

Seznam příloh

Příloha A - Dotazník.....	I
Příloha B - Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.8.....	V
Příloha C - Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.10.....	VIII
Příloha D - Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.11	XV
Příloha E - Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.12.....	XX
Příloha F - RVP PMP - Kurikulární rámec pro oblast vzdělávání pro zdraví.....	XXIV

Příloha A

Vážená paní učitelko,

jsem studentkou Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy v Praze oboru Pedagogika předškolního věku. Prosím Vás o vyplnění dotazníku, který je součástí mé diplomové práce. Cílem tohoto dotazníku je zjistit, jak hodnotí absolventi středních pedagogických škol a pedagogických fakult výuku na školách a jaké vědomosti a dovednosti si odnášejí do praxe. Dotazník je zcela anonymní a získané informace budou použity pouze ke studijním účelům. Za vyplnění předem děkuji.

Bc. Kateřina Rathausová

Dotazník

Pro absolventy středních pedagogických škol, oboru předškolní a mimoškolní pedagogika a pedagogických fakult, oboru pedagogika předškolního věku

Pokud jste absolvovala střední pedagogickou školu i pedagogickou fakultu, prosím o informace z obou absolvovaných škol.

1. Kterou pedagogickou školu jste vystudovala?

- a) střední pedagogickou školu v (město):
- b) pedagogickou fakultu v (město):.....

2. Jak dlouho učíte v MŠ?

3. Jaký je váš věk?

- a) pod 30 let
- b) 30 – 45 let
- c) nad 45 let

4. Seřad'te jednotlivé činnosti v MŠ podle vašich preferencí od 1 do 7(8) (1 vás nejvíce baví, 7 vás baví nejméně nebo vůbec)

- výtvarné činnosti
- hudební činnosti
- tělovýchovné činnosti
- dramatické činnosti
- ranní kruh
- pobyt venku
- literární činnosti (básničky, čtení, vyprávění)

Baví mě jiné činnosti: (jaké)

5. Zvolila jste si při svém studiu na škole specializaci Tělesná výchova?

SŠ:

- a) ano
- b) ne

VŠ:

- a) ano
- b) ne

6. Na jaké úrovni byla podle Vás kvalita výuky tělesné výchovy na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách, v době, kdy jste tam studovala?

SŠ:

- a) nízká
- b) střední
- c) vysoká

VŠ:

- a) nízká
- b) střední
- c) vysoká

7. Určete, jaké míry se podle vašeho názoru věnovala výuka na škole, kterou jste vystudovala těmto oblastem. *K jednotlivým oblastem přiřad'te čísla od 1-4.*

1 = věnuje se více než je nutné

2 = věnuje se dostatečně

3 = věnuje se nedostatečně

4 = nevěnuje se vůbec

Oblast:

SŠ:

VŠ:

tělesný vývoj dítěte předškolního věku

práce s RVP (tělesná výchova v souladu s RVP)

jak zajistit bezpečnost při cvičení s dětmi

jak poskytnout pomoc nebo záchranu při cvičení s dětmi

organizace a metody řízení pohybových aktivit

cvičné vedení hodin (pohybových jednotek) studenty s následnými rozbory

návštěvy v mateřských školách (pozorování tělovýchovného procesu)

současné problémy pohybového rozvoje dětí

jak realizovat zdravotní a kompenzační cvičení s dětmi

konkrétní hry a činnosti s dětmi venku (různé roční doby)

jakým způsobem využívat různé cvičení náčiní, nářadí, pomůcky

konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky

teorie a didaktika plavání (jak učit děti plavat)

teorie a didaktika lyžování (jak učit děti lyžovat)

hudebně pohybová výchova

dějiny tělesné výchovy

pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty (aerobik, volejbal, plavání, apod.)

gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost)

Vaše poznámky a postřehy k otázce č.7.:

8. Čím byste doplnila (na základě svých poznatků a zkušeností získaných při práci s dětmi) výuku tělesné výchovy na SŠ a VŠ? (v čem dnes tápete nebo co považujete za důležité, ale ve škole jste se to neučila)

9. Nacvičujete s dětmi tyto cviky? Zakroužkujte prosím ano či ne a v obou případech napište, jak byste prováděla dopomoc. U popisu jednotlivých částí těla buďte prosím více konkrétní (která část ruky, nohy, ...)

Cvik:

Dopomoc:

přeskoky snožmo stranou
přes (švédskou) lavičku ano - ne
s oporou o ruce

skoky na trampolíně ano - ne

přemet stranou ano - ne

Pokud některé z těchto cviků neděláte, co je důvodem?

- a) MŠ nemá potřebné vybavení
- b) tyto cviky jsou pro děti předškolního věku nebezpečné a dělat by je neměly
- c) jiný:

10. Myslíte si, že je vhodné zařazovat do pohybových jednotek tyto cviky?

➤ **houpání na kruzích za ruce**

- a) ano, důvodem je:
- b) ne, důvodem je:

➤ **dřepy**

- a) ano, důvodem je:
- b) ne, důvodem je:

➤ **stoj na ruce**

- a) ano, důvodem je:
- b) ne, důvodem je:

11. Jak s dětmi nacvičujete (nebo byste nacvičovala) kotoul vpřed? (včetně všech průpravných cvičení, záchrany, dopomoci - pokud je děláte)

12. Jak s dětmi nacvičujete (nebo byste nacvičovala) „válení sudů“? (včetně všech průpravných a přípravných cvičení, záchrany, dopomoci - pokud je děláte)

Příloha B

Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.8

Čím byste doplnila výuku TV na školách

Konkrétní rady jak pracovat s velkou skupinou dětí, hyperaktivními dětmi, v malých prostorách:

- „Zvládat dětskou hyperaktivitu podporovanou rodiči.“ (SŠ)
- „Jak zvládnout např. opičí dráhu v jedné učitelce a 20 dětech...“ (VŠ)
- „Více se zaměřit na den v MŠ, jak opravdově vést TV chvilku, jak cvičit s dětmi v MŠ ve třídě, když MŠ nemá tělocvičnu.“ (VŠ)
- „Nedostatek vhodných prostor pro TV, stereotypní přístup k výuce dětí v MŠ u kolegyň, malá provázanost s ostatními výchovami.“ (VŠ)

Konkrétní cviky, hry, zdravotní cvičení, rady jak pracovat s dětmi v kterém věku:

- „Zásobník vhodných a netradičních her pohybových her, seznam cviků, které jsou pro děti nevhodné.“ (SŠ)
- „Cvičení vedení hodin, konkrétní hry.“ (SŠ)
- „Jaké cviky mohu děti učit v určitém věku, lehké gymnastické cviky pro děti.“ (SŠ)
- „Nevím, snad jen zásobník her s pravidly.“ (SŠ)
- „Doplnit o konkrétní náplň TV, ukázkové hodiny TV, seznamy cviků, motivační cvičení s hudbou – dříve elce pelce.“ (SŠ)
- „Motivace dětí, rozdělování vhodných cviků dle věku.“ (SŠ)
- „Didaktika plavání, předplavecký výcvik.“ (SŠ)
- „Pohybové hry, relaxační cviky, metody nápravy špatného držení těla.“ (VŠ)
- „Více her a činností k TV.“ (VŠ)
- „Základy lyžařské výuky, hry v přírodě, první pomoc, zařazení např. aerobiku pro děti, jógy, taneční průpravy a různých základů sport. Disciplín.“ (VŠ)
- „Relaxační cvičení, gymnastika.“ (VŠ)
- „Jak zkvalitnit pobyt venku.“ (SŠ)
- „Na SŠ více info jak cvičit s dětmi, na VŠ úplně všechno, více nápadů jak cvičit s dětmi.“ (VŠ)

Dopomoc a záchrana při cvičení, bezpečnost dětí, jejich počet, zdravotní cvičení apod.:

- „více důrazu na dopomoc při cvičení, první pomoc a věnovat se i nácviku plavání, lyžování atd.“ (SŠ)
- „Bezpečně zvládnout skupinu dětí na 20 při pohybových činnostech (nelze dohlížet na všechny najednou).“ (SŠ)
- „Dopomoc při TV dítěti SŠ, VŠ, zaměření TV na dítě.“ (VŠ)
- „Podrobnější průprava plavání a záchrana, větší zaměření se na nápravu vadného držení těla, zdravotní TV, cviky, které by se provádět neměly (bezpečnost).“ (VŠ)
- „Současné problémy a jejich prevence.“ (VŠ)
- „Zdravotní výchova pro př.děti, zdravý životní styl.“ (VŠ)

Didaktika TV, metodika nácviku konkrétních činností:

- „Ve škole jsme měli více náslechu, zaměřovali jsme se hodně na metodiku jednotlivých výchov – což dnešním absolventům chybí – hlavně HV, TV, VV, Lit.V.“ (SŠ)
- „Nic mě nenapadá, možná se více věnovat metodice a jak to dítě naučit (způsob, provedení, frekvence).“ (VŠ)
- „Zaměření se na přímé držení těla, vhodně volit cviky, zaměřit se na zkrácené natahovače dolních a horních končetin (děti neumí propnout končetiny) učit děti střídání svalové napětí se svalovým uvolněním, učit je správnému dýchání při provádění svalových cviků.“ (SŠ)
- „Rozhodně více didaktiky, jak dávat záchranu, metodické provedení jednotlivých cviků apod.“ (SŠ)
- „Chybí metodika.“ (VŠ)
- „Více metodických a praktických cvičení.“ (VŠ)
- „Metodické řady některých sport. Činností (lyžování, plavání – jak to děti učit).“ (VŠ)
- „Metodika TV, konkrétní cviky – nežádoucí cviky.“ (VŠ)
- „U kombinovaného studia didaktiku TV, studenti s krátkou nebo žádnou praxí s tím mají určitě problém.“ (VŠ)
- „Lépe pracovat s konkrétními příklady, didakticky pohybovou aktivitu, organizaci skupinové činnosti.“ (VŠ)

Více praxe, neslechových, cvičných a rozborových hodin:

- „Doporučila bych více cvičných hodin v MŠ, aby studenti získali více praktických zkušeností při cvičení s dětmi a při poskytování dopomoci.“ (SŠ)
- „Praktickou zkušeností, více praxe, motivace a reakce dětí.“ (VŠ)
- „Více návštěv MŠ - pozorování v praxi.“ (SŠ)
- „Obohatila bych výuku o více hospitací, na kterých bychom získaly více námětů a motivačních prvků.“ (VŠ)
- „Na VŠ bylo málo praxe, celou TV bych převedla do prostředí MŠ, někdy nevím, jak bych měla správně reagovat na některé projevy dětí při cvičení (nechce se jim cvičit, mluví při zdravotním cvičení, skáčou po sobě apod..“ (VŠ)
- „VŠ – především ukázkové hodiny (metodika, bezpečnost dětí při cvičení).“ (VŠ)

Práce s motivací, pomůckami, nářadím a náčiním:

- „Jaké různé pomůcky použít při rozcvičce.“ (SŠ)
- „Celkovou didaktiku TV, možnosti využívání pomůcek , nářadí.“ (SŠ)
- „Cvičení s náčiním, nápady a jakým způsobem používat.“ (VŠ)
- „Více se zaměřit na náměty (pestrost motivace, pomůcek, ...)cvičení.“ (VŠ)

Práce s RVP:

- „Práce s RVP.“ (SŠ)

Ostatní:

- „Neznám obsah výuky, neučila se psaní strojem a nyní většina na PC.“ (SŠ)
- „Myslím, že výuka na SPgŠ před 20 lety byla dostačující.“ (SŠ)
- „Nevím, jak se výuka na SŠ změnila.“ (SŠ)
- „Doplňuji samostudiem.“ (SŠ)
- „Více hodin TV.“ (SŠ)
- „Nic bych neměnila.“ (SŠ)
- „Nemám žádný problém, postupně se doučuji co nevím, ale ve škole mi dali pevný základ.“ (SŠ)
- „Nemám přehled o dnešní úrovni SŠ a VŠ.“ (SŠ)
- „Nevím.“ (VŠ)
- „Domnívám se, že je podstatě jednoduché si VŠe dohledat z dostupných materiálů, vzdělávání na seminářích apod..“ (VŠ)
- „Jsem spokojená s tím, co jsem se dověděla – vystačím s tím.“ (VŠ)

- „Obohatila bych výuku spíše o praktické činnosti.“ (VŠ)
- „Na VŠ je krátká časová dotace pro TV.“ (VŠ)
- „Díky studiu na SŠ do roku 1989 cítím dobrou připravenost.“ (VŠ)

Příloha C

Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.10

Vhodnost zařazování určitých prvků do cvičební jednotky

houpání na kruzích za ruce
Ano, důvodem je:
<ul style="list-style-type: none">➤ „Posílení svalů.“ (VŠ)➤ „Jiný druh pohybu, koordinace celého těla.“ (VŠ)➤ „Není to sice asi dobré, ale může si to dítě vyzkoušet, rozhodně na tomto zařazení netrvám.“ (VŠ) Využiji jen když je příležitost.“ (VŠ)➤ „Protažení celého těla (samozřejmě zajistit bezpečnost, žíněnka, dopomoc, stát u dítěte).“ (VŠ)➤ „Děti to baví, posílení svalových skupin, nutné zpevnění těla – spíš starší děti.“ (VŠ)➤ „Ale až u předškoláků, posílení rukou.“ (VŠ)➤ „Posílení a protažení svalstva.“ (VŠ)➤ „Rovnováha, odvaha, posilování.“ (VŠ)➤ „Uvolnění paží, (protažení těla) souhrn pohybů.“ (VŠ)➤ „U starších dětí vhodný pro zpestření výuky.“ (VŠ)➤ „Rozvoj stability a síly.“ (VŠ)➤ „Radost z překonaných zábran.“ (SŠ)➤ „Ano, ale není vybavení v MŠ“ (SŠ)
Ne, důvodem je:
<ul style="list-style-type: none">➤ „Pro děti z MŠ je to nevhodný cvik, nemají dělat žádný cvik kde celou váhu těla mají na ramenním kloubu.“ (VŠ)➤ „V MŠ ne vis za ruce.“ (VŠ)➤ „Nejsem schopna zajistit bezpečnost.“ (VŠ)➤ „Děti v předškolním věku by neměly provádět cviky – visy, kvůli neosifikovaným kostem, mohlo by dojít k poškození ramenního kloubu.“ (VŠ)➤ „Zdá se mi to nebezpečné i ze zdravotních důvodů.“ (VŠ)➤ „Nedostatečná koordinace rukou i nohou.“ (VŠ)➤ „Vybavení.“ (VŠ)➤ „Nedostatečná vyvinutost ramenního kloubu.“ (VŠ)➤ „Není vhodné – nezpevnění zápěstí.“ (VŠ)

- „Velká zátěž na zápěstí.“ (VŠ)
- „Není potřeba.“ (VŠ)
- „Tento cvik by děti v předškolním věku dělat neměly, nebezpečné.“ (VŠ)
- „K visu není dítě dostatečně vyvinuté, pokud vis, pouze kraťoučkový a statický.“ (VŠ)
- „Ještě nevyvinuté kloubní jamky ramen.“ (VŠ)
- „Je vhodný cvik na dlouhodobější visy pro nevyvinutí kloubních pouzder.“ (VŠ)
- „Zátěž na ramenní klouby.“ (VŠ)
- „Nevhodná zátěž na klouby horních končetin.“ (VŠ)
- „Velký nápor na klouby ruky.“ (VŠ)
- „Bezpečnost dětí.“ (VŠ)
- „Velká zátěž ramenního kloubu a paží.“ (VŠ)
- „Zátěž na klouby, nebezpečí pádu.“ (VŠ)
- „Menší děti se dlouho neudrží, musela bych jim občas dopomocť, když se budou houpat, spíše bych jim pomohla zavěsit se na průlezku, kde jim můžu pomocť s doskokem.“ (VŠ)
- „Děti nesmí dělat visy na rukou.“ (VŠ)
- „Dítě nemá viset za ruce, toto nářadí není v MŠ.“ (SŠ)
- „Zdravotní.“ (SŠ)
- „Není vybavení.“ (SŠ)
- „Nedostatečný vývin chrupavek / zápěstí ruky.“ (SŠ)
- „Nevhodný pro děti MŠ.“ (SŠ)
- „Jemné chrupavky v zápěstí – tíha celého těla.“ (SŠ)
- „V MŠ se nesmí, do 6 let nejsou vyvinuté klouby.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro předškolní věk.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro děti 3-6 let.“ (SŠ)
- „Ještě stálý vývoj zápěstních kůstek.“ (SŠ)
- „Není ve vybavení MŠ, dle mého názoru pro 3-6 leté děti nevhodné.“ (SŠ)
- „V MŠ není vybavení.“ (SŠ)
- „Velký tah na dětské klouby a vazy.“ (SŠ)
- „Nadměrný svalový tah.“ (SŠ)
- „Myslím, že MŠ kruhy nemají, děti nemají pořádně svalstvo, možnost i vykloubení rukou.“ (SŠ)
- „Učili mě, že to pro předškolní děti není vhodné na ramenní klouby.“ (SŠ)

- „Děti by neměly vyset za ruce.“ (SŠ)
- „Děti v tomto období nemají dělat visy.“ (SŠ)
- „Zdá se mi to moc nebezpečné.“ (SŠ)
- „Nebezpečné.“ (SŠ)
- „Není vybavení.“ (SŠ)
- „Stálý vývoj chrupavek.“ (SŠ)
- „Zátěž na zápěstí.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro správný fyzický rozvoj.“ (SŠ)
- Nebezpečné.“ (SŠ)
- „V metodikách není uvedeno, ale některá dětská hřiště houpání umožňují.“ (SŠ)
- „Dítě nemá zcela vyvinuty chrupavky na ruku, nemá pevný a jistý úchop.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro děti v MŠ.“ (SŠ)
- „Visy pro děti v předškolním věku jsou nebezpečné.“ (SŠ)
- „Nevhodnost.(vykloubení paží)“ (SŠ)
- „MŠ nemá kruhy, přijde mi to pro předškolní dítě zbytečně nebezpečné (tedy s dětmi, které jsou zvyklé se hýbat a cvičit třeba na nějakém kroužku ano, ale ne v běžné třídě).“ (SŠ)

dřepy

Ano, důvodem je:

- „Ano, ale v malém počtu opakování.“ (VŠ)
- „Protažení svalů, koordinace těla.“ (VŠ)
- „Posílení nohou.“ (VŠ)
- „Rozvoj síly a svalové hmoty.“ (VŠ)
- „Posílení stehenních svalů.“ (VŠ)
- „Protahování a posilování svalů.“ (VŠ)
- „Správné držení těla, procvičení hýžd'ových a stehenních svalů.“ (VŠ)
- „Stabilita, držení rovnováhy.“ (VŠ)
- „Posílení svalů.“ (VŠ)
- „Jen v nízkém počtu.“ (VŠ)
- „Posílení nohou, držení těla a rovnováhy.“ (VŠ)
- „Posílení stehenních svalů.“ (VŠ)
- „Udržení rovnováhy.“ (VŠ)

- „Posilovací cvik.“ (VŠ)
- „Posilování.“ (VŠ)
- „Zařazování do různých her, nepřetěžovat.“ (VŠ)
- „Aktivizace.“ (VŠ)
- „Svalové posílení.“ (VŠ)
- „Posílení nohou.“ (VŠ)
- „Posilování svalstva.“ (VŠ)
- „Posilování hýždí a dolních končetin, rovnováha.“ (VŠ)
- „Posilování dolních končetin, správné držení těla.“ (VŠ)
- „Zvýšení a posílení svalových oblastí.“ (VŠ)
- „Posilování, rovnováha, změna polohy.“ (VŠ)
- „Procvičíme dolní končetiny.“ (VŠ)
- „Posilování svalstva.“ (SŠ)
- „Rovnováha, přesnost.“ (SŠ)
- „Hra na honěnou, na mrkanou.“ (SŠ)
- „Posilování, držení těla.“ (SŠ)
- „Děti se celkově málo hýbou, dolní končetiny mají zkrácené svaly.“ (SŠ)
- „Posílení stehenních svalů, správné držení těla, rovnováha.“ (SŠ)
- „Procvičení rovnováhy.“ (SŠ)
- „Procvičování svalstva, mnoho dětí je má zkrácené, ochablé.“ (SŠ)
- „Děti posilují stehenní svaly.“ (SŠ)
- „Tak 10x, problém dělá rovnováha.“ (SŠ)
- „Posilování stehenních svalů.“ (SŠ)
- „5-10 dřepů dětem snad neuškodí, ale je to cvik pro děti nezajímavý.“ (SŠ)
- „Děti si zdokonalí kromě svalstva a udržení celkové rovnováhy.“ (SŠ)
- „Přirozená základní lokomoce, správné držení těla, správné kladení chodidel.“ (SŠ)
- „Procvičuje se rovnováha a stabilita.“ (SŠ)
- „Posílení svalů dolních končetin, nácvik rovnováhy.“ (SŠ)
- „V omezeném počtu, přiměřeně.“ (SŠ)
- „Cvičení rovnováhy, rovné držení těla, klenba nohy, posilovací cvičení svalů nohou.“ (SŠ)

Ne, důvodem je:

VŠ

- „Poškození kolen.“ (VŠ)
- „Kvůli zátěži kloubů.“ (VŠ)
- „Ne příliš, zatěžování kloubu, chrupavek.“ (VŠ)
- „Zátěž na kolena – není žádoucí rozvíjet u dětí silové schopnosti lze zařadit do jiných cviků - např. Žabáky.“ (VŠ)
- „Zátěž a poškození kolen, náročnost cviku.“ (VŠ)
- „Nápor na kolenní klouby.“ (SŠ)
- „Zátěž pro klouby.“ (SŠ)
- „Přepínání kolenních kloubů.“ (SŠ)
- „Dřepy nejsou zdravé na kolena, pokud se nedělají správně, takže dělat je ano, ale v omezené míře a správným způsobem tak, aby nezatěžovalo kolena.“ (SŠ)

Stoj na rukou

Ano, důvodem je:

- „Nevím.“ (VŠ)
- „Zpevnění paží, rovnováha, posílení a zpevnění svalstva, celého těla (po průpravném cvičení).“ (VŠ)
- „S dopomocí, oporou o něco, podle sebe, krátkou dobu, aby nedošlo k překrvení.“ (VŠ)
- „Děti sami mají tendence se tak stavět, rozvoj síly, překonání sama sebe a strachu z činnosti.“ (VŠ)
- „Posilování svalových částí rukou, ale nutná správná dopomoc při cviku.“ (SŠ)
- „Po důkladném uvážení a zjištění možností dětí.“ (SŠ)
- „S dopomocí kvůli rovnováze.“ (SŠ)
- „Radost z pohybu.“ (SŠ)

Ne, důvodem je:

- „Přílišné zatížení kloubů.“ (VŠ)
- „Učivo 1.“ (VŠ)st.“ (VŠ)
- „Nejsem schopna zajistit bezpečnost.“ (VŠ)
- „Dítě se třeba neunes – hrozí pád, na druhou stranu to vyžaduje velké zpevnění – posílení svalstva.“ (VŠ)
- „Nebezpečné.“ (VŠ)
- „Myslím, že to není vhodné, hlavně pro děti i učitelku náročné.“ (VŠ)
- „Špatná zkušenost, vidím v tom nebezpečí.“ (VŠ)

- „Slabé svalstvo?“ (VŠ)
- „Nebezpečnost.“ (VŠ)
- „Námaha na ruce, nahrnutí krve do hlavy.“ (VŠ)
- „Náročnost na dopomoc a pozornosť učiteľa – pouze ve sníženém počtu, spíše v gymnastické či taneční prípravce.“ (VŠ)
- „Snadné zranění.“ (VŠ)
- „Neodpovídá věku dítěte.“ (VŠ)
- „Nebezpečná činnosť.“ (VŠ)
- „Tento cvik by děti v předškolním věku dělat neměly, nebezpečné.“ (VŠ)
- „Nedostatek síly v rukách.“ (VŠ)
- „Není pro všechny vhodný, bych je neunesla všechny.“ (VŠ)
- „Složitost (udržení rovnováhy) též individuální, tudíž někdo zvládá.“ (VŠ)
- „Malá síla v rukou a nekoordinované pohyby.“ (VŠ)
- „Nevhodný cvik pro předškolní děti.“ (VŠ)
- „Děti nejsou svalově, fyzicky připraveny a hrozí úraz.“ (VŠ)
- „Bezpečnosť.“ (VŠ)
- „Nebezpečí úrazu, pro děti v MŠ nevhodné.“ (VŠ)
- „Nebezpečné a náročné.“ (VŠ)
- „Nebezpečí úrazu.“ (VŠ)
- „Nedostatečně vyvinuté ruce.“ (VŠ)
- „Není to vhodný cvik.“ (SŠ)
- „Bezpečnosť.“ (SŠ)
- „Nebezpečné.“ (SŠ)
- „Vývoj zápěstních kůstek.“ (SŠ)
- „Nebezpečné.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro děti v MŠ.“ (SŠ)
- „Nevhodné.“ (SŠ)
- „Nevhodné.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro předškolní věk.“ (SŠ)
- „Bezpečnosť, pouze s dopomocí učitelky.“ (SŠ)
- „Jemné chrupavky v zápěstí nedovedou zpevnit celé tělo, neumějí vědomě ovládat některé svalové skupiny.“ (SŠ)
- „Takto malé děti tyto cviky nezvládají.“ (SŠ)

- „Netroufám si.“ (SŠ)
- „Nebezpečné pro děti i těžké.“ (SŠ)
- „Nebezpečné.“ (SŠ)
- „Nepřiměřené věku.“ (SŠ)
- „Vývoj chrupavek, možnost vykloubení.“ (SŠ)
- „Předškoláci by je dělat neměli.“ (SŠ)
- „Velká náročnost.“ (SŠ)
- „Nemají dostatečně vyvinutou rovnováhu, také zápěstí.“ (SŠ)
- „Nevhodné pro děti MŠ.“ (SŠ)
- „Nebezpečí úrazu, zvrknutí zápěstí.“ (SŠ)
- „Nebezpečí úrazu.“ (SŠ)
- „Bojím se, v MŠ je málo prostoru.“ (SŠ)
- „Příliš nebezpečné pro některé děti (tedy s dětmi, které jsou zvyklé se hýbat a cvičit třeba na nějakém kroužku ano, ale ne v běžné třídě).“ (SŠ)

Příloha D

Konkrétní odpovědi učitelek na otázku č.11 Nacvičování kotoulu vpřed

1. skupina

- „Roztažené nohy, ruce a hlava směřují mezi ně, poté přidržit hlavu a za zadeček dítěti pomoci v kotoulu.“ (SŠ)
- „1, stoj rozkročný, předklon, hluboký předklon, hlava na hrudník, 2, žíněnka, stoj rozkročný, hlava na hrudník, hluboký předklon, 3, pokus o kotoul, hlídám zátylek, aby byla hlava stále na hrudníku, přetočím dítě, dopomoc rukou.“ (SŠ)
- „1, stoj rozkročný, dívat se do okénka nebo na kamaráda, 2, kotoul s dopomocí uč., držení za týl (správně sbalit tělo do kotoulu).“ (SŠ)
- „Na žíněnce, stoj rozkročný, předklon dopředu, učitelka pomůže sbalit do klubíčka a pomalu stočit hlavu a překulit se do dřepu.“ (SŠ)
- „Dopomoc – záchrana z pravé strany dítěte, postoj učitelky je klek na levé, unožit pokrčme pravou, ruku na týl dítěte, levou mezi zadek a stehno, nestavit na hlavu, na žíněnce, nejdříve ze stoje rozkročného, průpravné cviky – kolíbka, válení sudů, plazení, lezení.“ (SŠ)
- „Stoj rozkročný, zapření se o ruce – záchrana držením za zápěstí ruky, sklon hlavy mezi kolena (okénko), záchrana držením dítěte za zátylek hlavy, přetočení dítěte tlakem na kyčelní oblast a držením dítěte za zátylek hlavy, průpravné části se dají procvičovat formou průpravných cviků.“ (SŠ)
- „Nejprve z mírného podřepu rozkročného, dlaně na zem co nejbliže ke špičkám nohou, protočení trupu přes záda do sedu, hlavu předkloněnou, později nácvik ze stoje rozkročného. Dopomoc uč. – rukou podtáčí hlavu do předklonu, pomoc při přetočení trupu na záda – nestavit se na hlavu. Obměny výchozích i koncových poloh.“ (SŠ)
- „Před.příprava – v leže na zádech přitahování rukou a nohou souběžně. Příprava – kolébka. U dětí ml. věku 3-4 – pouze kotoul vpřed s dopomocí ze dřepu, ruka učitelky na týlu a zadečku, dodržování sbalení.“ (SŠ)
- „Dopomoc za hýždě a týl hlavy kolmo k dítěti, na žíněnce ruce na zem, koukat se (hlava mezi nohy) na kamaráda – kotoul.“ (VŠ)
- „Kolébka na začátku, dopomoc – držení za týl a hýždě.“ (VŠ)
- „Dítě ze stoje rozkročného nejlépe provádí kotoul – dopomoc – podložit hlavu + při rotaci těla mu dopomoci držením za hýždě, průpravná cvičení – předklony apod.“ (VŠ)

- „Kolébka, kolébka do sedu, plazení po lavičce, na konci do kotoulu, ze stoje rozkročného s kontrolou hlavy – opora za temeno.“ (VŠ)
- „Ze stoje rozkročného, dlaně na zem, hluboce předklonit hlavu, odrazit nohama, překulit se do sedu či později dřepu, dopomoc – dlaní, zakulatit hlavu, druhou rukou dodat švih k překulení držením za hýždě, po překulení zajistit rukou záda do sedu (do dřepu již zvládnou samy).“ (VŠ)
- „Dřep či stoj rozkročný, ruce před sebe, hlavu schovat mezi kolena, mezi nohy do předklonu, odraz, záchrana – kontrola hlavy, u dětí, které ještě neumí pomoc při odrazu – uchopením za hýždě.“ (VŠ)
- „Příprava ve dřepu, připravení rukou + hluboké předklonění hlavy až na prsa – rukama postrčit za zadek, a druhou tlakem na temeno hlavy – překulení, mám nejmenší děti 3-4 roky – nenacvičuji, pouze dopomoc při spontánních projevech dětí.“ (VŠ)
- „Průprava – kolébka – dopomoc tlačení na holeně, dopomoc – sbalením hlavy a impuls pro převal pod zadečkem, z boku dítěte, dítě stojí na žíněnce.“ (VŠ)
- „Stoj rozkročný, předklon, pevné ruce položené na žíněnce, hlavu dolů, dívat se do „okénka“, při dopomoci dávám pozor na hlavu, pomáhám přehoupnout zadek. Nejdříve bych s dětmi trénovala předklony a podívání do okýnka.“ (VŠ)
- „Kolíbka – aby dítě umělo překulit – je to nácvik poslední fáze kotoulu – a jít do dřepu/stoje a ne do sedu. Dopomoc – jedna ruka na týlu dítěte, tlačí hlavu k hrudníku, druhá na zadečku, pomáhá dítěti se překulit. Klubíčko – stočit sed do klubíčka – naučit se schovat hlavu na hrudník.“ (VŠ)

2. skupina

- „Dle didaktických pokynů – pomoc, motivace, pochvala, procvičování.“ (SŠ)
- „1, nacvičování kolíčky 2, stoj rozkročmo, správné sbalení hlavy s dopomocí učitelky.“ (SŠ)
- „Starší děti zvládají sami a malým pomůžu, stoj rozkročný, záklon hlavy mezi nohy a pomůžu jim.“ (SŠ)
- „Stoj rozkročný, záklon hlavy mezi nohy, dopomoc učitelky, většina dětí 5-6 let zvládá bravurně.“ (SŠ)
- „Měkká podložka, ze stoje rozkročného, dopomoc – úchyt za krk za hlavou.“ (SŠ)
- „Šikmý stoj vzpomo rozkročný, položit hlavu týlem na zem (pohled za sebe) pokrčením paží pokračovat v pohybu vpřed do sedu, dopomoc – rukou podložit hlavu, druhou

pomoci přetáčením tlakem v bocích, při přechodu podáním ruky, chyby: kotoul přes rameno, kolena od sebe, stoj na hlavě.“ (SŠ)

- „1, průpravná cv. – psychomotorické hry, zdravotní cvičení, rozcvička, 2, přípravné cv. – předklony ze stoje, cvičení změny poloh 3, nácvik – stoj mírně únožný, předklon se záklonem hlavu k hrudníku, záchrana + dopomoc – uč. hlídá správné postavení hlavy a dopomáhá švih v kotoulu – stoj s dopomocí.“ (VŠ)

3. skupina

- „Na měkké podložce s dopomocí uč., při seznamování zpočátku z mírně zvýšené roviny směrem dolů, správně postavení nohou i paží, sbalením hlavy směrem k hrudníku (pracuji s dětmi 2,5 – 4 roky).“ (SŠ)
- „1, učít sbalený sed skrčmo 2, učít podřep roznožný, hluboký ohnutý předklon, dlaně na zem, hlava mezi kolena (okénko) 3, kolébka ze sedu do sedu s dopomocí 4, kotoul z mírně nakloněné plochy s dopomocí, 5, kotoul vpřed na rovině s dopomocí (hlava mezi nohy) 6, samostatně ze stoje rozkročného do dřepu.“ (SŠ)
- „Průpr. – nějaké kolébky na zádech, nácvik – kotoul na nakloněné rovině z kleku, záchr. – přidržování jedné ruky dítěti a pomoc při schování hlavy, dopomoc – nakloněná rovina – i měkčí – a pomoc při přehoupnutí těžiště dítěte.“ (SŠ)
- „1, kolébka na měkké šikmé ploše (brada na hrudník) 2, kolébka na rovné ploše (z počátku s dopomocí, pak bez) 3, kotoul vpřed ze stoje rozkročného ze vzpažení, předklon (napjaté nohy i ruce), uč. Přidržuje hlavu přitisknutou k hrudníku – to vše na měkké mírně šikmé ploše (využívám lehátko na jedné straně sklopené nožky + žíněnka) 4, kotoul vpřed ad 3) na rovné měkké žíněnce s dopomocí 5, kotoul vpřed na měkké rovné ploše bez dopomoci.“ (SŠ)
- „Příprava – kolébka, nácvik – můstek na něm žíněnka, dopomoc – hlídat hlavu na hrudi, kotoul – stoj rozkročný – ruce mezi nohy na zem a dopomoc.“ (VŠ)
- „Šikmá plocha, ze stoje rozkročného, ze dřepu.“ (VŠ)
- „Průpravou by mohly být skoky ve dřepu vpřed (jako žába). S pomocí odrážela, které je sklopené jako kopeček dolů – usnadňuje zabalení se do klubička. Dopomoc – držení za zápěstí a druhou rukou napomoci schovat hlavu mezi ramena.“ (VŠ)

4. skupina

- „Podřepy - příprava k odrazu, správný postoj – hluboký předklon, ruce na zem, předklon hlavy (tzv.okýnko), dopomoc při předklánění hlavy a dopomoc s odrazem.“ (SŠ)

- „Kolíbka – brada na hrudník – šikmá plocha, kolíbka – dopomoc – rovná plocha, stoj rozkročný ve vzpažení.“ (SŠ)
- „Názorná ukázka uč., dopomoc uč., kolébka, stoj rozkročný.“ (VŠ)
- „Kolébka, okýnko, brada na hrud' (průprava), žíněnka: jako dopomoc dohlížím na bezpečí hlavy dítěte.“ (VŠ)
- „Předvedení, schoulení, sbalení, předklonění, překlopení, odraz, dopomoc – při nácviku může sloužit pás s provazy.“ (VŠ)
- „Dopomoc učitelky, nevhodné pro malé děti, dřep, sklon hlavy, odrazit se.“ (VŠ)
- „Kolébka, okýnko (učit se schovat hlavu).“ (VŠ)
- „Kolébka (sbalit se) – hlavu připevnit na hrudní kost (přitisknout bradu), ruce na šíři hlavy.“ (VŠ)
- „Nacvičuji se staršími dětmi 5-6 let, žíněnka – dětem předvedu – učíme se „dívat do okénka“ v předklonu, ukážu dětem, že je potřeba sbalit hlavu a záda do kuličky – dětem dopomáhám při překulení, vedu je, aby skončily kotoul ve dřepu, děti nenutím, jen kdo chce, dělá kotoul.“ (VŠ)
- „Průpravné cvičení: kolíbka. Ukázka učitelky. Organizace, bezpečnost dětí – kde stojí, žíněnka. Postoj dítěte, dřep, hlava na hrudník, ruce na podložku, dopomoc učitelky.“ (VŠ)
- „Základem je správný postoj – dítě stojí s mírně rozkročenýma nohama, předkloní se, hlavu schoulí mezi nohy, nohama se opře o podložku a udělá s pomocí x bez pomoci pohyb vpřed – kotoul vpřed. Když má dítě problém kotoul udělat, tak mu pomůžu přidržením.“ (VŠ)
- „Skok, odraz ze dřepu jako zajíček – vede ke zpevnění rukou (nepodlamování a nestavění se na hlavu). Kolébka, - přitažení hlavy. Stoj rozkročný se sbalenou hlavou (koukání do okénka). Pomoci sbalit se dítěti a překulit, schovat hlavu, přetočit.“ (VŠ)
- „Důležité 1, stoj na žíněnce 2, položit dlaně na žíněnku 3, bradu přiložit k hrudi 4, správná poloha hlavy 5, dopomoc učitelky nácvik: přitahování na lavičce, plazení, lezení, lezení po žebřinách, válení sudů, nácvik kolébky, kotoul na nakloněné rovině.“ (VŠ)
- „Kotoul vpřed je prováděn především z mírného podřepu, rozkroku, díky které si dítě vytvoří okénko, do kterého se podívají, dlaně jsou na zemi a nejbliž ke špičkám nohou. Poté následuje přetočení trupu přes záda do sedu. Hlava musí zůstat předkloněná, dítě nesmí zvedat hlavu.“ (VŠ)
- „A, průpravná cvičení – rozcvička, zdravotní cvičení, cviky ve stoje, změny poloh, předklony. B, stoj mírně rozkročný, předklon, brada na hrudník. C, p.uč. hlídá zbytek, pomáhá při dotočení.“ (SŠ)

5. skupina

- „Dítě si dřepne před žíněnku, sbalí hlavu co nejvíce ke kolenům a lehce se přetočí do kotoulu, dbám na to, aby se nestavělo na hlavu.“ (SŠ)
- „Dítě si sedne do dřepu, dá hlavu mezi kolena a pomalu se odrazí nohou. Po dokončování kotoulu dá ruce před sebe a ty je vynesou nahoru. Před tím možnost zkoušet jen kolíbkou, průprava i pro kotoul vzad.“ (SŠ)
- „Průpravné cviky – válení sudů, kolébka, dopomoc- za bedra a hlavu dítěte.“ (VŠ)
- „Průpr.cvičení – kolébka, nácvik – stoj rozkročný, sbalit, ruce vpřed, kotoul. učitelka dbá na zabalení dítěte, rukou na hlavě a zádech dítěte.“ (VŠ)

6. skupina

- „Na žíněnce, stoj roznožný, vzpor dřepmo do vzporu dřepmo.“ (SŠ)
- „Necvičím s dětmi, máme tříleté.“ (SŠ)
- „Na žíněnce s dopomocí učitelky (okénko), nikdy děti nenutíme.“ (SŠ)
- „Za stoje rozkročného ...něco... styly.“ (SŠ)
- „Nenacvičuji, pracuji s dětmi tříletými.“ (SŠ)
- „Nenacvičujeme.“ (SŠ)
- „Kotouly jsou pro děti předškolního věku nevhodné, neděláme je.“ (SŠ)
- „Neděláme.“ (SŠ)
- „Nenacvičuji, v předškolním věku nesmí.“ (SŠ)
- „Nenacvičujeme.“ (SŠ)
- „Neděláme, těžko se choulí do klubička, narážejí na hlavu a přepadávají na záda (mohou si vyrazit dech), děti tento cvik znají , jsou poučeni o nebezpečí.“ (SŠ)
- „Nenacvičuji, mám stále 3. leté děti.“ (SŠ)
- „V MŠ kotoul nenacvičujeme – učím jen skupinu 3-4 roky.“ (VŠ)
- „Nenacvičuji.“ (VŠ)
- „Nenacvičujeme, zákaz z vedení MŠ.“ (VŠ)

Příloha E

Konkrétní odpovědi respondentek na otázku č.12

Nacvičování „válení sudů

1. skupina

- „Děti se válejí přímo bokem s narovnaným tělem.“ (SŠ)
- „Cvičíme válení a děti to umí velmi dobře i bez mé dopomoci.“ (SŠ)
- „Dětem to předvedu já jako první a potom to zvládají bez pomoci nebo i bez přípravy (starší děti).“ (SŠ)
- „Děti zvládají většinou bez přípravy.“ (SŠ)
- „Názorná ukázka na žíněnce.“ (SŠ)
- „Děti se válí spontánně – většinou venku na sněhu.“ (SŠ)
- „Válení sudů jde dětem takřka samo, občas stačí popostrčit.“ (SŠ)
- „Nenacvičujeme, děti spontánně válejí sudy samy bez instrukcí učitelky.“ (VŠ)
- „Ukázka učitele, nápodoba dětí.“ (VŠ)
- „Válíme sudy.“ (VŠ)
- „Je potřeba dopomoc??!?.“ (VŠ)

2.skupina

- „U dětí je důležité, aby dodržovaly napnuté ruce a nohy, jinak válení sudů končí mimo podložku či žíněнку.“ (SŠ)
- „Válení sudů na žíněnce, napnuté vzpažené ruce nebo na trávě z kopečka, kdy válení jde samo.“ (SŠ)
- „Vždy na žíněnce, v lehu na zádech kolébání z jedné strany na druhou, samostatné válení sudů, ruce natažené nad hlavou.“ (SŠ)
- „Vzpažení rukou a natažení nohou v lehu – koulení kamaráda po žíněnce, samostatné válení – dopomoc pouze slovní – natáhni ruce, nohy.“ (VŠ)
- „Žíněnka – dětem předvedu – ruce vzpažit (natáhnout) i nohy natáhnout, hmitem se překulit, převalit. Děti zpravidla dopomoc nepotřebují. Lze cvičit i se 3 letými dětmi (některé se poprvé převalit nedovedou, jen leží – buď jim pomohu nebo poradím ať si lehnou na břicho, a odtud je lepší pozice, aby se překulily na záda).“ (VŠ)
- „Na zahradě s žíněnkovým kobercem z mírného svahu.“ (VŠ)
- „Předvedení, vlastní nácvik – překlápění z břicha na záda, spojení – jedno překlopení za druhým.“ (VŠ)

- „Z mírně nakloněné podložky.“ (VŠ)
- „Bez dopomoci, jen s verbálním hodnocením, natáhnout ruce a nohy, zpevnit tělo.“ (VŠ)
- „Názorná ukázka, zpevněné tělo, reakce na signál.“ (VŠ)
- „Válení sudů po nakloněné rovině, válení sudů s molitanovým míčem v dlaních nebo mezi koleny válení sudů na žíněnce, kde jsme vyznačili směr (stuha).“ (VŠ)
- „Dbám na to, aby dítě leželo rovně natažené a soustředilo se co má dělat.“ (VŠ)
- „Příprava pomůcek – žíněnka. Leh, vzpažení rukou, napnutí nohou, určení směru válení, bezpečnost válení.“ (VŠ)
- „Průpravná cvičení vedoucí ke zpevnění těla, vytažení se „co nejdelší“ ve stoj, v leže, válení sudů s držením předmětu, záchrana před nárazy hlavy.“ (VŠ)

3.skupina

- „Například pod napnutým lanem, hra „pavouci křížáci.“ (SŠ)
- „Válení sudů na žíněnce mají děti rády, vždy propnuté ruce, nohy.“ (SŠ) Hra: na palačinky, zabalujeme se do deky.“ (SŠ)

4.skupina

- „1, zpevnění těla v lehu na zádech na žíněnce – vzpažit. 2, v lehu na zádech na bok a zpět 3, s krátkou výdrží (hlava na měkké podložce).“ (SŠ)
- „V leže se zdviženými pažemi nad hlavou, dopomoc za obě ruce nebo nohy.“ (SŠ)
- „Asi bych to nejdříve zkusila z velice mírného kopečka, aby děti poznaly a cítily, jak to má být. Pak by si děti lehly na zem a já bych je chytila za břicho a pomalu se je snažila převalovat.“ (SŠ)
- „Leh na záda, vzpažení rukou, otáčivý pohyb by měl vycházet z boků – nácvik s držením plyšové hračky – průpravný cvik – převaly nejprve z břicha na záda, dopomoc držením za ruce.“ (SŠ)
- „Leh na záda, ruce na hrudi, pomáhat s přetáčením nohou.“ (SŠ)
 - „Po žíněnce – držení směru, dopomoc za ruce, nohy. Převalování z břicha na záda.“ (VŠ)
- „Leh na zádech či na břiše – přetočení na břicho či záda s nataženýma rukama a nohama, poté ve směru pokračovat. Můžeme pomoci přidržením za nohy nebo paže.“ (VŠ)
- „Zpevňovačky – leh na zádech, mírné zvednutí nohou a rukou. Zvedání nohou při lehu na zádech i s boky.“ (VŠ)

- „Vždy na žíněnce – ruce vzpažit, pomalu se přetáčet stranou. Zpočátku učitelka dítěti pomáhá rukama přetáčet a koordinovat pohyb tělem.“ (VŠ)
- „Průpr. – převalení ze zad na břicho s nataženými končetinami a naopak, příp. – převalení ze šikmé plošiny, dopomoc – přidržení natažených končetin.“ (SŠ)

5.skupina

- „Leh na bok, vzpažit ruce, přetáčet, dodržovat rozestupy.“ (SŠ)
- „1, převaly ze strany na stranu na žíněnce, 2, převaly s napnutýma rukama a nohama.“ (SŠ)
- „Válení sudů děláme, v leže natažené a propnuté nohy i ruce, s motivací na bezpečném povrchu.“ (SŠ)
- „Měkká podložka, leh ve vzpažení, převaly z boku na bok, leh na boku s krátkou výdrží.“ (SŠ)
- „Žíněnka, ruce, nohy propnuty, ruce vzpaženy.“ (SŠ)
- „Natažené ruce, nohy, zpevněné tělo, nejdřív z jedné strany na druhou.“ (SŠ)
- „1, leh – leh ve vzpažení, 2, otáčení v lehu ve vzpažení, 3, souvislé přetáčení, 4, několikanásobné přetáčení (válení).“ (SŠ)
- „Leh – pohupování ze strany na stranu – 1 sud, postupně přidávat.“ (VŠ)
-
- „V leže, ruce nohy napjaté a zpočátku pouze převaly ze strany na stranu, po zvládnutí i 180°.“ (SŠ)
- „Lehnout si na záda a houpat se ze strany na stranu (z boku na bok) potom si vyzkoušet překulit se ze zad na břicho a zpět. Postupně přidávat – dvakrát překulit na jednu stranu apod. Zkoušeli bychom to potom na žíněnce, aby se děti držely v jednom směru, zůstaly na žíněnce a neválely sudy do křiva.“ (VŠ)
- „Změna polohy – leh na záda – na břicho, leh na břicho – na záda, leh na záda, převaly plynule.“ (VŠ)
- „Průpravné cviky – převalování v lehu na zádech do lehu na břicho a zpět. Procvičení výchozí polohy – leh na záda, vzpažit, zřetel na vyrovnání a protažení celého těla.“ (VŠ)

6.skupina

- „Příprava – nácvik správného postoje – leh na zádech a zpevnění v rámci relaxačních cvičení, příprava – nácvik převalů ze zad na pravý a levý bok, dopomoc – úchopem za bok a hýždě v začátcích.“ (SŠ)

- „Děti si lehnou na záda na žíněнку, při válení sudů si děti zpevňují trup. Převaly nevyžadují dopomoc, spíše se musíme soustředit na správné a zpevněné držení těla.“ (VŠ)
- „Lehne si na záda, vzpaží, natáhne nohy, překulí se na bok, posléze až na břicho. Dopomoc – rukou zatlačit na hýždě či záda.“ (VŠ)
- „1, nacvičování napětí a uvolnění v leže na bříše, pak i na zádech (motivace – žízala – dvě slepičky se o ní přetahují) a) s pomocí tahu za ruce a nohy, b) samostatné a vědomé napětí celého těla, pak uvolnění (až do propnutí špiček i prstů ruky) 2, překulení z lehu na bříše na leh na boku (ve svalovém napětí) a zpět, pak uvolnění, totéž v lehu na zádech 3, převaly z mírně šikmé měkké plochy – celé tělo v napětí, (ruce ve vzpažení) 4, převaly na rovné měkké ploše – celé tělo v napětí, ruce ve vzpažení plus je nutné současně při průpravě posilovat zpevňování břišního svalstva a hýžděových svalů.“ (SŠ)
- „A) průpravná cvičení v lehu na zemi, zpevňování celého těla, nácvik upažení, předpažení. B) Postupné otáčení těla (pevného) ze strany na stranu C) dopomoc – při samotném dotočení, dlaněmi za bederní oblast.“ (VŠ)
- „Názorná ukázka, na žíněnce, děti musí mít zpevněné tělo – zpevňovací cvičení a protažení, možno z kopečka.“ (VŠ)
- „1) průpravné cvičení – relaxace v leže, střídání uvolnění a zpevnění svalstva, procvičování vzpažení v leže, sedě, stojí. Psychomotorické hry s orientací na tělo. 2) přípravné cvičení – kolébání – přenášení váhy v leže, kolébání + upažení, otáčení kolem výškové osy (i skokem) 3) nácvik – v leže, vzpažíme, ruce u uší, zpevněné tělo a otáčíme se po žíněnce. 4) dopomoc – při otáčení, usměrňování převalů dětí, aby nebyly mimo žíněнку.“ (VŠ)

7.skupina

- „Dle didaktických pokynů – pomoc, motivace, pochvala, procvičování.“ (SŠ)
- „Neválíme sudy, tento cvik z důvodu malého prostoru neděláme.“ (SŠ)
- „Na žíněnce.“ (SŠ)
- „Dostatečný prostor (ohraničený).“ (VŠ)
- „Sudy nenacvičujeme.“ (VŠ)
- „Ne, velký počet dětí, nebezpečí.“ (VŠ)
- „Nevím, v praxi nedělám.“ (VŠ)
- Neděláme sudy, nedostatek prostoru.“ (VŠ)

Příloha F

RVP PMP

Kurikulární rámec pro oblast vzdělávání pro zdraví, didaktika pedagogických činností a Pedagogicko-psychologické vzdělávání

VZDĚLÁVÁNÍ PRO ZDRAVÍ

Oblast vzdělávání pro zdraví si klade za cíl vybavit žáky znalostmi a dovednostmi potřebnými k preventivní a aktivní péči o zdraví a bezpečnost, a tak rozvinout a podpořit jejich chování a postoje ke **zdravému způsobu života a celoživotní odpovědnosti za své zdraví**. Vede žáky k tomu, aby znali potřeby svého těla v jeho biopsychosociální jednotě a rozuměli tomu, jak působí výživa, životní prostředí, dodržování hygieny, pohybové aktivity, pozitivní emoce, překonávání negativních emocí a stavů, jednostranné činnosti, mezilidské vztahy a jiné vlivy na zdraví. Důraz se klade na výchovu proti závislostem (na alkoholu, tabákových výrobcích, drogách, hracích automatech, počítačových hrách aj.), proti médii vnucovanému ideálu tělesné krásy mladých lidí a na výchovu k odpovědnému přístupu k sexu. Protože jsou lidé v současnosti vystaveni řadě nebezpečí, která ohrožují jejich zdraví a často i život, nabývají na významu i dovednosti potřebné pro obranu a ochranu proti nim, tj. pro chování při vzniku mimořádných událostí.

V tělesné výchově se usiluje zejména o výchovu a vzdělávání pro celoživotní provádění pohybových aktivit a rozvoj pozitivních vlastností osobnosti. Žáci jsou vedeni k pravidelnému provádění pohybových činností, ke kvalitě v pohybovém učení, jsou jim vytvářeny podmínky k prožívání pohybu a sportovního výkonu, ke kompenzování negativních vlivů způsobu života a ke spolupráci při společných činnostech. Nezanedbatelné je dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při pohybových aktivitách. V tělesné výchově se rozvíjejí jak pohybově nadaní, tak zdravotně oslabení žáci.

Vzdělávání směřuje k tomu, aby žáci dovedli:

- vážit si zdraví jako jedné z prvořadých hodnot potřebné ke kvalitnímu prožívání života a cílevědomě je chránit; rozpoznat, co ohrožuje tělesné a duševní zdraví;
- racionálně jednat v situacích osobního a veřejného ohrožení;
- chápat, jak vlivy životního prostředí působí na zdraví člověka;

- znát prostředky, jak chránit své zdraví, zvyšovat tělesnou zdatnost a kultivovat svůj pohybový projev; usilovat o dosažení optimálního pohybového rozvoje v rámci svých 40 možností;
- posoudit důsledky komerčního vlivu médií na zdraví a zaujmout k mediálním obsahům kritický odstup;
- vyrovnávat nedostatek pohybu a jednostrannou tělesnou a duševní zátěž;
- pociťovat radost a uspokojení z prováděné tělesné (sportovní) činnosti;
- usilovat o pozitivní změny tělesného sebepojetí;
- využívat pohybových činností, pravidel a soutěží ke správným rozhodovacím postupům podle zásad fair play;
- kontrolovat a ovládat své jednání, chovat se odpovědně v zařízeních tělesné výchovy a sportu a při pohybových činnostech vůbec; podle potřeby spolupracovat;
- preferovat pravidelné provádění pohybových aktivit v denním režimu; eliminovat zdraví ohrožující návyky a činnosti.

Oblast vzdělávání pro zdraví zahrnuje jednak učivo potřebné k péči o zdraví a k ochraně člověka za mimořádných událostí, jednak učivo tělesné výchovy. Vzdělávací oblast by měla prostupovat celým ŠVP: škola rozpracuje výsledky vzdělávání do vyučovacích předmětů (např. tematika učiva péče o zdraví se může objevit v občanské nauce, biologii, základech ekologie, tělesné výchově a odborných předmětech) nebo vzdělávacích modulů, případně kurzů a jiných forem. Pro oblast péče o zdraví lze vytvořit i samostatný vyučovací předmět.

* Tělesná výchova bude realizována ve vyučovacím předmětu, sportovních kurzech, dnech (např. plavání, bruslení, hry, turistika) a jiných organizačních formách a podle možností a podmínek (materiální podmínky, zájmy žáků, klimatické podmínky, podíl chlapců a dívek, zdravotně oslabení žáci apod.). Tělesná výchova by měla žáky v pohybových projevech a zlepšování tělesného vzhledu pomocí přiměřených prostředků kultivovat. Pro žáky se zdravotním oslabením škola vytváří oddělení zdravotní tělesné výchovy.

Výsledky vzdělávání:

Žák:

- uplatňuje ve svém jednání základní znalosti o stavbě a funkci lidského organismu jako celku;
- popíše, jak faktory životního prostředí ovlivňují zdraví lidí;

Učivo:

1 Péče o zdraví

Zdraví

- činitele ovlivňující zdraví: životní prostředí, životní styl, pohybové aktivity, výživa a stravovací návyky, rizikové chování aj.

- zdůvodní význam zdravého životního stylu;
- dovede posoudit vliv pracovních podmínek a povolání na své zdraví v dlouhodobé perspektivě a ví, jak by mohl kompenzovat jejich nežádoucí důsledky;
- dovede posoudit psychické, estetické a sociální účinky pohybových činností;
- popíše vliv fyzického a psychického zatížení na lidský organismus;
- orientuje se v zásadách zdravé výživy a v jejich alternativních směrech;
- dovede uplatňovat naučené modelové situace k řešení stresových a konfliktních situací;
- objasní důsledky sociálně patologických závislostí na život jednotlivce, rodiny a společnosti a vysvětlí, jak aktivně chránit svoje zdraví;
- diskutuje a argumentuje o etice v partnerských vztazích, o vhodných partnerech a o odpovědném přístupu k pohlavnímu životu;
- kriticky hodnotí mediální obraz krásy lidského těla a komerční reklamu; dovede posoudit prospěšné možnosti kultivace a estetizace svého vzhledu;
- popíše úlohu státu a místní samosprávy při ochraně zdraví a životů obyvatel;
- dovede rozpoznat hrozící nebezpečí a ví, jak se doporučuje na ně reagovat;
- prokáže dovednosti poskytnutí první pomoci sobě a jiným;
- volí sportovní vybavení (výstroj a výzbroj) odpovídající příslušné činnosti a okolním podmínkám (klimatickým, zařízení, hygieně, bezpečnosti) a dovede je udržovat a ošetřovat;
- komunikuje při pohybových činnostech – dodržuje smluvené signály a vhodně používá odbornou terminologii;
- dovede se zapojit do organizace turnajů a soutěží a umí zpracovat jednoduchou dokumentaci;
- dokáže rozhodovat, zapisovat a sledovat výkony jednotlivců nebo týmu;
- dovede připravit prostředky k plánovaným pohybovým činnostem;
- sestaví soubory zdravotně zaměřených cvičení, cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci; navrhne kondiční program

- duševní zdraví a rozvoj osobnosti; sociální dovednosti; rizikové faktory poškozující zdraví
- odpovědnost za zdraví své i druhých; péče o veřejné zdraví v ČR, zabezpečení v nemoci; práva a povinnosti v případě nemoci nebo úrazu
- partnerské vztahy; lidská sexualita
- prevence úrazů a nemocí
- mediální obraz krásy lidského těla, komerční reklama

Zásady jednání v situacích osobního ohrožení a za mimořádných událostí

- mimořádné události (živelní pohromy, havárie, krizové situace aj.)
- základní úkoly ochrany obyvatelstva (varování, evakuace)

První pomoc

- úrazy a náhlé zdravotní příhody
- poranění při hromadném zasažení obyvatel
- stavy bezprostředně ohrožující život

2 Tělesná výchova

Teoretické poznatky

- význam pohybu pro zdraví; prostředky ke zvyšování síly, rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a pohyblivosti; technika a taktika; zásady sportovního tréninku
- odborné názvosloví; komunikace
- výstroj, výzbroj; údržba
- hygiena a bezpečnost; vhodné oblečení – cvičební úbor a obutí; záchrana a dopomoc; zásady chování a jednání v různém prostředí; regenerace a kompenzace; relaxace
- pravidla her, závodů a soutěží
- rozhodování; zásady sestavování a vedení sestav všeobecně rozvíjejících nebo cíleně zaměřených cvičení
- pohybové testy; měření výkonů

osobního rozvoje a vyhodnotí je;

- uplatňuje zásady sportovního tréninku;
- dokáže vyhledat potřebné informace z oblasti zdraví a pohybu;
- dovede o pohybových činnostech diskutovat, analyzovat je a hodnotit;
- dovede rozvíjet svalovou sílu, rychlost, vytrvalost, obratnost a pohyblivost;
- ovládá kompenzační cvičení k regeneraci tělesných a duševních sil, i vzhledem k požadavkům budoucího povolání;
- uplatňuje osvojené způsoby relaxace;
- dovede uplatňovat techniku a základy taktiky v základních a vybraných sportovních odvětvích;
- uplatňuje zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách;
- je schopen sladit pohyb s hudbou, umí sestavit pohybové vazby, hudebně pohybové motivy a vytvořit pohybovou sestavu (skladbu);
- využívá pohybové činnosti pro všestrannou pohybovou přípravu a zvyšování tělesné zdatnosti;
- participuje na týmových herních činnostech družstva;
- dovede rozlišit jednání fair play od nesporného jednání;
- dokáže zjistit úroveň pohyblivosti, ukazatele své tělesné zdatnosti a korigovat si pohybový režim ve shodě se zjištěnými údaji;
- pozná chybně a správně prováděné činnosti, umí analyzovat a zhodnotit kvalitu pohybové činnosti nebo výkonu;
- ověří úroveň tělesné zdatnosti a svalové nerovnováhy;

- zvolí vhodná cvičení ke korekci svého zdravotního oslabení a dokáže rozlišit vhodné a nevhodné pohybové činnosti vzhledem k poruše svého zdraví;
- je schopen zhodnotit své pohybové možnosti a dosahovat osobního výkonu z nabídky pohybových aktivit.

- zdroje informací

Pohybové dovednosti

Tělesná cvičení

- pořadová, všestranně rozvíjející, kondiční, koordinační, kompenzační, relaxační aj.

jako součást všech tematických celků

Gymnastika

- gymnastika: cvičení s náčiním, cvičení na nářadí, akrobacie, šplh
- rytmická gymnastika: pohybové činnosti a kondiční programy cvičení s hudebním a rytmickým doprovodem; tanec

Atletika

- běhy (rychlý, vytrvalý); starty; skoky do výšky a do dálky; hody a vrh koulí

Pohybové hry

drobné a sportovní

- alespoň dvě sportovní hry

Úpoly

- pády
- základní sebeobrana

Plavání*

- adaptace na vodní prostředí
- dva plavecké způsoby
- určená vzdálenost plaveckým způsobem
- dopomoc unavenému plavci, záchrana tonoucího

Lyžování*

- základy sjezdového lyžování (zatačení, zastavování, sjíždění i přes terénní nerovnosti)
- základy běžeckého lyžování
- chování při pobytu v horském prostředí

Bruslení*

- základy bruslení na ledě nebo inline (jízda vpřed, změna směru jízdy, zastavení)

Turistika a sporty v přírodě

- příprava turistické akce
- orientace v krajině
- orientační běh

Testování tělesné zdatnosti

- motorické testy

3 Zdravotní tělesná výchova

(podle doporučení lékaře)

- speciální korektivní cvičení podle druhu oslabení
- pohybové aktivity, zejména gymnastická cvičení, pohybové hry, plavání, turistika a pobyt v přírodě
- kontraindikované pohybové aktivity

DIDAKTIKA PEDAGOGICKÝCH ČINNOSTÍ

Obsahový okruh připravuje žáky na projektování a realizaci základních druhů pedagogické činnosti v předškolním a zájmovém vzdělávání. Má výrazný teoreticko-praktický charakter s těsnou vazbou na obsahový okruh Pedagogicko-psychologické vzdělávání, neboť učí propojovat jeho učivo se specifickými činnostmi. Obsahový okruh rozvíjí také osobnost žáků, jejich kreativitu, dovednost řešit problémy, pracovat samostatně i v týmu, respektovat osobnost, potřeby a názory druhých lidí. V oblasti výtvarného, hudebního a dramatického vzdělávání rozvíjí kompetence, které žáci získali na základní škole a učí je aplikovat je v pedagogické činnosti s dětmi.

Při tvorbě ŠVP a ve výuce se funkčně využívá také vybrané učivo z dalších vzdělávacích oblastí tohoto RVP (např. z jazykového a estetického vzdělávání, vzdělávání pro zdraví, biologického a ekologického vzdělávání, vzdělávání v IKT) i průřezová témata. Příprava žáků na práci s dětmi školního věku a podporu jejich zájmů by měla zohledňovat obsah vzdělávání na základní škole vymezený RVP pro základní vzdělávání.

Vymezené pedagogické činnosti a výsledky vzdělávání jsou v tomto RVP popsány zpravidla obecně, diferenciací s ohledem na věk a možnosti dětí i oblasti pedagogické činnosti (předškolní nebo zájmové vzdělávání) se uskutečňuje ve ŠVP a ve výuce. V oblasti postojů vzdělávání směřuje k tomu, aby ve svém pedagogickém působení žáci rozvíjeli všestranně osobnost dítěte, respektovali jeho individualitu, podporovali jeho samostatnost, tvořivost a kladné sebepojetí a pomáhali utvářet jeho otevřený vztah k okolnímu světu.

***Výsledky vzdělávání:**

Žák:

- vysvětlí význam umění i vlastní tvořivosti pro rozvoj estetického a emocionálního citění, vnímání a projevu člověka;
- charakterizuje na základě kurikulárních dokumentů cíle, obsah a prostředky estetického vzdělávání v předškolních a školských zařízeních;
- zpracovává samostatně nebo v týmu programy estetické výchovy a vzdělávání a vlastní výukové plány, vyhodnocuje jejich efektivitu;
- zjišťuje vztah dětí k jednotlivým formám a žánrům umělecké tvorby za účelem plánování pedagogické činnosti;

***Učivo:**

1 Estetické a emocionální vzdělávání dětí

- estetika v pedagogické praxi
- umění
- tvořivost a její problematika
- tvořivé činnosti

- uplatňuje postupy podporující esteticko-emocionální rozvoj dítěte, jeho kreativitu a individualitu projevu a vztah k umění;
- orientuje se v současné hudební kultuře a její historii;
- analyzuje hudební díla z hlediska jejich historického zařazení, žánru a formy a z hlediska osobnosti dítěte;
- má vytvořeny hudební, pěvecké a hudebně pohybové znalosti, dovednosti a návyky;
- osvojil si základy dirigování a hudebního řízení dětského kolektivu;
- ovládá hru na nejméně jeden hudební nástroj (např. klavír, housle, kytara, zobcová flétna), je schopen interpretovat hudební skladby různých stylů a žánrů na úrovni přiměřené svým schopnostem a stupni hudební přípravy, transponovat písně a doprovázet zpěv nebo pohyb přiměřeně dětem;
- využívá Orfeovy a jiné dětské hudební nástroje;
- uplatňuje různé formy a metody hudební a hudebně pohybové výchovy adekvátně věku nebo zájmové orientaci dětí;
- dovede vzájemně propojovat vokální, instrumentální a pohybové činnosti;
- má vytvořeno portfolio říkadel, písní, hudebních skladeb různého žánru, pohybových a tanečních her pro různé skupiny dětí;
- popíše vývoj pohybových schopností jedince a prostředky jejich rozvoje;
- charakterizuje možnosti pohybových činností v předškolním a zájmovém vzdělávání;
- charakterizuje a volí cíle, postupy, metody, formy, pomůcky a jiná specifika rozvoje pohybových dovedností, tělesné zdatnosti, psychického, sociálního a emocionálního rozvoje dětí;
- diagnostikuje pohybové schopnosti a dovednosti dítěte;
- řídí pohybové činnosti dětí adekvátně jejich fyzickým předpokladům a podmínkám realizace;
- využívá různé formy pohybových činností pro posilování osobních vlastností, postojů a prosociálního chování dětí;

3 Hudební a hudebně pohybová výchova

- současná hudební kultura v kontextu historického vývoje
- hudební nauka a rytmika
- hudební příprava: instrumentální, vokální, poslechová, hudebně pohybová
- pohybová improvizace
- hudební vnímání dítěte v závislosti na věku
- metodika hudební a hudebně pohybové výchovy
- hygiena a bezpečnost při hudebních a hudebně pohybových činnostech

5 Rozvoj pohybových dovedností dítěte a výchova ke zdravému způsobu života

- ontogeneze pohybových schopností
- cíle, postupy, metody, formy a prostředky pohybového programu dětí v předškolním a zájmovém vzdělávání
- hygiena a bezpečnost při pohybových aktivitách

- umí naučit děti zásadám bezpečného chování, poskytnutí první pomoci v případě úrazu a návykům zdravého způsobu života;
 - plánuje, organizuje a vyhodnocuje tělesnou výchovu a pohybové činnosti, připravuje ucelené vzdělávací projekty;
 - aplikuje znalosti a dovednosti osvojené v oblasti Vzdělávání pro zdraví (tělesná výchova a péče o zdraví) v pedagogické činnosti;
 - na základě kurikulárních dokumentů a teoretických znalostí stanoví cíle a strategie rozvoje poznávacích, pracovních a jiných praktických dovedností a návyků v předškolním a zájmovém vzdělávání;
 - aplikuje postupy rozvíjející smyslové vnímání, poznávání a myšlení dětí a požadované klíčové kompetence;
 - osvojil si metody rozvíjející řeč a jazykové kompetence dětí a uplatňuje je v českém i cizím jazyce;
 - volí činnosti pozitivně ovlivňující vztah dětí k práci, k vědě, technice a životnímu prostředí;
 - **připravuje, realizuje a vyhodnocuje různé volnočasové aktivity a zájmové projekty pro konkrétní skupiny dětí.**
- *zkrácená verze zaměřená na pohybovou výchovu**

6 Rozvoj poznávacích a praktických dovedností dětí

- metodické postupy k rozvoji poznávacích a praktických dovedností dětí

PEDAGOGICKO-PSYCHOLOGICKÉ VZDĚLÁVÁNÍ

Obsahový okruh poskytuje žákům odborné vědomosti a dovednosti potřebné pro budoucí práci pedagoga. Přispívá také ke kultivaci osobnosti žáků, vytvoření jejich pedagogického myšlení a postojů, k ovlivňování a rozvíjení jejich klíčových kompetencí. Žáci se naučí projektovat a realizovat činnosti v předškolním a zájmovém vzdělávání a hodnotit jejich výsledky.

Obsahový okruh úzce navazuje na vzdělávací oblasti Společenskovědní vzdělávání (např. etika, právo), Vzdělávání pro zdraví a Přírodovědné vzdělávání (Biologické a ekologické vzdělávání). Poznatky a dovednosti z těchto oblastí se aplikují v pedagogické přípravě žáků.

Stanovené výsledky vzdělávání jsou popsány bez ohledu na věkové zvláštnosti dětí, nebo oblast pedagogické činnosti (předškolní nebo zájmové vzdělávání), diferenciaci se uskutečňuje ve ŠVP nebo až ve výuce.

V oblasti postojů vzdělávání směřuje k tomu, aby žáci měli pozitivní vztah k dětem a pedagogické práci, jednali odpovědně a eticky a byli ochotni celoživotně pracovat na svém profesním rozvoji.

Součástí vzdělávacího programu je odborná praxe, která se realizuje na pracovištích odpovídajícího zaměření. Její obsah vychází z cílů a výsledků vzdělávání.

***Výsledky vzdělávání:**

- objasní na základě znalosti kurikulárních dokumentů i teoretického poznání cíle, obsah a prostředky předškolního vzdělávání;
- charakterizuje strukturu činností dítěte v předškolním věku;
- zdůvodní důležitost hry a hrových činností a význam hračky;
- porovná formy předškolního vzdělávání;
- charakterizuje organizační strukturu a právní úpravu předškolního vzdělávání;
- porovná pedagogické koncepce vzdělávání dětí v předškolním věku u nás a v jiných zemích;
- charakterizuje funkce volného času a zájmových činností pro děti a dospělé, analyzuje pozitiva a rizika různého přístupu k využívání volného času u dětí;
- porovná specifika jednotlivých organizačních forem zájmového vzdělávání a subjektů, které jej nabízejí;
- posoudí, jak jsou naplňovány funkce a cíle zájmového vzdělávání ve školských zařízeních, která osobně poznal;
- umí použít vhodné metody vzhledem k cílům a specifickým potřebám skupiny a jednotlivců;
- osvojil si algoritmus rozhodovacích procesů při řešení typických problémů ve vzdělávacích činnostech;
- aplikuje pedagogické zásady a vzdělávací strategie adekvátně cílům a podmínkám předškolního a zájmového vzdělávání;
- vysvětlí vztah RVP PV (ZV) a školních vzdělávacích programů;
- charakterizuje strukturu vzdělávacích cílů a vazbu mezi cíli, obsahem a strategiemi vzdělávání; formuluje cíle své pedagogické činnosti a aplikuje je do plánů vlastní pedagogické praxe;
- připravuje programy vlastní pedagogické

***Učivo:**

2 Předškolní pedagogika a pedagogika volného času

- předškolní vzdělávání a jeho specifika a instituce
- obsah a formy předškolního vzdělávání
- základní metody předškolního vzdělávání
- výchova a vzdělávání ve volném čase
- školská zařízení pro zájmové vzdělávání
- obsah a formy vzdělávání ve volném čase
- metody zájmového vzdělávání

3 Pedagogické projektování

- RVP PV a RVP ZV jako východisko k tvorbě vzdělávacích programů
- vztah mezi RVP a ŠVP
- tvorba projektů

činnosti a vyhodnocuje jejich efektivitu;

- řídí vzdělávací/zájmovou činnost skupiny i jednotlivce, ovlivňuje sociální vztahy a klima ve skupině;

- ovládá postupy pro tvorbu vzdělávacích programů a projektů;

- charakterizuje základní pedagogické dokumenty a pedagogickou dokumentaci mateřské školy a školského zařízení;

- rozumí odborným pojmům týkajících se projektování kurikula a správně je aplikuje;

- pracuje s odbornými informacemi, učí se od zkušenějších pedagogů – sleduje a analyzuje jejich činnost, i činnost vlastní;

- diagnostikuje znalosti, dovednosti, potřeby a zájmy jedince nebo skupiny a navrhuje postupy a opatření;

- na základě diagnostiky navrhuje plán dalšího rozvoje;

- sleduje individuální pokroky dítěte, vyhodnocuje je a reaguje na ně v dalším pedagogickém působení;

- zná vhodné způsoby spolupráce s rodiči a ví, jak poskytovat zpětnou informaci dítěti a jeho rodičům;

- orientuje se v síti pedagogicko-psychologických poradenských zařízení;

***zkrácená verze zaměřená na pohybovou výchovu**

4 Pedagogická diagnostika a hodnocení

- metody pedagogické diagnostiky

- diagnostika skupiny

- skupinové vztahy

- diagnostika jednotlivce, sledování individuálních pokroků jednotlivých dětí

- individuální vzdělávací plány