

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
Cyrilometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské výchovy

Sociální pedagogika

Magdalena Navrátilová

Charitní Mateřské centrum Rybička

Bakalářský projekt

Vedoucí práce: Mgr. Marcela Fojtíková Roubalová

2012

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tento projekt vypracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne 3.4.2012

.....

podpis studentky

Děkuji paní Mgr. Marcelle Fojtíkové Roubalové za odborné vedení bakalářského projektu, za cenné rady a podněty. Dále děkuji Ing. Ludmile Zavadilové, která mi poskytla velké množství cenných informací.

Úvod.....	6
1. MATEŘSKÁ CENTRA	7
1.1. ZÁKLADNÍ INFORMACE O OBDOBÝCH MATEŘSKÝCH CENTRECH V REGIONU	7
1.2. CHARITA ŠTERNBERK – ZÁKLADNÍ INFORMACE.....	9
1.3. CHARITA ŠTERNBERK NABÍDKA SLUŽEB	10
1.4. CHARAKTERISTIKA MATEŘSKÉHO CENTRA	13
1.4.1. Historie Charitního mateřského centra.....	14
1.4.2. Cíle služeb v Mateřském centru	15
1.4.3. Místo realizace mateřského centra	15
1.4.4. Jak služba v centru probíhá a jaké se používají metody práce.....	15
1.4.5. Pracovní tým	16
1.4.6. Pravidelný týdenní program v MC Rybička	16
1.4.7. SWOT analýza organizace	18
1.4.8. Finanční zajištění a náklady služby.....	20
1.4.9. Cílová skupina.....	20
1.4.10. Vývojová psychologie – batolecí věk	21
1.4.11. Výsledky dotazníkového průzkumu.....	25
1.4.12. Orientace programu a jeho obsah.....	25
2. OZDRAVNÝ POBYT PRO RODIČE S DĚTMI	29
2.1. Cíl projektu.....	29
2.2. Organizace Ozdravného pobytu	29
2.3. Propagace	29
2.4. Místo konání.....	30
2.5. Cílová skupina a počet účastníků	30
2.6. Personální zajištění.....	30
2.7. Financování – tabulka	30
2.8. Harmonogram Ozdravného rodinného pobytu	31
2.9. Program pobytu	32
2.9.1. Pátek.....	32
2.9.2. Sobota.....	33
2.9.3. Neděle	41
2.10. Závěr pobytu	46
Závěr.....	47

Literatura a prameny	48
Seznam příloh:.....	51

Úvod

„Ruka, která hýbe kolébkou, hýbe celým světem.“

Anglické přísloví

Předkládaný bakalářský projekt se zabývá činností Mateřského centra Rybička a návrhu Ozdravného víkendového pobytu pro rodiče s dětmi. Takové využití volného času oprostí rodiče od každodenních povinností a stereotypu, který rodiče na rodičovské nebo mateřské dovolené často prožívají. Dětem nabídne kolektiv vrstevníků, aktivity na rozvoj osobnosti a zdravé prostředí pohoří Jeseníků.

Mateřské centrum, kterému bych se chtěla v tomto projektu věnovat, se nachází v Olomouckém kraji v městě Litovel. Jako jediné v Litovli a okolí nabízí služby pro rodiče s malými dětmi. Rodiče mohou svým dětem vhodně vyplnit volný čas, který tráví v kolektivu vrstevníků.

Bakalářský projekt je rozčleněn do dvou hlavních částí. Na teoretickou a praktickou část. V první teoretické části se stručně seznámíme s podobnými zařízeními v regionu. Další kapitola je věnována zřizovateli mateřského centra, Charitě Šternberk a stručnému popisu jejich služeb. Poslední část se zabývá Mateřským centrem samotným. Praktická část se věnuje návrhu Ozdravného pobytu, který je určen pro rodiče a děti.

Cílem tohoto projektu je znovunavázání na tradici pořádat Ozdravné pobytové víkendy pro rodiče s dětmi, které před časem zanikly.

1. MATEŘSKÁ CENTRA

Mateřská centra vznikají jako příklad aktivit občanů z jejich potřeb a zájmů. Služby, které tato centra poskytují, nabízejí matkám společenství, solidaritu a otevřenost. Posilují mateřskou roli ženy, pomáhá jim udržet jejich profesní orientaci a posilovat sebevědomí. Dětem nabízí přirozenou komunitu vrstevníků a vhodné trávení volného času. Mateřské centrum je otevřeno všem bez rozdílu rasy, sociálního postavení a handicapu.¹

1.1. ZÁKLADNÍ INFORMACE O OBDOBNÝCH MATEŘSKÝCH CENTRECH V REGIONU

V Olomouckém regionu se nachází několik desítek mateřských center.² Každé z nich nabízí individuální přístup ke svým uživatelům. Některé z nich Vám představím v následující kapitole.

Centrum pro volný čas **Dřeváček o. s.** provozuje mateřské centrum v Dřevohosticích od roku 2007. Cílem je zapojit rodiče, aby se odreagovaly od domácích povinností a stereotypu. Pravidelná setkání rodičů a dětí probíhají v herně mateřského centra. Pro aktivní odpočinek centrum nabízí zajímavé kurzy ručních prací.³

Mateřské centrum **Cipísek** sídlí v Prostějově a je specifické tím, že program je rozdělen do čtyř skupin. První skupina je pro rodiče s dětmi. Tuto skupinu navštěvují rodiče s dětmi do 5 let. Druhá skupina nabízí kurzy pouze pro rodiče. Do další skupiny se řadí jen děti, pro které je přizpůsoben program, kde si např. vyzkouší, jak to chodí v mateřské škole, a pro ty větší dramaticko-výtvarný kroužek. Poslední skupina je pro maminky s miminky do 9 měsíců.⁴

¹ Srov. *Sít' mateřských center v České republice : ohlédnutí za uplynulých 10 let.*

² Dále též MC.

³ Srov. Centrum pro volný čas Dřeváček [online]. 1999 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://cvc-drevacek.cz.tl/>>.

⁴ Srov. MC Cipísek [online]. 2012 [cit. 2012-03-13]. Dostupné z WWW <<http://www.proprostejov.eu/mcprostejov/?page=3>>.

Mateřské centrum **Krteček** v Jeseníku již působí desátým rokem. Cílem je poskytnout prostor pro neformální setkávání maminek na mateřské dovolené, vzájemné pomoci, předávání zkušeností a vzdělávání ke vzájemnému prospěchu.⁵

Rodinné (mateřské) centrum **Pohádka o. s.** v Náměšti na Hané je určené pro setkávání rodičů s dětmi. Strávený čas v centru má pomoci rodičům, aby se vypořádali s těžkými problémy, které jim přináší celodenní péče o dítě. Chce pro děti připravit přirozené prostředí, kde se mohou setkávat se svými vrstevníky a vznikl tak návyk na kolektiv.⁶

Charitní mateřské centrum **Srdíčko** vzniklo v Konici v roce 2007. Cílem je vytvořit komunitní centrum pro všechny generace. Maminky se zde s dětmi schází a rozvíjí se, aniž by se od nich odloučily. V programu je dostatek prostoru pro zapojení rodinných příslušníků všech generací. Aktivně se rozvíjí mezigenerační vztahy, které přispívají k rozvoji zúčastněných osob.⁷

Ve Vikýřovicích se nachází mateřské centrum **Vikýrek**, které nabízí prostor pro všechny, kteří chtějí poznat samy sebe a souvislosti života. Matkám, které si váží svého ženství a které chtějí uvědoměle prožít těhotenství a přirozeně porodit. Rodičům, kteří si přejí děti, i těm, co děti již mají. Věří v přirozené rodičovství, a že děti jsou základem pro další budoucnost světa. Děti v centru poznávají své vrstevníky, hrají si, zpívají a objevují svět. Přijít může kdokoliv, kdo má chuť, ten kdo nechce být doma sám, chce se něco nového naučit, poznat nové přátele a prožít s nimi příjemné chvíle.⁸

V Šumperku se nachází při Domu dětí a mládeže mateřské centrum **Komínkov**. Program mateřského centra nabízí cvičení pro budoucí maminky, výtvarné kroužky pro rodiče s dětmi, klub tatínek s dětmi a mnoho dalších velmi zajímavých aktivit jak pro rodiče, tak i pro děti.⁹

⁵ Srov. Mateřské centrum Krteček [online]. 1999 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.krtecekjesenik.cz/index.php?mod=onas>>.

⁶ Srov. Rodinné centrum Pohádka o. s. [online]. 2012 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mcpohadka.estranky.cz/clanky/o-nas.html>>.

⁷ Srov. Srdíčko mateřské centrum [online]. [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mcsrdicko.eu/index.php?mod=onas>>.

⁸ Srov. Rodinné centrum Vikýrek [online]. [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mcvikyrek.mistecko.cz/o-nas>>.

⁹ Srov. DDM Vila Doris [online]. 24. 1. 2012 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.doris.cz/>>.

Žirafa je mateřské centrum při Domu dětí a mládeže ve Šternberku. MC vzniklo roku 2007 a o rok později se stalo členem Sítě mateřských center Olivy. Centrum nabízí pravidelný organizovaný program pro rodiče s dětmi. Na plánování programu a jeho realizaci se podílí rodiče, kteří program přizpůsobí potřebám svých dětí.¹⁰

Rodinné centrum **Heřmánek** v Olomouci podporuje rodiny a působí preventivně proti vzniku sociálně patologických jevů v rodinách. Pomáhá rodičům na mateřské dovolené překonat izolaci, do které se dostávají z důvodu celodenní péče o malé dítě. Centrum nabízí dětem prostor pro vytváření nových kontaktů a možnost seberealizace – zapojení do programů centra a organizování akcí. Také poskytuje rodičům prostor pro vzájemnou pomoc a předávání zkušeností, společenství, solidaritu a otevřenost.¹¹

1.2. CHARITA ŠTERNBERK – ZÁKLADNÍ INFORMACE

Charita nabízí několik služeb, které jsou určeny pro osoby znevýhodněné, drogově závislé, handicapované, společensky izolované aj. Každému klientovi nabízí osobní přístup a pomoc v těžkých životních situacích. Následující kapitola Vám nabízí stručný popis služeb, které Charita poskytuje.

Charita Šternberk byla zřízena roku 1991 olomouckým arcibiskupem na základě dobrovolného společenství věřících ve Šternberku. Charita je církevní právnická osoba a má vlastní právní subjektivitu. Na Ministerstvu kultury byla zařazena do rejstříku 30. října 1996 pod číslem 8/1-02-722/1996 „dle zákona 3/2002 Sb. o svobodě náboženského vyznání a postavení církví a náboženských společností“. Současně patří pod Arcidiecézní charitu Olomouc, která je součástí Charity České republiky a je členem mezinárodního svazku Caritas Internationalis¹².

¹⁰Srov. Mateřské centrum Žirafa Šternberk [online]. 2012 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mczirafa.estranky.cz/>>.

¹¹Srov. Rodinné centrum Heřmánek [online]. 2006 – 2012 [cit. 2011-08-11]. Dostupné z WWW <<http://www.rc-hermanek.cz/>>.

¹² Srov. CHARITA ŠTERNBERK. *Výroční zpráva 2010*.

1.3. CHARITA ŠTERNBERK NABÍDKA SLUŽEB

Charitní ošetrovatelská péče, hospicová péče

Ošetrovatelská služba poskytuje terénní zdravotnické služby klientům v jejich domácím prostředí. Jaké služby mají ošetrovatelky a zdravotní sestry poskytovat, určí ošetřující lékař. Tyto služby jsou hrazeny z veřejného zdravotního pojištění.

Domácí hospicová péče nabízí odbornou paliativní péči o nevléčitelně nemocné. Umírajícímu a jeho rodině je nabídnuta pomoc v duchovní, sociální a ošetrovatelské oblasti.

Charitní pečovatelská služba

Pečovatelská služba je poskytována klientům z Uničova, Šternberku, Litovle a okolí. Pomáhá a podporuje klienty, kteří mají sníženou soběstačnost z důvodu vysokého věku nebo zdravotního postižení a neobejdou se bez dopomoci v péči o sebe nebo o svoji domácnost. Tato služba pomáhá nejen uživatelům, ale i rodinným příslušníkům, kteří se nemohou dostatečně postarat o své příbuzné.

Služba je určena pro rodiny s dětmi, seniory a osoby se zdravotním postižením. Je poskytována od pondělí do pátku a chce zlepšit životní úroveň seniorů a osob se zdravotním postižením, umožnit jim žít ve svém domácím prostředí a kontakt se společností.

Klub Želva – sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením

Klub Želva je určený pro seniory, osoby s chronickým duševním onemocněním, pro osoby s kombinovaným postižením a se zdravotním postižením. Tvoří velmi příjemné prostředí při setkávání klientů a umožňuje jim podat pomocnou ruku v nepříznivých sociálních situacích a překonávat jejich handicap.

Cílem této aktivizační služby je podpořit klienty aby byly schopní řešit své problémové životní situace. Také aby dokázali pečovat o svoji osobu, uskutečňovat své osobní cíle a rozvíjet nové kontakty ve společenském prostředí.

Sociální poradna

Pomáhá pomocí odborného sociálního poradenství osobám v nepříznivé životní situaci a s jejich začleněním do společnosti. Dále také nabízí pomoc při řešení problémů v mezilidských vztazích, majetkových a problémů v sociální oblasti. Poskytuje spolupráci s právníky a psychology, zprostředkovává kontakt se společností, v případě nouze poskytuje stravu, šatstvo a umožňuje pomoc při uplatňování práv a zájmů.¹³

Jiloro – srdíčko

Srdíčko je sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi. Nabízí rodinám v těžké sociální situaci takovou pomoc, aby sociální situace neměla špatný vliv na vývoj dětí. Tato služba je bezplatná a může se poskytovat i v domácím prostředí rodiny.

Cílem sociální aktivizační služby je zvyšovat schopnost rodiny zvládnout a řešit vlastní těžkou životní situaci a snižovat její vliv na děti v postižené rodině. Dále také pomáhat dětem s přípravou nástupu do základní školy a poté její zvládnutí.

Pro rodiče a děti tato služba nabízí nejrůznější hračky, stavebnice, knížky, pohybové hry, výlety, doučování, keramický kroužek, pomoc v oblasti logopedie, vyřizování dokladů, doprovod na úřad a zařízení sociálních dávek.¹⁴

Denní pobyt Rozkvět

Je určen pro děti předškolního věku s rozumovým nebo s rozumovým a tělesným postižením. Také pro děti a mládež, které jsou kvůli svému postižení zproštěny od povinné školní docházky a dospělým, kteří potřebují dlouhodobou pomoc a nemůžou být zařazeni do pracovního procesu.

Hlavním cílem je zvýšit kvalitu života pro děti i dospělé s mentálním nebo tělesným postižením a poskytnutí pomoci se začleněním do společenského života. Organizace se také snaží připravit děti na vstup do základní školy a pomáhat i těm dětem, které nemusí základní školu navštěvovat, aby i přes své postižení zdárně ukončily povinnou školní docházku. Podporuje klienty v samostatnosti a k vedení vlastní domácnosti. Je tu i snaha o

¹³ Srov. CHARITA ŠTERNBERK. *Výroční zpráva 2010*.

¹⁴ Srov. Charita Šternberk [online]. 2011 [2011-11-12]. Dostupné z WWW <<http://www.sternberk.caritas.cz/index.php?nid=3159&lid=CS&oid=2564611>>.

rozvoj schopností a dovedností, podpora pro vytvoření příležitosti zážitku i ocenění. Své klienty také vede k takové emocionální samostatnosti, že jsou schopni být bez rodičů nebo opatrovníků.¹⁵

Nízkoprahové denní centrum Schod

Je určeno pro osoby, které jsou bez přístřeší, jsou ohroženi sociálním vyloučením ze společnosti nebo se nachází v těžké životní situaci. Služba klientům zajišťuje základní životní potřeby a pomáhá při vyřizování osobních záležitostí. Nejdůležitějším cílem je motivace klientů, aby začali řešit svoji složitou životní situaci a postupně je směřovat k novému začlenění do společnosti.

Pracovníci nízkoprahového centra usilují o to, aby okolní veřejnost byla informována o službách, které centrum poskytuje a popřípadě jich i využila. Centrum může navštívit každý, bez objednání a bez předložení průkazu totožnosti. Klient dostane jídlo, pokud je to nevyhnutelné, může se osprchovat, oprat si oblečení a je tu i možnost poskytnutí materiální pomoci. Nízkoprahové centrum reaguje na potřeby svých klientů, čímž se stává velice flexibilním centrem.¹⁶

Kontaktní a poradenské místo pro uživatele drog

Poskytuje poradenství uživatelům nealkoholových drog a jejich blízkým. Uživatelům poskytuje poradenství v sociální, zdravotní a psychologické oblasti a také se je snaží začlenit do společnosti. Kontaktní a poradenské místo nabízí uživatelům drog zdravotní ošetření, výměnu použitých jehel, možnost praní a sprchování, úpravu jídla, aj.¹⁷

Denní stacionář pro seniory

Poskytuje služby seniorům se sníženou soběstačností z důvodu jejich vysokého věku, postižení, nebo s duševním onemocněním, kteří potřebují dopomoc jiné osoby.

Nejdůležitějším cílem této služby je zlepšit, pokud je to možné, fyzické a psychické schopnosti, uspokojit jejich potřeby a zabránit sociálnímu vyloučení ze společnosti.

¹⁵ Srov. Charita Šternberk [online]. 2011 [2011-11-12]. Dostupné z WWW <<http://www.sternberk.caritas.cz/index.php?nid=3159&lid=CS&oid=2564605>>.

¹⁶ Srov. Charita Šternberk [online]. 2011 [2011-11-12]. Dostupné z WWW <<http://www.sternberk.caritas.cz/index.php?nid=3159&lid=CS&oid=2564657>>.

¹⁷ Srov. CHARITA ŠTERNBERK. Výroční zpráva 2011.

Pracovníci informují klienty o dění ve společnosti, pořádají vycházky a výlety, společně slaví svátky a narozeniny, zpívají, trénují paměť a vyrábějí různé výrobky. Dále klientům pomáhají při zvládání běžných úkonů při starosti o svoji osobu, kontaktu se společností, přípravu jídla a pomoc při obstarávání osobních záležitostí.¹⁸

Sova

SOVA je projekt vzdělávání pro charitní pracovníky, kteří poskytují registrované sociální služby. Každý takový pracovník se musí vzdělávat 24 hodin/rok dle zákona §111 zákona č. 108/2006 Sb. Tento projekt zachovává pracovní místa pro charitu, a zaručuje kvalitní péči pro její klienty.¹⁹

MC Rybička

Mateřské centrum je projekt, který poskytuje služby rodičům na mateřské dovolené, kteří celý den pečují o své dítě a často trpí sociální izolací, pocity méněcennosti, osamělosti, nespokojeností a ztrátou profesní zdatnosti. Setkávání rodičů v mateřském centru pomáhá k vytváření nových přátelství a výměně informací a zkušeností mezi rodiči.

V centru se mohou účastnit besed a přednášek s odborníky z různých oborů, které umožňují vzdělávání a rozšiřování vědomostí, jak v péči o děti tak i v hledání zaměstnání po rodičovské dovolené.

Rodiče, kteří jsou schopní a aktivní se mohou podílet na vytváření programů v MC. Centrum nabízí celou škálu různých programů. Velmi oblíbené jsou aktivity dětí s rodiči. Jsou to výtvarné aktivity, anglický jazyk hrou, program se zpíváním a říkadly, cvičení rodičů s dětmi a baby club pro nejmenší děti a jejich rodiče. Děti se zde mohou stýkat se svými vrstevníky a navazovat kontakty.

1.4. CHARAKTERISTIKA MATEŘSKÉHO CENTRA

V této podkapitole si představíme Mateřské centrum Rybička, za jehož spolupráce může být tento projekt realizován.

¹⁸ Srov. CHARITA ŠTERNBERK. *Výroční zpráva 2011.*

¹⁹ Srov. CHARITA ŠTERNBERK. *Výroční zpráva 2011.*

1.4.1. Historie Charitního mateřského centra

Mateřské centrum Rybička bylo založeno jako projekt Charity Litovel 14. 4. 2003. Svoji činnost zahájilo díky finančním prostředkům z Tříkrálové sbírky v roce 2003. Pomocí těchto prostředků byla pronajata místnost – herna v Městském klubu a vybavena. První dva roky centrum fungovalo pouze dva dny v týdnu a bylo vedeno dobrovolnicemi. V roce 2005 se program rozšířil na čtyři dopoledne v týdnu.

O rok později vzrostl zájem o aktivity mateřského centra a bylo tak vytvořeno pracovní místo na 0,5 úvazku pro animátorku a koordinátorku dobrovolnic. Také byla pronajata a vybavena další místnost, kde se konaly přednášky, výtvarný kroužek, setkávání rodičů a jiné.

Roku 2007 se mateřské centrum zapojilo do projektu „Profesionalizace Mateřských center“, který byl finančně podporován z ESF²⁰. Tento projekt umožnil rozšíření pracovních úvazků, dovybavení centra a zvýšení propagace o mateřském centru. Projekt byl kladně hodnocen ve studii „Analýza potřeb uživatelů sociálních služeb na Litovelsku“ agentury Sociotrendy. Tímto byl projekt zařazen jako doplňková služba Komunitního plánu sociálních služeb Litovelska. Tento projekt byl v roce 2008 ukončen. Organizace chtěla po ukončení projektu udržet rozvoj MC, kterého díky finanční podpoře s ESF také dosáhla.

V roce 2009 došlo k organizačnímu sloučení Charity Litovel s Charitou Šternberk a změnil se statutární zástupce organizace. Projekt Mateřského centra pokračuje v nezměněné podobě.²¹ V tomto roce také byla mateřským centrem adoptována holčička z Indie v rámci projektu Adopce na dálku. Finanční prostředky na její vzdělání se získávají prodejem výrobků a sběrem papíru.

Projekty, do kterých se MC zapojilo, v roce 2011 jsou „Mámy pro mámy“ a „Rybička na bolístku“. První projekt je celorepublikový a podporuje maminky na oddělení předčasně narozených dětí. Pro tyto děti vytváří malé oblečení. Druhý projekt spolupracuje s dětským

²⁰ Evropský sociální fond.

²¹ Srov. *Strategický plán rozvoje Mateřského centra v Litovli na období 2009-2012*. Vnitřní dokument Charity Šternberk.

oddělením nemocnice ve Šternberku. Uživatelé centra vyrábí dekorace, deskové hry a jiné drobnosti pro potěšení nemocných dětí.²²

1.4.2. Cíle služeb v Mateřském centru

Mateřské centrum chce snížit sociální izolaci žen, které jsou na mateřské dovolené a posílit jejich sociální vztahy. Chce také integrovat sociálně slabé rodiny, matky samoživitelky a rodiče s postiženými dětmi do společnosti. Centrum informuje matky o výchově a vývoji dítěte a také v sociální problematice. Poskytuje rodičům načerpání nových sil pro výchovu dítěte. Děti se snaží začlenit do kolektivu vrstevníků.

1.4.3. Místo realizace mateřského centra

Sídlo mateřského centra sídlí v pronajatých prostorách Městského klubu Litovel. Má k dispozici dvě místnosti. První o rozloze cca 35 m², je to multifunkční místnost s kuchyňským koutem. Tato místnost se používá pro pořádání přednášek, výtvarných kroužků a pohybových aktivit. Druhá místnost se využívá jako herna a má cca 30 m². K prostorám náleží i sociální zařízení. V případě potřeby při jednorázových akcích se pronajímá sál Městského klubu popř. další prostory.

1.4.4. Jak služba v centru probíhá a jaké se používají metody práce

Všechny činnosti v mateřském centru jsou založeny na principu svépomoci:

- „Neformální setkávání maminek
- navazování přátelství a výměna zkušeností
- přednášky a besedy s odborníky z různých oborů
- možnost podílet se na přípravě programů a nabídnout své schopnosti ostatním
- společné aktivity s dětmi, výtvarné tvoření, cvičení rodičů s dětmi, hudební výchova a společné stolování“.²³

Na každý měsíc je sestaven nový aktuální program, který se skládá jednak z pravidelných činností mateřského centra a pak také z nabídky přednášek, výtvarných činností a cvičení jen pro maminky s odděleným programem pro děti v odpoledních hodinách.

²² Srov. Rybicka.cz [online]. 2011 [cit. 12-3-2012]. Dostupné z WWW < <http://www.mcrybicka.cz/o-nas/>>.

²³ *Mateřské centrum – obsah projektu*. Vnitřní dokument Charity Šternberk.

Měsíční program je vždy připraven dle zájmu. Obsahuje zpívání, cvičení s dětmi, výtvarný kroužek, loutkové divadlo, laktační poradnu, cvičení pro maminky s miminky, výuku angličtiny, vyprávění a čtení pohádek. Dále také program s ekologickou tematikou nebo společná návštěva krytého bazénu.

Při příznivém počasí jsou pořádány výlety a sportovní akce jako např. návštěva dopravního hřiště, zahradní slavnost. V odpoledních hodinách bývají přednášky, výtvarný kroužek a cvičení pro maminky. Při tomto odpoledním programu je vždy zajištěno hlídání dětí.

1.4.5. Pracovní tým

Tým pracovníků tvoří vedoucí projektu (0,2 úvazku), animátorku (0,5 úvazku), účetní projektu (0,1 úvazku) a sedm pracovníků, které pracují na základě dohody o provedení práce. Při mimořádných akcích se na tvorbě a organizaci podílí též tým 10 dobrovolnic.

Vedoucí projektu organizuje provoz zařízení, vypracovává metodické pokyny, provozní hygienické a bezpečnostní řády. Dále zajišťuje financování, vyúčtování projektu a jeho prezentaci na veřejnosti.

Animátorka připravuje a vede jednotlivé programy v centru. Zajišťuje odborné přednášky a vede evidenci návštěvníků na jednotlivé programy. Zpracovává šetření pomocí dotazníků o spokojenosti uživatelů a propaguje projekt v místním tisku. Pracovnice na DPP (dohoda o provedení práce) zajišťují vedení programů, které nevede animátorka. Dále zajišťují hlídání dětí maminkám, během programů, kterých se účastní.²⁴

1.4.6. Pravidelný týdenní program v MC Rybička

Provoz v MC Rybička začíná každý všední den v 8:30 a končí dle aktuálního programu.

Pondělí

Program začíná „volnou hernou“. Rodiče s dětmi mohou využít celý prostor herny pro svoje individuální aktivity. Volná herna končí v 9:30. Poté děti posvačí a následuje dopoledne s programem, který řídí animátorka. Děti za dopomoci rodičů cvičí, zpívají,

²⁴ Srov. *Mateřské centrum – obsah projektu*. Vnitřní dokument Charity Šternberk.

kreslí. Všechny tyto aktivity jsou zaměřeny na roční období. U dětí se rozvíjí jemná a hrubá motorika, fantazie, kreativní citění a vzájemná spolupráce.

Odpoledne je věnováno cizímu jazyku. Děti se učí anglický jazyk pomocí hry. Hodina pro začátečníky začíná v 16:00. Hodina pro pokročilé děti začíná v 17:00.

Úterý

Dopolední program od 9:00 do 12:00 je tzv. volný. Děti i rodiče mohou využít celý prostor herny. V tomto čase mohou rodiče využít služby hlídání dětí, pro vyřízení svých úředních záležitostí.

Podvečer je věnován anglickému jazyku pro dospělé – středně pokročilí od 17:00 do 18:30.

Středa

Dopolední program je stejný jako v pondělí (viz pondělí). V každý lichý týden od 16:30 do 18:00 je klub archa, který vede katechetka. Děti do 3 do 6 let jsou seznámeny s příběhy z Bible. V lichém týdnu se konají přednášky, nejen pro rodiče. Během přednášek je zajištěno hlídání dětí.

V sudý týden probíhají výtvarné dílny pro širokou veřejnost. Program se odvíjí od nových trendů ručních výrobků nebo v opakování předešlých lekcí dle zájmu uživatelů. Během tohoto programu lze využít službu hlídání dětí.

Čtvrtek

V 9 hodin začíná dopoledne s programem, který vede animátorka. Program je obdobný jako v pondělí (viz. pondělí).

Od 17:00 se koná cvičení pro těhotné, které vede porodní asistentka. V 19:30 začíná cvičení s gymnastickými míči, které je určeno nejen pro matky z mateřského centra.

Pátek

Páteční dopoledne je věnováno výtvarným činnostem pro rodiče s dětmi. Během tvoření mají rodiče prostor k výměně zkušeností. Otevřena je i herna pro ty, kteří se nechtějí zúčastnit výtvarných aktivit.²⁵

²⁵Srov. Rybicka.cz [online]. 2011 [cit. 12-3-2012]. Dostupné z WWW <<http://www.mcrybicka.cz/pravidelny-program/>>.

1.4.7. SWOT analýza organizace

Uvedla jsem SWOT analýzu, protože jednoduše shrnuje výsledky práce v MC. Uvádí silné a slabé stránky, příležitosti, hrozby a vize do následujícího roku. Praktickou částí tohoto bakalářského projektu bych chtěla dosáhnout větší informovanost o centru mezi veřejností a tím snížit hrozbu a jednu ze slabých stránek – snížení návštěvnosti.

Vize mateřského centra na 1 rok dopředu	
- Spolupráce s jinými MC - Více pronajímat prostory MC - Získání nových uživatelů MC - Více přednášek pro matky na MT - Zvýšená propagace MC	- Získání nových prostor (lépe dostupných a větších) - Nové aktivity k projektu Adopce na dálku

Silné stránky	Slabé stránky
- Velmi příjemné prostředí pro děti - Kvalitní vybavení - Kvalitní práce animátorky - Dobré hodnocení MC ze strany rodičů - Dětem se v MC líbí - Vzhled veřejných prostor - Personální zajištění - Každoroční pořádané akce s vysokou návštěvností - Stále nové aktivity jak pro matky, tak i děti	- Nízká prezentace - Nízká propagace, informovanost o MC - Umístění MC v 1. a 2. patře - Mezi programy se přemísťuje z patra do patra - Sezónní výkyvy návštěvnosti - Možnost nulové návštěvnosti

Příležitosti	Hrozby
- Více nabízet prostory MC k pronájmu - Bližší spolupráce s okolními MC - Využití volného času: přednášky, kulturní akce pro děti, výlety, ruční dílny pro matky - Více propracovat stávající program	- Snížení návštěvnosti - Snížení dotací na provoz - Možnost zrušení MC v rámci Charity pro nedostatečné poskytování sociálních služeb - Možnost náhlého odchodu pracovníka v určité sekci programu

Komentář ke SWOT analýze:

Silnou stránkou MC je kvalitní materiální vybavení, které tvoří pro děti i rodiče velmi příjemné prostředí. Další velice silnou stránkou je kvalitní pracovní výkon animátorky, a ostatních zaměstnanců. Animátorka i ostatní pracovníci mají vždy vytvořen kvalitní

program, přizpůsoben věku dětí. Aktivita jsou stále pozměňovány a na žádost rodičů, se některé i opakují. Následující dominantou jsou každoroční akce, pod záštitou mateřského centra, které jsou známé mezi místním obyvatelstvem, a vždy se účastní několik desítek dětí.

Velkým problémem mateřského centra je návštěvnost. Nejvíce dětí a rodičů na mateřské dovolené chodí na jaře a na podzim, naopak v zimě nebo v létě není výjimkou nulová návštěvnost. Jelikož v centru není nijak podmíněna účast, je toto dle mého názoru nejzávažnější problém. Dalším problémem je nízká propagace, informovanost i prezentace mateřského centra. Rodiče na mateřské dovolené ví, že ve městě je takové zařízení, ale z neznámého důvodu nevyužívají jeho služeb. Propagace ať už pomocí letáků nebo uvedení programu v Litovelských novinách je dostačující. Nejlepším způsobem jak zvýšit návštěvnost, je oslovit samotné maminky, které do centra už chodí, aby pozvaly i své přítelkyně s malými dětmi a referovaly, jak to v centru chodí. Dalším menším problémem je rozmístění heren v 1. a 2. patře. Například, když skončí program v druhém patře, děti s matkami se přesouvají do patra prvního, kde pokračuje tzv. „herna“. Toto přesouvání je velice neefektivní, protože když matka musí vzít dítě, jeho oblečení, boty a přesunout se o patro níž, není vždy tak jednoduché.

Zajímavá příležitost pro centrum je nabízení prostor k pronájmu. Stávající prostory se občas pronajímají, ale šlo by to i častěji. Z pronájmu by vzešel malý přivýdělek pro MC. Prostory by se mohly pronajímat i pro širokou veřejnost. Další příležitostí je lepší využití volného času. Ať už přednáškami nebo ručními dílnami pro matky. Tímto by se i více propracoval stávající program, který by mohl přilákat další návštěvníky do mateřského centra.

Největší z hrozeb pro centrum je zrušení mateřského centra v rámci Charity, jelikož poskytuje nedostatečné sociální služby. Tato hrozba je velice reálná, jelikož Charita ČR o tomto rozhodnutí uvažuje. Další velkou hrozbou je snížení návštěvnosti, a tím i snížení dotací na provoz, protože dotace se přidělují podle počtu zaregistrovaných členů. Každý rok se musí každý příchozí zaregistrovat do databáze, tato hrozba se tím sníží na minimum. Hrozbou je i náhlý odchod pracovníka, který vede určitou sekci programu, jelikož většinou ji vedou matky na mateřské dovolené. Zároveň se tento problém vyřeší tím, že matka si vezme pouze jeden den v týdnu, který jí nejvíce vyhovuje. A tak se matky mohou

vystřídat, například když onemocní animátorka. Matky jsou v téhle věci velice vstřícné, a když některý z pracovníků nemůže vést svůj program, tak ho zastoupí v daném programu, nebo udělá jiný program, a ten který měl být původně, je vynahrazen.²⁶

1.4.8. Finanční zajištění a náklady služby

MC je financováno z dotací, nadačních fondů, příspěvků od klientů, sponzorskými dary a ze sbírek. Podíl financování ze státního rozpočtu je cca 60%. Viz tabulka č. 1. Pro upřesnění finančního zajištění uvádím i tabulku nákladů. Viz tabulka č. 2.²⁷

Tabulka č. 1 – Finanční zajištění služby pro rok 2012.

Finanční zajištění služby pro rok 2012	Kč
Dotace MPSV	290 000
Dotace od Města Litovel	65 000
Nadační fondy	20 000
Příspěvky od klientů	84 200
Sbírky, sponzorské dary	25 000
CELKEM	484 200

Tabulka č. 2 – Náklady služby pro rok 2012.

Náklady služby pro rok 2012	Kč
potraviny	4 000
Kancelářské potřeby	12 000
Vybavení	10 000
Ostatní materiál	17 000
Cestovné, telefony, poštovné	16 200
Nájemné, energie	95 000
Kurzy, školení	7 000
Pořízení DNM	3 000
Ostatní služby	12 000
Hrubé mzdy	180 000
Dohody o provedení práce	65 000
Pojistné ke mzdám	63 000
CELKEM	484 200

1.4.9. Cílová skupina

Cílovou skupinou jsou rodiče na mateřské nebo rodičovské dovolené, kteří celodenně pečují o děti do 6 let a kteří jsou ohroženi sociálním vyloučením.²⁸ Nejvíce zastoupenou

²⁶ Soukromí archiv - portfolio volnočasových aktivit.

²⁷ Srov. *Souhrnný projekt Mateřského centra na období 2010-2012*. Vnitřní dokument Charity Šternberk.

skupinou dětí, které navštěvující centrum je ve věku od 1 do 3 let. Starší děti se účastní programu, který je určený pro vyspělejší děti nebo nepravidelných aktivit.

1.4.10. Vývojová psychologie – batolecí věk

V této podkapitole uvádím vývojovou psychologii batolat podle Marie Vágnerové, protože praktická část bakalářského projektu se zaměřuje na děti tohoto věku. Celá podkapitola je rozdělena do několika hlavních částí pro lepší orientaci.

Batolecí věk trvá od 1 do 3 let. Dochází k rozvoji kompetencí a osobnosti. Batole se stává samostatnějším, aktivním jednotlivcem, vědomým si své vlastní existence a svých možností. Dítě se stává samostatným, což je podmínkou pro další vývoj.²⁹

Vývoj a význam motorických dovedností

Pohybové aktivity jsou pro dítě zajímavé, proto dítě experimentuje s novými dovednostmi. Batole má schopnost ovládat svoje tělo, získává nové zkušenosti procvičováním a zdokonalováním se v motorických dovednostech.

Důležitým vývojovým mezníkem v batolecím věku je schopnost ovládat vyměšování. Pokud se to dítě naučí v přiměřeném věku, tato aktivita mu přináší uspokojení. Tato dovednost je spojena i s rizikem, že dítě je nevhodnými praktikami nuceno k předčasnému nácvičení, což často vede k problémům. Dítě si vytváří obranné mechanismy, které přetrvávají i do pozdějšího věku. Rozvoj samostatné lokomoce umožňuje pronikání do širšího prostředí. Dítě vyhledává co je pro něj zajímavé, manipuluje s čímkoliv, čeho se zmocní. Batole svým pohybem reguluje charakter podnětů, což je pro něho výhodné, protože ovlivňuje míru kontaktu s okolím. Dítě potřebuje předměty, které ho nepřesytí intenzitou a frekvencí, a nevyvolávají strach svou nejasností.

Vývoj motoriky souvisí s potřebou činnosti, která je uspokojována pohybem. Potřeba činnosti může být ovlivněna stavem dítěte. Útlum aktivity přichází, když je např. dítě nemocné a nic nedělá. Zmenšení potřeb aktivity má u dítěte vždycky význam, protože dítě ji ztrácí, pokud není v takovém stavu, aby pro něj měla nějaký smysl. Aktivity dítěte

²⁸Srov. *Souhrnný projekt Mateřského centra na období 2010-2012*. Vnitřní dokument Charity Šternberk.

²⁹Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I*.

omezují i dospělí, protože je dítě ruší. Reakce na omezení činnosti můžou být velmi bouřlivé. Objevují se záchvaty vzteku, nebo kompenzační chování s autostimulačním charakterem např. dumláni palce.³⁰

Vývoj poznávacích procesů

Projevuje se změnou přístupu a orientaci ke světu a změnou v jeho chápání. Dítě objevuje nové objekty, získává nové zkušenosti. Potřebuje se seznámit a poznat svět, ve kterém žije. Nové zkušenosti se světem uspokojují v dítěti pocit jistoty a bezpečí. Batole se učí rozumět okolí a chápat jeho řád. Při zjištění jaké výhody mají pravidla, dítě přestane lpět na stereotypch a rituálech.

Batole je schopno rozlišit symboly. Symbol – označování něčeho prostřednictvím něčeho jiného. Jsou to představy, obrázky, gesta a slova. Např. kámen se ve hře stává bonbónem. Dítě je schopno zapamatovat si a zpracovávat symboly a představy. Je to podmínkou pro vývoj řeči, protože dítě si musí zapamatovat různá slova pro různé významy.

Rozvoj paměťových schopností se projevuje lepším zpracováním a prodlužování délky uchování informace. Rozvoj paměti rozdělujeme:

- Pracovní paměť, která zahrnuje informace o aktuální situaci. Pokud se tyto informace nedostanou do centra pozornosti, ztrácí se během 15 – 30 vteřin.
- Implicitní paměť uchovává různé dovednosti. Děti si dovedou zapamatovat různé činnosti, které s odstupem několika dní dokážou popsat nebo je napodobit.
- Explicitní paměť umožňuje dítěti zapamatovat si různé objekty a události, které uchovává ve formě představ. Ve třech letech dokážou vyprávět pohádku, kterou několikrát slyšely.
- Deklarativní paměť a její epizodická forma je na začátku rozvoje. Pro batole je těžké vybavit si specifitější informace. Dítě zpracovává svoje zážitky obecně, podle naučeného scénáře. Také se vytváří málo trvalejších vzpomínek, které jsou často zkreslené, ale dítě si uchová specifickou osobní zkušenost.³¹

³⁰ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.

³¹ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.

Vývoj jazykových schopností a dovedností

Nástrojem sociální adaptace je jazyk. Aby jej dítě přijalo, potřebuje model, který by napodobovalo a osvojilo si stejný jazykový systém. Jazyk slouží jako prostředek k poznávání, získávání a zpracování informací. Slova mohou dítěti ve vědomí zastupovat skutečnosti, lépe než představy, obrázkové symboly, kterými získává odpoutání od reality. Musí se naučit rozlišovat významy slov a pochopit vztah znaku a označované skutečnosti. Na začátku vývoje řeči užívají děti mnohá slova nepřesně, protože neznají správný výraz, anebo naopak znají určité slovo, ale neznají jeho význam.

Nejsnáze děti pochopí slovo jako pojmenování nějakého objektu. Řeč se v tomto období velice rychle rozvíjí. K urychlení rozvoje slovní zásoby dochází mezi 18 – 24 měsícem, kdy se dětský slovník zdesetinásobí.³²

Emoční vývoj

Dítě během 2. a 3. roku života dokáže emočně reagovat na různé situace, ale i prožitky a potřeby jiných lidí. Každá emoce má svůj význam a slouží k rozvoji určité funkce. Některé pocity mají větší význam než jiné, protože mají vztah k důležitým vývojovým procesům. Citový prožitek upoutá a udrží pozornost. Zpracovává různé stavy odlišně a posiluje tendenci na ně specifickým způsobem reagovat.

V batolecím věku jsou pro děti typické emoční projevy. Batole dokáže reagovat silným afektem hněvu nebo vzteku. Projekcí aktuální frustrace, kterou pociťuje jako osobní újmu. Tyto prožitky prospívají porozumění sobě samému a posilují uvědomění vlastní odlišnosti, poznání jiných lidí, jejich názorů, postojů k chování dítěte. U batolat se také objevují pocity studu, při překročení některé z norem a pocity lítosti, smutku a napětí když se dítě snaží napravit situaci. Lze také pozorovat strach, který je spojen s typickými vývojovými změnami. Strach je často spojen s pocity nejistoty z nových a neznámých objektů, obavu z opuštění matkou, pokud má dítě takovou zkušenost. Batole prožívá pocit zahanbení, hrdosti a pýchy, můžeme se také setkat s projevy žárlivosti na jinou osobu, projevuje radost z kontaktu s lidmi, ale i soucit.³³

³² Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.

³³ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.

Socializace

Socializace probíhá v rámci rodinné skupiny, kde se rozvíjejí vztahy a kontakty s dalšími lidmi. Tito lidé mají určité sociální role, které jsou spojené s projevy chování jak ve vztahu k dítěti, tak i k ostatním členům. Poskytují dítěti diverzifikovanější zkušenost.

I dítě získává ve svém prostředí různé role. Roli, kterou získá, zobrazuje jeho hodnocení, ale i očekávání a požadavky od ostatních lidí.

Nezbytným předpokladem pro vstup do sociálního světa je odpoutání se od matky. Tento proces probíhá postupně. Dítě se pokouší odpoutat např. fyzických vzdalováním. Když pocítí, že ve svém osamostatňování zašlo příliš daleko, na úroveň, pro kterou není citově zralé, vrací se zpět k matce. Potřebuje se ujistit, že je matka stále s ním.

Role otce nemá ve vztahu k dítěti přesně vymezenou náplň. Otcové tráví se svými dětmi méně času než matky. Matka o své dítě pečuje a poskytuje mu pocit bezpečí a je vnímavější k jeho projevům. Naopak otcové svým dětem zprostředkují jiné zkušenosti, které přispívají k rozvoji jiných kompetencí. Přinášejí nové podněty a nápady, které oživují jejich denní stereotyp. Podporují rozvoj samostatnosti, kladou větší důraz na dodržování řádu a plnění požadavků více než matky. Pokud se otec o dítě zajímá a věnuje mu dostatek času, vytváří se mezi nimi podobná vazby jako v případě matky, protože batole je schopné citového připoutání k oběma rodičům.

Sourozenci mohou malému dítěti sloužit jako zdroj alternativní sociální zkušenosti. Tráví s nimi více času než s dospělými. Sourozenecké soužití umožňuje přenést sociální zkušenosti a dovednosti naučené ve vztahu s rodiči na vrstevníky a zkusit jejich účinnost v jiném kontextu. Nutí děti zvolit vhodnou strategii chování a přizpůsobit se postavení v možné skupině.³⁴

Vývoj dětské osobnosti

V batolecím období jsou dva mezníky, které signalizují dosažení žádoucího stupně rozvoje dětské osobnosti. Prvním je schopnost odpoutat se od matky, druhým mezníkem je uvědomění si vlastní osobnosti a jejích možností. Dítě má potřebu sebeprosazení.

³⁴ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.

Prosazuje sebe jako osobu, řešení vlastní situace, vlastního nápadu a uvolnění ze závislosti na jiných lidech.

Vývoj sebepojetí míří k potvrzení vlastní jedinečnosti, spojení s ostatními a mýt k těmto lidem podobnost a příslušnost. Sebeпоjetí se rozvíjí rozlišováním sama sebe od okolí, vztahů s jinými lidmi. Dítě o sobě postupně získává informace. Pro tento vývoj je typické:

- Vědomí sebe jako bytosti, která je oddělena od okolního světa.
- Vědomí, že naše bytí je trvalé.
- Vědomí její proměnlivosti v rámci souvislostí.³⁵

1.4.11. Výsledky dotazníkového průzkumu

Dotazník³⁶ jsem předložila rodičům, kteří navštěvují mateřské centrum. Touto cestou jsem chtěla zjistit, zda je mezi uživateli MC zájem účastnit se pobytového víkendu pro rodiče s dětmi. Tohoto průzkumu se účastnilo 27 respondentů. Otázky, na které dotazování odpovídali, byly rozděleny do dvou částí. První část se dotazovala na pohlaví, věk, nejvyšší dosažené vzdělání a počet dětí. Otázky v druhé části se zabývaly organizací víkendového pobytu pro rodiče s dětmi.

Výsledky prezentuji podle pořadí otázek v dotazníku. Hodnoty jsou uvedeny v procentech, které jsou zaokrouhleny na celá čísla, a proto se některý ze součtů nemusí být roven 100%. Vyhodnocení každé otázky má svoji strukturu. V úvodní části je dán stručný popis problematiky, u některých otázek i důvod jejich zařazení do dotazníku. Dále rozepsané výsledky jednotlivých variant odpovědí a zhodnocení výsledku. Každé vyhodnocení otázky je zakončeno grafem.

1.4.12. Orientace programu a jeho obsah.

1. – první otázka se ptala respondenta na pohlaví.

Tato otázka ukázala, že dotazníku se zúčastnily pouze ženy (27 žen, 100%). Dále už jen ženy. Proto tuto otázku nebudu dále rozebírat.

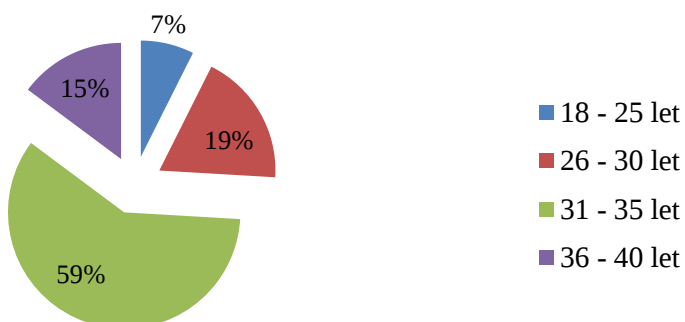
³⁵ Srov. VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie I.

³⁶ Dotazník viz. příloha č. 1.

2. – druhá otázka se zaměřovala na věk respondentů.

V této otázce jsem zjišťovala, věkové rozhraní rodičů, kteří navštěvují mateřské centrum. Největší počet žen ve věkové skupině 31 - 35 let (16 žen, 60 %), výrazně nižší byl počet ve skupině 26 -30 let (5 žen, 18%), 36 – 40 let (4 ženy, 15%) a 18 – 25 let (2 ženy, 7%).

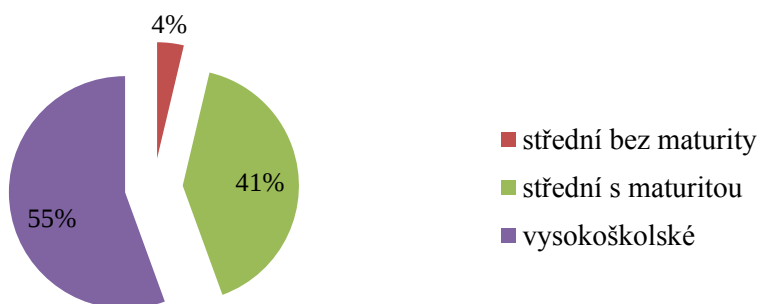
Graf 1: Věk respondentů



3. Nejvyšší dosažené vzdělání respondentů.

Nejvíce dotazovaných ukončilo vysokoškolské vzdělání, které je zastoupeno 15 respondenty (15 žen, 55%). Střední vzdělání s maturitou je zastoupeno menším počtem (11 žen, 41%) a střední vzdělání bez maturity měla jedna dotazovaná (4%). S dokončeným základním vzděláním se dotazníku nikdo nezúčastnil.

Graf 2: nejvyšší dosažené vzdělání respondentů

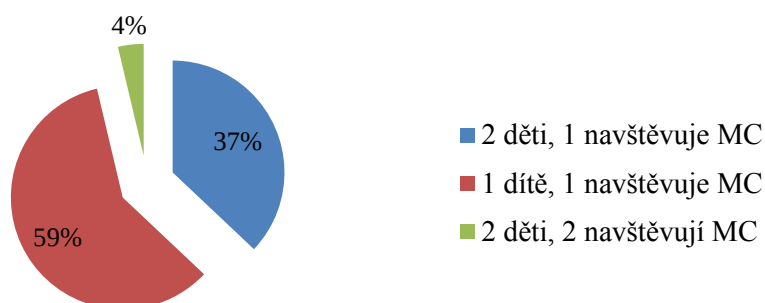


4. Kolik máte dětí a kolik navštěvuje MC Rybička?

V této otázce jsem zjišťovala, počet dětí respondentů, které navštěvují MC. Získané informace jsem podle výsledků rozdělila na tři skupiny. Nejčetnější skupinou byly dotazované s jedním dítětem, které navštěvuje centrum (16 žen, 59%). Druhou nejpočetnější skupinou byly respondentky, které mají dvě děti a jedno z nich navštěvuje

mateřské centrum (10 žen, 37%), poslední skupinou byly ženy, které mají dvě děti a obě navštěvují MC (1 žena, 4%).

Graf 3: Kolik máte dětí a kolik navštěvuje MC Rybička?



Otázky, které se zabývají organizací pobytového víkendu

Tyto otázky byly pro mě zásadní. Zjišťovala jsem, jak velký zájem bude o pobyt pro rodiče a jejich děti, kteří navštěvují mateřské centrum. Co má program obsahovat a na koho se má orientovat.

5. Měla byste zájem zúčastnit se pobytu (délky 2 – 3 dny), který by byl určený pro rodiče s dětmi?

V této otázce jsem zjišťovala, kolik rodičů by mělo zájem zúčastnit se pobytu (2-3dny). Přes 90% odpovědělo kladně (25 žen, 92%), zbylé dvě dotazované odpověděli záporně (2 ženy, 8%).

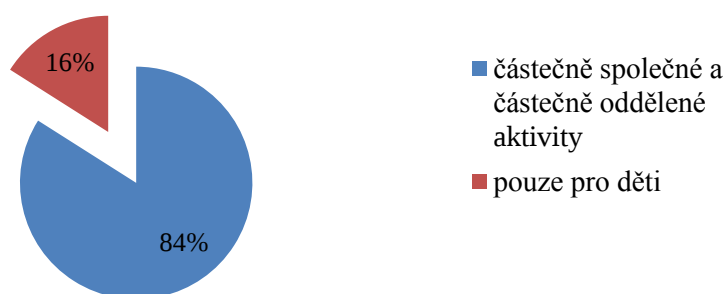
Graf 4: Měla byste zájem zúčastnit se pobytu (délky 2 – 3 dny), který by byl určený pro rodiče s dětmi?



6. Pokud byste se tohoto pobytu chtěla zúčastnit, na koho by měl být orientován?

V této otázce jsem zjišťovala, na koho má být program orientován, zda na rodiče nebo na děti. Z několika možností vybrali dotazovaní pouze dvě. Četnější skupina (21 žen, 84%) odpověděla, že program má být orientován částečně na společné a částečně na oddělené aktivity dětí a rodičů. Program pouze pro děti označilo výrazně méně respondentů (4 ženy, 16%).

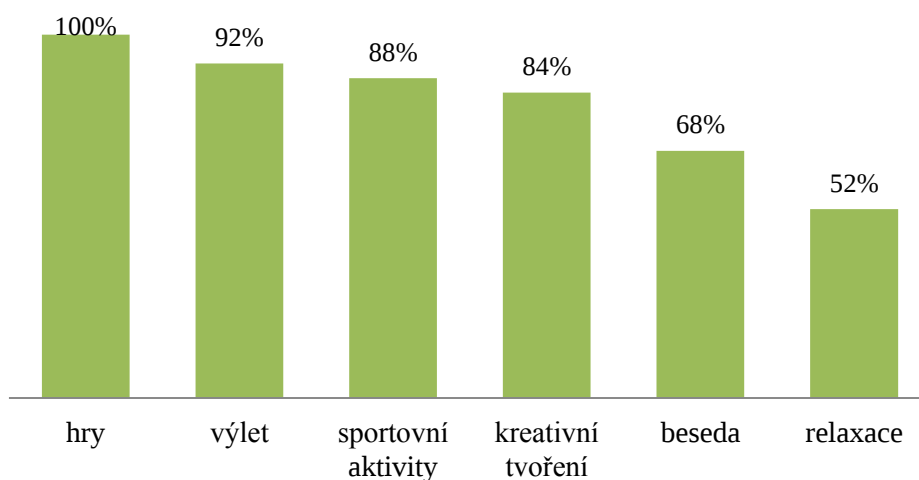
Graf 5: Pokud byste se tohoto pobytu chtěla zúčastnit, na koho by měl být orientován?



7. Co by měl podle Vás takový program obsahovat?

V této otázce měli respondenti možnost vybrat z několika možností. Dohromady se sešlo 121 odpovědí. Každý respondent souhlasil s možností her (25 žen, 100%). Další aktivity dosáhly méně procent. Výlet do okolí (23 žen, 92%), sportovní aktivity (22 žen, 88%), kreativní tvoření (21 žen, 84%), besedy (17 žen, 68%) a nejméně respondentů označilo relaxaci (13 žen, 52%).

Graf 6: Co by měl podle Vás takový program obsahovat?



2. OZDRAVNÝ POBYT PRO RODIČE S DĚTMI

Druhá a poslední kapitola je věnována návrhu projektu „Ozdravný pobyt pro rodiče s dětmi“ od 1 do 3 let. Vychází z výše uvedené SWOT analýzy a dotazníkového průzkumu. Počet možných zájemců z řad rodičů, kteří se svými dětmi navštěvují MC, byl přijatelný.

Druhá část je rozčleněna na cíl projektu, obsahuje i hlavní cíl celého pobytu, organizaci projektu, propagaci, místo konání, cílovou skupinu a počet účastníků, personální zajištění, financování, harmonogram a podrobně rozepsaný program na každý den pobytu.

2.1. Cíl projektu

Cílem tohoto projektu je navázat na tradici Ozdravných víkendů pro rodiče s dětmi, kteří navštěvují mateřské centrum. Tyto pobytové akce se uskutečňovaly před nástupem nynější animátorky. Dle dotazníkového šetření je zájem o tuto víkendovou akci ze strany rodičů.

Hlavním cílem je zdravý rozvoj osobnosti dítěte. Pro rodiče má preventivní charakter. Rodiče se pomocí ozdravného víkendu odpočinou od každodenních činností, které jim přináší celodenní péče o malé dítě a domácnost. Cílem je také podpořit rodiče, aby svým dětem vhodně vyplnily jejich volný čas.

2.2. Organizace Ozdravného pobytu

Projekt této pobytové akce byl vytvořen pro konkrétní organizaci – Mateřské centrum Rybička. Při organizaci budu spolupracovat s animátorkou a rodiči, kteří navštěvují nebo navštěvovaly toto centrum.

2.3. Propagace

Ozdravný pobyt se bude propagovat pomocí webových stránek MC Rybička a letáčků.³⁷ Letáčky budou k dostání v budově mateřského centra, v čekárnách u dětských pediatrů a na soukromých vývěškách podniků a organizací, které centrum podporují. Na letáčcích bude uveden stručný popis pobytu, kontaktní osoba a webové stránky, kde budou vyvěšeny podrobnější informace. Přihlášky budou k vyzvednutí u animátorky v mateřském centru, která zodpoví i případné dotazy rodičů.

³⁷ Letáček viz. příloha č. 2.

2.4. Místo konání

Pobyt se uskuteční na faře v Sobotíně, která splňuje všechny normy a předpisy pro konání víkendových akcí a táborů (zákon č. 258/2001 Sb. o ochraně veřejného zdraví a vyhlášky č. 106/2001 Sb. o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, č. 107/2001 o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných).

Obec Sobotín se nachází v olomouckém kraji nedaleko města Šumperk. Obec je obklopena pohořím Jeseníků a často vyhledávaná pro velkou nabídku rekreace i ubytování. Během roku se zde koná mnoho známých kulturních akcí pro tamní občany i širokou veřejnost.

2.5. Cílová skupina a počet účastníků

Ozdravný pobyt je zaměřen na děti do 1 do 3-4 let. Zúčastní se cca 10 rodičů s dětmi. Rodiče musí sebe i děti přihlásit pomocí přihlášky.³⁸ Touto formou animátorka získá potřebné informace o účastnících.

2.6. Personální zajištění

Program na Ozdravném pobytu povedou 2 animátorky, které mají i zdravotnický kurz a kuchařka, která má zdravotnický průkaz a zná stravování malých dětí. V průběhu víkendu pečují o své děti rodiče. V případě programu, který je určen pouze pro rodiče, jedna z animátorek hlídá děti a má pro ně přichystaný program.

2.7. Financování – tabulka

Tabulka č. 3. - Finanční návrh pro účastníky Ozdravného pobytu.

Položky	Placení v Kč pro rodiče	Placení v Kč pro dítě
Doprava	100	80
Ubytování	200	0
Strava	300	200
Drobné výdaje	50	50
Celkem:	650	330

Komentář: hromadná doprava z Litovle do Sobotína vyjde na cca 100 Kč pro dospělého a cca 80 Kč pro dítě. Ubytování za 2 noci účastníci zaplatí 200 Kč (dětí do 3 let zdarma). U dvou snídaní, dvou večeří, jednoho oběda a tří svačinek rodiče zaplatí 300 Kč a děti 200

³⁸ Přihláška viz. Příloha č. 3.

Kč za celý pobyt. V platbě jsou zahrnuty i drobné výdaje, které pokryjí výlet a přispějí na pomůcky, které poskytne mateřské centrum.

2.8. Harmonogram Ozdravného rodinného pobytu

Ozdravný pobyt se uskuteční na podzim roku 2012. Čas jednotlivých aktivit je pouze orientační, mohou se změnit dle uvážení organizátorů.

Tabulka č. 4. – Harmonogram.

Harmonogram		
Den	Čas	Aktivita
Pátek	17:30	Příjezd, ubytování
	18:30	Program pro rodiče s dětmi
	18:45	Večeře
	19:15	Uložení dětí ke spánku
	20:00	Program pro rodiče
	22:00	večerka
Sobota	7:00	Budíček, hygiena
	7:30	snídaně
	8:00	Program pro rodiče s dětmi
	9:30	Dopolední svačinka
	9:45	Program pro rodiče s dětmi
	10:45	Program pro rodiče s dětmi - procházka
	12:00	Oběd
	12:30	Odpolední klid
	14:30	Program pro rodiče s dětmi - výlet
	16:30	Svačinka + ovoce
	16:45	Program pro rodiče s dětmi
	18:20	Večeře
	18:40	Program pro děti
	19:20	Uložení dětí ke spánku
	20:00	Program pro rodiče
	22:00	Večerka
Neděle	7:00	Budíček
	7:30	Snídaně
	8:00	Program pro rodiče s dětmi
	9:30	Dopolední svačinka
	9:45	Program pro rodiče s dětmi - procházka
	10:45	Program pro rodiče s dětmi
	11:30	Oběd
	12:00	Polední klid dětí, rodiče uklidí faru
	14:00	Odjezd

2.9. Program pobytu

2.9.1. Pátek

Účastníci se na faru v Sobotíně dostanou společně autobusem. Cesta z Litovle trvá okolo jedné hodiny. Po příjezdu a ubytování, budou rodiče informováni o pravidlech společného pobytu a bude jim stručně charakterizován harmonogram. Poté v 18:30 začne první část programu, který je určen pro rodiče s dětmi. Tento program bude probíhat ve společenské místnosti a účastní se obě animátorky. Jedna z nich mluví k dětem skrze maňáška – Kašpárka. Náplň tohoto bloku jsou aktivity, které jsou zaměřené na rozvoj hrubé motoriky.

Chůze přes překážky

Cíl: podpora dítěte v bezpečné chůzi a rozvoj hrubé motoriky.

Věková skupina: 1- 3 roky

Motivace: děti se motivují pomocí maňáška – Kašpárka, který dětem zábavnou formou řekne, co mají dělat.

Pomůcky: dlouhé, nízké a úzké překážky (smotaný ručník, násada na koště, hadice od vysavače, aj.).

Čas: 10 minut

Průběh aktivity: z pomůcek vytvoříme dráhu, kterou musí dítě s pomocí rodiče co nejrychleji překonávat.³⁹

Jak umíš ... ?

Cíl: děti si protáhnou celé tělo, koncentrující se, rozvíjí se hrubá motorika, fantazie a řeč.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: Děti se motivují pomocí maňáška – Kašpárka, který dětem zábavnou formou řekne, co mají dělat.

Pomůcky: žádné

Čas: 10 minut

Průběh aktivity: postupně dětem pokládáme otázky např. „Jak umíš chodit dopředu?“ dítě předvede a pokládáme další podobné otázky, jako např. umíš chodit pozadu, do strany, poskakovat, válet sudy aj.⁴⁰

³⁹ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁴⁰ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

Po těchto aktivitách všichni společně povečeří v 19:15. Po večeři rodiče odejdou uspat své děti. V osm hodin večer začne program, který je určen pouze rodičům. Účastníci budou besedovat s psychologem na téma „Odměny a tresty v batolecím a předškolním věku“. Páteční program je zakončen večerkou ve 22 hodin.

2.9.2. Sobota

Program začíná v 7:00 budíčkem. Následuje ranní hygiena a společná snídaneň. Poté okolo osmé hodiny ranní začne program, který je určený pro rodiče s dětmi.

Ukazovací básničky

Cíl: rozvoj řeči a paměti.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáška, který jim řekne, co se bude dít.

Pomůcky: deky.

Čas: 15 minut.

Průběh aktivity: rodiče, někdy i děti říkají básničky a přitom ukazují její děj.

*„Pekař peče housky,
uždibuje kousky.
Pekařka mu pomáhá,
uždibují oba dva.“*

Dítě leží na zádech a ruce má podél těla, představuje rohlík. V první části básničky rodič dítě kutálí do boku sem a tam, ve druhé části matky naznačují uždibování těsta.

*„Hopsa hejsa, hopsa hejsa,
pojedeme do Brandejsa.
Hopsa hejsa hopsasá,
ať se (jméno dítěte) natřásá!“*

Dítě sedí na kolenou rodiče, který se pohupuje v rytmu básničky.

*„Zajíček ve své jamce
sedí sám.
Ubožáčku, co je ti,
že nemůžeš skákati?
Chutě skoč – a vyskoč.“*

Děti představují zajíčka – dřepí a rukama ukazují uši. Odřikávají básničku a na konci vyskočí.⁴¹

*„Když se já vytáhnou,
Až ke sluníčku dosáhnou.
Když já se skrčím,
Do výšky skočím.
Když já si lehnu, ani se nehnu.“*

Děti se vytahují, poté si dřepnou a vyskočí. Lehnou a stulí se do klubíčka.

*„Velké kolo uděláme,
Pěkně si v něm... „*

Např.: zatleskáme, zamáváme, zamrkáme, zadupeme, na zadeček naplácáme, aj.⁴²

Ryba z těstovin

Cíl: rozvíjíme jemnou motoriku dítěte.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který dětem ukáže hotový výrobek.

Pomůcky: modrý papír, lepidlo, těstovinová kolínka, pastelky.

Čas: 20 minut.

Průběh aktivity: dětem předložíme modrý papír, na který si pomocí rodiče nakreslí obrys ryby přes celou délku papíru. Poté se tělo ryby potře lepidlem a děti přikládají těstovinová

⁴¹ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁴² Soukromý archiv – portfolio volnočasových aktivit.

kolínka tak, aby tvořily strukturu šupin. Poté dokreslí oko a ploutve. Obrázek necháme zaschnout.

Čáp ztratil čepičku – s barevnými míčky

Cíl: děti si procvičí nebo se „naučí“ základní barvy.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který dětem předvede, co budou dělat a celou aktivitou je bude provázet.

Pomůcky: barevné míčky a koš, kam budou míčky sbírat.

Čas: 10 minut.

Průběh aktivity: po místnosti se rozsypou míčky nejrozličnějších barev a maňásek řekne dětem: čáp ztratil čepičku, měla barvu barvičku zelenou, jako travička. Vždy dětem ještě ukážeme míček té barvy, kterou chceme, aby sbíraly. Děti sbírají zelené míčky a dávají je do koše. Hra končí posbíráním všech míčků.⁴³

Maňáskové divadlo – O perníkové chaloupce

Cíl: rozvíjí se soustředění a myšlení.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: maňásek uvede dětem pohádku o Perníkové chaloupce.

Pomůcky: „divadelní scéna“, maňásci, text pohádky, obrázky místo kulis.

Čas: 20 minut.

Průběh aktivity: děti se posadí na židličky, deku před „divadelní scénu“ a začneme hrát pohádku pomocí maňásků.⁴⁴

Od hlavy až k patě

Cíl: dítě rozvíjí hrubou motoriku a poznává části svého těla.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: barevné nálepky.

Čas: 10 minut.

⁴³ Soukromý archiv autorky – portfolio volnočasových aktivit.

⁴⁴ Soukromý archiv autorky – portfolio volnočasových aktivit.

Průběh aktivity: matka na své tělo i na tělo dítěte umístí barevné nálepky. Nalepí je na nos, čelo, uši, oči, ramena, kolena a kotníky. Poté se všichni postaví a společně zpívají píseň a ukazují na příslušné části těla.

„Hlava, ramena, kotníky a kolena.

Hlava, ramena, kotníky a kolena.

Hlava, ramena, kotníky a kolena.

Oči uši, pusa a nos.

Oči, uši, pusa a nos.“⁴⁵

Po bloku aktivit v 9:30 se matky s dětmi připraví na dopolední svačinku. Po svačince si děti chvíli odpočinou cca 10 minut a začne další blok činností, který končí v 10:45.

Zpívání a hraní na jednoduché hubení nástroje

Cíl: u dětí se rozvíjí sluchová paměť, rytmus a cit.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivuje maňásek, který bude s dětmi zpívat.

Pomůcky: texty písní pro děti, jednoduché hudební nástroje (dřívka, tamburína, bubínek, triangel, aj.), deky.

Čas: 15 minut.

Průběh aktivity: děti a rodiče se posadí na zem. Vždy vyberou jednu ze známých dětských písniček a ta se poté zazpívá. Děti ji doprovází na hudební nástroje. Příklady písní: Kalamajka mik mik mik, Prší prší, Travička zelená, apod.⁴⁶

Zvířecí chůze

Cíl: poznávání různých druhů zvířat, rozvíjení hrubé motoriky.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: obrázky zvířat (slon, kačena, kočka, pavouk, rak, aj.).

Čas: 10-15 minut.

⁴⁵Srov. WARNER, Penny. *160 her a cvičení pro první tři roky života dítěte.*

⁴⁶Soukromý archiv autorky – portfolio volnočasových aktivit.

Průběh aktivity: ukážeme dítěti obrázek zvířete. Nejprve řekneme, jak se zvíře jmenuje a poté předvedeme, jakým způsobem se pohybuje. Děti nás napodobují.⁴⁷

Po tomto bloku her se děti i rodiče převléknou a všichni se společně vydají na procházku po obci Sobotín. Můžou navštívit dětské hřiště, zámecký park se zámečkem nebo hrobku Kleinů. Před polednem se navrátí na faru a bude následovat oběd v 12:00. Po obědě následuje odpolední klid, který trvá do půl třetí. Poté se všichni vydají na výlet na nedalekou farmu koní. Děti i rodiče budou mít možnost lépe se seznámit s chovem koní, pohladit si je, nakrmit. Tento výlet trvá okolo 2 hodin. Po návratu na faru děti se děti nasvačí, chvíli si odpočinou a poté bude pokračovat další blok aktivit v 16:45, které budou určeny pro rodiče s dětmi.

Opičí dráha

Cíl: procvičení pohybové aktivity.

Věková skupina: 2-4 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který celou trasu opičí dráhy projde a ukáže dětem, co mají dělat.

Čas: 25 minut.

Pomůcky: tunel pro děti, plastové schůdky, gymnastické obruče, deky.

Průběh aktivity: poskládáme pomůcky za sebe. Dítě s pomocí rodiče přeskáče po plastových schůdkách, proleze tunelem. Na zemi máme dvě řady gymnastických obručí a dítě musí pravou nohou do pravých obručí a levou nohou do levých obručí. Poté následuje rozložená deka, kde dítě začne válet sudy. Poslední překážku tvoří smotaná deka, kterou děti přejdou. Opičí dráhu si děti projdou několikrát.⁴⁸

Trakař

Cíl: rozvíjí fantazii, posiluje svalstvo a rovnováhu.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: žádné.

⁴⁷ Srov. Pojďte si hrát! [online]. 1999 [2012-3-12]. Dostupné z WWW <<http://www.babyweb.cz/Clanky/a3104-Pojdte-si-hrat-aneb-Hry-pro-nejmensi.aspx>>.

⁴⁸ Soukromí archiv autorky – portfolio volnočasových aktivit.

Čas: 5 minut.

Průběh aktivity: dítě si lehne na bříško. Rodič naloží listí, uchopí dítě za lýtka nebo stehna a zvedne „držadla trakaře“. Dítě se na rukou zvedne a rozjede se ke „kompostu“, kde vyloží listí a pojede zpátky.⁴⁹

Turecký sed

Cíl: rozvíjí udržení rovnováhy.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: dítě motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: deky.

Čas: 5 minut.

Průběh aktivity: dítě posadíme na deku vedle rodiče. Rodič si sedne do tureckého sedu a dítě ho napodobí. Ze začátku se to nemusí podařit. Poté začneme mávat rukama jako motýlci, kolébáme se jako loď v bouři aj.⁵⁰

Motám, motám, motám

Cíl: zlepšení obratnosti.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: dítě motivujeme pomocí maňáska, který tuto aktivitu předvede.

Pomůcky: deky, provázek nebo stuhu, papírové role od kuchyňských utěrek, malou plyšovou hračku.

Čas: 10 minut.

Průběh aktivity: na papírovou roli připevníme provázek nebo stuhu a na druhý konec přivážeme plyšovou hračku. Poté dítě posadíme, uchopí roli oběma rukama a začne navíjet provázek, až dojde k plyšové hračce.⁵¹

Foukátka

Cíl: procvičování dýchání a činnost se rty jako správný nácvik mluvidel a řeči.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který jim tuto aktivitu předvede.

⁴⁹ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁵⁰ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁵¹ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

Pomůcky: různé předměty, které se pohybují ve vzduchu např.: listy ze stromů, malé papírové krabičky, apod., provázek.

Čas: 10 minut.

Průběh aktivity: děti s rodiči foukají do zavěšené ho předmětu. Rodiče při foukání přehnaně nafukují tváře, koulí očima a dělají všemožné komické grimasy.⁵²

Žabina

Cíl: u dětí rozvíjíme tvořivost pomocí komických zvuků.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: deky.

Čas: 5-10 minut.

Průběh aktivity: rodiče nafouknou tváře. Dítě ví, jak ji má vyfouknout. Dítě stlačí matčiny tváře =vyloudí velice legrační zvuk. „Žabizna“ se rozzlobí, kdo vyfoukl její tváře. Vyhrne dítěti tričko a na břicho zlehka vyfouknou zvuk, který dítě pobaví a pošimrá.⁵³

Pravidelná letecká linka

Cíl: dítě vnímá vlastní tělo a rovnováhu.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí medvídka, se kterým tuto aktivitu předvedeme.

Pomůcky: deky.

Čas: 5 minut.

Průběh aktivity: rodiče si lehnou na zem s lehce ohnutýma nohama a dítě si položí na lýtka tak, aby se chodidla dítěte dotýkala země. Dítě rodiče uchytí pažemi a začnou se pomalu pohybovat dozadu, čímž se dítě bude zvedat ze země. Vždy se potom vrátí do výchozí pozice. Brzy začne dítě pomáhat tím, že se začne odrážet nohama od země.⁵⁴

Dělejte to podle mě

Cíl: rozvoj hrubé motoriky.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který je bude doprovázet celou aktivitou.

⁵² Srov. HAŠPACHOVÁ, Jana. *Veselé hry s malými dětmi*.

⁵³ Srov. HAŠPACHOVÁ, Jana. *Veselé hry s malými dětmi*.

⁵⁴ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

Pomůcky: žádné.

Čas: 10-15 minut.

Průběh aktivity: pohybujeme se z jednoho konce místnosti na druhý, vždy nějakým jiným způsobem. Např. dlouhými kroky, chůzí po špičkách, po patách, pozadu, dupání, aj.⁵⁵

Po tomto bloku činností v 18:20 se společně všichni navečeří. Večeře je dříve, protože následuje relaxace pro děti, která je určena před spaním.

Unavený medvídek

Cíl: psychofyzické uvolnění a dětí, rozvíjení představivosti a láskyplného vztahu.

Věková skupina: 1-3 roky

Motivace: děti motivujeme pomocí plyšového medvídka, který je provádí celou aktivitou.

Pomůcky: hudba – C. Debussy: Dětský koutek – Sníh tančí, deky.

Čas: 30 minut.

Průběh aktivity: dětem se vypráví příběh o medvídkovi. Děti tohoto medvídka napodobují. „Byl jednou jeden medvídek a ten se večer vrátil domů do své jeskyně. Medvídek byl spokojený a taky pěkně unavený za celý den, a proto si lehl na záda a zatřepal jednou tlapičkou. Ta byla těžká, že ji nechal spadnout na deku, takhle: BUM. Udělejte to děti také jako ten medvídek. A potom udělal to samé i druhou tlapičkou: zatřepal s ní, byla těžká a BUM! Nechal ji spadnout na deku. Ležel a při tom cítil, jak je unavený a ospalý. Přední i zadní tlapky měl těžké i hlavu a zadeček.

Medvídek volně a zhluboka dýchal. Pomalu si uvolnil hlavičku, ouška, nosánek, pusku. A už se mu začínaly klížit a zavírat oči, nebránil se tomu, zavřel je a zdálo se mu, že ho máma hladí a zlehounka ho kolíbá. Zhluboka a volně dýchal, bylo mu hezky a chtělo se mu spát“.⁵⁶

Po relaxační aktivitě rodiče uloží své děti ke spánku. Ve 20:00 začne program, který je určen pouze pro rodiče. Tento program trvá okolo jedné hodiny. Poté následuje večerka v 22:00.

⁵⁵ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁵⁶ Srov. ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*.

Náhrdelník a náušnice z korálek

Cíl: rodiče si vyzkouší novou techniku jak si pro sebe nebo své blízké něco pěkného vyrobit.

Věková skupina: 18 až 60.

Motivace: rodiče motivuje tím, že si vyrobí něco pro radost.

Pomůcky: nylonová lanka, zamačkávací rokajl, zapínání, nejružnější korálky, kaloty, kleště, afro háčky.

Čas: 1 hodina

Průběh aktivity: rodičům nejprve popíšeme všechny pomůcky, aby věděli, co se s nimi má dělat. Nejprve si uděláme náhrdelník. Každý si ucvakne nylonové lanko nebo dvě, podle potřeby. Poté navléká korálky a na konce zacvakneme zamačkávací rokajl, aby korálek držel na jednom místě. Když máme přidělány všechny korálky tam, kam chceme. Na konce lanek navlékneme kalotu a pak zamačkávací rokajl. Rokajl zamáčkneme na konci lanka nebo lanek a schováme ho do kaloty, kterou přes něj „přetáhneme“. Totéž uděláme i na druhé straně. Na kaloty přiděláme zapínání.⁵⁷

Náušnice si vyrobíme velmi podobně. Ucvakneme si tři nylonová lanka, která navlékneme na zamačkávací rokajl. Z druhé strany navlékneme a zamáčkneme kalotu. Tímto se nám vytvoří základ pro náušnici. Na každé lanko navlékáme korálky dle svého uvážení a konec zajistíme zamačkávacím rokajlem. Po dokončení připevníme do kalot afroháčky.⁵⁸

2.9.3. Neděle

V 7 hodin je budíček, poté ranní hygiena a společná snídane. Po snídani v 8:00 začíná program pro rodiče s dětmi.

Ukazovací říkanky

Cíl: rozvoj řeči a paměti.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňásky, který jim řekne, co se bude dít.

Pomůcky: deky.

⁵⁷ Srov. Korálky [online]. 2006 – 2008 [cit. 2012-3-12]. Dostupné z WWW <<http://koralky.stoklasa.cz/lanko-ze-smesi-koralku>>.

⁵⁸ Srov. Korálky [online]. 2006 – 2008 [cit. 2012-3-12]. Dostupné z WWW <<http://koralky.stoklasa.cz/nausnice-s-hematitem>>.

Čas: 15 minut.

Průběh aktivity: matky, někdy i děti říkají básničky a přitom ukazují její děj.

*„Eskymáci, to jsou máci,
ti, když nemají žádnou práci,
Sundají si holínky, dávají si pusinky.
Pak zapřáhnou sobíka,
co moc rychle utíká
a vozí se jako páni,
po té zasněžené pláni.“*

Kolébání se do stran, ruce v upažení a ukazují, jak si nasazují holínky. Potom dá mamce pusku a vyleze jí na záda a utíkají dokolečka.

*„Zajíček
jednou, dvakrát dupne,
do své jamky hupne.
A co ve své jamce?
Přitulí se k mamce.“*

Dítě má vedle sebe gymnastickou obruč. 2x dupne vedle obruče a poté skočí do kruhu a přitulí se k rodiči.⁵⁹

*„Vařila myšička kašičku
na zeleném rendlíčku.
Tomu dala, tomu nic,
tomu málo, tomu víc.
A ten maličký
Šup do komůrečky na homůlečky
A tam se napapal.“*

⁵⁹ Soukromý archiv autorky – portfolio volnočasových aktivit.

Při této říkance si rodiče s dětmi hrají s prsty. Nejprve jemně šimrají dítě na dlani a pak se přejde k jednotlivým prstům a každý představuje jednu myšku. Nakonec prsty rodiče přeběhnout dítěti po ruce a polechtají ho.

*„Takhle jedou páni,
takhle jedou dámy,
takhle jedou husa-husa-husaři.*

*Takhle jedou páni,
takhle jedou dámy,
takhle jedou sedláci
unavení po práci.“*

Dítě sedí na klíně rodiče. Rodič se pohupuje do rytmu říkanky.⁶⁰

*„Naše kočka strakatá,
Ta má hezká kořata.
Ráno vstanou z pelíšku,
Protáhnout se trošičku.
Kočka s nimi přecvičí
Všechny cviky kočičí.
V zahradě pak pod jabloní
Za ocáskem se tam honí.
Kdopak by to jenom řek,
Rychlejší je ocásek!“*

Děti si kleknou na všechny čtyři, kýve hlavou a neprohýbají záda. Z této pozice děti propnou kolena a ruce. Poté si děti opět kleknou na všechny čtyři, kývají hlavou a časnou chodit dokola.⁶¹

Sklizeň jablek

Cíl: děti si procvičí házení na cíl.

⁶⁰ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi.*

⁶¹ Srov. UHROVÁ, Radomíra. *Cvičení dětí s rodiči.*

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který činnost názorně ukáže.

Pomůcky: koš, barevné míčky.

Čas: 10 minut.

Průběh aktivity: koš s míčky postavíme doprostřed místnosti. Míčky postupně vyhazujeme se slovy: „Rychle je sbírej, koš nesmí být nikdy úplně prázdný!“⁶²

Vyprávění pohádky O Červené karkulce

Cíl: děti musí soustředit svou pozornost a prohlubovat své soustředění nad danou pohádkou. Dále si také pohádku zopakuje nebo se naučí novou.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska, který pohádku uvede.

Pomůcky: „divadelní scéna“, maňásci, kulisy – obrázky z pohádky.

Čas: 15 minut.

Průběh aktivity: děti se posadí na židličky před divadelní scénu a začne se hrát pomocí maňásků pohádka o Červené karkulce.⁶³

Razítka

Cíl: rozvíjení jemné motoriky a obratnosti.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivuje maňáskem, který aktivitu názorně ukáže.

Pomůcky: korkové zátky, barvy, víčka od zavařenin, tvrdé papíry.

Čas: 15-20 minut.

Průběh aktivity: do víček od zavařenin nalijeme trochu barvy. Každá barva bude mít svůj korek. Dítě namáčí korky do barev a ty pak otiskuje na papír. Děti starší dvou let na papíře vytvoří barevné cesty.⁶⁴

Po tomto bloku aktivit 9:30 se děti nasvačí. Po dopolední svačince se všichni vydají na procházku, kde cestou navštíví dětské hřiště a park. Děti si nasbírají suché listí, které se jim bude líbit. Listí použijí při výtvarné aktivitě v dalším bloku činností. Očekávaný návrat

⁶² Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁶³ Soukromý archiv autorky – portfolio volnočasových aktivit.

⁶⁴ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

z procházky je v 10:45. Poté si děti chvíli odpočinout a bude následovat další blok aktivit pro rodiče s dětmi.

Váza s listím

Cíl: rozvíjení jemné motoriky, fantazie.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí Maňáska.

Pomůcky: listí, papír, pastelky, lepidlo.

Čas: 15 minut.

Průběh aktivity: dětem dáme papír, na který nakreslí s pomocí rodičů vázu. Poté vezmou listy a přilepí je do vázy, stopkami dolů.

Podívej se, co umím!

Cíl: porozumění řeči a rozšíření slovní zásoby.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme maňáskem, který děti vede po celou dobu aktivity.

Pomůcky: žádné.

Čas: 10 minut.

Průběh aktivity: dětem říkáme verše ve stejném rytmu. Např.: „Podívej se, co umím, tlesknu, tlesknu. Dítě po nás opakuje. Další varianty: poskakování, klepání, vaření, umývání, tancování, apod.⁶⁵

Jízda v kočáře

Cíl: rozvoj hrubé motoriky a reflexů.

Věková skupina: 1,5-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: gymnastické obruče.

Čas: 10 minut.

Průběh aktivity: rodič nastoupí jako kůň do obruče a zvedne ji. Dítě, jako kočí stojí za rodičem a drží se obruče. Kůň udává rychlost i směr a kočí ho následuje. Po chvíli si vymění role.⁶⁶

⁶⁵ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

⁶⁶ Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

Věž z palců

Její účel: rozvíjí obratnost.

Věková skupina: 1-3 roky.

Motivace: děti motivujeme pomocí maňáska.

Pomůcky: deky.

Čas: 5 minut.

Průběh aktivity: rodiče se s dětmi posadí na zem. Rodič jako první položí pěst na zem a palec natáhne nahoru. Dítě chytne palec rodiče do dlaně a také natáhne palec nahoru. Takto se celá aktivita opakuje. Do aktivity se může zapojit více dětí. Věž se může kymácet doprava a doleva.⁶⁷

Po posledním bloku aktivit je oběd v 11:30. Po obědě následuje polední klid. Rodiče uloží své děti ke spánku. Když děti spí, rodiče postupně začnou uklízet objekt fary. Po probuzení dětí si rodiče sbalí osobní věci. Odjezd ze Sobotína je naplánován na 14:00.

2.10. Závěr pobytu

Ozdravný pobyt, kterému se věnuje druhá část bakalářského projektu, by měl pomoci zvýšit návštěvnost dětí a rodičů v mateřském centru, čímž by se odstranila slabá stránka a hrozba ve SWOT analýze. Tento pobyt vznikl na základě navázání na tradici pobytových akcí, která před několika roky zanikla a také zájmu rodičů o nové aktivity v MC. Zájem rodičů byl potvrzen v dotazníkovém průzkumu, který je uveden výše.

Pobyt, který je určen pro uživatele mateřského centra je uskutečnitelný, a může se konat i několikrát za rok v případě dostatečného zájmu ze strany rodičů.

⁶⁷Srov. PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*.

Závěr

Bakalářský projekt je zaměřen na Mateřské centrum Rybička při Charitě Šternberk a ozdravný pobytový víkend pro rodiče s dětmi, kteří toto centrum navštěvují. Projekt ozdravného pobytu vznikl na základě dotazníkového průzkumu uživatelů MC.

Cílem tohoto projektu je realizace pobytové akce pro rodiče s malými dětmi, která vhodně vyplní jejich volný čas. Rodičům nabízí odpočinek od každodenních stereotypů a sociální izolovanosti, která vzniká z celodenní péče o malé dítě. Dětem poskytne zdravé prostředí pohoří Jeseníků, kolektiv vrstevníků a činnosti, které podporují osobní rozvoj.

Tento bakalářský projekt je rozdělen na dvě části. První část jsme věnovali stručné charakteristice obdobných zařízení v regionu a popisu Charity Šternberk a jejich služeb. Služba pro rodiny s malými dětmi – mateřské centrum je rozepsaná podrobně. Také je tu shrnutá vývojová psychologie batolat a výsledky dotazníkové šetření, které proběhlo v mateřském centru.

Druhá část obsahuje podrobné popsání projektu Ozdravného víkendového pobytu pro rodiče s dětmi od 1 do 3 let. Cíl, organizaci a jeho propagaci. Informace o místě konání, cílové skupině účastníků. Dále pak personální zajištění a financování, které je pro přehlednost uvedeno i v tabulce. Harmonogram a podrobný program víkendu zakončují celý projekt. Tato praktická část vychází z dotazníkového průzkumu a SWOT analýzy, ze které tento projekt vznikl.

Literatura a prameny

HAŠPACHOVÁ, Jana. *Veselé hry s malými dětmi*. Vyd. 2. Praha : Portál, 2008. 164 s. ISBN 978-80-7367-402-1.

CHARITA ŠTERNBERK. *Výroční zpráva 2010*. 28 s.

CHARITA ŠTERNBERK. *Výroční zpráva 2011*. 44 s.

Mateřské centrum – obsah projektu. Vnitřní dokument Charity Šternberk. 3 s.

PULKKINEN, Anne. *Pohybové hry a cvičení s dětmi*. 1. Vyd. Praha : Grada, 2010. 127 s. ISBN 978-80-247-3482-8.

Sít' mateřských center v České republice : ohlédnutí za uplynulých 10 let. Praha : Sít' mateřských center v ČR, 2003. 35 s.

Souhrnný projekt Mateřského centra na období 2010-2012. Vnitřní dokument Charity Šternberk. 4 s.

Strategický plán rozvoje Mateřského centra v Litovli na období 2009-2012. Vnitřní dokument Charity Šternberk. 5 s.

ŠIMANOVSKÝ, Zdeněk. *Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi*. Vyd. 1. Praha : Portál, 1998. 246 s. ISBN 80-7178-264-5.

UHROVÁ, Radomíra. *Cvičení dětí s rodiči*. Vyd. 1. Praha : Grada, 2010. 112 s. ISBN 978-80-247-3446-0.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I*. Vyd. 1. Praha : Karolinum, 2005. 353 s. ISBN 80-7184-317-2.

WARNER, Penny. *160 her a cvičení pro první tři roky života dítěte*. Vyd. 1. Praha : Portál, 2004. 158 s. ISBN 80-7178-903-8.

Elektronické zdroje

Centrum pro volný čas Dřeváček [online]. 1999 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW<<http://cvc-drevacek.cz/tl/Uvod.htm>>.

DDM Vila Doris [online]. 24. 1. 2012 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.doris.cz/>>.

Charita Šternberk [online]. 2011 [2011-11-12]. Dostupné z WWW <<http://www.sternberk.caritas.cz/>>.

Korálky [online]. 2006 – 2008 [cit. 2012-3-12]. Dostupné z WWW <<http://koralky.stoklasa.cz/>>.

Mateřské centrum Krteček [online]. 1999 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.krtecekjesenik.cz/>>.

Mateřské centrum Žirafa Šternberk [online]. 2012 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mczirafa.estranky.cz/>>.

MC Cipísek [online]. 2012 [cit. 2012-03-13]. Dostupné z WWW <<http://www.proprostejov.eu/mcprostejov/>>.

Pohádka o. s. [online]. 2012 [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mcpohadka.estranky.cz/>>.

Pojďte si hrát! [online]. 1999 [2012-3-12]. Dostupné z WWW <<http://www.babyweb.cz/>>.

Rodinné centrum Heřmánek [online]. 2006 – 2012 [cit. 2011-08-11]. Dostupné z WWW <<http://www.rc-hermanek.cz/>>.

Rodinné centrum Vikýrek [online]. [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW <<http://www.mcvikyrek.mistecko.cz/>>.

Rybicka.cz [online]. 2011 [cit. 12-3-2012]. Dostupné z WWW <
<http://www.mcrybicka.cz//>>.

Srdíčko mateřské centrum [online]. [cit. 2011-08-25]. Dostupné z WWW
<<http://www.mcsrdicko.eu/>>.

Seznam příloh:

Příloha č. 1: Dotazník

Příloha č. 2: Letáček

Příloha č. 3: Přihláška

Příloha č. 2: Dotazník

Dobrý den,

jsem studentkou třetího ročníku sociální pedagogiky a dovoluji si Vám předložit tento dotazník. Chtěla bych Vás poprosit o jeho vyplnění, které mi usnadní vypracování bakalářské projektu. Dotazník je anonymní, proto se nepodepisujte. Vždy označte pouze jednu odpověď, pokud není uvedeno jinak. (podtrhněte nebo zakroužkujte).

Předem děkuji Magdalena Navrátilová.

1) Jste:

- a) Muž
- b) Žena

2) Kolik Vám je let? (prosím vypište)

.....

3) Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- a) Základní
- b) Střední bez maturity
- c) Střední s maturitou
- d) Vysokoškolské

4) Kolik máte dětí a s kolika navštěvujete MC Rybička? (prosím vypište).

Příklad: mám 3 děti, 1 navštěvuje MC

.....

.....

5) Měla byste zájem zúčastnit se pobytu (délky 2-3 dny), který by byl určený pro rodiče s dětmi?

- a) Ano
- b) Ne

6) Pokud byste se tohoto pobytu chtěla zúčastnit, na koho by měl být program orientován?

- a) Pouze pro děti
- b) Pouze pro rodiče (zajištěné hlídání dětí)
- c) Částečně oddělené a částečně společné aktivity
- d) Tato skutečnost je pro mě nepodstatná

7) Co by měl podle Vás takový program obsahovat? (zde můžete označit více možností)

- a) Besedy na téma (zdravá výživa u dětí, pravidelné stravování, výchova, logopedie)
- b) Kreativní tvoření
- c) Hry
- d) Relaxace (arteterapie, muzikoterapie,...)
- e) Výlety do okolí
- f) Sportovní aktivity (př. plavání pro rodiče s dětmi)
- g) Jiné (napíšte jaké) _____

MC Rybička pořádá



OZDRAVNÝ POBYT



pro rodiče s dětmi od 1 do 3 let

- ❖ Kde: SOBOTÍN
- ❖ Kdy: podzim 2012
- ❖ Ubytování: fara v Sobotíně
- ❖ Kapacita: 30 postelí
- ❖ Cena: 550 Kč
(dospělá osoba + dítě/děti)
- ❖ Cesta: hromadně autobusem

Výlet
Odpočinek
Prostředí Jeseníků
Hry a tvoření
Procházky
Beseda

Bližší informace na www.mcrybicka.cz, přihlášky k vyzvednutí v prostorách MC Rybička.

Příloha č. 3: Přihláška

Mateřské centrum Rybička pořádá

OZDRAVNÝ POBYT

pro rodiče s dětmi od 1 do 3 let

Milý rodiče,

dostává se Vám do rukou přihláška na Ozdravný pobyt pro rodiče s dětmi, který je určen od 1 do 3 let. Prosím Vás o včasné vyplnění přihlášky a její odevzdání do konce srpna do rukou animátorky v MC Rybička.

.....**Zde prosím odstříhněte a odevzdejte do konce srpna**.....

PŘIHLÁŠKA NA OZDRAVNÝ POBYT v Sobotíně

Jméno a příjmení rodiče:.....

Bydliště:.....Počet zúčastněných dětí:.....

Kontakt (telefon, e-mail):.....

.....

Podpis