

UNIVERZITA KARLOVA
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
KATEDRA HUDEBNÍ VÝCHOVY

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**Prohlubování zdravotních zásad a hygienických návyků
prostřednictvím hudebních činností u dětí předškolního věku
Deepening of health principles and sanitary habits of pre-school
children through musical activities**

Karolína Fišerová, DiS.

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Miloš Kodejška, CSc.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Učitelství pro mateřské školy

2019

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Prohlubování zdravotních zásad a hygienických návyků prostřednictvím hudebních činností u dětí předškolního věku potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 8. 4. 2019

.....

podpis

Děkuji doc. PaedDr. Miloši Kodejškovi, Csc. za odborné vedení a cenné rady, které mi poskytl během zpracování mé bakalářské práce. Dále děkuji rodině a přátelům za podporu a pomoc.

ABSTRAKT

Bakalářská práce zdůrazní význam zdravotních zásad a hygienických návyků prostřednictvím čtyř hudebních činností u dětí předškolního věku. Prostředkem prohlubování zdravotních zásad a hygienických návyků budou autorské písničky a říkanky, instrumentované ze třech hledisek: psychologické (přiměřenost k charakteru vnímání a úrovni psychických vlastností), umělecké (vhodnost instrumentace a rytmicko-melodické struktury z hlediska možností hudebního projevu předškolních dětí), etické (vytváření postojů jako relativně trvalých hodnot utvářející se osobnosti).

Řešení bakalářské práce se uskuteční na vzorku dětí pětiletých až šestiletých v běžné mateřské škole prostřednictvím autorského hudebního programu. Bude vyhodnocen na základě empirické validizace. Efektivita průzkumu bude prohloubena pozorováním dětí a rozhovory s rodiči.

Na závěr bakalářské práce autorka vypíše nejdůležitější zkušenosti a náměty pro hudebně pedagogickou praxi.

KLÍČOVÁ SLOVA

Předškolní dítě, zdraví a hygiena, projektová metoda, prožitkové učení, hudební činnosti, emoce, hudební prožitek.

ABSTRACT

This Bachelor thesis will emphasize the importance of health principles and sanitary habits through for musical activities of pre-school children. As means of deepening of health principles and sanitary habits will be used both original songs and poems composed from three perspectives: psychological (adequacy in terms of the character of perception and level of psychological characteristics), artistic (adequacy of instrumentation and rhythmic-melodic structure in terms of possibilities of musical expression of pre-school children), and ethical (creating attitudes as relatively permanent values of a forming personality).

The research will be carried out using a sample of 5 to 6 year-old children in an ordinary kindergarten participating in a musical performance. It will be evaluated based on empirical validation. The effectivity of the research will be deepened by observing children and interviews with the children's parents.

At the end, the author of the thesis will summarize the most important experience and propose ideas for musical-pedagogical practice.

KEYWORDS

Pre-school child, health and sanitary, project method, experiential learning, musical activities, emotion, musical experience.

OBSAH

ÚVOD.....	8
I. TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1 Osobnost dítěte předškolního věku.....	9
1.1 Emoční vývoj.....	11
1.1.1 Prožívání dítěte.....	12
1.2 Vývoj paměti a učení.....	12
1.3 Socializace dítěte.....	12
2 Podpora zdraví v mateřské škole.....	14
2.1 RVP PV v souvislosti se zdravím a hygienou.....	14
2.2 Zásady podpory zdraví v MŠ.....	16
2.2.1 Denní režim v MŠ.....	17
3 Pedagogické přístupy ke vzdělávání předškolních dětí.....	18
3.1 Projektové metoda.....	19
3.1.1 Projektové vyučování.....	21
4 Hudba jako prostředek k rozvoji dítěte předškolního věku.....	22
4.1 Hudební činnosti v MŠ.....	23
4.2 Hudební prožitek.....	25
4.2.1 Prožitkové učení.....	26
II. PRAKTICKÁ ČÁST.....	27
5 Výzkumné šetření.....	27
5.1 Předmět výzkumu.....	27
5.2 Cíl výzkumu.....	27
5.3 Pracovní hypotézy.....	27
5.4 Metody výzkumu.....	28

5.4.1	Pedagogický projekt	28
5.4.1.1	Autorský hudební program „Zpíváme Zdravíčkoví“	28
5.4.1.2	Organizace pedagogického projektu	41
5.4.2	Zúčastněné pozorování	42
5.4.3	Pozorování	42
5.4.4	Rozhovor.....	42
5.5	Organizace výzkumu.....	44
5.6	Vyhodnocení pedagogického projektu.....	44
5.6.1	Vyhodnocení zúčastněného pozorování	44
5.6.2	Vyhodnocení pozorování	47
5.6.3	Vyhodnocení rozhovorů	51
5.6.3.1	Rozhovor č. 1.....	51
5.6.3.2	Rozhovor č. 2.....	53
5.7	Vyhodnocení pracovních hypotéz.....	55
6	Metodické závěry do praxe.....	57
ZÁVĚR	59
Seznam použitých zdrojů.....		60
Seznam příloh		62

ÚVOD

Dnešní doba přináší množství materiálních vymožeností, které lidem mnohdy usnadňují život a mohou v nich vyvolat i pocit štěstí. Je otázkou, jak intenzivní a dlouhodobý tento pocit je a jestli je pro člověka dostačující. Moderní doba život v něčem usnadňuje a zjednodušuje, na druhé straně se díky ní život stává neustále složitějším a lidé se od sebe vzdalují. Lidské vztahy se stávají komplikovanějšími, lidé spolu stále méně komunikují a osobně se nesetkávají. Prostředníkem komunikace se stávají sociální sítě, které mohou postrádat pravdivost a hloubku emocí.

Dítě předškolního věku potřebuje hlavně lásku a pochopení. Na přetechnizovaném světě ještě není tolik závislé. Ovšem bránit mu vymoženostem moderní doby není možné a je třeba je vyvážit aktivní a tvořivou činností, která je dítěti nadmíru blízká. Mezi vhodné prostředky, které dítě rozvíjejí, patří hudba a pohyb s ní spojený. Dítě přirozeně rádo zpívá, tancuje, rytmizuje a hraje na hudební nástroj. Dítěti tyto činnosti přinášejí radost a uspokojení. Hudební činnosti se díky těmto přednostem mohou stát vhodnými prostředky k předávání poznatků a dovedností.

Této skutečnosti využiji ve své bakalářské práci. Jako učitelka v mateřské škole jsem měla možnost setkat se i s tématy, která pro dítě nebyla příliš poutavá a záživná. Proto se snažím je obohatit něčím, co dítě baví, co mu přináší pozitivní prožitek a uspokojení. Mezi témata, se kterými se děti v mateřské škole seznamují patří zdraví a hygiena. Je to oblast, která je pro zdraví vývoj dítěte důležitá. V mateřské škole, ve které pracuji jako učitelka, toto téma obohatím o hudební program „Zpíváme Zdravíčkoví“, ve kterém mi mé hudební vzdělání na konzervatoři dopomůže ke skladbě autorských písniček a říkanek.

Důležitým hlediskem této bakalářské práce budou teoretické znalosti vývojové psychologie dítěte a zdůraznění významu hygieny a zdraví dítěte. Hudební činnosti, projektová metoda a prožitkové učení budou hlavními aspekty praktické části bakalářské práce.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 Osobnost dítěte předškolního věku

Pokud chceme dítěti předškolního věku porozumět a zvolit k němu správný postoj, musíme znát jeho specifika a potřeby. V této kapitole vymezíme základní rysy vývoje dítěte předškolního věku.

Psychika dítěte předškolního věku se vyznačuje živostí a odvážnou fantazií. Tyto dva rysy dítě ještě nespojuje s pozdější racionalitou a kázní. Dítě předškolního věku je velmi zvědavé a častou otázkou „Proč“ si vytváří obraz o světě. Důležitým mezníkem předškoláka je začlenění člověka do společnosti – socializace. Dítě se postupně odpoutává od rodiny, učí se navazovat kontakty s jinými vrstevníky a dospělými. (Říčan, 1989)

Vyvíjí se i způsob, jakým dítě nazírá na svět, jak jej vnímá a co ho zajímá. Vágnerová dělí tento proces vnímání světa na několik způsobů:

- *„Centrace je subjektivně podmíněná redukce informací. Je to tendence k ulpívání na jednom, obvykle percepčně nápadném znaku, který je považován za podstatný, a přehlížení jiných, méně výrazných, když mnohdy objektivně významnějších. Předškolní děti nedovedou uvažovat komplexněji, vzít v úvahu více než jeden aspekt situace. Poznávací **egocentrismus** se projevuje ulpíváním na vlastním názoru a opomíjením jiných, které mohou být odlišné. Egocentrický způsob uvažování zahrnuje přesvědčení, že tento názor je jediný možný, jde o předpoklad apriorní správnosti a platnosti. Předškolní dítě nechápe, proč by mělo posuzovat situaci z více hledisek. Jestliže chybí představa o možné pluralitě názorů, pak schází impulz k hledání objektivní pravdy. S egocentrismem je spojena tendence zkreslovat úsudky na základě vlastního postoje a preferencí.*
- ***Fenomenismus**, tj. důraz na určitou, zjevnou podobu světa, eventuálně na takovou představu. Pro dítě je důležité, jak se mu situace jeví. Svět je pro ně takový, jak vypadá, jeho podstatu vesměs ztotožňuje s viditelnými znaky. Z toho důvodu například odmítá akceptovat, že velryba není ryba.*

- **Prezentismus**, tj. přetrvávající vázanost na přítomnost, na aktuální podobu světa, která s fenomenismem souvisí. Významnost aktuálně vnímaného obrazu světa spočívá v tom, že **představuje subjektivní jistotu**: je to doopravdy tak, protože dítě to tak vidí a může se o tom opakovaně přesvědčit.“ (Vágnerová, 2012, s. 178.)

Vágnerová dále popisuje, jakým způsobem tyto informace dítě zpracovává a jak je interpretuje:

- „**Magičnost**, tj. tendence pomáhat si při interpretaci dní v reálném světě fantazií a tak jeho poznání zkreslovat. Předškolní děti mezi skutečností a fantazijní produkcí ještě příliš nerozlišují.
- **Animismus, resp. antropomorfismus**, tj. přičítání vlastností živých, resp. lidských bytostí i neživým objektům. Dítě světu lépe rozumí, když jej může takto interpretovat. Modelem, podle něhož analogicky vysvětluje různé dění, je jeho vlastní prožívání a chování. Předškolní děti jsou přesvědčeni, že fyzikální pohyb a proměny také sledují nějaké cíle a jsou nějakým způsobem motivovány atd. Např. sluníčko jde po obloze, řeka běží přes kameny, utíká do moře atd. Děti předškolního věku umí odlišit živé a neživé, ale stále ještě jsou schopné tyto rozdíly přehlížet a očekávat od neživých věcí projevy živých bytostí. Např. předškolní chlapec ostříhal plyšové kočce chlupy a velice se divil, když se jeho matka zlobila. Argumentoval tím, že jí přece znovu narostou, tak jako jemu narostly vlasy. (Strašíková, 2000)
- **Arteficialismus** je způsob výkladu vzniku okolního světa, resp. jeho typických znaků: někdo (rozumí se, že nejspíš nějaký člověk) jej udělal. Hvězdy a měsíc dal na oblohu, napustil vodu do rybníka, na něm udělal do rána led apod. Hory vznikly tak, že někdo nasázel kameny a ty mu vyrostly atd. To platí i pro lidské tělo, např. čtyřletý chlapec došel k závěru, že otvory do jeho těla někdo udělal vrtačkou.
- **Absolutismus**, tj. přesvědčení, že každé poznání musí mít definitivní a jednoznačnou platnost. Tato tendence je jedním z projevů dětské potřeby jistoty. Relativita názorů dospělých je pro předškolní děti nepochopitelná. Příkladem může být reakce předškolního chlapce na reklamu vychvalující zubní pastu

značky X jako nejlepší. Chlapec ji odmítl s tím, že nejlepší je jiná, protože to tak říkali minule.“ (Vágnerová, 2012, s. 178-179.)

Mezi nejčastější a nejdůležitější činnost dítěte je hra. Pro dítě předškolního věku je hra prostředkem k poznávání, relaxaci a k naplnění fantazijních představ, které jsou nedílnou součástí tohoto období. Hrou si dítě interpretuje realitu tak, aby jí rozumělo a aby pro něho byla přijatelná. Košťátková (Košťátková, 2005) ve své publikaci popisuje, že si dítě nehraje vědomě proto, aby se něco naučilo, ale proto, že ho to těší, zajímá a něco konkrétního chce prozkoumat. Teprve poté prostřednictvím hry získá zkušenosti nebo se něco naučí.

Nastavit situaci tak, aby dítě ani nepostřehlo, že se učí a neztratila se jeho radost, pozornost a aktivita, je mnohdy těžší, než dítěti pouze něco deklamovat. Při pouhém promlouvání k dítěti se ztrácí účinek zapamatování, myšlení a vlastního přispění dítěte. (Košťátková, 2014)

Dále se budeme podrobněji věnovat oblastem emočního, sociálního vývoje a vývoje paměti a učení, které úzce souvisí s naší výzkumnou částí bakalářské práce.

1.1 Emoční vývoj

Emoce jsou od narození dítěte prvním prostředkem komunikace, ve které sděluje své tělesné potřeby a stavy pomocí výrazů libosti a nelibosti. Dítě dává emocemi najevo své pocity, které informují rodiče k naplnění jeho potřeb.

Právě kladný emoční vztah matky je pro dítě základním předpokladem k příznivému vývoji osobnosti. (Čáp, Mareš, 2001)

Důležitou součástí emočního vývoje je postupná kontrola vlastního emočního prožívání a vyjadřování emocí a rozvoj empatie.

Dítě předškolního věku si nejlépe pamatuje materiál, který ho citově zasáhne, ať už pozitivně či negativně. Dítě si materiál zapamatuje obrazně, citově a živelně bez žádného úsilí zapamatovat si. Dokážeme si vybavit, jak dítě bezproblémově zazpívá píseň nebo odříká děj pohádky, aniž by se ho učilo nazpaměť. Tyto aspekty emočního vývoje byly využity ve výzkumné části bakalářské práce. Na základě vyvolání emocí u dětí byla probuzena zvědavost a touha po uskutečnění připravených činností.

Emoce se velkou měrou podílejí na prožívání dítěte.

1.1.1 Prožívání dítěte

Prožívání dítěte předškolního věku je intenzivní a postupně se ho učí regulovat. Dítě předškolního věku má stabilnější a vyrovnanější emoční prožívání než v batolecím věku. Jeho emoce snadno přecházejí z jedné na druhou (smích a pláč) a většina prožitků se váže na aktuální situace, které jsou spojeny s momentálním uspokojením či neuspokojením. Emoční paměť dítěte se postupně rozvíjí a dokáže si vybavit pocity z dřívější doby. (Vágnerová, 2012)

1.2 Vývoj paměti a učení

V předškolním věku se zlepšuje jak krátkodobá, tak dlouhodobá paměť. Vzájemně se rozvíjí s ostatními kognitivními schopnostmi. Paměť těmto schopnostem napomáhá v rozvoji. Také vývoj myšlení dítěte předškolního věku se vyvíjí a postupně umožňuje kvalitně zpracovat a uchovat různé informace. Míra informovanosti o určité oblasti přispívá k zapamatování nějakého poznatku. Možná právě dětské uvažování, které neobsahuje všechny souvislosti a limitovaný okruh znalostí, může mít vliv na to, že si dítě předškolního věku tolik nepamatuje. V tomto období ale postupně narůstá množství zapamatovaných informací, které později dítě dokáže propojit do smysluplných celků, které jsou spojeny různými souvislostmi a vztahy. Dítě si zapamatuje poznatek náhodně a bez předchozího úmyslu. Také nepřemýšlí o tom, jak si poznatek lépe zapamatovat.

Newman (1990) ve svém výzkumu zjistil, že si čtyřleté i pětileté děti zapamatovaly více hraček při pokynu, aby si s nimi hrály, než při pokynu, aby si hračky pouze zapamatovaly. Z tohoto tvrzení bychom měli vzít v úvahu, že si dítě předškolního věku lépe zapamatuje cokoli, co souvisí s nějakou aktivitou vyvolávající prožitek. (Schneider a Bjorklund, 1998; Siegler a kol., 2003 in Vágnerová, 2012)

1.3 Socializace dítěte

„Socializace je komplexním celoživotním procesem, kterým si člověk osvojuje kulturu a formuje se jako sociální a individuální bytost. Jedná se o začleňování jedince do systému společenských vztahů postupné vytváření vazeb s jinými lidmi.“ (Matoušek, 2008, s. 193.)

Podle Mertina a Gillernové (Mertin, Gillernová, 2010) v celém procesu socializace dítěte předškolního věku dochází ke změnám ve třech klíčových rovinách. V první rovině dochází ke zkvalitnění a vývoji sociální reaktivity, který plynule probíhá od narození. V předškolním období se dítě seznamuje s odlišnými vztahy s vrstevníky, rodiči, sourozenci, prarodiči a cizími dospělými. Ve druhé rovině dochází k vývoji sociálních kontrol, ve kterém dítě přijímá a přijme normy, které stanovují společensky žádoucí chování. Ve třetí rovině dochází k osvojování sociálních rolí. Tato rovina je velmi významná a probíhá uvnitř i vně rodiny. V rodině dítě pozoruje chování otce a matky. Výsledky pozorování uplatňuje, trénuje a modifikuje již i mimo rodinu. Většinou ve skupině vrstevníků nebo právě v mateřské škole. Dítě předškolního věku je schopno samo nazvat několik rolí, které zastává – jsem syn, kamarád, kluk, lyžař apod.

Podle Říčana (Říčan, 1990) předškolní dítě obratně střídá různé role k různým lidem (jinou roli vůči rodičům, jinou roli k učitelce, jinou roli k dětem). Náš společenský život se skládá z hraní rolí, není na tom nic špatného.

U předškoláka se zvyšuje potřeba vztahu s vrstevníky. Dítě navazuje sice krátkodobé, ale intenzivní přátelské vztahy. Začíná být pro něj důležité postavení ve skupině vrstevníků a není mu lhostejné, co si o něm děti myslí. Učí se spolupracovat a komunikovat, respektovat i jiný názor a být empatický. Důležitý je rozvoj prosociálního chování, které se charakterizuje jako pozitivní a respektující ostatní.

2 Podpora zdraví v mateřské škole

Podpora zdraví v mateřské škole (dále jen MŠ) patří mezi nejdůležitější hlediska předškolního vzdělávání (dále jen PV). Podpora zdraví je ucelený soubor několika aspektů, které vzdělávání v MŠ ovlivňují. Týkají se nejen předáváním a prohlubováním hygienických návyků u dětí, ale i celkového klimatu v MŠ, komunikace a spolupráce s rodiči a dalšími institucemi ovlivňující PV, celkového klimatu v MŠ, zdravé výživy, pobytu na čerstvém vzduchu, pohybu a odpočinku. Důležitým faktorem je i interní spolupráce v MŠ, vztahy mezi učiteli a vedením školy a samotnými zaměstnanci školy. Mezi další důležité faktory ovlivňující nejen zdraví dítěte, ale i jeho psychickou pohodu, patří respektování potřeb každého dítěte, vyrovnanost spontánních a řízených činností a stanovení pravidel a rituálů, které dítě provází během celého dne.

Podpora zdraví v MŠ se opírá o právní legislativu a vzdělávací kurikulum. Provoz školních jídelen se řídí vyhláškou číslo 107/2005 Sb. o školním stravování ve znění pozdějších předpisů, Školským zákonem č. 561/2004, zákonem o ochraně veřejného zdraví č. 258/2000 Sb. ve znění pozdějších předpisů, vyhláškou č. 137/2004 o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných, ve znění pozdějších předpisů, nařízení ES č. 852/2004 o hygieně potravin. Jídelníček v MŠ je sestavován na základě zdravé výživy a dodržování spotřebního koše sledovaných potravin.

Základním kurikulárním dokumentem předškolního vzdělávání je Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (dále jen RVP PV) jehož poslední úprava nabyla účinnosti 1. 1. 2018.

2.1 RVP PV v souvislosti se zdravím a hygienou

RVP PV vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla PV. Těmito pravidly se řídí školy zařazené do sítě škol a školských zařízení. RVP PV je základním a závazným dokumentem pro tvorbu Školních vzdělávacích programů (dále jen ŠVP). Je veřejným dokumentem, přístupným pro pedagogickou i nepedagogickou veřejnost.

RVP PV stanovuje hlavní principy, úkoly a cíle PV. Klíčové kompetence směřují k vyjádření cílové kategorie v podobě výstupů. Jsou to soubory předpokládaných vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro rozvoj a uplatnění

každého jedince. V roce 2012 se přílohou RVP PV staly Konkretizované očekávané výstupy RVP PV. Tyto výstupy upřesňují to, co by mělo dítě zpravidla na konci PV dokázat.

Vzdělávací obsah RVP PV je uspořádán do pěti vzdělávacích oblastí: Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět. Vzdělávací oblasti se v PV vzájemně prolínají a navazují na sebe. Zdraví a hygiena je respektována a obsažena ve všech pěti oblastech.

Záměrem oblasti Dítě a jeho tělo je stimulace a podpora růstového a neurosvalového vývoje dítěte, fyzické a tělesné zdatnosti, pohybové a manipulační dovednosti, rozvoj sebeobsluhy a vedení ke zdravým životním návykům a postojům. Mezi očekávané výstupy biologické oblasti patří i schopnost dítěte rozlišovat, co prospívá zdraví a co mu škodí. Dále pak mít povědomí o významu péče o čistotu a zdraví, o významu aktivního pohybu a zdravé výživy. Dále by dítě na konci předškolního období mělo mít povědomí o některých způsobech ochrany zdraví a bezpečí.

V oblasti Dítě a jeho psychika je mimo jiné důležitá podpora duševní pohody, psychické zdatnosti a odolnosti dítěte. Tato oblast se dělí na tři podoblasti, a to Jazyk a řeč, Poznávací schopnosti a funkce a Sebepojetí, city, vůle. Mezi dílčí cíle těchto podoblastí, které se dotýkají zdraví a hygieny, patří například poznávání sebe sama, uvědomění si vlastní identity, osobní spokojenosti, získání sebevědomí a sebedůvěry, citové samostatnosti. Důležitý je i rozvoj schopnosti citové vztahy vytvářet, rozvíjet je a city plně prožívat.

V oblasti Dítě a ten druhý je důležitá podpora utváření vztahů dítěte k jinému dítěti či dospělému a rozvoj vzájemné komunikace. Důležité je také zajišťovat pohodu těchto vztahů. Posilování prosociálního chování, seznamování s pravidly ve vztahu k druhému a rozvoj sociální citlivosti, tolerance a respektu k druhým lidem patří mezi dílčí vzdělávací cíle této oblasti.

Záměrem vzdělávání v oblasti Dítě a společnost je uvedení dítěte do společnosti ostatních lidí a seznámení s pravidly soužití s ostatními. Součástí tohoto záměru je i umožnit dítěti aktivně se podílet na utváření společenské pohody ve svém sociálním prostředí.

Poslední oblast Dítě a svět vytváří elementární základy pro otevřený a odpovědný postoj dítěte k životnímu prostředí. Důležité v této oblasti je uvědomění si toho, že pokud se k životnímu prostředí chováme správně, pak se nám i lépe žije.

Pro rodiče dětí byl vytvořen materiál Desatero pro rodiče, který předkládá přehled základních dovedností, které má dítě mít před vstupem do základní školy. I zde se uvádí několik aspektů týkajících se uplatňování zdravotních zásad a hygienických návyků jako např.:

- *„je samostatné při jídle (používá správně příbor, nalije si nápoj, stoluje čistě, používá ubrousek)*
- *svlékne se, oblékne i obuje (zapne a rozepne zip i malé knoflíky, zaváže si tkaničky, oblékne si čepici, rukavice)*
- *zvládá samostatně osobní hygienu (používá kapesník, umí se vysmrkat, umyje a osuší si ruce, použije toaletní papír, použije splachovací zařízení, uklidí po sobě)“ (Desatero pro rodiče dětí předškolního věku. MŠMT, 2016, s. 1.)*

2.2 Zásady podpory zdraví v MŠ

Základním pilířem RVP PV je tvorba podmínek pro pohodu a zdraví dítěte v MŠ. RVP PV definuje podmínky PV jako věcné podmínky, životospráva, psychosociální podmínky, organizace, řízení MŠ, personální a pedagogické zajištění a spoluúčast rodičů.

Kurikulum podpory zdraví v MŠ uvádí zásady podpory zdraví jako podmínky formálního kurikula. Zásady podpory zdraví definuje:

1. Učitelka podporující zdraví
2. Věkově smíšené třídy
3. Rytmičtý řád života a dne
4. Tělesná pohoda a volný pohyb
5. Správná výživa
6. Spontánní hra
7. Podnětné věcné prostředí
8. Bezpečné sociální prostředí
9. Participativní a týmové řízení

10. Partnerské vztahy s rodiči
11. Spolupráce MŠ se základní školou
12. Začlenění MŠ do života obce

Z uvedeného je patrné, že jak Kurikulum podpory zdraví, tak RVP PV oblast zdraví a hygieny neopomíjí. V jednotlivých oblastech jsou podrobně popsány podmínky pro podporu zdraví v MŠ tak, aby příznivě ovlivňovaly kvalitu poskytovaného vzdělávání.

2.2.1 Denní režim v MŠ

Denní režim v MŠ zabezpečuje rytmický řád, který vnáší do života dítěte pocit bezpečí a klidu. Pomáhá uspokojovat základní potřeby dítěte v závislosti na čase a denním rytmu tak, aby co nejvíce vyhovoval potřebám dítěte. Významně přispívá k pozitivnímu klimatu MŠ. Je dostatečně pružný, reaguje na individuální možnosti dětí a na jejich aktuální potřeby. Havlínová popisuje hlavní zásady uspořádání dne ve čtyřech bodech:

1. *„Sladit potřebu svobody a potřebu řádu. Vyvážení obou je podmínkou pro zdravý vývoj předškolního dítěte.*
2. *Založit uspořádání dne na potřebách zdravé životosprávy dítěte.*
3. *Den uspořádat tak, aby poskytoval dostatek prostoru pro hlavní seberozvíjející činnost dítěte – hru.*
4. *Při uspořádání dne vycházet z konkrétní situace dětí a školy.“* (Havlínová, 1995, s. 63.)

K podpoře správné životosprávy dítěte je potřeba poskytovat mu plnohodnotnou a vyváženou stravu, zachovávat vhodnou skladbu jídelníčku a zajišťovat dostatek tekutin v MŠ. Důležitý je každodenní a dostatečný pohyb venku, který umožňuje dětem dostatek volného pohybu. Potřeba aktivity by měla být adekvátně vyvážená potřebou spánku a odpočinku jednotlivých dětí. Nesmíme zapomínat, že i učitelé by se sami měli chovat podle zásad zdravého životního stylu a poskytovat tak dětem přirozený vzor.

3 Pedagogické přístupy ke vzdělávání předškolních dětí

Výchovou dítěte se pravděpodobně lidstvo zabývalo odjakživa. Pohled na pedagogické přístupy ve vzdělávání procházel dynamickými změnami, avšak vývoj názorů na výchovu malého dítěte byl o poznání pomalejší. Po dlouhá léta převažoval názor, že výchova malého dítěte je přirozená věc, každý si s ní poradí a dítě přijme vše, co mu nabídneme. V období humanismu a renesance docházelo k citlivějšímu přístupu k dítěti. Výchova dítěte pozvolna získávala vyšší hodnotu a tím se otevírala cesta k novému společenskému postavení dítěte. Jan Amos Komenský ve svém díle otevírá nový pohled na dítě a jeho hodnotu. Děti vnímal jako nejnadějnější příslib lidstva a záruku správného vývoje celé společnosti. Svými výroky, které můžeme najít ve spisu *Velká didaktika*, podporuje užitečnost celostního učení dítěte: „*Člověk je harmonií.*“, „*...vždy přijít s něčím novým, zajímavým.*“ (Komenský in Kratochvílová, 2006, s. 24.) Postupně se vznikem veřejných institucí se měnil vliv na teorii a praxi předškolní výchovy. Vznikaly nové cíle, metody a přístupy k výchově dítěte. (Opravilová, 2016)

Na sklonku 19. století se poprvé objevila kritika výchovy a vzdělávání. Docházelo k nespokojenosti s tradiční školou. Byl vznesen požadavek nové školy s uznáním dítěte jako osobnosti. Ellen Keyová označila 20. století za století dítěte. Postupně docházelo k reformaci výchovy a vzdělávání. Dítě začalo být vnímáno jako osobnost se svou vlastní jedinečností. Výchova kladla hlavní důraz na přirozenost dítěte, jeho zkušenosti a vycházela z vnitřního zájmu dítěte.

Koncem 19. století zasáhl školství filosofický směr pragmatická pedagogika: „*Za kritérium pravdy je v ní považována užitečnost, hodnota, úspěšnost. Pravdivé je to, co se osvědčuje praktickými důsledky. Pragmatická pedagogika chápe vzdělávání jako nástroj řešení problémů, se kterými se člověk setkává v praktickém životě. Základním pojmem je zkušenost získaná v individuální praxi a experiment.*“ (Kratochvílová, 2006, s. 25.) Průvodcem dítěte je učitel, který je schopen realističtějšího úsudku vyplývajícího z víceletých životních zkušeností. Hlavním představitelem a zakladatelem pragmatické pedagogiky byl John Dewey a Wiliam Heard Kilpatrick. John Dewey ve svém pedagogickém systému spojil psychologické hledisko se sociologickým. Pedagogický obsah a metody přizpůsoboval dětské psychice a zároveň výchovu podmiňoval i

potřebám společnosti. Velkou naději vkládal ve spojení školy se životem. Společnost se stává pro život jednotlivce významnou.

Podle Deweyho by škola měla být prostředkem k poskytování zkušenosti žákům. Učební látka by měla člověka zaměstnat ve zvláštních činnostech, měla by mít cíl nebo důležitý účel nebo zájem pro člověka samotného. Učební látka by měla rozvíjet myšlení člověka. Dewey zavedl pojem *learning by doing*, ve kterém nejde jen o pamětné memorování. (Dewey, 1932) Dewey tvrdí, že „...gram zkušenosti lepší než tuna teorie proto, že teorie má životný a ověřitelný význam jedině ve zkušenosti. Myšlení začíná tam, kde vznikají nějaké nesnáze.“ (Dewey in Uher, 1930, s. 95.) I když v díle Deweyho nenajdeme slovo *projekt*, je v USA vnímán jako „jeden z nejranějších mistrů přístupu k projektu“ (Henry, 1994, s. 41.), neboť vytvořil její teoretický rámec.

3.1 Projektové metoda

Zakladatelem projektové metody je William Heard Kilpatrick. Zasloužil se o začlenění pragmatické pedagogiky do škol a prosadil její obsah a metody založené na řešení problémů – tzv. projektové metody. Prosazuje aktivní účast žáka při získávání znalostí a zkušeností. Žáci jsou vedeni od praxe k docenění teorie. Jde o těsné sepejetí teorie s praxí.

Projektová metoda byla pro vyučování, nejen v USA, ale i v jiných zemích, hybnou silou pro jeho další vývoj. Počátkem 20. století se i v našich podmínkách postupně krystalizovaly snahy o nový styl vyučování. Významným mezníkem se stal První sjezd československého učitelstva a přátel školství v osvobozené vlasti, kde se propagovalo prosazení pracovní a činné školy do praxe. Konkrétní kroky pro rozvoj českého školství přinesl Václav Příhoda. Byl inspirován pobytem v USA, kde se setkal s myšlenkou pragmatické pedagogiky. Vliv Příhody na české školství byl natolik vážený, že v roce 1929 povolilo ministerstvo školství zakládání pokusných škol. Tyto školy se lišily od běžných škol jak po stránce organizační, tak i pedagogické. Projektovou metodu uznávali i další čeští pedagogové jako Rudolf Žanta či Stanislav Vrána. Jan Uher byl dalším významným teoretikem činné školy a činnostního vyučování. Zdůrazňoval aktivitu a samočinnost, živý styk se svým prostředím: „Aktivitě je možno naučit se jen aktivitou. Tedy činnost dětská namísto dřívější nucenosti. Individualizování, místo

dřívější hromadnosti.“ (Uher, s. 4.) Zásady činné školy publikoval Uher v práci Hlavní zásady didaktické s pohledem na princip činné školy.

Okupace Československa znamenala útlum reformního pedagogického hnutí i činnost pokusných reformních škol. S tímto obdobím došlo i k pozastavení projektové výuky, která se v našich zemích začala opět aplikovat v 90. letech 20. století. Slovo projekt se stával čím dál častěji skloňovaným pojmem v českém školství.

Pojem projekt nabízí několik různých definic, ve kterých však můžeme najít společné charakteristiky. Důraz je kladen na to, aby stanovený úkol byl žákům blízký a vycházel z jejich potřeb, úkol, který je nutno řešit teoretickou i praktickou činností, úkol, který vede k vytvoření adekvátního produktu. S projektem velmi úzce souvisí projektová metoda. Podle definice J. Maňáka, V. Václavíka, J. Průchy, J. Walterové aj. Mareše např.: *„Projektová metoda je vyučovací metoda, v níž jsou žáci vedeni k samostatnému zpracování určitých projektů a získávají zkušenosti praktickou činností a experimentováním. Projekty mohou mít formu integrovaných témat, praktických problémů ze životní reality nebo praktické činnosti vedoucí k vytvoření nějakého výrobku, výtvarného, či slovesného produktu.“* (Průcha, Walterová, Mareš, 2001, s. 184.)

Projektová metoda je chápána jako uspořádaný systém činností učitele a žáků, v němž převažují aktivity žáků a učitel se dostává do role podporující a poradenské. Činnosti směřují ke společnému dosažení cílů a smyslu projektu.

Charakteristické znaky projektové metody podle J. Valenty:

- 1. „Organizovaná učební činnost směřující k určitému cíli – realizaci projektu a jeho výstupu.*
- 2. Činnost, která nemůže být dopředu zcela jasně krok za krokem naplánována.*
- 3. Činnost, vyžadující aktivitu žáka a jeho samostatnost.*
- 4. Činnost tvořivá a reagující na změny v průběhu projektu.*
- 5. Činnost převážně vnitřně řízená – autoregulovaná.*
- 6. Činnost teoretická i praktická rozvíjející celou osobnost žáka a vedoucí k odpovědnosti za výsledek.*

7. Praktická činnost, zkušenost a využití teorie motivuje žáka k učení a přispívá k rozvoji jeho sebepojetí.“ (Valenta, 1993, s. 5.)

Projektová metoda není jednoduchou metodou. Je to systém činností s řadou dílčích metod výuky a forem práce.

3.1.1 Projektové vyučování

V termínu projektového vyučování je zdůrazňována aktivita a samostatnost žáka, na kterého je kladen důraz jako na subjekt vzdělávání, subjekt učící se. Učitel je brán jako zkušenější podporovatel žáka, který mu pomáhá v dosažení daného cíle projektu. Žák i učitel jsou ve vzájemné interakci. Důležitým znakem projektového vyučování je, že žáci projekt realizují od plánování až po vytvoření odpovídajícího produktu. Projektové vyučování definujeme jako výuku založenou na projektové metodě. Podstatnou částí projektového vyučování je prezentace výstupu projektu, která zahrnuje představení výsledku, k němuž žák nebo žáci dospěli. Jednou z možností prezentace může být taková forma, která umožní účast rodičů, kteří tak získají zpětnou vazbu o činnosti školy a výsledcích svého dítěte. (Kratochvílová, 2006)

4 Hudba jako prostředek k rozvoji dítěte předškolního věku

„Hudba velmi prospívá zdraví, když ji náležitě užíváme.“

PYTHAGORAS

Pohyb spojený s hudbou a slovem je u malého dítěte nejpřirozenějším estetickým projevem. Dítě předškolního věku si často hraje hry, které jsou spojené se všemi výrazovými prostředky jako je hudba, pohyb, mimika a slovo. Tímto spojením se dítě dokáže přirozeně všestranně vyjádřit. Právě tato skutečnost by mohla podpořit myšlenku přirozeného využití hudby k rozvoji obecných dovedností dítěte předškolního věku.

Výchově uměním se v minulosti zabývalo několik osob, které ji podporovali a považovali za užitečnou a efektivní. Holešovský stanovil cíl výchovy uměním jako: *„rozvoj uměleckých a estetických vztahů ke skutečnosti a jejich prostřednictvím rozvoj citů, poznání, vůle a charakteru, všeobecná kultivace jedince a společnosti“*. (Holešovský, 1967, s. 141.)

Podle Uždila (Uždil, 1988) je umění nejvyšším vrcholem lidstva a je v něm shromážděno harmonické vyrovnaní a zosobněno poznání, ke kterému směřuje i výchova. Pochopení a poznání umění může působit hlouběji a trvaleji oproti logickému argumentu. Zasahuje naše nitro, prohlubuje naši představivost a hlavně zůstává v našem citění. Člověk se nevyrovnává s okolním prostředím a jeho zákonitostmi pouze rozumově, ale také smyslově a citově. Proto vedle vědy musí stát poznání a zkušenost, která vede k harmonické výchově.

Estetická výchova by se měla podporovat již od útlého věku dítěte. Předškolní období je známé jako nejrychlejší období růstu a vývoje v celém lidském životě. Právě proto bychom neměli toto období opomíjet, ale naopak podporovat a hledat nejlepší možné metody k rozvoji dítěte. Základ estetického vztahu tvoří estetický zážitek, který se projevuje pomocí citové odezvy a prvkem hodnocení. Estetický vztah souvisí se smyslovou oblastí člověka, s fantazií, myšlením a celkovým snažením člověka. Z tohoto tvrzení je zřejmé, že se estetický vztah dotýká celé lidské osobnosti a může ovlivnit jeho poměr ke světu, přírodě, k lidskému společenství i k sobě samému. Estetický vztah

rozvíjí myšlení, cítění i vůli a podporuje plnější chápání a prožívání světa. (Čapková, Mišurcová, 1978)

Dítě předškolního věku napodobuje a přejímá základní způsoby lidského chování a lidských vlastností od těch, kteří se na jeho výchově podílejí.

Podle Kodejšky (Kodejška, 2002) má rodina odjakživa velký vliv na vývoj dítěte. V ideální rodině si rodiče všímají problémů a potřeb dítěte, tráví s ním potřebný čas a projevují mu základní lidské vlastnosti jako je laskavost, spolehlivost, čestnost, věrnost aj. Tyto pocity se mohou uchovat v dítěti a stát se jeho trvalými vlastnostmi. Pokud má rodič podporovat dětské potřeby, je jisté, že jednou z nich je rozvoj citové složky dítěte. Hudba je jedním z nejlepších prostředků probuzení citů. Pobyt v matčině náruči a poslech jejího zpěvu ukolébavky je nezapomenutelný. Matka předává dítěti pocit bezpečí, uklidňuje ho a dokáže vytvořit intimní atmosféru. Vztah k hudbě nestačí podporovat pouze v předškolních zařízeních. Musí se rozvíjet i v rodině, která je braná za prostředí, ve kterém dítě může hudební činnosti plně uskutečňovat.

Také učitelé v MŠ mají velký vliv na vývoj dítěte, který souvisí s rozvojem jeho hudebnosti. Učitelé by měli využívat hudební činnosti, které dítě přirozeně používá. Tyto činnosti v dítěti probouzí nadšení a právě proto by se prostřednictvím nich mohlo něco naučit.

4.1 Hudební činnosti v MŠ

Již na začátku 19. století v prvních opatrovnám zastupovala hudební výchova místo v denních činnostech dětí. K tomu přispěl J. V. Svoboda svým dílem Školka, ve kterém propojoval zpěv s ostatními výchovnými činnostmi. Od té doby prošla hudební výchova určitými změnami. Od konce šedesátých do poloviny sedmdesátých let se často zapomínalo na dětskou psychiku a díky tomu mělo dítě menší možnost rozvíjet své tvořivé schopnosti a aktivitu. Hudební činnosti spočívaly spíše ve zpěvu nebo v poslechu písní a nebyly propojeny s pohybovými a instrumentálními činnostmi. Od konce 70. let se postupně začaly propojovat všechny čtyři hudební činnosti – poslechové, pěvecké, instrumentální a hudebně-pohybové.

Kodejška (Kodejška, 2002) každou hudební činnost popisuje samostatně, ale zdůrazňuje, že hudební výchova má značný výchovný význam ve chvíli, kdy se jednotlivé hudební činnosti užitečně a vzájemně propojují.

1. Poslechové činnosti:

Dítě bychom při poslechu hudby měli správně motivovat a tím podpořit jeho zájem. Důležitá je také hudební připravenost učitelek v mateřských školách. Nemůžeme zanedbávat živou hudbu a poslech hudby rozvíjet pouze pomocí puštěných ukázek. Opakování dětských skladeb nebo písní v jiných činnostech zajistí hlubší vztah k hudbě. Učitelka i děti by měly hodnotit hudebně poslechové aktivity.

V poslechových činnostech by se měly pětileté a šestileté děti učit rozlišovat charakteristicky různá díla a seznámit se s novými hudebně výrazovými prostředky. Důležitý je výběr skladeb pro poslech dětí, a to jednoduché sólové nebo sborové písně s instrumentálním doprovodem, vhodné orchestrální nebo sólové skladby. Rozhovor s vhodně stanovenými otázkami by měl utvářet dětské sluchové schopnosti, hudební paměť, hudební představivost a probouzet dětskou hudební tvořivost. Tyto schopnosti by se měly rozvíjet hlavně činnostmi, které se projevují ve zpěvu, hře na hudební nástroj nebo v aktivitách hudebně-pohybových.

2. Pěvecké činnosti:

Zpěv rozvíjí klíčové hudební schopnosti, formuje emocionální vztah k písni, hudbě a okolnímu světu. Při zpěvu s dětmi je důležité dbát na správné dýchání, rozezpívání a výběr vhodných písní jak po technické, tak obsahové stránce.

Pětileté a šestileté děti dokážou zazpívat písně s rozsahem větším než sexta nebo až v rozsahu oktávy. Jako užitečné se považuje korigování hlasového projevu. Pomocí náznaků pohybu melodie se u dětí velmi rozvíjí hudební představivost. Rytmizace a melodizace různých říkadel dále rozvíjí tvořivost dětí, a to ve všech věkových kategoriích.

3. Instrumentální činnosti:

Teprve v roce 1978 se instrumentální činnost dostala do hudebně-výchovných programů MŠ. V polovině šedesátých let výzkumy Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy

potvrdily význam těchto činností v rozvoji hudebnosti a v prohlubování zájmu dětí o hudbu. P. Eben a I. Hurník ve svém díle Česká Orffova škola významně přispěli k metodice instrumentálních činností, které rozvíjely hudební schopnosti a dětskou tvořivost.

Výběr Orffova instrumentáře by měl být zvolen tak, aby vkusně charakterizoval obsah říkanky nebo písně a posloupně v nárocích rozvíjel rytmické cítění dětí. Je doporučeno rozvíjet melodiku i na pentatonickém základě, ze kterého vycházejí melodie několika písní, říkadel a rozpočítadel. Děti mohou s melodickými nástroji hrát např. různě náročná melodická ostinata, hledat jednoduchou melodii pro sousloví nebo písně. S některými bicími nástroji mohou vyjadřovat rytmus nebo instrumentálně projevat citlivost pro pulzaci, metrum, různá ostinata. Nástroji mohou doprovázet pohybová cvičení, vytvářet melodický nebo rytmický doprovod.

4. Hudebně-pohybové činnosti:

V MŠ se využívají různé formy hudebně-pohybové výchovy – průpravná cvičení s hudebními nástroji z Orffova instrumentáře nebo při využití „hry na tělo“, tělesná cvičení s hudbou, taneční hry a tance, hry se zpěvy a scénická vyjádření obsahu zpívaných písní. Tyto aktivity rozvíjí hudební schopnosti, zpřesňují hudební vnímání, zlepšují pohybovou koordinaci a pomáhají k ladnosti a ušlechtilosti pohybu.

V MŠ by měly být vhodné prostorové podmínky a dostatek nástrojového i reprodukčního vybavení. Dále by si děti měly pro radostný a užitečný hudební vývoj osvojit základní pohyby jako např.: pochod, běh, poskoky, pohyby paží při klavírním nebo jiném doprovodu. Učitelé by neměli zapomínat na pohybovou improvizaci dětí, která prohlubuje emocionální prožívání i jiné mimohudební činnosti. Důležité je, aby hudebně-pohybová výchova v dětech probouzela vnitřní zájem a estetický zážitek a také vztah k obsahu, který děti vyjadřují svým pohybem.

4.2 Hudební prožitek

Podle Sedláka (Sedlák, 1990), jednou ze základních složek psychiky a lidského vědomí je prožívání, které svými psychickými procesy napomáhá pochopit naši osobu ve vztahu k okolnímu světu. Vnější svět, stav vlastního organismu a obsah vlastní psychiky a mysli může být předmětem prožívání. Prožitím něčeho začleníme vnímaný podnět a jev

do svého vědomí, ve kterém zůstane. Prožitek je vytvořený celek vzájemně propojených dílčích zážitků člověka, ve kterém se střetne právě prožívané, minulost i budoucnost.

Hudební prožitek vzniká v kontaktu s hudbou nebo v hudebních činnostech. Údiv nebo úžas obohacuje člověka o nové a neprožité pocity. Tyto pocity vyvolané hudbou zvyšují intenzitu vnímání a vysvobozují člověka z běžných, denních a často účelových prožívání. Spojením hudby a jazyka se prožitek propojí s dalšími obsahy psychiky i s jinými životními zkušenostmi a prožitky.

Hudba svým charakterem a výstavbou (melodická a harmonická napětí, vrcholy, rozvedení, kontrasty, variace) dokáže jako málokteré umění navodit estetický zážitek, zasáhnout člověka hluboce v jeho základu, vzbudit emoce a evokovat ideje a mravní postoje. Hudební prožívání a vnímání zasahuje celou osobnost, jeho šíře a rozmanitost utváří kladné vztahy člověka k okolnímu světu a tkví v něm i všestranné výchovné působení hudbou.

4.2.1 Prožitkové učení

Prožitkové učení je termín, který se užívá jako zkrácená forma pro pedagogický styl učitelky, ve kterém využívá způsob spontánního učení dítěte předškolního věku pomocí prožitku a zkušenosti. Prožitkové učení je založeno na osobních zkušenostech a citovém prožívání. V této chvíli se používá pravá polovina mozku. Pravá hemisféra chápe rychleji podstatu než detaily a funguje intuitivně. Vnímá věc spíše esteticky než logicky. Podle Vladyky (Vladyka, 2018) je učení pravou hemisférou nejefektivnější metodou. Do pravé hemisféry zařazujeme děje, obrazy a epizody, které tvoří vizuálně-epizodickou paměť. Tyto složky nejdéle udrží informaci v paměti. Je to asi 85% našich možností vnímat a zapamatovávat si.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 Výzkumné šetření

Praktická část mé bakalářské práce se bude věnovat pedagogickému projektu, který je vytvořen na bázi longitudinálního (4 měsíčního) výzkumného pedagogického šetření. Pro lepší efektivitu výsledků výzkumu jsme pedagogický projekt rozdělili do tří časových úseků, kterým jsme stanovili dílčí cíle. Metodou zjišťování bude úvodní a závěrečný rozhovor s rodiči a pozorování dětí.

5.1 Předmět výzkumu

Předmětem výzkumu bakalářské práce bude prověřit, zda hudební prožitek dokáže prohloubit motivaci k zdravotním zásadám a hygienickým návykům. K tomuto výzkumnému předmětu jsme dospěli vyvoláním touhy k rozvoji dovedností, které se mohou zdát dětem předškolního věku nudné či nepodstatné. Propojením zkušeností učitelky mateřské školy a studia hudebního oboru na Pražské konzervatoře jsme vytvořili hudební program, který by měl splňovat předmět výzkumu a který může být metodickým přínosem pro další učitele mateřských škol.

5.2 Cíl výzkumu

Cílem výzkumu bakalářské práce bude:

1. Vytvořit a následně aplikovat tematický hudební program do mateřské školy a ověřit, zda emoce, které vyvolává hudební prožitek, mohou efektivněji ovlivnit motivaci k uplatňování zdravotních zásad a hygienických návyků.
2. Zjistit, zda rodiče zaznamenali větší zájem dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků.

5.3 Pracovní hypotézy

1. hypotéza: Aplikovaný tematický hudební program probudí u dětí zájem k rozvoji dovedností, jejichž posláním je prohlubování zdravotních zásad a hygienických návyků.
2. hypotéza: Na základě rozhovorů s rodiči dětí, které prošly tematickým hudebním programem je zřejmé, že o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků začaly děti projevovat větší zájem i v domácím prostředí.

5.4 Metody výzkumu

5.4.1 Pedagogický projekt

Pedagogický projekt se skládá z vytvořeného hudebního programu s názvem „Zpíváme Zdravíčkoví“. V tomto hudebním programu budou použity pouze vlastní písničky a říkanky. Hudební program bude obsahovat 10 lekcí. Jednotlivé lekce budou probíhat v období jednoho týdne. V každé lekci bude jedna písnička nebo říkanka tematicky laděná k danému tématu zdraví a hygiena například: dobrá nálada, pohyb a odpočinek, ovoce a zelenina, mytí rukou, čištění zubů atd. Motivačním prvkem bude holá loutka, kterou si děti na základě textu písní a říkanek samy dotvoří jednotlivými detaily. Loutka bude tematicky pojmenovaná Zdravíček. Výstupem pedagogického projektu bude hudební vystoupení pro rodiče a dokončená loutka Zdravíčka, která bude děti doprovázet celý školní rok.

5.4.1.1 Autorský hudební program „Zpíváme Zdravíčkoví“

1. lekce: Oči

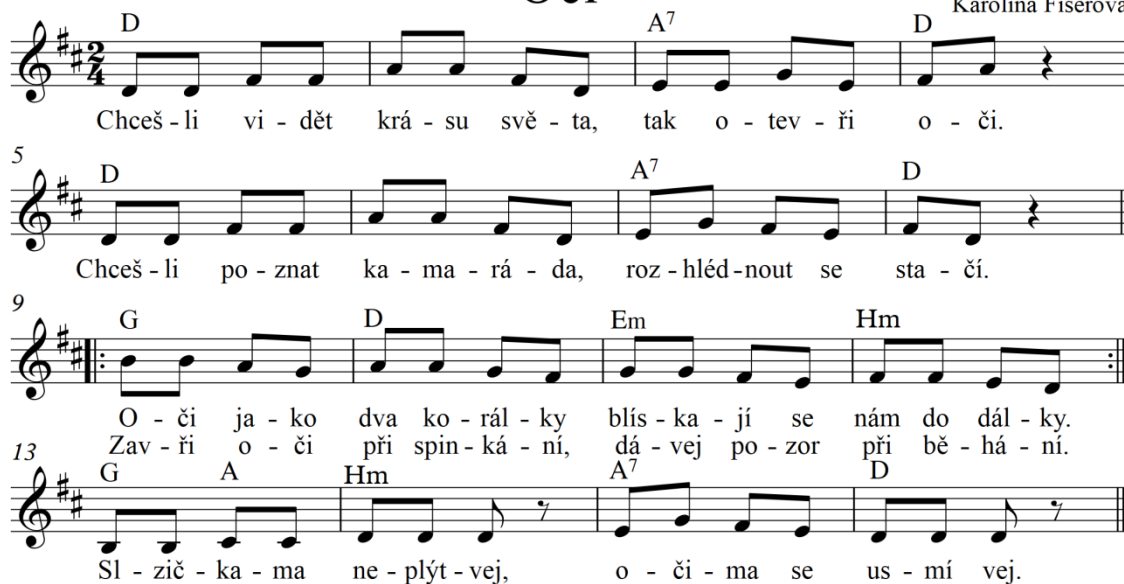
Motivace:

Děti sedí v kruhu na koberci a poprvé se seznamují s loutkou Zdravíčka. První detail, který loutce nakreslíme, budou oči. S dětmi si vyzkoušíme jaké to je mít oči zakryté, jak se při tom cítíme a k čemu oči potřebujeme.

Následně si zazpíváme písničku, ve které využijeme poslechové a pěvecké činnosti.

Oči

Karolína Fišerová



Chceš - li vi - dět krá - su svě - ta, tak o - tev - ři o - či.

Chceš - li po - znat ka - ma - rá - da, roz - hléd - nout se sta - či.

O - či ja - ko dva ko - rál - ky blís - ka - jí se nám do dál - ky.
Zav - ři o - či při spin - ká - ní, dá - vej po - zor při bě - há - ní.

Sl - zič - ka - ma ne - plýt - vej, o - či - ma se us - mí vej.

Instrumentální provedení:



dřívka (vytřukávají melodii)

malé činely

bubínek

Postřehy:

Učitelka: „*Děti, zakryjte si oči rukama a řekněte mi, jak se cítíte?*“

Chlapec 1: „*Vidím bílé čárky.*“

Dívka 1: „*Vidím černou tmou. To už znám, když jdu spinkat a zavřu oči.*“

Učitelka: „*Je vám příjemnější, když máte oči zakryté nebo odkryté?*“

Chlapec 2: „*Rád se dívám na svoje auto v pokojíčku, když mám zavřené oči, tak ho nevidím.*“

Dívka 2: „*Ráda se dívám na maminku a tatínka, když si hrajeme.*“

Učitelka: „*Na co si myslíte, že jsou oči potřeba?*“

Chlapec 3: „*Abych se podíval, jestli jede auto, když přecházím silnici.*“

Učitelka: „Výborně děti. Oči potřebujeme i k tomu, aby nás upozornily na různá nebezpečí. Také nám pomáhají najít si kamaráda a poznávat svět.“

2. lekce: Ovoce a zelenina

Motivace:

Děti sedí v kruhu na koberci a dalším detailem, který loutce nakreslíme, budou ústa. S dětmi si promluvíme o tom, jak ústa vypadají, k čemu je potřebujeme a jaké potraviny bychom měli jíst. Následně si zazpíváme písničku, ve které využijeme poslechové, pěvecké a hudebně-pohybové činnosti.

Ovoce a zelenina

Karolína Fišerová

O - vo - ce a ze - le - ni - na roz - zá - ří náš ta - lí - řek,
 5 bar - vy, chu - tě, sí - lu dá - vá na dne - šek i na zít - řek.
 9 Mr - kev chyt - ne bro - ko - li - ci, ja - blíč - ko zas hruš - tič - ku,
 13 Raj - če zpí - vá s ci - bu - lí a man - da - rin - ka s ba - ná - nem,
 ská - ka - jí si ve dne v no - ci na ze - le - ném tráv - níč - ku.
 zdra - víč - ko a sí - lu dá ti k ve - če - ru i nad rá - nem.

Hudebně-pohybové provedení:

Ovoce a zelenina rozzáří náš talířek, *(děti se ve dvojicích točí za ruce)*

barvy, chutě, sílu dává na dnešek i na zítřek. *(předvést siláka)*

Mrkev chytne brokolici, jablíčko zas hruštičku, *(dvojice se drží za ruce a skákejí dokola)*

skákají si ve dne v noci na zeleném trávníčku. *(dvojice skákejí na druhou stranu)*

Rajče zpívá s cibulí a mandarinka s banánem, *(předvést dirigování písni)*

zdravíčko a sílu dá ti k večeru i nad ránem. *(pochodování na místě)*

Postřehy:

Učitelka: „*Děti, proč si myslíte, že je důležité, abychom Zdravíčkovvi nakreslili ústa?*“

Chlapec 1: „*Aby mohl mluvit.*“

Dívka 1: „*Aby mohl zpívat.*“

Učitelka: „*To jste děti hezky odpověděly. A co všechno v ústech máme?*“

Chlapec 2: „*Zuby.*“

Dívka 2: „*Jazyk.*“

Učitelka: „*A k čemu potřebujeme zuby?*“

Chlapec 3: „*Na kousání.*“

Učitelka: „*Výborně děti. A napadne vás, co nejraději Zdravíček jí?*“

Dívka 3: „*Jablíčko.*“

Chlapec 4: „*Zeleninu.*“

Učitelka: „*A co kdybychom zazpívali Zdravíčkovvi písničku o ovoci a zelenině?*“

3. lekce: Zoubky

Motivace:

Další písnička, která souvisí s ústy, má název Zoubky. Děti jsou učitelkou vyzvány, aby přešly do umývárny. Před zrcadlem na sebe vycení zuby a pečlivě si je prohlíží. Společně si povídáme o tom, jak se máme o zoubky starat a co potřebujeme k čištění zubů. Následně si zazpíváme písničku, ve které využijeme poslechové, pěvecké a hudebně-pohybové činnosti.

Zoubky

Karolína Fišerová

Je - den zou - bek, dru - hý zou - bek, ať tu ne - ní žád - ný dro - bek,
ne - bo přij - de čer - ný kaz, rá - no, ve - čer, zas a zas.
I ty do - le, i ty v za - du, dám vám je - dnu do - brou ra - du.
Kar - tá - ček a pas - tu vem, čis - ti zoub - ky kaž - dý den,
ať jsou bí - lé ja - ko sníh a ne - bo - lí žád - ný z nich.

Hudebně-pohybové provedení:

- Jeden zoubek, *(ukázat jedním prstem, jedné ruky na pusinku)*
druhý zoubek, *(ukázat jedním prstem, druhé ruky, na pusinku)*
ať tu není žádný drobek, *(oběma rukama zatočit v zápěstí - „NE“)*
nebo přijde černý kaz, ráno, večer zas a zas. *(pochodovat na místě)*
I ty dole, *(sednout na bobek)*
i ty vzadu *(ukázat paží dozadu)*
dám vám jednu velkou radu. *(pohrozit prstíkem)*
Kartáček a pastu vem, čisti zoubky každý den, *(předvést čištění zubů)*
ať jsou bílé jako sníh *(prstíky předvést padání sněhu)*
a nebolí žádný z nich. *(tleskat do rytmu)*

Postřehy:

Učitelka: „Děti, co bychom poradili Zdravíčkoví, aby měl tak hezké zoubky jako vy?“

Chlapec 1: „Aby si je čistil.“

Dívka 1: „Já jsem byla u zubaře a pan doktor mi našel kaz a musel mi dát do zoubku hvězdičku.“

Učitelka: „Ano, o zoubky se musíme správně starat, aby nás nebolely a byly zdravé.“

4. lekce: Nos

Motivace:

Děti sedí v kruhu na koberci a další detail, který loutce nakreslíme, bude nos. Učitelka znovu využije loutku Zdravíčka, ukáže dětem, které detaily už má na obličej nakreslené a zeptá se dětí, co mu ještě chybí. Poté si povídáme o tom, k čemu nos potřebujeme, kdy se nám špatně dýchá a jak předcházíme rýmě. Následně si zazpíváme písničku s názvem Nos, ve které využijeme poslechové a pěvecké činnosti.

Nos Karolína Fišerová

Co-pak je to za ten mos-tík, pod o-či-ma, nad pu-sou? Má dvě dír-ky ja-ko knof-lík,
7 ty nám dý-chat po-mo-hou. Všich-ni ví-me je to nos, o-blé-kej se,
12 ne-chod' bos, rý-mič-ce se vy-hý-bej, chceš-li, tak se vys-mr-kej.

Postřehy:

Učitelka: „Co by měl mít Zdravíček mezi očima a pusou?“

Dívka 1: „Nos.“

Učitelka: „Výborně. K čemu nám nos slouží?“

Chlapec 1: „K čichání.“

Učitelka: „Ano, k čichání a k dýchání. Zkusme se všichni společně nosíkem nadechnout.“

Učitelka: „*Kdy se nám špatně dýchá?*“

Dívka 2: „*Když si držím nos.*“

Chlapec 2: „*Když mám rýmu.*“

Učitelka: „*Co bychom poradili Zdravíčkovi, aby rýmu nedostal?*“

Chlapec 3: „*Aby nosil šálu a čepici.*“

Dívka 3: „*Aby jedl ovoce a zeleninu, tam je hodně vitamínů a ty zabije bacily.*“

Učitelka: „*Děti, umíte správně Zdravíčkovi poradit a aby si to lépe zapamatoval, zazpíváme mu písničku.*“

5. lekce: Uši

Další detail, který loutce nakreslíme, budou uši. Zahrajeme si hru Co to slyším na poznávání zvuků, ve které využijeme poslechové činnosti. Dále se naučíme říkanku s názvem Uši, ve které využijeme hudebně-pohybové činnosti.

Co to slyším?

Copak je to, co to slyším? Uši zjistí, co já tuším. *(nastražíme uši pomocí ruky)*

.....*mňau.....haf.....brum.....pípí.....,* *(jedno dítě si vymyslí citoslovce)*

.....*kočičku.....pejska.....medvěda.....ptáčka.....,* *(uhádneme správné zvířátko)*

.....já v dálce slyším, děkujeme našim uším.

Karolína Fišerová

Uši

Pod vlasy se skrývají, *(chytíme prstíky vlasy)*

hluk však rády nemají. *(oběma rukama zatočit v zápěstí- „NE“)*

Odpoví mi na otázku,
co nevidím na obrázku. *(zakrýt dlaněmi oči)*

Slouží hlavně k poslouchání, *(nastražíme uši pomocí ruky)*

čistotě se neubrání. *(naznačíme rukama čištění uší)*

Jsou to naše obě uši,

křik ten ať je nerozruší. (zašeptáme a ukazováčkem naznačíme „psst“)

Karolína Fišerová

Postřehy:

Učitelka: „*Děti, dokážete Zdravičkovi říct, k čemu slouží uši?*“

Dívka 1: „*K poslouchání.*“

Učitelka drží Zdravička a pantomimou naznačuje, že jí Zdraviček chce něco pošeptat. Nakloní hlavu a Zdravička si přiblíží k uchu: „*Děti, Zdraviček se vám stydí říci, že ho někdy bolí uši z toho, jak ve školce křičíte. Vy už ale víte, jak se o ouška starat, tak i Zdravičkovi tady s námi ve školce bude hezky.*“

6. lekce: Vlasy

Učitelka vyzve děti, aby si vzaly ze svých háčků hřebeny a přinesly si je do třídy. Krátce si povídáme, jak se o vlasy staráme. Děti si samy zkusí učesat vlásky hřebínkem. Učitelka použije loutku Zdravička a poprosí děti, kdo by mu pomohl učesat vlasy. Následně si zazpíváme písničku, ve které využijeme poslechové, pěvecké a instrumentální činnosti.

Vlásek

Karolína Fišerová

Ptá se je-den vlá-sek, ji-na či-ho vlá-sku. Proč má je-den vrá-sek, na kon-ci o - cás ku.

9 Vla - sy své si u - my - ji, ka - deř - ní - ka nes - kry - ji.
Před mra - zem a před zi - mou, bu - dou tvo - jí pe - ři - nou,

13 Rá - no, ta - ky před spa - ním, hře - bín - ku se neb - rá - ním.
tak se o ně po - sta - rej, ni - ko - mu je ne - dá - vej.

Instrumentální provedení:

dívka (vyfukávají melodii)

zvonkohra (hrát oběma rukama)

malé činely

Postřehy:

Učitelka: „*Děti, zkuste Zdravičkovi říci, proč jste si přinesly hřebeny?*“

Dívka 1: „*Abychom si učesaly vlásky.*“

Učitelka: „*Ano, ukažte Zdravičkovi, jak si umíte učesat vlasy.*“

Děti se před zrcadlem učešou, uklidí si hřebeny a vrátí se do třídy.

Učitelka: „*Co byste Zdravičkovi poradily, aby měl také hezké vlásky jako vy?*“

Chlapec 1: „*Aby se taky učesal.*“

Dívka 2: „*Mě češe ráno tatínek a někdy mě to tahá, protože se mi vlásky v noci zamotaly.*“

Učitelka: „*Děti, když si budete vlásky česat a mýt, budou se vám lépe rozčesávat a nebude vás to tolik tahat.*“

Dívka 2: „*A taky se budu líbit Matýskovi.*“

Učitelka: „*Děti, naučíme Zdravička písničku o vláskách, kterou si může při česání zpívat.*“

7. lekce: Co si oblékáme

Motivace:

Učitelka vyzve děti, aby se šly podívat k oknu a zkusily popsat jaké je venku počasí. Mohou při tom zavzpomínat, jak se ráno oblékly a jestli jim nebyla venku zima nebo teplo. Pak si společně povídáme o tom, proč je dobré se správně oblékat. Nezapomeneme připomenout, že nás oděvy chrání před sluncem, větrem, deštěm a mrazem. Také zdůrazníme, že na různé příležitosti se hodí jiné oblečení. Využijeme loutku Zdravička, který ještě není oděný, ale má již připravené krátké kalhoty

s kšandami, které jsme společně s dětmi batikovali a boty, které jsme vyrobili z látky a provázku. Zdravíčka společně oblékneme a obujeme. Následně si řekneme říkanku, která dětem v oblékání vždy napoví.

Co si oblečeme?

Do našeho divadýlka, vem si mašli a motýlka,
košili a šatičky, k tomu hezké botičky.
Teplá bunda, čepice, zahřejí tě nejvíce,
koulovačku na stráni, rukavice zachrání.
Do deště vem holínky, pláštěnku od maminky,
tepláky nos na zahradu, ber to jako dobrou radu.

Karolína Fišerová

Postřehy:

Učitelka: „*Děti, vzpomenete si, kam vás maminka hezky oblékla?*“

Dívka 1: „*Když jsem slavila narozeniny, měla jsem hezké šaty.*“

Učitelka: „*Ano, jsou místa a chvíle, kdy se nehodí být v oblečení, které si berete třeba na písek. Na písku se můžete ušpinit, proto se tam hodí třeba tepláky. Když ale jdeme na oslavu nebo do divadla, chceme, aby nám to slušelo.*“

Chlapec 2: „*Já ale nosím tepláky i na fotbal.*“

Dívka 2: „*Zdravíček by ale nemohl jít do divadla v krátkých kalhotách, které jsme mu oblékli.*“

Učitelka: „*Zdravíčka máme ale ve školce a sem se jeho kraťásky hodí.*“

8. lekce: Mytí rukou

Motivace:

Když se děti vrátí ze školní zahrady, jsou zvyklé si vždy umýt ruce. Učitelka toho využije, nechá je tuto činnost vykonat a svolá je do kruhu na koberec. Prostřednictvím loutky Zdravíčka uskuteční rozhovor o potřebě mytí rukou. K tomu, aby si to děti i Zdravíček lépe zapamatovaly, se naučí říkanku, kterou si při mytí rukou mohou říkat.

Mytí rukou

Ruce si teď namydlíme, opláchneme vodou,
bacily tím umyjeme, čisté také budou.
Před jídlem, po toaletě, když přijdeme z výletu,
každý den i v zimě, v létě, říkanku si nespletu.

Karolína Fišerová

Postřehy:

Učitelka: „*Zdravíčku, viděl jsi, co děti udělaly, když se převlékly a šly do umývárny?*“

Učitelka pantomimou naznačuje, že Zdravíček neví, co má odpovědět.

Učitelka: „*Kdo by dokázal Zdravíčkově poradit, co je důležité udělat, když přijdeme z venku?*“

Chlapec 1: „*Umýt si ruce.*“

Učitelka: „*Výborně. Aby si Zdravíček zapamatoval, že čisté ruce jsou důležité, naučíme ho říkanku o mytí rukou.*“

9. lekce: Odpočinek a pohyb

Motivace:

K realizaci této lekce učitelka využije molitanové lehátko, které děti používají k odpočinku. Loutku Zdravíčka na lehátko položí a přikryje dekou. Děti k lehátku učitelka zavolá, ale gestem je upozorní na to, aby přišly potichu a Zdravíčka nevzbudily. Jemně a tiše začne před dětmi zpívat Zdravíčkově první část písničky věnovanou odpočinku. Po dozpívání této části si s dětmi povídáme o tom, proč je důležité odpočívat. V druhé části písničky se zpívá o pohybu, který je pro tělo stejně zdravý jako odpočinek. K tomu, aby se dětem i Zdravíčkově lépe a radostněji cvičilo se naučíme druhou část písničky, ve které využijeme i hudebně-pohybové činnosti.

Odpočinek a pohyb

Karolína Fišerová

Zav-ři svá o-číč-ka a už jdi spát. U-vol-ni tě-líč-ko, sny si nech zdát. Ce-lý den
 10 ve škol -ce ska-ma-rá - dy, hra-ješ a tan-číš si do-hro-ma - dy. Dě-ti, dě-ti,
 18 vstá-vej-te, ru-ka-ma za - má-vej-te, nož-ka-ma si dup-ne-me, pro-ta - že - ní
 24 bu - de - me. Do ko - leč - ka po - bě - ží - me a pak tě - lo o - to - čí - me,
 29 za ru - ce se chyt - ne - me, do dře - pu si sed - ne - me.

Hudebně-pohybové provedení:

V části tříčtvrtěčného rytmu písničky děti leží na koberci a odpočívají.

Děti, děti, vstávejte	(děti se postaví)
rukama zamávejte,	(oběma rukama nad hlavou zamávají)
nožkami si dupneme,	(do rytmu střídavě dupají nohama)
protážení budeme.	(vzpažením naznačí protahování)
Do kolečka poběžíme,	(běží v kruhu)
a pak tělo otočíme,	(zastaví se a otočí se čelem do kruhu)
za ruce se chytáme,	(chytanou se za ruce)
do dřepu si sedneme.	(společně si sednou do dřepu)

Postřehy:

Učitelka: „Proč bychom měli Zdravička učit, že odpočinek je zdravý?“

Chlapec 1: „Aby měl Zdraviček sílu. Tatínek vždycky říká, že si jde odpočnout proto, aby měl sílu zase pracovat.“

Dívka 1: *„Aby nebyl unavený.“*

Dívka 2: *„Já už ale nechci spinkat po obědě, už jsem velká holka a půjdu do školy.“*

Učitelka: *„Ano děti, někdy se nám spinkat nechce, ale odpočívát můžeme i tak, že si budeme v klidu prohlížet knížku nebo jenom tak ležet s otevřenýma očima a poslouchat pohádku. Tomu se říká také odpočinek.“*

Chlapec 2: *„Mně se ale víc líbilo, když jsme si zpívali o cvičení. Já rád sportuju.“*

Chlapec 3: *„Já hraju fotbal a umím dávat góly.“*

Dívka 3: *„My chodíme s dědou do lesa na houby, děda říkal, že chůze je také zdravá.“*

Učitelka: *„Tak Zdravičku, budeš si pamatovat, že nejenom sportování a hraní je pro tebe důležité, ale musíš umět i odpočívát, abys nabral sílu.“*

10. lekce: Dobrá nálada

Motivace:

Poslední písnička, kterou ukončíme hudební program, má název Dobrá nálada.

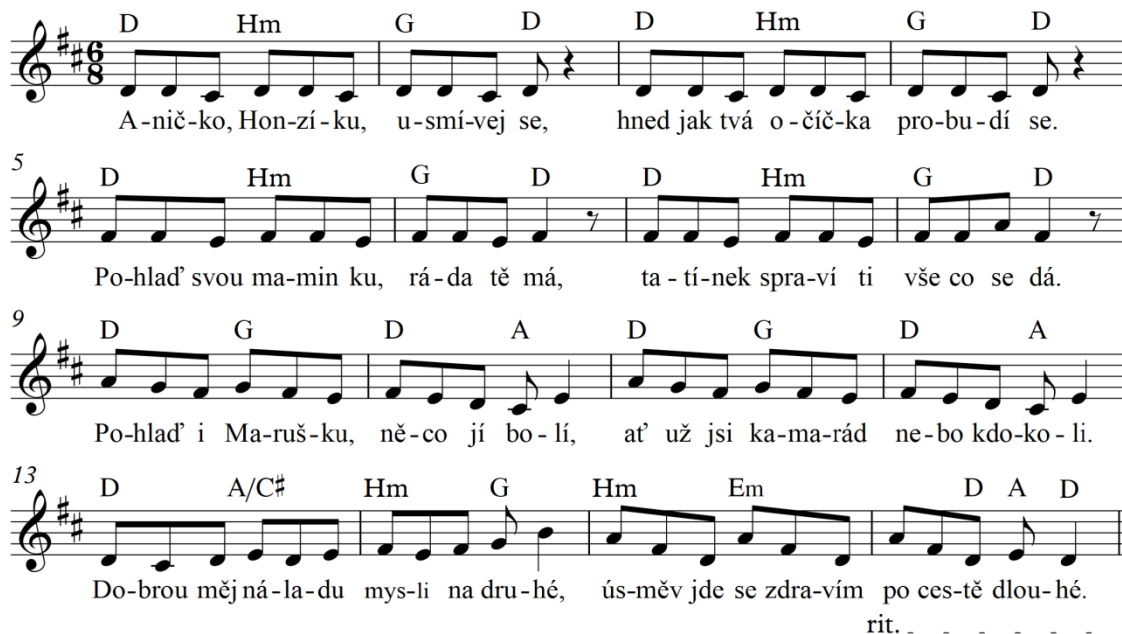
Učitelka položí dětem otázky jako například: *„Proč je důležité mít dobrou náladu? Myslíte si, že nám pomůže ke zdraví a spokojenosti? Je správné pomáhat druhým?“*

Děti hovoří o tom, jak jim je příjemné, když se smějí a mají kolem sebe kamarády. V této závěrečné lekci necháme dětem prostor o svých pocitech hovořit a nenásilně do konverzace vstupujeme.

Na závěr hudebního programu pohladíme zdravého, čistého a spokojeného Zdravička, který nás bude provázet celý rok v mateřské škole. Důležité je, aby se stále usmíval, pomáhal ostatním a neztrácel dobrou náladu – ta totiž zdraví podporuje nejvíce. V této písničce použijeme poslechové a pěvecké činnosti.

Dobrá nálada

Karolína Fišerová



A-nič-ko, Hon-zí-ku, u-smí-vej se, hned jak tvá o-čič-ka pro-bu-dí se.

Po-hlad' svou ma-min ku, rá-da tě má, ta-tí-nek spra-ví ti vše co se dá.

Po-hlad' i Ma-ruš-ku, ně-co jí bo-lí, ať už jsi ka-ma-rád ne-bo kdo-ko-li.

Do-brou měj ná-la-du mys-li na dru-hé, ús-měv jde se zdra-vím po ces-tě dlou-hé.
rit.

5.4.1.2 Organizace pedagogického projektu

Pedagogický projekt se skládá ze tří částí.

Dílčí cíle jednotlivých částí:

1. Zjistit momentální stav zájmu dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků. Prostředkem zjišťování bude úvodní rozhovor s rodiči.
2. Vzbudit u dětí zájem o téma zdraví a hygiena prostřednictvím emocí, které vyvolává hudební prožitek a vytvořit motivační loutku. Prostředkem splnění tohoto cíle bude realizace hudebního programu.
3. Zjistit formou rozhovoru s rodiči, zda aplikovaný program měl vliv na intenzitu zájmu dětí v domácím prostředí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků.

1. Úvodem programu bude týdenní téma zaměřené na zdraví a hygienu. Činnosti budou prováděny na základě zkušeností dětí formou rozhovoru a prací s demonstračními obrázky. Nebude zde použito prožitkové učení spojené s písničkami a říkankami o zdraví a hygieně. V této části děti ještě nebudou seznámeny s motivační loutkou Zdravíčka. Po ukončení daného týdenního tématu budou rodiče vyzváni k rozhovoru,

který bude zjišťovat momentální stav zájmu dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků.

2. Další částí pedagogického projektu bude uskutečnění hudebního programu „Zpíváme Zdravíčkoví“. V této části budou propojeny praktické dovednosti s poslechovými, pěveckými, instrumentálními a hudebně-pohybovými činnostmi a tvorbou motivační loutky Zdravíčka. Součástí této fáze pedagogického projektu budeme pozorovat zájem a projevy dětí o dané činnosti nejen v probíhajícím hudebním programu, ale i ve zbývajícím čase pobytu dětí v mateřské škole.

3. Na závěr programu bude uskutečněn rozhovor s rodiči dětí, které absolvovaly hudební program. Rozhovor bude zaměřený na zkušenosti rodičů s chováním dětí v domácím prostředí v období probíhajícího hudebního programu v mateřské škole.

5.4.2 Zúčastněné pozorování

Zúčastněné pozorování bude probíhat při ověřování získaných znalostí a dovedností dětí po dokončení hudebního programu a to formou pantomimy, pracovních listů a hádanek. Činnostem budeme přítomni a spolupodílíme se na jejich realizaci. Budeme pozorovat reakce dětí, nápady, spolupráci mezi dětmi, zájem, aktivitu a dovednost spojení textu písniček a říkanek s danou činností.

5.4.3 Pozorování

V době, kdy hudební program neprobíhá, budeme pozorovat děti, zda si spojují tematické písničky a říkanky s vykonávanými hygienickými návyky a zdravotními zásadami a zda o tyto činnosti projevují větší zájem.

5.4.4 Rozhovor

Rozhovory budou uskutečněny na začátku a konci pedagogického projektu s 15 rodiči dětí, které se zúčastnily hudebního programu.

První rozhovor proběhne po týdenním tématu *Zdraví a hygiena*, který bude s dětmi probírán bez loutky Zdravíčka, tematických písniček a říkanek. Otázky budou promyšleny tak, abychom co nejlépe zjistili momentální stav zájmu dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků.

Otázka 1.

Jak byste popsal/a momentální stav zájmu vašeho dítěte k hygienickým návykům například čištění zubů, mytí rukou, česání vlasů?

V této otázce nás zajímá, jakou intenzitu zájmu mají momentálně děti k osvojování hygienických návyků, které podporují zdraví.

Otázka 2.

Zmiňuje se často vaše dítě o probíraných týdenních tématech v mateřské škole?

V otázce nám jde o zjištění, zda se děti zmiňují a sdílí s rodiči zájem o probíraná týdenní témata.

Otázka 3.

Zmínilo se vaše dítě o probíraném týdenním tématu *Zdraví a hygiena*?

V návaznosti na předchozí otázku nás zajímá, zda děti zaujalo téma *Zdraví a hygiena*, které spočívalo v pouhé diskuzi a ukázce demonstračních obrázků.

Otázka 4.

Domníváte se, že pro děti předškolního věku jsou písničky a říkanky vhodným prostředkem pro získávání znalostí a dovedností?

V této otázce nás zajímá, zda si rodiče uvědomují, že hudební prožitek může u dítěte vzbudit zájem o získávání znalostí a dovedností.

Druhý rozhovor uskutečníme po hudebním vystoupení pro rodiče, kde představíme Zdravíčka a předvedeme s dětmi několik písniček a říkanek z proběhnutého hudebního programu. Otázky druhého rozhovoru jsou promyšleny tak, abychom co nejlépe zjistili, zda měl aplikovaný hudební program vliv na intenzitu zájmu dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků v domácím prostředí.

Otázka 1.

Zmínilo se vaše dítě o programu „Zpíváme Zdravíčkoví“, kterému jsme se věnovali v mateřské škole?

V otázce nám jde o zjištění, zda děti sdílely zážitky s rodiči o programu „Zpíváme Zdravíčkoví“ a zda si pamatovaly písně a říkanky pro Zdravíčka.

Otázka 2.

Spojilo si vaše dítě písničky a říkanky s vykonáváním osobní hygieny?

Snažíme se zjistit, zda si děti spojují tematické písničky a říkanky s vykonáváním určitých zdravotních či hygienických činností.

Otázka 3.

Domníváte se, že písničky a říkanky byly dětem motivací k vykonávání osobní hygieny?

Snažíme se zjistit, zda se v průběhu realizování hudebního programu mohl změnit názor rodičů na důležitost hudebního prožitku k získávání znalostí a dovedností.

Otázka 4.

Zaznamenali jste zvyšující se zájem dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků?

V otázce nám jde o zjištění, zda realizace hudebního programu přispěla k probuzení zájmu dětí na téma zdraví a hygiena.

5.5 Organizace výzkumu

Výzkum bude prováděn v mateřské škole, kde pracuji. Mateřská škola nám bez potíží dovolí zrealizovat celý výzkum. Pedagogický projekt bude rozdělen do tří částí v období září – prosinec 2018. Cílová skupina bude 15 dětí ve věku 5-6 let (8 dívek, 7 chlapců). V první části pedagogického projektu proběhne první rozhovor s 15 rodiči dětí cílové skupiny. V druhé části zrealizujeme autorský hudební program, kterého se zúčastní všech 15 dětí. Hudební program proběhne na bázi projektového vyučování. Výstupem hudebního programu bude hudební vystoupení pro rodiče a motivační loutka Zdravíčka. Ve třetí části uskutečníme druhý rozhovor s 15 rodiči dětí, které se zúčastnily hudebního programu. Během celého pedagogického projektu bude probíhat pozorování všech 15 dětí.

5.6 Vyhodnocení pedagogického projektu

5.6.1 Vyhodnocení zúčastněného pozorování

V zúčastněném pozorování jsme se soustředili na to, zda děti vnímají obsah textu písniček a říkanek, které se naučily v hudebním programu. Zjišťovali jsme, zda si je spojují s danými činnostmi, které vykonávají k osvojování zdravotních zásad a

hygienických návyků. Pozorovali jsme jejich aktivitu, zájem, reakce, nápady a spolupráci mezi dětmi. Prostředkem zjišťování byly čtyři úlohy, které děti plnily.

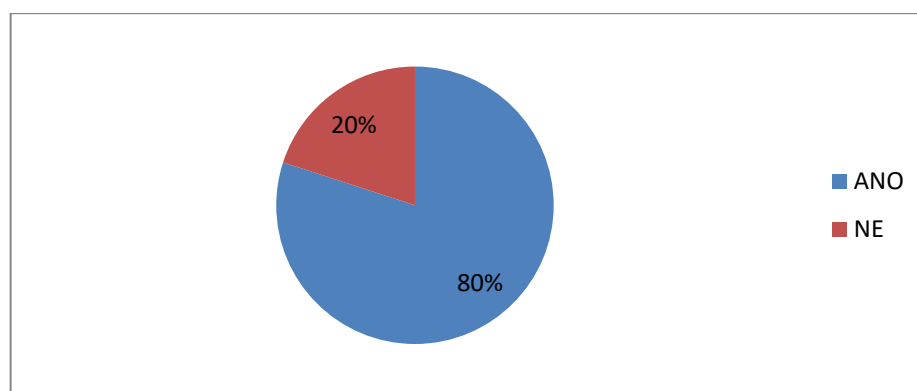
1. Poznej písničku nebo říkanku

Na základě našeho pantomimického předvedení dané činnosti (čištění zubů, mytí rukou apod.) měly děti zazpívat správnou písničku nebo říkanku. Dětem bylo pantomimicky předvedeno 10 různých zdravotních zásad či hygienických návyků.

Tabulka č. 1: Poznej písničku nebo říkanku

ANO	NE
Děti zazpívaly správnou písničku či říkanku.	Děti nezazpívaly správnou písničku či říkanku.

Graf č. 1: pozorování výsledků Poznej písničku nebo říkanku



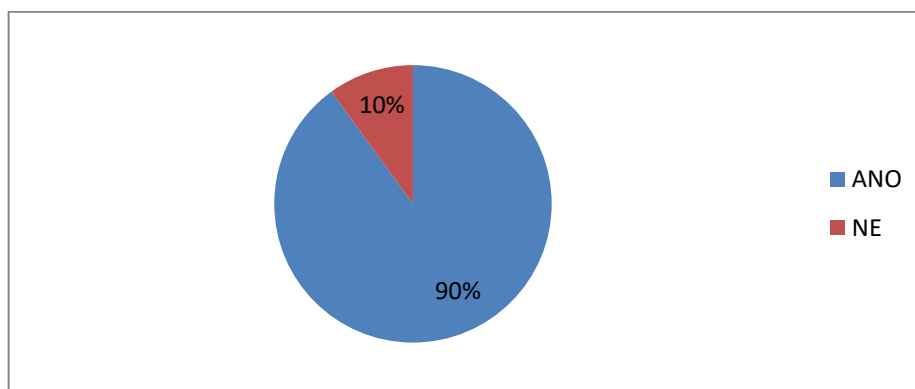
2. Předved' správnou činnost

Na základě našeho zpěvu písniček a říkanek, měly děti pantomimicky předvést správnou činnost, která souvisela s texty písniček a říkanek. Dětem bylo zazpíváno 10 různých písniček nebo říkanek z hudebního programu.

Tabulka č. 2: Předved' správnou činnost

ANO	NE
Děti předvedly správnou činnost.	Děti nepředvedly správnou činnost.

Graf č. 2: pozorování výsledků Předved' správnou činnost



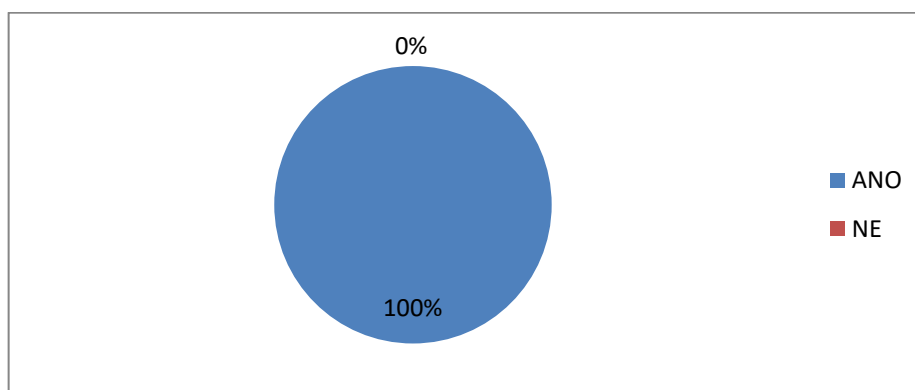
3. Zakroužkuj správnou činnost

Vytvořili jsme Pracovní list 1 s 5 úlohami. V každé úloze jsme znázornili 5 různých činností spojených s danými zdravotními zásadami a hygienickými návyky. Ke každé úloze byla zazpívána jedna písnička nebo říkanka. Děti měly co nejrychleji zakroužkovat právě jednu správnou činnost. Bylo zazpíváno 5 písniček nebo říkanek z hudebního programu.

Tabulka č. 3: Zakroužkuj správnou činnost

ANO	NE
Děti zakroužkovaly správnou činnost při poslechu dané písničky či říkanky.	Děti zakroužkovaly nesprávnou činnost při poslechu dané písničky či říkanky.

Graf č. 3: pozorování výsledků Zakroužkuj správnou činnost



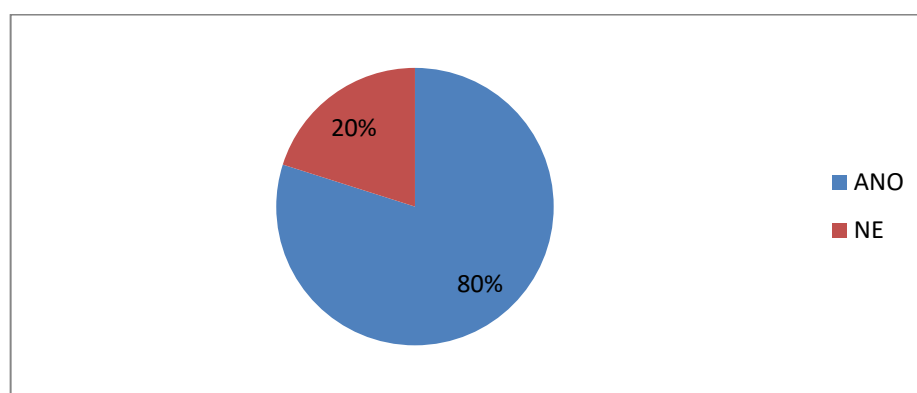
4. Spoj předmět s činností a zazpívej správnou písničku nebo říkanku

Vytvořili jsme Pracovní list 2 s 5 úlohami. V každé úloze měly děti spojit předmět, který k vykonávání dané činnosti potřebují. Po vyplnění pracovního listu, děti hádaly písničku či říkanku, která k dané úloze patří.

Tabulka č. 4: Spoj předmět s činností a zazpívej správnou písničku nebo říkanku

ANO	NE
Děti úlohu splnily.	Děti úlohu nesplnily.

Graf č. 4: pozorování výsledků Spoj předmět s činností a zazpívej správnou písničku nebo říkanku



S potěšením můžeme konstatovat, že si většina dětí spojila texty písniček a říkanek s danými činnostmi k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků. Děti byly nejuspěšnější v úloze Zakroužkuj správnou činnost. Všechny děti poznaly činnosti, které se v písničkách a říkankách objevují. 90% úspěšnost děti získaly při propojení zpěvu písniček nebo říkanek s pantomimickým vyjádřením. V úlohách, kde prostředkem hádání byla písnička nebo říkanka, byly děti úspěšnější, než v činnostech, kde prostředkem hádání byla pantomima. V úloze, kde měly děti spojit předmět s činností a s písničkou či říkankou, bylo úspěšných 12 dětí. 3 děti úlohu nesplnily, ale i přesto výsledek pokládáme za velmi dobrý. Důležité pro nás bylo zjištění, že děti úlohy plnily se zájmem a s nadšením.

5.6.2 Vyhodnocení pozorování

Pro pozorování dětí v průběhu dne, kdy hudební program neprobíhal, jsme vytvořili pozorovací arch a položili si v něm tři základní otázky.

Otázka 1.

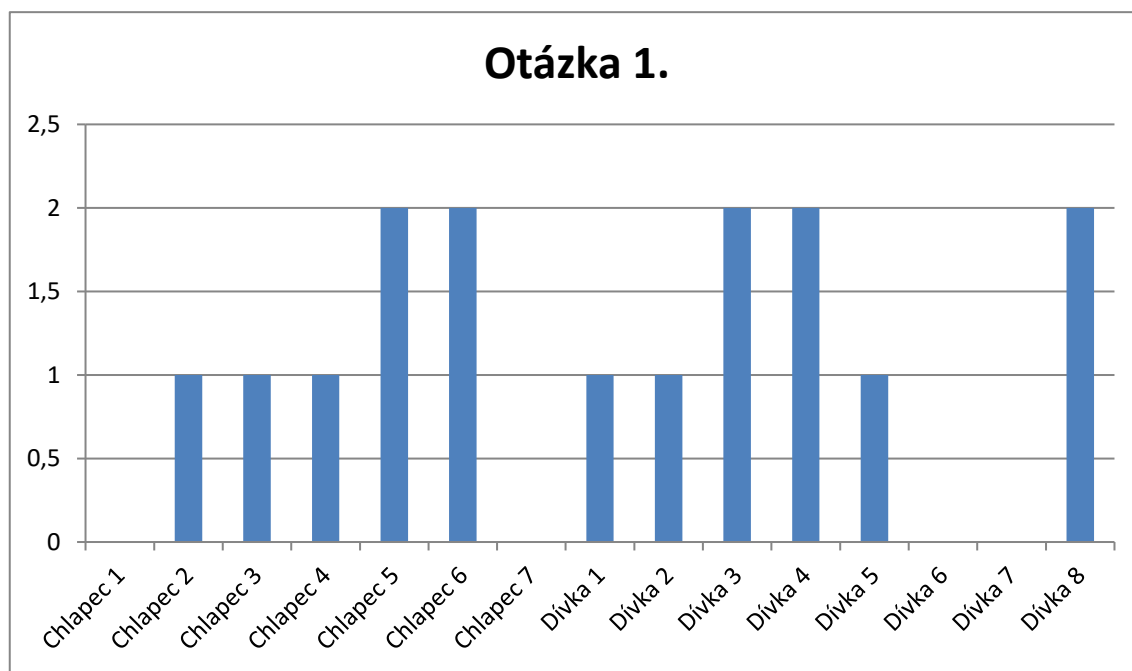
Zpívají si děti písničky a říkanky při uplatňování daných činností?

V této otázce nám šlo o zjištění, zda jednotlivé děti projevily zájem k písničkám a říkankám, které se naučily v hudebním programu a dokázaly si je samy spojit s činnostmi vedoucími k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků.

Tabulka č. 5: hodnotící škála k otázce 1.

0 bodů	nikdy si písničky a říkanky sám/a nezaspíval/a
1 bod	zpíval/a si písničky a říkanky, ale nespojil/a si je s činnostmi
2 body	zpíval/a si písničky a říkanky a spojil/a si je se správnými činnostmi

Graf č. 5: bodové hodnocení dětí k otázce 1.



Otázka 2.

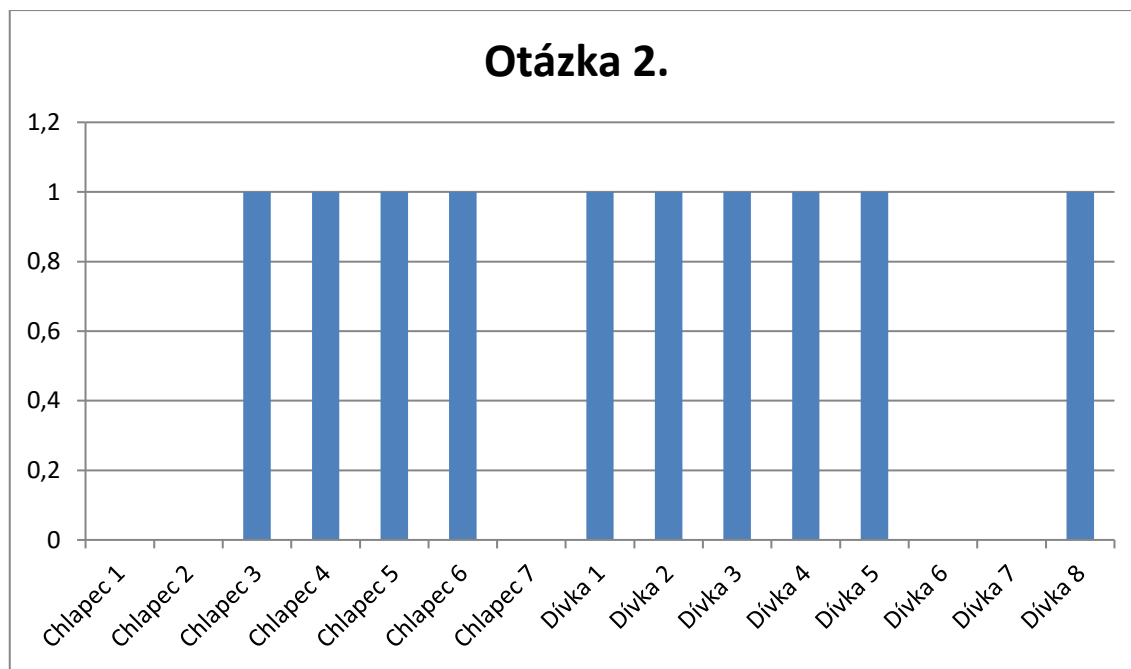
Probudili jsme u dětí prostřednictvím písniček a říkanek větší zájem k uplatňování činností?

V této otázce nám šlo o zjištění, zda jsme děti motivovali k uplatňování zdravotních zásad a hygienických návyků pomocí písniček a říkanek.

Tabulka č. 6: hodnotící škála k otázce 2.

0 bodů	nezaznamenali jsme větší zájem o činnosti
1 bod	zaznamenali jsme větší zájem o činnosti

Graf č. 6: bodové hodnocení dětí k otázce 2.



Otázka 3.

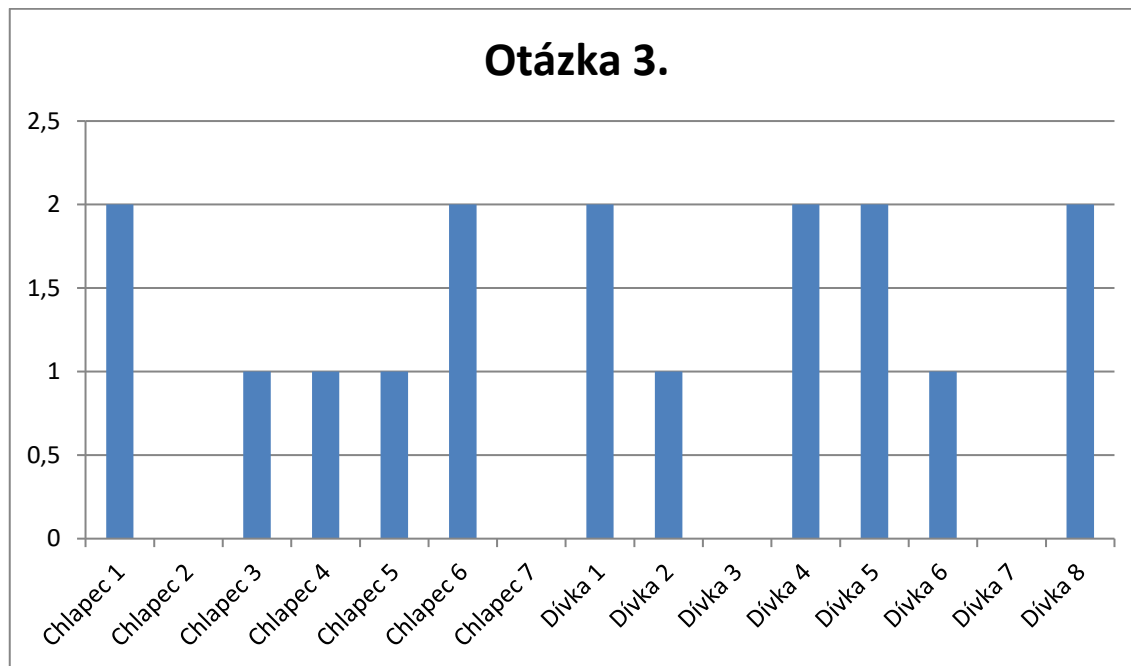
Projevovaly děti spontánní zájem o dané téma?

V této otázce nám šlo o zjištění, zda se děti samy ptaly na otázky spojené s probíraným tématem, zda se děti samy podělily o zážitky spojené s tímto tématem nebo samy přirovnaly svůj zážitek k textům písniček a říkanek z hudebního programu.

Tabulka č. 7: hodnotící škála k otázce 3.

0 bodů	neprojevila/a zájem o dané téma
1 bod	podělila/a se o zážitek spojený s daným tématem
2 body	popsala/a svůj zážitek a spojila/a ho s textem písniček a říkanek

Graf č. 7: bodové hodnocení dětí k otázce 3.



V souhrnu hodnocení pozorování byl zaznamenán zájem o dané téma i propojení písniček a říkanek s činnostmi směřujícími k uplatňování zdravotních zásad a hygienických návyků.

Ve výsledcích otázky 1. si 4 děti nikdy samy nezaspívaly písničky a říkanky z hudebního programu. 6 dětí si spontánně zpívalo písničky a říkanky nezávisle na činnostech. 5 dětí dosáhlo plného počtu bodů. Písničky a říkanky si spojily s uplatňováním činností. Dívky byly nepatrně úspěšnější.

Z výsledků otázky 2. je zřejmé, že zájem dětí o činnosti spojené s uplatňováním zdravotních zásad a hygienických návyků byl vysoký. 10 dětí z 15 tyto činnosti vykonávaly častěji než v době před realizací hudebního programu. I v této části pozorování byly úspěšnější dívky než chlapci.

Většinu dětí téma zdraví a hygiena oslovilo a dokázaly si ho spojit s vlastními zážitky. V průběhu spontánních činností se děti se svými vrstevníky a učitelkou dělily o své příběhy. 5 dětí mluvilo obecně o zážitcích vztahujících se k tématu zdraví a hygiena. 6 dětí spojilo zážitky s texty písniček a říkanek jako například:

Chlapec 1: Při hře usměrňoval děti, ať nekřičí, že ho z toho bolí uši a Zdravíčka určitě také. Tento chlapec si v průběhu pozorování nezpíval písničky a říkanky, ani neprojevil

větší zájem o činnosti. Po skončení hudebního programu překvapivě uplatnil obsah říkanky o uších v usměrňování dětí: „*Psssst, nekřičte, bolí mě z vás uši a Zdravička taky. Jsou to naše obě uši, křik ten ať je nerozruší, si to nepamatujete?!*“

Chlapec 6: „*Včera jsem byl s maminkou u pana zubaře a ten mi našel v zoubku černý kaz. Vzpomněl jsem si, že si musím drobečky ze zoubků pořádně čistit.*“

Dívka 1: „*Paní učitelko, já jsem včera pohladila maminku, abych měla dobrou náladu.*“

Dívka 4: Při hře na domácnost vyprávěla dívka svým vrstevníkům zážitek z obchodu: „*Když babička kupovala brokolici, tak jsem jí řekla, že budu mít sílu. Taky jsem jí poradila, ať koupí ještě mrkvičku, abych měla barevný talířek.*“

Dívka 5: „*Maminka mi doma řekla, ať si vezmu bačkůrky, abych neměla rýmu.*“

Dívka 8: „*Večer mi maminka umyla vlasy a ráno, když mě česala, tak to tolik netahalo.*“ řekla dívka, které je česání vlasů nepříjemné. Tuto informaci jsme zjistili z odpovědi rodičů v úvodním rozhovoru.

5.6.3 Vyhodnocení rozhovorů

Pro vyhodnocení rozhovorů jsme ke každé otázce vybrali tři názorné odpovědi. Ve shrnutí výsledků rozhovorů dáme zřetel na všechny zbylé odpovědi.

Stanovená hypotéza:

Na základě rozhovorů s rodiči dětí, které prošly tematickým hudebním programem je zřejmé, že o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků začaly děti projevovat větší zájem.

5.6.3.1 Rozhovor č. 1

pozn.: rozhovor uskutečněn před realizaci hudebního programu

Otázka 1.

Jak byste popsal/a momentální stav zájmu vašeho dítěte k hygienickým návykům například čištění zubů, mytí rukou, česání vlasů?

R. č. 1: „*Na činnosti zapomíná a musím jí je připomínat. U česání vlasů často pláče, to jí je opravdu nepříjemné. Myslím si, že tyto činnosti děti obecně nebaví.*“

R. č. 2: „Mám dojem, že by si zuby raději vůbec nečistil. Snažím se mu vysvětlit, proč je to důležité, ale nemám zpětnou vazbu. Většinu činností mu musím připomínat.“

R. č. 3: „Mytí rukou jí nevadí a často se v tom vyžívá. Myslím, že zájem v pozorování a hry s vodou je zřejmý. Najednou vidí něco zajímavého a hned to jde lépe. Stejně je to u česání vlasů. Ví, že bude mít hezké copánky nebo sponky ve vlasech.“

U první otázky se všichni respondenti shodli, že děti na tyto činnosti zapomínají. Většina respondentů tvrdila, že tyto činnosti jsou pro děti obecně nezáživné. Jedno dítě dokonce u česání vlasů pláče. U některých dětí jsme zjistili zájem v činnostech, které jsou něčím zajímavé a mohou vést ke hře nebo pozorování (mytí rukou, česání vlasů). Tato skutečnost nás může lehce povzbudit v efektivitě prožitkového rozvoje dovedností.

Otázka 2.

Zmiňuje se často vaše dítě o probíraných týdenních tématech v mateřské škole?

R. č. 1: „Ano, často se zmiňuje o probíraných tématech. Někdy se mě ptá na otázky spojené s nimi. Nejčastěji mi ovšem vypráví o výtvarných činnostech a zpívá mi naučené písničky.“

R. č. 2: „Zmíní se až po mé otázce na probírané téma ve školce. Vždy si vzpomene. Někdy se sám zmíní o tématech, která ho zaujala. Často si k nim zpívá písničky.“

R. č. 3: „Nezmiňuje.“

V této otázce se 11 respondentů shodlo, že pokud témata děti zaujala, tak se o nich zmínily. Z nich dokonce 5 potvrdilo, že většinou od dětí slyší naučené písničky. Zbylí 4 respondenti tvrdili, že se jejich děti o tématech vůbec nezmiňují.

Otázka 3.

Zmínilo se vaše dítě o probíraném týdenním tématu *Zdraví a hygiena*?

R. č. 1: „Nezmínilo.“

R. č. 2: „Ano. Prý jste si povídali o čištění zubů a mytí rukou.“

R. č. 3: „Sama se nezmínila. Až poté, co jsem se zeptala na dění ve školce. Odpověděla, že jste si povídali o zdraví. Chtěla jsem toto téma rozvést. Sama si však nedokázala pod slovem zdraví představit více než zdravou stravu.“

V této otázce se většina respondentů shodla, že se děti samy nezmínily o týdenním tématu *Zdraví a hygiena*. Pouze 2 respondenti tvrdili, že se jejich dítě samo zmínilo o hygieně. Pouze jeden respondent tvrdil, že se jeho dítě zmínilo o zdraví, ovšem nedokázalo ho podrobněji popsat.

Otázka 4.

Domníváte se, že pro děti předškolního věku jsou písničky a říkanky vhodným prostředkem pro získávání znalostí a dovedností?

R. č. 1: *„Určitě. Je to pro ně zábavné a možná si to zpěvem i lépe zapamatují.“*

R. č. 2: *„Myslím, že ano. Učí se zábavou, to je pro děti přece nejpříjemnější.“*

R. č. 3: *„Ano. Děti rády zpívají, tak bychom toho měli využít a třeba je pomocí písniček i něco naučit.“*

S potěšením můžeme konstatovat, že všichni respondenti spatřili význam v získávání znalostí a dovedností pomocí hudebního provedení.

5.6.3.2 Rozhovor č. 2

pozn.: rozhovor uskutečněn po realizaci hudebního programu

Otázka 1.

Zmínilo se vaše dítě o programu „Zpíváme Zdravíčkoví“, kterému jsme se věnovali v mateřské škole?

R. č. 1: *„Ano. Mluvila o Zdravíčkoví, kterého jste si vytvořili. Sama mi zazpívala písničku o Dobré náladě. Ta se jí opravdu líbila.“*

R. č. 2: *„Ano. Prý je to loutka, kterou jste namalovali, oblékli a zpívali jste jí písničky o očích, nosu, čištění zoubků, co má zdravého jíst, jak se oblékat.“*

R. č. 3: *„Ano. Prý jste zpívali Zdravíčkoví písničky, aby byl čistý a zdravý.“*

V této otázce všichni respondenti, až na jednoho, potvrdili zájem dětí o Zdravíčka. Dokonce 9 respondentů tvrdilo, že si jejich děti písničky a říkanky doma zpívají. Ze všech odpovědí byla pro děti nejoblíbenější písnička Dobrá nálada.

Otázka 2.

Spojilo si vaše dítě písničky a říkanky s vykonáváním osobní hygieny?

R. č. 1: *„Někdy si písničky doma zpívala, ale nepostřehla jsem, o čem byly. Je ale pravda, že si zpívala u česání vlasů, což běžně nedělá.“*

R. č. 2: *„Ano. Učil mě básničku o mytí rukou. Společně jsme si jí potom říkali.“*

R. č. 3: *„Ano. Hrála si doma na školu s panenkami a ty učila písničky a básničky z vašeho programu.“*

Z uvedených odpovědí vyplývá, že si děti doma zpívaly písničky a říkanky, i když si rodiče nejsou jistí, zda se tyto hudební činnosti vztahovali k programu. Většina respondentů se však shodla, že u některých činností, vztahujících se ke zdraví a hygieně, děti písničky a říkanky používaly. Jeden z respondentů dokonce potvrdil, že ho jeho syn učil konkrétní říkanku k mytí rukou.

Otázka 3.

Domníváte se, že písničky a říkanky byly dětem motivací k vykonávání osobní hygieny?

R. č. 1: *„Babička nám vyprávěla, jak jí dcera v obchodě zpívala písničku o ovoci a zelenině a chtěla po ní, aby nakoupila barevnou zeleninu pro hezký talířek.“*

R. č. 2: *„Určitě ano. Myslím si, že písnička o vlasech pomohla dceři k častějšímu česání, tím se jí méně cuchaly vlasy a už jí to tolik netahalo.“*

R. č. 3: *„Ano.“*

Z výsledků odpovědí této otázky pro nás vyplývá, že písničky a říkanky děti oslovily a byly motivací k vykonávání činností osobní hygieny a k zájmu o zdraví.

Otázka 4.

Zaznamenali jste zvyšující se zájem dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků?

R. č. 1: *„Zvyšující se zájem jsem nezaznamenala, ale je pravda, že jsem nemusela tak často tyto činnosti synovi připomínat.“*

R. č. 2: *„Mé dceři se hodně zalíbila písnička o Dobré náladě. Často před spaním jsme si jí společně zpívaly a dcera po mě vyžadovala více osobního kontaktu. Myslím si, že slova této písničky v ní vzbudily větší potřebu se s námi mazlit“*

R. č. 3: „*Ano. Dokonce mám pocit, že nás naše dcera začala poučovat a i my jsme museli dodržovat pravidla osobní hygieny (smích).*“

Ze shrnutí všech odpovědí je zřejmé, že zájem dětí o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků byl v některých případech vyšší a u některých dětí zůstal na stejné úrovni jako před realizací programu. 8 respondentů potvrdilo vyšší zájem o tyto činnosti, 2 respondenti uvedli, že jejich děti v těchto činnostech kontrolovaly i je samotné a 5 respondentů považovalo zájem svých dětí o tyto činnosti ve stejné míře jako před realizací programu.

5.7 Vyhodnocení pracovních hypotéz

1. hypotéza: Aplikovaný tematický hudební program probudí u dětí zájem k rozvoji dovedností, jejichž posláním je prohlubování zdravotních zásad a hygienických návyků.

Prostředkem vyhodnocení dané hypotézy bylo zúčastněné pozorování, ve kterém jsme byli přítomni činnostem a spolupodíleli se na jejich realizaci. Z výsledků praktických činností, které obsahovaly pracovní listy a hudební hádanky s pantomimou bylo zřejmé, že děti spojily dané zásady a návyky s písničkami a říkankami hudebního programu. Z chování dětí bylo viditelné, že tyto praktické činnosti vykonávaly s chutí a zájmem a rády se k nim v průběhu dne vracely.

Z pozorování dětí v průběhu dne, kdy hudební program neprobíhal, můžeme konstatovat, že děti písničky a říkanky zaujaly. Na základě chování dětí bylo zřejmé, že u nich hudební program vzbudil zájem o provozování činností směřujících k získávání zdravotních zásad a hygienických návyků. Děti nemusely být učitelkou k těmto činnostem pobízeny, samy je ve správnou chvíli uplatňovaly a vzájemně se mezi sebou podporovaly. V průběhu dne se také dělily o své zkušenosti a pocity z prožitých chvil vztahujících se k činnostem osvojování daných zásad a návyků. Například si sdělovaly zážitky z návštěvy u zubního lékaře, nákupu potravin v obchodě, prožitých chvil s rodiči apod. Z tohoto chování dětí pro nás vyplývá jejich spontánní zájem o toto téma. Z těchto získaných informací a poznatků můžeme konstatovat, že se daná hypotéza potvrdila.

2. hypotéza: Na základě rozhovorů s rodiči dětí, které prošly tematickým hudebním programem je zřejmé, že o činnosti vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků začaly děti projevovat větší zájem i v domácím prostředí.

Tuto hypotézu jsme se snažili potvrdit nebo vyvrátit porovnáním odpovědí z úvodního a závěrečného rozhovoru s rodiči dětí, které prošly hudebním programem. Před realizací hudebního programu rodiče obecně spatřovali nezájem dětí o činnosti spojené se zdravím a hygienou. Většina rodičů se shodla na tom, že tyto činnosti musí dětem připomínat a někdy je i do nich nutit. I proto jsme se snažili toto téma obohatit o činnosti, které děti rády vykonávají. Usoudili jsme, že hudební program obsahující písničky a říkanky by mohl u dětí probudit větší zájem o tyto činnosti. Na základě odpovědí rodičů jsme se také rozhodli některé postupy dětem zpříjemnit a odlehčit, jako například pojem zdravé a nezdravé potraviny. Děti s úžasem v očích ocenily, že si i paní učitelka nebo kdokoliv jiný může dát čokoládu, ale v jisté míře. Rázem se z něčeho zakázaného stalo něco možného. Písničky a říkanky nám měly dopomoci k zpestření a odlehčení tématu, což předpověděli i rodiče v úvodním rozhovoru.

Po vyhodnocení úvodního rozhovoru následovala realizace hudebního programu „Zpíváme Zdravíčkovi“. Na závěr programu byl uskutečněn rozhovor s rodiči dětí, které absolvovaly hudební program, který byl zaměřený na zkušenosti rodičů s chováním dětí v domácím prostředí v období probíhajícího hudebního programu v mateřské škole. Odpovědi tohoto rozhovoru byly porovnány s odpověďmi úvodního rozhovoru a výsledkem je potvrzení naší hypotézy. Rodiče ve svých odpovědích uváděli skutečnost, že děti v průběhu probíhajícího hudebního programu v mateřské škole svoje dojmy a poznatky přenášely do chování v domácím prostředí. Z tohoto pozorování bylo zřejmé, že se u dětí zájem o činnosti směřující k uplatňování zdravotních zásad a hygienických návyků zvýšil. U většiny dětí bylo rodiči zaznamenáno propojení písniček a říkanek s danými činnostmi, čímž se nám potvrdila i domněnka první hypotézy.

6 Metodické závěry do praxe

V mateřské škole, ve které probíhala realizace programu „Zpíváme Zdravíčkoví“, působím jako učitelka od září 2017. V průběhu praxe jsem byla velmi potěšena zjištěním, že děti předškolního věku ke svému poznávání velmi rády zpívají písničky a prostřednictvím hudebních činností získávají zkušenosti a dovednosti. Během mé praxe učitelky jsem pozorovala radost a prožitek dětí při zpěvu, tanci a recitaci. Domnívám se, že předškolní věk je ideální pro rozvoj schopností a dovedností prostřednictvím estetických disciplín, které dětem přinášejí emocionální prožitek. Na základě tohoto zjištění jsem vytvořila autorský hudební program, který by měl v dětech probudit zájem o celkem nezáživné téma zdraví a hygieny.

Hudební program jsme uskutečnili od začátku školního roku 2018/2019. Během měsíce září jsme dětem nechali prostor k adaptaci na prostředí třídy a kolektivu. Protože jsme hudební program uskutečňovali v době běžného vzdělávání v mateřské škole, bylo potřeba obsah programu propojit se Školním vzdělávacím programem mateřské školy a Třídním vzdělávacím programem. Také bylo žádoucí seznámit s obsahem programu druhou třídní učitelku a do Třídního vzdělávacího programu zařadit v období října týdenní téma zdraví a hygiena, které předcházelo hudebnímu programu. Protože výstupem pedagogického projektu bylo vystoupení pro rodiče, bylo potřeba s kolegyní na třídě koncipovat vánoční vystoupení tak, aby rodiče vstup z hudebního programu pochopili.

Následně bylo vybráno 15 dětí do sledované skupiny a s těmito dětmi byl realizován hudební program. Skupinu dětí jsme se snažili koncipovat tak, aby byla vyrovnaná v pohlaví a věku a různorodá v povahách a znalostech dětí. Motivací hudebního programu byla loutka, kterou si děti na základě písniček a básniček samy dotvořily. Během hudebního programu se loutka Zdravíčka stala tím, koho děti samy učily, jak správně uplatňovat zdravotní zásady a hygienické návyky. Děti se samy staly učiteli Zdravíčka a tím jsme u nich vzbudili větší zájem o téma.

Proto, abychom mohli s dětmi nejen zpívat, ale i tancovat, bylo potřeba realizaci programu uskutečňovat v dostatečně prostorné třídě. Samozřejmostí bylo materiální vybavení klavírem i dalšími melodickými i rytmickými nástroji. K realizaci programu jsme používali i běžné předměty osobní hygieny jako například hřeben, zubní kartáček,

kelímky na vyplachování úst, ručníky, lůžkoviny apod. Těmito předměty mateřská škola disponovala.

Dalším prostředkem sestavování hudebního programu byl systém rituálů a opakování činností. Každá lekce byla sestavena v podobné posloupnosti, aby se dětem stala pochopitelnou. Nedílnou součástí bylo opakování písniček a říkanek v běžném režimu dne v mateřské škole. Každá lekce začínala společným motivačním rozhovorem, který byl často propojen s loutkou Zdravíčka. Následoval hudební blok a ukončení lekce bylo opět v duchu společného povídání o dojmech a postřezích z proběhnuté lekce.

Uplatňování prožitkového učení bylo v hudebním programu samozřejmostí. Snažili jsme se, aby hudební program byl pro děti nejen naučný, ale i zábavný a pestrý. Bylo velmi důležité děti do činností aktivně zapojovat a vnášet do programu i nápady dětí.

ZÁVĚR

V bakalářské práci jsem se zaměřila na téma zdraví a hygiena, o které z mých zkušeností učitelky v mateřské škole děti neprojevují tak velký zájem. Téma jsem chtěla pozdvihnout způsobem, který by v dětech vyvolal větší motivaci k uplatňování činností vedoucí k osvojování zdravotních zásad a hygienických návyků. Děti mají k estetickým výchovám velmi blízko, a proto byla myšlenka celého pedagogického projektu daná. Hudba dokáže přes svou emotivní složku ovlivnit naše vnímání, myšlení a hluboce proniknout do našeho nitra. Proto jsem byla přesvědčená, že by mohla být výborným prostředkem k prohloubení tématu zdraví a hygiena u dětí předškolního věku.

V teoretické části jsem shrnula poznatky z vývojové oblasti dítěte a zdůraznila význam hygieny a zdraví dítěte. K vytvoření autorského hudebního programu mi pomohly poznatky z oblasti hudebních činností dětí předškolního věku a prohloubení tématu projektové metody.

V praktické části jsem se věnovala pedagogickému projektu. Výstupem projektu bylo hudební vystoupení pro rodiče dětí, které se zúčastnily hudebního programu a vytvořená loutka Zdravíčka. Metodou zjišťování výzkumného šetření byl úvodní a závěrečný rozhovor s rodiči dětí a pozorování dětí. S potěšením mohu potvrdit, že hudba v dětech probudila city a začaly o téma projevovat větší zájem jak v prostředí mateřské školy, tak v prostředí domácím.

Dále ve své práci představuji autorské písničky a říkanky z hudebního programu, které mohou posloužit jako metodické náměty do praxe učitelek, které také považují téma zdraví a hygiena pro děti méně záživné a hledají prostředek efektivnějšího a radostnějšího pochopení. Hudba prostřednictvím svých činností dokáže vpečetit zdravotní a hygienické zásady chování přirozeně prostřednictvím emocionálního prožitku. V tomto jsem od počátku spatřovala zásadní význam mé bakalářské práce a budu velmi ráda, když se stane pozitivním a praktickým příkladem pro pedagogy dětí předškolního věku.

Seznam použitých zdrojů

Literatura:

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.

ČAPKOVÁ, Dagmar, MIŠURCOVÁ, Věra, ed. *O estetické výchově nejmenších*. 3. dopl. a uprav. vyd. Praha: SPN, 1978. Odborná literatura pro učitele.

DEWEY, J. *Demokracie a výchova*. Praha: E. Leschingr, 1932.

HAVLOVÁ, Jana, HAVLÍNOVÁ, Miluše a Eliška VENCÁLKOVÁ, ed. *Kurikulum podpory zdraví v mateřské škole: aktualizovaný modelový program podpory zdraví (dokument a metodika)*. 3., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-487-8.

HAVLÍNOVÁ, Miluše. *Zdravá mateřská škola*. Praha: Portál, 1995. Výchova dětí od 3 do 8 let. ISBN 80-717-8048-0.

HENRY, J. *Teaching Through Projects*. London: Kogan Page Limited, 1994.

HOLEŠOVSKÝ, František. *Ciele estetickej výchovy a ich konkretizácia*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1967. Knižnica priateľov pedagogickej literatúry.

KODEJŠKA, Miloš. *Integrativní hudební výchova dítěte předškolního věku*. Praha: Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta, 2002. ISBN 80-729-0080-3.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4435-3.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-0852-3.

KRATOCHVÍLOVÁ, Jana. *Teorie a praxe projektové výuky*. Brno: Masarykova univerzita, 2006. ISBN 80-210-4142-0.

MATOUŠEK, Oldřich, Pavla KODYMOVÁ a Jana KOLÁČKOVÁ, ed. *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-736-7002-X.

MERTIN, Václav a Ilona GILLERNOVÁ, ed. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-627-8.

OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5107-8.

PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. 3. vydání Praha: Portál, 2001.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Panorama, 1990. Pyramida (Panorama). ISBN 80-7038-078-0.

SEDLÁK, František. *Základy hudební psychologie: celostátní vysokoškolská učebnice*. Praha: SPN, 1990. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství). ISBN 80-042-0587-9.

SMOLÍKOVÁ, Kateřina. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2018.

UHER, J. *Idea činné školy*. Praha.

UHER, J. *Základy americké výchovy*. Praha: Čin, 1930.

UŽDIL, Jaromír. *Mezi uměním a výchovou*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1988. Odborná literatura pro učitele.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

VALENTA, J. aj. *Projektová metoda ve škole a za školou. Pohledy*. Praha: Ipos Artama, 1993. ISBN 80-7068-066-0.

VLADYKA, Petr. *Učení a paměť pravou hemisférou: zkuste to jinak*. Praha: Knižní klub, 2018. Universum (Knižní klub). ISBN 978-80-242-6064-8.

Elektronické zdroje:

Desatero pro rodiče dětí předškolního věku [online]. [cit. 2019-03-25]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/modules/search/index.php?plugin=3&query=desatero%20pro%20rodi%C4%8De>

Seznam příloh

Příloha č. 1 - Pracovní list 1

Příloha č. 2 - Pracovní list 2

Příloha č. 3 - Fotografie holého Zdravíčka

Příloha č. 4 - Fotografie hotového Zdravíčka

Příloha č. 5 – CD s autorskými písničkami a říkankami z programu

Seznam tabulek

Tabulka č.:

1 Poznej písničku nebo říkanku	45
2 Předved' správnou činnost	45
3 Zakroužkuj správnou činnost	46
4 Spoj předmět s činností a zazpívej správnou písničku nebo říkanku	47
5 hodnotící škála k otázce 1.	48
6 hodnotící škála k otázce 2.	49
7 hodnotící škála k otázce 3.	49

Seznam grafů

Graf č.:

1 pozorování výsledků Poznej písničku nebo říkanku	45
2 pozorování výsledků Předved' správnou činnost	46
3 pozorování výsledků Zakroužkuj správnou činnost	46
4 pozorování výsledků Spoj předmět s činností a zazpívej správnou písničku nebo říkanku	47
5 bodové hodnocení dětí k otázce 1.	48
6 bodové hodnocení dětí k otázce 2.	49
7 bodové hodnocení dětí k otázce 3.	50