

# PLÁN VÝCHOVY A PÉČE

DĚTSKÉ SKUPINY PASTELKOVÁ

## JEZÍRKO

Motto:

*„Když se děti hýbou, lépe se učí i vnímají svět.“*

### Obsah

1. ÚVOD	2
2. IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE DĚTSKÉ SKUPINY	2
3. CHARAKTERISTIKA VÝCHOVNÉHO PLÁNU	3
4. ADAPTACE	3
5. OBSAH VÝCHOVNÝCH ČINNOSTÍ	4
Vztah: „JÁ“	4
Vztah: „TY“	5
Vztah: „SVĚT“	7
6. HODNOCENÍ DĚTÍ	8

Datum účinnosti Plánu výchovy a péče: 1. 5. 2026

Vydal: Helpstep Group z.s.

Dne: 10. 4. 2026

Počet příloh: 1

## 1. ÚVOD

Tento dokument vymezuje charakter poskytované péče o děti a stanovuje cíle jejich výchovy v níže popsané dětské skupině. Dětská skupina Jezírko (dále jen DS) vznikla jako čtvrtá třída soukromého předškolního zařízení Pastelková, které působí v Plzni od roku 2015. Provozovatelem těchto Dětských skupin Pastelková jsou spolky Helpstep a Helpstep Group.

Naším cílem je nabídnout dětem bezpečné, podnětné a přátelské prostředí, kde se mohou cítit dobře a přirozeně se rozvíjet. Rodičům chceme být spolehlivým partnerem, kterému mohou své dítě svěřit s důvěrou a místem, kde mohou děti zůstat a růst po celou dobu své předškolní docházky.

## 2. IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE DĚTSKÉ SKUPINY

**Název dětské skupiny:** Dětská skupina Pastelková Jezírko

**Adresa provozovny:** V Lomech 2349/13, 323 00 Plzeň

**Telefon:** +420 737 538 772

**Email:** jezirko@pastelkova.cz

**Webové stránky:** [www.skolkapastelkova.cz/ds-jezirko](http://www.skolkapastelkova.cz/ds-jezirko)

**Typ dětské skupiny:** dětská skupina pro veřejnost

**Stanovená kapacita:** 24 dětí

**Věk dětí:** 2 - 6 let

**Provozní doba:** Po. - Pá. 6:30 - 16.30

**Provozovatel:** Helpstep Group z.s.

**IČO:** 24400921

**Zodpovědná osoba:** ředitelka: Bc. Miroslava Chmelíková

### 3. CHARAKTERISTIKA VÝCHOVNÉHO PLÁNU

Při tvorbě Plánu výchovy a péče navazujeme na dokument "Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání", a zároveň "Metodika pro splnění standardů kvality v DS".

Naší předností je vřelé prostředí naplněné respektem, obětavostí, radostí a hlavně profesionálním přístupem k dětem. Jde nám o to, aby v DS měly děti pocit bezpečí a jistoty. Ten je základním kamenem výchovy, na kterém společně postavíme každý sen.

Naše DS chce vést dítě ke zdravému životnímu postoji, a to i nahlížení na sebe sama, učít ho porozumět životu v sociálním prostředí a znát jeho hodnoty.

V předškolním věku si dítě utváří pohled na svět. Nachází se v počátcích svého fyzického, citového i sociálního vývoje, učí se poznávat svět všemi smysly. Pro pečující osoby i rodiče je to nejpříhodnější čas, kdy začít dítě cíleně a v kolektivu seznamovat se zmíněnými hodnotami a postoji. Proto je pro nás také neodmyslitelná součinnost s jeho rodinou.

Hlavní důraz dětská skupina klade na zdravý a všestranný rozvoj pohybových schopností a pozitivní vztah ke všem sportovním dovednostem. Správný vývoj hrubé motoriky dítěte, respektující vývojovou posloupnost, je totiž absolutním základem většiny kompetencí, ke kterým musí dítě v předškolním věku doputovat.

Naprostou samozřejmostí je zážitková výuka při objevování světa, samostatné myšlení, radostné prožívání předškolního období a hlavně naplňování potřeb dětí.

Chůvičky jsou společně s pedagogem průvodci v dětské skupině. Vytvářejí režim dne tak, aby respektoval potřeby dětí, umožnil jim dostatek prostoru pro volné hry a zároveň poskytl dětem každodenní jistotu v opakujících se rituálech, čemuž napomáhá společné dodržování vytvořených pravidel.

### 4. ADAPTACE

Tato část docházky dítěte je jedna z nejdůležitějších v předškolním období a proto jí věnujeme velkou pozornost. Odloučení od rodičů a nastoupení do dětské skupiny, je nejen pro dítě velice náročné. Změna zasáhne i rodiče a celou blízkou rodinu. Dítě se ocitá v nové životní etapě, která je ovšem velmi důležitá pro jeho další rozvoj. Poznává nové lidi, prostředí, kamarády a pravidla, **ale hlavně se utváří jeho samostatné Já.**

Proto jsme vytvořili pro toto důležité období „Adaptační plán pro děti a rodiče“, který je přílohou č.1 tohoto Plánu výchovy a péče.

## 5. OBSAH VÝCHOVNÝCH ČINNOSTÍ

DS se ve výchově zaměřuje na 3 základní vztahy:

- k sobě - Já
- k druhému - Ty
- ke světu - Svět

### Vztah: „JÁ“

#### **Obsah:**

První vztah vede dítě k tomu, aby poznalo a rozvíjelo sebe samo. Uvědomilo si svou jedinečnost, vážilo si jí a přijímalo se takové, jaké je. Vnímání celé osobnosti a to jak své fyzické stránky, tak i té duševní. Výchovou se bude dítě rozvíjet v samostatnou sebevědomou osobu, odpovědnou za svá rozhodnutí a činy, která si současně váží a bere ohled na druhého.

#### **Cíle:**

- poznávání vlastní identity a uvědomování si vlastního těla
- osvojení si dovedností potřebných pro zdravý styl života, bezpečí, pohody
- rozvoj pohybových schopností a sportovních dovedností
- rozvoj fyzické a psychické zdatnosti (účast na výpravách do přírody, exkurzích a dalších sportovních akcích)
- rozvoj řečových schopností a jazykových dovedností
- rozvoj a kultivace smyslového vnímání, včetně paměti
- uvědomování si citů, emocí, podpora sebevědomí, sebedůvěry, citové samostatnosti
- rozvoj tvořivého vyjadřování skrze výtvarné umění, hudbu, dramatizaci
- ochrana osobního soukromí a bezpečí ve vztazích k druhým dětem i dospělým
- vytváření vztahu k místu a prostředí, ve kterém dítě žije
- rozvoj schopnosti vážit si svého života a života ve všech jeho formách
- vytváření povědomí o místě v rodině (i širší), v zatím známém světě

#### **Očekávané kompetence:**

- zvládá základní pohybové dovednosti, dokáže sladit pohyb s rytmem a hudbou, vědomě napodobit jednoduchý pohyb a zvládá prostorovou orientaci
- ovládá dechové svalstvo
- vnímá všemi smysly, zvládá koordinaci ruky a oka
- zvládá sebeobsluhu a nebojí se požádat o pomoc v případě, kdy na danou věc nestačí
- pojmenuje části těla, má povědomí o svém narození a vývoji, rozlišuje, co prospívá jeho zdraví a co mu škodí, má povědomí o ochraně svého fyzického i duševního zdraví, ví, kam se v případě potřeby obrátit o pomoc

- správně vyslovuje a ovládá dech i intonaci řeči
- samostatně a smysluplně vyjádří své myšlenky a nápady
- porozumí slyšenému slovu a zachytí hlavní myšlenku výtvarně, dramatizací apod.
- záměrně se soustředí na činnost, udrží pozornost a činnost dle svého tempa dokončí
- uvědomuje si svoji samostatnost, zaujímá a vyjadřuje vlastní názory, umí vyjádřit souhlas i nesouhlas - dokáže říci „ne“ zvláště v ohrožujících situacích
- rozhoduje o svých činnostech a učí se nést za svá rozhodnutí odpovědnost
- zvládá své emoce a chování (radost, smutek, zklamání, zklidnění, vztek)
- uvědomuje si svá práva ve vztahu k druhému, učí se druhého respektovat, včetně jeho individuálních potřeb
- ví, jak se bránit projevům násilí
- adaptuje se na nové prostředí
- umí si všimnout potřeb druhých a nabídnout pomoc
- ví, jak se má správně chovat k dospělým
- umí dodržovat dohodnutá pravidla

#### **Činnosti:**

- pohybové hry a činnosti pro rozvoj všestranné sportovní zdatnosti a hrubé motoriky
- zdravotní cvičení, kondiční cvičení, dechová cvičení, odpočinek, turistika
- manipulační hry pro rozvoj jemné motoriky (třídění, přebírání, navlékání, práce s papírem, přírodninami, drobným materiálem apod.)
- hudební, výtvarná a dramatická výchova, ranní a další setkávání (slavení, hodnocení, sdílení)
- poslech vyprávění, četby, možnost vyjádření vlastních reakcí
- hry rozvíjející smysly (možnost odhalení nedoslýchavosti, slabozrakosti či vad řeči a včasné odeslání do odborné péče)

#### Vztah: „TY“

##### **Obsah:**

Na základě vzájemné důvěry, pocitu bezpečí, jistoty a respektu jeden k druhému, se vytváří druhý vztah, který podporuje společné zážitky dětí, pedagogů, rodičů i ostatních členů společnosti. Seznamuje děti s výhodami a radostmi společenského života, ale zároveň přináší i odpovědnost vůči druhým.

##### **Cíle:**

- rozvoj komunikačních verbálních i neverbálních dovedností a kultivovaného projevu
- rozvoj schopností a dovedností důležitých pro navazování a rozvíjení vztahů dítěte k druhým lidem

- posilování prosociálního chování ve vztahu k druhému, k rodině, ve skupině, na veřejnosti a postojů (tolerance, respekt, empatie a přizpůsobivost)
- vytvoření povědomí o základních morálních a etických hodnotách a jejich rozlišování (dobro, zlo, pravda, lež apod.)
- rozvoj schopnosti žít ve společenství ostatních lidí, přizpůsobit se a spolupracovat
- osvojení si dovednosti k vykonávání jednoduchých činností v péči o okolí a spoluvytváření zdravé, bezpečné a podnětné prostředí (příprava oslav, výzdoba tříd, výroba dáreků, pomoc apod.)

### **Očekávané kompetence:**

- chová se tak, aby neohrožovalo zdraví, bezpečí a pohodu svou i druhých a pomohlo druhému, který sám na situaci nestačí
- rozlišuje aktivity, které mohou zdraví druhých i stav životního prostředí podporovat nebo ničit
- domluví se slovy i gesty, umí vést rozhovor, poslouchat, sledovat řečníka i obsah řeči, ptát se, nehovořit, je-li to třeba
- dovede okamžitě řešit problémy, úkoly a situace, těšit se z radosti druhých a vcítit se do situace druhých
- umí navazovat kontakty s dospělými, ale chová se obezřetně při setkání s neznámým člověkem
- dbá, aby se umělo oprostít od nepříjemných projevů sobectví vůči druhým
- uplatňuje základní společenské návyky ve styku s dospělými i dětmi (pozdravit, rozloučit se, poděkovat, uposlechnout pokynu)
- dodržuje stanovená pravidla vzájemného soužití (v dětské skupině se vytvářejí ve spolupráci s dětmi) i pravidla her

### **Činnosti:**

- jednoduché pracovní a sebeobslužné činnosti pro druhé i pro sebe (oblékání, osobní hygiena, prostírání stolů, úklid hraček apod.)
- pohybové i společenské hry, kde je potřeba dodržet pravidla, smířit se s prohrou a přát druhému výhru, společně fandit a podporovat se
- společné diskuze, rozhovory (individuální i skupinové)
- recitace básniček, společný zpěv písniček, dramatizace pohádek nebo příběhů s tematikou dětem blízkou (z prostředí dětského světa, přírody i současného technického světa)
- práce s knížkou (naslouchání četbě, prohlížení a vyprávění podle obrázků, obkreslování z knížek, spontánní kresba)
- námětové hry (na rodinu, na lékaře, na školu, na dopravu)
- situační hry (bezpečnost na silnici, při pobytu v lese, u vody apod.)
- společné oslavy narozenin, svátků a dalších společenských zážitkových aktivit

## Vztah: „SVĚT“

### **Obsah:**

Třetí vztah odhaluje rozmanitost a krásy světa, zejména pak zákonitosti koloběhu života. Vede děti k uvědomování si sounáležitosti s tímto přírodním řádem. Na světě nejsem jen JÁ a TY, ale také spousta jiných živých i neživých organismů a vše co dělám má vliv i na mé okolí. Dále je seznamuje s principy a hodnotami, na kterých jsou položeny základy naší společnosti.

### **Cíle:**

- objevování světa kolem nás všemi smysly
- posilování přirozených poznávacích procesů (zvědavost, zájem, radost z hledání a objevování)
- vytváření pozitivního vztahu k učení a základů pro práci s informacemi
- osvojení dovedností předcházejících čtení, psaní a počítání
- rozvoj citového vztahu k okolnímu světu a sdílení společné radosti
- podpora sounáležitosti s dětmi jiných národností, jazyků a vyznání
- vytvoření zdravého základu estetického vztahu ke světu, ke kultuře a k umění
- osvojení si jednoduchých poznatků o světě (přírodě, kultuře, technice)
- pochopení změn okolo nás (změny v přírodě - střídání ročních období, plynutí času, změny způsobené lidskou činností v dobrém i škodícím)
- ochrana prostředí pro život
- rozvoj pocitu sounáležitosti s živou i neživou přírodou, lidmi, svojí zemí
- vedení k rozlišování pravdivosti a nepravdivosti např. mediálních zpráv, reklam

### **Očekávané kompetence:**

- zvládá pohyb v obtížnějším terénu, překonává přirozené překážky, dokáže se orientovat v prostoru
- seznamuje se se zásadami bezpečnosti silničního provozu
- ví, že může svět vnímat všemi smysly
- rozlišuje prostřednictvím sluchu (např. pozná, odkud zvuk přichází, rozpozná začáteční a koncové písmeno slova)
- rozlišuje a zná některá písmena a číslice, pozná své napsané jméno
- projevuje zájem o knihy a jiná média, jako zdroj informací, dobrodružství, poznávání
- pojmenuje většinu toho, čím je obklopeno
- chápe základní číselné, matematické, prostorové pojmy a orientaci v čase
- dokáže zachytit skutečnosti okolního světa prostřednictvím různých technik (výtvarné, dramatické, hudební apod.)
- vnímá umělecké, kulturní podněty (např. návštěva divadel, koncertu, výstavy)
- orientuje se bezpečně v okolním prostředí a ví, co dělat když se ztratí (ví, že má znát své jméno, příjmení, název dětské skupiny, adresu bydliště)

- má zažité elementární poznatky o světě (z oblasti přírody, kultury i techniky)
- vnímá, že svět má svůj řád a zákonitosti a respektuje je (přispívá v rámci svého věku ke zdravému přístupu k životu kolem sebe)
- uvědomuje si nebezpečí některých věcí a situací (manipulace s nebezpečnými předměty, přírodní živly)
- uplatňuje základní společenské návyky ve styku s dospělými i dětmi (např. pozdravit, rozloučit se, poděkovat, uposlechnout pokynu, nabídnout pomoc)
- dodržuje stanovená pravidla vzájemného soužití i pravidla her a sportovních klání

#### **Činnosti:**

- společné výpravy do přírody, za sportovními událostmi, za kulturními památkami, návštěvy muzeí, knihoven, exkurze, divadelních představení
- objevování formou pokusů a jiné zážitkové pedagogiky
- návštěvy dopravního hřiště a jiných sportovišť
- účast na přírodovědných programech, zkoumání věcí okolo sebe (počasí, ročních období, přírodnin, živočichů, rostlin, technických věcí apod.)
- nácvik jednoduchých her, pásem, představení
- hry rozvíjející empatii a sounáležitost s druhým, přírodou i se světem, povzbuzování k zájmu o vše okolo nás, ochrana přírody (úklid lesa, třídění odpadového materiálu), drobné práce spojené s činnostmi na zahradě apod.

## **6. HODNOCENÍ DĚTÍ**

Hodnocení dětí má za úkol sledovat vývoj dítěte během pobytu v Dětské skupině a zajišťovat návaznost na další výchovný proces. Osobní list dítěte bude obsahovat složku, kde bude zaznamenán průběh vývoje dítěte. Tento materiál je přísně důvěrný, bude sloužit pouze na vyžádání rodičů k odbornému vyšetření či ke zprávě pro výchovně vzdělávací instituci. Aktualizované údaje o dětech získávané v průběhu výchovného procesu slouží jako zpětná vazba. Tyto materiály se stávají východiskem pro další efektivnější práci s dětmi.

V Plzni dne 10. 4. 2026

**ředitelka Bc. Miroslava Chmelíková**