

Univerzita Karlova
Fakulta humanitních studií

Bakalářská práce

ROZVOJ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ U PŘEDŠKOLNÍCH DĚTÍ

Vedoucí práce: Mgr. Lucie Cviklová, M.A., Ph.D.

Vypracovala: Petra Vychopeňová

Studijní program: Studium humanitní vzdělanosti

Praha 2020

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma “Rozvoj pohybových dovedností u předškolních dětí” vypracovala samostatně. Všechny použité prameny a literatura byly řádně citovány. Práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 8. 1. 2020

.....

podpis

Anotace

Bakalářská práce je zaměřena na rozvoj pohybových dovedností u dětí předškolního věku a obsahuje teoretickou a praktickou část.

V teoretické části se věnuji pohybovému vývoji dítěte a obecně pohybovým schopnostem a dovednostem dětí předškolního věku. Nejprve definuji obecné pojmy jako pohyb, předškolní věk či pohybové schopnosti a dovednosti. Ve dvou kapitolách jsem stručně rozpracovala historii předškolního vzdělávání a nahlédla na problém rozvoje pohybových dovedností u předškolních dětí z hlediska antropologie a filosofie. Následně se věnuji podrobnějšímu rozboru pohybového vývoje dítěte předškolního věku a dále rozdělení pohybových schopností a popisu pohybových dovedností. Zaměřuji si také na organizaci tělesné výchovy a jiných pohybových aktivit v mateřské škole.

V praktické části zjišťuji na základě analýzy dokumentů a rozhovorů, jak fungují Rámcový vzdělávací program a školní vzdělávací programy v praxi. Pro svůj výzkum jsem si vybrala 7 rozdílných mateřských škol. Při výběru mateřských škol jsem se snažila pojmut co nejvíce různých oblastí, tedy státní i soukromé, specializované mateřské školy či školy, které využívají prvků motessori výuky. Pro svůj výzkum konkrétně použiji školní vzdělávací program těchto institucí a hloubkový rozhovor s jedním pedagogem.

Klíčová slova

Mateřská škola, motorika, pohyb, pohybová průprava, pohybové schopnosti, předškolní věk, růst a vývoj dětí, volný čas, zájmové kroužky

Abstract

The bachelor thesis is focused on development of physical skills of preschool children and includes both theoretical and practical parts.

In theoretical part I deal with development of movement of children and in general physical skills and abilities of preschool children. Firstly I define general terms such as movement, pre-school age or physical skills and abilities. In two chapters I briefly elaborated the history of preschool education and looked at the problem of development of physical skills of preschool children from the perspective of anthropology and philosophy. Consequently I deal with more detailed analysis of the development of motor skills of preschool children and then I deal with division of physical skills and physical abilities. I also focus on the organization of the physical education and other physical activities in kindergarten.

In the practical part I find out, based on the analysis of documents and interviews, how the Framework Educational Program and School Educational Programs work in practice. For my research I chose 7 different kindergartens. I tried to choose as many different kinds of kindergartens as possible. In research is mentioned state and private kindergarten, specialized kindergarten or kindergarten that use the element of Montessori teaching. For my research I will use the school educational programs of these institutions and an in-depth interview with one teacher.

Keywords

Kindergarten, motor skills, movement, physical training, physical abilities, preschool age, growth and development of children, free time, hobbies

Obsah

Obsah	5
Úvod	7
1 Definice obecných pojmů	8
1.1 Pohyb	8
1.1.1 Pohybové schopnosti	9
1.1.12 Pohybové dovednosti	9
1.2 Předškolní věk	10
2 Význam pohybu v předškolním období	11
2.1 Význam pohybu z hlediska biologického a fyziologického	11
2.2 Význam pohybu z hlediska sociálních vazeb	12
2.3 Význam pohybu z hlediska psychického vývoje	12
3 Historie předškolního vzdělávání	13
3.1. Historie předškolního vzdělávání ve světě	13
3.2 Historie předškolního vzdělávání v České republice	15
4 Rozvoj pohybových dovedností z hlediska antropologie a filozofie	17
4.1 Kinantropologie	17
4.2 Vliv vzdělávacích institucí	18
4.2.1 Michel Foucault, Biomoc	18
4.2.2 Émile Durkheim, sociologie vzdělávání	19
5 Pohybový vývoj dítěte	20
5.1 Pohybový vývoj dítěte předškolního věku	20
5.2 Motivace dětí ke sportu a pohybové aktivitě	21
6 Pohybové dovednosti dětí předškolního věku	22
6.1 Pohybové schopnosti dětí předškolního věku	22
6.1.1 Silové schopnosti	22
6.1.2 Rychlostní schopnosti	23
6.1.3 Vytrvalostní schopnosti	23
6.1.4 Koordinační schopnosti	24
6.1.5 Pohyblivostní schopnosti	25

6.2 Pohybové dovednosti dětí předškolního věku	26
6.3 Pohybová aktivita dětí předškolního věku	26
6.3.1 Pohybová aktivita dětí v mateřské škole	26
6.3.2 Mimoškolní pohybová aktivita	28
7 Organizace pohybových aktivit v mateřské škole	29
7.1 Mateřská škola	29
7.1.1 Didaktika tělesné výchovy v MŠ	30
7.2 Rámcový vzdělávací program	30
7.3 Školní vzdělávací program	31
8 Metodika výzkumu	32
8.1 Výzkumný problém a cíle výzkumu	32
8.2 Charakteristika výzkumného vzorku	33
8.3 Výzkumné metody	33
8.4 Zpracování dat	35
9 Výsledky výzkumu	37
9.1 Vyhodnocení dat výzkumu	37
9.1.1 Analýza Rámcového vzdělávacího programu	37
9.1.2 Analýza školních vzdělávacích programů	38
9.1.3 Hlubkové rozhovory	45
9.1.3.1 Seznámení s repondenty	46
9.1.3.2 Interpretace údajů	48
Závěr	71
Použitá literatura	74
Elektronické zdroje	75
Přílohy	77
1. Informovaný souhlas s rozhovorem	77
2. 7 návyků šťastných dětí	78

Úvod

Pro svou bakalářskou práci jsem si zvolila sobě blízké téma, které se týká rozvoje pohybových dovedností u dětí v mateřských školách.

Od svého dětství jsem se věnovala závodně mažoretkovému sportu a několika jiným sportům rekreačně. Díky pohybu jsem dokázala rozvíjet své schopnosti a dovednosti, naučila jsem se prohrávat i vyhrávat a také mi sport přinesl do života radost a spoustu zkušeností. Svou vášní k pohybu jsem se dostala až k tomu, že nyní se ve svém volném čase věnuji vedení několika závodních choreografií mažoretkového sportu v tanečním spolku, který jsem založila společně se svou sestrou a kamarádkou. Trénuji děti od 4 do 14 let, přičemž jedna věková kategorie odpovídá právě předškolnímu věku. Ráda bych tedy využila své zkušenosti a také se díky této práci podívala hlouběji na problematiku rozvoje pohybových dovedností již v mateřských školách.

V životě dospělého člověka se odráží zkušenosti a zážitky z dětství, je tedy důležité osvojit si základní schopnosti a dovednosti pro rozvoj těch složitějších. U dětí v předškolním věku je důležité při rozvoji pohybových dovedností dbát na souhru psychického a pohybového vývoje dítěte. Kolik času věnuje samotnému rozvoji pohybových dovedností jednotlivec je většinou otázkou rodiny a výchovy, avšak každému jedinci by měl být umožněn základ pro tento rozvoj, který většinou zajišťuje mateřská škola, kterou většina předškolních dětí navštěvuje. V mateřských školách dochází k celkovému rozvoji dítěte, tedy po fyzické i psychické stránce.

V teoretické části své práce se věnuji pohybovému vývoji dítěte a obecně pohybovým schopnostem a dovednostem dětí předškolního věku. Za základ považuji definici obecných pojmů jako pohyb, předškolní věk či pohybové schopnosti a dovednosti a jejich konkrétní formy. Druhou neméně důležitou částí bude obecná organizace tělesné výchovy a jiných aktivit podporujících zdravý pohybový vývoj dětí v mateřských školách. Vzhledem k oboru svého studia a pro jiný pohled na tuto problematiku jsem do teoretické části své práce jsem také zahrnula krátké kapitoly o rozvoji pohybových dovedností z hlediska antropologie, historie a filosofie.

V praktické části zjišťuji na základě analýzy dokumentů a rozhovorů, jak fungují Rámcový vzdělávací program a Školní vzdělávací programy v praxi.

Cílem této práce je popis situace v konkrétních mateřských školách z hlediska rozvoje pohybových dovedností u dětí. Zajímá mě, zda jsou v průběhu celoročního vzdělávání naplněny všechny cíle školních vzdělávacích programů, a také rozdílné přístupy k rozvoji pohybových dovedností v rozdílných školách. Nejde pouze o místem danou rozdílnost, ale také o specializovanost školky.

1 Definice obecných pojmů

Jako první kapitolu ve své práci jsem zvolila definici obecných pojmů, protože si myslím, že je důležité správně si definovat pojmy, které budu nadále v práci používat. Pro základní definici jsem vybrala pojmy pohyb, pohybové schopnosti a dovednosti, a předškolní věk.

1.1 Pohyb

Definovat něco tak různorodého a pestrého jako je pohyb není vůbec jednoduché a proto se není čemu divit, že v odborné literatuře najdeme hned několik definic.

Dle *Encyklopedie tělesné kultury (1988)* lze pohyb popsat z několika různých úhlů. Nejobecnější definicí je primární projev existence hmoty či v našem případě jedince. Pohyb je tedy všudypřítomnou podstatou všech procesů, které probíhají uvnitř společnosti a přírody. Druhý pohled na definici pohybu encyklopedie představuje jako změnu polohy tělesa vzhledem ke klidové poloze vlastní či jiného tělesa. Třetí definice již užívá pro pohyb pojem lokomoce. Lokomoce je schopnost jedince přemístit se z místa na místo, která je řízena a podmínována centrální nervovou soustavou. (*Encyklopedie tělesné kultury, 1988*)

V knize *Analýza didaktické interakce v tělesné výchově* lze najít v podstatě ještě další odlišnou definici pohybu, která je zaměřena více na medicínský a biologický základ pohybu. Pohyb je zde definován jako produkt interakce mezi biologickým systémem, činností a prostředím. Změna polohy člověka nebo jeho jednotlivých částí je složitě organizovanou funkcí kosterního svalstva a je vždy řízena jako jedinečný funkční celek (*Dobry, Svatoň, Šafaříková, Marvanová, 1996*)

Konkrétní definici pohybu jako změnu místa nebo polohy živého tělesa nebo pouze jeho částí, která byla zapříčiněna vlastními silami, můžeme naléznout v knize *Antropomotorika*. (Čelikovský, 1977)

Pro tuto práci je však zásadní a nejdůležitější poslední definice pohybu uvedená v Encyklopedii tělesné kultury - tělocvičný pohyb, který zahrnuje specifické činnosti, jimiž jsou uskutečňovány pohybové úkoly a funkční cíle tělesné kultury. *“Do oblasti tělocvičné motoriky zařazujeme všechny pohyby, které chápeme jako prostředek k dosažení cíle naší tělesné výchovy. Jsou to všechny pohyby zaměřené k upevnění zdraví člověka, ke zvýšení jeho výkonnosti, zdatnosti, pohyby, jichž používáme ve všech formách tělesné výchovy.”* (Čelikovský, 1977, str. 17)

1.1.1 Pohybové schopnosti

Kniha *Antropomotorika* definuje pohybové schopnosti jako souhrn předpokladů pro motorickou činnost. (Čelikovský, 1977) Pohybové schopnosti jsou jednoznačným předpokladem pro pohybové dovednosti, vždyť zevním projevem těchto schopností je právě pohybová dovednost. Pouze při jejich správném rozvíjení se u nás a konkrétně tedy u předškolních dětí rozvíjejí specifické pohybové dovednosti.

Encyklopedie tělesné kultury (1988) definuje pohybové schopnosti jako *“soubor integrovaných vnitřních vlastností člověka pro pohyb. činnosti”*. Od pohybových dovedností je tato definice odlišuje převážně tím, že jsou vrozené, kdežto pohybové dovednosti jsou výsledkem motorického učení a jsou tedy ovlivňovány prostředím. Pohybové schopnosti jsou obecnou vlastností jedince, nejsou specifické pouze pro jednu činnost. (Encyklopedie tělesné kultury, 1988)

1.1.12 Pohybové dovednosti

Pohybovou dovednost lze definovat jako *“motorickým učením a opakováním získanou pohotovost (způsobilost, připravenost) k pohybové činnosti, k řešení pohybového úkolu a dosažení úspěšného výsledku.”* (Měkota, Cuberek, 2007, str. 9) Je ale také důležité upřesnit, že pohybová činnost musí být vykonávána správně, úsporně a vhodným

způsobem. Charakteristickými rysy pohybových dovedností jsou maximum jistoty při dosahování cíle, minimální výdej energie a dosažení cíle v minimálním čase. (Měkota, Cuberek, 2007)

Dle *Encyklopedie tělesné kultury (1988)* jsou pohybové dovednosti učením získané předpoklady pro správné, rychlé a úsporné řešení pohybových úkolů. Vytvářejí se jako základ každodenních činností v životě jedince jako jsou chůze, běh, házení či manipulace s předměty. Pohybové dovednosti jsou velmi plastické a přizpůsobivé. (Encyklopedie tělesné kultury, 1988)

1.2 Předškolní věk

“Období předškolní je nejpozoruhodnější etapou vývoje lidského jedince, spojuje vše, co bylo u dítěte vrozeno, s tím, co se výchovou a učením stane zlatým mostem k budoucí dospělé osobnosti. Je to doba, kterou si již v dospělosti vzpomínáme, ke které se vracíme, která zanechává v naší paměti již mnohé stopy.” (Lisá, Kňourková, 1986, str. 174)

V tomto období lidského jedince by mělo dojít k celkové harmonizaci pohyblivosti, ovládnutí cílených pohybových dovedností a také ke zdokonalení jemné motorické zručnosti. (Lisá, Kňourková, 1986)

Obecně předškolní věk zasazujeme zhruba mezi čtvrtý a sedmý rok dítěte. Jedná se o období, které by mělo dítě připravit po všech stránkách na povinnou školní docházku a povinnosti s ní a se školním věkem spojené. Primárně na dítě působí rodina, v tomto věku je však právě zásadní vliv druhé velké instituce, a to mateřské školy. Z pohledu psychologie znamená předškolní věk vývojovou etapu, při které dochází k přeměně z hravého dítěte na ukázněného školáka, který je schopen společenského uplatnění, samostatnosti a systematické výuky v pracovním kolektivu základní školy. (Koch, Matějček, 1960)

Z výše uvedeného vyplývá, že v předškolním věku by mělo dojít k celkové koordinaci pohybů u dětí. Děti se přirozeně rády pohybují a tuto přirozenou touhu lze dobře využít při osvojování všech důležitých návyků na budoucí činnost ve škole a obecně do života. Pohybová výchova je důležitá pro správný růst, vývoj svalů, kloubů i kostí, správné dýchání, duševní pohodu dítěte a také z hlediska tělesné i duševní hygieny. (Lisá, Kňourková 1986)

2 Význam pohybu v předškolním období

Pro dítě je pohyb základní a přirozenou potřebou, která je spojena také se správným a zdravým tělesným, sociálním i psychickým vývojem. Pro dítě v předškolním období je důležitá spontánní i organizovaná pohybová aktivita. Při dostatečném přirozeném pohybu, případně při dostatku organizované tělesné výchovy v předškolním věku jsou děti při nástupu do školy dobře připraveny v základních motorických činnostech. Předškolní děti mají předpoklady pro velké pokroky ve vývoji hybnosti, a tak jsou většinou neustále aktivní a neposedné. (Čelíková, 1977)

Cílem tělesné výchovy v mateřské škole by mělo být prostřednictvím pohybové aktivity přispět k *“uspokojování potřeb dítěte v oblasti motorické, emocionální a sociální se snahou rozvinout potenciál každého dítěte v těchto složkách osobnosti, aby směřoval k pocitu tělesné, duševní a sociální pohody a tím byl podporován pravidelný návyk pohybové aktivity”*. (Dvořáková, 2000, str. 13)

2.1 Význam pohybu z hlediska biologického a fyziologického

Dítě předškolního věku prochází výrazným biologickým a fyziologickým vývojem. Pro správný a zdravý vývoj těla je důležitý přirozený pohyb.

Vývoj pohybu u dítěte postupuje od hlavy dolů a od centra k jeho periferiím, tedy od hrubé motoriky k jemné. Jedná se o nerovnoměrný vývoj, přičemž se můžeme setkávat i s tzv. vývojovými skoky v senzitivních obdobích. Vývoj každého jedince je individuální a je ovlivněn dědičností a prostředím, ve kterém vyrůstá. (Dvořáková, 2000) V předškolním období dochází ke zrychlení růstu. Dochází k růstu dlouhých kostí a výraznému nárůstu svalové hmoty. V tomto věku je velice ohrožena páteř dítěte a osvojení špatných pohybových návyků.

Ze zdravotního a biologického hlediska je tělesná výchova investicí do budoucnosti. Důležitou součástí je tedy spontánní aktivita i řízená tělesná výchova v pravidelném režimu dne dítěte v mateřské škole. Zdravotní přínos řízené i spontánní pohybové aktivity je pro člověka zajištěn v těchto oblastech:

1. normální růst a vývoj dítěte
2. ovlivnění funkčnosti svalového aparátu jako prevence vadného držení těla
3. regulace složení těla, nadváhy a prevence nemocí a chorob (Dvořáková, 2000)

2.2 Význam pohybu z hlediska sociálních vazeb

Období předškolního věku je velice důležité z hlediska socializace dítěte. Významným charakteristickým znakem dětí předškolního věku je postupné vzdalování od rodiny a seznamování se v rámci sekundárních institucí. Ukončení této závislosti na rodině je také podmíněno postupným poznáváním a přijímáním sociálních rolí a osvojením určitých norem chování. V předškolním věku se utváří vlastní identita dítěte a to hlavně také díky novým sociálním skupinám a kamarádům, které v tomto období máme a získáváme. Vědomí vlastní identity je velice důležité pro zdravé sebevědomí dítěte. (Kořátková, 2008) Právě pohybové činnosti a pohybová výchova jsou zásobárnou nesčetného množství specifických prostředků a příležitostí k formování osobnosti dítěte. Při pohybu se dítě učí novým pojmům, pravidlům, zodpovědnosti i důležité vlastnosti rozhodnout se. Pedagog může konkrétně vyhledávat takové činnosti, které posílí dětské sebevědomí, vůli či spolupráci a vzájemnou pomoc. (Dvořáková, 2000)

2.3 Význam pohybu z hlediska psychického vývoje

Předškolní věk bývá klasifikován jako poslední stádium raného dětství. I samotný jeho název odkrývá, že důležitou součástí tohoto období ve vývoji dítěte je příprava na nástup do školy. Jako všechna vývojová období i toto navazuje na předešlé, tím je správný vývoj v období batolete. V předškolním věku se dítě začíná učit a začínáme klást také důraz na intelektuální vývoj dítěte. Součástí rozvoje mentálních funkcí a učení jsou v tomto věku právě i pohybové aktivity a rozvoj pohybových dovedností u dítěte. (Piaget, Inhelderová; Psychologie dítěte, 2014) Pohyb je projevem psychické aktivity a v předškolním období je pro dítě více než důležité postavit základ pro rozvoj zdravého sebevědomí a také sebehodnocení. Při rozvoji pohybových dovedností si dítě také často zvyká na práci ve skupině, sounáležitost ke družstvu, solidaritu vůči spoluhráčům i protihráčům a také se učí nést prohru i výhru.

3 Historie předškolního vzdělávání

Již od pravěku a dávné historie se setkáváme s všemožnými formami a přístupy výchovy nejmenších dětí od starších generací. Vždy se v rodině či nějakém rodovém uspořádání setkáváme se snahou předat mladším zkušenosti a znalosti nabitě ve svém vlastním životě. V této kapitole ve stručnosti projdu přístupy ke vzdělávání a výchově nejmenších dětí napříč celou historií společnosti.

3.1. Historie předškolního vzdělávání ve světě

Pokud přeskočíme pravěké a antické způsoby výchovy, ve kterých lze také nalézt prvky vzdělávání dětí starší generací, k středověkým dějinám, ve kterých již nalézáme první známky odděleného vzdělávání, zmínila bych na začátek pojetí výchovy nejmenších dětí křesťany. Pro první křesťany byla výchova dětí posvátnou povinností, jelikož na ně bylo nahlíženo jako na představitele nezkaženosti a čistoty. Z hlediska výchovy bylo v křesťanských rodinách přímo nakázáno starat se o mravní úroveň dětí a tělesná výchova byla spíš zanedbávána, s pohybem a tělesným cvičením se počítalo pouze v souvislosti s vojenským výcvikem. Z hlavních osobností této dávné historie můžeme zmínit Jeronýma (340-420), který kladl důraz při výchově nejmenších dětí hlavně na hru, svatého Augustina (354-430) a také Tomáš Štíttný ze Štíttného (1331-1401), který zdůrazňoval poslušnost dětí. (Dějiny výchovy dětí předškolního věku, online)

První středověké školy však nesloužily ke vzdělávání a výchově nejmenších dětí, sloužily především k náboženským potřebám a jejich cílem bylo vychovat slepě oddaného křesťanského věřícího. Období středověku je tedy pro předškolní výchovu důležitým milníkem nepřímo. Dětství nebylo chápáno jako období, ve kterém se dítě připravuje na budoucí život, a tak nebylo zohledněno předškolní vzdělávání. První školy, které ve středověku vznikaly, nebyly určeny nejmenším dětem, pouze ovlivňovaly to, jak bylo na výchovu těchto dětí v rodinách nahlíženo. (Dějiny výchovy dětí předškolního věku, online)

Následná renesance a humanismus se naopak odvrací od postojů a názorů křesťanské víry a pro člověka hlásá svobodu myšlení a radost ze života. V tomto období je na prvním místě člověk, což zvyšuje i důraz kladený na vzdělání člověka. Humanisté

vnímají dětství jako specifické období v životě člověka, které může člověka připravit na jeho budoucí život. S tímto názorem se rozvíjel přístup, kdy vyučování a výchova má přihlížet k zájmům dítěte, probouzet jeho aktivitu a být názorná. Jelikož je pro humanismus a renesanci v popředí zájmů také lidské tělo, je toto právě období, kdy se již u nejmenších dětí začíná rozvíjet tělesná výchova. Právě to je důležitou a velmi významnou změnou ve vnímání a celkově pohledu na dětství jako takové a rozvoj pohybových dovedností u nejmenších dětí. Z nejvýznamnějších osobností tohoto období a přístupu k předškolní výchově nejmenších dětí můžeme jmenovat Francois Rebelais (1483-1553), Erasmus Rotterdamský (1467-1536) nebo Michele de Montaigne (1533-1592). Utužení významu tělesné výchovy již u nejmenších dětí potvrdilo období osvícenství v 17. a 18. století. (Dějiny výchovy dětí předškolního věku, online)

“V souvislosti s průmyslovou revolucí nastávají zásadní změny nejen v sociální oblasti, ale také v přístupu k výchově a vzdělávání dětí předškolního věku. V zakládaných manufakturách a továrnách nejsou zaměstnáváni pouze muži, ale díky špatné ekonomické situaci rodiny také ženy a děti.” (Dějiny výchovy dětí předškolního věku, online, str. 82) V 19. století se všechny tyto okolnosti zásadně promítly do života dětí. Pracovní rytmus rodiny stanovil že rodina jako primární socializační instituce v podstatě přestala fungovat. Nejprve však děti nenavštěvovaly mateřské školy nebo jesle, již ve 4 letech pracovaly v nelidských podmínkách za nejnižší mzdu. Tyto podmínky přinutily společnost, aby opět vyvstala otázka významu rodiny a rodinné výchovy pro edukaci nejmenších dětí. Byly zakládány první mateřské školy, opatrovny a jesle. Robert Owen byl jednou z nejvýznamnějších osobností dějin pedagogiky 19. století. Roku 1800 koupil továrnu, kde zavedl pedagogická, sociální a ekonomická opatření. Příkladem opatření může být to, že součástí továrny byl také první ústav pro veřejnou výchovu dětí předškolního věku. V roce 1819 byl jeho zásluhou schválen zákon o dětské práci, který odstranil nejtěžší přečiny při zneužívání dětské práce. Dalšími významnými světovými osobnostmi 19. století byly Friedrich Fröbel (1782-1852), který zdůrazňoval důležitost hry a rozdělil vývoj dítěte na tři základní období (kojenecký věk, dětství a chlapectví), nebo Lev Nikolajevič Tolstoj (1828-1910), který rozvíjel svou pedagogickou aktivitu na základě myšlenek J. J. Rousseaua například založením školy pro děti rolníků na své vlastní náklady a zdůrazňoval svobodnou výchovu na základě metody vlastní zkušenosti. (Dějiny výchovy dětí předškolního věku, online)

Ve 20. a 21. století se vzdělávání předškolních dětí rozšířilo o alternativní školy, které vznikly v reakci na formalismus a drezuru a zároveň reagovaly na pozitivismus založený A. Comtem. Jedním z prvních kritiků této situace byl americký pedagog John Dewey (1859-1952). Klíčový je pro něj především zájem dítěte a výchova založená na zkušenosti. Jako další alternativní školy či osobnosti s nimi spojené můžeme zmínit Mariu Montessori, Walfdorskou školu, Winnetskou soustavu nebo Daltonský plán. Díky novým přístupům se tak i v klasických školách dostává v průběhu 20. a 21. století do centra výchovy a vzdělávání dítě samotné nikoli učitel. (Dějiny výchovy dětí předškolního věku, online)

3.2 Historie předškolního vzdělávání v České republice

Pokud přeskočíme dávnou historii a podíváme se spíše na to, co skutečně ovlivnilo moderní systém vzdělávání, zmínila bych jako první Jana Amose Komenského (1592-1670), neboť právě z jeho myšlenek vycházelo mnoho dalších osobností. Právě on položil u nás základy předškolního vzdělávání tím, že propagoval logické rozčlenění škol na stupně od nižších k vyšším. Jeho koncept vzdělávání počítal se vzděláváním už od nejútlejšího věku. (Čornejová, 2008)

Následně však největší rozmach vzdělávání přišel po průmyslové revoluci na přelomu 18. a 19. století. Hlavně 19. století pak bylo střediskem proměn české společnosti, které souviselo i s koncepcí vzdělávání pro předškolní děti. František Jan Vlastimír Svoboda, který právě vycházel z myšlenek J. A. Komenského, založil v roce 1832 první opatrovnu v Čechách. Opatrovna Na Hrádku byla výjimečná svým jednoznačně vzdělávacím zaměřením. Ve statutu opatrovny byly formulovány cíle výchovy dětí od dvou do šesti let jako výslovná příprava na školní docházku. F. J. V. Svoboda svým domácím pojmenováním “školka” naznačil cestu, kterou se předškolní vzdělávání vydalo. Můžeme ho považovat za předchůdce moderních osnov, programů, vzdělávacích plánů a kurikul. Druhá polovina 19. století je pro předškolní vzdělávání důležitá významným mezníkem, a to otevřením první veřejné mateřské školy, konkrétně byla v roce 1869 založena první česká mateřská škola v Praze u sv. Jakuba. (Opravilová, 2016)

V 19. století byly pro nejmenší děti (do tří let) určeny jesle, opatrovny, které však měly převážně pečovatelskou funkci, a mateřské školy, které měly být pro děti přípravou na školu. *“Úkolem všech institucí bylo podporovat rodinnou výchovu a připravovat dítě do*

života i do školy výchovnými prostředky přiměřenými předškolnímu věku nikoli školským způsobem.” (Opravidlová, 2016, str. 26) Je tedy zřejmé, že v tomto období byla důležitá nejen forma, ale i obsah předškolního vzdělávání, a byly položeny základy pohybové výchovy i u takto malých dětí.

Důležitá jména 20. století z hlediska vývoje předškolního vzdělávání jsou u nás Ida Jarníková (1879-1965) a Anna Süssová (1851-1941). Jejich reformní snahy a zásahy do praxe známe dodnes. Z těch nejdůležitějších můžeme jmenovat Jarníkovu reformu, při které se děti pomyslně přesunuly ze školních lavic do prostoru a v průběhu výuky byl zájem soustředěn i na hru. Druhá světová válka u nás pozastavila vývoj vzdělávacího systému, jelikož snahy o zajištění pevného postavení mateřských škol ve společnosti byly válkou odsunuty do pozadí. Poválečné politické uspořádání nebylo však příznivější. Únor 1948 určil směr předškolního vzdělávání na několik dalších let. Vzdělávání se orientovalo na sovětskou sociální a vzdělávací politiku. Jednotný vzdělávací rámec pro všechny mateřské školy upevňovalo tradičně disciplinární zaměření. (Opravidlová, 2016)

Po roce 1989, při pádu komunistického režimu a přechodu k demokratickému zřízení, došlo k razantním změnám i ve školství. *„S odchodem komunistického režimu navázala předškolní pedagogika na období Reformního hnutí a přijala osobnostně orientovaný cíl předškolní výchovy (individuální přístup k dítěti, empatie ze strany učitelky, atd.), začala se rozvíjet integrace dětí se speciálními potřebami a interkulturní výchova.“ (Mateřská škola, online, 2017)*

Současná podoba předškolního vzdělávání je ukotvena v obecně platných a závazných stanovách a dokumentech jako je Rámcový vzdělávací program a školní vzdělávací programy mateřských škol. Vývoj mateřských škol jako institucí vkládajících velkou důvěru dítěti a jeho individuálním dispozicím má svůj základ v pojetí výchovy zaměřeném na dítě a v humanistických teoriích pedagogiky a psychologie. Tyto směry ovlivňují školní praxi již od 20. let minulého století, u nás však až po roce 1989, jelikož z politických důvodů nemohly být uplatňovány. Dnešní učitelky mají ve většině velký zájem se vzdělávat komplexněji a ne pouze v jednotlivých kurzech. (Kořátková, 2010)

4 Rozvoj pohybových dovedností z hlediska antropologie a filozofie

Nejen vzhledem ke svému oboru studia jsem se rozhodla do téměř čistě pohybové teoretické části zařadit antropologický a filozofický pohled na rozvoj pohybových dovedností. V první části této kapitoly se budu věnovat stručnému představení podoboru antropologie - kinantropologii a v druhé části rozeberu dva rozdílné pohledy na vliv vzdělávacích institucí.

4.1 Kinantropologie

Pohybu člověka se věnuje věda kinantropologie. Jedná se o vědní obor, který na lidský pohyb nahlíží z hlediska jeho vývoje a struktury, individuálních předpokladů jeho vlastní realizace a dopadu činnosti na fyzické, psychické i sociální změny člověka. Zabývá se také vztahem pohybu ke kvalitě osobního, kulturního, vzdělávacího, právního, zdravotnického, ekonomického i politického výstupu a realizace člověka. Podobor sociokulturní kinantropologie se zabývá problémy vztahů mezi pohybujícím se člověkem a společností nebo kulturou. *“Systém tělesné kultury je tedy množina organizací, institucí, legislativních norem, způsobů personálního a materiálního zabezpečení, uspořádání do funkční struktury, vycházející ze vzájemných vazeb uvedených prvků a vazeb na vnější okolí, s cílem co nejefektivnějšího zabezpečení zvláštních pohybových potřeb člověka.”* (Hodaň, 2007, str. 15) Školní tělesná výchova je zajišťována mateřskými, základními, středními i vysokými školami a je součástí výchovně-vzdělávacího procesu. Tělesná výchova má svou roli v celostním rozvoji osobnosti, je tedy důležité s ní správně začít již v předškolním věku dítěte. *“Ve všech případech je tedy předmětem tělesné výchovy, cílem všech činností v jejím rámci vykonávaných, člověk a jeho zdokonalování vzhledem k sociálním rolí, které bude v životě zastávat.”* (Hodaň, 2007, str. 36) Tím se dostáváme k pojmům biomoc a biopolitika, které nám naznačují a ukazují, že člověk je formován společností i z hlediska pohybových dovedností a že společnost má zájem na zdravé a správně se hýbající populaci.

4.2 Vliv vzdělávacích institucí

“Dnešní západní společnost je posedlá zdravím. Péče o zdraví, optimalizace potenciálu zdraví každého jedince a prevence nemocí jsou základními tématy naší existence”. (Parusniková, 2000, str. 131) K jedné z primárních společenských institucí, kde se setkáváme obecně s pojmem zdraví a péči o zdraví je mateřská škola. Nejedná se pouze o výchovu ke zdraví a nauku základních hygienických návyků, k péči o zdraví jednoznačně patří také základy tělesné výchovy a celkově rozvoj pohybových dovedností. Mateřská škola je pro dítě většinou první institucí, kde se setkává s organizovanou pohybovou aktivitou a pohybovými zájmovými činnostmi. Na zdraví dítěte nemá zájem pouze rodič, ale také celá společnost. S veřejným zájmem na zdravé společnosti se setkáváme s pojmy jako je politika těla, či biomoc. “Zásadním pojmem pro analýzu moderních režimů moci je Foucaultův pojem biomoc.” (Parusniková, 2000, str. 132) V následujících dvou kapitolách rozeberu vzdělání jako nástroj selekce a dva konkrétní pohledy na vzdělání a vliv samotných vzdělávacích institucí. Jako první rozeberu pojem *biemoc* a jeho tvůrce Michela Foucaulta, jehož názor na vliv vzdělávacích a jiných společenských institucí je zjednodušeně řečeno negativní. Jako jeho protiklad jsem si vybrala Emila Durkheima, který je považován za zakladatele sociologie vzdělávání a jehož názor je brán jako pozitivní.

4.2.1 Michel Foucault, Biomoc

Biomoc je pojem, který byl poprvé použit filozofem Michelelem Foucaultem. Jde o moc nad průběhem celého života. “*Biomocí nazývá Foucault techniky moci, které se vykonávají na společnosti i jednotlivých lidských tělech a jsou v jistém ohledu heterogenní právně-politickým mechanismům suverénní moci.*” (Poppr, 2012, str. 13) Za počátek projevu biomoci se považuje 17. století, přičemž Foucault rozlišil dvě formy vývoje moci nad životem. V první formě je na tělo pohlíženo jako na stroj a soustředí se hlavně na zdokonalování těla. Tělo je bráno jako objekt a jedinec jako osoba, která musí být disciplinována. Foucault se konkrétně zmiňuje o tzv. anatomo-politice lidského těla. Druhá forma se zabývá životem na makroúrovni populace a je zaměřená na racionální správu biologických procesů (zdravotní stav, porodnost, úmrtnost). Foucault tuto formu nazývá bio-

politikou populace. Moderní společnost je jím vnímána jako společnost normalizace, kdy je nad vším neustálý dohled. (Poppr, 2012) *“Biomoc je moderní forma moci, která poprvé v dějinách klade důraz na život místo pouhého rozhodování o smrti. Biomoc sestává z mechanismů používaných k disciplinování individuálního i sociálního těla, avšak jejím konečným terčem je kultivace života”* (Parusniková, 2000, str. 133) Anatomico-politika je zaměřena na kontrolu života lidského těla a zvýšení jeho výkonu pomocí disciplinární technologie. *“Biomoc zde pracuje formou řízení populace i jedinců prostřednictvím jemných mechanismů regulace a manipulace, distribuovaných skrze administrativní aparáty moderního státu.”* (Parusniková, 2000, str.133) V případě rozvoje pohybových dovedností u dětí v předškolním věku za administrativní aparáty považujeme právě Rámcový vzdělávací program a jednotlivé školní vzdělávací programy.

4.2.2 Émile Durkheim, sociologie vzdělávání

Émile Durkheim je považován za zakladatele sociologie vzdělávání. Zastával názor, že vzdělávání napomáhá lepšímu pochopení nepsaných pravidel společnosti. Podle něj vzdělávání napomáhá k lepšímu formování společnosti. Je tak protipólem vůči názoru Michela Foucaulta, jelikož on považuje vliv společnosti na utváření osobnosti člověka za pozitivní.

Stěžejním problémem Durkheimova díle je sociální solidarita. Rozlišoval dva ideální typy společnosti - tradiční a moderní - s dvěma odlišnými typy solidarity - mechanickou a organickou. Mechanická solidarita převládající v tradičních společnostech je určována shodou a podobností jednotlivých osob a institucí, které ji tvoří. V takovém případě je individualita pohlcena kolektivem. Solidarita organická naopak převládá ve společnostech, kde každé individuum plní v souladu se společenskou dělbou práce určitou speciální funkci. Jsou tak podmiňovány rozdíly mezi jedinci a institucemi. Právě v tomto dělení bylo i vzdělání velmi důležitým faktorem. (Sociologie Émile Durkheima, 2014, online) Émile Durkheim věřil, že výchova a samotné vzdělání předělává člověk k takovému obrazu, jaký si společnost žádá a odvrací ho od toho, jak člověka stvořila příroda. Vyzdvihuje tak jeho důležitost a pozitivní vliv vzdělávacích institucí na jedince.

5 Pohybový vývoj dítěte

5.1 Pohybový vývoj dítěte předškolního věku

Pohybový vývoj dítěte předškolního věku je velmi bouřlivý a při správných podmínkách má dítě předpoklad v tomto věku zdokonalit své pohybové schopnosti a dovednosti hned několikrát. *"Dítě, které se ve věku batolivém naučilo chodit, běhat, oblékat se, jíst a držet tužku, zdokonalí během tří let předškolního věku tyto dovednosti tak, že běhá o závod, skáče, jezdí na koloběžce a pohybuje se nejen s jistotou, ale i se začnou dávnou elegancí."* (Koch, Matějček, 1960, str. 283) V předškolním období na nás působí především dvě hlavní instituce společnosti - rodina a mateřská škola. Právě mateřská škola by měla být společenstvím, kde se dítě setkává se základními hygienickými návyky, návyky ke zdravému životnímu stylu, základními pohybovými dovednostmi a aktivitami, ale také pravidly, pocitem vítězství nebo prohry a solidarity vůči spoluhráčům i protihráčům.

V mateřské škole se setkáváme a v podstatě také na tomto principu můžeme rozdělovat pohybovou aktivitu na spontánní a řízenou. Obě tyto podoby jsou pro správný vývoj dítěte důležité. V předškolním období a konkrétně v mateřské škole klademe velký důraz spíše na spontánní pohybovou aktivitu, kterou si do svého dne zařadí téměř každé dítě samo. V dnešní době se ve volném čase malých dětí však stále více vytrácí, a tak nejen z tohoto důvodu má i při spontánní aktivitě v mateřské škole své místo role pedagoga, který stanovuje podmínky pro veškeré pohybové činnosti. Pedagog či odborný vedoucí aktivity sleduje, dohlíží na dodržování pravidel, usměrňuje či provokuje průběh a mění podmínky. (Dvořáková, 1998)

Vývoj samotné motoriky předškolního dítěte je provázán s vyspíváním nervové soustavy a praktickým cvičením pohybového ústrojí v běžných denních situacích. Právě z tohoto důvodu je důležitá i spontánní pohybová aktivita. Již ve třech letech, tedy mnohdy při nástupu do mateřské školy, má dítě velkou část motorického vývoje za sebou. Tříleté dítě by mělo být schopné vzpřímeně stát, chodit a běhat. Pro předškolní dítě je typická velká až překvapivá pohyblivost. Dítě je neustále v pohybu, celý den si hraje, přechází z činnosti do činnosti, při jídle se vrtí a neustále si hledá příležitost k nějaké tělesné aktivitě.

(Koch, Matějček, 1960) *"Jiným charakteristickým rysem motoriky předškolního dítěte je rostoucí schopnost udržovat rovnováhu. Ve třech letech dovede dítě stát na jedné noze jen okamžik. V pátém roce však udrží rovnováhu na jedné noze po několik vteřin a po šestém roce skoro libovolně dlouho. Dovede nyní nést hrneček plný vody a nic nerozlije, dovede chodit po kladině nebo švédské lavičce a kolem pěti let mnohé děti už začínají lyžovat."* (Koch, Matějček, 1960, str. 285) S vývojem motoriky se samozřejmě současně zdokonaluje i samotná pohybová koordinace, která se projevuje v ovládnutí těla i jednotlivých jeho částí. Již ve čtyřech letech je dítě schopné jistě vyjít do schodů a sejít z nich nebo například bez držení přejít či přeběhnout lavičku. (Koch, Matějček, 1960)

Správný vývoj motoriky a pohybové koordinace je důležitý pro budoucí život předškolního dítěte. Ještě v předškolním a zároveň ve školním období se tato důležitost projeví například při hrách, které jsou každodenní součástí dětí. Ač se to na první pohled nemusí zdát, je předpokladem také pro rozvíjení vyšších rozumových schopností, neboť čím je dítě pohyblivější, tím větší si tvoří díky styku s okolím zásobu zkušeností a vědomostí. Je dokázáno, že motoricky zdatné děti jsou sociálně vyspělejší, aktivnější, lépe spolupracují a mnohdy jsou tak v kolektivu oblíbenější. (Koch, Matějček, 1960)

5.2 Motivace dětí ke sportu a pohybové aktivitě

Pro děti předškolního věku je pohyb jednou z hlavních a přirozených potřeb. Pohyb dětem umožňuje poznávat společnost a prostředí, ve kterém žijí, zároveň také mohou pohybem vyjadřovat své pocity a uvolňovat emoce. Z těchto důvodů i z toho, co bylo zmíněno v jiných kapitolách této práce, je zřejmé, proč mají pohybové aktivity své místo v základních dokumentech pro předškolní i školní vzdělávání. Některé děti pohyb milují a je jim přirozené se několik hodin denně hýbat, u každého dítěte se však pohybová potřeba může různit, a tak je potřeba děti v předškolním věku k pohybu motivovat.

Učení může být záměrnou i nezáměrnou činností, při které dochází k trvalým změnám ve vědomí a také chování dítěte. V předškolním věku, konkrétně v mateřské škole se setkáváme spíše s formou nezáměrného učení. Takové učení nazýváme učením situačním, často je spojené s prožitkem například v podobě hry. (Dvořáková, 2000). Jednou z hlavních motivací dětí ke sportu a pohybové aktivitě v mateřských školách je tedy v

podstatě vidina pobavení ve formě hry. Často jsou pohybové aktivity pro předškolní děti předváděny právě v této podobě.

6 Pohybové dovednosti dětí předškolního věku

6.1 Pohybové schopnosti dětí předškolního věku

6.1.1 Silové schopnosti

Silové schopnosti jsou kondičním základem pro jakýkoli výkon, který vyžaduje nasazení síly, jejíž hodnota dosahuje okolo 30% individuálně realizovatelného maxima. Rozhodující pro vznik takové síly je svalová kontrakce, která může probíhat však několika způsoby. Svalová vlákna se mohou zkracovat, protahovat nebo zůstat nečinná. (Měkota, Novosad, 2005) *“Svalová síla je schopnost svalové kontrakce s překonáním odporu. Je limitována především průřezem svalu a počtem svalových vláken. Podle charakteru kontrakce, množství zapojených svalů, dynamiky kontrakce lze rozlišit různé druhy síly. Síla je základem svalové zdatnosti.”* (Dvořáková, 2000, str. 18) Podle druhu svalové kontrakce také sílu dělíme na statickou a dynamickou.

Síla a silové schopnosti se během života velmi mění. Výzkumy ukázaly, že v 6 letech je maximální síla měřené velké svalové skupiny u hochů na úrovni pouhých 13%, u dívek na úrovni 20% životního maxima. Toho dosahujeme ve věku 20-30 let. (Měkota, Novosad, 2005)

Silové schopnosti rozvíjíme zejména posilováním, které musí být vždy přizpůsobeno věku a pohlaví. Pro předškolní věk a obecně děti mladší 10 let platí závazná doporučení pro provádění cvičení silového charakteru, které vyvolávají zlepšení vnitřní svalové koordinace. U dětí a mládeže obecně nelze používat posilovacích cvičení specifického charakteru, které se používají u dospělých jedinců ve výkonnostním a vrcholovém sportu. Posilovací cvičení vhodná pro děti by měla být všestranná. Právě takové vede ke zlepšení zdraví, zvýšení zdatnosti a správnému držení těla. (Měkota, Novosad, 2005)

6.1.2 Rychlostní schopnosti

Ve fyzikálním smyslu je rychlost popisnou charakteristikou každého pohybu. Rychlost ve smyslu sportovním a pohybovém většinou popisujeme jako schopnost, která je předpokladem pohybu provedeného vysokou až maximální rychlostí. (Měkota, Novosad, 2005) *“Rychlost je schopnost co nejrychleji provést pohyb. Je výrazně podmíněna geneticky a je limitována vedením vzruchů a složením svalů. Je členěna na rychlost reakční, akční a rychlost cyklických pohybů. Podílí se částečně na svalové zdatnosti a je důležitá v oblasti koordinačních předpokladů. Předpoklady pro zlepšení rychlosti v pohybu se vyvíjejí poměrně časně, avšak tříleté dítě na pokyn reaguje až po určité době, pohyb probíhá relativně pomalu. Požadavky proto musí být přiměřené a pohybové úkoly, které mají být prováděny rychle, musí být jednoduché a dítě je už musí umět. Spojení rychlosti a obratnosti je obtížné a pro dítě stresující.”* (Dvořáková, 2000, str. 18)

Ze všech kondičních schopností (silové, rychlostní, vytrvalostní) jsou právě rychlostní nejvíce geneticky podmíněny. Tréninkem lze dosáhnout maximálního zlepšení o 15-20% výchozích hodnot. Uvádí se, že se jedná o pohybovou schopnost s nejnižší trénovatelností, což značně ovlivňuje praxi. Reakční rychlost rozvíjíme pomocí cvičení rychlé změny postoje či pohybu, akční rychlost cvičíme nejčastěji opakovaným překonáváním krátkých úseků trati a rychlými změnami směru a podmínek. Do tréninku rychlosti patří také veškeré druhy skoků, hodů a vrhů následujících po maximálním zrychlení pohybu. (Měkota, Novosad, 2005)

6.1.3 Vytrvalostní schopnosti

Komplex vytrvalostních schopností představuje základní pilíř fyzické kondice. (Měkota, Novosad, 2005) *“Vytrvalost je schopnost vytrvat v pohybové činnosti po relativně dlouhou dobu bez poklesu intenzity. Vytrvalost lze strukturovat podle rozsahu svalové práce a podle délky zatížení. Limitujícími faktory jsou především energetické zásoby ve svalech a srdeční cévní, dýchací a transportní systém.”* (Dvořáková, 2000, str. 18)

Vytrvalost definujeme jako základ kondiční schopnosti zejména proto, že je rozhodující pohybovou schopností pro tělesnou zdatnost a zdraví, velký počet sportovních disciplín vychází z vytrvalostního základu, úroveň vytrvalosti úzce souvisí se zkracováním

zotavné fáze a urychlováním obnovy energetických zdrojů a v rámci zdravotního tréninku vytváří vytrvalost předpoklady pro zvládnutí stresových situací. Vytrvalostní schopnosti dělíme na základní a speciální, které jsou předpokladem pro zvládnutí určité sportovní specializace. (Měkota, Novosad, 2005)

Při volbě cvičení pro rozvoj vytrvalostních schopností je rozhodující způsob jejich použití. Hlavní funkční systémy jsou relativně málo závislé na vnější formě pohybu, uplatňují se tedy tréninky ve formě běhu, plavání či jízdy na kole. (Měkota, Novosad, 2005) Obecně u dětí předškolního věku lze za trénink vytrvalostních schopností považovat veškerou pohybovou aktivitu, kterou vykonávají delší dobu a zlepšují si tím tak svou kondici.

6.1.4 Koordinační schopnosti

Koordinační schopnosti odvozujeme od slovesa koordinovat, které je vykládáno jako *uspořádat* či *uvádět v soulad*. *“Při pohybové aktivitě také celé tělo člověka neustále mění svoji pozici v prostoru, v souladu s okolím, přičemž udržet či obnovit rovnováhu zejména při rychlých a prostorově rozsáhlých pohybech není snadné.”* (Měkota, Novosad, 2005, str. 56) Koordinované pohyby provádíme každý všední den od útlého dětství až po dospělost.

“Koordinační schopnosti představují třídu motorických schopností, které jsou podmíněny především procesy řízení a regulace pohybové činnosti. Představují upevněné a generalizované kvality průběhu těchto procesů. Jsou výkonovými předpoklady pro činnosti charakterizované vysokými nároky na koordinaci.” (Zimmermann, Schnabel & Blume, 2002) Pro dítě předškolního věku, ale i pro nás dospělé, dobře rozvinuté koordinační schopnosti znamenají rychlejší a efektivnější osvojování nových dovedností, stabilitu již osvojených dovedností a zároveň ovlivňují estetické pocity, radost a uspokojení z pohybu. Dobře řízené pohyby působí harmonicky a pro dítě jsou tak motivací do dalšího učení a osvojování si nových dovedností. (Měkota, Novosad, 2005).

Koordinační schopnosti s dětmi rozvíjíme vhodně zvolenými, dostatečně intenzivními a frekventovanými vnějšími podněty. (Měkota, Novosad, 2005) Pro

osvojování a rozvíjení koordinačních schopností je totiž zejména důležitá novost a neobvyklost, neboť zautomatizované činnosti ztrácejí koordinační efekt. Jako příklad můžeme uvést různé způsoby žonglování, driblování, odrážení míče, chůze na chůdách, jízda na skateboardu či balancování na jedné noze. Jelikož jednou z nejdůležitějších vlastností takového cvičení pro rozvoj koordinačních schopností je novost a originalita, musíme cviky často cíleně obměňovat a samotný pohyb různě variovat. (Měkota, Novosad, 2005)

6.1.5 Pohyblivostní schopnosti

Flexibilita a obratnost určují rozsah pohybů v jednotlivých kloubech nebo kloubních systémech, jedná se o schopnost realizovat pohyb v náležitém rozsahu. *“Flexibilita je jedna z motorických schopností, schopnost člověka pohybovat částí nebo částmi těla v dostatečně velkém rozsahu lehce a požadovanou rychlostí.”* (Měkota, Novosad, 2005, str. 96) Rozlišujeme statickou a dynamickou flexibilitu. Statická flexibilita představuje rozsah pohybu v samotném kloubu, dynamickou flexibilitou myslíme naopak schopnost využít kloubní rozsah při pohybové činnosti. (Měkota, Novosad, 2005)

Flexibilita a obratnost jsou podmíněny u člověka hned několika činiteli konstitučními, kondičně-energetickými a koordinačními. Kromě těchto vnitřních činitelů, ke kterým patří i psychická tenze, můžeme zmínit také denní dobu a prostředí, ve kterém se člověk nachází, či únavu. S flexibilitou a celkově pohyblivostními schopnostmi se pojí pojmy hypomobilita a hypermobilita. Hypomobilita označuje dočasně nebo trvale sníženou mobilitu. Hypomobilita často souvisí s rostoucím věkem a její příčinou bývá nedostatek pohybu. Hypermobilita je opakem hypomobility a charakterizuje tak nadměrný rozsah kloubní pohyblivosti. (Měkota, Novosad, 2005)

Základním prostředkem pro rozvoj a udržení flexibility jsou protahovací cvičení. Důležitou součástí zisku cvičebního programu zaměřeného na rozvoj flexibility je relaxace. Svaly potřebují klid a redukovat svalové napětí. *“Kromě fyziologického působení relaxačních cvičení, dechových cvičení a masáží ji lze ovlivnit i farmakologicky a diatermií.”* (Měkota, Novosad, 2005, str. 107)

6.2 Pohybové dovednosti dětí předškolního věku

Charakter tělesné výchovy předškolních dětí odpovídá jejich pohybovým dovednostem. Za základní motoriku považujeme takové pohybové dovednosti, které do určité úrovně a v určitém rozsahu zvládneme všichni. V mateřské škole se tedy z hlediska základní motoriky soustředíme u předškolních dětí na: vnímání a poznání vlastního těla, orientaci v prostoru, vnímání intenzity pohybu a vnímání vztahů věcného a sociálního charakteru. Konkrétně z hlediska charakteru pohybu lze základní motorické dovednosti rozdělit na: lokomoční, nelokomoční a manipulační. (Dvořáková, 2000)

Lokomoční dovednosti jsou takové, které přemísťují tělo v prostoru. Příkladem může být chůze, běh, poskok či lezení. Mezi nelokomoční dovednosti zařazujeme pohyby jednotlivých částí těla, pohyby celého těla na jednom místě či pohyby kolem některé z os těla. Zařazujeme mezi ně tedy například pohyby nohou či hlavy, pohyby v sedu či kleku a nebo různé převaly, obraty a houpání. Jak již název napovídá, tak manipulační dovednosti zahrnují dovednosti ovládnutí různých předmětů všemi částmi těla. Mezi manipulační dovednosti patří také ovládnutí pomůcek pomocí jiných, jako například ovládnutí tenisové rakety či hokejky. (Dvořáková, 2000)

6.3 Pohybová aktivita dětí předškolního věku

Pohybová aktivita dětí předškolního věku je z velké části spontánního charakteru, je však nutné a pro správný vývoj a návyk pohybu důležité zařadit mezi aktivity i řízenou a organizovanou tělesnou výchovu. Dítě se díky ní naučí nejen správným pohybům, držení těla a návykům, ale také disciplíně a dodržování pravidel. V mateřské škole i ve volném čase dětí se tedy setkáváme s oběma formami pohybu.

6.3.1 Pohybová aktivita dětí v mateřské škole

“V mateřské škole je dodržován pravidelný režim dne dělený pravidelným časem jídla a střídáním činnosti spontánních a víceméně řízených. Pravidelnost a řád vnímá dítě pozitivně a lépe se v programu orientuje.” (Dvořáková, 2000, str. 57) Mezi pravidelné formy pohybové výchovy v mateřské škole můžeme zařadit: spontánní pohybové aktivity,

řízené pohybové aktivity, vycházky a výlety, cvičení v přírodě, soutěže a tělovýchovná vystoupení. (Dvořáková, 2000). Ne všechny mateřské školy však do svého programu zařazují všechny tyto formy. Často se setkáváme s pomyslným přechodem mezi řízenou a spontánní aktivitou, kdy pedagog poskytuje dopomoc v aktivitách zvolených samotnými dětmi nebo zapadajícími do tématického programu dne či delšího časového úseku. Řízená tělesná výchova může být pojata v několika variantách, od krátkých tělovýchovných chviliek přes relaxaci až po klasickou jednotku tělesné výchovy. V organizované formě tělesné výchovy je u předškolních dětí velmi důležitá motivace. (Dvořáková, 2000)

Pro děti předškolního věku jsou vhodné například překážkové dráhy, kdy se rychle střídají prováděné úkony a tak dítě neztrácí motivaci a zvědavost. Výhodou mohou být i smíšené skupiny, kdy starší děti pomáhají mladším. Vhodnou organizací tělovýchovné chvilky pro tento věk je volná nabídka rozestavěného nářadí, které mohou postupně přecházet a nebo si vybírat. Děti mají pocit, že si mohou vybrat a podporujeme tím tak jejich samostatnost a kreativitu. (Dvořáková, 2000)

Hlavní náplní práce pedagoga při pohybových chvilkách v mateřské škole je aktivní předcvičování, podněcování, motivování a opravování dětí. Důležité je pro tyto děti praktické cvičení, při kterém svou představivost teprve rozvíjejí a učí se různým pokynům. V kontaktu mezi dítětem a učitelem je cílem vybudovat vzájemnou oboustrannou komunikaci. To by nemělo být opomíjeno ani při tělesné výchově. Je důležité vše dětem správně popsat a vysvětlit a zároveň udržet jejich pozornost, odpovídat na dotazy a mít promyšlenou a ucelenou přípravu pohybové chvilky. (Dvořáková, 2000)

Pro splnění všech cílů tělesné výchovy u předškolních dětí je v režimu mateřské školy dle Dvořákové třeba:

- vytvořit možnosti pro realizaci spontánních i řízených pohybových aktivit
- vytvořit podmínky pro spontánní pohybové aktivity dětí
- záměrně ovlivňovat pohybové učení
- uplatňovat řízenou tělesnou výchovu denně
- vést k návyku na pravidelnou pohybovou aktivitu ve způsobu života
- řízenou tělesnou aktivitu zaměřit na činnosti, které děti nemohou realizovat ve spontánní aktivitě
- v řízení tělesné výchovy ustoupit od jednostranného dominantního a direktivního způsobu řízení dětí, prohloubit pozitivní motivaci a podněcování

- zkvalitnit průběh řízené jednotky (časté příležitosti k praktickému cvičení, podněcování vlastní aktivity a účasti na vymýšlení obsahu i způsobu řešení úkolů)
- respektovat relativní klid po jídle (Dvořáková, 2000)

6.3.2 Mimoškolní pohybová aktivita

Pro většinu dětí je pohybová aktivita v mateřské a posléze ve škole základní nedostatečná, proto i svůj volný čas tráví aktivně. Děti mohou trávit čas na hřištích, různými pohybovými hrami a nebo navštěvovat přímo pohybově zaměřený zájmový kroužek.

O zájmové pohybové aktivitě předškolních dětí rozhodují rodiče. Ty většinou vědí, že pohybové aktivity jsou pro děti žádoucí a teoreticky potřeby dětí chápou, avšak výzkumy a šetření ukazují, že prakticky se pohybové činnosti v rodinách realizují málo. V dnešní době je pro rodiče jednodušší a u dětí oblíbenější trávit volný čas u televize, chytrých telefonů, her a videí. Přitom volný pohyb dětí venku je pozitivně spjat s jejich vývojem snad ve všech ohledech počínaje motorickým rozvojem a konče rozvojem sociálního citění a sociálních vazeb. (Dvořáková, 2000)

Co se týče organizované zájmové pohybové činnosti, je často účast dětí ovlivněna podmínkami a nabídkou těchto aktivit v místě bydliště, jelikož předškolní děti jsou odkázáni na doprovod rodičů. Východiskem tedy často bývají zájmové kroužky nabízené právě v rámci mateřské školy. Pro děti předškolního věku bývají tyto aktivity mnohdy všestranně pohybově zaměřené, protože dítě se v tomto věku rozvíjí a všestranné zaměření nejlépe odpovídá potřebám předškolních dětí. (Dvořáková, 2000) I tak se ale setkáváme s tím, že již předškolní děti navštěvují specializované pohybové zájmové kroužky jako například fotbal, hokej či různé druhy tance.

Zájmová pohybová činnost jednoduše přináší převážnou část pozitiv. Vedle jmenovaného pozitivního vlivu na zdraví, pohybový a kognitivní rozvoj i rozvoj osobnostních a sociálních vlastností, některé výzkumy dokázaly lepší výsledky sportujících dětí ve škole. Při specializovaném jednostranném zaměření však nalezneme i několik negativ a nepříznivých následků. Jednostranná zátěž může mít nepříznivý vliv na růst a celkový vývoj dítěte, z psychologického a sociálního hlediska působí na dítě větší stres a pěstuje si vlastnosti nepřiměřené jeho věku, které zkreslují jeho budoucí sociální vnímání a

vztahy. Bez všestranného základu nelze rozvíjet dítě ve specializované oblasti. (Dvořáková, 2000)

7 Organizace pohybových aktivit v mateřské škole

7.1 Mateřská škola

Mateřské školy jsou součástí výchovně vzdělávacího systému, z čehož pro ně vyplývají povinnosti a závazky stanovené zákonem. Jejich úkolem je zaopatřit uspokojování přirozených potřeb dítěte a rozvoj jeho osobnosti. Povinností je zajistit pro dítě všestrannou péči a věnovat se dětem ohroženým zdravotně, výchovně a sociálně i dětem talentovaným (Zákon č. 78, změna 138/1995 Sb.).

Mateřská škola je státní i soukromou institucí, která pro většinu dětí znamená první krok od rodiny směrem do společnosti. V mateřské škole se předškolní dítě socializuje, připravuje na nástup do základní školy a seznamuje se základními společenskými i hygienickými návyky. Právě k těmto základním návykům můžeme zařadit i zdravý přístup k životu a pohybu neboli celkově ke zdravému životnímu stylu. *“Mateřská škola nabízí dítěti kontakt s druhými dětmi téhož věku a přibližně téže vývojové úrovně. Dítě, které si v předchozím období vytvořilo svou identitu ve vztahu k rodičům, případně k dalším členům rodiny, doplňuje a dotváří toto vědomí vlastního já vztahem ke “své generaci”. Jen v takové skupině se kladou základy pro souhru a pozdější spolupráci i pro takové postoje, jako je přátelství, solidarita, povinnost vůči ostatním, obětavost, ale také soutěživost, konkurence, prestiž atd. To jsou možnosti, v nichž mateřská škola běžné rodinné prostředí specificky převyšuje.”* (Matějček, 1992, str. 111) Vybudovat správný a zdravý přístup ke sportu a celkově k pohybu u předškolních dětí je tedy důležité nejen pro jejich možné budoucí kariéry sportovců, ale zejména pro jejich zdraví a také vybudování lidských vlastností jako je obětavost, solidarita, schopnost spolupráce či zdravé sebevědomí a soutěživost.

7.1.1 Didaktika tělesné výchovy v MŠ

“Didaktika tělesné výchovy vychází z pedagogiky a psychologie a zkoumá zákonitosti výchovně vzdělávacího procesu tělesné výchovy s cílem hledat, odhalit, ověřit a vysvětlit vyučovací a učební procesy v tělesné výchově a optimalizovat je. Na základě různých cílů lze členit didaktiku v rámci kinantropologie ve vertikální a horizontální rovině.” (Dvořáková, 2000, str. 6) V případě horizontálního členění lze didaktiku tělesné výchovy rozdělit na povinné, zájmové, rekreační a léčebné či zdravotní pohybové aktivity. Ve vertikálním směru tělesnou výchovu členíme podle věkových kategorií, konkrétně v rámci povinné tělesné výchovy dle stupňů škol a v rámci zájmového vzdělávání a sportu dle vývojového rozdělení na děti předškolního věku, mladšího a staršího školního věku, dorost a dospělé.

Cílem tělesné výchovy v mateřské škole je především osvojení základních pohybových dovedností, jejich užití ve specifických podmínkách, rozšíření aerobní a svalové zdatnosti a v neposlední řadě poznání vlastního těla a vypěstování návyku ke zdravému životnímu stylu a pohybu. Mezi základní pohyby řadíme lokomoční (chůze, běh, skoky, ...), nelokomoční (rovnováha, jednotlivé polohy a pohyby částí těla, ...) a manipulační. Tyto základní pohyby nadále používáme například při hrách, gymnastické činnosti, rytmické činnosti, atletické činnosti či aktivitách ve vodě a přírodě. (Dvořáková, 2000)

7.2 Rámcový vzdělávací program

“Vzdělávací program je chápán jako soubor dokumentů, naplňujících projekt, tj. učební plán, vzdělávací cíle, obsah učiva, způsoby hodnocení, metody práce.” (Dvořáková, 1998, str. 14) Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání představuje hlavní principy vzdělávací práce s předškolními dětmi. Mezi ty můžeme počítat: přijmout vývojová specifika a zařadit vhodnou práci s nimi, respektovat individuální možnosti a potřeby dítěte, zkvalitňovat schopnosti, dovednosti a kompetence předškolních dětí, zajistit všem dětem odpovídající a srovnatelný pedagogický účinek vzdělávací práce, dát prostor jednotlivým mateřským školám zvolit si a využívat různých forem práce. (Kořátková, 2008)

Předškolní vzdělávání by mělo nabízet vhodné vzdělávací prostředky a individuální přístup pro specifické potřeby dětí. Děti by se měly naučit společnému soužití a spolupráce. Obecně by mateřská škola pro dítě měla být prostor, kde se může volně rozvíjet, nabývat sociálních a praktických dovedností, vybudovat kladný vztah k učení a poznávání a celkově zdravý přístup k budoucímu životu. (Kořátková, 2008)

7.3 Školní vzdělávací program

“Vzdělávací programy vymezují časové, organizační a obsahově didaktické představy o základním vzdělávání s přihlédnutím k rozdílnosti žáků, škol, míst. Tedy co, jak a proč učit (na úrovni jednotlivých škol).” (Dvořáková, 2000, str. 7) Dle Dvořákové by na konci docházky do mateřské školy mělo dítě zvládat několik dovedností a znát své tělo. Předškolní děti by se měly umět pohybovat v prostoru všemi směry i podle pokynů a mezi překážkami jak během, chůzí i poskoky. Měly by dokázat vyskočit a seskočit z náradí, přeskočit překážku, pohybovat jednotlivými částmi těla na základě pokynů, spolupracovat s partnerem či ve skupině, podřídít se rytmu a to vše v různém prostředí. Děti by také měly dokázat manipulovat s náčiním a náradím rukama, nohama i jinými částmi těla, mít představu a odhadnout pohyb s náčiním, hodit a chytit míč. V mateřské škole by se dítě mělo také naučit protáhnout, zpevnit a uvolnit své tělo a také to, jak o své tělo pečovat a jeho jednotlivé části pojmenovat. (Dvořáková, 2000)

Každá mateřská škola má od roku 2007 povinně svůj školní vzdělávací program. Školní vzdělávací program vymezuje vzdělávací cesty s jasně definovanými cíli a naznačuje procesy samotné práce a očekávané efekty. Každý školní vzdělávací program neboli školní kurikulum by mělo obsahovat formální kurikulum (např. směřování školy, cíle, prostředky a organizace školy), neformální kurikulum (např. společné aktivity celé školy a rodičů a nabízená mimoškolní činnost) a skryté kurikulum (např. prostředí školy, vybavenost a vzdělání pedagogů). Každý školní vzdělávací program musí závazně vycházet z Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání. (Kořátková, 2008)

Velmi důležitou náležitostí ŠVP jsou cíle, které si každá mateřská škola vytyčila pro svoji výchovnou a vzdělávací praxi. Stěžejní jsou převážně metody pedagogické práce, pravidla a organizace každého dne, obsah výchovně vzdělávací práce a vyhodnocování práce. Dále jsou vždy součástí ŠVP informace o pracovním týmu školy, o možnostech

spolupráce pro rodiče a o péči o dítě. Ve velké většině mateřských škol jsou na základě ŠVP vytvářeny ještě třídní programy, na těch se podílí nejčastěji dvě učitelky, které daný rok danou třídu učí. *“Plán obsahuje určité pedagogické kategorie. První je záměr - tedy kam bude pedagogická práce směřovat. Do druhé kategorie nezbytně spadají stěžejní cíle pro jednotlivé části roku, do třetí rámcově naznačen obsah práce a následuje čtvrtá kategorie a tou jsou metody, jakými se ve třídě bude s dětmi převážně pracovat.”* (Kořátková, 2008, str. 100) Třídní plán je společně se školním vzdělávacím programem pro rodiče přístupný a jsou tak pro ně důležitým podkladem pro představu, co se dítě v mateřské škole učí.

Mezi výchovně vzdělávací cíle spadají veškeré cíle zaměřené na rozvoj motoriky, senzomotoriky, pohybové koordinace a různých pohybových a sportovních dovedností. Nejčastější metodou k naplňování těchto cílů bývá hra. Hra je základní potřeba dětí a právě v předškolním období se díky jejímu intenzivnímu naplňování dítě dostává k novým zkušenostem a znalostem. Rovnováha ve výchově však samozřejmě platí i pro volnou hru, a tak je pro rozvoj dítěte důležité seznámit se i se záměrně navozenými a řízenými aktivitami. (Kořátková, 2008)

8 Metodika výzkumu

8.1 Výzkumný problém a cíle výzkumu

V dnešní době se výuka v jednotlivých mateřských školách liší a je mnohem benevolentnější než dříve. Setkáváme se s obecnou politikou těla, kdy očekáváme, že dítě se naučí držení těla a základní pohybové dovednosti právě již v mateřské škole. Zajímají mě konkrétní školky a jejich přístup k disciplinaci těla předškolních dětí. Ráda bych se zaměřila na rozbor školního vzdělávacího programu a zjistila, zda se MŠ drží Rámcového vzdělávacího programu a jaké další podpůrné aktivity mohou ve školkách k pohybovému rozvoji u dětí přispět. Problém disciplinace dětí z hlediska pohybových dovedností je podle mého názoru aktuální také proto, že čím dál tím méně děti tráví aktivně svůj volný čas. Správný přístup k disciplinaci je tedy důležitý již v mateřské škole nejen pro samotné zdraví dítěte, ale také jako motivace nebo pohnutka k dalšímu aktivně strávenému času do budoucna.

Pro optimální využití času v mateřské škole je hlavní správné sestavení školního vzdělávacího programu, který musí odpovídat Rámcovému vzdělávacímu programu. Pro výzkum disciplinace dětí z hlediska pohybových dovedností se tedy jako první obracím k administrativním aparátům státu a poté k samotné mateřské škole a každodennímu průběhu v ní prostřednictvím rozhovoru s jedním z pedagogů.

8.2 Charakteristika výzkumného vzorku

Jelikož se výzkum týká dětí v mateřské škole, jedná se vcelku o homogenní vzorek, kdy se snažím vždy soustředit na předškolní děti ve věku od 4 do 6 let. I když jsem se setkala s tím, že například v soukromé mateřské škole mají spíše ještě mladší děti, mé otázky v rozhovoru a celkově výzkum se zaměřuje celkově na starší děti v předškolním věku. Děti před nástupem do základní školy jsou zvědavé a akční, celkově je předškolní období charakterizováno rozvojem pohybové aktivity a intenzivního smyslového a citového vnímání. (Lisá, Kňourková, 1986)

Pokud jako výzkumný vzorek počítáme pedagogy, se kterými rozhovor probíhal, a mateřské školy, o kterých se ve výzkumu zmíním, snažila jsem se naopak o co největší variabilitu, tedy heterogenní vzorek. Do výzkumu jsem zařadila státní mateřské školy ve velkých městech, státní mateřské školy v malých obcích a vesnicích, soukromé mateřské školy, specializované mateřské školy i mateřské školy s prvky montessori výuky. Rozhovory probíhaly s mladými učitelkami pár let po škole s celkem krátkou praxí i s učitelkami s dlouholetou praxí a zkušenostmi z několika jiných mateřských škol či jiných pracovišť.

8.3 Výzkumné metody

Pro svůj výzkum jsem zvolila kvalitativní induktivní metodu empirického výzkumu, konkrétně kombinaci analýzy dokumentů a polostrukturovaných hloubkových rozhovorů. Zvolila jsem kvalitativní metodu empirického výzkumu. *“Empirický výzkum zajišťuje přenos informací mezi realitou a jejím vědeckým zachycováním, zpracováváním a uchováváním.”* (Surynek, Komárková, Kašparová, 2001, str. 22) Ve

výzkumu využiji podrobný popis každodenní situace v mateřských školách, vzhledem k tématu jsem upřednostnila nestrukturovaný výzkumný plán. Obecně je cílem kvalitativního výzkumu zjistit veškeré možné zjistitelné jevy, které se ve vybrané skupině vyskytují, a tyto jevy interpretovat. Výsledkem tedy bude vytvoření tzv. obrazu o čase a aktivitách využitých k rozvoji pohybových dovedností a disciplinaci těla předškolních dětí vzhledem k ŠVP a RVP.

Na začátku kvalitativního výzkumu jsem zvolila téma výzkumu a základní výzkumné otázky, které se však mohou v průběhu výzkumu změnit, poupravit nebo rozšířit.

Otázky:

1. Jak probíhá příprava pedagogů na výuku pohybových aktivit?
2. Jak je tvořen školní vzdělávací program mateřské školy?
3. Kolik času se v mateřské škole v průběhu dne věnuje pohybovým aktivitám?
4. Jsou pohybové aktivity zařazeny do programu výuky pravidelně?
5. Jaké jsou reakce dětí a rodičů na pohybové aktivity?
6. Nabízí mateřská škola zájmové kroužky navíc pro své děti?
7. Existují nějaké pohybové a sportovní aktivity navíc, které mateřská škola nabízí (např. plavání, bruslení, ...)?

Součástí výzkumu bude také prvotně obsahová analýza dokumentů: Rámcový vzdělávací program a školní vzdělávací programy jednotlivých mateřských škol. Druhou částí výzkumu jsou hloubkové polostrukturované rozhovory s pedagogy mateřských škol.

Prvotní analýza dokumentů je důležitá nejen pro vymezení samotných rozhovorů. V mém výzkumu se jedná o studium úředních dokumentů. Díky RVP a ŠVP jednotlivých mateřských škol získám pomyslnou osnovu, čemu v rozhovorech věnovat největší pozornost a také mohu porovnávat, zda se teorie setkává s praxí.

Kvalitativní dotazování, přičemž hloubkové rozhovory můžeme považovat za jeden z jeho druhů, tvoří hlavní skupinu metod sběru dat v empirickém výzkumu. Pro výzkum jsem zvolila polostrukturovanou strukturu dotazování, která se vyznačuje určitou osnovou ale zároveň i velkou pružností celého procesu získávání informací. (Hendl, 2009) Umožňuje mi držet se základních výzkumných otázek a zároveň reagovat na aktuální situaci či nové informace, které v rozhovoru zazní. Při rozhovorech je důležitá důkladná příprava (na základě školních vzdělávacích programů a obecných informací o mateřské škole) a možnost dotazovaného vyjadřovat se pomocí svých vlastních termínů a vlastním stylem. Důležité je také vytvoření pocitu pohodlí, zájmu a vstřícnosti, připravení detailnějších a podrobnějších otázek než jsou samotné výzkumné otázky, kladení jasných a zřetelných otázek, pozorné naslouchání, neutrální postoj a kontrola a kompletnost poznámek. (Hendl, 2016)

8.4 Zpracování dat

Analýza prostupuje celým výzkumným projektem, je tedy nutné analyzovat sbíraná data po celou dobu výzkumu.

Jako první data zorganizuji a roztřídím. Je nutné na základě poznámek, transkripce rozhovorů a analýzy primárních dokumentů rozlišit, která data jsou pro zodpovězení výzkumných otázek důležitá a která ne. Kvalitativní obsahová analýza dokumentů mi poslouží jako základ pro polostrukturované rozhovory.

Ve svém výzkumu použiji k analyzování textu dokumentu i rozhovorů segmentaci a otevřené kódování. *“Kódování představuje operace, pomocí nichž jsou údaje rozebrány, konceptualizovány a opět složeny novými způsoby.”* (Strauss, Corbinová, 1999, str. 39) Využití segmentace neboli rozčlenění textu na části a další manipulace s nimi nám umožňuje snadné nalézání pravidelností a opakování. (Bryman, 2004) Provedené rozhovory nejdříve transkripce převedu z mluveného projevu do písemné podoby ve spisovném jazyce. Kódováním si zároveň se segmentací jednotlivé údaje rozeberu a vytvořím závěrečné shrnutí poznatků a záznam výzkumu. Vše provedu nejprve na úrovni jednotlivých mateřských škol, poté provedu segmentaci a kódování napříč všemi zkoumanými školkami a vytvořím závěr celého výzkumu.

Mezi výhody práce se sekundárními prameny, jakými jsou pro mě v tomto výzkumu RVP a ŠVP, patří jednoznačně spolehlivost a jednoznačnost dat, která

minimalizuje zkreslení výzkumníkem při samotném sběru dat. Samotná analýza dokumentů je časově méně náročná než terénní sběr dat. Jako nevýhodu vidím omezenou životnost těchto dokumentů a také možnost, že data budou výzkumníkem do praxe vyložena jinak než byla myšlena.

Využití polostrukturovaných rozhovorů pro empirický výzkum má jistě několik kladů i záporů. Jednoznačnou výhodou je osobní přístup, flexibilita a možnost aktivně reagovat na subjekt a aktuální téma rozhovoru. (Reichel, 2009) Celkově můžeme verbální komunikaci hodnotit jako přirozenější a pro subjekt výzkumu pohodlnější. Největší výhodou polostrukturovaného rozhovoru je fakt, že s možností flexibility můžeme zabrousit do hloubky tématu, avšak díky předepsané osnově se stále držíme důležitého a dokážeme navázat. Rozhovor by měl být díky tomu přehledný. Naopak nevýhodou je především časová náročnost. Tazatel musí být na rozhovor dobře připraven, mít nastudované podklady, aby byl schopný aktivně reagovat. Také transkripce rozhovoru je časově náročná podobně jako v dnešní době shodnout se na termínu, kdy mají obě strany na rozhovor dostatečný čas. Následně je při vytváření výzkumné zprávy nevýhodou zobecňování poznatků, je nutné ověřit, zda se vždy u dotazovaných jedná o stejné skutečnosti. (Jeřábek, 1993)

K provedení tohoto výzkumu je nutné mít informovaný souhlas vedení mateřské školy. K získání tohoto souhlasu musím předem dobře a dostatečně prezentovat sebe, svůj záměr a samotný výzkum. V rámci výzkumu bude odhalena pouze identita instituce nikoli jednotlivých aktérů. Na základě domluvy rozhodneme, zda zvolíme písemný či ústní informovaný souhlas.

Na všech mateřských školách jsme s vedením domluvili pouze ústní souhlas s částečným odhalením instituce a od všech pedagogů, se kterými jsem vedla rozhovor, mám podepsaný písemný informovaný souhlas, který je přiložen v příloze této práce. Pro udržení anonymity jsem pro jednotlivé mateřské školy zvolila označení dle abecedy (př. MŠ A, MŠ B, ...) a pro respondentky číselné označení (R1, R2, ...) V práci nejsou uvedeny oficiální názvy institucí, avšak jsou zde zmíněny parametry školky, prostředí, umístění a jiné důležité informace, které instituci odhalují. Z tohoto důvodu jsem se rozhodla pro ústní souhlas s vedením na odhalení instituce, ačkoli v práci nejsou k nalezení oficiální názvy.

9 Výsledky výzkumu

V této kapitole se budu věnovat samotnému průběhu výzkumu, který jsem provedla na 7 mateřských školách.

9.1 Vyhodnocení dat výzkumu

Níže jsem si stanovila několik bodů, které jsou podle mě v analýze sekundárních dat a rozhovorech klíčové. Samozřejmě jsem si při rozhovorech zapisovala i jiné konkrétní činnosti, problémy či otázky, které aktuálně vyvstaly.

- ranní rozcvička
- organizovaná pohybová aktivita (chůze, běh, skoky, poskoky či lezení)
- spontánní pohybová aktivita
- sezónní pohybové činnosti
- zdravotně zaměřené a relaxační činnosti
- hudebně pohybové hry

9.1.1 Analýza Rámcového vzdělávacího programu

Jednou ze vzdělávacích oblastí v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání je “Dítě a jeho tělo”. *“Záměrem vzdělávacího úsilí učitele v oblasti biologické je stimulovat a podporovat růst a neurosvalový vývoj dítěte, podporovat jeho fyzickou pohodu, zlepšovat jeho tělesnou zdatnost i pohybovou a zdravotní kulturu, podporovat rozvoj jeho pohybových i manipulačních dovedností, učit je sebeobslužným dovednostem a vést je ke zdravým životním návykům a postojům.” (RVP PV, 2018)*

Vzdělávací okruhy jsou rozděleny do pěti základních oblastí: Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět. Všechny okruhy by ve svém propojení měly obsáhnout v podstatě vše kolem nás, svět, na který se dítě připravuje. Předškolní vzdělávání vychází z poznatku dětí a snaží se v nich podněcovat zájem a ochotu učit se novým věcem. (Kořátková, 2008) Jako dílčí vzdělávací cíle vzdělávací oblasti “Dítě a jeho tělo” jsou v rámcovém vzdělávacím programu uvedeny například: uvědomění si vlastního těla, rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti

hrubé i jemné motoriky, rozvoj fyzické zdatnosti či osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě. Učitel by měl během dní stravených v mateřské škole dítěti nabídnout: lokomoční pohybové činnosti jako je organizovaná chůze, běh, skoky, poskoky či lezení, nelokomoční činnosti, základy gymnastiky, míčové hry, turistiku, sezónní činnosti, manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, zdravotně zaměřené činnosti (vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová, relaxační), hudebně pohybové hry či relaxační a odpočinkové aktivity. (RVP PV, 2018)

9.1.2 Analýza školních vzdělávacích programů

MŠ A spadá pod okres Pardubice. Mateřská škola má dvě třídy po 24 dětech rozdělené homogenně podle věku. Vybavenost školy je dostačující pro zabezpečení celodenní péče o děti, avšak je zde prostor pro zlepšení a rekonstrukci. *“Prostory této druhé třídy jsou pro vzdělávání a hry vyhovující, ale třída i herna je příliš úzká, takže chybí dostatečné prostory pro rušnější pohybové aktivity a hry dětí.”* (ŠVP, 2019, str. 4) Mateřská škola disponuje školní zahradou, která je vybavena velkým krytým pískovištěm pro obě třídy, dvěma dětskými herními sestavami se skluzavkou, průlezkou a dalšími prvky, kolotočem, dvěma pérovými dvojhoupadly, novým altánem a domečkem pro klidnější činnost. (ŠVP, 2019)

V každodenním programu je respektována individuální potřeba aktivity, spánku a odpočinku jednotlivých dětí a škola se ve svém vzdělávacím programu vyznačuje tím, že děti mají dostatek volného pohybu nejen venku, ale také v interiéru instituce. Spontánní pohybové aktivity i řízené zdravotně preventivní pohybové aktivity jsou na programu každý den, přičemž jejich poměr je vyvážený. *“Hry a zábavné činnosti probíhají na obou třídách přibližně do 8 hodin. Následuje program dětí, který většinou začíná ranním kruhem, pokračuje větším cvičením (1x týdně), nebo tělovýchovnou chvilkou se zařazením zdravotně preventivních cviků.”* (ŠVP, 2019, str. 9) Při příznivých venkovních podmínkách probíhají ještě odpoledne pohybové činnosti na školní zahradě. Mezi hlavní cíle a záměry vzdělávacího programu mateřská škola zařazuje i podporu tělesného rozvoje. Vzdělávací obsah školního vzdělávacího programu je rozdělen do integrovaných tematických bloků, které vycházejí z ročních období či regionálních tradic a zvyků. V rámci každého integrovaného bloku vždy nalezneme dílčí vzdělávací cíle a očekávané výstupy v oblasti

Dítě a jeho tělo, která se po vzoru Rámcového vzdělávacího programu zaměřuje právě na rozvoj pohybových dovedností. Po vypsání očekávaných výstupů ohledně pohybových dovedností ze všech tématických bloků, vznikl seznam toho, co si školka dává za cíl zvládnout s dětmi za jeden školní rok:

- zvládat základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci
- vědomě napodobit jednoduchý pohyb
- ovládat koordinaci ruky a oka, zvládat jemnou motoriku
- správné držení těla, ovládat dechové svalstvo
- sladit pohyb se zpěvem
- zvládnout základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci v různém prostředí
- vědomě napodobit jednoduchý pohyb podle vzoru a přizpůsobit jej pokynu
- pojmenovat části těla
- koordinovat lokomoci a další pohyby těla

Tyto očekávané výstupy jsou v programu i konkretizovány na specifické činnosti jako například pracovat se stavebnicemi či skládkami, pohybovat se bezpečně ve skupině dětí, postavit se zpříma a udržet správné držení těla, doprovázet pohyb zpěvem, běhat, skákat, udržovat rovnováhu, lézt i přes překážky, být aktivní po delší dobu v řízené i spontánní aktivitě nebo otočit se čelem vzad bez ztráty rovnováhy. (ŠVP, 2019)

MŠ B je jedním z odloučených pracovišť větší mateřské školy. Toto konkrétní pracoviště má dvě heterogenní třídy, přičemž v každé třídě mají děti k dispozici hernu s hracím koutkem a pracovnu, která slouží pro hru a práci dětí u stolečků a pro stolování. Školní zahrada je vybavena pro sezónní činnosti například velkou průlezkou se skluzavkou, trampolínou, pískovištěm, kolotočem a lezeckou stěnou. Zároveň mohou děti na zahradě jezdit na dětských dopravních prostředcích. V blízkosti školky je také koupaliště a v letních měsících jsou dokonce na zahradě umístěny přenosné bazény.

Mateřská škola využívá pro předškolní vzdělávání školní vzdělávací program “Zdravě a s radostí”. V mateřské škole tak dbají na zdravý životní styl dětí celkovou zdravou životosprávou. Důležitým prvkem je tak pro ně správná výživa a také rozvoj zdravých pohybových aktivit. (ŠVP, 2019) *“Do denního programu jsou pravidelně zařazovány řízené zdravotně preventivní pohybové aktivity. Pedagogové se snaží respektovat osobní tempo každého dítěte i přirozenou dětskou zvědavost a touhu po poznání, vytvářejí podmínky pro dětskou aktivitu, objevování a experimentování”* (ŠVP,

2019, str. 13) V každodenním programu je vyvážený poměr spontánních a řízených aktivit. Pohybové aktivity v průběhu celého dne jsou: ranní cvičení a pohybové hry, pohybové aktivity při dopoledním a odpoledním pobytu venku na školní zahradě, vycházky a odpolední zájmové činnosti dětí a pohybové chvílky. Předškolní děti se mohou také v rámci školky účastnit před-plaveckého výcviku, výcviku bruslení a díky spolupráci se základní školou mohou navštěvovat tělocvičnu.

Školní vzdělávací program instituce se skládá z 10 integrovaných bloků, které vycházejí převážně z ročních období a klasických českých tradic či svátků. V každém z integrovaných bloků jsou rozpracovány dílčí vzdělávací cíle ve všech vzdělávacích okruzích. Ze všech dílčích vzdělávacích cílů v průběhu celého roku v okruhu Dítě a jeho tělo bych ráda vytyčila:

- rozvíjení a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé a jemné motoriky, koordinace pohybu, dýchání, koordinace ruky a oka
- uvědomění si vlastního těla
- osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě
- ovládání pohybového aparátu a tělesných funkcí a koordinace pohybů
- rozvoj fyzické a psychické zdatnosti
- vytváření zdravých životních návyků a postojů jako základů životního stylu

K dosažení těchto cílů využívají činnosti jako například:

- hudební a hudebně pohybové hry a činnosti
- lokomoční pohybové činnosti (chůze, běh, skoky a poskoky, lezení), nelokomoční pohybové činnosti (změny poloh a pohybů těla na místě) a jiné činnosti (základy gymnastiky, turistika, sezónní a míčové hry, ...)
- zdravotní cvičení a cvičení s využitím tělovýchovného náradí a náčiní
- každodenní cvičení, spontánní i řízené pohybové aktivity
- sezónní činnosti - sáňkování, koulování, pohyb na sněhu, plavání, ...
- vycházky (ŠVP, 2019)

MŠ C se nachází v malé obci s počtem obyvatel pohybujícím se okolo dvou a půl tisíc. Mateřská škola disponuje kapacitou 87 dětí rozdělených do 4 smíšených tříd. V obecném organizačním plánu dne jsou pohybové aktivity zařazeny do dopolední herní činnosti dětí a odpoledního pobytu venku. (ŠVP, 2019)

Školní vzdělávací program a plán výchovy a péče dětské skupiny je uspořádán do pěti integrovaných celků vycházejících z aktuálních událostí a jevů. Mezi jednotlivé kompetence, které si má dítě v průběhu roku osvojit, nejsou vyloženě zařazeny kompetence k pohybovým dovednostem či osvojení si zdravých návyků. I tak však nalezneme ve všech integrovaných blocích takové, které naznačují, že je dbáno i na rozvoj pohybových dovedností. Například:

- získat smysl pro povinnost ve hře, práci i učení
- odhadnout své síly, učit se hodnotit osobní pokroky a oceňovat i výkony druhých
- dbát na osobní zdraví a bezpečí svoje i druhých
- mít elementární poznatky o světě lidí, kultury, přírody i techniky

Dále jsou však stejně jako v jiných státních mateřských školách rozpracovány dílčí cíle dle bloků daných Rámcovým vzdělávacím programem. Zde tedy jako všude jinde najdeme v oblasti *Dítě a jeho tělo* klasické pohybové cíle v rozvoji pohybových dovedností:

- uvědomění si vlastního těla
- rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé a jemné motoriky
- rozvoj a užívání všech smyslů
- rozvoj fyzické i psychické zdatnosti
- osvojení si věku přiměřených praktických dovedností
- osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě
- vytváření zdravých životních návyků a postojů jako základů zdravého životního stylu (ŠVP, 2019)

MŠ D se nachází v malé obci nedaleko města Hradec Králové. Mateřská škola spadá pod právní subjekt, který tvoří společně se základní školou. Kapacita školy je 120 dětí, které jsou rozděleny do pěti tříd zpravidla podle věku. Jedná se o větší mateřskou školu v menší obci kousek od krajského města. Já se ve svém výzkumu zaměřím na nejstarší třídu - třídu pro děti od 4 do 6 let, která pro některé děti znamená poslední rok v mateřské škole před nástupem do školy základní. Stejně jako v ostatních třídách, jsou i zde různá vzdělávací, herní centra a také vybavená tělocvična, která slouží k pohybovým chvilčkám a také odpočinku dětí. Každodenní součástí programu je pobyt venku, ať už na školní zahradě nebo formou vycházky. (ŠVP, 2017)

Mateřská škola se věnuje rozvoji pohybových dovedností u dětí stejně jako jiné státní mateřské školy. “*S dětmi každodenně cvičíme. Motivujeme je, zdravotní cvičení motivujeme a doprovázíme říkadly, písněmi. Využíváme různé tělocvičné i netradiční náčiní a nářadí, stavíme překážkové dráhy, hrajeme pohybové hry.*” (ŠVP, 2017, str. 8) Mezi vzdělávací cíle školního vzdělávacího programu mateřské školy patří také podpora zdravého způsobu života ve smyslu zdravého stravování, dostatku pohybu, prevence rizikového chování a vzájemné důvěry. Vzdělávací obsah je zpracován do tří tématických bloků: Příroda kolem nás, Moje radosti a Já a můj svět. Rozvoj pohybových dovedností nalezneme ve všech blocích. *Příroda kolem nás* obecně seznamuje děti s poznatky a dovednostmi k podpoře zdraví. *Moje radosti* rozvíjejí pohybové schopnosti v oblasti hrubé motoriky a koordinace pohybu všemožnými pohybovými hrami, lokomočními i nelokomočními pohybovými činnostmi, hudebně pohybovými činnostmi a soutěžení. Poslední blok *Já a můj svět* učí děti předcházet nemocem a celkově se starat o své zdraví a respektovat pravidla. K pohybovým aktivitám tak patří například motivační cvičení s náčiním a předměty, relaxační, dechové a protahovací cvičení, hry s pravidly a jednoduché sebeobslužné činnosti. Mezi nadstandartní pohybové aktivity a zájmové kroužky, které mateřská škola nabízí patří například předplavecký výcvik a lyžařská školička. (ŠVP, 2017)

Soukromá sportovní mateřská škola MŠ E využívající ve své výuce principy Montessori se nachází v centru města Hradec Králové. Nejedná se o klasickou mateřskou školu, ale o projekt dětské skupiny, který je vhodný pro děti od 1,5 do 6 let a nabízí především maximální sportovní vyžití na hřišti i v přilehlé tělocvičně, výuku angličtiny a důraz na zdravé stravování a zdravý životní styl. V dětské skupině je jedna třída, a tak je výhodou velmi individuální přístup. Služba nezajišťuje vzdělávání dítěte jako klasická mateřská škola, ale poskytuje výchovnou péči zaměřenou na rozvoj schopností dítěte. Pro děti je připraveno vynikající sportovní vybavení a profesionální personál na veškerou sportovní aktivitu. Školka nabízí flexibilní program, a tak děti mohou chodit pouze dopoledne, odpoledne či na celý den.

Mateřská škola využívá každý den přilehlou velkou tělocvičnu nebo v případě příznivého počasí venkovní hřiště a zahradu. Každý týden je pro rodiče připraven týdenní plán, ve kterém se mohou seznámit s režimem a výchovně-vzdělávacím programem, který je vždy přizpůsobem věkové kategorii přijatých dětí. Důraz se klade především na rozvoj

jazykových, pohybových a prostorových, výtvarných, hudebních, logicko-matematických a sociálně-kulturních dovedností. Mezi cíle rozvoje pohybových dovedností školka zařazuje rozvoj motoriky dětí pomocí jednoduchých přirozených pohybových aktivit, prostorovou orientaci a znalosti předložek jako jsou nad, pod, vedle, za, atd. Díky sportovnímu zaměření nabízí školka výhody v podobě navázání sportovních kroužků i po zavíracích hodinách mateřské školy. Bohužel jsem neměla možnost nahlédnout do zpracovaného školního vzdělávacího programu, pouze do aktuálního týdenního připraveného pro rodiče, a tak veškeré informace čerpám z internetových stránek a rozhovoru se zakladatelkou projektu.

MŠ F spadá pod základní školu sídlí v Hradci Králové. K mateřské škole patří i dětské hřiště, které je zajímavé svým prostorovým řešením i množstvím prvků určených pro předškolní děti i veřejnost. Pro své pohybové aktivity však mateřská škola využívá i velká hřiště a atletický stadion školy. V současnosti je školka složena z pěti heterogenních tříd s dětmi ve věku 4-6 let a dvou tříd v nové modulové budově, kde jsou děti mladší, tedy od 2 do 4 let. Pro plnění hlavních cílů mateřské školy využívají pohádek. Mezi základní východiska své koncepce ve školním vzdělávacím programu zařazují také pohybové aktivity a zdravý životní styl. *“Současná generace dětí má spousta sedavých aktivit a málo pohybu. A protože děti pro svůj zdravý a přirozený vývoj pohyb potřebují, měl by se jim dostávat v mateřské škole v plné míře a různými formami. Tím by se zlepšila jejich kondice, správné držení těla i odolnost proti nemocem. Už od tří let by se děti měly seznamovat s různými odvětvími sportu a zdokonalovat se ve svých dovednostech, samozřejmě přiměřeně svému věku a za odborného dohledu. Aktivizovat je ke správnému pohybu, by měla pomoci třída vybavená speciálními pomůckami, nářadím i náčiním, velká tělocvična, prostorné školní hřiště i účelně zařízené dětské hřiště s mlhovištěm.”* (ŠVP, 2017, str. 7)

Dětem je během dne poskytována plnohodnotná, vyvážená strava, dostatečný pitný režim a odpočinek. Každodenně tráví čas venku a mají dostatek pohybu ať už spontánního nebo řízeného. Organizace každého dne je samozřejmě jiná a přizpůsobená individuálním potřebám dětí, nicméně z hlediska pohybových aktivit jsou do organizačního plánu dne zařazeny ranní hry, dopolední pobyt venku a odpolední zájmové činnosti. Stejně jako v jiných státních mateřských školách jsou výchova a vzdělávání v ŠVP rozděleny do integrovaných bloků. V současnosti jsou jednotlivé bloky inspirovány ročními obdobími. Nově do obsahu školka zařadila také 7 návyků šťastných dětí. (viz příloha) ŠVP je

východiskem a základem pro tvorbu třídních vzdělávacích programů každé třídy a skupiny dětí na škole. Každý pedagog jednotlivé třídy si sám volí téma týdne z určeného integrovaného bloku dle aktuální situace a to si rozpracuje do týdenního plánu. Školní vzdělávací program nabízí pedagogům v rámci každého integrovaného bloku dílčí cíle, návrhy týdenních témat, nabídku činností a očekávané výstupy. Pro představu a příklad uvedu jeden ze čtyř bloků - Pohádková zima, kde mezi dílčí cíle z oblasti *Dítě a jeho tělo* patří rozvoj pohybových dovedností obecně, uvědomění si vlastního těla a osvojení si poznatků o těle a zdraví. Nabídnutá týdenní témata jsou například *Zvířátka v zimě*, *Vánoční těšení* nebo *Doba ledová*. Co se týče pohybových aktivit a činnosti, ŠVP nabízí obecně pohybovou přípravu programu na vánoční vystoupení, sezónní činnosti jako jsou hry ve sněhu, bobování nebo koulování, činnosti zaměřené k poznávání lidského těla a jeho částí, hudební a hudebně pohybové hry a činnosti. Jako očekávané výstupy jsou opět z hlediska pohybových schopností vědomě napodobit jednoduchý pohyb podle vzoru, sladit pohyb se zpěvem, pojmenovat části těla a některé orgány, rozlišit, co je zdraví prospěšné a co škodlivé, chápat prostorové pojmy a bezpečně se orientovat v prostoru.

Mateřská škola nabízí pestrou škálu nadstandartních aktivit pro předškolní děti. V rámci vzdělávání je dětem nabízena výuka plavání, lyžování a pohybové hry. *“V naší mateřské škole upřednostňujeme pohybové aktivity dětí před sedavými. Pro nespící děti jsou připraveny pohybové aktivity, při kterých zlepšují svoje pohybové dovednosti, motoriku, koordinaci, vytrvalost, obratnost i zručnost. Získávají tak nové pohybové dovednosti, na které mohou navázat při dalších sportovních aktivitách. Děti se zároveň učí reagovat na pokyny, spolupracovat v týmových hrách a dodržovat pravidla. Aktivita končí relaxací. Důraz klademe i na prožitek a radost z pohybu.”* (ŠVP, 2017, str. 43) V rámci mimoškolních aktivit Spolku rodičů a přátel ZŠ se mohou děti zapsat například do kroužku florbalu. (ŠVP, 2017)

Sportovní školička MŠ G stejně jako dětská skupina MŠ E není klasickou mateřskou školou, jedná se o nový projekt předškolní výchovy, který je určen pro děti již od dvou let. Ve svém vzdělávacím programu využívají především programu PlayWisely, který rozvíjí emoční i intelektuální inteligenci, smysly a motorické schopnosti současně. Jedná se o vědecky podložený a současně zábavný způsob hraní, který využívá přirozené schopnosti učení a pohybu dítěte. *“PlayWisely® rozvíjí u dětí zejména zrakové a jazykové dovednosti – řeč, hlas, sluch a schopnosti spojené s učením se – pozornost, poznávání a*

paměť. Dále se metoda zaměřuje na rozvoj pohybových dovedností – hrubou a jemnou motoriku, vizuomotoriku, koordinaci pohybů, orientaci v prostoru, rovnováhu atd. a to vše v souladu s psychomotorickým vývojem dítěte. Základem PlayWisely® programu je sada speciálních výukových karet, které jsou variací obrázků, zvuků, slov, čísel, barev, velikostí a tvarů. Ve spojení s metodou orientace ve směrech® tvoří ojedinělý balíček aktivit přinášejících dětem radost z pohybu, poznávání a učení se.” (Play Wisely, online) Tento program PlayWisely je systematicky propojen s konceptem celé sportovní školičky. Dvakrát v týdnu se děti s proškolenou lektorkou nebo lektorem věnují karetnímu systému v angličtině a rozvíjejí motorické aktivity, které z programu vycházejí tak, že každý týden trénují specifickou oblast motoriky jako je například kopání, chytání či házení. Předškolní zařízení je také specifické svým přístupem k pohybovým aktivitám, především k hokeji, plavání, crossfitu a gymnastice. Cílem projektu je připravit začínající hokejisty na následnou cestu za svou kariérou, a tak jsou přidružené sporty jako plavání a crossfit brány jako doplnění pro fyzickou přípravu a jsou uzpůsobeny požadavkům hokeje. Tento program doplňuje i gymnastická příprava, která je žádoucí právě pro nejmenší. K rozvoji základních gymnastických dovedností využívají dohody s Fly-zone parkem Hradec Králové, kam s předškolními dětmi lektori dochází a věnují se motorickým aktivitám dle metody PlayWisely. Mezi ně patří například gymnastická příprava kombinovaná s prvky lezení po stěně a koordinace na trampolínkách. Nedílnou součástí hlavních cílů a hlavní myšlenky celé sportovní školičky je také zdravá výživa a budování správných stravovacích návyků. Tato možnost předškolního vzdělávání láká rodiče dětí především z důvodu individuálního přístupu, pestrosti programu, krásného zázemí a sportovních a pohybových aktivit.

9.1.3 Hlubkové rozhovory

V této kapitole se zaměřím na druhou část praktického výzkumu - analýzu hlubkových rozhovorů se 7 respondenty ze 7 mateřských škol a dětských skupin či sportovních projektů předškolního vzdělávání.

Z důvodu zachování anonymity nejsou v práci uvedena jména respondentů, pouze instituce, ve které pedagog či lektor pracuje. Pro přehlednost a lepší orientaci v

odlišnostech jednotlivých mateřských škol i samotných pedagogů je na začátek analýzy stručně představím.

Cílem výzkumu je porovnat práci v jednotlivých mateřských školách z hlediska rozvoje pohybových dovedností a zhodnotit, zda se praktická činnost shoduje se školním vzdělávacím programem instituce.

9.1.3.1 Seznámení s repondenty

Respondentka č. 1 (R1) je pedagožkou a zároveň ředitelkou na menší mateřské škole v malé obci. Má praxi ve školství již 36 let a během ní vystřídala různá zařízení od jednotřídní mateřské školy až po spojená zařízení a velké mateřské školy v Hradci Králové. Nyní již 4. rokem působí na zmiňované školce. Ve své školce má dvě homogenní třídy po 24 dětech, protože jako ředitelka dává přednost rozdělení tříd podle věku. Práci s dětmi se věnuje na zkrácený úvazek, jelikož část práce jí zabírá administrativa a organizace vedení.

Respondentka č. 2 (R2) je pedagožkou a zástupkyní ředitele v mateřské škole. Na této školce pracuje již pátým rokem ze své celkové praxe 5 a půl let. Po ukončení studia na Masarykově univerzitě v Brně působila půl roku na malé vesnické školce, jinak měla praxi pouze v rámci fakulty. Nehodnotí ji však jako dostatečnou. *“Praxe jsme měli velmi málo, během tří let jsme měli asi tři týdny dohromady, s tím, že jsme 14 dní měli jen náslechy a poté týden přímou práci s dětmi.”* Její třída je složena z 28 dětí od 5 do 7 let.

Respondent č. 3 (R3) je pedagožkou v mateřské škole. Ve školství pracuje čtvrtým rokem, ačkoli při práci ještě dokončovala studium. Konkrétně ve třetím ročníku bakalářského studia nastoupila jako paní učitelka do mateřské školy. Působila v heterogenních třídách od 3 do 7 let, v současné době pracuje v dětské skupině a mikrojeslích, kde se stará o děti ve věku 2 až 3 roky. Studium při zaměstnání považuje za výhodu, jelikož mohla své znalosti ihned použít v praxi. Naopak díky tomu může zhodnotit, že teorii, kterou se při studiu naučila, viděla jen v málokterých školkách při své praxi. *“Já jsem měla velmi dobré učitele na vysoké škole, kteří mě dobře připravili. Shodla jsem se nimi a to jsem praktikovala. Ale to, co jsme se učili, tak jsem během praxí viděla v málokterých školkách, jakoby tu tělovýchovnou část.”*

Respondentka č. 4 (R4) je pedagožkou a zároveň zástupkyní pana ředitele pro obecní mateřskou školu. Po ukončení studia učila jeden rok na základní škole a po návratu z mateřské dovolené nastoupila jako vedoucí paní učitelka v mateřské škole, kde se před rokem tato funkce změnila právě na zástupkyní pana ředitele. V předškolním vzdělávání má tedy praxi již 10 let. Aktuálně působí ve třídě se staršími dětmi od 4 do 6 let. *“Já jsem vždy stejně jako ostatní kolegyně u dětí dva roky. Takže jeden rok mám děti od 4 let a jsem s nimi až do té doby než odejdou do základní školy. Konkrétně jsem v tomto roce v této třídě už druhým rokem, takže až odejdou do základní školy, opět budu mít děti 4leté.”* Ve třídě má 25 až 27 dětí.

Respondentka č. 5 (R5) je vystudovaná právnička, která si založila soukromou sportovní školku, kterou vede a pro výuku a výchovu dětí má zaměstnané pedagožky. Celý život se věnovala sportu. Z tohoto důvodu chtěla vždy založit sportovní školku. Ve školce mají dvě dětské skupiny - tygříky a lvíčata - rozdělené podle věku. Docházka je uzpůsobena možnostem rodičům, a tak je pro děti možnost docházet i formou permanentek, což znamená, že se hlásí 24 hodin dopředu. V současné době školku navštěvují spíše mladší děti, konkrétně okolo 2 let. S předškoláky zkušenosti nemají. *“Vždycky si dají minimálně rok ve státní školce, protože se bojí toho, že by se děti musely dát přezkušovat a to ty rodiče většinou vyhodnotí tak, že ne.”*

Respondentka č. 6 (R6) je pedagožkou s dlouholetou praxí. V současné době působí na mateřské škole v Hradci Králové. Během své praxe působila na malých i velkých školkách v celém královéhradeckém kraji. V této konkrétní mateřské škole je již 14. rokem. Třináct let školku vedla. Působí v heterogenní třídě pro 28 dětí od 4 do 6 let. V dnešní době bývá pravidlem, že dítě do této školky nastoupí ve věku 3 let, projde celou školkou a z 80% nastoupí právě i do základní školy, se kterou mateřská škola tvoří jeden právní subjekt. Respondetka po celou dobu učí v jedné třídě, což znamená, že ty samé děti učí většinou 2 roky. *“Takže zatím to máme tak, že v malé budově jsou paní učitelky, které tam ty děti vychovají, pak jim tam třeba 10 dětí zůstane k tomu se doberou nové a oni je přesunou sem k nám. Takže tady vesměs máme děti, které už tou školkou prošly, ale v současné době, když máme hodně předškoláků a hodně nám jich odchází do školy, tak i tady jsou volná místa pro starší děti. Ale k zápisu těch starších dětí teď moc nechodí, těch*

nových cizích. Vsměs to je většina, že přechází z malé školky sem k nám do velké a navazují.” Výhodu smíšených tříd vidí právě v tom, že dítě se v jedné třídě v průběhu dvou let ocitne v roli nováčka i zkušeného “mazáka” a vzájemně si předávají své zkušenosti.

Respondentka č. 7 (R7) je vedoucí a zakladatelkou hokejové mateřské školy a sportovní dětské skupiny. Studovala na Masarykově univerzitě v Brně filologii a poté se několik let věnovala školení angličtiny ve firmách. Vždy však chtěla založit jazykovou školu, která bude vzdělání předávat na základě zkušenosti. V průběhu své praxe totiž zjistila, že lidé se nejlépe učí, když se jim předkládá více vjemů. Se svým přítelem hokejistou nakonec založili sportovní hokejovou školku. Praxi s dětmi co se pedagogického vzdělání či zaměstnání týče tedy nemá, avšak její maminka působila 30 let ve školství a sama vychovala 4 ač nevlastní děti. Školka funguje teprve dva roky, ale již mají za sebou několik zkušeností a možnost porovnání. Školka je tvořena jednou třídou, přičemž denně chodí maximálně 9 dětí. Ohlasy na formu výuky a program Play Wisely jsou dle zakladatelky velmi příznivé. *“Jsou výborné ohlasy od rodičů, co se týká Play Wisely, že ty děti už teď’ ... mám dokonalý příklad. Máme chlapečka - 4 roky - a ten vám poskládá z abecedy svoje jméno, uplně v klidu vám poskládá číselnou řadu tam a zpátky, když mu to namixujete.”* Každopádně vzhledem k formě výuky a vzdělávání by dítě před nástupem do základní školy muselo projít přezkoušením, z toho důvodu zde mají spíše mladší děti. *“Většinou ty rodiče je dávají pryč, protože my je samozřejmě můžeme připravit, ale oni musí chodit na přezkoušení a opravdu 100% těch rodičů, kteří odešli, nechtěli vystavit dítě tomu stresu z přezkoušení. Chtěli, aby to dítě bylo v tom prostředí, kde bude připravené a přezkoušené.”*

9.1.3.2 Interpretace údajů

Údaje sesbírané v 7 hloubkových rozhovorech budu třídit dle základních výzkumných otázek, které jsem si stanovila.

1. Jak probíhá příprava pedagogů na výuku pohybových aktivit?

Ve většině státních mateřských škol je vyžadována minimálně týdenní příprava pedagogů na výuku, která bývá zpřístupněna i rodičům, a po čerstvě vystudovaných

pedagožkách je 2 roky vyžadována každodenní psaná příprava. Ve státních mateřských školách vychází příprava vždy ze školního vzdělávacího programu a je tomu přizpůsobena i písemná podoba týdenní přípravy. Většina školních vzdělávacích programů se inspiruje a čerpá z přírody, ročních období, tradic a svátků, které provázejí děti v jejich každodenních životech. Příprava na výuku tak probíhá tematicky a pedagožky s víceletou praxí v podstatě pouze obměňují konkrétní vzdělávací nabídku s podobným tématem.

R1: *“My máme třídní vzdělávací program, který vychází ze školního vzdělávacího programu a pak už se připravuji víceméně tematicky. Mé zkušenosti už mně dají to, že se nepřipravuji každodenní přípravou jako to vyžadují u začínajících učitelek, kde je to nezbytně nutné. Takže já už se připravuji opravdu tematicky s kolegyní na třídě na následující měsíc, vytváříme měsíční plán. Z toho se víceméně domluvíme ten který týden, co budeme dělat, a pak už se mi to rozjede v hlavě. Nicméně program jako takový to by mě asi úplně nebavilo, abych opravdu každý rok dělala to samé, tu samou výtvarku. Vždycky vymyslím něco nového, prostě mám nápad.”*

R2: *“My jsme zpracovali ŠVP podle měsíců a potom na každý týden, kdy mám ranní, tak musím vypracovat týdenní plán, ten vyžaduje i zástupkyně, takže přípravy musíme dělat.”*

R3: *“První dva roky po škole jsem byla vedena učitelkou, byla jsem jako začínající učitel, byla jsem kontrolována a přípravy mi byly kontrolovány. I teď si přípravy píšeme, všichni, do záznamových archů - buď týdenní nebo čtrnáctidenní podle toho, jaké téma si vybereme. Přípravy si píšu pořád. Snažím se obnovovat ty staré. Nabalovat na ně a oživit je.”*

R6: *“Tak ode mne už ne, tohle vyžadujeme od začínajících učitelek, které si dva roky po škole píšou přípravy, ale samozřejmě všechny děláme nějaké plány, což teda nemám ráda, ale dělám je. Takže plánujeme plán pro sebe, což je formou bublin a pak je to pro rodiče, co se píše na nástěnku s cíli, s básničkami, s písničkami. Takže to je taková ta písemná příprava a pak vesměs nedělní odpoledne trávím nad Pinterestem a počítačem a přemýšlím, co celý týden budeme s dětmi dělat, takže to určitě.”*

Respondetka č. 4 také vyzvedla nutnost kreativity a originality pedagogů. Sama tento přístup oceňuje a myslím si, že přípravy jsou určitě přínosné pro chod výuky ve

třídě, ale vždy je nutné reagovat na aktuální situaci ať už ve třídě nebo v dění kolem nás. I předškolní děti je třeba informovat o aktuálním dění a neopakovat stále to stejné dokola. Pokud dítě navštěvuje mateřskou školu třeba až 4 roky, měl by pedagoga rozvíjet jeho smysly a kreativitu tím, že on sám je kreativní a snaží se dny strávené v mateřské škole obměňovat.

R4: “Také já mám ráda sama u sebe i u svých kolegyň, aby byly kreativní, a neopakovaly šablonovitě činnosti, které dělaly třeba předchozí roky, ale aby se snažily ty svoje nápady obměňovat, hledat si nové náměty a prostě čerpaly z různých zdrojů. Takže my tu vzdělávací nabídku velmi často obměňujeme a některé věci přetrvávají, něco co nám třeba zafungovalo, tak můžeme využít i rok následující.”

V soukromých školkách a dětských skupinách je v podstatě příprava v rámci celého roku. Obě soukromé sportovní školky, které jsem navštívila vycházejí z určitého programu, přičemž po nastudování a proškolení tímto programem, není již každodenní nebo každotýdenní příprava nutná ani nikým vyžadována.

R7: “Příprava na Play Wisely tam není v podstatě žádná, protože Play Wisely se opakuje v cyklech 8 týdnů a je to neustále prakticky to samé, akorát že ten lektor už sám si může ty lekce ztěžovat či zjednodušovat. Co se týká přípravy na daný školní rok, tak to vždycky uzpůsobujeme dětem samozřejmě, ale víceméně jsme to nastavili už na začátku. A chůvičky, co tam jsou, tak ty už to pak jenom reprodukují to, co my jim předáme.”

2. Jak je tvořen školní vzdělávací program mateřské školy?

Na tvorbě školních vzdělávacích programů se ve státních mateřských školách podílí celý pedagogický sbor. Některé školy se po vyzkoušení různých alternativ integrovaných bloků vrátily k rozdělení školního vzdělávacího programu dle ročních období a státních či místních svátků. Hodnotím tedy toto rozdělení jako vyzkoušené a nejvhodnější. Děti vtáhne do každodenního světa kolem nich a učí se o aktuálním dění a všeobecnému přehledu.

R3: “Ano, na přípravě se podílíme všichni. Myslím ale, že jsme si to tak prolnuli všichni všechno. Všichni jsme se sešli a dělali jsme to společně.”

R4: *“Náš školní vzdělávací program vychází z Rámcového vzdělávacího programu, tvořili jej všechny kolegyně po částech a vzájemně jsme spolupracovaly, tím jsme vytvořily náš školní vzdělávací program. Vybraly jsme vždy z 5 oblastí cíle a pak jsme k nim přiřadili očekávané a konkretizované výstupy, které byly napasovány na naše vzdělávací bloky, které jsme měly již připravené a které tady kolegyně realizovaly v předchozích letech. Částečně reagují na zvyky a tradice a částečně na roční období a svátky v průběhu roku.”*

R6: *“My to máme i v ŠVP na oblasti podle ročních období. Prošli jsme si i obdobím, kdy jsme zkoušeli integrované bloky různé a k tomuhle jsme se vrátili, protože nás to tak trochu svazovalo. Takže teď to máme pohádkové jaro, pohádkové léto, pohádkový podzim a pohádkovou zimu, což je pro celou školku stejné. A do toho si učitelky už dávají svoje témata, která už jsou opravdu různorodá. Jediné, co je ještě společného je, že když jsme Pohádka, tak ta pohádka se tady objedvuje daleko častěji než asi v jiných školkách, takže u nás i ty tematické plány jsou vlastně podle pohádek.”*

Některé školky (R2 a R3) jsou nebo v minulosti byly zapojeny do různých pohybových a vzdělávacích projektů, které jim částečně určují směr a zaměření samotného školního vzdělávacího programu. Z hlediska rozvoje pohybových aktivit hodnotím toto zapojení do pohybových projektů jako přínosné, otevírá školkám nové možnosti a zkušenosti. Výhodou pro ně mohou být i finančně. Na druhou stranu si myslím, že vždy jakékoli zapojení do specifického projektu bude znamenat minimálně částečné opomíjení vzdělávacích bloků a částí, na které se projekt nezaměřuje.

R2: *“My jsme teď ŠVP na následující 3 roky vypracovali na základě toho, že jsme se zapojili do Sokola. Projekt se jmenuje “Svět nekončí za vrátky, cvičíme se zvířátky” a z toho jsme vlastně vycházeli pro celý ten plán na 3 roky. Cvičíme podle jakési metodiky a na tom jsme stavěli celý plán. 3 roky zpětně jsme totiž byli zapojení v projektu “Zdravá mateřská škola neboli škola podporující zdraví” a nyní už jsme se nezapojovali, ale vybrali si pouze prvky zdravé školky, které jsou zaměřeny na pohyb a stravu a ty si začlenili do našeho programu. Přesto, že již nejsme oficiálně v projektu zapojení, máme prvky zdravé mateřské školy. Z mé praxe vím, že zatím to bylo vždy ovlivněno projektem, do kterého jsme byli zapojeni. Neměli jsem tedy témata podle měsíců, ale podle týdnů, a všechna se týkala zdraví. My jsme i v minulém programu samozřejmě vycházeli z ročních období, ale teď jsou měsíční plány volnější a máme víc možností reagovat na to, co děti*

zrovna zajímá v daném měsíci a víc jim to přizpůsobit, než když bylo například naplánováno, že dvakrát za rok musí být téma "Otužování mě baví" a i když byl třeba březen, tak jsme museli mít otužování. Ted' vlastně je to volnější a víc se přizpůsobujeme potřebám dětí."

V soukromých mateřských školách, konkrétně v dětských skupinách a projektech, není potřeba a nikdo striktně nevyžaduje sestavený školní vzdělávací program. Obě školky, které se do výzkumu zapojily, však nějaký takový plán mají a drží se ho. Rozdíl vidím v tom, že většinou program vychází z všeobecného zaměření školky (např. Montessori, Play Wisely, ...), tvoří se tedy na začátku působení školky a již se moc neupravuje. Následná příprava už je na každém lektorovi zvlášť, není nutná a není podložená administrativou jako ve státních školkách. Obě vedoucí dětských skupin, které se výzkumu zúčastnily, nastínily, v čem se jejich program liší a v čem je v podstatě lepší než programy státních mateřských škol.

R5: "Jedeme podle ministerstva školství, podle těch osnov, které jsou. Jedeme podle nich, protože určitě je dobré mít svým způsobem nějaká ta pravidla daná, aby potom ty děti, když jdou do státní školky, aby nebyly úplně ztracené. S tím, že my jsme jako sportovní školka s montessori prvky, takže my se snažíme ne jim ty věci přikazovat, ale aby se snažily nějakou hranou formou a i nějakou svoji intuicí prostě se o sebe trochu postarat samy a byly trochu samostatnější a nebylo to jako v té státní školce, že jedna učitelka na 28 dětí a řekne jim ted'ka tohle ted'ka takhle a vlastně to dítě vůbec nepřemýšlí a vlastně ten mozek nepoužívá, nerozvíjí tu svoji vlastní osobnost. Takže to my jedeme trošku jinak."

R7: "Celý program je postavený, já bych nechtěla říkat, že na Play Wisely úplně zezákladu, protože ze základu jsme postaveni na vztahu člověka k přírodě a souznění člověka v přírodě. Další věc je, proč jsme to zakládali a za jedinou podmínkou, za kterou jsme to zakládali je, aby ta školka byla taková jako, já ten termín nemám ráda, ale ted' mě rychle nic nenapadá, jako eco-friendly. Plus ještě ty děti se u toho taky hýbou, takže ony to vstřebávají ještě o dost rychleji a to Play Wisely, když bychom to srovnali s klasickou výukovou metodou ve školkách, tak je dvojnásobně rychlejší, jak si to ty děti užívají do sebe." Stejně jako jiné dětské skupiny, ani mateřská škola respondentky č.7 nemá vypracovaný konkrétní školní vzdělávací program. "Určitě ne, tím, že jsme dětská skupinka, tak ne. My ho máme zpracovaný, máme vlastně každý měsíc rozpracovaný,

každý den máme rozpracovaný, harmonogramy, všechno, ale po nás to nikdo nevyžaduje, takže my to máme čistě pro sebe, pro naši práci.”

3. Kolik času se v mateřské škole v průběhu dne věnuje pohybovým aktivitám? Jaké jsou to pohybové aktivity?

Otázka na pohybové aktivity je první otázkou, která je individuální opravdu v každé mateřské škole. Ačkoli můžeme nalézt podobné prvky, které zase většinou zasazuje státním mateřským školám Rámcový vzdělávací program, v každé školce se přístup k rozvoji pohybových dovedností a jednotlivé pohybové aktivity liší. Záleží na přístupu samotného pedagoga, projektu, do kterého je školka zapojená, možnostech a vybavení a také motivaci dětí. Jako společné pro všechny státní školky ve výzkumu mohu zmínit dopolední cvičení, spontánní pohybové chvíle během dne a odpolední pobyt venku. Ve většině mateřských škol se také objevuje jedno větší cvičení během týdne, které svou strukturou připomíná klasickou tělesnou výchovu na základních školách.

R1: “V naší školce si myslím, že máme běžný program. To znamená, že mají běžné pohybové chvíle během dne, které jsou motivační, které vycházejí z daného programu. Pak jednou týdně máme klasickou tělesnou výchovu a pak chodíme na opravdu dlouhé pobyty venku, takže to je i chůze, protože při pěkném počasí chodíme na dlouhé vycházky s batůžky. A zahrada ač není moc velká, tak ji máme velmi účelně zařízenou. U těch mladších dětí tam používají tu rozcvičku takovou krátkou víceméně každý den, takovou tu pohybovou chvíli se zdravotními cviky, taky jednou týdně udělají takové to větší cvičeníčko, kde mají opravdu třeba překážkovou dráhu, kde to zdolávají.”

R2: “My máme denně povinné cvičení před svačinou, od 8:30 do 8:45 a navíc jednou týdně máme cvičení v tělocvičně, kdy se jedná o spolupráci se základní školou, která nám pronajímá tělocvičnu, takže navíc chodíme ještě jednou týdně cvičit. Takže jednou týdně vlastně velký tělocvik, denně ranní cvičení a samozřejmě pobyt venku, což jsou procházky a nebo pobyt na zahradě. Do tělocvičny chodíme my jako učitelky a cvičení připravujeme my.”

R3: *“Naše školka je zapojená do projektu “Lokomoce, pohyb jako prevence”, kde cvičíme každé ráno a jednou týdně chodíme do velké tělocvičny. Každé ráno cvičíme 20 minut a v tělocvičně jsme hodinu. My jsme proškoleni, máme každý rok několik školení. Z každého roku máme certifikát, je to akreditované ministerstvem školství. Chodíme hodně ven, protože jsme vesnická školka, takže my chodíme zhruba na hodinu a půl až na dvě ven téměř za každého počasí, takže myslím, že děti mají hodně pohybu u nás.”*

R4: *“My upřednostňujeme ranní cvičení tak, že děti mají volnou hru a po volné hře si mohou i nechat rozestavěné hry, lehce se jenom uklidí a pak děti před svačinou odchází do tělocvičny. Můžu říct, že je to průměrně tak 3x týdně, kdy máme takové krátké ranní cvičení, kdy si děti zahrají krátkou pohybovou hru, pak následují průpravné cviky, relaxace, někdy se ještě nějaká další hra zopakuje a pak se odchází na svačinu. Toto trvá zhruba okolo 20-25 minut. Pak jednou týdně ještě navíc máme cvičení, které probíhá delší dobu - zhruba 45 minut, někdy možná i hodinu, kdy děti mají opět zase nějakou rušnou chvíli, potom průpravné cviky a po těch průpravných cvicích a relaxaci se postaví pohybová dráha, kdy děti na té pohybové dráze procvičují obratnost a pohyblivost ještě navíc. Je to vždy v návaznosti na roční období, když tomu počasí přeje, tak chodíme každý den ven a když potom nastanou podzimní dny, tak je i možné že odpoledne pouštíme děti do tělocvičny po skupinkách, kde si mohou hrát.”*

R6: *“Začíná to ráno, kdy si děti mohou postavit třeba i překážkovou dráhu, skákat tady na trampolíně a když je prostor a není rozehraná nějaká hra, takže můžou tohle dělat i ráno. Pak je určité nějaké cvičení v rámci řízené aktivity, buď je tam pohybová hra, buď tam jsou průpravné cviky a nebo je tam přímo řízený tělocvik, aby se to tak nějak střídalo. Z těchto aktivit tam každý den něco je, ne všechno, to bychom prostě nestíhaly, ale každý den něco. Pak samozřejmě venku hrajeme hry, lítáme po hřištích, chodíme na procházky, tam je toho pohybu asi nejvíc. A ještě odpoledne máme kroužek pohybové cvičení v tělocvičně, nadstandartní činnost, takže tam jednou za týden paní učitelka vede vlastně přímo kroužek cvičení, což jsou vlastně spíš takové pohybové hry v tělocvičně. A odpoledne zase spontánní překážková dráha, staví si domečky, nějaké kytičky, lezou tady po kbelíkách, po žebřinách, takže to zase odpoledne. Pak ještě jednou týdně máme domluvenou tělocvičnu tady ve škole, takže můžeme jít cvičit i tam, kde je i nářadí a můžeme pohybové hry, což zase děti milují. Takže cvičení děti mají fakt rády, takže o tom to je a cvičit se musí denodenně.”*

Respondentka č.1 se ve výzkumu zmínila o moderním pojetí vzdělávání v mateřských školách, které způsobuje upouštění od klasické tělesné výchovy a pohybových aktivit. V dnešní době se zdůrazňuje centrální vzdělávání pro více oblastí, kde si dítě ukotvuje více smyslů a více zkušeností na rozdíl od klasických výchov. Co se pohybu týče, líbí se mi a souhlasím s jejím názorem, že děti jsou potřeba cíleně vést ke koordinaci a celkově pohybu, proto se mi myšlenka klasické tělesné výchovy v mateřské škole líbí.

R1: *“Protože jsme s kolegyní v podstatě ještě, jak se říká ze staré školy, takže ač nové metody a nové trendy jsou takové, že se usutupuje od jednotlivých výchov, že jsou spíš zaměřeny na jednotlivá centra vzdělávací, tak my máme prostě pocit, že třeba ta klasická tělesná výchova, jak se jí říkalo, rozhodně nemůže být nějakým centrem aktivit nahrazena, protože prostě ty děti cíleně jsou potřeba k nějaké koordinaci vést. A proto jednou týdně dopoledne zařazujeme v podstatě klasickou tělesnou výchovu, která má víceméně strukturu, jak jsme byli zvyklí. Takže samořejmě ty jednotlivé cviky, které dítěti tříbí přesnost provedení pohybů, tak ať už to jsou cvičení proudem, překážkové dráhy, cvičení ve družstvech, soutěžení ve družstvech, tak aby si i tyhle věci, které s tou tělesnou aktivitou souvisí, aby si to osvojily, protože i tím získávají kromě pohybových návyků i další návyky, které jsou potřeba jak do života, tak do školy.”*

Respondentka č.1 celkem také striktně odděluje řízené a spontánní pohybové aktivity. Myslím si, že je důležité jako pedagog i tuto stránku věci zohlednit. Není vhodné, aby dítě bylo k pohybu vedeno pouze spontánně. Dětské tělíčko si spoustu pohybů uzpůsobuje pro snažší provedení a je potřeba, aby někdo na správnost provedení cviků dohlédl. Také vidím důležitost řízené aktivity v tom, že děti se naučí udržovat pozornost, dodržovat pravidla, naslouchat, spolupracovat a zvyknout si na určitý řád a pravidelnost. Tohle všechno je důležité nejen do budoucího studijního života ale do života jako takového. Samozřejmě spontánní pohybová aktivita je také důležitá, děti jsou zvědavé a aktivní, a tak je potřeba dopřát jim možnost hýbat se a vybit svou energii v průběhu celého dne.

R1: *“V průběhu her mají běžnou lokomoci a motoriku, to ano. Těch běžných pohybů, které souvisí s hrou, ta ani není tak cílená. Kdežto obzvlášť ty zdravotní cviky, jak jim říkáme, tak na nich se vlastně učí přesnost provedení. A to při běžné hře prostě neuděláte. Takže pokud mluvím o pohybových aktivitách, kde já vnímám, že děti se*

opravdu učí cíleně nějaký pohyb, zkvalitnění pohybu, protože na to navazují další pohybové činnosti, prostě potřebují ten základ. Tak to musí podle mě být cíleně při pohybových chvilkách, rozcvičkách, tělesné výchově.” Zároveň také ze své praxe a zkušeností porovnává přístup k pohybovým aktivitám na jiných školkách a v průběhu několika posledních let. “Já myslím, že to hodně upadlo. I co mám zkušenosti ze školek i co si povídáme. Tak tím, že se ustoupilo od výchov, tak zrovna tělesná výchova, když to tak nazvu, ta cílená pohybová aktivita, hodně utrpěla. Protože pokud je to dopoledne zaměřeno na jednotlivá centra, kde ty děti mají nabídku a plní připravené věci, tak tam většinou prostor na to, aby měly nějaké cílené cvičení moc není. Takže já jsem přesvědčená, nebudu to tvrdit, ale, že klasická tělesná výchova, to vůbec, ale cílené cvičené hodně upadlo, že se to přeměnilo v takové motivační jakési pohyby.”

Spontánní a řízené pohybové aktivity oddělila také respondentka č.3. Vzhledem k věkovému složení dětí ve třídě respondentky zmínila také to, co s dětmi dělá a co se dokáží naučit. Respondentka tak zmiňuje, že již dvou až tří leté děti se učí základy gymnasticky a zvládají v podstatě to samé, co děti starší. Jako pozitivní hodnotím celkově přístup, že čím dřív se dítě s něčím novým seznámí a začne učit, zbaví se strachu a v pozdějších letech mu to půjde lépe a snadněji.

R3: *“Jsou tam částečně řízené činnosti, někdy děti chtějí i samy si postavit dráhu, tak mají možnost, venku máme pohybové činnosti, protože máme velkou zahradu a tam to je řízené i neřízené. S nima jde úplně všechno, co nejvíc dynamických věcí, rychlostních a výbušných, protože v tomhle věku oni si to zafixují a vyvíjejí a je možné na tom pracovat. Nejvíc je baví opičí dráhy, umíme kotoul, stojku, kotoul ze stojky za pomoci, chodíme na hrazdu, výmyk se učí, chodíme po kladině. Všechno s nima jde dělat. Čím dřív se například začnou učit kotoul, o to menší mají pak zábrany na prvním stupni.”*

Co se týče specializovaných projektů, do kterých jsou některé státní i soukromé školky zapojeny, vidím v nich možnosti pro zlepšování služeb díky školením, podkladům a možnostem, které nabízejí. Školka zapojená do projektu samozřejmě musí dodržovat daná pravidla a stanovy, které projekt definují. Někdy to může být přínosné a někdy i negativní. Jako přínosný určitě hodnotím projekt “Lokomoce, pohyb jako prevence” díky kterému jsou například dětem umožněny vstupní a výstupní prohlídky fyzioterapeuta a neurologa každý školní rok.

R3: *“Každé září mají děti vstupní zdravotní prohlídku, kde přijede fyzioterapeut a neurolog a to samé v červnu jako výstupní, která se potom dává rodičům s nějakým doporučením a shrnutím zdravotního stavu a pohybového aparátu.”*

Ráda bych take zmínila úspěšnost plnění cílů v oblasti Dítě a jeho tělo, které zmínila respondentka č. 4 a shodla se na tom s respondentkou č. 6.

R4: *“Vždycky se zaměřujeme na to, aby byly naplněné všechny cíle z toho Rámcového vzdělávacího programu a všechny cíle máme rozdělené do průběhu toho školního roku tak, abychom je několikrát naplnily. To se třeba potvrdilo tak, že my jak si vybíráme ty cíle v průběhu školního roku, tak ještě máme takovou evaluační tabulku, kam si píšeme kolikrát ten daný cíl byl splněn. A já si pamatuji, že v loňském roce v oblasti Dítě a jeho tělo byly všechny cíle plněny mezi 3x-4x. Tato oblast byla v porovnání s jinými plněná skoro dvojnásobně, takže si myslím, že tyto cíle se plnily více často než třeba z oblasti Dítě a jeho psychika.”*

R6: *“Takže ty cíle z oblasti Dítě a jeho tělo se nám plní v podstatě možná nejlíp bych řekla, protože je to takové srozumitelnější a děláme to každý den, takže tam nevidím problém.”*

S dostatečným a správným zařazením pohybových aktivit do průběhu dne v mateřské škole jednoznačně souvisí také vybavenost školky. Velkou výhodou mateřské školy je, pokud má k dispozici vlastní tělocvičnu.

R4: *“Máme tady v zadní budově tělocvičny, jejichž součástí jsou lavičky, které využíváme buď jako balanční roviny nebo pro plazení, lezení na zvýšené ploše nebo chůzi. Potom je možné, že překonávají strach z výšek při lezení na žebřinách, vylézání a slézání. Někdy zavěšujeme na žebřiny lavičku, takže nacvičují takový ten obrat a nasednutí na lavičku, skluz. Dále máme různé balanční roviny, balanční kameny nebo zvýšené roviny jako balanční kameny, máme nášlapné ježky, nášlapné sáčky, lana, strachové pytle. Pak máme několik žíněnek, na nichž třeba nacvičujeme kotoul nebo válení sudů, kotoul s dopomocí. Dále využíváme různé překážky, přes něž děti mohou přeskakovat. Dále máme most, který děti přelézají. Pak máme různé ještě mosty, které mohou i podlézat a máme velkou molitanovou stavebnici, kterou můžeme variabilně sestavovat a můžeme ji využívat na různé přelézání. Její součástí je takový přelézací most, takže oni přelézají most nebo se pod ním podplazí. Pak tam jsou schůdky přes*

které přelezou nahoru, napojuje se na ně skluz. Pak máme další drobné pomůcky, které využíváme při hrách - různé míčky, které třeba hází na cíl a další pomůcky. A další, máme spoustu dalších pomůcek. Máme koš na basketbal, který také využíváme, máme míče, obruče, stuhy a další pomůcky.

V soukromých školkách a dětských skupinách se neobjevuje klasická forma tělesné výchovy, většinou se jedná o pohybové chvílky nebo naopak přímo specializovaný trénink vedený lektorem. Na to, že ve výzkumu figurují dvě sportovně zaměřené skupiny, musím říct, že mě přístup především jedné z nich překvapil. Respondentka č.5 zmiňuje v podstatě třetinu pohybových aktivit, které s dětmi dělají na státních mateřských školách. Jedná se pouze a krátkou řízenou aktivitu jednou v průběhu celého dne.

R5: “Takže dělají různé opičí dráhy, postřeh na balon, trošku se zorientování v prostoru a vlastně taková ta fyzická aktivita na to, aby se fakt ty děti fyzicky vyblbly, aby prostě měly radost ze sportu jako pohybu vůbec. Takže proto sportovní školka. S tím, že jakoby jak vidíte, tak máme i zahradu oplocenou, takže hodně času trávíme i venku, jakmile to je prostě možné. Většinou se jde do té tělocvičny, kde svým způsobem je teda ta aktivita s lektory a potom po té tělocvičně už ne. Ne, na to jsou ty děti malé. Ted'ka máme hodně malé, že jim je okolo 2 let, takže jde spíš o všeobecnou přípravu. Hodina denně.”

Dvě dětské skupiny se také trochu liší v přístupu ke specializaci v jednotlivých sportech. Zatímco Respondentka č.5 zmiňuje důležitost všeobecné přípravy, protože děti v tak nízkém věku nejsou schopné soustředit se na jednu věc a v ní se zlepšovat, Respondetka č.7 představuje jejich program jako směs různých druhů sportů, které jsou dětem nabízeny pro celkovou a obecnou přípravu na hokej.

R5: “My máme všechno možné od obručí po balony, žíněnky, různé jakoby malé basketbalové koše, líný tenis, prostě všechno. Vlastně aby měly děti každý den jinou aktivitu, aby to měly pestré, protože si myslím, že v tomto věku vlastně nějak aby byly schopné soustředit se na jednu věc a v tom se zlepšovat, to není možnost, ale spíš aby si uvědomily, co je baví.”

R7: “My jsme vlastně založeni každý den jinak, to znamená, že máme jeden den plavání, druhý den hokej, třetí den flyzone, které je udělané kvůli Play Wisely, protože trampolíny, protože orientace směrová, stabilita a pak máme crossfit a lezeckou stěnu. A

takhle se to opakuje každý týden. Dopoledne je vždycky nejvíc vyčerpán, tam je strašný frkot, protože se odchází na tréninky. Ty děti už musí ve věku dvou let zvládat, pokud se přihlásily, dojet si pěšky na plavání i na hokej, což je pro ně docela daleko. Plus tam se dané aktivitě věnují 45 minut. Jinak se během dne věnují kreativním věcem a takovým těm vzdělávacím, logopedie, grafomotorika, ... Samozřejmě soustředit se čistě na hokej, to z vývojového hlediska není možné do 4 let. Pokud si to rodiče přejí, tak ano, máme tam mladší, máme tam vlastně chlapečka 3 roky, který začal a bylo to čistě na přání rodičů a zvládá to krásně.”

4. Jsou pohybové aktivity zařazeny do programu výuky pravidelně a povinně? Dbáte na správné provedení prvků nebo pouze na vytvoření návyku ke sportu a pohybu obecně?

V žádném z rozhovorů se neobjevilo, že by pohybová výuka byla vyloženě povinná pro všechny děti. Každopádně všude se snaží, aby se každý zapojil a veškeré aktivity vyzkoušel. Nicméně Respondetka č.1 uvedla, že ze své praxe a zkušeností, zná i mateřské školy, kde na pohybové aktivity a celkově vzdělávání nekladou takový důraz, jaký by dle ní měl být. Čím dál tím modernější jsou americké způsoby výchovy, které jsou založené na volnosti a rozhodování samotného dítěte, i to se objevuje v některých mateřských školách u nás. Dle mého názoru je však nutné pro tuto volnost stanovit hranice a oddělovat hru od povinností a vzdělávacích a výchovných chviliek.

R1: *“Já si myslím, že zase jak kde, protože někde preferují, že v podstatě dítě si dělá na co má chuť a není k ničemu nuceno. A já s tím tedy úplně nesouhlasím, protože život není jenom o tom, že si budu hrát a budu si dělat, co se mi zrovna chce, ale že i ty děti cíleně k něčemu směřuji. Samozřejmě je nenutím, pokud má dítě nějaký blok. Ale obzvlášť děti předškolní v rámci přípravy na školu, prostě když jdeme něco dělat, tak to jdeme dělat. Když to děti cítí, že o tom nebudeme diskutovat, tak ty děti jdou a ani by je nenapadlo, že by nešly. Takže v tom si myslím, že ta příprava na školu, tenhle návyk spočívá.”*

R2: *“Povinné je to spíš jako součást programu dne školky. U mě na třídě starších není problém a cvičí všichni, vím ale, že u těch mladší ne vždy chtějí všichni, a tak pokud někdo nechce, nemusí se zapojit.”*

R3: *“Povinné to není, ale ještě se nestalo, že by někdo nechtěl.”*

R4: *“Jsou tak oblíbené, že ony se všechny děti zapojují. Samozřejmě je den, kdy se může stát, že nějaké dítě má třeba nějakou bolístku nebo se mu třeba úplně nechce, ale my se snažíme ho motivovat, aby třeba překonalo nechuť a zapojilo se. Nemáme s tím zkušenosti, že by děti nechtěly cvičit.”*

R5: *“Abychom někoho nutili, tak to ne. Nikoho nenutíme, jsme ve školce, máme si tady svým způsobem dělat hezký den, takže rozhodně nikoho nenutíme, že by se měl stresovat, že jako nehodí balónem, tak to rozhodně jako ne.”*

Jediný náznak toho, že mezi dnešními dětmi jsou i takové, které by raději seděly a odpočívaly než se hýbaly, byl v rozhovoru č.6.

R6: *“Povinné bych neřekla, ale snažíme se, aby to dělaly všechny děti, protože máme i takové, které by jenom seděly a koukaly, i když to je spíš výjimka, ale i ty se snažíme trochu rozhýbat a rozpohybovat.”*

Co se týče správného provedení prvků, dle rozhovorů soudím, že větší důraz na to kladou pedagogové učící ve školce, která je v tomto vedena nějakým pohybovým programem (např. Lokomoce, pohyb jako prevence, ...) Tyto školky a soukromé školky s menším počtem dětí mají lepší podmínky na to uhlídat, zda děti provádí cvik správně. I tak samozřejmě vždy záleží na samotném pedagogovi a jeho přístupu.

R2: *“Myslím si, že záleží na učitelce, nemůžu mluvit za celou školku, ale já jsem prošla školením na lokomoci a “Děti na startu” a tam nás vlastně učili, jak mají děti u cvičení držet tělo, zdravotní cviky... Takže za mě, já se snažím o tohle, ale jsou i starší nebo mladší kolegyně, kterým jde spíš o to, aby se hýbaly a neřeší provedení. Je super, že se to cvičení dodržuje a je zavedené pro všechny. Ale myslím si, že je určitě i dobré mít představu o tom, jak by děti měly držet tělo u cvičení.”*

R6: *“Snažíme se i o to správné držení těla i to dýchání, ale je to problém. 28 dětí nám sice nechodí, ale normálně jich je 25 a v tom, abyste teda dohlídla na všechny, to je velký problém. Snažíme se.”*

V klasických mateřských školách s počtem dětí na třídě okolo 25 je toto dohlížení a kontrola možná pouze při větším počtu pedagogů nebo asistentů. Pokud se

při tělovýchovných chvilkách mohou rozdělit a každý dohlížet na něco jiného, určitě je efektivita celého cvičení větší.

R4: *“Vždycky dbáme v první řadě na bezpečnost, to je na prvním místě při cvičení v tělocvičně, kor při cvičení na nářadí. Pak co se týče nápravy, tak to právě zajišťují paní učitelky buď na těch stanovištích nebo sledují ty děti, opravují je v případě, že ten cvik provádí nesprávně a náprava probíhá i při průpravných cvicích. Snažíme se, pokud jsme v tělocvičně dvě nebo i tři, protože tady máme asistentku pedagoga, snažíme se právě v době toho velkého cvičení se překrývat na největší část dne.”*

5. Jaké jsou reakce dětí a rodičů na pohybové aktivity?

Ačkoli jistě mezi dětmi jsou i takové, které tíhnou spíš k uměleckému či vědeckému zaměření, jejich reakce a reakce rodičů na pohybové aktivity, které v mateřských školách probíhají, jsou hodnoceny kladně. Všechny dotazované učitelky a vedoucí školek hodnotí pohyb jako jednu z nejoblíbenějších aktivit dětí a jak již bylo zmíněno, vzdělávací cíle v oblasti Dítě a jeho tělo se pedagogům plní nejlépe možná právě díky tomu.

R1: *“Děti se strašně rády hýbou.”*

R2: *“Děti to mají rády moc. Když je nějaká výjimka a odchází se někam například dřív, tak jsou smutní. Na cvičení se těší a přijde mi, že cvičí rádi.” “Určitě ano, protože na začátku roku zjišťujeme o jaké aktivity mají zájem a z toho se pak vychází, do čeho se zapojíme nebo nezapojíme.”*

R3: *“Děti jsou nadšené a vyžadují to. Rodiče to vyhledávají a jsou rádi za to, že i ti nejmenší chodí do tělocvičny a myslím si, že ví, jak to probíhá, protože máme dny otevřených dveří a byly i ukázkového hodiny té “Lokomoce”, takže myslím, že vědí o co jde.”*

R4: *“Tyto pohybové aktivity jsou nejoblíbenější u dětí, mají hrozně rády pohyb a když, jak se říká, si to vyberou, nebo když do té tělocvičny jdou, tak si to tam vždy velmi užijí. My když řekneme, že jdeme do tělocvičny, tak se to vždy setká s radostným výskokem, výskotem a jáсотem a ten pohyb je u nich, nám se nebo mně osobně se zdá, jako jedna z*

nejoblíbenějších aktivit. Já jsem se nikdy nesetkala s nějakou negativní reakcí na pohyb, myslím si, že i naše společnost je nastavená na to, že pohyb je zdravý a důležitý.”

R5: *“Všichni jsou rádi, že se tady hýbou a že je tady k dispozici tělocvična každý den a že s těmi dětmi se něco dělá a něco pracuje. Většinou si to rodiče přečtou na webových stránkách a jdou sem právě proto, že se tady s dětmi něco děje.”*

R6: *“U nás máme pohybové hry a zpívání, to jsou takové dvě nejoblíbenější činnosti u dětí.”*

R7: *“Nene, negativní určitě ne, vždycky chtějí. Maximálně jsme se setkali od rodičů s reakcí, že ty děti jsou úplně vyřízené, že už s nima nezvládají nic jiného dělat.”*

Zajímavé mi přišlo, že poslední sportovní dětskou skupinu, kterou založila Respondentka č.7, dle jejího názoru, rodiče nevybírají primárně kvůli sportovnímu zaměření.

R7: *“No musím říct, že jako k mému překvapení úplně ne. Oni chodí protože se jim líbí školka. Nejvíce chodí, protože se podívají na facebook, vidí fotky a říkají, že jako nádherná školka, pak přijdou dovnitř, vidí atmosféru a říkají, že chtějí kvůli tomu. Plno rodičů nám dneska říká, že nepotřebují hokej. Vlastně my máme na hokeji ze všech dětí 3 kluky. Takže není to tak, že by to vyhledávali jenom kvůli tomu, k našemu překvapení.”*

Respondentka č.7 také zmínila problém, který možná některé rodiče odrazuje od soukromých školek. Vzhledem k tomu, že některé lektorky či vedoucí školky nemají pedagogické vzdělání, nemusí být všechny aktivity vždy dle pedagogických zásad. Děti v takto sportovně a celkově programově nabitě školce, nejsou zvyklé na spontánní aktivity a nemají natolik rozvinutou fantazii, aby si dokázaly program vytvořit samy. Tím se opět dostáváme k tomu, jak důležité je správné vyvážení řízených i spontánních aktivit v průběhu celého dne dítěte.

R7: *“Tam vlastně maximálně pedagog, když to tak řeknu, tak může k tomu mít nějaké připomínky, protože z pedagogického hlediska by mělo dítě mít většinu dne jako volnou hru a my se setkáváme u našich dětí s tím, že tím, že my jim to neustále řídíme, tak u těch starších, že si vlastně nedokážou hrát samy. Což vlastně v tom vývojovém stádiu pak je problém, protože vlastně oni jsou neustále v pozoru, co bude a kdo jim co naplánuje, nedokážou si rozvrhnout tu svoji vlastní hru a jít si - jak si děti prostě vaří kafičko a*

dělají si dortíky, tak to oni nedělají, takže se snažíme v tomhle neustále zlepšovat a dávat jim tam víc prostoru, pokud je tam ta možnost.”

6. Nabízí mateřská škola zájmové kroužky navíc pro své děti? Chodí Vaše děti ve svém volném čase do jiných zájmových sportovních kroužků?

Opět hned několik především státních školek nabízí zájmové kroužky všech možných druhů, i ty pohybové.

R3: *“Máme keramiku, angličtinu, přírodovědný kroužek a hudebně-pohybový - takové tanečky.”*

R6: *“K té pohybové aktivitě jsou to jenom ty pohybové hry v tělocvičně, pak jsou to spíš umělecké.”*

S tímto jsou však v rozporu Respondentka č.1, která uvedla, že inspektorky zájmové kroužky nepodporují, a tak se v jejich mateřské škole od nich ustoupilo, a Respondetka č. 5, v jejíž školce se čistě věnují pouze pohybovým aktivitám v rámci výuky.

R1: *“Od zájmových kroužků se zhusta ustoupilo, protože inspektorky to nerady vidí. Takže tak jak byl velký boom těch pohybových kroužků... všechno má plus a minus. Takže pokud po školkách chodily víceméně nadšenky z různých oborů včetně pohybových, třeba taneční učitelky a gymnastky, tak ony to děti opravdu naučily, to, co by je nenaučila učitelka, protože to není zrovna její obor. Tak to je. Víme, jaká má být teorie, jaká je a jak by to mělo být a jaká je praxe. Prostě každá učitelka nejrady dělá to, co jí je vlastní a to dělá dobře samozřejmě.”*

R5: *“Ne, soustředíme se jenom na to své. Spíš se snažíme dělat takhle ty míčové hry, protože máme tady i tartanové hřiště, takže kopání do balonu, házení, různé opičí dráhy.”*

I přesto, že vzorek všech dětí, o kterých se ve výzkumu zmiňujeme, je heterogenní svým věkovým složením, většina z pedagogů a lektorů pozoruje, že děti již v takto nízkém věku ve svém volném čase navštěvují specializované zájmové kroužky

nebo alespoň nějakou všeobecnou pohybovou přípravu, minimálně ty čistě předškolní děti.

R1: *“Navštěvují, ano. Naštěstí i na těch menších městečkách tyto možnosti jsou, ať už to jsou ZUŠky, protože i menší městečka je mají, i kroužky. Takže naštěstí jsou nadšení lidé, kteří se věnují dětem nejen v těch vrcholových sportech, ale i v těchto zábavných. Bohužel není toho tolik co dřív, ale zaplat' pán bůh za to. Takže vím, že kluci už v tomhle předškolním věku jezdí na fotbal nebo hokej, na karate nebo na judo. Holčičky jezdí na tancování.”*

R2: *“Vím, že máme hokejisty, holky chodí na atletiku, a pak jsou nějaké žížalky, kde jsou jen pohybovky a pohybové hry.”*

R3: *“No, maximálně předškolní děti bych řekla, že určitě navštěvují - fotbal, balet a podobné aktivity. A ti nejmenší maximálně do těch kroužků, které nabízí školka.”*

R4: *“Zdá se mi, že ve většině možností si zvolí tu sportovní aktivitu. Chlapci tady chodí třeba u nás ve třídě hodně na fotbal. Zažila jsem, že i děti chodily na atletiku a potom holčičky mají hodně rády a vybírají si ty taneční aktivity, které se tady v Černilově nabízí.”*

R6: *“Ale zase si myslím, že docela dost tady z té třídy na pohybový kroužek možná chodí až půlka dětí bych tak tipovala. U kluků ten fotbal, něco takového, třeba hokej, a u holek nějaké tancování, to si myslím, že docela rodiče chtějí.”*

Pouze Respondetka č.5 naznačila, že děti navštěvující její mateřskou školu se ve svém volném čase žádným specializovaným zájmovým kroužkům nevěnují, opravdu pouze všeobecné pohybové přípravě pro nejmenší.

R5: *“Chodí taková ta sokolská cvičení, jako Cvičíme se sokolem nebo tak nějak, ale že by chodily na nějaký výleženě sportovní kroužek to ne. To v těch 4-5 letech tady nikdo takový nebyl.”*

Některé rodiče své děti přepínají a chtějí z nich vychovat vrcholové sportovce. V takovém případě je otázka, zda je nutné a přínosné, aby děti již v předškolním věku podstupovaly náročné tréninky a přípravy na daný sport. Na jednu stranu samozřejmě čím dřív si dítě návyky osvojí a seznámi se s jednotlivými dovednostmi, je to pro něj jen výhodou. Na stranu druhou dětské tělo by se mělo rozvíjet všeobecně všemi druhy

pohybu a nezatěžovat svaly a kosti pouze jedním typem. Také jsou tyto tréninky pro dítě fyzicky i psychicky náročné. Opět to může mít klady i zápory - jako klady hodnotím přípravu dítěte na pravidelný režim, spolehlivost a pracovitost, mezi zápory určitě řadím únavu, přetažení dětí a ztrátu typického charakteru dětství.

R6: *“Tyhle ty děti, záleží to spíš od rodičů než od dětí, kolik času jim věnují a kolik peněz jim věnují. Je tady dítě, které chodí ráno v 5 hodin na tréninky hokeje, pak chodí ještě odpoledne, takže to trošičku litujeme, ale asi je to potřeba, když z něj chtějí mít Jardu Jágra, žejo. Takže je zase takový extrém. Někdy vidíte, že ty rodiče to přepínají a že z něj cvičí něco, co oni chtěli, aby byl.”*

7. Existují nějaké pohybové a sportovní aktivity navíc, které mateřská škola nabízí (např. plavání, bruslení, ...)?

Mezi klasickou aktivitu navíc, kterou nabízí většina státních mateřských školek patří plavecký výcvik. Některé školky navíc nabízejí lyžařský výcvik a bruslení. Výjimečnými aktivitami jsou návštěva Tonga, hokejový výcvik, sportovní odpoledne či akce na jízdách kolech.

R1: *“U nás kroužky nemáme, jediné co, tak máme předplaveckou výchovu, což si myslím, že k tomu patří taky a že je to dobře. Pak jezdíme dvakrát ročně do Tonga v Hradci, protože já jsem z toho úplně nadšená. Já tomu říkám zábavný tělocvik, protože to, co tam ty děti dovedou za tu hodinu a půl nebo dvě, co tam jsme, já jenom koukám. Protože to Tonga opravdu simuluje přirozené pohybové aktivity, které byly dřív, kdy děti lezly po stromech a prolézaly ledasčím a honily se a skákaly a seskakovaly a tak jak to naprosto přirozeně dřív dělaly. Takhle by to mělo být minimálně jednou týdně, ne dvakrát do roka. Teda mít tuhle možnost, toho zábavného tělocviku, tak bych to fakt využila, ale i tak jsem za to vděčná, že ta možnost je.”*

R2: *“Navíc ještě máme jednou týdně bruslení a ještě začneme chodit plavat. Bruslení mají v režii trenéři. Oni to mají hokejisti v rámci náboru do přípravy do hokeje, ale sepsané je to jako sponzorský dar, nabídka pro školku. Není to vyloženo kroužek, protože pro předškoláky je to v podstatě povinné.”*

R3: *“Předškoláci a středňáci mají možnost jezdit na plavání, ale je to dobrovolné, od 3 let mají možnost účastnit se lyžařského výcviku, takže to jsou takové dvě specializace a jiná mě nenapadá.”*

R6: *“Tak nabízíme plavání, ale to máme jenom jarní kurz 10 lekcí. Letos pojedem i na týden na lyžařský výcvik, takže budeme místo odpoledních aktivit jezdit na sjezdovku a budou se učit lyžovat. Pak máme třeba školu v přírodě, to je také hodně pohybová akce, tam se hýbeme celý týden, furt a na čerstvém vzduchu. Pak ještě máme na podzim akci pro rodiče s dětmi “S Pohádkou na kole”, což si přivezou kola a s rodiči tady absolvují nějaké disciplíny, takže to je taky taková pohybová aktivita.”*

Oživením pro děti můžou být i různá sportovní odpoledne a netradiční aktivity.

R4: *“My jezdíme plavat s předškoláky. Lyžujeme už několikátý rok, od té doby, co jsme to začaly nabízet, možná, že už je to 7 let, tak se děti hlásí a tyto aktivity jsou opravdu hodně navštěvované. Ještě bych upřesnila, že máme různá sportovní odpoledne, že v rámci třídy uděláme třeba na konci roku nějakou letní olympiádu nebo když je třeba zimní olympiáda, tak reagujeme na to tak, že si také v mš uděláme zimní olympiádu a snažíme se děti motivovat sportem a žijeme tím v daném období, kdy něco aktuálního probíhá.”*

Jedinou výjimkou mezi všemi respondenty je soukromá sportovní školka Respondetky č.5, která se drží pouze pohybových aktivit v rámci své výuky.

R5: *“Máme hodně malé děti, ale když to řeknu úplně narovinu, tak nikdo z těch pedagogů si nelajskne to, aby s dětmi šel třeba do bazénu, protože když ty děti jsou takhle malé, aby se tam nedej Bože někdo utopil, takže plavání fakt ne. Co jsme měli děti starší, tak to bylo trošku něco jiného, tam se daly ty aktivity dělat tím způsobem, že teď se půjde hrát fotbal, teď liný tenis, teď se půjde dělat opičí dráha.”*

8. Jaký je Váš názor na to, co by předškolní dítě mělo zvládat z oblasti pohybových dovedností před nástupem do školy? Vidíte nějaký vývoj ve vnímání a přístupu dětí k pohybu a přístupu mateřských škol k rozvoji pohybových dovedností u předškolních dětí?

Poslední otázka výzkumných rozhovorů byla spíše názorová. Zajímal mě odlišný pohled různých generací pedagogů na to, jak se vyvinul vztah dítěte k pohybovým aktivitám a také, co si myslí, že by předškolní dítě mělo při zápisu do základní školy z oblasti pohybových dovedností ovládat.

Starší pedagožky s víceletými zkušenostmi ještě pamatují a do rozhovoru také zmínily základní osnovy, které dříve platily a bylo zde jasně dané, co by předškolní dítě mělo ovládat.

R4: “Dá se to určitě specifikovat, protože nám to zase říká RVP, ale já si ještě ze své praxe pamatuji, že byly přehledy výchovné práce, kde pro mě to možná bylo ještě lépe uchopitelné, protože tam bylo přímo to, co má dítě zvládat mezi 5. a 6. rokem. A tam to bylo velmi konkrétně vypsáno, a to mě třeba osobně v RVP chybí, kde tam nemá paní učitelka úplně konkrétní body nebo návod, co a jaké činnosti s dětmi v té dané věkové kategorii zrovna v tu danou chvíli dělat. Takže ten RVP nám to popisuje obecně, paní učitelky si to mohou z něj brát, ale to co konkrétně do té vzdělávací nabídky zařadí je pak zčásti na jejich kreativité. Dřívější program té výchovné práce, tam to bylo úplně jasně řečeno, že prostě dítě šestileté má umět poskoky po jedné noze, poskoky po druhé noze, poskoky snožmo, například kotoul a já to teď úplně nevím přesně, protože do té výchovné práce nenahlížím a už dlouho jsem do toho nenahlížela, ale bylo to tam konkrétně vypsáno. Teď my to děláme tak, abychom zařazovaly co nejvíce těchto variabilních činností a tak, aby děti byly obratné.

R6: “Dřív existovaly takové velké plány, kde bylo právě rozepsáno, co má zvládnout dítě tříleté, čtyřleté, to se teďka trochu ztratilo. Ale toho, když jsme se držely, tak jsme jako věděly, že žádnou oblast nepřeskočíme, teď už je to opravdu spíš na té učitelce, si tohle všechno hlídat a je to opravdu komplikované. Zase něco jiného dělá učitelka, která má k tomu cvičení nějaký vztah, a nějak jinak to dělá ta, která radši zpívá. Takže ono to je teďka hodně benevolentní.”

Ráda bych zmínila úryvky z rozhovorů, kde jsou přesně zmíněny jednotlivé prvky, cviky a dovednosti, které by měly předškolní děti dle dotazovaných pedagogů ovládat.

R1: “Základní koordinaci a základní zdravotní cviky, aby dokázaly zvládnout prostě když si představím takovou dětskou rozvíčku, tak by ji měly koordinačně zvládnout poměrně

přesnými pohyby. To, že se dokážou předklonit a nepokrčí kolena. To, že si sednou a vědí, kterou nohu zvednou a že ohnou špičku, že vnímají tělo jako jednotlivé části a že ho ovládají. To je poměrně na jednu stranu snadné, protože ty děti to zvládnou, na druhou stranu - pokud se to nedělá, tak to samozřejmě nezvládnou. A pak i běžná obratnost, kterou zvládají při těch dalších pohybových aktivitách, ať už tedy při cvičení s náčiním venku, ať už je to s míčem, protože třeba házet a chytat, pokud se to nedělá, tak to prostě ty děti nezvládnou. Já vím, že švihadlo je v podstatě přežilá záležitost, ale základní koordinace i to spojení pohyb - oko - reakce, to je úžasná věc. Takže takové v podstatě jednoduché a běžné věci, které dřív všechny děti dělaly, tak aby to byly schopny zvládat taky.”

R4: “Ono je to hrozně individuální. Některé děti jsou od přírody obrátnější, některé jsou míň obratné, ale co mohu říct je, že my si to ty děti jako naučíme. V průběhu těch dvou let, když k nám přijdou, tak jsou samozřejmě méně obratné, jsou více bojácné. Mladší děti jsou více bojácné, teď nemůžu mluvit za všechny obecně, některé jsou více některé jsou méně. A my se snažíme, aby v průběhu těch dvou let se vlastně učily nebát, učily se obratnosti a když odcházejí do základní školy, tak v tom předložském roce, tak všichni předškoláci vylezli na žebřiny, nikdo z nich se nebál výšek, už byli v této oblasti více obratní, uměli kotoul, váleli sudy a myslím si, že všichni splnili to, co třeba dříve říkal ten systém vzdělávací práce, ty cíle my plníme.”

R6: “Z pohybové oblasti určitě trošku správné držení těla, správné dýchání, snažíme se dodat třeba i nějakou rytmizaci, aby cítily ten rytmus. Posílení nějakých svalů, které potřebují k hýbání, je tam třeba i chování po schodech, střídání noh, to je problém, že jo. Základní cvičení na nějakém náčiní a náradí, ať je to třeba trampolína, ať je to kontrmelec. Takové ty základy od všeho, to si myslím, že tam bereme a možná do toho trošku i ta sebeobsluha o sebe se postarat a poznat, když řeknu na ramena, kam to patří a tak dále z toho těla. Takže to je asi hodně široká oblast, co všechno, no. Ono je to všechno propojené. Co podle mě hodně mizí, tak to, aby pustili děti ven za barák a ty si tam lítaly samy, to už prostě v současné době moc nejde.”

R7: “Tohle je krásně dané Play Wisely, které na to dělalo strašně moc studií, ne z hlediska předškolního, ale z hlediska vývojového, protože jsou dané nějaké vývojová stádia a třeba pokud se dítě něco nenaučí do 10 let věku, tak už se to nenaučí nikdy v životě a nebo se to bude učit velmi těžko. Takže to jsou právě ty týdny, které my neustále

opakujeme, a to je fyzická aktivita jako házení, kopání by mělo zvládat, mělo by zvládat stabilitu, balanc, nakloněnou rovinu, sílu, vlastní osu a chytání. Tohle by mělo zvládat při nástupu do školy. To je vlastně základ Play Wisely.”

Respondentka č.2 zmínila zkušenosti z jiných pracovišť. Na tomto rozdílu ukazuje, že tyto pohybové dovednosti, které by děti měly ovládat nebo ovládají se liší v každé mateřské škole. Záleží na přístupu pedagoga a na tom, zda jsou děti na pohybové aktivity zvyklé či nikoli.

R2: “Myslím si, že třeba naše školka opravdu cvičí hodně a dbá na to, ale co mohu porovnat ostatní pracoviště, tak ty děti na pohyb tolik zvyklé nejsou. Například při letním provozu je vždy otevřena jedna školka, která nabídne své služby všem dětem ze všech pracovišť a na těch pro mě cizích dětech je znát, že nejsou zvyklí na to, že se denně cvičí, natož kdybych jim zadala nějaký příkaz například “narovnej se” nebo “vyrovnat na čáru”, tak nebudou vědět. Ale záleží na přístupu učitelky, určitě. Jsou rozdíly určitě i v rámci naší mateřské školy a jednotlivých pracovišť.”

Důležitými faktory, které určují vztah dítěte k pohybovým aktivitám, jsou jednoznačně také rodiče, rodina obecně, prostředí, ve kterém vyrůstají, a také moderní technologie.

R4: “Je pravda, že děti teď mají méně možnost nebo méně si vybírají ty pohybové aktivity potom v tom domácím prostředí, protože chodí třeba méně ven a dávají radší přednost buď sledování televize nebo hře na talbetech nebo na počítači. To teda hodně evidujeme, že v ten volný čas, potom když si můžou vybrat, tak stráví třeba děti na technice ve větší míře než kdysi, kdy děti měly pro sebe tu nejlepší aktivitu nebo tu aktivitu, kterou si vybraly, nějaké hraní na hřišti nebo běhání po venku. V dnešní době dávají děti přednost právě pasivnímu trávení volného času a mnohdy si ten pohyb nevyberou v tom domácím prostředí.”

R5: “Záleží na rodičích, strašně důležité je vedení rodiny. Podle mě vůbec nejde o to - z 90% je rodina, z 10% je škola, školka. Když ty děti vidí doma, že tatínek s maminkou sportuje, chodí v zimě na běžky a v létě plavou, hrajou tenis nebo volejbal nebo berou je aktivně na ty sporty už v kočárku, tak potom budou chtít sport taky dělat, protože jim to bude připadat jako cool a super, že ty rodiče dělají něco navíc. Jakmile doma maminka bude sedět u televize a bude dítěte dávat iPad, tak si myslím, že to ovlivění toho dítěte je

bohužel ve školce minimální. Ono může být překvapné, že ho to třeba baví, ale pokud to rodič nerozvíjí dál, tak je to stejně takové jako k ničemu. To je můj názor obecně vůbec jako na všechno. Určitě to začíná v rodině, podpora rodičů.”

R7: “Technologie mají samozřejmě vliv. My teda ve školce vůbec nepoužíváme, to neexistuje, že bychom jim pouštěli. Jediné, kdy mají umožněnou televizi, tak to je na Helloween, kdy mají halloweenský víkend, tak tam mají halloweenský animáček, jinak to u nás nevidím. Ale jak říkám, jsou prostě pohodlné. Ale zase na druhou stranu musím říct, že když jim to podáte zábavnou formou, tak tam snad nemáme dítě, které by se tomu úplně bránilo.”

Respondetky č.6 a č.7 výstižně popsaly, jaký vidí rozdíl mezi dřívější a dnešní generací v přístupu k pohybu v mateřské škole

R6: “Já myslím, že pohyb asi milovaly děti vždycky, pohybové hry obzvlášť. Dřív se na cvičení převlékaly do cvičebních úborů, tak to si to nedovedu představit, to bychom se víc převlékaly než abychom cvičily. Ale dřív určitě děti líp poslouchaly, byly víc vycvičené, takže se s nima dalo provádět daleko víc. Dala se cvičit taková spartakiáda, když to tak řeknu. Ted' už je v tom taková volnost a děti s posloucháním mají obecně problém, takže o to je to trošičku horší. Ale řekla bych že změna je trošičku ve výdrži a vytrvalosti, protože dost jich jezdí do školky autem a nebo jsou z blízkého okolí, takže když jdeme trošičku někam dál na vycházku, tak už je to, že bolí nožičky a takové. Takže to si myslím, že tam ta vytrvalost trošku je rozdíl. Pak asi je potřeba větší motivace k tomu cvičení, protože když jim dáte vybrat, jestli si chtějí sednout k televizi nebo k tabletu, tak si podle mě dost dětí zvolí tohle. A pak bych řekla, že ještě ty děti ztrácí trošku představivost hrát si na něco a taky čekají, že je budeme my dospělí bavit a my jim to vymyslíme, dřív si to děti vymýšlely samy, ted' je výjimka když vidím dítě, že si něco vymyslí a na tohle si budeme hrát. Jako děje se to, ale je to už jenom v ojedinělejších případech, stačilo jim k tomu míň, stačily jim k tomu klacíky, kamínky, ted' už potřebují něco, co bliká a dělá rámus. Takže to jsme se posunuli jinam a ta generace s v tomhle změnila.

R7: “Určitě, jsou pohodlnější. My to pocítujeme dost, protože jak říkám, přítel je profi hokejista od 4 let, takže 100%. byla jiná disciplína, to hlavně. To je asi nejhorší, že dřív prostě byl trenér, byl učitel a to byli jako bozi, když to tak řeknu. Dneska trenér a učitel,

nechci říct, že nejsou nikdo, ale nejsou víc než rodiče. To by tak samozřejmě být mělo, ale nemají ani žádnou pravomoc nad dětmi. Dřív to bylo tak, že se prostě poslouchalo trenéra, byla úplně jiná disciplína. Dneska se víc hledí na tu pohodlnost dětí a že tohle nemůžou a tak. Děti byly více otužilé, dneska jsou stále nemocné, takže nejde na plavání jenom proto, že smrká, když to tak řeknu. Co vím od přítele, tak dříve neustále chodily a nebylo žádné přejíždění autobusem v zimě, v lednových měsících třeba.”

Závěr

Cílem této práce byl popis situace v konkrétních mateřských školách z hlediska rozvoje pohybových dovedností u dětí. Zajímalo mě, zda jsou v průběhu celoročního vzdělávání naplněny všechny cíle školních vzdělávacích programů, a také rozdílné přístupy k rozvoji pohybových dovedností v rozdílných školách.

Z uvedené literatury jsem nashromáždila informace týkající se všeobecných pohybových dovedností i filosofického, historického a antropologického pohledu na rozvoj vzdělávacích institucí nejen pro předškolní děti.

Popis situace v konkrétních mateřských školách a rozdílné přístupy k rozvoji pohybových dovedností jsou popsány v kapitole *Hlubkové rozhovory* na základě dělení dle předem daných výzkumných otázek. Dle nahrávaných rozhovorů jsem byla schopna sestavit a představit si názorný obraz klasického dne v mateřské škole. Konkretizované cíle v oblasti *Dítě a jeho tělo* se pedagogům plní nejlépe ze všech oblastí Rámcového vzdělávacího programu. Přispívá k tomu fakt, že jsou nejlépe uchopitelné a také to, že děti mají pohyb rády a pohybové aktivity vyhledávají.

Dle rozboru dokumentů a jednotlivých rozhovorů bych pomyslně rozdělila mateřské školy na státní a soukromé dětské skupiny. Vzhledem k tomu, že státní školy, ať už jsou zapojené do nějakého projektu či nikoli, jsou státem kontrolovány, zda dodržují daná pravidla, konkrétně Rámcový vzdělávací program, nejsou zde téměř žádné možnosti pro odlišnosti a rozdíly. Ty se právě objevují spíše u škol, které jsou nad rámec svých povinností zapojeny do jednotlivých specializovaných projektů. Vzhledem k tomu, že jsem se v rozhovorech setkala se vzpomínkou na dřívější osnovy a jasně dané výchovné a vzdělávací programy, které platily, vidím v tom klady i zápory. Přeci jen

dnešní Rámcový vzdělávací program je utvořen tak, že každá mateřská škola i každý pedagog má určitou svobodu a volnou ruku, jak jednotlivé oblasti, konkretizované cíle a výstupy pojmout. To je výhodou pro kreativní a originální zpracování přípravy na jednotlivé hodiny, avšak velkou nevýhodu naopak vidím v tom, že nejsou jasně definované prvky a výstupy pro předškolní děti. Nesetkala jsem se ve výzkumu sice přímo s takovou mateřskou školou, ale respondentky ze své praxe uváděly, že se setkaly s přístupem, kdy nebyl na rozvoj pohybových dovedností kladen takový důraz a byl pojmán spíše volně a pouze spontánní dětskou pohybovou aktivitou. Taková aktivita však nerozvíjí správně pohybový aparát dětí a také nevytváří spoustu důležitých skutečností, které jsou do budoucna žádoucí, aby si je děti osvojily. Soukromé mateřské školy a dětské skupiny, které jsem zkoumala, měly vždy jasně dané zaměření či program, podle kterého výchovu a vzdělávání řídí. Mají tedy většinou své zaměření a celkově vzdělávací program jasně daný již na začátku svého působení a není tedy potřeba velkých změn.

Ve všech mateřských školách, které se výzkumu zúčastnily, jsou konkretizované cíle a výstupy pohybových dovedností předškolních dětí téměř totožné. Všechny školky se snaží o všeobecnou pohybovou přípravu dětí. Veškerá sportovní a pohybová aktivita připraví dítě jak po tělesné tak po sociální a psychické stránce na nástup do základní školy. Jako pozitivní hodnotím přístup, kdy je do výuky minimálně jednou týdně zařazena větší pohybová chvílka pojmána jako klasická tělesná výchova. Jsem toho názoru, že taková hodina je pro rozvoj pohybových dovedností pro děti důležitá z hlediska správnosti provedení prvků a nastavení režimu. Organizovaná i spontánní pohybová činnost je pro dítě zábavou, rozšířením zkušeností, vybitím energie, poučením, rozvojem pohybových dovedností i sociálních vlastností jako jsou spolupráce, solidarita či schopnost nést výhru a prohru.

Jako velmi pozitivní také hodnotím fakt, že na většině mateřských škol mají zkušenosti s tím, že děti i v takto nízkém věku navštěvují pohybové zájmové kroužky i ve svém volném čase. Zároveň však také pociťují vliv moderních technologií na děti. Opět se respondentky shodují v názoru, že pokud má v dnešní době dítě na výběr, častěji zvolí pohodlnější variantu trávení volného času například sledováním televize nebo tabletu. Proto si myslím, že zájmové kroužky jsou čím dál tím důležitější. Pokud si dítě vytvoří vazbu a vztah k nějakému sportu a zájmu již v takto útlém věku, věřím, že je

velká šance, že u pohybu ať už jen rekreačně či vrcholově vydrží do budoucna a obecně si vytvoří návyk ke zdravému stylu života. Každá generace se od té předchozí liší a dle zkušeností především starších respondentek s delší praxí jsou děti čím dál tím méně disciplinované, poslušné, otužilé a kreativní.

Výzkum hodnotím pro sebe jako přínosný a jsem ráda, že jsem se seznámila se situací v mateřských školách i když jen v menším rozsahu. Vzhledem k tomu, že se ve svém volném čase věnuji trénování a vedení zájmového kroužky, určitě poznatky z této práce využiji do své praxe.

Použitá literatura

2. ČELIKOVSKÝ, Stanislav. *Antropomotorika. Teorie tělesných cvičení*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1977.
3. ČORNEJOVÁ, Ivana a kol. *Velké dějiny zemí Koruny české VIII: 1618-1683*. Praha: Paseka, 2008.
4. DOBRÝ L., SVATOŇ V., ŠAFAŘÍKOVÁ J., MARVANOVÁ Z. *Analýza didaktické interakce v tělesné výchově*. Praha. Karolinum, 1996.
5. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy*. Praha, Karolinum. Nakladatelství Univerzity Karlovy, 2000.
6. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *K některým problémům tělesné výchovy a současné mateřské školy*. Praha, Karolinum. Nakladatelství Univerzity Karlovy, 1998.
7. *Encyklopedie tělesné kultury*. 1. vydání. Praha: Olympia, 1988.
8. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha. Portál, 2016.
9. HODAŇ, Bohuslav. *Sociokulturní kinantropologie. Úvod do problematiky*. Brno: Masarykova univerzita, 2006.
10. HODAŇ, Bohuslav. *Sociokulturní kinantropologie II. Systémové pojetí tělesné kultury*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007.
11. JEŘÁBEK, Hynek. *Úvod do sociologického výzkumu*. Praha: Karolinum, 1993.
12. KOCH Jaroslav, MATĚJČEK Zdeněk. *Psychologie a pedagogika dítěte*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1960.
13. KOŤÁTKOVÁ, S. *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada Publishing, 2008.

14. LISÁ Lidka, KŇOURKOVÁ Marie. *Vývoj dítěte a jeho úskalí*. Praha: AVICENUM, 1986.
15. MATĚJČEK, Zdeněk. *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1992.
16. MĚKOTA Karel, CUBEREK Roman. *Pohybové dovednosti, činnosti a výkony*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2007.
17. MĚKOTA Karel, NOVOSAD Jiří. *Motorické schopnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2005.
18. OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. Praha: Grada Publishing, 2016.
19. PARUSNIKOVÁ, Zuzana. *Biomoc a kult zdraví*. Sociologický časopis, 2000.
20. POPPR, Martin. *Biomoc a autonomismus*. Praha, 2012. Bakalářská práce (Bc.) Filozofická fakulta Univerzity Karlovy, Ústav filosofie a religionistiky. 2012-09-12
21. REICHEL, J. *Kapitorly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada, 2009.
22. STRAUSS, Anselm, CORBINOVÁ Juliet. *Základy kvalitativního výzkumu: Postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert, 1999.
23. SURYNEK, Alois, KOMÁRKOVÁ Růžena a KAŠPAROVÁ Eva. *Základy sociologického výzkumu*. Praha: Management Press, 2001.
24. ZIMMERMANN, K., SCHNABEL, G. & BLUME, D. *Koordinative Fähigkeiten*. Kassel: Universität Kassel, 2002.

Elektronické zdroje

www.msmt.cz Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání, 2018, cit. 2019-09-13

https://cs.wikipedia.org/wiki/Mate%C5%99sk%C3%A1_kola Mateřská škola (online), cit. 2019-11-16

http://old.projekty.ujep.cz/combiteachers/wp-content/uploads/2013/04/Slegl_dejiny-vych-deti-predskol-veku.pdf Dějiny výchovy dětí předškolního věku (online), Phdr. Jiří ŠLÉGL, Ph.D., cit. 2019-11-18

https://is.muni.cz/el/fss/podzim2004/SOC705/um/03_lekce_Durkheim.pdf Sociologie Émile Durkheima, 2014, cit. 2019-12-20

<https://lvicata.org> Dětská skupina Lvíčata, Hradec Králové, cit. 2019-11-12

<https://www.sporticihk.cz> Sportovní školička Sportíci Hradec Králové, cit. 2019-11-12

<https://www.playwisely.cz/o-nas-2/> PlayWisely, cit. 2019-11-12

Přílohy

1. Informovaný souhlas s rozhovorem

Byla jste požádána o rozhovor za účelem získání dat a informací pro kvalitativní výzkum k bakalářské práci studentky Petry Smolové. Výzkum probíhá v rámci bakalářského studia na Fakultě humanitních studií Univerzity v Praze. Název práce je „Rozvoj pohybových dovedností u předškolních dětí“. Tato práce se zaměřuje na výzkum týkající se práce s dětmi v mateřské škole z hlediska rozvoje pohybových dovedností. Důležitou součástí je analýza dokumentů - Rámcového vzdělávacího programu a Školního vzdělávacího programu konkrétní mateřské školy.

Vaše spolupráce na projektu je dobrovolná. Účast na projektu spočívá v nahrávaném rozhovoru, který potrvá přibližně 1 hodinu. Důraz je kladen na:

- . (1) Anonymitu dotazovaných – v přepisech rozhovorů budou odstraněny identifikující údaje.
- . (2) Jako dotazovaný máte právo kdykoli odstoupit od výzkumné aktivity, a to i v průběhu rozhovoru.

V bakalářské práci nebude zveřejněna Vaše osobní identita, pouze identita instituce (mateřské školy).

Děkuji za pozornost věnovanou těmto informacím a žádám Vás tímto o poskytnutí souhlasu s Vaší účastí ve výzkumu. Svým podpisem zde souhlasíte se svou účastí na tomto projektu.

Jméno dotazované/ho, podpis:

Jméno řešitelky projektu, podpis:

V Hradci Králové dne

2. 7 návyků šťastných dětí

