

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Ústav profesního rozvoje pracovníků ve školství

Psychomotorické hry a jejich užití v praxi

Bakalářská práce

Psycho-motoric games and their use
in practice

Vedoucí bakalářské práce: PaedDr. Ivan Příbyl

březen 2007

Hana Potočková

Bzenecká 36, Plzeň

vychovatelství

kombinované studium

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením PaedDr. Ivana Příbyla. V práci jsem použila informační zdroje uvedené v seznamu.

V Plzni dne 20. 3. 2007



Chtěla bych poděkovat panu PaedDr.Ivanu Příbylovi za metodické vedení při zpracování bakalářské práce.

Přibylková
.....

Chtěla bych poděkovat panu PaedDr.Ivanu Příbylovi za metodické vedení při zpracování bakalářské práce.

D "

Anotace

Cílem bakalářské práce bylo vytvořit soubor psychomotorických her, které jsou vhodné nejen pro děti různých věkových skupin, ale i pro děti pohybově méně nadané či zdravotně oslabené.

Mezi hlavní úkoly patřilo ověření vhodnosti těchto her a jejich využití v praxi.

Klíčová slova

psychomotorika, hra, děti, pohyb, tělo, cvičení, komunikace, emoce, smysly, vnímání, relaxace, pocity, integrace, prostředí, prostor, předměty, vývoj, pravidla

OBSAH

1	ÚVOD	7
2	CÍL BAKALÁŘSKÉ PRÁCE	9
2.1	Úkoly	9
3	PŘEHLED DOSAVADNÍCH POZNATKŮ A TEORETICKÁ VÝCHODISKA	10
3.1	Historie psychomotoriky a její vývoj	10
3.2	Charakteristika psychomotoriky	10
3.2.1	Oblasti zájmu psychomotoriky	11
3.2.2	Realizace psychomotorického cvičení	13
3.2.3	Psychomotorické pomůcky	13
3.3	Věkové zvláštnosti	20
3.3.1	Tělesný vývoj	20
3.3.2	Psychický vývoj	21
3.4	Využití psychomotoriky	22
4	VYBRANÉ PSYCHOMOTORICKÉ HRY A JEJICH PRAKTICKÉ OVĚŘENÍ	24
4.1	Vlastní tělo	24
4.2	Vnější svět prostřednictvím smyslového vnímání	28
4.3	Svět věcí a předmětů	38
4.4	Rozvoj kladných psychických složek osobnosti	40
4.5	Rozvoj mentální složky	42
4.6	Sociální komunikace	44
4.7	Rozvoj kreativity, tvůrčí fantazie	48
4.8	Schopnost relaxace fyzické i psychické	50
5	ZÁVĚR	52
6	RESUMÉ	53
7	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	54
8	PŘÍLOHY	55

1 ÚVOD

Naše kultura vychází z řecké civilizace, jejímž ideálem byla harmonicky rozvinutá osobnost po stránce fyzické i psychické – kalokagathia (z řeckého kalos = krásný a agathos = dobrý). Všestranně zdatný člověk byl cílem antické výchovy, na jejíž odkaz později navázala renesance a humanismus a Komenského filosofie jej přiblížila dnešní době (Diderot, 1999). Vyváženost vztahů složky tělesné a duševní charakterizuje pozitivní vývoj člověka, promítá se do vzájemné komunikace mezi jedinci. Chování jako vnější projev psychiky člověka v sobě zahrnuje úkony, činnosti, reakce či formy jednání, je modelováno učením a zkušenostmi. Je zřejmá vazba mezi pohybovými dovednostmi a sociálním chováním. Proto by výchova ke správnému pohybovému chování jedince měla vést k dobře fungující lidské společnosti (Mužík a Krejčí, 1997).

Životní styl je utvářen během ontogenetického vývoje, závisí na endo a exogenních faktorech jako jsou vrozené dispozice, výchova, vzdělání, zkušenost, sociální prostředí, profese atd. Na dítě v první řadě působí rodina, která by měla dítě vést k utváření hodnotového systému. V něm by zásady zdravého životního stylu měly zaujímat přední místo (Mužík a Krejčí, 1997).

Současný způsob života je charakteristický ubýváním přirozeného pohybu. To má několik příčin. Díky moderní dopravě se omezila nezbytná lokomoce. Lidé si zvykli překonávat delší, ale i kratší vzdálenosti autem s odvoláním na časové a pracovní vytížení. Hypokineze, organicky podmíněná snížená hybnost, je důsledkem ubývání přirozené komplexní svalové zátěže (Diderot, 1999). Patří sem i problém fyziologicky nevýhodné polohy sedu (nepříznivý vliv na páteř, velký tlak na sedací plochy). Neblahé působení konzumního způsobu života je v mnoha případech zřejmé. Tělo je zvyklé na příjem, nikoli na výdej. Ve skladbě potravy tvoří nadměrně velkou část tuky a cukry, chybí základní hygienické a stravovací návyky. Rodinná výchova je nahrazována masmédií. V pozdějším věku se často přidávají civilizační choroby. Proto je reálné nebezpečí, že do budoucna bude celková tělesná úroveň naší populace i nadále klesat.

V předškolním věku je touha po pohybu přirozeným jevem. Veškeré poznávací činnosti probíhají v pohybu a spontánně. Se vstupem do školy je dítě nuceno

přizpůsobit se novému režimu, který jeho dosavadní pohybovou aktivitu omezuje. Potřeba kompenzace statické zátěže sezení v lavicích a soustředění je naprosto zřejmá i u dospělých, s tím rozdílem, že děti pohyb vyhledávají naprosto nevědomě. Proto by k němu měly mít dostatek možností a prostoru.

Právě při hledání řešení upoutala pozornost psychomotorika jako ucelený pohybový systém, který zdůrazňuje právě výchovnou stránku pohybu a využívá ji nejen pro poznávání, chápání a ovládnutí fyzické složky osobnosti, ale i psychické a emocionální, pro výchovu chování a jednání, vytváření mezilidských vztahů. Psychomotorika má integrační charakter, přitom je hravá, zábavná (Adamírová, 2000).

Již pátým rokem pracuji jako asistent pedagoga v dětském domově, a proto mě tato problematika stále oslovuje. Práce s dětmi je tedy náplní mého zaměstnání. Uvědomuji si, že hra je nedílnou součástí vývoje každého dítěte a v různých formách nás provází po celý život.

2 CÍL BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Cílem bakalářské práce je vytvoření souboru psychomotorických her vhodných pro děti různých věkových skupin.

2.1 Úkoly

1. nabídnout vhodné psychomotorické hry
2. ověřit jejich realizaci v praxi

3 PŘEHLED DOSAVADNÍCH POZNATKŮ A TEORETICKÁ VÝCHODISKA

3.1 Historie psychomotoriky a její vývoj

Psychomotorika vznikla ve dvacátých letech ve Francii původně jako součást léčebné tělesné výchovy pro zdravotně postižené děti. Vyvinula se z francouzských tradic přirozeného tělocviku, rytmické gymnastiky, různých tanečních směrů a pantomimy. Své kořeny má v praxi lékařů, terapeutů, ale i psychologů a sociologů.

Její další vývoj se začal uplatňovat v padesátých letech v Německu. Zde ji začal využívat J. Kiphard v práci s mentálně postiženými v psychiatrické léčebně. Postupně prošla vývojem a také se přizpůsobila společenským podmínkám. Přes Švýcarsko a Lucembursko se dostala do celé západní a severní Evropy, Rakouska, Slovinska a České republiky.

Od roku 1990 se u nás o propagaci psychomotoriky nejvíce zasloužili lektoři z Lucemburska (S. Everlingová) svou lektorskou činností, dovozem psychomotorických pomůcek a učebních materiálů, vyškolením pěti našich lektorů. Současně probíhala i lektorská činnost lektorů psychomotoriky z Kielu – SRN (S. a Dr. D. Baedke). Po založení sekce psychomotoriky při Unii zdravotní TV došlo k navázání užších kontaktů s Asociací pro rozvoj psychomotoriky SRN (T. Irmischer), které se projevují dalším vzděláváním lektorů, doplňováním učebních pomůcek, příruček, učebnic, videokazet atd. V naší republice patří k významným propagátorům Doc. PhDr. J. Adamírová, Csc. nebo Mgr. V. Osvaldová. (Adamírová, 2000).

3.2 Charakteristika psychomotoriky

Termín psychomotorika je složen ze slov psyché (duševní procesy) a motorika (pohybové procesy). Duše a tělo se navzájem významně ovlivňují, propojují a souvisejí spolu.

Psychomotorika je systém výchovy, který využívá pohyb jako výchovného prostředku. Jedná se tedy o výchovu pohybem, která je cílená a odpovědná, ale zároveň zábavná a hravá. Podporuje iniciativu, samostatnost, tvořivost a respektuje individualitu jedince. Neklade důraz jen na rozvoj pohybových schopností a tělesnou zdatnost, ale i na psychiku a sociální citění. Bere v úvahu úroveň pohybových schopností, věk, vlastnosti osobnosti a existující sociální vztahy.

V psychomotorice je kladen důraz na uvědomování si vlastních pocitů a citů i na rozvoj schopností vcítit se do pocitů a potřeb druhých, chápat je a respektovat, spolupracovat a pomáhat jim.

Cílem psychomotoriky je rozvoj harmonické osobnosti z hlediska fyzického, psychického i společenského, která je schopná jednat samostatně, cílevědomě, plánovitě, kontrolovaně, ale i vstřícně a ohleduplně při zachování své individuality (Adamírová, 2000).

Úkolem psychomotoriky je za prvé poznat své tělo, naučit se s ním zacházet a ovládat je. Současně získat co nejvíce zkušeností o svém těle z hlediska fyziologického, kognitivního a emociálního a umět je využívat pro své sebepoznání, sebezdokonalování, ale i jednání. Druhým úkolem je seznámit se s prostředím, s předměty, které jsou kolem nás, s jejich vlastnostmi, možnostmi a způsoby využití. Třetím úkolem je poznat společenské prostředí, osoby, které v něm žijí. Naučit se poznávat druhé, navazovat kontakty, komunikovat, spolupracovat, budovat vzájemnou důvěru. Základem všech tří úkolů je získat co nejvíce informací, umět je zpracovat a využít pro své jednání. Množství získaných informací pak pomáhá dotvářet osobnost každého jedince. Tento proces probíhá celý život (Adamírová, 2000).

3.2.1 Oblasti zájmu psychomotoriky

Současná podoba psychomotoriky vychází z vědního oboru motologie – zkoumá lidský pohyb, jeho vývoj, poruchy. Čerpá především z lékařských věd (psychiatrie, pediatrie), dále pak z psychologie, pedagogiky, sociologie a sportovních věd. Úzká je její souvislost s etikou a estetikou.

Je určena nejen pro děti zdravotně postižené, zdravotně oslabené nebo s lehčími odchylkami ve vývoji, ale i pro děti zdravé v předškolním a školním věku či pro mládež po pubertě. Své uplatnění najde i u dospělé populace, především u starších osob v rámci dobrovolných tělovýchovných organizací či v domovech důchodců.

Ze širě objektu zájmu vyplývá pestrost jednotlivých úkolů. Hlavním úkolem je získat co nejvíce zkušeností v oblasti vnímání a pohybu.

Podle Osvaldové (1997) lze rozdělit oblasti zájmu prostřednictvím obsahové náplně do osmi skupin:

1. Vlastní tělo, vlastní „já“

- ❖ tvar, velikost, jednotlivé části a jejich funkce, citlivost povrchu

2. Vnější svět prostřednictvím smyslového vnímání

- ❖ pomocí zraku, sluchu, čichu, prostorové orientace, rovnováhy

3. Svět věcí a předmětů

- ❖ vlastnosti, upotřebitelnost

4. Rozvoj kladných psychických složek osobnosti

- ❖ odvaha, sebejistota, sebekázeň, nesobeckost

5. Rozvoj mentální složky

- ❖ paměť, vybavování si, osvojování nového

6. Sociální komunikace

- ❖ spolupráce, ochota pomoci, sounáležitost s celkem, harmonické vztahy

7. Rozvoj kreativity, tvůrčí fantazie

- ❖ vlastní představy, společné řešení úkolu

8. Schopnost relaxace fyzické i psychické

3.2.2 Realizace psychomotorického cvičení

Zásada pohybu hravou formou se opírá o zákonitosti psychického vývoje dítěte, jehož hlavní náplní je hra. „Hra je prostředkem pro uvolnění životní energie, emocí, důležitá pro relaxaci a duševní zdraví.“ (Diderot, 1999, s. 228)

Základem psychomotorického cvičení jsou často témata, pohybové úkoly, které cvičenci řeší samostatně nebo ve spolupráci s ostatními v menších či větších skupinách s různými psychomotorickými pomůckami. Metody a didaktické postupy respektují individualitu a pohybové schopnosti každého cvičence. To vede k jejich větší samostatnosti, tvořivosti a iniciativě.

Cvičitel je vždy pečlivě připraven, navrhuje témata, při řešení úkolů zůstává v pozadí, dle potřeby radí a pomáhá dojít ke správným závěrům. Není tak autoritativní, proto cvičení provází příjemná a sblížující atmosféra. Jeho vlastnostmi by měly být trpělivost a důslednost, ale především schopnost vcítit se do pocitů a potřeb cvičenců. Spolupráce a dorozumění je základem cvičebních aktivit, kde cvičenci musí mít stále pocit, že se svými nápady a návrhy podílejí na vytváření a průběhu celého programu. Psychomotorické hry jsou většinou nesoutěživé, proto pozitivně rozvíjí psychické funkce, schopnosti a dovednosti. Na závěr nesmí chybět společné posezení se sdělováním prožitků, pocitů a zkušeností (Adamírová, 2000).

3.2.3 Psychomotorické pomůcky

a) Typické pomůcky – běžné tělocvičné nářadí a náčiní

Děti se mohou seznámit s veškerým vybavením tělocvičny, aniž by jej využívaly k účelům pro ně typickým. Náčiní slouží jako pomůcky při symbolických hrách, soutěžích a zcela záleží na tvořivosti cvičitele, jaké možnosti dětem předloží. Např. švihadlo (oprat', ocas, provazochodecké lano, nit' krejčího), obruč (domeček, hnízdo, volant, okno) atd.

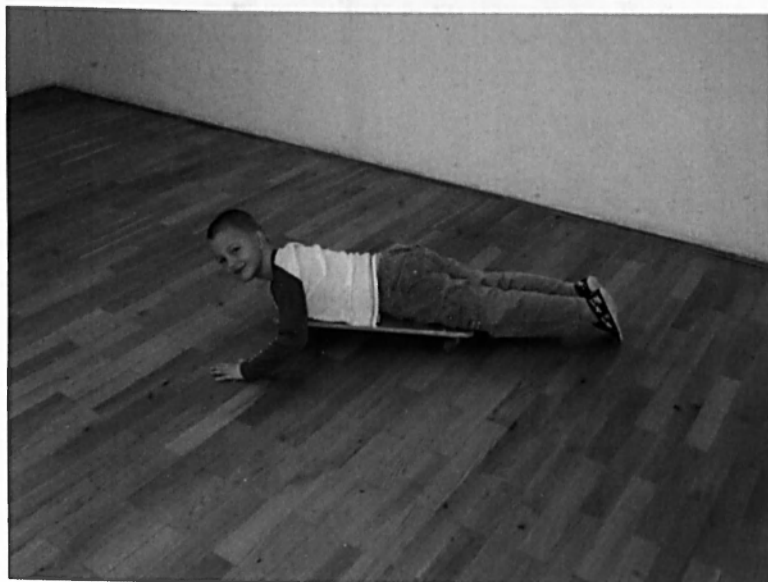
b) Předměty denní potřeby – kalíšky, tácky, misky, pokličky, talířky, kuličky, šátky, noviny, PET lahve, hračky, textilie, kolíčky na prádlo, deky, balónky, atd.

Hrám s těmito předměty se meze nekladou. Mají především funkci motivující a probouzí dětskou fantazii. Mají klidnější charakter. Nejprve jsou zaměřené na samotný předmět, potom na rozvoj osobnosti dítěte – vlastní tělo, hmat, sociální komunikaci.

c) Specifické pomůcky – vozíček, pedala, padák, fitbally, koberečky, nafukovací matrace, deky. Jde o pomůcky speciálně vyráběné k tomuto účelu. Děti upoutávají především svou pestrostí, netradičností a pohyblivostí. Na následujících stránkách jsou všechny blíže popsány a některé vyobrazeny.

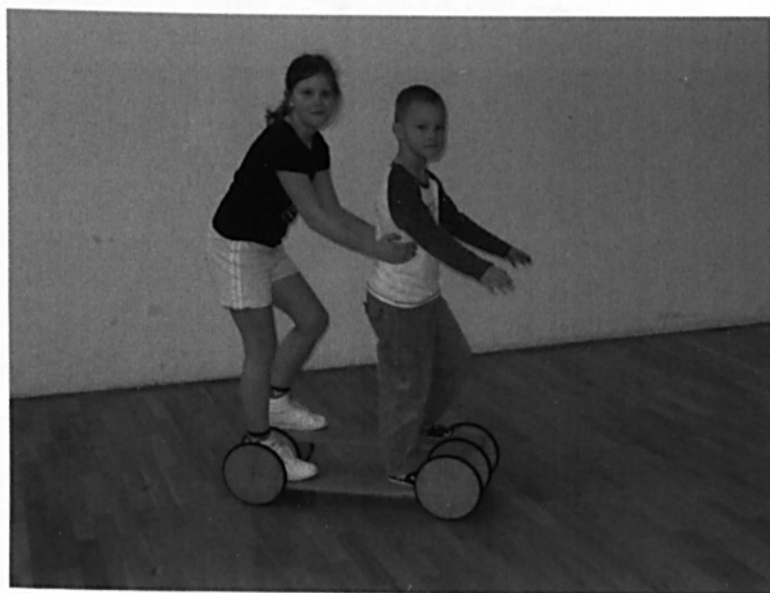
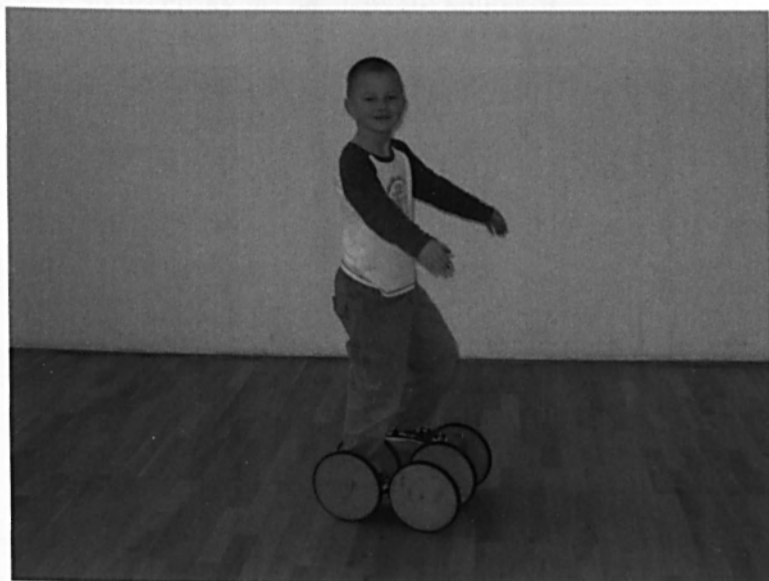
Vozíček

Prkénko na kolečkách o rozměrech 40x60cm. Z bezpečnostních důvodů jsou rohy i hrany zaoblené. Kolečka jsou v ložiscích otáčivá o 360 stupňů. Z dovozu je vozíček velmi nákladný, levnější je jeho stavebnice, kterou lze u nás již koupit. Vozíček je dopravní prostředek, který děti používají za pomoci odstrkávání rukama nebo nohama, v sedě, nebo v leže. Vozíček zlepšuje koordinaci, rovnováhu, orientaci v prostoru, zvyšuje sebedůvěru a pocit odpovědnosti. Význam má i v oblasti sociální, v navazování kontaktů, budování důvěry a spolupráce.



Pedalo

Vpředu a vzadu jsou vždy vodorovně spojená kolečka a mezi nimi dvě vodorovná prkénka – šlapadla. Existují také dvojpedala, nebo tandemová pedala. Toto pohyblivé nářadí je dobré na zlepšení rovnováhy, obratnosti, soustředěnosti, odvahy, ale i pro společenskou výchovu. Cílem cvičení je dosáhnout plynulé jízdy vpřed a vzad.



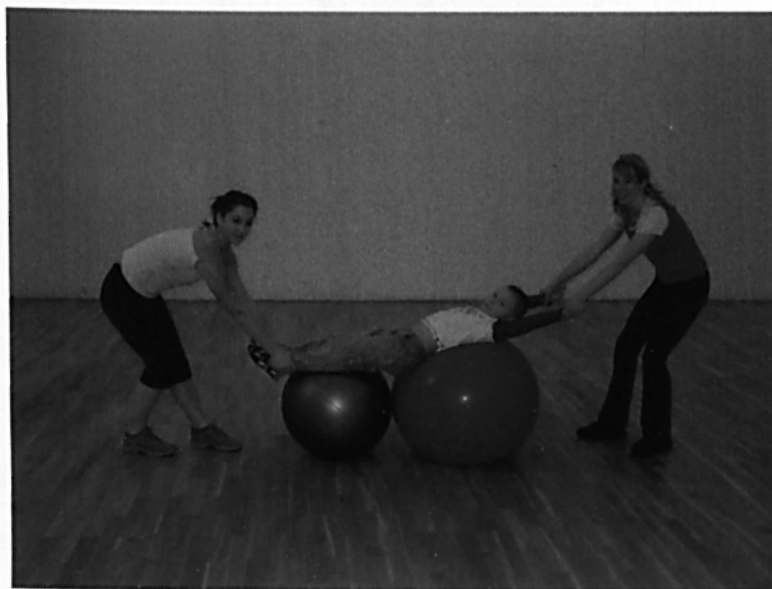
Padák

Kulatá plachta s provazy a šňůrami z tenké, vzdušné, pevné látky. Vnější okraj je zpevněn, stejně jako otvor uprostřed. Může být složený z barevných pruhů pravidelně se opakujících, nebo jednobarevný s nakreslenými čísly nebo písmeny na jednotlivých pruzích. Využívá se k senzomotorickému vnímání, ale zlepšuje i vnímání těla v prostoru. Význam má také společenský při navazování kontaktů.



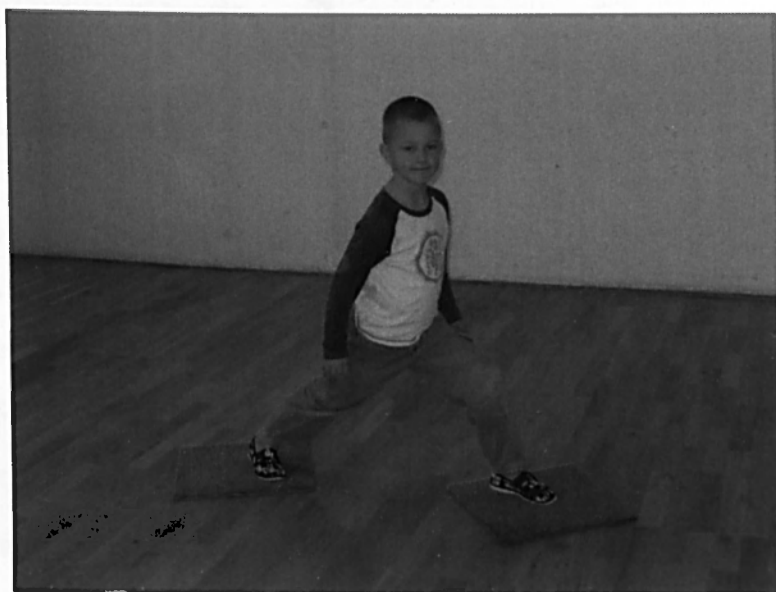
Fitbally

Balony na rozvoj rovnováhy, koordinace, prostorové orientace a spolupráce.
Možné úkony – sezení, houpání, protažení v lehu na břiše (plavání, létání), protažení na zádech (kanapíčko), ve dvojicích kutálení, nebo odrážení o zem.



Koberečky

Čtvercové podložky, na jedné straně protiskluzové, na druhé straně s vlasem, který umožňuje skluz velmi dobrý. Výhodné jsou koberečky různých výrazných barev. Používají se i k diagnostické hře.



Nafukovací matrace

Matrace různých rozměrů. Matrace se rozloží a nafoukne. Může se nafukovat i se cvičenci, kteří na ni lehají v určité výši s dolními končetinami roznoženými a horními rozpaženými, aby nepropadali. Používá se při pomalém plnění spojeném se střídavým částečným vypouštěním ke cvičení taktilního vnímání a pro nácvik relaxace, za doprovodu tiché hudby. Na plně nafouknuté matraci, která dosahuje výšky asi jednoho metru, lze provádět různá cvičení s ostatními psychomotorickými pomůckami (míčky, tácky).

Deky

Deky používané jako dopravní prostředek jednotlivce, dvojice, skupinky. Vzájemné přepravování, jeden táhne druhého v lehu, sedu, kleku, nebo stojí. Dále se používají jako trampolína k vyhazování míče, nebo přehazování míče mezi dvěma i více dekami. Soustředí se především na spolupráci (Adamírová, 2000).

3.3 Věkové zvláštnosti dětí

3.3.1 Tělesný vývoj

Lidská ontogeneze se zabývá individuálním vývojem jedince od narození, po dobu celého jeho života, až po smrt. Růst a vývoj jedince je vzájemně podmíněn a každé období charakterizují určité změny. Růst je změnou kvantitativní, kterou můžeme měřit, kdežto vývoj je proces jednosměrný, kvalitativní.

Děti v předškolním věku mají všechny tělesné orgány rozvinuty ve své anatomii i ve své funkci. Jsou tedy schopny konat všechny základní, ale i lokomoční pohyby. Růst až do puberty postupuje pozvolným tempem, dochází k osifikaci kostí, změnám kostry a svalstva. Děti jsou pěkně zaoblené, bez viditelných svalů. Mluvíme o období první tělesné plnosti.

V průběhu mladšího školního věku, především v první třídě, dochází k prudkému vzrůstu a po první vytáhlosti přichází období druhé plnosti. Dochází k dalším tvarovým změnám postavy. Formuje se pas, oplošťuje hrudník, dochází ke změnám v ukládání tuku u dívek, ale i u chlapců. Postava je sice ještě dětská, ale už začíná nabývat proporcí dospělého člověka.

Vývoj přechází do další fáze a to je období dospívání, puberty, kdy dochází ke změnám kostry a svalstva. Zvětšuje se šířka ramen a pánve, nastupuje rychlý růst končetin, přirozeně bolestivý, a posléze i růst trupu. Jde o období druhé vytáhlosti. Vyvíjí se pohlavní orgány a sekundární pohlavní znaky. Rozvrstvení tuku je opět odlišné. Zatímco u chlapců je nenápadně rozložen po celém těle a vynikají spíše svaly, u dívek se ukládá mnohem větší množství. Především na některých místech těla, jmenovitě na prsou, hýždích, stehnech, lýtkách a podbřišku. Je tím vytvářena charakteristická ženská postava zaoblených tvarů (Příhoda, 1963). Ke konci puberty se růst začíná zpomalovat, u chlapců sílí a mohutní svalstvo, u dívek přichází menarché (první menses), postupně se uzavírají růstové štěrbin.

3.3.2 Psychický vývoj

Vývoj osobnosti je určován narůstajícím významem odlišných činitelů: zrání, učení, socializace a seberozvojového úsilí. Zjednodušením lze říci, že následní činitelé přejímají vůdčí roli. Působnost jednotlivých činitelů se prostupuje a je nemožné odlišit jeden od druhého. Zrání je provázáno učením, které probíhá v socializačním kontextu, je určované edukací, která není myslitelná bez seberozvojových snah jedince (Helus, 2004).

Duševní vývoj dítěte v předškolním věku je pomalejší, neboť má dítě málo životních zkušeností. V tomto věku se vyznačuje především značnou pohyblivostí, obratností a samostatností týkající se např. oblékání. Jeho hlavním zaměstnáním je hra, prostředek sebevýchovy. Jeho hlavním vyjadřovacím prostředkem je kresba. Hrou si rozvíjí myšlení, představivost, řeč, sebeukázněnost a sebeovládání. Kresbou dává

najevo víc, než by se odvážilo říci slovy. Touží po společnosti dětí, ale i dospělých, uvědomuje si své místo v rodině. Jde také o období prvního vzdoru.

První velkou změnou v životě je nástup školní docházky. Vstupem do školy se dětský život zásadně mění, končí období hry, jako výhradního zaměstnání a dítě se plně setkává s tvrdým pojmem povinnost. Zaměstnání ztrácí hravý ráz a stává se realitou, prací. Hlavní činností není hra, ale učení, což je pro dítě jistá zátěž. Dítě se musí adaptovat, přivyknout školním povinnostem. Vstupem do školy je dítě také značně omezeno v pohybu, i na čerstvém vzduchu. Hlavně v průběhu dopoledne musí trávit většinu času vsedě. Důležitý je dostatečný odpočinek, spánek a volba vhodných volnočasových aktivit. V tomto období roste slovník dítěte nejen kvantitativně, ale především kvalitativně. Děti jsou soutěživé, ctižádostivé, solidární. Teprve v této době jsou děti schopné projevit bolest nad smrtí blízkých. Kresba je stále důležitým výrazovým prostředkem podobným řeči. Tento věk je všeobecně považován za období spíše klidné, vyrovnané, někdy se o něm mluví jako o nejšťastnějším životním období (Příhoda, 1963).

Oproti tomu pubescence je věk plný neklidu, dramatické proměny duše i těla. Jedinec se vzpouzí autoritám, vstupuje do konfliktů s rodiči i učiteli, hledá sám sebe. Tuto proměnu provázejí hluboké krize, změny nálad, názorů, tužeb (Helus, 2004). Je to období, kdy většinou vzniká komplex méněcennosti a z tohoto důvodu dochází více k sebevraždám. Práce je hlavním a intenzivním zaměstnáním. Jedinec se už necítí být dítětem, zaměstnává se hlouběji a rozvíjí všechny své schopnosti.

3.4 Využití psychomotoriky

Psychomotorika nabízí široké možnosti uplatnění u dětí zdravých, zdravotně oslabených i postižených na školách mateřských, základních, zvláštních, v tělovýchovných jednotách a střediscích, v různých ústavech výchovných a léčebných, v lázních, na letních a zimních táborech, ale také v rodinách. Svým charakterem splňuje důležitou motivační funkci, integrační charakter a navozuje příjemnou atmosféru. Díky tomu zde nacházejí uplatnění a uspokojení i cvičenci s menšími pohybovými

možnostmi, protože jim dodává pocit větší seberealizace. Vhodným cvičením a laskavým přístupem můžeme odstranit pocity úzkosti a stresu z neúspěchu, selhání a následnou nechuť k pohybovým činnostem. Smyslem psychomotoriky je prožitek, nikoli dosažení dokonalosti za každou cenu.

4 VYBRANÉ PSYCHOMOTORICKÉ HRY A JEJICH PRAKTICKÉ OVĚŘENÍ

Psychomotorické hry jsou rozděleny podle oblasti zájmu dle Osvaldové (1997). Řadu z nich však nelze jednoznačně zařadit, neboť mají širší uplatnění. Proto by uvedené pohybové aktivity měly sloužit spíše jako návrhy typů her a cvičení, jsou tvárné a až na výjimky zde nefigurují pevná pravidla. Ke každé hře je uvedeno její zaměření a u některých her jsou zařazeny postřehy z praktického ověření a poznámky, týkající se určitých specifik pro danou činnost (dále jen Pozn.).

4.1 Vlastní tělo

➤ Velikost rozměru (Osvaldová, 1997)

Zaměření: soustředěnost, relaxace

Děti pracují ve dvojicích, křídou na podlahu nakreslí představu svého těla, potom si do kresby lehnou a druhý z dvojice obkreslí jejich skutečnou siluetu jinou barvou. Oba obrysy potom porovnají.

Varianty: obkreslujeme jednotlivé části těla (pouze hlava, končetiny), místo křídly použijeme balicí papír a fixy, provaz – tato hra a následující tři vyžadují klidnou atmosféru, dají se zařadit i jako relaxace. Po rychlé předcházející části se děti nedokáží zklidnit, hry správně neprožijí. Při menším počtu hráčů hudba.

Pozn.: menší počet dětí

➤ Loutkové divadlo

Zaměření: soustředěnost, relaxace

Děti leží na zádech se zavřenýma očima, cvičitel vypráví krátký příběh: „Bylo jedno divadélko, v noci v něm všechny loutky spaly, ráno přišel loutkař a zkoušel, jestli se loutkám přes noc nepocuchaly provázky. Opatrně tahal za pravou nohu, levou nohu, pravou ruku, levou ruku, obě nohy, obě ruce, hlavičku, břicho...“ Děti jmenované části

zvedají, cvičitel různě kombinuje (pravá ruka a levá noha...). Hru ukončí probuzením loutek.

➤ Pokládání předmětů (Osvaldová, 1997)

Zaměření: vnímání citlivosti povrchu, paměť

Jedno dítě leží se zavřenýma očima, druhé mu klade na povrch těla různé předměty – pивní tácky, kelímky od jogurtů, molitanové kostky. Ležící si uvědomuje umístění předmětů, jejich tíhu, jmenuje části těla, na kterých spočívají.

Varianta: položíme předměty, postupně sebereme a ležící pak určí, kde byly:

- předměty jsou různé váhy, dítě určuje, kde leží nejlehčí, nejtěžší
- hra na váhy – ve stoji se zavřenýma očima dítě v dlaních zvažuje předměty

➤ Pes záchranář (Osvaldová, 1997)

Zaměření: obratnost, citlivost povrchu

Klečícímu cvičenci položíme na záda různé předměty, které má po čtyřech dopravit ke zraněnému = druhé dítě, meta, a nic přitom neztratit.

➤ Novinový běh

Zaměření: obratnost, rychlost, citlivost povrchu

Cvičenec si umístí dvojlist novin na hrud' a snaží se uběhnout co nejdelší dráhu bez přidržování novin.

Varianta: obíhání mety, kličkování

Pozn.: jakákoli činnost s novinami měla dobrou odezvu, pouze nešlo zkombinovat cvičení s hudbou pro přílišný hluk

➤ Pantomima (Osvaldová, 1997)

Zaměření: vnímání vlastních pocitů, nálad

Děti vyjadřují pohybem a grimasou pocity horka, zimy, radosti, smutku, údivu, strachu,...

Pozn.: společně s dalšími dvěma hrami rozvíjí dramatické a tvořivé schopnosti. U hry Na fotografa můžeme vyzorovat, kdo má jakou sociální roli v kolektivu, např. kdo je vůdčí typ, určuje ostatním, kdo se přizpůsobuje.

➤ Jak rostou stromy

Zaměření: nálady, pocity, představivost

Každé dítě si představí, jakým bude stromem. Všichni jsou pohromadě v dřepu – semínka pod zemí, na signál začnou klíčit, růst, vystrkovat větvičky... až dorostou do vysokého stromu.

➤ Sochy

Zaměření: vnímání pocitů, nálad, spolupráce, fantazie

Děti vytváří sousoší ve dvojici, ostatní hádají, co jejich socha znamená.

➤ Na fotografa

Zaměření: vnímání pocitů, nálad, spolupráce, fantazie

Cvičitel je fotograf, skupina dětí vytváří společnou fotografii např. svatba, třída na výletě, rodinné foto atd.

➤ Na zvířata (Adamírová, 1995)

Zaměření: nálady, pocity

Děti leží na břiše, provádějí pohyby podle doprovodného textu cvičitele: „Představte si, že jste zvířata, co nemají ruce, nohy, nevidí. Pohybujete se po zemi jen pomocí hlavy a těla. Pozor, narostly nám ručičky – pouze dlaně, nožičky – pouze chodidla, otvíráme oči, máme předloktí, kolena... a nakonec už máme všechno jako lidé, narovnáme se a radujeme se z toho, jací jsme.“

Pozn.: vhodné pro menší děti

➤ Na mrazíka

Zaměření: zahřátí organismu, rychlost, citlivost povrchu

Mrazík – honič dotykem zmrazí chyceného, nakonec i sám sebe, pak na všechny zasvítí slunce – cvičitel vezme míč, obruč a všichni roztají.

Pozn.: honička s jednoduchými pravidly, většinou se děti dožadují opakování, pokud jeden mrazík nestačí, můžeme hru pozastavit a přidat dalšího mrazíka.

➤ Šípková Růženka

Zaměření: zahřátí organismu, rychlost, citlivost povrchu

Koho se honič dotkne „růží“, ten usne na zemi. Když všichni spí, cvičitel je po jednom obejde a dotykem probudí.

Pozn.: stejné podmínky i postřehy jako u mrazíka, u obou her se děti ke konci musí zklidnit, aby hra správně vyvrcholila.

4.2 Vnější svět prostřednictvím smyslového vnímání

➤ Co se změnilo (Osvaldová, 1997)

Zaměření: zrakové vnímání, postřeh, paměť

Ve dvojici – jeden zaujme nějakou polohu, druhý si jej prohlédne, pak se otočí, první na svém postoji něco změní, druhý hádá, co se změnilo.

Ve skupině – děti si mění místa, jeden nebo více se schová, mění předměty v rukou, části oblečení...

Pozn.: pro menší děti při seznamování

➤ Kdo se liší

Zaměření: zrakové vnímání, postřeh

Jedno z dětí jde za dveře, ostatní se domluví na situaci, kterou budou pantomimicky předvádět, pouze jeden se zcela liší a je třeba ho najít (všichni se smějí, jeden pláče, všichni poskakují snožmo, jeden po jedné noze, všichni si češou dlouhé vlasy, jeden krátké).

Varianta: všichni představují stejnou situaci, kterou má dítě uhádnout, např. cirkus, baletní představení, malířský ateliér.

➤ Kolik věcí je na stole (Osvaldová, 1997)

Zaměření: zrakové vnímání, paměť

Několik drobných předmětů na pár vteřin ukážeme dětem, potom vše přikryjeme šátkem a děti jmenují a počítají předměty, které si zapamatovaly.

➤ Odhad vzdálenosti (Adamírová, 1995)

Zaměření: zrakové vnímání

Barevné, dobře viditelné předměty umístíme na různá stanoviště, děti určují, který je bližší, který vzdálenější, starší děti odhadují vzdálenost, potom krokují.

Pozn.: vhodné především ven (hřiště, příroda), možno pracovat ve skupinkách, nebo zařadit do soutěže jako jeden s úkolů

➤ Běhací pexesa (Osvaldová, 1997)

Zaměření: zrakové vnímání, paměť, rychlost

Hraje jednotlivec, dvojice nebo družstvo. Dostane polovinu obrázků a hledá k nim dvojice, které jsou rozmístěny nedaleko a jsou otočeny, takže dítě musí každé obrátit, aby zjistilo co na něm je, pokud to není jím hledaný obrázek, obrací ji znovu zpátky.

Varianta: místo pexesa použijeme kartičky s čísly, první dítě vybíhá pro č. 1, až když jej přinese, může další pro č. 2.

- při cestě pro kartičku dítě plní ještě nějaký jiný úkol, např. běh po čtyřech, běh pozadu, běh na jeden dech s hlasitým „hů“...

- v přírodě můžeme natáhnout mezi stromy šňůru, na které jsou kolíčky připevněny kartičky, další šňůra je u cíle, kde se karty opět věší ve správném pořadí

- na kartičkách mohou být i písmena, děti běhají po jednom a vybírají pouze kartičky s hláskami tvrdými, měkkými, obojetnými, sestavují abecedu, nebo určená slova

Pozn.: běhací pexesa jsou velmi oblíbená v jakékoli podobě či variantě i pro větší děti, někdy samy děti přijdou na nové varianty, jde o pohyb hravou formou.

➤ Mravenci

Zaměření: zrak, pozornost, rychlost

Dvě družstva – černí a červení mravenci. Černí mravenci nakladou vajíčka (položí menší míčky po prostoru tak, aby byl alespoň kousek vidět), pak přijdou červení a vajíčka hledají. Kolik míčků je nenalezených, tolik červených mravenců se změní na černé a naopak, najdou-li se všechny v limitu, přecházejí tři černí k červeným.

➤ Běh po číslech

Zaměření: zrakové vnímání, postřeh, rychlost, paměť

Po prostoru jsou rozmístěny různě za sebou větší karty s čísly např. 0-10, podle kterých děti běhají a dotýkají se jich.

Varianta: na kartách kromě pořadí jsou obrázky zvířat, v cíli děti řeknou (napíší), které si zapamatovaly, nebo je u každé karty v rohu menší číslo a znaménko tak, že postupně tvoří jednoduchý matematický řetězec, děti na konci nahlásí výsledek, další možností je postupné složení zprávy.

Pozn.: velmi oblíbené, spousta možností využití, vhodné hlavně do přírody

➤ Král bystrozrakých

Zaměření: zrakové vnímání, postřeh, paměť

V omezeném prostoru jsou rozmístěny tři drahokamy - menší stejné předměty, se kterými byly děti předem seznámeny, a které jsou dosažitelné očima. Děti chodí mlčky a hledají, aniž by cokoli naznačovaly ostatním. Kdo první najde očima všechny tři drahokamy, sedá si na trůn jako král bystrozrakých, další úspěšní hledači jsou jeho družina. Použijeme míčky, knoflíky, větší korálky, obrázky...

- důkladně vysvětlit pravidla, raději dvakrát, zdůraznit, že se děti mají chovat nenápadně, a hlavně nebrat nalezené předměty do rukou nebo na ně jinak upozorňovat ostatní.

Pozn.: vhodnější do menšího prostoru

➤ Co je to? (Hermová, 1994)

Zaměření: sluchové vnímání, pozornost, soustředěnost

Cvičitel má různé předměty z různých materiálů (zvonečky, rolničky, klíče, noviny, dřevěné tyčky, mikrotenové sáčky), pomocí nich vydává zvuky a děti hádají, odkud zvuk přichází a co jej vydává. Pro lepší soustředění je dobré mít oči zavřené.

Varianta: cvičitel předměty rozmístí v prostoru po stanovištích, děti se poslepu přibližují ke zdroji zvuku.

- děti reagují na různou výšku tónů, při vyšším se vytahují na špičky, při nižším jdou do dřepu

Pozn.: vhodné i pro hodně malé děti, ale v menším počtu

➤ Matky a mlád'ata

Zaměření: sluchové vnímání, pozornost

Polovina dětí si vytáhne kartičku s názvem zvířete, druhá polovina s názvem jeho mláděte. Mlád'ata zavřou oči, matky se rozmístí v prostoru a vydávají charakteristické zvuky (mečení, bučení, štěkání...), mládě leze po čtyřech a po zvuku se snaží najít svoji maminku.

Pozn.: pro menší skupinu dětí, počítat s hlučností

➤ Majáky (Osvaldová, 1997)

Zaměření: sluchové vnímání

Dvojice má domluvený signál (pískání, zpěv, slovo, tleskání), jeden je loď bloudící v mlze, druhý maják, loď poslepu jde za signálem, který ji vede z mlhy.

Pozn.: vhodný klidný hudební doprovod, časem si děti zvyknou a pracují v klidu, dostatečný a bezpečný prostor.

➤ Bludička (Osvaldová, 1997)

Zaměření: sluchové vnímání, spolupráce

Bludička vodí slepého po prostoru se slovy: „Pojď za mnou.“

Pozn.: zajištění dostatečného a bezpečného prostoru, hudba.

➤ Indián

Zaměření: sluchové vnímání, obratnost

Jedno z dětí stojí se zavřenýma očima uprostřed velkého kruhu z ostatních dětí, které se k němu snaží potichu přiblížit a dotknout se ho. Když slepý uslyší nějaký zvuk, ukáže tím směrem a dítě, které hluk způsobilo se musí vrátit na začátek své cesty. Kdo se slepce první dotkne, vystřídá ho uprostřed kruhu.

Varianta: Na Bystroslyšného – dítě se zavázanýma očima je uprostřed kruhu, ostatní okolo ve vzdálenosti asi 5m, každý má v ruce nějaký předmět nebo materiál,

kterým postupně vydává charakteristický zvuk. Bystroslychý určuje rukou směr, odkud zvuk přichází a snaží se uhodnout jeho zdroj.

Pozn.: „Indiána“ je vhodné hrát venku s využitím různých povrchů (listí, jehličí, písek...), Bystroslychého je lépe hrát v místnosti. U obou her je třeba zajistit absolutní ticho.

➤ Najdi poklad

Zaměření: sluch, hmat

Na podlaze je položený hrnec nebo jiná nádoba dnem vzhůru a pod ním je ukryto překvapení (hračka, tělocvičné náradí, předmět denní potřeby). Jednomu z dětí zavážeme oči, dáme do ruky švihadlo (šátek, ručník, proutek), kterým švihá a hledá nádobu. Když ji najde, nahmatá předmět uvnitř a hádá, co to je.

Pozn.: možno rozmístit více nádob, vhodné pro menší děti v menším počtu

➤ Rychlá pošta

Zaměření: sluchové vnímání, paměť, rychlost

Děti mají mezi sebou několikametrové rozestupy, prvnímu ukážeme na kartičce napsanou zprávu, ten si ji zapamatuje, běží k dalšímu a zprávu mu pošeptá. Poslední v řadě došlou zprávu napíše.

Varianta: můžeme posílat po kruhu i praktický úkol, např. „Udělej 5 dřepů.“

Pozn.: vhodné na hřiště, do přírody (lesní cesta, louka).

➤ Telefon

Zaměření: sluchové vnímání

Děti si ve dvojicích šeptají pomocí papírové trubice.

Pozn.: zdůraznit, že je třeba opravdu jen šeptat, vhodné k odpočinku, k relaxaci.

➤ Neposedný míček

Zaměření: sluch, rychlost

Hráči klečí v kruhu, mají zavřené oči, je úplné ticho. Cvičitel upustí doprostřed gumový míček, několikrát jej nechá poskočit, pak jej na signál začnou chytat.

Pozn.: vhodné pro menší počet dětí.

➤ Romeo a Julie

Zaměření: sluchové vnímání, obratnost

Děti sedí na zemi, ohraničují kruh, uprostřed jsou dva hráči – Romeo a Julie. Romeo má zavázané oči, Julie k sobě svázané nohy. Romeo se zeptá: „Julie, kde jsi?“, Julie odpoví: „Tady!“ Hráč představující Romea se snaží Julii chytit podle odpovědi nebo podle poslechu jejích kroků.

Varianta: pro větší děti - Najdi nepřítele – stojící utvoří kruh, uvnitř kterého jsou dva hráči se zavázanýma očima, v ruce mají přeložené ručníky nebo molitanové či pěnové válce a těmi se snaží zasáhnout soupeře. Kdo první sluchem vyhledá a předmětem se dotkne protihráče, ten vítězí.

Pozn.: možné hrát v místnosti i venku, spíše pro starší děti, předpoklad úplného ticha, obě hry jsou velmi oblíbené.

➤ Kouzelný závoj

Zaměření: hmat

Pod šálek položíme známý předmět (hračka, pracovní nástroj), necháme děti přes látku ohmatat a když uhodnou, co je pod šátkem skryto, mohou předmět odhalit – vykouzlit.

Pozn.: pro nejmenší děti, vhodné do místnosti, předměty nutno co nejvíce obměňovat a střídat

➤ Popelka (Blahutková a Koubová, 1995)

Zaměření: hmat

Děti mají zavázané oči, poslepu slovně třídí materiál, který je nasypaný v misce (kuličky, hrách, čočka, rýže, knoflíky...). Totéž s obměnami můžeme použít na nohy (zmačkané noviny, písek, piliny, voda...)

Pozn.: hra je náročná na přípravu, ale pestrá a oblíbená, vhodná pro menší děti a jako cvičení na ploché nohy.

➤ Na nákup (Osvaldová, 1997)

Zaměření: hmat, představivost

Na koberci, žíněnce jsou rozházeny různé předměty. Dítě poslepu vyhledává a třídí podle určité vlastnosti, např. „Jdi a nakup všechno kulaté, měkké, hranaté...“.

Varianta: vyhledání jednoho předmětu z mnoha, všechny předměty uložíme do tašky, „kouzelného pytle“.

Pozn.: vhodné pro menší děti, velký výběr předmětů

➤ Co dokáží nohy (Hermová, 1994)

Zaměření: hmat

Podobné zkoumání jako rukama lze provést i bosýma nohama – chození po různém povrchu, uchopování a přemísťování předmětů, psaní nohama (tužka, fix).

Pozn.: cvičení na ploché nohy.

➤ Seřazení poslepu

Zaměření: hmat, orientace, sociální komunikace

Děti stojí v menší skupině v hloučku, na povel zavřou oči a poslepu beze slov pouze za pomoci hmatu se musí seřadit od nejmenšího k největšímu.

Pozn.: vhodné pro menší skupiny v místnosti

➤ Poznej kamaráda

Zaměření: hmat, paměť, sociální komunikace

Jedno z dětí má zavázané oči, své kamarády rozeznává hmatem podle vlasů, oblečení, výšky.

Pozn.: vhodné pro děti, které se již nějakou dobu znají, možno v místnosti i v přírodě

➤ Seznámení s prostorem (Adamírová, 1995)

Zaměření: prostorová orientace

Pro začátek stačí, když necháme děti běhat po prostoru volně. Využíváme hudební doprovod, děti se mohou pohybovat po přímkách, ve vlnkách.

Varianta: *Na dopravu* – každý představuje nějaký dopravní prostředek, pohybuje se tak, aby do nikoho nenarazil.

Na hada – děti se v zástupech drží v pase, pohybují se různými směry, proplétají se mezi překážkami.

Pozn.: hry pro prostorovou orientaci jsou vhodné vždy po vstupu do cizího, neznámého prostoru, pro všechny věkové kategorie, cvičení dost rušné.

➤ Překážkové dráhy

Zaměření: prostorová orientace, tvořivost, paměť, hmat

V tělocvičně využijeme různého náradí a náčiní tak, abychom obsáhli celý prostor, dětem nejprve sami dráhu předvedeme. Když si ji samy vyzkouší, můžeme přemístit stanoviště nebo změnit směr. Později si dráhy sestavují samy děti.

Varianta: *Překážková dráha poslepu* – nejprve projít s otevřenýma očima, potom se šátkem na očích – obcházení, přelézání, podlézání, řídíme se hmatem.

Překážková dráha na rozvoj dynamické rovnováhy – děti se nesmí dotknout chodidly podlahy.

Pozn.: na překážkových drahách poslepu je nutná práce ve dvojicích, kde vždy jeden zajišťuje bezpečnost toho druhého (slepého), děti se učí překonávat strach. Při hře je nutné počítat s časovou rezervou.

➤ Dojdi k cíli

Zaměření: prostorová orientace, důvěra

Jeden ve dvojici má zavázané oči, druhý jej mírně dezorientuje (kroky zpět nebo do strany, několikrát čelem vzad, zatočení), a pak ho slovně naviguje (otoč se vpravo, 3 kroky zpět,...) dokud nedojde ke stanovenému cíli – čára, meta, zvukový signál.

Pozn.: vhodný menší počet dětí, informovat, že nejde o závod

➤ Statická rovnováha (Adamírová, 1995)

Zaměření: rovnováha, obratnost, koordinace

Cvičení na statickou rovnováhu provádíme na místě nejprve s otevřenýma očima, později bez účasti zraku. Různé polohy dětem nejprve pojmenujeme a předvedeme např. holubičku, váhu, sochu,...

Varianta: dítě provede určitou polohu, ostatní mu na vodorovné plošky kladou předměty (míčky, kelímky, tácky...).

Děti mohou spolupracovat ve dvojicích, ve skupinkách, mohou vytvářet sousoší, fontánu, společnou fotografii,...

Pozn.: začínat od jednodušších pozic, postupně ztěžovat.

➤ Dynamická rovnováha

Zaměření: dynamická rovnováha, obratnost, koordinace

Cvičení na rozvoj dynamické rovnováhy provádíme v pohybu balancováním, vyvažováním, pohybem po nerovné ploše (zavěšená lavička), na vratké podložce (deska na válečcích). Zkoušíme balancování v kleku na velkém míči (fitball), poskoky na trampolíně, pohyb s předměty (černoška – pohyb s nádobou na hlavě). Opět nejprve cvičíme s otevřenýma očima, později zkusíme se zavřenýma.

Pozn.: u cvičení nutná dopomoc, děti raději v menších skupinách, abychom se jim mohli lépe věnovat.

➤ Provazochodec (Hermová, 1994)

Zaměření: dynamická rovnováha, koordinace

Děti se pohybují po zemi po nakreslené čáře, kterou pak vyměníme za skutečné lano. Pracujeme ve dvojicích, jeden přidržuje druhého za ruku, později chodí každý sám.

Pozn.: vhodné pro mladší děti, do místnosti i do přírody.

➤ Chodidla (Hermová, 1994)

Zaměření: dynamická rovnováha, obratnost, rychlost

Dítě má tři chodidla vystřižená z filce nebo kartonu, na dvou vždy stojí, třetí si dá před sebe a přešlápne na něj. Takto ujde určenou dráhu.

Pozn.: dobře využitelné v soutěžích, možno využít i tři archy papíru A4 nebo složené noviny.

➤ Člověče, natáhni se

Zaměření: statická a dynamická rovnováha, obratnost, paměť

Na látku nebo vyztužený karton o velikosti 1,5x1,5m nakreslíme šachovnici se 3-4 barvami. Vyrobíme si dvě hrací kostky, jedna bude polepena barvami, druhá určuje končetiny (pravá, levá ruka, pravá, levá noha). Hrajeme ve trojicích, jeden z hráčů pouze hází, dva vykonávají jeho pokyny. Např. znamená „Dej pravou ruku na políčko s červenou barvou.“ Hra končí ve chvíli, kdy některý z hráčů nedokáže vykonat určený pokyn nebo ztratí rovnováhu a spadne.

Pozn.: možno hrát kdekoli, v místnosti i v přírodě

4.3 Svět věcí a předmětů

➤ Kouzelná zahrada

Zaměření: obratnost, spolupráce

Postavenou překážkovou dráhu doplníme drobnými předměty a slovně doprovodíme: „Zakletou princeznu vysvobodí jen jablko z čarovné zahrady – míček zavěšený v koši na žebřinách. Musíš přeplavat moře – koberec, žíněnky, vozík na kolečkách, přejít řeku po kládách – lavičky, kladinky, kůň, přeskočit propast – trampolína, odrazový můstek, žíněnka, překonat skály – koza, švédská bedna, zhoupnout se na liáně – provaz, kruhy, projít jeskyní – látkový tunel a vyšplhat do koruny stromu.“

Pozn.: vhodné pro všechny věkové kategorie, u méně pohybově zdatných na povzbuzení a pochvalu

➤ Noviny (Osvaldová, 1997)

Zaměření: rychlost, obratnost, koordinace

- zrcadla – dvojice stojí proti sobě, jeden drží otevřený dvojlist – zrcadlo, podle pohybů novin se řídí druhý ze dvojice a pohybuje se stejně (horní list – horní polovina těla, překlad – pas, ohnutí novin do pravého úhlu znamená rovný předklon, otočení – obrat atd.).
- přechod řeky po kamenech (dva novinové archy, nesmí se šlápnout mimo)
- letadlo (novinové archy na upažených pažích, běh)
- novinový běh (novinový arch na hrudníku, běh bez přidržování)
- štafeta (funkce štafetového kolíku)
- honička (složenými novinami předávání baby)
- hokej (složenými novinami jako hokejkami a kelímkem)
- slalom
- hod na cíl novinovými koulemi
- novinová bitva (novinové koule)

- „tyče“ (srolované noviny, hod do dálky jako s oštěpem na cíl, házení ve dvojicích)

➤ Kolíčky na prádlo (Adamírová, 1995)

Zaměření: rychlost, obratnost, citlivost povrchu těla, relaxace

Dvě skupiny dětí, v jedné má každé dítě na svém oblečení připnuto pět kolíčků, druhá skupina se jich se snaží zmocnit.

Varianta: stejné rozdělení, první skupina má kolíčky v ruce a snaží se je zavěsit na oblečení dětí z druhé skupiny.

➤ Kelímky (Osvaldová, 1997)

Zaměření: obratnost, rovnováha

- vyvažování – jeden stojí s upaženými pažemi, ostatní mu na ně pokládají co největší počet kelímků

- vyvažování – stejné, ale na jedné noze (váha)

- přehazovaná – vyhazování a chytání ping-pongového míčku do kelímku

- tenis – vyhazování a chytání míčku odrazem o zed'

Pozn.: vhodné pro jednotlivce, dvojice, nebo družstva

4.4 Rozvoj kladných psychických složek osobnosti

➤ Myška (Mazal, 2000)

Zaměření: soustředěnost, pozornost, sebeovládání

Hráči sedí v kruhu těsně vedle sebe, aby pokrčená kolena tvořila tunel. Rukama si pod koleny posílají balónek – myšku. Jeden hráč je uprostřed kruhu, snaží se sledovat pohyb myšky. Když si je jistý, u koho myška právě je, ukáže na něj. Označený hráč udělá kolébku, pokud myšku pod sebou nemá, hraje se dál, pokud ano, vymění si místo s hadačem.

Pozn.: vhodné pro starší děti, malé ji ještě nedokáží technicky zvládnout.

➤ Osirelé ptáče (Chour, 2000)

Zaměření: obratnost, odvaha

Osirelé ptáče (hračka, balónek) vypadlo z hnízda. Děti po jednom zdolávají překážky (náradí, průlezký), aby pak vyšplhaly na vysoký strom (tyč, provaz, žebřiny) a vrátily ptáče do hnízda – košík připevněný ve výši.

Pozn.: při lezení dbát na bezpečnost.

➤ Mumie (Chour, 2000)

Zaměření: sebeovládání, obratnost, hmat

Dítě musí absolvovat překážkovou dráhu jako mumie, která bloudí v chodbách času. Masku vytvoříme pomocí šátků, starých obinadel. Mumie má omezené vidění (převázané jedno oko), nebo nevidí vůbec. Dráhu prochází samostatně nebo s dopomocí (slovní navigace, doprovod).

Pozn.: náročné na přípravu a zdouhavé, pokud není druhý cvičitel, je třeba nějak zaměstnat ostatní nehrající děti, vhodné spíše do přírody.

➤ Kyvadlo (Chour, 2000)

Zaměření: odvaha, soustředěnost, výdrž, důvěra

Trojice, dva jsou čelem k sobě asi 1,5m vzdálení, třetí uprostřed. Na signál zpevní celé své tělo (prkno) a padá vzad. Dítě za ním jej zachytí a posílá zpět, tam jej zachytí druhý a opět pošle zpět. Postupně se všichni vystřídají na všech místech. Je důležité, aby se prostřední opravdu choval jako kyvadlo a celou dobu byl zpevněný.

Pozn.: vhodné pro starší děti, menší hru technicky nezvládnou a hrozí nebezpečí úrazu. I u starších je třeba dbát na bezpečnost.

Varianta: *Na Bimbála* – totéž, ale v kruhu sedících dětí, které „Bimbála“ ukotvují chodidly a rukama jej odrážejí. Na koho „Bimbál“ spadne, ten jej vystřídá uprostřed.

Pozn.: hra je kolektivnější a bezpečnější než předchozí.

➤ Stezky odvahy

Zaměření: odvaha, samostatné rozhodování

V terénu (nejlépe les) připravíme značenou trasu, kterou děti procházejí po jednom nebo ve dvojicích a plní při tom různě náročné úkoly.

Pozn.: vhodné do přírody, větší efekt mají stezky odvahy, pokud se hrají za tmy, velmi emotivně laděné, děti nenutíme, pokud nechtějí hrát, zajištění bezpečnosti.

4.5 Rozvoj mentální složky

➤ Zrcadla

Zaměření: paměť, vybavování si

Děti stojí proti cvičiteli, jsou jeho zrcadlem. Cvičitel předvádí zpočátku jednoduché pohyby, děti jej sledují a pak co nejvěrněji napodobují.

Varianta: všichni sedí v kruhu, první udělá jednoduchý pohyb, např. kývne hlavou, další to po něm zopakuje a přidá – kývne hlavou, zvedne ruku, následující opět zopakuje a přidá...

➤ Opakuj cestu

Zaměření: paměť, vybavování si, obratnost

Cvičitel předvede krátkou trasu složenou ze stanovišť s předměty – míče, pálky, švihadla. Různé typy přesunů mezi stanovišti – poskoky, chůze v dřepu, pozpátku. Děti trasu po jednom procházejí stejným způsobem, ale tak, aby je ostatní neviděli.

Varianta: cesta v obráceném směru, vybavení si, co dělaly při cestě vpřed.

Pozn.: vhodnější realizovat se dvěma cvičiteli a v přírodě.

➤ Okénka

Zaměření: paměť, vybavování si

Na podlahu namalujeme řadu různě velkých okének s pořadovými čísly. Hráči se snaží poslepu projít cestu okny a do každého šlápnout celým chodidlem. Když spletou, získají tolik bodů, kolik oken prošli.

Pozn.: hodí se spíše ven, skupinová organizace

➤ Hnízda ve vichřici

Zaměření: paměť, vybavování si, rychlost

V koších rozestavěných v prostoru je umístěno několik stejných míčů – v jednom tenisové, v druhém gumové, volejbalové, medicinbaly, míčky na stolní tenis... Koše představují hnízda, míče v nich jsou vajíčka. Necháme děti několik vteřin prohlížet, pak se otočí, mezitím se všechny míče vysypou z košů doprostřed místnosti. Děti mají za úkol po jednom nebo ve dvojicích urovnat vajíčka do hnízd přesně tak, jak byla.

Pozn.: vhodné pro malé děti, důležité zajistit dostatek míčů.

4.6 Sociální komunikace

➤ Seznámení (Osvaldová, 1997)

Zaměření: přátelské vztahy, harmonie

Děti se pohybují volně po prostoru, když se dva potkají, podají si ruce a představí se, potom pokračují. Volíme klidný hudební doprovod.

Varianta: při setkání se děti pohladí, obejmou, zatančí si spolu.

Pozn.: hra má velmi klidný charakter, vhodná k seznamování s novými dětmi.

➤ Udělej to jako já (Adamírová, 1995)

Zaměření: seznámení, přátelské vztahy

Děti stojí v kruhu, jedno z nich osloví křestním jménem jiné: „Udělej to jako já, Honzo,“ a předvede nějaký pohyb, cvik, který oslovený dělá po něm. Pak v oslovování pokračuje.

Varianta: jeden uprostřed kruhu říká jména dětí, které si mají vyměnit místo a sám se snaží na některé místo v kruhu dostat. Kdo zbude, je uprostřed.

Opička – děti jsou ve dvojicích, jeden se pohybuje, druhý po něm pohyby opakuje.

Pozn.: vhodné pro menší děti.

➤ Na robota (Osvaldová, 1997)

Zaměření: kontakt, spolupráce, sluch, hmat

Jeden z dvojice je robot, má zavřené oči, druhý jej naviguje pomocí smluvených signálů (poklepání na pravé rameno – otoč doprava, fouknutí na krk – zrychlení...), nebo slovně.

Varianta: slepý nastaví ukazováček a prostředníček, dítě-vodič na oba prsty položí své a pomalu tahem vodí slepého různými směry.

➤ Vejdeme se všichni (Blahutková, a Koubová, 1995)

Zaměření: sociální komunikace, spolupráce

Po prostoru umístíme na podlahu obruče (kruhy ze švihadel, díly švédské bedny, noviny), děti se volně pohybují, na signál nebo vypnutí hudby musí každý do obruče, které postupně odebíráme, takže v nich musí být stále větší počet dětí.

Pozn.: u menších dětí možno hru dle potřeby přerušit, nebo ukončit z důvodu zajištění bezpečnosti. Starší děti si mohou hru naopak prodloužit svojí vynalézavostí a brát například někoho na záda, do náruče apod.

➤ Siamská dvojčata

Zaměření: spolupráce, rychlost, obratnost

Dvojice dětí má k sobě svázané vnitřní nohy a plní při tom různé úkoly – někam dojít, něco přemístit, dá se využít jako honička, nebo součást soutěží.

➤ Dvojníci

Zaměření: spolupráce, přátelské vztahy, rychlost

Děti utvoří dva stejně početné soustředné kruhy, otočí se čelem k sobě a zapamatují si svého dvojníka. Na signál se otočí bokem do kruhu a kruhy se začnou otáčet. Na další povel se dvojníci snaží rychle najít a vykonat předem stanovený úkol (obejmout se, vzít druhého na záda...).

➤ Na rodinky (Osvaldová, 1997)

Zaměření: spolupráce, přátelské vztahy

Děti se rozdělí podle dohodnutých znaků do skupinek – rodinek, např. každý si vylosuje lístek se svou rolí – maminka, tatínek, dcera, syn, pak se hledají do skupinek všechny maminky, tatínkové, nebo se utvoří rodinky se všemi členy.

Varianta: skupinky jsou zvířecí, děti se hledají podle charakteristických zvuků.

Pozn.: vhodné pro menší děti, ale nutno počítat se zvýšenou hlasitostí.
Oblíbenější zvířátka.

➤ Uzel (Adamírová, 1995)

Zaměření: spolupráce, kreativita, společné řešení problému

Děti se postaví do hloučku, zavřou oči, jednu ruku vzpaží, druhou předpaží a každá ruka uchopí cizí. Pak oči otevřou a snaží se rozmotat vzniklý uzel proplétáním, podlézáním, ale nesmí se při tom rozpojit.

Pozn.: vhodné pro starší děti, raději více skupin o menším počtu a upozornit děti na dodržování pravidel.

➤ Tělová abeceda

Zaměření: spolupráce

Děti ve skupině vytváří na podlaze písmena nebo slova ze svých těl.

➤ Cvičení s kulovitou plachtou (Osvaldová, 1997)

Zaměření: spolupráce, harmonické vztahy

Děti drží plachtu napjatou za okraje, mohou ji střídavě povolovat a znovu napínat, pohybovat se dokola různými tanečními kroky (polka, valčík, poskočný krok, cval). Lze plachtu využívat i jako trampolínu a vyhazovat jí věci (míčky), měnit si místa přebíháním pod plachtou, nebo schovat pod plachtu skupinku dětí a ostatní je přikryjí (iglú).

Varianta: děti drží napjatou plachtu, jeden je pod ní, cvičitel říká jména dětí, která si mají vyměnit místo. Dítě pod plachtou se snaží dostat na uvolněnou pozici, kdo zbude, zůstává pod a čeká na další výměnu. Pokud je k dispozici vozíček, může se plachta podjíždět.

Pozn.: cvičení s kulovitou plachtou je ideální skupinová spolupráce. Možnost použití sešitých dek je vítaným zpestřením.

➤ Cvičení s dekami (Osvaldová, 1997)

Zaměření: spolupráce, přátelství

Při cvičení s dekami pracují děti ve dvojicích, trojicích či větším počtu podle velikosti deky a náročnosti úkolu. Deky slouží jako dopravní prostředek. Jeden z dvojice zaujme různou polohu (sed, klek, stoj, leh), druhí jej táhnou. Ve dvojicích mohou opět převzít roli trampolíny. Děti nejprve vyhazují a znovu chytají míčky, potom si je přehazují se sousední dekou.

Pozn.: není tak statické jako cvičení s plachtou, je zajímavější.

4.7 Rozvoj kreativity, tvůrčí fantazie

➤ Pantomima – viz kap. 3.1

Zaměření: tvůrčí fantazie, dramatizace

Děti pracují samostatně nebo ve skupinách, vytvářejí statické figury (hra na sochy, fotografa), nebo hrají různé situace (cestující v tramvaji, děti o přestávce, lidé v obchodě, u lékaře, život v akváriu...).

➤ U kadeřníka

Zaměření: tvůrčí fantazie, kreativita, pantomima

Jedno z dětí je kadeřník, ostatní dají hlavy k sobě a tvoří jednu velkou hlavu (ruce – vlasy). Kadeřník hlavu myje, suší, češe, tupíruje, lakuje, čechrá...

Pozn.: vhodnější pro menší skupiny. Když děti pochopí smysl a nutnost hraní bez ústního projevu, stane se hra užitečnou a oblíbenou.

➤ Přejdi řeku

Zaměření: kreativita, spolupráce

Děti tvoří skupinky, které mají překonat určitý úsek – řeku, za daných podmínek, např. do vody smí vstoupit jen čtyři nohy (ostatní se musí přenést, nebo skáčou po jedné noze, za pomoci druhých jdou po ruce apod.).

Pozn.: menším dětem ukážeme nejprve jednu nebo dvě možnosti, později samy přijdou na další varianty. Možno soutěžit i po družstvech.

➤ Dopis

Zaměření: kreativita, představivost, spolupráce

Děti utvoří skupinky. Každé dítě ze skupinky si vezme jeden předmět z nabídky (míčky, šátky, stuhy, kelímky, tácky, tyčky...) a společně je na podlaze poskládají tak, aby vytvořily určitý obrazec – vzkaz, dopis. Děti z jiných skupin se dopis snaží rozluštit.

Pozn.: vhodné do místnosti i ven.

➤ Stavba podle diktátu

Zaměření: tvůrčí fantazie, představivost

Dvě děti sedí k sobě zády, před sebou mají stavební kostky odpovídající tvarem i množstvím. Jeden je stavitel, vytváří stavbu a diktuje druhému, co má přesně dělat. Druhý, který poslouchá, se snaží stavět přesně podle návodu, smí dávat doplňující otázky. Když mají obě děti postaveno, navzájem si prohlédnou a porovnají své stavby.

Varianta: do tělocvičny – práce ve skupinkách k sobě zády, stavitel rozmístí svou skupinku do různých pozic, dá jim do rukou náčiní, potom diktuje druhému staviteli co má dělat se svou skupinou. Po rozestavení druhé skupiny začíná první cvičit a druhá se jí podle slovního návodu snaží napodobit.

Pozn.: vhodné pro menší i větší děti s různou náročností, do místnosti i ven, náročnější na pomůcky.

4.8 Schopnost relaxace fyzické i psychické

➤ Slovní relaxace (Blahutková, a Koubová, 1995)

Zaměření: napětí x uvolnění

Děti leží na podložce se zavřenýma očima, podle slovní instrukce cvičitele své tělo zpevňují (kámen), napínají (pružina) a znovu povolují (hadřík). U větších dětí můžeme navodit pocit tepla – od končetin k trupu.

Pozn.: vhodné pro menší počet dětí. Pozor – některým dětem dělá problém mít zavřené oči, postupovat opatrně.

➤ Relaxace ve dvojici (Blahutková, Koubová, 1995)

Zaměření: povrch těla, hmat, uvolnění

Jeden ze dvojice leží na podložce, druhý se mu pomocí „tygřích tlapek“ (postupné odvíjení dlaně od zápěstí k prstům) prochází po těle.

Varianta: *Míčková masáž* – jeden provádí druhému jemnou masáž jedním nebo dvěma míčky.

➤ Dýchání v kruhu

Zaměření: uvolnění, zklidnění

Děti se posadí za sebe do kruhu, každé dá ruku na záda toho, kdo sedí před ním a zavře oči. Snaží se zachytit jeho rytmus dechu. Pokud se děti správně soustředí, měl by celý kruh dýchat stejně.

Pozn.: vhodné pro všechny věkové skupiny, lepší menší počet dětí.

➤ Který paňáca tančí?

Zaměření: dynamická relaxace

Děti ve dvojicích, trojicích, skupinkách i všichni dohromady. Každé dítě představuje paňácu z různého materiálu (dřevo, látka, guma...) a podle toho tančí a ostatní hádají.

Varianta: *Tanec hadrových paňáců* – doprovod rytmické hudby, volný pohyb, uvolnění.

Pozn.: vhodné pro všechny věkové skupiny, skupinově i hromadně.

Do této kapitoly lze zařadit všechny z výše uvedených her, které mají zklidňující charakter (Indián, Loutkové divadlo, Bludička, Kdo se liší...).

5 ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce bylo vytvoření souboru psychomotorických her a jejich ověření v praxi. Domnívám se, že cíl byl splněn a tyto hry by mohly sloužit jako metodická pomůcka nejen pro vychovatele, ale i pro všechny zájemce, kteří pracují s dětmi.

Při současném konzumním způsobu života, který je charakteristický poklesem zájmu o pohybové aktivity, jsou i psychomotorické hry velkým přínosem.

Přestože psychomotorika stále získává na popularitě, překvapilo mne malé množství dostupné literatury a výchozích pramenů k danému tématu.

6 RESUMÉ

Jako asistent pedagoga v dětském domově jsem využila některých psychomotorických her v praxi na svém pracovišti. Měla jsem možnost pracovat s dětmi různých věkových skupin. I když se zdá věkový rozdíl při hře zanedbatelný, každá věková skupina má svá specifika a odlišnosti. Menší děti reagovaly spontánněji, při seznamování s novými věcmi byly aktivnější, hrály si s velkým zaujetím. Jsou přirozeně hravé, dá se říci, že práce je s nimi snazší. Na druhou stranu udrží pozornost kratší dobu a při větším počtu jsou velice hlučné. U starších dětí se už projevuje pubertální období se všemi charakteristikami a důsledky jejich chování. Proto je daleko důležitější jejich vstupní motivace. Často bojují s obavami z neúspěchu, které jim nedovolují hru dobře prožít. Pokud si je ale činnost získá, věnují se jí intenzivně mnohem delší dobu a celkový průběh je hladší a klidnější. Většinou jsem pracovala se smíšenou skupinkou, proto bylo skloubení trochu problematické. Po počátečních rozpacích se děti přece jen osmělily. Pomohlo i to, že se vzájemně dobře znají a hry probíhaly přesně podle doložených postupů.

Po rozhovoru s dětmi bylo znát, že psychomotorické hry je velice zaujaly. Děti měly vesměs příjemné pocity a hry byly pro ně zajímavou náplní volného času. Zařazení specifických pomůcek přijaly s velkým nadšením a v kombinaci s hrou byly vítaným zpestřením.

7 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. Adamírová, J. *Hravá a zábavná výchova pohybem*. Praha: ČASPV, 1995.
2. Adamírová, J. *Hravá a zábavná výchova pohybem*. Praha: ČASPV, 2000.
3. Blahutková, M., Koubová, J. *Psychomotorika aneb požitky z pohybu*. Brno: CDVU MU, 1995.
4. Claycombová, P. *Školka plná zábavy*. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-069-3
5. Diderot a kol. *Všeobecná encyklopedie v osmi svazcích*. Praha: Diderot, 1999.
6. Helus, Z. *Dítě v osobnostním pojetí*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-888-0
7. Hermová, S. *Psychomotorické hry*. Praha: Portál, 1994.
8. Chour, J. *Receptář her*. Praha: Portál, 2000.
9. Mazal, F., Chlopková, J. *Pohybové pohádky předškoláků*. Olomouc: Hanex, 1994.
10. Mužík, V., Krejčí, M. *Tělesná výchova a zdraví*. Olomouc: Hanex, 1997.
11. Osvaldová, V. *Hravě v rytmu a pohybu*. Plzeň: projekt EXTRA, 1995.
12. Osvaldová, V. *Psychomotorika*. Plzeň: Pedagogické centrum, 1997.
13. Pausewangová, E. *150 her k utváření osobnosti*. Praha: Portál, 1993.
14. Příhoda, V. *Ontogeneze lidské psychiky*. Praha: SPN, 1963.
15. Šimanovský, Z., Mertin, V. *Hry pomáhají s problémy*. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-85282-93-3
16. Zapletal, M. *Encyklopedie her*. Praha: Olympia, 1973.

8 PŘÍLOHY

Seznam her podle oblasti zájmu:

Vlastní tělo:

- Velikost rozměru
- Loutkové divadlo
- Pokládání předmětů
- Pes záchranář
- Novinový běh
- Pantomima
- Jak rostou stromy
- Sochy
- Na fotografa
- Na zvířata
- Na mrazíka
- Šípková Růženka

Vnější svět prostřednictvím smyslového vnímání:

- Co se změnilo
- Kdo se liší
- Kolik věcí je na stole
- Odhad vzdálenosti
- Běhací pexesa
- Mravenci
- Běh po číslech
- Král bystrozrakých
- Co je to?
- Matky a mlád'ata
- Majáky
- Bludička
- Indián

- Najdi poklad
- Rychlá pošta
- Telefon
- Neposedný míček
- Romeo a Julie
- Kouzelný závoj
- Popelka
- Na nákup
- Co dokáží nohy
- Seřazení poslepu
- Poznej kamaráda
- Seznámení s prostorem
- Překážkové dráhy
- Dojdi k cíli
- Statická rovnováha
- Dynamická rovnováha
- Provazochodec
- Chodidla
- Člověče natáhni se

Svět věcí a předmětů:

- Kouzelná zahrada
- Noviny
- Kolíčky na prádlo
- Kelímky

Rozvoj kladných psychických složek osobnosti:

- Myška
- Osiřelé ptáče
- Mumie
- Kyvadlo
- Stezky odvahy

Rozvoj mentální složky:

- Zrcadla
- Opakuj cestu
- Okénka
- Hnízda ve vichřici

Sociální komunikace:

- Seznámení
- Udělej to jako já
- Na robota
- Vejdeme se všichni
- Siamská dvojčata
- Dvojníci
- Na rodinky
- Uzel
- Tělová abeceda
- Cvičení s kulovitou plachtou
- Cvičení s dekami

Rozvoj kreativity, tvůrčí fantazie:

- Pantomima
- U kadeřníka
- Přejdi řeku
- Dopis
- Stavba podle diktátu

Schopnost relaxace fyzické i psychické:

- Slovní relaxace
- Relaxace ve dvojici
- Dýchání v kruhu
- Který paňáca tančí?

Posudek bakalářské práce

Název: PSYCHOMOTORICKÉ HRY A JEJICH VYUŽITÍ V PRAXI

Autor: HANA PATOČKOVÁ

Studijní obor: vychovatelství

Druh a forma studia: kombinované

Rok: 2007

Posudek oponenta:

Předložená práce obsahuje 52 stran textu a 3 strany příloh se seznamem činností již dříve uvedených.

Cílem práce je dle autorky "vytvořit soubor psychomotorických her, vhodných pro děti různých věkových kategorií". Jako úkoly je stanoveno "nabídnout vhodné psychomotorické hry a ověřit jejich realizaci v praxi".

V teoretické části autorka vychází z literatury, kterou správně cituje. Jsou uvedeny některé informace o psychomotorice, autorka vychází z českých autorů a uvádí členění dle Osvaldové, kterého se drží během celé práce, což je možné, i když se odliší od členění jiných, která nejsou zmíněna. Tato teorie zabírá 3 strany. Následuje výčet psychomotorických pomůcek s fotografiemi, což ukazuje na snahu po pečlivém zpracování, včetně nákladnosti, ale bohužel se míjí účinkem, protože není uvedeno, proč je zde z nekonečného množství pomůcek prezentováno právě těchto 5 vybraných, a jaký to má vztah k další práci diplomantky.

Na dalších 2 stranách jsou charakterizovány v kap. 3.3.1 "věkové zvláštnosti" dětí. (Termín zvláštnosti není vhodný a již dlouho se nepoužívá..) Měla by to být stěžejní kapitola k cíli práce ve vztahu k možným psychomotorickým činnostem vzhledem k věku. Bohužel obsahuje i přes svou krátkost řadu podivných vyjádření: "předškolní děti jsou schopny konat všechny základní, ale i lokomoční pohyby", "růst až do puberty postupuje pozvolným tempem", "v 1. třídě dochází k prudkému růstu" (vše str. 20), "duševní vývoj v předškolním věku je pomalejší, neboť má dítě málo životních zkušeností.." (str.21). Také kap. 3.4 Využití psychomotoriky na 10 řádcích neosvětluje zadání práce.

Celkem je teoretický základ práce uveden na necelých 6 stranách.

Nejsou uvedeny žádné metody práce.

Kapitola 4 Vybrané psychomotorické hry a jejich ověření v praxi, která by měla být těžištěm práce, obsahuje 30 stran opisu her a činností z jiné literatury, bez slova osobní reflexe, kterou slibuje název. Není uvedeno, proč byly vybrány právě tyto hry a činnosti, **nejsou zmíněny praktické zkušenosti, není uveden žádný jejich vztah k věku, jak stanoví cíl práce.**

Následuje kap. 6 Závěr, kde autorka konstatuje, že cíl byl splněn. Toto zhodnocení nejen že autorce nepřísluší, ale především není pravdivé. Závěry nutně musí přinést vlastní zjištění, bohužel zde žádná nejsou, stejně jako v celé práci.

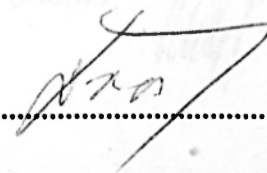
Jako další kapitola mimo běžnou formu č. 7 Resumé obsahuje 10 řádek vlastní reflexe činností dětí vzhledem k věku. To ovšem mělo být těžištěm práce a to v kapitole 4. Resumé nemůže obsahovat něco, co v práci nikde není.

Celkové hodnocení - doporučení k obhajobě:

Práce je opsaným souborem her bez jejich zdůvodněného výběru a bez osobního přínosu a reflexe, proto ji nemohu doporučit k obhajobě.

Praha, dne

16. 4. 07

.....


Posudek bakalářské práce

Bakalářská práce : Psychomotorické hry a jejich užití v praxi

Autor: Hana Potočková

stud. obor: Vychovatelství
druh a forma studia : Bakalářské
kombinované studium rok 2007

Posudek vedoucího práce jméno: PaedDr. Ivan Příbyl

Cílem bakalářské práce je vytvoření souboru psychomotorických her vhodných pro děti různých věkových skupin a ověřit jejich realizaci v praxi. Autorka práce vytvořila soubor 80ti psychomotorických her. Jak sama uvádí, pracuje jako asistent pedagoga v dětském domově, kde využila některých psychomotorických her v praxi. V práci tyto poznatky nejsou uvedeny.

Ve své práci autorka čerpala z 16ti titulů odborné literatury, kterou také ve své práci cituje. Hlavní předností práce je vytvoření souboru psychomotorických her, které jsou popsány a vhodně doplněny poznámkami. Jako největší nedostatek práce spatřuji v tom, že u jednotlivých her chybí jejich ověření v praxi, což byl jeden z úkolů bakalářské práce.

Celkové hodnocení:

Doporučení k obhajobě: Práci k obhajobě doporučuji.

Klasifikace:

Otázky k obhajobě: 1. Jaká hra je u dětí nejoblíbenější a proč?
2. Jaký počet dětí je nejvhodnější pro organizování psychomotorických her a proč ?

Praha dne : 26.4.07

podpis

