

Rozvoj dovedností dětí předškolního věku prostřednictvím hudebně pohybových činností

Adéla Línková

Bakalářská práce
2025



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav školní pedagogiky

Akademický rok: 2024/2025

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení:	Adéla Linková
Osobní číslo:	H22899
Studijní program:	B0112P300001 Učitelství pro mateřské školy
Forma studia:	Kombinovaná
Téma práce:	Rozvoj dovedností dětí předškolního věku prostřednictvím hudebně pohybových činností

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury o hudebních činnostech v předškolním vzdělávání.

Vymezení terminologie a teoretických východisek zaměřených na hudebně pohybové činnosti v mateřské škole.

Zpracování sady hudebních aktivit pro rozvoj dovedností dětí předškolního věku se zaměřením na hudebně pohybové činnosti.

Realizace a ověření sady aktivit ve vybrané mateřské škole.

Evaluační sady aktivit, zpracování závěrů a doporučení pro praxi mateřských škol.

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam doporučené literatury:

- Burkovičová, R., Kropáčková, J., Šilhánová, K., & Štěpánková, L. (2019). *Didaktika mateřské školy*. Wolters Kluwer.
- Dvořáková, H. (2006). *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Raabe.
- Kołodziejewski, M., Králová, E., & Hudáková, J. (2014). MUSIC AND MOVEMENT ACTIVITIES AND THEIR IMPACT ON MUSICALITY AND HEALTHY DEVELOPMENT OF A CHILD. *Journal of education review*, 7(4), 660–669. https://www.researchgate.net/publication/285770946_MUSIC_AND_MOVEMENT_ACTIVITIES_AND_THEIR_IMPACT_ON_MUSICALITY_AND_HEALTHY_DEVELOPMENT_OF_A_CHILD
- Kubecová, M., Pehelová, M., Růžicková, V., & Váňová, H. (2017). *Rozvíjíme hudební dovednosti dětí*. Raabe.
- Lišková, M. (2012). *Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání*. Raabe.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. Libuše Jelénková, Ph.D.**
Ústav školní pedagogiky

Datum zadání bakalářské práce: **8. ledna 2025**
Termín odevzdání bakalářské práce: **2. května 2025**

L.S.

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan

doc. PhDr. Mgr. Marcela Janíková, Ph.D.
ředitelka ústavu

Ve Zlíně dne 8. ledna 2025

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb., v platném znění bez ohledu na výsledek obhajoby;
- bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému a bude dostupná k nahlédnutí;
- jedno vyhotovení bakalářské práce v listinné podobě bude ponecháno Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně k uložení;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- podle § 60 odst. 1 autorského zákona má Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci – nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá; neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji, že

- jsem na bakalářské práci pracoval(a) samostatně a použitou literaturu jsem řádně citoval(a); v případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor;
- odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou obsahově totožné.

Ve Zlíně, dne

.....
podpis autora

ABSTRAKT

Tato teoreticko-aplikační bakalářská práce se zabývá rozvojem dovedností dětí předškolního věku prostřednictvím hudebně pohybových činností.

Teorie se zaměřuje na hudební činnosti v předškolním vzdělávání a jejich klasifikaci. Dále detailněji přibližuje hudebně pohybové činnosti s ukotvením v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání (RVP PV), rozvoji konkrétních dovedností spojených s tancem, pohybem, metodami, technikami a pohledem na rozvoj dětí předškolního věku prostřednictvím hudebních činností v zahraničí.

Praktickou část tvoří sada 15 hudebně pohybových aktivit, které jsem ověřila realizací ve dvou třídách mateřské školy s dětmi ve věku od 3 do 5 let a od 5 do 6 let ve dvou úrovních složitosti. Z vlastní reflexe a reflexí od třídních učitelek, které byly přítomny u mé realizace, jsem dále zpracovala evaluaci, a následné doporučení pro praxi. Z mého zjištění plyne, že zařazení hudebně pohybových aktivit do běžné výuky v mateřské škole děti všestranně obohacuje, a proto by měly být hudebně pohybové aktivity častěji realizovány v prostředí mateřských škol.

Klíčová slova: předškolní věk, hudební činnosti, hudebně pohybové činnosti, rytmizace, koordinace pohybů, dovednosti

ABSTRACT

Theoretical-applied bachelor's thesis deals with the development of skills of preschool children through musical and physical activities.

The theory focuses on musical activities in preschool education and their classification. It also provides a more detailed overview of musical and physical activities and their anchoring in the Framework Educational Program for Preschool Education, the development of specific skills associated with dance, movement, methods, techniques and a view of the development of preschool children through musical activities abroad.

The practical part consists of a set of 15 musical and physical activities, which I verified by implementing in two classes with children aged 3 to 5 years and 5 to 6 years at two levels of complexity. From my own reflection and reflections from class teachers who were

present at my implementation, I further processed the evaluation and subsequent recommendations for practice. My findings show that including musical and physical activities in regular kindergarten teaching enriches children in many ways, and therefore musical and physical activities should be implemented more often in kindergarten environments.

Keywords: preschool age, musical activities, musical movement activities, rhythmization, coordination of movements, skills

Mé poděkování patří paní Mgr. Libuši Jelénkové, Ph.D. za odborné vedení mé bakalářské práce, za cenné rady, ochotu a vstřícnost. A také mé babičce a dědečkovi, kteří mi byli tou největší oporou při studiu a nepostradatelnou pomocí s péčí o děti.

OBSAH

ÚVOD.....	13
I TEORETICKÁ ČÁST	14
1 HUDEBNÍ ČINNOSTI V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ.....	15
1.1 PĚVECKÉ ČINNOSTI.....	16
1.2 INSTRUMENTÁLNÍ ČINNOSTI	17
1.3 POSLECHOVÉ ČINNOSTI	17
1.4 HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI.....	18
2 HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI V MATEŘSKÉ ŠKOLE	19
2.1 POHYB A POHYBOVÉ ČINNOSTI	19
2.2 TANEC A TANEČNÍ ČINNOSTI.....	20
2.3 RÁMCOVÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM PRO PŘEDŠKOLNÍ VZDĚLÁVÁNÍ A HUDEBNÍ ČINNOSTI	20
3 MOŽNOSTI ROZVÍJENÍ DOVEDNOSTÍ DĚTÍ PROSTŘEDNICTVÍM HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ	24
4 POHLED NA ROZVOJ DĚTÍ PROSTŘEDNICTVÍM HUDEBNÍMI ČINNOSTMI V ZAHRANIČÍ	27
II PRAKTICKÁ ČÁST	29
5 ROZVÍJENÍ DOVEDNOSTÍ DĚTÍ PV PROSTŘEDNICTVÍM HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ	30
5.1 CÍLE APLIKACE.....	30
5.2 ČASOVÝ HARMONOGRAM.....	31
5.3 SUBJEKTY REALIZACE	31
5.4 OBSAH SADY AKTIVIT.....	32
5.5 REALIZACE SADY AKTIVIT.....	35
5.5.1 Aktivita 1 – Bude zima.....	35
5.5.2 Aktivita 2 – Hra na tělo	36
5.5.3 Aktivita 3 – Sochy.....	37
5.5.4 Aktivita 4 – Předvádění zvířat.....	38
5.5.5 Aktivita 5 – Piano, forte	38
5.5.6 Aktivita 6 – Emoce.....	39
5.5.7 Aktivita 7 – Hlava, ramena, kolena, palce	40
5.5.8 Aktivita 8 – Ztratila jsem fěrtůšek.....	40
5.5.9 Aktivita 9 - Schovej se do domečku.....	41
5.5.10 Aktivita 10 - Skákal pes	42
5.5.11 Aktivita 11 - Vítání jara	43
5.5.12 Aktivita 12 - Na tý louce zelený.....	43
5.5.13 Aktivita 13 - Komáři se ženili	44
5.5.14 Aktivita 14 - Eliška	45
5.5.15 Já mám koně.....	45

6	EVALUACE.....	47
6.1	SEBEREFLEXE	47
6.1.1	Aktivita 1 – Bude zima, bude mráz	47
6.1.2	Aktivita 2 – Hra na tělo	48
6.1.3	Aktivita 3 – Sochy	49
6.1.4	Aktivita 4 – Předvádění zvířat	49
6.1.5	Aktivita 5 – Piano, forte	50
6.1.6	Aktivita 6 – Emoce	51
6.1.7	Aktivita 7 – Hlava, ramena, kolena, palce	51
6.1.8	Aktivita 8 – Ztratila jsem fěrtůšek	52
6.1.9	Aktivita 9 – Schovej se do domečku	53
6.1.10	Aktivita 10 – Skákal pes	53
6.1.11	Aktivita 11 – Vítání jara	54
6.1.12	Aktivita 12 – Na tý louce zelený	54
6.1.13	Aktivita 13 – Komáři se ženili	55
6.1.14	Aktivita 14 – Eliška	55
6.1.15	Aktivita 15 – Já mám koně	56
6.2	REFLEXE TŘÍDNÍCH UČITELEK	57
6.2.1	Aktivita 1 – Bude zima, bude mráz	57
6.2.2	Aktivita 2 – Hra na tělo	57
6.2.3	Aktivita 3 – Sochy	58
6.2.4	Aktivita 4 – Předvádění zvířat	58
6.2.5	Aktivita 5 – Piano forte	59
6.2.6	Aktivita 6 – Emoce	60
6.2.7	Aktivita 7 – Hlava, ramena, kolena, palce	60
6.2.8	Aktivita 8 – Ztratila jsem fěrtůšek	61
6.2.9	Aktivita 9 – Schovej se do domečku	61
6.2.10	Aktivita 10 – Skákal pes	61
6.2.11	Aktivita 11 – Vítání jara	62
6.2.12	Aktivita 12 – Na tý louce zelený	62
6.2.13	Aktivita 13 – Komáři se ženili	62
6.2.14	Aktivita 14 – Eliška	63
6.2.15	Aktivita 15 – Já mám koně	63
6.3	POROVNÁNÍ REFLEXÍ	64
6.4	DOPORUČENÍ PRO PRAXI	67
	ZÁVĚR.....	69
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	71
	SEZNAM TABULEK	73

ÚVOD

Tato závěrečná bakalářská práce se zaměřuje na rozvoj dětí předškolního věku prostřednictvím hudebně pohybových činností. Práce je aplikačního charakteru, kde jsem vytvořila sadu 15 hudebně pohybových aktivit pro mateřskou školu. Nejprve jsem se zaměřila na teoretickou část, kde jsem uvedla klasické dělení hudebních činností – pěvecké, instrumentální, poslechové a hudebně pohybové. Hudebně pohybové jsem následně rozpracovala detailněji, hlavně jsem se zaměřila na pohyb, tanec a na pojetí hudebně pohybových činností v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání (RVP PV).

V praktické části jsem vytvořila sadu 15 hudebně pohybových aktivit, které jsou zaměřené na rozvoj dovedností dětí v oblastech, které jsem předem stanovila. Každá z aktivit byla realizovaná ve dvou odlišně seskupených třídách v mateřské škole a ve dvou úrovních složitosti. Z každé aktivity jsem sestavila vlastní reflexi a reflexe mé činnosti mi také poskytly učitelky přítomné u výstupů. Z těch jsem dále vytvořila evaluaci, ze které jsem vycházela při doporučení pro praxi.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 HUDEBNÍ ČINNOSTI V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ

Hudba je všude kolem nás a ovlivňuje nás již od útlého dětství – od narození, možná i dříve, neboť dítě je schopné vnímat zvuky kolem sebe již v prenatálním období a může na ně reagovat. Nejedná se jenom o druh umění, kdy se seskupují tóny s určitou výškou, silou, délkou a barvou, ale je to i vyjádření našeho vnímání, emocí, prožívání a myšlení. Každý z nás se rodí jako muzikálně nadaný s určitými vlohami hudebního citu, které je dané dědičně, ale může být i získané (Šupová, 2023).

Nejdůležitějším obdobím, ve kterém se hudebnost dětí formuje a vyvíjí je právě předškolní věk. Je to dáno fyziologickým zráním, kdy se zlepšuje sluch, koordinace těla a hlasivky se stávají silnější a pevnější.

Hudbu lze prožívat aktivně – kdy my sami hudbu tvoříme nebo se alespoň nějakým způsobem do ní zapojujeme – pobrukování, tanec, hra na hudební nástroj nebo třeba zpěv. K pasivnímu (receptivnímu) vnímání hudby řadíme činnosti jako poslech hudby, zpěv, nebo sledování spojení hudby a pohybu (například taneční představení) (Kubecová, Pehelová, Růžicková & Váňová, 2017).

Prostřednictvím hudebních činností si děti osvojují mnoho dovedností. Jedná se o emocionální, estetický a melodický řečový projev. Rozeznají zpěv od mluveného slova a tím si osvojují předpoklady pro svou vlastní hudební tvorbu a hudební schopnosti.

Hudební schopnosti lze dále vymezit jako hudebně-sluchové a sluchově-motorické schopnosti, tonální cítění, emocionální reakci na hudbu, hudební paměť a hudební představivost (Kodejška, 2002).

Citlivost pro vnímání dynamičnosti v hudbě se rozvíjí pomocí sluchových her (poslech slabých a silných zvuků, kdy děti rozeznávají forte a piano -> fortissimo a pianissimo), citlivost pro barvu tónu prostřednictvím lidské řeči, kdy nejdříve rozeznává hlasy lidí kolem sebe (nejdříve matky). Citlivost dále rozvíjíme imitací zvuků, poznáváním hudebních nástrojů podle toho, jak zní a citlivost pro výšku, která je příčinou hudebního zaostávání dítěte. Dítě totiž není schopné ve dvou letech rozlišit, který z tónů je vyšší a který nižší, pokud ho slyší v blízko vzdálených tónech (Šupová, 2023).

Hlavním cílem hudební výchovy v prostředí mateřské školy je rozvíjet pozitivní vztah k hudbě a podporovat jejich schopnost vyjadřovat emoce a prožitky prostřednictvím hudby. Je důležité, aby se přihlíželo k individuálním schopnostem dětí, jejich preferencím,

což zahrnuje míru jejich hudebního nadání či naopak případný ostych při zpěvu nebo jiném hudebním projevu (Koťátková & Průcha, 2013).

V předškolním období se rozvíjí mnoho oblastí. Jedná se o motoriku (jemnou i hrubou), kognitivní schopnosti, sociální dovednosti, emoční vývoj, vývoj řeči, jazyka, kreativity. Hudbu lze vnímat jako prostředek, který tento vývoj podporuje, a to díky své komplexnosti a přirozenosti (Krejčířová & Langmeier, 2006).

1.1 Pěvecké činnosti

Zpěv je pro děti přirozený způsob vyjadřování emocí, myšlenek a pomáhá rozvíjet jejich kognitivní a motorické schopnosti. Má také příznivý vliv na rozvoj jazykových dovedností, protože podporuje rozpoznávání a reprodukci zvuků, slabik a slov. Zpěv také pomáhá dětem rozvíjet smysl pro rytmus a intonaci (Raková, Štíplová & Tichá, 2009).

Klíčovým aspektem při pěveckých činnostech je radost, která z této činnosti plyne, děti musí cítit, že je to příjemná aktivita a nejlepší je zpěv kombinovat s jinými činnostmi, například s pohybem (hra na tělo, tanec).

Při výběru písně pro děti předškolního věku je důležité zohlednit několik faktorů. Zvažujeme, zda jde o melodicky jednoduchou píseň, text by měl být krátký, s opakujeícími se verši, aby došlo ke snadnému zapamatování. Rytmus by měl být jasný, přehledný a tempo přiměřené jejich schopnostem. Tematicky bychom měli volit písně, které jsou blízké jejich každodennímu životu – k přírodě, zvířatům a rodině. Ke každé písni by měla být nabízena možnost pohybového doprovodu, který podporuje celkový rozvoj dítěte (Lišková, 2006).

Zpěv je také vnímán jako určitý druh komunikace, která ale nevyžaduje složité jazykové dovednosti. V kolektivu podporuje týmovou spolupráci a rozvíjení sociálních dovedností. Pedagogové (i rodiče) by měli vytvářet pro děti prostředí, kde dochází k časté interakci s hudbou (Raková, Štíplová & Tichá, 2009).

Než začneme zpívat, nutností je znát základní principy pro čistý zpěv, kterého docílíme díky správnému dýchání, postojce a držení těla. Dýcháme do bránice, kdy má hlas dostatečnou oporu, a to mu umožňuje zpívat s rovnoměrnou intenzitou a stabilním tónem. Tělo je uvolněné, zvýšenou pozornost bychom měli věnovat oblasti krku a ramen, kde může docházet ke křečovitému držení a následně hlas nemůže být plně využit a zpěv není čistý. Zpěvák by měl stát rovně, s mírně rozkročenýma nohama, kvůli pevnému základu.

Hlava je v přirozené pozici, kdy je otevřený hrudník, a to usnadňuje volný a čistý zpěv – hlasivky poté mají dostatek prostoru k vibraci. Je dobré si uvědomit, že zvuk vychází z hrudi a břicha, nikoliv z krku.

Před samotným zpěvem je klíčovým krokem rozezpívání, což připraví dětský hlas na výkon. Využíváme jednoduché písničky nebo cvičení na zahřátí hlasu a hlasové hry. Děti mohou zpívat různé tóny, slabiky, melodie, které stimulují rozvoj hlasového aparátu. Mezi takové cvičení patří například zpívání dlouhého otevřeného tónu v přirozené a stabilní poloze dětského hlasu, je doporučen rozsah stupnice C dur, poté můžeme zařadit zpívání tercií, například C–E/ D–F, poté rozšiřujeme vzdálenost mezi dvěma tóny na kvartu, například C–F/ D–G. Tempo poté můžeme zrychlovat (Šimanovský & Tichá, 1999).

1.2 Instrumentální činnosti

Tyto činnosti podporují hudební rozvoj, ale také zlepšují motoriku, koordinaci, sluchovou pozornost a soustředění. Hra na hudební nástroje je způsob, jak seznámit děti s hudbou prostřednictvím vlastní zkušenosti. Děti jsou schopné hudbu sami vytvářet, což podporuje jejich kreativitu, představivost a schopnost se vyjádřit. Při výběru hudebních nástrojů volíme takové, které jsou lehce ovladatelné a bezpečné, například tamburína, caracas, xylofon, různé druhy bubnů (například bongo) atp. Instrumentální činnosti jsou příležitostí k rozvoji nejen hudebních dovedností, ale také kognitivních a sociálních, jako je schopnost se soustředit, spolupracovat s ostatními a zlepšit své sluchové vnímání (Lišková, 2006).

Autorka Eva Jenčková zdůrazňuje význam rytmických cvičení, která pomáhají dětem rozumět rytmické struktuře hudby. Za pomoci jednoduchých nástrojů (například tamburína) děti mohou cvičit základní rytmy, jako je puls nebo dvojitý úder. Tato cvičení jsou dále v interakci s počítáním – matematikou. Děti například počítají rytmus – jedna, dva, tři, čtyři, a to jim pomáhá v porozumění číselných a rytmických vzorců. Každou dobu mohou poté doprovázet jiným hudebním nástrojem a tím mohou rozlišit různé takty (Jenčková, 2018).

1.3 Poslechové činnosti

U těchto činností se klade důraz na sluchové vnímání, které je základem pro hudební porozumění a pozdější rozvoj hudebních dovedností. Tyto činnosti nejen že pomáhají dětem zvuky rozlišovat, ale také podněcují schopnost se soustředit a vytvářet pozitivní vztah k hudbě.

Aktivní poslech je nezbytný pro rozvoj hudebního sluchu, základem pro zpěv, hru na nástroj a tvorbu hudby. Poslechové činnosti by měly zahrnovat širokou škálu stylů a žánrů od lidových písní, přes klasickou hudbu až po moderní. Poskytujeme dětem příležitosti k poslechu různých nástrojů, skladeb a rytmů, ale zároveň přihlížíme k výběru skladeb, které odpovídají věku dětí. Děti jsou vedeny k pozornému a soustředěnému poslechu, kdy rozlišují různé detaily, například změny v tempu, dynamice (tiché a hlasité tóny) a rytmu. Zezula navrhuje, aby děti poslouchaly hudbu s konkrétním zadáním – jaké hudební nástroje slyšíš? Opět je doporučeno propojit tyto činnosti s pohybem, kdy mohou děti volně improvizovat prostřednictvím svého těla (Zezula, 1990).

Oproti Zezulovi, který klade velký důraz na techniku sluchového vnímání a jeho přístup je více zaměřen na didaktiku a rozvoj hudebních a analytických schopností se Lišková více zaměřuje na emocionální prožitek z hudby a její propojení s jinými uměleckými formami, například s výtvarnými a literárními činnostmi a má širší zaměření na kulturní výchovu dětí. Vybírá skladby z různých historických období, čímž děti seznamuje s hudebními tradicemi (Lišková, 2006).

V zahraničí uvádí autoři, že jsou poslechové činnosti často přehlížené a vnímané jako nepodstatné, ale při nedostatečném zařazování poslechových činností do každodenního života dětí, můžeme bránit jejich celkovému rozvoji, protože bez náležité pozornosti k těmto činnostem není reálné očekávat pokrok v jiných oblastech, jako jsou třeba jazykové dovednosti (porozumění a interpretace zvuku při mluvení/konverzaci, což jsou předpoklady pro čtení a psaní). Naslouchání začíná již v prenatálním období, někdy kolem sedmého měsíce těhotenství, dále se rozvíjí v rodinném prostředí, později i ve vzdělávacích institucích (Damar, 2023).

1.4 Hudebně pohybové činnosti

Poslední kategorie hudebních činností jsou hudebně pohybové činnosti, které jsou pro moji práci stěžejní, a proto ji více rozvádím v následující kapitole.

2 HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI V MATEŘSKÉ ŠKOLE

V této kapitole se zabývám hudebně pohybovými činnostmi, co vše prostřednictvím nich můžeme rozvíjet a jejich ukotvením v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání (RVP PV).

Jedná se o činnosti, které vzájemně propojují hudbu a pohyb. Pohyb je vnímán jako reakce na hudbu. Pohyb postupně získává estetiku, kvalitu i ladnost (Šupová, 2023).

Už u těch nejmenších dětí se pohyb spojuje s říkadly (Meleme, melemu kávu, pro dědka a bábu, jedno zrnko pryč, ...).

Prostřednictvím hudby a pohybu lze podporovat správné držení těla, zlepšují také motoriku a koordinaci pohybu, rozvíjí smysl pro rytmus a dále také mohou rozvíjet estetické vnímání, kreativitu nebo třeba posilovat sebevědomí.

Hudebně pohybové činnosti zahrnují tyto aktivity:

- Cviky pro držení těla a jeho uvolnění
- Pohybové hry
- Chůzi, běh, poskoky
- Hry zaměřené na práci s tělem
- Improvizace pohybu
- Tanec a hry s pohybovými prvky
- Dětské hry inspirované hudbou
- Pohybové ztvárnění písní (Lišková, 2006).

2.1 Pohyb a pohybové činnosti

Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání jsou stěžejní oblastí rozvoje dítěte. Zahrnují různé aktivity, které umožňují dětem objevovat a zlepšovat jejich pohybové dovednosti, koordinaci a motoriku (jemnou i hrubou).

Pravidelný pohyb přispívá k fyzické zdatnosti, posilování imunity a prevenci obezity. Zároveň také učí děti orientaci v prostoru, rozpoznávat vztahy mezi tělem a okolím (ovlivňuje jejich schopnost se pohybovat ve všech typech prostředí), dále napomáhají rozvoji hrubé i jemné motoriky, což jsou nezbytné dovednosti pro následné psaní. Při

kolektivních pohybových aktivitách děti rozvíjejí spolupráci, komunikaci, empatii i respekt k ostatním, což zahrnuje sociální dovednosti a také emocionální rozvoj, který dále přispívá k vyjádření emocí a zlepšuje schopnost odolávat a zvládat stres a frustrace.

Pohybové činnosti rozvíjí koordinaci a rovnováhu, flexibilitu, obratnost, sílu a vytrvalost, což je nezbytné pro zdravý vývoj.

Při těchto aktivitách by nemělo chybět uznání a podpora, jako správná motivace pro další rozvoj a zlepšení (Dvořáková, 2006).

2.2 Tanec a taneční činnosti

Tanec a taneční činnosti jsou formou pohybového vyjádření, které zahrnuje rytmické a výrazové prvky, a to jak v individuálních, tak skupinových aktivitách. Taneční činnosti přispívají k rozvoji tělesné koordinace, motoriky, prostorové orientace a vyjadřování emocí. Dále rozvíjí kreativitu, sociální dovednosti a spolupráci.

V mateřské škole lze tanec zařadit do výuky různými způsoby, například prostřednictvím her a pohybových aktivit, mohou být běžnou součástí denního režimu, mohou probíhat spontánně nebo podle určité choreografie, což podporuje jejich celkový rozvoj a zapojení se do sociálních interakcí (Kubecová, 2018).

Je velmi dobré zařazovat i lidové taneční hry, které patří našemu kulturnímu dědictví. Prostřednictvím těchto tanců a her můžeme dětem přiblížit naši národní hudbu, nářečí a tradiční tance (například Zlatá brána, Cib, cib, cibulinka) (Lišková, 2006).

2.3 Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání a hudební činnosti

RVP PV (aktualizovaný k 1. 9. 2021) je Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání a který byl schválen Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy. Je určen pro vzdělávání dětí v předškolním věku (od 3 do 6 let). Tento dokument poskytuje rámec pro kvalitní a systematické vzdělávání dětí ve státních mateřských školách, aby vhodně podpořil jejich rozvoj a přípravu na školní docházku.

Dělí se do 5 oblastí: Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět.

Mezi cíle RVP PV patří podpora celkového rozvoje (důraz je kladen na tělesnou, emocionální, kognitivní, sociální, jazykový a morální rozvoj), rozvoj kompetencí (klíčové

kompetence dítěte – k učení, k řešení problému, komunikativní, sociální a personální, činnostní a občanské) a podpora individuálních potřeb dětí (respektování potřeb a tempa každého dítěte).

Dále je obsahem tohoto dokumentu obsah vzdělávání, kde je poukazováno na oblasti, ve kterých by měly dosahovat pokroku, například jazykové dovednosti, motorické schopnosti, předmatematické dovednosti, přírodovědné poznatky, hudební, výtvarné a tělesné činnosti. Součástí jsou také metody a formy práce, kdy jsou zahrnuty pedagogické přístupy se zdůrazněním využívání aktivního učení, experimentování a učení prožitkem. Poslední kapitola je věnovaná hodnocení a sledování vývoje dětí, kdy je upřednostňované pozorování jako monitoring pokroku a podpory osobního rozvoje dítěte.

Dítě a jeho tělo – jedná se o biologickou oblast, kdy podporujeme a stimulujeme fyzickou stránku dítěte prostřednictvím pohybu, zdravého životního stylu, návyků a postojů. Do vzdělávací nabídky podporující tuto oblast můžeme zařadit aktivity s chůzí, poskoky, během, hrou na tělo, hru na hudební nástroje, tanec a taneční hry, dramatizaci písně, dechové a relaxační cvičení nebo třeba pohybovou improvizaci.

Mezi očekávané výstupy patří správné držení těla, orientace v prostoru, pohybování se v různém prostředí, nápodoba pohybem za pomoci slovního pokynu, manipulace s drobnými předměty, sluchová percepce, péče o své tělo a užívání ho ve zdraví.

Dítě a jeho psychika – v této oblasti je klíčovým aspektem duševní pohoda dítěte, jeho odolnost, rozvoj kognitivních dovedností – intelekt, vnímání, pozornost, paměť, podpora zdravého sebevědomí. Oblast dítěte a jeho psychika dále zahrnuje podoblasti s názvy: jazyk a řeč, poznávací schopnosti a funkce, představivost a fantazie, myšlenkové a operace a sebepojetí, city a vůle.

Do vzdělávací nabídky podoblasti Jazyka a řeči lze zahrnout vokální činnosti, sluchové a rytmické hry, aktivity zaměřené na sluchovou percepci (rozlišování zvuků, lokalizace zvuků, porozumění zvuků, zvuková paměť), logopedickou prevenci formou her a cvičení, recitace, pěvecké činnosti. Očekávanými výstupy jsou správné dýchání při mluvení a zpěvu, hudebně pohybová improvizace, správná intonace, reprodukce textu písní, vnímání rytmu básní a písní, rozlišit zvuky/tóny podle výšky, délky, intenzity a barvy, určit, odkud zvuk přichází, odlišit ho od ostatních zvuků, schopnost zvuk analyzovat a zapamatovat, vnímat melodické struktury.

Podoblast Poznávací schopnosti a funkce, představivost a fantazie, myšlenkové operace zahrnuje rytmické a pohybové hry, pohybovou improvizaci, dramatizaci a taneční příběhy, tvorbu choreografie. Výstupem by v této podoblasti bylo například vědomé soustředění na danou činnost, prožívat hudbu všemi smysly nebo schopnost improvizovat pohybem.

Poslední podoblast s názvem Sebepojetí, city, vůle zahrnuje tyto aktivity do vzdělávací nabídky: pohybové aktivity s hudebním doprovodem (hra na tělo), jednoduchou taneční improvizaci, rytmická cvičení, poslech hudby a následné vyjádření pocitů pohybem (případně i kresbou), taneční hry. Očekávanými výstupy jsou vyjádření emocí pomocí vlastního těla (pohybem), vnímat hudbu jako zážitek, emocionálně ji prožít (umění prožít hudbu).

Oblast **Dítě a ten druhý** se zaměřuje na vztahy. Ať už jde o navazování vztahů k vrstevníkovi, dospělému, tak i o rozvíjení již vzniklých vztahů, jejich prohlubování, podpoře důvěry, komunikace a vytváření pozitivního klimatu ve třídě. Spadá sem i dodržování pravidel, prosociální chování a ochrana soukromí. Do vzdělávací nabídky této oblasti lze zařadit různé hudební i hudebně pohybové hry, dramatické činnosti (modelové situace, příběhy s ponaučením), komunikace (komunitní kruhy, diskuze na témata, rozvoj neverbální komunikace – rozpoznávání emocí, zrcadlení emocí, hry na gestikulaci, pantomima). Očekávanými výstupy je plynulé navazování kontaktů a vztahů, smysluplné vedení rozhovoru s druhými lidmi, respekt k jinému člověku (odlišné názory, postoje), určit (domluvou) pravidla a dodržovat je, bránit se nevhodným projevům (nátlak, ponižování, fyzické ublížení), k ostatním se chovat citlivě a ohleduplně.

Dítě a společnost má za cíl dítěti předat určité hodnoty (materiální i duchovní), dovednosti, návyky a postoje v souvislosti s prostředím, ve kterém žije. Součástí této oblasti je také schopnost se adaptovat v určitém prostředí a skupině druhých lidí a respektovat jejich pravidla soužití. Učitel se také snaží přiblížit historické, umělecké a kulturní poznatky. Vhodnými aktivitami k rozvoji této oblasti jsou námětové hry (hra na něco, například maminky, lékaře, ...), nácvik představení pro veřejnost, poslech hudby, kulturní hudební zážitky v podobě hudebního představení, koncertu, přiblížit tradice a zvyky z prostředí, ze kterého děti pocházejí / kde žijí. Zde jsou očekávanými výstupy pochopení, že každý je nějaký a je potřeba se chápat, nikoho z kolektivu nevyčleňovat, zohledňovat projevy, city a nálady druhých, dodržovat předem dohodnutá pravidla při hudebně pohybových činnostech a osvojit si základní hudební dovednosti (například zpěv jednoduché písně).

Dítě a svět se orientuje na environmentální oblast, kdy předáváme dítěti poznatky o světě kolem něj, tvorby pozitivního vztahu k přírodě, ekologii, ochraně životního prostředí, předání základních vzorců chování, které vede k šetření zdrojů, respektu života ostatních organismů, uvědomění si, že naše činy mají dopady na přírodu kolem nás, a to vše nejen hrou, ale i prostřednictvím jednoduchých experimentů. Vzdělávací nabídku mohou tvořit vycházky, výlety a pohyby venku, kdy lze pozorovat přírodu a život kolem nás, účast na různých akcích (hudební vystoupení), hudebně pohybové hry a činnosti zaměřené na ekologii a ochranu životního prostředí, poslech písní z jiných koutů světa (orientální hudba), nácvik tanců, pantomima. Očekávanými výstupy jsou v oblasti Dítě a svět bezpečně se orientovat ve vymezeném prostoru, mít základní poznatky o světě kolem nás prostřednictvím jednoduchých písní společně s pohybem (MŠMT, 2021).

3 MOŽNOSTI ROZVÍJENÍ DOVEDNOSTÍ DĚTÍ PROSTŘEDNICTVÍM HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ

Zde v této kapitole jsem se věnovala rozvoji konkrétních dovedností, metodám a technikám.

Základem hudebně pohybových činností a následného rozvoje dítěte je spontánnost a radost z vykonávaných činností. Mělo by se jednat o emocionální prožitek z hudby a vnímat ji jako součást sebe samotného. Může se vyznačovat také tím, že cítíme souznění nebo že prostřednictvím hudby ventilujeme své emoce. Prožitek z hudebního zážitku stupňuje také společný zpěv (na koncertě), rytmizace a pohyb. Hudba z našeho těla odbourává stres, napětí a pomáhá nám se zklidnit, nebo i aktivizovat (Kubecová, Pehelová, Slavíková, Růžicková & Váňová, 2017).

Základem je vymezení pojmů metody a techniky. Metoda je jakýsi návod na správný postup a součástí metody jsou také techniky. Metoda je způsob organizace a realizace výuky, kdežto technika je oproti metodě více konkrétní, je to způsob, jakým se jednotlivé činnosti, hry, cvičení a úkoly realizují ve výuce (Svobodová & Švejnová, 2011).

Jako u ostatních činností, i u těch hudebně pohybových je vhodné začít nebo skončit stejně, například svolávací písní, říkadlem. To u dítěte vyvolává jistotu, protože ví, co bude následovat. Vždy propojujeme hudbu a pohyb zároveň. Tyto dvě složky od sebe neoddělujeme, protože dětem pohyb slouží jako pomůcka k zapamatování. Dítě se nejdříve učí vnímat své tělo i prostor a prostor ostatních. Vnímá hudbu, například vlivem odlišného tempa se také pohybuje (rychle, pomalu). Při využívání lokomočních pohybů je důležité se rozcvičit, vhodné je také zařadit rytmická říkadla nebo básně k protažení těla a ta mohou sloužit zároveň i jako motivace. Lze zařadit i jednoduché taneční kroky, nápodobu chůze zvířat apod. Je velmi důležité, aby byly hudebně pohybové činnosti pestré, aby děti nenudily, ale zároveň ne příliš krátké, aby došlo k osvojení plánovaných dovedností a schopností.

I u hudebně pohybových činností dodržujeme zásadu posloupnosti od jednoduchého ke složitějšímu. U těch jednoduchých dojde k euforii z dosažení zadaného cíle, v té složitější fázi dochází k překonání sebe samotného a následnému uspokojení (Engelthalerová, Kubecová, Kukačková, Košťálová & Raušerová, 2019).

Samotnému uskutečnění hudebně pohybové činnosti předchází plánování. Tam bereme v potaz výběr vhodného materiálu se zařazením i jiných než jen hudebně pohybových

činností, ale v propojení i se zpěvem, poslechem nebo instrumentální činností. Tematicky vybíráme obsah v souvislosti s ročním obdobím, tradicemi, nadcházejícími svátky a dále pomocí nich rozvíjíme schopnosti, dovednosti a návyky (Šupová, 2023).

Při samotné realizaci zapojujeme smysly (zrak, sluch i hmat). Volíme rytmicky jednoduché, prověřené lidové písně, ale můžeme zvolit i kratší úseky vážné hudby. Učitelka jde dětem příkladem, tzn., že nevyužívá jen nahrávek, ale sama zpívá. Zpěv je čistý a pohyb koordinovaný, dbá na správné držení těla a vhodně motivuje. Je vhodné také zařadit hudební nástroj do výuky. V neposlední řadě dbá na bezpečí dětí a snaží se o zapojení všech (i znevýhodněných dětí, například porucha ADHD) (Engelthalerová, Kubecová, Kukačková, Košťálová & Raušerová, 2019).

Prostřednictvím sluchu a hudebně pohybových činností rozvíjíme také sluch, který je velmi důležitý pro orientaci v prostoru, osvojení si mateřské řeči (posléze i cizích jazyků), což je poté ve spojení s řečí a jejím porozuměním předpoklad pro rozvoj logického myšlení a celkově zlepšuje prožívání života prostřednictvím vjemů z hudby (písně, básně, říkadla, pohádky). Ve věku od 3 do 6 let (předškolní věk) je dítě schopné analyzovat i jiné zvuky než je řeč. Dokáže rozpoznat zvuky, se kterými se neseťká až tak často, jde o zvuk tekoucí vody, šelest větru a je schopné určit směr původu zvuku i jeho sílu. Ke konci preprimární docházky už dítě rozeznává zvuky hudebních nástrojů nebo dokonce zvuky motorů jednotlivých značek aut. V tomto období už lze započat výuku hry na hudební nástroj, už se objevuje míra muzikálnosti. Při rozvoji sluchu vždy sledujeme, zda nemá dítě sluchovou vadu, a zároveň přihlížet i k aktuálnímu rozpoložení – dítě může být unavené, nebo přehlcené různými podněty (Nádvoříková, 2011).

Níže jsem vymezila oblasti dovedností dětí, které jsem se snažila prostřednictvím hudebně pohybových aktivit rozvíjet:

- **Dramatizace písně** je pedagogickou metodou, kde se kombinují prvky zpěvu s pohybem, tancem, hraní rolí, a to následně umožňuje dětem vyjádřit obsah písně prostřednictvím dramatického projevu. Je možné využít i prvky pantomimy, hru na hudební nástroje, případně hru na tělo (Jiříčková et al., 2023).
- **Rytmizace** je proces, kdy se mluvený text (případně pohyb) přizpůsobuje určitému rytmu, čím se zdůrazňuje jeho pravidelnost a struktura. U dětí ve věku 2-3 let je vhodné zařazovat říkadla, rozpočítadla, popěvky a jednoduché písně v kombinaci

s hrou na tělo a elementárního pohybu. Při propojení textu s pohybem se umocňuje emocionální prožitek z činnosti.

- **Mluvní a pěvecký projev** znamená vyjádření se pomocí řeči a zpěvu. Tyto dovednosti jsou úzce spojeny s rytmizací a koordinací pohybů. Pro děti je to nejpřirozenější metoda, jak rozvinout koordinaci pohybů (těla) dítěte, a to je velmi příznivé pro rozvoj tělesného pohybu a řeči i u dětí s některými druhy postižení (ať už tělesným nebo mentálním).
- **Emoční projevy** se týkají schopnosti se vyjadřovat a interpretovat emoce prostřednictvím práce s hlasem, mimikou a gesty. Hudební a dramatické aktivity (například dramatizace písní) poskytují prostor pro vyjádření vnitřních zážitků, vzpomínek, a to podporuje emocionální rozvoj.
- **Postřeh a reakce na pokyn** odráží schopnost dítěte rychle a adekvátně reagovat na vnější podněty. Jde o klíčovou dovednost při hudebních a pohybových aktivitách. Rozvíjí se prostřednictvím rytmických her, stimulují komplexní rozvoj osobnosti dítěte, podporují spolupráci a sociální interakci.
- **Koordinace těla/pohybů** je harmonické a efektivní ovládání těla a jeho částí při pohybových aktivitách. Hudebně pohybová průprava zahrnuje základní taneční kroky jako je například chůze, běh, poskočný a přísunný krok, cval, taneční pohyby trupu, paží, hlavy a také pohyb v prostoru. Obvyklé pohybování se v prostoru zahrnuje pohyb po místnosti, především v kruhu či elipse. V předškolním věku mají děti problémy s pohybem v prostoru, který je neuspořádaný, tzn. všemi směry (Slavíková, 2011).

4 POHLED NA ROZVOJ DOVEDNOSTÍ DĚTÍ PROSTŘEDNICTVÍM HUDEBNĚ POHYBOVÝMI ČINNOSTMI V ZAHRANIČÍ

Hudebně pohybové činnosti představují významný nástroj podpory rozvoje dítěte v mnoha oblastech – od fyzického po mentální zdraví až přes rozvoj sociální inteligence, budování seberegulace a prevence vývojových obtíží. Tato kapitola nabízí přehled poznatků ze studií napříč celým světem a jejich přínosy pro děti předškolního věku.

Polsko a Česká republika – Ze studie autorů Kolodziejského, Králové a Hudákové vyplývá, že hudebně pohybové činnosti podporují mentální i fyzické zdraví a jejich rozvoj, zejména v předškolním věku. V pozdějším věku (v období dospívání) působí příznivě spíše na duchovní zdraví a rovnováhu, v předškolním věku také podporují sociální inteligenci. Prostřednictvím dramatizace, hudby a tance se děti lépe a rychleji učí, zvládají snadněji výzvy, zvyšuje se motivace a spontánnost. Zařazení hudebně pohybových činností do vzdělávacího procesu běžného dne děti obohacuje nejen po stránce hudební, ale také přispívá k celkovému zlepšení kvality života v mentální, sociální i emoční oblasti (Kolodziejski, Králová & Hudáková, 2014).

Problematikou hudebně pohybových činností se zabývali také v **Austrálii** a tam autorka dospěla ke stejnému závěru. Ta dokonce doplnila, že tyto činnosti lze využít jako vyrovnávací prostředek u dětí z klasického prostředí a u dětí pocházejících ze znevýhodněného prostředí. Zařazení hudebně pohybových aktivit do prostředí předškolních tříd, zejména rytmická cvičení ve spojení s koordinací pohybů se podílí na budování seberegulace v raném dětství. Základní schopnost seberegulace je kritickým obdobím vývoje mozku, které souvisí se školním úspěchem, výsledky a dále ovlivňuje úspěšnost jedince po celý život. Předškolní období je pro děti velmi složité. Dochází ke střetu s ostatními dětmi, soutěží o pozornost, prosazení ve společnosti, ovládají své emoce, myšlení a chování, a to vše je základem pro správnou seberegulaci (Williams, 2018).

Ve **Velké Británii** uchopili výzkum hudebně pohybových činností v raném předškolním věku jako prevenci obezity a hyperaktivity a vlivu hudby na vývoj mozku. Základními prvky tohoto projektu byl rytmus, tempo, melodické frázování, výška a barva tónu. Děti své tělo používají jako nástroj už v batolecím věku – reagují na ni například pohupováním a snaží se zapojit. Postupně přichází na to, že prostřednictvím hudby a pohybu mohou s ostatními komunikovat, a to i ty děti, které mají speciální potřeby a je zde například

jazyková bariéra. Hudbu a pohyb vnímají jako přirozenou součást sebe a není potřeba je příliš podněcovat a motivovat (Burrell, 2013).

USA – Rytmus je potřeba prožívat jako tok pohybů jako reakce na něj. Z vývojového hlediska dítě musí nejdříve zažít rytmus ve svém těle, aby mohlo úspěšně slyšet rytmus ve své mysli (reagování pohybem na rytmus rozvíjí duševní rozvoj dítěte) (Levinowitz, 1998).

II PRAKTICKÁ ČÁST

5 ROZVÍJENÍ DOVEDNOSTÍ DĚTÍ PV PROSTŘEDNICTVÍM HUDEBNĚ POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ

Praktická část této bakalářské práce se zaměřuje na představení hudebně pohybových aktivit, které jsou určené pro děti předškolního věku. Cílem je návrh sady 15 aktivit, které podporují rozvoj dovedností dětí, například rytmizaci, koordinaci těla a pohybů, dramatizaci písní, emoční projevy, postřeh a reakce na pokyny atd. prostřednictvím spojení hudby a pohybu. Každá z aktivit je realizovaná ve dvou třídách (věková kategorie 3-5 a 5-6 let). Každá z aktivit je realizovaná v rámci řízené činnosti, dále popisují použité metody, pomůcky, prostředky, průběh činnosti, reflexe (zpětná vazba moje i třídních pedagogů) a dvojí provedení složitosti. Praktická část je zakončena evaluací reflexí a následného doporučení pro praxi, jelikož by měl tento soubor sloužit jako inspirace pro pedagogy mateřských škol k rozvoji dětí předškolního věku.

5.1 Cíle aplikace

Hlavním cílem bylo podpořit rozvoj dovedností dětí předškolního věku prostřednictvím hudebně pohybových činností.

Díličními cíli poté bylo sestavit sadu 15 aktivit ve dvou úrovních složitosti a pro dvě věkově odlišné skupiny dětí, sadu aktivit ověřit v předem vybrané mateřské škole, evaluovat ji a z ní stanovit doporučení pro praxi.

Níže jsem vymezila oblasti dovedností, které jsem u dětí chtěla rozvíjet:

- Dramatizace písně – aktivity č. 1 a 4
- Rytmizace – aktivity č. 2 a 10
- Mluvní a pěvecký projev – aktivity č. 1, 5, 10, 11 a 15
- Emoční projevy – aktivita č. 6
- Postřeh a reakce na pokyn – aktivity č. 3, 9, 11 a 12
- Koordinace těla a pohybů – aktivity č. 1, 2, 7, 8, 13 a 14

5.2 Časový harmonogram

V této podkapitole jsem uvedla časové rozmezí celé aplikační práce zahrnující přípravu aplikační práce, přípravu sady aktivit, její realizaci a evaluaci. Vše je shrnuto v následující tabulce 1.

Tabulka 1 Časový harmonogram

<u>Příprava aplikační části práce</u>	<u>Září – říjen 2024</u>
<u>Příprava sady aktivit</u>	<u>Říjen – listopad 2024</u>
<u>Realizace sady aktivit</u>	<u>Prosinec 2024 – únor 2025</u>
<u>Evaluace sady aktivit</u>	<u>Březen – duben 2025</u>

5.3 Subjekty realizace

Pro ověření své sady aktivit jsem si vybrala mateřskou školu, která je součástí základní školy společně s další mateřskou školou. Nachází se v malé obci s počtem obyvatel necelé čtyři tisíce v okrese Hodonín. Budova mateřské školy stojí uprostřed klidné ulice mezi rodinnými domy a zároveň je v blízkosti lesa, sportovního hřiště a plaveckého krytého bazénu. Vybavení tříd je vkusné a podnětné pro děti předškolního věku od 3 do 6 let. Součástí jsou dvě dětská hřiště, na kterých se nachází skluzavky, lanovky, průlezky, kolotoče, nejrůznější houpačky a zároveň jsou dostatečně prostorné pro volný pohyb dětí. Celkem jsou zde 3 třídy – dvě smíšené, kde jsou děti ve věku 3-5 a jedna s předškoláky (5-6 let). Mateřská škola aktuálně zaměstnává 6 pedagogů, bez asistentů pedagoga a logopedů.

Svou sadu jsem realizovala ve dvou třídách. Ve třídě A je aktuálně přihlášeno 25 dětí z celkové kapacity 28, ale navštěvuje ji k dnešnímu dni 21 dětí, zbylé 4 se přidají v průběhu následujících měsíců po dovršení 3 let. Je heterogenního seskupení, děti jsou ve věku 3-5 let, ale bez předškoláků. Třídní učitelka, která se bude věnovat mému hodnocení při realizaci aktivit je v praxi devátým rokem a má středoškolské vzdělání. Dále ji budu označovat jako učitelku A.

Další třídou, ve které svou sadu ověřovala, je třída B, která je složena výhradně z předškoláků. Třídní učitelka, která se bude věnovat hodnocení mých výstupů je zároveň i vedoucí učitelka této mateřské školy. V praxi je pátým rokem a má bakalářské vzdělání v oboru sociální pedagogika. Označena bude jako učitelka B.

Co se týče časového harmonogramu, na ověření sady aktivit jsem si vyhradila 4 týdny v průběhu prosince 2024 až února roku 2025, následně jsem se věnovala zpracování reflexi k vytvoření evaluace a doporučení pro praxi.

5.4 Obsah sady aktivit

Zde popisuji, jaké dovednosti byly konkrétně rozvíjené v každé aktivitě a jaké jsem použila metody. Všechny aktivity, které jsou zde uvedené, jsou realizovány v řízených činnostech, což bylo organizační formou. Metody jsou uvedeny dle autorů Maňáka a Švece.

Tabulka 2 Obsah sady aktivit

Číslo a název aktivity	Rozvíjené dovednosti	Metody
1 Bude zima	- Mluvní a pěvecký projev - Koordinace těla a pohybů - Postřeh a reakce na pokyn	Rozhovor, předvádění, nácvik písňe, nácvik pohybových dovedností
2 Hra na tělo	- Mluvní a pěvecký projev - Rytmizace - Koordinace těla a pohybů	Vysvětlování, rozhovor, předvádění, nácvik pohybových dovedností, nácvik písňe
3 Sochy	Postřeh a reakce na pokyn	Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností (tanec)
4 Předvádění zvířat	- Dramatizace písňe - Koordinace těla a pohybů	Rozhovor, předvádění, nácvik pohybových dovedností, imitace
5 Piano, forte	- Mluvní a pěvecký projev - Postřeh a reakce na pokyn	Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností, nácvik písňe
6 Emoce	Emoční projevy	rozhovor, ukázka, nácvik pohybových dovedností

Číslo a název aktivity	Rozvíjené dovednosti	Metody
7 Hlava, ramena, kolena, palce	Koordinace těla a pohybů	Rozhovor, předvádění, nácvik pohybových dovedností
8 Ztratila jsem fěrtůšek	- Koordinace těla a pohybů - Mluvní a pěvecký projev	Rozhovor, nácvik pohybových dovedností, nácvik písně, ukázka
9 Schovej se do domečku	- Postřeh a reakce na pokyn - Koordinace těla a pohybů	Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností
10 Skákal pes	- Rytmizace - Mluvní a pěvecký projev	Předvádění, hra na hudební nástroj, nácvik písně
11 Vítání jara	- Mluvní a pěvecký projev - Postřeh a reakce na pokyn	rozhovor, předvádění, nácvik pohybových dovedností
12 Na tý louce zelený	Postřeh a reakce na pokyn	Rozhovor, předvádění, nácvik písně, nácvik pohybových dovedností
13 Komáři se ženili	Koordinace těla a pohybů	Vysvětlování, předvádění, nácvik pohybových dovedností
14 Eliška	Koordinace těla a pohybů	Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností (tanec)
15 Já mám koně	Mluvní a pěvecký projev	Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností

V další tabulce uvádím cíle v jazyce učitele i dítěte, které byly stanoveny v každé z realizovaných aktivit.

Tabulka 3 Cíle sady aktivit

Číslo a název aktivity	Cíl v jazyce učitele	Cíl v jazyce dítěte
1 Bude zima	- Rozvíjet pohybové dovednosti dětí - Vést děti k pohybové improvizaci	- Reagovat pohybem těla na text písně - Ztvárnit příběh
2 Hra na tělo	Rozvíjet u dětí schopnost rytmitizovat	Reagovat pohybem těla na text písně

Číslo a název aktivity	Cíl v jazyce učitele	Cíl v jazyce dítěte
3 Sochy	• Procvičit u dětí postřeh a reakci na pokyn	• Reagovat na vypnutí hudby (setrvání v pozici/schoulením do klubíčka)
4 Předvádění zvířat	• Rozvíjet pohybové dovednosti dětí na hudbu	• Reagovat pohybem těla na text písně
5 Piano, forte	• Procvičit hlasitost projevu u dětí	• Interpretovat a vytleskávat píseň podle předem dané intenzity hlasitosti
6 Emoce	• Rozvíjet emoční inteligenci dětí	• Rozlišit emoce a pohybově je ztvárnit
7 Hlava, ramena, kolena, palce	• Rozvíjet u dětí pohybové dovednosti	• Reagovat pohybem na text písně
8 Ztratila jsem fěrtůšek	• Seznámit děti s tradicemi a zvyklostmi z našeho regionu	• Dodržet kroky hodového tance
9 Schovej se do domečku	• Procvičit u dětí postřeh a rychlost	• Reagovat na pokyn (co nejrychleji)
10 Skákal pes	• Rozvíjet u dětí schopnost rytmizovat	• Pojmenovat hudební nástroje a zahrát na ně
11 Vítání jara	• Rozvíjet schopnost rytmizovat a koordinaci těla dětí • Rozvíjet sluchovou percepci a procvičit paměť u dětí	• Procvičit si části těla na říkadlo • Doplnit chybějící slova či verše v říkadle
12 Na tý louce zelený	• Procvičit pozornost, paměť, rytmus, verbální a sociální dovednosti u dětí	• Interpretovat píseň a reagovat na vybraná slova v písni
13 Komáři se ženili	• Rozvíjet zrakové a prostorové vnímání u dětí	• Zopakovat pohyb
14 Eiška	• Rozvíjet u dětí schopnost rytmizovat	• Tancovat v kruhu dle pokynů
15 Já mám koně	• Rozvíjet u dětí schopnost rytmizovat a koordinaci pohybů	• Interpretovat píseň a reagovat pohybem na text písně

5.5 Realizace sady aktivit

Má vytvořená sada aktivit byla realizována ve dvou úrovních složitosti a zde popisují každou z nich společně s použitými metodami, prostředky, pomůckami, cíli a také jejich průběh.

5.5.1 Aktivita 1 – Bude zima

- Metody: rozhovor, předvádění, nácvik písně, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: píseň Bude zima, bude mráz, šátky, papírové zobáky
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet pohybové dovednosti; rozvíjet pohybové dovednosti improvizací
- Cíl v jazyce dítěte: Reagovat pohybem těla na text písně; ztvárnit příběh

Zvolila jsem jako motivaci video ukázkou zimní bouře a následně jsem na ni navázala rozhovorem v komunitním kruhu. Pokládala jsem otázky jako například Co jste viděli ve videu, jaké tam bylo počasí, jaké počasí můžeme vidět, když se podíváme z okna? Je stejné nebo jiné? Kde jsou všichni lidé a zvířata? Teď si všichni zkusíme představit, že tam venku v té sněhové bouři, je malý ptáček, který se nemá kde schovat, kdo mu pomůže najít úkryt pomocí písničky? Otázky jsem pokládala nahodile, podle toho, kam se rozhovor upínal, jasný byl cíl rozhovoru, že musí směřovat ke zvířatům, respektive k ptákům a jejich prožívání zimy.

Před samotným zpěvem této písně jsem s dětmi provedla artikulační cvičení. Zahrnula jsem zde nápodobu ptačího zobáku (našpulení rtů), dále nafukování tváří, vyplazení jazyka a pohybováním s ním do stran i nahoru a dolů, které jsem nazvala sekačka a houpačka, dále nápodobu klusání koně, kdy se jazyk přisaje na patro a následně spustí volně dolů.

Poté už začala samotná aktivita, kterou jsem spojila s jednoduchými pohyby korespondující s textem písně.

Bude zima, bude mráz, *(obejmu své tělo a třesu se)*

kam se ptáčku, kam schováš? *(ruce pokrčené, lokty u těla, dlaně vzhůru, krčit rameny)*

Schovám se já pod hrudu, *(dřep, ruce kryjí hlavu)*

tam já zimu přebudu *(dlaně složit k sobě, dát k uchu a hlavu tisknout k rameni)*

Píseň se opakuje, dokud si ji děti neosvojí, jak text, tak pohyb.

Ve druhé úrovni jsem děti rozdělila do dvou skupin (početně stejné), použila jsem jednoduchou hru, kdy jsem každému dítěti pošeptala do ucha slovo žába nebo čáp a po vyslovení pokynu „najdi svého kamaráda“ děti pantomimicky předváděly čápa – klap, klap za pomoci rukou nebo žábu – kvak, kvak a poskoky.

Následovalo vysvětlení aktivity. První skupina představovala okolní prostředí (zima, vítr), druhá ptáka v zimě. Pro rozlišení jednotlivých skupin a snadnější předvádění zimního počasí mají děti ze skupiny první šátky – vítr si pohazuje s šátkem, druhá skupina – ptáci mají rekvizitu ptačího zobáku, kterou si vyrobili v ranních činnostech. Jednotlivé pohyby těla si děti znázorňují dle svého uvážení za pomoci rekvizit. Následně se skupiny vyměnily.

5.5.2 Aktivita 2 – Hra na tělo

- Metody: rozhovor, vysvětlování, předvádění, nácvik písně, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: žádné
- Cíl v jazyce učitele: Rozvíjet rytmizaci
- Cíl v jazyce dítěte: vytvořit zvuk pomocí svého těla, předvést jednoduchý rytmus pomocí svého těla

Úvodní motivací bylo, že si zahrajeme na hudebníky. Pomocí rozhovoru jsem navazovala na aktivity otázkami, například „Jaké znáš hudební nástroje, umíš na nějaký hrát? A co kdybych vám řekla, že muzikantem může být každý z nás, a dokonce k tomu nepotřebujeme ani hudební nástroj nebo zahrát se dá na cokoli, třeba na naše těla! Jaký zvuk umí udělat vaše ruce? A co nohy?“. Jeden z chlapců začal luskat prsty a já jsem podněcovala i ostatní, aby něco předvedli. Když nikdo nic nevymýšlel, ukázala jsem jim ťukání prstů o dlaň jako nápodobu deště, poté jsme si zkusili dupat lehce a pak silně.

Samotné aktivitě předcházela hlasová rozcvička, kdy jsme napodobovali zvuky zvířat v různých hlasových polohách, například mňoukání kočky – běžná poloha hlasu, poté malého kotěte – hlas výše položený a starého kocoura – hlas níže položený. „Pojďme si zkusit zazpívat a zahrát tuto píseň!“

Když jsi kamarád

Když jsi kamarád, tak tleskej rukama (*tlesk, tlesk*)

Když jsi kamarád, tak tleskej rukama (*tlesk, tlesk*)

Když náladu máš, je ti dobře, když náladu máš tleskej rukama (tlesk, tlesk)

Druhá sloka: dupej nohama, třetí sloka: luskej prstama, čtvrtá sloka: pozdrav se s námi (mávat rukama-čau, čau), pátá sloka: když jsi kamarád, tak dělej to naráz – tlesk, tlesk, dup, dup, lusk, lusk, čau, čau.

Ve druhé úrovni jsem děti posadila do kruhu a začala s vytleskáváním jednoduchého rytmu, který po mně začaly děti opakovat, poté jsem ho postupně ztěžovala a přidávala nejen tleskání rukou, ale i plácání o stehna a o koberec pod námi.

5.5.3 Aktivita 3 – Sochy

- Metody: Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností (tanec)
- Prostředky a pomůcky: píseň Paráda, Bláznivý den, Loleta popleta (interpreti Štístko a Poupěnka)
- Cíl v jazyce učitele: procvičit postřeh a reakci na pokyn
- Cíl v jazyce dítěte: zareagovat na vypnutí hudby (setrváním v pozici/schoulením do klubíčka)

Motivací v této aktivitě byl příběh. Sedli jsme si do kruhu, zavřeli oči, kdo chtěl, mohl si i lehnout a měly si představovat příběh, který jsem jim říkala: „Už byla zima na ústupu, vysvitlo sluníčko, venku se začalo oteplovat, slyšeli jsme zpívat ptáky,... ale co se nestalo! Zima ještě neřekla své poslední slovo a s večerem přišly zase mrazy. Představíme si, že jsme jarní skřítki a víly, kteří se radovali z příchodu jara, ale když se zima zase vrátila, museli zůstat nehybně stát, dokud je slunce zase neohřeje a oni neroztají.“

Dětem jsem vysvětlila, že když přichází jaro, hudba je puštěná a když ji zastavím – vrátila se zima, tak musí zmrznout, přestat se hýbat a v dané pozici setrvat. S hudbou opět rozmrazí. První kolo bylo zkušební, aby děti pochopily pravidla hry, poté už děti vypadávaly, podle toho, kdo se nejpozději přestal hýbat – postupně si sedaly na lavičku. Abych předešla zklamání, nehráli jsme až do posledního hráče, ale do počtu zhruba 5 dětí. Děti jsou zvyklé vítěze objímat a tím vyjadřují radost z úspěchu druhého.

Ztvárnění druhé úrovně bylo obdobné, ale při vypnutí hudby děti nesetrvávaly v pozici, ale snažily se před zimou schovat, a to vyjadřovaly prostřednictvím schoulení do klubíčka. Kdo se neschoulil, nebo se schoulil jako poslední ze všech dětí, vypadnul. Opět se hrálo první kolo jako zkušební a do počtu malé skupiny dětí.

5.5.4 Aktivita 4 – Předvádění zvířat

- Metody: rozhovor, předvádění, nácvik pohybových dovedností, imitace
- Prostředky a pomůcky: píseň „Zvířata“ (interpret Béba), demonstrační obrázky zvířat
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet pohybové dovednosti na hudbu
- Cíl v jazyce dítěte: reagovat pohybem těla na text písně

V první úrovni jsme pouze předváděli zvířata, která jsme slyšeli v písni od interpreta Béba, do rytmu jsme společně chodili v kruhu. Ve druhé úrovni jsem děti posadila do kruhu, každému rozdala demonstrační obrázek, který neměli ostatním ukazovat a postupně jsme pojmenovávali, jaká zvířata na obrázku máme, případně kdo chtěl, doplnil i o nějakou informaci – co žere, s čím si rádo hraje, zda má srst, drápy, křídla atp. Poté jsem pustila hudbu – Máme rádi zvířata, a do rytmu jsme v kruhu chodili jako zvíře, které jsme měli na kartě a předváděli jsme ho.

5.5.5 Aktivita 5 – Piano, forte

- Metody: Vysvětlování, nácvik pohybových dovedností, nácvik písně
- Prostředky a pomůcky: píseň „Prší, prší“, deštník
- Cíl v jazyce učitele: procvičit hlasitost projevu
- Cíl v jazyce dítěte: zpívat a vytleskávat rytmus písně dle předem dané intenzity hlasitosti

Jako motivační prvek jsem si přinesla deštník. Děti seděly v kruhu a nejdřív koukaly, mezitím jsem s deštníkem pohupovala, točila s ním (se zavřeným) a čekala, až se děti zeptají, co dělám s tím deštníkem. Snažila jsem se motivování dětí k činnosti, že se jedná o kouzelný deštník, a že když ho otevřu, začne pršet. Pak jsem se zeptala, jak to vypadá, když prší, co se děje venku, když se schyluje k dešti nebo bouři a proč je déšť prospěšný – tady jsem čekala, že děti zmíní přírodu a živé bytosti na naší planetě a že by bez vody nebyl život – uvadly by květiny a poté jsem navázala dechovým cvičením, kdy si děti

představily, že mají před sebou květinu a pomalu k ní přičichávají nosem, květina byla ráda, že z ní mají děti radost, že jim voní a tím narůstala – děti zvedaly pomalu ruce nahoru. Poté ústy vydechovaly, květina tím „uvadala“ a děti stahovaly ruce zase dolů. Toto cvičení se několikrát opakovalo.

Následovalo zpívání písně „Prší, prší“, kterou většina část dětí znala. Vysvětlili jsme si, že déšť může být různě silný, že někdy spadne pár kapek, ale jindy je to pořádný liják – znázornila jsem lehký déšť ťukáním prstů o dlaň a uvedla jsem pojem piano a liják boucháním celých dlaní do koberce – pojem forte a zdůraznila jsem to i intenzitou hlasu. Když jsem hlasitě řekla forte, děti zpívaly nahlas a bouchaly dlaněmi do koberce, když jsem zašeptala piano, ťukaly jen prsty o dlaně a zpívaly potichu. Dávala jsem si pozor, aby nepřepínaly své hlasivky, aby nekřičely, ale hlasitě zpívaly, aby své hlasy opíraly o bránci.

Ve druhé úrovni jsem přidala pojmy allegro (rychle) a adagio (pomalu). Cílem v jazyce učitele zde bylo procvičit rychlost projevu a v jazyce dítěte zpívat a vytleskávat píseň podle předem dané rychlosti projevu. Nekombinovala jsem všechny čtyři pojmy dohromady, ale vždy jen tiše a hlasitě a následovně rychle a pomalu. Pojmy allegro a adagio jsem záměrně zvolila jako složitější úroveň, protože děti lehce rozhodila změna tempa a při zrychlení nebo naopak zpomalení není možné, aby se v tempu dokonale sjednotily a spíše se předháněly, kdo bude rychlejší nebo naopak pomalejší.

5.5.6 Aktivita 6 – Emoce

- Metody: rozhovor, práce s obrazem, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: hudební ukázky, demonstrační karty s emocemi
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet emoční inteligenci
- Cíl v jazyce dítěte: rozlišit jednotlivé emoce a pohybově je ztvárnit

Začala jsem motivací rozhovorem, děti jsem se doptávala, jak se dnes cítí, jejich odpovědi jsme zkoušeli ztvárnit obličejem a představovaly si, že i hudba může mít svou náladu a pocity. Říká nám to svojí melodií. Doprostřed kruhu jsem položila demonstrační karty s vyobrazenými emocemi v obličejích, které jsme pojmenovali a zkoušeli napodobit. Poté jsme si hráli na němé herce, dětem jsem vysvětlila pojem mim, a co znamená, když je někdo němý. Poté jsem měla připravené nahrávky s úryvky různých písní a děti zkoušely ztvárnit náladu a pocity, které v nich hudba vyvolávala. Zvolila jsem klasickou hudbu,

například Vltava od Bedřicha Smetany anebo od hudebního skladatele Vivaldiho ukázku ze Čtvera ročního období – léto. Zvolila jsem klasickou hudbu, neboť tam se nálady a jednotlivé části mění velmi zřetelně.

Ve druhé úrovni jsem děti rozdělila do dvojic pomocí živého pexesa. Pošeptala jsem jim do ucha název zvířete a poté za pomoci vydávání zvuků hledali svého partnera. Ve dvojicích jsme opět poslouchali úryvky klasické hudby a jeden ze dvojice měl za úkol předvést emoci, kterou v nich hudba vyvolává a druhý ze dvojice hledal k předvedené emoci protiklad. Po aktivitě jsme vedli opět rozhovor, jaké emoce se jim předváděly snadno a které naopak složitě, poté jsem navázala na jejich odpovědi, co děláš, když jsi smutný, jak bys pomohl kamarádovi, který má špatný den anebo se mu stalo něco zlého?

5.5.7 Aktivita 7 – Hlava, ramena, kolena, palce

- Metody: rozhovor, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: píseň „Hlava, ramena, kolena, palce“, plyšový panák
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet pohybové dovednosti
- Cíl v jazyce dítěte: reagovat pohybem na text písně

Na panákovi jsme si v kruhu ukázali jednotlivé části těla a k čemu nám slouží. Poté jsme se rozezpívali jednoduchým cvičením, kdy děti zpívaly jednoduché skoky mezi dvěma tóny za použití slabik – ma, me, mi, mo, mu. Zvolila jsem písmeno m, protože to dokázaly vyslovit všechny děti.

Začala jsem zpívat a zároveň ukazovat na jednotlivé části těla z textu písně, děti se přidaly zpěvem i pohybovým ztvárněním.

Ve druhé úrovni jsem měnila tempo zpívané písně. Nejdříve pomalu, poté jsem postupně zrychlovala.

5.5.8 Aktivita 8 – Ztratila jsem fěrtůšek

- Metody: rozhovor, nácvik pohybových dovedností (tanec ve dvojicích), nácvik písně, ukázka

- Prostředky a pomůcky: píseň „Ztratila jsem fěrtůšek“, pracovní kroj, video nahrávka
- Cíl v jazyce učitele: seznámit děti s tradicemi a zvyklostmi z našeho regionu
- Cíl v jazyce dítěte: Dodržet kroky hodového tance

Děti jsem motivovala video ukázkou a rozhovorem na téma hody v naší obci. Na ukázkou jsem vzala pracovní kroj a pojmenovala jeho části. Starší děti tuto píseň znaly, a tak jsem zařadila hlasové cvičení, než se ji naučili i menší děti, které začaly mateřskou školu navštěvovat až letos. Hlasové cvičení probíhalo formou gymnastiky jazyka – šnek (vyplazování a zasunování jazyka), padací most (jazyk z pevné polohy na horním patře volně padá dolů do klidové polohy v ústní dutině), sekačka (pohyb vyplazeného jazyka ze strany na stranu), houpačka (pohyb vyplazeného jazyka nahoru a dolů) a zařadila jsem i hlasové cvičení, kdy jsme různě hlasitě říkali říkanku, se kterou se svolávají do kruhu – šeptem, tiše, hlasitě.

Nejdříve jsme tancovali samostatně. Rozestoupili jsme se do kruhu, dali ruce v bok a při zpěvu této písně jsme se otáčeli ze strany na stranu a doprovázeli pohybem text písně.

Ve druhé úrovni se děti samostatně rozdělily do dvojic, předvedla jsem jim, jak se mají držet (za lokty) a taneční krok (jednoduché překračování s přidřepnutím).

5.5.9 Aktivita 9 – Schovej se do domečku

- Metody: vysvětlování, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: zvuková nahrávka písní „Jede, jede, mašinka, Není nutno, Když jsem já sloužil“, obruče, barevné deky
- Cíl v jazyce učitele: procvičit postřeh a rychlost
- Cíl v jazyce dítěte: reagovat na pokyn (co nejrychleji)

Motivací k této aktivitě byl příběh: „Když jsme letěli na dovolenou, stala se nám nehoda a my jsme ztroskotali na širém moři a snažíme se doplatvat k ostrůvku – a to jsou naše domečky. Když přestane hrát hudba, musíme rychle k nějakému doplatvat, abychom si mohli odpočinout, ale pozor! Ostrůvky jsou tak malíčké, že se na něj vejde jenom jeden ztroskotanec.“

V prostoru herny jsem rozmístila obruče, děti se volně pohybovaly při puštěné hudbě (chůze, poskoky, klus...) a když jsem zastavila hudbu, děti si musely stoupnout do volné obruče. Obručí bylo vždy o jednu méně. Na koho volná obruč nezbyla, vypadnul ze hry. Tentokrát jsem nezvolila jen jedno zkušební kolo, ale bylo jich více. Až když jsem si byla jistá, že děti vědí, co mají dělat, tak začaly vypadávat. Opět jsme nehráli do jediného vítěze, ale do skupiny posledních 5 dětí.

Ve druhé úrovni jsem do každého rohu herny umístila barevnou deku – červenou, modrou, zelenou, žlutou. Děti se opět volně pohybovaly v prostoru herny, a když se hudba zastavila, řekla jsem určitou barvu a děti si stouply na deku dané barvy. Kdo se spletl, nebo byl poslední, vypadával ze hry.

5.5.10 Aktivita 10 – Skákal pes

- Metody: předvádění, hra na hudební nástroj, nácvik písňe
- Prostředky a pomůcky: Jednoduché hudební nástroje (ozvučná dřívka, tamburíny, bubny, maracas, rolničky), demonstrační obrázky s klasickými hudebními nástroji (flétna, klavír, kytara, akordeon, basa), zvukové ukázky nástrojů, píseň „Skákal pes“
- Cíl v jazyce učitele: Rozvíjet rytmizaci
- Cíl v jazyce dítěte: Pojmenovat hudební nástroje a zahrát na ně

Přinesla krabici s jednoduchými nástroji, které jsme si také pojmenovali – ozvučná dřívka, tamburíny, bubny, maracas, rolničky. Poté jsem ukazovala obrázky s klasickými hudebními nástroji a pouštěla jsem ukázky, kde se tyto nástroje objevovaly.

Před zpěv jsem zařadila dechové cvičení – představovali jsme si, že foukáme do peříčka a nafukovali jsme tváře. Poté si každé z dětí vzalo z krabice nástroj, který se mu zalíbil a začali jsme zpívat píseň „Skákal pes“. Do rytmu děti hrály na hudební nástroje.

Ve druhé úrovni jsme se snažili o vytvoření orchestru a rozdělili jsme se na skupiny podle nástrojů. Já jsem byla v roli dirigentky a vždy jsem ukázala na určitou skupinu, která měla začít hrát.

5.5.11 Aktivita 11 – Vítání jara

- Metody: rozhovor, předvádění, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: říkadlo
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet rytmizaci a koordinaci těla, rozvíjet sluchovou percepci a procvičit paměť
- Cíl v jazyce dítěte: procvičit si části těla na říkadlo, doplnit chybějící slova či verše v říkadle

Úvodní motivace proběhla formou rozhovoru na téma roční období, jaro, změny v přírodě, svátky jara apod.

Vytvořili jsme rozestupy a předcvičovala jsem na **říkadlo**:

Podívej se, támhle v trávě, *(dřep, rozhlížet se)*
kytička vyrostla právě, *(z dřepu do stoje)*
čechrá si zelenou sukýnku, *(stoj snožmo, ruce v bok, kroutit boky)*
protahuje si barevnou hlavinku. *(stoj roznožmo, opatrně naklánět hlavu)*
K sluníčku lístky natahuje, *(stoj roznožmo, ruce natahovat nad hlavou)*
Ještě se ospale protahuje, *(stoj roznožmo, propínání paží)*
na louce není jediná, *(stoj snožmo, otáčení hlavy ze strany na stranu=ne)*
protože jaro už začíná. *(stoj snožmo, ruce dělají velká kola před tělem)*

Ve druhé úrovni jsem záměrně vynechávala slova nebo celé verše a děti měly za úkol mě doplňovat. Pohybový doprovod v této úrovni zůstal neměnný.

5.5.12 Aktivita 12 – Na tý louce zelený

- Metody: rozhovor, vysvětlování, nácvik písně, nácvik pohybových dovedností, předvádění
- Prostředky a pomůcky: píseň „Na tý louce zelený“
- Cíl v jazyce učitele: procvičit pozornost, paměť, rytmus, verbální a sociální dovednosti
- Cíl v jazyce dítěte: reprodukovat píseň a reagovat na pokyn

Rozhovor děti motivoval k aktivitě. Týkal se zvířat v lese a myslivce, jaká je jeho práce a proč musíme přírodu chránit.

Následovala hlasová rozcvička, neboť součástí této aktivity byli zpěv. Předezpívala jsem dětem jednoduchou melodii a ty je poté po mně zopakovaly. Měnila jsem i tempo i pořadí tónů.

Poté jsem dětem vysvětlila aktivitu. Na slovo „zelený“ v textu písně děti měly mlčet a dát si ruce před ústa jako znázornění mlčení a dále se pokračovalo beze změny.

V další úrovni jsem ke slovu „zelený“ přidala slovo „jelení“ z textu písně a tam zase znázorňovaly děti pantomimicky parohy a opět se při tomto slovu mlčelo.

5.5.13 Aktivita 13 – Komáři se ženili

- Metody: vysvětlování, předvádění, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: píseň „Komáři se ženili“, vytištění komáři, pytlík, geometrické dřevěné tvary
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet zrakové a prostorové vnímání
- Cíl v jazyce dítěte: zopakovat pohyb

Aktivitou provází komár s jeho nevěstou – forma maňáska/maskota, kteří byli vytištěni na papíru a hru dětem vysvětlili.

Průběh aktivity spočíval v zrcadlení mých pohybů. Jednalo se o pomalé a jednoduché pohyby (dřep, rozpažení, stoj na jedné noze apod.).

V další úrovni jsem děti rozdělila do dvojic za pomoci hry – každé dítě si z pytlíku vytáhlo dřevěný geometrický tvar různé barvy a velikosti a hledali k sobě stejnou dvojici. V těchto dvojicích poté na hudbu zrcadlili pohyb partnera ze dvojice, poté se vyměnili.

5.5.14 Aktivita 14 – Eliška

- Metody: vysvětlování, nácvik pohybových dovedností (tanec)
- Prostředky a pomůcky: píseň „Eliška“, plyšový míč
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet rytmizaci
- Cíl v jazyce dítěte: tancovat v kruhu dle pokynů

Děti jsem posadila do kruhu a opakovali jsme naše jména. Dítě poslalo míč kamarádovi a vytleská jeho jméno podle slabik (A-DÉ-LA). Následovalo vysvětlení aktivity – kdo byla Eliška, co ráda dělala, a procvičili jsme správnou výslovnost pro zpěv písně (artikulační cvičení). Uvolňovali jsme mluvidla – zpíváme jako lev (do široka otevřená ústa), nafukování balónků (tváří), nápodoba koňského klusání, špulení úst (jako ryba).

Jedno z dětí představovalo Elišku – ta chodila volně v kruhu, ostatní se kolem ní do kruhu rozestoupily, chytily se za ruce a pohybovaly se vždy na první dobu taktu poskokem. Po dozpívání poslední verše (vyber si z kolečka svoji družičku) si vybere dítě z kruhu a s ním se zatočila. Potom se „Eliška“ vyměnila.

Složitější úroveň jsem zvolila tak, že měli za úkol rozlišit pohlaví podle toho, jak jsem zazpívala poslední verš – vyber si z kolečka svoji družičku / vyber si z kolečka svého stáříčka.

5.5.15 Aktivita 15 – Já mám koně

- Metody: vysvětlování, nácvik pohybových dovedností
- Prostředky a pomůcky: píseň „Já mám koně“
- Cíl v jazyce učitele: rozvíjet rytmizaci a koordinaci pohybů
- Cíl v jazyce dítěte: reprodukovat píseň a reagovat pohybem na text písně

Jako úvodní motivaci jsem zvolila hádanky o zvířatech. Odpovědí na poslední hádanku byl kůň.

Formou dechového cvičení jsme je připravila ke zpěvu (foukání na períčko, aby bylo co nejdéle ve vzduchu).

Začali jsme zpívat a pomalu se učili jednotlivé pohyby, které text doprovázely (děti při aktivitě stojí).

Já mám koně, (*pleskání o stehna do rytmu*)

vraný koně, (*tleskání s partnerem pravá a pravá ruka=vraný, na slovo koně dvakrát tlesknout levou a levou rukou*)

to jsou koně mí. (*tleskání do rytmu oběma rukama o ruce partnera*)

Repetice i s pohybovým doprovodem

Když já jim dám ovsa, (*ruce v bok, otáčení se do stran*)

Oni skáčou hopsa. (*ruce v bok, dvakrát výskok na místě*)

Já mám koně, (*pleskání o stehna do rytmu*)

Vraný koně, (*tleskání s partnerem pravá a pravá ruka=vraný, na slovo koně dvakrát tlesknout levou a levou rukou*)

To jsou koně mí. (*tleskání do rytmu oběma rukama o ruce partnera*)

Složitější úroveň proběhla stejně, jen ve zrychleném tempu.

Zde jsem popsala realizaci všech svých připravených aktivit, které jsem realizovala ve dvou třídách a v následující kapitole se věnuji evaluaci, která se skládá z mé reflexe a reflexí od přítomných učitelek.

6 EVALUACE

V této kapitole se věnuji evaluaci. V první podkapitole uvádím vlastní reflexi, ve druhé jsou shrnuty reflexe od třídních učitelek a ve třetí jsem tyto reflexe zpracovala v podobě evaluace a z toho jsem dále vycházela při stanovení doporučení pro praxi.

6.1 Sebereflexe

6.1.1 Aktivita 1 – Bude zima, bude mráz

Při realizaci této aktivity bylo několik aspektů, na které jsem se přednostně zaměřovala. Jednalo se o první aktivitu, kterou jsem ve třídách realizovala a byla jsem velmi nervózní z cizího prostředí a dohledu zkušenějších učitelek.

Ve třídě A jsem příliš nerozváděla motivační rozhovor. U menších dětí mám zkušenost, že je lepší být stručná, protože nevydrží tak dlouho s pozorností jako starší děti. Příště bych zkusila vést rozhovor i s cíleným zaměřením na dítě (vyvolání konkrétního dítěte), protože se vyjadřovaly jen jedny a ty stejné děti a nedaly prostor těm pomalejším. Děti se při realizaci této aktivity rychle unavily, a proto jsem druhou úroveň složitosti zkrátila, a nakonec jsme se neprostřídali ve skupinách, ztrácely zájem a bylo pro ně obtížné ztvárnit abstraktní pojem „zimní počasí“. Co se pozitiv týče, byla jsem pro děti neokoukaná a možná i proto se mnou všechny spolupracovaly. Ty nejmenší děti se hodně rozhlížely kolem sebe, jak pracují druhé děti a co dělám já a poté se nápodobou ostatních zapojily také a bez větších problémů.

Při realizaci ve třídě B už bylo znát, že děti už při úvodním rozhovoru více věty rozvádí, mají větší přehled o počasí, o zvířatech, přírodě a rostlinách a rozhovor přecházel až do diskuse. Nemusela jsem pokládat otázky a děti už na sebe reagovaly i beze mě. Cítila jsem se spíše jako koordinátor. Než jsem s dětmi zrealizovala první úroveň, které předcházelo cvičení, tam se mi hodně roz dováděly a musela jsem je zklidnit. Ke zklidnění používám jednoduchou hru k upoutání pozornosti, kdy jim řeknu a zároveň ukazuju jednotlivé části těla – dej ruce na hlavu, na uši, na ramena atd. To je moje osvědčená technika, která funguje na všechny věkové kategorie v mateřské škole a děti jsou okamžitě soustředěné a připravené, co se bude dít dál. První úroveň pro ně byla příliš jednoduchá, text písničky už znaly a pohybové ztvárnění si ihned osvojily a nezabralo to příliš času, a proto jsem přistoupila brzo ke druhé úrovni. Zde jsem pozorovala, že chlapci raději ztvárňovali počasí, kde se mohli vyřádit, kde oni byli tím krutým mrazem a větrem, který (jak sami

říkali) bere střechy, ale nechtěli už využít šátky jako doprovodnou rekvizitu, spíše je bavilo dělat tornádo a dramatizovat počasí celým svým tělem. V této třídě děti neměly vyrobené zobáky, jedinou pomůckou zde byly šátky. Děvčata zase upřednostňovala šátky, se kterými volně tančily v prostoru herny jako víly. Zajímavější pro ně bylo zdramatizovat počasí než ptáka, protože toho už hráli v první úrovni. Příště bych je na skupiny nerozdělila a hromadně by předváděly počasí. Co se týče spolupráce a upoutání pozornosti, neměla jsem problém získat jejich pozornost, délka aktivity byla přiměřená.

6.1.2 Aktivita 2 – Hra na tělo

Ve třídě A jsem začala motivačním rozhovorem, což dětem pomohlo navodit soustředění na dané téma. Opět jsem ale musela některé otázky přeformulovat, protože jim děti nerozuměly, bylo by lepší volit jednoduché a konkrétní otázky. Děti zaujalo předvádění pohybů a tvorba zvuků za pomoci svého těla, někteří se ze začátku zdráhali, ale postupně se přidaly všechny děti. Průbojnější děti dokonce předvedly i svou vlastní kreativitu a ukazovaly dětem vlastní vymyšlené zvuky například ústy. Tato aktivita nevyžadovala speciální pomůcky, dá se realizovat kdykoli a kdekoli a může mít různou délku trvání, takže se nedá předčasně ukončit, což vnímám jako velkou výhodu. Ze začátku jsem musela přizpůsobit tempo, aby se mohly zapojit všechny děti, poté jsme zrychlili. Děti nadšeně reagovaly a tvořily vlastní zvuky se svými těly, ale všimla jsem si, že některé měly problém s koordinací pohybů u složitějších rytmů, nebo když se rytmus změnil, ale příště bych to neudělala jinak, protože zde byla většina dětí, která se ihned chytla, a kdybych realizaci zjednodušila, k jejich rozvoji by v tomto případě nedocházelo. Při opakování rytmu jsem se zaměřila na podporu těch dětí, kterým se příliš nedařilo, a to tím způsobem, že jsem šla ze zadu k nim, chytla jsem je za ruce a společně s nimi jsem rytmus předvedla a tempa jsme měnili velmi pomalu. Šikovnější děti zvládly držet tempo i beze mě, tak jsem si mohla dovolit obcházet ty, které s tím měly problém.

Ve třídě B jsem mohla pokládat složitější otázky, jen jsem se snažila je dělat zajímavé a tematicky jim blízké, kvůli udržení pozornosti, což se ukázalo jako správný přístup. Děti byly schopné zvládat i složitější rytmy a pohyby, což prohlubovalo jejich koordinaci. Zde bych ráda navrhla i třetí úroveň složitosti, kterou bych příště ráda realizovala, a to skupinovou aktivitu, kde by mohly vytvářet vlastní rytmy a společně se přidávat a sehrát dohromady. Při této aktivitě nebyly použity žádné pomůcky, proto opět vnímám, že je tato

hra vhodná do jakéhokoli prostředí, do jakékoli skupiny dětí a realizace může být variabilně dlouhá, dle situace a dětí. Dětem jsem dávala dostatek času, aby se předváděného rytmu chytly a sjednotily své pohyby s mými. V této skupině dětí bylo možné přidávat i složitější rytmy, a to braly děti jako výzvu, to samé se týkalo i změn tempa. Jedinou nevýhodou jsem tady shledala v tom, že některé děti měly problém u složitějších rytmů a přestaly se zapojovat, musela jsem k nim individuálně přijít a pomoci jim, jako u malých dětí – zezadu jsem jim chytila ruce a pomohla jim připojit se k tempu.

6.1.3 Aktivita 3 – Sochy

Při této aktivitě jsem se snažila vytvořit zábavnou aktivitu, která zároveň motivuje k aktivní účasti a podpoře rozvoji motoriky, postřehu a reakci na pokyn. V průběhu aktivity jsem se věnovala kontrole a udržování pozornosti, ale zároveň jsem poskytla prostor pro vlastní kreativitu, kdy se děti mohly vyjadřovat taneční improvizací. Celá aktivita byla podpořena pozitivními emocemi, které v dětech vyvolávala. Některé děti tanec zcela pohltil a poté zapomněly setrvat v pozici, když se vypnula hudba. Myslím si, že jsem vhodně zvolila, že se nehrálo do jediného vítěze, chtěla jsem tím předejít zklamáním, děti nejsou schopné se spokojit s druhým místem, vnímají to jako prohru. Více než, kdyby vypadli mezi prvními. Pohybová část byla atraktivní, vnímala jsem jejich radost z činnosti, a to je motivovalo k pokračování. Jedno z dětí se nechtělo vůbec zapojit, od příchodu do mateřské školy vypadalo velmi unaveně, k aktivitě jsem jej nenutila, jen jsem navrhla, aby se posadilo a že se kdykoli může přidat k nám, když bude chtít.

6.1.4 Aktivita 4 – Předvádění zvířat

V první části, kdy děti napodobovaly pohyby zvířat a chodily do rytmu písničky, jsem si všimla, že se všechny aktivně a přirozeně (nenuceně) zapojovaly. Snažila jsem se o podporu přirozeného pohybu, a to si myslím, že se mi podařilo. Při pojmenovávání zvířat na obrázcích jsem si všimla rozdílů v jejich znalostech. Některé děti opravdu předčily mé očekávání. V této fázi aktivity jsem podporovala jejich komunikaci a rozvoj slovní zásoby opět přirozeně – formou rozhovoru. Zvolila jsem předvádění zvířat, protože to je téma, které je blízké všem dětem. Ať už tříletým tak šestiletým. Velkou výhodou pro mě bylo

jedno z dětí, kteří koně chovají, a mou aktivitu doplňovalo vhodnými praktickými poznatky v dětském provedení.

6.1.5 Aktivita 5 – Piano, forte

Jako motivační prvek jsem zvolila deštník, což se ukázalo jako výborný prvek, který podnítil jejich zvědavost, a odstartovalo jejich otázky, které směřovaly k tématu aktivity. Tato stimulace jejich představivosti je motivovala k aktivní účasti.

Rozhovor jsem se snažila neustále směřovat k tématu počasí, přírodě a významu vody – bez ní by nebyl život. Děti ukázaly, že o této problematice přemýšlí, podělily se zkušenostmi a znalostmi a tím zprostředkovaly i ostatním dětem hlubší porozumění. Příště bych zkusila rozhovor nekoordinovat, ale podpořila bych je i v kladení otázek a kam by nakonec dospěly.

Dechovým cvičením se děti zklidnily, propojily obrazovou představivost s pohybem a dechem. Při realizaci aktivit jsem záměrně spojila rytmizaci s pohybem a zařadila pro děti nové pojmy – *piano* a *forte*. Tím jsem jim pomohla rozlišovat intenzitu zvuku a ukázala jim, jakým způsobem to mohou ovládat, ale dávala jsem pozor, aby při *forte* nekřičely, ale šlo opravdu jen o hlasitý zpěv a tím jsem předcházela přetěžování hlasivek. Soustředila jsem se na správné opírání hlasu o bránici.

Přidání pokročilých hudebních pojmů *allegro* (rychle) a *adagio* (pomalu) bylo výzvou, protože změna tempa je pro děti složitější. U dětí ze třídy B to nebyl problém, lépe tuto aktivitu chápaly, ale ve třídě A problém nastal. Děti se předháněly, které z nich bude rychlejší a píseň se nedala udržet v tempu, i když jsem se snažila je přezpívat. Cílem bylo, aby si děti uvědomily, jak tempo ovlivňuje celý výkon a jak mohou upravit svůj zpěv a pohyby podle pokynů.

U této aktivity bych vyzdvihla rozsáhlé zaměření – sluchové vnímání, zrakové, koordinaci pohybu i dech, navíc tematicky vhodné pro děti předškolního věku. Ovšem složitější úroveň bych příště nerealizovala u menších dětí, ale jen u starších ve věku 5-6 let.

6.1.6 Aktivita 6 – Emoce

Aktivitu jsem začala motivací rozhovorem, kdy jsem se děti ptala, jak se dnes cítí, což mělo za cíl otevřít téma emocí a pocity. Tato úvodní fáze byla velmi důležitá pro navázání kontaktu s dětmi a pro jejich zapojení do aktivit. Děti na moje otázky reagovaly velmi spontánně, což ukázalo, že jim není cizí reflektovat své pocity. Zkoušení mimiky obličeje pro vyjádření emocí bylo také přínosné, protože děti se naučily rozpoznávat základní emoce (radost, smutek, hněv, překvapení) a zároveň se aktivně zapojily do procesu vyjadřování emocí, což bylo zábavné.

Myslím si, že jsem správně zvolila přechod od verbální komunikace k neverbálnímu projevu, což děti nejen bavilo, ale také je to vedlo k větší představitosti. Zaujalo mě, jak rychle si začaly uvědomovat souvislost mezi emocemi a jejich mimickými projevy. Tato část aktivity se mi jevila jako efektivní způsob, jak dětem pomoci identifikovat a vyjádřit své pocity.

Pro děti bylo velmi složité vyjádřit emoce svým tělem. S mimikou a emocemi problém neměly, ale při ztvárnění emocí celým tělem nevěděly, jak tento úkol splnit. Některé děti volně běhaly po herně, jiné děti tančily na hudbu bez ohledu na ztvárnění emocí. Jednalo se spíše o menší děti, starší děti už měly snahu emoce zachytit a některým se to i dařilo. Děti měly za úkol hledat svého partnera a následně předvést emoci podle hudby, kterou jsme poslouchali. Toto cvičení rozvíjelo jejich schopnost naslouchat a vcítit se do emocí druhého. Práce ve dvojicích děti motivovala k větší spolupráci a komunikaci, ale opět to bylo velmi náročné. Děti jsem musela navádět k jednotlivým emocím. Nejdříve jsme hádali, kterou emoci partner ztvárňuje, poté jsme si řekli protiklad a zkusili ho předvést.

6.1.7 Aktivita 7 – Hlava, ramena, kolena, palce

V této aktivitě bych vyzdvihla motivaci, která nejen, že vhodně směřovala k aktivitě, ale také se děti mohly naučit a ukázat jednotlivé části těla a dozvědět se, k čemu slouží.

Při intonačním cvičení jsem záměrně zvolila hlásku *m*, protože ta je lehce vyslovitelná i pro tříleté děti.

Začala jsem zpívat píseň a zároveň ukazovat na jednotlivé části těla podle textu písně. Děti se rychle připojily a začaly zpívat, přičemž zároveň napodobovaly pohyby, které jsem ukazovala. Tento krok byl důležitý pro propojení zpěvu, pohybu a poznávání částí těla.

Děti si velmi užívaly radost z pohybu, což je stěžejní pro jejich zdravý vývoj. V další fázi jsem postupně měnila tempo zpívané písně, začala jsem pomalu a poté jsem zrychlovala. Tato změna tempa byla pro děti novým prvkem, který rozvíjel jejich schopnost reagovat na rytmus a tempo. Děti byly zpočátku opatrné, ale postupně se do tempa začaly dostávat, což ukázalo, že se dokážou přizpůsobit změnám v hudebním tempu. Zpěv při rychlejším tempu byl pro děti zábavný a zároveň náročný, což je výzvou pro jejich rytmické vnímání.

Celkově hodnotím tuto aktivitu jako velmi úspěšnou. Spojení zpěvu, pohybu a učení o těle bylo pro děti velmi přitažlivé, protože vše probíhalo v interaktivní a hravé formě. Děti si osvěžily základní informace o těle a zároveň se jim podařilo rozvinout jejich hudební, pohybové a komunikační dovednosti. Mým cílem bylo nejen naučit děti něco nového, ale také podpořit jejich soustředění, spolupráci a kreativitu prostřednictvím hry. Děti byly velmi angažované a aktivně se podílely na celé aktivitě, což je pro tuto věkovou skupinu důležitým ukazatelem úspěchu.

6.1.8 Aktivita 8 – Ztratila jsem fěrtůšek

Aktivitu jsem začala motivací video ukázkou a rozhovorem na téma hody v naší obci. Tato úvodní fáze byla velmi důležitá, protože jsem dětem pomohla pochopit kontext a význam této tradice. Lidé v obci, ve které se nachází i mateřská škola, kde jsem svou sadu aktivit realizovala, své tradice udržují a jsou na ně náležitě pyšní. Dá se říct, že děti v průvodu „chodí“ už od narození, kdy je vozí rodiče v košatinách, tudíž neměly problém poznat, o jakou tradici jde a co vlastně hody jsou.

U hlasového cvičení jsem se inspirovala logopedickým cvičením, které praktikuji i doma se svými dětmi a měla jsem tedy ověřené, že je to pro ně složité, ale zároveň velmi přínosné a zábavné.

Následně proběhnul samotný tanec. Nejdříve tancoval každý zvlášť a při tom jsme se učili text písně. Měla jsem velkou výhodu, že téměř všechny děti tuto píseň znaly, tak to netrvalo příliš dlouho.

Ve druhé úrovni děti tancovaly ve dvojicích a vypadalo to, že to nedělají poprvé. Byly sehrané, dokonce i ty menší děti. Některé dvojice jsem musela vyměnit, ve třídě A jsem párovala starší dítě s mladším, starší potom bylo v roli vůdce a lépe se sehrály.

6.1.9 Aktivita 9 – Schovej se do domečku

Příběh byl velmi vhodnou motivací, děti zcela vtáhnul do děje.

Pohyb byl základním prvkem této aktivity, kdy děti volně chodily po prostoru, poskakovaly nebo klusaly podle puštěné hudby. Hudba se stala důležitým signálem pro aktivitu. Děti si mohly pohyb přizpůsobit vlastnímu tempu, což zaručilo, že se všichni cítili komfortně. Vhodně jsem zvolila více zkušebních kol, abych se ujistila, že všechny děti pravidla pochopily. Byla jsem poučena z aktivity s názvem Sochy, kdy nejdříve vypadly malé děti, protože nerozuměly pravidlům hry. Tím, že jsme nehráli do posledního vítěze, se děti nevnímali jako soupeři.

Ve druhé úrovni se děti soustředily i na rozpoznávání barev a prostorovou orientaci. To vyžadovalo větší dávku pozornosti a koncentrace.

Celkově jsem ale s touto aktivitou velmi spokojená, protože děti byly aktivní, soustředěné a opravdu si hru užily – měly radost z pohybu. Příště by bylo možné přidat více prvků, nebo upravit pravidla. Kdy by se děti při písni pohybovaly určitým způsobem, například poskoky, chůze, klus, ...

6.1.10 Aktivita 10 – Skákal pes

Aktivitu jsem zahájila tím, že jsem opět cílila na jejich zvědavost. Ihned se dívaly, co jsem v krabici přinesla a co se bude dít. Nástroje jsme společně pojmenovali, tím jsme se zaměřili na rozpoznávání. Poté jsem přinesla klasické hudební nástroje, společně se zvukovou ukázkou jednotlivých nástrojů a tady už měly lepší přehled, o jaké hudební nástroje se jedná.

Při dechovém cvičení šlo o zklidnění a soustředění se. Hudební nástroje děti vybíraly podle sebe a hraní na hudební nástroje v kombinaci se zpěvem pomohlo dětem rozvíjet rytmické schopnosti a koordinaci mezi zpěvem a hrou. Tento aspekt aktivity byl velmi pozitivní, protože děti se aktivně podílely na vytváření hudby, což podporovalo jejich kreativitu a

hudební vyjadřování. Všimla jsem si, že děti si hraní na nástroje užívaly, každé z nich se soustředilo na to, jak dobře udržet rytmus a zapojit se do hudby.

Ve druhé úrovni aktivity jsem se zaměřila na vytvoření „orchestru“. Děti jsem rozdělila do skupin podle nástrojů, což vytvořilo prostor pro rozvoj spolupráce a koordinace. Já jsem převzala roli dirigentky a ukazovala jsem na určitou skupinu, která měla začít hrát. Tento prvek byl skvělý pro posílení schopnosti dětí poslouchat a reagovat na signály, což je důležité nejen pro hudební výchovu, ale i pro rozvoj disciplíny a týmové práce. Pokud bych měla něco příště upravit, zaměřila bych se více na individuální práci s dětmi při hře na nástroje, abych jim poskytla více prostoru pro osobní vyjádření. Také bych mohla zahrnout více různých nástrojů, které by rozšířily jejich hudební zkušenosti.

6.1.11 Aktivita 11 – Vítání jara

Aktivitu jsem zahájila rozhovorem o jarním období, změnách v přírodě a svátcích jara, což dětem pomohlo propojit téma s jejich zkušenostmi. Děti si začaly uvědomovat, jaké změny jaro přináší.

Děti velmi dobře reagovaly na doplňování veršů. Tato aktivita rozvíjela jejich motoriku, soustředění, kreativitu a paměť. S pohybem jsem si dala záležet na tom, aby byl jednoduchý a přirozený, což pomohlo dětem se aktivně zapojit bez pocitu stresu. Pohybové cvičení mělo pozitivní vliv i na jejich koordinaci a schopnost reagovat na pokyny.

6.1.12 Aktivita 12 – Na tý louce zelený

Aktivita začala rozhovorem na téma zvířat v lese, práce myslivce a ochrany přírody. Tento úvod měl za cíl vzbudit u dětí zájem o přírodu a život zvířat, což je důležité pro jejich porozumění souvislostem v přírodě. Děti byly velmi aktivní při rozhovoru, některé se dokonce podělily o své vlastní zkušenosti s návštěvami lesa nebo o zvířatech, které znaly.

Hlasová rozcvička byla součástí přípravy na zpěv a pomohla dětem připravit hlasivky na výkon. Předzpívala jsem jednoduchou melodii a děti ji zopakovaly. Měnila jsem tempo a pořadí tónů, což je pomohlo lépe soustředit a reagovat na různé hudební podněty.

Ve chvíli, kdy jsme se dostali k samotné písni, jsem dětem vysvětlila, jak mají reagovat na konkrétní slova. U slova „zelený“ měly děti mlčet a dát si ruce před ústa. Tento úkol

rozvíjel jejich schopnost poslouchat a reagovat na text, což bylo pro ně výzvou, protože měly sledovat specifické pokyny, které byly naprosto odlišné od běžného zpěvu. Děti se velmi rychle chytly a většina z nich se zapojila s nadšením. Představivost při znázorňování mlčení pomocí gest rukou byla zajímavým způsobem, jak děti zapojit nejen do zpěvu, ale i do interpretace textu písně.

6.1.13 Aktivita 13 – Komáři se ženili

Tuto aktivitu jsem začala motivací, kdy děti se seznámily s postavičkami komára a jeho nevěsty, kteří fungovali jako maňásci/maskoti. Tato forma byla velmi atraktivní a děti ji rychle přijaly. Maňásci, kteří byli vytištěni na papíru, pomohli zaujmout pozornost dětí a představili jim téma celé aktivity. Bylo vidět, že děti byli zvědavé a těšily se na to, co bude následovat.

Aktivita pokračovala zrcadlením pohybů, kdy jsem dětem předvedla pomalé a jednoduché pohyby (např. dřep, rozpažení, stoj na jedné noze). Tato část byla pro děti velmi přirozená a motivující, protože děti se zaměřily na to, jaké pohyby dělám a snažily se je napodobit. Zrcadlení je výborným nástrojem pro rozvoj motoriky a soustředění.

Ve druhé úrovni jsem děti rozdělila do dvojic pomocí hry, kde si každé dítě vytáhlo z pytlíku dřevěný geometrický tvar různé barvy a velikosti. Tento prvek byl nejen zábavný, ale i naučné. Po spárování podle tvarů se děti v dvojicích zaměřily na zrcadlení pohybů partnera na hudbu. Tento krok byl skvělým způsobem, jak zlepšit jejich vzájemnou koordinaci, empatii a schopnost spolupracovat. Bylo velmi zajímavé pozorovat, jak děti reagovaly na pohyby partnerů, jak se navzájem podporovaly a jak se soustředily na to, aby se co nejvíce přiblížily pohybu svého partnera.

6.1.14 Aktivita 14 – Eliška

Děti jsem motivovala úvodní aktivitou, kdy jsme se věnovali fonetickému uvědomování. Rozkládali jsme na slabiky naše jména, což je stěžejní pro budoucí učení čtení a psaní.

Další částí aktivity bylo vysvětlení, kdo byla Eliška, co ráda dělala, a procvičení správné výslovnosti pro zpěv písně. Artikulace je klíčová pro rozvoj správné výslovnosti, a to, že jsme se zaměřili na uvolnění mluvidel.

o artikulačním cvičení jsme přešli k samotnému zpěvu písně o Elišce. Děti se aktivně zapojily do zpěvu a pohybu, kdy jedna z nich představovala Elišku a ostatní ji následovaly v kruhu. Tato pohybová aktivita pomohla dětem nejen zlepšit rytmické vnímání, ale také se učit synchronizovat pohyb s hudbou, což je pro děti velmi důležitá dovednost. Poskoky na první dobu taktu byly snadno pochopitelné, a děti si je užívaly, protože aktivita byla hravá a umožnila jim vyjádřit se pohybem. Ten, kdo předváděl Elišku, si vybíral partnera, většinou podle toho, kdo je mu sympatický a s kým si nejvíc hraje, a to podporovalo i socializaci mezi dětmi.

Aktivita splnila svůj cíl – děti si procvičily artikulaci, rytmus, pohybovou koordinaci a užily si společné zpívání. Příprava na zpěv prostřednictvím artikulačních cvičení byla velmi účinná a děti se díky ní soustředily na správnou výslovnost. Pohybová část aktivity byla zábavná, děti se navzájem podporovaly a učily spolupracovat

6.1.15 Aktivita 15 – Já mám koně

Úvodní motivaci jsem zvolila formou hádanek o zvířatech, což se ukázalo jako velmi efektivní způsob, jak upoutat pozornost dětí a povzbudit jejich zvědavost. Děti se soustředily na hádanky, které je přivedly k odpovědi na poslední hádanku – kůň.

Dechové cvičení pomohlo nejen uvolnit jejich dechové cesty, ale také zvýšilo jejich koncentraci a připravenost na zpěv. Tato aktivita byla příjemná a zábavná, protože děti si užívaly foukání na peříčko a soutěžily, kdo udrží peříčko ve vzduchu nejdéle. Bylo to ideální cvičení pro podporu správného dýchání.

Děti se rychle naučily jednoduché pohyby, které doprovázely text písně. Zpěv s pohybem je ideální způsob, jak propojit hudbu s tělesným vyjádřením, což je pro děti v předškolním věku velmi přirozené a motivující. Repetice písně, spolu s opakováním pohybových vzorců, pomohla dětem lépe si zapamatovat jak text, tak i pohyby.

Ve složitější úrovni jsme zpívali už v rychlejším tempu. Tato změna byla velmi úspěšná, protože děti se rády zapojily do výzvy a ukázaly svou flexibilitu v pohybu i zpěvu a velmi rychle se do daného tempa dostaly.

6.2 Reflexe třídních učitelek

6.2.1 Aktivita 1 – Bude zima, bude mráz

Názor učitelky A na tuto aktivitu byl takový, že byla vhodná pro tuto skupinu dětí, ale bylo by vhodnější pokládat ještě jednodušší otázky a přizpůsobit jazyk tříletým dětem, které už tak mají velký problém s porozuměním a vyjadřováním. Velmi se jí líbilo použití vizuální opory (video ukázky). Artikulační cvičení bylo pro děti zábavné a uvolňující, ale je potřeba brát v úvahu, že ne všechny děti jednotlivé cviky zvládly, ale jako uvolnění atmosféry to bylo vhodné. Pantomimická hra jim pomohla lépe chápat téma ptáků v zimě a pokyny pro realizaci aktivity byly jasné a dobře strukturované.

Učitelka B zastává názor, že aktivita byla správně strukturovaná a motivující. Použité video podpořilo představivost a děti se snáze mohly zamyslet nad tématem zimy a života ptáků. Otázky při rozhovoru podněcovaly kritické myšlení. Zvolené metody byly efektivní a artikulační cvičení děti vhodně připravilo na pěveckou činnost. Pro menší děti je důležité zařadit pomůcky kvůli jejich rozvoji kreativity. Organizace skupinové práce byla vynikající, zde děti rozvíjely pohybovou koordinaci, spolupráci, komunikaci, ale byla škoda, že se obě úrovně realizovaly hned po sobě. Kdyby mezi úrovněmi byla jiná aktivita nebo by se druhá úroveň odehrála až další dny, mělo by to ještě větší přínos. Při této aktivitě měly děti prostor pro sebevyjádření, a to si myslí, že je klíčové pro jejich celkový rozvoj.

6.2.2 Aktivita 2 – Hra na tělo

Z reflexe učitelky A plyne, že aktivita byla dobře organizovaná a jasná. Motivace formou rozhovoru vhodná a dětem pomohla navodit téma. I když byla ale dobře strukturovaná, bylo by užitečné, kdyby byly některé části opřeny o vizuální oporu, například nejdříve pohyby těla nebo zvuky předvést, než je hned opakovat, protože některé děti měly problém se při aktivitě zorientovat. Zvolené metody byl ideální pro tuto věkovou skupinu dětí. Zvlášť vyzdvihuje hlasové cvičení, které předcházelo samotné aktivitě – předvádění zvuků zvířat (starý kocour, malé kotě,...). Při hře na tělo měly některé děti problém se zapojením, ale správně jsem jim pomohla se zapojit do tempa, které by zvolila ještě pomalejší, kvůli nedostatečné úrovni jazykových dovedností malých dětí. Všimla si, že se děti nejdříve

styděly a váhaly s vytvářením vlastních zvuků, ale postupně k zapojení nakonec došlo a začaly s nimi i experimentovat. Doporučuje, abych se více soustředila na opakování jednoduchých rytmů než zapojování složitějších.

Učitelka B si myslí, že organizace aktivity byla v pořádku a zavádění složitějších rytmů a pohybů přínosné, udržovalo to jejich pozornost, předcházela jsem nudě. Správně jsem pomáhala dětem, které měly potíže s koordinací, ale měla jsem se jednotlivých dětí zeptat, zda jim nevadí, že se jich dotknu. Tím, že nebylo potřeba žádných pomůcek, jsem děti podnítila k vlastní kreativitě a nápadům. Navrhuje zapojení týmových aktivit, které by podpořily spolupráci mezi dětmi a přidat interaktivní část, kde by děti tvořily vlastní rytmické vzorce.

6.2.3 Aktivita 3 – Sochy

Učitelka A si myslí, že se jednalo o ideálně zvolenou aktivitu, která spojuje pohyb, hudbu i fantazii. Ocenila, že byla dobře přizpůsobena všem dětem, i tomu, co se zapojit nechtělo – vhodně jsem reagovala na jeho aktuální rozpoložení a navrhla, co dál. Ostatní děti byly nadšené, snažily se být pozorné, a vžily se do rolí skřítků a víl. Aktivita zároveň rozvíjela pozornost a koordinaci pohybů. Některé děti potřebovaly více času na pochopení pravidel a naučit se správně reagovat na zastavení hudby. Tato fáze by měla být podle ní delší, nejen jedno zkušební kolo. Proto nejdříve vypadly malé děti a vždy vítězily starší. Aktivita nebyla příliš dlouhá, předešlo se frustraci z prohry, a to vše vedlo k pozitivní atmosféře ve třídě.

Učitelka B je toho názoru, že aktivita vhodně podporovala pohybové dovednosti dětí, rozvíjela schopnost se soustředit na rytmus a změny v hudbě. Ocenila strukturu a motivaci, což je vybudilo k co nejlepšímu provedení zadaného úkolu. Tato kreativní složka byla velmi vítaná a pomohla dětem pochopit pravidla hry.

6.2.4 Aktivita 4 – Předvádění zvířat

Při realizaci této aktivity si učitelka A myslí, že byla promyšlená. Úvodní motivace je přiměla aktivně se zapojit a připravit na další část – zaujala je. Děti ve věku 3-5 let potřebují jednoduchou motivaci, aby jí rozuměly. Ukázka obrázků byla efektivní. Děti správně pojmenovaly zvířata, což opět poukazuje na to, že je motivace účinná a aktivně se

zapojují. Zde vychvaluje mou trpělivost a přidávání, informací o jednotlivých zvířatech a vizuální podklad, který je velmi důležitý pro osvojování nových slov, informací.

Při realizaci hlavní části vyzdvihuje to, jak jsem udržovala jejich pozornost – když uvažovala jejich pozornost, vyzvala jsem je formou hry: „Dej si ruce na hlavu, na ramena, na břicho.“ A děti začaly ihned ukazovat společně se mnou a já jsem si získala jejich pozornost. Jako jediný nedostatek zde shledává, že jsem málo uzpůsobila podání pravidel dětem. Používala jsem pro ně zbytečně složité slovní obraty.

Učitelka B je toho názoru, že téma bylo dětem velmi blízké. Při rozhovoru se dokázaly lehce zapojit, předháněly se, kdo se ujme slova. Rády se také dělily o své vědomosti s ostatními. To podporovalo jejich komunikaci a sebedůvěru, když jsem je pochválila.

Jako klad zde uvádí, že jsem zvolila rozmanité a zároveň jednoduché pohyby, které rozvíjely jejich koordinaci, motoriku a zároveň i kreativitu.

Učitelka B zde upozorňuje na mou trpělivost, vstřícný a laskavý přístup.

6.2.5 Aktivita 5 – Piano forte

Učitelka A pozitivně hodnotí úvodní motivaci s deštníkem. U dětí jsem vzbudila zvědavost a tím se aktivně zapojovaly. Při rozhovoru jsem se věnovala jednoduchému, ale pro děti přínosnému tématu. Dechové cvičení děti upoutalo, zklidnilo a lépe se soustředily na průběh hlavní části. Chválí mou citlivost při práci s hlasivkami dětí, kdy jsem dávala velký pozor, aby hlasivky nepřepínaly, a tím jsem chránila jejich hlasový aparát.

Když jsem zařadila další – složitější pojmy, bylo to zpočátku velmi zmatené. Dětem jsem to mohla lépe vysvětlit, ale nakonec se tempu přizpůsobily, alespoň někteří. Aktivitu hodnotí kladně.

Učitelka B také zastává názor, že úvodní motivace s deštníkem byla poutavá. Rozhovor o dešti a jeho důležitosti pro planetu byl přínosný, děti přidávaly vlastní poznatky, uvažovaly o přírodních jevech. Doporučuje, rozhovor víc rozvést, děti byly velmi zaujaté. Dechové cvičení podpořilo koncentraci a děti zklidnilo po předhánění se, kdo více bude mluvit při rozhovoru. Práce s hlasem byla dobře odvedená. Děti správně pochopily reakce na pojmy piano a forte. Oceňuje správnou techniku zpěvu – do bránice.

6.2.6 Aktivita 6 – Emoce

Učitelka A chválí propojení pocitů s fyzickými projevy a s vizuální oporou, a to rozvíjelo jejich sociální a emocionální stránku. Aktivita byla nápaditá, naučná (kdo je mim, co znamená, když je někdo němý). Oceňuje výběr klasické hudby, se kterou děti nepřichází často do styku a byly tím upoutány. Vynechala by hlavní část, kdy děti pohybově ztvárňují emoce, to bylo pro ně příliš složité a nahradila by ji dramatizací a děti by reagovaly na určité situace v kontextu příběhů.

Učitelce B se také líbilo, že jsem použila vizuální oporu ve formě obrázků s vyobrazenými emocemi. Děti se naučily pojmenovávat i jiné emoce než je smutek, radost a zlost. Děti si při hlavní části aktivity soustředily primárně na mimiku, celým tělem se jim emoce složitě ztvárňovaly. Oceňuje ale hlavní myšlenku aktivity, kdy je podporováno vnímání emocí skrze hudbu. Hledání protikladů bylo efektivní. Děti lépe chápou složitější pojmy a bylo to pro ně zajímavé. Možná by to chtělo ale rozšířit o více příkladů emocí a podložit je modelovými situacemi

6.2.7 Aktivita 7 – Hlava, ramena, kolena, palce

Pro učitelku A byla velmi dobrá motivace s použitím plyšového panáka a podložení rozhovoru naučnými informacemi o lidském těle, včetně ukázky. Děti v předškolním věku mají velké logopedické problémy, tudíž vyzdvihuje výběr hlásky *m* při rozezpívání. Při hlavní činnosti byla vhodně zvolená píseň, kdy přímo propojovaly doteky jednotlivých částí těla s textem písně. Ve druhé úrovni, kdy se zrychlovalo tempo, se děti dostaly do fáze, kdy se mohly vybit, a to podpořilo jejich radost z prováděné činnosti

Učitelka B zastává názor, že úvodní motivace byla velmi poutavá a naučná. Také ona si myslí, že byla vhodně zvolená hláska *m* při intonačním cvičení, protože ani 5-6leté děti neumí správně vyslovit všechny hlásky. Největší problémy mají s písmenem *l*, *r*, *ř*. Aktivita byla pro děti zábavná a propojení s pohybem jim pomohlo si text lépe zapamatovat. Změnu tempa přijaly s nadšením, tím se učily vnímat tempo a rytmus v písni.

6.2.8 Aktivita 8 – Ztratila jsem fěrtůšek

Učitelka A oceňuje úvodní motivaci, která byla podložena i reálnou ukázkou pracovního kroje a přišlo jí zajímavé propojení tradičního oděvu s jejich komunitou, což podporovalo sounáležitost a kulturní uvědomění. Hlasové cvičení bylo pro děti zábavné. Hlavně složitější úroveň aktivity byla pro ni překvapením, že děti dokázaly tak rychle spolupracovat při tanci ve dvojici. Aktivitu by obohatila oblékáním pracovního kroje dětem.

Učitelce B se líbila video ukázka a také reálná ukázka kroje a pojmenování jeho částí, což rozšířilo jejich slovní zásobu. Hlasová rozcvička byla velmi účinná a děti formou hry posilovaly svůj jazyk. Tanec je přirozenou součástí pohybového rozvoje dětí a při něm se musí soustředit také na prostorovou orientaci. Přínosný byl tanec ve dvojici ve druhé úrovni, kdy musely děti kooperovat s partnerem.

6.2.9 Aktivita 9 – Schovej se do domečku

Učitelce A se líbil úvodní poutavý příběh. Děti se spontánně zapojovaly, ale problém nastal ve chvíli, kdy se hudba zastavila a ony se musely rychle zorientovat. Menší děti byly ve velké nevýhodě. Bylo by vhodné jim lépe vysvětlit pravidla hry. Celkově ale hodnotí aktivitu jako zábavnou a rozvíjející.

Učitelka B ocenila také úvodní příběh jako motivaci, děti se snadněji vžily do rolí trosečníků a rozvíjely svou fantazii. Pro děti této věkové skupiny byla aktivita dobře přizpůsobená a rozvíjela jejich orientaci v prostoru a rychlé reagování na pokyn. Složitější úroveň byla ještě o kousek lepší, protože děti se musely soustředit ještě i na rozpoznávání barev a aktivita se stala komplexnější.

6.2.10 Aktivita 10 – Skákal pes

Názor učitelky A na tuto aktivitu byl takový, že motivace byla pro děti atraktivní a zapojení obrázků jako vizuální opory vhodné, to stejné si myslí o zařazení dechového cvičení před hlavní částí aktivity. Ta rozvíjela koordinaci pohybů a dětem se líbil pocit svobody, který měly při hraní na nástroje. Druhá úroveň byla pro děti výzvou, ale i

zábavou. Podněcovala k týmové spolupráci. Ona sama by k aktivitě přidala možnost vytvářet vlastní rytmus a tím dát prostor k rozvoji kreativity.

Učitelka B si myslí, že aktivita vhodně směřovala k rozvoji rytmizace, sociálních schopností a kooperaci mezi dětmi.

6.2.11 Aktivita 11 – Vítání jara

Rozhovor na úvod učitelka A shledává jako vhodný a tematicky blízký dětem ve věku 3-5 let. Pohybové cvičení bylo přirozenou podporou pohybu a říkadlo velmi žádoucí pro rozvoj komunikace. Pozitivní aspektem u této aktivity bylo to, že některé děti chtěly napodobovat pohyby co nejpřesněji, ale jiné děti zase měly problém s udržením pozornosti, když se předváděl pro ně složitý pohyb jako například kroutění boků. Doporučila by nejdříve jednotlivé pohyby procvičit bez říkadla.

Také učitelka B se shoduje na tom, že téma bylo dětem blízké a přiměřené jejich věku. Děti neměly problém s udržením pozornosti, zvolené pohyby pro ně nebyly složité, ale více vhodnější shledává složitější úroveň, kdy děti musely zapojovat i paměť.

6.2.12 Aktivita 12 – Na tý louce zelený

Pro učitelku A byla přínosná hlasová rozcvička, která podporovala sluchové vnímání. Aktivita byla lehce pochopitelná i pro tříleté děti a pantomimické předvádění jim pomáhalo ke splnění daného úkolu. I když to ze začátku děti pletly, brzo zjistily, co mají dělat.

Učitelka B chválí silnou motivaci na úvod aktivity, což zjednodušilo porozumění následující aktivitě. Hlasová rozcvička včetně změny tempa podporovala aktivní zapojení. U některých dětí bylo vidět, že se více soustředí na zpěv a text písně než na samotný pohyb, mělo by to být více vyvážené.

6.2.13 Aktivita 13 – Komáři se ženili

Učitelce A se líbil nápad s maňásky, děti byly v přímé interakci s postavami. Zrcadlení pohybů bylo nápadité, rozvíjelo to jejich motoriku a koordinaci, ale druhá úroveň byla

příliš složitá. Děti záměrně volily rychlé a složité pohyby, aby to partner nemohl zopakovat, chtělo by lépe upřesnit, co je cílem.

U učitelky B byl nápad s maňásky také dobře hodnocen. Maňásci byli prostředkem poutání jejich pozornosti. Samotná aktivita byla pro děti náročná, ale zároveň i splnitelná. Líbilo se jí, jak jsem děti rozdělovala do dvojic pomocí geometrických tvarů, které si losovaly – propojila jsem zde hudební činnosti s matematickými.

6.2.14 Aktivita 14 – Eliška

Pro učitelku A bylo skvělým způsobem zapojení do činnosti vytleskávání jmen. Své jméno umí vytleskat každé dítě v této třídě, ale vytleskat jiné jméno už bylo pro ně složitější a tudíž rozvíjející. Vhodně byly také zařazeny pohybové prvky s výskokem a rotací jako podpora koordinace. Jediné negativum shledává v tom, že pro děti byl složitý text, děti jednotlivá slova neuměla vyslovit.

Pro učitelku B bylo vhodně zařazeno fonetické uvědomování, které je nutné pro hladký průběh přechodu na základní školu. Děti se učily, i když o tom nevěděly a to je velmi důležité pro jejich přirozený rozvoj. Ve druhé úrovni se musely děti soustředit na text písně, aby správně vybraly tanečního partnera.

6.2.15 Aktivita 15 – Já mám koně

Učitelka A shledává hádanky jako motivující k následující činnosti. Plynule se přešlo k hlavní části aktivity. Dechové cvičení pomáhalo dětem se zklidnit a soustředit. Pohybový doprovod umožnil se zapojit do tvorby hudebního podkladu písně, ale také představovalo obtíž ve spolupráci s partnerem a zároveň držením tempa.

Učitelce B se líbilo, jak jsem aktivně formou hádanek zapojila děti do rozhovoru. Přidávaly různé informace a vlastní poznatky, které o daných zvířatech věděly. Děti neměly sebemenší problém s hlavní částí aktivity, i když druhá úroveň byla vnímána jako výzva, nakonec se dostaly i do požadovaného tempa.

6.3 Porovnání reflexí

V této podkapitole srovnávám sebereflexi a reflexe od učitelek A a B. U každé z reflexí jsou stanoveny klady i zápory ze všech realizovaných aktivit.

Tabulka 4 Porovnání reflexí

Název a číslo aktivity	Sebereflexe	Reflexe učitelky A	Reflexe učitelky B
1 Bude zima	+ Prostor pro sebevýjádření, přizpůsobení délky, vizuální opora - fyzická náročnost	+ vizuální opora, artikulační cvičení - Složité otázky v rozhovoru	+ artikulační cvičení - realizace obou úrovní složitosti za sebou
2 Hra na tělo	+ předvádění, bez pomůcek, pomoc slabším - obtížné změnit tempo	+ rozhovor, hlasové cvičení, upoutávání pozornosti - chybí vizuální opora	+ prevence nudy, bez pomůcek
3 Sochy	+ motivace, eliminace frustrace z prohry, improvizální řešení plynoucí ze situace - nedostatečné vysvětlení pravidel	+ spojení hudby, pohybu a fantazie, přizpůsobeno všem, rozvoj koordinace pohybů, eliminace frustrace z prohry - obtížné chápání pravidel, krátká doba pro reakci	+ motivace, organizace činnosti, eliminace frustrace z prohry - obtížné chápání pravidel

Název a číslo aktivity	Sebereflexe	Reflexe učitelky A	Reflexe učitelky B
4 Předvádění zvířat	+ podpora přirozeného pohybu, vizuální opora	+ ukázka obrázků, udržování pozornosti, úvodní motivace - nedostatečně uzpůsobené podávání instrukcí	+ rozhovor, zvolené pohyby, má trpělivost, laskavost a přístup k dětem
5 Piano, forte	+ deštník, téma, dechové cvičení, opora do bránice - neschopnost udržet stejné tempo u všech dětí	+ téma, dechové cvičení, práce s hlasem, ochrana hlasivek - zmatenost dětí ve složitější úrovni	+ deštník, téma, dechové cvičení, ochrana hlasivek - málo rozvedený rozhovor
6 Emoce	+ vizuální opora - složitost aktivity	+ vizuální opora, ukázky klasické hudby - složitost	+ vizuální opora, podpora vnímání skrze hudbu - chybí podklad v reálných situacích
7 Hlava, ramena, kolena, palce	+ úvodní motivace, zvolená hláska m	+ plyšový panák, hláska m, propojení pohybu s textem	+ úvodní motivace, hláska m, zábava, propojení pohybu s textem, vnímání tempa a rytmu
8 Ztratila jsem fěrtůšek	+ hlasové cvičení, zaujetí dětí	+ ukázka kroje, hlasové cvičení - děti si kroj nemohly vyzkoušet	+ video ukázka, ukázka kroje a pojmenování jeho částí = rozvoj slovní zásoby

Název a číslo aktivity	Sebereflexe	Reflexe učitelky A	Reflexe učitelky B
9 Schovej se do domečku	+ motivační příběh, zařazení více oblastí do aktivity (barvy, tvary) - příliš jednoduché	+ poutavý příběh, zábavná a rozvíjející aktivita - malé děti znevýhodněné, nedostatečně vysvětlená pravidla	+ poutavost příběhu, rozvoj více oblastí
10 Skákal pes	+ audio a vizuální ukázka, rozvoj spolupráce a kreativity - málo prostoru k vlastnímu vyjádření, nízká variabilita hudebních nástrojů	+ motivace, dechové cvičení, zábava - bez možnosti tvořit vlastní rytmus	+ rozvoj rytmizace, sociálních schopností a kooperace
11 Vítání jara	+ rozvoj koordinace, paměti a koncentrace, podpora přirozeného pohybu	+ téma rozhovoru - cviky by měly mít děti osvojené před zapojení říkadla	+ téma rozhovoru, zapojení paměti
12 Na tý louce zelený	+ hlasová rozcvička, zapojení gest - lépe vysvětlit menším dětem	+ hlasová rozcvička, pantomima	+ motivace, hlasová rozcvička - nevyváženost zpěvu a pohybu
13 Komáři se ženili	+ maňásci, propojení hudby a matematiky - složitost druhé úrovně	+ maňásci, nápaditost - složitost druhé úrovně	+ maňásci, propojení s matematikou

Název a číslo aktivity	Sebereflexe	Reflexe učitelky A	Reflexe učitelky B
14 Eliška	+ úvodní motivace	+ vytleskávání jmen, zvolené pohybové prvky - složitá výslovnost textu písně	+ fonetické uvědomování, přirozený rozvoj za pomocí hry
15 Já mám koně	+ hádanky, dechové cvičení, složitější úroveň jako výzva	+ motivace, dechové cvičení -obtížnost při dodržení požadovaného tempa	+ hádanky, složitost jako výzva, radost ze zvládnuté činnosti

Vzhledem k realizovaným aktivitám jsme se shodly, že u dětí došlo k rozvoji dovedností. Například u rytmizace byly děti schopné vytleskávat i pohybovat se v daném rytmu, což jsme zjistily formou pozorování, poté jsem srovnávala s RVP PV jednodušší výstupy a zda se děti blíží k výstupům, také jsem se soustředila na hlavní cíle z každé aktivity, zda se podařilo naplnit (dodržování kroků při tanci, reprodukce písně, reagovat pohybem na text apod.). Aby došlo k celkovému naplnění očekávaných výstupů dle RVP PV, musela bych ve třídách působit déle, abych to mohla posoudit a nejen v rámci 15 aktivit, které jsem s nimi realizovala, ale určitě k jejich naplnění všechny z nich směřovaly.

6.4 Doporučení pro praxi

Hudebně pohybové činnosti jsou synonymem pro komplexní rozvoj dětí předškolního věku. Propojení hudby a pohybu je pro ně přirozené a podporuje jejich fyzický, kognitivní, emocionální i sociální vývoj. Je dobré střídat dynamické a klidnější aktivity kvůli udržení pozornosti dětí, dát jim prostor k vlastnímu vyjádření, využívat různé žánry, včetně klasické hudby, se kterou děti málokdy přijdou do styku. Měli bychom podporovat jejich vlastní nápady a snahu, neoceňovat jen výsledek. Doporučuju zařazovat hudebně pohybové činnosti do každodenních činností a propojovat je také s ostatními hudebními činnostmi –

se zpěvem, poslechovými i instrumentálními činnostmi. Tyto činnosti lze velmi snadno propojovat i s ostatními oblastmi, například s matematikou. Provedení těchto aktivit je velmi nenáročné, není potřeba velkého množství pomůcek, jsou časově nenáročné a lze je realizovat jak v prostoru třídy/ herny, tak i venku.

Je vhodné vybírat písně, které jsou dětem tematicky blízké, mají jednoduchý rytmus a text a pohybové prvky by měly být lehce proveditelné, ale zároveň rozvíjející.

I když ne všechny realizace aktivit dopadly dle mých představ, nevzdala jsem to a pokračovala dál, protože každý z nás se má stále co učit a někdy je potřeba i dobře připravený plán upravit v průběhu činnosti. Při své realizaci jsem také zjistila, že málo přizpůsobují podání informací dětem, poté měly problém s chápáním.

Ráda bych také zmínila poznatky a doporučení pro praxi plynoucí ze zahraničních studií ze 4. kapitoly mé práce. Shodujeme se v zařazování hudebně pohybových aktivit do každodenní praxe, protože pohyb a hudba představují přirozený způsob vyjadřování a mají nepostradatelný vliv na jejich fyzický, psychický, sociální i emoční vývoj. Aktivitu by měly sloužit jako prostředek cíleného rozvoje, nejen jako forma zábavy nebo odpočinku. Rovněž přispívají k rozvoji regulace a zvládnutí emocí, chování a lepšího adaptování se na pravidla školního prostředí. Zavádění rituálů (například svolání do kruhu za pomoci písničky) dodává dětem jistotu, posiluje pocit bezpečí. Hudebně pohybové činnosti mohou prezentovat také nástroje inkluze, překonávat kulturní bariéry, začlenit do kolektivu děti se speciálními vzdělávacími potřebami nebo děti z odlišného prostředí (odlišná kultura, jazyk, sociálně znevýhodněné rodiny, rodiny s odlišným životním stylem apod.). Společné rytmické nebo taneční aktivity rozvíjejí pocit sounáležitosti a podporují sociální interakci dětí. V neposlední řadě je třeba také zdůraznit význam těchto aktivit pro rozvoj tvořivosti, spontaneity a radosti z učení. V prostředí, kde je dětem umožněno dojít do střetu s hudbou a pohybem, dochází ke zvýšení motivace, sebevědomí a otevřenosti k novým zkušenostem.

Hudebně-pohybové činnosti by měly být vnímány jako přirozená a nenahraditelná součást výchovně-vzdělávacího procesu v mateřských školách, s širokým přesahem do všech oblastí dětského vývoje.

Důležitým faktorem také je, aby se učitelky nebály zařazovat hudební činnosti do vzdělávacích činností, odstranily svůj ostych a uměly si udělat legraci samy ze sebe, protože zábava je to, co nejvíce přitáhne dětskou pozornost.

ZÁVĚR

V teoretické části jsem se věnovala nejprve hudebním činnostem, jejich klasifikací a podáním obecných informací. Ve druhé kapitole už jsem se zaměřila přímo na hudebně pohybové činnosti, jakým způsobem mohou být pro děti předškolního věku prospěšné, co je vhodné zařazovat a jak jsou tyto činnosti uvedeny v jednotlivých oblastech v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání. Ve třetí kapitole už jsem se snažila proniknout více do praxe, uvedla jsem tam metody a techniky hudebně pohybových činností. Poslední kapitolou v teoretické části byl náhled na hudebně pohybové činnosti v zahraničí. Této problematice se věnovaly v různých výzkumech napříč celým světem, já ve své práci uvádím informace z USA, Austrálie, Polska a Velké Británie.

V praktické části jsem sestavila sadu 15 hudebně pohybových aktivit, které měly za cíl rozvíjet dovednosti dětí předškolního věku prostřednictvím hudebně pohybových činností. Realizace sady proběhla v mateřské škole v okrese Hodonín, každá z aktivit měla dvojí úroveň složitosti a byly ověřeny ve dvou věkově různě seskupených třídách. Evaluace následně byla zpracovaná ze sebereflexe a reflexí přítomných učitelek při mé realizaci. Z evaluace jsem dále vycházela pro stanovení doporučení pro praxi.

Na závěr této práce bych chtěla zmínit, že jsem se této problematice ráda věnovala, obohatilo mě to, doplnilo mé vědomosti i nedostatky, a i díky tomuto tématu jsem zjistila, že práce učitelky mateřské školy nebyl jen krok vedle, ale je to ten správný směr, kterého se chci držet i nadále.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- Brettschneiderová, V., & Kubecová, M. (2018). *Taneční činnosti v předškolním vzdělávání*. Raabe.
- Burrell, M. (2013). Music moves. In M. Baroni, G. Addessi, R. Caterina, & M. Costa (Eds.), *Proceedings of the 6th Conference of the European Network of Music Educators and Researchers of Young Children (MERYC2013)* (pp. 207–214).
https://www.researchgate.net/profile/Daniela-Lenti-Boero/publication/299445767_Sound_Mapping_and_Sound_Analysis_propedeutical_Techniques_for_Music_Education/links/56f8196d08ae81582bf3992d/Sound-Mapping-and-Sound-Analysis-propedeutical-Techniques-for-Music-Education.pdf#page=208
- Damar, M. (2023). Implications of the developing listening skills in early childhood period. *International Journal of Quality in Education*, 8(1), 140–156.
<https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/3523113>
- Dvořáková, H. (2006). *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Raabe.
- Engelthalerová, Z., Kubecová, M., Kukačková, M., Košťálová, M., & Raušerová, A. (2019). *Rozvíjíme pohybovou koordinaci dětí*. Raabe.
- Jenčková, E. (2018). *Veselé počítání s hudbou a pohybem*. Tandem.
- Jíříčková, J., Kuříková, M., Novotná, M., Kozánková, O., & Řepová, K. (2023). *Kapitoly z kreativní hudební výchovy*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta.
- Kodejška, M. (2002). *Integrativní hudební výchova dítěte předškolního věku*. Univerzita Karlova, pedagogická fakulta.
- Kolodziejewski, J., Jovanović, M., Králová, E., & Hudáková, J. (2016). Music and movement activities and their impact on musicality and healthy development of a child. *Journal of Educational Review*, 7(4), 659–669.
https://www.researchgate.net/publication/285770946_MUSIC_AND_MOVEMENT_ACTIVITIES_AND_THEIR_IMPACT_ON_MUSICALITY_AND_HEALTHY_DEVELOPMENT_OF_A_CHILD
- Koťátková, J., & Průcha, J. (2013). *Předškolní pedagogika*. Portál.
- Krejčířová, D., & Langmeier, J. (2006). *Vývojová psychologie* (2. aktualizované vydání). Grada.

Kubecová, M., Pehelová, M., Růžicková, V., & Váňová, H. (2017). *Rozvíjíme hudební dovednosti dětí*. Raabe.

Levinowitz, L. M. (1998). The importance of music in early childhood. *General Music Today*, 12(1), 4–7. <https://www.musictogether.com/about/research/research-based-program/importance-of-music-in-early-childhood>

Lišková, M. (2006). *Hudební činnosti pro předškolní vzdělávání*. Raabe.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. (2021). *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. <http://www.msmt.cz/ministerstvo/legislativa-a-dokumenty/ramcovy-vzdelavaci-program-pro-predskolni-vzdelavani>

Raková, M., Štíplová, L., & Tichá, A. (2009). *Zpíváme a nasloucháme hudbě s nejmenšími*. Portál.

Slavíková, M. (2011). *Předškolní dítě a rytmické cítění*. RVP.cz. <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/13431/PREDSKOLNI-DITE-A-RYTMICKE-CITENI.html>.

Svobodová, E., & Švejdová, H. (2011). *Metody dramatické výchovy v mateřské škole*. Portál

Šimanovský, Z., & Tichá, A. (1999). *Lidové písničky a hry s nimi*. Portál.

Šupová, L. (2023). *Hudobná výchova*. Dr Josef Raabe Slovensko, s. r. o.

Williams, K. (2018). Moving to the beat: Using music, rhythm, and movement to enhance self-regulation in early childhood classrooms. *International Journal of Early Childhood*, 50(1), 85–100. <https://doi.org/10.1007/s13158-018-0215-y>

Zezula, J. (1990). *Hudební výchova v mateřské škole*. Státní pedagogické nakladatelství.

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 Časový harmonogram

Tabulka 2 Obsah sady aktivit

Tabulka 3 Cíle sady aktivit

Tabulka 4 Porovnání reflexí