

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra preprimární a primární pedagogiky

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Srovnání úrovně motorických kompetencí v souvislosti se školními vzdělávacími
programy

Comparison of the level of motor competencies in connection with school
educational programs

Michaela Nejedlová

Vedoucí práce: Mgr. Lenka Vojtíková, Ph.D.
Studijní program: Specializace v pedagogice
Studijní obor: Učitelství pro mateřské školy

2022

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením Mgr. Lenky Vojtíkové, Ph.D. Zároveň prohlašuji, že použité prameny a literatura byly řádně citovány a že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 19. 4. 2022

Podpis:

Tímto bych chtěla poděkovat vedoucí práce Mgr. Lence Vojtíkové, Ph.D. za pomoc s výběrem tématu i za vedení a odborné rady v průběhu psaní bakalářské práce. Zároveň bych ráda poděkovala paní ředitelce i třídním učitelkám v obou MŠ za jejich ochotu a nadšení spolupracovat a v neposlední řadě dětem, které zvládly absolvovat celé testování.

Anotace:

Bakalářská práce se věnuje testování pohybových kompetencí u dětí předškolního věku. V teoretické části popisuje pohybové kompetence, motorický vývoj a pohybové činnosti v MŠ a sleduje, jak je to ukotveno v RVP PV a ŠVP dvou rozdílných MŠ. Závěr teoretické části se věnuje výzkumům a testům pohybových aktivit předškolních dětí. Praktická část porovnává pomocí testové baterie MOBAK-KG úroveň motorických kompetencí dětí ve věku 5 – 6 let ze dvou rozdílných mateřských škol (veřejná MŠ a soukromá MŠ se sportovním zaměřením). V souvislosti s testováním analyzuje ŠVP obou MŠ a zjišťuje, jaké jsou mezi nimi rozdíly.

Klíčová slova:

motorické kompetence, pohybový rozvoj v MŠ, RVP PV, ŠVP, testová baterie MOBAK-KG

Annotation:

The bachelor thesis deals with testing motoric competencies in preschool children. The theoretical part describes motor competencies, motor development and physical activities in kindergartens and researches how it is anchored in FEP PV and SEP of two different kindergartens. The conclusion of the theoretical part is devoted to research and tests of physical activities of preschool children. The practical part compares the level of motor competencies of children aged 5-6 from two different kindergartens (public kindergarten and private kindergarten with a sports focus) using the MOBAK-KG test battery. In connection with testing, the practical part of the work analyzes the SEP of both kindergartens and finds out what are the differences between them.

Key words:

motor competencies, physical development in kindergarten, FEP PE, SEP, the MOBAK-KG test battery

Obsah

Úvod.....	1
I Teoretická část.....	3
1 Pojmy pohybová schopnost, dovednost a kompetence.....	3
1. 1 Pohybové schopnosti.....	3
1. 2 Pohybové dovednosti.....	3
1. 3 Pohybové kompetence.....	5
2 Motorický vývoj dítěte.....	6
3 Pohybová aktivita v mateřské škole.....	8
3. 1 Cíle pohybové aktivity v mateřské škole.....	8
3. 2 Spontánní a řízené pohybové aktivity v mateřské škole.....	8
4 Pohybové aktivity v rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání.....	10
5 Metody pro měření pohybových aktivit u dětí.....	12
5. 1 Testové baterie.....	14
5. 1. 1 Testová baterie MOBAK-KG.....	15
5. 2 Další výzkumy motorických dovedností.....	19
II Praktická část.....	20
6 Cíle.....	20
7 Hypotézy.....	20
8 Metody výzkumu.....	20
8. 1 Metoda sběru dat – analýza dokumentů školních vzdělávacích programů.....	21
8. 2 Metoda sběru dat – testová baterie MOBAK-KG.....	22
9 Výzkumný soubor.....	25
9. 1 Výzkumný soubor – analýza dokumentů školních vzdělávacích programů.....	25
9. 2 Výzkumný soubor – testová baterie MOBAK-KG.....	25
10 Realizační kontext.....	26
10. 1 Realizační kontext – testová baterie MOBAK-KG.....	26
11 Výsledky.....	29
11. 1 Analýza školních vzdělávacích programů.....	29
11. 1. 1 Školní vzdělávací program soukromé mateřské školy se sportovním zaměřením.....	29
11. 1. 2 Školní vzdělávací program veřejné mateřské školy.....	32
11. 1. 3 Rozdíly ve školních vzdělávacích programech.....	34
11. 2 Výsledky testování motorických kompetencí.....	36
12 Diskuze.....	42
13 Závěr.....	45
14 Použitá literatura.....	47
14. 1 Elektronické zdroje.....	49
14. 2 Odborné články.....	50
15 Seznam tabulek.....	51
16 Přílohy.....	52

Úvod

Pohyb je důležitou součástí každého člověka, podepisuje se na jeho zdraví a to nejen na fyzickém, ale i psychickém. U dětí můžeme pozorovat jejich přirozenou potřebu se hýbat, prozkoumávat své tělo a jeho možnosti. Když vidíme dítě, které se potřebuje pohybovat, můžeme z toho vyvodit, že je zdravé a přirozeně se vyvíjí. Proto je velmi důležité dítěti od útlého věku umožnit svobodu pohybu, nabídnout mu dostatečný prostor a podněty, které ho motivují k dalšímu rozvoji. Dítě si od narození buduje návyky a učí se základním dovednostem, na které později bude nabalovat další a další. Proto je nezbytné dát dítěti kvalitní základy a podporovat tak jeho fyzické zdraví a životní styl.

V současné době je důležitost pohybu často přehlížena. V dnešním zrychleném světě často spěcháme a tak v rámci urychlení a pohodlnosti snižujeme pohybové nároky na sebe i na děti. Vliv na předškolní dítě má v první řadě jeho rodina, která by měla být dítěti vzorem a dát mu základní pohybové návyky. Problémem je, když jsou rodiče zaneprázdnění a dítě pak často uniká k pohodlnější formě zábavy, například k televizi či počítači. Velkou roli také hraje strach rodičů, kteří se bojí své dítě poslat ven si hrát a tak připravují dítě o to se díky pohybu rozvíjet nejen fyzicky, ale i sociálně. Jako alternativu pak mohou volit pohybové kroužky.

Dalším faktorem ovlivňující předškolní dítě je instituce, kterou navštěvuje, tedy mateřská škola. Mateřské školy spadající pod MŠMT mají stanoveny, že by v ní měly probíhat pohybové činnosti a děti by měly chodit pravidelně a dostatečně dlouho ven. V rámci psychohygieny mají také stanovenou dobu odpočinku. Je pak ale na každé škole a na každé učitelce, jak moc je pro ni pohybový rozvoj důležitý, zda chce dítě rozvíjet ve všech oblastech rovnoměrně nebo dává přednost něčemu jinému. Záleží na zaměření mateřské školy, zda podporuje spontánní a řízené pohybové činnosti a v neposlední řadě také na prostorách, vybavení školy a na možnostech pohybového vyžití v nejbližším okolí.

V současné době pracuji jako učitelka v mateřské škole se sportovním zaměřením. Sama se sportu věnuji od útlého věku a to, že mohu dětem předávat základní pohybové návyky a umožňovat jim se rozvíjet nejen v oblasti pohybu, mi dává velký smysl. Současně se studiem na pedagogické fakultě jsem si začala prohlubovat své znalosti v teorii a didaktice tělesné výchovy u dětí předškolního věku a chtěla jsem načerpat co nejvíce informací pro další praxi a realizaci. Proto jsem se rozhodla psát svou bakalářskou práci na téma pohybového rozvoje dětí předškolního věku, konkrétně porovnat úroveň motorických kompetencí dvou mateřských škol, přičemž jedna z nich je sportovně

zaměřená a druhá je běžná veřejná mateřská škola a v souvislosti s tím prostudovat i jejich školní vzdělávací program.

Pohybová kompetence je v současné době často diskutovaný pojem objevující se nejen ve školních kurikulech. Úzce souvisí s pojmy pohybová schopnost a dovednost. Naše vrozené dispozice a především to, jak kvalitně je rozvíjíme, ovlivňují náš pohybový rozvoj. V prvních kapitolách teoretické části se budu podrobněji věnovat vysvětlení těchto pojmů, hledání souvislostí a propojování s výsledky aktuálních výzkumů.

V další části teorie budu hledat informace k tomu, co má dítě v předškolním věku umět a jak by se mělo pohybově vyvíjet a následně, jak by měly probíhat pohybové činnosti v mateřské škole. V České republice se v mateřské škole opíráme o dokument RVP PV, tedy Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání, který nezapomíná ani na oblast tělesnou a pohybovou a na základě kterého si mateřské školy tvoří vlastní školní vzdělávací program. Spektrum předškolních zařízení je velmi rozmanité, existuje již mnoho alternativních směrů umožňující rodičům si vybrat, který je pro ně a jejich dítě ten nejvhodnější.

Úroveň pohybu nejen u dětí se provádí pomocí měření. Existuje mnoho způsobů, jak děti testovat, pomocí různých přístrojů nebo pomocí testování jejich dovedností u konkrétních pohybových činností. Toto téma je opravdu rozmanité a věnovalo se mu již mnoho mých kolegů, přesto je to téma stále aktuální a tak vznikají stále nové metody, které je možné zkoušet a analyzovat. V teoretické části bych ráda některé způsoby testování a měření popsala propojila tak studium literatury s výsledky a závěry výzkumů.

Ve své bakalářské práci jsem pro měření úrovně motorických kompetencí zvolila testovou baterii MOBAK-KG, která se obsahuje 8 pohybových testů hodnotící pohybové dovednosti, což ukazuje na úroveň motorických kompetencí. V praktické části se tedy budu věnovat samotnému testování pomocí testové baterie MOBAK-KG, budu zjišťovat jakých výsledků dosahovaly děti v jednotlivých mateřských školách a vyhodnocovat, které děti dosáhly lepších výsledků. V souvislosti s jejich školním vzdělávacím programem budu vyhodnocovat, jak mají popsanou oblast pohybového rozvoje, jaké jsou podmínky a vybavení školy a jak se jejich ŠVP liší.

V teoretické i praktické části budu pracovat s pojmy MŠ, RVP PV a ŠVP. Tyto zkratky znamenají mateřská škola (MŠ), Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (RVP PV) na jehož základě je jednotlivými MŠ utvářen Školní vzdělávací program (ŠVP).

I Teoretická část

1 Pojmy pohybová schopnost, dovednost a kompetence

1. 1 Pohybové schopnosti

Schopnosti jsou vrozené. Konkrétně jsou pohybové schopnosti vrozené předpoklady pro určitý kvalitní pohyb v oblasti rychlosti, síly, flexibility nebo obratnosti. Závisí na podmínkách, jestli je člověk rozvine nebo ne. Z pohledu sportovní vědy mají pohybové schopnosti velký význam pro celou řadu různých úkolů a situací. Ve studii Herrmann, Seelig (2017) se mluví o motorických schopnostech jako o dispozicích výkonů, které jsou trénovatelné, ale ne naučitelné (in Scheuer a kol. 2021).

Pohybové schopnosti můžeme rozdělit na kondiční a koordinační. Kondiční nebo také podmíněné schopnosti jsou např. síla a vytrvalost, rychlost a flexibilita. Tyto schopnosti jsou nestálé, což znamená, že se dají tréninkem rychle zlepšit, ale při nerozvíjení schopnost rychle klesá. Koordinační schopnosti jsou stabilnější, ale je potřeba je delší dobu trénovat. Patří mezi ně obratnost, rovnováha a orientace v prostoru.

1. 2 Pohybové dovednosti

Na rozdíl od schopností jsou dovednosti naučené Pohybové dovednosti definuje Dvořáková (2007, s. 17) takto: „ *Pohybové dovednosti jsou naučené pohyby, které dítě nebo člověk dokáže prakticky realizovat.*“ Dovednosti jsou jádrem základní motoriky a můžeme je definovat slovy „to zvládnu, to umím“. Roli při získávání dovedností hrají i schopnosti, které ovlivňují jejich úroveň. Scheuer a kol. (2021) uvádí dva základní přístupy, jak vysvětlit pojem „pohybová dovednost“. První přístup vysvětluje pohybovou dovednost jako předpoklad, který jsme získali učením nebo jako pohotovost k provedení určité pohybové činnosti. Druhý přístup vidí pohybovou dovednost nejen jako předpoklad, ale i jako určitý sled pohybů, kterým realizujeme pohybovou činnost. Lehnert a kol. (2014) ukazuje anglický ekvivalent pro pohybovou dovednost, kterým je „skill“ (in Scheuer a kol. 2021).

Pohybové dovednosti jsou výsledkem motorického učení. Jedná se o specifické pohybové úkony, které můžeme dělit do různých oblastí např. spojených s jemnou a hrubou motorikou. Dvořáková (2007) rozděluje pohybové dovednosti do dvou odvětví. Prvním jsou základní pohyby a druhým jejich využití ve specifických podmínkách. Rozvíjení základních pohybů dítěti pomáhají k ovládnutí vlastního těla a k lepšímu

vnímání intenzity pohybu, orientaci v prostoru i vnímání vztahů kolem něj. Základní pohyby dělíme na lokomoční, nelokomoční a manipulační. Lokomoční pohyby jsou ty, u kterých se posouváme z jednoho bodu ke druhému, patří mezi ně chůze, běh, poskoky, lezení nebo jejich kombinace. Nelokomoční pohyby jsou takové, kdy měníme polohu těla, ale zůstáváme na místě, patří mezi ně trénování rovnováhy a polohy a pohyby částí těla nebo celého těla (např. při rozcvičování – kroužení, hmitání, houpání, otáčení, apod.). Mezi manipulační činnosti se řadí činnosti s náčiním a různými předměty.

Užitím základních pohybů ve specifických podmínkách se rozumí, že je děti dovedou uplatnit v gymnastických a atletických činnostech, kde je speciální prostředí a nářadí i náčiní. Podobně to platí u činností v přírodě, ve vodě nebo v zimě, kde jsou specifické podmínky. Při rytmických a tanečních činnostech se děti učí trefovat do hudby a vnímat rytmus. Při hrách se učí chápat a respektovat pravidla a spolupracovat v kolektivu. Ve sportovních vědách jsou tedy pohybové dovednosti definovány s odkazem na konkrétní sporty a disciplíny, protože se jedná o konkrétní specifické pohyby.

Další dělení dle Dvořákové (2007) je podle cíle pohybových činností. Pokud máme za cíl rozvíjet tělesnou zdatnost, zaměřujeme se na aerobní a svalovou složku a na složení těla. Aerobní zdatnost se rozvíjí lokomocí a střídáním pohybových činností v delším časovém úseku a při přiměřené intenzitě. Naopak rozvíjení svalové zdatnosti podporujeme dynamickým zatěžováním svalů, propojováním s rychlostí a obratností.

Dalším cílem pohybových činností je prožitek dítěte, tedy oblast kognitivní a emocionální. Dítě se učí o vlastním těle, pojmenovává části těla, pohyby, nářadí a náčiní. Učí se pravidla a jejich dodržování, respektování druhých a spolupráci s druhými. Dítě rozvíjí své volní vlastnosti, může zažívat radost z pohybu a při úspěších si posiluje pocit sebedůvěry a sebevědomí. Když naopak neuspěje, může zhodnotit, co udělalo špatně.

1. 3 Pohybové kompetence

Veteška (2008) se ve své publikaci věnuje významu pojmu kompetence a jeho vztahu k dalším pojmům v oblasti vzdělávání. Doslovně Veteška (2008, s. 25) definuje kompetence jako: „*Specifický soubor znalostí, dovedností, zkušeností, metod a postupů, ale také například postojů, které jednotlivec využívá k úspěšnému řešení nejrůznějších úkolů a životních situací a jež mu umožňují osobní rozvoj i naplnění jeho životních aspirací.*“ Veteška (2008, s. 71) uvádí rovněž definici klíčových kompetencí v RVP: „*Soubory vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro rozvoj jedince, jeho aktivní zapojení do společnosti a budoucí uplatnění v životě.*“

Veteška (2008) přirovnává schopnost k potenciálu k akci a vysvětluje, že jeho efektivním využitím v kontextu situace získáme kompetence. Kompetenci charakterizuje jako kontextualitovanou, to znamená, že je vždy zasazena do konkrétního prostředí či situace. Také je multidimenzionální, týkající se rozličných zdrojů (informací, znalostí, dovedností, představ, postojů apod.). Je definována určitými kritérii a má potenciál pro další rozvoj a akci. Na základě našich duševních a rozumových schopností a motivace je rozvíjíme a získáváme dovednosti, znalosti a zkušenosti a ty dále ovlivňují naše chování.

Kompetence úzce souvisí s cíli, pomocí nichž učitel rozvíjí kompetence žáků. Podle Weinerta (2001, s. 27) jsou kompetence „*kognitivní schopnosti a dovednosti, které mají jednotlivci k dispozici při učení a řešení určitých problémů*“. Kompetence stanovují vzdělávací cíle, kterých má být dosaženo ve vzdělávacích systémech. Na základě kompetencí a stanovování cílů ve vzdělávacím systému jsou vytvářeny vzdělávací standardy. Kompetence jsou závislé na více faktorech, souvisí s motivací, vůlí a sociální připraveností a na tom, jak je člověk dokáže využívat k řešení problémů v různých situacích.

Vzdělávacími cíli tělesné výchovy jsou základní pohybové kompetence. Podle Herrmanna a kol. (2019) jsou základní pohybové kompetence funkční výkonnostní dispozice. Ty umožňují dětem být pohybově aktivní a způsobilé. Kompetence si můžeme osvojit dlouhodobě a zohlednit tak naše předchozí zkušenosti. Gogoll (2014) uvádí souvislost pohybové kompetence se schopností prozkoumávat, rozvíjet a posuzovat všechny oblasti vztahující se ke sportovní aktivitě jednotlivce, která vede k vytváření akceschopnosti, což znamená využití našich tělesných a motorických dispozic k samostatnému a zodpovědnému jednání v oblasti sportu a pohybu. V předškolním věku rozvíjíme základní kompetence, ale nesmíme zapomínat na to, že hrají roli při učení a

pozdějšího zapojení se do komplexních motorických dovedností i do fyzické aktivity. To je cílem tělesné výchovy.

2 Motorický vývoj dítěte

Dítě potřebuje uspokojit svou potřebu pohybu, která je základní biologickou potřebou dítěte a člověka obecně. Potřebuje si vyzkoušet možnosti svého těla. Dítě by mělo mít možnost se svobodně pohybově projevit. Podle Kořátkové (2005) je základem motorických dovedností pohybová experimentace, která se postupně prohlubuje. Kolem 3. roku dítě zkouší a opakuje pohybovou dovednost. Dítě je zaujaté, uspokojuje své potřeby a má z pohybu radost. Dovednosti pomalu propojuje a vymýšlí její různé varianty. Často napodobuje pohyby zvířat nebo lidí, ale vytváří i pohyby nové. Rádo zkoumá a zkouší všechny nové prostory a využívá je k pohybu a začíná s běháním dokola. Pohybové činnosti rozvíjejí osobnost dítěte, trénuje rozhodnost, odvahu, učí se překonávat nezdary a poučuje se ze svých chyb.

Kolem 4. roku dítě napodobuje hlavní znaky některých her a zkouší je. Nabídka a rozvoj by měl být především všestranný. Dítě využívá rozsahu svých pohybů, zkouší vlézt do malých prostorů, baví ho prolézačky. Následně v 5. až 6. roce dítě zajímá a zkouší specifické pohybové možnosti. Rádo využívá pomůcky, které jsou nad rámec přirozené lidské lokomoce jako jsou kolo, lyže, sánky, hraje si ve vodě s nadnášedly apod. Děti vyhledávají hry s gymnastickými prvky a při hrách se u nich objevuje porovnávání s ostatními dětmi. V tomto věku také roste touha po pravidlech her, které se snaží přijmout a dodržovat.

V předškolním věku hraje pohyb významnou roli a tak bychom měli dítě při pohybových aktivitách pozorovat. Zaměřit se na něj při hrách, pobytu venku, při běhání nebo skákání a na základě toho posuzovat jeho pohyblivost, koordinaci nebo udržení rovnováhy, jak pohyby provádí, jak je rychlé a jak odvážné. Úroveň motorických schopností a dovedností ovlivňuje fyzickou zdatnost, výběr pohybových aktivit, zapojení do kolektivu dětí, vnímání, řeč, kresbu, později i psaní.

Podle diagnostiky Bednářové, Šmardové (2021) by mělo tříleté dítě zvládnout skočit sounožně, překročit nízkou překážku a při chůzi do schodů střídat nohy. Do 4 let by potom mělo umět stát se zavřenýma očima, přeskočit přes čáru a při chůzi ze schodů střídat nohy. Mezi 4. až 5. rokem by se mělo naučit přejít po čáře, stát na špičkách s otevřenýma

očíma, poskakovat na jedné noze a chodit po mírně zvýšené ploše, v pěti letech přejít přes kladinu a v šesti letech přeskočit snožmo nízkou překážku.

Dvořáková (2001) uvádí získávání pohybových dovedností ve ontogenezi a upozorňuje na to, že pro zvládnutí pohybových dovedností je v předškolním věku důležitá rovnováha. Rovnováha je schopnost, která pomáhá dítěti v pohybových činnostech orientovaných na obratnost a je propojená se základní lokomocí. První lokomocí je lezení, následně chůze a běh, který dítě v předškolním věku preferuje. Letová fáze dítěte se postupně prodlužuje a mezi 5. a 6. rokem dochází ke stabilizaci pohybu a ke sladění pohybu rukou a nohou. Následují skoky, seskoky, skoky do dálky a do výšky. Kolem 3. roku se dítě zvládne odrazit snožmo a postupně se učí skákat po jedné noze. Dítě se rozvíjí i v nelokomočních dovednostech. Po 1. roce věku se dokáže s dopomocí naučit kotoul vpřed.

Dalším vývojovým krokem je, když dítě dokáže spojit lokomoci a držení předmětů. Dítě se učí házet, nejprve spodním, později bočním a kolem 5 let horním obloukem. Obtížnou dovedností je chytání. Kolem 6. roku by mělo dítě umět chytit i tenisový míč. Obratnost nohou a chodidel si děti trénují při kopání, kterému se zpravidla věnují více chlapci.

Každé dítě má určité vrozené předpoklady a je ovlivněno prostředím a podmínkami, ve kterých se pohybuje. Roli tedy hraje nejen předškolní zařízení, ale i rodina a další faktory, jako jsou tělesné dispozice apod. Učitel by měl znát obecné vývojové charakteristiky dítěte a zároveň určit jeho individuální rysy. Měl by také myslet na to, že předškolní období, především mezi 5. a 6. rokem je optimálním obdobím pro motorické učení.

3 Pohybová aktivita v mateřské škole

3. 1 Cíle pohybové aktivity v mateřské škole

Cílem tělesné výchovy v mateřské škole je především uspokojování přirozených potřeb dítěte a rozvoj jeho osobnosti, pěstování zdraví a zdravého návyku k pohybu a zdravému životnímu stylu, vyrovnání hendikepů a rozvoj talentu. Jak říká Dvořáková (2007, s. 13): „*Prostřednictvím pohybové aktivity přispět k uspokojení potřeb dítěte v oblasti motorické, emocionální a sociální se snahou rozvinout potenciál každého dítěte v těchto složkách osobnosti, aby směřoval k pocitu tělesné, duševní a sociální pohody a tím byl podporován pravidelný návyk pohybové aktivity.*“

Cíle pohybových činností zasahují do všech oblastí vzdělávacích cílů Bloomovy taxonomie. Rozvíjí se psychomotorické, kognitivní i afektivní cíle. Pomocí tělesné výchovy Dle programu Zdravá škola, 1995, jde hlavně o duševní, tělesný a sociální rozvoj pomocí vhodného prostředí a zdravého životního stylu. Pohybové aktivity mohou být i prevencí v předcházení nemocí nebo v jejich léčení.

Cílem tělesné výchovy v mateřské škole potom je osvojování dovedností.

3. 2 Spontánní a řízené pohybové aktivity v mateřské škole

Jak uvádí Dvořáková (2007) pro tělesnou pohodu je potřeba optimálního růstu a vývoje v optimálním prostředí. Toho lze dosáhnout díky pohybovým aktivitám a to spontánních nebo řízených v mateřských školách, venku, v rodinách nebo ve sportovních oddílech. V mateřských školách je důležitý pravidelný režim v závislosti na potřebách dětí. Znamená to pravidelný spánek, příjem potravy, odpočinek, pohybové a vzdělávací aktivity a volná hra.

Dvořáková (2007) uvádí jednotlivé oblasti tělesné výchovy v Osobnostně orientovaném modelu, 1993. Důležitá je pro ni spontánní aktivita dětí, pro kterou by měly mít dostatečný prostor a pomůcky. Alespoň 1x denně by potom měla být zařazována řízená tělesná výchova v přiměřeném rozsahu. Aktivita by neměla být zařazována ihned po jídle. Stěžejní je také změna ve stylu vedení činností. Učitel by měl opustit příkazový styl a zapojovat vzájemnou komunikaci, motivaci, dramatiku a respektující přístup k dětem.

Podle Dvořákové (2007) by spontánní pohybová aktivita měla trvat přibližně 120 až 150 minut denně. V mateřské škole probíhá většinou ráno během volné hry a potom odpoledne po svačině. Děti můžeme k pohybu během volné hry podněcovat pomocí různých náčiní nebo pomůcek nejen v tělocvičně a na zahradě, ale i ve třídě. Je k tomu ale

potřeba dostatečně velkého a bezpečného prostoru, pozitivního přístupu učitelky a především dodržování pevně daných pravidel. Učitelka příliš nezasahuje, ale je dětem vždy nápomocná. Podle Kořátkové (2005) je spontánní pohybová hra velmi důležitá, dítě tak samo experimentuje se svým tělem a v rámci hry rozvíjí nejen svou tělesnou ale i sociální stránku.

Ve stejné publikaci Dvořákové nalezneme i ideální dobu řízených pohybových činností, které by měly probíhat přibližně 27 až 47 minut denně. V praxi probíhá řízená činnost většinou v kratších intervalech v rozmezí 10 až 40 minutami. Jedná se ale pouze o nabídku činností, to znamená, že účast by měla být dobrovolná. Učitelka se snaží různými organizačními formami a vhodnou motivací, především hrou děti k činnostem aktivovat. Dítě by nemělo být do pohybové aktivity nikdy nuceno. Struktura a obsah jednotek se řídí cíli tělesné výchovy.

Mezi spontánními a řízenými aktivitami rozlišujeme ještě pohybové aktivity přechodné. Jsou to pohybové aktivity, které protínají více oblastí a zaměření, například hudební, výtvarné a pohybové.

V publikaci Mužíka (2010) najdeme různá doporučení objemu pohybových aktivit u dětí předškolního věku, které se navíc zabývají mírou jejich intenzity a úrovně. Podle National Association for Sport and Physical Education (NASPE, 2001) je doporučený objem pohybových aktivit minimálně 2 hodiny denně, z toho 1 hodina řízených a 1 hodina spontánních pohybových aktivit. Národní asociace pro sport a tělesnou výchovu také upozorňuje na nevhodnost souvislého pohybu vysoké intenzity u dětí, naopak preferuje déletrvající aktivity mírné nebo střední úrovně, které jsou časově rozložené do celého dne.

Podle zahraničních odborníků, jako jsou Corbin, Pangrazi a Le Mesurier (2002) by měla být optimální délka pohybových aktivit minimálně 1 hodinu denně na úrovni mírné intenzity zátěže a to v 15 minutových blocích. Středně zatěžující aktivity mají být podle těchto odborníků kumulovány do několika bloků během dne a to ideálně v rámci hry.

Podle jednotlivých organizací můžeme vidět, že na tuto problematiku jsou rozdílné pohledy. Například podle amerického ministerstva zdravotnictví a sociálních služeb USDHHS, 1996 by mohla být část každodenních pohybových aktivit prováděna s vyšší intenzitou, ovšem jen po dobu 10 až 15 minut a s periodami odpočinku. Odkazuje také na důležitost vyváženosti pohybových aktivit v týdenním režimu mezi řízené, spontánní a organizované a na význam motivace.

Vedle obecných doporučení, kolik času by děti měly trávit spontánní i řízenou pohybovou aktivitou musíme brát v potaz individuální stránku dítěte. Podle Kořátkové

(2005) mají děti různou potřebu pohybu a podle toho je rozlišujeme na hypermotorické, hypomotorické a normomotorické. Děti hypermotorické mají velkou potřebu se pohybovat. Někdy se mohou zdát jako zlobivé, ale když jim učitel nedá dostatek prostoru k pohybu, je to pro ně velmi omezující a neuspokojivé. Pokud jsou tyto děti omezovány, mohou se stát rizikovou skupinou. Děti hypomotorické mají naopak malou potřebu se pohybovat. U této skupiny hrozí riziko, že si postupně začnou uvědomovat své menší dovednosti a začnou se pohybu a hrám vyhýbat. Třetí skupinou jsou děti normomotorické, kterých je většina. Tyto děti mají radost z pohybových činností a her a vyhledávají je. Díky tomu se podílejí na vlastním pohybovém rozvoji. I u těchto dětí je důležité jim poskytnout pohybové vyžití a nelákat je příliš ke klidovým činnostem např. k televizi.

4 Pohybové aktivity v rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání

RVP PV je zkratka pro Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání, dokument, který určuje předškolní vzdělávání v České republice. Fialová (2010, s. 25) definuje RVP PV jako „*Kurikulární dokument státní úrovně, který normativně stanoví obecný rámec závazných požadavků pro jednotlivé stupně a obory vzdělání. Definuje rámec pro návrh učebních plánů a formuluje pravidla pro tvorbu školních vzdělávacích programů.*“ Důraz je kladen především na získání klíčových kompetencí.

Pohybové aktivity zasahují do všech 5 hlavních klíčových kompetencí. Skrze pohyb můžeme rozvíjet kompetence k učení, k řešení problémů, kompetence komunikativní, sociální a personální, i činnostní a občanské. Díky pohybovým činnostem se učíme jednat, reagovat, komunikovat a respektovat skupinu. V zájmu jednotlivce potom získávat pozitivní vztah ke svému fyzickému i duševnímu zdraví.

Podobně se pohybové činnosti dotýkají všech vzdělávacích oblastí (Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět). Podle Smolíkové (2021, s. 15) se nejvíce oblastí motoriky v RVP PV zabývá právě první vzdělávací oblast 5. 1 Dítě a jeho tělo, která uvádí: „*Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v oblasti biologické je stimulovat a podporovat růst a neurosvalový vývoj dítěte, podporovat jeho fyzickou pohodu, zlepšovat jeho tělesnou zdatnost i pohybovou a zdravotní kulturu, podporovat rozvoj jeho pohybových i manipulačních dovedností, učit je sebeobslužným dovednostem a vést je ke zdravým životním návykům a postojům.*“

Mezi dílčí vzdělávací cíle RVP PV týkající se pohybových činností patří uvědomění si vlastního těla, rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností (koordinace a rozsah pohybu) a ovládání pohybového aparátu a tělesných funkcí. Dítě si tak má pomoci pohybových činností osvojit poznatky o svém těle. Dalším cílem je vytváření zdravých životních návyků a postojů. RVP PV popisuje nabídku pohybových činností, mezi které patří lokomoční, nelokomoční a manipulační činnosti, dále jednoduché úkony s náčiním. V rámci rozvoje zdraví to jsou zdravotně zaměřené činnosti a činnosti relaxační a odpočinkové

Smolíková (2021, s. 16) uvádí konkrétní očekávané výstupy v oblasti motoriky, tedy co by mělo dítě zvládnout: *„Zachovávat správné držení těla, zvládat základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci, běžné způsoby pohybu v různém prostředí (zvládat překážky, házet a chytat míč, užívat různé náčiní, pohybovat se ve skupině dětí, pohybovat se na sněhu, ledu, ve vodě, v písku), koordinovat lokomoci a další polohy a pohyby těla, sladit pohyb s rytmem a hudbou, vědomě napodobovat jednoduchý pohyb podle vzoru a přizpůsobit jej podle pokynu.“*

RVP PV upozorňuje na možná rizika, na které by si měl dát pedagog pozor. Neměly by být omezovány spontánní pohybové aktivity dětí, ale zároveň by mělo být dostatek aktivit řízených. Nabídka pohybových činností by měla být pravidelná a rozmanitá s vhodnou organizací a vhodnými cviky a činnostmi. Cvičení by mělo probíhat ve vhodných, vybavených a bezpečných prostorách, děti by měly mít vhodné oblečení. Učitel by se měl orientovat ve sportovním vybavení a neměl by děti dlouhodobě staticky zatěžovat.

V RVP PV jsou rovněž popsány specifika, metody a formy práce v předškolním vzdělávání. Dětem bychom měli poskytovat dostatek prostoru pro spontánní aktivity, ale uplatňovány by měly být i aktivity řízené. Aktivity by měly být vyvážené a vzájemně propojené. Didaktický styl by měl být založený především na základě vzdělávací nabídky. V rámci organizace MŠ mají být zařazovány do denního programu několikrát v týdnu řízené zdravotně preventivní pohybové aktivity. V rámci životosprávy mají být děti každodenně a dostatečně dlouho venku, kde mají rovněž mnoho příležitostí pro pohybové aktivity.

Na základě RVP PV si každá mateřská škola tvoří svůj školní vzdělávací program, ŠVP, kde konkretizuje RVP PV podle svého zaměření, možností apod. Záleží na každé MŠ, zda a případně jak záměry z RVP PV naplňuje.

5 Metody pro měření pohybových aktivit u dětí

Výběr metody pro měření souvisí s tím, jaký typ informace chceme získat a s jakou věkovou kategorií chceme pracovat. Ve výzkumech pohybových aktivit u dětí se objevuje mnoho měřících metod a technik, které ve většině případů využívají přístrojové vybavení. To je ale často těžko dostupné v běžných podmínkách základních a mateřských škol a proto se využívají i další metody nevyužívající techniku. Mezi ně patří například záznamy (přímého pozorování, individuální, zprostředkované), dotazníky, deníky aktivit, interview apod. U těchto metod je riziko, že měření nebude přesné z důvodu chyby pozorovatele, jeho subjektivního pohledu nebo z důvodu chyby interpretace dat. Naopak některým dětem je nepříjemné mít na sobě nějaký přístroj a tak jsou pro ně tyto metody jediné dostupné.

Práce s technickými pomůckami je přece jen přesnější. Jak zmiňuje Mužík (2010) pro měření pohybových aktivit se často využívá akcelerometr, což je přístroj, který zaznamenává akceleraci těla nebo pohyb některých částí těla. Výsledkem je informace o celkovém a aktivním energetickém výdeji, měří frekvenci, intenzitu a trvání pohybu. Akcelerometr se využívá nejčastěji při lokomočních aktivitách a sportovních hrách. Není vhodný pro sporty ve vodě, na kole nebo bruslích a pro měření horních končetin.

Dalším přístrojem, kterým lze při pohybových aktivitách využít je pedometr, který měří počet kroků za určitý časový úsek. Nutno podotknout, že chůze je velmi důležitá a přirozená pohybová aktivita. Podle Světové zdravotnické organizace WHO potřebujeme u dětí vytvářet více stimulů pro chůzi a běh změn. Návyk chůze u dětí podporuje jeho další pohybové aktivity, sociální kontakty, redukuje úrazy a dokonce i znečišťování vzduchu.

Mužík (2010) uvádí několik výzkumů, které měřili počet kroků u dětí. Výzkum Tudor-Locke (2008) změřil u dětí v průměru 12 000 až 16 000 kroků za den (in Mužík 2010). Také zjistil, že s rostoucím věkem se počet kroků snižuje a o víkendu se nehledě na věk rovněž počet kroků snižuje.

Další výzkum Al-Hazza, Al-Rasheedi (2007) v Saudské Arábii naměřil u předškolních dětí 6 773 kroků za den (in Mužík 2010). Jen 22% dětí dosáhlo denně 10 000 kroků. Naopak Cardon a De Bourdeaudhuij, 2007 uvádí u dětí ve věku 4 až 5 let průměrně 9980 kroků za den. Podle Sigmunda, 2005 by se měla ideální hodnota kroků za den dětí u dětí ve věku 6 až 10 let pohybovat okolo 8 250 až 12 000 kroků. Sigmund spolu s Mikláňkovou a Frómelem (2007) také poukazují na to, že s nástupem do ZŠ počet kroků klesá, rovněž je tomu i o víkendu.

Mužík (2010) ve své knize provádí výzkum, kde mapuje a hodnotí pohybové aktivity dětí předškolního věku a pozoruje jejich úroveň v průběhu dne a týdne. Hledá také, zda jsou tam nějaké intersexuální rozdíly. Pro výzkum využil 200 dětí ve věku 5 až 6 let v MŠ a měřil právě energetický výdej a počet kroků. Z výzkumu vyšlo, že výsledky jsou u dívek i chlapců podobné, přesto chlapci mají vždy trochu vyšší průměrné hodnoty. Stejně tak aktivita přes týden a o víkendu se příliš neliší. Zjistilo se ale, že při pobytu v MŠ mají děti 2x nižší výdej a to i přes kvalitní pohybový plán (pravidelné ranní cvičení, pohybové aktivity při činnostech v hernách a vycházky). Podepisuje se na tom nejspíš inaktivita dětí během společného jídla (svačina, oběd, svačina), které zabere po 20 minutách a odpolední odpočinek, který většinou trvá 60 až 80 minut.

Co se týče počtu kroků, z výzkumu vyšlo, že průměrně děti nachodí 9 322 kroků za den, z toho více kroků udělají mimo MŠ a méně o víkendu. Celkově je vidět, že děti mají v MŠ méně pohybu a vzhledem k tomu, že děti mají vysokou potřebu pohybové aktivity bez ohledu na denní režim, často si pocítovaný nedostatek kompenzují. Počet kroků a energetický výdej se vzájemně ovlivňují.

Je zajímavé, že podle výzkumů je pohybová aktivita dětí v MŠ menší než, když v MŠ nejsou, v současné době, ale je často přenechána zodpovědnost právě na MŠ. Již bylo zmíněno, jak je důležitá a přirozená chůze, ale děti často jezdí do MŠ autem a doma potom často sedí u televize nebo na mobilu. Myslím, že je zde jasně vidět, že je potřeba ukázat rodičům, jak děti podporovat v pohybových aktivitách a u dětí se snažit vytvořit návyk a radost z pohybu.

5. 1 Testové baterie

Vrbas (2010, s. 26) ve své publikaci *Škola a zdraví pro 21. století, 2010: zdravotně orientovaná zdatnost dětí mladšího školního věku: analýza vybraných ukazatelů*, cituje Čelíkovského, 1985: „*Motorickým testem rozumíme standardizovanou pohybovou zkoušku na zjištění úrovně pohybových předpokladů člověka.*“ Dále uvádí, čím jsou motorické testy charakteristické a používá pojmy testování, výsledky a obsah testů a pohybový úkol. Testování je proces zkoušení, který řeší nějaký pohybový úkol. Jeho obsahem je určitá pohybová činnost a jeho cílem je získání číselných údajů. Výsledek získáme často s pomocí pomůcek a přístrojů, jako například dynamometr, reaktometr, stabilometr, sport tester, apod.

Vrbas (2010, s. 27) uvádí, že „*Na základě motorických testů můžeme v TV a ve sportu obecně měřit úroveň, změny a vývoj pohybových předpokladů, hodnotit obsah a efektivitu tělocvičné aktivity a dále řídit a kontrolovat její průběh.*“

Pro všechny motorické testy je důležitá jejich standardizace, kdy každý test musí splňovat určité podmínky. Test musí být validní, reliabilní a objektivní. K tomu napomáhají standardizované postupy a podmínky, jako např. shodné pomůcky, přístroje, nářadí a náčiní, prostředí a instrukce tak, aby bylo možné test provádět na jiném místě v jiném čase a jinými zkoušejícími. Popis testování by měl být srozumitelný a realizace jednoduchá bez větších nároků na finance, prostor, čas a materiál.

Herrmann, Gerlach (2016) ve svém článku zkoumají validitu testovacích kritérií testové baterie MOBAK, kterou potvrzují pomocí konfirmační faktorové analýzy, která potvrzuje dvoufaktorovou strukturu a tedy i faktoriální platnost. Dvoufaktorová struktura v tomto případě znamená, že řeší dva faktory, dvě kompetence, pohybovat se a pohybovat něčím. Zároveň potvrzují i diskriminační platnost testové baterie a tudíž ji lze použít k hodnocení vlivu tělesné výchovy na základní motorické kompetence. Zároveň výzkum ukázal vliv rychlosti na faktory pohybovat se a pohybovat s něčím.

Důležitý je rovněž systém hodnocení výsledků pomocí jasně daných norem, které by mělo být vždy ve stejných jednotkách. V potaz bereme přímo naměřené výsledky i ty odvozené a hodnotíme vyrovnanost úrovně měřených kvalit. Výsledky znázorňujeme graficky. V hodnocení výsledků musíme různé odlišnosti nebo naopak podobnosti testovaných. Roli hraje jejich věk, pohlaví, zdravotní stav, tělesná stavba nebo rozměry těla nebo lokalitu bydliště. V neposlední řadě je důležitou podmínkou vhodná motivace testovaných osob a především jejich bezpečnost.

Vrbas (2010) také rozlišuje pojem motorický test a testové baterie. Testovou baterií se rozumí celý komplex testů, který se zaměřuje na zjišťování jedné či více složek pohybových schopností. Ve své publikaci ji Vrbas (2010, s. 27) jednoduše a jasně definuje takto: „*Testová baterie je soubor několika testů, který má svá pravidla.*“ Rozlišujeme tedy testovou baterii homogenní a heterogenní. Pojmenování testových baterií bývá často podle autorů, zaměření, místa vzniku nebo účelu testu. Uváděné testové baterie jako EUROFIT z roku 1988 nebo jeho česká verze UNIFITTEST (Kovář, Měkota) z roku 1993 a FITNESSGRAM z roku 1999 se zaměřují především na děti mladšího školního věku. Pro představu uvedu společné testy prvních dvou zmíněných testových baterií, je to skok do dálky z místa, leh-sedy, vytrvalostní běh. FITNESSGRAM se zaměřuje na více složek, bere v potaz aerobní a svalovou zdatnost, flexibilitu a složení těla.

5. 1. 1 Testová baterie MOBAK-KG

MOBAK, německy „Motorische Basiskompetenzen“, lze přeložit jako základní motorické kompetence. Tato testová sada vznikla v rámci projektu „Basis motor competencies in Europe“ zabývající se základními pohybovými kompetencemi, které jsou hlavním vzdělávacím cílem tělesné výchovy. Koncovka „KG“ znamená „Kindergarten“, což odkazuje na příslušnou věkovou kategorii dětí předškolního věku. Testová baterie MOBAK je obtížnostně upravena rovněž pro děti na 1. stupni základních škol. Cílem je diagnostikovat pohybové kompetence dětí a využít výsledky diagnostiky pro další možnou práci a rozvoj.

Hlavním představitelem projektu MOBAK je Christian Herrmann ze Švýcarska, který působí na univerzitě v Basileji na katedře pro sport, pohyb a zdraví a Claude Scheuer z Lucemburska, který působí na univerzitě v Lucemburku. Podle Trávnička a kol. (2016) je zatím do mezinárodní spolupráce s projektem MOBAK zapojeno 13 evropských zemí (Lucembursko, Švýcarsko, Německo, Rakousko, Belgie, Řecko, Itálie, Litva, Portugalsko, Slovensko, Slovinsko, Švédsko a Česká republika). V České republice byla navázána spolupráce s katedrou tělesné výchovy a výchovy ke zdraví z Pedagogické fakulty Masarykovy univerzity v Brně.

Trávniček a kol. (2016) ověřoval testovou baterii MOBAK jako jednu z možností využití testů pohybových dovedností ve školní tělesné výchově u dětí mladšího školního věku v České republice. Testoval 357 dětí na vybraných základních školách v Jihomoravském kraji a zjistil, že výsledky podle věku jsou podobné jako v ostatních

evropských zemích. Na základě zpětné vazby zúčastněných učitelů došel k závěru, že se testová baterie pohybových dovedností MOBAK 1 setkala s kladnou odezvou v praxi.

Scheuer a kol. (2021) vytvořili návod pro učitele, kteří s testovou baterií MOBAK budou pracovat. Vysvětlují i model kompetenčních struktur a pojmy základní motoriky. Rozlišují pozorovatelnou a latentní základní motoriku. Pozorovatelnou motoriku rozumíme pohybové projevy, což jsou pohybové dovednosti. Naopak pod pojmem latentní neboli skrytá základní motorika se skrývají motorické kompetence.

Scheuer (2017) se již ve svém dřívějším bádání zabývá otázkou základních motorických kompetencí a motorických výkonnostních dispozic, které stanovují minimální standardy umožňující dětem zapojit se oblasti lidského pohybu. Pojem minimální standardy znamená zvládnutí minimálních motorických nároků a hodnotí kvalitu provedení pohybu.

Samotná testová baterie zkoumá motorické kompetence, konkrétně pohyb s pomůckou a s vlastním tělem a v souvislosti s tím testuje základní pohybové dovednosti, jako je házení, chytání, odrážení a vedení míče (pohyb s pomůckou), dále balancování, kotoul, skákání a běhání (pohyb s vlastním tělem). Umožňuje tedy posouzení pohybových kompetencí prostřednictvím měřitelných výkonů v rámci základních pohybových dovedností. Jak definují Scheuer a kol. (2021, s. 6): „*Samotný pohybový projev není základní pohybovou kompetencí, ale základní výkonnostní dispozicí, která je nezbytná pro řešení určitých úkolů.*“ Testovací sada využívá běžně dostupné pomůcky.

Scheuer (2017) zkoumá validitu nástrojů u testové baterie MOBAK, konkrétně u MOBAK 3, kde se ke 2 faktorům, lokomoci a kontrole objektů (pohyb s míčem), které jsou stejné jako u MOBAK-KG, přidává ještě pohyb ve vodě. Dochází k závěru, že testová baterie MOBAK splňuje požadavky teorie testů a je tedy vhodná pro analýzu základních pohybových kompetencí.

Testová baterie MOBAK-KG je soubor 8 pohybových aktivit, které hodnotí úroveň základních pohybových kompetencí v mateřské škole. 4 aktivity jsou s pomůckou, konkrétně s míči a další 4 aktivity jsou bez pomůcky, jen s vlastním tělem. Ve své publikaci popisuje Herrmann a kol. (2020) jednotlivé testy.

První aktivitou testu s pomůckou je házení na cíl, konkrétně na terč, který je umístěný na stěně a jeho spodní okraj je ve výšce 1,1 metru. Terč je ve vzdálenosti 1,5 metru od výchozí čáry, na které je prostřední díl švédské bedny se 6 malými míčky (80g). Dítě hází jednou rukou a má 6 pokusů. Bodové hodnocení se odvíjí od počtu zásahů terče.

Pokud se dítě trefí 0 až 2krát, má 0 bodů, pokud se trefí 3 až 4krát, získává 1 bod a když je úspěšné 5 až 6krát, má 2 body.

Dalším testem je chytání míče, který se předtím odrazí o zem. Na zem umístíme 2 čáry ve vzdálenosti 1, 5 metru, doprostřed této vzdálenosti umístíme svislou tyč, na kterou vyznačíme výšku 1, 1 metru. Dospělý hodí basketbalovým míčem velikosti 3 šikmo nataženými rukama zhruba na vzdálenost tyče tak, aby se míč odrazil přibližně do výšky 1, 1 metru. Dítě po odrazu míč chytá. Má opět 6 pokusů a platí stejné hodnocení, jako u házení na cíl, tedy pokud se dítě trefí 0 až 2krát, má 0 bodů, pokud se trefí 3 až 4krát, získává 1 bod a když je úspěšné 5 až 6krát, má 2 body.

Třetím testem je skákání míče, lépe řečeno jeho odrážení a chytání, podobné driblování. Tato aktivita je poměrně jednoduchá na přípravu, stačí nám kříž z pásky umístěný na podlaze. Dítě na něm oběma rukama odráží a chytá volejbalový míč velikosti 5 tak, aby mu míč nevypadl. Dítě má 2 pokusy, pokud není úspěšné v ani jednom, získává 0 bodů, pokud chytne míč pouze 1 krát, má 1 bod a pokud je úspěšné v obou pokusech, získává 2 body.

Čtvrtým testem je vedení míče nohou, můžeme také říci kopání, ovšem s cílem dopravit futsalový míč velikosti 4 z jednoho bodu do druhého. Body jsou od sebe vzdáleny 9 metrů a tvoří pole, které je široké 2, 8 metrů a celé je vyznačené páskou. V každém rohu jsou umístěny kužely na 3. a 6. metru je příčně umístěná prostřední část švédské bedny tak, aby pole tvořilo slalom. Dítě začíná za čarou uprostřed kratší strany a vede míč nohou až k cílové čáře. Míč nesmí opustit pole, ani se ho nesmí dotknout rukou. Stejně jako v předchozím testu má dítě 2 pokusy a pokud není úspěšné v ani jednom, získává 0 bodů, pokud chytne míč pouze 1 krát, má 1 bod a pokud je úspěšné v obou pokusech, získává 2 body.

Další 4 aktivity jsou s vlastním tělem dítěte. První je trénování balancování, neboli trénování rovnováhy na lavičce, která je dlouhá minimálně 3, 2 metru tak, aby na ní mohla být páskou vyznačena vzdálenost 3 metry. Rozměry lavičky by měly být: výška 38 cm, šířka 10 cm, tedy otočena užší stranou vzhůru. Dítě jde nejprve vyznačenou vzdálenost vpřed po úzké spodní straně lavičky a následně stejnou vzdálenost pozpátku. Dítě má 2 pokusy, pokud jsou oba bez pádu, zapisujeme 2 body, pokud jeden pokus nevyšel, znamená to 1 bod a pokud to dítě ani jednou nezvládlo, má 0 bodů.

Druhým testem s vlastním tělem je kotoul vpřed na šikmé ploše. Žíněnky jsou položeny za sebou na odrazovém můstku tak, aby tvořily šikmou plochu. Před můstkem je horní část švédské bedny a žíněnky, které umožňují výchozí pozici pro kotoul. Dítě začíná

ze dřepu, přetočí se do kotoulu ze šikmé plochy dolů a postaví se plynule na nohy. Celý pohyb by měl být plynulý a nepřerušovaný. Opět má dítě 2 pokusy, pokud jsou oba bez pádu, zapisujeme 2 body, pokud jeden pokus nevyšel, znamená to 1 bod a pokud to dítě ani jednou nezvládlo, má 0 bodů.

Třetím testem s vlastním tělem je skákání po jedné noze. Vyznačíme páskou a kuželi pole, které na délku bude měřit 3 metry. Dítě začíná za čarou ve stoji na obou nohách. Skáče k druhé čáře po jedné noze, potom se otočí a zpět skáče po druhé noze. Dítě nesmí skok přerušit ani si se druhou nohou dotknout země. Opět má 2 pokusy a bodování je stejně, jako u předchozího testu bodované 0, 1 a 2 body podle zdařených pokusů.

Posledním testem s vlastním tělem je běh. Běží se ve vyznačeném poli dlouhém 4 metry a širokém jen 0, 6 metru. Startovní čára je na užší straně a druhá užší strana je umístěna u stěny. Dítě startuje za čarou a běží vpřed, následně se dlaněmi dotkne stěny a pozpátku běží zpět. Celou sekvenci opakuje ještě jednou, celkem má tedy opět 2 pokusy a bodování je 0, 1 a 2 body podle toho, zda dítě zvládne plynule běžet ve vyznačeném poli.

Quitério a kol. (2018) prováděli studii v Portugalsku, ve které hodnotily portugalské děti ve věku 6 let pomocí testové baterie MOBAK 1, tedy děti v 1. třídě a zkoumali tak úroveň motorických kompetencí a genderové rozdíly. Testu se účastnilo 249 dětí. V motorické kompetenci pohybu s objekty vykazovali chlapci vyšší motorickou schopnost než dívky, neopak v pohybové kompetenci pohybu s vlastním tělem byly zdatnější dívky. V celkových výsledcích byli chlapci o málo (o 1 bod) lepší než dívky. Výzkum tedy poukazuje na mírné rozdíly mezi pohlavími, které je dobré zohledňovat při našem intervenčním úsilí.

Další výzkum, prováděl Herrmann a kol. (2019) a zkoumal pohybové kompetence předškoláků (403 dětí ve věku 4 až 6 let) pomocí MOBAK-KG. Ve studii také potvrzuje pomocí konfirmační faktorové analýzy dvoufaktorovou strukturu s faktory pohyb objektu a samopohyb, které jsou realizovány osmi testovacími položkami. Výzkum opět porovnával rozdíl na základě pohlaví a chlapci zde opět dosahovali lepšího výsledku v pohybu s předměty a dívky v pohybu s vlastním tělem. Další zkoumaná oblast byla úroveň podle věku. Zjistilo se, že starší děti dosahovaly vyšších hodnot v oblasti pohybu s předměty i s vlastním tělem než děti mladší. V závěru poukazuje na to, jak testová baterie MOBAK-KG může pomoci učitelům v MŠ spolehlivě posoudit individuální úroveň motorických výkonů ve třídě.

5. 2 Další výzkumy motorických dovedností

Dvořáková (2014) uvádí dalším zajímavý výzkum motorické výkonnosti předškolních dětí v roce 2010. Výzkum se opíral o stejné měření z roku 1977. Bral ohled na růstové parametry dětí, tedy výšku, váhu a z nich vypočítaný BMI. Děti byly testovány v běhu na 20m, ve skoku do dálky z místa a v hodu pravou a levou rukou tenisovým míčkem. Jednalo se o velké celoplošné testování v mateřských školách v kategoriích dětí mladších 4 let, ve věku 4 až 5 let, 5 až 6 let a 6 a více let. Posuzovalo se i místo bydliště podle počtu obyvatel. Z výzkumu vyplynulo, že děti jsou vyšší a těžší než v roce 1977, ale jejich výkony se zhoršují. V roce 2010 měly lepší výkonnost děti z velkoměsta než z vesnic.

Wouter a kol. (2009) uvádí dalších sedm hodnotících nástrojů uváděných v evropském a mezinárodním kontextu v souvislosti s rozvojem základních pohybových dovedností u dětí předškolního věku. Jedná se o test motorických dovedností pro děti ve věku 4 až 6 let – „Motoriktest für Vier- bis Sechsjährige Kinder“ (MOT 4-6), „the Maastrichtse Motoriek Test“ (MMT) a „the Bruininks-Oseretsky test of Motor Proficiency“ (BOTMP), test hodnotící pohyb – „Movement Assessment Battery for Children“ (Movement-ABC), test hodnotící jemnou a hrubou motoriku dětí od narození do šesti let ve vztahu k jejich vrstevníkům – „Peabody Development Scales (PDMS)“, test koordinace těla – „Körperkoordinationstest für Kinder“ (KTK), test rozvoje hrubé motoriky – „Test of Gross Motor Development“ (TGMD). Cílem většiny recenzovaných nástrojů je odhalit nedostatky v rozvoji pohybových dovedností.

První jmenovaný test, „Motoriktest für Vier- bis Sechsjährige Kinder“ (MOT 4-6), obsahuje 18 různých testovacích položek, které ověřují úroveň pohybových dovedností. Patří mezi ně např. lokomoce, stabilita, ovládání objektu a jemných pohybových dovedností. Na základě měření úrovně motorického vývoje má za úkol odhalit nedostatečně vyvinuté děti. Díky krátké a jasné formě hodnocení se celková doba testu na dítě pohybuje mezi 15 a 20 minutami. Autoři se domnívají, že děti v této věkové skupině mají specifické potřeby a vyžadují odlišný pedagogický přístup. Test je proto navržen a přizpůsoben této věkové kategorii. V tomto testu nejsou zahrnuta žádná samostatná normativní data pro chlapce a dívky, protože v celkovém motorickém skóre nebyly významné rozdíly mezi pohlavími.

II Praktická část

V praktické části budeme srovnávat úroveň motorických kompetencí u dětí ze dvou mateřských škol s odlišnými ŠVP na základě testové baterie MOBAK-KG.

6 Cíle

Hlavním cílem práce je zjistit, jaký je rozdíl mezi úrovní motorických kompetencí u dětí ze dvou mateřských škol, jedné veřejné MŠ a druhé soukromé MŠ se sportovním zaměřením, a to na základě testové baterie MOBAK-KG. Dílčím cílem je potom zjistit, jaké jsou rozdíly jejich ŠVP v oblasti pohybových aktivit.

7 Hypotézy

- H1: Ve ŠVP jednotlivých MŠ se najdou rozdíly v oblasti pohybových aktivit.
- H2: Děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením budou dosahovat lepších výsledků v kompetenci pohybu s vlastním tělem.
- H3: Děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením budou dosahovat lepších výsledků v kompetenci pohybu s pomůckou.
- H4: Děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením budou dosahovat celkově lepších výsledků.

8 Metody výzkumu

Součástí výzkumu je analýza dokumentů ŠVP obou MŠ, veřejné i soukromé se sportovním zaměřením, a následné hledání rozdílů mezi ŠVP v oblasti pohybových aktivit.

Ve výzkumu bakalářské práce je zároveň použita i kvantitativní metoda, konkrétně testování pomocí testové baterie MOBAK-KG, která obsahuje 8 pohybových testů (4 s míčem, 4 s vlastním tělem). Pomocí baterie otestujeme děti v obou MŠ a posuzujeme rozdíly v úrovni motorických kompetencí. Následně výsledky zpracujeme a vyhodnotíme tak pomocí základní deskripce a vypočítáním aritmetických průměrů.

8. 1 Metoda sběru dat – analýza dokumentů školních vzdělávacích programů

Studium a analýza dokumentů patří mezi nejčastější techniky sběru dat. Reichel (2009) uvádí základní předpoklady pro studium jakéhokoliv dokumentu, kterými jsou porozumění a interpretace textu. Konkrétně nás bude zajímat vnitřní analýza dokumentů, ve kterých budeme hledat určité prvky, vztahy a které budeme vzájemně srovnávat. Pro analýzu dokumentů ŠVP jsem vybrala obsahovou analýzu, kterou Reichel (2009) řadí mezi kvalitativně-quantitativní postupy. Jak sám název vypovídá, středem zájmu je obsah dokumentu. Vzhledem k tématu se zaměříme na obsahovou analýzu určitým směrem.

Metoda sběru dat probíhala pomocí analýzy dokumentů ŠVP obou MŠ. Soukromá MŠ se sportovním zaměřením nese název „Neopouštěj staré věci pro nové“, veřejná MŠ zase „Společně objevujeme svět“. V analýze jsem se zaměřila na charakteristiku MŠ, věcné podmínky, organizaci provozu, charakteristiku programu, metody a formy práce, obsah vzdělávání a aktivity školy. Vše jsem analyzovala v souvislosti se zaměřením na pohybové aktivity.

8. 2 Metoda sběru dat – testová baterie MOBAK-KG

Ke zjištění úrovně motorických kompetencí jsme využili testovou baterii MOBAK-KG. Historie a hlavní představitele testové baterie MOBAK-KG jsou již podrobněji uvedeni v teoretické části (Kapitola 6. 1. 1). Jedná se o test, který zjišťuje úroveň motorických kompetencí (pohyb vlastního těla a pohyb s objektem) na základě 8 testů. Test je určen pro děti věkově spadající do mateřské školy.

Základní motorické kompetence	Pohyb vlastního těla	Pohyb s objektem
Základní pohybové dovednosti	Balancování	Házení
	Kotoul	Chytání
	Skákání	Odrážení
	Běhání	Vedení míče nohou

Níže jsou popsány základní instrukce k jednotlivým testům, potřebný materiál a způsob hodnocení podle kterého bude prováděno testování v obou MŠ.

Pro analýzu získaných dat je nutné provést součty výsledků jednotlivých dovedností a vypočítat průměrné hodnoty. Následně bude provedena základní deskripce, tj. vypočteme průměr, medián, směrodatnou odchylku, maximum a minimum z naměřených hodnot.

K tomu jsme si stanovili základní soubor, tedy osoby patřící do skupiny, kterou zkoumáme (děti v MŠ ve věku 5 – 6 let) a z toho definovali výběrový soubor, neboli vzorek, který základní soubor reprezentuje (30 dětí, 15 z každé MŠ).

Tabulka č. 1: Instrukce k testování pohybu s vlastním tělem

Pohyb s vlastním tělem	
Balancování	
ÚKOL	Přejít obrácenou lavičku dopředu a pozpátku
MATERIÁL	Obrácená lavička (výška 38 cm, délka 3, 2 m, šířka 10 cm), páskou vyznačená vzdálenost 3 m
POSTUP	Dítě vychází od vyznačené pásky dopředu k pásce na druhé straně lavičky. Poté se vrací a jde zpět pozpátku. Celou dobu jde plynule.
HODNOCENÍ	2 pokusy (chůze dopředu a pozpátku = 1 pokus), 2 úspěšné pokusy – 2 body, 1 úspěšný pokus – 1 bod, 0 úspěšných pokusů – 0 bodů
Kotoul	
ÚKOL	Udělat kotoul vpřed na šikmé ploše do stoje
MATERIÁL	2 žíněnky, odrazový můstek, horní část švédské bedny (žíněnky jsou za sebou na odrazovém můstku tak, aby tvořily šikmou plochu)
POSTUP	Dítě stojí na dílu švédské bedny a ze dřepu udělá kotoul vpřed ze šikmé plochy a plynule přejde do stoje.
HODNOCENÍ	2 pokusy, 2 úspěšné pokusy – 2 body, 1 úspěšný pokus – 1 bod, 0 úspěšných pokusů – 0 bodů
Skákání	
ÚKOL	Skákat na 1 noze vpřed
MATERIÁL	Pole vyznačené páskou o délce 3 m, 4 kužely v rozích
POSTUP	Dítě začíná ze stoje za páskou, následně skáče po jedné noze k pásce na druhé straně, otočí se a zpět skáče po druhé noze.
HODNOCENÍ	2 pokusy (skákání po 1 noze tam a po 2 noze zpět = 1 pokus), 2 úspěšné pokusy – 2 body, 1 úspěšný pokus – 1 bod, 0 úspěšných pokusů – 0 bodů
Běhání	
ÚKOL	Běžet dopředu a pozpátku
MATERIÁL	Pole vyznačené páskou o rozměrech 4 m x 0, 6 m, 6 kuželů po delších stranách pole, jedna kratší strana pole se dotýká zdi.
POSTUP	Dítě vyběhává od vyznačené čáry 4 m dopředu proti zdi, dotkne se dlaněmi zdi a běží pozpátku zpět ke startovní čáře.
HODNOCENÍ	Dítě má 2 pokusy (běh dopředu a pozpátku = 1 pokus), 2 úspěšné pokusy – 2 body, 1 úspěšný pokus – 1 bod, 0 úspěšných pokusů – 0 bodů

Tabulka č. 2: Instrukce k testování pohybu s objektem

Pohyb s objektem/ míčem	
Házení	
ÚKOL	Trefit se míčkem do terče
MATERIÁL	Prostřední díl švédské bedny, 6 míčků (průměr 65 mm, váha 80g), terč o průměru 40 cm ve výšce (spodní okraj) 1, 1 m, ve vzdálenosti 1, 5 m od startovní čáry, páska
POSTUP	Dítě stojí za startovní čarou, bere si míček a hází 1 rukou na terč.
HODNOCENÍ	Dítě má 6 pokusů, 5 až 6 zásahů – 2 body, 3 až 4 zásahy – 1 bod, 0 až 2 zásahy – 0 bodů
Chytání	
ÚKOL	Chytit míč po odrazu ze země
MATERIÁL	Basketbalový míč velikosti 3, páskou vyznačená vzdálenost 1, 5 m, uprostřed stojí tyč s vyznačenou výškou 1, 1 m
POSTUP	Dospělý hodí míč o zem tak, aby míč dopadl doprostřed vyznačené vzdálenosti a odrazil se do výšky cca 1, 1 m, dítě míč po odrazu chytá oběma rukama.
HODNOCENÍ	Dítě má 6 pokusů, 5 až 6 chycení – 2 body, 3 až 4 chycení – 1 bod, 0 až 2 chycení – 0 bodů
Odrážení	
ÚKOL	Odražit míč o zem a následně ho chytit
MATERIÁL	Volejbalový míč velikosti 5, kříž z pásky
POSTUP	Dítě drží míč oběma rukama, snaží se ho odrazit o zem na místo kříže a následně ho chytit.
HODNOCENÍ	Dítě má 2 pokusy (odrážení a chycení = 1 pokus), 2 úspěšné pokusy – 2 body, 1 úspěšný pokus – 1 bod, 0 úspěšných pokusů – 0 bodů
Vedení míče nohou	
ÚKOL	Vést míč nohou
MATERIÁL	Futsalový míč velikosti 4, pole vyznačené páskou o délce 9 m a šířce 2, 8 m, 4 kužely v rozích, 2 prostřední díly švédské bedny umístěny příčně po 3 metrech u jedné a druhé delší strany tak, aby dráha kolem nich tvořila slalom.
POSTUP	Dítě začíná za startovní čarou a vede míč nohou na druhou stranu tak, aby míč neopustil pole ani se nedotknul dílu bedny. Pohyb s míčem je plynulý a dítě se míče nedotýká rukou.
HODNOCENÍ	Dítě má 2 pokusy, 2 úspěšné pokusy – 2 body, 1 úspěšný pokus – 1 bod, 0 úspěšných pokusů – 0 bodů

9 Výzkumný soubor

9.1 Výzkumný soubor – analýza dokumentů školních vzdělávacích programů

Analyzovali jsme dva ŠVP. ŠVP soukromé MŠ se sportovním zaměřením nese název „Neopouštěj staré věci pro nové“. ŠVP veřejné MŠ zase „Společně objevujeme svět“.

9.2 Výzkumný soubor – testová baterie MOBAK-KG

Vzhledem k tomu, že v soukromé MŠ se sportovním zaměřením je pouze 15 dětí ve věku 5 – 6 let, zvolili jsme i ve veřejné MŠ právě tento počet. Z 15 testovaných dětí bylo vždy 7 chlapců a 8 dívek a věk dětí byl v rozptylu mezi 5 roky a 1 měsícem a 6 roky a 6 měsíci. Vybraný vzorek 15 dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením byl v průměru o 4 měsíce mladší (v průměru 5 let a 4 měsíce) než vzorek 15 dětí z veřejné MŠ (5 let a 8 měsíců).

Testování probíhalo v prostorách mateřských škol. Soukromá MŠ se sportovním zaměřením disponuje tělocvičnou, a tak probíhalo testování tam. Tělocvična je vybavená švédskou bednou, lavičkou, kužely, žíněnkami, míči a dalšími pomůckami. Ve veřejné MŠ není samostatná tělocvična a cvičení probíhá ve třídách. Všechny pomůcky jsem zajistila tak, aby byly srovnatelné.

Testování probíhalo za přítomnosti mě jako examinátora s asistencí dalšího pedagoga, třídní učitelky vybraných dětí. V soukromé MŠ se sportovním zaměřením jsme testovali celou třídu 15 dětí. Ve veřejné MŠ bylo ve vybrané třídě 24 dětí a tam jsme děti rozdělili na 2 skupiny, na testovanou skupinu náhodně vybraných 15 dětí a druhou skupinu zbylých 9 dětí, které si stanoviště vyzkoušely s paní ředitelkou.

Testování probíhalo v obou MŠ během 2 dní v rámci dopolední řízené činnosti. První den probíhalo testování pohybových dovedností s vlastním tělem a další den pohybové dovednosti s míčem. Dopolední pohybový blok probíhal vždy cca 60 minut.

10 Realizační kontext

10. 1 Realizační kontext – testová baterie MOBAK-KG

Záměrem bylo v obou MŠ otestovat vzorek 15 dětí ve věku 5 – 6 let ve všech 8 pohybových testech a následně je podle kritérií testové baterie MOBAK-KG bodově ohodnotit.

Ještě před samotným testováním jsme měli s dětmi ve školce jeden den na zkoušku. Společně jsme se rozcvičili a řekli jsme si, co budeme dělat. Následně je čekala opičí dráha z jednotlivých stanovišť, na kterých se seznamovaly s danými cviky. Rozměry a obtížnost jednotlivých stanovišť byly sníženy. Hlavním cílem bylo seznámení se mnou jako examinátorem a s pohybovými činnostmi, kterým se budeme při testování věnovat. Opičí dráha vypadala následovně:

1. kotoul vpřed z vyvýšené plochy
2. běh vpřed
3. chůze po obrácené lavičce vpřed
4. skok po 1 noze
5. vedení míče nohou mezi kužely (učitelka vracela míč zpět na startovní čáru)
6. odraz a chycení míče
7. chycení po odrazu (já jako examinátor jsem házela dětem míč)
8. hod na cíl (děti sami vracely míč na startovní čáru)

Samotné testování probíhalo v mateřských školách v rámci dopolední řízené činnosti ve třídě, případně v tělocvičně. Testování se účastnila celá třída nejstarších dětí. Děti čekalo připravené prostředí, vždy 4 stanoviště pohybových činností s vlastním tělem nebo s míčem. Při testování jsem byla přítomna já jako examinátor a třídní učitelka dětí. Ve třídě veřejné mateřské školy ještě paní ředitelka. Děti se postupně vystřídaly na všech stanovištích a examinátor pozoroval a zapisoval výsledky a převáděl je na body podle hodnocení testové baterie MOBAK-KG.

Testování probíhalo v tělocvičně a ve třídě podle možností dané MŠ. V obou MŠ jsem zajistila srovnatelné podmínky a potřebný materiál. První testování ověřovalo pohybové dovednosti s vlastním tělem – kotoul vpřed z vyvýšené plochy, skok po 1 noze, běh dopředu a pozpátku, chůze po obrácené lavičce dopředu a pozpátku.

Na kotoul vpřed jsme postavili 2 vrchní díly švédské bedny a za ně položily 2 matrace souběžně s bednou, přes tyto žíněnky jsme křížem umístili další matraci. Vznikla

tak šikmá plocha ze stejných pomůcek v obou MŠ. Na skok po 1 noze jsme vyměřili příslušnou plochu o délce 3 m a šířce cca 1 m. Jelikož v tělocvičně i ve třídě jsou koberce, místo vyznačení páskou jsme zvolili kloboučky. Podobně tomu bylo u stanoviště pro běh dopředu a pozpátku, kde jsme opět vyměřili příslušnou plochu, tentokrát o délce 4 m a šířce 0,6 m a jednu užší stranu jsme umístili ke stěně. Pole jsme vyznačily 6 kužely.

Posledním stanovištěm byla lavička, kterou jsme otočili užší stranou vzhůru. Děti postupovaly stanovišti podle následujícího pořadí (záměrně jsem zvolila balancování, chůzi dopředu a pozpátku na obrácené lavičce, jako poslední stanoviště, protože je časově i koordinačně náročné a po celou dobu jsem dětem dělala záchranu, aby nedošlo ke zranění):

1. kotoul vpřed
2. skok po 1 noze
3. běh dopředu a pozpátku
4. chůze dopředu a pozpátku na obrácené lavičce

Jiný den jsme testovali děti na pohybové dovednosti s míčem – hod na terč, chytání míče, odrážení a chytání a nakonec vedení míče nohou. Pro hod na terč jsme si připravili 6 malých míčků příslušné velikosti a váze 80g, které byly umístěny na švédské bedně ve vzdálenosti 1,5 m od stěny na které ve výšce spodního okraje 1,1 m visela obruč velikosti jako terč o průměru 65 mm.

Na stanoviště pro chytání míče jsme potřebovali vhodný míč a stojánek s tyčí s vyznačenou výškou 1,1 m a vyznačenou vzdálenost 1,5 m. Na tomto stanovišti byl přítomný examinátor, který dětem házel míč o zem a děti ho měly chytit. Nejméně náročné na přípravu bylo stanoviště na odrážení a chytání míče, k čemuž nám stačil kříž na zemi z pásky a příslušný míč. Všechny míče pro testování v obou MŠ byly totožné, přes malé 80g míčky, basketbalový velikosti 3, futsalový velikosti 4, po volejbalový velikosti 5.

Pro stanoviště na vedení míčem nohou bylo potřeba zajistit větší prostor. Místo pásky jsem použila kloboučky. Bylo potřeba vyznačit plochu o rozměrech 9 m x 2,8 m a umístit na 3. a 6. metru díl švédské bedny nebo dětské postýlky, které mají totožné rozměry. Zde jsem zvolila pořadí podle tabulky viz. příloha (při chytání po odrazu jsem každému dítěti 6x hodila míč o zem):

1. házení na terč
2. chytání po odrazu
3. odrážení a chytání (driblink)
4. vedení míče nohou

Děti vždy na začátku každého stanoviště dostaly stručné instrukce, co mají dělat a examinátor předvedl, jak by to mělo vypadat. Následně se všech 15 dětí vystříдалo na stanovišti. Aby se nenudily a nemusely dlouho sedět, mohly si mezitím zkoušet ostatní stanoviště pod dohledem jejich třídní učitelky.

Examinátor pozoroval děti na každém stanovišti a podle zdařených pokusů uděloval body a následně je zapisoval do příslušné tabulky (viz. výsledky). Děti měly většinou 2 pokusy (kotoul vpřed, skok po 1 noze, běh dopředu a pozpátku, chůze po obrácené lavičce dopředu a pozpátku, vedení míče nohou, odrážení a chytání míče). Tak bylo hodnocení vždy totožné, v případě úspěšného zvládnutí obou pokusů získalo dítě 2 body, v případě 1 zdařeného pokusu 1 bod a v případě, že se mu ani jeden pokus nevydařil, získalo 0 bodů. Jen ve 2 případech měly děti 6 pokusů (hod na terč, chycení míče po odrazu). Tam se hodnotilo 2 body 5 – 6 zdárných pokusů nebo zásahů, 1 bodem 3 – 4 zdary a 0 body 0 – 2 zdary.

Při hodnocení jednotlivých disciplín bylo potřeba dohlížet na správnost provedení cviků. Důležitým faktorem byla plynulost pohybu. Dítě mělo plynule zvládnout kotoul vpřed a plynule přejít do stoje, bez přestávky. Při běhu vpřed i vzad mělo zvolit vhodnou rychlost a především při běhu pozpátku se nezastavit. Při chůzi na lavičce byla rychlost přechodu o mnoho pomalejší, ale plynulost pohybu nesměla být přerušena. Dalším problémovým faktorem bylo opuštění vyznačeného pole. Děti si musely dát pozor, aby při běhu nebo skoku neopustily vyznačené pole a při vedení míče nohou zase, aby jejich míč neopustil vyznačené pole nebo se nedotkl položených kusů švédské bedny.

11 Výsledky

11. 1 Analýza školních vzdělávacích programů

Prostřednictvím analýzy školních vzdělávacích programů jsem zjišťovala, jak se daný ŠVP zabývá pohybovými aktivitami a hledala rozdíly mezi ŠVP soukromé MŠ se sportovním zaměřením a MŠ veřejné.

11. 1. 1 Školní vzdělávací program soukromé mateřské školy se sportovním zaměřením

Tato soukromá mateřská škola se sportovním zaměřením se nachází na okraji hlavního města Prahy. V MŠ jsou 2 homogenní třídy po 15 dětech. Jejich ŠVP se nazývá „*Neopouštěj staré věci pro nové*“ a skládá se z 8 integrovaných bloků. Název programu odkazuje na problém dnešní doby, kterým je urychlování činností a spěch, což často vede k tomu, že dospělý přebírá činnosti za děti.

ŠVP si klade za cíl nabídnout dětem podněty k tomu, aby si vše mohly vyzkoušet samy. Většinu pomůcek a didaktických materiálů si připravují pedagogové z pomůcek denní potřeby, ukazují dětem možnost recyklace a znovupoužití věcí. V rámci integrovaného bloku „*Tajemství mého těla*“ se děti zdokonalují v pohybových činnostech, jako je chůze, běh, skoky, lezení, ale i v činnostech nelokomočních, jako změny poloh a pohybů na místě. Důraz je kladen i na sezónní činnosti a míčové hry.

MŠ je součástí sítě soukromých sportovních mateřských škol zaměřených na sport a zdravý životní styl. Klade důraz na rozvoj všech složek výchovy, ale zaměřuje se především na sportovní vyžití dětí. Mateřská škola je zaměřena sportovně, hlavně v rámci všeobecné pohybové průpravy. Vychází z toho, že pohyb je jedním ze základních projevů člověka, je podstatou a přirozeností lidského bytí a provází člověka po celý život. Děti mohou své pohyby usměrňovat a pravidelně sportovat už od nejmladšího věku.

V ŠVP se uvádí, že základní pohybové dovednosti jsou rozmanité a podporují vztah dětí ke sportu, neboť běhání, skákání a házení je pro děti přirozené a baví je všechny. Základem pro sportovní přípravu dětí je pestrost cvičení zaměřených na rozvoj všestranných pohybových dovedností a schopností. Čím širší je základna všestranné pohybové aktivity, tím více konkrétních dovedností jsou děti schopny zvládnout.

V této MŠ se snaží, aby každé dítě mělo možnost výběru vlastní aktivity a hry. Zároveň, aby absolvovalo spontánní a řízenou hru i činnost, relaxaci a odpočinek. Poměr spontánních a řízených činností je v denním programu vyvážený. Děti mají dostatek času i

prostoru pro spontánní hru. Pohybové aktivity probíhají ve třídě, v tělocvičně během ranního cvičení a také při pobytu venku. Během celého dne jsou zařazovány pohybové chvílky.

Spontánní činnosti probíhají ráno mezi 7:15 a 8:30 a poté odpoledne od 15:00 do 17:30, souběžně s odpoledními kroužky. Řízené pohybové aktivity probíhají před svačinou, podle denního harmonogramu mezi 8:30 a 9:00. Někdy se jedná o kratší pohybovou chvílku na 15 minut, někdy je to delší pohybová jednotka kolem 30 – 40 minut. Mezi 10:00 a 12:00 jsou děti venku, na zahradě nebo blízkých hřištích či parcích, kde probíhá především volná hra. Zařazovány jsou ale i řízené pohybové aktivity a sportovní hry.

Odpolední odpočinek probíhá po obědě mezi 12:30 a 14:20. Menší děti odpočívají v tělocvičně. Starší děti, především předškoláci, kteří už nemají potřebu spánku, odpočívají ve třídě a po kratším odpočinku se věnují předškolním aktivitám nebo volné hře v klidovém režimu.

Prostor pro pohybové aktivity probíhá ve třídě během volné hry. Třída je rozložena dispozičně tak že mají děti možnost volného pohybu. Třída je obdélníková s postupnými patry, které jsou oddělené schodem. Ve třídě jsou pohybové prvky (koberce na skákání panáka, vyznačené stopy, terče s míčky apod.). K volné hře se nevyužívá tělocvična.

Při pobytu venku se využívá zahrada, příroda i nedaleké hřiště. Pro pohybové využití v prostorách MŠ je k dispozici tělocvična a vhodné pomůcky, jako jsou lavičky, švédská bedna, míče, žíněnky, obruče, raketky, balanční plochy, tunely, apod.

V rámci nabídky pohybových činností sportovní MŠ ve svém ŠVP uvádí činnosti k rozvoji správného držení těla při stoji, sedu i chůzi, lokomoční činnosti, cvičení obratnosti při chůzi, skákání, lezení, podlézání, házení, chytání. Napodobování pohybových celků, udržování rovnováhy hry a cviky rozvíjející schopnost zvládat překážky. V nabídce by se měly objevit základy gymnastiky, atletiky a sezónní činnosti. Není opomenuto ani zdravotní cvičení, konkrétně vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová a relaxační. Děti mají hrát pohybové hry a zkoušet jízdu na kole, koloběžce nebo tříkolce.

V rámci dopoledních řízených činností probíhá pondělní kroužek jógy, ve čtvrtek jsou to hudebně-pohybové činnosti. Oba kroužky má na starost paní učitelka, která je zároveň bývalá atletka a trenérka. V pátek potom probíhá odpoledne kroužek tenisu, na který dochází externí lektor. Do řízených činností jsou pravidelně zařazovány zdravotně preventivní pohybové aktivity. Ostatní pohybové aktivity jsou zaměřené na hry, gymnastiku a atletiku.

V rámci odpoledních kroužků probíhá úterní kroužek atletiky v místním sokole, který vede paní ředitelka společně s externím atletickým trenérem. Několikrát do roka jsou organizovány sportovní aktivity, hry, soutěže a závody. 2x ročně probíhá přátelské sportovní setkání s dětmi z jiných MŠ.

MŠ spolupracuje s Českým atletickým svazem. Účastní se projektu Se sokolem do života a využívá metodu NTC learning nejen k motorickým cvičením.

ŠVP je v souladu s RVP PV. V MŠ jsou rozvíjeny všechny složky výchovy, ale důraz je kladen především na sportovní vyžití. Poměr spontánních a řízených aktivit je vyvážený, děti jsou vedeny ke zdravým návykům. V rámci integrovaných bloků se lidským tělem a pohybem zabývá nejvíc blok 3. Tajemství mého těla, který se věnuje poznání lidského těla, povědomí o zdraví, propojení s pohybem a sportem.

Jsou zde vytvářeny podmínky pro individuální, skupinové i frontální činnosti. Jako sportovně zaměřená mateřská škola pěstuje u dětí nejen zdravou soutěživost, ale zároveň je učímí spolupracovat, pomáhat si a dodržovat pravidla fair play. Snaží se děti pozitivně motivovat, vyhýbat se negativním komentářům a podporovat děti v dalších samostatných pokusech. U každého dítěte se snaží najít jeho schopnosti a nadání a dále je rozvíjet

V MŠ jsou dodržovány stravovací a hygienické normy. MŠ nedisponuje vlastní kuchyní a tak si připravují pouze svačiny a obědy zajišťuje externí firma Bionea.

11. 1. 2 Školní vzdělávací program veřejné mateřské školy

Tato veřejná mateřská škola se nachází v městské části hlavního města Prahy. Disponuje 3 homogenními třídami po 25 dětech. Jejich školní vzdělávací program nese název „Společně objevujeme svět“ a je zorganizován do 11 integrovaných bloků. Pohybové aktivity probíhají v rámci pravidelných cvičení před dopolední svačinou a potom v rámci výchovně vzdělávací práce. Přirozené pohybové činnosti probíhají i během pobytu venku a také během odpoledních zájmových her.

Cílem MŠ je podporovat tělesný rozvoj a zdravý životní styl dětí a také rozvíjet pohybové schopnosti a pomoci dětem se zdokonalovat v oblasti hrubé motoriky. V ŠVP jsou pohybové aktivity rozděleny na přirozené, průpravné a zdravotní, dále na pohybové hry a relaxační cvičení.

V MŠ se snaží se o vyváženost spontánních a řízených činností. Spontánní hra probíhá od příchodu do svačiny, tedy mezi 6:30 a 9:00, a odpoledne po svačině do odchodu domů, tedy mezi 14:45 a 17:00. Dopoledne nejsou záměrně nabízeny pohybové činnosti, ale děti se přirozeně u hry pohybují. Odpoledne potom tráví často čas na zahradě, kde mají k dispozici větší prostor a lepší podmínky pro pohybové činnosti.

Řízená pohybová činnost probíhá před svačinou, tedy mezi 8:45 a 9:00. Pohybové činnosti probíhají v jednotlivých třídách a mají k dispozici základní vybavení (kloboučky, molitanové míče, obruče, molitanové překážky, zvlněné chodníčky, apod.). Řízená činnost se skládá vždy z rušné části (běh, chůze, skoky), zdravotních cviků, pohybových her nebo tanečních prvků a závěrečné relaxace. V rámci zdravotních cviků využívají projektu „Rovná páteř“, kde jsou cviky na jednotlivé problematické části těla. Do relaxační části zařazují pravidelně jógu. 1x týdně navíc zařazují cvičení z projektu „Se sokolem do života.“

Velkou možnost pohybu mají děti při pobytu venku, který probíhá mezi 10:00 a 12:00 a často i v odpoledních hodinách. Třídy využívají nejčastěji zahradu a jednou týdně chodí na procházky do nedalekého lesoparku. Zahrada je rozdělena na 3 části, třídy tedy tráví čas na zahradě odděleně. K dispozici mají prolézačky, hřiště na sportovní hry s příslušným vybavením (míče, hokejky, apod.), odrážedla a stezku naboso.

MŠ disponuje základním vybavením pro pohybové aktivity. Ve třídách je sklad s materiály, jako jsou kloboučky, tyče, obruče, míče, lavičky, žíněnky, tunely, cihličky, apod. Chybí ale gymnastické nářadí (můstek, duchna). Na zahradě jsou herní prvky.

V rámci kroužků probíhá 1x týdně bruslení, což je jediný pohybový kroužek. MŠ se podílí na projektech Se sokolem do života a Zdravá záda a v rámci kroužků má 1x týdně dopolední kroužek bruslení, dříve probíhalo plavání.

ŠVP odpovídá požadavkům RVP PV. Vizí MŠ je podporovat tělesný rozvoj a zdravý životní styl. Konkrétněji se uvědoměním o fungování lidského těla a podpoře zdravého životního stylu věnuje integrovaný blok 6. Lidské tělo. Podle doporučení délky spontánních a řízených činností, které jsem popsala v teoretické části a které se podle různých výzkumů liší, je délka spontánních činností v této MŠ dodržována. Ve třídě většinou nemají nabídku pohybových činností k volné hře, ale naopak ji mají často na zahradě.

Řízená denní aktivita je o něco kratší než se uvádí v různých doporučeních, ale zahrnuje všechny lokomoční, nelokomoční i manipulační činnosti a také pravidelná zdravotní a preventivní cvičení. Nezapomínají ani na hudebně-pohybová cvičení. Paní učitelky cvičí s dětmi a tak se od nich děti učí nápodobou.

V MŠ jsou dodržovány stravovací i hygienické normy. V MŠ mají vlastní kuchyň, kde připravují dětem svačiny a obědy. Všechny děti po obědě odpočívají. Pro ty, které už nespí jsou připravené knížky a časopisy k prohlížení tak, aby nerušily ostatní děti.

11. 1. 3 Rozdíly ve školních vzdělávacích programech

Při porovnávání ŠVP jsem některé hlavní body zaznamenala do tabulky. Jedná se o základní charakteristiku MŠ, časový harmonogram dne, sportovní vybavení a sportovní kroužky a projekty.

Tabulka č. 3: Srovnání ŠVP veřejné a soukromé MŠ se sportovním zaměřením

druh MŠ	VEŘEJNÁ	SOUKROMÁ SPORTOVNÍ
poloha	Praha	Praha-západ
kapacita	75 dětí	30 dětí
počet tříd	3 třídy	2 třídy
věkové rozpětí	3 – 7 let	2 – 7 let
rozložení třídy	homogenní	homogenní
počet dětí ve třídě	25 dětí	15 dětí
počet pedagogů	7, 1 asistentka	4, 1 chůva
název ŠVP	Společně objevujeme svět	Neopouštěj staré věci pro nové
zaměření ŠVP		
režim dne	6:30 – 17:00	7:15 – 17:30
volná hra	6:30 – 8:20	7:15 – 8:30
řízené pohybové aktivity	před svačinou	8:30 – 9:00
svačina	9:00 – 9:15	9:00 – 9:30
řízená činnost dle témat	mezi svačinou a vycházkou	9:30 – 10:00
pobyt venku	10:00 – 12:00	10:00 – 12:00
oběd	12:00 – 12:20	12:00 – 12:20
odpočinek po obědě	12:30 – 14:00	12:30 – 14:30
předškolní příprava	-	13:30 – 14:30
svačina	14:20 – 14:45	14:30 – 15:00
kroužky	13:45 – 16:30	15:00 – 16:30
volná hra	15:00 – 17:00	15:00 – 17:30
vlastní kuchyň	ano	-
tělocvična	-	ano
sportovní vybavení	základní	ano
zahrada	ano	ano
sportovní vybavení	ano	ano
blízká hřiště	ano	ano
sportovní kroužky	1x týdně bruslení	1x týdně jóga, atletika, tenis
sportovní projekty	Se sokolem do života, Zdravá záda	Se sokolem do života, Atletika pro děti

Při obsahové analýze ŠVP jsem našla několik rozdílů a to i v oblasti pohybu. Soukromá MŠ je menší vzhledem k počtu tříd, disponuje jednou velkou třídou ve které jsou děti rozděleny na 2 homogenní skupiny. Naopak veřejná MŠ disponuje 3 třídami. Soukromá MŠ má i menší počet dětí ve třídě a tím pádem i menší počet dětí na jednu paní učitelku, konkrétně 2 třídy po 15 dětech. Ve veřejné MŠ jsou 3 třídy po 25 dětech.

Rozdíl je také v provozní době. Protože veřejná MŠ otvírá již v 6:30 a děti tak mají větší čas na ranní volnou hru, která končí v 8:20. Děti ze soukromé MŠ přicházejí v 7:15 a volnou hru mají do 8:30. Delší volnou hru mají ale naopak odpoledne, jelikož provozní doba soukromé MŠ je do 17:30 a veřejné MŠ do 17:00.

Soukromá MŠ patří do sítě sportovních škol se zdravým životním stylem, zaměřuje se tedy především na všestranný pohybový rozvoj, ale nezapomíná na rozvoj celkový. Veřejná MŠ je potom zaměřena všeobecně na celkový rozvoj dětí, ale na pohybový rozvoj nezapomíná. V rámci zdravého životního stylu je do soukromé MŠ dováženo jídlo z biopotravin, které splňuje veškeré normy. Ve veřejné MŠ mají vlastní kuchyni, kde vaří podle výživových norem.

Co se týče pohybu, děti ze soukromé MŠ mají větší výběr pohybových aktivit během volné hry ve třídě a to ve formě pohybových prvků (koberece, terče, stezky). Tyto prvky ve třídách veřejné MŠ chybí. Při řízených aktivitách využívají děti ze soukromé MŠ tělocvičnu se sportovním vybavením, kterou veřejná MŠ nedisponuje. Součástí vybavení obou MŠ jsou pohybové pomůcky (kloboučky, míče, žíněnky, lavičky apod.). Součástí vybavení soukromé MŠ jsou navíc balanční plochy, masážní ježci, nafukovací míče, tenisové a badmintonové rakety.

Rozdíl se našel i při pobytu venku, kdy starší děti ze soukromé MŠ nevyužívají tak často zahradu a chodí spíše na procházky po okolí a na nedaleká hřiště. Naopak děti z veřejné MŠ tráví kromě jednoho dne v týdnu čas na zahradě. Obě MŠ disponují venkovním sportovním vybavením. Děti tak mají mnoho příležitostí k pohybovým aktivitám.

Rovněž se našel rozdíl u odpoledního odpočinku nejstarších dětí. Ve veřejné MŠ všechny děti po celou dobu odpočinku leží na matracích. Naopak děti ze soukromé MŠ si po kratším odpočinku na matraci mohou volně hrát a věnovat se s paní učitelkou předškolní přípravě.

Soukromá MŠ má větší nabídku pohybových kroužků, z toho jóga a tenis jsou zařazené do dopoledního bloku a atletika do bloku odpoledního. Ve veřejné MŠ probíhá

pouze jeden pohybový kroužek v rámci odpoledních kroužků, kterým je bruslení. V obou MŠ dříve chodili na plavání, které ale v současné době pozastaveno. Obě MŠ se účastní stejného pohybového projektu „Se sokolem do života.“

Vzhledem k výše uvedeným rozdílům mohu potvrdit hypotézu H1, že ve ŠVP jednotlivých MŠ se najdou rozdíly v oblasti pohybových aktivit.

11. 2 Výsledky testování motorických kompetencí

Nejprve jsem výsledky z testování pomocí testové baterie MOBAK-KG zapsala do tabulek, sečetla body a vypočítala průměry. Následně jsem provedla deskripci (výpočet průměru, mediánu, směrodatné odchylky, maxima a minima).

Tabulka č. 4: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením, pohyb s míčem

SOUKROMÁ MŠ SE SPORTOVNÍM ZAMĚŘENÍM							
TABULKA HODNOCENÍ POHYBOVÝCH KOMPETENCÍ							
pomocí testové baterie MOBAK-KG							
	kompetence		S míčem				
			1	2	3	4	
	dovednosti		házení	chytání	poskakování	kopání	
	pokusy		6	6	2	2	
	hodnocení		0-2 zdary (0b)	0 zdarů (0b.)			
			3-4 zdary (1b)	1 zdar (1b.)			
			5-6 zdary (2b)	2 zdary (2b)			
č.	jméno	m/ž	body	body	body	body	celk.
1	H1	m	2	2	2	2	8
2	H2	m	1	2	0	0	3
3	H3	m	2	2	1	1	6
4	H4	m	2	2	2	1	7
5	H5	m	2	2	2	1	7
6	H6	m	2	2	2	1	7
7	H7	m	2	2	2	2	8
8	D1	ž	2	2	2	2	8
9	D2	ž	2	2	0	2	6
10	D3	ž	1	2	2	1	6
11	D4	ž	2	2	0	1	5
12	D5	ž	2	2	2	2	8
13	D6	ž	2	2	2	1	7
14	D7	ž	2	2	2	1	7
15	D8	ž	2	1	0	0	3
	průměr		1,866667	1,933333	1,4	1,2	6,4

Tabulka č. 5: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením, pohyb s vlastním tělem

SOUKROMÁ MŠ SE SPORTOVNÍM ZAMĚŘENÍM							
TABULKA HODNOCENÍ POHYBOVÝCH KOMPETENCÍ							
pomocí testové baterie MOBAK-KG							
	kompetence		S vlastním tělem				
			5	6	7	8	
	dovednosti		rovováha	kotoul	skok	běh	
	pokusy		2	2	2	2	
	hodnocení		0 zdarů (0b.)				
			1 zdar (1b.)				
			2 zdary (2b)				
č.	jméno	m/ž	body	body	body	body	celk.
1	H1	m	1	2	2	2	7
2	H2	m	1	2	1	2	6
3	H3	m	0	1	0	1	2
4	H4	m	1	2	1	2	6
5	H5	m	1	2	2	1	6
6	H6	m	0	2	2	2	6
7	H7	m	1	2	1	2	6
8	D1	ž	2	2	2	2	8
9	D2	ž	1	1	2	2	6
10	D3	ž	1	2	2	1	6
11	D4	ž	1	2	0	2	5
12	D5	ž	2	2	1	2	7
13	D6	ž	2	2	2	2	8
14	D7	ž	1	2	0	1	4
15	D8	ž	1	1	1	1	4
	průměr		1,066667	1,8	1,266667	1,666667	5,8

Tabulka č. 6: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí z veřejné MŠ, pohyb s míčem

VEŘEJNÁ MŠ							
TABULKA HODNOCENÍ POHYBOVÝCH KOMPETENCÍ							
pomocí testové baterie		MOBAK-KG					
	kompetence	S míčem					
			1	2	3	4	
	dovednosti		házání	chytání	poskakování	kopání	
	pokusy		6	6	2	2	
	hodnocení		0-2 zdary (0b)		0 zdarů (0b.)		
			3-4 zdary (1b)		1 zdar (1b.)		
			5-6 zdary (2b)		2 zdary (2b)		
č.	jméno	m/ž	body	body	body	body	celk.
1	H8	m	1	2	2	1	6
2	H9	m	2	2	1	2	7
3	H10	m	2	2	1	1	6
4	H11	m	2	2	2	2	8
5	H12	m	2	2	2	2	8
6	H13	m	1	2	1	1	5
7	H14	m	2	2	2	2	8
8	D9	ž	1	2	0	2	5
9	D10	ž	2	2	0	1	5
10	D11	ž	2	2	2	2	8
11	D12	ž	1	2	2	1	6
12	D13	ž	2	2	2	1	7
13	D14	ž	1	2	2	1	6
14	D15	ž	0	2	0	0	2
15	D16	ž	0	2	1	0	3
	průměr		1,4	2	1,333333	1,266667	6

Tabulka č. 7: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí z veřejné MŠ, pohyb s vlastním tělem

VEŘEJNÁ MŠ								
TABULKA HODNOCENÍ POHYBOVÝCH KOMPETENCÍ								
pomocí testové baterie MOBAK-KG								
	kompetence		S vlastním tělem					
			5	6	7	8		
	dovednosti		rovováha	kotoul	skok	běh		
	pokusy		2	2	2	2		
	hodnocení		0 zdarů (0b.)					
			1 zdar (1b.)					
			2 zdary (2b)					
č.	jméno	m/ž	body	body	body	body	celk.	součet
1	H8	m	1	2	1	2	6	12
2	H9	m	0	2	2	1	5	12
3	H10	m	1	1	1	2	5	11
4	H11	m	1	0	0	2	3	11
5	H12	m	1	2	2	2	7	15
6	H13	m	0	2	2	0	4	9
7	H14	m	1	2	0	1	4	12
8	D9	ž	1	2	1	2	6	11
9	D10	ž	0	0	2	1	3	8
10	D11	ž	2	2	2	1	7	15
11	D12	ž	2	2	2	2	8	14
12	D13	ž	0	1	1	2	4	11
13	D14	ž	1	2	1	2	6	12
14	D15	ž	0	0	0	0	0	2
15	D16	ž	1	1	0	2	4	7
	průměr		0,8	1,4	1,133333	1,466667	4,8	10,8

Tabulka č. 8: Deskripce výsledků testu motorických kompetencí

Descriptives												
	sport	hazeni	chytani	poskakovani	kopani	vse_spomuckou	rovnovaha	kotoul	skok	beh	vse_bezpomucky	celkem_vse
N	1	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
	2	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
Missing	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	1	1.87	1.93	1.40	1.20	6.40	1.07	1.80	1.27	1.67	5.80	12.2
	2	1.40	2.00	1.33	1.27	6.00	0.800	1.40	1.13	1.47	4.80	10.8
Median	1	2	2	2	1	7	1	2	1	2	6	13
	2	2	2	2	1	6	1	2	1	2	5	11
Standard deviation	1	0.352	0.258	0.910	0.676	1.64	0.594	0.414	0.799	0.488	1.57	2.73
	2	0.737	0.00	0.816	0.704	1.81	0.676	0.828	0.834	0.743	2.01	3.32
Minimum	1	1	1	0	0	3	0	1	0	1	2	7
	2	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	2
Maximum	1	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	16
	2	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	15

V tabulce deskripce je uvedeno u každé kategorie rozdělení na 1 – soukromá MŠ se sportovním zaměřením a 2 – veřejná MŠ.

Podle vypočítaných průměrů z testování pomocí testové baterie MOBAK-KG vyšlo, že děti ze sportovní MŠ dosáhly lepšího výsledku jak v testování kompetence pohybu s vlastním tělem, tak i kompetenci pohybu s pomůckou a potvrdily se tak hypotézy H2 a H3. V pohybu s vlastním tělem dosáhly děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením v průměru 5, 8 bodů a děti z veřejné MŠ 4, 8 bodů, přičemž nejvyšší počet bodů byl vždy 8 bodů. V pohybu s pomůckou potom děti ze soukromé MŠ dosáhly v průměru 6, 4 bodů a děti z veřejné MŠ 6 bodů. Obě skupiny dosáhly lepšího výsledku v testování pohybové kompetence s pomůckou než v testování pohybové kompetence s vlastním tělem.

Uvedené výsledky potvrzuje i výpočet mediánu, podle kterého byla střední hodnota u výsledků dětí ze soukromé MŠ vyšší než u dětí z veřejné MŠ. V kompetenci pohybu s míčem měla soukromá MŠ střední hodnotu 7 a veřejná MŠ 6. U kompetence pohybu s vlastním tělem byla střední hodnota soukromé MŠ 6 a veřejné MŠ 5. Celkově potom byla střední hodnota soukromé MŠ 13 a veřejné MŠ 11.

Celkově potom děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením dosáhly lepších výsledků než děti ve veřejné MŠ, čímž se potvrdila hypotéza H4. Děti ze soukromé MŠ získaly průměrně 12, 2 bodů a děti z veřejné MŠ 10, 8 bodů z celkových 16.

Výsledek je ve shodě s výpočtem maxima, podle kterého žádné dítě z veřejné MŠ nedosáhlo maximálního počtu bodů (16) a maximum je 15. Pro soukromou MŠ je maximum 16.

Děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením dosáhly průměrně vyššího počtu bodů v 6 disciplínách z 8, konkrétně ve 2 disciplínách s pomůckou (házení, poskakování) a ve všech 4 disciplínách s vlastním tělem (kotoul, běh, skok, rovnováha). Děti z veřejné MŠ měly průměrně vyšší počet bodů na 2 stanovištích a to v kompetenci pohybu s pomůckou (chytání, kopání).

Pořadí jednotlivých stanovišť u obou MŠ s celkovými průměrnými hodnotami jsem zapsala do tabulky.

Tabulka č. 9: Pořadí výkonů testování motorických kompetencí na jednotlivých stanovištích

soukromá MŠ se sportovním zaměřením			veřejná MŠ		
pořadí výkonů na jednotlivých stanovištích					
s míčem			s míčem		
1.	chytání	1, 93	1.	chytání	2, 0
2.	házení	1, 86	2.	házení	1, 4
3.	poskakování	1, 4	3.	poskakování	1, 33
4.	kopání	1, 2	4.	kopání	1, 27
s vlastním tělem			s vlastním tělem		
1.	kotoul	1, 8	1.	běh	1, 47
2.	běh	1, 67	2.	kotoul	1, 4
3.	skok	1, 27	3.	skok	1, 13
4.	rovováha	1, 07	4.	rovováha	0, 8

Když se podíváme na jednotlivá stanoviště vidíme, že u pohybu s pomůckou bylo pořadí u dětí z obou MŠ stejné. Nejlepších výsledků dosahovaly u chytání míče po odrazu o zem. V této dovednosti dosáhly nejvyššího bodů i celkově. Následně je na 2. místě házení na terč. Méně šlo dětem poskakování, neboli driblink a nejmenší počet bodů dosahovaly v kopání (vedení míče nohou).

U pohybu s vlastním tělem dosáhly nejvyššího počtu bodů děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením u kotoulu vpřed a následně u běhu dopředu a pozpátku. Naopak děti s veřejné MŠ dosáhly lepšího výsledku u běhu a následně u kotoulu. Pořadí dalších dvou stanovišť byla u obou MŠ stejná. Méně bodů dosáhly u skoku po 1 noze a nejméně bodů dosáhly při chůzi po obrácené lavičce. V chůzi po lavičce dosahovaly děti celkově nejméně bodů ze všech stanovišť.

Potvrzení pořadí jednotlivých stanovišť přináší i výpočet mediánu, podle kterého vidíme, že u obou MŠ byla střední hodnota nižší (1 ze 2) u kopání neboli vedení míče nohou a u rovnováhy a skoku.

Zároveň při vypočtení minima vidíme, že u dětí ze soukromé MŠ byly naměřené nejnižší 0 hodnoty u 4 disciplín z 8 (kompetence pohybu s pomůckou - poskakování, kopání, kompetence pohybu s vlastním tělem – rovnováha a skok). U veřejné MŠ byly naměřeny 0 hodnoty u 7 stanovišť z 8, ale u chytání dosáhly všechny děti plného počtu bodů (2).

Podle věkového průměru byly testované děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením mladší o 4 měsíce než děti z veřejné MŠ (všechny se pohybovaly v rozmezí 5 –

6 let). Průměrný věk dětí z veřejné MŠ byl 5 let a 8 měsíců a dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením 5 let a 4 měsíce. I přesto děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením dosáhly celkově lepších výsledků.

12 Diskuze

Cílem práce bylo najít rozdíly v úrovni motorických kompetencí u dětí ze dvou odlišných MŠ a současně analyzovat a najít rozdíly i v jejich ŠVP, konkrétně v oblasti pohybových aktivit. K tomu jsme využili analýzu ŠVP a testování pomocí testové baterie MOBAK-KG.

Součástí testové baterie MOBAK-KG je 8 dovedností, které zastupují lokomoční (běh dopředu a pozpátku, skok po 1 noze, chůze po obrácené lavičce dopředu a pozpátku), nelokomoční (kotoul vpřed, rovnováha na obrácené lavičce) i manipulační pohyby (hod na cíl, chytání, driblink, vedení míče nohou). Pro zvládnutí poslední uvedené dovednosti, tedy vedení míče nohou, je potřeba vývojového kroku, kde dítě dokáže skloubit lokomoci a držení předmětu. Dítě ve věku 5 – 6 let by mělo tento pohyb zvládnout, jelikož v tomto věku dochází ke stabilizaci pohybu a ke sladění pohybu rukou a nohou.

Z výsledků jednotlivých stanovišť lze vyčíst, že nejnižšího počtu bodů dosahovaly děti při balancování (chůzi dopředu a pozpátku) po otočené lavičce. Pro děti byla tato aktivita velmi obtížná ve srovnání s ostatními stanovišti. Je otázkou proč to tak je, ale domnívá se, že přejít tuto 10 cm širokou lavičku pozpátku by měl problém přejít i dospělý. Ve výzkumech jsem nikde nenašla, že by řešili tento problém a tak by to mohlo být předmětem zkoumání u širšího vzorku dětí.

Bylo zajímavé pozorovat úroveň motorických kompetencí u dětí na jednotlivých stanovištích. U skoku po 1 noze jsem byla překvapená, jaké to některým dětem dělá potíže, stejně jako plynulý běh pozpátku. Naopak kotoul vpřed jim nedělal příliš velké problémy. Může to poukazovat na to, že skoku po 1 noze a běhu pozpátku se v obou MŠ nevěnuje velká pozornost, naopak kotoulu vpřed ano.

U stanovišť s míčem mě překvapilo, že se děti dobře trefovaly do terče. S chytáním a odrážením neměly velké problémy. Největší problém jim dělalo vedení míče nohou, kdy jim často míč utíkal mimo pole. Podle nedávných výzkumů testové baterie MOBAK-KG, např. Quitério a kol. (2018), se ukazuje, že jsou kluci lepší v pohybu s míčem a dívky zase v pohybu s vlastním tělem. Tuto souvislost jsem ale při testování nezkoumala. Naopak jsem zkoumala věk testovaných dětí a i když byly děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením v průměru o 4 měsíce mladší než děti z veřejné MŠ, dosáhly přesto lepších

výsledků. To potvrzuje lepší úroveň motorických kompetencí u dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením.

Testování bylo časově náročné, jelikož bylo naplánované na 3 dny, z toho první den byl zkušební, druhý den probíhalo testování s vlastním tělem a třetí den testování s pomůckou. Testování zabralo vždy nejméně 60 minut, čímž jsme narušili běžný denní režim MŠ. V manuálu MOBAK-KG bych uvítala i tuto informaci o časové náročnosti.

Co se týče samotného výzkumu pomocí testové baterie MOBAK-KG, tak z výsledků vyšlo, že děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením dosáhly lepších výsledků než děti z veřejné MŠ. Potvrdila se tak hypotéza H4 a zároveň i hypotéza H2 a H3, jelikož děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením dosáhly lepších výsledků v kompetenci pohybu s pomůckou i v pohybu s vlastním tělem.

Cílem testové baterie je využít výsledky diagnostiky pro další možnou práci a rozvoj. Celá testová baterie se zaměřuje na pohybové kompetence a to na pohyb s vlastním tělem a pohyb s pomůckou (míčem). Ukazují na to, jak dítě dokáže využít své schopnosti a dovednosti, které dokáže předvést v určité situaci. Kompetence jsou součástí rámcových a školních vzdělávacích programů a ukazují na to, co by mělo dítě umět.

Otázkou je, jak a kde všude se dají tyto pohybové kompetence rozvíjet a kdo je nejvíc ovlivňuje. Většinou první institucí, do které se dítě dostane je mateřská škola, která má svůj ŠVP, podle kterého se řídí i pohybové činnosti. Dalším cílem bylo najít rozdíly v ŠVP obou MŠ v oblasti pohybových aktivit. Rozdíly se našly a tak se potvrdila i hypotéza H1.

V MŠ probíhá spontánní a řízená pohybová aktivita. Spontánní aktivita může probíhat v rámci dopolední volné hry a při dopoledním pobytu venku. Stejně tak může probíhat i v odpoledních hodinách. Jak jsem zmínila v teoretické části, podle Dvořákové (2007) by měla spontánní pohybová aktivita trvat 120 – 150 minut denně (2 – 2,5 hodiny). Obě zkoumané MŠ toto časové rozmezí dodržují, většinou díky pobytu venku. V rámci dopolední volné hry totiž z mé zkušenosti často nejsou pohybové aktivity nabízeny nebo dovolovány, aby ve třídě nebyl příliš velký hluk a chaos. V soukromé MŠ se sportovním zaměřením jsou ve třídě pohybové prvky (koberce, terče, stezky), přesto si myslím, že by se nabídka pohybových činností ještě více rozšířit.

Řízená pohybová aktivita by měla probíhat v MŠ alespoň 1x denně. Podle Dvořákové (2007) by měla trvat 27 až 47 minut denně. Jak jsem již uvedla v teoretické části, názory na délku a četnost spontánních a pohybových aktivit se od jednotlivých výzkumů liší. Většinou se ale shodují, že řízené pohybové činnosti by měly probíhat v

kratších blocích po 10 – 15 minutách, což je v souladu s oběma zkoumanými MŠ. Z mé zkušenosti počet pohybových chviliek závisí na mnoha aspektech, náladě, věku a individuálních potřebách dětí, počasí, probíraném tématu apod.

Když jsem analyzovala RVP PV zjistila jsem, že oblast pohybových činností je zde obsažena velmi stručně, často hodně obecně. V souvislosti s provedeným testováním se v RVP uvádí, že dítě by mělo koordinovat lokomoci, zvládat házet a chytat míč a užívat různé náčiní. Konkrétní harmonogram a obsah pohybových činností upravuje ŠVP, který ale také nemusí být tolik podrobný, což je na jednu stranu dobře, protože nechává volnost učitelkám, které si činnosti uzpůsobí dané skupině dětí. Na druhou stranu nedává příliš mnoho inspirace a vědomostí, které mohou učitelkám pomoci rozšířit nabídku pohybových aktivit.

Výsledky testování dětí z obou MŠ mohou souviset s jejich ŠVP, jelikož i tam se našly rozdíly v oblasti pohybových aktivit. Děti se soukromé MŠ se sportovním zaměřením mají větší možnosti pohybu při volné hře i při řízené pohybové činnosti v tělocvičně a mají také větší nabídku pohybových kroužků. Ovšem ani ve veřejné MŠ se pohybové aktivity neopomíjejí a děti mají možnost pohybového rozvoje.

Vedle institucí předškolního vzdělávání pohybové kompetence dětí ovlivňuje i prostředí, kde žijí a především jejich rodina. Podle výzkumů, které jsem zmínila v teoretické části, např. výzkum Mužíka (2010), který měřil počet kroků dětí, se zjistilo, že děti mají vyšší počet kroků v čase mimo MŠ, tedy odpoledne a o víkendech. To ukazuje na 2 věci. MŠ by se měly snažit zvýšit nabídku, podněty a možnosti pohybu, což je často vzhledem k režimu dne a hygienickým podmínkám těžké. Druhou věcí, které z výzkumů vyplývá je, že děti tráví mnoho času i mimo MŠ a záleží na rodičích, jak ho využijí a zda u dětí rozvíjí jejich pohybové schopnosti a dovednosti.

Bohužel jsem si vědoma toho, že můj vzorek testovaných je malý a tak nelze výsledky zobecňovat. Mohou tak pouze ukazovat na určitou tendenci v daném problému. Pro větší zobecnění bylo potřeba testovat více dětí z běžných veřejných MŠ i MŠ se sportovním zaměřením.

13 Závěr

Cílem bakalářské práce bylo porovnat úroveň motorických kompetencí ve dvou rozdílných MŠ pomocí testové baterie MOBAK-KG (veřejné MŠ a MŠ se sportovním zaměřením) a nalézt tak rozdíly mezi úrovní motorických kompetencí u dětí ve věku 5 – 6 let z těchto dvou institucí. V souvislosti s tím měla práce analyzovat ŠVP obou MŠ a najít rozdíly v oblasti pohybových aktivit.

V teoretické části jsem nejprve zkoumala a definovala pohybové schopnosti, dovednosti a kompetence. Nastudovala jsem motorický vývoj dítěte předškolního věku, tedy od 3 do 6 let, abych věděla, jak se dítě vyvíjí a co má v daném období umět. Popsala jsem především na základě Dvořákové (2007) pohybové aktivity v MŠ, co má obsahovat, kolik času je potřeba věnovat spontánním a řízeným pohybovým činnostem. Zároveň jsem zkoumala RVP PV a hledala, jak jsou popsány pohybové schopnosti, dovednosti a kompetence. V souvislosti s tím jsem analyzovala i ŠVP obou MŠ a hledala především to, jak se věnují pohybovému rozvoji dětí. V teoretické části jsem navíc popsala některé výzkumy, které se zabývají předškolními dětmi a zabývala se teorií testování a testovými bateriemi, nejvíce potom testovou baterií MOBAK-KG.

V praktické části jsem si stanovila 4 hypotézy. H1 se vztahovala k analýze ŠVP a cílem bylo nalézt rozdíly mezi ŠVP obou MŠ v oblasti pohybových aktivit. Další hypotézy se vztahovaly k testování pomocí testové baterie MOBAK-KG. H2 a H3 byla domněnka, že děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením budou dosahovat lepších výsledků v kompetenci pohybu s vlastním tělem a v pohybu s pomůckou. H4 potom předpokládala, že děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením budou dosahovat celkově lepších výsledků v úrovni motorických kompetencí. Všechny hypotézy se ve výsledcích potvrdily.

V praktické části jsem podrobně popsala metodu testování pomocí testové baterie MOBAK-KG. Uvedla jsem popis testování jednotlivých dovedností, potřebné pomůcky a způsob hodnocení. Popsala jsem vzorek testovaných, jejich věk a pohlaví. Analyzovala jsem výsledky hodnocení, které jsem přehledně zapsala do tabulky a provedla jsem deskripci. Srovnala jsem nejen celkový výsledek úrovně motorických kompetencí u dětí z rozdílných MŠ, ale zaměřila jsem se i výsledky jednotlivých stanovišť.

Děti ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením dosáhly lepších výsledků v pohybu s vlastním tělem i v pohybu s pomůckou a tedy i celkově. V rámci jednotlivých dovedností byly horší jen ve 2 dovednostech z 8 a to v chytání míče po odrazu o zem a ve

vedení míče nohou. Celý výsledek navíc ovlivňuje fakt, že zkoušená skupina 15 dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením byla v průměru o 4 měsíce mladší (5 let a 4 měsíce) než zkoušená skupina 15 dětí z veřejné MŠ (5 let a 8 měsíců).

Podle analýzy ŠVP v obou MŠ jsem došla k závěru, že ŠVP soukromé MŠ se sportovním zaměřením je více zaměřený na sport a zdravý životní styl, ale ani ŠVP veřejné MŠ na důležitost pohybových činností nezapomíná. Režim dne mají obě MŠ podobný, řízeným pohybovým aktivitám a pobytu venku věnují přibližně stejný časový úsek. V soukromé MŠ mají děti větší nabídku pohybových kroužků (1x týdně jógu, atletiku a tenis, ve veřejné MŠ pouze 1x týdně bruslení) a více pomůcek k pohybovým činnostem ve třídě i v tělocvičně. Ve třídě mají umístěné pohybové prvky, které děti mohou využívat každodenně, spontánně během volné hry. Rozdíly jsou také ve velikosti MŠ a v počtu dětí ve třídě. Soukromá MŠ se sportovním zaměřením má ve třídě jen 15 dětí, což umožňuje individuální přístup a větší možnost nabídky pohybových prvků i během volné hry. Naopak ve třídě veřejné MŠ je kapacita 25 dětí.

Tato práce mě motivovala k dalšímu zkoumání pohybového rozvoje předškolních dětí a ke spolupráci se sportovně zaměřenými MŠ i do budoucna. Důvodem je především potvrzení, že když se v MŠ snaží více zaměřit na pohybový rozvoj, má to své výsledky. I když zkoumaný vzorek byl malý a tak výsledky nelze zobecňovat. Pro diplomovou práci by bylo možné výzkum rozšířit o další sportovně zaměřené a běžné veřejné MŠ a otestovat tak větší vzorek, na jehož základě by se dospělo k obecnějším výsledkům a dalo by se porovnávat více faktorů. Předmětem dalšího zkoumání by mohlo být i to, jak jednotlivé pohybové kompetence skrze pohybové dovednosti trénovat a zlepšovat.

14 Použitá literatura

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 2. vydání. Ilustroval Richard ŠMARDA. Brno: Edika, 2015. Moderní metodika pro rodiče a učitele. ISBN 978-80-266-0658-1.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2007. ISBN 978-80-7290-298-9.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Základní motorika*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, KTV, 2006. ISBN 80-7290-259-8.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Tělesná výchova v rámcovém programu: základní motorika : ke vzdělávání učitelů mateřských škol*. Praha: Univerzita Karlova, 2001. ISBN 80-7290-067-6.

DVOŘÁKOVÁ, Hana a Vendula KOPŘIVOVÁ. *Růst a motorická výkonnost předškolních dětí v roce 2010 a v generačním posunu*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-775-5.

FIALOVÁ, Ludmila. *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1854-8.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2016. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5326-3.

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

MUŽÍK, Vladislav a Petr VLČEK. *Škola a zdraví pro 21. století, 2010: škola, pohyb a zdraví : výzkumné výsledky a projekty*. Brno: Masarykova univerzita ve spolupráci s MSD, 2010. ISBN isbn978-80-210-5371-7.

REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-3006-6.

VETEŠKA, Jaroslav a Michaela TURECKIOVÁ. *Kompetence ve vzdělávání*. Praha: Grada, 2008. Pedagogika (Grada). ISBN isbn978-80-247-1770-8.

VRBAS, Jaroslav. *Škola a zdraví pro 21. století, 2010: zdravotně orientovaná zdatnost dětí mladšího školního věku : analýza vybraných ukazatelů*. Brno: Masarykova univerzita ve spolupráci s MSD, 2010. ISBN isbn978-80-210-5404-2.

14. 1 Elektronické zdroje

GOGOLL André. In *Sportunterricht: Monatsschrift zur Wissenschaft und Praxis des Sports mit Lehrhilfen: Thema: Kompetenzorientierung* [online]. 63. Schorndorf: Hofmann-Verlag, Juni 2014, 163-167 [cit. 2022-04-10]. ISSN 0342-2402. Dostupné z: <https://www.sportfachbuch.de/pdf/archiv/sportunterricht/2014/Sportunterricht-Ausgabe-Juni-2014.pdf#page=5%20kapitola%20Gogoll>

HARTIG, Johannes a Eckhard KLIEME. *Kompetenz und Kompetenzdiagnostik*. In Karl, SCHWEIZER. *Leistung und Leistungsdiagnostik*. Springer, Berlin, Heidelberg, 2016, 127-143 [online]. [cit. 2022-04-10]. ISBN 978-3-540-33020-2. Dostupné z: https://link.springer.com/chapter/10.1007/3-540-33020-8_9

HERRMANN, Christian, Ilaria FERRARI, Marina WÄLTI, Sarah WACKER a Jürgen KÜHNIS. *MOBAK-KG: Basic motor competencies in kindergarten: Test manual* [online]. 3. vydání. Curych, 2020 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: doi:10.5281/zenodo.3774438

SCHEUER, Claude, Sandra HECK, Petr VLČEK, Jaroslav VRBAS a Jana VAŠÍČKOVÁ. *MOBAK - Posuzování a rozvoj základních pohybových kompetencí* [online]. Esch-Alzette: University of Luxembourg, 2021 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: doi:10.5281/zenodo.5494729

SMOLÍKOVÁ, Kateřina. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání* [online]. Praha: MŠMT, 2021. [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/56051/>
WEINER, Franz E. *Concept of competence: A conceptual clarification*. In Dominique S. RYCHEN, Laura H. SALGANIK. Defining and selecting key competencies. *Concept of competence: A conceptual clarification*. [online]. Hogrefe & Huber Publishers, 2001, 45-65 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: <https://psycnet.apa.org/record/2001-05275-003>

14. 2 Odborné články

COOLS, Wouter, Kristine DE MARTELAER, Christiane SAMAEY a Caroline ANDRIES. *Movement Skill Assessment of Typically Developing Preschool Children: A Review of Seven Movement Skill Assessment Tools*. *J Sports Sci Med*. [online]. 2009 Jun 1, 154–168 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761481/>

HERRMANN, Christian, Erin GERLACH a Harald SEELIG. Motorische Basiskompetenzen in der Grundschule. *Sportwiss* [online]. 2016, (46), 60–73 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: [doi:https://doi.org/10.1007/s12662-015-0378-8](https://doi.org/10.1007/s12662-015-0378-8)

HERRMANN, Christian, Harald SEELIG, Ilaria FERRARI a Jürgen KÜHNIS. Basic motor competencies of preschoolers: construct, assessment and determinants. *German Journal of Exercise and Sport Research* [online]. 2019, (49), 179–187 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: [doi:https://doi.org/10.1007/s12662-019-00566-5](https://doi.org/10.1007/s12662-019-00566-5)

QUITÉRIO, Ana, João MARTINS, Marcos ONOFRE a kol. *MOBAK 1 Assessment in Primary Physical Education: Exploring Basic Motor Competences of Portuguese 6-Year-Olds*. *Perceptual and Motor Skills* [online]. December 1, 2018, 125(6), 1055-1069 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: [doi:https://doi.org/10.1177/0031512518804358](https://doi.org/10.1177/0031512518804358)

SCHEUER, Claude, Andreas BUND, Werner BECKER a Christian HERRMANN, KING FAI HUI, Sammy, ed. *Development and validation of a survey instrument for detecting basic motor competencies in elementary school children*. *Cogen Education* [online]. 2017 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: [doi:10.1080/2331186X.2017.1337544](https://doi.org/10.1080/2331186X.2017.1337544)

TRÁVNÍČEK, Marek, Petr VLČEK, Jaroslav VRBAS a Jiří NYKODÝM. *Pilotní ověření testové baterie pohybových dovedností MOBAK jako součást kurikula sportovních her ve školní tělesné výchově*. *Studia sportiva* [online]. Masarykova univerzita, 10/2016(2), 164-176 [cit. 2022-04-10]. Dostupné z: <https://www.cceol.com/search/article-detail?id=776689>

15 Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Instrukce k testování pohybu s vlastním tělem

Tabulka č. 2: Instrukce k testování pohybu s objektem

Tabulka č. 3: Srovnání ŠVP veřejné a soukromé MŠ se sportovním zaměřením

Tabulka č. 4: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením, pohyb s míčem

Tabulka č. 5: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí ze soukromé MŠ se sportovním zaměřením, pohyb s vlastním tělem

Tabulka č. 6: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí z veřejné MŠ, pohyb s míčem

Tabulka č. 7: Výsledky testu motorických kompetencí u dětí z veřejné MŠ, pohyb s vlastním tělem

Tabulka č. 8: Deskripce výsledků testu motorických kompetencí

Tabulka č. 9: Pořadí výkonů testování motorických kompetencí na jednotlivých stanovištích

16 Přílohy

Fotky ze zkušebního dne (Příprava na testování pomocí testové baterie MOBAK-KG),

Zdroj: soukromý archiv

