



Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2012

Šárka Součková

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra Tělesné výchovy



Spontánní pohybové aktivity v MŠ

Spontaneous motor activity in the kindergarten

Autor bakalářské práce: Šárka Součková

Vedoucí bakalářské práce: doc. PhDr. Hana Dvořáková CSc.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Učitelství pro Mateřské školy

Forma studia: prezenční

Bakalářská práce dokončena: červen, 2012

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Spontánní pohybové aktivity v MŠ včetně příloh, vypracovala samostatně pod vedením vedoucího práce s vyznačením všech použitých pramenů.

V Kačici Dne 22.6. 2012

.....

podpis

Děkuji vedoucí mé bakalářské práce doc. PhDr. Haně Dvořákové CSc. za pomoc, spolupráci, připomínky a cenné rady při vedení mé práce. Děkuji za projevenou vstřícnost a trpělivost při konzultacích.

.....

podpis

Anotace bakalářské práce

Pomocí pozorování je v práci analyzována spontánní pohybová aktivita předškolních dětí ve vztahu k podmínkám a podpoře učitelky. Sledování je realizováno ve vybraných lokalitách ve městě a na venkově. Pozorování se zaměřuje na preferenci druhu činností a samostatné nebo skupinové aktivitě dětí. Zjišťuje se, jestli prostředí, prostory a okolí MŠ ovlivňují spontánní pohybové aktivity dětí a jak děti reagují na změnu prostředí a pomůcek. Dále se práce zabývá pozorováním práce učitele a jeho ovlivňování prostředí, pomůcek a aktivit dětí.

Summary

In the thesis the spontaneous motion activity of pre-school children related to conditions and support of teacher is analysed by observation. The observation is realized in chosen places in the city and in the countryside. It is focused on the preference of a type of activity and on singular or collective children activity. It is examined if environment, place and surroundings of kinder-garden has the impact on spontaneous motion activity of children. How children react to a change of environment and teaching aids. It also deals with observing the teacher work and his influence on environment, teaching aids and children activities.

Klíčová slova

Spontánní pohybové aktivity, dítě předškolního věku, režim dne v MŠ, prostředí a pomůcky v MŠ, práce učitele.

Key Words

Spontaneous motor activity, child of preschool age, regime of day in the kindergarten, environment and aids in the kindergarten, work of teacher.

Abstrakt

Cílem bakalářské práce je porovnat, jaké spontánní pohybové aktivity preferují děti z měst a venkova. Dále práce zjišťuje, jak učitelky v MŠ ovlivňují dětské spontánní pohybové aktivity, jaké jsou prostorové a materiální podmínky pozorovaných mateřských škol a jestli ovlivňují spontánní pohyb předškolních dětí. V práci byl proveden experiment, jehož cílem byl pokus o ovlivnění spontánní pohybové aktivity dětí změnou prostředí a nabídnutím pomůcky.

První kapitola teoretické části se zabývá pohybovými aktivitami dětí předškolního věku. Zmiňuje druhy pohybových činností a popisuje motorický vývoj předškolního dítěte. Druhá kapitola popisuje spontánní pohybovou aktivitu dětí předškolního věku a uvádí možnost ovlivnění podmínek pro spontánní pohybové aktivity. Mezi tyto podmínky patří umístění MŠ, vnitřní a vnější prostory MŠ, pomůcky vhodné pro spontánní pohyb a práci učitele. Třetí kapitola teoretické části se zaměřuje na pohyb v režimu dne MŠ.

Praktická část se zabývá pozorováním spontánní pohybové aktivity předškolních dětí ve městě a na venkově. Pozorována je také práce učitele s dětmi při pohybu, ovlivňování prostředí a pomůcek. Dále je analyzováno prostředí MŠ a proveden experiment ovlivňující spontánní pohybové aktivity dětí skrze prostředí a nabídnutí pomůcky.

Závěr práce je věnován porovnání získaných výsledků z pozorování mateřských škol, analýzy prostředí a experimentu. Výsledky jsou zde vyhodnoceny.

Abstract

The aim of this bachelor thesis is to compare the spontaneous motion activity of children from cities and countryside. The thesis also surveys how teachers in kindergartens influence spontaneous motion activities. It also investigates the spatial and material conditions in observed kindergartens and if they influence spontaneous motion activity of pre-school children as well. Part of the thesis is an experiment with aim to influence the spontaneous motion activity with a change of surroundings and offering the tool.

First chapter deals with the motion activity of pre-school kids. It mentions types of motion activities and describes motion development of pre-school kid. Second chapter describes the spontaneous motion activity of pre-school kids and presents the possible influence of conditions for spontaneous motion activity. The conditions can be the location of kindergarten, inner and outer space of kindergarten, tools for spontaneous motion and work of a teacher. Third chapter of theoretic part deals with motion in a daily regime of kindergarten.

Practical part deals with observing the spontaneous motion activity of pre-school kids in the city and countryside. It is also observed work of a teacher with kids in motion, his influence on an environment and tools. It is analyzed environment of kindergarten follows and experiment is performed with aim to influence the spontaneous motion activity with a change of surroundings and offering the tool.

The conclusion of the thesis offers the comparison of gained results of kindergarten observation, analysis of environment and an experiment. The results are here evaluated.

OBSAH

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Pohybové aktivity.....	10
1.1 Pohybové aktivity dětí v předškolním věku.....	10
1.1.1 Potřeba pohybu dítěte předškolního věku.....	10
1.2 Pohybové schopnosti.....	11
1.3 Pohybové dovednosti.....	12
1.3.1 Motorický vývoj pohybových schopností a dovedností v období předš. věku...14	
1.3.2 Základní pohybové dovednosti dítěte předškolního věku.....	15
1.4 Pohybové omezení dětí předškolního věku.....	17
2. Spontánní pohybová aktivita.....	18
2.1 Spontánní pohyb v režimu dne MŠ.....	19
2.2 Podmínky pro spontánní pohybové aktivity.....	21
2.2.1 Umístění MŠ.....	21
2.2.2 Prostředí MŠ.....	22
2.2.3 Prostor MŠ.....	22
2.2.4 Pomůcky v MŠ.....	23
2.2.5 Učitel a jeho schopnosti, práce s dětmi, ovlivnění prostoru a pomůcek.....	23
2.3 Ovlivnění prostoru a pomůcek pro spontánní pohybové aktivity.....	25

II. PRAKTICKÁ ČÁST

3. Cíle výzkumu, hypotézy.....	27
4. Metody výzkumu	28
4.1 Metoda analýzy prostředí.....	28
4.1.1 Analýza prostředí MŠ1.....	29
4.1.2 Analýza prostředí MŠ2.....	30
4.1.3 Analýza prostředí MŠ3.....	31
4.1.4 Analýza prostředí MŠ4.....	31
4.2. Metoda pozorování.....	32
4.2.1 Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ1.....	34

4.2.1.1	Pohybová činnost dětí v době vyhrazené pro spontánní aktivity.....	34
4.2.1.2	Práce učitelky.....	34
4.2.2	Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ2.....	35
4.2.2.1	Pohybové činnosti v době vyhrazené pro spontánní aktivity.....	35
4.2.2.2	Práce učitelky.....	35
4.2.3	Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ3.....	36
4.2.3.1	Pohybové činnosti v době vyhrazené pro spontánní aktivity.....	36
4.2.3.2	Práce učitelky.....	36
4.2.4	Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ 4.....	36
4.2.4.1	Pohybové činnosti v době vyhrazené pro spontánní aktivity.....	37
4.2.4.2	Práce učitelky.....	37
4.3	Metoda experimentu.....	37
4.3.1	Experiment v MŠ1	38
4.3.2	Experiment v MŠ2	39
4.3.3	Experiment v MŠ3	39
4.3.4	Experiment v MŠ4	40
5.	Výsledky.....	41
5.1	Výsledky analýzy prostředí.....	41
5.2.	Výsledky pozorování.....	42
5.2.1	Pozorování v MŠ1	42
5.2.2	Pozorování v MŠ2	43
5.2.3	Pozorování v MŠ3	44
5.2.4	Pozorování v MŠ4.....	45
5.3	Výsledky pozorování práce učitelek.....	46
5.4	Výsledky experimentu.....	47
5.4.1	Obrazce na podlaze.....	47
5.4.2	Nabídnutí pomůcky pro venkovní pohybovou aktivitu- létající talíř.....	47
6.	Srovnání s hypotézami.....	49
6.	Závěry.....	50
7.	Seznam použité literatury	
8.	Seznam příloh	
9.	Přílohy	

Úvod

Pohyb je základním projevem života. Pro dítě předškolního věku hraje velmi důležitou roli a je pro něho životní potřebou. Dítě využívá pohyb k získávání zkušeností, k poznávání a prožívání. Pomocí pohybu získává povědomí o svém okolí a komunikaci s ním. Nejčastějším pohybem dítěte je spontánní pohyb, který je pro něho nejpřirozenější a dítě jej realizuje podle svých potřeb a nálad. V předškolním období se u dítěte rozvíjí mnoho forem spontánních pohybových aktivit, které na dítě působí pozitivně a nijak jej neovlivňují a neomezují. Proto by se v mateřské škole mělo dbát na dostatečné množství spontánních pohybových činností.

Ve své bakalářské práci jsem se zaměřila na pozorování spontánních pohybových aktivit dětí předškolního věku. Jde o děti z různých mateřských škol lišících se lokalitou. Cílem práce je porovnat, jaké spontánní pohybové aktivity preferují děti z města a z venkova. Zjišťovala jsem, jak různá lokalita a podmínky mateřských škol ovlivňují preferenci a realizaci spontánních pohybových aktivit dětí. Z hlediska práce učitele jsem chtěla zjistit, jestli učitelky nabízejí dětem dostatečné množství vhodných pomůcek a využívají připraveného prostředí. Sleduji vhodně připravené a uspořádané prostředí v souladu s vybavením a pomůckami MŠ. Pokusila jsem se také o ovlivnění spontánních pohybových aktivit dětí ve vybraných MŠ změnou prostředí a pomůcek v prostorách školy.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. POHYBOVÉ AKTIVITY

1.1 Pohybové aktivity dětí v předškolním věku

Předškolní období trvá od 3 do 6-7 let. Konec této fáze je určen fyzickým věkem, ale i nástupem do školní docházky. Dítě v tomto věku získává vztah k okolnímu světu a poznává ho prostřednictvím své představivosti za využití fantazijního zpracování informací a intuitivního uvažování. Nic z toho však není prozatím regulováno logikou. Představu si dítě přizpůsobuje svým vlastním možnostem poznání a potřebám. Předškolní věk se také nazývá obdobím iniciativy, kdy má dítě potřebu něco zvládnout, vytvořit a potvrdit si své osobní kvality. (Vágnerová, 2005)

Pro předškolní období je typická velká pohybová potřeba a pestrost pohybových aktivit. Objevuje se schopnost napodobovat starší jedince a poměrně vysoká autorita rodiče a vychovatele. V tomto období se objevuje velký kloubní rozsah, což se projevuje zvýšenou ohebností. (Dylevský, Kálal, Kolář, Kučera, Noble, Otáhal, 1997)

1.1.1 Potřeba pohybu dítěte předškolního věku

Mezi pět základních psychických potřeb, které by měly být naplněny v pravý čas a dostatečné míře, patří podle Matějčka (2005) potřeba přiměřené stimulace, což je dostatek podnětů z vnějšího světa, smysluplný svět, čili potřeba určitého řádu ve věcech a vztazích. Dále potřeba životní jistoty, pozitivní identita neboli vlastní „já“ a potřeba otevřené budoucnosti. Tyto potřeby jsou dětmi naplňovány zejména prostřednictvím pohybu. Potřeba pohybu je jednou ze základních biologických potřeb dítěte.

Podle Matějčka (2005) je pohyb pro dítě předškolního věku biologickou potřebou a je spojen s vývojem tělesným, psychickým a sociálním. Uplatňuje se ve všech oblastech při výchově dítěte. Pravidelnost a pestrost pohybových aktivit v předškolním věku jsou důležité pro zdravý tělesný rozvoj, vytváření kondice, pro ovládnutí a poznávání vlastního těla a získávání životních dovedností a znalostí.

Pohyb je pro dítě zdrojem poznání, komunikace a začlenění do společnosti. Proto hraje v jeho životě důležitou roli a pozitivně ho ovlivňuje. Dítě skrze pohyb poznává okolní svět, získává potřebné zkušenosti, které využívá při svých aktivitách. Například zkoumání různých předmětů, jejich ohmatávání a manipulace s nimi, běhání po prostoru a jeho prozkoumávání nebo lezení po prolézačkách, žebřinách a stromech. Takové aktivity bývají dětmi nejčastěji realizovány spontánně, protože mají děti větší prostor pro individuální zkoumání a osvojování si zkušeností.

Pohybová potřeba je individuální a dána temperamentem dítěte. Rozlišujeme tři typy dětí podle jejich potřeb. Jde o děti hyperaktivní, normoaktivní a hypoaktivní. Jestliže dítě v pohybu neomezujeme, pohybuje se denně v průměru 5-6 hodin a to za větší pohybové intenzity při srdeční frekvenci 160-200 tepů za minutu. (Dvořáková, 1998)

Pohybová aktivita je přirozenou potřebou dítěte a každé dítě má potřebu pohybu rozdílnou. Některé ji mají nižší a to často souvisí s nadváhou nebo s nedostatečným prostorem a časem. Proto je důležité dítěti vytvořit optimální podmínky pro jeho zdravý vývoj, kde by neměla chybět správná vyvážená strava, pravidelný pohyb, dostatek prostoru pro pohyb a poznávání svého okolí.

Naplnění potřeb dítěte záleží také na rodičích. Jejich životní styl a obsah volného času ovlivňuje jejich děti, pro které jsou vzorem. Proto by ve volném čase neměly převažovat pasivní aktivity a rodiče by měli své děti vést ke zdravému životnímu stylu plného pohybu. Dále odpovědnost mateřské školy za naplnění potřeb dětí předškolního věku spočívá v zařazování spontánních a řízených aktivit do pravidelného režimu dne. (Dvořáková, 1998)

1.2 Pohybové schopnosti

„Pohybová schopnost je osobnostní znak. Jde o soubor vnitřních předpokladů k provádění určité pohybové činnosti. “(Dylevský, Kálal, Kolář, Kučera, Noble , Otáhal, 1997, s.116)

Pohybové schopnosti jsou vrozené předpoklady a jsou důležité pro vykonávání všech možných pohybů. Dítě předškolního věku své pohybové schopnosti stále zdokonaluje a to především prostřednictvím spontánních pohybových aktivit během celého dne. Schopnosti lze rozvíjet v závislosti na podmínkách, které je ovlivňují pozitivně, ale i negativně. Mezi základní motorické schopnosti patří schopnosti silové, rychlostní, vytrvalostní, koordinační a pohyblivost. Pohybové schopnosti se dělí na **kondiční**, což jsou schopnosti silové, vytrvalostní, částečně rychlostní, flexibilita a dále **koordinační**, které jsou obratnostního charakteru.

Síla je schopnost svalové kontrakce, při které lze překonat odpor. Silové schopnosti jsou základem všech pohybů a měly by se přiměřeně rozvíjet již v mladším věku, ale je nutné silové zatížení u předškolních dětí omezit a nerozvíjet u nich maximální sílu. Vhodné jsou cviky s vlastním tělem a zapojování co nejvíce svalů najednou.

Rychlost se vyznačuje nejrychlejším provedením pohybu a člení se na schopnost rychlosti reakční, akční a rychlost pohybů cyklických. Dítě předškolního věku by mělo provádět pouze jednoduché rychlostní aktivity a to v rozsahu kratších vzdáleností.

Vytrvalost je schopnost vytrvat v pohybové činnosti poměrně dlouhou dobu bez poklesu intenzity. Děti snášejí vytrvalostní činnosti velmi dobře, pokud jsou pro ně zábavné, intenzitu dlouhodobé zátěže si sami korigují podle své momentální potřeby a činnost je různorodá.

Pohyblivostní schopnosti, které se také nazývají flexibilita, jsou charakteristické rozsahem pohybu v kloubech. Zásadní je stavba kloubů, ale i pružnost svalů a vazů. U dětí nebývá rozsah pohybu v kloubech omezen, ale je možné omezení pohyblivosti v důsledku zkrácení svalů. Ve většině pohybových činnostech se pohybové schopnosti kombinují a vytváří složitější pohybový celek. (Dvořáková, 2007)

1.3 Pohybové dovednosti

„Pohybové dovednosti jsou naučené pohyby, které dítě nebo člověk dokáže prakticky realizovat.“ (Dvořáková, 2007, s.47) Dovednosti jsou učením získané dispozice, které jsou nutné pro správné a rychlé provádění činností. Lze je cvičením a tréninkem zdokonalovat. Pro osvojení pohybových dovedností jsou důležité vrozené předpoklady.

Děti své pohybové dovednosti zdokonalují především spontánními pohybovými aktivitami a to hlavně při pobytu venku, kde mají více možností podnětného, rozmanitého a prostorného prostředí.

Základní pohybové dovednosti rozdělujeme podle charakteru činnosti na **dovednosti nelokomoční, lokomoční a manipulační**. Při nelokomočním pohybu se tělo nepřemísťuje z místa na místo. Jde o pohyby částí těla, jejich změny polohy nebo celého těla na místě. Při lokomočním pohybu dochází k přemísťování těla z místa na místo. Dále manipulační dovednosti se vyznačují ovládnutím předmětů různými částmi těla. Základními pohybovými dovednostmi předškolních dětí jsou **chůze, běh, lezení, skok a manipulace s předměty**. Prostřednictvím těchto základních dovedností poznává člověk své tělo, okolní prostředí, věcný svět a také navazuje sociální kontakty a tím pozitivně přispívá celkovému rozvoji člověka. (Dvořáková, 2007)

Podle Dobrého 1997 rozlišujeme **dovednosti diskrétní, kontinuální, sériové, otevřené, zavřené**. Diskrétní dovednosti jsou krátké, rychlé a nelze poskytnout zpětnou informaci v průběhu činnosti. Využívá se při nich nápodoba a pohyb musíme vnímat jako celek. Kontinuální dovednosti jsou opakující se činnosti, jako chůze, běh, aj. Je možné poskytovat zpětnou informaci v průběhu činnosti a zvládat změny při pohybu. Důležitý je rytmus a plynulost pohybů. Sériové dovednosti jsou spojením diskrétních a kontinuálních dovedností. Je zde možnost členit řetězce činností na části pro nácvik, když je mezi nimi vzájemná souvislost. Otevřené dovednosti se využívají v proměnlivých podmínkách, kdy se musí rychle reagovat na podmínky a vzniklé situace. Proto je důležité učit se vnímat okolní prostředí a nesoustředit se pouze na prováděnou pohybovou dovednost. Zavřené dovednosti probíhají za stále stejných podmínek a je důležité soustředit se na kvalitu provedení pohybu.

Pohyb dětí předškolního věku souvisí s rozvojem jejich schopností, dovedností a získáváním životních kompetencí. Jedná se o poznávací funkce, rozšiřování poznatků, zkušeností a rozvoj v oblasti psychické a sociální.

1.3.1 Motorický vývoj pohybových schopností a dovedností v období předškolního věku

TŘETÍ ROK ŽIVOTA

Ve třech letech se u dítěte zdokonaluje chůze a souhyby horních končetin jsou již zkoordinované. Dítě zvládá stoj na jedné noze s dostatečnou dynamickou silou svalstva nohou pro odraz, letovou a švihovou fázi při běhu. Dochází ke kvalitativní změně lokomoce- běh. Chlapci zvládají běh mezi 2,5 lety až 3 roky a 3 měsíci. Dívky zvládají běh o něco později, asi tak kolem 3. roku. Chůze do schodů s přísunem a držením se opory. Dítě se dokáže odrazit snožmo a přeskocit nízkou překážku. (Dvořáková, 2007) Začátek jízdy na odrážedle nebo tříkolce. Jemná motorika se zdokonaluje a dokáže uchopovat předměty a manipulovat s nimi. Hod spodním obloukem Dále se v tomto věku tvoří základ silových schopností. Dítě je schopno napodobovat pohyb, ale s částečnými chybami. (Havlíčková, 1998)

ČTVRTÝ A PÁTÝ ROK ŽIVOTA

V tomto věku dochází ke zdokonalování běhu. Letová fáze těsně koreluje s tělesnou výškou. Relativně přesné napodobení pohybů. Rozvoj schopnosti odrazit se při skoku jednou nohou nebo snožmo. Dítě zvládne provést kotoul vpřed. Chůze po schodech je jistější, střídání nohou, bez opory. Přidává se lezení po žebříku, kde dochází k souhře paží a nohou. Vyhranění lateralitu. Jízda na koloběžce, kole, bruslích. Hod bočním obloukem a kolem 5 let hod horním obloukem. (Havlíčková, 1998, Dvořáková, 2007)

ŠESTÝ ROK ŽIVOTA

Dítě je v tomto věku velmi pohyblivé. Pohyby jsou zkoordinované a hrubá motorika je kvalitní. Běh je stabilizován, letová fáze se prodlužuje a dochází ke koordinaci pohybu paží a kroků. Schopnost přeskocit překážku s rozběhem a odrazem jedné nohy.

Při manipulaci s předměty je dítě zručné. Dokáže chytit míč a odhodit ho horním obloukem. Toto období je optimální pro zvládnutí základů pohybových programů sportovních aktivit. (Dvořáková, 2007, Havlíčková, 1997)

V předškolním věku dochází k výraznému růstovému spurtu, tj. růstová akcelerace, kdy dochází ke změnám proporcí těla. Děti mají delší končetiny a zmenšují se proporce hlavy a trupu ve vztahu k celé postavě. To ovlivňuje koordinaci pohybů a svalovou ochablost. (Dvořáková, 2007)

Děti by měly v průběhu předškolní výchovy a vzdělávání získávat různé kompetence, které obsahují oblasti pohybových dovedností, tělesné zdatnosti, kognitivní a afektivní. Mezi pohybové dovednosti patří zvládnutí základních lokomočních, nelokomočních a manipulačních dovedností.

1.3.2 Základní pohybové dovednosti dítěte předškolního věku

(převzato od Dvořákové, 2002)

„Lokomoční

- pohybování se různými způsoby v prostoru všemi směry
- pohyb s překonáním překážky
- pohybování se změnami poloh těla a s pohybem částí těla
- různé druhy skoků a poskoků ve všech směrech, v kombinaci a přes překážku
- pohyb s partnerem, ve skupině (vzájemná spolupráce při pohybu)
- lokomoce podřízená rytmu, hudbě
- Pohybování se v prostoru v různém prostředí (sníh, voda, písek...)

Nelokomoční

- zaujmout různé polohy těla (znát názvy částí těla, základních poloh a pohybů)
- pohyb částmi těla v různých podmínkách a s pomůckou
- pohybování se kolem os svého těla (kotouly, převaly, obraty)
- podřídít pohyb částí těla hudbě

Manipulační

- manipulace s různými předměty částmi těla (nosit, zvedat, házet, kutálet, kopat...)
- spolupráce při manipulaci s předmětem
- přizpůsobit pohyb předmětu, se kterým manipuluje
- využití pomůcky k pohybu v různém prostředí (kolo, tříkolka, lyže, brusle, saně, plovací pomůcky...)

Tělesná zdatnost dítěte předškolního věku- kompetence

- dlouhodobější pohyb s jednoduchými lokomočními pohyby
- zvládnutí přiměřené fyziologické zátěže
- schopnost zpevnit a uvolnit své tělo
- protahování podle návodu

Kognitivní a afektivní oblast dítěte předškolního věku- kompetence

- znalost částí těla a umět je pojmenovat
- znát směry vzhledem ke svému tělu (vpravo, vlevo, nahoře, dole, za, před)

- dodržování pravidel
- spolupráce při hře a činnosti, respektování ostatních
- nebát se v různém prostředí
- vyjádřit svůj názor
- radost z pohybu .“ (Dvořáková, 2002, s.18)

Činnosti odpovídající věku předškolního dítěte, ovlivňují tělesný a pohybový rozvoj. Tyto činnosti vedou k osvojení základů kompetencí zasahujících i další stránky osobnosti dítěte.

Dvořáková 1998 uvádí, že pozitivním působením pohybových aktivit dětí lze naplnit cíl tělesné výchovy v mateřské škole, což je uspokojení potřeb dítěte v oblasti motorické, emocionální a sociální.

1.4 Pohybové omezení dětí předškolního věku

Než s dětmi začneme realizovat jakoukoli pohybovou aktivitu, musíme si uvědomit, jaké mohou provozovat pohyby vzhledem k věku a nedokončenému vývoji a v žádném případě je nesmíme k ničemu nutit a něco jim přikazovat. Nesmíme opomíjet jejich pohybové potřeby a snažit se respektovat jejich vývojovou fázi, ve které se právě nacházejí a zajistit, aby v průběhu celé pohybové aktivity bylo dbáno na bezpečnost.

Existují rizika, která mohou dítě negativně ovlivnit a také mu ublížit. Mezi některá rizika patří například nedokončená osifikace kostí, křehkost krční páteře a nedokončený kloubní vývoj, což omezuje dětskou zátěž. Proto by se děti neměly jednostranně zatěžovat, při pohybech nezvětšovat kloubní rozsah nad fyziologickou mez, nesetrvávat dlouhodobě v polohách a nezvedat těžší břemena.

Nevhodné cviky pro děti do 6 let: visy, vzpory prosté, hluboké záklony, kroužení trupem, široké stoje rozkročné, doskoky na tvrdou podložku, kotoul vzad, přetahy a přetlaky a nošení těžších břemen nad 2Kg. (Dvořáková, 2007)

2. SPONTÁNNÍ POHYBOVÁ AKTIVITA

„ Spontánní pohybová aktivita je zaměřený pohyb, který dítě realizuje samostatně podle svých potřeb a představ.“ (Dvořáková, 1998, s.13)

Jde o zajímavé a smysluplné činnosti vřazené do režimu dne, které jsou uskutečňovány podle aktuální nálady a potřeby dítěte. Spontánní pohybové aktivity se vyznačují samostatností a vlastním rozhodováním dětí při výběru a realizaci jejich činností. Měla by převažovat volnost a svoboda. Dítě by mělo mít prostor pro realizaci sebe sama. Není vhodné neustálé řízení a omezování aktivit dětí. Musíme respektovat individuální potřeby a momentální zájem dítěte. Pohybové aktivity dětí v denním režimu by měly být pestré a vhodně propojené spontánní a řízené aktivity, které na sebe navazují. Spontánní pohybové činnosti mohou mít charakter individuální, skupinový nebo hromadný. Obsahem spontánního pohybu jsou zejména různorodé dynamické činnosti, které se střídají s činnostmi klidovými.

U dítěte předškolního věku se rozvíjí mnoho forem spontánních pohybových aktivit, jejichž pestrost se odráží od mentálního vývoje. Spontánní pohyb má větší efekt na tělesný rozvoj dítěte, protože bývá náročnější a intenzivnější. Proto vede spíše ke zvyšování funkčních kapacit jednotlivých tělesných systémů. (Havlíčková, 1998)

Intenzita spontánní pohybové činnosti dětí předškolního věku je vysoká. Podle šetření Kučery (1984) se denně spontánně pohybují v průměru 5-6 hodin, pokud nejsou ve svých aktivitách omezováni. Spontánní pohyb je pro ně velice důležitý a hlavně přirozený. Podněcuje dětské poznávání okolního světa, začleňování se do kolektivu vrstevníků, starších dětí i dospělých, získávání zkušeností potřebných pro smysluplný a rozmanitý život.

Možnosti spontánních aktivit umožňují uspokojovat individuální potřeby dětí, proto ve výchově předškolních dětí by měly být zajišťovány optimální podmínky pro spontánní pohybové aktivity se širokým výběrem pohybových dovedností. To vše za dostatečného prostoru, času a podmínek, které souvisí s motorickým a fyziologickým vývojem dítěte. Je nutné tyto pohybové aktivity podněcovat a ovlivňovat vhodnou organizací, nabízením různých pomůcek, dopomocí a poskytováním zpětné informace dětem. (Dvořáková, 2002)

Spontánní pohybová aktivita dává dítěti možnost naplňovat jeho potřeby. Pohyb je jednou z hlavních potřeb dítěte a skrze něj dítě poznává své okolí a získává potřebné zkušenosti. Proto je důležité dítěti poskytovat dostatečný prostor, podmínky a volný čas nejen pro jeho pohybové aktivity.

2.1 Spontánní pohyb v režimu dne mš

„Mateřská škola vytváří podmínky pro každodenní pravidelné, soustavné a opakující se pohybové činnosti a tím zabezpečuje:

- a) získávání a zdokonalování pohybových dovedností nelokomoční, lokomoční a manipulačních,
- b) tělesné posilování svalové a aerobní,
- c) rozvoj pozitivních hodnot ve vztahu k pohybovým aktivitám a zdravému životnímu stylu,
- d) posílení samostatnosti, schopnosti rozhodovat se. “ (Dvořáková, 2002, s. 80)

Pohyb v režimu dne MŠ je neoddělitelnou součástí a v průběhu dne se objevuje jako řízené pohybové celky, pohybové chvílky, tělovýchovné jednotky a spontánní pohybové činnosti v interiéru mateřské školy a venku. Nejčastěji jsou dětmi realizovány spontánní pohybové aktivity jako volná neřízená činnost, která je zvolena podle jejich aktuální potřeby bez omezování a ovlivnění. Řízené aktivity závisí především na učiteli a jeho

osobnosti. Ten určuje obsah a rozsah pohybové jednotky. Měl by se však řídit koncepcí školy.

V režimu dne by neměl chybět pravidelně se opakující organizační rámec dne, který je důležitý pro dětskou orientaci a jistotu. Krátké řízené celky a spontánní pohyb by měly být dětem umožněny podle potřeb několikrát denně v souvislosti s různými činnostmi. (Dvořáková, 2002)

Vzhledem k tomu, že je dítě předškolního věku neustále v pohybu, ale pozornost jedné aktivity dokáže udržet maximálně 20 minut, musí být aktivity v režimu dne vhodně zvolené a uspořádané. Nejvhodnější je zařazovat více krátkodobých činností, aby se děti dokázaly soustředit, nenudily se, prováděly pohybové aktivity správně a měly radost z pohybu.

Při uspořádání dne v mateřské škole musíme respektovat právo na vlastní spontánní aktivity dítěte a využití vzniklých situací v průběhu dne. Měly by převažovat volné činnosti, kde jsou důležité podněty a nabídka.

Dítě by mělo mít každý den k dispozici podle Dvořákové 2002:

- prostor a pomůcky,
- bezpečné a estetické prostředí,
- pravidelné intenzivnější aktivity pro zlepšení zdatnosti,
- řízené pohybové činnosti,
- individuálně přiměřené pohybové aktivity,
- pozitivní vztah dospělých k pohybovým aktivitám dětí,
- smysluplná pravidla,
- různé možnosti řešení,
- příležitost k experimentování,

- pozitivní přijetí a ocenění,
- spolupráce a komunikace s ostatními

Faktorem ovlivňujícím úroveň pohybových aktivit dětí v režimu dne mateřské školy je v hlavní řadě postoj a osobnost učitele, dále prostor a vybavení. Nejdůležitější je však učitel, který má zásadní vliv na uspořádání prostoru a pomůcek v prostorách MŠ, kde se dítě pohybuje.

2.2 Podmínky pro spontánní pohybové aktivity

Mateřská škola by měla vytvářet podmínky pro každodenní, pravidelné, soustavně se opakující pohybové činnosti. Zajistí se tím stálé získávání a zdokonalování pohybových dovedností. Nejdůležitějšími podmínkami pro spontánní pohybové aktivity je potřeba vhodného připraveného prostředí, prostoru školy a jejího okolí. Důležitá je vybavenost MŠ pomůckami, jejich vhodné použití a uspořádání. Dále se na podmínkách pro spontánní pohybové aktivity podílí osobnost a tvořivost učitele.

2.2.1 Umístění MŠ

Každá škola je svým umístěním typická a má různé možnosti pro pohybové činnosti. V každé lokalitě jsou nějaké klady a zápory, které mohou ovlivňovat pohybovou aktivitu dětí. Školy v centru města, kde chybí prostor pro rozlehlé zahrady, se snaží zaměřit na vybavení vnitřních prostor a popřípadě zařízení malého venkovního hřiště. Školy na venkově bývají obklopeny přírodním prostředím. V okolí mohou být lesy, pole, louky, rybníky a jezera. Je tu tedy možnost využívat přírodní prostředí k pohybovým aktivitám, kde lze využívat různorodost přírodních ploch a materiálů. Mateřské školy s rozlehlými zahradami mohou své prostory členitě a různorodě vybavit nápaditými prolézačkami, hrady, cestou pro kola a koloběžky a také nerovným rozmanitým terénem (pískoviště, kameniště, travnaté plochy, dřevěné klády, vodní plochy...). (Dvořáková,2002) Umístění mateřské školy může mít vliv na podmínky prostorové, materiální, organizační a personální, na veškeré dětské aktivity v interiéru

i v exteriéru MŠ a také na docházku dětí do MŠ z důvodu dostupnosti a dopravních podmínek v okolí.

2.2.2 Prostředí MŠ

Vágnerová 2005 uvádí, že prostředí, které dítě obklopuje a v němž vyrůstá, významně ovlivňuje jeho vývoj. Důležité je fyzické prostředí, v němž dítě žije, poskytuje mu stabilitu, jistotu a strukturovanost. Materiální prostředí ovlivňuje zejména kognitivní vývoj. Sociokulturní prostředí přispívá k rozvoji specificky lidských projevů, např. verbální komunikace.

Prostředí je zdrojem rozvoje poznání. Jde o vše, co dítě obklopuje, s čím manipuluje a přichází bezprostředně do styku. Jsou to předměty, které ho obklopují a používá je, prostor ve kterém se nachází a získává z něj smyslové zkušenosti. Proto by mělo být dítě obklopeno podnětně připraveným a uspořádaným prostředím se spoustou vhodných pomůcek, které mohou pozitivně ovlivňovat dětskou pohybovou aktivitu.

2.2.3 Prostor MŠ

Pohyb, který pozitivně ovlivňuje dětský rozvoj a uspokojuje potřebu pohybu, by měl být realizován ve vhodně uspořádaném podnětném prostředí, ve kterém se dítě snadno orientuje. Prostor musí být hlavně dostatečně velký a vhodně uspořádaný. Čím je prostor větší, tím má dítě větší možnost intenzivněji se pohybovat, provádět množství spontánních pohybových aktivit a realizovat různé pohybové hry samostatně nebo ve skupině. Uspořádání prostoru třídy ovlivňuje především učitel. Prostor musí být bezpečný s dostatkem potřebných podnětů, které podporují dětskou pohybovou aktivitu. Vhodné uspořádání je důležité pro orientaci a snadný pohyb dítěte po prostoru třídy. Je důležité dítěti každý den poskytnout dostatečný prostor pro spontánní pohyb. V prostorách třídy a okolních místnostech by měly být k dispozici pomůcky, které by měly být volně k použití, ale měli bychom si spolu s dětmi stanovit pravidla pro jejich používání, aby nedošlo k úrazu nebo nějakému konfliktu.

2.2.4 Pomůcky v MŠ

Pomůcky pro pohybovou aktivitu mohou mít různé využití, tvar a velikost. Jedná se o pomůcky, které lze vhodně využít při pohybu. Proto by neměly být příliš objemné, těžké a složitě členěné, aby s nimi děti neměly problém se pohybovat. Manipulace s nimi by měla být bezpečná a jednoduchá. Všechny volně přístupné pomůcky by měly mít své místo v prostoru MŠ, které je snadno dostupné i pro nejmenší děti. Nejvhodnější jsou police, otevřené skříně, kontejnery a věšáky. Množství pomůcek by mělo odpovídat počtu dětí ve třídě.

Dále je důležitá vhodnost pomůcek pro určitou věkovou skupinu. Například pomůcky pro děti do 3 let by neměly obsahovat malé části, které by mohly děti spolknout, ostré hroty, kde hrozí poranění, vhodná velikost pomůcky pro snadnou manipulaci a vůbec vhodnost pomůcky z hlediska pohybového využití, aby dítě bylo schopno provést pohyb, pro který je pomůcka vytvořena. Tvar, velikost a materiál pomůcky musí být přizpůsoben věku a rozměrům dítěte.

Pomůcky vhodné pro pohyb uvnitř jsou míče, létající talíře, švihadla, lana, gumy, žíněnky, lavičky, žebřiny, šlapadla, látkové tunely aj. Pro aktivity ve venkovním prostředí lze využít kola, tříkolky, odrážedla, koloběžky, prolézačky, překážky aj. Můžeme použít také obyčejné předměty, které jsou k dispozici v každé domácnosti, jako houbičky na nádobí, noviny, papírové ruličky, plastové lahve atd. Některé pomůcky lze vyrobit s dětmi a pak je použít při pohybové aktivitě.

2.2.5 Učitel a jeho schopnosti, práce s dětmi, ovlivnění prostoru a pomůcek

Učitel v mateřské škole musí mít velmi dobré pedagogické vlastnosti, které jsou důležité pro práci s mladší věkovou skupinou, protože právě v předškolním věku, lze nejvíce ovlivnit osobnost dítěte a pozitivně přispívat k vznikajícím základním hodnotovým systémům a normám. V této době jsou budovány základy, na kterých se bude v budoucnu na vyšších stupních stavět. Učitel v mateřské škole musí umět dobře komunikovat s dětmi přiměřeně jejich věku. Potřebné vědomosti a dovednosti dětem zprostředkovává pomocí smysluplných her. (Dvořáková, 2007)

Typ učitele podle stylu řízení:

Autoritativní učitel upřednostňuje kázeň a nepříliš respektuje děti a jejich činnosti. **Demokratický** učitel zdůrazňuje pravidla, s dětmi komunikuje a respektuje děti, jejich činnosti a **Liberální** učitel děti nijak neovlivňuje, převládá u něj chaos v činnostech a žádné dodržování pravidel.

Schopnosti učitele v oblasti TV:

Učitel by měl být vybaven praktickými pohybovými dovednostmi, aby mohl své dovednosti zprostředkovávat dětem. Dále jsou důležité odborné znalosti týkající se osobnosti dítěte a v neposlední řadě odborné znalosti a dovednosti tělesné výchovy. (Dvořáková, 2007)

Učitel specificky působí na dítě a vzniká mezi nimi sociální vztah, který vyplívá z jejich sociálních rolí. Dítě je objektem, na který učitel pozitivně působí a ovlivňuje ho. (Dobry,1975) Osobnostní vlastnosti učitele se uplatňují také v době volných aktivit. Svou empatií musí být schopen reagovat na potřeby dětí a být jim oporou. Umožnit dětem svobodu v jednání, experimentování, řešení situací a rozvíjet tím jejich samostatnost. Dále přirozeně důvěřovat potencialitám dítěte, být trpělivý při práci a jednání s dětmi. (Kořátková, 2005) Umět pracovat s jednotlivci i se skupinou, brát všechny děti stejně a nedělat mezi nimi žádné rozdíly. Není vhodné manipulovat s dětmi nebo je nějak omezovat. Musíme jim ponechat volný prostor pro uspokojení jejich potřeb.

Úkolem učitele je vytvářet podmínky, bezpečný prostor, výběr vhodných hraček, pomůcek a materiálů, které motivují a stimulují ke hrám a různým činnostem. Učitel by měl být schopen připravovat a nabízet vhodný materiál a podněty navozující spontánní hru. (Kořátková, 2005) Děti mají mít volnost a svobodu při svých spontánních činnostech a učitel by je neměl ovlivňovat a manipulovat s nimi. Měl by z pozadí nezáčastně sledovat, jak děti využívají čas a prostor pro spontánní aktivity.

Spontánní pohybovou aktivitu lze dětem navodit pomocí uspořádaného prostoru, nabídnutím nových a rozmanitých pomůcek nebo vnitřní motivací. To vše je úkolem učitele a záleží na tom, jak se svého úkolu zhostí a dokáže dětem zprostředkovat co nejvíce informací a podnětů z okolního světa nejen skrze pohyb.

2.3 Ovlivnění prostoru a pomůcek pro spontánní pohybové aktivity

Pro spontánní pohybové aktivity je důležité vhodně připravené a přehledně uspořádané prostředí, aby se v něm dítě mohlo bez problému pohybovat a orientovat. Děti potřebují dostatečnou stimulaci okolního prostředí pro realizaci svých spontánních aktivit. Poskytnutím prostoru a pomůcek se vytváří podmínky pro pohybové činnosti, které lze měnit podle potřeb, dovedností a pokroků dětí. Když dětem umožníme pohyb ve větším a členitějším prostoru, budou se v něm pohybovat intenzivněji a bude se zvyšovat jejich zdatnost. Nabídnutím pomůcek se zas mění náročnost pohybových dovedností. Zde je důležité v nabídce skryté řízení učitele. Manipulace s novou pomůckou nebo pohyb na novém nářadí, vyžaduje učitelovu radu a pomoc. Učitel může dětem nabídnout podnět ke spontánní hře a pohybové činnosti, ale nikoho k tomu nenutí. (Dvořáková, 2002) Nabídky pohybových činností vycházejí z různých situací, kdy děti například neví s čím si hrát, co dělat nebo když zlobí. Tímto způsobem může učitel děti zaujmout a zabavit je, ale nenutí je nabídku přijmout, zúčastní se jen ten, kdo chce.

Ovlivněním prostředí, ve kterém se děti každý den pohybují, lze obohatit dětské pohybové aktivity a jejich volbu. Děti rády přivítají každý nový podnět, který může změnit a zpestřit jejich pohybovou aktivitu v průběhu dne.

Jsou různé možnosti, jak ovlivnit spontánní pohybové aktivity, pozitivně tím přispívat dětskému rozvoji a snažit se uspokojit jejich potřeby. Nejčastěji se využívají různé pomůcky pro pohybovou aktivitu. Například míče, létající talíře, švihadla, lana, gumy, žíněny a různé podložky, kroužky...atd. a pro venkovní aktivity kola, tříkolky, odrážedla, koloběžky, prolézačky, překážky...atd. Nemusí to však být pouze drahé pomůcky, ale jsou vhodné i potřeby běžné v každodenním životě, jako houbičky na nádobí, drátěnky, ruličky od papíru, noviny, pet lahve...atd. Děti budou vděční za cokoli

nového, co se jim nabídne a je jedno jestli jim poskytneme drahý míč nebo úplně obyčejnou houbičku na nadobí.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

3. CÍLE VÝZKUMU

Cílem práce je porovnat, jaké spontánní pohybové aktivity preferují děti z města a z venkova, tedy jak různá lokalita a podmínky mateřských škol ovlivňují preferenci a realizaci spontánních pohybových aktivit dětí.

Cílem praktické části práce je:

DÍLČÍ CÍLE:

1. Dozvědět se, jaké jsou prostorové a materiální podmínky pozorovaných mateřských škol a jestli ovlivňují spontánní pohybové aktivity předškolních dětí.
2. Porovnat, jaké spontánní pohybové aktivity preferují děti z měst a z venkova.
3. Zjistit, jak učitelky v MŠ ovlivňují dětské spontánní pohybové aktivity.
4. Pokusit se ovlivnit spontánní pohybovou aktivitu dětí v pozorovaných mateřských školách změnou prostředí a nabídnutím pomůcky.

HYPOTÉZY

1. Domnívám se, že v mateřských školách na venkově a ve městě bude rozdílný prostor a materiální podmínky pro spontánní pohybové aktivity. Venkovské MŠ budou mít větší a pestřejší prostor mimo školu, zatímco městské MŠ budou mít lépe vybaveny vnitřní prostory.
2. Myslím, že děti z měst budou ve svých spontánních pohybových aktivitách využívat pomůcky a jejich pohyb bude nenáročný na prostor. Děti z venkova budou preferovat pohybové aktivity náročnější na prostor, zejména mimo vnitřní prostory školy.

3. Myslím, že učitelky v pozorovaných mateřských školách budou dětem poskytovat pomůcky pro spontánní pohybovou aktivitu a ovlivňovat vnitřní i venkovní prostor. Učitelky nebudou omezovat spontánní pohyb dětí nedostatečnou možností k pohybu.
4. Předpokládám, že ovlivněním spontánních pohybových aktivit přispějí k obohacení dětského pohybu a volné chvíle. Pokud budou dětem nabídnuty pomůcky a ovlivněno prostředí, ve kterém se pohybují, jejich pohybová aktivita vzroste.

4. METODY VÝZKUMU

Pro ověření hypotéz, jsem nejprve zvolila metodou analýzy prostředí pozorovaných mateřských škol, kde jsem zjišťovala, jaké jsou prostorové a materiální podmínky. Dále jsem využila metodu pozorování, které probíhalo formou každodenního pozorování po dobu 1 týdne (5dnů) ve vybraných mateřských školách podle lokalit umístění. Měla jsem předem připravený pozorovací arch a určitá kritéria pozorování. Pomocí této metody jsem porovnávala preferenci pohybových činností dětí předškolního věku z města a venkova a práci učitelek při pohybu dětí. Jako poslední metodu jsem použila metodu experimentu, kde jsem se pokoušela o ovlivnění spontánní pohybové aktivity předškolních dětí za pomoci změny prostředí a nabídnutím pomůcky.

4.1 METODA ANALÝZY PROSTŘEDÍ

Analyzovala jsem prostředí ve vybraných mateřských školách a chtěla se dozvědět, jaké jsou prostorové a materiální podmínky škol. Sledovala jsem, jak působí na spontánní pohybové aktivity umístění a okolí mateřské školy, jaké jsou prostory školy a jaké pohybové pomůcky má škola k dispozici. Vše jsem zapisovala do připravených pozorovacích archů, porovnávala výsledky mateřských škol a výsledky analýzy prostředí jsem zpracovala v kapitole výsledky.

4.1.1 Analýza prostředí MŠ1

Analyzovala jsem prostředí ve čtyřech vybraných mateřských školách v období od měsíce března do června, 2012. V každé mateřské škole jsem analyzovala prostředí a vybavenost pomůckami v rozsahu 2 dní. Získané informace jsem zapisovala do připravených pozorovacích archů.

Umístění MŠ

MŠ1 je umístěna na kraji města a je obklopena panelovými domy. V okolí je louka, které však není vhodné pro dětský pohyb- neudržováno. Nedaleko je les, kam často chodí na procházky.

Prostory MŠ

Vnitřní prostory školy jsou rozlehlé a zajímavě členěné. Každá třída má svou uzavřenou šatnu, která není součástí třídy. Třída je složená z herny, pracovní části se stoly a židlemi a ze zájmových koutků, jako je kuchyňka a dílna. Nechybí kabinet pomůcek, který je dětem volně přístupný a pomůcky si mohou kdykoli sami vzít. Zahradka školy není příliš velká, ale je vybavena novými prolézačkami, kladinou, pískovištěm a houpačkami. Chybí terén pro jízdu na kole, koloběžce atd.

Pohybové pomůcky

MŠ1 je velice dobře vybavena pohybovými pomůckami. V herně je umístěn stojan s různými pohybovými pomůckami, které jsou pro děti volně k dispozici a jsou pro ně bez problému dostupné. Jedná se o různé druhy míčů, drátěnky, obruče, kroužky, podložky a žíněnky, branky, sítě s míčkem, praporky, overbaly, gymply, pichlavé kroužky, dětské činky, florbalové hokejky, švihadla, lana, koberec s panákem, lavičky, švédská bedna, žebřiny, žebříky, prolézačky připevněné u zdi, basketbalový koš, trampolína, látkový tunel, strachový pytel, padák, rakety, kriketové pomůcky, jezdící plošinka, skluzavka. Na zahradě MŠ jsou k dispozici také venkovní pomůcky, jako kladina, branky, rakety, míče, provazové žebříky, saně.

Ovlivnění spontánních pohybových aktivit

Podmínky MŠ1 ovlivňují dětskou spontánní pohybovou aktivitu zejména výbornou vybaveností pohybovými pomůckami a jejich volnou každodenní dostupností pro děti. Příznivě také přispívá vhodně uspořádaný prostorem uvnitř i na zahradě.

4.1.2 Analýza prostředí MŠ2

Umístění MŠ

MŠ2 je umístěna v centru města a je obklopena panelovými domy, hlavní silnicí a obchodním centrem. Okolí je tedy velmi rušné. Les nebo jakýkoli přírodní terén je od MŠ velmi vzdálen nebo je obklopen silniční komunikací, což není pro děti vyhovující.

Prostory MŠ

Všechny prostory MŠ jsou velmi rozlehlé až obrovské. Mnoho prostoru a možností k pohybu uvnitř i venku. Kabinet s pomůckami není příliš vybaven a není pro děti přístupný. Ve třídě je oddělená ložnice pro děti a velká šatna spojená se třídou. Nechybí množství pracovních koutků. Zahrada MŠ je rozlehlá a má rozmanitý terén. Možnost jízdy na kole, koloběžce ... Množství prolézaček, houpaček, pískovišť.

Pohybové pomůcky

Pomůcky pro pohybové činnosti jsou staré a není jich mnoho. Obruče, branky a hokejky, žebřiny, malá lavička, plastové rakety, tenisové míčky, kuželky, bazén s míčky, látkový tunel, karimatky. Na zahradě v altánu míče, podložky, rakety a trampolína. Možnost k jízdě na kole, koloběžce ...

Ovlivnění spontánních pohybových aktivit dětí

Ovlivnění spontánní pohybové aktivity dětí především skrze velký prostor v celé MŠ. Pomůcky pro spontánní pohybovou aktivitu jsou nevhodné nebo úplně chybí a nejsou pro děti volně k dispozici.

4.1.3 Analýza prostředí MŠ3

Umístění MŠ

MŠ3 je umístěna uprostřed vesnice a je obklopena rodinnými domy. V okolí je pole, les a louka, kam učitelky s dětmi často dochází.

Prostory MŠ

Méně rozlehlé propojené třídy mají společnou velkou hernu. Vnitřní prostory nejsou příliš vhodné pro pohybové činnosti. Šatna je společná pro dvě třídy a jedna je samostatná. Kabinet s nevyhovujícími pomůckami pro všechny třídy dohromady. Nově vybavená zahrada prolézačkami, houpačkami, skluzavkou, pískovištěm a altány. Zahrada je členitá a rozlehlá.

Pohybové pomůcky

Malé množství pomůcek a některé jsou nevyhovující a nebezpečné. Převládají starší rozbité pomůcky. Jsou to molitany, překážky, kroužky, švihadla, lavička, malé míče, pichlavé míčky, padák. Pomůcky nejsou pro děti dostupné, jsou zamčené v kabinetu a na vysokých policích. Ve třídě k dispozici drátěnky s košem na házení. Na zahradě skákací pytle, rakety a míče. Chybí možnost k jízdě na kole, koloběžce ...

Ovlivnění spontánních pohybových aktivit

Spontánní pohybové aktivity nejsou příliš ovlivňovány pomůckami ani prostorem uvnitř MŠ, ale zejména venkovním prostředím zahrady a okolním přírodním prostředím, které má MŠ v okolí k dispozici.

4.1.4 Analýza prostředí MŠ4

Umístění MŠ

MŠ4 je umístěna na kraji vesnice a je obklopena lesem, polem, loukou a vodní plochou. V okolí není žádná hlavní silniční komunikace. Prostředí, kde je MŠ umístěna je velmi klidné.

Prostory MŠ

MŠ má dvě třídy a každá má svou hernu a pracovní část se stoly a židlemi. Nechybí zájmové koutky. Prostor třídy je rozlehlý. Společná šatna je spojená se třídami. Kabinet s pomůcky je dostupný dětem a je vybaven množstvím polic, které jsou dostupné pro děti. Zahrada je velká s rozmanitým terénem. Na zahradu navazuje les. Starší prolézačky před rekonstrukcí.

Pohybové pomůcky

Vybaveno staršími pomůckami, ale v dobrém stavu. Lavička a žebřiny v herně. Ostatní pomůcky v kabinetě. Žíněny, podložky, koberečky, molitanové překážky, štafetové kolíky, míče a míčky, obruče, kroužky, lana, švihadla, látkový tunel, strachový pytel, kuželky, rakety, tenisáky, skákací míče.

Ovlivnění spontánních pohybových aktivit

Pomůcky jsou volně k dispozici a tím je ovlivněná spontánní pohybová činnost dětí. Dále je významné okolní přírodní prostředí, které navozuje spontánní pohyb.

4.2 METODA POZOROVÁNÍ

Dále jsem pomocí pozorování zjišťovala preferenci spontánní pohybové činnosti předškolních dětí ve městě a na venkově. Pozorování probíhalo ve čtyřech vybraných mateřských školách. Jednalo se o dvě městské a dvě venkovské mateřské školy. Pozorováním jsem zjišťovala, jaké pohybové aktivity si děti volí a jak je realizují v době, která je vyhrazená v režimu dne pro spontánní činnosti. Pozorovala jsem také práci učitelek a zjišťovala, jak ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu dětí připraveným prostředím a nabídnutím pomůcek. Pozorování jsem zapisovala do připravených pozorovacích archů a výsledky pozorování všech mateřských škol jsem porovnála. Výzkum je vyhodnocen pomocí grafů.

Pozorování probíhalo ve čtyřech vybraných mateřských školách v období od měsíce března do června, 2012. V každé mateřské škole jsem realizovala pozorování v rozsahu

2 dní. Jeden den jsem se zaměřila na spontánní pohybové aktivity a druhý den na práci učitelky. K pozorování spontánních pohybových aktivit předškolních dětí jsem si vybrala mateřské školy v okolí mého bydliště, které jsou ve velkém městě a na venkově.

Tabulka č. 1- Přehled pozorovaných mateřských škol

MATEŘSKÁ ŠKOLA	LOKALITA	
20. MŠ Kladno	Velké město	MŠ1
MŠ Kladno Švýcarská	Velké město	MŠ2
MŠ Smečno	Vesnice	MŠ3
MŠ Kačice	Vesnice	MŠ4

Nejprve jsem pozorovala a zapisovala, jaké pohybové aktivity si děti volí v době vyhrazené pro spontánní činnosti. Pozorování jsem prováděla v heterogenně uspořádaných třídách, kde se počet dětí pohyboval okolo 25. Vše jsem důkladně zapisovala do pozorovacích archů, kde jsem spontánní pohybové činnosti dětí rozdělila podle druhu pohybových činností. Také jsem zapisovala počet dětí, které pohybovou aktivitu prováděly a rozdělení podle času, kdy byly činnosti realizovány. Mezi druhy pohybových činností patřil: běh, skok, hod, kop, manipulace s předmětem, překonání překážky, honičky, ostatní pohybové hry, pohyb v přírodě.

Dále jsem se zaměřila na pozorování práce učitelky. Pozorovala jsem učitelky ve vybraných MŠ při jejich celodenní práci s dětmi. Zapisovala jsem, jak pracují s dětmi a jak ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu. Zjišťovala jsem, zda dětem nabízejí pomůcky, vhodně uspořádávají prostředí a jestli neovlivňují spontánní pohybovou aktivitu dětí.

Pohyb v režimu dne

Vyozorovala jsem a nastudovala, jak vypadá režim dne v mateřské škole a dala dohromady dobu, která je vyhrazená pro spontánní činnosti, kdy mají děti možnost ke spontánnímu pohybu. Ideální doba pro spontánní činnost je:

-ráno od 6:30 do 8:00

-dopoledne-pobyť venku od 10:00 do 11:45

-po obědě od 12:30 do 14:00

-odpoledne od 14:30 do 16:00

Časové rozmezí doby pro spontánní činnost je v každé mateřské škole přibližně stejné. Liší se dobou provozu mateřské školy.

4.2.1 Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ1

4.2.1.1 Pohybové činnosti dětí v době vyhrazené pro spontánní aktivity

Ráno: Po příchodu do MŠ mají děti možnost ke spontánní hře a nejčastěji preferují klidné na pohyb nenáročné hry. Kolem 7. hodiny ranní, když už je ve třídě více dětí, se začínají vytvářet skupiny dětí, které spolu spolupracují a hledají aktivitu pro zabavení. Děti dávají přednost prohybu s pomůckou nebo pohybu přes překážku. Mnoho nevyužívají pohyb po celém prostoru třídy.

Dopoledne- pobyt venku: Při pobytu venku u dětí převládá chůze, běh a pohyb s pomůckou. Někdy procházka do lesa a pohyb v přírodě.

Po obědě: Po obědě je hlavním spontánním pohybem odpočinek a relaxace. Dále různé klidové aktivity, například procvičování jemné motoriky.

Odpoledne: Děti jsou odpočaté a dávají přednost živějším pohybovým aktivitám náročnějším na prostor. Často jsou venku a pohybují se po prostorách zahrady školy.

Nejčastěji venku odpoledne běhají, jezdí na kole, koloběžce, házejí si míčem, houpou se na houpačce a chodí po prostoru.

4.2.1.2 Práce učitelky: Učitelka v této mateřské škole dětem v průběhu celého dne nabízí různé aktivity. Pomůcky pro pohybovou aktivitu dává dětem stále k dispozici. Učitelka dětem nechává volnost při pohybu a děti neomezují při jejich spontánní pohybové aktivitě. Využití pomůcek a hudby při pohybu. Při pobytu venku navozuje spontánní pohybové aktivity - závody, pohyb přes překážku. Jedenkrát týdně nabídne objemnějších pomůcek – trampolína, prolézačky a klouzačka do vnitřního prostoru a žebříky.

4.2.2 Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ2

4.2.2.1 Pohybové činnosti dětí v době vyhrazené pro spontánní aktivity

Ráno: Po příchodu do MŠ děti preferují pohyb po velkém prostoru třídy, který mají k dispozici a využívají nejčastěji pohyb s nějakou pomůckou, například lezou s autíčky nebo chodí s kočárkem po třídě. Pohybují se samostatně nebo po skupinkách.

Dopoledne- pobyt venku: Při pohybu venku nejčastěji běhají po velké zahradě školy, jezdí na kole, koloběžce, prolézají na prolézačkách, prochází bludištěm a skákají na trampolíně.

Po obědě: Odpočinek a relaxace na lehátkách nebo klidová hra. Nejčastěji procvičování jemné motoriky se stavebnicí. Kroužek jógy pro zapsané děti.

Odpoledne: Podle počasí pobyt na zahradě školy. Nabídka různých pomůcek a hraček. Děti jezdí na koloběžkách, běhají, prolézají prolézačky, houpou se na houpačce a hrají míčové hry.

4.2.2.2 Práce učitelky: Učitelka ovlivňuje prostor a pomůcky. Nabízí pomůcky pro fotbal, pouští hudbu a navozuje spontánní tanec a staví překážkové dráhy v prostorách třídy. Využití hudebně pohybové výchovy. Individuálně pracuje s dětmi a pokouší se u nich navodit pohybové činnosti. Většinu pomůcek si učitelka tvoří sama- různé značky a překážky.

4.2.3 Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ3

4.2.3.1 Pohybové činnosti dětí v době vyhrazené pro spontánní aktivity

Ráno: Po příchodu do MŠ si děti nejčastěji hrají s nějakou pomůckou a pohybují se s ní po prostoru třídy. Chlapci si nejčastěji jezdí s autíčky po prostoru a nábytku a děvčata chodí s panenkami a hrají si s nimi. Společně se plazí po koberci a skákají přes lavičku. Vymýšlí si vlastní hry a soutěže s pohybovým charakterem. Procvičování jemné motoriky pomocí stavebnice a kostek.

Dopoledne- pobyt venku: Využití hřiště na zahradě školy, kde je velké množství prolézaček, houpaček, pískovišť a prostor vhodný pro pohyb. Často se děti pohybují ve skupinách a hrají různé pohybové hry. Rychle střídají pohybové činnosti. Převládá běh, honičky, chůze, skoky a pohyb s pomůckou a v přírodě. Dochází často do přírodních prostor v okolí.

Po obědě: Děti odpočívají na lehátkách nebo si volně hrají. Preferují chůzi po prostoru s hračkami a manipulaci s předměty.

Odpoledne: Nejčastěji jsou na zahradě školy, podle počasí. Běh a honičky převládají v odpoledních pohybových aktivitách dětí. Dále se pohybují po prostoru a překonávají překážky. Hra na pískovišti a využití prolézaček.

4.2.3.2 Práce učitelky: Nepříliš nabízí pomůcky vhodné pro pohybovou aktivitu a neovlivňuje prostor pro pohyb. Pomůcky pro pohyb nepoužívá a má jich k dispozici malé množství. Přílišná opatrnost a neznalost TV. Učitelka příliš vstupuje do spontánní pohybové aktivity dětí. Navozuje cviky a pohyby, které jsou pro děti do 6 let nevhodné.

4.2.4 Pozorování spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ4

4.2.4.1 Pohybové činnosti dětí v době vyhrazené pro spontánní aktivity

Ráno: Děti využívají celý prostor třídy. Staví ve skupině překážkové dráhy z dostupných pomůcek. Samostatně realizují soutěže- honičky, závody, hra na hady, kdy

se plazí po koberci. Pohybují se po prostoru s pohybovými pomůckami- štafetové kolíky. Ve dvojicích si házejí a kutálejí s míčem- různé druhy odhodu míče. Překonávají postavené překážky- židle, stůl, lavička.

Dopoledne- pobyt venku: Nejčastěji pohyb v přírodě a jízda na koloběžkách a kolech. Využívají nabídnuté pomůcky, jako létající talíře, raketky, míče a křídly. Pohybují se ve skupinkách.

Po obědě: Odpočinek a relaxace na lehátkách.

Odpoledne: Pohyb a pohybové hry náročné na prostor. Podle počasí jsou na zahradě školy. Běh a chůze po přírodním terénu. Pohyb s míčem, hod, kopání a kutálení. Nemají možnost využít prolézačky v MŠ, tak někdy chodí na blízké dětské hřiště.

4.2.4.2 Práce učitelky: Učitelka nechává mnoho prostoru pro spontánní pohybové činnosti. Nabízí pomůcky a nechává je volně dostupné pro děti. Neomezuje spontánní pohybové činnosti. Využívá přírodního prostředí v okolí školy a navozuje spontánní pohyb zejména v přírodním prostředí- závody, pohybové hry a soutěže.

4.3 METODA EXPERIMENTU

V poslední fázi výzkumu jsem realizovala experiment, kde jsem změnou prostředí a nabídnutím pomůcek ovlivňovala spontánní pohybovou aktivitu dětí. Experiment jsem zdokumentovala fotkami a videozáznamy, které jsou k nahlédnutí v přílohách bakalářské práce. V přílohách také přikládám potvrzení mateřských škol, že rodiče dětí, které se zúčastnily experimentu, souhlasí s fotodokumentací svých dětí.

Touto metodou jsem chtěla ovlivnit spontánní pohybové aktivity dětí předškolního věku ve vybraných mateřských školách. Experiment jsem realizovala po dobu jednoho dne. Nejprve jsem v prostorách třídy nebo šatny, to vše podle prostorových možností MŠ, nalepila na podlahu tři čtverce o rozměrech 60cm x 60cm a čáru o rozměrech 90cm x 7cm (viz. v přílohách Fotografie č. 19 - obrazce k experimentu). Obrazce jsem uspořádala tak, aby byly děti bez obtíží schopny z jednoho čtverce skočit do druhého. Dětem jsem neříkala, co s tím mají dělat, jen jsem pozorovala, jak obrazce využijí.

Tímto experimentem jsem chtěla dokázat, že není nutné využívat pouze drahé pomůcky pro ovlivnění dětské spontánní pohybové aktivity, ale že stačí obyčejná barevná lepicí páska. Děti se po těchto obrazcích mohou kdykoli pohybovat podle své potřeby a nálady, například když si jdou pro něco do šatny nebo jen tak, když budou obrazce umístěny ve třídě. Nijak to děti neomezuje a v průběhu dne je to povzbuzuje ke spontánnímu pohybu.

Dalším pokusem ovlivnit spontánní pohybové aktivity dětí bylo nabídnutí pomůcky při dopoledním pobytu venku. Když děti byly ve venkovním prostředí na zahradě školy, na hřišti nebo poli, dala jsem jim k dispozici tři létající talíře a pozorovala, jak děti talíře využijí při spontánním pohybu. (Létající talíře viz. v přílohách, fotografie č.20) Využití pomůcek jsem zdokumentovala fotografiemi a videozáznamy.(viz. přílohy 3 a 4 - Fotografie a videa experimentu)

4.3.1 Experiment v MŠ 1

Obrazce na podlaze

Když jsem připravovala obrazce ve třídě, děti si stále mezi sebou říkaly: „Co to je?, Proč to tam je?, Co s tím budeme dělat?“ To znamenalo, že jsem je zaujala už jen tím, že jsem tam připravila něco nového. Jakmile jsem od obrazců ustoupila, děti si šly odrazce prozkoumat. Nejprve obrazce pozorovaly. Jakmile se odhodlalo první dítě do čtverce vstoupit, ostatní děti udělaly to samé. Po chvíli děti začaly skákat ze čtverce do čtverce a chodit po čáře. Dále vymýšlely různé využití čtverců a nakonec i soutěžily, kdo doskočí nejdál od čáry. Po nějaké době se děti k obrazcům vracely a využívaly je například při přechodu na jiné stanoviště.

Nabídnutí pomůcky pro venkovní pohybovou aktivitu- létající talíř

Při pobytu na zahradě mateřské školy, jsem dětem dala k dispozici tři létající talíře. Děti si talíře rozebraly a házeli si ve dvojicích. Některé děti vyhazovaly talíře do vzduchu a kutálely si je po zemi. Tato pomůcka ovlivnila jejich spontánní pohybovou aktivitu, povzbudila je k pohybu a vymýšlení různého využití pomůcky.

4.3.2 Experiment v MŠ2

Obrazce na podlaze

Děti se také zajímaly, proč obrazce lepím na podlahu ve třídě a už teď je napadlo, jak by se to dalo využít. Napadlo je do nich skákat, přeskakovat, běhat, chodit po čáře... Při pohybu po obrazcích si byly jistí a hned začaly skákat ze čtverce do čtverce, chodit po čáře, běhat, skákat po jedné noze, válet sudy a plazit se. Také spolupracovaly a skákaly na obrazcích po dvojicích. Děti se k obrazcům stále vracely a pohybovaly se na nich. Obrazce jsem ve třídě nechala nalepené, protože se to paní učitelce líbilo a chtěla to s dětmi do budoucna také využívat.

Nabídnutí pomůcky pro venkovní pohybovou aktivitu- létající talíř

Létající talíře jsem nabídla dětem, které si talíře rozebraly a ihned se s nimi zabavily. Házely si samostatně a talíř dobíhaly nebo ve dvojicích mezi sebou. Po chvíli vymýšlely, jak talíř ještě využít a vyhazovaly ho do vzduchu a balancovaly s ním na hlavě a ruce. Pomůcka děti povzbudila k pohybu a rozvoji fantazie při vymýšlení různého využití.

4.3.3 Experiment v MŠ3

Obrazce na podlaze

Ve třídě jsem umístila obrazce na podlahu a děti mi při jejich lepení pomáhaly. Byly zvědaví, k čemu to je. Opět jsem je zaujala přípravou něčeho nového. Na obrazce se vrhly ve skupině a začaly přeskakovat ze čtverce do čtverce a přetahovaly se při chůzi po čáře. Vymyslely spoustu využití k pohybu. Skákaly uvnitř čtverce, z jednoho do druhého, skákaly po jedné noze a snožmo, běhaly, chodily po čáře a dokola po čtvercích a závodily v rychlosti přeběhnutí čtverců. Děti jsem tím povzbudila k aktivnímu pohybu a rozvíjela se při tom fantazie.

Nabídnutí pomůcky pro venkovní pohybovou aktivitu- létající talíř

Děti se o létající talíře přetahovaly a měly velký zájem si s nimi hrát. Spolupracovaly při odhodech a chytání. Talíře také kutálely po zemi, vyhazovaly do vzduchu a balancovaly s nimi na ruce. V balancování a běhu s talířem soutěžily. Nabídnutím létajícího talíře, jsem děti povzbudila k pohybu s pomůckou, spolupráci a rozvoji fantazie.

4.3.4 Experiment v MŠ4

Obrazce na podlaze

Zde jsem obrazce umístila do šatny. Děti mě při lepení obrazců na podlahu neviděly, o to více byly překvapeny, jakmile obrazce spatřily. Nevěděly, co to je a co se s tím dá dělat. Chodily okolo čtverců a pozorovaly je. Trvalo jim dlouho, než se odhodlaly na čtverce stoupnout. Po nějaké době jedno dítě skočilo do čtverce a ostatní udělaly to samé. Poté už každý vymýšlel, jak se na čtvercích mohou pohybovat. Skákaly uvnitř čtverce, z jednoho do druhého, běhaly, chodily po čáře a závodily v rychlosti přeběhnutí čtverců. Paní učitelka si přála, aby obrazce v šatně MŠ zůstaly a děti je mohly dále využívat. Obrazce pozitivně ovlivňují dětskou spontánní pohybovou aktivitu během přechodu ze šatny do třídy nebo při volném pohybu po prostorách MŠ.

Nabídnutí pomůcky pro venkovní pohybovou aktivitu- létající talíř

Děti si talíře ihned rozebraly a dělily se o ně. Střídaly se v házení a chytání. Některé děti si s talířem házely samostatně a některé ve dvojici i trojici. Vyhazovaly talíře do vzduchu, kutálely je z kopce a využívaly talíře jako misku, ve které „vařily“ listí a klacky. Balancovaly také s talířem na hlavě a takto soutěžily. Došlo k navození aktivního pohybu, spolupráce dětí a kreativního využití pomůcky pro pohyb.

5. VÝSLEDKY

5.1 VÝSLEDKY ANALÝZY PROSTŘEDÍ

Tabulka č. 2 – Vyhodnocení analýzy prostředí

MŠ	PROSTOROVÉ PODMÍNKY UVNITŘ MŠ	PROSTOROVÉ PODMÍNKY ZAHRADY MŠ	USPOŘÁDÁNÉ PROSTŘEDÍ	POMŮCKY PRO POHYB
MŠ 1	výborné	výborné	ano	ano
MŠ 2	výborné	výborné	ano	ano
MŠ 3	špatné	výborné	spíše ne	spíše ne
MŠ 4	výborné	výborné	ano	ano

Analýzou prostředí a pomůcek ve čtyřech vybraných mateřských školách jsem zjistila, že prostorové a materiální podmínky mateřských škol ve městě a venkově jsou velmi podobné. Vzhledem k tomu, že okolní prostředí a zahrady pozorovaných mateřských škol jsou všechny vyhovující a rozmanité, nedá se říci, že na venkově by byl prostor mimo školu větší nebo pestřejší. Venkovní prostory jsou srovnatelné ve městě i venkově. Vnitřní prostory a pomůcky ve městě i venkově jsou velmi rozmanité. Městské mateřské školy nemusí mít lépe vybavené vnitřní prostory oproti venkovským MŠ.

Dozvěděla jsem se, že ve většině pozorovaných mateřských škol tyto podmínky ovlivňovaly spontánní pohybovou aktivitu dětí pozitivně a pouze v jednom případě, kde mateřská škola neměla k dispozici dostatek pomůcek pro pohybové aktivity a chyběl tam vnitřní prostor vhodný k pohybu, tyto podmínky spontánní pohybovou aktivitu dětí nijak neovlivňovaly. Jedná se o MŠ3.

Jak vyplívá z grafů spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ v době, kdy se děti pohybují v přírodním prostředí, je jejich spontánní pohybová aktivita ovlivněna velikostí a rozmanitostí venkovního prostoru a takové vlivy navozují u dětí především tyto pohybové činnosti: běh, překonání překážky, manipulace s předmětem a pohyb

v přírodě. V prostorách mateřské školy je také mnoho podnětu pro spontánní pohyb dětí. Podněty vychází z učitelem uspořádaného prostředí, velikosti prostoru a nabídnutím pomůcek pro pohyb. Spontánní pohybové aktivity uvnitř MŠ navozují především tyto pohybové činnosti: manipulace s předmětem, běh, překonání překážky, hod, a odpočinek. Záleží na učiteli a podmínkách mateřské školy, jak lze jednotlivé podněty využít k pozitivnímu ovlivnění spontánní pohybové aktivity dětí.

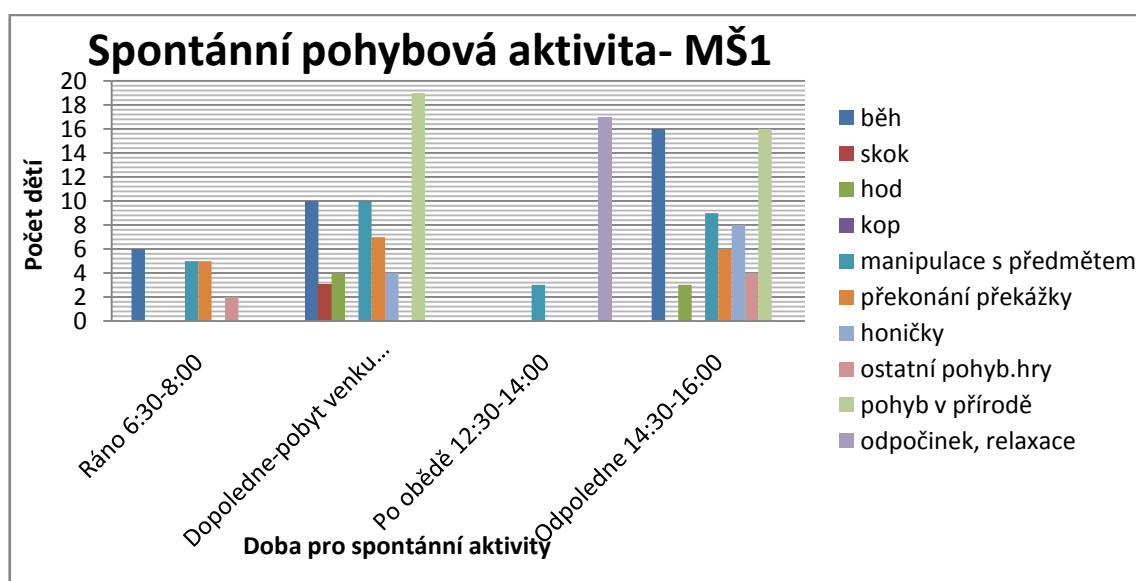
5.2 VÝSLEDKY POZOROVÁNÍ

Pro vyhodnocení pozorování spontánní pohybové aktivity dětí předškolního věku ve vybraných mateřských školách jsem použila grafy. Do grafu jsem uvedla druhy spontánních pohybových aktivit, počet dětí, které pohybovou aktivitu prováděly a rozdělila jsem to podle času, kdy byly aktivity realizovány. Mezi druhy spontánních pohybových aktivit patřil: běh, skok, hod, kop, manipulace s předmětem, překonání překážky, honičky, ostatní pohybové hry, pohyb v přírodě.

Výsledky pozorování práce učitelek ve vybraných MŠ, jsem zapsala do tabulky a porovнала mezi sebou jednotlivé mateřské školy.

5.2.1 Pozorování v MŠ1

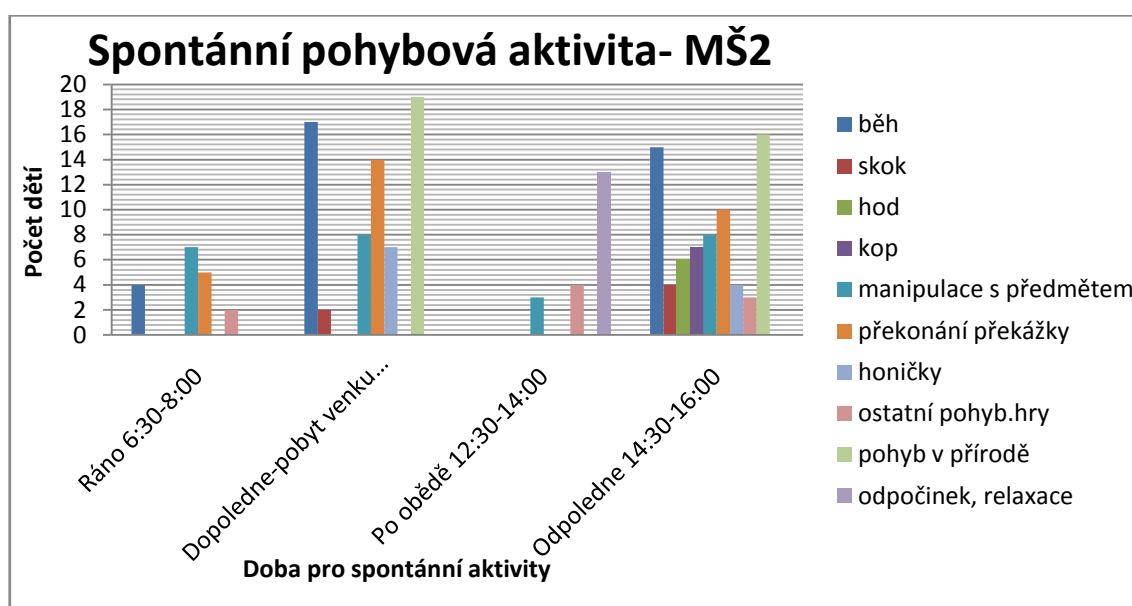
Graf č. 1- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ1



Z grafu je zřejmé, že děti z této městské mateřské školy při svých spontánních pohybových aktivitách preferují běh, manipulaci s předmětem, překonání překážky a pohyb v přírodě. Vnitřní i venkovní podmínky této mateřské školy příznivě ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu dětí a nabízí jim množství podnětů k pohybu.

5.2.2 Pozorování v MŠ2

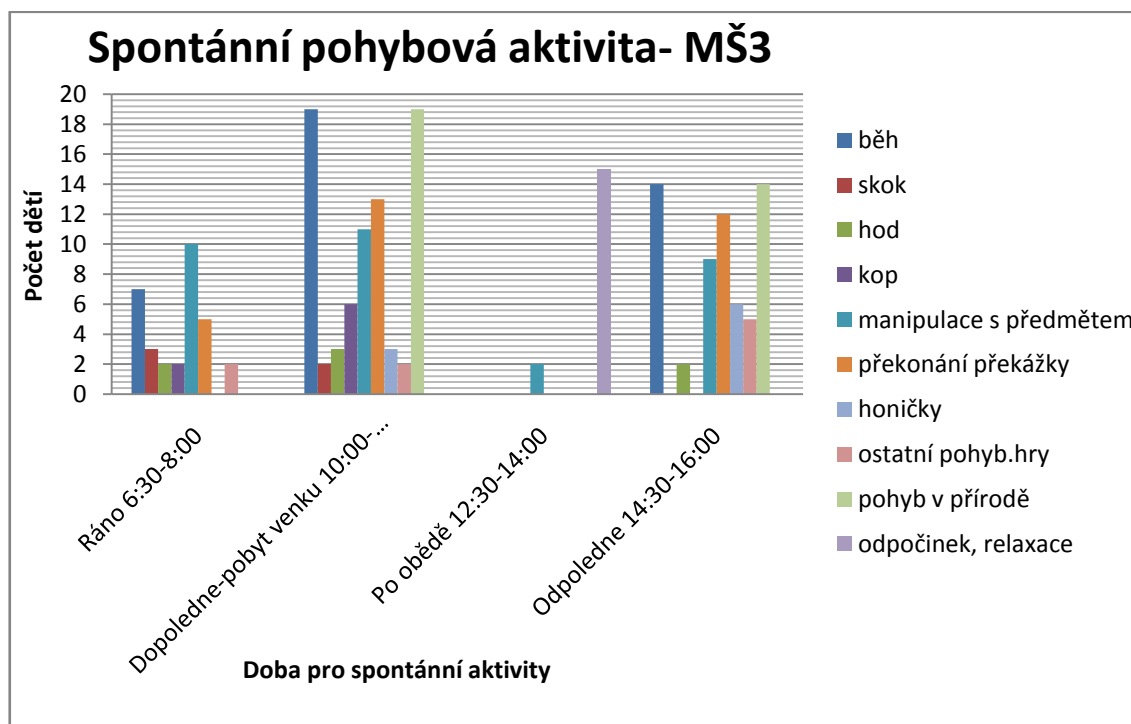
Graf č. 2- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ2



Jak vyplívá z grafu, děti v této městské mateřské škole dávají přednost při své spontánní pohybové aktivitě běhu, manipulaci s předmětem, překonávání překážek a pobytu v přírodě. Podmínky a vybavení mateřské školy příznivě ovlivňují spontánní pohyb dětí, zejména velké prostory budovy i zahrady školy.

5.2.3 Pozorování v MŠ3

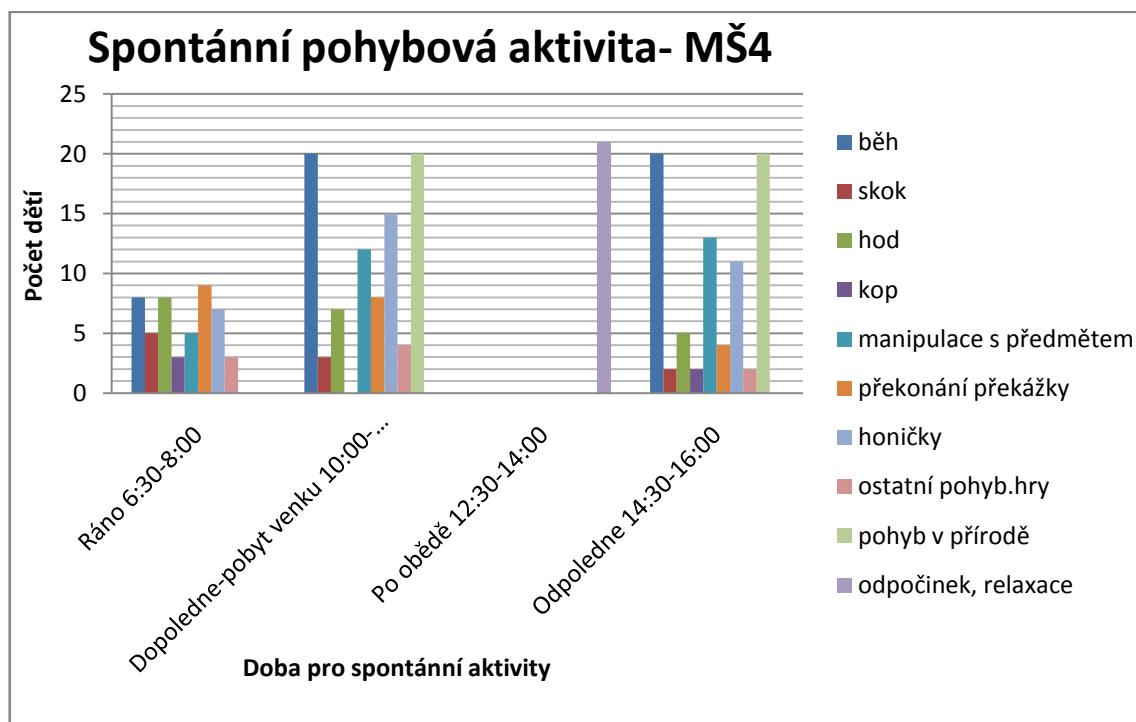
Graf č. 3- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ3



Podle grafu, můžeme vidět, že děti v této venkovské mateřské škole preferují při spontánním pohybu zejména běh, honičky a pobyt v přírodě. Dále také často využívají při pohybu předmět a překonávají různé překážky. Především zahrada školy obsahuje dostatek podnětného prostředí a pomůcek, což značně přispívají k rozvoji spontánní pohybové aktivity dětí předškolního věku. Vnitřní prostory nejsou příliš vhodné pro pohyb.

5.2.4 Pozorování v MŠ4

Graf č.4 - Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ4



Když se podíváme na graf pohybových činností dětí z této venkovské mateřské školy, uvidíme jednoznačnou převahu běhu, honiček, pohybu v přírodě. Dalšími preferovanými pohybovými činnostmi je manipulace s předmětem, překonání překážky a hod. Zde je největším podnětem pro spontánní pohybovou aktivitu dětí okolní rozmanité přírodní prostředí, kde je dostatek prostoru pro pohyb a členitý povrch příznivě ovlivňuje druhy pohybových činností. Dětská pohybová aktivita je u těchto venkovských dětí více rozmanitá, jelikož na ně v jejich okolí působí mnoho podnětů.

5.3 Výsledky pozorování práce učitelky

Podle pozorování a zapisování informací do pozorovacího archu, jsem vytvořila tabulku s výsledky jednotlivých MŠ. Jedná se o vyhodnocení práce učitelky v pozorovaných MŠ ve městě a na venkově. Zaměřila jsem se na to, jestli učitelky s dětmi dobře pracují při pohybových činnostech, zda příznivě ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu, nabízejí pomůcky k pohybu a jestli vhodně uspořádávají prostředí MŠ.

Tabulka č. 3- Pozorování práce učitelky

MŠ	DOBRÁ PRÁCE S DĚTMI PŘI POHYBU	OVLIVNĚNÍ SPONT. POH. AKTIVITY	NABÍDKA POMŮCEK	USPOŘÁDÁNÍ PROSTŘEDÍ
MŠ 1	ano	ano, výborně	ano	ano, výborné
MŠ 2	ano	ano, výborně	ano	ano, dobré
MŠ 3	spíše ne	spíše ne	spíše ne	ne, špatné
MŠ 4	ano	ano, výborně	ano	ano, výborné

Z tabulky vyplívá, že učitelky z pozorovaných mateřských školách pracují s dětmi výborně, příznivě ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu dětí, nabízejí pomůcky pro spontánní pohyb a vhodně uspořádávají prostředí MŠ až na jednu venkovskou mateřskou školu, kde učitelka nemá příliš dobré podmínky pro ovlivňování spontánních pohybových činností, nabídku pomůcek a uspořádání prostředí.

Práce učitele patří mezi nejdůležitější faktory ovlivňující spontánní aktivity. Dalším faktorem jsou prostorové a materiální podmínky mateřské školy.

5.4 VÝSLEDKY EXPERIMENTU

5.4.1 Obrazce na podlaze

Ve všech mateřských školách, kde jsem experiment realizovala, jsem se setkala s pozitivní reakcí dětí i učitelek. Děti jsem tímto experimentem povzbudila k pohybu, spolupráci a vymýšlení různého využití pomůcky, což pozitivně ovlivňuje rozvoj dětské fantazie za využití jednoduché nenákladné pomůcky, která děti v průběhu dne nijak neomezuje a nepřekáží v prostoru. Děti měly při tomto experimentu radost z prováděných pohybů a setrvaly při této pohybové činnosti poměrně dlouho. V průběhu dne se děti k obrazcům vracely a využívaly je například při přechodu na jiné místo, kdy si na obrazcích cestou zaskákaly. Jinak to využívají v době vyhrazené pro spontánní činnosti a vymýšlí další vhodné využití nebo soutěží. Ve dvou ze čtyř MŠ, kde jsem experimentovala, si učitelky přály obrazce ponechat aplikované na podlaze pro budoucí využívání.

5.4.2 Nabídnutí pomůcky pro venkovní pohybovou aktivitu- létající talíř

Nabídnutím pomůcky pro pohybovou činnost jsem se snažila ovlivnit spontánní pohyb dětí při pobytu venku. Ve všech čtyřech mateřských školách, které byly vybrány k experimentu, byly reakce dětí a jejich pohybová aktivita přibližně stejné. Nijak zvlášť se výsledky experimentu od sebe nelišily. Všechny děti, které se experimentu zúčastnily, využily pomůcku ke spontánnímu pohybu a vymýšlely různé využití pomůcky. Například odhod s dobíháním pokud si házely samostatně, hod a chytání ve dvojici nebo ve skupině, hod do výšky, kutálení po zemi, balancování na rukou nebo hlavě a využití jako miska na „vaření“. V době určené pro spontánní činnosti venku se touto pomůckou zabavily a ovlivnily tak svou spontánní pohybovou činnost. Při používání pomůcky byly děti povzbuzovány k pohybu, když chtěly talíř chytit, odhodit nebo doběhnout.

6. SROVNÁNÍ S HYPOTÉZAMI

Hypotéza 1: První hypotéza se nepotvrdila. Prostorové a materiální podmínky mateřských škol ve městě a venkově jsou velmi podobné. Vnější prostředí pozorovaných mateřských škol je prostorově vyhovující a na pomůcky pro pohyb rozmanité. Nemůžeme tedy říci, že na venkově by byl prostor mimo školu větší nebo pestřejší. Ve městě i na venkově jsou vnější prostory srovnatelné. Vnitřní prostory a pomůcky jsou pro pohyb v obou lokalitách velmi rozmanité. Městské mateřské školy nemusí mít lépe vybavené vnitřní prostory oproti venkovským MŠ. Tyto podmínky ve většině pozorovaných mateřských škol ovlivňovaly spontánní pohybovou aktivitu dětí pozitivně. Pouze v jednom případě, kde mateřská škola neměla k dispozici dostatek pomůcek pro pohybové aktivity a chyběl tam vnitřní prostor vhodný k pohybu, tyto podmínky spontánní pohybovou aktivitu dětí nijak neovlivňovaly.

Hypotéza 2: Pozorováním spontánních pohybových aktivit dětí ve městě a na venkově, jsem zjistila, že preference druhu pohybových činností dětí, nezávisí na lokalitě mateřské školy. Děti z města i z venkova preferují přibližně stejné pohybové aktivity a lokalita MŠ, zde nehraje důležitou roli. Přírodní okolí mateřské školy ovlivňuje spontánní pohyb a je srovnatelně stejné ve městě i na venkově, kde jsem pozorování prováděla. Mateřské školy mají k dispozici dostatečně velké a podnětné vnější prostory, které působí pozitivně na spontánní pohybovou aktivitu dětí. Druhá hypotéza se tedy nepotvrdila. Nedá se proto říci, že spontánní pohybové aktivity dětí z města jsou nenáročné na prostor a že k pohybu využívají častěji pomůcky. U dětí z venkova nepřevládají zejména pohybové aktivity náročné na prostor. Spontánní pohybové aktivity dětí z měst a venkova jsou srovnatelné a příliš se od sebe neliší.

Hypotéza 3: Třetí hypotéza se potvrdila jen částečně. Ve třech ze čtyř pozorovaných mateřských škol, se práce učitelek s dětmi při pohybu ukázala, jako výborná. Učitelky příznivě ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu dětí, nabízejí pomůcky pro spontánní pohyb a vhodně uspořádávají prostředí MŠ. Pouze v jedné venkovské mateřské škole (MŠ3) učitelka nemá k dispozici příliš dobré podmínky pro ovlivňování spontánních pohybových činností, nabídku pomůcek a uspořádání prostředí. Její práce s dětmi při pohybu není příliš dobrá. Učitelka je neznalá v TV, příliš opatrná při některých

pohybových činnostech, nenechá děti se samostatně a podle své potřeby pohybovat. Mohlo by zde jít o omezování spontánní pohybové aktivity z důvodu neznalosti TV a přílišné opatrnosti učitelky. Příliš vstupuje do spontánní pohybové aktivity dětí a navozuje cviky a pohyby, které jsou pro děti do 6 let nevhodné. Myslím, že takovéto podmínky MŠ a špatná práce učitelky s dětmi při pohybu je jen výjimečná a ve většině městských i venkovních mateřských školách se tento problém neobjevuje.

Hypotéza 4: Má poslední hypotéza se potvrdila. Pomocí experimentu s obrazci na podlaze a nabídnutou pomůckou jsem ovlivnila spontánní pohybovou aktivitu dětí v mateřské škole. Ovlivněním jsem přispěla k obohacení dětského pohybu a volné chvíle v době pro spontánní činnosti. Povzbudila jsem děti k pohybu, spolupráci a vymýšlení různého využití pomůcky, což pozitivně ovlivňuje rozvoj dětské fantazie. Využila jsem jednoduché nenákladné pomůcky, které byly pro děti nové a zajímavé.

7. ZÁVĚRY

Závěrem této bakalářské práce je shrnutí dosažených výsledků pomocí systematického pozorování, analýzy prostředí a experimentu. Výsledky vybraných mateřských škol jsou zde porovnány a vyhodnoceny.

Zjistila, že:

1. Prostorové a materiální podmínky pozorovaných mateřských škol ve městě a venkově jsou srovnatelné. Vnější prostředí pozorovaných mateřských škol je prostorově vyhovující a na pomůcky pro pohyb rozmanité. Tyto podmínky ve většině pozorovaných mateřských škol ovlivňovaly pozitivně spontánní pohybovou aktivitu dětí. Pouze v jedné MŠ, nebyl k dispozici dostatek pomůcek pro pohybové aktivity a chyběl vnitřní prostor vhodný k pohybu, proto byl spontánní pohyb dětí v této MŠ jiný. Spontánní pohybová aktivita dětí zde nebyla příznivě ovlivňována.
2. Děti z města i z venkova preferují přibližně stejné pohybové aktivity a lokalita MŠ zde nehraje příliš významnou roli. Toto okolí vybraných škol je důležité, jelikož ovlivňuje spontánní pohyb dětí. Toto okolí je srovnatelně stejné ve městě i na venkově, kde jsem pozorování prováděla. Tyto mateřské školy mají k dispozici dostatečně velké a podnětné vnější prostory, které působí pozitivně na spontánní pohybovou aktivitu dětí. Stanovená hypotéza na začátku praktické části se nepotvrdila.
3. Učitelky v městských i venkovských mateřských školách příznivě ovlivňují spontánní pohybovou aktivitu dětí, nabízejí pomůcky pro spontánní pohyb a vhodně uspořádávají prostředí MŠ. Pouze v jedné pozorované venkovské mateřské škole (MŠ3) nedocházelo k příznivému ovlivňování spontánních pohybových činností z důvodu nedostatečných podmínek MŠ a špatné práce učitelky při pohybu dětí. Proto se třetí hypotéza potvrdila pouze částečně. Učitelka navozovala cviky a pohyby, které byly pro děti do 6 let nevhodné, nabízela pomůcky nepříliš vhodné pro pohybovou aktivitu. Prostor pro pohyb nijak neovlivňuje a pohybové pomůcky, které má k dispozici nevyužívá.
4. Při experimentu došlo k ovlivnění spontánní pohybové aktivity dětí ve vybraných mateřských školách. Přispělo se k obohacení dětského pohybu a volné chvíle v době pro spontánní činnosti. Děti byly v době pro spontánní aktivitu povzbuzeny k pohybu, spolupráci a vymýšlení různého využití pomůcky, což pozitivně ovlivnilo jejich rozvoj fantazie. K ovlivnění spontánní

pohybové aktivity dětí se využily jednoduché pomůcky, které děti v průběhu dne nijak neomezovaly a nepřekážely v prostoru. Děti se k obrazcům vracely v průběhu celého dne a využívaly je například při přechodu na jiné místo, kdy si na obrazcích cestou zaskákaly. Ve dvou MŠ, kde jsem experimentovala, si učitelky přály obrazce ponechat aplikované na podlaze pro budoucí využívání. Hypotéza se tedy potvrdila.

8. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

DOBŘÝ, L. Didaktika sportovních her. Vyd. 1. Praha: SPN, 1998, 191 s. Edice učebnice pro vysoké školy.

DVOŘÁKOVÁ, H. Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2007, 123 s. ISBN 978-80-7290-298-9.

DVOŘÁKOVÁ, H. K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole. Vyd 1. Praha: Karolinum, 1998, 137s. ISBN 80-7184-497-7.

DVOŘÁKOVÁ, H. Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: Tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy. Vyd. 1. Praha: Portál, 2002, 144 s. ISBN 80-7178-693-4.

DVOŘÁKOVÁ, H. Sportujeme s nejmenšími dětmi. Vyd. 2., přepracované. Praha: TeMI CZ, 2009, 124s. ISBN 978-80-87156-26-1.

DVOŘÁKOVÁ, H. Tělesná výchova v rámcovém programu: ke vzdělávání učitelů mateřských škol. Vyd. 1. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2001. 26 s. ISBN 80-7290-067-6.

DVOŘÁKOVÁ, H. Základní motorika. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2006, 44 s. ISBN 80-7290-259-8.

HAVLÍČKOVÁ, L. Biologie dítěte: Rané fáze lidské ontogeneze. Vyd. 1. Praha: Karolinum. 1998, 93 s. ISBN 80-7184-644-9

KOŤÁTKOVÁ, S. Hry v mateřské škole v teorii a praxi. Vyd. 1. Praha: Graga, 2005, 184 s. ISBN 80-247-0852-3.

DYLEVSKÝ, I; KÁLAL, J; KOLÁŘ, P; KUČERA, M; NOBLE, C; OTÁHAL, S. Pohybový systém a zátěž. Vyd. 1. Praha: Grada, 1997, 260 s. ISBN 80-7169-258-1

MATĚJČEK, Z. Co děti nejvíc potřebují. Vyd. 5. Praha: Portál, 2008, 112 s. ISBN 978-80-7367-504-2

MATĚJČEK, Z. Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte. Vyd. 1. Praha: Grada, 2005, ISBN 80-247-0870-1

OPRAVILOVÁ, E. Dítě si hraje a poznává svět. Vyd. 1. Ilustrace Gabriel Filčík. Praha: SPN, 1988, 184 s.

PIAGET, J; Inhelderová B. Psychologie dítěte. Vyd. 3. Praha: Portál, 2001, 143 s. ISBN 80-7178-608-X

ŠPAŇHELOVÁ, I. Dítě v předškolním období. Vyd. 1. Praha: Mladá fronta, 2004, 76s. ISBN 80-204-1187-9

VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie I.: Dětství a dospívání. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2005, 467s. ISBN 80-246-0956-8

9. SEZNAM PŘÍLOH

Seznam tabulek a grafů v textu bakalářské práce

- Tabulka č. 1- Přehled pozorovaných mateřských škol, s. 33
- Tabulka č. 2- Pozorování práce učitelky, s. 41
- Tabulka č. 3- Vyhodnocení analýzy prostředí, s. 46
- Graf č. 1- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ1, s. 42
- Graf č. 2- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ2, s. 43
- Graf č. 3- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ3, s. 44
- Graf č. 4- Spontánní pohybové aktivity dětí v MŠ4, s. 45

1. Fotografie z pozorování spontánní pohybové aktivity dětí předškolního věku

- Fotografie č. 1- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 1
- Fotografie č. 2- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 1
- Fotografie č. 3- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 2
- Fotografie č. 4- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 3
- Fotografie č. 5- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 3
- Fotografie č. 6- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 4
- Fotografie č. 7- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 4

2. Fotografie analýzy prostředí- pomůcky pro pohybové aktivity

- Fotografie č. 8 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1
- Fotografie č. 9 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1

- Fotografie č. 10 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1
- Fotografie č. 11 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1
- Fotografie č. 12 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 2
- Fotografie č. 13 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 2
- Fotografie č. 14- pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 2
- Fotografie č. 15 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 3
- Fotografie č. 16 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 3
- Fotografie č. 17- pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 3
- Fotografie č. 18 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 4

3.Fotografie experimentu

- Fotografie č. 19 - obrazce k experimentu
- Fotografie č. 20 - létající talíře
- Fotografie č. 21 - experiment v MŠ 1
- Fotografie č. 22 - experiment v MŠ 2
- Fotografie č. 23 - experiment v MŠ 3
- Fotografie č. 24 - experiment v MŠ 4

4.Videozáznamy z experimentu

- Videozáznam č. 1- experiment s obrazci v MŠ 1
- Videozáznam č. 2- experiment s obrazci v MŠ 1
- Videozáznam č. 3- experiment s obrazci v MŠ 2
- Videozáznam č. 4- experiment s obrazci v MŠ 2

- Videozáznam č. 5- experiment s obrazci v MŠ 3
- Videozáznam č. 6- experiment s obrazci v MŠ 3
- Videozáznam č. 7- experiment s obrazci v MŠ 4
- Videozáznam č. 8- experiment s obrazci v MŠ4
- Videozáznam č. 9- experiment s pomůckou v MŠ2
- Videozáznam č. 10- experiment s pomůckou v MŠ3
- Videozáznam č. 11- experiment s pomůckou v MŠ4

5. Záznamový arch pro pozorování, analýzu prostředí a experiment

6. Prohlášení školy, že rodiče pozorovaných dětí souhlasí s fotodokumentací

-20. Mateřské škola Kladno

-Mateřská škola Kladno Švýcarská

-Mateřská škola Smečno

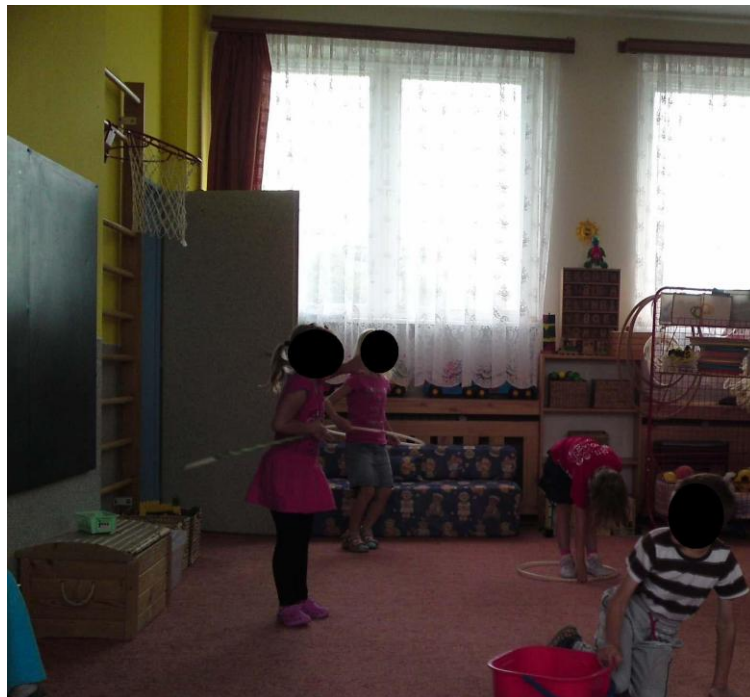
-Mateřská škola Kačice

PŘÍLOHY

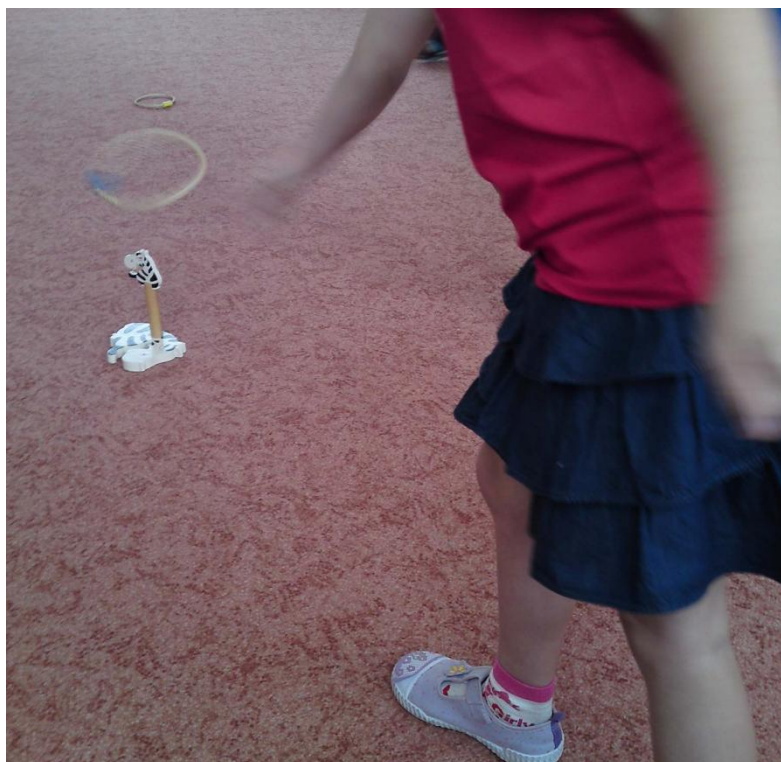
Fotografie č. 1- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 1



Fotografie č. 2- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 1



Fotografie č. 3- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 2



Fotografie č. 4- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 3



Fotografie č. 5- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 3



Fotografie č. 6- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 4



Fotografie č. 7- spontánní pohybová aktivita dětí v MŠ 4



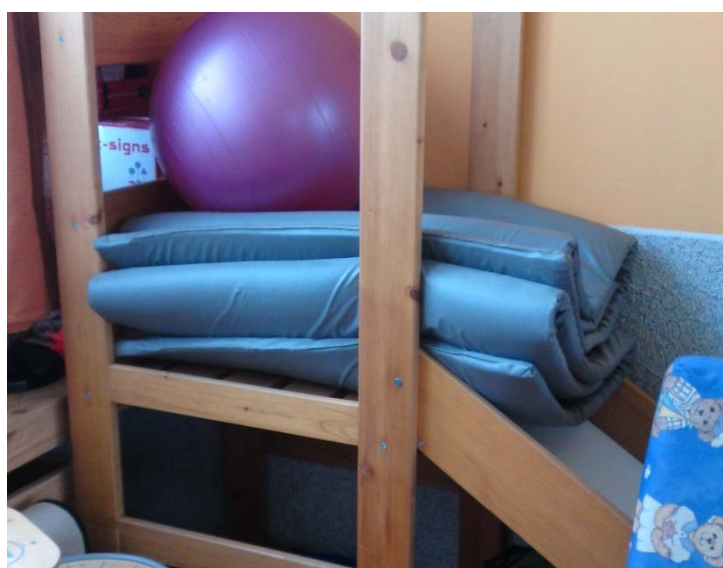
Fotografie č. 8 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1



Fotografie č. 9 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1



Fotografie č. 10- pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1



Fotografie č. 11 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 1



Fotografie č. 12 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 2



Fotografie č. 13 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 2



Fotografie č. 14 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 2



Fotografie č. 15 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 3



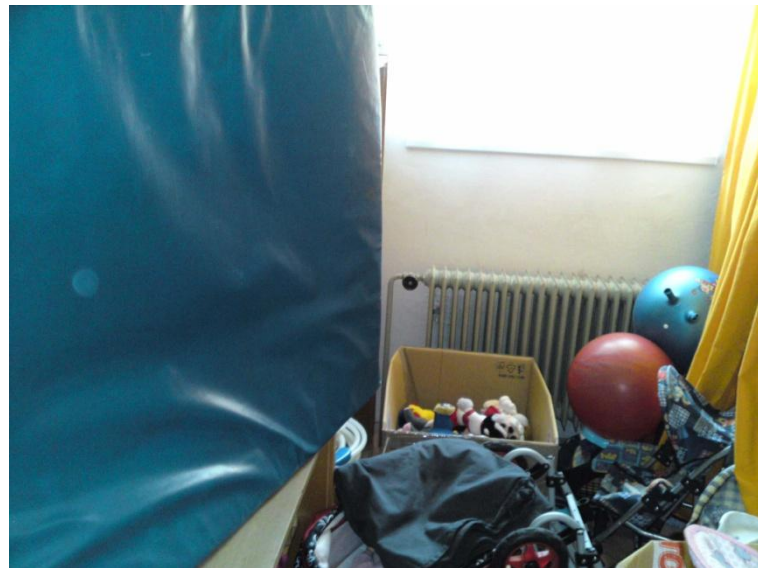
Fotografie č. 16 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 3



Fotografie č. 17 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 3



Fotografie č. 18 - pomůcky pro pohybové aktivity v MŠ 4



Fotografie č. 19 - obrazce k experimentu



Fotografie č. 20 - létající talíře



Fotografie č. 21 - experiment v MŠ 1



Fotografie č. 22 - experiment v MŠ 2



Fotografie č. 23 - experiment v MŠ 3



Fotografie č. 24 - experiment v MŠ 4



ZÁZNAMOVÝ ARCH

MATĚŘSKÁ ŠKOLA:

Adresa:

Kontakt:

Ředitelka:

Zodpovědná osoba:

Souhlas rodičů s fotodokumentací dětí:

třídy

děti

uspořádání

učitelky

ANALÝZA PROSTŘEDÍ

PROSTŘEDÍ MŠ

-umístění:

-prostory:

-pomůcky pro tv:

-vnější prostory:

POZOROVÁNÍ:

DĚTI V MŠ- jejich spontánní pohybová aktivita

DOBA SPONTÁNNÍ POHYBOVÉ AKTIVITY	DRUH POHYBOVÉ ČINNOSTI	POČET DĚTÍ, KTERÉ ČINNOST PROVÁDĚJÍ	DRUH POMŮCKY	SPOLUPRÁCE PŘI SPONTÁNNÍCH POHYBOVÝCH ČINNOSTECH

UČITEL

-Práce s dětmi při pohybu:

-Ovlivnění prostředí pro spont. poh. aktivity dětí:

- Nabídka pomůcek pro spont. poh. aktivity dětí:

POHYB V REŽIMU DNE MŠ

EXPERIMENT

OVLIVNĚNÍ SPONTÁNNÍ POHYBOVÉ AKTIVITY DĚTÍ

-Obrazce na podlaze:

-Nabídnutí pomůcky- létající talíře: