



# WATERSCHOOL

## Pokyny a didaktický koncept

1

Tyto pokyny poskytují instrukce pro používání online portálu **Waterschool** ([www.waterschools.eu](http://www.waterschools.eu)).

(PDF ke stažení a tisku)

# Obsah

<b>1. Pijeme kohoutkovko .....</b>	<b>3</b>
Co je to projekt Pijeme kohoutkovou? .....	3
Jak se do projektu zapojit? .....	4
<b>2. Proč je pitná voda tématem pro školy.....</b>	<b>6</b>
Proč pít vodu ve školách? Fakta a čísla .....	6
Waterschool & Evropské strategie.....	7
<b>3. Waterschool – Projekt.....</b>	<b>10</b>
Zdroje projektu .....	10
Didaktický koncept .....	11
Platforma s OER .....	11
Cílové skupiny .....	13
Projektový partneri .....	14
<b>4. Inspirující příklady .....</b>	<b>15</b>
Waterschools Vídeň - Pitná voda z kohoutku v základních školách - Rakousko	15
Agent vody z Asociace agentur pro vodu - Slovinsko .....	15
Vodní výhry – Slovinsko .....	16
Voda je ve školách cool kampaň – Velká Británie .....	17
Bud' cool, zůstaň cool, pij kohoutkovou vodu ve škole – Velká Británie.....	17
Mise „Vyberu si kelímek pro vícenásobné použití“ - Bulharsko .....	18
„Pijeme kohoutkovou“ Ramsharde – Zdravé pití – Německo .....	18
Viva Servizi – Itálie .....	19
Gruppo CAP – Itálie .....	19

© Copyright 2019 Waterschool Consortium (www.waterschools.eu/partner)

All rights reserved.



This document is licensed to the public under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License. This license lets you (as other party) remix, tweak, and build upon this work non-commercially, as long as you credit Waterschool project partners and license your new creations under the identical terms.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>

The European Commission support for the production of this publication does not constitute endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

# 1. „Pijeme kohoutkovou“

Voda je životně důležitá. Pokud nebude voda, nebude život. Voda tvoří 60 až 70 procent tělesné hmotnosti člověka a je nezbytná pro téměř každou funkci v těle. Voda je součástí všech buněk, potřebujeme vodu jako rozpouštědlo, pro transport živin, regulování acidobazické rovnováhy, regulování tělesné teploty nebo odstraňování škodlivých látek.

Pro udržení optimálního zdraví a funkce mozku je nezbytně nutná dostatečná konzumace vody. Lidé obvykle uspokojí svou potřebu tekutin pitím, když mají žízeň. Ale zejména ve školách se toho pořád hodně děje. Proto žáci často zapominají pít, i když mají žízeň. Zde přichází projekt „Waterschool“ podpořený grantem z programu Erasmus+: Žáci by měli být povzbuzováni k tomu, aby ve svém každodenním životě ve škole pili dostatek zdravé vody z vodovodu.

## Co je to projekt „Pijeme kohoutkovou“?

Důležitost pitného režimu ve školách je učitelům dobře známa. Projekt Pijeme kohoutkovou povzbuzuje učitele, aby žáky nabádali k častému pití kohoutkové vody během vyučování.

### Škola, která realizuje projekt Pijeme kohoutkovou:

- umožňuje žákům pít ve škole kohoutkovou vodu
- žáci mají k dispozici láhve, sklenice nebo jiné nádoby na pití kohoutkové vody
- ve škole není možné koupit jakékoli nápoje s přidaným cukrem, žáci si slazené nápoje nenesí z domu
- učitelé pijí kohoutkovou vodu ve třídě (a jsou žákům vzorem).
- žáci jsou povzbuzováni, aby dodržovali pitný režim

**Aby si žáci na pití kohoutkové zvykli, potřebují každodenní „trénink“.**



Credit: gutessen consulting/Daniela Nickmann

## Jak implementovat projekt „Pijeme kohoutkovou“?

Následující 4 snadné kroky Vám pomohou stát se školou zapojenou do projektu „Pijeme kohoutkovou“.

### **Krok 1: Rozhodněte se, že se chcete zapojit do projektu „Pijeme kohoutkovou“.**

Učitelé, ředitel, rodiče...kdokoli chce představit lepší a zdravější kulturu pití ve škole, potřebuje spojení.

- Ved'te rozhovor s vedením školy, kolegy pedagogy, zástupci rodičů na dané téma. Připravte přesvědčivé argumenty (viz [www.waterschools.eu](http://www.waterschools.eu))
- Informujte a motivujte kolegy z pedagogického sboru.
- Učiňte rozhodnutí stát se školou zapojenou do projektu „Pijeme kohoutkovou“ a stanovte si začátek realizace (nejlépe od začátku školního roku)

### **Krok 2: Přípravné práce**

Implementace projektu „Pijeme kohoutkovou“ vyžaduje několik předběžných úkonů.

- Zajistěte dostupnost pitné vody ve všech třídách a učebnách.
- Pokud je to nutné, kontaktujte dodavatele pitné vody, abyste zajistili její kvalitu.
- Zajistěte pro žáky nádoby na pití (lahve, sklenice, šálky).

**S podrobnějším plánováním přichází několik otázek.**

#### ***Může se pít pouze voda?***

Ano, ale například školní oslavy jsou samozřejmě výjimkou. Doporučujeme bylinkové infuze, vodu aromatizovanou plátky citronu nebo bylinkami.

#### ***Co dělat s dětmi, které nejsou zvyklé pít vodu?***

Školní třídy jsou sociální struktury. Zkušenost ukazuje, že i děti, které doma pijí pouze šťávy nebo džusy, si ve škole rychle zvyknou na kohoutkovou vodu.

#### ***Měly by být ve školách zapojených do projektu „Pijeme kohoutkovou“ povoleny mléčné nápoje?***

Školní mléko není v rozporu s projektem „Pijeme kohoutkovou“, protože mléko a mléčné výrobky jsou bohaté na kalorie a bílkoviny, které se nepočítají jako nápoj, ale jako svačina. Věnujte pozornost obsahu cukru!

Odpovědi na další často kladené otázky jsou na této platformě:

[www.waterschools.eu/frequently-asked-questions](http://www.waterschools.eu/frequently-asked-questions)



Credit: gutessen consulting/Daniela Nickmann

### Krok 3: Jdeme na to – Plán akce

Dostupnost pitné vody sama o sobě nestačí. Mnoho žáků a studentů prostě zapomíná pít. Aby měli žáci dostatečný pitný režim, je třeba jim pití aktivně připomenout. Pomohou vám tyto aktivity:

- Vytvořte společné pitné rituály
- Připomínejte žákům, aby pili vodu
- Informujte a zapojte do projektu rodiče
- Upozorňujte na pravidelnou konzumaci vody během hodiny
- Jednou ročně uspořádejte projektový den „Pijeme kohoutkovou“

Další nápady, jak **podpořit pití vody ve škole**, najdete na platformě: [www.waterschools.eu/easy-steps-to-encourage-water-drinking](http://www.waterschools.eu/easy-steps-to-encourage-water-drinking)

Široká škála **vzdělávacích a didaktických materiálů** pro každodenní vzdělávací práci v předškolních zařízeních i na základních a středních školách je na platformě: [www.waterschools.eu/water-and-health-resources](http://www.waterschools.eu/water-and-health-resources) (materiály pro řešení pitné vody a pro podporu zdraví - voda jako motor výkonu těla) a [www.waterschools.eu/water-and-the-environment-resources](http://www.waterschools.eu/water-and-the-environment-resources) (materiál k řešení kvality pitné vody, ochrany a snižování odpadu)

**Inspirativní příklady z praxe** najdete na platformě: [www.waterschools.eu/good-examples](http://www.waterschools.eu/good-examples)

### Krok 4: Zajištění kvality

Školy, které se rozhodly zapojit do projektu „Pijeme kohoutkovou“, jej vnímají jako dlouhodobý projekt – nedílnou součást fungování školy. Školy však nicméně procházejí neustálými změnami: noví učitelé, změna vedení, nové projekty, které vyžadují pozornost. Občas proto zkontrolujte, zda se ve vaší škole stále praktikují pravidla projektu „Pijeme kohoutkovou“.

**Rychlá kontrola zapojení do projektu „Pijeme kohoutkovou“:**

- ✓ Žáci v naší škole pijí pouze kohoutkovou vodu.
- ✓ Každý student má kvalitní láhev/šálek na pití.
- ✓ V průběhu vyučování se dělají přestávky na pití vody.
- ✓ Žákům se připomíná, aby pili vodu.
- ✓ Učitelé také pijí vodu ve třídě (vzor).
- ✓ Projekt „Pijeme kohoutkovou“ je ukotven ve Školním vzdělávacím programu
- ✓ (Noví) rodiče jsou informováni, že škola je zapojena do projektu „Pijeme kohoutkovou“.
- ✓ Voda je nabízena i v době oběda ve školní jídelně.
- ✓ Žáci jsou vyzýváni ke konzumaci pitné vody i během jídla (například nabízením džbánů s vodou).



Credit: autessen consultina/Daniela Nickmann

## 2. Proč je pití vody tématem pro školy?

### Proč pít vodu ve školách? Fakta a čísla

#### Proč pít kohoutkovou vodu ve školách? Fakta a čísla:

##### Voda a zdraví

- Více než 20 procent dětí v EU má nadváhu nebo obezitu. Tyto údaje se v posledních desetiletích značně zvýšily.
- Spotřeba nápojů s přidaným cukrem je často spojována s obezitou u dětí. Téměř 40 procent cukru spotřebovaného malými dětmi je ve formě nápojů s přidaným cukrem.
- Propagace a nabídka pitné vody ve školách působí preventivně proti vzniku nadváhy a obezity.
- 20 až 90 procent dětí v Evropě starších 6 let má zubní výplně jako důsledek zubního kazu.
- Spotřeba sladkých nápojů může vést ke kažení zubů a výsledným výplním. Toho lze zabránit podporou konzumace nápojů bez cukru.

#### **Konzumace pitné vody ve školách je klíčem k prevenci obezity a zubního kazu.**

##### Konzumace vody a schopnost učení

- Téměř polovina školních dětí nemá nezbytný minimální příjem tekutin
- I malá dehydratace může způsobovat kognitivní poruchy, únavu a bolesti hlavy, které negativně ovlivňují schopnosti učení a výkonnost ve škole.
- Správná hydratace je důležitým předpokladem pro soustředění a výkon ve škole.

#### **Konzumace pitné vody podporuje výkonnost.**

##### Konzumace vody a životní prostředí

- Podpora ochrany a udržitelného využívání vodních zdrojů je důležitým cílem tohoto projektu.
- Každou minutu se po celém světě prodá milion plastových lahví a toto číslo do roku 2021 vyskočí o dalších 20 procent.
- Plastové lahve jsou jedním z nejčastěji vyplavovaných plastových předmětů na evropských plážích.
- Školy, které neumožňují používání plastových lahví na jedno použití, hrají důležitou roli při naplňování strategie EU pro plasty (EU Plastics Strategy).

#### **Vzdělávání zvyšuje povědomí o důležitosti ochrany vodních zdrojů a životního prostředí.**

#### **Konzumace kohoutkové vody snižuje množství odpadního plasty.**

#### **Malé úsilí - velký dopad!**

Propagace konzumace kohoutkové vody ve škole přispívá k rozvoji zdravého a udržitelného prostředí školy.

## Projekt „Pijeme kohoutkovou“ & Evropské strategie

### EU plán proti dětské obezitě

Evropská komise reagovala na problematiku nadváhy a obezity přijetím akčního plánu EU proti dětské obezitě na období 2014–2020. Cílem je přispět k zastavení nárůstu nadváhy a obezity u dětí a mladých lidí do roku 2020. Akční plán se zaměřuje na děti, protože „díky učení a přijímání zdravých návyků v mládí, je šance, že tyto návyky zůstanou i v dospělosti“. Akční plán vybízí školy a předškolní zařízení, aby „omezily přístup k... méně zdravým stravovacím možnostem“ a vytvořily „prostředí, v nichž se podporuje zdravý životní styl a možnost stravovat se zdravě se stává snadnou volbou“. Je také zmíněno, že školy musí dětem a mladým lidem poskytnout přístup k pitné vodě zdarma jako alternativu ke slazeným nápojům.

Zdroj:

EU Action Plan on Childhood Obesity 2014-2020,

[https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/nutrition\\_physical\\_activity/docs/childhoodobesity\\_actionplan\\_2014\\_2020\\_en.pdf](https://ec.europa.eu/health/sites/health/files/nutrition_physical_activity/docs/childhoodobesity_actionplan_2014_2020_en.pdf)

(access: 28.1.2019)

### Směrnice EU o pitné vodě

Cílem směrnice EU o pitné vodě je zajistit bezpečnou a čistou vodu pro konzumaci ve všech členských státech EU. Důležitým důvodem pro vytvoření směrnice o vodě je to, že vodní zdroje jsou ohroženy znečištěním. **Posláním škol zapojených do projektu „Pijeme kohoutkovou“, je využívat vodu udržitelným způsobem.** Proto by si děti jako budoucí spotřebitelé měli být vědomi toho, že voda a její zdroje musí být chráněny a musí o ně být postaráno. Čistá voda znamená čisté životní prostředí a zdravé živé organismy.

7

#### Důležité body směrnice o pitné vodě:

- Normy komunity týkající se základních a preventivních zdravotních parametrů ve vodě určené k lidské spotřebě jsou nezbytné, pokud mají být dosaženy minimální cíle kvality životního prostředí, v souvislosti s jinými opatřeními komunity, které jsou definovány tak, aby bylo **zajištěno a propagováno udržitelné využívání vody určené pro člověka.**
- Směrnice stanovila základní normy kvality na úrovni EU. Pravidelně musí být monitorováno a testováno celkem 48 mikrobiologických, chemických a indikátorových parametrů.
- Směrnice o pitné vodě stanoví minimální normy pro pitnou vodu. Členské státy mohou zahrnout další požadavky nebo stanovit vyšší standardy, ale nikdy nižší standardy!
- Členské státy se mohou po omezenou dobu odchýlit od norem chemické kvality stanovených ve směrnici. Tento proces se nazývá „odchylka“. Je povolena, pokud nepředstavuje potenciální nebezpečí pro lidské zdraví, a v případě, že voda pro lidskou spotřebu nemůže být udržována jiným rozumným způsobem.
- Směrnice rovněž vyžaduje poskytování pravidelných informací spotřebitelům. Kromě toho musí být kvalita pitné vody hlášena Evropské komisi každé tři roky.

Aktualizovaná směrnice EU o pitné vodě (2018) zlepší kvalitu pitné vody, přístup k ní a poskytne občanům lepší informace. Přispěje to k environmentálním cílům, které spočívají v omezení zbytečného používání plastů a omezení uhlíkové stopy EU, jakož i k dosažení cílů udržitelného rozvoje.

Zdroje:

COUNCIL DIRECTIVE 98/83/EC of 3 November 1998 on the quality of water intended for human consumption,

[http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/legislation\\_en.html](http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/legislation_en.html)

[http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/review\\_en.html](http://ec.europa.eu/environment/water/water-drink/review_en.html)

## Cíle udržitelného rozvoje

Agenda pro udržitelný rozvoj do roku 2030, přijatá všemi členskými státy OSN v roce 2015, vytváří společný plán míru a prosperity pro lidi a planetu nyní i do budoucna. Jeho jádrem je 17 Cílů udržitelného rozvoje (SDG), které jsou naléhavou výzvou k akci pro všechny země - rozvinuté i rozvíjející se - v globálním partnerství. Ukončení chudoby a dalších problémů musí jít ruku v ruce se strategiemi, které zlepšují zdraví a vzdělání, snižují nerovnosti a podporují hospodářský růst - to vše při řešení změny klimatu a úsilí o zachování našich oceánů a lesů.



Projekt „Pijeme kohoutkovou“ přispívá do několika z těchto 17 SDGs:

**Cíl 3. Zajistit zdravý život a zvyšovat jeho kvalitu pro všechny v jakémkoli věku.** Týká se to nejen lidí v rozvojových zemích, ale také dětí v Evropě a absolutní potřeby zdravějšího jídla a pití, kterou propaguje projekt „Pijeme kohoutkovou“.

**Cíl 11: Vytvořit inkluzivní, bezpečná, odolná a udržitelná města a obce.** Vzhledem k tomu, že se do roku 2030 očekává, že počet lidí žijících ve městech vzroste na 5 miliard lidí, je důležité, aby byly zavedeny účinné postupy územního plánování a řízení, aby bylo možné řešit problémy spojené s urbanizací. Kvalita pitné vody a snižování množství odpadu jsou nedílnou součástí projektu „Pijeme kohoutkovou“.

**Cíl 12: Zajisti udržitelnou výrobu a spotřebu** - Udržitelná spotřeba a výroba je o podpoře zdrojů a energetické účinnosti, udržitelné infrastruktury a poskytování přístupu k základním službám, „zeleným“ pracovním místům a lepší kvalitě života pro všechny. Ústředním dílčím cílem je dostupnost a využití čerstvé pitné vody, a to i pro děti v Evropě – což je hlavní záměr projektu „Pijeme kohoutkovou“.

Více informací: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/sustainable-development-goals>



## EU Strategie pro plasty

Evropská strategie pro plasty v oběhovém hospodářství byla přijata 16. ledna 2018. Komise uvádí, že „Strategie je součástí přechodu Evropy k oběhové ekonomice a přispěje také k dosažení cílů udržitelného rozvoje, globálních závazků v oblasti klimatu a k cílům průmyslové politiky EU“. Obecně se strategie zabývá odpovědí na tři hlavní otázky: jak snížit používání fosilních paliv při výrobě plastů; jak zvýšit míru recyklace plastů; a jak minimalizovat znečištění plasty, zejména v mořích a oceánech. I když se jedná o interní dokument EU, má tato strategie velký dopad na odpovědnější přístupy jednotlivých zemí, globální politické procesy a transformaci na udržitelné dodavatelské řetězce.

**Projekt „Pijeme kohoutkovou“ přímo podporuje tuto strategii** tím, že podporuje iniciativy na omezení používání plastových lahví a na vývoj výukových materiálů, které vzdělávají děti, jak chránit životní prostředí před znečištěním plasty.

### Zdroje:

European Commission, EU Plastics strategy:  
[https://ec.europa.eu/commission/news/eu-plastics-strategy-2018-nov-20\\_en](https://ec.europa.eu/commission/news/eu-plastics-strategy-2018-nov-20_en)  
 A European strategy for plastics in a circular economy,  
<http://ec.europa.eu/environment/circular-economy/pdf/plastics-strategy-brochure.pdf>

### EUROPEAN PLASTICS DEMAND IN 2015

49 million tonnes



EU-28, Norway and Switzerland - Source: Plastics Europe (2016)



Credit: gutessen consulting/Lilja Dodova

### 3. „Pijeme kohoutkovou” – Projekt

Je všeobecně známo, že dobrá hydratace pomáhá zvyšovat pozornost a zlepšuje schopnost učení. Přesto velké množství školáků nespĺňuje minimální požadavky na hydrataci. Mírná dehydratace může vést k poškození kognitivních funkcí a bolesti hlavy, což může mít negativní dopad na schopnost dítěte učit se. Zavedení tématu pravidelné konzumace vody do školního vzdělávání může pomoci s učením a zároveň prakticky rozvíjet teoretickou látku ze vzdělávacích oblastí jako je člověk a zdraví a environmentální výchova.

#### Key benefits of Waterschools

		
<p><b>1 Water and health</b></p> <p>Water is vital. Water makes up 60 to 70 percent of our weight and is essential for almost every function in our body. Opting for water rather than sweetened drinks hydrates without sugar or calories. There is still a worrying trend in overweight and obesity rates in European children and youths.</p> <p>Drinking water in schools is key to preventing obesity and fillings.</p>	<p><b>2 Water and school performance</b></p> <p>Our brain is strongly influenced by hydration status. Losing as little as 1 to 3 percent of body's water content can cause cognitive impairment, loss of concentration, tiredness and headaches. Staying hydrated is important for feeling energized and for proper brain performance.</p> <p>Waterschools promote adequate water-drinking.</p>	<p><b>3 Water and the environment</b></p> <p>Plastic waste from bottles has become a massive threat to our environment. Most European regions enjoy good access to high quality drinking water.</p> <p>Drinking tap water in Waterschool reduces waste of single use plastic bottles and raises awareness for water-quality.</p>

10

### Zdroje díky projektu

Cílem mezinárodního projektu Waterschool je vytvořit řadu inovativních, otevřených vzdělávacích zdrojů prostřednictvím digitálních technologií, které podporují pedagogy v předávání zpráv týkajících se důležitosti pitné vody. Projekt Waterschool bude rozvíjet a propagovat inovativní přístupy k učení, včetně e-learningových zdrojů a multimediálních případových studií na podporu pedagogů při práci se žáky na vývoji krátkých filmů. Na webových stránkách budou uvedeny pokyny a také modulární kurz e-learningu pro učitele a další pedagogy. Během období projektu budeme aktualizovat a rozvíjet digitální vzdělávací materiály webových stránek projektu a umožňovat přístup k těmto materiálům v celé EU jako otevřené vzdělávací zdroje.

## Didaktický koncept

Jádrem didaktického konceptu portálu a e-learningu je rozvoj kompetencí s využitím na studenty orientovaného didaktického přístupu. Webové školicí materiály a výukové prostředí se proto netýkají pouze přenosu znalostí a dovedností, ale také změny chování studentů. Zkušenostní a biografické zpracování obsahu umožňuje studentům pochopit složitá propojení, aby mohli rozvíjet nové praktické přístupy pro každodenní práci ve školách.

Aby se maximalizovala kvalita přenosu, jsou využity následující zásady:

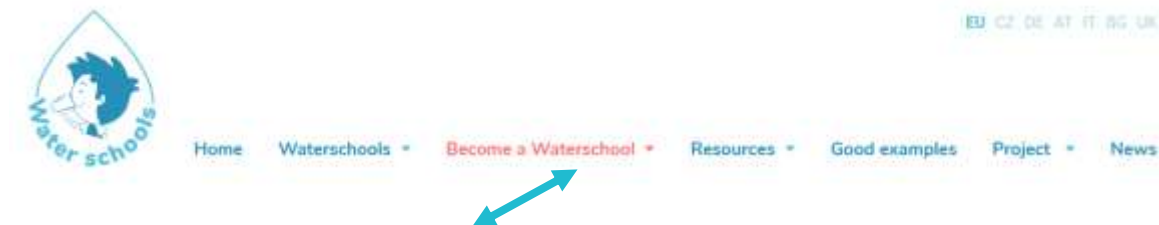
- Odborné školení, které je založeno na praktických úvahách (rady, snadné kroky ..)
- Teorie a praxe ve vyvážené kombinaci - zaměřené na prožitkovou pedagogiku (dobrá praxe ..)
- Formulace výsledků učení založených na dovednostech
- Návrh didaktických osnov a vhodná modularizace
- Kombinace metod implementovaných v e-learningovém kurzu
- Konzistentní návrh individualizovaných možností učení

## Platforma s otevřenými vzdělávacími zdroji



Na platformě uživatelé najdou sekci „**Pijeme kohoutkovou**“. Zde jsou základní informace o konceptu „Pijeme kohoutkovou“ (**4 snadné kroky, jak se zapojit do projektu „Pijeme kohoutkovou“**). Na **mapě** se školy vyzývají, aby se zaregistrovaly a sdílely své zážitky z projektu „Pijeme kohoutkovou“. **Často kladené otázky**.

11



E-learningový kurz „**Zapojte se do projektu „Pijeme kohoutkovou“**“ je kompaktní průvodce, jak se stát součástí tohoto projektu. E-learningový kurz zahrnuje 5 modulů a 21 vzdělávacích jednotek, které pokrývají následující témata:

- Modul 1: Proč se zapojit do projektu „Pijeme kohoutkovou“?
- Modul 2: Jak se zapojit do projektu „Pijeme kohoutkovou“?
- Modul 3: Snadné kroky na podporu pití kohoutkové vody
- Modul 4: Zdroje pro učitele: Voda a zdraví
- Modul 5: Zdroje pro učitele: Voda a životní prostředí

Moduly jsou motivující, lákavé a inspirativní. Všechny moduly začínají následujícími prvky: Co je cílem tohoto modulu? Po dokončení tohoto modulu se naučím (výsledky učení). Každý modul obsahuje 3 až 5 jednotek s přibližně 3 až 5 kapitolami. Všechny jednotky obsahují následující prvky: Úvod do tématu, výsledky učení, kapitoly s teoretickými informacemi doplněné metodami a kontrolními seznamy pro praktické využití a reflexi, tipy a příklady osvědčených postupů z praxe a odkazy na další zdroje učení. Na konci každého modulu jsou 3 až 4 klíčové akce pro přenos do praxe.

Více najdete na e-learningové platformě: [www.waterschools.eu/become-a-waterschool](http://www.waterschools.eu/become-a-waterschool)



Home Waterschools ▾ Become a Waterschool ▾ Resources ▾ Good examples Project ▾ News

V sekci „**Zdroje**“ na platformě ([www.waterschools.eu/resources](http://www.waterschools.eu/resources)) najdou uživatelé mnoho dalších materiálů, jako jsou články, pracovní listy (pdf), nově vytvořená videa, youtube-videa, webové odkazy a další tematické informace za účelem podrobnějšího studia.



Home Waterschools ▾ Become a Waterschool ▾ Resources ▾ Good examples Project ▾ News

V sekci „**Dobré příklady**“ ([www.waterschools.eu/good-examples](http://www.waterschools.eu/good-examples)) jsou uvedeny inspirativní příklady z různých zemí. V sekci „**Aktuality**“ ([www.waterschools.eu/news](http://www.waterschools.eu/news)) najdou uživatelé aktuální informace k tématu, jako jsou odkazy na konference, odkazující publikace a aktivity sítě partnerů a odkaz na facebookové účty projektových nápadů.

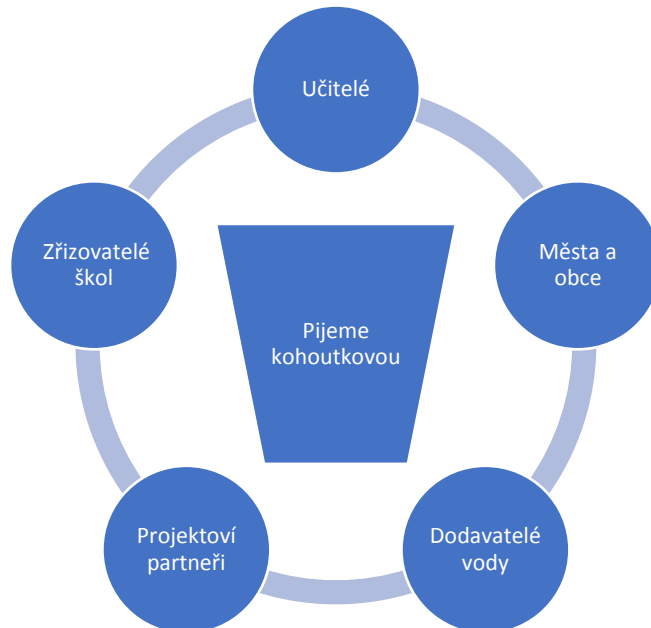
Na platformě je také sekce „**Projekt**“, kde jsou uvedeny podrobnosti (pozadí, aktivity, partneři) o projektu Erasmus +.



Credit: gutessen consulting/Lilja Dodova

## Cílové skupiny projektu

Cílem mezinárodního projektu „Waterschools” je zapojit a podporovat řadu klíčových zúčastněných stran s cílem zvýšit povědomí školních dětí o významu pití kohoutkové vody pro zdraví, pohodu a životní prostředí. Partneři projektu budou spolupracovat na vytvoření online e-learningové platformy, ke které budou mít přístup učitelé, školské úřady, obce a dodavatelé vody. Platforma e-learningu nabídne rady, informace, pokyny a zdroje, které pomohou s dosahováním cílů projektu. Bude to také místo, kde se zúčastněné strany mohou dozvědět o vzdělávacích projektech o vodě v celé Evropě a podívat se na příklady osvědčených postupů vytvořené v řadě partnerských zemí.



**Pro učitele** bude zajištěn přístup ke studijním materiálům a také možnosti vytváření sítí na národní a mezinárodní úrovni pomocí sociálních médií.

**Pro školské úřady** nabídne tato webová stránka konkrétní rady ohledně kroků potřebných k zapojení škol do projektu „Pijeme kohoutkovou”.

**Pro města a obce** budou webové stránky poskytovat příklady osvědčených postupů, které umožní politikům začít přemýšlet o tom, jak lze ve školách minimalizovat plastový odpad, jak lze zlepšit zdraví prostřednictvím konzumace pitné vody a jak mohou obce spolupracovat s dodavateli vody na zlepšení přístupu ke kohoutkové pitné vodě.

**Pro dodavatele pitné vody** budou také existovat příklady osvědčených postupů a aktivit spolupráce poskytovatelů pitné vody a škol. Rovněž bude nabídnuto poradenství o tom, jak mohou dodavatelé podporovat iniciativy projektu „Pijeme kohoutkovou”, a šířit poselství široké veřejnosti mimo školy.

## Partneři projektu

Partnerství se skládá z osmi partnerů ze sedmi zemí - Rakouska, Bulharska, České republiky, Německa, Itálie, Slovinska a Velké Británie. Partneři jsou instituce se zkušenostmi a schopnostmi v různých oblastech ochrany zdraví, udržitelnosti a vzdělávání a toto partnerství bude pokrývat širokou oblast v rámci Evropské unie.

## 4. Inspirojící příklady

### Projekt Wasserschule Vídeň – Pití kohoutkové vody na základních školách – Rakousko

Význam pitné vody na školách je mezi učiteli dobře znám. Většina učitelů mateřských školek a škol povoluje pít vodu během výuky a snaží se žáky povzbudit, aby pili vodu ve třídě. Na základě našeho vlastního výzkumu však asi polovina dětí v rakouských školách nesplňuje minimální požadavky na hydrataci. Ke splnění požadavků je zapotřebí více než povolení k pití, je nutné zavést pitné rituály a aktivní propagaci pití vody.

V září 2016 byl ve Vídni zahájen velmi úspěšný projekt „Wasserschule“. Od té doby se **75 % všech základních škol** s přibližně 50 000 žáky a 3 000 pedagogy **stalo součástí projektu**, což znamená, že žáci ve škole pijí pouze vodu z vodovodu. Ve školách se nepodávají ani neprodávají žádné nápoje a rodiče je také dětem nedávají na svačinu. Pedagogové připomínají žákům, aby dostatečně pili. Každé dítě a učitel dostali láhev na pití. Školy dostaly plakáty s „pitnými rituály“ pro každou třídu, metodické materiály pro pedagogy a vzdělávací materiály pro rodiče. Všichni učitelé byli vyškoleni, aby pochopili hodnotu pitné vody a pomohli studentům.



Projekt „Wasserschule“ byl organizován a podporován gutessen consulting a vídeňskou školskou radou a sponzorován Wiener Gesundheitsförderung, Fonds Gesundes Österreich a dodavatelem vody „Wiener Wasser“.

Další informace a materiály: <http://www.gutessen.at/wasserschule-wien.html>

15

### Agent vody z Asociace agentur pro vodu – Slovinsko

Vodní agentura je neziskové sdružení, které pomáhá propagovat důležitost vody v našich životech a vzdělává o problematice ohrožení pitné vody. Vodní agentura, která působí v širším podunajském regionu, zavádí inovativní způsoby řízení spotřeby vody, které se ve školách používají pro vzdělávací účely. Sdružení má také aktivní vliv na politiku a zákonodárství v oblasti vodních zdrojů a vodního hospodářství. Jejich slogan zní „**Bez vody nejsme nic**“.

**Základní myšlenkou projektu Agent vody** je navázat mezinárodní spolupráci s partnery a vyměňovat si informace o spotřebě vody. Cílem této spolupráce je upozornit veřejnost a dosáhnout racionální a odpovědné spotřeby vody. Vodní agentura nejprve začala s monitorováním aktivit o spotřebě vody a poté tyto aktivity rozšířila o vzdělávací pilotní projekt na školách. Později vyvinuli vzdělávací sadu nástrojů, která je přístupná všem školám. Zaměřují se na školní děti (3. ročník základní školy); kteří si již uvědomují, že voda není nevyčerpatelným přírodním zdrojem a je životně důležitá pro přežití lidské rasy a celé planety. Vzdělávání v raném dětství v oblasti ochrany životního prostředí je základem vzdělávání pro udržitelný rozvoj.

**Hlavní aktivity:**

- měření spotřeby vody pomocí vodoměru/ počítadla, které se upevňuje na kohoutek. Je možné měřit spotřebu vody v reálném čase nebo v určitém časovém období. Tato data lze zapsat do aplikace, která umí vypočítat spotřebu vody a prezentovat ji graficky - lze získat opravdu dobrý obrázek o spotřebě a zlepšení vody a školy mohou porovnávat svá data a pokroky.
- vodní stanice: Vodní agenti mají mobilní vodní stanici se všemi technickými prvky systému zásobování vodou, které představují dětem.



Na projektu se zatím podílely tyto země: Slovinsko, Chorvatsko, Srbsko, plánuje se spolupráce se západním Balkánem a také s městy na řece Dunaj: Vídeň, Bratislava, Budapešť a Bělehrad.

Více o projektu a jejich aktivitách: <http://www.vodnaagencija.org/vodna-agencija/>

## Voda vítězí – Slovinsko

O projektu Voda vítězí: Experti z lékařského centra University v Lublani, divize pediatrii zjistili, že děti a dospívající pijí příliš mnoho slazených kolových nápojů, což představuje hrozbu pro jejich zdraví. Pilotní projekt Voda vítězí probíhá na čtyřech základních školách s cílem povzbudit děti, aby pily více vody než limonád. Současně jsou prováděny tyto činnosti: zvyšování povědomí rodičů o dopadech nadměrného pití slazených limonád na děti, přínosy pití vody, povzbuzování škol ke zlepšení školní stravy.

V rámci projektu byly shromážděny čtyři skupiny údajů: spotřeba slazených limonád a spotřeba vody s dotazníkem u dětí od 6. do 9. stupně, měření tělesné hmotnosti a výšky – před začátkem projektu v září 2012 a v lednu 2013 po intervencích. Cílem bylo zjistit efektivitu projektu a provést odpovídající zásahy.

Jak již bylo řečeno, existují dvě intervence: komunikační intervence (2 školy) a vodní intervence (2 školy). V prvním případě se jedná o tyto činnosti: zvyšování povědomí o výhodách vody a škodlivých účincích slazených nápojů pro děti, rodiče, učitele a ředitele škol. Používané aktivity jsou: přednášky, plakáty, brožury, webové stránky, profil na Facebooku, tzv. „Den vody“ pro žáky, kde se dozví o těchto tématech formou hry.

Intervence s vodou je o zlepšení jídel: **zrušení slazených nápojů a nakoupení více ovoce a zeleniny** z úspor školy. Místo slazených nápojů pijí děti vodu z kohoutku, minerální vodu nebo neslazený čaj. Projekt byl financován Ministerstvem zdravotnictví a Univerzitním zdravotním střediskem Lublaň.

Více o projektu a jejich aktivitách: <http://vodazmaga.si/o-projektu/>



## Pití vody ve škole je cool kampaň – Velká Británie

Po obavách ze nesprávného příjmu tekutin u dětí ve škole provedla Královská vysoká škola dětského zdraví (Royal College of Paediatrics and Child Health) dotazníkové šetření na základních a středních školách ve dvou vzdělávacích zařízeních. Poté zahájila národní kampaň „Pití vody ve škole je cool“.



Cíle kampaně byly:

- Pravidelně zvyšovat povědomí veřejnosti o přínosech pití pitné vody pravidelně po celý školní den
- Zlepšit kvalitu poskytování a přístupu k pitné vodě ve školách
- Získat vládní průzkum předpisů týkajících se zařízení na pití ve školách.

Kampaň úspěšně zvýšila oblibu pitné vody na školách. Vypracoval se národní informační balíček pro školy, v němž bylo uvedeno, proč je důležité, aby děti během školního dne pravidelně pily vodu, a pokyny pro osvědčené postupy pro zařízení a přístup k vodě. K dispozici byl také informační balíček pro rodiče, plakáty, nálepky a láhev s vodou. Součástí kampaně byli i místní zdravotničtí pracovníci, kteří zahájili regionální kampaně. Většina těchto kampaní utratila svůj rozpočet na iniciativy na zvyšování povědomí ve školách a snažila se přesvědčit ředitele a učitele prostřednictvím informací. Mnoho škol kontaktovaných v kampani vytvořilo schémata na podporu pití kohoutkové vody, která zahrnovala pravidelné pití vody jako klíčový prvek jejich strategií vzdělávání. Kampaň Pití vody ve škole je cool prostřednictvím své práce zvýšila povědomí o problémech týkajících se pitné vody a usilovně pracovala na zlepšení kvality poskytování a přístupu k pitné vodě na školách.

17

## Bud' cool, zůstaň cool, pij kohoutkovou vodu ve škole – Velká Británie

Po dobu několika let nabídla **Portsmouth Water** každé základní, mateřské a střední škole ve své oblasti láhev na pití vody pro každého žáka za zvýhodněnou cenu. Společnost Portsmouth Water je jednou z nejstarších vodárenských společností v zemi, byla založena v roce 1857. Jejich zdroj vody pochází z křídly jižních dolů a je odebírána z vrtů, pramenů a řeky Itchen. Prameny v Havantu a Bedhamptonu jsou považovány za největší skupinu pramenů používaných pro veřejné dodávky v Evropě. Projekt „Bud' cool, zůstaň cool, pij vodu z kohoutku ve škole“ (Be Cool, Stay Cool, Drink Tap Water at School) byl součástí jejich komunitní iniciativy na podporu zdravotního přínosu pitné vody pro malé děti, zvláště protože kvalita vody z vodovodu Portsmouth Water je tak kvalitní. Společnost Portsmouth Water nabídla školám možnost zakoupit lahve s pitnou vodou. Lahve lze také objednat stažením formuláře z jejich webových stránek. Reakce byla ohromující, o lahve na vodu si požádalo 470 000 dětí a žáků.

Sue Allery, personální a komunitní ředitelka Portsmouth Water řekla: „Všichni víme, že kohoutková voda je dobrá z mnoha důvodů, nejen pro dobrou hydrataci. Uděláme vše, co můžeme pro podporu místních dětí, aby vedly zdravější životní styl. Byli jsme ohromeni reakcí a podporou naší iniciativy týkající se lahví na pitnou vodu, a jsme proto potěšeni, že v ní budeme pokračovat se stejnou dotovanou sazbou 30p na láhev“.

## Projekt „Vyberu si kelímek na vícenásobné použití“ – Bulharsko

Projekt „Vyberu si kelímek na vícenásobné použití“ je společný projekt Veřejného environmentálního centra pro udržitelný rozvoj (PECSO) ve Varně a zakladatelky ZERA - Sabiny Maximové. Projekt je inspirován kampaněmi Greenpeace pro budoucnost bez plastických hmot a zaměřuje se na problém používání jednorázových kelímků na vodu v mateřských školách. Projekt nabízí mateřským školám, aby nahradily jednorázové plastové kelímky za opakovaně použitelné kovové kelímky s vyrytými individuálními obrázky pro každé dítě. Projekt si klade za cíl přinést nové hodnoty na ochranu přírodních zdrojů a péči o přírodu tím, že přichází s kulturně inspirovanými návrhy na výhodnost likvidace jednorázových plastových kelímků na pití v mateřských školách.



Pokrývá tři oblasti: školky, kanceláře a akce. Návrhy se týkají výměny jednorázového nádobí, instalace systémů čištění vody, které nahradí známé dávkovače, a používání opakovaně použitelných produktů během významných akcí. Kromě měřitelných výsledků v množství a objemu úspor nevhodného plastového odpadu, má kampaň „Vyberu si kelímek na vícenásobné použití“ obrovský vzdělávací a společenský efekt. Podstatou

projektu je přimět každého ředitele, učitele a rodiče ve školce, aby řekl: „Vyberu si znovupoužitelný kelímek“ a opravdu to udělal!

18

## Wasserschule Ramsharde – Zdravé pití – Německo

Když jste v pohybu, musíte hodně pít, zejména děti. Voda je však také velmi důležitá pro regulaci tělesné teploty, transport kyslíku a živin v krvi a odstraňování metabolitů močí. Bohužel více než 50 % dětí v Německu pije méně, než by bylo vhodné. Studie však ukázala, že děti rádi pijí, když je nápoj atraktivní a snadno dostupný (Do-KIDS in Form, 2008–2011).

Proto se učitelé školy Ramsharde v rámci dne rozvoje školy v roce 2016 rozhodli, že dětem v by měl být usnadněn přístup k pitné vodě. Výsledkem byla plánovací skupina „Voda pro všechny“, která stanovila poslání pro projekt „Pijeme kohoutkovou“. Aby byla zajištěna kvalita pitné vody ve škole, specialista na školní zdraví kontaktoval zdravotní oddělení ve Flensburgu. Kromě toho byla v každé třídě realizována vzdělávací lekce „Pijeme kohoutkovou“, jejímž cílem bylo zdůraznit význam vody pro zdraví. Rodiče dostali dopis s informacemi na téma důležitosti dostatečné hydratace dětí a školské rozvojové sdružení darovalo každé třídě zásobník a sklenice na vodu. Péče o mladistvé v místním zdravotnickém zařízení navíc poskytla každému dítěti kelímek na pití, takže mohl každý během hodiny pít dostatek vody z kohoutku.

Více o této škole a projektu můžete nalézt zde:

<https://schuloramsharde.lernnetz.de/index.php/wasserschule.html>

## Viva Servizi – Itálie

Viva Servizi je společnost, která řídí integrovanou vodohospodářskou službu ve 43 obcích v provinciích Ancona. Firma se rozhodla investovat do znalostí o hlavním prvku naší planety: vodě. Viva Servizi nabízí učitelům a mladým lidem možnost prohloubit znalosti o tématu pitné vody prostřednictvím webových stránek a souvisejících sociálních sítí [didatticaviva.it](http://didatticaviva.it). Nabízí také komentované prohlídkami na Gorgovivo Springs v Serra S.Quirico. Kromě návštěvy za účelem objevování vodního cyklu, je díky spolupráci s Polytechnickou univerzitou v Marche možné uskutečnit vzdělávací workshopy s tematickými interaktivními stanicemi.

## Projekt „Pijeme kohoutkovou“ - Malé úsilí - velký dopad!



Credit: gutessen consulting/Daniela Nickmann