tedy není agresii zcela potlačit, ale usměrnit ji a umět ji ovládat či projevit vhodným způsobem. Na tuto strategii navazuje i strategie první – pochvala, neboť děti moc dobře vědí, co dělat nemají, ale už málokdy vědí, co dělat mají. Právě usměrňování emocí je skvělá ukázka. Když se dítě začne vztekat, paní učitelka na to upozorňuje, nutí ho přestat s tímto chováním, vysvětluje, jak je to neslušné a nebezpečné apod. Ale co když to dítě opravdu neví, co má dělat. Děti tedy seznamujeme s emocemi, a hlavně je vedeme k tomu, že je normální se takto cítit. Pokud mi někdo vezme hračku nebo mi ublíží, rozzlobím se. Formou her potom děti učíme, jak se v takových situacích mohou zachovat – rozlišit mezi žádoucím a nežádoucím projevem. Těmi žádoucími projevy je počítání do 5, zhluboka se nadechnout a vydechnout, svou agresi vybit třeba při trhání starého papíru, mačkání modelíny nebo lámání klacíků a samozřejmě strategie želvího krunýře, kdy dáme dítěti prostor pro to, aby se mohlo v klidu uklidnit. Dlouho jsme u nás přemýšleli, jaké místo pro děti vytvořit k uklidnění, a nakonec nám pomohlo to, že jsme využily pomůcky Zajíček v zelí, která mne inspirovala na stáži v Bangoru (jiná třída využívá želvu Želvíru a její krunýř). Dětem jsme na zajíčkoví

ukázali, co dělá, když se nás bojí, nebo když mu ublížíme. Schová se do zelí.... A tak jsme našli ve třídě místo a židli, která má své pevné místo. Později jsme toto místo doplnili o názorné obrázky, jak se v zelí chovat, co pomáhá snížit vztek – je to to dýchání, počítání apod. Děti mohou do zelí přijít kdykoliv cítí potřebu být samy a ostatní děti vědí, že pokud někdo sedí v ulitě, nerušíme ho a dáváme mu prostor a čas na uklidnění a zvládnutí situace.

Vladimíra Jurigová

Sdílené příklady:

V rámci metodiky Dobrý začátek používá ve třídách nafocená pravidla maňásků. Z těchto obrázků vychází i bingo. Hraje se jako klasické bingo. Obsahuje hrací karty o 6 polích a 9 polích (podle schopností hráčů).

Bingo se zaměřuje pouze na základní pravidla třídy – pravidla celé ruky, která jsou doplněna 6 dalšími pravidly, které se ve třídě dodržují.



### Dokreslení emoce

Práce s obrázky z dílny Scholy empirici. Obrázky upraveny pro dokreslování emocí pomocí fixu na bílé tabule. Jednodušší varianta s vymazanými ústy, pro větší děti lze vymazat celý obličej. Jedná se o sadu 24 obrázků. Lze rozmístit po prostoru třídy a děti hledají konkrétní obrázek podle popisu oblečení, vlasů... a dokreslují emoci. Rozvíjí se tímto zraková pozornost, schopnost vnímat detaily. Lze využívat i při frontální práci či práci ve větší skupině, kdy si každé dítě může vybrat obrázek s chlapcem či dívkou, který se mu nejvíce líbí a s ním pak dále pracovat.



*Vypracovala Mgr. Macháčková Anna – MŠ Albertova, Hradec Králové*