

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1 – Ukázka rozhovorů

Rozhovor s třídní učitelkou fakultní mateřské školy A

- **Jak podle Vás ovlivňuje lezení tělesný vývoj předškolního dítěte?**

„Určitě ovlivňuje prostorové vnímání, hrubou motoriku i vlastně potom se dá použít při spolupráci, když se navzájem spolu kamarádi jistí. Hlavně tedy, jak jsem říkala, hrubá motorika, prostorová orientace i jemná motorika, když děti využívají ty záchytné body.“

- **Jak podle Vás ovlivňuje lezení psychický vývoj předškolního dítěte?**

„Dítě si klade vyšší překážky, čím dál tím víc si samo postupně nastavuje laťku, kam až vyleze, získává tím vlastně sebevědomí a samo si určuje, kam až může. Nikdo ho nenutí, že musí, ale to dítě, když vidí, že něco dokázalo, tak ho to vede k tomu, že chce zkoušet jít dál. Je to vnitřní motivace tohoto dítěte.“

- **Musíte mít nějakou kvalifikaci pro lezení s dětmi?**

„Kvalifikace mít nemusíme, myslím tím pro tu lezeckou stěnu. „

- **Kdo je tedy zodpovědný?**

„Zodpovědný je učitel za děti.“

- **Máte z ohledu bezpečnosti početní limit? Myslím, jaký je maximální počet dětí, s kolika můžete jít lézt na stěnu?**

„To nemáme, ale chodíme převážně s menším počtem dětí. Do třinácti dětí je to příjemné, ale jsem zodpovědná vždy za celou skupinu. Samozřejmě dá se i ve více, jak jste viděla, ale už je to dav. Limit není, ale vyšší počet dětí ovlivňuje bezpečnost.“

- **Jak dodržujete pravidla bezpečnosti při lezení?**

„Nejdřív určitě poučit děti o bezpečnosti, pravidla si zopakovat. Vždy musí být rozestupy při lezení. Další bezpečností zajištění je ta matrace nebo žíněnka, to tam vždycky musí být přítomno. No a dohled samozřejmě, když vidím, že je nějaké pravidlo porušené a může to porušit bezpečnost, tak okamžitě zasáhnout, dřív než to budou dělat ti ostatní a okoukají to, pak se to těžko koriguje.“

- **Kladete důraz na převlékání?**

„Před lezením ne. Samozřejmě pokud by bylo dítě z venku nebo z domova v džínách, tak ano, ale mají pohodlné oblečení, které používají v herně.“

- **Všimla jsem si, že děti lezou převážně bosí. Je to pravidlem?**

Ano, děti letou bosí, je to určitě lepší. Kdo chce, tak může v ponožkách.

- **Zařazujete do lezení nějaké aktivity na stěně?**

„Při tom lezení ne. Měly jsme kroužky. Pověsil se kroužek, dítě si pro ten kroužek dolezlo a sebralo ho. Nebo ještě využíváme obdobně stuhy. Používáme tu stěnu tak, jak je. Pak využíváme ty žíněnky, že děláme kotrmelece nebo válení sudů, což jsme dneska viděli. Dá se to využít i jinak.“

- **Jak často využíváte lezeckou stěnu?**

„Tak záleží, většinou ji využíváme, když je méně dětí. Když jsme třeba s kolegou, tak vezmu předškoláky nebo naopak ty menší děti. Když je méně dětí, tak to využíváme. Jak často? Asi jednou za měsíc, moc často to není, protože když už dovolí počasí, tak jdeme jen s dětmi na hřiště nebo na celodenní výlety. Spíš přes zimu se to využívá, jako doplněk pohybu.“

- **Jak dlouho jste s dětmi na stěně?**

„20 minut, zhruba do té půlhodiny.“

- **Jak probíhá Vaše příprava?**

„Myslíte jako příprava na lezení dětí? Na tohle se přímo nepřipravuji. Přípravu samozřejmě na pedagogickou činnost máme, ale přímo na tohle je to spíše tak spontánně. Na té stěně dopřáváme dětem spontánní pohyb. „

„Člověk se většinou i učí hodně, když vidí ty děti lézt, pak vidí, kde se dějí chyby. Takže kolikrát, když si to člověk připraví dopředu, tak ty děti to pak udělají úplně jinak, co člověk nečeká, tak to pak do těch pravidel příště zařadí.“

- **Znáte nějakou publikaci, kde jsou například lezecké hry a aktivity pro děti?**

„Já ohledně lezení žádnou publikaci neznám.“

- **Zařazujete nějaké aktivity nebo hry na stěně?**

„Zařazujeme, ale zřídka. Většinou opravdu stačí to, že se tam děti prolezou. Je to pro ně jiný druh pohybu, jelikož to lezení nezařazujeme tak často, kdybychom tam byli častěji, tak si myslím, že je to ozvláštní určitě.“

- **Jak postupujete, když má dítě strach?**

„Když mají strach, tak je určitě nenutit. Většinou to, že tam vezmu celou skupinu dětí, tak jsem si všimla, že někteří prostě zakrouží hlavou, že ne. Rezolutně nepůjdou, tak je nechat na poprvé. Určitě neříkat, pojď to zkusit. Napoprvé, napodruhé nechávám. Většinou se rozkoukají a pak když vidí tu skupinu, tak se rozhodnou, že to chtějí taky zkusit. Můžu dát dětem nabídku, že půjdu s nimi, ale určitě to nelámat. Jsou děti, které k tomu vůbec nejdou nebo jsou orientované na něco jiného.“

Rozhovor s ředitelkou fakultní mateřské školy B

- **Jak podle Vás ovlivňuje lezení tělesný vývoj předškolního dítěte?**

„Já si myslím, že hodně. Je to takový velký prvek hrubé motoriky, který je důležitý, když ten předškolák jakoby zvládne. U nás máme Natálku, která má neuro postižení, tak tam je vidět, že to lezení nezvládá, to bylo i dnes krásně vidět. Jinak všichni předškoláci to zvládají bez větších problémů, zvládají přelézt celou tu horolezeckou stěnu v celé té šíři.“

- **Jak podle Vás ovlivňuje lezení psychický vývoj předškolního dítěte?**

„Myslím, že pro děti je to taková přirozená výzva, jestli to zdoají. Jestli jsou schopny tu překážku překonat. Určitě to zvedá sebevědomí. Ten pocit, že to dokážu. Vidí výsledky, jak se zlepšují. Zpočátku jim to moc nejde a na té stěně se dostanou jen ke stromu, pak dolezou dál a vidí, jak se ty hranice posouvají.“

- **Myslíte si, že lezení ovlivňuje nějakým způsobem zdraví předškolního dítěte? Pokud ano, jak?**

„Určitě. Ovlivňuje to fyzickou zdatnost a rozvoj hrubé motoriky. Zapojení všech svalových skupin.“

- **Má podle Vás lezení jakýkoliv negativní dopad na vývoj předškolního dítěte?**

„Negativní dopad, který já na tom vidím, jsou skoky z výšek. Pokud děti doskakují z vyšší výšky, než by měly, tak to pravděpodobně pro ty klouby není dobré, zdravé. Děti by měly skákat z výšky kolen a to někdy skočí z větší výšky.“

- **Jaká je kvalifikace učitele, který je zodpovědný za lezení?**

„Žádnou kvalifikaci učitelé nemají. Horolezecká stěna je tu využívána jako herní prvek.“

- **Nabízíte pro zaměstnance nějaké školení, kde by mohly načerpat inspiraci a přehled aktivit, které mohou pak využít s dětmi na lezecké stěně?**

„Zatím to nikdo nechtěl. My máme nastavená pravidla a ta filozofie je spíš o tom volném lezení. Tím, že zatím nikdo neměl zájem, že by se chtěl takto vzdělávat, tak jsem to zatím nenabízela. Zatím jsem se s tím standardně nesetkala v nabídce školení pro pedagogy.“

- **Za kolik dětí je učitel zodpovědný?**

„Při pobytu ve třídě za 25, při pobytu na zahradě také a při pobytu na venkovním hřišti za 20, říká vyhláška. Při lezení je tomu stejně, učitel je odpovědný za počet dětí, které má ve třídě, ale většinou se snažíme využívat horolezeckou stěnu, když je zrovna ve třídě málo dětí.“

Dnes jste mohla vidět, že jsem byla s asistentkou při vyšším počtu dětí, ale zodpovědnost je stejně na mě.“

- **Jak dodržíte pravidla bezpečnosti při lezení?**

„Já myslím, že děti to učíme od začátku. Učíme je, že je tam nějaký pravidelný posun na té stěně, kdy dodržují rozestupy a směr. Matrace jsou pro horolezce pro možný pád. Musí tam být vždy dozor. Tohle je herní prvek, při kterém musí být vždy dozor.“

- **Kladete důraz na převlékání?**

„Ne, jen když jdeme ven, ale při lezení ne.“

- **Všimla jsem si, že většinou děti lezou bosí, ale jedno dítě mělo boty. Jak to tedy máte s přezouváním?**

„Dáváme na výběr. Konzultovala jsem to se sestřenicí, která je tělocvikářka a leze s dětmi v botách, protože horolezci taky mají boty. My dáváme dětem na výběr a je pravda, že pokud mají možnost volby, tak téměř všichni si boty sundají a lezou bosí.“

- **Používáte nějaké materiály nebo pomůcky při lezení?**

„Já ne. Zatím mě to ani nenapadlo.“

- **Zapojujete nějaké aktivity do lezeckých činností?**

„Velmi výjimečně. Jednou jsme to využili, že děti musely najít poklad a dolézt pro něj.“

- **Jak často využíváte lezeckou stěnu?**

„Měli bychom častěji, záleží, jak nám to vyjde. Já osobně tak jednou za měsíc. Asi bychom chtěli častěji. Ale děti mohou využívat horolezeckou stěnu venku, kterou mohou využívat kdykoliv. Já jsem jim to zatím moc nezadávala, ale ta stěna má cesty, že se dá lézt po červených, modrých, žlutých chytech a dá se to oblézt celé dokola.“

- **Připravujete se na výuku lezení? Používáte nějakou publikaci?**

„Ne.“

- **S dětmi tedy lezete pouze skupinově, jak jsem vždy viděla?**

„Ano, nemáme možnost udělat to jinak, jelikož máme vždy na starosti celou skupinu. Někdy, když je tady kolegyně, tak se rozdělíme. Jedna zůstane s dětmi ve třídě a druhá se může věnovat menší skupině dětí a už je to více individuální přístup.“

- **Naměřila jsem, že děti měly časovou možnost pro lezení 20 – 30 minut. Je to pravidlem?**

„Vždy lezeme, jak dlouho to děti baví. Většinou je to zhruba těch 20-30 minut, ale přesně to neměříme. Když je více dětí, využíváme labilní plochy, chodníčky a různé pomůcky a některé děti mají opičí dráhu, ostatní ještě lezou.“

- **Je tedy vždy nějaká nabídka pro děti, které právě nelezou?**

„Na stěnách chodby jsou labyrinty a bludiště. Někdy dětem dovolíme jít na návštěvu do třídy, která je vedle horolezecké stěny, ale to je vždy po domluvě, pokud zrovna děti nemají ve třídě nějaký program.“

- **Zaznamenala jsem, že vždy dáváte dítěti možnost výběru, jestli chce na stěnu. Jak postupujete v případě, že má dítě strach?**

„Nechám to na nich, většinou až dozrají, tak se odhodlají to alespoň vyzkoušet.“

Rozhovor s ředitelkou soukromé mateřské školy C

- **Jaký má podle Vás lezení vliv na tělesný vývoj, tělesnou stránku dítěte?**

„Tak lezení má vliv na vývoj dítěte celkově, jelikož rozvíjí úplně všechno. Co se týká fyziologie, tak má pozitivní vliv na celkové držení těla, protože v tomto věku se často stává, že se ta struktura bortí. Kostí rostou rychle, to svalstvo se nestihá nabírat, takže se to neudrží. To lezení je oboustranné a dochází u něj k progresi té páteře ke stěně, tam dochází k zapojení vnitřních svalů, které by dítě běžně ani nepoužilo. Další je motorika, vůbec koordinace jako taková, ruka, oko, ale i noha současně. Zkoordinovat ty tři body, kde se musí držet, aby se vůbec udrželo na té stěně, a pak sleduje, jak se může dál pohybovat. Starší děti už mají za úkol lézt cesty

po různých barvách, což je zase náročnější. Takže veškeré rozumové schopnosti toho dítěte jdou nahoru.“

- **Jaký má podle Vás lezení vliv na psychický vývoj dítěte?**

„Určitě. Zaprvé je tam nějaká disciplína, kdy děti musí vědět, že jsou nějaká pravidla, která se musí dodržovat, protože může jít o jejich život nebo o život toho kamaráda. My máme kroužky pro děti, které už jdou do školy a stále chtějí lézt, tak k nám chodí odpoledne a už se učí vzájemně se jistit a vědí, že drží na laně život toho druhého, bez kterého to nejde. Dalším faktorem je, že jsou při lezení děti ve skupině a musí v té skupině fungovat. To znamená, že se učí spolupráci a vzájemné domluvě.“

- **Myslíte, že lezení ovlivňuje zdraví dítěte?**

„Dochází například k narovnání dysbalancí. Pokud dojde k tomu zborcení páteře, tak se to lezením dá napravit.“

„Když se to dělá správně, tak ne. Rodiče mají strach, že děti budou mít pak strach z výšky, ale pokud se to dělá opatrně a motivačně, tak tam není to nebezpečí.“

- **Myslíte, že ten strach mohou získat právě tím lezením?**

„Ano, to se stává. Většinou to je tak, že ty děti zpočátku strach nemají, některé děti se i bojí, ale dají se namotivovat a nějakou společnou cestou se dá ten strach překonat, to lezení jim zevšední a pak už se nebojí. Čím jsou starší, tím mají více rozumových schopností a začíná jim docházet reálné riziko. Stačí prázdniny, kdy mají děti od lezení pauzu a ten strach může nastoupit.“

- **Kdo všechno je u Vás zodpovědný za lezení?**

„My máme dva instruktory, oba dva jsou lezci a mají ještě kurz průvodcovství.“

- **Za kolik dětí je instruktor zodpovědný? Viděla jsem skupinky čtyř nebo pěti dětí. Je to i jinak? Máte nějaký limit?**

„Instruktor má zhruba čtyři děti. Pět jich má v případě, že nám nevychází počet dětí, tak aby se stihly vystřídat. Jelikož je velký zájem, tak se to občas stává, že lezou v pěti. Jinak se snažíme, aby jich bylo ve skupině méně. Když jich leze pět, mají

vyhraněno víc času. Pokud lezou čtyři děti, mají 45 minut. V případě, že je dětí pět, mají celou hodinu.“

- **Jak dodržujete pravidla bezpečnosti?**

„U malých dětí se nesnažíme tolik o nácvik techniky, ale především o to, aby věděly, jak se bezpečně pohybovat na stěně. Učí se základní terminologii a především pokyny jako lezu, jistím, dober.“

- **Kladete důraz na převlékání a přezouvání pře lezeckými činnostmi?**

„Lezou v botách, ale v bačkůrkách. Lezečky dáváme až starším dětem.“