

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
Pedagogická fakulta

DIPLOMOVÁ PRÁCE

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

Pedagogická fakulta

katedra tělesné výchovy

**Prvky základní gymnastiky v mateřské škole ve vztahu ke
vzdělávání učitelek**

Elements of basic gymnastic in the kindergarten in relation to teachers education

Vedoucí diplomové práce:

doc. PhDr. Hana Dvořáková, CSc.

Autor diplomové práce:

Bc. Kateřina Rathausová

Studijní obor:

Pedagogika předškolního věku

Forma studia:

kombinované

Diplomová práce dokončena:

duben 2013

Prohlášení

Prohlašuji, že předložená diplomová práce je mým původním autorským dílem, které jsem vypracovala samostatně. Veškerou literaturu a další zdroje, z nichž jsem při zpracování čerpala, v práci řádně cituji a jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

V Praze dne 30.4.2013

Bc. Kateřina Rathausová

Poděkování

Děkuji paní doc. PhDr. Haně Dvořákové, CSc. za vedení diplomové práce, Davidovi Kadlecovi za pomoc s grafy, Míše Rybínové za pomoc při formátování, sestře Míše za tisk a celé rodině za trpělivost.

Anotace

Diplomová práce se zabývá prvky základní gymnastiky v mateřských školách ve vztahu ke vzdělávání učitelek.

Teoretická část se věnuje tělesné výchově v režimu dne v mateřské škole. Řeší současné problémy v tělesné výchově předškolních dětí a do pohybových jednotek zasazuje vybrané prvky gymnastiky. V návaznosti na tuto problematiku pak poukazuje na to, jaké jsou současné možnosti vzdělávání učitelek mateřských škol v oblasti tělesné výchovy.

Praktická část zkoumá obsah tělovýchovné části vzdělávacích programů středních pedagogických škol a pedagogických fakult a zjišťuje, jak absolventi těchto škol aplikují nabyté vědomosti a dovednosti z oblasti gymnastiky v praxi.

Klíčová slova

Odborné vzdělávání učitelek, praxe, mateřská škola, tělesná výchova, gymnastika

Annotation

This thesis deals with basic elements gymnastics in nursery schools in relation to education teachers.

The theoretical part is devoted to physical education in the mode of a nursery school. It addresses current issues in physical education and pre-school children in physical units advocates selected elements of gymnastics. In response to this issue then points out what are the current possibility of training nursery school teachers in physical education.

The practical part examines the content of the physical education curricula for secondary school teachers and faculties of education and explores how graduates of these schools apply the acquired knowledge and skills of gymnastics in practice.

Key words

Vocational training teachers, practice, kindergarten, physical training, gym

Obsah

ÚVOD	8
TEORETICKÁ ČÁST	9
1. Dítě a tělesná výchova	9
2. Vývoj dítěte v předškolním věku	10
2.1 Tělesný vývoj	10
2.2 Motorický vývoj	11
2.3 Odchytky od správného držení těla	12
2.4 Psychický vývoj	13
3. Tělesná výchova v MŠ	15
3.1 Pohybové aktivity v režimu dne	15
3.2 Metody a organizace tělesné výchovy v mateřské škole	16
3.3 Zajištění bezpečnosti	19
3.4 Dopomoc a záchrana	20
4. Současné problémy v tělesné výchově mateřských škol	20
5. Motivace	22
6. Smysl zařazování gymnastických prvků do tělesné výchovy v mateřských školách	23
7. Návuk vybraných gymnastických prvků	24
7.1 Návuk dřepů	25
7.2 Návuk převalů	25
7.3 Návuk kotoulu vpřed	26
7.4 Návuk přeskoků snožmo stranou přes (švédskou) lavičku s oporou o ruce	27
7.5 Návuk skoků na trampolíně	27
7.6 Návuk stoje na rukou	28
7.7 Návuk přemet stranou	28
7.8 Návuk houpání na kruzích ve visu za ruce	29
8. Možnosti vzdělávání učitelek mateřských škol	29
8.1 Možnosti vzdělávání – získání odborné kvalifikace	29
8.2 Další možnosti vzdělávání	36
8.3 Studium v zařízeních dalšího vzdělávání	37
8.4 Samostudium v oblasti tělesné výchovy	38
PRAKTICKÁ ČÁST	39
9. Problém a cíl práce:	39
9.1 Předpoklady:	39
9.2 Dílčí úkoly:	39
10. V práci byly použity tyto metody:	40
10.1 Zjišťování vzdělávacích programů státních pedagogických škol z internetových zdrojů	40
10.2 Dotazník učitelkám mateřských škol	41
11. Výsledky průzkumu	42
11.1 Vyhodnocení obsahu školních vzdělávacích programů (ŠVP) středních pedagogických škol (SPgŠ) a syllabů pedagogických fakult (PedF) v oblasti - tělesná výchova	42

11.2 Vyhodnocení dotazníků.....	55
12. Diskuze	84
13. Závěry	92
14. Abstrakt	94
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:.....	95
INTERNETOVÉ ODKAZY	97

ÚVOD

Diplomová práce se zabývá problematikou vzdělávání učitelek mateřských škol v oblasti tělesné výchovy s užším zaměřením na gymnastické činnosti.

K tomuto tématu mě dovedly zkušenosti z bakalářské práce, při jejímž zpracování mě napadlo mnoho dalších otázek, na které jsem chtěla znát odpověď. Pozorovala jsem cvičební jednotky v mateřských školách a udivovalo mě, jaké jsou mezi přístupy učitelek k pohybovým činnostem rozdíly. V jedné školce děti skákaly přes švédskou kozu, lezly po žebřinách a klouzaly se po lavičce, válely sudy a kotrmelce. V jiné školce chodily po laně, protože z kladinky nebo lavičky by spadly, přeskakovaly stuhy, protože molitanovou kostku by stejně nepřeskočily a běhaly mezi kuželkami, protože nic jiného se s kuželkami přece dělat nedá. Zdá se to neuvěřitelné, ale i s takovými názory jsem se setkala.

Tolik možností ke cvičení dětem některé školky nabízí a jak málo jich mnohé učitelky využívají. Říkala jsem si: „Copak je v té škole nic nenaučili?“ Proč si učitelky s některými gymnastickými prvky nevědí rady a některé je pro jistotu vůbec nezařazují, přestože k tomu mají podmínky? Řekl jim vůbec někdy někdo, že takhle se to nedělá, nebo že by to šlo jinak?

Někdy mám pocit, že tohle nekreativní cvičení učitelkám vyhovuje a schovávají se za argumenty o bezpečnosti dětí. Třeba cvičení vůbec nemají rády a tak to odbudou se slovy: „Hlavně, že máme splněno“ a jdou s nimi raději zpívat nebo malovat. Nebo mají opravdu strach, aby si dítě při cvičení neublížilo. Možná také mají i nějakou hodně špatnou zkušenost a tak se vystříhají všeho, co by mohlo být nebezpečné. Některé třeba nevědí, co všechno se s cvičebními pomůckami, náčiním i náradím dá dělat a jak takové cvičení celé zorganizovat. To mě přivádí k otázce, co se vlastně budoucí učitelky v hodinách tělesné výchovy učí? Co získají při studiu a co až v průběhu praxe?

Tato práce odpovídá na otázku, jak připravují své studenty v oblasti tělesné výchovy střední pedagogické školy a jak pedagogické fakulty. Zároveň zjišťuje na jaké úrovni se v mateřských školách gymnastika cvičí.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Dítě a tělesná výchova

O důležitosti tělesné výchovy od útlého dětství není v současné době pochyb. Fakt, že má pohyb vliv nejen na fyzický, ale i na psychický a osobnostní vývoj dítěte, je všeobecně známý. „Pohybovou aktivitu nelze posuzovat pouze z pohledu tělesných účinků, protože se týká celé osobnosti člověka – těla, mysli, ducha, emocí i sociálních aspektů. Doporučení dostatečné míry tělesného pohybu by se mělo dotýkat celé populace, od dětí po seniory, zdravých i handicapovaných.“ (Skopová M.,2008,s.20). O významu tělesných cvičení v souvislosti s rozvojem inteligence se zmiňuje už Aristoteles ve Starém Řecku. J. Lock považuje tělesnou výchovu za jednu ze tří základních oblastí edukace. Velký význam jí přikládá i J. A. Komenský, který ji začlenil do všech stupňů vzdělávací soustavy jako součást komplexní edukace. J. J. Rousseau klade důraz především na tělesnou výchovu v přirozeném prostředí se svobodnou nabídkou pohybových aktivit, přičemž nejdůležitější je prožitek jedince z pohybu. (Průcha 2009) Průcha ve svém pedagogickém slovníku shrnul, že v minulosti byl sport pojímán jako prostředek napomáhající rozvoji zdraví, fyzické zdatnosti a obratnosti, přispívající ke klíčovým sociálním kompetencím i obecně k morální a estetické kultivaci osobnosti. (Průcha J., 2009, s.799)

V současné době se stává tělesné cvičení stále více moderním a možná proto také stále více komerčním. Postoj společnosti k pohybovým činnostem je však mnohdy pozitivní více v pasivní rovině, než-li v rovině aktivní, a to nejen ve vztahu k sobě, ale i ke svým dětem. Styl života rodiny, způsob prožívání volného času a odpočinku si dítě přebírá již ve velmi útlém věku. Jaké postoje a návyky rodina do dítěte vloží, takové bude dodržovat a předávat sám dalším generacím. Účelný pohyb je významnou obranou, prevencí i lékem proti civilizačním chorobám. (Skopová, Beránková 2008) Problematickou skupinou bývají například děti s nadváhou, u nichž pak příčina s následkem vytváří uzavřený kruh. Rodiče, kteří k pohybovým aktivitám vztah nemají, tuto aktivitu ani nepodporují, o to těžší úkol mají potom učitelé. Tělesná výchova v mateřských a základních školách totiž bývá jedinou pohybovou aktivitou těchto dětí. „Ale i děti zdravé často v současném způsobu života trpí nedostatkem pohybu, způsobeným nedostatkem prostoru, času, technizací života rodiny, finančních prostředků apod.“ (Dvořáková H.,1998, s.21) Pohyb je pro děti důležitý nejen z hlediska tělesného rozvoje, upevňování zdraví, zvyšování tělesné zdatnosti, ale také pro jejich sociální rozvoj. (Kaplan A., Bartůněk D., Neuman J. 2010) Psychické prožívání má vliv

na utváření osobnosti dítěte. Děti chtějí dělat a umět to, co ostatní a chtějí v tom být úspěšní. (Matějček Z.,1996) V předškolním věku získávají první pohybové zkušenosti. Buduje se především jejich vztah k pohybové výchově, a proto je velmi důležitá podpora ze strany rodiny a citlivé vedení pedagoga.

2. Vývoj dítěte v předškolním věku

2.1 Tělesný vývoj

Každý, kdo s dětmi cvičí musí brát na vědomí, že mezi dětmi a dospělými, je velký fyzický rozdíl, a to nejen ve výšce a síle. Dětské tělo se neustále vyvíjí, utváří se jeho finální fáze, a proto si musíme uvědomit několik zásadních vývojových změn.

Do dvou let děti rostou a vyvíjejí se velmi rychle. Mezi druhým a třetím rokem se tempo začne zpomalovat. Tříleté dítě měří v průměru 97 cm a váží asi 15 kg. Od začátku čtvrtého roku rostou již pomalým plynulým tempem. Průměrně vyrostou přibližně o 6 cm a přiberou asi o 2 kg za rok. V šesti letech měří dítě průměrně 117 cm a váží přibližně 21 kg. Rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou minimální.(Matějček Z.,1998 s.7, Machová J.,1985 s.80)

Na začátku předškolního období jsou proporce těla stejné jako u batolete. Dítě má v porovnání s trupem poměrně krátké končetiny a velkou hlavu. Mezi pátým a šestým rokem probíhá první proměna postavy. Zmenší se proporce hlavy a trupu ve vztahu k celé postavě a dozrává centrální nervová soustava. Vzhledem k těmto růstovým změnám mohou mít děti problém s koordinací pohybu. (Machová J.,1985) „V předškolním věku se již výrazně uplatňují i dědičné vlivy, které jsou rozhodující pro formování tělesného typu člověka.“ (Pokorná M. 1998,s.8)

Po celé období dětství probíhá osifikace kostí. Velký vývoj prodělává páteř. Utváří se zakřivení páteře, které je značně individuální. Záleží na síle zádového svalstva. Důležité je proto správně svalový korzet procvičovat. (Machová 2002, Toufarová 2003) Velmi choulostivá jsou kloubní pouzdra, a to proto, že jsou volnější a obsahují větší množství elastických vláken. Proto jsou děti „pružnější“. Kostru dítěte tvoří převážně vazivo a chrupavky, proto jsou kosti dětí náchylné ke zlomeninám. Růst kostí zajišťuje tzv. růstová chrupavka. „Při nepřiměřené aktivitě se růstové chrupavky předčasně uzavřou a růst je zastaven.“ (Toufarová 2003, s.11)

Dětské svaly se od svalů dospělého člověka výrazně neliší. Vyvíjejí se velké svalové skupiny. Svaly dětí jsou slabé a ochablé a jsou citlivé na poruchy metabolismu. Obsahují více vody než svaly dospělého a lehce se unaví. Velmi brzy se však zase zotaví. Žebra jsou po

narození uložena téměř horizontálně a bránice je plochá, proto u dětí převažuje břišní dýchání. V průběhu vývoje se mění tvar hrudníku, žebra se sklánějí dolů, bránice se vyklenuje a dýchání přechází od břišního přes smíšené až po hrudní. Sliznice dýchacích cest i plic je lehce zranitelná a náchylná k onemocněním. (Dvořáková H.,2002, Toufarová H.,2003)

„Srdce během vývoje mění tvar od kulovitého přes oválný až po tvar komorový kolem 12. roku života. Do jednoho roku je srdce uloženo příčně – tato poloha je podmíněna vysokým uložením bránice a jiným tvarem dětského hrudníku. V pěti až šesti letech zaujímá šikmou polohu“.(Toufarová H., 2003,s.12) Srdce a plíce mají menší objem. Na zátěž reagují výrazným zrychlením srdeční a dechové frekvence. Schopnost dětí vyrovnávat se s zátěží je vysoká. Při spontánní aktivitě se děti dlouhodobě pohybují v intenzitě nad 130 tepů za minutu, častěji i mezi 150 až 180 tepy za minutu. (Dvořáková H., 2002) Děti dobře zvládají aerobní zatížení, které vede k nárůstu srdečního tepového objemu jako základu pro lepší výkon.

U dětí snadno dochází k přehřívání nebo naopak k podchlazení z důvodu špatné termoregulace. Na té se podílí nejen cévní systém, ale i míra podkožního tuku. Tukové vazivo je v dětství dvojího typu. Bílá a hnědá tuková tkáň. Hnědá tuková tkáň chrání životně důležité orgány – mozek, míchu, ledviny a srdce. Většina této tkáně do deseti let vymizí. Bílá tkáň tvoří podkožní tuk. Kritickým obdobím pro nadměrnou tvorbu bílé tkáně a možnosti vzniku obezity je přelom mezi prvním a druhým rokem života dítěte. (Toufarová H., 2003)

U dětí dochází k tukovému metabolismu dříve než u dospělých, protože mají malou zásobu svalového glykogenu. S nadváhou se proto bojuje lépe dětem než dospělým. (Toufarová H., 2003)

2.2 Motorický vývoj

V průběhu svého vývoje si dítě zdokonaluje své schopnosti a učí se novým dovednostem. Mezi pohybové schopnosti řadíme rychlost, sílu, vytrvalost, obratnost a pohyblivost. Tyto schopnosti jsou vzájemně propojeny a mají na ně vliv nejen genetické dispozice, ale i přírodní a sociální prostředí. Ovlivňují výkon pohybových dovedností, ale zároveň je limitují. Vyvíjejí se diferencovaně. (Hájek 2001) V předškolním období se nejvíce rozvíjejí koordinační schopnosti - obratnost, rovnováha a pohyblivost. Naopak na nízké úrovni jsou kondiční schopnosti - síla, vytrvalost a částečně i rychlost, které je optimální rozvíjet až v období povinné školní docházky. (Dvořáková 2007) „Dítě je už senzomotoricky natolik rozvinuté, že dokáže divočit, létat, prolézat a skákat apod. Těmito projevy psychomotoriky doslova expanduje.“ (Helus 2009, s.243). Navíc získává pro tyto činnosti

mnoho příležitostí v rodině i v mateřské škole. Učí se plavat, lyžovat, bruslit, hrát mnohé hry...

Motorické dovednosti získáváme v průběhu motorického učení. Řadíme mezi ně dovednosti nelokomoční, lokomoční a manipulační „Pomocí těchto základních dovedností dítě poznává své tělo, prostor kolem sebe i věcný svět a rozvíjí sociální kontakty. Tím motorika přispívá k celkovému rozvoji člověka.“(Dvořáková 2007,s. 40). Ze začátku je pohyb nejistý, neekonomický, často ho dítě provádí celým tělem. Pokud má však příležitost tyto dovednosti vykonávat, postupně je zlepšuje. Pohyb se tak stává jistější, přesnější a uvědomělejší. Dítě získává potřebné sebevědomí a sebejistotu a motivuje se k dalšímu učení. Pokud dítě nemá možnost volného pohybu, může si vytvořit špatné stereotypy a návyky, které se zafixují a jejich odstranění je obtížné. (Dvořáková 2002)

Pohybová činnost je v encyklopedii tělesné kultury definována jako projev pohybových schopností a dovedností, které jsou zaměřeny na splnění určitého úkolu s motorickým charakterem. Je to proces řízený nervovou soustavou, který působí na člověka i jeho okolí (Demetrovič 1988). Pokud vývoj dítěte probíhá dobře, zvládne ve dvou a půl letech koordinovanou chůzi a ve třech letech začíná koordinovaně běhat bez častých pádů. Napodobí i chůzi po špičkách nebo stoj na jedné noze. Ve čtyřech letech již přeskakuje nízké překážky, jezdí na tříkolce, zvládá polohy hlavou dolů. Mezi pátým a šestým rokem obratně hází míčem, skáče a dopadá na špičky. (Machová J.,1985, s.85, Matějček Z., 1998 s.10-12)

2.3 Odchytky od správného držení těla

Pohyb je pro děti přirozenou potřebou. Všechny pohybové aktivity, které děti dělají a jež máme potřebu usměrňovat a napomínat je za ně, mají vliv na svalovou rovnováhu a držení těla. (Skopová, Beránková 2008) Správné držení těla je vzhledem k současnému stylu života moderní společnosti těžké udržet. Dlouhé sezení nebo stání, nošení nevhodné obuvi, sportovní jednostranné přetížení, nošení těžkých věcí, a mnoho dalších vlivů má za následek vytváření svalových dysbalancí.

Svalové dysbalance neboli odchytky od správného držení těla jsou častým problémem dětí, vznikajícím už v předškolním období kolem 5-6 roku. Důvodem mohou být nejen špatné pohybové stereotypy a návyky, ale může nastat i neadekvátní zrychlení růstu dětské kostry, (které je pro vývojové stádium typické) a svaly, svalové úpony a šlachy tomuto tempu nemusí stačit. (Pechová J., 2000)

Abychom tyto odchytky mohli pozorovat, je nutné si říci, jak má správné držení těla vypadat. Dvořáková (2007, s.51) uvádí tyto znaky správného držení těla:

- vzpřímené postavení hlavy, kdy brada svírá s krkem pravý úhel
- ramena jsou stažena dolů a do šířky, hrudník je vyklenut, lopatky neodstávají
- břišní stěna je zatažena, nepřečnívá před hrudník, nebo ji dítě dokáže zatáhnout
- bederní prohnutí je přiměřené
- nohy stojí souměrně, kolena se dotýkají, paty nejsou vybočeny
- při pohledu zezadu nebo v poloze předklonu jsou ramena, lopatky a jamky nad hýžděmi souměrné, a jedna strana není víc než druhá

Podobné orientační posouzení těla uvádí i Skopová, Beránková (2008), ale pro správné určení používají spuštěné tři těžnice. První je spuštěna z bočního průmětu zvukovodu přes střed ramenního a kyčelního kloubu a spadá před hlezenní kloub. Druhá je spuštěna z hrbolu kosti týlní, měla by se dotýkat hrudní kyfózy, probíhat rýhou hýžd'ovou a spadat mezi paty. A třetí těžnice je spuštěna z mečovitého výběžku kosti hrudní a měla by se lehce dotýkat břišní stěny.

Mezi nejčastější odchylky patří dle Pechové (2000): vystouplé lopatky, nerovnoměrné držení ramen, propadlý hrudník, bederní lordóza, skolióza, nedostatečné zakřivení páteře a ploché nohy. Všechny tyto nedostatky jsou spojeny se správnou funkcí páteře, dolní části trupu a oblasti pánve. (Krejčík, 2007).

Prevencí svalových dysbalancí je bezesporu pravidelný, všestranně zaměřený a vědomě kontrolovaný pohyb. (Krejčík 2007, Skopová, Beránková 2008). V případě již vzniklých dysbalancí doporučuje Čermák (1998) zařadit do každodenního režimu kompenzační cvičení blíže specifikované jako cviky uvolňovací, protahovací a posilovací. Stejně tak je důležité uvědomit si své stereotypy a návyky. Pokud budou děti sedět na židli stále nakřivo, nevhodně ležet na sedačce nebo nosit těžké tašky na jednom rameni, cvičení nebude mít zdaleka takový efekt, jaký bychom si přáli.

2.4 Psychický vývoj

Vývoj motoriky je silně spjatý s psychikou dítěte. Aby se dítě chtělo pohybovat, zdokonalovat své schopnosti a dovednosti a učit se novému, musí se cítit dobře po stránce psychické. Na druhé straně pohyb je jedním ze způsobů, jak si „psychicky“ odpočinout a naladit se na další činnost. Při pohybové činnosti musí dítě řešit různé situace, umět se rozhodovat, mít vůli dokončit činnost nebo ji opakovat do té doby, dokud se mu nepodaří, spolupracovat s ostatními při kolektivních hrách, apod.

Přestože se psychický a fyzický vývoj vzájemně ovlivňují, nemusí se vyvíjet souběžně. Mezi 2.- 3. rokem nastává období prvního vzdoru, které je důležité pro tvorbu

vlastní identity. „Ve vývojové psychologii má skoro takové místo jako puberta“. (Matějček 2005, s.124) Formuje se osobnost dítěte. Dítě si začíná sebe samo uvědomovat a chce se prosadit. To se projevuje častými záchvaty vzteku, trucováním, vzdorovitostí apod. Dospělý s tímto obdobím musí počítat. Může přiměřené sebevědomí podporovat a usměrňovat, ale předejít mu nejde. (Matějček 1996, 2005)

Kolem 3. roku dochází k velkému pokroku v oblasti společenské. Dítě zpravidla nastupuje do mateřské školy, kde se setkává s mnoha dalšími vrstevníky a navazuje přátelské vztahy, zaujímá nové sociální role, vyrovnává se s různými situacemi, které v mateřské škole nastanou. (Matějček 2005, Kořátková 2008) Sociální skupina je pro rozvoj osobnosti velmi důležitá. Smýšlení skupiny totiž ovlivňuje smýšlení jedince. (Diessler 1994) Přibližně do tří let si děti hrají samy vedle sebe, nespolupracují a k samotné hře se nepotřebují. Hračka udává směr hry. Dítě něco zkoumá, objevuje, napodobuje jednoduché činnosti (Machová 2002). Postupem času se hra stává skupinovou a hračka je pouze jejím doplňkem. Hra začíná být i sportovně laděná. Děti rády experimentují s cvičebními pomůckami, učí se základním pravidlům her i jejich dodržování. „Díky vlivu sociálního okolí a úrovni svého rozvoje si postupně uvědomuje smysl určitého řádu, platnost norem a zásad, hodnoty pořádku a režimu. (Helus 2009, s.243-244)

Společně s motorikou se rozvíjí i řeč, myšlení a paměť. (Matějček 1996) Dítě má zájem o říkanky, písničky, básničky a právě pohyb jim napomáhá si je zapamatovat. Proto je vhodné zařazovat hudebně pohybové hry, které jsou pro děti velmi lákavé a rychle si je zapamatují. Myšlení je v tomto období názorné a zcela konkrétní. Proto bychom měli názorně předvést nebo ukázat vše, o čem mluvíme, aby si mohlo vytvořit konkrétní představu. (Dvořáková 2007) Dále začíná chápat předmatematické vztahy. Poznává čeho je víc a čeho míň, začíná věci počítat, třídít, porovnávat atd. což je důležité i z hlediska tělesné výchovy. (Kaslová M. 2010) Je schopné rozlišit, do které skupiny patří, kdo při hře vede, porovná svůj výkon s ostatními. Tyto nové možnosti myšlení jsou ovšem provázeny i jeho omezeními, jako je například nepřesné vnímání prostoru, vzdálenosti a času, přeceňování velikosti, apod. (Helus 2009) Vnímání dítěte je spojeno s aktivní činností a s řečí. Vnímá především nápadné předměty (nebo detaily), které upoutaly jeho pozornost. Je ovlivněno myšlením, stavem analyzátorů a vlastní zkušeností. Rozvoj vnímání obohacuje představivost, která se uplatňuje v námětových hrách a pomocí nichž si dítě vysvětluje realitu. (Šimíčková-Čížková 2005)

Pozornost je ze začátku předškolního období ještě nestálá a přelétavá, proto je vhodné aktivity často střídat, zařazovat jednodušší činnosti a nezabývat se jejich zdoluhavým vysvětlováním. S postupujícím věkem se dětem daří udržet pozornost déle, a proto můžeme

postupně přidávat náročnější činnosti i pravidla. (Vágnerová 2012) S tím souvisí i paměť. Dítě si pamatuje jen to, co ho zaujme nebo co je pro něj citově zabarvené. Kolem 3. roku je paměť krátkodobá. Dlouhodobá paměť nastupuje až kolem 4. – 5. roku. (Vágnerová 2012)

Každá činnost, které se dítě účastní, formuje jeho osobnost. Ať už se jedná o řízenou aktivitu, spontánní činnost či volnou hru. Nenásilným způsobem se učí novým činnostem, získává nové vědomosti a upevňuje si ty již osvojené, přebírá zodpovědnost za své chování či jednání, učí se spolupráci, vzájemné toleranci, posiluje si sebevědomí apod. (Dvořáková 2007)

V činnostech je pro děti velmi důležitý pravidelný denní režim a dohodnutá pravidla (řád). Mají přehled o tom, jaké činnosti se budou v danou dobu dělat. Ví, kdy je čas na jídlo, na spánek, kdy se jde na zahradu a kdy si mohou volně hrát. Přední čeští psychologové J. Langmeier a Z. Matějček mluví v této souvislosti o dětských potřebách - konkrétně o potřebě určité stálosti, řádu a smyslu v podnětech. Pokud se denní režim často mění, mohou být děti dezorientované, plačtivé a bázlivé, roztěkané, některé více zlobí, ale je to jen následek neuspokojení právě této potřeby. (Oprailová, Gebhartová 2003)

Denní režim si vytváří každá mateřská škola sama podle svých možností a podmínek. Přesto se od sebe jednotlivé režimy v zásadě moc neliší. Volná hra se střídá s řízenou aktivitou v průběhu celého dne a jejich podíl by měl být vyvážený. Pevně stanovená je doba na jídlo a odpočinek. Doba trávená venku je ovlivňována kvalitou ovzduší, počasím a ročním obdobím. (RVP PV 2004)

3. Tělesná výchova v MŠ

3.1 Pohybové aktivity v režimu dne

Pohybové činnosti ať spontánní nebo řízené by měly být součástí každého dne. (Dvořáková H.,2007, s.79). Tělovýchovné působení má totiž důležité místo v celkovém vzdělávacím, výchovném, zdravotním i hygienickém procesu. (Měkota, Cuberek 2009, s.9) Snažíme se podpořit kladný vztah dětí k pohybovým aktivitám, aby se aktivní pohyb stal součástí jejich života. Toto vývojové období je totiž velmi citlivé na vlivy vnějšího prostředí. Děti se chtějí učit, mají zájem o vše nové, a proto je předškolní období velmi vhodné pro vytváření tohoto vztahu prostřednictvím mnohých pohybových aktivit. (Měkota, Cuberek 2009)

V mateřské škole se setkáváme s různými formami tělesné výchovy. Kromě spontánního pohybu dětí se pravidelně setkáváme s řízenými pohybovými činnostmi jako jsou tělovýchovné chvílky, vyučovací hodiny (jednotky) které bývají zařazovány jednou či dvakrát v týdnu. Nepravidelně chodí paní učitelky s dětmi na vycházky a výlety, pořádají se školy v přírodě, sportovní kurzy a v nabídce některých škol nechybí ani pohybově zaměřené kroužky.

Z praxe víme, že pro spontánní pohybové aktivity mají děti čas obvykle v době volné hry ráno (v čase, kdy se scházejí), při pobytu venku a odpoledne, než se rozejdou. Řízené pohybové chvílky zpestřují jinou výchovně vzdělávací činnost a jsou zařazovány v průběhu celého dne. Jednotky tělesné výchovy jsou delší cíleně zaměřené celky. Bývají zařazovány jako hlavní činnost dne jednou až dvakrát v týdnu a pokud k tomu má škola podmínky, mohou být realizovány například v tělocvičně.

Spontánní pohybové aktivity jsou bezesporu velmi důležité. Děti se v nich pohybují podle svých aktuálních potřeb. Do těchto aktivit však nijak organizačně nezasahujeme, pouze na děti dohlížíme z hlediska jejich bezpečnosti. Naším úkolem je poskytnout jim dostatek prostoru, času a podnětů k činnostem. (Dvořáková 2007) Aby se v dětské hře objevily prvky gymnastiky, musíme navodit takové podmínky, které by jim to umožňovaly. Volně přístupné pomůcky mohou děti k těmto činnostem motivovat. Například si postaví hrad z kostek a rozhodnou se, že jediný způsob, jak se do hradu dostat je přelézt po žebřinách. Nesmí však zapomenout, že i ve volné hře musí respektovat bezpečnostní pravidla.

„Spontánní pohybové aktivity mají určitý podíl na pohybovém režimu dětí, avšak nemohou plně zastoupit organizovanou formu tělesné výchovy.“ (Kaplan A., Bartůněk D., Neuman J. 2010, s.13)

3.2 Metody a organizace tělesné výchovy v mateřské škole

Organizační schopnosti učitelky jsou nezbytně nutné nejen pro řízení tělovýchovných činností, ale pro celou její práci v mateřské škole. Správné časové rozvržení aktivit a jejich forma, volba cíle a výběr jednotlivých činností, jejich vzájemné provázání, metody nácviku, motivace, to vše je nezbytně důležité promyslet, aby cvičení splnilo svůj účel, děti udržely pozornost, chtěly se činnosti věnovat, neztrácely motivaci, aby se něco naučily, v něčem se zdokonalily a aby je to bavilo. (Fosterová a kol. 1997)

Způsobů (cest), jak dítě něco naučit je celá řada. Odborně se těmto činnostem říká didaktické metody. „V tělesné výchově chápeme metodu jako teoretický model uspořádání činností a časových aspektů, který je záměrně naplánován učitelem s ohledem na vytyčené úkoly a podmínky a hodí se k opakovanému použití.“ (Mužík, Krejčí 1997, s.109) Prvotně

můžeme jednotlivé metody rozčlenit na verbální, názorné a praktické, a to podle způsobu, jakým jsou dětem jednotlivé činnosti předávány. Dále rozlišujeme metody podle hlediska průběhu procesu motorického učení. Jsou to metody seznamování se s novými pohybovými činnostmi, metody nácviku pohybových činností a metody zdokonalování a upevňování pohybových činností. (Hošková, Matoušová 2003) Podle vyučovacích postupů rozlišujeme metody komplexní, kdy danou dovednost učíme v celku (např. hod míčkem), analyticko-syntetické, kdy danou dovednost rozdělíme nejprve na jednotlivé části, které nacvičíme a poté je spojíme v celek (např. gymnastické činnosti) a synteticko-analytické metody, které jsou kombinací metod předcházejících (např. u míčových her). (Mužík, Krejčí 1997, s. 108-110)

„Didaktické metody jsou uplatňovány v didaktických formách. Didaktické formy jsou definovány jako ohraničené útvary, uspořádání podmínek učení.“ (Mužík, Krejčí 1997, s. 110) Podle délky a obsahu pohybových jednotek můžeme jednotlivé organizační formy praktikované v mateřské škole rozdělit na ranní cvičení, tělovýchovné chvílky, jednotky tělesné výchovy, soutěže apod. (Kubička a kol. 1993) Každá forma má svůj specifický cíl a podle něj volíme i jejich obsah.

Ranní cvičení bývá řazeno jako rituál před dopolední svačinou. Cílem je protáhnout a rozhýbat tělo. Zařazujeme protahovací a uvolňovací cviky, dechová cvičení, apod. (Dvořáková 2007)

Tělovýchovné chvílky jsou nejtypičtější organizovanou tělovýchovnou činností v mateřské škole. Zařazujeme je dle potřeby v průběhu celého dne. Jejich úkolem je kompenzovat jednostranné zatížení jako je například dlouhé sezení nebo stání, udržení pozornosti pro další práci, jako uvolnění a relaxaci nebo pro zahřátí organismu když je dětem zima. Obsahem jsou různé hry, užitá cvičení (běhy, poskoky, ...), cvičení jemné motoriky, dechová cvičení, cvičení s náčiním, přímivé cviky protahující celé tělo apod. (Dvořáková 2002, 2007)

Vyučovací hodina (jednotka) probíhá 1 – 3x týdně. Obsahem je nácvik nových pohybových dovedností a zdokonalování dovedností již osvojených. (Dvořáková 2007) Tato organizační forma je pro realizaci gymnastických cvičení nejvhodnější. Zařazuje cviky protahovací, mobilizační, posilovací, vytrvalostní, koordinační, rovnovážná, relaxační a dechová. (Dvořáková 2007) Každá jednotka by měla naplňovat konkrétní výchovně vzdělávací cíl. Jak bude daná lekce vypadat nám určují metodicko-organizační formy. (Mužík, Krejčí 1997) Podle nich se cvičební jednotka zpravidla dělí na 3 části: úvodní, hlavní a závěrečnou.

Úkolem úvodní části je motivovat děti ke cvičení, seznámit je s programem a připravit jejich organismus na další zatížení. Nejvhodnější jsou dynamické hry a jednoduché lokomoční pohyby jako je chůze, běh, poskoky. Důležité je, aby se děti zahřály a pohybově vyžily. (Dvořáková 2007)

Průpravná část bývá uváděna buď zvlášť nebo jako součást části úvodní nebo hlavní. Jejím úkolem je protáhnout a posílit jednotlivé svalové skupiny, uvolnit klouby a připravit tělo pro činnost plánovanou v hlavní části. (Dvořáková 2007, Hájková, Vejražková 1994)

Protahujeme svalstvo fázické, které má tendence se zkracovat a posilujeme svalstvo tonické, které ochabuje. (Hájková, Vejražková 1994) Zařazujeme cviky zdravotní, jako prevenci vadného držení těla a cviky průpravné, které se váží k hlavní části. (Dvořáková 2007, Hájková, Vejražková 1994)

Hlavní část můžeme rozdělit na část nácvikovou a výcvikovou. (Mužík, Krejčí 1997) Úkolem nácvikové části je naučit určitou pohybovou dovednost, úkolem výcvikové části je tuto dovednost procvičit a upevnit. Obsahem jsou užitá cvičení, akrobatická cvičení, cvičení s náčiním a na náradí apod. Při tomto cvičení dohlížíme na přesnost nácviku, přistupujeme k dětem individuálně a poskytujeme pomoc a záchranu. Náplň hlavní části je hlavním cílem celé hodiny. (Dvořáková 2007)

Velmi důležitou součástí každého cvičení je průběžné hodnocení výkonu. To má dvě významné funkce. Jednak informační, ta dítěti říká zda cvik provedlo správně, popřípadě co má udělat jinak a motivační, která jej podporuje a stimuluje k další aktivitě. (Kaplan A., Bartůněk D., Neuman J., 2010)

Závěrečná část má za úkol zklidnit děti, kompenzovat jednostranné zatížení, procvičit části těla, kterým nebyla věnována pozornost při hlavním cvičení, zhodnotit průběh celé hodiny a připomenout dětem co se naučily. Obsahem jsou klidnější hry, relaxace, dechová cvičení, slovní hodnocení dětmi i učitelkou. Závěrečná část je stejně důležitá jako části předchozí, přesto je často opomíjena. (Dvořáková 2007, Hájková, Vejražková 1994)

Struktury jednotlivých hodin by se od sebe neměly v zásadě moc lišit. (Dvořáková 2007) I tady platí, že dětem vyhovuje pravidelný režim.

Při cvičení můžeme skupinu dětí organizovat také podle jejich vzájemných vztahů (interakcí) a vztahu dětí k učitelce. Toto vedení může být hromadné, skupinové nebo individuální – souhrnně nazývané jako sociálně-interakční formy. (Kubička a kol. 1993, Mužík, Krejčí 1997, Dvořáková 2007, Hájková, Vejražková 1994)

Při hromadném vedení cvičí všechny děti najednou a to metodou frontální nebo proudovou. Při frontální metodě stojí děti na značkách nebo volně v prostoru. Při proudové

metodě jsou za sebou po kruhu, v překážkové dráze apod. Nevznikají tak prostoje, ale učitel má o dětech malý přehled.

Skupinové vedení probíhá v družstvech (různé soutěže družstev, individuální úkoly družstev, kde jsou děti rozděleny podle potřeby zdokonalování určitého cviku apod.) cvičení na stanovištích (stanoviště s různými úkoly, setrvání skupiny na stanovišti je vymezeno počtem opakování nebo časově), překážková dráha (proudová metoda, stanoviště s překážkami, kde u nejnáročnější překážky poskytuje učitelka pomoc a záchranu) a kruhový trénink (v mateřské škole se nevyskytuje, je vhodný pro starší děti a je zaměřen na zvyšování kondice).

Individuální vedení se v mateřské škole objevuje při hodnocení žáků a při komunikaci učitelky s dětmi na konkrétním stanovišti.

3.3 Zajištění bezpečnosti

Při cvičení může vzniknout mnoho úrazů. Dle Liby (1994) mohou úraz nejčastěji zavinit čtyři faktory: žák (svou nekázní, nepozorností, nepochopením instrukcí, přeceněním svých sil apod.), učitel (špatnou organizací, nesprávnou pomocí a záchranou, svou nepozorností, neodborností apod.), technický stav náradí a pomůcek ke cvičení a cvičební úbor a zevnějšek žáka (nevhodný cvičební úbor, dlouhé vlasy, nehty, doplňky apod.)

Učitelka musí možné příčiny předvídat a předcházet jim. Obecná pravidla pro zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí ve školách jsou zpracována metodickým pokynem MŠMT (č.j.:37014/2005-25) na jehož základě si školy samy stanovují vlastní pravidla bezpečnosti a ochrany zdraví žáků.

Dle Dvořákové(2007) mezi povinnostmi učitelky patří:

- zajistit dohled nad dětmi
- zkontrolovat cvičební pomůcky před každým cvičením a vhodně je připravit (upevnit, vhodně rozmístit,...)
- zajistit vhodný úbor dětí (dlouhé vlasy by měly být svázané do gumičky, šperky do MŠ vůbec nenosit, oděv by neměl děti omezovat v pohybu)
- volit vhodnou organizaci hodin
- volit správný metodický postup
- volit přiměřený obsah hodin
- poskytovat správně pomoc a záchranu
- mít v dosahu lékárníčku a umět poskytnout první pomoc
- mít v dosahu telefon pro zavolání záchranné služby a kolegů

- zaznamenat úraz (pisemnou formou)

Přestože budou učitelky dbát na všechny tyto vymezené povinnosti, stále hrozí možnost úrazu. Velmi důležité je vést děti k vlastní zodpovědnosti, stanovit si pravidla a důsledně je dodržovat. (Dvořáková 2002)

Obsah hodin tělesné výchovy volíme vždy s ohledem na danou skupinu dětí. Vycházíme z jejich aktuálního psychického a fyzického stavu. Přizpůsobujeme jej předchozím i následujícím činnostem. (Dvořáková 2002) Nezapomínáme na některá specifika dětského vývoje, jako jsou nedokončená osifikace, nedokončený vývoj kloubních pouzder, neúměrně vyvinuté svalstvo, apod. (Hájková, Vejražková 1994)

3.4 Dopomoc a záchrana

Dopomoc poskytujeme při nácviku nových pohybů a pohybových celků nebo u pohybů, které jsme delší dobu nedělali. (Libra J. 1971) Poskytujeme ji pouze v problémové části. Dbáme na to, abychom ji neposkytovali příliš dlouho. Mohla by se stát součástí daného pohybu a dítě by jej později nesvedlo samostatně. (Libra J. 1971) „Když se dítě učí něčemu novému, máme mu pomáhat, ale pomoc musí být minimální, tj. taková, aby dítě vynaložilo co nejvíce úsilí samo.“ (Pechová J., 2000, str.11) Dopomocí se má dítěti usnadnit jeho nácvik, ale přitom dbáme na to, aby bylo dítě schopno provést pohyb bezpečně a samostatně. Abychom podali dostatečnou a vhodnou dopomoc a záchranu, musíme daný cvik dobře znát a vycházet z podstaty daného pohybu. Volíme takovou dopomoc, která je přiměřená obtížnosti cviku a pohybové úrovni dítěte. (Hájková 2008)

Tam, kde se dopomoc nezdaří, poskytujeme záchranu. „Záchranou rozumíme aktivní zajištění cvičence před možným úrazem.“ (Hájková 2008 s.5) U záchrany musíme být schopni kdykoliv zasáhnout a dítě zachytit nebo podepřít při možném pádu. Nepřímou záchranu zajistíme vhodným umístěním molitanových dušen, žiněnek, ochrannými pásy, sítěmi apod. (Libra J. 1971)

4. Současné problémy v tělesné výchově mateřských škol

Velmi diskutovaným problémem, který trápí snad všechny učitelky mateřských škol, je vysoký počet dětí ve třídě, který v průměru dosahuje 20 – 25 dětí denně (plný počet činí 28 dětí). Dalším často diskutovaným problémem mezi učitelkami je nedostatek prostoru. Tyto dva faktory mají vliv na veškeré činnosti v MŠ a kladou nesmírně vysoké nároky na organizaci veškerých činností, volbu vhodných metod a obsahu činností. Jsou to omezení, které učitelka bohužel ovlivnit nemůže. Musí se pouze přizpůsobit daným podmínkám a

prokázat své organizační, odborné i osobnostní kvality. Možná i proto v některých MŠ řízená tělesná výchova neprobíhá. „Rozhodujícím předpokladem pro kvalitu práce v oblasti tělesné výchovy v MŠ je vztah učitelky k dětem a vztah k tělesné výchově, tedy osobnostní profil učitelky a její vlastní aktivita.“ (Dvořáková H.1998, s.41)

Při pozorování cvičebních jednotek v mateřských školách, které jsem prováděla v rámci své bakalářské práce jsem zjistila, že učitelky mívají při cvičení s dětmi podobné problémy. Jedním z nich je velká obava z úrazu dětí. Volba obsahu činností i jejich organizace je tomuto strachu přizpůsobena natolik, že děti limituje nejen v rozvoji jejich schopností a dovedností, ale i v jejich přirozeném projevu, aktivitě, a buduje strach z náročnějších cviků, který se projeví v pozdějších letech dítěte. Tím jsou značně limitovány ve výběru činností, přiměřené zátěži i motivaci. „Organizovaná tělovýchovná činnost u dětí předškolního věku má mnohem nižší fyziologickou účinnost než jejich spontánní pohybová aktivita. Tento fakt svědčí o rezervách organizovaných tělovýchovných aktivit dětí předškolního věku.“ (Prosser V.(ed.) a kol.1987, s.44) „Obsah tělovýchovných činností je sice dostatečně rozmanitý a pestrý, avšak jeho intenzita nedosahuje žádoucí úrovně.“ (Prosser V.(ed.) a kol.1987, s.76)

Cviky, které jsou pro děti příliš jednoduché, je brzy omrzí. Učitelky pak mívají oprávněný pocit, že jsou děti „jak z divokých vajec“. Důležité je také dát dětem přiměřenou volnost a svobodu, která bude podporovat jejich aktivitu. (Pechová 2000) „Poměr omezení a volnosti je důležitou otázkou vyjádřenou v podobě chápání kázně. Kázeň by měla vycházet pouze z potřeby zajistit bezpečnost dítěte, nikoliv z formální touhy učitele, aby děti stály v řadě a bylo ticho. Kázeň i bezpečnost by se měly stát také věcí dítěte, součástí jeho zodpovědnosti za sebe a za kamaráda.“(Dvořáková H.,1998, s.36) To jsou děti schopny velmi rychle pochopit. Stanovení pravidel, které dodržují nejen děti, ale i sama učitelka, rituály (průběh cvičení), domluvené signály, které ukončují nebo mění činnost velmi pomáhají při organizaci cvičení a děti se je velmi rychle naučí. (Borová a kol. 1998, Kulhánková 2007)

Často opomíjenou součástí cvičení je hodnocení cvičení a to jak dětmi, tak učitelkou. Podstatné přitom je, aby hodnocení splnilo svůj účel. „Hodnocení by mělo mít dvě základní funkce: informační a motivující.“ (Kaplan, Bartůněk, Neuman 2010, s.14) Dítě potřebuje vědět, jestli daný cvik provedlo správně, popřípadě co konkrétně má udělat jinak. Správně zvolená slova učitele ho motivují k další činnosti. Důležitá je i zpětná vazba pro učitele. Pokud se učitelka ptá dětí správným způsobem, zjistí efektivitu cvičení i jeho náročnost. Je zde prostor pro pochvalu dětí nejen za cvičení, ale i za dodržování pravidel. (Dvořáková 2006)

Hlavním a nejdůležitějším cílem tělesné výchovy je pozitivní prožitek dětí ze cvičení, který je spojen s emocemi i chováním. (Dvořáková 2006 + další autoři věnující se této problematice, viz. seznam použité literatury) Získávání a zlepšování dovedností je až na druhém místě. „Cvičení musí probíhat jako hra“. (Pechová 2000, s.11) Z projevu dětí poznáme, zda cvičení děti bavilo, zda naplnilo jejich očekávání. Pokud je cvičení baví, jsou ukázněnější a motivovaní pro další činnost. Pokud mají pocit, že cvičení nesplňuje jejich očekávání, vymýšlejí činnosti a aktivity, kterými by tohoto pocitu uspokojení dosáhly. Učitelka může takové chování považovat za nekázeň, ale jde pouze o pokus dětí změnit obsah výuky, ze kterého nemají pocit uspokojení. (Dvořáková 2006)

5. Motivace

V Pedagogickém slovníku je motivace vysvětlována jako „souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které vzbuzují, aktivizují, dodávají energii lidskému chování a prožívání; zaměřují toto prožívání a jednání určitým směrem; řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků; ovlivňují též způsob reagování jedince na jeho jednání, prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu.“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2008, s.127)

Samotné téma motivace je samozřejmě velmi rozsáhlé a složité. Proto zde zmíním pouze základní rozdělení na motivaci vnitřní a vnější, která je v souvislosti s tématem mé práce dostačující. Vnitřní motivace vychází z vnitřních motivačních činitelů, kdy dítě provádí danou činnost kvůli ní samé. Má radost z pohybu a najde v něm uspokojení této potřeby. Motivace vnější uspokojuje jiné potřeby. Pohybová činnost je v tomto případě pouze prostředkem k jejich naplnění a hnacím motorem je odměna či trest. (Lokšová I., 1999) Více se o motivaci dozvíme např. v knize Psychologie osobnosti - Říčan 2007.

Pro učitelku je motivace činností, která provází její práci takřka neustále ať zvolí jakoukoliv řízenou aktivitu. Nejprve tzv. úvodní motivací zaujme děti pro následující činnosti. Po-té, průběžnou motivací, udržuje jejich pozornost, pílí, chuť dokončit činnost, apod. Hlavním úkolem závěrečné motivace je probudit u dětí zájem provádět činnost i příště. „Motivace má dynamizující, aktivizující a usměřující funkci.“ (Lokšová I., 1999, s.10)

Jak už bylo několikrát řečeno, cvičení by děti mělo především bavit. Měli bychom je ale nejen neustále motivovat, ale i hodnotit výsledky jejich snažení. Děti chtějí vědět, jestli se jim cvik povedl nebo ne a prožít si radost z konečně dosaženého byť malého úspěchu. Z hodnocení by dítě mělo mít dobrý pocit, i když mu vytýkáme nějaké chyby. Proto používáme pozitivně zabarvená slova (např. nebylo to špatné, ale ještě více pokrč kolena apod.) Pokud dítě opravujeme, nesmíme zapomenout na jedno nepsané pravidlo. A to, že upozorňujeme

vždy jen na jednu chybu, kterou dítě udělalo. Protože pokud bychom vyjmenovali více chyb najednou, dítě by nevědělo, na co se má soustředit dřív. (Kryštofič 2006)

6. Smysl zařazování gymnastických prvků do tělesné výchovy v mateřských školách

Hájková J., Vejražková D.(1994): „Gymnastika je soubor tělesných cvičení, jehož cílem je všestranný pohybový rozvoj lidského těla a udržení zdatnosti a celkové dobré výkonnosti“.

Skopová M., Zítko M.(2008): „Gymnastiku chápeme jako otevřený systém metodicky uspořádaných pohybových činností esteticko-koordinačního charakteru se zaměřením na tělesný a pohybový rozvoj člověka, na udržení a zlepšování zdraví.“

Při snaze definovat pojem „gymnastika“ užívají různí autoři různá slova. Význam však zůstává stejný. Jedná se o esteticko-koordinační tělesná cvičení, která záměrně rozvíjejí koordinační a obratnostní schopnosti jedince spolu s rozvojem jeho síly, rychlosti a vytrvalosti. (Svatoň 1992) Má kladný vliv na zdraví a psychickou pohodu jedince. Má kondiční, zdravotní, kompenzační i relaxační přínos. (Hájková, Vejražková 1994) A právě proto, že je vhodná pro všechny věkové kategorie bez ohledu na pohlaví, zařazujeme jej i jako jednu z možností pohybových cvičení v mateřských školách.

Gymnastika je však velmi široký pojem, proto vznikla potřeba ji rozdělit do směrů (odvětví) a blíže je specifikovat. Skopová M. a Zítko M. vymezují dvě hlavní skupiny podle charakteru a účelu cvičení, a to gymnastické sporty (sportovní gymnastika, moderní gymnastika, skoky na trampolíně aj.) a gymnastické druhy (základní gymnastika, rytmická gymnastika, aerobik). Hájková a Vejražková (1994) dělí gymnastiku na druhy základní, účelové, rytmické a sportovní. Dělení gymnastiky je ovlivněno několika faktory. Především je to vývoj jednotlivých druhů gymnastik, rozvoj vědeckých poznatků, zkušenosti a tvořivost trenérů, pedagogů i cvičenců a v neposlední řadě tradice a vliv mezinárodního pojetí gymnastiky. (Hájková, Vejražková 1994)

Pokud mluvíme o gymnastice v souvislosti s mateřskou školou, máme na mysli gymnastiku základní, která je výchozí pro všechny pohybové aktivity a sporty. Obsahuje všeobecně rozvíjející cvičení, která můžeme uspořádat do všestranných či specializovaných cvičebních programů a zaměřit je zdravotně, výkonnostně či profesně podle toho, za jakým účelem cvičení provádíme. Můžeme se tak setkat s gymnastikou kondiční, zdravotní, nápravnou, posilovací a dalšími. (Kubička a kol. 1993)

Skopová M. a Zítko M. dělí obsah základní gymnastiky na:

1. cvičení prostná (cvičení jednotlivce, dvojic či skupin)
2. cvičení s náčiním (tyče, švihadla, míče, ...)
3. cvičení s náradím a na náradí (lavičky, žebřiny, bedny, žebříky, šplhadla, průlezky,...)
4. užitá cvičení (běhání, skákání, lezení, nošení břemen, překonávání překážek)
5. akrobatická příprava (cvičení odrazová, rotační, zpevňovací,...)
6. cvičení z oblasti hudebně – pohybových vztahů (prvky RG a tance)
7. pořadová cvičení (organizování cvičenců – nástupy, postoje, pohyby, obraty,...)

Jak bylo už řečeno, cílem gymnastiky je všestranný pohybový rozvoj. To znamená, že u dětí vytváříme co nejširší pohybovou základnu, ze které pak další pohyby vycházejí. V mateřské škole chceme děti rozvíjet všestranně, aby se mohly v budoucnu sami rozhodnout, jakým směrem půjdou dál a využít senzitivních období pro maximální naplnění pohybových úkolů. (Skopová M., Zítko M., 2005) A to nám umožní cíleně zaměřená gymnastická cvičení. Gymnastika má pozitivní vliv nejen na pohybový rozvoj, ale utváří a podporuje správné návyky držení těla, zvyšuje a udržuje tělesnou zdatnost, pozitivně ovlivňuje psychické i tělesné zdraví a má vliv i na sociální stránku osobnosti. (Skopová M., Zítko M., 2005)

Skopová a Zítko (2005) uvádějí mnohé další výhody, které cvičení gymnastiky přináší. Vybírám z nich pouze ty, které oceníme právě při cvičení s nejmenšími dětmi. Jsou to: velká variabilita a pestrost obsahu, pohybová přístupnost všem, tedy i těm nejmenším, všestranné působení (kultivování pohybového projevu), možnost odstupňování zátěže (výběr cviků, tempa, dávkování činnosti a odpočinku), kladné ovlivnění životního stylu, formativní účinky na hybný systém člověka, sebevědomí a estetického cítění a další.

7. Nácvik vybraných gymnastických prvků

Před každým cvičením je potřeba se rozvečit. Rozvečička nemusí být dlouhá. Důležité je zaměřit se více na ty části těla, které budou při hlavní části nejvíce zatěžovány. (Skopová, Zítko 2005) Přestože je gymnastika charakteristická svou všestranností a různorodostí, je i zde nutné provádět kompenzační cvičení a tím předcházet vzniku svalových dysbalancí. (Hájková, Vejražková 1994)

Při nácviku gymnastických prvků je dobré vytvořit si jakýsi nácvikový plán. Zvolíme si hlavní úkol (např. naučit děti kotoul vpřed) a k němu pak zvolíme několik dílčích úkolů (např. naučit děti podřep rozkročný, naučit děti kolíbku, atd.). Postupné zvládnutí dílčích úkolů nás dovede ke zvládnutí úkolu hlavního. (Kryštofíč 2006)

Musíme mít také na paměti, že vše, co dítě učíme, jej musíme naučit správně. Špatně naučené a zafixované pohyby se mu budou jen velmi těžce odnaučovat. „Nervové buňky, mladé, plastické a vnímavé a to především ty mozkové vezmou určitý pohyb za svůj a uloží si jej hluboce do svého programu. Kdyby pak místo něj měly přijmout nějaký jiný, nový, musely by se toho dřívějšího vzdát a proti tomu se samozřejmě brání.“ (Matějček, 1996, s.52)

Pro popis nácviku jednotlivých cviků a poskytnutí dopomoci čerpám z těchto publikací:

- Dvořáková H. Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání (2006)
- Hájková J. Kapitoly z gymnastiky na 1.stupni základní školy pro denní a distanční studium (2008)
- Kryštofič J. Pohybová příprava dětí (2006)
- Skopová M., Zítka M. Základní gymnastika (2008)

7.1 Nácvik dřepů

Dřepy jsou velmi často odsuzovaným cvikem z hlediska zatěžování kolenních kloubů. Je to jeden z mýtů, které kolem některých cviků vznikají. (Rathausová 2010) Pro děti je dřep přirozeným pohybem. Často si v něm hrají. Na rozdíl od sedu nebo kleku totiž umožňuje rychlou změnu polohy. Dřep či podřep je výchozí polohou při skocích do dálky, při výskocích na překážku, apod. Při cvičení je důležité množství opakování cviku a způsob jeho provedení. (Dvořáková 2007) Řadíme ho do cviků posilujících svalstvo především dolních končetin, ale i hýždí a břicha. Výchozí polohou je stoj mírně rozkročný (na úroveň kyčlí). Trup je nakloněný mírně dopředu a paže obvykle v předpažení. Při dřepu s výskokem kopírují paže směr pohybu. Při pohybu vzhůru dítě švihem vzpaží a tím si pomůže při odrazu. Důležité je zpevnit při obou variantách (s výskokem i bez výskoku) tělo, především břišní a hýžd'ové svalstvo a stát na celých chodidlech. (Kryštofič 2006)

7.2 Nácvik převalů

Převaly, neboli válení sudů bývají v mateřských školách často prováděným, ale velmi podceňovaným cvikem. Zdánlivě jednoduchý cvik totiž neplní svou funkci pokud se neprovádí správně. Podstatou tohoto cviku je totiž zpevnění celého těla. Při převalách se nesmí dotýkat země hlava ani žádná z končetin. Pro zpevněné držení těla je nutné nejprve s dětmi provádět zpevňovací cvičení a pak až přejít k rotaci celého těla.

Dílčí úkoly nácviku:

- nácvik zpevnění a uvolnění těla v připažení v poloze ležmo (děti rády hrají hru na rampouch: když mrzne – ztuhne, když vyleze slunce – rozteče se. Učitelka děti obchází a zkouší nadzvednout jednotlivé končetiny v uvolněné i zpevněné poloze; podobná je hra na prkýnko, kdy se dítě musí zpevnit tak aby se neprohnulo, když mu učitelka zvedne nohy)
- nácvik zvedání všech končetin najednou v poloze na břiše i na zádech
- nácvik převalů na bok a zpět (z polohy na břiše i na zádech)
- nácvik převalů s krátkou výdrží v poloze na boku
- nácvik převalů s pomocí šikmé plochy
- nácvik převalů v tempu na rovině

Dopomoc provádíme mírným tlakem na těžiště v oblasti boků.

7.3 Nácvik kotoulu vpřed

Jedním z náročnějších cviků, které v mateřských školách s dětmi paní učitelky dělají, je kotoul vpřed. Kotoul provádíme vždy na změkčené ploše. Při cvičení dbáme na správné provedení cviku. Pokud se děti staví na hlavu nebo dopadají na rovná záda (nedělají kolíbkou) je ohrožena jejich páteř.

Dílčí úkoly pro zpevnění pletence ramenního:

- nácvik zpevnění ve vzporu a podporu na předloktích ležmo
- vzpor ležmo – nohy na vyvýšené ploše (lavička apod.)

Dílčí úkoly nácviku:

- nácvik sedu sbaleného skrčmo
- nácvik dřepu rozkročného s hlubokým předklonem (učí se dívat do okénka)
- nácvik kolébky ze sedu do sedu, ze dřepu do dřepu, ze dřepu do výskoku
- nácvik odrazu obouoř s oporou o ruce (zajíček)
- nácvik kotoulu vpřed z polohy dřepmo ze šikmé plochy (do sedu, do dřepu, do stoje)
- nácvik kotoulu vpřed na rovině ze dřepu, ze stoje (do sedu, do dřepu, do stoje)

Dopomoc: pokud klečí učitelka z pravé strany dítěte, její pravá ruka podpírá v týlu hlavu a stáčí ji do předklonu, levá ruka mírně tlačí na hýždě a tím pomáhá dítěti se přetočit. Po přetočení může ještě levou rukou zatlačit do lopatek dítěte a tím mu pomoci do dřepu. Pravá ruka jistí dítě na bérkách a brzdí pohyb, kdyby přepadávalo.

7.4 Návnik přeskoků snožmo stranou přes (švédskou) lavičku s oporou o ruce

Švédská lavička bývá nejběžnějším cvičebním nářadím, které mateřské školy mají. Z průzkumu, který jsem prováděla v r.2010 vyplynulo, že lavičku vlastní 32 z 36 dotázaných mateřských škol.

Abychom mohli učit děti skákat přes lavičku, je nejprve nutné naučit je skákat. Samotnému návniku předchází přípravná a průpravná cvičení v podobě dílčích úkolů.

Dílčí úkoly návniku:

- návnik poskoku snožmo na místě, z místa, poskoky na povel, poskoky z pokrčení kolen, poskoky snožmo do všech směrů,...
- návnik přeskoku překážky (nejprve nízkou – lano,... postupně zvyšujeme – guma, molitanová kostka,...)
- návnik výskoku na překážku (např.vrchní díl švédské bedny) a seskok
- návnik odrazu obounož s oporou o ruce (zajíček)
- návnik přeskoku lana s oporou o ruce (nejprve střídavě, potom snožmo)
- návnik výskoku na lavičku s oporou o ruce a seskok
- návnik přeskoku lavičky s oporou o ruce
- návnik přeskoku lavičky s oporou o ruce v tempu (s meziskokem, bez meziskoku)

Dopomoc dětem poskytneme přidržením těžiště, (v oblasti kyčlí).

7.5 Návnik skoků na trampolíně

Skoky na trampolíně jsou pro děti nejen atraktivní, ale vedou i ke zpevnování těla. Důležité je aby se dítě při skákání neprohýbalo v zádech a udrželo se ve středu trampolíny.

Dílčí úkoly návniku:

- návnik zpevnění těla a uvolnění těla (hry na rampouch apod.)
- návnik pohupů na trampolíně s oporou o předloktí
- návnik poskoků snožmo na trampolíně s oporou o předloktí
- návnik poskoků snožmo na trampolíně s oporou za jednu ruku
- návnik poskoků snožmo na trampolíně bez opory se souhyby paží
- návnik výskoků s roznožením s oporou o ruce (vhodné je umístit trampolínu k žebřinám, kde se dítě může samo držet, důležité je, aby se při držení nepředklánělo)

Dopomoc zde zajišťuje podporu stability dítěte. Stojíme k dítěti čelem. Dítě se svým předloktím opírá o naše předloktí. Pokud získá jistotu, stačí jej přidržovat za jednu ruku (dlaň). K trampolíně umístíme žíněnku pro doskok.

7.6 Návčik stoje na rukou

Stoj na rukou a přemet stranou jsou považovány za velmi náročné cviky. Učitelky mateřských škol je nechtějí vzhledem k náročnosti návčiku provádět. Některé dokonce usuzují, že nejsou vhodné pro předškolní věk vzhledem ke specifickým vývoje dětského organismu. Zapomínají však na mnoho přípravných cviků, bez kterých se tento prvek dělá velmi obtížně.

Dílčí úkoly návčiku:

- návčik zpevnění a uvolnění těla v připážení v poloze ležmo (opět hry na rampouch či prkýnko), dbáme na propnuté špičky
- zajíček (ze dřepu se dítě odráží oběma nohama a naskakuje na ruce, zpět se pak odráží rukama a doskakuje zpět do dřepu)
- přeskok lavičky snožmo s oporou o ruce (včetně všech průpravných cviků)
- návčik zpevnění ve vzporu a podporu na předloktích ležmo
- vzpor ležmo – nohy na vyvýšené ploše (lavička apod.)
- převaly nebo tzv. válení sudů (včetně všech průpravných cvičení)
- stoj na lopatkách (svíčka)
- přítlaky – vzpažení ve stoju spatném, dlaně vzhůru, prsty k sobě – učitelka tlačí přerušovaně do dlaní dítěte, které musí ruce zpevnit tak, aby nedošlo ani k vysazení ani k prohnutí.
- stoj na rukou s dopomocí učitelky v prostoru

Dopomoc provádíme z boku přidržením za nohy, stojíme na té straně, na které je noha dítěte, která jde první nahoru.

7.7 Návčik přemet stranou

Základem přemetu stranou je zvládnutí zpevnění těla a stoj na rukou. Proto i dílčí úkoly návčiku jsou stejné. Navíc uvádím pouze úkoly týkající se samotného návčiku přemetu stranou.

Další dílčí úkoly návčiku:

- stoj na rukou (včetně všech průpravných cvičení)
- návčik přemetu stranou do půlkruhu s pomocí značek pro umístění rukou a nohou
- cvik přemetu stranou v rovině

Dopomoc se provádí za boky dítěte. Levá ruka učitelky chytá pravý bok dítěte a pravá ruka chytá levý (při směru pohybu zleva doprava). Učitelka má tak ze začátku mírně zkřížené ruce. Dítě provádí přemet stranou vždy zády k učitelce.

7.8 Nácvik houpání na kruzích ve visu za ruce

Kruhy jsou pomůckou využívanou v tělocvičnách. Mateřské školy jimi obvykle vybaveny nejsou. Chodí-li učitelky s dětmi cvičit do tělocvičny, neměli by se jejich používání bránit. Houpat se na nich děti nemusí jen za ruce, na kruhy se dá zavěsit houpačka, svésíme-li je níž, mohou si děti na kruh sednout, stoupnout, apod. Nácvik houpání za ruce nacvičujeme až tehdy, mají-li děti sílu se rukama přitáhnout. Není potřeba jej zařazovat už v mateřské škole, ale je dobré na něj děti připravovat pomocí dílčích úkolů nácviku.

Dílčí úkoly nácviku:

- nácvik válení sudů (včetně všech dílčích úkolů)
- nácvik vzporů a podporů
- nácvik seskoků na změkčenou plochu do pokrčení kolen
- nácvik přitahů (nohy jsou na podložce přímo pod kruhy, dítě se drží kruhů a pomalu jako prkno se spouští do polohy ležmo a zpět) důležité je se neprověsit a udržet zpevněné tělo
- nácvik kroužení – nohy jsou na místě, ruce drží kruhy a obkreslují velký kruh ve vzduchu, důležité je opět zpevnit tělo

Dopomoc nedáváme, pouze zajistíme záchranu rozmístěním žíněnek v prostoru houpání.

8. Možnosti vzdělávání učitelek mateřských škol

Odborné znalosti z oblasti tělesné výchovy získávají učitelky ve škole. V současné době existuje několik typů odborného vzdělání. Praxe pak ukazuje rozdíly mezi nimi.

8.1 Možnosti vzdělávání – získání odborné kvalifikace

Dle zákona č. 563/2004 Sb. ze dne 24. září 2004 o pedagogických pracovnících, může v mateřské škole působit jako pedagogický pracovník ten, kdo je plně způsobilý k právním úkonům, má odbornou kvalifikaci pro přímou pedagogickou činnost, kterou vykonává, je bezúhonný, zdravotně způsobilý a prokázal znalost českého jazyka (není-li dále stanoveno jinak). (§ 3 odst. 1 zákona č. 563/2004 Sb.)

Odborné kvalifikace lze docílit několika způsoby:

- vysokoškolským vzděláním získaným studiem v akreditovaném studijním programu v oblasti pedagogických věd zaměřené na pedagogiku předškolního věku
- vyšším odborným vzděláním získaným ukončením akreditovaného vzdělávacího programu vyšší odborné školy v oboru vzdělání zaměřeném na přípravu učitelů předškolního vzdělávání

- středním vzděláním s maturitní zkouškou získaným ukončením vzdělávacího programu středního vzdělávání v oboru vzdělání zaměřeném na přípravu učitelů předškolního vzdělávání

V případě, že se jedná o činnost ve třídě nebo škole zřízené pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami, musí mít pedagog vzdělání i v oboru speciální pedagogiky. (§ 6 odst. 1 a 2 zákona č. 563/2004 Sb.) Uznávaný je jak státní tak soukromý sektor vzdělávání. Existují i případy, kdy na škole působí pedagog, který nemá potřebnou odbornou kvalifikaci. V tomto případě může vykonávat přímou pedagogickou činnost, jestliže:

- ke dni účinnosti tohoto zákona dosáhl 50 let věku a dlouhodobým výkonem přímé pedagogické činnosti na příslušném druhu nebo typu školy nejméně po dobu 15 let prokázal schopnost výkonu požadované činnosti,
- nejdéle po dobu deseti let, pokud v této době nezahájí studium, kterým potřebný předpoklad získá, a toto studium úspěšně ukončí,
- jestliže vysoké školy pro výuku odborných předmětů ve střední a vyšší odborné škole neumožňují přístup k vysokoškolskému vzdělání v akreditovaném studijním programu příslušného studijního oboru; v tomto případě je postačující získání nejvyššího dosažitelného vzdělání v příslušném oboru. (§ 32 zákona č. 563/2004 Sb.)

8.1.1 Studium na střední škole obecně

Střední pedagogické školy rozvíjí, rozšiřují a prohlubují všeobecné vzdělání získané na základních školách a zároveň zajišťují odbornou přípravu pro práci s dětmi v předškolních či mimoškolních zařízeních. „Vzdělávání se řídí školským zákonem, vyhláškou o středním vzdělávání, vyhláškami o přijímání ke vzdělávání a o jeho ukončování a dalšími legislativními dokumenty.“ (ÚIV 2009/10, s.24)

Vzdělávání probíhá čtyři až pět let v závislosti na formě studia a je ukončeno maturitní zkouškou. Dříve bylo střední odborné vzdělávání konečné. Předpokládalo se, že absolvent ihned nastoupí do zaměstnání. Pro učitele nastupující do mateřských škol zde nebyla žádná další možnost studia preprimární pedagogiky na vyšší úrovni. V současnosti jsou absolventi tohoto oboru také plně kvalifikovanými pedagogy, zároveň však mohou ve svém studiu dále pokračovat na vysokých školách, zejména na fakultách vzdělávajících učitele. Novějším typem studia na středních školách je pedagogické lyceum, které se zaměřuje především na přípravu studentů pro studium na vysokých školách. (ÚIV 2009/10)

Střední pedagogické školy jsou obvykle veřejné (zřizované např. krajem), existují však i školy soukromé a církevní. V současné době je registrováno 18 škol státních, 9 soukromých a 3 církevní. (rejstřík škol)

Předpokladem pro přijetí na pedagogickou školu je absolvování povinné školní docházky (popř. ukončení základního vzdělávání před splněním povinné školní docházky) a splnění podmínek přijímacího řízení, jehož obsah si vytváří každá škola sama. (Školský zákon 2004) Zpravidla obsahuje přijímací/talentovou zkoušku z tělesné, hudební a výtvarné výchovy popř. mluvené slovo, zdravotní způsobilost a písemný test (studijní předpoklady, český jazyk apod.). Dle RVP pro střední pedagogické školy jsou do studijního oboru přijímáni uchazeči, u kterých je patrný vztah k práci s dětmi a mládeží a kteří mají potřebné hudební, výtvarné a pohybové schopnosti, předpoklady k výraznému mluvenému projevu a v době přijímacího řízení výslovnost bez závad.

Studium je ukončeno státní maturitní zkouškou, jejíž obsah si do r.2010/11 vytvářely školy samy. Od r. 2010/11 vzešla novela školského zákona která významně změnila způsob organizace maturitní zkoušky. V současné době má dvě části – společnou a profilovou. Zkoušku z TV je možno složit v rámci profilové zkoušky z povinně volitelných předmětů, kterou vytváří a níž odpovídá škola. Zpravidla mívá část teoretickou a praktickou. Jednotlivé vyhlášky se stále upravují a doplňují. (Školský zákon 2004, novela vyhlášky 177/2009)

8.1.1.1 Studium na střední škole vzhledem k tělesné výchově

V roce 2009 vzešel v platnost Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělávání Předškolní a mimoškolní pedagogika (RVP PV), který rámcově určuje, jak by měla probíhat tělesná výchova na těchto typech škol. Každá škola si pak na jeho základě vytvoří svůj školní vzdělávací program, který musí být veřejně přístupný. Do této doby se pro výuku tělesné výchovy s metodikou využívaly učební osnovy schválené MŠMT ČR dne 18.6. 1993, č.j. 16 656/93-23. A pro výuku základní tělesné výchovy bez metodické části bylo možno používat alternativní učební osnovu tělesné výchovy pro střední školy schválené MŠMT ČR dne 23.5. 1996 pod č.j. 19 891/96-50, pokud se nelišily od UP. (NÚOV 1998)

Výuka tělesné výchovy je řazena mezi odborně vzdělávací předměty. Z hlavní části probíhá v rámci vzdělávací oblasti Vzdělávání pro zdraví. Zaměřuje se především na vzdělávání pro zdraví, což znamená: „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.“ (RVP PMP 2009, s.39) Celé znění rámcového rozvržení obsahu oblasti Vzdělávání pro zdraví uvádím v

příloze F. Výuka tělesné výchovy však probíhá i v dalších oblastech, jejichž plné znění uvádím též v příloze F. Jedná se o oblast didaktika pedagogických činností, která se věnuje pedagogickému působení v jednotlivých oblastech výchovy. Jinak řečeno, v této oblasti získá žák povědomí o tom, jak jednotlivé oblasti výchovy vyučovat a propojovat. Třetí oblastí je Pedagogicko-psychologické vzdělávání, které poskytuje odborné vědomosti důležité pro správné pedagogické působení. (RVP PMP 2009, s.39-40)

Tělesná výchova probíhá při denní formě studia celé čtyři roky jako povinný předmět v rozsahu 2 hodin týdně v prvním a druhém ročníku a 2-3 hodin týdně ve třetím a čtvrtém ročníku. Pro dálkovou formu je vyčleněno 80 hodin během 5 let studia. Součástí je i výuka metodiky tohoto předmětu. Dále může být součástí povinně volitelných předmětů, které si žáci zvolí během studia a z nichž potom na konci čtvrtého ročníku skládají profilovou maturitní zkoušku. Vyučovací jednotka trvá 45 minut. Výuka bývá zpravidla slučována do dvouhodinových bloků. Skupina žáků se může dle potřeby dělit na skupiny. Povinnou součástí studia jsou i kurzy: turistický, lyžařský a plavecký. (NÚOV 1998)

8.1.2 Studium na vyšší odborné škole obecně

Vyšší odborné školy jsou přechodníkem mezi vzděláváním na středních a vysokých školách. Přestože se způsobem výuky blíží spíše vysokoškolskému pojetí výuky, řídí se školským zákonem č. 561/2004 Sb., stejně jako vzdělávání na nižší úrovni a vyhláškou o vyšším odborném vzdělávání č. 10/2005 Sb.

V roce 1992/93 byly zavedeny experimentálně, od roku 1995 jsou běžnou součástí vzdělávacího systému. Ke studiu se přijímají uchazeči, kteří získali střední vzdělání s maturitní zkouškou. Věk studenta není rozhodující. Typickým věkem nástupu ke studiu je 19 let, studenti jsou ale často starší. (ÚIV 2009/10, s.40)

Vzdělávací program pro konkrétní obor si zpracovává každá škola sama. V programu musí být uvedeny cíle, formy, délka a obsah vzdělávání, jeho podmínky, organizace, průběh vzdělávání a jeho ukončení, profil absolventa a možnosti jeho uplatnění. Vzdělávací program podléhá akreditaci, kterou uděluje MŠMT na základě stanoviska zpracovaného Akreditační komisí pro vyšší odborné vzdělávání. (školský zákon č. 561/2004 Sb.)

Obsah vzdělávání je uspořádán do předmětů nebo jiných ucelených částí studia, např. do modulů. Tyto složky jsou rozděleny na povinné, povinně volitelné a nepovinné. Teoretická příprava se uskutečňuje formou přednášek, seminářů, konzultací, cvičení a exkurzí. Podstatnou složkou tohoto typu studia je praktická příprava v oboru. Uskutečňuje se formou

praktického vyučování ve škole nebo formou odborné praxe na pracovištích fyzických či právnických osob, které mají se školou uzavřenu smlouvu. (UIV 2009/10 s. 40)

Délka studia pro denní formu je 3 roky. Školní rok se dělí na dvě období – zimní a letní. Školní vyučování ve školním roce trvá 40 týdnů, z čehož 32 týdnů připadá na školní výuku, šest týdnů je určeno pro samostatné studium a k získání klasifikace v řádném termínu a dva týdny tvoří časovou rezervu. Vyučovací hodina trvá 45 minut, v odborné praxi 60 minut, konzultační hodina trvá 45 minut. Výuka, praxe a zkoušky mohou zasahovat i do prázdninového období, to však musí trvat nejméně 4 týdny. Student postupuje do vyššího ročníku, pokud splní podmínky stanovené akreditovaným vzdělávacím programem pro příslušný ročník. (vyhláška č. 10/2005 Sb.,UIV 2009/10, s.42)

Vzdělávání se ukončuje absolutoriem. Tato odborná zkouška se skládá ze zkoušky z odborných předmětů (nejvýše tří), ze zkoušky z cizího jazyka a z obhajoby absolventské práce. Absolvent získává vyšší odborné vzdělání doložené vysvědčením o absolutoriu a diplomem absolventa vyšší odborné školy s označením diplomovaný specialista (zkratka DiS., uváděná za jménem). (UIV 2009/10, s.42)

V současné době jsou v rejstříku škol MŠMT vedeny dvě vyšší odborné školy, které mají obor předškolní a mimoškolní pedagogika, a to Svatojánská kolej - vyšší odborná škola pedagogická v Berouně (jedná se o církevní školu, zřizovatelem je arcibiskupství pražské) a Vyšší odborná škola pedagogická a sociální, Střední odborná škola pedagogická a Gymnázium, Praha 6, Evropská (zřizovatelem je magistrát hl. m. Prahy).

8.1.2.1 Studium na vyšší odborné škole vzhledem k tělesné výchově

Zatímco na středních školách sjednocuje obsah vzdělávání rámcový program, na vyšších odborných školách ani na fakultách žádný takový dokument neexistuje. Obě vyšší odborné školy (Evropská i Svatojánská kolej) vycházejí při tvorbě vzdělávacích programů v oblasti tělesné výchovy z rámcových vzdělávacích programů středních škol (jak potvrdili jejich zástupci). Tím garantují kvalitu výchovně vzdělávací činnosti. I zde mají studenti možnost volby specializace Tělesná výchova a následně z tohoto předmětu složit závěrečnou zkoušku. „Podmínky studia jsou téměř stejné jako na středních školách. Liší se pouze systémem zkoušek a hodnocení, který je shodný se systémem na vysokých školách.“ (UIV 2009/10, s.42)

8.1.3 Studium na vysoké škole obecně

Vysoké školy se řídí zákonem o vysokých školách č. 111/1998 Sb. ve znění pozdějších předpisů. Dále se řídí vlastními vnitřními předpisy, které jsou v registru Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a které na tento zákon navazují.

„Zákon člení vysoké školy na dva typy – instituce univerzitní (univerzity), které poskytují všechny typy studijních programů (bakalářský, magisterský a doktorský), a neuniverzitní, které poskytují převážně programy bakalářské a programy doktorské neposkytují vůbec“. (ÚIV 2009/10, s.43)

Tyto instituce můžeme také dělit na vysoké školy veřejné a soukromé. Podle zákona o vysokých školách je vzdělávání na veřejných vysokých školách bezplatné (s výjimkou poplatků za úkony spojené s přijímacím řízením, za prodlužování studia nad stanovenou dobu, za studium dalšího programu a za studium v cizím jazyce). Na soukromých školách se zpravidla platí školné. Všechny poplatky týkající se studia se řídí vlastními předpisy dané školy a nejsou státem nijak omezované. (ÚIV 2009/10)

V oboru Učitelství pro mateřské školy však můžeme mluvit pouze o státních školách, protože v současné době ministerstvo školství neregistruje žádnou soukromou vysokou školu s tímto oborem. Státních pedagogických fakult s oborem Učitelství pro mateřské školy nebo Pedagogika předškolního věku je 8. (rejstřík škol)

Vysoká škola předkládá své studijní programy Akreditační komisi, která přiděluje potřebné akreditace. Studijní programy se zpravidla dále člení na obory. Obor Učitelství pro mateřské školy, který je v bakalářském studiu určen pro budoucí učitele mateřských škol, je součástí programu Specializace v pedagogice. Studijní program se určuje typem (bakalářský, magisterský, doktorský) a formou studia (prezenční, distanční nebo jejich kombinace). Vedle studijních programů realizuje každá vysoká škola činnosti výzkumné a vývojové a to dle svého zaměření. (Zákon č.111/1998)

Na všech univerzitních vysokých školách je zavedeno tříступňové studium (bakalářské, magisterské a doktorské). Bakalářský studijní program je zaměřen na přípravu k výkonu povolání a ke studiu v magisterském studijním programu. Studium trvá 3-4 roky. Na něj navazuje magisterský studijní program, který je zaměřen na získání teoretických poznatků založených na soudobém stavu vědeckého poznání, výzkumu a vývoje, na zvládnutí jejich aplikace a na rozvinutí schopností v tvůrčí činnosti. Standardní doba studia je 1-3 roky. V případech, kdy to vyžaduje charakter studijního programu, může být udělena akreditace magisterskému programu, který nenavazuje na bakalářský. V tomto případě trvá 4-6 let. Standardní vysokoškolské studium může tedy trvat nejméně tři a nejvíce sedm let. Doktorský

studijní program může následovat po ukončení magisterského. Je zaměřen na vědecké bádání a samostatnou tvůrčí činnost v oblasti výzkumu a vývoje. Uskutečňuje se pouze na univerzitní vysoké škole. Standardní doba studia je 3-4 roky. (ÚIV 2009/10)

Předpokladem pro přijetí do bakalářského studijního programu na pedagogické fakultě je ukončené střední vzdělání s maturitní zkouškou. Absolvování střední pedagogické školy může být výhodou, nikoliv podmínkou. Součástí přijímacího řízení bývá zpravidla dvoukolová přijímací zkouška. V první části se objevuje písemný test a talentové zkoušky z tělesné, výtvarné a hudební výchovy (podobně, jako je tomu při přijímání na střední pedagogické školy). Druhá část bývá zpravidla ústní. Podmínky pro přijetí a přijímací testy si vytváří každá fakulta sama. Přijetí k navazujícímu magisterskému studiu je podmíněno řádným ukončením bakalářského studijního programu. Na některých fakultách probíhá opět dvoukolové přijímací řízení. (viz. přijímací řízení jednotlivých fakult)

Hlavními metodami výuky bakalářských a magisterských studijních programů jsou přednášky a cvičení. Účast na cvičeních bývá povinná, přednášky jsou zpravidla dobrovolné. Studium v doktorském studijním programu se řídí individuálním studijním plánem pod vedením školitele. (ÚIV 2009/10) Dalšími metodami jsou semináře, kurzy, projekty, praktika, řízené konzultace, odborné praxe a exkurze. Jednotlivé předměty se ukončují zápočtem či klasifikovaným zápočtem (v případě, že se jedná o předměty, jejichž požadavky jsou plněny průběžně především v době jejich výuky stanovené týdenním nebo blokovým rozvrhem) nebo kolokviem, klauzurní prací či zkouškou (v případě, že se jedná o předměty, u nichž je podstatná část zátěže studenta soustředěna mimo dobu jejich výuky stanovenou týdenním nebo blokovým rozvrhem). (Zákon 111/1998 sb.)

Akademický rok trvá 12 měsíců. Studium se člení na semestry (zimní a letní). Dále na ročníky nebo bloky, které se skládají z období výuky a období zkoušek. Zkouškové období bývá 5 týdnů v každém semestru. Období prázdnin je v měsíci červenci a srpnu. (Zákon 111/1998 sb.)

V průběhu studia musí každý student absolvovat povinné a povinně volitelné předměty svého oboru. Ty si studenti zapisují dle oborového studijního plánu vždy na začátku každého semestru v době, která je pro zápis předmětů určena. Studijní plány vytváří příslušná katedra, která odpovídá za úroveň, obsah a množství konkrétních předmětů. Každý studijní plán má svého garanta. Garant je členem příslušné katedry a týmu, který studijní program na katedře vytváří. (viz. Studijní řád PedF)

Dle studijních řádů jednotlivých vysokých škol, musí být u každého předmětu zveřejněn jeho popis (zahrnující anotace s uvedením znalostí a dovedností, které mají studenti

v předmětu získat nebo dále rozvinout), osnovy výuky a obsahové i formální požadavky pro ukončení daného předmětu. Zároveň musí být u každého předmětu uvedeno, zda se jedná o povinný, povinně volitelný či volitelný předmět daného oboru.

Studium se ukončuje státní závěrečnou zkouškou a obhajobou příslušné písemné práce odpovídající úrovni studia (bakalářská, diplomová, disertační). Absolventům se uděluje příslušný titul bakalář (Bc.), magistr (Mgr.) nebo doktor (Ph.D.) a doklad o ukončení studia a o získání příslušného akademického titulu v podobě vysokoškolského diplomu a jeho dodatku. Po získání magisterského titulu je možno složit v téže oblasti ještě státní rigorózní zkoušku, jejíž součástí je obhajoba rigorózní práce a získat tak titul doktor (PhDr.) (Zákon 111/1998 sb.)

8.1.3.1 Studium na vysoké škole vzhledem k tělesné výchově

Tělesnou výchovu na vysokých školách vede katedra tělesné výchovy. Garant tělesné výchovy pro obor Učitelství pro mateřské školy (bakalářské studium) spolu s realizačním týmem vytvoří studijní plán pro tuto oblast vzdělávání, za který zodpovídá. Tento plán, nebo také obsah učiva je obvykle tvořen několika předměty, které jsou rozděleny tématicky (gymnastika, atletika, míčové hry apod.) není to však pravidlem. Záleží na pojetí katedry. Studijní plán by měl směřovat k naplnění cílů profilu absolventa. Jednotlivé katedry fakulty by měly při vytváření studijních plánů daného oboru spolupracovat. Kompletní studijní plány oboru, které jsou součástí studijního programu (v tomto případě se jedná o program: Specializace v pedagogice), pak schvaluje akreditační komise. (viz studijní plány jednotlivých fakult)

8.2 Další možnosti vzdělávání

Pedagogičtí pracovníci mají dle zákona č. 563/2004 Sb. ze dne 24. září 2004 o pedagogických pracovnících povinnost se po dobu výkonu své pedagogické činnosti dále vzdělávat a tím si obnovovat, udržovat a doplňovat svou kvalifikaci.

Způsoby, kterými se pedagogický pracovník může dále vzdělávat, jsou:

- studium na středních, vyšších odborných či vysokých školách (v rámci postsekundárního či dalšího vzdělávání)
- studium v zařízeních dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků a v jiných zařízeních ("vzdělávací instituce") které pořádají různé kurzy či rekvalifikace pod záštitou ministerstva školství
- samostudium

- dalším vzděláváním zdravotnických pracovníků podle zvláštního právního předpisu v případě učitelů zdravotnických studijních oborů

Další vzdělávání pedagogických pracovníků (DVPP) i učitelek MŠ se podřizuje vyhlášce č.317/2005 o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, akreditační komisi a kariéřním systému pedagogických pracovníků.

8.2.1 Postsekundární a další vzdělávání v rámci celoživotního vzdělávání

Toto vzdělávání se uskutečňuje v rámci celoživotního vzdělávání na středních, vyšších odborných a vysokých školách. Můžeme jej rozdělit do dvou skupin podle zaměření a potřebné kvalifikace.

Studium ke splnění kvalifikačních předpokladů - je určeno zaměstnancům mateřských škol, kteří nemají potřebnou kvalifikaci pro vykonávání své profese. Jedná se o studium v oblasti pedagogických věd, pedagogiky, studium pro asistenty pedagoga, pro ředitele škol a studium k rozšíření odborné kvalifikace.

Studium ke splnění dalších kvalifikačních předpokladů - je určeno pedagogickým pracovníkům, kteří si chtějí rozšířit svou kvalifikaci. Jedná se o studium pro vedoucí pedagogické pracovníky, pro výchovné poradce a studium k vykonávání specializovaných činností.(Zákon 317/2005 sb.)

8.3 Studium v zařízeních dalšího vzdělávání

Studium k prohlubování odborné kvalifikace je zaměřeno na průběžné vzdělávání. Většinou se jedná o akreditované kurzy a semináře. Potřebnou akreditaci uděluje akreditační komise a to jak vzdělávací instituci, tak vzdělávacímu programu. Každý vzdělávací program musí mít svého garanta, který zodpovídá za jeho kvalitu. Pořadatelské organizace jsou většinou Pedagogická centra nebo Centra vzdělávání v okresních městech. Ale mohou to být soukromé osoby, které získají akreditaci a chtějí se tímto vzděláváním zabývat. (vyhláška č.317/2005)

Do roku 2000 u nás fungoval komplexní systém vzdělávání učitelů, o který se starala pedagogická centra jednotlivých okresů. Ten byl bohužel zrušen a vzdělávání přešlo do soukromých institucí, krajských a regionálních Pedagogických center které zastřešuje Národní institut dalšího vzdělávání (NIDV).

Nabídky seminářů a školení můžeme najít na internetových stránkách jednotlivých center (středočeský kraj www.visk.cz, Hradec Králové www.cvkhk.cz, Moravskoslezský kraj www.kvic.cz apod.), dále na internetových stránkách Národního institutu pro další vzdělávání (www.nidv.cz) a dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků (www.dvpp.cz).

8.4 Samostudium v oblasti tělesné výchovy

Pro samostudium pedagogickým pracovníkům přísluší volno v rozsahu 12 pracovních dnů ve školním roce, nebrání-li tomu vážné provozní důvody nebo účast pedagogického pracovníka na dalším vzdělávání. Dobu čerpání volna však určuje ředitel školy. (§ 24 odst. 7 zákona č. 563/2004 Sb.)

V oblasti tělesné výchovy existuje velké množství odborné literatury. Mezi nejznámější autory, kteří se zabývají tělesnou výchovou v mateřské škole, nejrůznějšími pohybovými hrami, gymnastickými činnostmi, zdravotní tělesnou výchovou a dalšími tématy spojenými s pohybem dětí v raném věku patří: Eva Jenčková, Jan Neuman, Hana Dvořáková, Dušan Bartůněk, Eva Kulhánková a mnoho dalších.

Existuje i řada časopisů, které se věnují různým tématům předškolní výchovy a v nichž se objevují i zmínky o cvičení dětí. Jsou to například: Tělesná výchova a sport mládeže (odborný časopis pro učitele, trenéry a cvičitele zaměřený výhradně na tělesnou výchovu dětí a mládeže), Informatorium 3-8 (odborný časopis určený učitelkám mateřských škol věnující se různým tématům v této oblasti), Děti a my (časopis určený převážně rodičům nejmenších dětí, ale naleznou zde i cenné informace učitelky mateřských škol) a další.

Přínosem pro samostudium jsou i internetové portály kde se dá najít inspirace pro vlastní práci s dětmi i zkušenosti a doporučení druhých. Mezi nejznámější patří internetový portál www.rvp.cz, kde můžeme nalézt nejen odborné články, konkrétní cvičení, rady a typy, ale je zde i možnost diskuze. Internetový portál www.youtube.com nabízí velké množství videoukázek, kde můžeme pozorovat konkrétní výuku nebo cvičení v praxi. Svá videa tu zveřejňují sportovní kluby, fitcentra a centra pro děti, mateřské školy a další. Internetové portály, jako je například www.week.cz a další zveřejňují různorodé články určené spíše pro matky na rodičovské dovolené, ale mohou zde najít inspiraci i učitelky mateřských škol. Na tomto konkrétním serveru nalezneme například články a příklady cvičení na téma: „Cvičení pro malé děti“.

Cennou zkušeností, i když v praxi málo využívanou jsou náslechy a pozorování v jiných mateřských školách či zařízeních. Tato možnost je využívána a velmi oceňována mezi studenty dálkového studia, kteří tak obvykle činí na pozvání svých spolužáků. V běžné praxi se tak bohužel děje málokdy.

PRAKTICKÁ ČÁST

9. Problém a cíl práce:

Pro profesi učitelky v mateřské škole existuje v současné době několik typů vzdělání, od středního odborného až po vysokoškolské vzdělání. Každá škola připravuje své studenty dle svého vlastního školního vzdělávacího programu. Přestože rámcově jsou programy stejné, v mnohém se mohou lišit. Jak konkrétně tedy jednotlivé školy připravují své studenty v oblasti tělesné výchovy? Jaké jsou rozdíly v cílech či obsahu vzdělávání jednotlivých škol v této oblasti? A jaké vědomosti a dovednosti v oblasti tělesné výchovy uplatňují v praxi učitelky mateřských škol, které toto povolání vykonávají již několik let?

Cílem této práce je zjistit, zda vzdělání učitelek mateřských škol v oblasti tělesné výchovy, získané na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách, je dostačující pro kvalitní vedení pohybových aktivit a konkrétně pak gymnastických činností v mateřských školách.

9.1 Předpoklady:

Předpoklad č.1: Předpokládám, že úroveň vzdělávání (zkoumané oblasti) na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách se bude lišit v souvislosti se stupněm dosaženého vzdělání.

Předpoklad č.2: Předpokládám, že učitelky mateřských škol budou mít nedostatečné informace o výuce gymnastiky v mateřských školách bez ohledu na jejich dosažené vzdělání.

9.2 Dílčí úkoly:

Úkol č.1: zjistit, jaký je vzdělávací plán pro tělesnou výchovu na vybraných středních pedagogických školách v oboru předškolní a mimoškolní pedagogika

Úkol č.2: zjistit, jaký je vzdělávací plán pro tělesnou výchovu na vybraných vysokých pedagogických školách v oboru Učitelství pro MŠ bakalářské studium

Úkol č.3: porovnat vzdělávací plány vybraných škol

Úkol č.4: zjistit, jaký mají učitelky MŠ pohled na jejich odborné vzdělávání

Úkol č.5: zjistit, jak učitelky mateřských škol ovládají nácvik gymnastických prvků

Úkol č.6: porovnat výsledky dotazníku se vzdělávacími plány škol

10. V práci byly použity tyto metody:

10.1 zjišťování vzdělávacích programů státních pedagogických škol z internetových zdrojů

10.2 dotazník učitelkám mateřských škol

10.1 Zjišťování vzdělávacích programů státních pedagogických škol z internetových zdrojů

Abych zjistila, jak jednotlivé školy připravují své studenty v oblasti tělesné výchovy, zaměřila jsem se nejprve na konkrétní náplň výuky tohoto předmětu. V rejstříku škol MŠMT jsem vyhledala patřičné školy s akreditovaným oborem Učitelství pro MŠ, čtyřleté denní studium. Ze 30 škol je 18 škol státních, 9 škol soukromých a 3 církevní. Pro velké množství dat jsem se zaměřila pouze na státní školy. Na jejich internetových stránkách jsem vyhledala školní vzdělávací programy (dále jen ŠVP) daného oboru a prostudovala část věnující se oblasti tělesná výchova. Prostřednictvím elektronické pošty jsem oslovila ty střední pedagogické školy, které svůj program na internetu zveřejněný neměly. Z celkového počtu 18 státních škol, mělo 6 škol volně přístupný program na svých internetových stránkách, další 2 školy se mnou ochotně komunikovaly a program poskytly prostřednictvím elektronické pošty. SPgŠ Evropská v Praze, kterou jsem navštívila osobně, mi materiál poskytnout nechtěla ani k nahlédnutí z důvodu zneužití informací. Zbývajících devět škol semnou nekomunikovalo vůbec. Celkem jsem tak získala přístup k osmi školním vzdělávacím programům.

Přístup k jednotlivým sylabům předmětů TV na pedagogických fakultách byl o mnoho jednodušší. Všechny školy je mají zveřejněny na svých internetových stránkách. Zaměřila jsem se opět na státní sektor. Celkem se jedná o 8 pedagogických fakult s akreditovaným oborem Učitelství pro mateřské školy, tříleté denní studium.

Pro porovnávání obsahu učiva jednotlivých škol jsem si zvolila 18 oblastí tělesné výchovy. Cílem bylo zjistit, zda se školy ve svých programech věnují všem těmto oblastem. Získaná data jsem pro přehlednost a rychlou orientaci vložila do tabulky (viz tab. č.1).

Následně se pak věnuji každému školnímu vzdělávacímu programu zvlášť. Stejná témata pak uvádím i v dotazníku v otázce č.7.

Zvolené oblasti:

- 1) tělesný vývoj dítěte předškolního věku
- 2) práce s RVP (tělesná výchova v souladu s RVP)
- 3) jak zajistit bezpečnost při cvičení s dětmi
- 4) jak poskytnout pomoc nebo záchranu při cvičení s dětmi
- 5) organizace a metody řízení pohybových aktivit
- 6) cvičné vedení hodin (pohybových jednotek) studenty s následnými rozbory
- 7) návštěvy v mateřských školách (pozorování tělovýchovného procesu)
- 8) současné problémy pohybového rozvoje dětí
- 9) jak realizovat zdravotní a kompenzační cvičení s dětmi
- 10) konkrétní hry a činnosti s dětmi venku (různé roční doby)
- 11) jakým způsobem využívat různé cvičení náčiní, nářadí, pomůcky
- 12) konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky
- 13) teorie a didaktika plavání (jak učit děti plavat)
- 14) teorie a didaktika lyžování (jak učit děti lyžovat)
- 15) hudebně pohybová výchova
- 16) dějiny tělesné výchovy
- 17) pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty (aerobik, volejbal, plavání, apod.)
- 18) gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost)

10.2 Dotazník učitelkám mateřských škol

Následně mě zajímal osobní názor učitelek mateřských škol na tuto problematiku. Pro zjištění potřebných dat jsem vytvořila dotazník (viz. příloha A). Otázek bylo celkem 12. V prvních otázkách zjišťuji věk učitelek, jakou pedagogickou školu vystudovaly a délku jejich praxe v MŠ. V následujících dvou otázkách zjišťuji jaký vztah mají učitelky k tělesné výchově vůči jiným činnostem v MŠ. Další otázky se věnují osobním názorům na kvalitu výuky na pedagogické škole, kterou vystudovaly. Poslední čtyři otázky zjišťují konkrétní znalosti a dovednosti samotných učitelek.

Dotazníky jsem roznesla osobně nebo rozeslala elektronickou poštou do různých mateřských škol, jejichž internetové adresy jsem si vyhledala v rejstříku MŠ MŠMT. Snažila jsem se, aby bylo zastoupení jednotlivých škol pokud možno rovnoměrné. Výjimkou je státní

střední pedagogická škola a pedagogická fakulta v Praze, kde jsem měla možnost získat vyšší počet dotazníků a naopak střední pedagogická škola v Litoměřicích a pedagogická fakulta v Liberci, kde se mi nepodařilo sehnat více než jeden dotazník. Přestože jsem později záměrně oslovovala více mateřských škol z těchto oblastí se mi tento počet nepodařilo navýšit. Z celkového počtu 194 rozeslaných dotazníků se vrátilo 91 vyplněných nebo částečně vyplněných dotazníků. Návratnost byla tedy 47 %. Samy učitelky hodnotily tento dotazník jako poměrně rozsáhlý a náročný na vyplnění. Proto ne všechny učitelky vyplnily celý dotazník. Některé otázky, zvláště ty popisující konkrétní nácviky nebo zdůvodnění názorů, vynechaly.

Veškeré informace získané vyhodnocením dotazníků jsem zpracovala do přehledných tabulek a grafů. Umožňuje to tak rychlou orientaci v získaných datech a možnost porovnání potřebných informací.

11. Výsledky průzkumu

11.1 Vyhodnocení obsahu školních vzdělávacích programů (ŠVP) středních pedagogických škol (SPgŠ) a sylabů pedagogických fakult (PedF) v oblasti - tělesná výchova

Zvolené oblasti tělesné výchovy:

- 1) tělesný vývoj dítěte předškolního věku
- 2) práce s RVP (tělesná výchova v souladu s rámcovým vzdělávacím programem)
- 3) jak zajistit bezpečnost při cvičení s dětmi
- 4) jak poskytnout pomoc nebo záchranu při cvičení s dětmi
- 5) organizace a metody řízení pohybových aktivit
- 6) cvičné vedení hodin (pohybových jednotek) studenty s následnými rozbory
- 7) návštěvy v mateřských školách (pozorování tělovýchovného procesu)
- 8) současné problémy pohybového rozvoje dětí
- 9) jak realizovat zdravotní a kompenzační cvičení s dětmi
- 10) konkrétní hry a činnosti s dětmi venku (různé roční doby)
- 11) jakým způsobem využívat různé cvičení náčiní, nářadí, pomůcky
- 12) konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky
- 13) teorie a didaktika plavání (jak učit děti plavat)
- 14) teorie a didaktika lyžování (jak učit děti lyžovat)
- 15) hudebně pohybová výchova

- 16)** dějiny tělesné výchovy
- 17)** pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty (aerobik, volejbal, plavání, apod.)
- 18)** gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost)

Tabulka č.1 porovnání obsahů vzdělávání pedagogických škol a fakult

Zastoupení škol / oblasti TV	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
SPgŠ Brno	√	√	√	√	√	√	x	√	√	√	√	√	x	x	√	x	√	√	
SPgŠ Čáslav	√	x	√	√	√	√	x	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
SPgŠ Karlovy Vary	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	
SPgŠ Krnov	√	√	√	√	√	√	x	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
SPgŠ Liberec	√	√	√	√	√	√	x	√	√	√	√	√	√	√	x	√	√	√	
SPgŠ Litoměřice	x	√	√	√	√	√	x	√	√	√	x	√	√	x	√	x	√	√	
SPgŠ Prachatice	√	x	√	?	√	√	x	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
SPgŠ Znojmo	√	x	√	√	√	√	?	√	√	√	√	√	√	√	√	x	√	√	
PedF Praha	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	v	√	√	v	√	
PedF České Budějovice	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	?	√	?
PedF Ostrava	√	√	x	x	√	x	x	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
PedF Brno	√	√	√	√	√	x	x	√	√	√	√	√	√	v	√	x	v	x	
PedF Plzeň	√	x	x	x	√	√	√	√	√	x	√	√	x	x	√	x	√	√	
PedF Olomouc	√	√	√	?	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	x	√	x	
PedF Hradec Králové	√	√	√	x	√	√	x	√	√	√	√	√	√	√	√	x	?	?	
PedF Ústí nad Labem	√	√	√	√	√	√	x	√	√	√	√	√	√	x	√	√	√	√	

Legenda: √ - najdeme ve vzdělávacím programu, x – nenajdeme ve vzdělávacím programu, ? – z programu není jasné, zda je okruh probírán
v – okruh je probírán v rámci volitelných předmětů, není povinný, záleží pouze na aktivitě studenta

11.1.1 Vyhodnocení tělovýchovné části ŠVP jednotlivých pedagogických škol

11.1.1.1 SPgŠ Brno

Na této škole probíhá výuka ve dvou předmětech: Tělesná výchova a Seminář z tělesné výchovy. Tělesná výchova probíhá celé čtyři roky v rozsahu 2 hodin týdně a je povinná po všechny studenty. Seminář z TV je pouze ve čtvrtém ročníku a je povinně volitelný. Jedná se o dvě hodiny týdně. Studenti, jež si předmět zvolí skládají na konci studia maturitní zkoušku z TV. Během prvních dvou ročníků absolvují studenti povinné kurzy plavání, lyžařský kurz a kurz turistiky a sportů v přírodě.

Učivo je sestaveno nejen ze vzdělávací oblasti Vzdělávání pro zdravý, která je pro tělesnou výchovu stěžejní, ale také z Didaktiky pedagogických činností. V prvních dvou letech se zaměřuje na rozvoj samotného žáka, od třetího ročníku se zaměřuje na přípravu výuky dětí předškolního věku. Hodinová dotace jednotlivých předmětů je 288 hodin tělesné výchovy a 64 hodin semináře TV za studium.

Předmět Tělesná výchova i Seminář z TV je rozdělen do několika témat dle časové dotace. Obsah obou předmětů má společný tematický základ (teoretické poznatky, pohybové dovednosti, péče o zdraví, rozvoj pohybových dovedností dítěte a výchova ke zdravému způsobu života.). Tělesná výchova navíc ještě obsahuje témata: pohybové, zdravotní tělesná výchova, kurzy a bruslení. Náplň Semináře z tělesné výchovy obsahuje navíc téma: rozvoj poznávacích a praktických dovedností dětí.

V programu postrádám zmínku o dějinách tělesné výchovy a všeobecném sportovním dění. Obsah kurzů je zaměřen pouze na zdokonalení dovedností studentů. Chybí mi zde metodické postupy k rozvoji těchto dovedností u dětí předškolního věku. Mezi výukovými strategiemi postrádám náslechy přímo v mateřských školách.

11.1.1.2 SPgŠ Čáslav

Výuka je realizována prostřednictvím dvou předmětů. Tělesná výchova s metodikou je povinná celé 4 roky studia. Během tří let studen absolvuje povinné kurzy: plavecký (v 1. ročníku), lyžařský (ve 2. ročníku) a turistický (ve 3. ročníku). Ve 3. ročníku si studenti na následující dva roky volí specializaci z které následně skládají maturitní zkoušku. Jedná se o jednu hodinu praktické a jednu hodinu teoretické výuky. Učivo je sestaveno ze tří vzdělávacích oblastí: Pedagogicko-psychologického vzdělávání, z Didaktiky pedagogických činností a Vzdělávání pro zdravý. V charakteristice tohoto předmětu však škola zmiňuje pouze první dvě oblasti. Hodinová dotace je 330 hodin tělesné výchovy s metodikou a 128 hodin specializace TV.

Učební osnovy předmětu Tělesná výchova s metodikou jsou velmi rozsáhlé. Obsahují část věnovanou teorii a část věnovanou praxi. Učivo je opět rozděleno do několika témat a zaměřeno jak na osobní rozvoj studentů tak na výchovu a vzdělávání dětí. Program je psán velmi konkrétně a přehledně. Postrádám zde však zmínku o práci s kurikulárními dokumenty a praktické náslechy přímo v mateřské škole. Škola v souvislosti s tímto tématem uvádí metodu formou besedy spojenou s názorným vyučováním v tělocvičně či pomocí audiovizuálních technik s následnou analýzou probíhající formou diskuze. I většina dalších škol zahrnuje pozorování jednotlivých činností v mateřské škole do souhrnné praxe v rámci celého studia a v rámci tělesné výchovy používá tuto metodu. Já však považuji za mnohem přínosnější, může-li se student zaměřit pouze na vedení pohybové jednotky a bezprostředně po té o ní diskutovat, analyzovat ji a hodnotit.

Učební osnovy předmětu tělesná výchova – specializace jsou rozšířením a prohloubením učebních osnov pro tělesnou výchovu s metodikou a to jak teorie tak praxe. Zaměřuje se více na fyziologii, psychologii tělesné výchovy a sportu, dějiny tělesné výchovy, současné sportovní dění, sportovní organizace apod. Cílem je připravit studenty k závěrečné maturitní zkoušce. Zde bych vyzdvihla podrobně rozpracované téma fyziologie, všeobecného sportovního přehledu a historie sportu, což se v jiných programech nevyskytuje.

11.1.1.3 SpgŠ Karlovy Vary

Na této škole probíhá tělesná výchova v rámci tří předmětů a to Tělesná výchova, Didaktika tělesné výchovy a Tělesná výchova – specializace. Hodinová dotace jednotlivých předmětů je 288 hodin TV, 64 hodin Didaktiky TV a 128 hodin TV specializace. Předmět Tělesná výchova probíhá celé čtyři roky v rozsahu 3 hodiny týdně v prvním ročníku a 2 hodiny týdně v druhém až čtvrtém ročníku. Obsah vzdělávání byl vybrán pouze z jedné oblasti, a to ze Vzdělávání pro zdraví. Je rozdělen do tematických bloků, které se každý rok opakují a prohlubují. Během prvních tří let absolvují žáci povinné kurzy plavání, lyžování a sportovně-turistický kurz.

Didaktika tělesné výchovy se vyučuje pouze ve druhém a třetím ročníku a to v rozsahu jedné hodiny týdně. Obsah vzdělávání je vybrán jak z oblasti Vzdělávání pro zdraví tak z Didaktiky pedagogických činností a zaměřuje se výhradně na přípravu žáků na práci s dětmi. Jako jedna z metod výuky je zde uvedena exkurze a ověření si metodických postupů v praxi. Dá se tedy předpokládat, že zde může být zařazena i návštěva v MŠ za účelem pozorování tělovýchovného procesu v praxi. Škola však neuvádí, že by s některou z místních mateřských škol spolupracovala.

Tělesná výchova - specializace je určena pro žáky, kteří mají o tělesnou výchovu hlubší zájem. Probíhá ve 3. a 4. ročníku dvě hodiny týdně. Cílem předmětu je prohloubit dovednosti a vědomosti žáků potřebné pro odborné vedení tělesné výchovy. Obsah vzdělávání je vybrán také ze dvou oblastí, a to Vzdělávání pro zdraví a z Didaktiky pedagogických činností. Škola se však nezmiňuje, že by tento předmět žáky cíleně připravoval na maturitní zkoušku.

Informace, které jsem o předmětu získala jsem vybrala z charakteristiky jednotlivých předmětů, které na svých stránkách škola zveřejnila. Konkrétní obsah vzdělávání škola na svých stránkách zveřejněný nemá. Je k dispozici k nahlédnutí pouze přímo v budově školy. Školu jsem několikrát oslovila prostřednictvím elektronické pošty a o materiál požádala, bohužel jsem však nedostala žádnou odpověď. Z tohoto důvodu se nemohu k osnovám daných předmětů blíže vyjádřit.

11.1.1.4 SPgŠ Krnov

Na SPgŠ v Krnově se uskutečňuje tělesná výchova prostřednictvím tří předmětů (Tělesná výchova, Didaktika tělesné výchovy a Tělesná výchova – specializace). Hodinová dotace je 256 hodin tělesné výchovy, 128 hodin didaktiky TV a 64 hodin specializace TV. Předmět Tělesná výchova probíhá celé čtyři roky a to vždy dvě hodiny v týdnu. Je zaměřena na výchovu a vzdělávání studentů a jejich přístup k celoživotnímu provádění pohybových aktivit a rozvoj pohybových schopností a dovedností žáka. Obsah je vybrán pouze ze vzdělávací oblasti Vzdělávání pro zdraví. V rámci tohoto předmětu jsou organizovány i sportovní dny a soutěže pro žáky. Během prvních tří let absolvují žáci povinné kurzy plavání (průběžně celý první rok), lyžování a zimní pobyt v přírodě, kurz zdravého způsobu života (oba ve 2. ročníku) a turisticko-sportovní kurz, letní pobyt v přírodě (ve 3. ročníku). Všechny kurzy obsahují i výuku didaktiky těchto činností zaměřenou na předškolní a školní věk dětí.

Tělesná výchova - specializace je rozšířením předmětu Tělesná výchova a zaměřuje se na didaktiku a metodiku jednotlivých sportovních činností a jejich uplatnění v praxi. Je určena žákům s hlubším zájmem o tento předmět. Žáci si ji mohou zvolit v posledním ročníku studia. Probíhá v rozsahu dvou hodin týdně. Jediné, co zde postrádám, jsou dějiny tělesné výchovy.

Didaktika tělesné výchovy probíhá na rozdíl od jiných škol celé čtyři roky a to v rozsahu jedné hodiny týdně. Je zaměřena na přípravu žáků pro realizaci výchovně vzdělávacího procesu v předškolním či mimoškolním zařízení. Obsahem je teorie, didaktika a metodika tělovýchovných činností. Vyučování probíhá ve školním prostředí. Škola neuvádí, že by v rámci výuky zařadila exkurzi do předškolního zařízení.

Osnovy předmětu Didaktika TV jsou pěkně rozpracované na rozdíl od ostatních osnov, které pouze odpovídají rozpisu učiva v RVP. Obsah je vybrán ze tří oblastí vzdělávání a to ze Vzdělávání pro zdraví, Didaktika pedagogických činností a Pedagogicko-psychologické vzdělávání..

11.1.1.5 SPgŠ Liberec

Na této škole probíhá tělesná výchova prostřednictvím tří předmětů: Tělesná výchova s metodikou, Metodika tělesné výchovy a Tělesná výchova - specializace. Hodinová dotace je 360 hodin za rok. Předmět Tělesná výchova s metodikou probíhá celé čtyři roky vždy dvě hodiny v týdnu. Součástí tohoto předmětu jsou i povinné sportovní kurzy, které probíhají během prvních tří let a dobrovolné sportovní soutěže. Obsah předmětu byl vybrán pouze z oblasti Vzdělávání pro zdraví a je zaměřen především pro osobní rozvoj žáků.

Metodika tělesné výchovy je naopak zaměřena na profesní přípravu žáků. Je realizována ve druhém a třetím ročníku v rozsahu jedné hodiny týdně. Obsah byl vybrán z větší části z oblasti Didaktika pedagogických činností a z menší části z oblasti Pedagogicko-psychologické vzdělávání.

Tělesná výchova – specializace je povinně volitelný předmět, který si mohou žáci zvolit v posledním roce studia. Rozsah výuky je 2 hodiny týdně. Hlavním cílem je prohloubení získaných vědomostí a dovedností a příprava studentů na úspěšné složení maturitní zkoušky z tohoto předmětu. Obsah vzdělávání byl vybrán z oblasti Pedagogicko-psychologické vzdělávání a Didaktika pedagogických činností a navazuje na oblast Vzdělávání pro zdraví.

V Metodice TV či Specializaci TV postrádám, jako u většiny škol, spolupráci s MŠ a možnost pozorování jednotky TV v praxi. V části Tělesná výchova s metodikou je velmi pěkně rozpracovaná gymnastika.

11.1.1.6 SPgŠ Litoměřice

Tělesná výchova zde probíhá celé čtyři roky pouze v rámci jednoho předmětu a to Tělesná výchova s metodikou. V rámci jednoho předmětu tak probíhá nejen rozvíjení pohybových dovedností samotných žáků, ale i jejich odborná příprava na pedagogickou činnost. Obsah vzdělávání byl vybrán ze tří oblastí – Pedagogicko-psychologické vzdělávání, Didaktika pedagogických činností a Vzdělávání pro zdraví. V rámci tohoto předmětu probíhají během prvních tří let i jednotýdenní kurzy – plavecký, lyžařský a sportovně turistický. Rozsah výuky je 2 hodiny týdně v prvním a čtvrtém ročníku a 3 hodiny týdně v druhém a třetím ročníku. Obsah je rozdělen do 18. témat : názvosloví tělesných cvičení,

metody realizace pohybových činností, metodika nácviku pohybových dovedností v MŠ, dodržování bezpečnosti, prevence úrazů, poskytnutí první pomoci, sezónní činnosti, hudebně pohybová výchova, zdravotní tělesná výchova, metodika pohybových her, netradiční pohybové aktivity, hygiena TV, otužování a saunování dětí, únava, všeobecně rozvíjející cvičení, atletika, gymnastika, testování tělesné zdatnosti, sportovní hry, netradiční sportovní hry a drobné pohybové hry, zdravotně orientovaná tělesná zdatnost, letní sezónní činnosti. Přesto, že zde není specializace TV ani možnost zvolit si tento předmět v rámci volitelných předmětů, může žák složit z tělesné výchovy maturitní zkoušku.

V programu postrádám zmínku o dějinách tělesné výchovy, fyziologii, exkurzích do MŠ a využívání cvičebních pomůcek, náčiní a náradí. Naopak bych vyzdvihla téma Metodika nácviku pohybových dovedností v MŠ kde je pozornost věnována nejen nácviku pohybových dovedností, ale i nevhodnému cvičení.

11.1.1.7 SPgŠ Prachatice

Na této škole probíhá tělesná výchova prostřednictvím dvou předmětů s hodinovou dotací 250 hodin praxe a 125 hodin teorie za studium. Tělesná výchova s metodikou probíhá celé čtyři roky a usiluje především o osobní rozvoj studentů po stránce teoretické i fyzické. Dále se věnuje teoretickým poznatkům o motorickém vývoji dětí předškolního a mladšího školního věku a jeho rozvoji. Obsah učiva byl vybrán ze tří oblastí vzdělávání: Pedagogicko-psychologické vzdělávání, Didaktika pedagogických činností a Vzdělávání pro zdraví. Výuka se realizuje i prostřednictvím povinných kurzů: plavecký, lyžařský a sportovně-turistický.

Tělesná výchova specializace se zaměřuje na přípravu studentů k maturitní zkoušce. Žáci si jej mohou zvolit pro 3. a 4. ročník studia. Celková dotace tohoto předmětu je 118 hodin. Prohlubuje a rozšiřuje znalosti a dovednosti získané v Tělesné výchově s metodikou. Obsah učiva je tedy vybrán ze stejných tří oblastí. Předmět se zaměřuje na rozvoj samotných studentů, nikoliv na jejich přípravu pro budoucí povolání.

Osnovy jsou psány složitě a ne příliš přehledně. Postrádám zde zmínku o práci s RVP. škola v této souvislosti uvádí pouze práci s odbornou literaturou a textem ve smyslu vyhledání potřebných informací z oblasti zdraví a pohybu. Gymnastické cvičení je uváděno obecně, není zde vymezen věk, pro který je cvičení určeno. Zda rozvíjí pohybové schopnosti studentů nebo zda je cvičení zaměřeno na výuku metodiky nácviku. Taktéž jsou uvedeny i současné pohybové problémy. Chybí zde metodika nácviku gymnastických cvičení a dopomoc a záchrana. V této souvislosti škola uvádí, že žák uplatňuje zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách. A jako u většiny škol i zde postrádám pozorování cvičební jednotky v mateřských školách.

11.1.1.8 SPgŠ Znojmo

Tělesná výchova zde probíhá celé 4 roky a to v rozsahu dvou vyučovacích hodin praktické výuky týdně. Ve druhém a třetím ročníku přibývá jedna teoretická hodina týdně. Hodinová dotace je 330 hodin za studium. Během prvních tří let absolvují žáci povinné kurzy plavání, lyžování a turistiky a sportu v přírodě. Specializaci tělesná výchova si mohou žáci zvolit ve třetím ročníku a na konci studia z ní složit maturitní zkoušku.

Učivo je sestaveno ze tří vzdělávacích oblastí: Vzdělávání pro zdravý, Pedagogicko-psychologického vzdělávání a z Didaktiky pedagogických činností. V učebních osnovách postrádám zmínku o práci se ŠVP pro předškolní vzdělávání. Také zde není prostor pro dějiny tělesné výchovy. Z programu dále není jasné, zda metoda názorné ukázky (kterou škola zmiňuje ve strategiích výuky) probíhá přímo v mateřské škole. Soudím tak z toho, že neuvádí spolupráci s některou z místních MŠ.

V programu je však zařazeno pozorování pohybových aktivit ve městě dle možností.

Obsah učiva specializace TV se zaměřuje především na prohloubení a rozšíření pohybových dovedností v základních sportovních disciplínách lehké atletiky, sportovních her, sportovní gymnastiky a moderní gymnastiky a z metodiky těchto disciplín. Dále se zaměřuje na poznávání složek tělesné kultury, dovednosti využívat relaxačních metod v práci s dětmi, orientovat se v moderních formách pohybové aktivity a využívání médií pro práci v TV a literatury.

11.1.2 Vyhodnocení sylabů jednotlivých fakult v oblasti tělesná výchova:

11.1.2.1 Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta (PedF UK)

Na této fakultě probíhá tělocvik v rámci několika předmětů, které si studenti volí během jednotlivých semestrů. Mezi povinné předměty patří: Teoretické základy TV (I, II), Pohybové dovednosti dětí (I, II, III, IV), Kurz letních pohybových aktivit, Dovednostní minimum TV, Didaktika TV I, II. Mezi povinně volitelné předměty pak patří: Tělesná výchova a zdraví a Seminář pohybových aktivit v MŠ.

U každého předmětu uvádí katedra vždy anotaci a sylabus daného předmětu. Mnohdy je text úplně stejný. V rámci studia si student musí zvolit jednu z nabízených specializací. Tělesná výchova je jednou z nich. Pokud si ji zvolí, vykonávají pak z tohoto předmětu státní závěrečnou zkoušku. Povinné i povinně volitelné předměty pro specialisty jsou stejné jako pro ostatní studenty. Liší se pouze v rozsahu, v náročnosti a v požadavcích na studenta. Během studia musí studenti povinně absolvovat letní kurz. Zbylé kurzy jsou dobrovolné.

Všechny povinné a povinně volitelné předměty jsou cíleně zaměřeny na dítě předškolního věku. V rámci volitelných předmětů si mohou studenti volit mnoho dalších aktivit, rozvíjející samotné studenty. Často využívaný je lyžařský kurz nebo aerobik. Vzhledem k tomu, že katedra tělesné výchovy sídlí v Brandýse nad Labem a většina pohybových aktivit v rámci volitelných předmětů se odehrává v místních tělocvičnách v odpoledních a večerních hodinách, mnohé studenty odradí složité dopravní spojení a časová náročnost.

11.1.2.2 Masarykova Univerzita v Brně – pedagogická fakulta (PedF MU)

Na této fakultě probíhá tělesná výchova podobně jako na fakultě v Praze. I zde si studenti volí jednotlivé předměty vždy v určeném semestru. Není tu však možnost zvolit si ji jako specializaci. Dané předměty musí absolvovat všichni studenti. Jsou tedy povinné. Patří mezi ně: Pohybové činnosti 1 - 4 (1 - poznáváme svoje tělo pohybem, 2 - běháme, skáče, házíme si, 3 - hry ve vodě a předplavecká výuka, 4 - zdravotní tělesná výchova), Hra v životě dítěte 3 - pohybové hry a hraní, Zdravotně preventivní a pohybové aktivity v zimní přírodě, Didaktika tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

V rámci volitelných předmětů si mohou studenti zvolit další pohybové aktivity zaměřené na rozvoj svých vlastních pohybových schopností a dovedností.

U každého předmětu katedra uvádí vždy cíl předmětu a osnovu. Předměty jsou zaměřeny výhradně na výchovu a vzdělávání dětí předškolního věku. V tomto programu bych ocenila předmět Zdravotně preventivní a pohybové aktivity v zimní přírodě, kde je pozornost věnována konkrétním činnostem dětí v zimním období. Činnosti jsou pestré a nejsou omezeny pouze na předlyžařský výcvik, jak je tomu na mnoha jiných školách. Na druhou stranu v programu chybí dějiny tělesné výchovy a co považuji za nezbytné, chybí zde i zmínka o praktické výuce (cvičné vedení hodin žáky) a pozorování cvičební jednotky v praxi (návštěva v mateřských škol). Gymnastické činnosti jsou vedeny v rámci předmětu Poznáváme svoje tělo pohybem a částečně i v rámci předmětu Hra v životě dítěte 3 - pohybové hry a hraní.

11.1.2.3 Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích – pedagogická fakulta (PedF JCU)

Pedagogická fakulta v Českých Budějovicích má pro obor Učitelství pro mateřské školy v oblasti tělesné výchovy pouze jeden povinný předmět, a to Dovednostní minimum výchovných předmětů I. V rámci tohoto předmětu mají žáci získat nezbytné vědomosti o výtvarných, tělesných a hudebních projevech 3 – 6 letých dětí a procvičit tyto projevy v typických výtvarných, tělesných a hudebních činnostech. Alespoň tak to uvádí sylabus daného předmětu v rámci cíle. Jakým způsobem je výuka blíže organizována fakulta neuvádí. V

syllabu daného předmětu je pouze metoda výuky „Aktivizující“ (simulace, hry, dramatizace) a obsah výuky, který toho o náplni mnoho nevypovídá.

Obsahem je Zdravý životní styl, Rytmická výchova, Pohybové dovednosti, Improvizace, Somatické a funkční předpoklady dětského organismu, Možnosti tělovýchovné práce v předškolních zařízeních (uvádím jen část týkající se tělesné výchovy).

V rámci studia není možno zvolit si specializaci TV. Pokud chce student zpracovávat diplomovou práci v oblasti tělesné výchovy, je to možné, pokud se přihlásí na předmět Bakalářská práce I,II, který je pod katedrou tělesné výchovy. Tento předmět přibližuje studentům formy a metody vědecké práce v oblasti kinantropologie. Zaměřuje se na věcné a formální zpracování bakalářské práce a specializuje se i na výzkum v této oblasti. Státní zkouška se však z TV nevykonává.

V rámci volitelných předmětů si studenti mohou zvolit sport či oblast tělesné výchovy, která je zajímavá. Nejčastěji prý studenti chodí na aerobic.

11.1.2.4 Západočeská univerzita v Plzni – pedagogická fakulta (PedF ZCU)

I zde mohou studenti složit státní závěrečnou zkoušku z předmětu Tělesná výchova. Předměty jsou ale pro všechny studenty stejné a žádná specializace TV zde není. Podmínkou je pouze splnění předepsaného počtu kreditů ve stanovené struktuře povinných a povinně volitelných předmětů. Pokud mají studenti o TV zvýšený zájem, mohou si zvolit z nabídky volitelných předmětů, které katedra TV vypisuje.

Předměty označené za povinné jsou: TV dovednostní minimum 1, 2, Základy teorie tělesných cvičení, Teorie a didaktika tělesných cvičení 1,2, Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy.

Povinně volitelné předměty jsou: Bakalářská práce 1,2, Státní závěrečná zkouška - 6. část.

Volitelným předmětem jsou pouze Hudebně pohybové hry. Další volitelné předměty musí student hledat dle možností svého rozvrhu a předmětů vypsanych příslušnou katedrou.

Předměty jsou zaměřeny jak na výuku dětí předškolního věku tak na rozvoj samotných studentů. Dovednostní minimum klade důraz na obratnost a koordinaci pohybu studentů, což považují za důležité. Přestože jsou sylaby jednotlivých předmětů podrobně rozepsány (obsahují: cíl předmětu, požadavky na studenta, obsah, předpoklady – co by student měl ovládat, získané způsobilosti, hodnotící metody) v některých sylabech není zmínka o práci s RVP, o konkrétních hrách a činnostech s dětmi venku v různém ročním období, o teorii a didaktice plavání a lyžování. Dále se sylaby předmětů, jejímž obsahem jsou gymnastická cvičení, nezmiňují o nácviku poskytnutí vhodné dopomoci a záchraně při cvičení a zajištění

bezpečnosti. Katedra tělesné výchovy sice některé předměty (jako např. plavání, lyžařský výcvik nebo gymnastika) nabízí, není však jisté, zda si studenti oboru Učitelství pro mateřské školy mohou tyto předměty zvolit v rámci volitelných předmětů.

Součástí povinně volitelných předmětů je příprava a zpracování bakalářské práce a státní závěrečná zkouška – pro ty studenty, kteří se rozhodnou ji zpracovávat na téma spjaté s tělesnou výchovou.

11.1.2.5 Univerzita Palackého v Olomouci – pedagogická fakulta (PedF UP)

Pedagogická fakulta v Olomouci vyučuje tělesnou výchovu pro obor Učitelství pro mateřské školy prostřednictvím těchto předmětů:

Povinné předměty: Pohybové hry, Úvod do motoriky, Preventivní zdravotní tělesná výchova, Didaktika tělesné výchovy, Didaktika TV 2

Povinně-volitelné předměty: Didaktika tělovýchovných dovedností 2 - sport. hry (8), Předplavecká výchova, Psychomotorika, Základy APA, Hudebně pohybová výchova, Pobyť v přírodě – zima, Pobyť v přírodě – léto. V rámci volitelných předmětů se tělesná výchova nenabízí.

Sylaby jednotlivých předmětů jsou pěkně rozepsány. Popis obsahuje cíl předmětu, požadavky na studenta, obsah předmětu, předpoklady, získané způsobilosti, vyučovací metody, hodnotící metody. Postrádám však zmínku o dějinách tělesné výchovy a o způsobu poskytování dopomoci a záchrany při gymnastických a jiných činnostech. Také zde není výuka gymnastiky vyšší náročnosti přiměřené věku studentů. Naopak ne příliš tradiční je výuka základů APA (tělesná výchova mentálně postižených). Předmět umožňuje vhled do této problematiky a klade si za cíl umožnit získání poznatků o specifikách povinných a volnočasových forem tělovýchovného procesu jedinců s mentálním postižením ve vztahu k věku a hloubce postižení.

Předměty jsou určeny všem studentům daného oboru. Specializace Tělesná výchova zde není.

11.1.2.6 Univerzita Hradec Králové – pedagogická fakulta (PedF UHK)

Na této fakultě jsou všechny předměty tělesné výchovy povinné. Jsou značeny čísla (1,2,B2,3,4,5,B5,6,B6). V rámci povinně volitelných předmětů tělesná výchova nabízena není, taktéž nenajdeme pro tento obor ani formu Specializace TV. V rámci nabízených předmětů studenti absolvují výuku základní motoriky, gymnastiky, plavání, didaktiky TV, rytmickou gymnastiku, kurz turistiky, výuku psychomotoriky, problematiku zdravotních

oslabení mládeže a společenských přístupů při jejich řešení s důrazem na prevenci, cvičení hathajógy a pohybové hry. V rámci volitelných předmětů je pouze Zimní výcvikový kurz.

Cvičení hathajógy je v rámci příprav budoucích učitelek mateřských škol neobvyklé. Nicméně je to vhodný způsob obohacení tělesné výchovy v mateřských školách. Velmi pěkně je rozpracována i osnova předmětu Psychomotorika. Gymnastika je zde probírána ve dvou předmětech. V jednom se zaměřuje na cvičení především základní gymnastiky, v druhém na rytmickou gymnastiku. Ani v jedné však není zmínka o vhodných způsobech poskytování dopomoci a záchrany.

V Sylabech jednotlivých předmětů mi dále chybí dějiny tělesné výchovy, pozorování tělovýchovného procesu v praxi přímo v mateřských školách. Dále není patrné, na jaké úrovni je vedena gymnastika a jednotlivé sporty. Zda je část výuky věnována i náročnějšímu cvičení v rámci rozvoje pohybových dovedností studentů na vyšší úrovni či nikoliv.

11.1.2.7 Ostravská Univerzita v Ostravě – pedagogická fakulta (PedF OSU)

Tělesná výchova oboru Učitelství pro MŠ je na této fakultě vyučována v rámci povinných předmětů: Úvod do studia tělesné výchovy, Zdravotní tělesná výchova, Didaktika tělesné výchovy, Psychomotorika a pohybové hry. Dále si studenti mohou v rámci povinně volitelných předmětů zvolit předměty: Činnosti ve vodě, Gymnastické činnosti, Kurz zimních činností, Letní kurz činností v přírodě, Hudebně pohybová výchova s metodikou, Základy pohybových dovedností ve vztahu k jednotlivým sportům, Projekt - předmětové didaktiky.

V rámci těchto předmětů však není možno složit státní závěrečnou zkoušku z Tělesné výchovy. Studenti si žádnou specializaci nevolí.

Sylaby jednotlivých předmětů jsou podrobně a přehledně zpracovány. V sylabu gymnastických činností chybí zmínka o zajišťování bezpečnosti při cvičení a o zajišťování dopomoci a záchrany. Také ze chybí cvičné vedení hodin studenty s následnými rozbory studentovi práce a návštěvy mateřských škol za účelem pozorování tělesné výchovy v praxi.

11.1.2.8 Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem – pedagogická fakulta (PedF UJEP)

Tělesná výchova na této škole je velmi pěkně propracována. Všichni studenti si volí jednotlivé předměty ze společného základu: Dovednostní minimum – gymnastika, plavání, Teorie tělesné výchovy dětí předškolní, Hry v MŠ, Letní kurz, Didaktika rytmické gymnastiky, základní gymnastiky, atletiky, Didaktika her A, B, Didaktika plavání, Didaktika TV v MŠ, Metodika HV - pohybové a instrumentální činnosti v MŠ, Didaktika zdravotní TV.

Studenti, kteří mají zvýšený zájem o tento předmět si mohou zvolit Specializace TV, z které se následně skládá státní závěrečná zkouška. Předměty specializace jsou: Předplavecká

příprava, Základy sportovní přípravy A, B, Rozvoj pohybových schopností, Rytmická gymnastika, Zdravotní tělesná výchova.

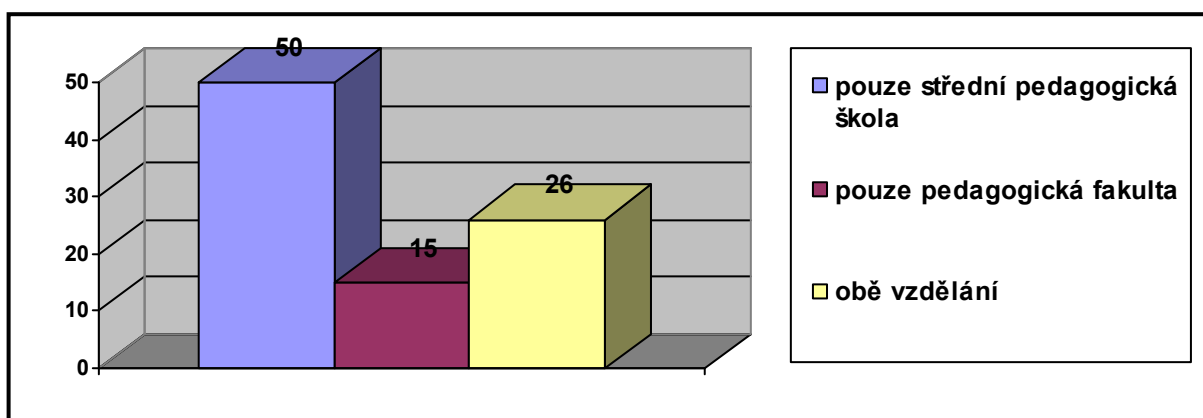
Sylaby jednotlivých předmětů jsou velmi podrobně a přehledně zpracovány. Velká míra pozornosti se věnuje gymnastickým činnostem. Ty jsou zaměřeny jak na rozvoj samotných studentů, v rámci dovednostního minima, tak na didaktiku v základní i rytmičké gymnastice. Hudebně-pohybová výchova je probírána v rámci hudební i tělesné výchovy, což považují za důležité z hlediska odlišného úhlu pohledu každého předmětu. Velká pozornost se zde věnuje i práci s pomůckami, cvičebním náčiním i náradím, což je v praxi později velmi oceňováno. Vytknout můžeme snad jen absenci náslechlů přímo v mateřských školách, a lyžařský kurz s didaktikou, který je považovaný spíše za nadstandard.

11.2 Vyhodnocení dotazníků

Uvedené hodnoty jsou vyjádřeny v číslech odpovídajících počtu jednotlivých odpovědí dotázaných.

Otázka č.1 Kterou pedagogickou školu jste vystudovala?

Z celkového počtu 91 dotázaných vystudovalo 50 dotázaných pouze střední pedagogickou školu, 15 jich absolvovalo střední odborné vzdělání na škole s jiným zaměřením a pedagogické vzdělání získali až na pedagogické fakultě, 26 dotázaných získalo pedagogické vzdělání na střední pedagogické škole a rozšířili jej na pedagogické fakultě. Absolvovali tedy oba typy škol.



Graf č.1: zastoupení škol

Respondenty jsou absolventky celkem z 15 různých středních pedagogických škol a 7 pedagogických fakult. Jedna respondentka absolvovala střední pedagogickou školu na

Slovensku, ale působí v mateřské škole v České Republice, a proto jsem ji do výzkumu také zahrnula.

Zastoupení jednotlivých pedagogických škol uvádím v následných tabulkách

č.2 - střední pedagogické školy a č.3 - pedagogické fakulty.

Tab.2: střední pedagogické školy

střední pedagogické školy	počet respondentů
Beroun	4
Čáslav	2
Havířov	7
Karlovy Vary	3
Krnov	3
Kroměříž	6
Litoměřice	1
Lučenec - Slovensko	1
Most	4
Nový Jičín	4
Ostrava	6
Praha	16
Prachatice	7
Přerov	4
Zlín	8

Tab.3: pedagogické fakulty

pedagogické fakulty	počet respondentů
České Budějovice	7
Liberec	1
Ostrava	9
Plzeň	3
Praha	12
Ústí nad Labem	5
Olomouc	4

Otázka č.2 Jak dlouho učíte v MŠ?

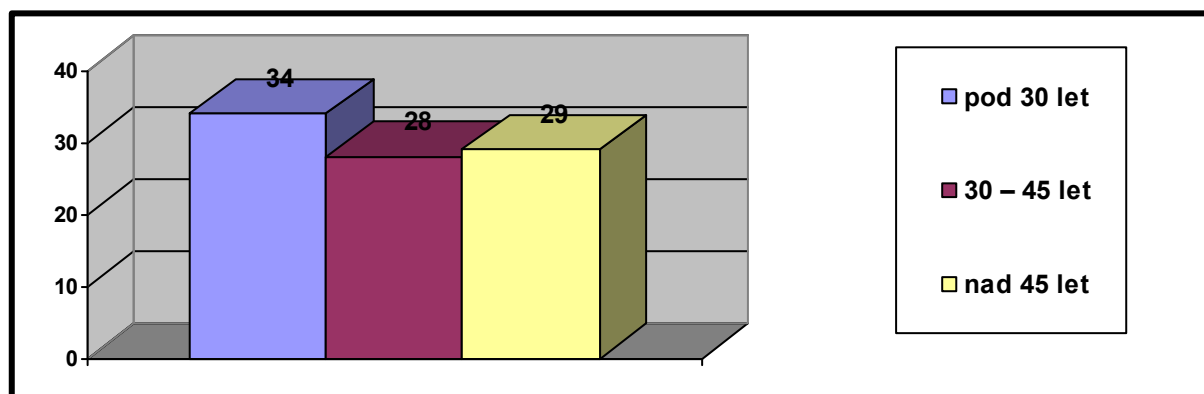
Jednotlivé odpovědi uvádím v tabulce č.3. Ve žlutě vyznačené části uvádím počty učitelek s méně než desetiletou praxí ve svém oboru. Celkem se jedná o 36 učitelek. Modrou barvou je pak zvýrazněn počet učitelek s více než deseti lety praxe. Jedná se o 44 učitelek. Pouze 3 absolventky pedagogické školy v MŠ neučí a 8 dotázaných na otázku neodpovědělo.

Tab.4: počet odučených let v mateřské škole

neučí	3
učí prvním rokem	9
učí 2 – 5 let	18
učí 6 – 10 let	9
učí 11 – 15 let	4
učí 16 – 20 let	12
učí 21 – 25 let	9
učí 26 – 30 let	10
učí víc než 30 let	9
neuveďlo	8

Otázka č.3 Jaký je váš věk?

Jak můžeme vidět v grafu č.2, věkové rozložení respondentek je vyvážené. Získala jsem tak názory tří věkových skupin a to do 30 let, 30 – 45 let a nad 45 let.



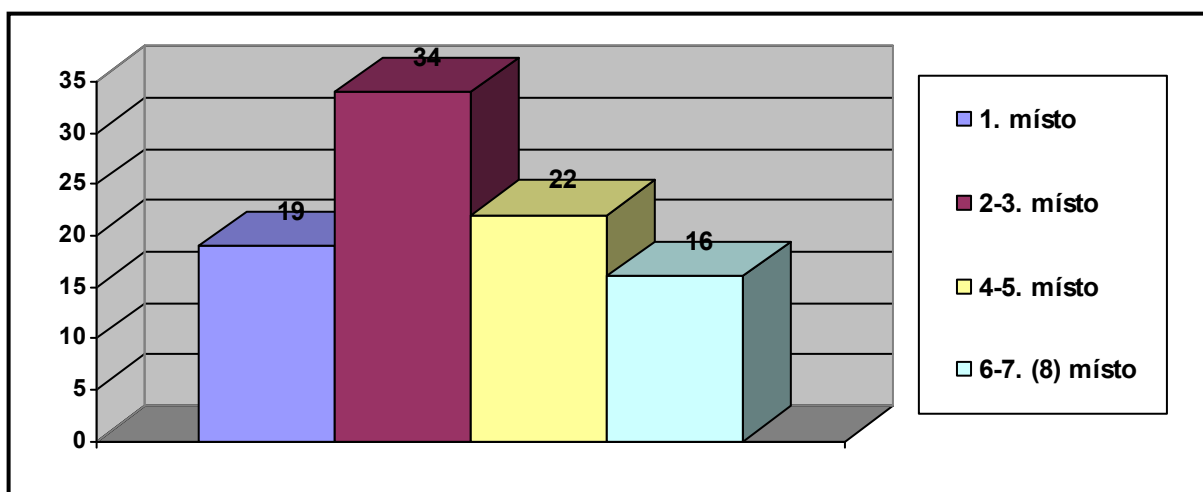
Graf č.2: přibližný věk respondentek

Tyto obecné informace o respondentkách, jako je počet let praxe, jejich přibližný věk nebo preference tělesné výchovy vůči jiným činnostem v MŠ uvádím záměrně proto, abych v následujících otázkách odpověděla na to, zda mají tato fakta vliv na vnímání tělesné výchovy v MŠ popřípadě jakým směrem je ovlivňují.

Otázka č.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)

V této otázce jsem uvedla sedm činností, které nejčastěji probíhají v mateřské škole. Pokud měly učitelky potřebu dopsat činnost, kterou s dětmi dělají, ale v nabídce není, mohly ji připsat do kolonky „jiné činnosti“. Této možnosti některé využily. Mezi činnosti byla připsána keramika, artefietika, matematické činnosti, environmentální činnosti, námětové, smyslové, kognitivní a konstruktivní hry, pokusy a experimenty, plavání, cestování, lyžařská školička, výlety a exkurse, pracovní činnosti, hraní a povídání si s dětmi a akce s rodiči. Tyto činnosti také ovlivnily pořadí tělesné výchovy v řebříčku popularity.

Tělesnou výchovu řadilo na první místo celkem 19 učitelek. Na 2 – 3. místo ji zařadilo dalších 34 učitelek. Dohromady tedy tělesnou výchovu řadí na přední místa 58% všech dotázaných. Dá se tedy předpokládat, že většina dotázaných má k tělesné výchově velmi dobrý vztah a bude tedy s dětmi v mateřské škole často cvičit a hrát pohybové hry. Potvrzuje to i fakt, že specializaci Tělesná výchova si na střední škole zvolilo celkem 50% dotázaných.



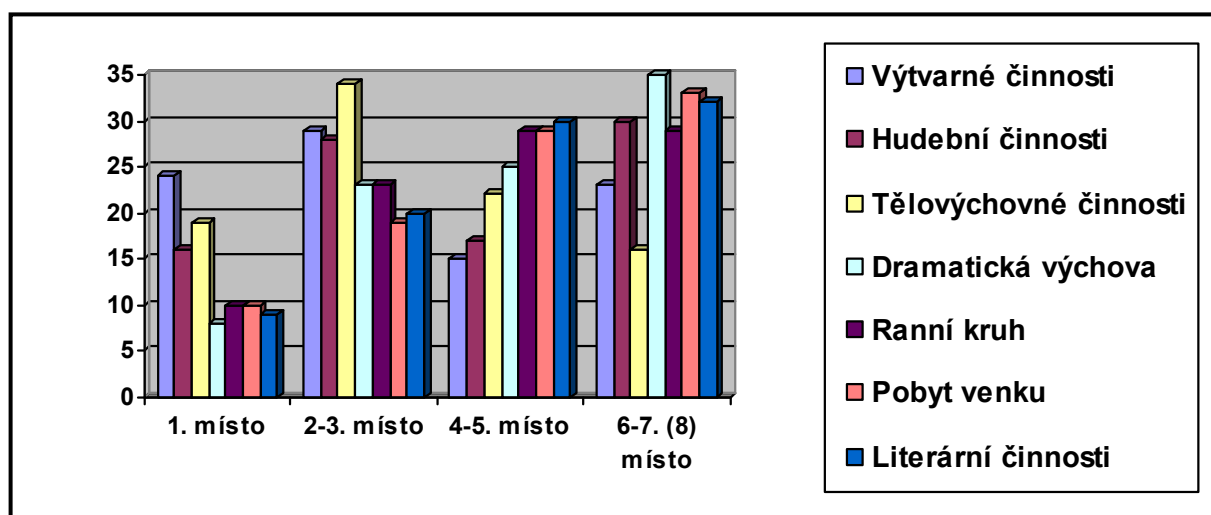
Graf č.3: preference tělesné výchovy vůči jiným činnostem v MŠ

Pro úplnost údajů a možnost srovnání uvádím tabulku a následně graf z ní vyplývající, kde můžeme vidět popularitu jednotlivých činností konajících se v MŠ. Některé učitelky uvádí, že činnosti jsou pro ně na stejné úrovni a nepreferují ani jednu z nich.

Tab.5: popularita jednotlivých činností v MŠ

činnosti	1. místo	2-3. místo	4-5. místo	6-7. (8) místo
Výtvarné činnosti	24	29	15	23
Hudební činnosti	16	28	17	30
Tělovýchovné činnosti	19	34	22	16
Dramatická výchova	8	23	25	35
Ranní kruh	10	23	29	29
Pobyt venku	10	19	29	33
Literární činnosti	9	20	30	32

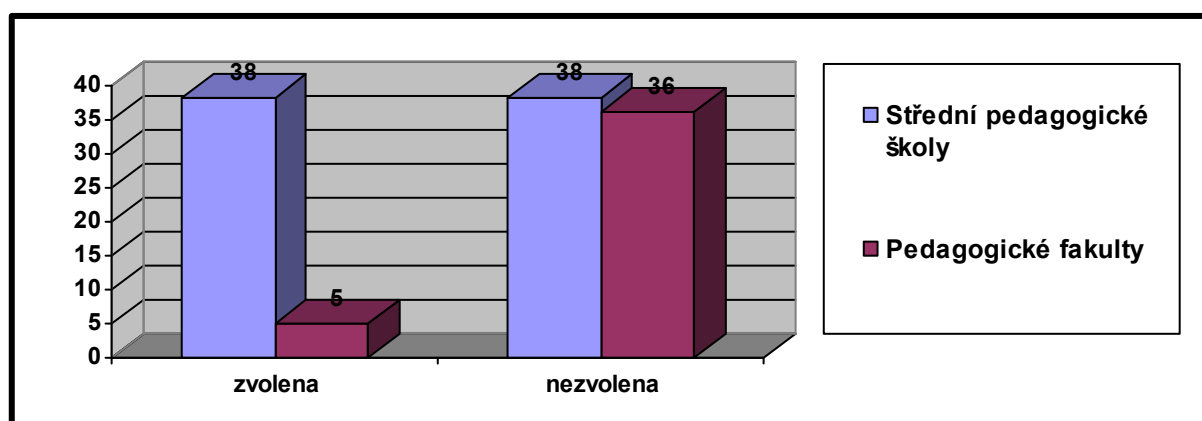
Porovnáme-li pořadí jednotlivých činností, o něco lépe je na tom výtvarná výchova, tu na první příčku řadí celkem 24 učitelek. Nicméně na další dvě příčky už pouze 29 učitelek. Dohromady tedy výtvarnou výchovu řadí na první tři příčky 58% dotázaných, stejně jako tělesnou výchovu. Naopak na poslední příčky řadí tělesnou výchovu mnohem méně dotázaných než výtvarnou výchovu. Tělesná výchova je tak vedle výtvarné a hudební výchovy jednou z neoblíbenějších činností v MŠ. Mluvíme však o tělesné výchově, konající se v interiéru. Pobyt venku, přestože vybízí k mnoha tělovýchovným činnostem už mezi učitelkami moc populární není. Jak můžeme vidět v grafu, pobyt venku řadí učitelky do druhé poloviny oblíbených aktivit.



Graf č.4: popularita jednotlivých činností v MŠ

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

Tělesná výchova je mezi studenty středních pedagogických škol často volenou specializací. Celkem si ji zvolilo 50% všech dotázaných. Naopak na pedagogických fakultách si tuto specializaci zvolilo pouze 5 respondentů. Tento nízký počet ukazuje na několik faktů. Zaprvé možnost zvolit si tělesnou výchovu jako specializaci některé fakulty vůbec nenabízí. Tělesná výchova je jako součást buďto povinného základu, nebo v rámci volitelných předmětů. Zadruhé tělesné výchově konkurují další atraktivní předměty. Za třetí, studenti, kteří si zvolili specializaci TV na střední škole mohou považovat za zbytečné více tyto vědomosti prohlubovat a zvolí si raději jinou z výchov.



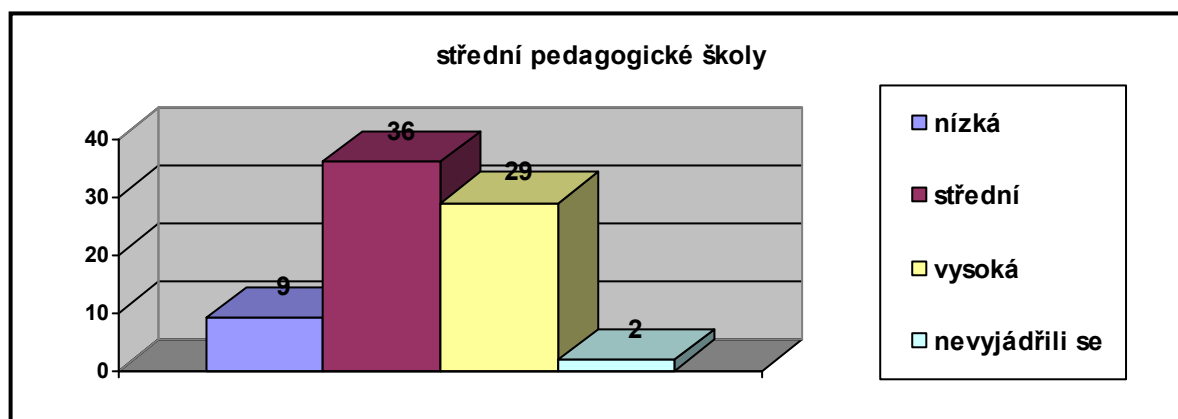
Graf č.5: volba specializace na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách

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

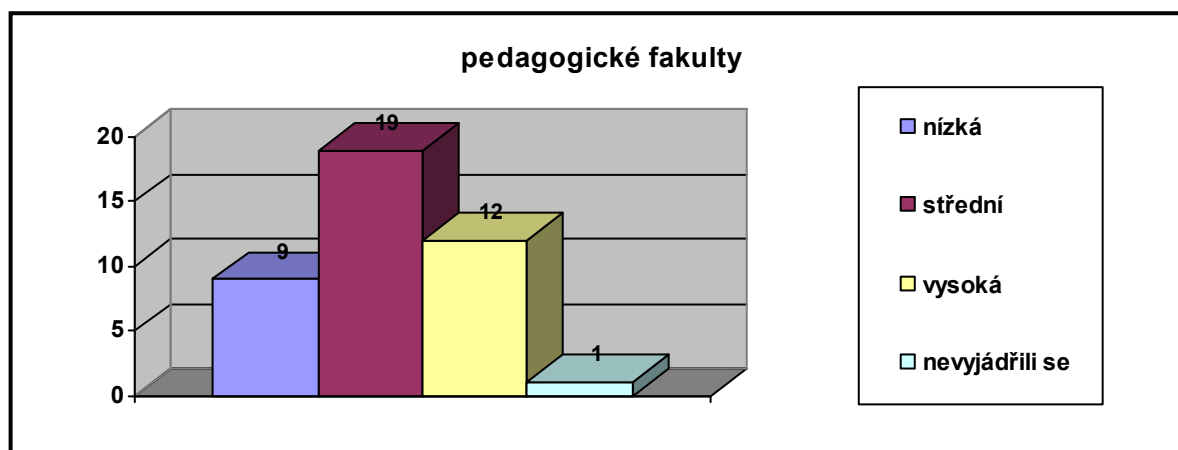
V této otázce jsem se ptala na subjektivní pohled absolventek na úroveň výuky tělesné výchovy ve škole, kde studovaly. Z grafů vyplývá, že většina studentek středních škol i fakult byla s úrovní výuky na své škole spokojena.

Výuka tělesné výchovy na středních školách byla dle 36 dotázaných na střední úrovni, 29 dotázaných ji považuje za vysokou. Podle 9 respondentek byla výuka na nízké úrovni. Dvě respondentky se k této otázce nevyjádřily.

Výuku na pedagogických fakultách označilo 19 respondentek za středně kvalitní. Dle 12 dotázaných byla na vysoké úrovni a podle 9 dotázaných měla výuka nízkou úroveň. Jedna respondentka se k této otázce nevyjádřila.



Graf č.6: subjektivní pohled na úroveň výuky na středních pedagogických školách



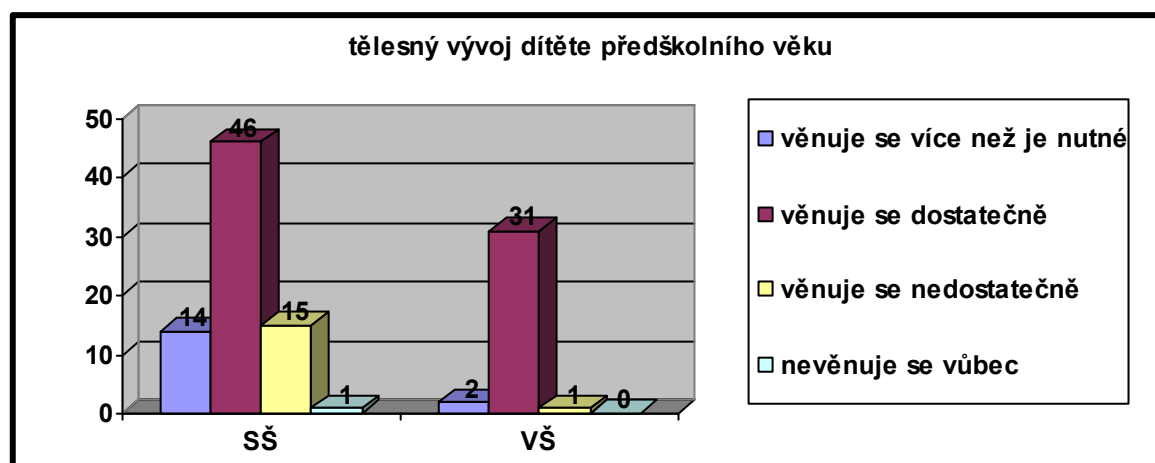
Graf č.7: subjektivní pohled na úroveň výuky na pedagogických fakultách

Pokud se podíváme na to, jak si vedly konkrétní školy, dojdeme k poznatku, že vnímání kvality je velmi individuální, neboť téměř každá škola dosáhla všech tří úrovní hodnocení. Výjimkou je Pedagogická fakulta v Ústí nad Labem, jejíž úroveň výuky hodnotily studentky jako střední až vysokou. Zahrneme-li fakt, že vnímání úrovně kvality výuky se může měnit s kantory, kteří na škole danou dobu předmět učí, můžeme podotknout, že nám je tato informace k ničemu. Mě však jde o to, zda informace, zkušenosti a dovednosti, které učitelky během studia získaly považují za dostačující, zda jim způsob předání těchto informací vyhovoval či nikoliv. Z následujících grafů je patrné, že většina studentů je se způsobem výuky tělesné výchovy spokojena. A to jak na středních pedagogických školách tak na pedagogických fakultách

Otázka č.7 Určete, do jaké míry se podle vašeho názoru věnovala výuka na škole, kterou jste vystudovala, těmto oblastem. K jednotlivým oblastem přiřadte čísla od 1-4.

Tato otázka je rozsáhlejšího charakteru. Zjišťovala jsem opět subjektivní názor učitelek na zaměření výuky. Zajímalo mě, do jaké míry se podle nich věnovala výuka konkrétním oblastem. Oblasti jsem zvolila stejné jako při vyhodnocování obsahu školních vzdělávacích programů jednotlivých škol. Ponechala jsem zde respondentkám prostor pro poznámky, postřehy a názory k dané problematice, protože jsem předpokládala, že k některým tématům se budou chtít blíže vyjádřit. Této možnosti některé z nich opravdu využily. Často zmiňovaly fakt, že studium absolvovaly již dávno a mnohé si nepamatují nebo že v době, kdy studovaly, bylo všechno jinak (nebyl, RVP, komunistický kodex apod.). Některé absolventky pedagogických fakult porovnávaly studium na střední a vysoké škole. Jednotlivé poznámky uvádím na konci vyhodnocení této otázky.

Tělesnému vývoji dítěte byla na obou typech škol věnována dostatečná, někdy i nadstandardní pozornost. Pouze několik málo dotázaných považuje tuto problematiku za nedostatečně probranou. Na středních pedagogických školách označilo výuku za dostačující 46 z 76 dotázaných a dalších 14 za probranou více, než je potřebné. Na pedagogických fakultách označilo výuku za dostatečně probranou 31 z 40 dotázaných a další 2 ji považují za probranou více, než je nutné. Celkem by tak mělo mít povědomí o této problematice většina dotázaných.

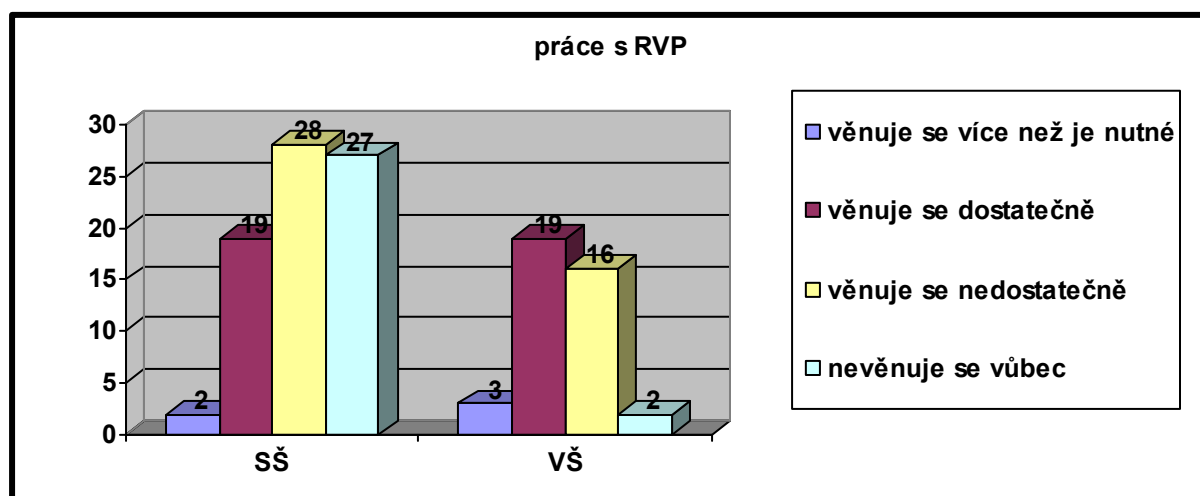


Graf č.8: tělesný vývoj dítěte předškolního věku

S rámcovým vzdělávacím programem se mohly studentky ve školách setkat až od r.2004, kdy vznikl. Z grafů vyplývá, že 19 učitelek se na střední škole se s ním učilo pracovat dostatečné úrovni. 2 učitelky s ním dle jejich názoru pracovaly více než je nutné, naopak 28 učitelek považuje přípravu na práci s ním za nedostatečnou. 27 učitelek s ním do kontaktu

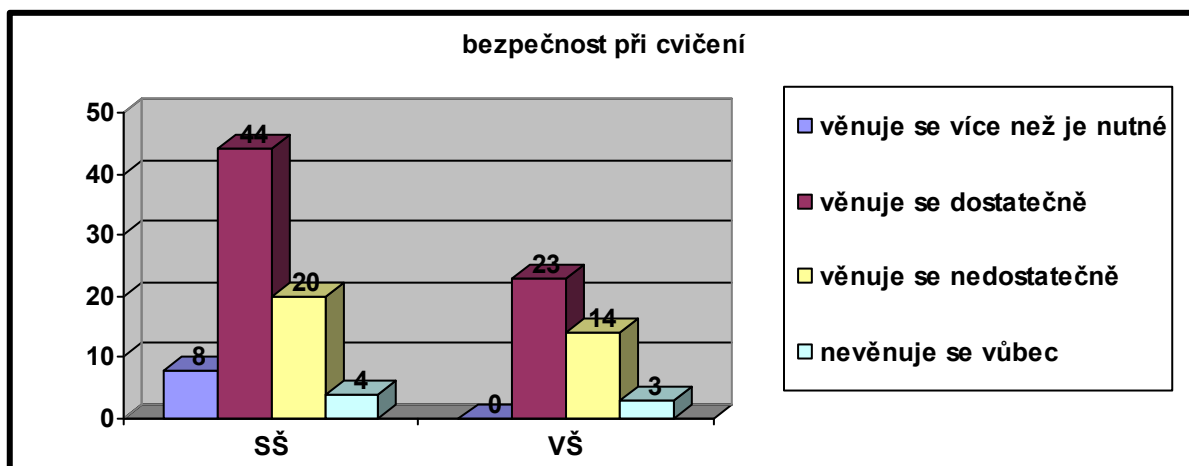
nepřišlo vůbec. Situace na pedagogických fakultách je obdobná, za nedostatečně probrané učivo to považuje 16 dotázaných. 19 učitelek bylo s mírou výuky o RVP spokojeno a 3 učitelky považují RVP za probraný více, než je nutné. Pouze 2 učitelky během studia s RVP do styku nepřišly.

Nejčastěji komentovanou částí otázky byla právě práce s RVP. Ozývaly se především učitelky, které studovaly v době, kdy RVP ještě neexistoval. Pochopitelně s ním tedy nemohly přijít do kontaktu. V této otázce mi šlo především o názor respondentek, které studovaly v době od r.2004. Při denním studiu to jsou absolventky do 30 let, kterých je dle tabulky č.4 celkem 36 a při dálkovém studiu to mohou být i studentky starší.



Graf č.9: práce s RVP (tělesná výchova v souladu s RVP)

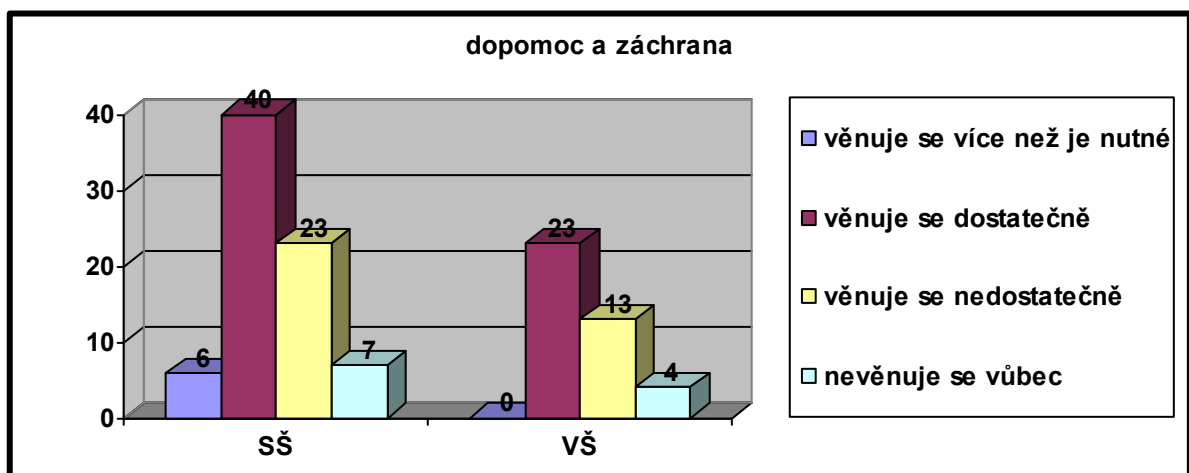
Naučit se zajistit bezpečnost při cvičení s dětmi považují za jedno z nedůležitějších témat tělesné výchovy. Na středních pedagogických školách se dle 44 dotázaných věnovali tomuto tématu dostatečně, dle 20 dotázaných nedostatečně a dle 4 dotázaných vůbec. Podle 8 dotázaných bylo tématu věnováno víc pozornosti, než bylo nutné. Na pedagogických fakultách se tématu zajišťování bezpečnosti dětí při cvičení věnovali dle 23 dotázaných dostatečně, dle 14 dotázaných nedostatečně a podle 3 dotázaných vůbec.



Graf č.10: jak zajistit bezpečnost při cvičení s dětmi

Z 76 dotázaných středoškoláků uvedlo 40 z nich, že na jejich škole se tématu poskytnutí dopomoci a záchrany věnovali dostatečně. 6 z nich uvedlo, že se mu věnovali více, než je potřeba, naopak 23 z nich tvrdí, že se mu věnovali nedostatečně. 7 středoškolsky vystudovaných učitelů tvrdí, že se tématu nevěnovali vůbec.

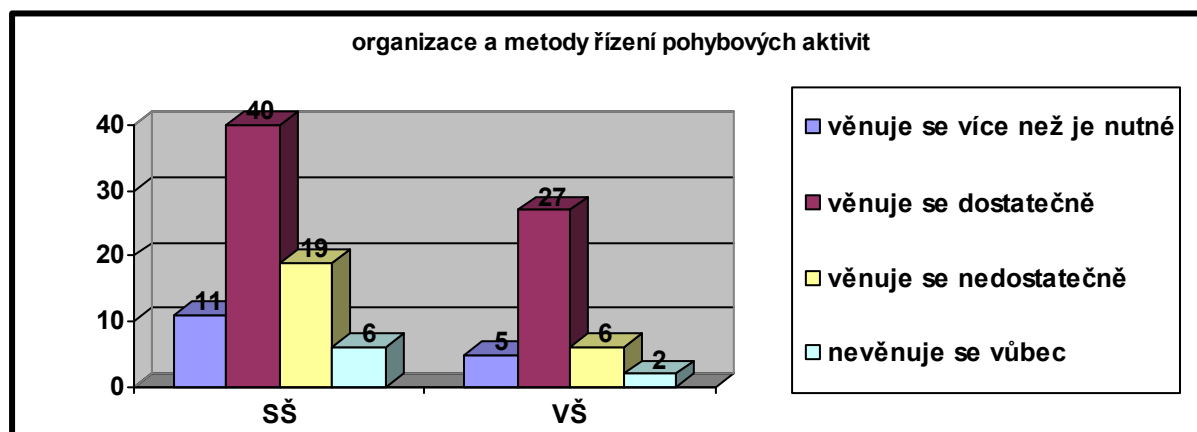
Z 40 vysokoškoláků bylo s výukou spokojeno 23 dotázaných, 13 z nich považuje látku za nedostatečně probranou a dle 4 vysokoškoláků se tomuto tématu vyučující nevěnoval vůbec.



Graf č.11: jak poskytnout dopomoc nebo záchrana při cvičení s dětmi

Jak je patrné z následujícího grafu, převážná většina dotázaných byla na středních pedagogických školách i na pedagogických fakultách s výukou týkající se metod a organizačních forem spokojena. Za dostatečně probrané považuje toto téma 40 dotázaných ze SPgŠ a 27 dotázaných z PedF. Přes míru se mu ve výuce věnovali dle 11 dotázaných absolventů SPgŠ a 5 dotázaných absolventů PedF. Za nedostatečně probrané téma to považuje

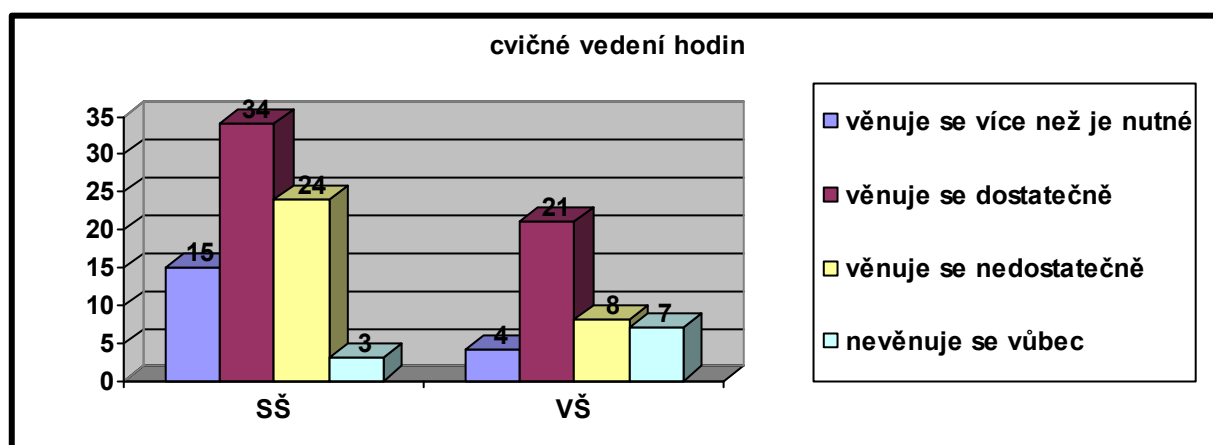
celkem 19 absolventek SPgŠ a 6 absolventek PedF a dle 6 absolventek SPgŠ a 2 absolventek PedF se tomuto tématu vůbec nevěnovali.



Graf č.12: organizace a metody řízení pohybových aktivit

V následující části otázky se zaměřuji na přípravu na praxi nikoli na praxi samotnou. Jedná se o modelové situace, kdy si student připraví tělovýchovný blok (jednotku TV) tak, jak by jej s dětmi sám v praxi vedl a pomocí svých spolužáků jej zrealizuje v hodině tělesné výchovy. Následně pod vedením kantora provedou všichni rozbor tohoto bloku.

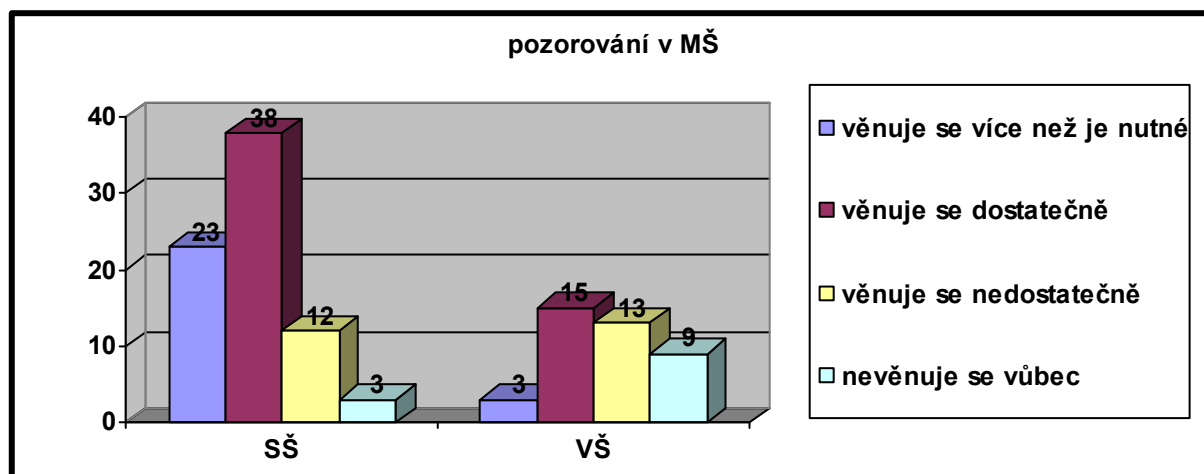
Na středních pedagogických školách se přípravě na praxi věnovali dle 34 dotázaných dostatečně. 15 dotázaných uvedlo, že během jejich studia se přípravě na praxi věnovali tímto způsobem více než je nutné, 24 dotázaných uvedlo přípravu za nedostatečnou a podle 3 dotázaných se přípravě na praxi tímto způsobem vůbec nevěnovali. Na pedagogických fakultách se přípravě na praxi dostatečně věnovali dle 21 dotázaných. Nedostatečně podle 8 dotázaných naopak více než bylo nutné se tomuto tématu věnovali dle 4 absolventek PedF. 7 absolventek uvedlo, že během jejich studia na PedF se přípravě na praxi nevěnovali vůbec.



Graf č.13: cvičné vedení hodin (pohybových jednotek) studenty s následnými rozborů

Nedílnou součástí praxe je i pozorování tělovýchovného procesu přímo v mateřské škole. Žáci tak mohou vidět jak si učitelky s několikaletou praxí poradí s danou problematikou, organizací, způsobem nácvičku, mohou porovnat různé osobní přístupy, následně pak s učitelkou, která cvičení vedla rozebrat případné otázky. Výsledky této části otázky mě překvapily, jelikož mám osobní zkušenost jinou. A to jak na SPgŠ tak na PedF.

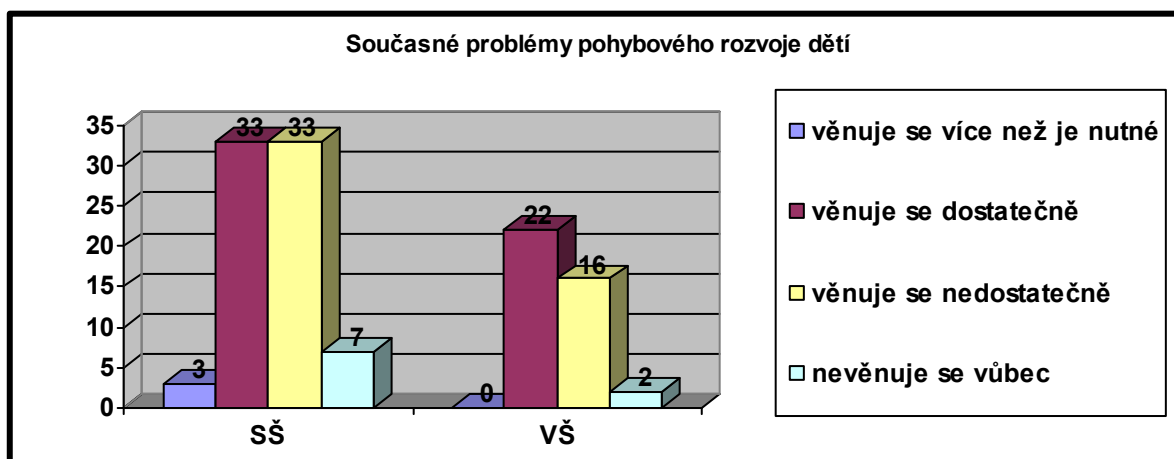
38 učitelek, které absolvovaly pouze SPgŠ uvedlo, že pozorování tělovýchovného procesu přímo v MŠ bylo dostačující, 23 učitelek uvedlo, že absolvovali více pozorování TV v MŠ než bylo za potřeby, 12 učitelek považuje počet návštěv MŠ za nedostatečný a 3 učitelky uvedli, že tělovýchovný proces v praxi, vedený zkušenou učitelkou nevidělo vůbec. Na pedagogických fakultách viděla tělovýchovný proces v praxi více než je nutné pouze 3 učitelky. 15 učitelek bylo s množstvím pozorování spokojeno, 13 učitelek by nějaké ty hodiny ještě uvítalo, protože počet pozorování, který jim byl umožněn považují za nedostatečný a 9 učitelek uvedlo, že pozorovat tělovýchovný proces v praxi, vedený zkušenou učitelkou jim vůbec nebylo umožněno.



Graf č.14: návštěvy v mateřských školách (pozorování tělovýchovného procesu)

Současným problémům pohybového rozvoje dětí se na středních školách věnovali dostatečně dle 33 dotázaných, nedostatečně také dle 33 dotázaných, vůbec dle 7 dotázaných a více než bylo potřeba dle 3 dotázaných učitelek se středoškolským vzděláním.

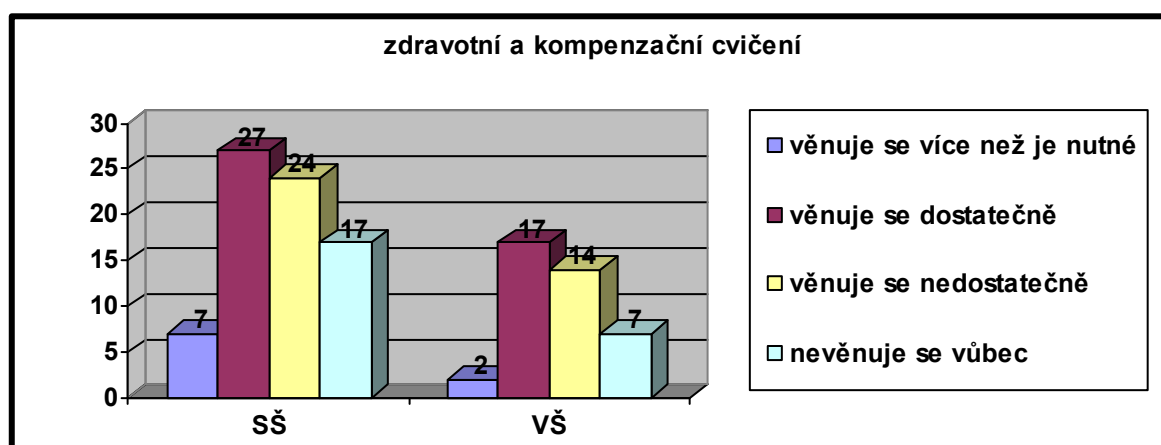
Na pedagogických fakultách se dle 22 dotázaných věnovali danému tématu dostatečně, dle 16 dotázaných nedostatečně a pouze 2 absolventky PedF. o problematice pohybového rozvoje dětí vůbec neslyšely.



Graf č.15: současné problémy pohybového rozvoje dětí

Následující téma velmi úzce souvisí s tématem předchozím. Předpokládala bych tedy, že budou výsledky obdobné, což nejsou. Za dostatečně probrané téma to považuje na středních školách 27 respondentek, za nedostatečně probrané téma to považuje 24 respondentek a 17 respondentek o zdravotním a kompenzačním cvičení na SPgŠ neslyšelo. Dle 7 dotázaných je to naopak téma více než probrané.

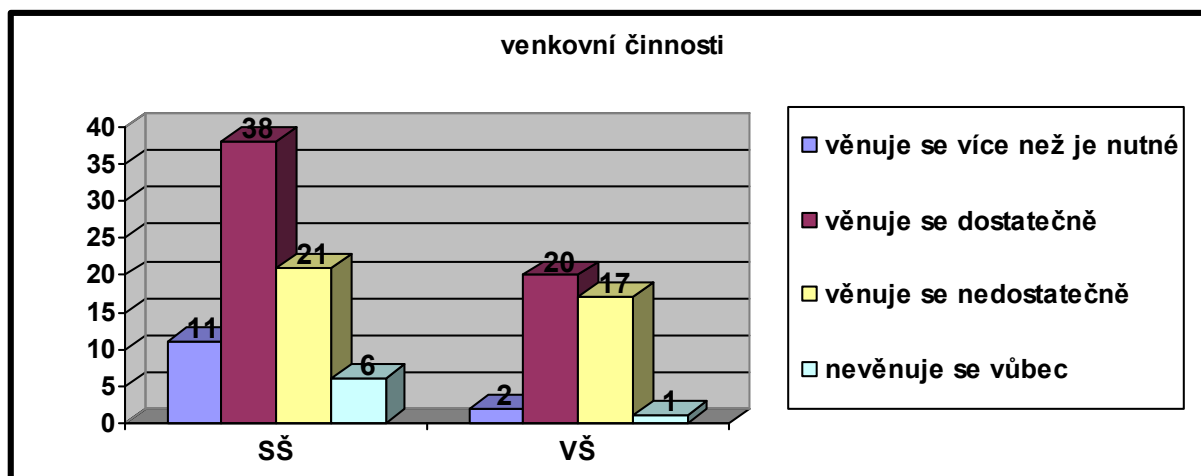
Stejný názor mají i 2 absolventky PedF. Dle 17 dalších je toto téma probráno dostatečně, 14 dotázaných by ocenilo více pozornosti k danému tématu a 7 dotázaných o zdravotním a kompenzačním cvičení na přednáškách neslyšelo.



Graf č.16: jak realizovat zdravotní a kompenzační cvičení s dětmi

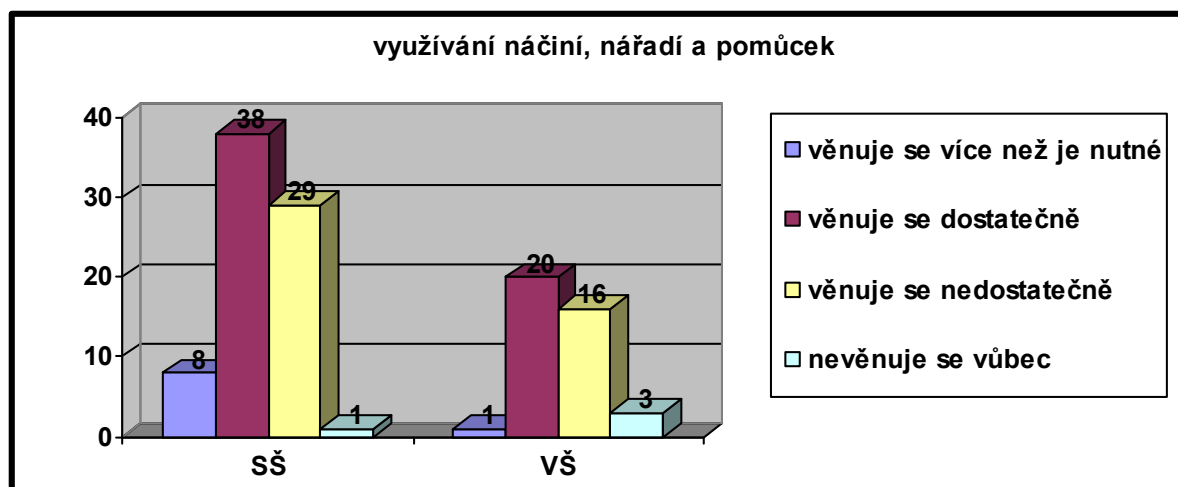
Tématu konkrétních her a činností s dětmi venku dle různé roční doby se dle 38 učitelek se na středních školách těmto činnostem věnují dostatečně a dle 11 dalších dokonce více, než je potřeba. Předpokládám tedy, že tyto učitelky umí s dětmi efektivně využívat čas trávený venku. 21 dotázaných učitelek se na své střední škole této problematice věnovali nedostatečně a dle 6 dalších dotázaných dokonce vůbec.

Pedagogické fakulty se tomuto tématu věnují dle 20 dotázaných dostatečně a podle 2 dotázaných dokonce více, než je potřeba. Naopak podle 17 dotázaných učitelek se činností venku moc nevěnují a podle jedné učitelky dokonce vůbec.



Graf č.17: konkrétní hry a činnosti s dětmi venku (různé roční doby)

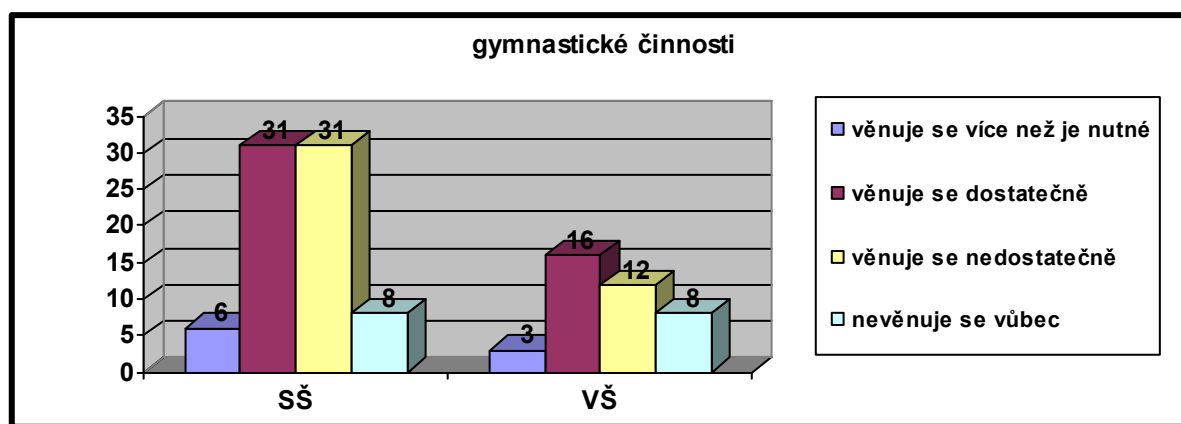
V současné době jsou mateřské školy velmi dobře vybaveny různými pomůckami ke cvičení. Proto mě zajímalo, zda školy učí tyto pomůcky využívat. 38 středoškolsky vzdělaných a 20 vysokoškolsky vzdělaných učitelek uvádí, že byly na své škole dostatečně seznámeny s používáním různých nářadí, náčiní a pomůcek ke cvičení. 29 absolventek SPgŠ a 16 absolventek PedF. už je méně spokojeno a jistě by ocenily více pozornosti k tomuto tématu. Naopak 8 dotázaných ze SPgŠ a 1 dotázaný z PedF. tvrdí, že se tématu využívání nářadí a náčiní věnovali až přespříliš. Pouze jedna respondentka ze SPgŠ a 3 absolventky PedF. uvedly, že s touto problematikou seznámení nebyly.



Graf č.18: jakým způsobem využívat různé cvičení náčiní, nářadí, pomůcky (SŠ)

Následující část otázky považuji vzhledem k zaměření této diplomové práce za jednu ze stěžejních a poznatky z ní plynoucí za klíčové. Výsledky jsou dle mého názoru jedním z možných vysvětlení, proč mají učitelky mateřských škol tak rozdílné přístupy a postupy nácviku konkrétních gymnastických prvků.

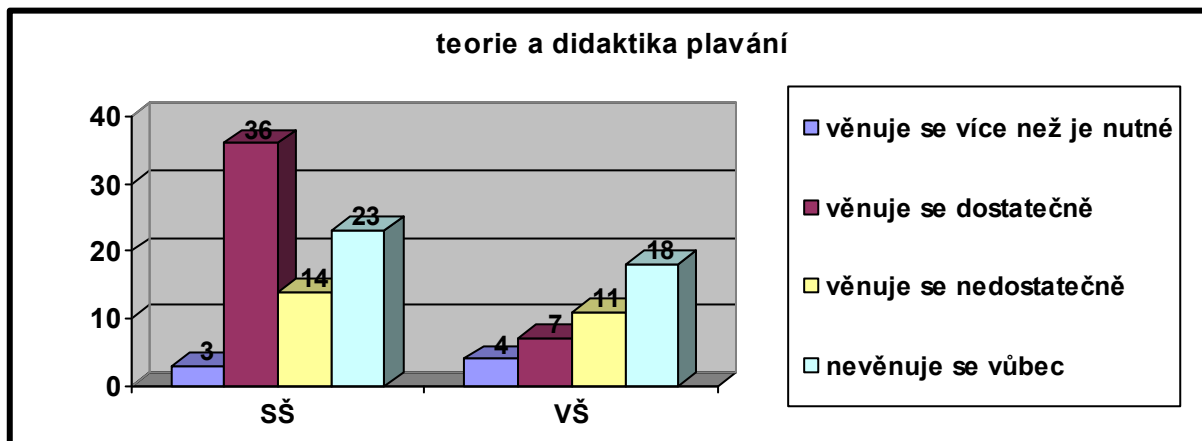
Z 76 dotázaných absolventek SPgŠ 31 učitelek odpovědělo, že s výukou této činnosti nebyla spokojena a 8 učitelek dokonce uvedlo, že s ní nebylo vůbec seznámeno. Obdobné je to i u absolventek PedF. Ze 40 dotázaných považuje 12 absolventek výuku za nedostatečnou a 8 učitelek se prý s touto problematikou ve škole vůbec nesetkaly. 51 % Všech dotázaných má tak pocit, že výuka v této oblasti nebyla dostatečná. Naopak 31 absolventek SPgŠ a 16 absolventek PedF bylo s výukou v této oblasti spokojeno a 6 absolventek SPgŠ a 3 absolventky PedF uvedly, že se dané problematice věnovali více, než bylo nutné.



Graf č.19: konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky

Přesto že v dnešní době existují plavecké školy, které MŠ ve velké míře navštěvují, vyučuje se na některých SPgŠ i PedF teorie a didaktika plavání. Má význam nejen pro zlepšení plaveckých stylů samotných studentů, ale učí se zde i jak naučit plavat předškolní děti. Bohužel v praxi tyto vědomosti a dovednosti využije málo která učitelka. Obvykle učí děti plavat instruktor v plavecké škole a učitelka na ně pouze dohlíží.

Z grafu vyplývá, že teorii a didaktice plavání se dle 36 absolventek SPgŠ věnovali ve škole dostatečně, dle 14 dotázaných nedostatečně a dle 23 dotázaných vůbec. Na dvou SPgŠ se dle 3 respondentek věnovali plavání více než bylo nutné. Pedagogické fakulty se dle 18 dotázaných teorii a didaktice plavání nevěnovali vůbec, dle 7 dotázaných probíhala výuka v dostatečné míře, dle 11 dotázaných byla výuka nedostatečná a dle 4 dotázaných naopak nadměrná.

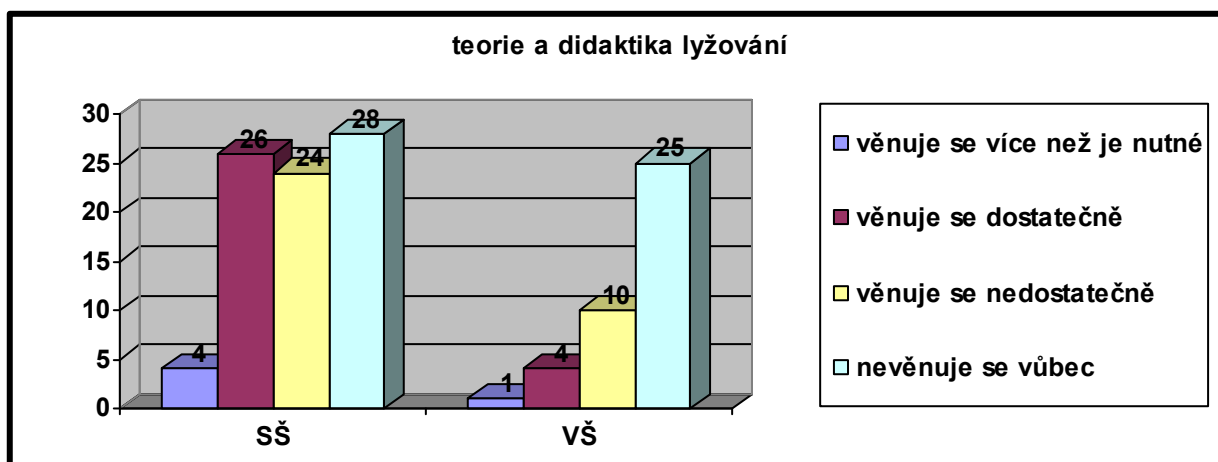


Graf č.20: **teorie a didaktika plavání (jak učit děti plavat)**

Obdobně jako s výukou plavání je to v mateřských školách s výukou lyžování. Tam však nepředávají učitelky děti instruktorům, nýbrž nechávají výuku lyžování na rodičích. V poslední době však přibývá zimních školek v přírodě, kde na některých pobytech výuka lyžování opravdu probíhá. Teorie a didaktika lyžování je tak právě pro tyto učitelky pro praxi přínosná.

Z grafu vyplývá, že na SPgŠ dle 26 dotázaných učí teorie a didaktika v dostatečném množství, dle 24 dotázaných je příprava na výuku lyžování dětí nedostatečná, naopak dle 4 dotázaných se jí ve školách věnují více, než je nutné a dle 28 dotázaných se jí nevěnují vůbec.

Pedagogické fakulty připravují své studenty v této oblasti dle 4 dotázaných dostatečně, dle 10 dotázaných nedostatečně a dle 25 dotázaných je fakulty nepřipravují vůbec. Pouze jeden dotázaný odpověděl, že se výuce teorie a didaktiky lyžování fakulta věnoval vyučující více než bylo nutné.

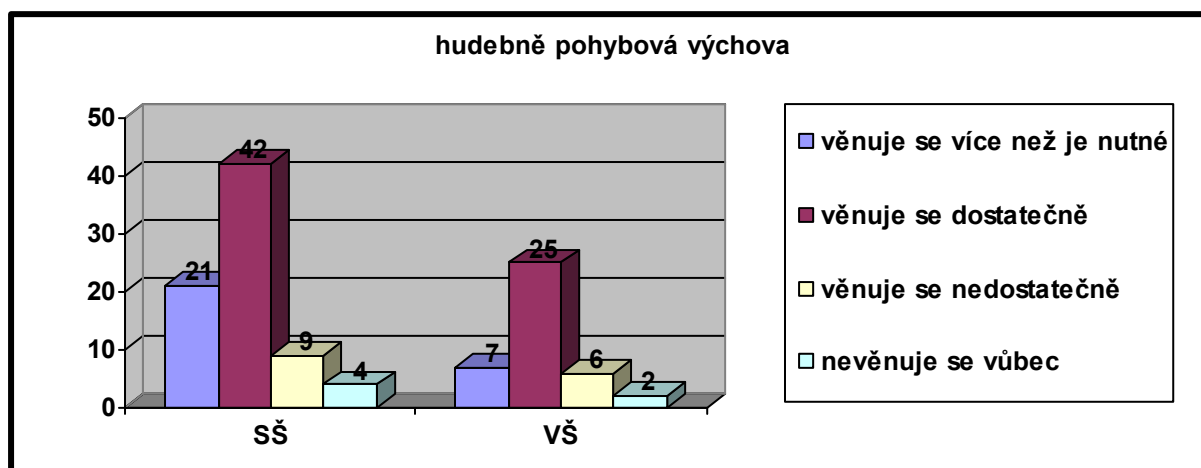


Graf č.21: **teorie a didaktika lyžování (jak učit děti lyžovat)**

Hudebně pohybová výchova je záležitost dvou oborů a to hudebního i pohybového. Obvykle tento předmět učí obě katedry a upřednostňují tu část, ke které mají blíže. Také se mohou katedry dohodnout a přenechat výuku pouze jedné straně. To je ale dle mého názoru z hlediska vyváženosti obou částí předmětů nevhodné, protože zde převažuje ta část, jejíž katedra předmět učí.

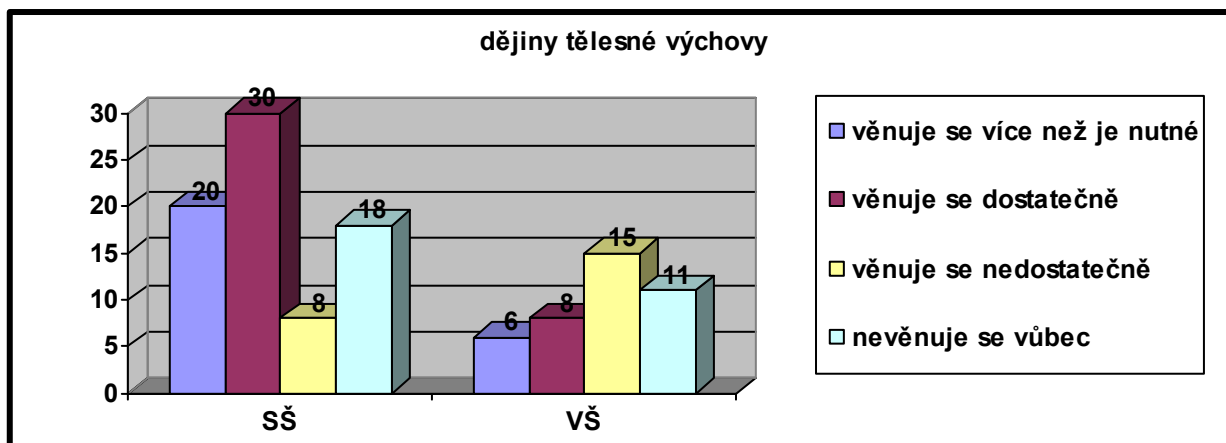
Většina absolventek obou škol je s mírou výuky tohoto předmětu spokojena. Dle 42 dotázaných byla výuka dostačující, dle 21 dotázaných se předmětu věnovalo více pozornosti, než bylo nutné. Pouze 9 studentek bylo nespokojených a 4 hudebně pohybovou výchovu vůbec neabsolvovaly.

25 absolventek PedF uvádí, že bylo s výukou spokojeno, na 4 fakultách se dle 7 dotázaných věnovala hudebně pohybové výchově přemíra pozornosti, 6 dotázaných bylo s výukou tohoto předmětu nespokojeno a 2 absolventky PedF hudebně pohybovou výchovu na škole vůbec neměly.



Graf č.22: hudebně pohybová výchova

Dějiny jsou nedílnou součástí každého předmětu, tedy i tělesné výchovy. Považuji je za důležité nejen pro Všeobecné povědomí o tomto oboru, ale i proto, že z nich čerpáme zkušenosti a mnohé vysvětlují. Proto mě překvapuje, že 18 absolventek SPgŠ a 11 absolventek PedF uvedlo, že se s dějinami tělesné výchovy během studia nesetkaly. Přitom v osnovách je pedagogické fakulty i Střední pedagogické školy mají. Potvrzuje to i tvrzení dalších absolventek obou škol. 30 z nich uvádí, že na SPgŠ se v době jejich studia věnovali dějinám v dostatečné míře a 20 dotázaných dokonce uvádí, že se jim věnovali více než bylo nutné. Pouze 8 absolventek bylo s výukou dějin nespokojeno. Na pedagogických fakultách je míra nespokojenosti větší. Zmínilo ji 15 dotázaných. Pouze 8 učitelek uvedlo, že byla výuka dostatečná a podle 6 dotázaných jí bylo více, než bylo nutné.

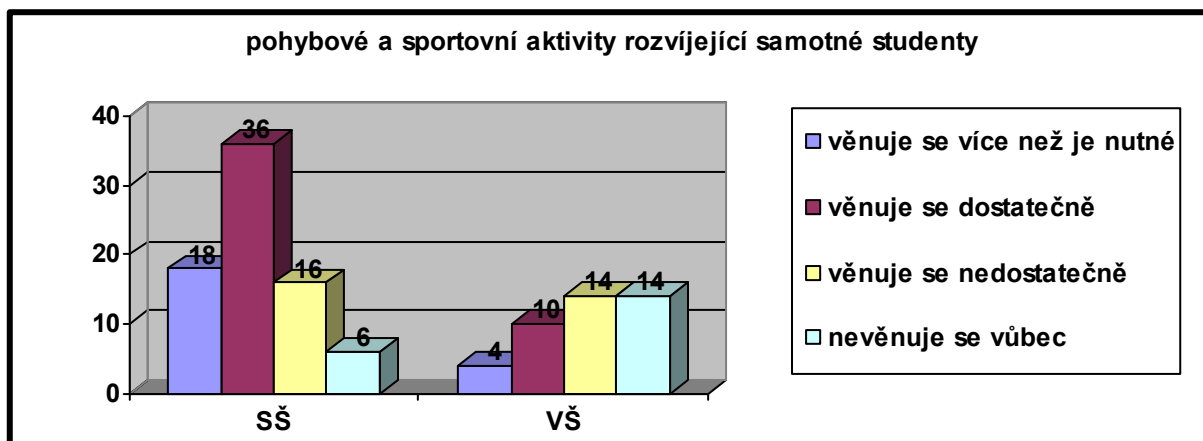


Graf č.23: **dějiny tělesné výchovy**

Na fakultách bývají sportovní aktivity vyšší náročnosti v rámci volitelných předmětů nebo je nabízí vysokoškolské sportovní kluby. Střední pedagogické školy tyto aktivity nabízejí buď v rámci povinné výuky, nebo v rámci středněškolských sportovních klubů či zájmových útvarů. Některé školy sportovní aktivity mimo rámec povinné výuky nenabízejí vůbec. O sport bývá na školách obvykle velký zájem, ale mnohdy studenti nemají možnost nabídku škol využít z různých důvodů. (časových, kapacitních, místních, apod.)

Dle 36 absolventů SPgŠ se těmito aktivitám ve škole věnovali dostatečně. 18 dotázaných tvrdí, že výuky bylo více než dost, naopak 16 dotázaných bylo s množstvím hodin věnovaných sportovním aktivitám nespokojených a dle 6 absolventek SPgŠ neprošli studenti tímto typem výuky vůbec.

Na pedagogických fakultách bylo s výukou spokojeno 10 ze 40 dotázaných studentů. Podle 14 dotázaných bylo těchto činností nedostatek a podle 4 dotázaných jich bylo naopak více než dost. 14 absolventek pedagogických fakult tímto typem výuky vůbec neprošlo.

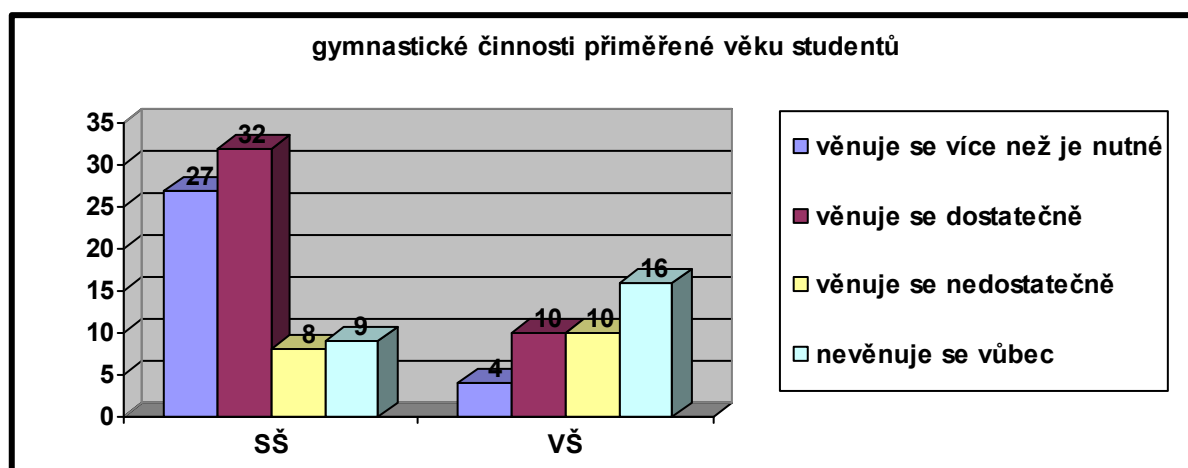


Graf č.24: **pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty (aerobik, volejbal, plavání, apod.)**

Z grafů je na první pohled patrný velký rozdíl mezi fakultami a středními školami. Zatímco na středních školách absolvovali studenti výuku gymnasticky vyšší náročnosti dostatečně nebo zvýšené míře, u pedagogických fakult je tomu naopak. Důvodem je zaměření škol jako takových. Střední školy se totiž zaměřují nejen na přípravu pro jejich budoucí povolání tak na rozvoj samotných studentů a to v rámci povinné výuky. Naopak fakulty se zaměřují výhradně na přípravu budoucí profese a osobní rozvoj studentů nechávají na nich.

Za dostatečnou považuje výuku gymnastických činností vyšší náročnosti 32 dotázaných a dle 27 dotázaných se jí věnovali dokonce více, než bylo nutné. Pouze 8 dotázaných uvedlo, že bylo s výukou nespokojeno a dle 9 dotázaných ji neabsolvovali vůbec.

4 vysokoškolsky vzdělané učitelky uvedly, že se v rámci jejich výuky na fakultě věnovali gymnastickým činnostem vyšší náročnosti více, než považují za nutné, 10 jich bylo s výukou spokojeno, dalších 10 bylo nespokojených a 16 učitelek uvedlo, že během studia se gymnastickým činnostem vyšší náročnosti vůbec nevěnovali.



Graf č.25: gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost)
Poznámky a postřehy učitelek k otázce č.7.:

Poznámky a postřehy k této otázce mělo jen několik dotázaných učitelek. Rozdělila jsem je podle zaměření do několika skupin. První se vztahuje k době studia, kdy respondentky studovaly. Odkazují se na jinou situaci a neexistenci RVP. Druhá skupina poznámek a postřehů směřuje k porovnávání škol. Třetí se vztahuje k pocitům ze studia. Tu považuji pro tuto práci za nejpřínosnější. Respondentky v ní reagují na náplň výuky, podmínky praxe a přijímací řízení. Do čtvrté skupiny odpovědí jsem zařadila ostatní poznámky a postřehy.

1) vztahující se k době studia

- „V době kdy jsem studovala se kladl největší důraz na komunistickou výchovu a kodex socialismu.“ „SŠ sem studovala v roce 1980, tak byla jiná situace, teď je to

třeba jiné.“ „Asi to, že za mých studií nebyla TV v souladu s RVP, RVP nebyl.“ „RVP neexistoval, pouze vzdělávací plány.“ „Maturovala jsem 1985, vše bylo jinak.“

2) vztahující se porovnávání škol

- „Zjistila jsem, že už si ze střední moc nepamatuji, co jsme dělali. A hrozně se mi to slévá s vysokou, ale přijde mi, že didaktických věcí jsme dělali na střední (kromě praxe jako takové) hrozně málo a teď na vejšce (v pozdějších ročnících) podstatně víc, ale možná se pletu.“ „Na SŠ se TV věnovala na rozvoj samostatných studentů než dětí, na VŠ tomu bylo naopak.“

3) vztahující se k pocitům ze studia

- „V době mého studia byla nesmyslně vyžadována zkouška z plavání (+ skoky do vody) v mém případě v 7. měsíci těhotenství v případě nesplnění bych nebyla připuštěna k maturitě.“ „Za 3 roky na VŠ jsem měla TV jen ve formě pohybové dovednosti dětí, chybělo mi zaměření na studenty, dospělé, prostě cvičení, sport pro mě. Víím, že na jiných fakultách je TV povinným předmětem, alespoň několik semestrů, tak proč ne tady?!?“ „Praxe probíhají často v ideálních podmínkách, realita v MŠ bývá pro realizaci TV jiná – prostor, pomůcky, znalosti a schopnosti dětí.“ „Nepovažuji za nutné pořád dokola vykonávat přijímací zkoušky talentové na VŠ.“ „Kombinované studium na VŠ se TV věnovala jen okrajová pozornost, denní program VŠ má výuku propracovanější a hlubší.“

4) ostatní

- „Mám instruktorský kurz lyžování ve 3 ročníku.“ „VŠ nemohu posoudit, nezvolila jsem ke studiu oblast TV.“ „Nebyla možnost zvolit si specializaci TV.“ „Bodování k VŠ se v podstatě vztahuje k Bc. studiu na UJEP, v navazujícím Mgr. se těmito disciplínám pozornost nevěnuje s výjimkou specializace TV.“ „Na SPgŠ byla velmi vysoká úroveň požadavků na studenta v oblasti TV, díky výuce plavání na SPgŠ jsem se naučila výborně plavat.“

Otázka č.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)

Na tuto otázku ne všichni odpověděli. Předpokládám tedy, že některé respondenty neměly potřebu se k této otázce nějak vyjadřovat. Odpovědi ostatních dotázaných jsem opět shrnula do několika skupin dle konkrétní problematiky. Některé odpovědi zahrnují více skupin. Zároveň uvádím v závorce za každou odpovědí o jakého absolventa se jedná, zda ze střední pedagogické školy (SŠ) nebo pedagogické fakulty (VŠ)

Učitelky by nejvíce ocenily, kdyby se na školách věnovalo více pozornosti: Konkrétním radám, jak pracovat s velkou skupinou dětí, hyperaktivními dětmi. Jak přizpůsobit práci s velkým počtem dětí malým prostorům školy. Konkrétním cvikům, hrám, zdravotnímu cvičení. Radám jak pracovat s dětmi v různém věku. Dopomoci a záchraně při cvičení, bezpečnosti dětí i v závislosti na jejich počtu, zdravotnímu cvičení apod. Didaktika TV, metodice nácviku konkrétních činností. Uvítaly by více praxe, neslechových, cvičných a rozborových hodin. Rady jak pracovat s motivací, pomůckami, náradím a náčiním a s RVP.

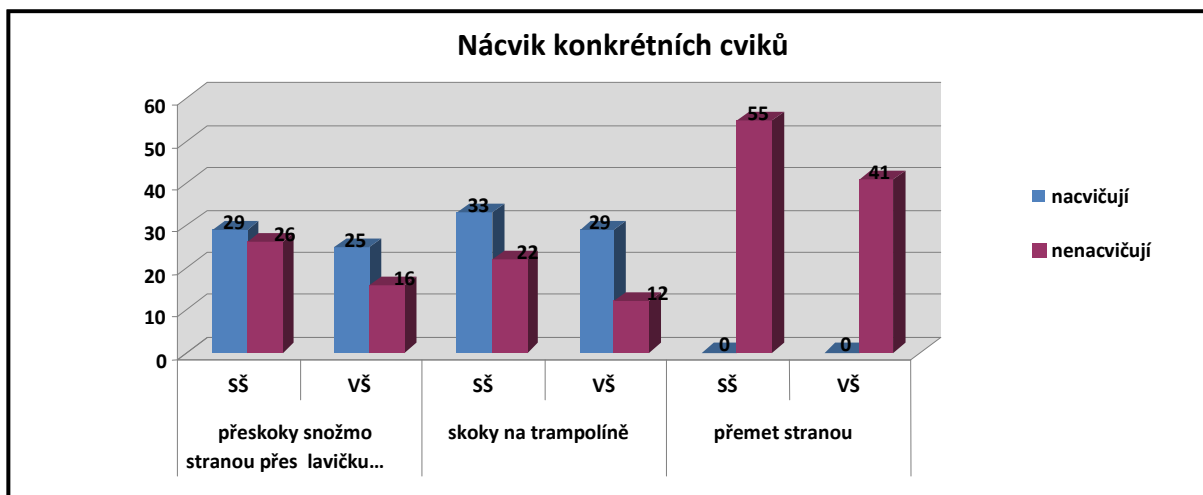
Jednotlivé odpovědi uvádím v příloze B

V následujícím bloku otázek se věnuji práci učitelek v mateřské škole. Zaměřuji se v nich na gymnastické prvky a zjišťuji, jak své vědomosti a dovednosti z této oblasti aplikují v praxi. Konkrétně se zabývám metodami nácviku jednotlivých prvků, zajišťováním dopomoci a záchrany, nejčastějšími mýty o cvičení dětí apod.

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

V této otázce jsem odpovědi záměrně rozdělila dle absolvovaného vzdělání, abych zjistila, zda má studium daného typu školy vliv na vnímání daných cviků.

Z grafu vyplývá, že rozdíl mezi názory absolventů středních škol a fakult není téměř žádný. Nácvik přeskoků snožmo stranou přes švédskou lavičku s oporou o ruce provádí v mateřské škole většina učitelek bez rozdílu absolvované školy. Taktéž je to i se skoky na trampolíně. Jednotlivé důvody, proč některé učitelky tyto cviky s dětmi nedělají, uvádím v tabulce 7. Přemet stranou se dětmi v mateřské škole nenacvičuje. Shodlo se na tom všech 91 dotázaných.



Graf č.26 **nácvik konkrétních cviků**

Dále mě zajímalo, jak učitelky poskytují nebo by u těchto cviků poskytovaly dopomoc. Přestože jsem požadovala uvedení dopomoci v obou případech, tedy nezávisle na tom, zda zakroužkovaly odpověď ANO či NE, uváděly téměř všechny dotázané dopomoc pouze v případě, pokud jejich odpověď byla ano. Velká část respondentek způsob dopomoci nevedla vůbec.

Jednotlivé výpovědi jsem rozdělila do dvou základních skupin a to na vhodný a nevhodný způsob dopomoci. Třetí část odpovědí zahrnuje zbylé odpovědi, které se neváží ke konkrétnímu popisu dopomoci. Vzhledem k podobnosti odpovědí uvádím vždy jen pár příkladů za všechny. Ke každé odpovědi navíc uvádím, zda se jedná o absolventku střední či vysoké školy.

Poskytnutí dopomoci při nácviku přeskočků snožmo stranou přes (švédskou) lavičku s oporou o ruce:

Vhodný způsob dopomoci:

- „Přidržuji za boky.“ (SŠ) „Přidržuji pánev, aby nezakoplo.“ (SŠ) „Držením lavičky, popř. držením za pas s nadlehčením.“ (SŠ) „Z boku, za pas.“ (SŠ) „Přizvednutí za hýždě či boky.“ (VŠ)

Nevhodný způsob dopomoci:

- „Přidržování ruky.“ (SŠ) „Přidržování zadečku.“ (SŠ) „Ano, máme malou kozu, přidržuji dítě za ruku.“ (SŠ) „Zajištění cvičebního nářadí proti pohybu.“ (SŠ) „Postrčení nohou dopředu, držíme v zadu obě nohy, dítě se drží rukama a my jim nohy pomalu dáváme dopředu.“ (SŠ) „Držením dítěte za loketní část, jedno dítě na nářadí.“ (SŠ)

„Bezprostřední blízkost učitelky.“ (SŠ) „Žíněnka, pokud je třeba držím za ruku, pokud to vyžaduje.“ (VŠ) „Dopomoc při úchopu lavičky, odrazy z měkké podložky (žíněnky), provádí pouze děti schopné dostatečného odrazu, udržení paží.“ (VŠ) „Držím ruce u ramen dětí pro případ zachycení.“ (VŠ) „Dohled a blízkost u dítěte, případně zachytit.“ (VŠ) „Za pas.“ (VŠ) „Zpevnění jedné ruky dítěte u zápěstí a na pažní kosti.“ (VŠ) „Zepředu za obě ruce dítěte.“ (VŠ)

Ostatní výpovědi:

- „Využívám jen přeskok přes lano a záchranu nedávám, jen poučím a předvedu.“ (SŠ) „Přidržováním dítěte.“ (SŠ) „Zvládne ztěž 5-6leté dítě.“ (SŠ) „Pouze přes lano, protože: lavička – hrozí úraz.“ (SŠ) „Dětem jsem cvik předvedla, nyní dopomoc vůbec nepotřebují a nikdy jsem ji neviděla, ani nevím, jak by se měla dělat, asi ze strany lavičky.“ (VŠ) „Základem je dítěti cvik předvést a vysvětlit správnost cviku.“ (VŠ) „Není třeba.“ (VŠ) „Neděláme.“ (VŠ) „Individuelně podle potřeb dítěte.“ (VŠ)

Z výpovědí můžeme poznat, že většina učitelek si s dopomocí u tohoto cviku neví rady. Mezi nejčastější odpovědi totiž patří přidržování za ruce, což dítěti vůbec nepomůže, naopak to pohyb ještě komplikuje. Za správný způsob dopomoci považují přidržování dítěte za boky, čímž můžeme korigovat jeho pohyb. Takto odpovídají pouze 4 respondentky, z toho 3 pouze středoškolsky vzdělané. Část respondentek dále uvádí, že dopomoc vůbec není potřeba, jelikož děti tento cvik zvládají bez problémů. V tomto případě si nejsem jistá, zda si při vyplňování dotazníku byly vědomi, že se jedná o pouze o nácvik, nikoliv o jeho běžné zařazování do cvičební jednotky, kdy už děti cvik umí. Opakem je přístup učitelek, které tento cvik neprování z důvodu možného úrazu dítěte. Argumentují tím, že švédská lavička je pro děti příliš vysokou překážkou a nahrazují ji lanem. V tom případě se ale mění celá charakteristika cviku.

Poskytnutí dopomoci při skocích na trampolíně:

Vhodný způsob dopomoci:

- „Přidržuji dítě obouručně, dítě má položené paže (od loktů) na mých rukách.“ (SŠ) „Dle zdatnosti dítěte – přidržování za obě či jednu ruku (předloktí), učitelka tvoří pevnou oporu pro odrazy.“ (SŠ) „Čelem k dítěti, dát mu oporu rukou – pokrčené ruce, dlaně nahoru, dítě se může odrazit, přidržet, lehce dotýkat.“ (VŠ) „Přidržováním za předloktí, domluvený signál pro seskok.“ (VŠ)

Nejasný způsob dopomoci:

- „Jen v OVČ, držení za ruce.“ (SŠ) „Přidržen za jednu ruku.“ (SŠ) „Podáním ruky.“ (SŠ)
„V okolí žíněnky, pozor na předměty v okolí, drží za ruce.“ (SŠ) „1 nebo obě ruce držíme.“ (SŠ) „Seskok na žíněnku, držíme za jednu nebo obě ruce.“ (VŠ) „Pouze dozor, bez pomoci, popř. za ruku.“ (VŠ) „Přidržením za paži, hlavně při doskoku.“ (VŠ)

Ostatní výpovědi:

- „S dopomocí.“ (SŠ) „Správné držení těla a dobrá prostorová orientace.“ (SŠ) „Děti skáčí jednotlivě.“ (SŠ) „1 dítě.“ (SŠ) „Bezprostřední blízkost učitelky.“ (SŠ)

Z výpovědí je patrné, že ani u tohoto cviku si učitelky nejsou jisté, jak dopomoc poskytnout. Správně by ji provedly pouze čtyři respondentky. V tomto rozdělení odpovědí jsem termín „nevhodný způsob dopomoci“ nahradila termínem „nejasný způsob dopomoci“. Zařadila jsem sem způsob dopomocí držení za obě ruce či paže. Respondentky se v tomto případě totiž nevyjádřily dost jasně (přestože jsem je v dotazníku žádala o upřesnění). Nemůžeme tak říci, zda by dopomoc poskytl dobře či nikoliv.

Poskytnutí dopomoci při přemetu stranou:

Vhodný způsob dopomoci:

- „Přidržení, úchop za boky.“ (VŠ) „Za boky.“ (VŠ)

Nevhodný způsob dopomoci:

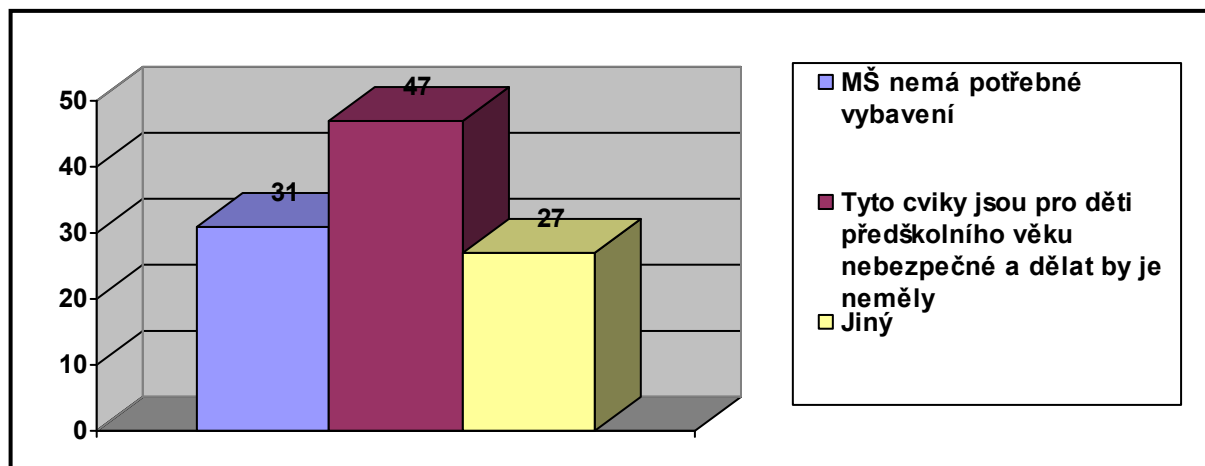
- „Chycením lýtek a pomalu pouštěním dolu.“ (SŠ) „Asi bych dala ruce do pasu dítěte, které by bylo ke mně zády, ale nevím, nikdy jsem to nezkoušela.“ (SŠ) „Za pas.“ (VŠ)
„Oběma rukama v pase dítěte.“ (VŠ)

Ostatní výpovědi:

- „Necvičím, nevhodné.“ (SŠ) „Pro předškolní věk nebezpečné.“ (SŠ) „Myslím, že není vhodné pro děti 3-6 leté.“ (SŠ) „Tak malé děti by to nezvládly.“ (SŠ) „Nebezpečné pro děti v MŠ, nedostatečná průprava.“ (SŠ) „Na zahradě děti zkoušejí samy.“ (SŠ)
„Nevím.“ (VŠ) „Neprováděla bych.“ (VŠ) „Bezprostřední blízkost učitelky.“ (VŠ)

Na tuto část otázky odpovídaly respondentky nejméně. Většinou však namítaly, že je cvik nevhodný, těžký nebo že neví, jak by dopomoc poskytl. Pouze sedm učitelek napsalo, jak by při nácviku přemetu stranou prováděly dopomoc. Dvě z nich (absolventky VŠ) uvedly „přidržením za boky“, což považují za správnou odpověď.

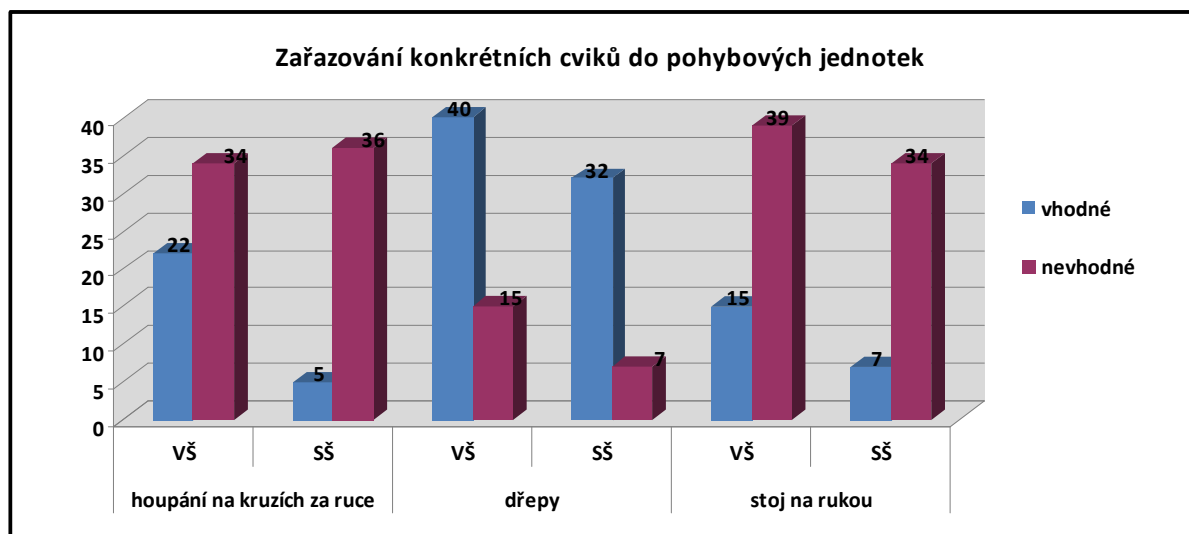
Podotázka k otázce Č.9. Pokud některé z těchto cviků neděláte, co je důvodem?



Graf č.27 důvody k nezařazení výše zmiňovaných cviků

V této podotázce mohly respondentky zakroužkovat více odpovědí. Některé respondentky nevedly žádnou odpověď. Nejčastějším důvodem byla nevhodnost cviků pro děti předškolního věku. S touto odpovědí souhlasilo 47 dotázaných. 31 Učitelek uvedlo, že MŠ nemá pro dané cviky potřebné vybavení. 27 učitelek uvádělo jiné důvody. Častým důvodem byl nízký věk dětí, s kterými pracují a to 3-4 leté děti. Dále zmiňovaly bezpečnost a zdraví dětí, velký počet dětí ve třídě, nevhodné prostory, náročnost cviků vzhledem k věku dětí, neznalost způsobu jak děti tyto cviky učit. Některé učitelky si nemyslí, že je nutné tyto cviky děti učit a raději učivo přenechají učitelkám prvního stupně, jiné mají zase špatnou zkušenost s prováděním těchto cviků nebo se bojí to s dětmi zkusit. Některé se odkazují na nešikovnost dětí, nebo svoji vlastní.

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



Graf č.28 zařazování konkrétních cviků do pohybových jednotek

V této otázce některé učitelky zakroužkovaly obě varianty a některé se nevyjádřily vůbec. Z grafu vyplývá, že většina učitelek by houpání na kruzích do cvičební jednotky nezařazovala. Zatím co u absolventek bakalářského studia není rozdíl tak patrný, absolventky středních škol jsou o nevhodnosti tohoto cviku přesvědčeny téměř všechny. Důvodem odmítání tohoto cviku je především fakt, že dětské klouby ještě nejsou zcela osifikovány. Naopak důvody, proč houpání na kruzích zařadit byl ve většině případů posílení svalstva a koordinace těla.

Dřepy by většina dotázaných do pohybové jednotky zařadila. Odpověď ANO označilo 40 vysokoškolsky a 32 středoškolsky vystudovaných učitelek. Argumentem, proč tento cvik s dětmi cvičit bylo nejčastěji posílení svalstva dolních končetin a procvičení rovnováhy. Naopak proti se vyjádřilo 15 absolventek VŠ a 7 absolventek SŠ, které tvrdí, že dřepy jsou velkou zátěží pro kolena a mohou se tím poškodit.

Posledním cvikem byl stoj na rukou. Většina dotázaných se vyjádřila proti zařazování tohoto prvku do cvičební jednotky a to z důvodů jeho velké náročnosti. Dle většiny učitelek je prvek nebezpečný a tím pro děti nevhodný. Pro zařazování tohoto prvku do cvičebních jednotek se vyjádřilo 7 absolventek SŠ a 15 absolventek VŠ, které tvrdí, že prvek je vhodný pro získávání rovnováhy, posílení a zpevnění svalstva celého těla, rozvoj síly a překonání sama sebe a strachu z činnosti.

Konkrétní odpovědi respondentek uvádím v příloze C

Otázka č.11 Jak s dětmi nacvičujete (nebo byste nacvičovala) kotoul vpřed? (včetně Všech průpravných cvičení, záchran, dopomoci - pokud je děláte)

K této otázce se některé respondenty nevyjádřily. Přesto získané odpovědi vypovídají o různorodé situaci v mateřských školách. Přibližně třetina dotázaných by si s nácvikem kotoulu vpřed poradila celkem obstojně. Je schopna zařadit přípravné i průpravné cviky, zajistit dopomoc i záchranu. Popisy nácviku sice ve většině případů nejsou zcela přesné, ale naznačují, že tyto učitelky mají o dané problematice dostačující přehled. Druhé třetině činí nácvik i příprava toho cviku obtíže. Dělalí většinou dvě základní chyby a to dopomoc dítěti za špatnou část těla a špatný základní postoj dítěte. Třetí skupina se k tomuto cviku staví odmítavě nejčastěji z bezpečnostních důvodů. Pravděpodobně nevědí, jak děti tento cvik naučit a proto jej raději neučí vůbec, aby dětem samy neublížily nebo jej považují za příliš nebezpečný za jakýchkoliv okolností.

Konkrétní odpovědi jsem shrnula do několika skupin podle podobnosti a uvádím je v příloze D

Do první skupiny řadím způsob nácviku, kdy dítě zaujme stoj mírně rozkročný, následuje předklon, ruce na podložku, brada na hrudník. Učitelka dává dopomoc přidržením temene hlavy pro dodržení předklonu a tlakem do hýždí, kdy pomáhá dítěti v rotaci. V některých popisech však chybí přípravná cvičení (kolíčky, zpevňovací a posilovací cvičení apod.)

Do druhé skupiny zařazují popisy nácviku kotoulu, kde jej učitelka pravděpodobně myslí dobře, ale neumí tento cvik popsat.

Do třetí skupiny řadím nácvik kotoulu pomocí nakloněné roviny. V některých případech uvádějí učitelky i průpravné a přípravné cviky, dopomoc a záchranu, popis však není konkrétní, nevypovídá tudíž o činnosti obou aktérů (dítěte, učitelky) nebo je popis nesprávný. Častou chybou, které učitelky v tomto případě dělají, je dopomoc dítěti přidržením zápěstí, což pohyb spíše komplikuje.

Čtvrtou skupinu tvoří správný, ale ne úplný popis nácviku kotoulu. Chybí zde základní informace o poskytování dopomoci, postoji dítěte nebo průpravná cvičení.

Pátou skupinu tvoří ne příliš vhodný způsob nácviku. Výchozí pozice dítěte bývá ze dřepu, což je náročnější než z mírného podřepu, kdy se dítě soustředí na sbalení hlavy a zpevnění paží a nemusí se ještě zaměřovat na odraz, protože se skulí vlastní vahou. Další chybou je dopomoc učitelky. Držení za záda, jak některé učitelky uvádějí není dítěti v pohybu nepomůže. U těchto cviků je důležitá práce s těžištěm. Vhodnou dopomocí k rotaci dítěte je

mírný tlak do hýždí. Pro správnou polohu a zabezpečení hlavy položíme druhou ruku na její temeno.

Do poslední skupiny řadím popisy, které nevypovídají o způsobu nácviku kotoulu vpřed a případy, kdy kotoul vpřed vůbec nedělají z bezpečnostních či jiných důvodů.

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

K této, stejně jako k předchozí otázce se některé respondentky nevyjádřily. Odpovědi se dají opět shrnout do několika skupin.

První skupinu tvoří názory učitelek, že děti válí sudy hned, prakticky samy a bez pomoci. Učí se mu pouhým pozorováním ostatních dětí. Žádné „speciální“ nacvičování pod vedením učitelky nepotřebují. To je pravda, většinou dětem převalování problém nedělá. Jenomže samotné převalování není gymnastickým prvkem. Aby ono převalování mělo smysl, posilovalo obratnost a sílu jedince, musí se děti především naučit zpevnit tělo a koordinovat pohyb záměrně. A k tomu potřebují vedení učitelky.

Do druhé skupiny řadím nácvik pomocí mírného svahu, různých pomocných předmětů a to pouze se slovní instrukcí. Pokud nějaký kontakt učitelka s dítětem má, je v době, kdy mu pomáhá natáhnout končetiny. Zbytek koriguje slovně. V tomto případě s dětmi učitelka nemanipuluje nebo manipuluje minimálně, využívá pouze slovní instrukce nebo výhody terénu – mírný svah, či pomůcek. Cvičení je bez přípravných a průpravných cviků. Základní chybou je, pokud si učitelky myslí, že podstata cviku tkví v natažených končetinách a vychýlení ze směru točení připisují jejich skrčení. Natažené končetiny jsou sice potřeba, pravdou však většinou bývá, že změnu směru způsobí nesouměrné zpevnění svalstva.

Do třetí skupiny řadím nácvik pomocí konkrétních her. Hry jsou pro děti vhodnou motivací a zapojit je určitě není na škodu. Nesmíme však zapomínat na zásady a pravidla válení, bez kterých by toto cvičení ztrácelo tělovýchovný smysl.

Čtvrtou skupinu tvoří nácvik válení sudů ne zrovna vhodným způsobem. Přesto už je zde vidět snaha o zpevnění těla, přípravné nebo průpravné cviky, apod. První chybou, kterou učitelky dělají, je přebírání pohybu za dítě. V tomto případě je dítě pasivní a učitelka s ním manipuluje. Druhou chybou je dopomoc držením za končetiny. To, že učitelka drží dítě za ruce nebo nohy dítěti nepomůže v otáčení, s kterým může mít problém, pokud se bude snažit propnout končetiny a zpevnit břišní a hýžd'ové svalstvo. V takové případě je lepší pomoci tlakem v oblasti boků.

Do páté skupiny jsem zařadila popisy nácvičku obsahující pouze fakt, že se má dítě otáčet, ale nikde už není zmíněn způsob dopomoci učitelky, předcházející cvičení apod. Z tohoto popisu se mnoho nedovíme a tak nemůžeme ani určit, jaké znalosti o tomto cvičení dotazovaná učitelka má.

Šestou skupinu tvoří vhodné způsoby nacvičování válení sudů. U některých však chybí konkrétnější popis celého nácvičku. Přesto můžeme předpokládat, že učitelka bude dbát na správné držení těla, zpevňovací cvičení, bude umět dát pomoc a vhodné slovní instrukce.

Do poslední, sedmé skupiny řadím popisy, které nevyprávějí o způsobu nácvičku válení sudů a případy, kdy válení sudů vůbec nedělají z prostorových či jiných důvodů.

Jednotlivé odpovědi uvádím v příloze E

12. Diskuze

V současné době poskytuje pedagogické vzdělání učitelkám mateřských škol 30 středních pedagogických škol a 8 pedagogických fakult. Tělesná výchova se vyučuje na všech oslovených školách i fakultách.

Na středních pedagogických školách probíhá tělesná výchova v rámci dvou nebo tří předmětů: Tělesná výchova, Metodika (nebo didaktika) tělesné výchovy (tyto předměty bývají někde sloučeny v jeden) a povinně volitelný předmět Specializace TV, někdy také nazývaný Seminář TV. Náplň předmětů je značně rozsáhlá. Zahrnuje gymnastiku, atletiku, míčové hry, sezónní činnosti apod. Záleží pouze na vyučujícím, jak konkrétní činnosti v předmětu rozvrhne, aby splnil dané osnovy. Všechny školy se věnují výuce tělesné výchovy s metodikou celé 4 roky a to 2-3 hodiny týdně. Specializace se vyučuje poslední rok či dva zpravidla 2 hodiny týdně. Dá se říci, že tělesné výchově je na všech středních pedagogických školách věnováno přibližně stejné množství času. Na pedagogických fakultách najdeme větší rozdíly. Například na pedagogické fakultě v Praze nebo v Brně si studenti volí předměty tělesné výchovy v každém semestru během celého studia, oproti tomu na fakultě v Českých Budějovicích plní studenti pouze v jednom semestru dovednostní minimum výchovných předmětů, jehož součástí je i tělesná výchova a více se touto oblastí nezabývají.

Na fakultách jsou předměty tělesné výchovy mnohem více specifikovány dle konkrétního obsahu hodin: hudebně-pohybové hry, psychomotorika, didaktika základní gymnastiky, didaktika zdravotní TV apod. Konkrétní náplň je tedy zřejmá již z názvu a rozčleněna do tématických bloků, za které jsou studenti zvlášť hodnoceni.

Rozdíly najdeme i u možnosti volby specializace TV. Střední pedagogické školy dávají studentům možnost zvolit si předmět tzv. Specializaci ve třetím či čtvrtém ročníku a na konci studia z něj složit závěrečnou (maturitní) zkoušku. Zpravidla si studenti volí mezi hudební, výtvarnou a tělesnou výchovou. Někdy bývá v nabídce i dramatická výchova. Učivo, které se vyučuje v rámci předmětu Specializace TV, není pro všechny studenty, ale jen pro ty, co si tuto specializaci zvolí jako maturitní předmět. Na pedagogických fakultách si studenti volí specializaci zpravidla na začátku studia, tedy v prvním ročníku. Možnost zvolit si tělesnou výchovu však nenabízí všechny fakulty. Místo klasické nabídky tělesné, výtvarné, hudební a dramatické výchovy, která je typická pro střední školy a kterou najdeme například i na Pedagogické fakultě v Praze, nabízí například Pedagogická fakulta v Českých Budějovicích předměty: Řízení školy a management, Estetická výchova a Speciální pedagogika. V oblasti tělesné výchovy požaduje pouze splnění dovednostního minima. Pedagogická fakulta v Plzni také nemá specializaci TV, nicméně možnost složit státní

závěrečnou zkoušku z tohoto předmětu lze. Přípravou na ni jsou běžné hodiny tělesné výchovy v rámci povinných a povinně volitelných předmětů. Ostravská univerzita nebo univerzita v Olomouci nenabízí specializaci žádného předmětu. Otevření specializace je na obou stupních škol obvykle podmíněno dostatečným počtem studentů. Pokud se předmět dostatečně nenaplní, je pro daný rok zrušen. Možnost přestupu během studia není zpravidla možná.

Osnovy na středních pedagogických školách jsou zastřešovány Rámcovým vzdělávacím programem, tudíž je jejich obsah velmi podobný. Na pedagogických fakultách je vytváření studijního plánu tělesné výchovy značně volnější, protože jeho obsah nepodléhá žádnému zastřešujícímu dokumentu. Za jeho kvalitu nese odpovědnost realizační tým včele s garantem. Proto se pojetí jednotlivých fakult liší více, než pojetí středních škol.

Podíváme-li se na osnovy a studijní programy jednotlivých škol z hlediska zkoumaných oblastí (viz. tabulka č.1 na str.44), zjistíme, že školy ve svých programech některé oblasti neuvádí. V osnovách SPgŠ Litoměřice není 5 z 16 zkoumaných oblastí, u SPgŠ Brno nejsou 4 z 16 zkoumaných oblastí, u ostatních SPgŠ chybí dvě nebo jedna zkoumaná oblast. Na většině škol se jedná o oblast zahrnující náslechy v mateřských školách, kdy studenti v praxi vidí práci učitelky s dětmi, a mohou pak se svým vyučujícím rozebrat konkrétní situace, které pozorovali. Další chybějící oblasti jsou ve třech případech dějiny tělesné výchovy a práce s Rámcovým vzdělávacím programem, ve dvou případech teorie a didaktika lyžování. Ostatní vybrané oblasti jsou v programech jednotlivých pedagogických škol zmíněny. U pedagogických fakult je chybějících oblastí více. V sylabech plzeňské fakulty chybí 7 z 16 zkoumaných oblastí, fakultě v Brně a Ostravě 4 z 16 zkoumaných oblastí a fakultě v Hradci Králové 3 z 16 zkoumaných oblastí. V ostatních fakultách se jedná o 2 zkoumané oblasti. Pouze fakulta v Praze uvádí všechny zmiňované oblasti. Stejně jako na středních pedagogických školách se nečastěji jedná o oblast dějin tělesné výchovy a náslechy v mateřských školách (ve čtyřech případech), dále pak ve třech případech způsob poskytnutí dopomoci nebo záchrany při cvičení s dětmi a ve dvou případech to jsou oblasti zajišťování bezpečnosti při cvičení s dětmi, cvičné vedení hodin samotnými studenty, teorie a didaktika lyžování a gymnastické činnosti přiměřené věku studentů. V sylabech plzeňské fakulty pak chybí ještě další tři oblasti a to práce s RVP, teorie a didaktika plavání a konkrétní hry a činnosti s dětmi venku.

Gymnastika, která nás v této práci zajímá nejvíce, se dle vzdělávacích programů vyučuje na obou typech škol. Na středních školách je součástí všech tří předmětů, na fakultách jsou jí věnovány samostatné předměty (např. gymnastika (UHK), gymnastické činnosti (OSU) dovednostní minimum z gymnastiky (UJEP), didaktika základní gymnastiky

(UJEP), pohybové dovednosti dětí III. (UK) apod.) Na fakultách se gymnastickým činnostem věnují celý semestr, v kterém předmět probíhá. Na středních školách je gymnastickým činnostem vymezen určitý počet hodin za studium, který je dán školním vzdělávacím programem. Nicméně velký vliv na to, kolik času se gymnastickým činnostem opravdu věnuje, má především kantor.

Po zjištění, jak vypadá současné vzdělávání v oblasti tělesné výchovy učitelk mateřských škol mě zajímalo, jak se na období svého studia dívají samy učitelky mateřských škol. Z vyplněných dotazníků vyplynulo, že většina absolventek považuje kvalitu výuky na škole, kterou absolvovala za střední až vysokou. Znamená to tedy, že na obou stupních vzdělávání je kvalita výuky pro studenty uspokojivá a to i přesto, že byly zjištěny jisté nedostatky, které vyplývají jak z konkrétních odpovědí na otázku č.7, tak z rozboru jednotlivých školních vzdělávacích programů. Nejvíce spokojené byly studentky SPgŠ Přerov, SPgŠ Krnov, SPgŠ Čáslav a SPgŠ Nový Jičín. Dle jejich odpovědí byly jednotlivé oblasti tělesné výchovy dostatečně probrány (s jednou či dvěma výjimkami). Naopak nejméně spokojené byly studentky SPgŠ Praha, SPgŠ Ostrava, SPgŠ Karlovy Vary a SPgŠ Zlín, jejichž většina odpovědí vyjadřovala neuspokojivé probrání jednotlivých oblastí TV (jednalo se o osm a více nedostatečně probraných oblastí). Absolventky pedagogických fakult byly více kritické. Z šesti fakult, jejichž absolventky vyplnily dotazník dopadla nejlépe PedF v Ústí na Labem, kde byly nedostatečně probrány pouze tři oblasti, nejhůř pak PedF v Ostravě, kde dle dotázaných byly nedostatečně probrány téměř všechny oblasti. Velmi podobně, i když nepatrně lépe na tom je i PedF v Praze a v Českých Budějovicích.

Oblasti, které studentky označily za nejméně probrané či vůbec neprobrané jsou na obou stupních škol (SPgŠ i PedF):

- Práce s RVP
- Současné problémy pohybového rozvoje dětí
- Konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky
- Teorie a didaktika plavání
- Teorie a didaktika lyžování

Na vysokých školách jsou to ještě další oblasti a to:

- Návštěvy v mateřských školách (pozorování tělovýchovného procesu)
- Pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty
- Gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost)

Vrátíme-li se zpět k osnovám jednotlivých škol a porovnáme chybějící oblasti s výsledky z dotazníků, zjistíme, že se částečně liší. Může to být z několika důvodů. Zaprvé absolventi hodnotí úroveň vzdělávání s odstupem a nemusí si již některé věci pamatovat.

Zadruhé během času dochází ke změnám ve školních vzdělávacích programech. A za třetí, důležitým prvkem v procesu vzdělávání je kantor, který má velký vliv na to, co studentům opravdu předá.

Nejlepšího hodnocení dosáhly oblasti Hudebně pohybová výchova a Tělesný vývoj dítěte předškolního věku. Tyto oblasti mohly dopadnout dobře i z důvodu, že jsou součástí také jiných předmětů (konkrétně hudební výchovy, psychologie a pedagogiky).

Zahrnutí oblasti Práce s RVP do výuky je narozdíl od ostatních oblastí podmíněná vznikem rámcového vzdělávacího programu. Učitelky se s ním mohly na školách setkat od r.2004. Na to se často starší učitelky odvolávaly. Bohužel mladší učitelky, převážně absolventky středních škol, často označovaly tuto problematiku za nedostatečně probranou.

Teorii a didaktiku plavání a lyžování považují ve vzdělávání učitelek mateřských škol spíše za nadstandardní. A to vzhledem k tomu, že v praxi bývá běžné, že se děti ujímá instruktor. V málokterých školkách učí děti tyto činnosti sama učitelka. Možná proto některé pedagogické školy (např.SPgŠ Brno, PedF Plzeň atd.) jednu nebo obě tyto oblasti TV v nabídce nemají, a tudíž je absolventky označily za nedostatečně probrané či neprobrané.

Oblasti Pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty a Gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost), které jsou na středních pedagogických školách většinou zcela běžné, se na vysokých školách vytrácí. Tyto aktivity bývají sice na školách studentům umožňovány, ale většinou v rámci vysokoškolských klubů či volitelných předmětů, které studentům nemusí vyhovovat z různých důvodů (předměty se kryjí, nízká kapacita studentů, konají se ve večerních hodinách apod.). Studenti se tak nemohou sami zdokonalovat a udržovat v kondici v rámci studia. Což je nepochopitelné jednak z důvodu toho, že má učitelka jít dětem příkladem, být fit a v kondici a jednak vzhledem k tomu, že většina škol požaduje v rámci přijímacího řízení talentové zkoušky z tělesné výchovy, které ztrácejí smysl v momentě, kdy nejsou studenti v pohybových aktivitách dále podporováni. Podobně to cítí i některé respondentky, které se k této problematice vyjádřily. (viz. poznámky a postřehy učitelek k otázce č.7. str.72-73)

Přestože v osnovách obou stupňů škol jsou oblasti Současné problémy pohybového rozvoje dětí a Jak realizovat zdravotní kompenzační cvičení s dětmi zahrnuty, přes polovinu absolventek SPgŠ a polovina absolventek PedF je označilo za neprobranou či probranou nedostatečně. Vzhledem k aktuálnosti této problematiky by se těmto oblastem měla věnovat větší pozornost.

Konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky jsou absolventkami též označeny za nedostatečně probrané. Potvrzují to i výsledky otázek 9. – 12. které se cíleně zaměřují na gymnastické činnosti v mateřských školách (viz. níže).

Oblast Návštěvy v mateřských školách (pozorování tělovýchovného procesu) postrádají více absolventky vysokých škol než středních. Zatímco více než polovina absolventek vysokých škol označila tuto oblast za nedostatečně probranou, což odpovídá i výsledkům z programů jednotlivých škol, převážná většina absolventek Středních škol označila tuto oblast za probranou dostatečně či více než je nutné. Ve vzdělávacích programech jsem sice žádnou zmínku o této oblasti nenašla, ale předpokládám, že může být součástí pedagogické praxe (tudiž spojena spíše s předmětem pedagogika než s tělesnou výchovou). Přesto si myslím, že by měla být i součástí tělesné výchovy a to z důvodů cíleného zaměření se pouze na tuto výchovně vzdělávací složku. Osobně ji považuji za velmi přínosnou, protože tento způsob výuky mě naučil nejvíc. Také je možné, že jsem tuto otázku nepoložila dostatečně přesně, nebo že ji respondentky zcela správně nepochopily. Některé respondentky (převážně absolventky vysokých škol) by uvítaly více praxe, neslechových, cvičných a rozborových hodin (jak uvedly ot. č.8) Rády by se dozvěděly konkrétní rady, jak pracovat s velkou skupinou dětí, nebo jak přizpůsobit cvičení malému prostoru školy. To vše by mohly přímo v mateřských školách pozorovat. Musíme však přihlídnout i k faktu, že spolupráce mezi mateřskými a pedagogickými školami není jednoduchá.

Z výsledků průzkumu také vyšlo, že oblast Dějiny tělesné výchovy, které jsem v osnovách mnoha škol nenašla, označily absolventky za dostatečně probranou. Bohužel většina vyplněných dotazníků byla právě od absolventek škol, kde tato oblast v programu zahrnuta byla. Ty absolventky, které téma označily za nedostatečně probrané či neprobrané, byly právě absolventky škol, v jejichž programech tato oblast opravdu zahrnuta nebyla. Z dalších škol, které zmíněnou oblast v programu postrádají, jsem bohužel žádné výsledky nezískala. Přesto předpokládám, že kdybych výsledky z těchto škol měla, potvrdilo by se, že je této oblasti věnována malá pozornost.

Ostatní oblasti byly dle respondentek víceméně uspokojivě probrány (s drobnými výjimkami).

Když jsem se respondentek prostřednictvím dotazníku ptala, čím by na základě svých poznatků a zkušeností získaných v praxi doplnily výuku tělesné výchovy na pedagogických školách, zmiňovaly činnosti spojené právě s gymnastikou. Znamená to tedy, že si právě v této oblasti často nevědí rady. Problém jim činí nejen velký počet dětí, heterogenní zastoupení tříd a nevyhovující prostory ke cvičení, které souvisejí s bezpečností, ale také konkrétní gymnastické prvky a jejich metodika nácviku, zapojení cvičebních pomůcek, náradí a náčiní do činností, konkrétní hry a všude přítomná motivace. Tím se potvrdil můj předpoklad, že učitelky mateřských škol budou mít nedostatečné informace o výuce gymnastiky v mateřských školách bez ohledu na jejich dosažené vzdělání.

Z množství gymnastických prvků jsem vybrala několik zastupujících, u kterých jsem zjišťovala, zda je učitelky považují za vhodný pro děti předškolního věku či nikoliv a následně mě zajímalo, jak daný prvek nacvičují. Záměrně jsem vybrala takové cviky, o kterých se říká, že jsou pro předškolní věk nevhodné především z hlediska zdravého vývoje dítěte. Zajímalo mě, jak se ke konkrétním cvikům učitelky staví a co je k jejich názoru vede. Druhou skupinou vybraných cviků jsou gymnastické prvky, které se v mateřských školách velmi často vyskytují, a proto mě zajímal především způsob jejich nácviku.

Názory absolventek středních škol se nijak výrazně nelišily od názorů absolventek škol vysokých. Rozdíl nebyl ani v počtu let praxe. Z dotazníků pouze vyplynulo, že respondentky (bez ohledu na dosažený typ vzdělání), které mají k tělesné výchově bližší vztah a v žebříčku popularity činností v mateřské škole ji umístily na první či druhou příčku, byl patrný odbornější popis cviků a hlubší odborné znalosti v této oblasti. Také měly potřebu se k dané problematice podrobněji vyjádřit. Respondentky, které absolvovaly specializaci v TV buď na SPgŠ nebo na PedF, byly nepatrně více kritické, nicméně názorově se lišily stejně jako respondentky, které specializaci v TV neměly. Bohužel nadpoloviční většina neměla v dané problematice ani hlubší vědomosti. Tudíž můj předpoklad, že úroveň vzdělávání v oblasti TV na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách se bude lišit v souvislosti se stupněm dosaženého vzdělání, se nepotvrdil.

Prvním cvikem bylo houpání se na kruzích. To považuje většina učitelek za nebezpečné z důvodu negativního vlivu na kloubní pouzdra paží. Absolventky středních škol jsou o tom přesvědčeny mnohem více než absolventky škol vysokých. Naopak některé absolventky PedF vidí i přínos tohoto cviku v posílení svalstva paží a koordinace těla. Stoj na ruce a dřepy považují učitelky taky za nevhodný pro kloubní pouzdra. Zatímco houpání na kruzích za ruce můžeme považovat za netradiční cvičení, pro které mateřské školy většinou nemají podmínky a které mohou s klidným svědomím přenechat vyššímu stupni vzdělávání a nahradit je jinými efektními cviky, u stoje na ruce nebo dřepů k tomu není důvod. Dřepy se ve většině mateřských škol nacvičují z důvodů posílení svalstva dolních končetin a procvičení rovnováhy, ale stoj na ruce ne. Stoj na ruce považují učitelky za velmi náročný. Do jisté míry mají pravdu. Tento cvik totiž nemůžeme provádět, aniž bychom na něj děti předem nepřipravili. Proto je důležité absolvovat řadu průpravných cvičení po jejichž úspěšném zvládnutí se cvik už nebude zdát tak náročný ani pro dítě, ani pro učitelku. A jak tvrdí některé respondentky, tyto cviky je třeba zařazovat, aby se děti naučily překonávat svůj strach i sami sebe. Podobně jako stoj na ruce je na tom i přemet stranou. Všechny respondentky se shodly že tento gymnastický prvek nenacvičují. Důvody jsou pochopitelné. Nevědí, jak cvik děti naučit nebo pracují s mladšími (3 - 4 letými) dětmi, které by tento cvik dle jejich názoru ještě

nezvládly. Také je často považují za příliš nebezpečný apod. U dopomoci při skocích na trampolíně si zcela nejsem jistá odpověďmi respondentek, protože většina jich nspecifikovala zda se jedná o předloktí nebo jen dlaně. Obě dopomoci jsou sice správně, ale měli by následovat po sobě. Nejprve opora o předloktí, později stačí jen přidržet za jednu či obě dlaně. Přeskoky přes švédskou lavičku jsou nejtypičtějším cvikem, který se v mateřských školách provádí s nevhodnou dopomocí. Stejně tak i kotoul vpřed. I když tomu se na rozdíl od přeskoků přes lavičku věnuje více pozornosti při nacvičování. Je to jeden z mála náročných gymnastických prvků, který se většina učitelek nebojí s dětmi nacvičovat. Najdou se samozřejmě i kritici, kteří tvrdí, že cvik je nevhodný z hlediska poškození krční páteře, lebky, zad a podobně, ale tyto obavy jsou zcela zbytečné rozumíme-li dané problematice, víme-li o možných rizicích a způsobu jejich vzniku a dovedeme-li jim předcházet odpovídající metodikou nácvičku.

Zařazení daného cviku do cvičení záleží na několika faktorech. Prvním z nich je strach učitelky o dítě, aby si neublížilo. Hranice, kdy už je cvik nebezpečný a kdy ještě ne, je u každé učitelky jiná. Druhým faktorem je velikost prostoru. Prostory většiny mateřských škol náročnějšímu cvičení příliš nevyhovují. Místnosti jsou často malé na jakoukoliv rušnější činnost, je v nich mnoho předmětů (hraček, skříněk,...) o které se mohou děti v zápalu hry zranit apod. Třetím faktorem jsou cvičební pomůcky, náčiní a nářadí. Pokud není mateřská škola zásobena potřebným vybavením, nemůže učitelka cvik zařadit ani kdyby chtěla. To se týká převážně finančně náročných nářadí, jako jsou kruhy, švédská bedna nebo žebřiny či prostorově náročných pomůcek a náčiní jako jsou např. gymnastické míče. Čtvrtým faktorem je samotný nácvik gymnastického prvku. Učitelky mnohdy vůbec nevědí, jak daný cvik nacvičit, jaké použít průpravné a přípravné cviky a jak poskytnout dopomoc. Tomuto faktoru by měly pedagogické školy předcházet kvalitní výukou gymnastiky, která je dle respondentek nedostačující. Pátým faktorem je věk dětí. Není důvod odkládat některé cviky na pozdější věk. Prvky gymnastiky jsou různé náročnosti. Postupujeme od nejjednodušších cviků, které jsou průpravou pro cviky náročnější. Důležité je nic neuspěchat a dbát na to, aby se děti naučily cvik správně. Později by špatně naučené pohyby mohly zkomplikovat nácvik těžších cviků.

Jedním z takových průpravných cviků je například „válení sudů“. Důvodem, proč jsem tento cvik zvolila je jeho zdánlivá jednoduchost. Přestože ho většina lidí považuje za jednoduchý, málo kdo jej opravdu provádí správně. Při cvičení si musíme uvědomit, že převalování vyžaduje zpevnění celého těla podobně jako stoj na ruce nebo „svíčka“. Proto se při převalování na koberci často vychylujeme ze směru. V mateřské škole je to často zařazovaný cvik. Děti ho cvičí rády a navíc je zcela bezpečný, což většina učitelek preferuje. Někdy si

však nevědí rady s dopomocí, kterou navíc mnohé považují za zbytečnou. Problematické je tu především to, že se dítě musí soustředit na spoustu věcí najednou. Má se převracet, držet natažené ruce a nohy, zatažený zadeček a břicho, dávat pozor kolem sebe, aby do někoho nevrátilo...to je moc věcí najednou. Proto není divu, když na něco zapomene. Díky dopomoci je nácvik snadnější a dítě se může soustředit jen na tu část, která mu nejde.

O poskytování dopomoci k vybraným prvkům jsme se toho z průzkumu moc nedozvěděli. Respondentky pravděpodobně nevěděly jak ji poskytnout nebo jak způsob dopomoci popsat. A nebo se jim zkrátka nechtělo tolik psát. Přesto je z jejich odpovědí patrné, že si s ní často nevědí rady. Ve školách se této problematice věnovaly jen zřídka a v praxi se naučily dopomáhat různým způsobem podle svého uvážení. Proto mnohdy pomáhají ne příliš vhodně. Předpokládala jsem, že respondentky, které si při studiu zvolily předmět Specializace TV, budou ve většině případů poskytovat dopomoc vhodným způsobem, ale to se vůbec nepotvrdilo.

Mnoho učitelek také považuje poskytování dopomoci za zbytečné. Podle nich děti zvládají cviky sami bez problémů. Samozřejmě nikdo nepochybuje o tom, že ve školkách je spousta šikovných dětí, které se rychle učí. Dopomáhat dítěti, které cvik s přehledem ovládá je naprosto zbytečné. Existují ale i motoricky ne příliš zdatné děti, které potřebují pomoci i s jednoduchým pohybem, aby si nezažilo nějaký špatný návyk. Proto je nutné o dopomoci něco vědět. Navíc cviky, které jsem zvolila nepatří mezi jednoduché. Tedy pokud si při představě cvičební jednotky nepředstavíme pouze cvičení s předškoláky, kteří by už všechny cviky měly zvládat bez problémů. Mluvíme také o tří a čtyřletých dětech, pro které jsou tyto cviky náročnější a většina si při jejich nácviku láme hlavu s tím, jak je provést.

Z odpovědí je patrné, že učitelky mají v této oblasti opravdu nedostatečné znalosti. To, že se některé výše zmiňované prvky ve cvičebních jednotkách vyskytují, napovídá tomu, že jsou pro děti atraktivní, že má školka potřebné vybavení a že se učitelky nebojí (až na některé výjimky) s dětmi cvičit. Bohužel však tápou v metodice nácviku a způsobu dopomoci. V oblastech tělesné výchovy, kterým by se na pedagogických školách mělo věnovat více času a pozornosti.

13. Závěry

Na základě analýzy studijních programů středních pedagogických škol a pedagogických fakult a dotazníkového šetření lze konstatovat, že:

- 1) Rozdíly ve studiu tělesné výchovy na SPgŠ a PedF jsou: v časové dotaci, věnované tomuto předmětu, v možnosti volby specializace TV a ve členění předmětů na užší tematicky zaměřené celky.
- 2) V obsahu vzdělávání SPgŠ i PedF byly v oblasti tělesné výchovy zjištěny nedostatky v podobě chybějících oblastí TV. Na SPgŠ se nejčastěji jednalo o oblasti: Práce s RVP a Dějiny TV. Na PedF se nejčastěji jednalo o oblasti: Dějiny TV a Způsob poskytnutí dopomoci nebo záchrany při cvičení s dětmi. Další chybějící oblasti byly na jednotlivých školách vždy individuální.
- 3) Gymnastické činnosti jsou součástí všech vzdělávacích programů obou typů škol.
- 4) V metodách výuky chybí na většině SPgŠ i PedF náslechy v mateřských školách zaměřené pouze na jednotku tělesné výchovy s následnou možností diskuze.
- 5) Absolventky SPgŠ i PedF považují vzdělávání v oblasti TV za uspokojivé, spatřují však nedostatky v těchto oblastech: Práce s RVP, Současné problémy pohybového rozvoje dětí, Konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky, Teorie a didaktika plavání, Teorie a didaktika lyžování. Absolventky PedF ještě dodávají další nedostatečně probrané oblasti, a to: Pohybové a sportovní aktivity rozvíjející samotné studenty a Gymnastické činnosti přiměřené věku studentů (vyšší náročnost). Také upozorňují na absenci metody pozorování jednotky TV v mateřských školách s následnou možností diskuze.
- 6) Tělesná výchova byla polovinou učitelek mateřských škol označena za jednu ze tří nejpreferovanějších činností s dětmi v mateřské škole.
- 7) Vzdělání učitelek mateřských škol v oblasti tělesné výchovy, získané na SPgŠ i na PedF je průměrné.
- 8) Učitelky ve většině případů realizují v tělovýchovné jednotce cviky: přeskoky přes švédskou lavičku s oporou o ruce, skoky na trampolíně, dřepy, kotouly vpřed nebo převaly stranou.
- 9) Většina učitelek chybí v metodice nácviku těchto výše zmíněných prvků.
- 10) Cviky: přemety stranou, stoje na rukou nebo houpání na kruzích se v mateřských školách nevyskytují. Důvodem je považování těchto cviků za nebezpečné nebo nevhodné z hlediska tělesného vývoje dětí a neznalost metodiky nácviku a způsobu poskytnutí dopomoci a záchrany.

Můj předpoklad, že úroveň vzdělávání (zkoumané oblasti) na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách se bude lišit v souvislosti se stupněm dosaženého vzdělání, se nepotvrdil. Učitelky, jež absolvovaly pedagogickou fakultu neprokazují hlubší vědomosti a dovednosti než učitelky, které absolvovaly pouze střední pedagogickou školu.

Můj druhý předpoklad, že učitelky mateřských škol budou mít nedostatečné informace o výuce gymnastiky v mateřských školách bez ohledu na jejich dosažené vzdělání se bohužel potvrdil. V současné době vykazují učitelky mateřských škol v oblasti gymnastiky nízké vědomosti a dovednosti.

Na základě těchto zjištění by bylo pro zkvalitnění vedení pohybových aktivit a konkrétně pak gymnastických činností v mateřských školách vhodné učinit několik zásadních kroků:

- Doplnit vzdělávací programy středních pedagogických škol i pedagogických fakult o chybějící oblasti, především o konkrétní gymnastické činnosti a hry s prvky gymnastiky, náslechy v mateřských školách s následnými rozbory konkrétních pohybových jednotek a způsoby poskytnutí dopomoci a záchrany u konkrétních gymnastických prvků.
- Prohloubit vzdělávání v oblasti metodiky a organizace řízení pohybových aktivit a v oblasti rozborů praxí a gymnastických činností přiměřených věku studentů.
- Vést učitelky k sebevzdělávání v této oblasti po skončení studia.

Pro kvalitu vedení pohybových aktivit v MŠ, jsou rozhodujícím faktorem i vhodné prostory ke cvičení a vybavenost mateřských škol potřebnými pomůckami ke cvičení. Ty jsou v některých školách nevyhovující, a proto je za potřebí hledat způsoby, jak tyto nedostatky kompenzovat.

Respondentky často poukazovaly na bezpečnost dětí při cvičení a nevhodnost některých cviků. Obavy a strach z úrazu dětí rostou se špatnými zkušenostmi a věkem učitelky. Bude-li učitelka dostatečně vzdělaná v oblasti tělesného výchovy dětí, bude-li respektovat zákonitosti jejich tělesného vývoje, bude-li úrazům předcházet správným vedením hodin, zajištěním cvičebního náradí a pomůcek a vhodnou dopomocí a záchranou, jsou tyto obavy zcela zbytečné. Není důvod děti v jejich pohybovém rozvoji nijak omezovat.

14. Abstrakt

Diplomová práce se zabývala prvky základní gymnastiky v mateřských školách ve vztahu ke vzdělávání učitelek. Cílem práce bylo zjistit, zda vzdělání učitelek mateřských škol v oblasti tělesné výchovy, získané na středních pedagogických školách a pedagogických fakultách, je dostačující pro kvalitní vedení pohybových aktivit a konkrétně pak gymnastických činností v mateřských školách.

V práci byly použity dvě výzkumné metody: analýza vzdělávacích programů pedagogických škol z internetových zdrojů a dotazník učitelkám mateřských škol. Výzkum byl tematicky rozdělen do tří okruhů. V prvním byla analyzována část vzdělávacích programů středních pedagogických škol a pedagogických fakult, věnující se tělesné výchově, kdy byl zjištěn současný stav vzdělávání v této oblasti. V druhém byl prostřednictvím dotazníkové metody zjišťován pohled absolventů na jejich vzdělávání v oblasti tělesné výchovy. Důraz byl kladen na jejich konkrétní zkušenosti a osobní názor. Třetí oblast se též prostřednictvím dotazníku zabývala uplatňováním získaných vědomostí a dovedností učitelek v praxi. Analyzováním dat třetího okruhu byla zjištěna úroveň tělovýchovného působení v oblasti gymnastiky na děti v mateřských školách.

Abstract

The thesis dealt with the basic elements of gymnastics in nursery schools in relation to education teachers. The aim of the study was to determine whether education kindergarten teachers in physical education, acquired at secondary pedagogical schools and faculties, is sufficient for quality management of physical activities and specifically gymnastic activities in nursery schools.

The paper used two research methods: analysis of educational programs teaching schools from internet sources and interview teachers of kindergartens. The research was divided into three thematic areas. In the first part was analyzed curricula for secondary school teachers and teaching faculties devoted to physical education, has been found to the current state of education in this area. The second was investigated by questionnaire method glance graduates on their education in physical education. Emphasis was placed on their particular experience and personal opinion. The third area is also through the questionnaire dealt with the application of acquired knowledge and skills of teachers in practice. By analyzing the data the third lap was detected level of sports activities in the field of gymnastics to children in kindergartens.

Seznam použité literatury:

1. BERDYCHOVÁ, J. a kol. *Tělesná výchova pro střední pedagogické školy*. Praha: SPN, 1990
2. BOROVÁ, B., TRPIŠOVSKÁ, D., SKOUMALOVÁ, S., SMEJKALOVÁ, V. *Cvičíme s malými dětmi*. Praha: Portál, 1998
3. BRTNÍK, J., NEUMAN, J. *Zimní hry na sněhu i bez něj*. Praha: Portál, 2008
4. DEISLER, H. *Každodenní problémy v mateřské škole*. Praha: Portál, 1994
5. DEMETROVIČ, E. a kol. *Encyklopedie tělesné kultury*. Praha: Olympia, 1988
6. DVOŘÁKOVÁ, H. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova, 2007
7. DVOŘÁKOVÁ, H. *K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole*. Praha: Karolinum, 1998
8. DVOŘÁKOVÁ, H. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Praha: Portál, 2002
9. DVOŘÁKOVÁ, H. *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe, 2006
10. DVOŘÁKOVÁ, H., HELLEROVÁ, E., PANOCHOVÁ, I., TRPIŠOVSKÁ, D. *Tělesná výchova v mateřské škole*. Praha: Naše vojsko, 1989
11. FOSTEROVÁ, E. R., HARTINGEROVÁ, K., SMITHOVÁ, K. A. *85 her pro zlepšení kondice dětí*. Praha: Portál, 1997
12. HÁJEK, J. *Antropomotorika*. Praha: Univerzita Karlova, 2001
13. HÁJKOVÁ, J., VEJRAŽKOVÁ, D. *Základní gymnastika*. Praha: Univerzita Karlova, 2005
14. HELUS, Z. *Dítě v osobnostním pojetí*. Praha: Portál, 2009
15. KAPLAN, A., BARTŮNĚK, D., NEUMAN, J. *Skáčeme, běháme a hrajeme si na hřišti i pod střechou*. Praha: Portál, 2010
16. KASLOVÁ, M. *Předmatické činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, 2010
17. KIRCHNER, J., HNÍZDIL, J., LOUKA, O. *Kondiční hry a cvičení v přírodě*. Praha: Grada Publishing a.s., 2005
18. KOŤÁTKOVÁ, S. *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada Publishing a.s., 2008
19. KRIŠTOFIČ, J. *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada Publishing a.s., 2006
20. KUBIČKA, J. *Vybrané kapitoly z teorie gymnastiky*. Praha: Univerzita Karlova, 1993
21. KULHÁNKOVÁ, E. *Cvičíme pro radost*. Praha: Portál, 2007

22. LIBA, J. *Didaktika tělesnej výchovy žiakov mladšieho školského veku*. Prešov:UPJŠ 1994
23. LIBA, J. a kol. *Teorie a metodika sportovní gymnastiky I.* Praha: Univerzita Karlova, 1971
24. LOKŠOVÁ, I., LOKŠA, J. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha:Portál 1999
25. MACHOVÁ, J. *Biologie člověka pro učitele*. Praha: Univerzita Karlova, 2002
26. MACHOVÁ, J. *Biologie člověka pro speciální pedagogy, ontogenetický vývoj*. Praha: SPN, 1985
27. MATĚJČEK Z. POKORNÁ M. *Radosti a strasti*. Jinočany: H+H 1998
28. MATĚJČEK Z., *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál, 1996
29. MATĚJČEK Z., *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte*. Praha:Grada Publishing a.s., 2005
30. MAZAL, F. *Pohybové hry a hraní*. Olomouc: Hanex, 2000
31. NEUMAN, J. *Dobrodružné hry v tělocvičně*. Praha: Portál, 2001
32. OPRAVILOVÁ, E., GEBHARTOVÁ, V. *Rok v mateřské škole*. Praha: Portál, 2003
33. PECHOVÁ, J. *Cvičení pro zdraví s balančními míči a dalšími pomůckami*. Praha: Portál, 2000
34. PROSSER V.(ed.) a kol. *Tělesná výchova v systému výchovy a vzdělávání na školách všech stupňů*. Praha:Univerzita Karlova, 1987
35. PRŮCHA J. *Pedagogická encyklopedie*. Praha: Portál, 2009
36. PRŮCHA, J. WALTEROVÁ, E. MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 2008
37. RATHAUSOVÁ, K. *Prvky základní gymnastiky v programu mateřských škol*.
Nepublikovaná bakalářská práce. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta 2010
38. ŘÍČAN, P. *Psychologie osobnosti, obor v pohybu*. Praha:Grada Publishing a.s., 2007
39. SKOPOVÁ, M., BERÁNKOVÁ, J. *Aerobik: kompletní průvodce*. Praha: Grada Publishing a.s., 2008
40. SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M. *Základní gymnastika*. Praha: Karolinum, 2008
41. SVATOŇ, Vratislav, Jana ŠAFARÍKOVÁ, Zdeňka MARVANOVÁ a Lubomír DOBRÝ. *Analýza didaktické interakce v tělesné výchově*. Praha: Karolinum, 1997
42. SVATOŇ, V. *Gymnastika metodicky a hrou*. Olomouc: Hanex, 1992
43. ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, J. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005
44. TOUFAROVÁ, H. *Aerobik s dětmi*. Olomouc: Hanex, 2003

45. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2012
46. VOLFOVÁ, H. *Rozcvičky v mateřské škole*. Plzeň: Pedagogické centrum, 2002
47. WOOLFSON, R. *Bystré dítě – předškolák*. Praha: Ottovo nakladatelství s.r.o., 2004
48. Věstník MŠMT únor 2006, ročník LXII, sešit 2

Internetové odkazy

1. Charakteristika oboru Předškolní a mimoškolní pedagogika, a učební plán. Praha: *Národní ústav odborného vzdělávání* [online]. 2008. vyd. 1998. Dostupné z: <http://zpd.nuov.cz/75/7531M005.html>
2. Rámcový vzdělávací program pro obor Předškolní a mimoškolní pedagogika. Praha: *Národní ústav odborného vzdělávání* [online]. 2009 Dostupné z: http://zpd.nuov.cz/RVP_3_vlna/RVP%207531M01%20Predskolni%20a%20mimoskolni%20pedagogika.pdf
3. Struktury systému vzdělávání a odborné přípravy v Evropě. *Ústav pro informace ve vzdělávání* [online]. 2009/10, s. 65. Dostupné z: www.msmt.cz/uploads/VKav_200/Eu_CZ_2010/educz_0910.pdf
4. *Bílá kniha terciárního vzdělávání*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2009. 74 s. ISBN 978-80-254-4519-8. Dostupné z WWW: http://www.msmt.cz/uploads/bila_kniha/schvalena_bktv/Bila_kniha_terciarniho_vzdelavani2.pdf.
5. *Zákon č.561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) ze dne 24. 9. 2004*. Sbírka zákonů ČR, částka 190/2004, s. 10262. Dostupné z WWW: <http://www.msmt.cz/uploads/soubory/IMzakon561ponovelach.pdf>; http://portal.gov.cz/wps/portal/_s.155/699/place.
6. *Zákon č.111/1998 Sb. o vysokých školách ze dne 22. 4. 1998*. Sbírka zákonů ČR, částka 39/1998, s. 5388. Dostupné z WWW: <http://www.msmt.cz/education/the-higher-edcation-act>; http://portal.gov.cz/wps/portal/_s.155/699/place.
7. *Zákon č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů (o pedagogických pracovnících), ve znění pozdějších předpisů ze dne 24. září 2004*. Sbírka zákonů ČR, částka 563/2004. Dostupné z WWW: <http://www.msmt.cz/mladez/zakon-c-563-2004-sb-o-pedagogickych-pracovnicich>
8. *Vyhláška MŠMT č. 317/2005 Sb. o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků, akreditační komisi a kariérním systému pedagogických pracovníků ze dne 27. 7. 2005*.

Sbírka zákonů ČR, částka 111/2005, s. 5654. Dostupné z WWW:

<http://portal.gov.cz/wps/portal/_s.155/699/place>.

9. *Vyhláška č.10/2005 Sb. o vyšším odborném vzdělávání ze dne 27.12.2004* Sbírka zákonů ČR, částka 3/2005 Dostupné z WWW:
<http://www.msmt.cz/dokumenty/vyhlaska-c-10-2005-sb-o-vyssim-odbornem-vzdelavani-1>
10. *Vyhláška MŠMT č.410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých ze dne 4.října 2005.* Sbírka zákonů ČR, částka 410/2005, s. 7478–7492. Dostupný také z WWW:
<<http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/sbirka/2005/sb141-05.pdf>>. ISSN 1211–1244.
11. *Vyhláška MŠMT č.177/2009 Sb. o bližších podmínkách ukončování vzdělávání ve středních školách maturitní zkouškou ve znění pozdějších předpisů ze dne 22.9.2010.* Sbírka zákonů ČR, částka 177/2009. Dostupný také z WWW:
<http://www.msmt.cz/vzdelavani/zmena-nekterych-podminek-koniani-maturitni-zkousky-v-roce?highlightWords=%C4%8D.+177%2F2009+Sb.%2C>
12. *Definice zdraví dle světové zdravotnické organizace WHO dostupná na:*
<http://cs.wikipedia.org/wiki/Zdrav%C3%AD>
13. ROČKOVÁ, Simona, ROČEK, Petr. Význam předškolního období pro správný vývoj dítěte. [online]. [cit. 2013-02-17]. Dostupné z: <http://www.psychoporadna.cz/cz/clanky/predskolni-obdobi/72.html>
14. IVA BAJGAROVÁ, HANA DVOŘÁKOVÁ, HANA TÁBORSKÁ. 11. charakteristika dítěte předškolního věku. [online]. 2011 [cit. 2013-02-17]. Dostupné z:
<http://www.vemeste.cz/2011/05/charakteristika-vyvoje-ditete-predskolniho-veku/>

Webové stránky:

1. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy: www.msmt.cz
2. Rejstřík škol: <http://rejskol.msmt.cz>
3. Národní institut pro další vzdělávání: www.nidv.cz
4. Národní ústav odborného vzdělávání: www.nuov.cz
5. SPgŠ Karlovy Vary: www.pedgym-kv.cz
6. SPgŠ Krnov: www.spgs-szs.cz
7. SPgŠ Litoměřice: <http://spgslitomerice.cz>
8. SPgŠ Liberec: www.jergym.cz
9. SPgŠ Brno: www.cmsps.cz
10. SPgŠ Čáslav: www.gymcaslav.cz/
11. PedF UK Praha: www.pedf.cuni.cz

12. PedF MU Brno: www.muni.cz/ped/general
13. PedF JCU České Budějovice: www.pf.jcu.cz
14. PedF ZCU Plzeň: www.zcu.cz/fpe
15. PedF UP Olomouc: www.pdf.upol.cz
16. PedF Hradec Králové: www.uhk.cz/
17. PedF Ostrava: <http://pdf.osu.cz/>
18. PedF UJEP Ústí nad Labem: <http://www.ujep.cz/>