

UNIVERZITA KARLOVA v PRAZE

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra tělesné výchovy

**ÚROVEŇ ZÁKLADNÍCH MOTORICKÝCH DOVEDNOSTÍ PŘEDŠKOLNÍCH
DĚTÍ VE VZTAHU K PODMÍNKÁM MATEŘSKÉ ŠKOLY**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

**LEVEL OF BASIC MOTOR SKILLS OF PRE-SCHOOL AGE CHILDREN IN
RELATION TO THE CONDITIONS OF THE KINDERGARTEN**

Vedoucí diplomové práce: Doc. PhDr. Hana Dvořáková, CSc.

Autorka diplomové práce: Pavlína Račanová

Studijní obor: Předškolní pedagogika

Forma studia: kombinovaná

Diplomová práce dokončena: listopad 2013

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Úroveň základních motorických dovedností předškolních dětí ve vztahu k podmínkám mateřské školy“ vypracovala samostatně s použitím literatury uvedené v seznamu.

V Praze

.....

Děkuji Doc. PhDr. Haně Dvořákové, Csc. za odborné vedení mé diplomové práce.

Poděkování patří také všem učitelkám a dětem MŠ Korálky Havlíčkův Brod za ochotu a vstřícnost při provádění výzkumu.

Dále děkuji své rodině za podporu a pochopení během svého studia.

ANOTACE

Práce se zabývá problematikou pohybových činností předškolních dětí. Pohyb je zde postaven do roviny důležitého aspektu v celostním vývoji předškolního dítěte, jehož absence může tento vývoj ohrozit. V teoretické části práce jsou definovány pojmy pohyb, základní pohybové dovednosti a zmapován jejich vývoj se zaměřením na specifika předškolního věku. Přibližuje rovněž postavení pohybových činností v předškolním vzdělávání. V praktické části jsou porovnány výsledky motorického testu předškolních dětí z vybraných mateřských škol a vyhodnoceny ve vztahu k jejich podmínkám.

KLÍČOVÁ SLOVA

pohyb, pohybové činnosti, základní motorika, předškolní věk, předškolní vzdělávání;

SUMMARY

The thesis deals with the issue of the movement activities of pre-school age children. Movement is built into the plane of an important aspect in the holistic development of the pre-school age child whose absence may endanger this development. In the theoretical part are defined terms of movement, basic motor skills and mapping their development with a focus on the specifics of pre-school age. Also the position of the movement activity is approaching in pre-school education. The practical section compares the results of motor test pre-school age children from selected kindergarten and evaluated in relation to their conditions.

KEYWORDS

motion, movement activities, basic motor skills, pre-school age, pre-school education;

OBSAH

ÚVOD.....	8
TEORETICKÁ ČÁST	9
1 Pohyb v životě dítěte předškolního věku.....	9
1.1 Pohyb jako přirozená součást života.....	9
1.1.1 Zdravotní přínos pohybových činností	10
1.2 Pohyb a vývoj předškolního dítěte.....	11
1.2.1 Ontogenetické aspekty předškolního období.....	11
1.2.2 Některé vývojové oblasti v integraci s pohybem.....	13
1.3 Faktory ovlivňující kvalitu pohybových činností	14
2 Základní motorika	16
2.1 Členění základních motorických dovedností	17
2.1.1 Nelokomoční dovednosti	17
2.1.2 Lokomoční dovednosti	18
2.1.3 Manipulační dovednosti.....	18
2.1.4 Vnímání vlastního těla.....	18
2.1.5 Intenzita pohybu	19
2.1.6 Orientace v prostoru.....	19
2.1.7 Vnímání vztahů a spolupráce.....	19
2.2 Pohybové schopnosti.....	19
2.2.1 Kondiční pohybové schopnosti.....	20
2.2.2 Koordinační pohybové schopnosti.....	21
2.3 Motorické učení	22
2.3.1 Fáze motorického učení:.....	23
3 Pohybové činnosti v mateřských školách.....	25
3.1 Předškolní vzdělávání jako součást vzdělávacího systému	25
3.2 Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání	26

3.3	Rámcové pojetí pohybových činností v mateřských školách	27
3.3.1	Realizace pohybových činností v mateřských školách.....	27
3.3.2	Pohybové činnosti a různé oblasti vzdělávání.....	29
3.3.3	Podmínky mateřské školy.....	29
	PRAKTICKÁ ČÁST	32
4	Vymezení cíle, úkolu a formulace hypotéz	32
4.1	Cíl výzkumu	32
4.2	Dílčí úkoly.....	32
4.3	Hypotézy	32
5	Metodika výzkumu	33
5.1	Metody výzkumu	33
5.1.1	Řízený rozhovor.....	33
5.1.2	Pozorování	36
5.1.3	Měření.....	36
5.2	Popis výzkumných skupin.....	40
5.2.1	Výzkumný vzorek pro pozorování	40
5.2.2	Výzkumný vzorek pro měření	40
6	Výsledky výzkumu	41
6.1	MŠ „E“	41
6.1.1	Pozorování ve třídě	41
6.1.2	Výsledky měření	42
6.1.3	Shrnutí.....	43
6.2	MŠ „F“	43
6.2.1	Pozorování ve třídě	44
6.2.2	Výsledky měření	44
6.2.3	Shrnutí.....	44
6.3	MŠ „C“	45
6.3.1	Pozorování ve třídě	45

6.3.2	Výsledky měření	46
6.3.3	Shrnutí.....	46
6.4	MŠ „G“.....	47
6.4.1	Pozorování ve třídě	47
6.4.2	Výsledky měření	48
6.4.3	Shrnutí.....	49
6.5	MŠ „D“.....	49
6.5.1	Pozorování ve třídě	50
6.5.2	Výsledky měření	50
6.5.3	Shrnutí.....	51
6.6	MŠ „A“.....	51
6.6.1	Pozorování ve třídě	51
6.6.2	Výsledky měření	52
6.6.3	Shrnutí.....	53
6.7	MŠ „B“.....	53
6.7.1	Pozorování ve třídě	53
6.7.2	Výsledky měření	54
6.7.3	Shrnutí.....	54
7	Diskuse	55
	Závěr	58
	Seznam použité literatury	59
	Přílohy.....	61

ÚVOD

V dnešní době mají děti ve svém okolí velké množství vzdělávacích a technických podnětů, které si velmi brzy osvojí. S tím ale také úzce souvisí skutečnost, že dnešní generace dětí je stále více pasivní a konzumní. Motivovat je k pohybovým aktivitám se daří stále obtížněji. Pohyb přitom patří mezi stimulatory růstu, ovlivňuje organismus jako celek i jeho jednotlivé části. (KUČERA, 1997) V předškolním období, ve kterém se utváří mnoho postojů a vzorců chování, se nabízí jedinečná příležitost pomoci dětem nacházet radost v pohybových aktivitách a podporovat tak rozvoj osobnosti dítěte ve všech oblastech, od psychické a kognitivní až po oblast sociální.

Téma diplomové práce jsem si vybrala na základě svého zájmu o tuto problematiku, kterou jsem se začala poměrně intenzivně zabývat v průběhu svého studia. Učitelkou v mateřské škole jsem již téměř deset let. Za dobu své praxe jsem měla možnost vyzkoušet si práci v několika školách s nejrůznějším zaměřením, materiálním vybavením, a sledovat tak přístup dětí i svých kolegyň k pohybovým činnostem a tělovýchovným aktivitám. Přínos pohybu i pohybových činností je bezesporu veliký a neodmyslitelně patří k edukaci dětí.

Cílem mojí práce je zmapovat prostřednictvím standardizovaných testů úroveň základních motorických dovedností předškolních dětí a výsledky vyhodnotit ve vztahu k prostředí a podmínkám mateřských škol, které děti třetím rokem navštěvují. Při samotném testování se pokusím vhodnou motivací nejen dále rozvíjet vztah dětí k pohybu, ale poskytnout také svým kolegyním námět pro další pohybové aktivity.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Pohyb v životě dítěte předškolního věku

„Bez pohybu se dítě předškolního věku neobejde ani jeden den, neobejde se bez něho ani hodinu, dokonce ani půl hodiny. Pokud dítěti nebude dána možnost pohybovat se, projeví se to v celém jeho chování a pokud tato deprivace bude dlouhodobější, může zanechat stopy jak na fyziologické úrovni organismu, tak i na psychice jedince a v jeho sociálních vztazích.“ (DVOŘÁKOVÁ, 2002, s. 80)

1.1 *Pohyb jako přirozená součást života*

Do života každého jedince pohyb neodmyslitelně patří. Neskrývají se pod ním pouze rozmanité druhy rekreačního a vrcholového sportu, ale také úplně běžné každodenní činnosti, jako je chůze, běh, tanec, manipulace s předměty, práce s nástroji a materiály, atd. Vše výše uvedené patří do oblasti pohybových činností na základě senzomotorického učení. Senzomotorická (pohybová) dovednost je „učením získaný předpoklad k adekvátním pohybům pro dosahování určitého cíle, pro plnění určitého úkolu“. (ČÁP, 2001, s. 374) Tyto dovednosti si člověk osvojuje v podstatě v průběhu celého života, a to nejprve v rodině, potom ve školách různého směru, v zaměstnání, ve sportovním tréninku, atd.

Je všeobecně známo, že jednou ze základních potřeb dítěte a tím i důležitým prostředkem dětského objevování světa, je právě pohyb. Lze ho označit jako nástroj seznamování se s okolním prostředím, učení se, jak ovládat svoje tělo, jak si poradit s okolím a získávat tak nové zkušenosti. Umožňuje rovněž pomáhat si, spolupracovat nebo soupeřit, hodnotit sebe sama či se vzájemně srovnávat s ostatními. Výhodiskem pro práci s dětmi tvoří poznatky o charakteristických rysech daného věkového období. V souladu s vývojem tělesným, psychickým a sociálním se dítě také projevuje pohybově. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

I když se dá o pohybu v životě dítěte mluvit jako o přirozené potřebě, je samozřejmě individuální a úzce souvisí s temperamentem dítěte a somatotypem – děti hyperaktivní, normoaktivní, hypoaktivní. Hypoaktivita, tedy nižší potřeba pohybu, je velmi často spojena s nadváhou. Postoj k pohybovým aktivitám a naplnění potřeby

pohybu vyplývá také z přístupu rodičů k trávení volného času. Ten bohužel stále v mnoha případech vyplňuje pasivní činnosti. Tyto děti potom spadají do rizikové skupiny z hlediska zdravotní perspektivy. (DVOŘÁKOVÁ, 1998)

1.1.1 Zdravotní přínos pohybových činností

Z výše uvedeného jednoznačně vyplývá, že pravidelné zařazování vhodných a přiměřených pohybových aktivit od dětského věku je ze zdravotního hlediska velkou investicí do budoucna. Pohybovou aktivitu lze také chápat jako hodnotový komplex, jehož prostřednictvím se jedinec obohacuje o postoje a zájmy.

Využití tohoto potenciálu jakož i směr, kterým se kvalita života jedince bude ubírat, závisí do velké míry na vzorech, které jsou dětem prezentovány, na výchově v rodině, ve škole, atd. Harmonické prostředí, péče rodičů, nekonfliktní a kamarádské vztahy, vhodné využití volného času a v neposlední řadě pravidelná pohybová činnost s dostatečným pobytem v přírodě, to vše spolu se správnou výživou patří mezi ideální podmínky zdravého vývoje a jsou základem zdravého životního stylu, ke kterému lze vést děti už od narození.

Současná moderní společnost ale nepřináší jen kvalitní a hodnotné stimuly. Stále se zvyšuje procento populace, která preferuje způsob života, kde je přirozeného a všestranného pohybu spíše nedostatek. I přes velkou osvětovou činnost není stav naší dětské populace právě příznivý. Dvořáková (2002) uvádí, že odborníci varují před nárůstem výrazného zhoršení držení těla a jiných ortopedických problémů. Podle odborníků je prevence civilizačních onemocnění otázkou již předškolního věku. Dítě by mělo být podněcováno k takovému způsobu života, aby pochopilo, že zdraví je hodnotou, je podmínkou kvalitního života jednotlivce, společnosti i světa.

Pokud se pohybové aktivity budou v režimu dne dětí pravidelně vyskytovat, budou vedeny k návyku pravidelně se hýbat, což je z hlediska prevence opravdu hodnotný vklad.

1.2 Pohyb a vývoj předškolního dítěte

Celý život člověka je charakterizován neustálými změnami a vývojem, a to už od vzniku plodu až do smrti, což je samo o sobě zákonitost pro všechny činnosti. Ontogeneze vyjadřuje existenci jedince pro tuto dobu a je úzce svázána s pohybem. Pohyb se na vývoji člověka aktivně spolupodílí, vytváří jej i usměrňuje. Pohybová aktivita patří mezi ty faktory, které se výrazně uplatňují ve fyzické výkonnosti, procesu růstu, vývoje, myšlení i schopnosti podávat další výkony, stejně tak i ve zdraví a nemoci. Pohybový podnět a pohybové činnosti jako jeho formy patří mezi nutnosti. Tam, kde chybí v důsledku nezralosti abstraktní myšlení, tvoří konkrétní fyzický pohyb jedinou možnost záměrné aktivace myšlení.

1.2.1 Ontogenetické aspekty předškolního období

Předškolní věk je u nás ohraničen období od tří do šesti (sedmi) let. Zahajuje ho samostatné ovládnutí lokomoce a končí vstupem do první třídy základní školy. Toto období je označováno jako svébytná a samostatná vývojová epocha. Dítě vyspívá po všech stránkách – fyzicky, pohybově, intelektově, emocionálně i sociálně. Uvolňuje se ze závislosti na rodinném prostředí. Postupně si osvojuje a učí se používat zvyky nové skupiny, ve které pobývá. Naopak to, co se dítě naučilo v nejužším rodinném prostředí, přenáší do chování v kontaktu s lidmi mimo rodinu a s druhými dětmi.

V tomto období je velice důležitá pestrost činností, která souvisí s vývojem pozornosti. Dítě je schopno učit se a osvojovat si nové poznatky a dovednosti, ale samo se učí pouze tehdy, pokud ho daná činnost zajímá, zvládá ji a přináší mu potěšení. Pokud činnost, kterou už dítě odmítá, prodlužujeme, vytváříme tak k ní negativní vazbu.

Pohybové aktivity jsou vhodným prostředkem k získání kompetencí v oblasti osvojování nejen pohybových dovedností, ale slouží i k získávání a ověřování zkušeností se sebou samým – co si o své činnosti myslím já a co si o ní myslí druzí. Pohybové dovednosti v tomto období procházejí také různými vývojovými podobami. Při jejich provádění je využívána spontánní pohybová aktivita řízená především emocionálním prožíváním. V přirozeném vývoji má především herní charakter.

Jak uvádí Dvořáková (2006) po stránce tělesné získává dětská postava proporce podobné dospělému. Mezi čtvrtým a šestým rokem života dítěte dochází k tzv.

„růstovému spurtu“, kdy se prodlužují končetiny. Dalším znakem je ztráta kulovitosti trupu (pokud dítě není otilé, dokáže zatáhnout břicho), hlava se zdá v poměru k tělu menší. Je možná vysoká flexibilita v kloubech, protože kloubní spojení ještě nejsou dokončena a kosti nejsou plně osifikovány. V tomto období se dětem při zátěži ihned zvyšuje frekvence srdečního tepu a dechu, protože srdeční a dýchací systém je relativně malý a při zátěži se nezvětšuje. Dalším charakteristickým znakem tohoto období je výrazný vývoj rychlosti reakce a rychlosti v dané činnosti. Tyto rychlostní schopnosti odpovídají úrovni zralosti centrálního nervového systému. Teprve když dojde ke změnám postavy, dozrává mozek a myelinizují se nervová vlákna. Myelinizace pak urychluje přenos vzruchů. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Motorický vývoj je v předškolním věku převážně ve fázi senzomotoriky, ve které je základem vnímání a pohyb. Velice důležitý je zde vzor, motivace a rytmus. Pozdější fází motorického vývoje v předškolním věku je psychomotorika, kdy je pohyb propojen s prožíváním a vychází z různých situací. V této době začíná optimální věk pro učení se novým pohybovým dovednostem, který pokračuje v mladším školním věku. (DVOŘÁKOVÁ, 2000)

Rychlý rozvoj motoriky je v tomto období významný pro ontogenezi psychiky a projevuje se tak v celém chování dítěte. Dochází k velkému rozvoji řeči i komunikačních dovedností. Dítěti se zdokonaluje výslovnost, rozšiřuje se mu slovní zásoba a objevují se první pokroky v sémantické i gramatické stránce řeči. Kognitivní vývoj charakterizuje názorné myšlení, které je málo flexibilní, nepřesné a prelogické. Takové myšlení je vázáno na vnímání zvláště zrakové a řídí se názorným poznáním. (VÁGNEROVÁ, 2000)

Dalším výrazným mezníkem tohoto období je rozvoj sociálního učení. Dítě se dostává kromě rodiny do jiných společenských skupin a navazuje vztahy s vrstevníky. Díky tomu si v těchto skupinách osvojuje normy chování a identifikuje kladné a záporné projevy u sebe i u druhých. Podle Čápa (2001) označuje Erikson toto období jako období iniciativy, neboť zdravé dítě se projevuje velmi aktivně. Tato aktivita je patrná z jeho nejrůznějších projevů: při hře, v pohybu, v komunikaci, ale třeba i v myšlení či emocionálním prožívání. Velice důležitým aspektem je rovněž vznik

autoregulace, kdy dítě začíná korigovat své jednání podle jemu prezentovaných norem. (ČÁP, 2001)

Pohyb a tělesný růst je velmi úzce svázán s celkovým vývojem osobnosti. Z tohoto důvodu nelze pojímat fyziologický vývoj izolovaně bez ohledu na oblasti jiné.

1.2.2 Některé vývojové oblasti v integraci s pohybem

V předškolním věku dítě nejen zlepšuje své fyzické dovednosti, kterých dosáhlo v dřívějších letech, ale dělá i další pokroky. Postupně se odpoutává od rodiny a má možnost poznávat okolní svět.

Dokáže se postarat o svoje biologické potřeby, dokonalejší manipulací je schopno ovládat sebeobslužné činnosti, což může podpořit vznikající sebevědomí.

Psychika dítěte je na počátku tohoto období labilní a všechna psychická hnutí jsou zřetelná – velmi často projevovaná pohybem (skákání, běhání, ...) V první části předškolního období si ještě hraje samo, Postupně jsou děti schopny navázat kontakty ve hře, domluvit se, rozdělit si role nebo se podřídít pravidlům. U dětí šestiletých byla prokázána rovněž snaha o sociální odezvu a obava z neúspěchu. Proto pro ně vůbec nejsou přiměřené ani vhodné soutěživé činnosti a hodnocení výkonu jedinců. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Dle Woolfsona (2001) dělá dítěti v tomto věku doslova radost využívat svých zlepšených pohybových schopností, i když je činnost potenciálně riskantní. Z většiny dětí se tak stává svého druhu „hazardér“, což je důsledek typického „předškoláckého“ entuziasmu. Některé děti jsou od přírody bojácné, a přicházejí tak o širokou škálu stimulačních aktivit. Odborníci nedoporučují takové dítě razantně nutit k aktivitám, přílišný tlak může dítě doslova ochromit. Lepší je zvolit metodu citlivého přesvědčování tak, aby mělo dítě pocit, že jeho blízká osoba je stále na jeho straně. Je obecně známo, že bojácné dítě bude ochotněji rozšiřovat svoje hranice pod dohledem dospělého.

1.3 Faktory ovlivňující kvalitu pohybových činností

Úroveň pohybových činností a s nimi spojený vývoj dítěte mohou výrazně ovlivňovat nejrůznější faktory, a to kladným i záporným směrem. Některým negativním vlivům se tak úplně vyhnout nelze, ale je možné s nimi předem počítat a zmírňovat jejich účinek a důsledek, ovšem za předpokladu znalosti dané problematiky.

Mezi základní rizikové faktory lze zařadit:

- podceňování individuálního vývoje dětí
- neznalost jejich přirozených potřeb
- nevyhovující denní režim
- nerespektování rozdílných smyslových předpokladů a pohybových možností
- stimulačně chudé prostředí
- nevhodně zvolený prostor pro pohybovou činnost

Z toho by měl vycházet základ vzdělávacího působení a plánování jakékoli činnosti s dětmi.

Pohybové činnosti se dají rozdělit na dvě základní formy:

- přirozená a spontánní činnost dítěte – převážně vycházející z jeho vnitřních motivů, biologických potřeb a osobních podnětů;
- řízené pohybové činnosti – nevychází přímo z momentálního nápadu dítěte, ale je mu určitým vhodným způsobem zprostředkována, a pokud se podaří dodržet určitá pravidla (viz rizikové faktory), může být pro dítě přínosná jak v uspokojování potřeb, tak v rozvoji motorických dovedností;

Spontánní hra je v předškolním věku označována jako základní aktivita dětské realizace. Hrou se vždy realizují potřeby osobního rozvoje (tělesného, pohybového, kognitivního, emocionálního) a zároveň i rozvoje sociálního (směřuje od hry samostatné k paralelní, poté sdružující a kooperativní). Umělé vytvoření podmínek pro hraní hry nebývá pro pedagoga vždy snadné. Je proto velice výhodné vycházet ze spontánních a volných her dětí, které pomohou pozornému pedagogovi získat ty nejcennější poznatky o vývojové úrovni dětí, jejich potřebách i problémech. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Organizace pohybových aktivit pro děti předškolního věku obsahuje různé podoby:

- sportovní aktivity v kruhu rodiny;
- příležitosti v předškolních zařízeních (mateřské školy);
- zájmová a sportovní specializace;

Ranými zájmovými pohybovými činnostmi by se měli zabývat odborníci, kteří zajistí profesionalitu jak po stránce obsahové, tak po stránce týkající se specifík předškolního věku. Pro předškolní věk je totiž velmi důležitý všestranný rozvoj a bohatá nabídka činností zaměřující se na různé oblasti fyzických aktivit, které nejvíce odpovídají potřebám předškolního věku. (DVOŘÁKOVÁ, 2000)

2 Základní motorika

Předmětem zájmu základní motoriky jsou pohybové dovednosti, které jsou považovány za fylogeneticky vytvořené pohybové modely, a dítě si je osvojuje spontánně (chůze, běh, lezení, aj.). Těmto základním dovednostem je u nás i ve světě věnována minimální pozornost. Obecně se všichni zaměřují až na ontogeneticky získávané sportovní stereotypy, které jsou budovány učením. První pohybové dovednosti jsou přitom základem sportovních dovedností. Měla by jim být tedy v raném věku věnována zvýšená pozornost. (DVOŘÁKOVÁ, 2001, s. 9)

Zvládání základních dovedností se týká především dětí nejmladší věkové kategorie, tedy dětí předškolních. V pohybových aktivitách těchto dětí je třeba zaměřit svou pozornost na elementární pohybovou úroveň a kultivovat její kvalitativní stránku podle hledisek:

- kvalita pohybu;
- řízení pohybu;
- vnímání prostoru a orientace v něm;
- intenzita pohybu;
- vnímání a vytváření vztahů;

V průběhu předškolního vzdělávání by děti měly získat kompetence:

- Pohybové dovednosti (lokomoční dovednosti – pohybovat se různými způsoby; nelokomoční dovednosti – zaujmout různé polohy těla, pohybovat částmi těla podle pokynů; manipulační dovednosti – manipulace s předměty a náčiním, využívání pomůcek k pohybu v různém prostředí;)
 - Tělesná zdatnost – dokázat zpevnit nebo uvolnit své tělo, umět správně dýchat, uvědomit si důležitost správného dýchání;
 - Kognitivní a afektivní zdatnost – znát části těla a umět je pojmenovat, znát užívané pojmy spojené s pohybem, dokázat dodržovat daná pravidla hry;
- (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

2.1 Členění základních motorických dovedností

Podle Dvořákové (2001) lze základní motorické dovednosti členit podle dvou kritérií a těmi jsou: charakter prováděné činnosti a kvalita prováděného pohybu.

- Členění podle charakteru činnosti:
 1. Nelokomoční dovednosti
 2. Lokomoční dovednosti
 3. Manipulační dovednosti

- Členění zaměřené na následující kvality pohybu:
 1. Prohlubování vnímání vlastního těla
 2. Uvědomění si a rozlišení různé intenzity pohybu
 3. Orientaci v prostoru
 4. Vnímání vzájemných vztahů a spolupráce

Pohybové dovednosti a pohybové činnosti se běžně prolínají. Vzhledem k věkové skupině dětí je třeba děti pro tato cvičení přiměřeně motivovat, nejlépe jim je předkládat formou hry. Důležitým faktorem je rovněž vytváření vhodných podmínek k vlastnímu cvičení, pokusit se v dětech probudit spontánní aktivitu a motivovat je k řešení pohybových úkolů jako problému (nabídka volby – např. při překonávání překážek).

2.1.1 Nelokomoční dovednosti

Mezi nelokomoční dovednosti patří změny poloh těla a pohyby jeho částí. Aby bylo možné jakkoli se pohybovat, je nutné svoje tělo vnímat, ovládat uvědoměle jednotlivé části těla, a to i bez zrakové kontroly a v nejrůznějších polohách. Díky tomu pak lze řídit své tělo v nezvyklých situacích. Do této kategorie se řadí dovednosti:

vytvářet různé polohy a měnit je; udržovat rovnováhu v různých polohách, polohy a pohyby těla s využitím nářadí. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.1.2 Lokomoční dovednosti

Pohybové dovednosti spočívající v přemísťování těla v prostoru. Každá z těchto dovedností se vyvíjí v určitém věku a postupem času se zdokonaluje. Zprvu je každá dovednost nejistá – nejčastěji se vyskytují problémy s rovnováhou – v průběhu vývoje se zkvalitňují. Některé nedostatky mohou zůstat jako součást individuálního stereotypu. Do této kategorie patří: lezení a plazení, chůze, běh, skoky, poskoky a jejich nejrůznější kombinace. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.1.3 Manipulační dovednosti

Manipulační dovednosti se vyznačují zpočátku nejistým úchopem předmětu v dlani, který se postupně vyvíjí v úchop prsty a přechází v rozvoj jemné motoriky. Nejrůznější změny a variabilitu zajišťuje použití různých předmětů jiného tvaru, velikosti, povrchu, atd.

Do manipulačních dovedností patří také ovládání předmětů jinými částmi těla, (např. nohama, hlavičkováním, atd.) nebo ovládání předmětů pomocí jiných pomůcek (např.: pálkou, hokejkou, atd.).

Základem tohoto učení je experiment a hra. K tomu děti nejvíce podněcují různorodé předměty s různými vlastnostmi. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.1.4 Vnímání vlastního těla

Tato dovednost vede děti k zaměření se na vlastní tělo, na to, co v něm probíhá, na pocity, na vnímání. K tomuto vnímání vede celá řada speciálně zaměřených cvičení (např.: relaxační cvičení, dechová cvičení). I když se to na první pohled nezdá, v těchto cvičeních je zastoupena i kognitivní složka, kdy děti postupně analyzují svoje tělo, rozeznávají jeho detaily, prohlubují pravolevou orientaci, atd.

Pokud jsou děti vedeny k poznání a pochopení sebe sama, poznají svět a pochopí ostatní lidi. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.1.5 Intenzita pohybu

Tato kvalita pohybu se zabývá změnami v napětí jednotlivých částí těla. Pokud je zkoumána v lokomočních činnostech, spadají sem ještě např.: změny v tempu, síla odrazu, délka skoku, atd. Dá se rovněž posuzovat i v manipulačních činnostech, a to v intenzitě činnosti – délka hodů. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.1.6 Orientace v prostoru

Nejdůležitějším smyslem pro orientaci v prostoru je zrak. Těmito činnostmi posilujeme zrakovou paměť, vyhýbání se překážkám, znalost předložek místa. Přitom mohou být rovněž posilovány i další smysly – hmat a sluch. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.1.7 Vnímání vztahů a spolupráce

Do této kategorie patří velké množství již dříve zmíněných činností: poznávání sebe sama, poznávání druhého, hry s orientací v prostoru, kdy se spoléháme jeden na druhého (např.: když nás vede poslepu), hry, které vedou ke komunikaci a spolupráci. Lze sem zahrnout i činnost s náčiním, při kterých se spolupracuje (ve dvojicích, ve skupině) – např.: padák. (DVOŘÁKOVÁ, 2001)

2.2 Pohybové schopnosti

Pro osvojování pohybových dovedností jsou základem vrozené předpoklady – pohybové schopnosti. Rozvíjení pohybových schopností má vztah k úrovni zdatnosti. Důležité je mít na paměti přiměřené rozvíjení všech těchto schopností, žádnou neopomíjet a pokusit se tak o všestranný rozvoj dítěte. Dále je třeba mít na paměti jistá omezení z vývojového hlediska.

Pohybové schopnosti se dělí do dvou skupin:

- Kondiční pohybové schopnosti – síla, vytrvalost, flexibilita a částečně rychlost.
- Koordinační pohybové schopnosti – obratnost, orientace v prostoru, rytmus. Je nutné trénovat je delší dobu, ale jsou stabilnější.

(DVOŘÁKOVÁ, 2006)

2.2.1 Kondiční pohybové schopnosti

Tuto skupinu pohybových schopností lze tréninkem rychle zlepšit, ale pokud nejsou dále udržovány, jejich úroveň stejně rychle opět klesne.

Silové schopnosti jsou nutné pro všechny pohyby denní potřeby. „Síla je základem svalové zdatnosti“ (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 18). V předškolním věku je nutná určitá svalová síla, která udrží tělo ve správném postavení a umožní mu pohybovat se. Při jejich rozvíjení v předškolním věku je však nutné mít na paměti jeho specifika, tedy nepreferovat statické zatěžování (= výdrž ve svalové kontrakci), ale dynamické zatěžování (= střídání napětí a uvolnění), stejně jako nezatěžovat jen některé svalové skupiny, ale zaměřit se na celkové zatížení. Nabízí se tedy volba co nejpřirozenějších činností, které by svalstvo dostatečně aktivovaly (např.: odrazy, výskoky, přitahování se v lehu na lavičce, atd.) (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Schopnosti vytrvalostní dávají možnost setrvat v určité aktivitě po delší dobu. Na podporu zdraví je důležité setrvat v takové aktivitě, která zatěžuje prostřednictvím svalů celého těla i srdečně cévní a dýchací systém. Zvyšuje se tím funkčnost těchto orgánů, což podporuje aerobní zdatnost. Proto se doporučuje dětem umožnit spontánní aktivitu s přirozeně vysokou kolísavou intenzitou, souvislou aktivitu se stálou nebo kolísavou intenzitou případně s krátkými odpočinky, případně aktivitu motivovanou, kdy si dítě určuje samo svou individuální intenzitu. Mezi tyto aktivity patří dynamické pohybové činnosti a hry, při kterých jsou děti ve stálém pohybu – např. honičky. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Schopnosti rychlostní prochází v průběhu předškolního věku výrazným posunem. Tříleté děti reagují velmi pomalu, proto je třeba vymezit si na činnosti takového charakteru dostatek času a nespěchat na ně. Naopak děti šestileté jsou dynamické a ve známých situacích reagují velmi rychle. Příčinou tohoto posunu je zrání centrální nervové soustavy, díky níž jsou děti schopny podnět rychleji zpracovat a reagovat na něj. Je vhodné v tomto období rychlostní schopnosti rozvíjet, a to přiměřenými metodami, jako jsou: reakce na signál (sluchový, zrakový) nebo opakování krátkých aktivit s vyšším úsilím (např.: co nejrychleji někam doběhnout, postavit danou stavbu na čas, atd.). (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Rychlost je důležitá v oblasti koordinačních předpokladů, ale rovněž se částečně podílí částečně na svalové zdatnosti. (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 18)

Schopnosti pohyblivostní jsou označovány jako flexibilita a charakterizují rozsah v kloubech. Každý kloub má svůj fyziologicky daný rozsah pohybu, jehož udržení je velice důležité i pro pohyby běžného života. V předškolním věku je ale třeba se zaměřit na udržení základní pohyblivosti kloubů nikoli na zvyšování rozsahu. Je totiž známo, že už v tomto období zkrácené svaly snižují pohyblivost některých kloubů, což může negativně ovlivnit držení těla i průběh dalších pohybů. V tomto případě je tedy nutné zaměřit se pomalým protahováním (= strečinkem) na běžně se zkracující svalové skupiny. (DVOŘÁKOVÁ, 2006) Flexibilita rovněž podmiňuje spolu se silou svalovou zdatnost. (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 18)

2.2.2 Koordinační pohybové schopnosti

Jak už bylo výše zmiňováno, konec předškolního období je ve znamení dozrávání centrální nervové soustavy a s ní i schopnosti řízení pohybu. Poté následuje tzv. „zlatý věk motoriky“. Tak je označováno období od šesti do deseti let věku dítěte, které je optimální pro rozvoj koordinačních pohybových schopností, tedy obratnosti.

K ní se řadí **schopnost rovnováhy, koordinace držení těla, rytmičnosti a orientace v prostoru**. Už v předškolním věku děti ovládají některé pohybové dovednosti závislé na těchto schopnostech (např.: podřízení pohybu určitému rytmu,

rovnovážné polohy, atd.). Schopnost uvědomovat si a vnímat svoje tělo je nedílnou součástí obratnosti.

Obratnostní schopnosti lze rozvíjet několika metodami, jako: postup od jednoduchého ke složitějšímu, nápodoba, opakování, pasivní manipulace (učitelka pomáhá dítěti pochopit daný pohyb nebo polohu), nebo používání podpůrných pomůcek (např.: kotoul na nakloněné rovině). Obecně platí, že k prohlubování těchto schopností patří uvědoměle vedené pohyby, které děti příliš nebaví, neboť pro ně nejsou příliš přitažlivé. K větší atraktivnosti jim může pomoci třeba spojení s hudbou nebo pomalou říkankou (veršovanou pohádkou). (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

„Obratnost je předpokladem pro zvládnutí pohybových dovedností, pro motorické učení.“ (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 18)

2.3 Motorické učení

„Učení se je nezáměrná i záměrná činnost dítěte, ve které dochází k trvalým změnám ve vědomí a v chování dítěte. Učení se může probíhat ve vzájemné interakci s vyučováním.“ (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 22)

V předškolním období pochopitelně převažuje tzv. „situační učení“, které je spojené s nějakým prožitkem, nejčastěji v podobě hry. Naopak školní věk je založen na učení záměrném, kde převažují logické myšlenkové pochody. Zcela specifickým typem učení je proces učení se pohybové dovednosti, který je nazýván **motorické učení**. (DVOŘÁKOVÁ, 2000)

Proces motorického učení probíhá v různých fázích a různě dlouhý časový úsek. Je individuální a u každého dítěte probíhá jiným tempem a postupem. Při nevhodných metodách nácviku nebo fyzických či psychických problémech může dojít ke stagnaci (= plato efektu). Při učení je velice důležitá zpětná vazba. Často ji dítě vidí samo (doskočilo bez pádu, trefilo se do branky, ...) a přesnější informaci získá od učitele. Tato informace by měla obsahovat pozitivně formulované konkrétní připomínky. Hlavním cílem motorického učení je integrace naučené dovednosti do dalších oblastí běžného života a transfer do následujícího učení a využití naučeného k dalšímu pokroku. (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 22)

2.3.1 Fáze motorického učení:

FÁZE	AKTIVITA CNS	PROJEV DÍTĚTE	ČINNOST UČITELE
generalizace	vysoká, podráždění mnoha pohybových center iradiace	nekoordinovaný souhyby reakce antagonistů proti pohybu vyšší svalový tonus	motivace, instrukce prezentace podpůrné prostředí dopomoc, korekce, vnější zpětná informace
diferenciace	Koncentrace podráždění postupný útlum	zkvalitňuje se postupná souhra možný vznik plato efektu částečná integrace pohybu	snížení účasti vnější zpětná informace motivace podpoření integrace
automatizace	Stabilizace	koordinovaný pohyb, převaha vnitřní zpětné informace, integrace transfer	Integrace transfer navozuje integraci vede k transferu

(DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 23)

Pohybové dovednosti lze rozčlenit podle jejich vnějšího projevu do několika kategorií:

- Dovednosti diskrétní: rychlé, krátké (skok, kop, ...); nutné vyučovat jako celek = komplexním nácvikem;
- Dovednosti kontinuální: opakující se (chůze, běh); důraz na rytmus a plynulost pohybu;

- Dovednosti sériové: spojení různých činností diskrétních i kontinuálních (gymnastická sestava); nácvik členěním celku na části;
- Dovednosti otevřené: průběh v proměnlivých podmínkách, nutná reakce na náhlou změnu situace; připomínat důležitost vnímání okolí, ne pouze dané pohybové činnosti;
- Dovednosti zavřené: průběh ve stejných podmínkách, soustředěnost na kvalitu a stálost provedení;

Podle toho, do jaké výše uvedené kategorie daná konkrétní pohybová dovednost spadá, jsou potom voleny nejvhodnější metody a postupy při jejich vyučování. (DVOŘÁKOVÁ, 2000, s. 23)

3 Pohybové činnosti v mateřských školách

3.1 Předškolní vzdělávání jako součást vzdělávacího systému

Zákonem o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání se předškolní vzdělávání rovněž stává legitimní součástí vzdělávacího systému. Představuje počáteční stupeň ve vzdělávání organizovaného a řízeného požadavky a pokyny MŠMT. Jako takové dnes nachází významnou podporu státu. Koncepce předškolního vzdělávání je založena na stejných zásadách jako ostatní obory a úrovně vzdělávací soustavy a řídí se společnými cíli orientujícími se k tomu, aby si dítě od útlého věku osvojovalo základy klíčových kompetencí a získávalo tak předpoklady pro své celoživotní vzdělávání, které mu umožní se snáze a spolehlivěji uplatnit ve společnosti. Předškolní vzdělávání je institucionálně zajišťováno mateřskými školami, případně je realizováno v přípravných třídách základních škol. Organizuje se zpravidla pro děti ve věku od tří do šesti (sedmi) let. Přednostně jsou přijímány děti v posledním roce před zahájením povinné školní docházky. Poskytování předškolního vzdělávání je podle školského zákona veřejnou službou. (SMOLÍKOVÁ, 2003)

Pohledem do historie institucionálního předškolního vzdělávání u nás lze zjistit, že předškolní výchova měla vždy jasně stanovené cíle a hledala cesty, jak je naplnit. Posledním kurikulárním dokumentem před politickými změnami v roce 1989 byl „Program výchovné práce pro jesle a mateřské školy“ z roku 1984. Jednalo se o program strukturovaný podle výchovných složek a podle věku dětí, dále podrobně rozpracovaný do úkolů. Na rozdíl od předchozího programu řeší problém dosavadní obsahové předdimenzovanosti, a to rozlišením dlouhodobých požadavků (týkají se práce učitelky), cílových požadavků (úroveň, které by dítě mělo v určitém věku dosáhnout) a krátkodobé dílčí cíle. Pracuje také s novými prvky z oblasti psychohygieny dítěte, více respektuje přirozené potřeby dítěte předškolního věku. Až do roku 1988 se k tomuto programu také postupně vydávaly metodické příručky v rámci jednotlivých výchovných složek. Tyto metodiky vytvářely jakousi inspirativní nabídku námětů a výchovných prostředků. (BEČVÁŘOVÁ, 2010)

Změny po roce 1989 se přirozeně promítly a zobrazily i do oblasti předškolního vzdělávání a ve spolupráci odborníků pod vedením Výzkumného ústavu pedagogického

v Praze byl vytvořen Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (dále označován jen jako RVP PV).

3.2 Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

Tento dokument představuje zcela nový vzdělávací program pro mateřské školy. Vznikl v roce 2001, aktualizován byl v roce 2004 a dá se označit jako jakési uzavření proměny předškolního vzdělávání po roce 1989.

RVP PV vychází z demokratických principů života společnosti, reaguje na aktuální společenské požadavky, prosazuje prvky demokratické výchovy. Charakterizuje předškolní vzdělávání jako interaktivní proces, který se zabývá celou osobností dítěte a nerozvíjí jej v jednotlivých oblastech odděleně. Vzdělávání probíhá prostřednictvím promyšlené vzdělávací nabídky, která by měla poskytovat vyvážené množství spontánních a řízených činností, a mělo by rovněž probíhat efektivními metodami a formami (např.: prožitkové učení, kooperativní učení, ...). Do středu celého vzdělávacího procesu je v RVP PV postaveno dítě předškolního věku, přičemž celý proces vzdělávání by měl vycházet především z jeho potřeb a individuálních předpokladů. Neznamená to však absolutní saturaci dětských požadavků, ale právě velice citlivé a promyšlené pedagogické působení, které naplňuje aspekty vyplývající z tohoto věkového období a zároveň poskytuje dětem smysluplná pravidla a rovnocenné postavení ve skupině. Pedagog je v tomto procesu průvodcem dítěte za poznáním, připravuje stimulační prostředí a vzdělávací nabídku, iniciuje vhodné činnosti. Proto by takový pedagog měl být vybaven odpovídajícím vzděláním, vysokou profesionalitou a smyslem pro odpovědnost. (RVP PV, VÚP 2004)

Prostředí je v RVP PV pojímáno jako důležitá věcná podmínka a součást vzdělávacích prostředků. Prostředím je dítě ovlivňováno a z kvality jeho podnětu může vyplývat i úroveň vzdělávací nabídky. Úkolem mateřské školy je vytvářet pro děti bezpečné, podnětné, zajímavé a obsahově bohaté prostředí. (RVP PV, VÚP 2004)

Mezi hlavní organizační podmínky vzdělávání v mateřské škole, patří režim dne. Ten by měl být dostatečně pružný, měl by umožnit reakci pedagoga na individuální možnosti dětí, jejich aktuální potřeby, či na aktuální změny jejich potřeb. Spontánní a

řízené hry by měly být v režimu dne vyvážené. Pedagog by měl vytvořit prostor pro činnosti individuální i skupinové. (RVP PV, VÚP, 2004)

RVP PV je základním východiskem pro vypracování školních vzdělávacích programů realizovaných jednotlivými školami. Pohyb a pohybové činnosti jsou neoddělitelnou součástí programu předškolního vzdělávání. O jejich přínosu z hlediska zdravotního, rozvojového a socializačního bylo již výše zmiňováno.

3.3 Rámcové pojetí pohybových činností v mateřských školách

Problematika pohybu a pohybových činností úzce souvisí s celostním pojetím předškolního vzdělávání zpracovaným v dokumentu RVP PV. Zdálo by se, že nejbližší se vztahuje k oblasti „Dítě a jeho tělo“, která pro tělesné činnosti vymezuje specifické vzdělávací cíle, očekávané výstupy, činnosti a příležitosti, prostřednictvím kterých lze k daným cílům dojít, ale také rizika celý proces ohrožující. Oblast biologickou, psychologickou a sociální od sebe ale ve skutečnosti nelze oddělit. Vzájemně se budou vždy prostupovat a ovlivňovat. (DVOŘÁKOVÁ, 2006, s. 11)

Podle RVP PV (VÚP, 2004) by pedagogové měli vycházet z dětské přirozenosti a potřeby aktivního pohybu, ze zájmu dětí o vše nové a v neposlední řadě i snahy prosadit se mezi vrstevníky. Ve svém plánování by měli volit efektivní formy a metody i styly učení.

3.3.1 Realizace pohybových činností v mateřských školách

Pohybové činnosti se mohou v mateřských školách praktikovat spontánně, tedy vycházet z přirozené aktivity dětí, dále řízenou formou anebo vzájemným propojením obou možností (např.: spontánní hra s připravenou nabídkou). Spontánní hry a činnosti mohou být ovlivněny:

- Prostorem – menší prostor může ovlivnit intenzitu pohybu;
- Postojem učitelky – časté vstupy a přehnaná starost;
- Pomůckami nebo různými druhy náradí

Tyto aktivity by měly být v rovnováze se zcela nebo částečně řízenými činnostmi. Tyto činnosti mohou mít mnoho podob, různou délku, ale také různý význam. Mohou mít rozvíjející, rekreační nebo regenerační charakter, mohou být sestaveny v delší pohybový celek v rámci určitého tématu a naopak zařazovány formou krátké tělovýchovné chvílky vycházející z dané situace. (DVOŘÁKOVÁ, 2002)

Pohybové činnosti lze uskutečňovat individuálně, v menších skupinkách, ale také hromadně. Zásadou je nesnažit se zapojit do činnosti větší část dětí za každou cenu, ale respektovat jejich volbu a přání (např.: ukončit činnost a podobně), ale využít didaktického stylu s nabídkou. (VÚP, 2004)

Na konci předškolního období by měly děti dojít k určitému stupni specifických dovedností. Tyto dovednosti nejsou normativního charakteru, ale spíše vymezují rámec očekávaného výstupu v jednotlivých oblastech. Pohybové činnosti v oblasti tělovýchovných aktivit seřazuje Dvořáková (2002) do následujících skupin:

1. skupina: oblast pohybových dovedností lokomočního, nelokomočního a manipulačního charakteru;
2. skupina: oblast dovedností zaměřujících se na tělesnou zdatnost, a to jak aerobní vytrvalost, tak svalovou sílu a flexibilitu;
3. skupina je orientována na očekávané výstupy kognitivního i afektivního charakteru; Vymezuje okruh znalostí a vědomostí týkajících se poznatků o svém těle, zdraví či zdravém způsobu života, ale také základní orientaci ve sportech a fyzických aktivitách, v neposlední řadě také dodržování pravidel, atd.

Všechny výše uvedené očekávané výstupy jsou uvedené v RVP PV a lze jich využít při tvorbě školního vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání. (VÚP, 2004)

3.3.2 Pohybové činnosti a různé oblasti vzdělávání

Některé dovednosti pohybového charakteru mohou děti získat i v ostatních vývojových oblastech. Tento proces je obousměrný, neboť prostřednictvím pohybu a fyzických aktivit mohou být získávány kompetence prezentované v oblastech jiných. Příkladem je třeba dítě, které cvičí na některé z balančních pomůcek, vnímá její tvar, její barvu, může své pohyby slovně komentovat a třeba se také při cvičení střídat s kamarádem. Touto činností zdokonaluje nejen pohybové dovednosti, ale získává také nové poznatky a také nové zkušenosti. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Nebo třeba děti, hrající skupinovou pohybovou hru se musí na pravidlech domluvit, přijmout je, rozdělit si role a v těchto rolích se nějak vystřídat. Přitom se učí komunikovat s ostatními, respektovat jejich přání, ale také se pokouší vyslovit to své. Společně s pohybovou hrou se učí říkanku, doprovází se na hudební nástroje, pohybem mohou ztvárňovat své pocity, dojmy, nálady, atd. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

3.3.3 Podmínky mateřské školy

Pro kvalitní vzdělávání by měla poskytovat mateřská školy vhodné časové, **materiální, prostorové i psychosociální podmínky**. V tomto případě všechny uvedené podmínky vedou k realizaci pohybových aktivit a úzce souvisí s vytvářením časových i prostorových podmínek pro pohybové činnosti. Patří sem především vhodné prostorové uspořádání prostoru třídy uvnitř mateřské školy a venkovního prostoru - školní zahrady (dostatek prostoru pro různé formy pohybových činností), vhodné a mnohostranné materiální vybavení a především také pružný denní režim, který by vyvážil statické činnosti dynamickými, či umožnil pohyb intenzivnějšího zatížení. (DVOŘÁKOVÁ, 2006, s. 116)

Časové podmínky musí v průběhu dne respektovat potřebu dětí střídat činnosti. Pedagog by tedy měl v programu plánovitě střídat a prolínat činnosti klidové s dynamickými a řízené se spontánními. (DVOŘÁKOVÁ, 2006, s. 116)

Prostorové podmínky s výše uvedenou nutností střídání potřeb rovněž úzce souvisejí. V prostorách třídy lze takové střídání činností totiž uskutečnit pouze tehdy,

pokud děti mají prostor a možnost kdykoli přejít např. od stolků (tedy statické činnosti) do volného prostoru herny (tedy k dynamické činnosti). Je tedy patrné, že v prostoru třídy nebo na jiném dítěti dobře dostupném místě, by měl být vždy k dispozici volný prostor, kde by děti mohly realizovat svoje pohybové potřeby, např.: procházet se, běhat, převalovat se, chodit po lavičce, lézt na žebřiny, atd. Samozřejmě je nezbytné pro tyto prostory stanovit jasná pravidla chování, se kterými se hned na začátku všichni seznámí a budou důsledně dodržována. Venkovní prostory a možnosti jejich využití jsou jednoznačně dány umístěním školy. Pokud děti nemají možnost být každý den dostatečně dlouho venku, je nezbytné, aby byla absence této aktivity kompenzována návštěvou nějakého většího prostoru (např.: tělocvičny), který bude sice uvnitř školy, ale bude vybaven nejrůznějšími pomůckami, překážkami a prolézačkami. (DVOŘÁKOVÁ, 2006, s. 118)

Materiální podmínky ve spojení s dostatečným prostorem ovlivňují šíři pohybových dovedností. Nezanedbatelným faktorem je rovněž umístění pomůcek. Některé z nich jsou k dispozici pouze ve vnitřních nebo naopak ve venkovních prostorech. Nabízí se tak využití prostoru chodby nebo šatny. Volně přístupná by měla být alespoň ta nejjednodušší zařízení, jako např.: žíněnky, lavička, žebřiny, balanční plochy, molitanové kostky nejrůznějších tvarů, kresby na podlaze (skákácí panák), atd. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Sociální podmínky. Prostředí mateřské školy by mělo být přátelské, děti i učitelé by se tam měli cítit dobře a bezpečně. Vytvořená atmosféra může totiž pohybové aktivity dětí velmi podporovat nebo naopak tlumit. Mezi dětmi by mělo být rovnocenné postavení, které by nenarušovalo aktivity výrazně soutěživého charakteru. Děti by neměly být odrazovány spěchem a neměla by chybět smysluplná školková pravidla tak, aby učitelky mohly omezit svoje obavy o jejich bezpečnosti a přetíženosti. Tím se děti učí získávat pocit zodpovědnosti za svoje chování a za svoji osobní bezpečnost. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Další podmínkou je také kvalitní příprava pedagoga, a to jak při plánování a přípravě vzdělávací nabídky her a činností, tak při její evaluaci a individuálním hodnocení vývoje dětí.

Velmi důležitou součástí pohybových aktivit je osvojení si nových pohybových dovedností formou spontánní činnosti. To v překladu znamená vytvořit dětem podmínky, aby si mohly pohybové činnosti, které jim učitelka nabídne v rámci řízené aktivity, pokud možno samy vyzkoušet i mimo tuto řízenou činnost. Právě spontánní aktivita je totiž nejvhodnější formou k takovému upevnění nově získaných dovedností, kdy si dítě ze své vlastní potřeby novou dovednost stále zkouší a zkouší. (DVOŘÁKOVÁ, 2006)

Má-li pedagog dovést děti na konci předškolního období ke kompetencím důležitým pro život v dnešní společnosti, měl by mít sám velký zájem na vlastním vzdělávání, měl by být schopen objektivně posoudit míru a důsledky svých činů a jejich vliv na vývoj svěřených dětí.

PRAKTICKÁ ČÁST

4 Vymezení cíle, úkolu a formulace hypotéz

4.1 Cíl výzkumu

Různé podmínky a různé programy mateřských škol mohou mít vliv na rozvoj potenciálu v pohybových dovednostech dětí. Práce se proto pomocí pozorování, analýzy podmínek a testování základních pohybových dovedností vybraného vzorku dětí pokusí zjistit, zda se úroveň pohybových dovedností dětí bude lišit ve školách s různými podmínkami a programy.

Cílem práce je tedy zmapovat prostřednictvím standardizovaných testů úroveň základních motorických dovedností předškolních dětí a výsledky vyhodnotit ve vztahu k prostředí a podmínkám mateřských škol, které děti třetím rokem navštěvují.

4.2 Dílčí úkoly

1. úkol: Zmapovat prostřednictvím řízeného rozhovoru s vedoucí učitelkou prostředí mateřské školy a postoje školy k pohybovým aktivitám.
2. úkol: Pozorovat a popsat věcné a psychosociální podmínky mateřské školy.
3. úkol: Změřit prostřednictvím standardizovaných testů úroveň základních pohybových dovedností vybraného vzorku dětí.
4. úkol: Zpracovat a interpretovat získané výsledky.

4.3 Hypotézy

Hypotéza 1: Předpokládám, že podnětné prostředí a specifické podmínky mateřské školy mají vliv na rozvoj potenciálu v pohybových dovednostech dětí.

Hypotéza 2: Předpokládám, že při testování úrovně pohybových dovedností dosáhnou chlapci nejméně ve dvou ze čtyř prováděných testů lepších výsledků.

5 Metodika výzkumu

5.1 Metody výzkumu

5.1.1 Řízený rozhovor

První metodou výzkumu byl zvolen řízený rozhovor. Ten probíhal na základě připraveného dotazníku s vedoucí učitelkou mateřské školy. Škola byla nejprve stručně charakterizována, popsána její historie a přiblížen školní vzdělávací program. Další okruhy otázek se zabývaly možnostmi zařazování pohybových činností do průběhu školkového dne a jejich skutečnou realizací. Na základě připravené hodnotící škály potom škola získala počet bodů, který určuje pořadí sledovaných mateřských škol podle podnětnosti prostředí, vztahu k pohybovým činnostem a ke zdravému životnímu stylu celkově.

Řízený rozhovor byl veden se sedmi vedoucími učitelkami v sedmi mateřských školách, které sídlí v jednom městě a jsou součástí jednoho právního subjektu.

1. Charakteristika školy:

Označení školy	
Sídlo školy	
Architektonický ráz budovy	
Program školy	
Počet tříd	
Věkové složení dětí ve třídách	
Venkovní prostory - školní zahrada	

2. Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity	Hodnocení
Četnost	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity	Hodnocení
Četnost	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3. Pomůcky pro pohybové aktivity

Pomůcky (materiál)	Hodnocení
Dostupnost	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné = 0 bodů
Prostředí	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

4. Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	
běh po rovné ploše	
běh v členitém terénu	
lezení / plazení	
Vylézání	
Přelézání	
skoky / přeskoky / seskoky	
převaly / překoty	
Šplhání	
houpání se	
Balancování	
rytmické a taneční činnosti	

CELKOVÝ POČET BODŮ:	
---------------------	--

5.1.2 Pozorování

Další použitou výzkumnou metodou bylo přímé plánované pozorování, kterým aktérka výzkumu sledovala faktory vztahující se k prostředí mateřské školy. Pozorování proběhlo (stejně jako řízený rozhovor) v sedmi mateřských školách, a to po vedení řízeného rozhovoru s vedoucí učitelkou.

Pozorování proběhlo ve třídách předškolních dětí, které budou součástí testovaného vzorku.

Při pozorování byly sledovány tyto kategorie:

- Věcné podmínky
- Psychosociální podmínky

Pozorování bylo zjevné, všichni zúčastnění o něm věděli. Pozorování bylo subjektivní a jeho závěry vycházejí pouze z poznatků, postřehů, ale i teoretických znalostí aktérky výzkumu. Pozorování bylo krátkodobé, probíhalo vždy při dopoledních činnostech v časovém rozsahu od 6:30 do 12:00. Pozorování bylo zapisováno do připraveného formuláře.

5.1.3 Měření

Pro zjišťování úrovně pohybových dovedností dětí byla zvolena metoda měření. Použitou technikou měření bylo testování vybraného vzorku dětí ze sedmi sledovaných mateřských škol tvořících jeden právní subjekt. Zařazení dítěte do testovaného vzorku předcházelo informovaný souhlas rodičů.

Metoda měření by měla doplnit předchozí poznatky získané řízeným rozhovorem a pozorováním a umožnit tak ověření stanovených hypotéz.

Pro ověření úrovně pohybových dovedností dětí byly použity psychomotorické testy z publikace Zimmer, R., Volkamer, M.: *Motoriktest für vier bis sechsjährige Kinder*. Manual 1994. Ze škály těchto testů byly pro výzkum vybrány čtyři, a to takové, které měly u dětí ověřit: schopnost svalových skupin udržet ve spolupráci s mozkovými centry stabilitu těla, koordinaci pohybu, vnímání vlastního těla, vnímání intenzity pohybu, vnímání prostoru a vzájemné propojení těchto oblastí. Stanovené hodnocení

těchto testů s určitou vypovídající hodnotou umožňuje porovnat úroveň mezi sledovanými skupinami.

TEST 1

VSTÁVÁNÍ A SEDÁNÍ S DRŽENÍM MÍČE

ZAMĚŘENÍ TESTU: úroveň dovednosti koordinace těla; vnímání polohy vlastního těla; udržení stability; rychlostí; zvládnutí několika činností souběžně – držet míč v patřičné poloze, udržet polohu míče po celou dobu cviku, splnit úkol v co nejkratším časovém limitu.

POMŮCKY: overball, stopky;

POPIS TESTU: Výchozí pozice: dítě sedí na zemi v sedu skrčmo a drží míč nad hlavou. Podle instrukce má vstát, aniž by změnilo polohu míče a poté se zase posadit do výchozí pozice. Vstávání nemusí být provedeno jedním tahem, ale s pomocí lehčích pohybů. Stoj může být mírně rozkročný a horní část těla nakloněna mírně vpřed, ale míč musí být udržen nad hlavou.

HODNOCENÍ:

15 s - více nebo neprovedení cviku = 0 bodů

12 – 14 s + přijatelné provedení cviku = 1 bod

do 11 s + správné provedení cviku = 2 body

TEST 2

PŘENÁŠENÍ TENISOVÝCH MÍČKŮ DO KRABICE

ZAMĚŘENÍ TESTU: rychlost, koordinace těla, schopnost vnímání intenzity pohybu, percepce prostoru, obratnost (co nejrychleji a správně splnit zadaný úkol – reakce, činnost, vnímání, myšlení);

POMŮCKY: 3 tenisové míčky, 2 menší krabice, stopky;

POPIS TESTU: V jedné krabici na zemi jsou uloženy tři tenisové míčky. Druhá krabice je prázdná a umístěna ve vzdálenosti 4m. Dítě má za úkol přenést postupně všechny tři míčky a uložit je do původně prázdné krabice tak, aby v ní zůstaly a nevyskakovaly. Úkol je ukončen po přenesení všech míčků do druhé krabice. Čas je měřen stopkami.

HODNOCENÍ:

15 s - více = 0 bodů

12 – 14 s = 1 bod

do 11 s = 2 body

TEST 3

BALANCOVÁNÍ VPŘED

ZAMĚŘENÍ TESTU: úroveň schopnosti udržet rovnováhu ve spojení s celkovou obratností;

POMŮCKY: pruh z tvrdého kartonu o rozměrech 200cm x 10cm;

POPIS TESTU: Dítě má za úkol přejít po pruhu kartonu vpřed z jednoho konce na druhý. Rychlost i délku kroku si může určit samo, nesmí přesáhnout okraje pruhu kartonu. Pro lepší udržení rovnováhy je test prováděn bez obuvi. Dítě má na zdolání překážky 2 platné pokusy. Do hodnocení se započítávají oba.

HODNOCENÍ:

0 úspěšných pokusů = 0 bodů

1 úspěšný pokus = 1 bod

2 úspěšné pokusy = 2 body

TEST 4

SKOK V OBRUČI S ROTACÍ

ZAMĚŘENÍ TESTU: úroveň odrazu; skok snožmo; koordinace pohybu a celková obratnost jedince; orientace v prostoru;

POMŮCKY: obruč; pruh z tvrdého kartonu o rozměrech 200cm x 10cm;

POPIS TESTU: Výchozí pozice: Dítě stojí v mírném stoji rozkročném - nohy po obou stranách pruhu z tvrdého kartonu. Úkolem dítěte je odrazit se, vyskočit snožmo a ve výskoku provést obrat o 180 stupňů a pohyb dokončit opět ve stoji rozkročném. Na provedení testu má dítě 2 platné pokusy. Do celkového hodnocení se započítávají oba.

HODNOCENÍ:

0 úspěšných pokusů nebo neprovedení cviku = 0 bodů

1 úspěšný pokus + přijatelné provedení cviku = 1 bod

2 úspěšné pokusy + správné provedení cviku = 2 body

Provádění testů bylo přizpůsobeno dennímu rytmu každé školy, na základě předchozí dohody s učitelkami v dané třídě. Děti byly motivovány hrou „na sportovce“, vlastnímu měření předcházela krátká dynamická část na zahřátí organismu a motivované protažení všech částí těla. Vybraný vzorek dětí se potom rozdělil na dvě skupiny – dívky a chlapce, přičemž vždy jedna skupina testy prováděla a druhá skupina měla roli „diváků“ a „fanoušků“. Na závěr celého měření byla zařazena společná pohybová hra na přání, jejíž pravidla děti znaly. Poté následovala relaxace a odměnění všech sportovců tematickými omalovánkami jako „diplomy“.

5.2 Popis výzkumných skupin

5.2.1 Výzkumný vzorek pro pozorování

Pro praktický výzkum bylo zvoleno sedm mateřských škol, jejichž výběr podléhal následujícím kritériím:

- Všechny školy vybrané pro výzkum jsou součástí jednoho právního subjektu Mateřské školy KORÁLKY Havlíčkův Brod.
- Každá ze škol je situována v odlišné části města. Z toho vyplývají odlišnosti s využitím blízkého okolí.
- Každá ze škol by měla mít jiný architektonický ráz budovy a odlišné interiérové podmínky (alespoň v částečné formě).

5.2.2 Výzkumný vzorek pro měření

Vzhledem k předchozímu pozorování bylo ve výše zmíněných mateřských školách provedeno měření. Pro toto měření bylo vybráno 16 dětí z každé školy (8 dívek, 8 chlapců). Měření celého výzkumného vzorku proběhlo ve 2. a 3. týdnu měsíce června.

Výběr probíhal podle následujících kritérií:

- věkové rozmezí dítěte 5 – 6 let;
- dochází do stejné mateřské školy třetím rokem;
- trvalé bydliště v Havlíčkově Brodě nebo ve spádových obcích;

6 Výsledky výzkumu

Výsledky rozhovoru, pozorování a měření v jednotlivých mateřských školách jsou zpracovány v sestupném pořadí vzhledem k hodnoceným podmínkám mateřské školy (viz Příloha 1).

6.1 MŠ „E“

Označení školy	MŠ E
Sídlo školy	Vesnice cca 5 km od Havlíčkova Brodu
Architektonický ráz budovy	Klasická budova školky cca 35 let stará;
Program školy	Vychází z RVP PV a z programu Zdravá mateřská škola „Jaro, léto, podzim, zima, s kamarády je vždy prima“
Počet tříd	1
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově heterogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano

6.1.1 Pozorování ve třídě

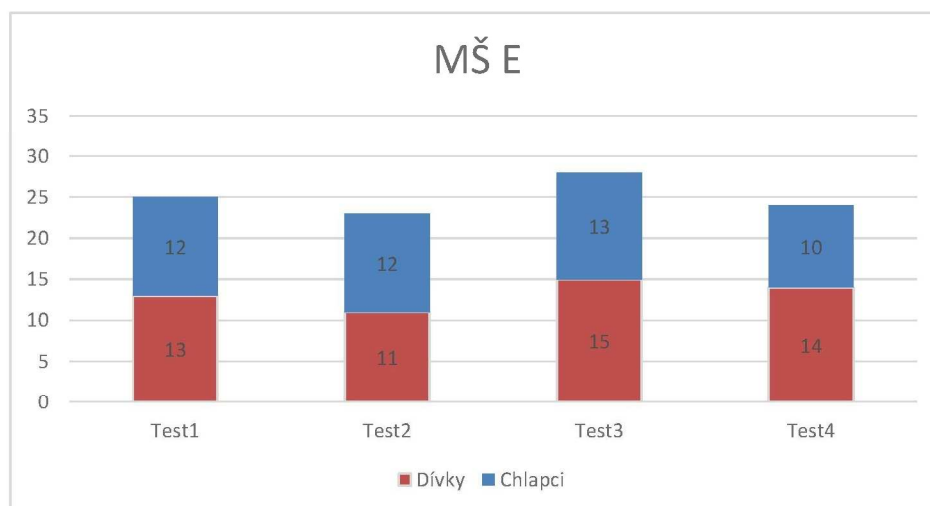
Věcné podmínky: Prostor je rozdělen na dvě části – třída a herna. V části označované „třída“ není koberec a jsou tam umístěny stoly a židle pro děti. Herna slouží rovněž také jako tělocvična, proto se zde nenachází téměř žádný nábytek, popř. je umístěn pouze po obvodu heryny (u zdi). Všude jsou volně dostupné pomůcky

k pohybovým činnostem, které si děti také naprosto běžně půjčují a využívají je nejen k pohybovým činnostem ale také k jiným hrám.

Psychosociální podmínky: Ve třídě panovala během celého dopoledne velmi uvolněná a přátelská atmosféra, děti si i při volných hrách vytvářely příležitosti ke spontánním pohybovým aktivitám. Bylo patrné, že pomůcky k pohybovým aktivitám dobře znají a velmi často využívají. Učitelky byly ve sportovním oblečení a při řízených pohybových a i při volných hrách dětem nabízely pohybové činnosti. Vstřícný vztah k pohybu i ke zdravému životnímu stylu byl doslova cítit ve vzduchu.

6.1.2 Výsledky měření

Měření dětí jsem prováděla před obědem, po zkráceném pobytu dětí venku. Děti celá činnost velice zaujala, bavila a udržely pozornost po celou dobu.



6.1.3 Shrnutí

- MŠ E získala nejvyšší počet bodů za svoje prostředí, postoj k pohybovým aktivitám a jejich realizaci. V pořadí druhou MŠ předčila o 4 body, což je v rámci dosažených výsledků výrazný rozdíl.
- Pozorování potvrdilo pravdivost informací získanou prostřednictvím řízeného rozhovoru.
- Při vlastním měření byly ve třech ze čtyř prováděných testů úspěšnější dívky.

6.2 MŠ „F“

Označení školy	MŠ F
Sídlo školy	Klidná oblast v sousedství parku a v blízkosti základní školy;
Architektonický ráz budovy	Budova ze 70. let 20. století, tzv. „závodní školka“
Program školy	Vychází z RVP PV „Spolu jsme se potkali, ruce jsme si podali“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; terén do kopce; protkaná betonovými chodníky;

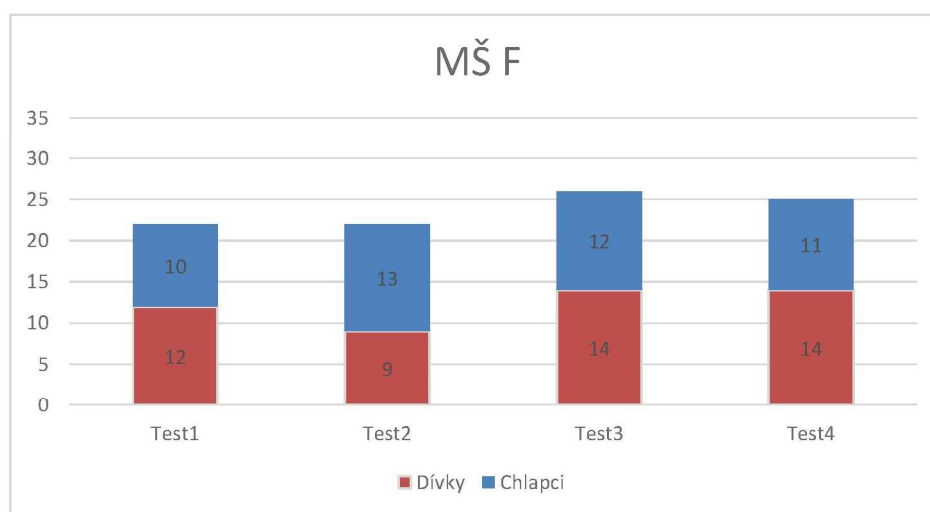
6.2.1 Pozorování ve třídě

Věcné podmínky: Prostor rozdělen na dvě části – rozdělen zašupovacími dveřmi. Dětský nábytek je uspořádán tak, aby vytvářel oddělené koutky. Třídy jsou světlé a prostorné. Děti mají k dispozici širokou škálu pomůcek pro pohybové činnosti. Všechny vnitřní aktivity se odehrávají v tomto prostoru.

Psychosociální podmínky: Celé dopoledne v této třídě se neslo v duchu dramatických pohybových her. Děti se do všech aktivit zapojovaly s velkým nasazením a zájmem. Byly přirozené, nestyděly se, dokázaly spolu komunikovat. Bylo patrné, že pohybové činnosti jsou zde běžnou denní součástí.

6.2.2 Výsledky měření

Měření bylo prováděno po odpolední relaxaci přímo v prostoru předškolní třídy. Děti se na něj od rána těšily, spolupracovaly, byly dobře motivované.



6.2.3 Shrnutí

- MŠ F se v celkovém hodnocení podmínek umístila na druhém místě.

- Pozorování potvrdilo pravdivost informací získanou prostřednictvím řízeného rozhovoru – prostředí velice pozitivně nakloněné pohybovým aktivitám všeho druhu.
- Při vlastním měření byly ve třech ze čtyř prováděných testů úspěšnější dívky.

6.3 MŠ „C“

Označení školy	MŠ C
Demografické umístění	Rušná část města; u hlavní silnice;
Architektonický ráz budovy	Budova ze 70. let 20. st. Tzv. „závodní školka“
Program školy	Vychází z RVP PV a programu Začít spolu „Kniha je můj kamarád“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; bohaté moderní vybavení; členitý terén;

6.3.1 Pozorování ve třídě

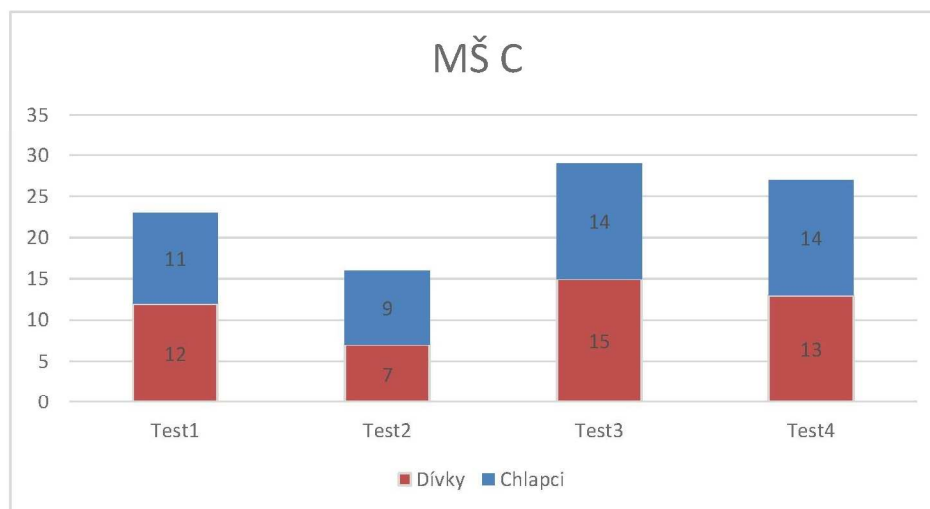
Věcné podmínky: Světlé prostorné třídy, barevně vymalované, velice pozitivně působící. Nábytek je nízký a je rozestaven po celé třídě tak, aby vytvářel jednotlivá centra aktivit. Děti mají přístup ke všem pomůckám nejen k těm pro pohybové činnosti.

Hry a aktivity s nimi jsou stanoveny dodržováním společně vytvořených pravidel, která jsou viditelně umístěna.

Psychosociální podmínky: Při pobytu v této školce má člověk pocit, že je stále v pohybu. Po celé dopoledne zde vládla naprosto rodinná atmosféra a značná soudržnost byla cítit i mezi rodiči a pedagogy. Převažují zde spontánní pohybové aktivity, jedinou řízenou pohybovou činností v průběhu dopoledne byla společná pohybová hra po ranním kruhu.

6.3.2 Výsledky měření

Měření probíhalo v předškolní třídě po výjimečně zkrácené době pobytu venku. Děti o prováděné testy projevovaly velký zájem, některé pohybové dovednosti si chtěly vyzkoušet hned dvakrát.



6.3.3 Shrnutí

- MŠ „C“ pouze o 1 bod klesla na třetí místo v oblasti prostředí a věcných podmínek.
- Jedná se o MŠ s programem Začít spolu.

- Při pozorování jsem zaznamenala, že pohybové činnosti a pohyb vůbec jsou v této škole naprosto přirozenou součástí, která není nijak opomíjena ani zanedbávána.
- Při měření byli ve dvou testech úspěšnější dívky a ve dvou testech chlapci.

6.4 MŠ „G“

Označení školy	MŠ G
Demografické umístění	Sídliště na okraji města
Architektonický ráz budovy	Budova klasické školky (stáří cca 35 let)
Program školy	Vychází z RVP PV „Po cestě z kamínků“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; postupně modernizovaná a rekonstruovaná;

6.4.1 Pozorování ve třídě

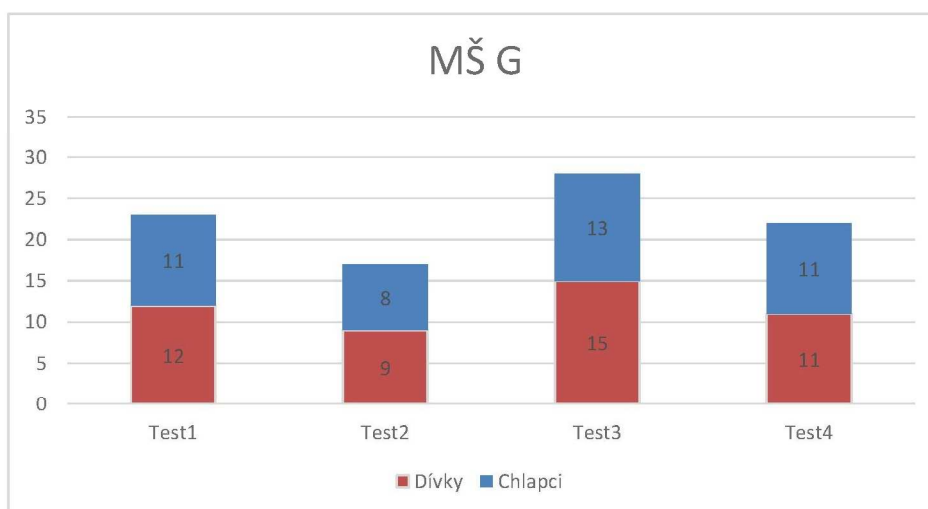
Věcné podmínky: Tato školka nedisponuje právě velkými a rozlehlými prostory. Třídy jsou ale vybaveny novým dětským nábytkem, který je rozestavěn po celé ploše třídy. Pohybové činnosti ve vnitřních prostorech se uskutečňují rovněž v prostorech herny. V průběhu svého pozorování jsem nezaznamenala ani jednu

spontánní pohybovou aktivitu, děti byly spíše statické, hrály si v sedě v malých skupinkách.

Psychosociální podmínky: Prostředí této předškolní třídy bylo nezvykle klidné. Atmosféra ale neméně přátelská a pohodová než v předchozích mateřských školách. Pohybové činnosti jsou rovněž pravidelně zařazovány do průběhu běžného školkového dne

6.4.2 Výsledky měření

Měření dětí probíhalo v této škole místo dopolední řízené činnosti. Některé byly zpočátku nejisté, nedokázaly si představit, co je čeká. Po názorném vysvětlení a několika otestovaných dětech se přidali úplně všichni, spolupracovali a udrželi pozornost po celou dobu činnosti.



6.4.3 Shrnutí

- Děti byly překvapivě zakřiknuté a tiché.
- Nejprve byly pouze v roli pozorovatelů. Vhodnou motivací se i mi podařilo zapojit je do testování motorických dovedností.
- Po dobu mého pozorování vládla ve třídě velmi přátelská a pohodová atmosféra.
- Pohybové činnosti se zúžily pouze na jednu řízenou pohybovou aktivitu – společná tělovýchovná chvilka.
- Ve třech ze čtyř prováděných testů dosáhly lepších výsledků dívky.

6.5 MŠ „D“

Označení školy	MŠ D
Demografické umístění	Centrum města;
Architektonický ráz budovy	Historická budova – měšťanský dům; bývalý sirotčinec (1893)
Typ školy / Program školy	„Kouzelný strom“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; bohatě vybavená; bez stromů;

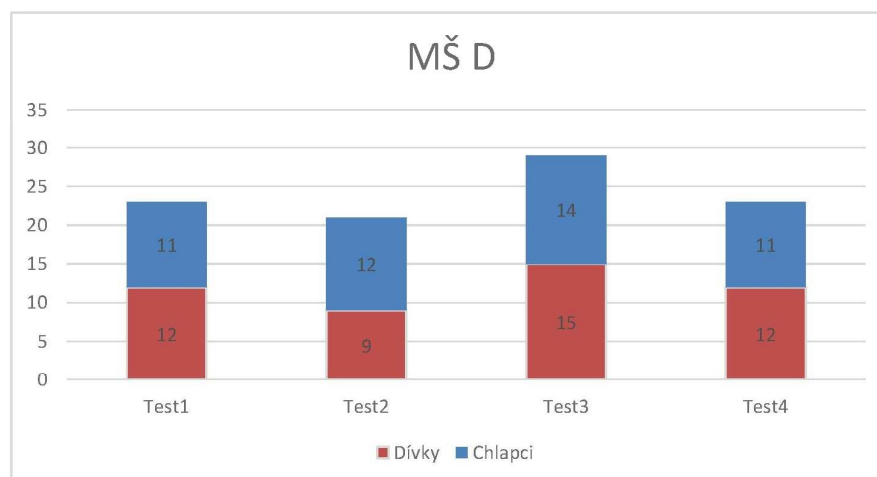
6.5.1 Pozorování ve třídě

Věcné podmínky: Tato škola sídlící ve starém měšťanském domě nedisponuje nijak rozlehlými prostory. Předškolní třída je však velice prostorná (vznikla původně ze dvou menších). Všechny pomůcky a hračky jsou umístěny ve skříňkách a poličkách, v prostoru se jich nachází minimálně. Pomůcky k pohybovým aktivitám jsou umístěny v kabinetu učitelek, takže k nim děti nemají přístup.

Psychosociální podmínky: Ve třídě byla cítit pohodová a přátelská atmosféra. Díky věcným podmínkám školy jsou zde děti stále organizovány a stále přecházejí z místnosti do místnosti (šatna, třída, umývárna s WC, jídelna, ...). Mimo těchto přesunů jsem ale v předškolní třídě po dobu svého pozorování nezaznamenala žádnou spontánní nebo řízenou pohybovou aktivitu. Při pobytu venku na školní zahradě se děti naopak pohybových činností nemohly nabažít.

6.5.2 Výsledky měření

Měření dětí probíhalo po obědě, místo odpolední relaxace, což se projevilo také patrně na jejich aktivitě. Z počátku byly v útlumu, musela jsem je více motivovat než děti v jiných školkách. Po proběhnutí dvou testů ale zvýšily pozornost a výborně spolupracovaly.



6.5.3 Shrnutí

- V této předškolní třídě jsem zaznamenala málo podnětné prostředí pro pohybové činnosti, a tedy i zdokonalování úrovně pohybových dovedností.
- Motivace dětí k pohybovým testům byla náročnější.
- Dokázala jsem děti strhnout ke spolupráci a nadchnout je pro pohybovou činnost.
- Ve třech ze čtyř prováděných testů dosáhly lepšího výsledku dívky.

6.6 MŠ „A“

Označení školy	MŠ A
Sídlo školy	Okrajová část města; klidná čtvrť; obklopena rodinnými domy;
Architektonický ráz budovy	Budova klasické školky (stáří cca 35 let)
Program školy	Vychází z RVP PV „Cesta za barevnou duhou“
Počet tříd	5
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Obklopuje celou školu; každé oddělení má svoji část zahrady;

6.6.1 Pozorování ve třídě

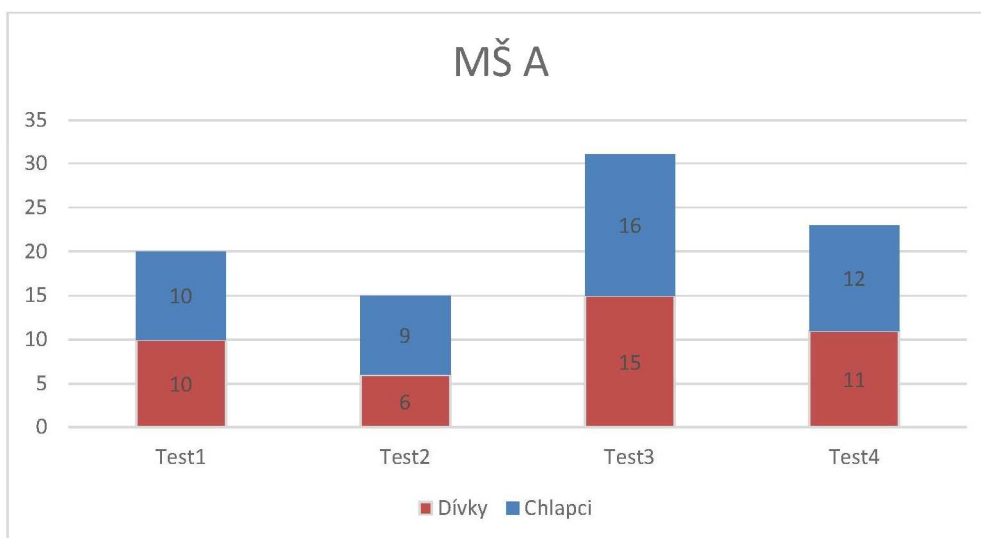
Věcné podmínky: Třídy v této mateřské škole jsou velmi neobvykle členěny. Část třídy je od herny oddělena skleněnými zavíracími dveřmi. Herna sama o sobě příliš neumožňuje realizaci pohybových dovedností. I když jsou jednotlivá oddělení školky

vybavena pomůckami k pohybovým aktivitám, jejich využití je stísněným prostorem hodně omezené. V suterénu školy se nachází společenská místnost (označovaná jako tělocvična), kde si každá třída jednou týdně organizuje tělesnou výchovu.

Psychosociální podmínky: Atmosféra ve třídě byla velice příjemná a přátelská. Děti sice většinu připravených pohybových dovedností prováděly poprvé v životě, ale velice se snažily. V průběhu dopoledne jsem ale nezaznamenala téměř žádnou pohybovou aktivitu ve vnitřních prostorách školy s výjimkou chůze po schodech a mých motorických testů.

6.6.2 Výsledky měření

Měření probíhalo v období ranních činností. Jak děti postupně přicházely, bylo nutné provádět několikrát motivaci a znovu si získávat jejich pozornost. Celý proces měření byl velice zdlouhavý a pro děti náročný, i když jsem se snažila o střídání činností, abych si udržela jejich pozornost.



6.6.3 Shrnutí

- Malé a stísněné prostory třídy nevhodné pro pohybové činnosti.
- Nevhodně zvolené časové období pro provádění těchto motorických testů.
- Výsledky z dotazníku vyplňovaného řízeným rozhovorem potvrzují i pozorování.
- Ve třech ze čtyř testů dosáhli lepších výsledků chlapci než dívky.

6.7 MŠ „B“

Označení školy	MŠ B
Demografické umístění	Okrajová část města; klidná čtvrť; obklopena rodinnými domy;
Architektonický ráz budovy	Prvorepubliková vila
Program školy	Vychází z RVP PV „Putování s vláčkem“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; Vzrostlé stromy; bohaté moderní vybavení;

6.7.1 Pozorování ve třídě

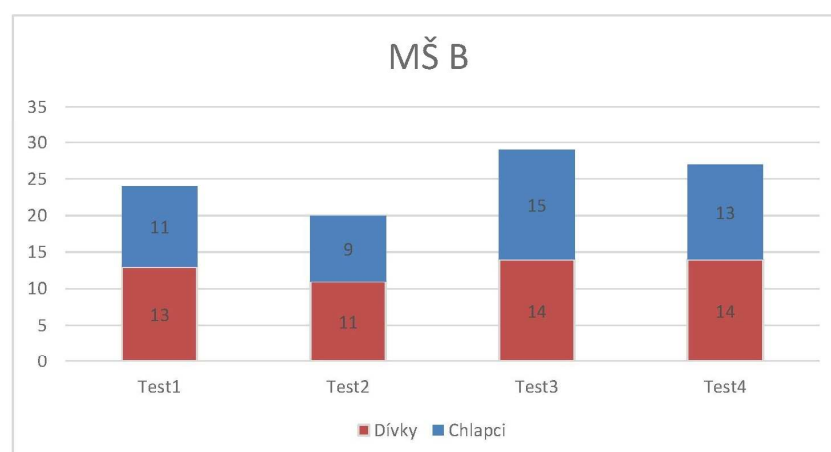
Věcné podmínky: Prostředí této mateřské školy je členité. Děti se ze třídy do jídelny musí stále přesouvat po schodech. Děti jsou potom zbytečně organizovány. Pomůcky pro pohybové činnosti nejsou nikde na viditelném místě a dětem volně

dostupné nejsou. Všechny delší pohybové aktivity se realizují ve společné tělocvičně, kde bylo ale materiální vybavení velmi chudé.

Psychosociální podmínky: Vládla zde pohodová a spokojená atmosféra. Děti měly společně vytvořená pravidla.

6.7.2 Výsledky měření

Měření probíhalo v prostoru tělocvičny po zkráceném pobytu venku. Děti pohybové činnosti velice zajímaly, zájem o ně projevovali i mladší děti. Podařilo se mi udržet jejich pozornost po celou dobu činnosti. Využila jsem materiálního vybavení tělocvičny pro relaxační činnosti.



6.7.3 Shrnutí

- Nižší úroveň podnětného prostředí zjištěného formou řízeného rozhovoru potvrdilo i následné pozorování.
- Při testování se děti do všech činností zapojovaly s velkým zájmem.
- Ve třech případech ze čtyř prováděných testů dosáhly vyšší úrovně pohybových dovedností dívky.

7 Diskuse

Úkolem č. 1 ve výzkumné části práce bylo zmapovat prostřednictvím řízeného rozhovoru s vedoucí učitelkou prostředí mateřské školy a postoje školy k pohybovým aktivitám. Všechny zúčastněné školy a především vedoucí učitelky byly k výzkumu velice vstřícné, bylo patrné, že je problematika pohybových činností v jejich škole zajímavá. Ptaly se na významy některých pojmů, zajímal je podrobný popis prováděných testů, samy se podělily se zkušenostmi ze svojí praxe. Je velice překvapivé, jak pestrá škála mateřských škol může být součástí jednoho subjektu. Při návštěvách jednotlivých škol bylo patrné, že každá z nich je něčím specifická, nějak zvláštní a atraktivní pro rodiče, kteří se při výběru mateřské školy už dávno neřídí pouze spádovou ulicí svého bydliště. Školky se odlišují nejen okolím, ve kterém se nacházejí, prostředím, které dětem nabízí nebo architektonickým rázem budovy, každá je specifická především svým programem. Za zmínku jistě stojí fakt, že v počtu sedmi mateřských škol, které tvoří jeden subjekt, jsou dvě s alternativním vzdělávacím programem (Začít spolu, Zdravá mateřská škola). Všechny vedoucí učitelky věnovaly řízenému rozhovoru více času, než bylo původně vytyčeno, ale snad není příliš troufalé tvrdit, že takto strávený čas byl přínosný pro obě strany.

Úkol č. 2: Pozorovat a popsat věcné a psychosociální podmínky mateřské školy. Bylo nesmírně zajímavé a přínosné strávit v každé z mateřských škol jeden den a vytvořit si tak obrázek o jejím běžném fungování, inspirovat se prací jiných učitelek a v neposlední řadě také porovnat některé projevy chování dětí. Toto pozorování mělo doplnit informace a dokreslit celkový obraz o práci jednotlivých mateřských škol, především ve vztahu k pohybovým aktivitám, jak už bylo metodou řízeného rozhovoru s vedoucí učitelkou zmapováno.

Úkol č. 3: Změřit prostřednictvím standardizovaných testů úroveň základních pohybových dovedností vybraného vzorku dětí. Bylo nutné zvolit nejen vhodný typ testů pro předškolní věk, ale především ho dětem zpřístupnit a podat formou přiměřenou věku, tedy formou hry. Důležitou roli rovněž hrála vhodná motivace.

Úkol č. 4: Zpracovat a interpretovat dané výsledky. Po provedení motorických testů bylo třeba přejít k jejich vyhodnocení a ověřit tak platnost stanovených hypotéz. Výsledky měření byly zapisovány do záznamových archů a odtud dál zpracovávány do

grafů, které názorně ukazují silné i slabé stránky dětí a umožňují rovněž porovnání dosažených výsledků podle pohlaví. Pro možnost porovnání výsledků v jednotlivých školkách byl použit výpočet průměrného počtu bodů z jednotlivých prováděných testů a jejich porovnání.

V prvním testu, vstávání a sedání s držení míče chybovaly děti nejčastěji ve dvou případech, a to při vstávání - kontaktem dlaně s podložkou, kterým si pomáhaly do stoje a při sedání – výrazným vychýlením držení míče z výchozí pozice.

Test druhý, přenášení tenisových míčků do krabic, se stal jednoznačně doménou chlapců. Děvčata totiž ze strachu, aby jim míčky z krabic nevyskočily, neběhaly naplno a překračovaly poměrně výrazně časový limit.

Plnění třetího testu, balancování vpřed, se podařilo téměř všem testovaným dětem překonat bez výraznějších problémů. Z celkového počtu vzorku 112 dětí z tohoto testu nezáskal nikdo 0 bodů.

Skok v obruči s rotací byl čtvrtým a posledním prováděným testem pohybových dovedností. Bylo překvapivé, jak obtížné se ukázalo správné provedení tohoto testu. Výchozí pozici i odraz zvládli téměř všichni. Nejčastějším problémem byl s rotací ve vzduchu. Buď nedošlo k obratu o 180 stupňů, nebo byl obrat naopak příliš přetočený, tedy o více než 180 stupňů.

Výpočtem průměru dosažených výsledků u jednotlivých testů lze zjistit, ve které mateřské škole děti průměrně dosáhly nejvyššího počtu bodů a porovnat tak tyto hodnoty s pořadím mateřských škol z hlediska prostředí a specifických podmínek. Tímto způsobem lze ověřit 1. hypotézu, tedy zda specifické podmínky a podnětné prostředí mají vliv na rozvoj potenciálu v pohybových dovednostech dětí.

Nejvyššího průměrného počtu bodů získaly děti z MŠ „C“, a to hned ve dvou testech - vstávání a sedání s držení míče a skok v obruči s rotací. Tato mateřská škola se podle hodnocení prostředí a podmínek umístila na třetím místě ze sledovaného vzorku.

Nejvyššího průměrného počtu bodů v testu přenášení tenisových míčků do krabic dosáhly děti z MŠ „E“, která se podle hodnocení podmínek umístila na prvním místě ze sledovaného vzorku.

Nejvyššího průměrného počtu bodů z testu 3, tedy balancování vpřed, dosáhly děti z MŠ „A“, která se podle hodnocení prostředí umístila až na posledním místě sledovaného vzorku mateřských škol.

Nepodařilo se mi tedy jednoznačně prokázat, že specifické podmínky a prostředí mateřské školy ovlivňuje úroveň pohybových dovedností dětí předškolního věku. Hypotéza č. 1 se proto nepotvrdila.

Druhou stanovenou hypotézu lze ověřit pouhým pohledem do grafů s výsledky měření. Ve třech ze čtyř prováděných testů dosahují vyšší úrovně pohybových dovedností dívky. Moje druhá hypotéza se proto nepotvrdila. Lze se domnívat, že tyto výsledky souvisí s vývojovými odlišnostmi dívek a chlapců a zároveň také s pečlivostí a přesností při provádění testu.

I když se mi měřením nepotvrdila ani jedna ze stanovených hypotéz, domnívám se, že prostředí mateřské školy skutečně ovlivňuje úroveň pohybových dovedností dětí předškolního věku, stejně jako jejich postoj k pohybovým činnostem a sportu vůbec. Určitě by stálo za zvážení, zopakovat ve sledovaných mateřských školách stejné testy s odstupem času ovšem jiným vzorkem dětí, získané výsledky porovnat a znovu se zamyslet nad vlivem podmínek mateřské školy na úroveň základních pohybových dovedností předškolních dětí.

Závěr

Je obecně známo, že základy pro zdravý život se se vytvářejí už od narození. Mezi ideální podmínky pro zdravý vývoj dítěte patří rodičovská péče a láska, harmonické rodinné prostředí, vzájemná úcta a tolerance, kamarádské vztahy, vhodné prostředí pro využití volného času, pravidelná pohybová činnost s dostatečným pobytem v přírodě a správná výživa. (MUŽÍK, KREJČÍ, 1997)

K psaní diplomové práce jsem přistupovala se zájmem a očekáváním, neboť problematika pohybových činností předškolních dětí mě zajímá už dlouho a zde se mi nabízela možnost rozšířit svoje obzory o cenné zkušenosti z praxe. Studovaná literatura k tématu mi upevnila i prohloubila poznatky a také přinesla nové vědomosti.

V praktické části práce se mi podařilo zjistit, že úroveň pohybových dovedností je do jisté míry dána geneticky (vrozené pohybové schopnosti), ale z velké části je ovlivněna četností zařazování pohybových aktivit do každodenních činností dítěte, volbou daných pohybových činností, formou motivace a v neposlední řadě rovněž zaměřením nejužší rodiny. V předškolním věku se totiž dítě nejvíce učí vlastním prožitkem, formou hry a nápodobou vzorů.

Z výše uvedených informací je patrné, že každodenní zařazování spontánních a řízených pohybových aktivit je pro předškolní děti téměř nezbytné, a to nejen z hlediska správného držení těla nebo získávání pohybových dovedností, ale především z hlediska utváření postojů k pohybu a zdravému životnímu stylu, které si děti v předškolním věku osvojují.

Rámcové cíle RVP PV se sice realizují v pěti oblastech vzdělávání, ale ve skutečnosti je od sebe reálně nelze oddělit (jedná se o biologickou, psychologickou a sociální oblast osobnosti), neboť se vzájemně ovlivňují a prolínají. Stejně tak pohyb je obsažen ve všech těchto oblastech, nejde ho oddělit od psychiky ani sociálních vztahů. Z tohoto shrnutí tedy jasně vyplývá, že pohybová aktivita se dá začlenit téměř do všech her a činností. Četnost jejího zařazování vychází tedy především z osobnosti učitele, kolik prostoru a jak často pro pohybové činnosti vyhrazuje, a z podnětného prostředí mateřské školy.

Seznam použité literatury

1. BEČVÁŘOVÁ, Zuzana. *Kvalita, strategie a efektivita v řízení mateřské školy*. Praha: Portál, 2010, ISBN 978-807-3672-218.
2. BERDYCHOVÁ, Jana. *Aby naše děti rostly zdravě*. Praha : Olympia, 1978.
3. BOROVIČKOVÁ, Blanka. *Cvičíme s malými dětmi: náměty pro rozvoj pohybových dovedností dětí od 3 do 8 let*. Praha: Portál, 1998, ISBN 80-717-8223-8.
4. BRUCEOVÁ, Tina. *Předškolní výchova: deset principů moderní pedagogiky a jejich aplikace v praxi*. Praha: Portál, 1996, ISBN 80-717-8068-5.
5. ČÁP, Jan. *Psychologie pro učitele*. Praha, 2001, ISBN 80-717-8463-X.
6. DVOŘÁKOVÁ, H.: *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-497-7.
7. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze - Pedagogická fakulta, 2007. ISBN 978-80-7290-298-9.
8. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-693-4.
9. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe, 2006. ISBN 80-86307-27-1.
10. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2000, ISBN 80-729-0005-6.
11. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole*. Praha: Karolinum, 1998, ISBN 80-718-4497-7.
12. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Školáci v pohybu*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-802-4737-331.
13. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Tělesná výchova v rámcovém programu: Základní motorika: ke vzdělávání učitelů mateřských škol*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2001, ISBN 80-729-0067-6.
14. HÁTLOVÁ, Běla. Psychologické aspekty ontogenetického vývoje motoriky v dětství a dospívání. In: *Tělesná výchova a sport mládeže: odborný časopis pro učitele, trenéry a cvičitele*. 2009, 75, 3, s. 13-17. ISSN 1210-7689.

15. KÖSSL, Jiří, Jan ŠTUMBAUER a Marek WAIC. *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. Praha: Karolinum, 2004, Učební texty (Univerzita Karlova). ISBN 80-246-0802-2.
16. KUČERA, M. a kol.: *Pohybový systém a zátěž*. Praha: Grada, Avicentrum 1997.
17. LAZZARI, Simona. *Vývoj dítěte v 1.-3. roce*. Praha: Grada, 2013, Děti a sport. ISBN 978-80-247-3734-8.
18. MUŽÍK, Vladislav a Milada KREJČÍ. *Tělesná výchova a zdraví*. Olomouc: Hanex, 1997. ISBN 80-85783-17-7.
19. OPRAVILOVÁ, Eva a Jana KROPÁČKOVÁ. *Studijní texty k předškolní pedagogice s úvodem do pedagogiky*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2005, ISBN 80-729-0251-2.
20. SMOLÍKOVÁ, K. a kol. *Manuál pro tvorbu ŠVP PV*. Praha: VÚP, 2003.
21. VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
22. VOLFOVÁ, Hana; KOLOVSKÁ, Ilona. *Předškoláci v pohybu*. Praha : Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2317-4.
23. WOOLFSON, Richard C. *Bystré dítě*. České vyd. 1. Překlad Jana Pacnerová. Praha: Ottovo nakladatelství, 2004, ISBN 80-736-0002-1.
24. ZIMMER, R., VOLKAMER, M. *Motoriktest für vier bis sechsjährige Kinder, Manual 1994*.

Elektronické zdroje

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. 1. vydání. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2006. 48 s. [cit. 2013-08-23]. ISBN 80-87000-00-5. Dostupné z WWW: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVP_PV-2004.pdf.

Přílohy

Příloha 1 - Tabulky pro záznam výsledků psychomotorických testů

Příloha 2 – Výsledky MŠ „E“

Příloha 3 – Výsledky MŠ „F“

Příloha 4 – Výsledky MŠ „C“

Příloha 5 – Výsledky MŠ „G“

Příloha 6 – Výsledky MŠ „D“

Příloha 7 – Výsledky MŠ „A“

Příloha 8 – Výsledky MŠ „B“

Příloha 9 – Fotografie prováděných testů

Příloha 1 - Tabulky pro záznam výsledků psychomotorických testů

MATEŘSKÁ ŠKOLA _____

DATUM TESTU _____

OZNAČENÍ DÍTĚTE	TEST 1 VSTÁVÁNÍ A SEDÁNÍ S DRŽENÍM MÍČE 15 s a více = 0 bodů 12 – 14 s = 1 bod do 11 s = 2 body	TEST 2 PŘENÁŠENÍ TENISOVÝCH MÍČKŮ DO KRABIC 15 s a více = 0 bodů 12 – 14 s = 1 bod do 11 s = 2 body	TEST 3 BALANCOVÁNÍ VPŘED žádný úspěšný pokus = 0 bodů 1 úspěšný pokus = 1 bod 2 úspěšné pokusy = 2 body	TEST 4 SKOK V OBRUČI S ROTACÍ žádný úspěšný pokus = 0 bodů 1 úspěšný pokus = 1 bod 2 úspěšné pokusy = 2 body
D 1 / CH 1				
D 2 / CH 2				
D 3 / CH 3				
D 4 / CH 4				
D 5 / CH 5				
D 6 / CH 6				
D 7 / CH 7				
D 8 / CH 8				
CELKEM				

Příloha 2 – Výsledky MŠ „E“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ E
Sídlo školy	Vesnice cca 5 km od Havlíčkova Brodu
Architektonický ráz budovy	Klasická budova školky cca 35 let stará;
Program školy	Vychází z RVP PV a z programu Zdravá mateřská škola „Jaro, léto, podzim, zima, s kamarády je vždy prima“
Počet tříd	1
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově heterogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Volné pohybové hry v rámci ranního i odpoledního bloku; pobyť venku; 2	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	ranní pohybová aktivita; nabídka řízené pohybové hry při pobytu venku; 2	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

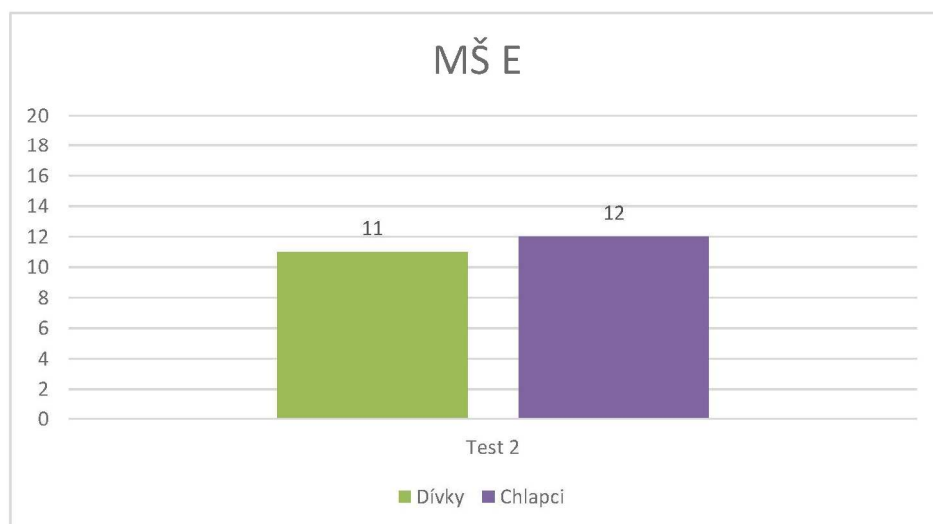
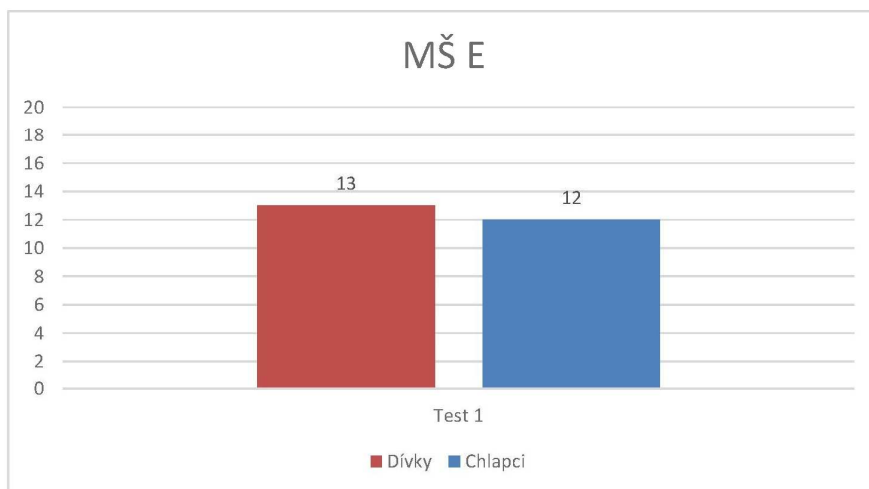
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	2 Ve třídě na známém a dostupném místě	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

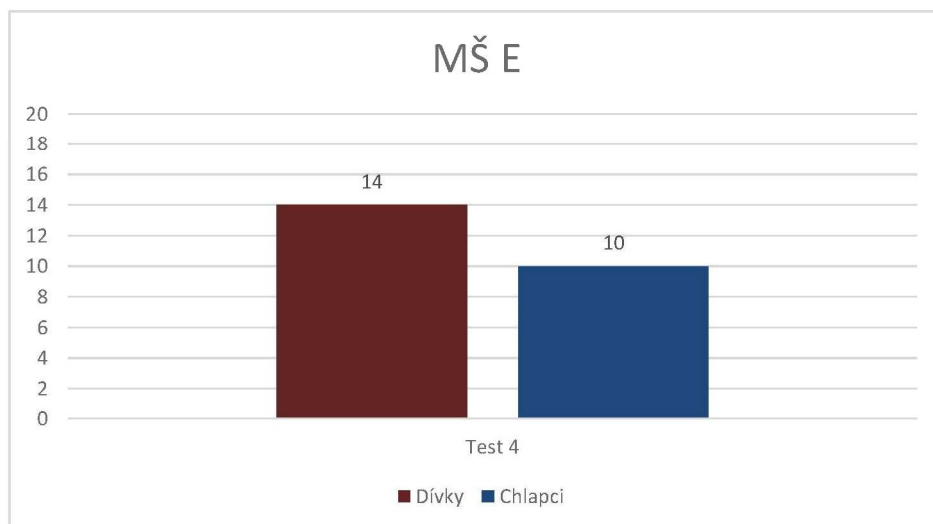
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

Chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	1
lezení / plazení	0
vylézání	1
přelézání	1
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	1
Šplhání	0
houpání se	1
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

10 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	28
----------------------------	-----------





Příloha 3 – Výsledky MŠ „F“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ F
Sídlo školy	Klidná oblast v sousedství parku a v blízkosti základní školy;
Architektonický ráz budovy	Budova ze 70. let 20. století, tzv. „závodní školka“
Program školy	Vychází z RVP PV „Spolu jsme se potkali, ruce jsme si podali“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; terén do kopce; protkaná betonovými chodníky;

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Dramatické hry v rámci volných her; při pobytu venku; 2	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Ranní pohybová hra; dramatické hry; 2	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

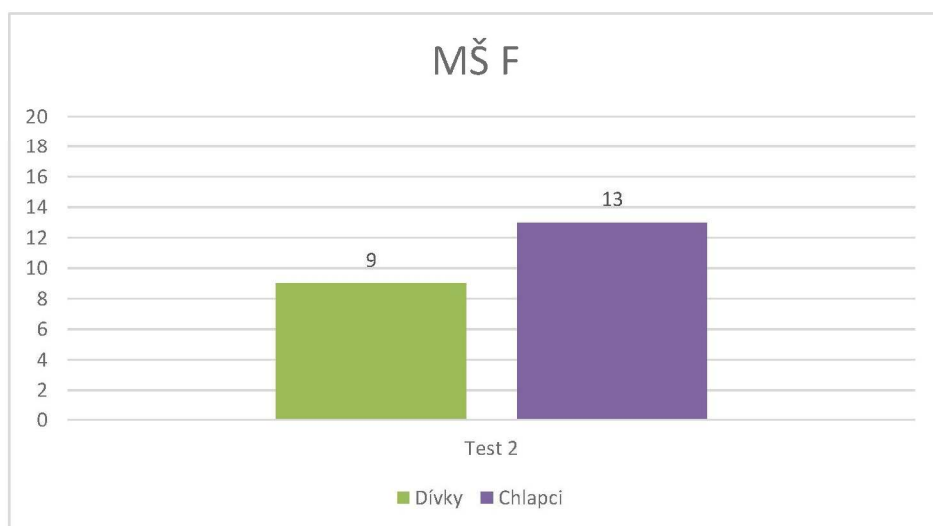
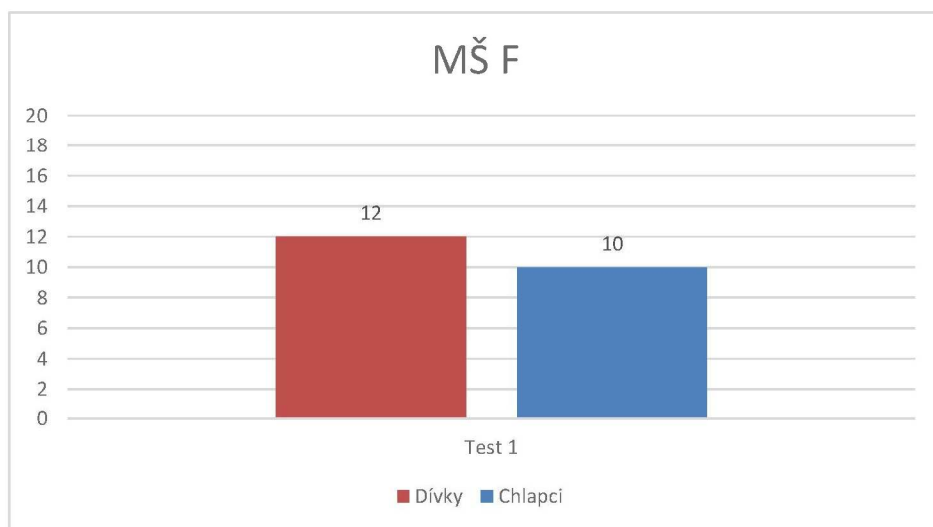
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	2	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné / nepoužívané = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

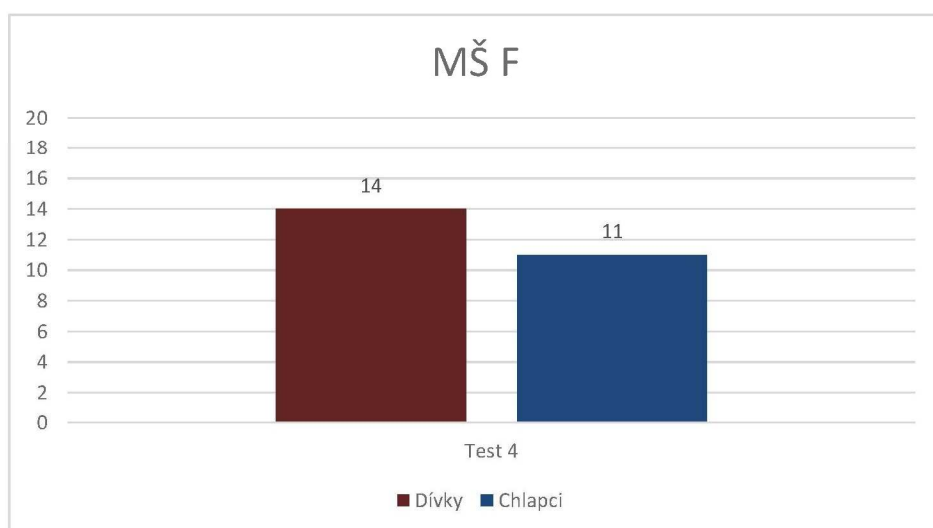
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	1
lezení / plazení	0
vylézání	1
přelézání	1
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	0
šplhání	0
houpání se	0
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

8 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	24
----------------------------	-----------





Příloha 4 – Výsledky MŠ „C“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ C
Demografické umístění	Rušná část města; u hlavní silnice;
Architektonický ráz budovy	Budova ze 70. let 20. st. Tzv. „závodní školka“
Program školy	Vychází z RVP PV a programu Začít spolu „Kniha je můj kamarád“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; bohaté moderní vybavení; členitý terén;

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Ranní a odpolední volné hry; při pobytu venku 2	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Pohybová hra 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	0	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

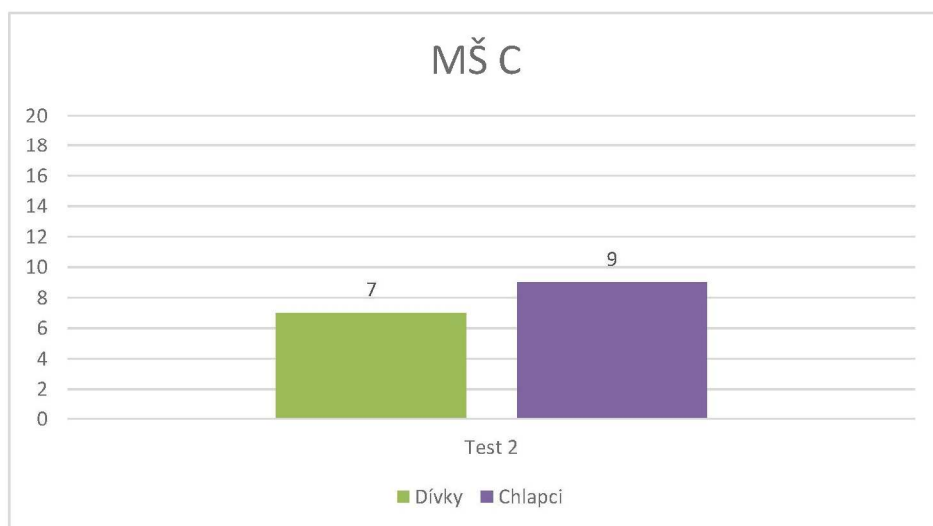
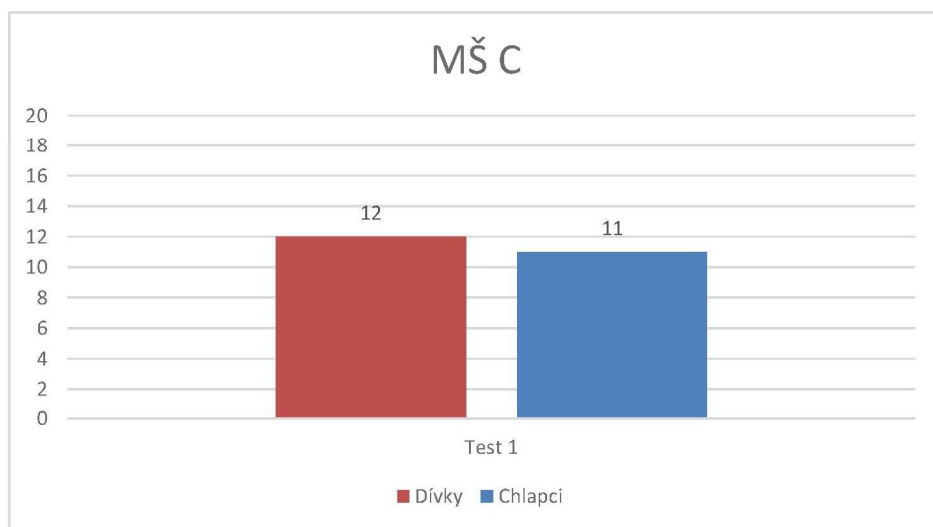
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	2	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

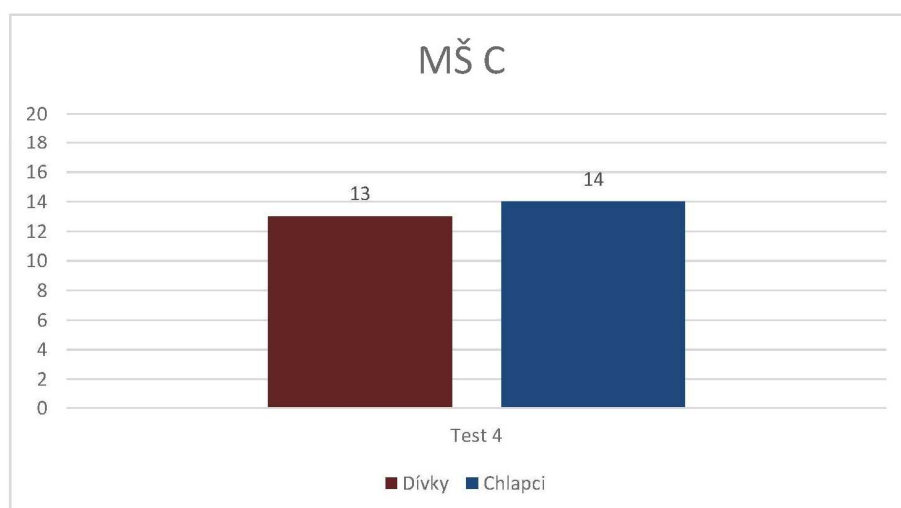
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	1
lezení / plazení	0
vylézání	1
přelézání	1
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	0
šplhání	0
houpání se	1
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

9 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	23
----------------------------	-----------





Příloha 5 – Výsledky MŠ „G“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ G
Demografické umístění	Sídliště na okraji města
Architektonický ráz budovy	Budova klasické školky (stáří cca 35 let)
Program školy	Vychází z RVP PV „Po cestě z kamínků“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; postupně modernizovaná a rekonstruovaná;

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Spontánní pohybové hry ve třídě i venku; 2	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Ranní pohybové chvílky 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

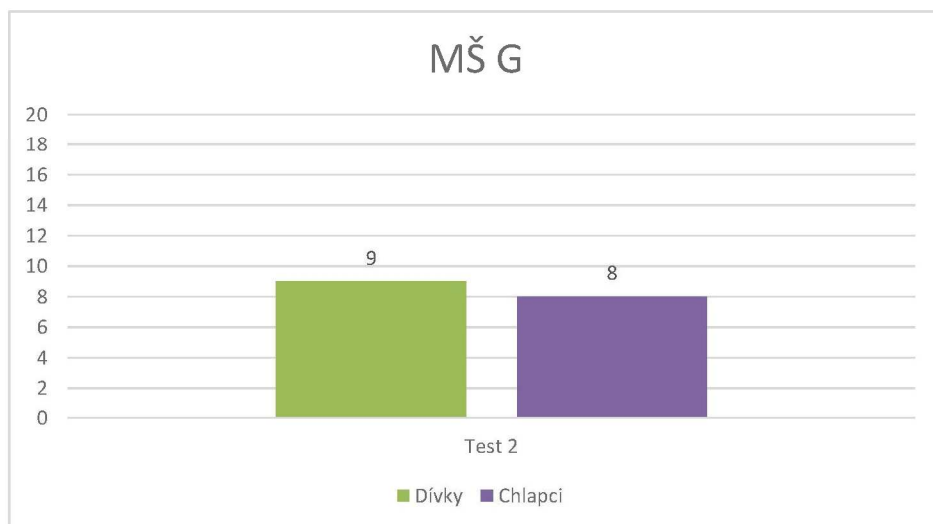
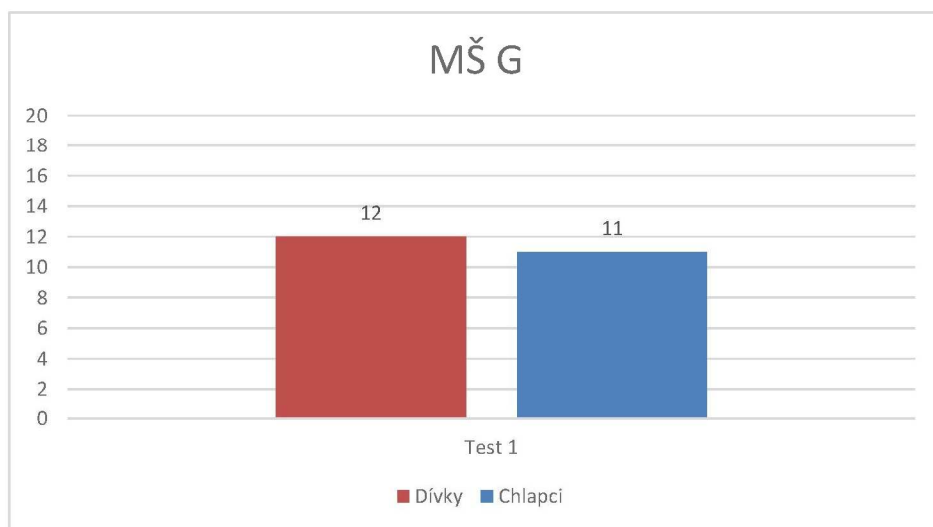
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	2	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné / nepoužívané = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

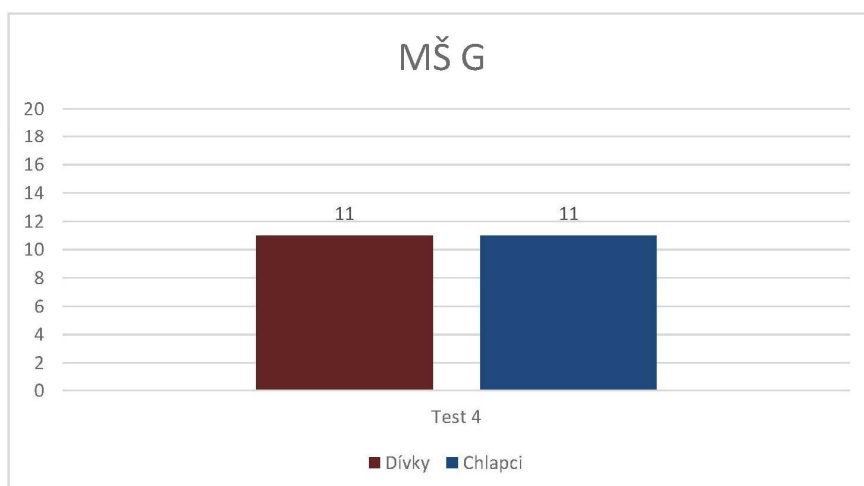
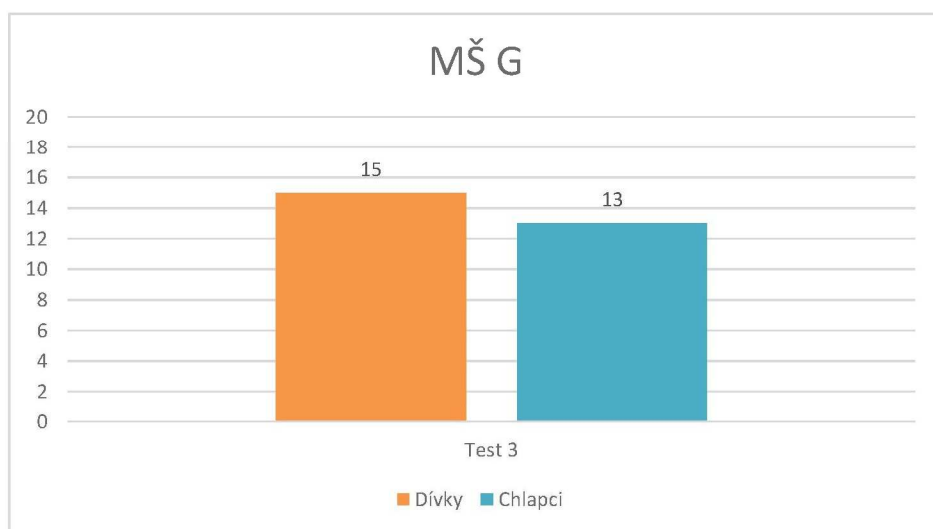
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	0
lezení / plazení	0
vylézání	1
přelézání	1
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	0
šplhání	0
houpání se	0
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

7 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	21
----------------------------	-----------





Příloha 6 – výsledky MŠ „D“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ D
Demografické umístění	Centrum města;
Architektonický ráz budovy	Historická budova – měšťanský dům; bývalý sirotčinec (1893)
Typ školy / Program školy	„Kouzelný strom“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; bohatě vybavená; bez stromů;

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Při pobytu venku; 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Ranní pohybová aktivita; 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

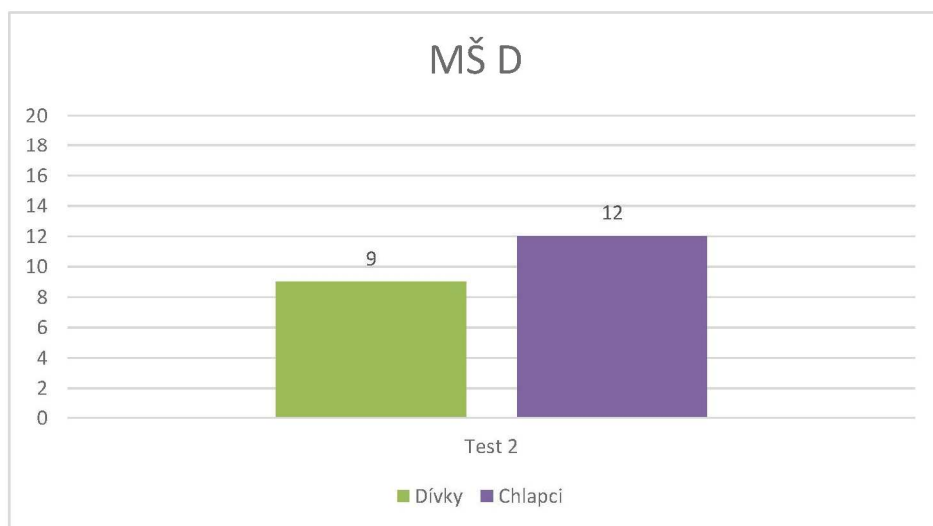
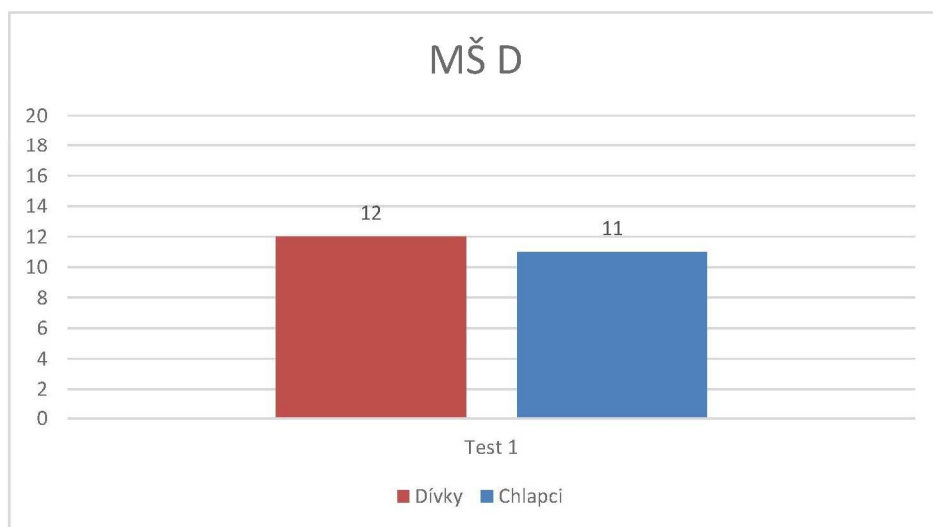
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	1 uklizené v kabinetu	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné = 0 bodů
Prostředí	2	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

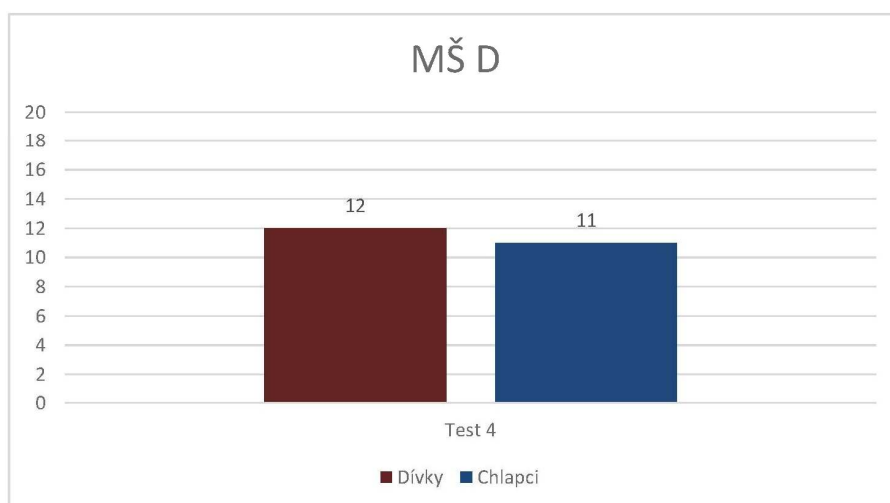
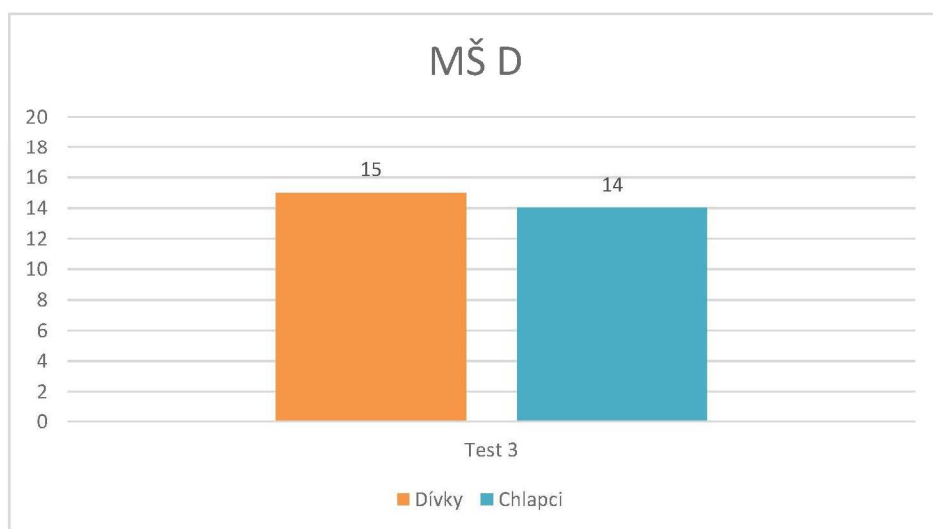
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	0
lezení / plazení	0
vylézání	1
přelézání	1
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	0
šplhání	0
houpání se	1
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

8 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	20
----------------------------	-----------





Příloha 7 – Výsledky MŠ „A“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ A
Sídlo školy	Okrajová část města; klidná čtvrť; obklopena rodinnými domy;
Architektonický ráz budovy	Budova klasické školky (stáří cca 35 let)
Program školy	Vychází z RVP PV „Cesta za barevnou duhou“
Počet tříd	5
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Obklopuje celou školu; každé oddělení má svoji část zahrady;

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	při pobytu venku 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	ranní pohybová chvilka 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	1	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

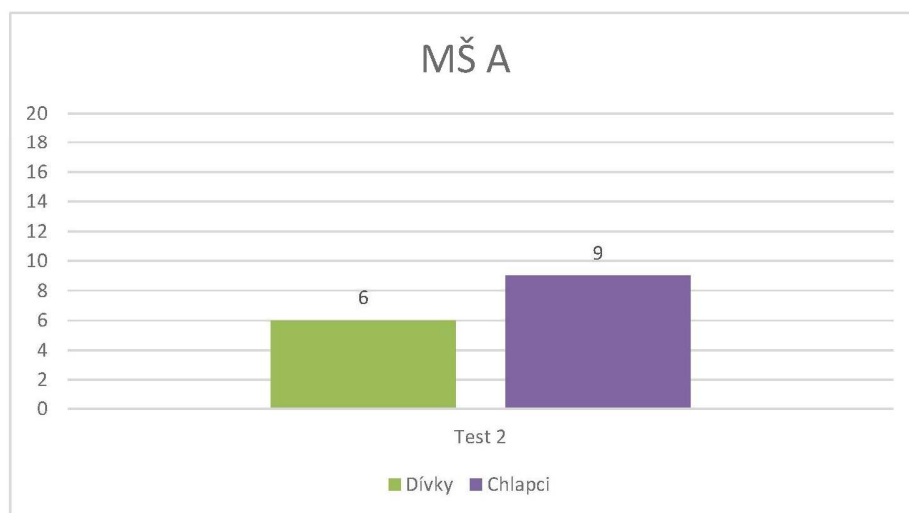
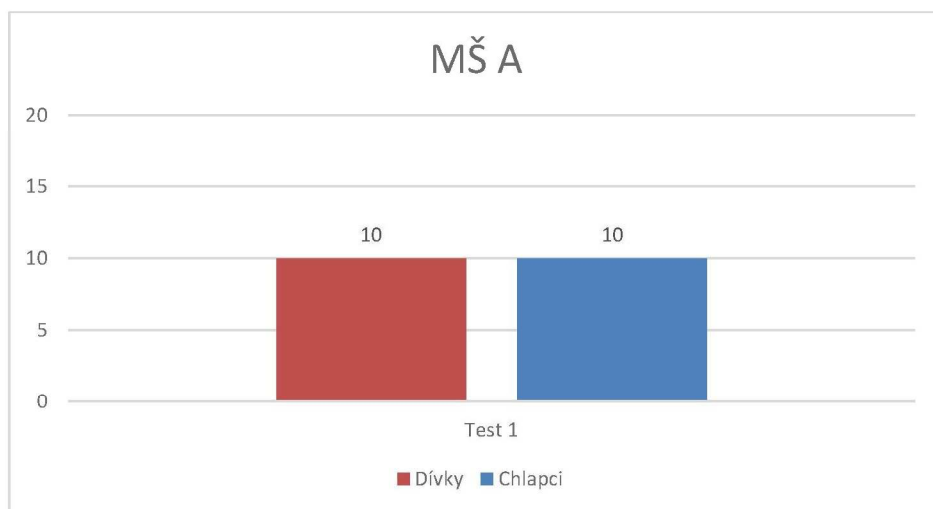
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	1	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

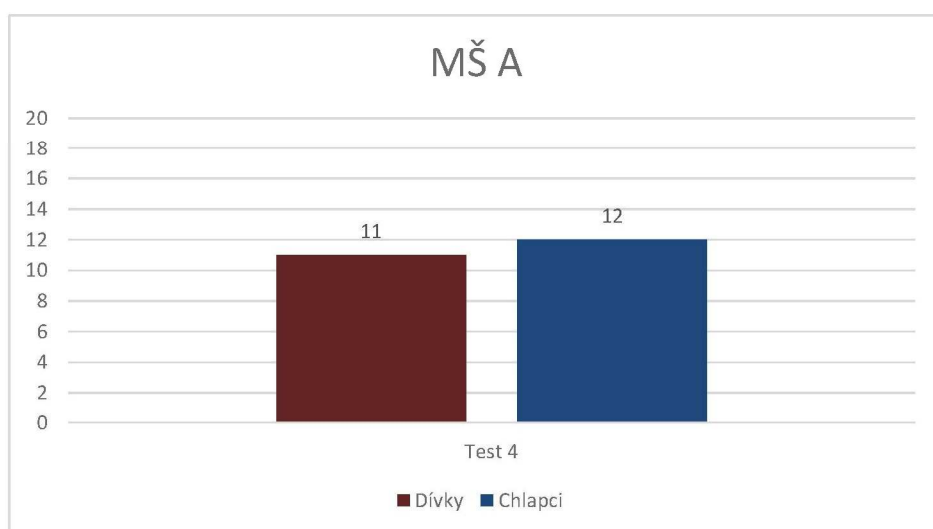
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	0
lezení / plazení	0
vylézání	1
přelézání	1
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	0
šplhání	0
houpání se	0
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

7 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	18
----------------------------	-----------





Příloha 8 – Výsledky MŠ „B“

1) Charakteristika školy:

Označení školy	MŠ B
Demografické umístění	Okrajová část města; klidná čtvrť; obklopena rodinnými domy;
Architektonický ráz budovy	Prvorepubliková vila
Program školy	Vychází z RVP PV „Putování s vláčkem“
Počet tříd	4
Věkové složení dětí ve třídách	Věkově homogenní
Venkovní prostory - školní zahrada	Ano; Vzrostlé stromy; bohaté moderní vybavení;

2) Pohybové aktivity v denních činnostech

Spontánní pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Při pobytu venku 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	2	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

Řízené pohybové aktivity		Hodnocení
Četnost	Ranní cvičení 1	2 a vícekrát denně = 2 body jedenkrát denně = 1 bod nepravidelně = 0 bodů
Časový úsek	0	1 h a více = 2 body 30 min - 1 h = 1 bod méně než 30 min = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod

3) Pomůcky pro pohybové aktivity

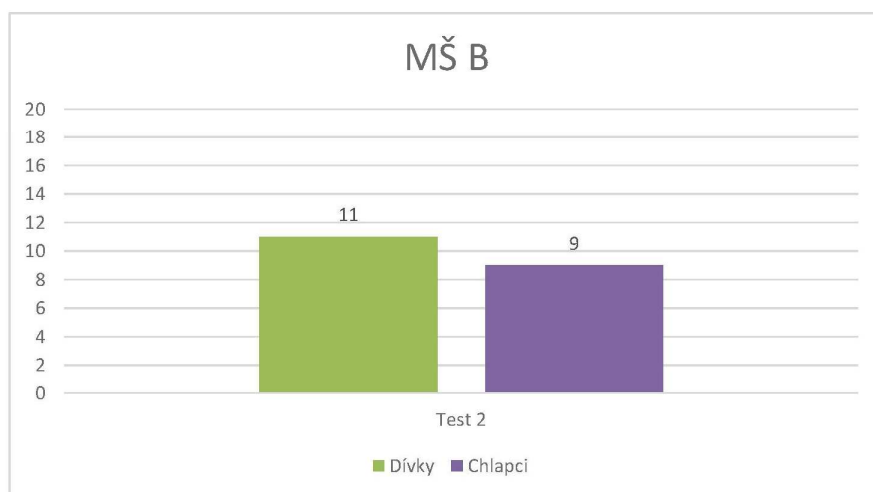
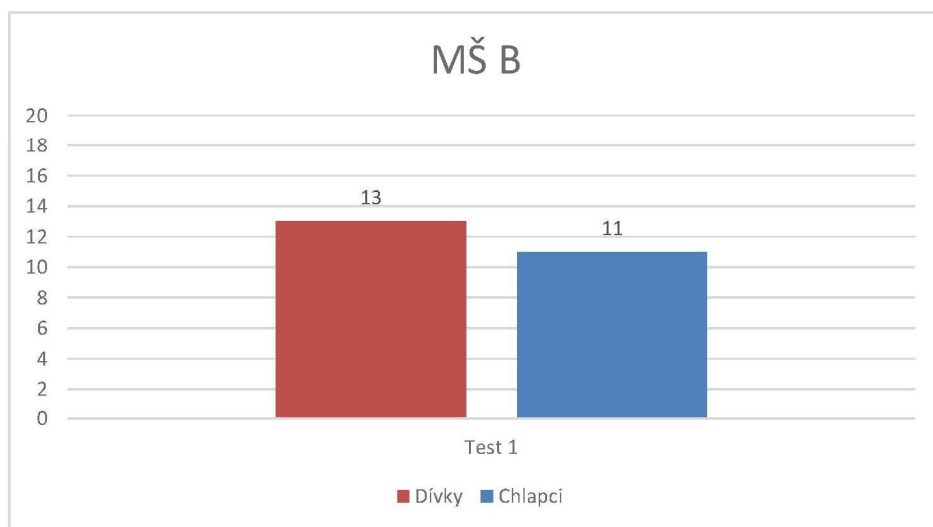
Pomůcky (materiál)		Hodnocení
Dostupnost	1 (umístěny v tělocvičně)	dětem volně dostupné při volných hrách i říz. činnostech = 2 body dostupné pouze při řízených činnostech s učitelkou = 1 bod nedostupné = 0 bodů
Prostředí	1	uvnitř i venku = 2 body pouze uvnitř / venku = 1 bod
Pestrost	2	rozmanité (= rozvoj širšího okruhu pohybových dovedností) = 2 body jednotvárné = 1 bod

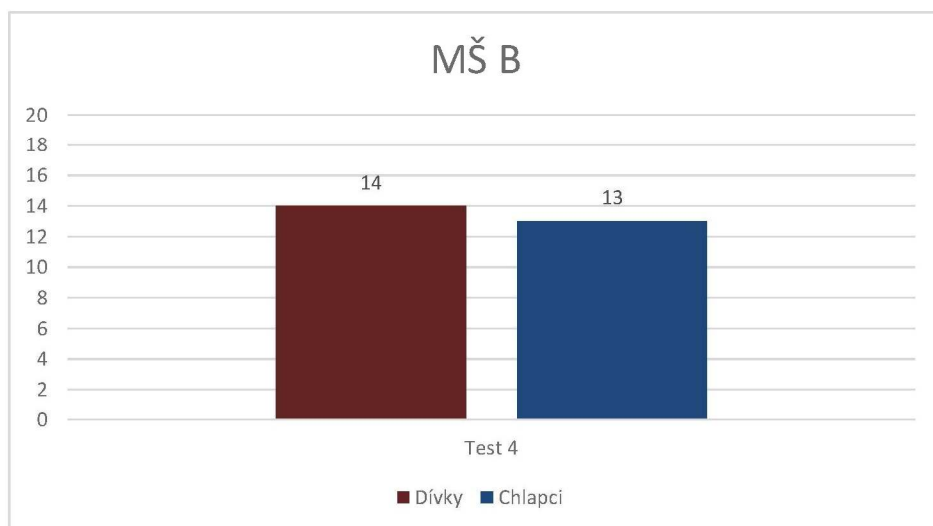
4) Podoby a formy lokomočních a nelokomočních činností v průběhu dne:

chůze	1
běh po rovné ploše	1
běh v členitém terénu	0
lezení / plazení	1
vylézání	1
přelézání	0
skoky / přeskoky / seskoky	1
převaly / překoty	0
šplhání	0
houpání se	0
balancování	1
rytmické a taneční činnosti	1

7 bodů

CELKOVÝ POČET BODŮ:	17
----------------------------	-----------





Příloha 9 – Fotografie prováděných testů









