

Podmínky mateřských škol Zlínského kraje pro realizaci pohybových činností dětí

Radka Vyskočilová

Bakalářská práce
2022



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav školní pedagogiky

Akademický rok: 2021/2022

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Radka Vyskočilová**
Osobní číslo: **H190128**
Studijní program: **B0112P300001 Učitelství pro mateřské školy**
Forma studia: **Prezenční**
Téma práce: **Podmínky mateřských škol Zlínského kraje pro realizaci pohybových činností dětí**

Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury o rozvoji pohybových schopností dětí předškolního věku.
Vymezení teoretických východisek zaměřených na prostorové, materiální, personální a časové podmínky mateřských škol k rozvíjení pohybových schopností dětí.
Příprava metodologie výzkumu, stanovení výzkumného cíle a výzkumných otázek.
Realizace kvantitativně orientovaného výzkumu prostřednictvím dotazníku pro ředitele a učitele mateřských škol.
Zpracování, vyhodnocení a interpretace získaných dat.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi mateřských škol.

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

Seznam doporučené literatury:

- Dvořáková, H. (2012). *Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe.
- Kowalewski, M. (2020). The role of physical activity in the proper development of a child in preschool age. *Journal of Education, Health and Sport*, 10(12), 185-191.
- Průcha, J. (2016). *Předškolní dítě a svět vzdělávání: přehled teorie, praxe a výzkumných poznatků*. Praha: Wolters Kluwer ČR.
- Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál.
- Valach, P., Benešová, D., Salcman, V., & Schulz, H. (2016). *Děti v pohybu. Výzkumná studie v rámci mezinárodního projektu Comenius*. Köln: Netzwerk e. V.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. et Mgr. Viktor Pacholík, Ph.D.**
Ústav školní pedagogiky

Datum zadání bakalářské práce: **12. října 2021**
Termín odevzdání bakalářské práce: **29. dubna 2022**

Mgr. Libor Marek, Ph.D.
děkan



prof. PaedDr. Adriana Wiegerová, PhD.
ředitelka ústavu

Ve Zlíně dne 12. října 2021

PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- 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 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ 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.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval(a) samostatně a použítou literaturu jsem citoval(a). V případě publikace výsledků budu uveden(a) jako spoluautor.

Ve Zlíně

M. 4. 2022

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací;

(1) Vysoká škola nevydávlečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomová, bakalářská a rigorózní práce odevzdání uchazečem k obhajobě musí být již nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlášení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výtisky, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) 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, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, učje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) 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, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpirá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo učti či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlíáde k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá podmínkami mateřských škol Zlínského kraje pro realizaci pohybových činností dětí. Teoretická část se prvně věnuje vývojovým aspektům dítěte i pohybovou aktivitou dítěte a poskytuje přehled o zařazení pohybových činností v Rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání. V poslední části teoretické části jsou představeny jednotlivé podmínky mateřských škol pro pohyb dětí. Praktická část bakalářské práce má kvantitativní design výzkumu, který byl realizován prostřednictvím dotazníkového šetření a byl určen pro ředitelé i učitelé mateřských škol ve Zlínském kraji. Hlavním cílem výzkumu bylo popsat podmínky mateřských škol pro realizaci pohybových činností dětí. Podmínky byly zaměřeny na personální, prostorové, materiální, časové a finanční. Na základě výsledků výzkumu je možné vidět, že mateřské školy poskytují vyhovující podmínky pro realizaci pohybových činností dětí. Zjištěním také bylo, že učitelé, kteří se dále vzdělávají v oblasti pohybových činností, poskytují dětem lepší podmínky pro pohyb.

Klíčová slova: pohybová aktivita, motorické schopnosti, motorické dovednosti

ABSTRACT

The bachelor's thesis deals with the conditions of kindergartens in the Zlín region for the implementation of children's physical activities. The theoretical part first deals with the developmental aspects of the child and the child's physical activity and provides an overview of the classification of physical activities in the Framework Educational Program for Preschool Education. The last part of the theoretical part presents the individual conditions of kindergartens for the movement of children. The practical part of the bachelor's thesis has a quantitative research design, which was carried out through a questionnaire survey and was designed for principals and teachers of kindergartens in the Zlín region. The main goal of the research was to describe the conditions of kindergartens for the implementation of children's physical activities. The conditions were focused on personnel, space, material, time and financial. Based on the results of the research, it is possible to see that kindergartens provide suitable conditions for the implementation of children's physical activities. The finding was also that teachers who continue their education in physical activities provide children with better conditions for movement.

Keywords: physical activity, motor skills, motor abilities

V první řadě bych ráda poděkovala mému vedoucímu bakalářské práce panu Mgr. et Mgr. Viktorovi Pacholíkovi, Ph.D., za velmi cenné rady, ochotu a pomoc při zpracování této práce.

Také bych ráda poděkovala svoji rodině za trpělivost a neustálou podporu po celou dobu studia.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

OBSAH

ÚVOD	10
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 DÍTĚ A POHYB	12
1.1 VÝVOJOVÉ PŘEDPOKLADY DÍTĚTE K REALIZACI POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ	12
1.2 POHYBOVÁ AKTIVITA DÍTĚTE	13
1.3 POHYBOVÉ DOVEDNOSTI.....	15
1.3.1 Lokomoční dovednosti	15
1.3.2 Nelokomoční dovednosti.....	16
1.3.3 Manipulační dovednosti	16
1.4 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI.....	17
1.4.1 Schopnosti silové	17
1.4.2 Schopnosti vytrvalostní	17
1.4.3 Schopnosti rychlostní	17
1.4.4 Schopnosti pohyblivostní (flexibilita).....	18
1.4.5 Schopnosti obratnostní	18
2 POHYBOVÉ ČINNOSTI V RVP PV	19
2.1 DÍTĚ A JEHO TĚLO (BIOLOGICKÁ OBLAST)	19
2.2 DÍTĚ A JEHO PSYCHIKA (PSYCHOLOGICKÁ OBLAST)	22
2.3 DÍTĚ A TEN DRUHÝ (INTERPERSONÁLNÍ OBLAST).....	25
2.4 DÍTĚ A SPOLEČNOST (SOCIÁLNĚ – KULTURNÍ OBLAST).....	25
2.5 DÍTĚ A SVĚT (ENVIRONMENTÁLNÍ OBLAST).....	26
3 PODMÍNKY PRO REALIZACI POHYBOVÝCH AKTIVIT V MATEŘSKÉ ŠKOLE	27
3.1 PROSTOROVÉ PODMÍNKY	27
3.2 MATERIÁLNÍ PODMÍNKY	28
3.3 PERSONÁLNÍ PODMÍNKY	28
3.4 ČASOVÉ PODMÍNKY	28
3.5 LEGISLATIVNÍ PODMÍNKY	29
3.6 FINANČNÍ PODMÍNKY	30
3.7 PODMÍNKY ALTERNATIVNÍCH MATEŘSKÝCH ŠKOL PRO POHYBOVÉ ČINNOSTI.....	30
II PRAKTICKÁ ČÁST	33
4 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMU	34
4.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....	34
4.2 DESIGN VÝZKUMU	34
4.3 POPIS VÝZKUMNÉHO SOUBORU.....	35
4.4 VÝZKUMNÁ METODA	36

4.5	PŘEDVÝZKUM.....	36
5	VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	37
5.1	VYHODNOCENÍ POLOŽEK DOTAZNÍKU	37
5.2	POROVNÁVÁNÍ SKUPIN.....	49
5.3	INTERPRETACE VÝSLEDKŮ	51
6	SHRNUTÍ A DOPORUČENÍ PRO PRAXI	53
6.1	DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....	53
7	ZÁVĚRY	54
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	55
	SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK	58
	SEZNAM GRAFŮ	59
	SEZNAM PŘÍLOH.....	60

ÚVOD

Pohyb k předškolnímu období neodmyslitelně patří a je součástí dne každého dítěte. Dle Dvořákové (2017) je pohyb klíčový v podpoře zdraví. Pokud tedy chceme děti rozvíjet a podporovat jejich zdraví, tak je velmi podstatné, abychom pro děti v mateřských školách zajistili vyhovující podmínky pro realizaci pohybových činností.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou částí. Dělíme ji na teoretickou a praktickou část. Cílem teoretické části práce je kategorizovat podmínky mateřských škol pro realizaci pohybových činností dětí. Tato práce se zabývá podmínkami mateřských škol Zlínského kraje pro realizaci pohybových činností. Tudiž se v teoretické části zabývá vývojovými předpoklady dítěte, pohybovými dovednostmi a schopnostmi a pohybovou aktivitou, která v běžném dni v mateřské škole nesmí chybět. Teoretická část práce se také zabývá Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání a jeho dílčími cíli, které právě souvisí s pohybovými činnostmi. Přestože se všechny státní mateřské školy drží Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání, tak podmínky mateřských škol pro pohyb jsou různorodé. Proto se podmínkám věnujeme v samostatné poslední kapitole. Podmínky jsme si rozdělili hned do několika kategorií (prostorové, materiální, časové, legislativní, personální i finanční). Rozhodli jsme se věnovat zvláštní pozornost i alternativním mateřským školám, které se podmínkami pro pohyb diferencují od běžných státních mateřských škol.

V druhé části bakalářské práce se zaměřujeme na samotný výzkum, který vychází z předešlé teoretické části práce. Výzkum je kvantitativně orientovaný s využitím metody dotazníkového šetření. V této části práce je také stanoven hlavní cíl, kterým je zjistit, zda mateřské školy ve Zlínském kraji poskytují vyhovující podmínky pro pohyb. Tuto část práce jsme si rozdělili do čtyř kapitol. Úvodní část praktické části práce se zabývá charakteristikou výzkumu, kde jsme si stanovili výzkumný problém, ze kterého následně vychází výzkumný cíl práce spolu s hlavní výzkumnou otázkou práce, na které jsme poté hledali odpověď prostřednictvím dotazníkového šetření. Dotazník byl určen všem pedagogickým pracovníkům (učitelům i vedoucím pracovníkům) ve Zlínském kraji. Následující kapitola se věnuje samotnému zpracování výzkumného souboru. V praktické části také věnujeme prostor pro interpretaci dat, shrnutí praktické části a taktéž doporučení pro praxi.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 DÍTĚ A POHYB

Na úvod první kapitoly si představíme dítě předškolního věku z tělesné a kognitivní stránky. Spousta autorů uvádí, že dítě předškolního věku řadíme do období od 3 let až do počátku školní docházky, což bývá do 6-7 let. Thorová (2015) zmiňuje, že v tomto období u dítěte dochází ke zpomalení a harmonizaci vývoje.

1.1 Vývojové předpoklady dítěte k realizaci pohybových činností

V této kapitole se zaměříme na samotný tělesný vývoj dítěte. Tříleté dítě má typické znaky batolecí postavy. Tím je myšleno, že má kulovitý trup spolu s vystouplým bříškem a krátké končetiny. Hlava dítěte je v porovnání se zbytek těla větší. V období mezi čtvrtým až šestým rokem dochází k prudkému růstu, kdy se tělo dítěte tzv. vytáhne do výšky. Dítě již nemá kulovitý trup, prodlouží se mu končetiny a hlava se dítěti opticky zmenší. (Dvořáková, 2012).

Thorová (2015) tento jev popisuje jako vytrácení tzv. dětské baculatosti.

Kowalewski (2019) zmiňuje, že u dítěte od pátého roku života dochází k nárůstu svalové hmoty, čímž se dítěti zpevní nohy a trup. Tím pádem dítě získává sílu k provádění pohybu. Podle Thorové (2015) stádium první vytáhlosti řadíme do období mezi 5 až 7 rokem, kdy dítě vyroste v průměru až o 7 centimetrů ročně a přibývá rovnoměrně na váze. Postava dítěte je vytáhlá a štíhlá. U předškolního dítěte také dochází k dozrávání mozkové funkce, která mu poté umožňuje koordinaci hrubé motoriky. Proto je u dítěte přednější pohybová aktivita, která je zprostředkována pomocí hry, která je pro něj nejpřirozenější činností. (Thorová, 2015). V dnešní době je vysoká hypokineze, což je deficit pohybu. Právě hypokineze bývá příčinou spousty civilizačních chorob (obezita, cukrovka aj.). Tyto choroby ovlivňují životní styl nejen dětí, ale i dospělých. Tento ovlivněný životní styl nazýváme sedavým typem životního stylu, se kterým se spojuje i vysokoenergetický příjem potravin. Nedostatek pohybu a špatná strava vede u dětí k dětské obezitě. Obézní děti nebo děti s nadváhou trpí i psychickými problémy, kdy musí čelit nejrůznějším narážkám či posměškům od svých vrstevníků. Proto musíme přihlížet i k tomu, aby u dětí nedošlo k poruše příjmu potravy. Strava je jedním z nejzákladnějších faktorů, který má vliv na tělesný vývoj dítěte a jeho zdraví. Proto by strava měla být zdravá, pestrá, přiměřená, vyvážená a hlavně taky pravidelná. Ta správná strava dodává dítěti přísun energie. Dítěti poskytujeme stravu, která rozhodně obsahuje vitamíny, sacharidy, bílkoviny, vápník a také železo. Rozhodně by měla být rozhodně rozmanitá, protože dítě se

neustále seznamuje s novými potravinami. U některých jídel je potřeba dětem dát čas, než si je oblíbí. Taková zdravá strava by měla být ve vyváženém množství a měla by obsahovat také dostatek ovoce, zeleniny, mléčných výrobků a bílkovin. Sladkosti dětem nezakazujeme, ale omezíme je. Čemu bychom měli věnovat zvýšenou pozornost je pitný režim. Opět omezíme slazené nápoje a upřednostňujeme čistou vodu. (Perič & Březina, 2019).

Dítě předškolního věku se vyvíjí nejen tělesně, ale i kognitivně. Podle Vágnerové (2012) v poznávání se vývoj prokazuje v zaměřenosti na nejbližší svět a pravidla plácí v něm. Ve spojení s pohybovými činnostmi se dítě seznamuje s nejrůznějšími pravidly her či bezpečnostními pravidly v daném prostoru, kde je pohyb vykonáván. Ve spojení s pohybovými aktivitami je důležité, jak dítě vnímá prostoru kolem sebe. V této oblasti se zaměřujeme na egocentrickou perspektivu, kdy dítě přeceňuje velikost bližších objektů. Tedy pro dítě co je blízké je velké a co je daleko je malé, protože to tak vidí. Ovšem rozlišit směry nahoře a dole dítěti nedělá problém, ale rozlišit pravou a levou stranu dítě ještě neumí. U dítěte předškolního věku dochází k dozrávání lateralizace. (Vágnerová, 2012).

1.2 Pohybová aktivita dítěte

Pohybová aktivita je v životě dítěte i dospělého jedince nesmírně důležitá, protože rozvíjí pohybový aparát a ovlivňuje činnost svalstva a kostí. Za pohybovou aktivitou je považován jakýkoliv pohyb od chůze po jakékoliv dětské hry. Díky pohybové aktivitě podporujeme činnost srdce a plic. Protože při pohybu není srdce v klidové fázi, tudíž pracuje efektivněji. Prostřednictvím pohybové aktivity se nám i správně formuje postavení našeho těla, kdy páteř má esovité zakřivení. (Perič& Březina, 2019).

A tak v dnešní moderní době je velmi podstatné dětem předškolního věku poskytovat dostatek fyzické aktivity, protože bez ní by mohlo v tak nízkém věku dojít k řadě onemocnění, anebo ke změnám ve vývoji. (Dergisi, 2019).

Dle Thorové (2015) Na úplném počátku předškolního období dítě umí běhat, mluvit a rukama dobře pracuje, tudíž může vykonávat jemnější činnosti. Má obrovský zájem o své vrstevníky a společnou hru s nimi. Kowalewski (2019) uvádí, že pokud však dítě nedisponuje fyzickou zdatností, může se v kolektivu vrstevníků cítit nesvé.

Thorová (2015) uvádí předškolní dítě jako rychleji i koordinovaně se pohybující stvoření, které je dostatečně zralé na to, aby zvládlo nové motorické dovednosti jako např.: sportovní aktivity. Ovšem jen základy sportovních aktivit, protože dítě má omezenou

schopnost udržet rovnováhu a má omezenou schopnost vnímat a předvídat své pohyby. Při jemné motorice se učí dítě pracovat s předměty jako např.: tužka, příbor a jiné. Při kresbě můžeme vyzorovat laterální dítěte. Laterální můžeme vyzorovat i při pohybových činnostech. Kupříkladu může být fotbal, kdy můžeme vidět jaká noha je při výkopu míče dominantní, nebo při házení míče opět můžeme vidět, jaká ruka převládá.

Gába (2018) zmiňuje doporučení od světové zdravotnické organizace (WHO), že dítě předškolního věku by mělo mít 60 minut pohybu denně a 3x za týden pohyb s vysoce zátěžovými cvičení. V dnešní moderní době je tomu tak, že tuto doporučenou dobu pohybové aktivity dodržuje pouze 20% dětí.

V mateřské škole dítěti věnujeme dostatek času pro pohyb prostřednictvím řízených a spontánních činností. Pohybové činnosti můžeme uskutečnit buď individuálně, skupinově nebo hromadně.

Spontánní pohybová činnost

Spontánní pohybové činnosti jsou součástí každodenního života dětí. V mateřské škole kde mají děti svou volnost, ale vždy na začátku této činnosti mají děti stanovená pravidla od paní učitelky. Nejčastěji se spontánní činnost odehrává ve venkovních prostorech mateřské školy (zahradu). Podle Dvořákové (2011) by měli děti mít při spontánních pohybových činnostech dostatek materiálních podmínek (míče, kuželky, průlezkové apod.).

Řízená pohybová činnost

Řízená činnost je pravým opakem spontánní činnosti, protože do této činnosti učitelka přímo zasahuje a je prováděna za konkrétním cílem nebo účelem. Protože řízená činnost není celá jen o pohybu, tak to Dvořáková (2011) popisuje jako „*Pohybová chvilka*“, která může mít rozmanité funkce.

- a) **Kompenzační**- Tato funkce je využívána v případech, kdy děti dlouhodobě sedí, tak je žádoucí využít cviky na protažení.
- b) **Regenerační**- Tato funkce je využívána v případě psychického napětí. Dítě se odreaguje protřepáním končetin a protažením těla za doprovodu veselého pořekadla.
- c) **Přípravná**- Přípravná funkce se využívá vždy před určitou činností, kdy je třeba si procvičit například prsty.

- d) **Krátká-** Jinak ji lze nazvat jako krátká pohybová chvilka, která slouží k pobavení děti při čekání například na autobus.
- e) **Zahřívací-** Pokud jsme ve venkovních prostorách a dětem je zima, tak je vhodné využít zahřívací pohybovou chvilku.

1.3 Pohybové dovednosti

Pohybové dovednosti v mateřské škole rozvíjíme pomocí řízených činností. Dvořáková (2012) uvádí, že prostřednictvím získávání a zároveň i rozvíjení pohybových dovedností si dítě uvědomuje své vlastní tělo a vnímá prostor kolem sebe i ostatní lidi.

Podle Dvořákové (2012) dělíme pohybové dovednosti na lokomoční, nelokomoční a manipulační, které si následně popíšeme.

1.3.1 Lokomoční dovednosti

V lokomočních dovednostech se jedná o pohyb těla, který spočívá v přemístování těla po prostoru. Pro dítě předškolního věku je typický lokomoční pohyb chůze, běh, různé poskoky i skoky. Proto je důležité je jednotlivě v mateřské škole rozvíjet. Děti si postem času své lokomoční dovednosti zlepšují, co jim ale dělá ze začátku problém, je rovnováha. (Dvořáková, 2012).

Lokomoce ve vzpřímeném stoji

Zde se jedná o pohyby vykonávané na chodidlech. Řadíme tu tedy chůzi, běh a poskoky. Aby se dítě mohlo bezpečně a zdravě pohybovat, tak je potřebné, aby mělo vhodnou obuv. Taková obuv by měla splňovat následující kritéria: ne příliš tvrdá podrážka, zpevněné kotníky, aby obuv podporovala klenbu. Pro dítě v předškolním věku, je důležité, aby mělo možnost vyzkoušet nejrůznější terén, tudíž by mateřská škola měla nabízet například na zahradě školy rovné i kopcovité terény. Mateřská škola i rodiče by měli dbát na prevenci ploché nohy u dítěte, a tak by měli nechávat dítě chodit bosky po různém povrchu. (Dvořáková, 2012).

Lezení

Pro dítě předškolního věku je lezení přirozenou lokomocí. V tomto období nemáme na mysli lezení po kolenech, ale lezení po různých prolézačkách, stromech a spoustu dalším. Při tomto pohybu dítě zapojuje a rozvíjí svalstvo a podporuje tak zdravé zdržení těla. (Dvořáková, 2012).

1.3.2 Nelokomoční dovednosti

Tyto dovednosti jsou zcela odlišné od lokomočních dovedností a to tím, že se nejedná o žádný přesun těla z bodu A do bodu B. Zde se jedná o změny poloh našeho těla. Důležité při této dovednosti je vnímat vlastní tělo. Dítě by mělo být schopno poznat určité části těla, protože bez toho by nebylo schopné plnit pokyny. (Dvořáková, 2012).

1.3.3 Manipulační dovednosti

Jedná se o manipulaci předměty a je úplně jedno jakou částí těla se manipulací provádí. Při manipulaci se soustředíme na jemnou motoriku, kdy se dítě učí správně držet jednotlivé předměty a zároveň poznává jejich vlastnosti a učí se je ovládat. (Dvořáková, 2012).

Nejčastěji manipulujeme rukama, ale dá se i nohama, koleno i třeba břichem. Mezi manipulační dovednosti řadíme například házení, kutálení, kopání i nošení. (Dvořáková, 2011).

Házení

Jedná se o komplexní manipulaci, kdy se děti učí házet jednou či oběma rukama. Podle Dvořákové 2012 má házení své vývojové znaky. Děti se učí házení nápodobou, a tak je potřebné jim dát dostatek času a vhodné podmínky pro nácvik házení. Při této manipulační dovednosti je velmi podstatná spolupráce oka a ruky, a to z toho důvodu, aby se dítě lépe zaměřovalo při hodů na cíl. (Dvořáková, 2012).

Kopání

Při této manipulaci je velmi podstatná rovnováha těla. Prvně se dítě učí kopat bez jakéhokoliv náprahu (v klidové fázi). Jakmile to dítě zvládá, tak se pokouší s náprahem, s tím, že je míč stojí před nohou. Později zvládá kopat míč vnitřní stranou nártu se záměrem na cíl nebo s kamarádem. (Dvořáková, 2012).

Manipulace předmětu jiným předmětem

Tato dovednost je potřebná pro spoustu sportů jako například hokej, florbal, tenis a spoustu dalších. Je jasné, že děti předškolního věku nebudou hrát v mateřských školách třeba tenis, a tak se tato dovednost rozvíjí například prostřednictvím lžičky a míčku. (Dvořáková, 2012).

1.4 Pohybové schopnosti

Perič a Březina (2019) definují pohybové schopnosti jako: částečně vrozené předpoklady k provádění určitých pohybových činností.

Podle Dvořákové (2012) dělíme pohybové schopnosti na silové, rychlostní, pohyblivostní a obratnostní.

1.4.1 Schopnosti silové

Jedná se o jakýkoliv pohyb, při kterém dochází ke stahu svalu. Abychom mohli vykonávat pohyby jako je například chůze nebo klidně i samotný postoj, tak je k tomu potřeba využít sílu prostřednictvím svalů. Využíváme buď svaly celého těla, anebo jen menší část svalů lidského těla. Tuto schopnost je velmi podstatné rozvíjet již v předškolním věku, kdy děti učíme správnému držení těla. V předškolním období tyto schopnosti rozvíjíme prostřednictvím činností zaměřené na dynamické zatěžování, kdy děti budou střídavě v silovém napětí a následném uvolnění. V mateřské škole můžeme zvolit jako dynamickou činnost různé poskoky či odrazy a jiné. (Dvořáková, 2012).

1.4.2 Schopnosti vytrvalostní

V této schopnosti se věnujeme vytrvání v dané pohybové činnosti po delší dobu. Při vykonávání vytrvalostního pohybu zapojujeme opět svaly celého těla (či jen lokálně) a tím dochází k rozproudění srdečně- cévního a dýchacího aparátu. V prostředí mateřské školy rozvíjíme vytrvalostní schopnosti prostřednictvím dynamické pohybové činnosti jako je například honička, protože děti setrvávají v nepřetržitém pohybu s krátkými odpočinky. (Dvořáková, 2012).

1.4.3 Schopnosti rychlostní

Při této schopnosti se jedná o to, aby člověk provedl pohyb co nejrychleji (například na pokyn či na signál). Aby bylo dítě schopno okamžitě reagovat na signál, musí u něj dojít k dozrání centrálního nervového systému. Příkladem nám může být 3leté a 6leté dítě. U 3letého dítěte je značné, že nemá zcela zralou nervovou soustavu, protože reagují na určité podněty pomalu, než 6leté dítě. V mateřské škole rozvíjíme tuto schopnost prostřednictvím pohybových činností zaměřené na reakci na signál a opakování krátkých aktivit jako je například co nejrychleji doběhnout na předem určené místo. Reakce na signál rozvíjí nejen rychlostní schopnosti, ale i sluch a zrak. (Dvořáková, 2012).

1.4.4 Schopnosti pohyblivostní (flexibilita)

Tyto schopnosti můžeme také nazvat jako schopnosti flexibility, kdy se jedná o pohyblivost v kloubech. Protože se děti v předškolním věku neustále vyvíjí, tak ještě nemají zcela dokončený vývoj kloubů, a tak jsou více flexibilní než například dítě školního věku. V mateřské škole se nesnažíme o zvyšování kloubního rozsahu, ale o udržení kloubní pohyblivosti. A tak s dětmi nenacvičujeme žádné rozštěpy ani nic podobného. U dětí může dojít ke zkrácení svalů, což znemožňuje pohyblivost kloubů, proto je velmi podstatné s dětmi provádět tzv. strečink, kdy si děti pomalu protahují celé tělo, zaujmou danou polohu a setrvávají v ní. Při strečinku je podstatné se zaměřit i na dech, kdy je potřeba při setrvání v dané poloze vydechnout. (Dvořáková, 2012).

1.4.5 Schopnosti obratnostní

Dítě na konci předškolního období má téměř zralou centrální nervovou soustavu a je schopno učít se novým dovednostem. Mezi obratnostní schopnosti řadíme například schopnosti rovnováhy, orientace v prostoru i koordinaci částí těla. Tyto schopnosti je dobré rozvíjet například nápodobou, opakováním či používáním podpůrných pomůcek (šikmá plocha apod.). (Dvořáková, 2012).

2 POHYBOVÉ ČINNOSTI V RVP PV

Hlavním cílem předškolního vzdělávání je, aby dítě bylo rozvíjeno po všech stránkách (fyzická, psychická a sociální). Proto je velmi důležité, aby se učitelé drželi rámcových cílů, které jsou podstatné pro orientaci v předškolním vzdělávání.

1. Rozvíjení dítěte, jeho učení a poznání
2. Osvojení základu hodnot, na níž je založena naše společnost
3. Získání osobní samostatnosti a schopnosti projevovat se jako samostatná osobnost působící na své okolí

(RVP PV, 2018, s.10)

Tyto cíle se rozvíjí v rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání (dále jen RVP PV) v páté kapitole o vzdělávacích oblastech (dítě a jeho tělo, dítě a jeho psychika, dítě a ten druhý, dítě a společnost a dítě a svět). Prvně se budeme věnovat první oblasti, která nám nabízí nejvíce prostoru k pohybovému rozvoji dítěte.

2.1 Dítě a jeho tělo (biologická oblast)

V této oblasti je hlavním cílem rozvíjet dítě po tělesné stránce. K tomu nám dopomáhají stanovené **Dílčí vzdělávací cíle**, jejich obsah si dále specifikujeme.

Uvědomění si vlastního těla

Jak uvádí Dvořáková (2012), tak tělo tvoří propojení člověka a vědomí s okolím. Tím poukazuje na to, že dítě prostřednictvím činností poznává se tělo.

Poláková (2019) uvádí, že vnímání vlastního těla je náš smysl. Tento smysl popisuje jako smysl pro pohyb a vnímání pozic těla. U dětí je důležité si uvědomit vlastní tělo proto, aby dokázaly provádět pohyb správně a vyvarovali se zraněním.

Příkladem může být pohybová chvílka, kdy při protahování těla může zjistit, že ho to někde táhne nebo bolí. Tudíž dítě zjišťuje (s dopomocí učitelky), že má nějaké svaly, které je třeba protahovat.

Rozvoj pohybových schopností a zdokonalování v oblasti hrubé i jemné motoriky, ovládnutí pohybového aparátu a tělesných funkcí

Tento cíl poukazuje na to, že v mateřské škole musíme stále zdokonalovat dítě v oblasti jemné a hrubé motoriky. Jemná motorika je podle Vyskotové a Macháčkové (2013) schopnost, která umožňuje manipulaci s malými předměty. Dítě se tak učí řízení rukou i nohou a jejich přesnosti. Prostřednictvím hrubé motoriky se dítě učí správnému držení těla, koordinaci pohybu a celkové pohyblivosti těla.

V mateřské škole rozvíjíme pohybové schopnosti prostřednictvím pohybových dovedností. Jako příklad uvedla Dvořáková (2012) běhání. Tím, že rozvíjíme lokomoční dovednost běhání, zároveň rozvíjíme schopnosti vytrvalostní, rychlostní i silové.

Rozvoj a užívání všech smyslů

Poláková (2019) zmiňuje několik smyslů. Prvním z nich je Hmat, který patří k nejzákladnějším smyslům, které rozvíjí nervové spoje. Hmat velmi souvisí s pohybovou koordinací. Sluch je opět dalším základním smyslem, kterým přijímáme nespočet informací. Sluch u dětí rozvíjíme hned z několika důvodů, kdy jedním z nich je vývoj řeči a rozvoj myšlení. Dalším smyslem je zrak. Tento smysl hraje při pohybových činnostech velmi důležitou roli, protože je se díky němu orientuje v prostoru. Pomocí zraku získáváme informace o okolí kolem nás (jestli předmět je daleko, blízko, jaký má tvar, barvu apod.). Úkolem učitelky je poskytnout dětem dostatečné prostorové podmínky, aby se děti mohly více pohybovat a orientovat se v něm. Čich je též velmi podstatný při pohybových činnostech a proto bychom ho měli rozhodně dále rozvíjet. Čich totiž souvisí s dýcháním, které rozvíjíme prostřednictvím relaxačních cvičení, kdy úkolem je dýchat zhluboka, protože je to zdravé pro tělo. Smysly můžeme rozvíjet pomocí her. Příkladem může být hra signál, kdy paní učitelka stanoví pravidla (např.: při rychlém bubnování budou děti běhat). Dítě tak při této pohybové chvílce využívá zrak, sluch a třeba i hmat. Zrak využívá, proto aby se orientoval v prostoru a aby se s nikým nesrazil. Sluch využívá, aby slyšel pokyny a signál.

Rozvoj fyzické a psychické zdatnosti

Zdatnost fyzická i psychická je často definována jako schopnost vyrovnat se různým náročným situacím. (Dvořáková et al, 2015).

Dle Dvořákové (2012) fyzická zdatnost je propojena s rozvojem pohybových schopností a psychická zdatnost se rozvíjí u pohybových činností například při neúspěchu.

Osvojení si věku přiměřených praktických dovedností

Tyto dovednosti spolu souvisí s pohybovými dovednostmi. Praktickými činnostmi se rozumí běžná hygiena, sebeobsluha a jiné. Dítě se v tomto cíli učí manipulovat s předměty, jako je například oblékání. Dítě se učí a zdokonaluje při převlékání nebo hygieně. Když se zaměříme na převlékání, tak dítě manipuluje s oblečením. Snaží se ho pověsit, obléct, vysvléct, zapnout či někam odložit. (Dvořáková, 2012).

Osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě

Zdraví můžeme definovat jako stav tělesné, duševní i sociální pohody. (WHO, 1948 in Machová & Kubátková a kol., 2016).

Prvně bychom mohli zvolit aktivitu, kdy si dítě zvolí část těla a pokusí říct co ta daná část těla dělá. Poté bychom mohli využít jednotlivé pomůcky, které by nám dopomohly zkoumat naše tělo. Dvořáková (2012) uvádí jako příklad sport-tester, který nám změří tepovou frekvenci. Děti tak mají příležitost vyzkoušet, jaký budou mít tep v klidové fázi a třeba po běhání.

Osvojení si poznatků a dovedností důležitých k podpoře zdraví, bezpečí, osobní pohody i pohody prostředí

Čeledová a Čeleva (2010) definují podporu zdraví jako jedno z nejdůležitějších elementů při péči o zdraví. Podpora zdraví zahrnuje ochranu a upevňování zdraví. Proto bychom měli dbát na to, aby si děti vážili svého zdraví a nevystavovali se zbytečnému nebezpečí. Důležité je si stanovit pravidla při pohybových činnostech. Ať už se jedná o řízené nebo spontánní, tak nesmíme zapomenout dbát na své bezpečí a bezpečí ostatních. Učitelka stanoví pravidla na počátku jakékoliv pohybové aktivity a úkolem děti je dodržet.

Kupříkladu mohou být žebřiny, na které mohou děti lézt, ale jen do určité výšky. (Dvořáková, 2012).

Vytváření zdravých životních návyků a postojů jako základů zdravého životního stylu

Je velmi podstatné, aby si děti osvojili zdravé životní návyky hned od počátku. Jak už je výše zmíněno, tak v dnešní době se začíná zvyšovat hypokineze, která souvisí i se stravou dítěte. Proto Šimik (2013) doporučuje, abychom vedli děti ke zdravému životnímu stylu, jehož součástí je: zdravá výživa, vysoká pohybová aktivita a dostatek spánku.

Proto Dvořáková (2012) doporučuje, aby děti měly každodenní pohyb.

2.2 Dítě a jeho psychika (psychologická oblast)

I když tato oblast není přímo zaměřená na pohybové činnosti, tak se i tak v nich objevují, protože pohyb patří bezprostředně k dennímu pořádku dítěte. Tato oblast se dělí na další 3 podoblasti (Jazyk a řeč, poznávací schopnosti a funkce, představivost a fantazie, myšlenkové operace, sebepojetí, city a vůle)

- 1) **Jazyk a řeč** – V této podoblasti se zaměřujeme na rozvoj řečových schopností a jazykových dovedností, tudíž se zde jedná o pohyb mluvidel. Dílčí cíle si dále specifikujeme níže.

Rozvoj řečových schopností a jazykových dovedností receptivních i produktivních

Řečové schopnosti a jazykové dovednosti obvykle rozvíjíme pomocí logopedických chviliek. Dítě potřebuje řečové schopnosti rozvíjet, aby došlo k rozšiřování slovní kapacity. (Mertin & Gillerová, 2010).

Rozvíjet řečové schopnosti a jazykové dovednosti je možné rozvíjet prostřednictvím pohybové aktivity. Příklad uvádí Dvořáková (2012) jako čertovskou honičku. Tato honička je na stejném principu jako běžná, akorát „čert“, který chytá, tak musí vydávat zvuk (bl, bl, bl), tím procvičujeme u dětí jazyk.

Rozvoj komunikativních dovedností a kultivovaného projevu

Podle Mertina a Gillerové (2010) komunikativní složka řeči u dětí předškolního věku převládá nejvíce. Komunikace v tomto věku se stává prostředkem k dorozumívání.

Komunikativní dovednosti může rozvíjet prostřednictvím pohybových her. Když zvolíme hru „Honzo vstávej“. Ovšem nemusí se jednat o dlouho mluvící hry. Při hře jako je *Cukr, káva, limonáda* se též rozvíjí komunikace. Ne vždy se jedná o verbální komunikaci. Neverbální komunikace bývá často využívána při párových honičkách, kdy není moc prostoru pro komunikaci. (Dvořáková, 2012).

Vždy se nemusí jednat o pohyb mluvidel. Pohyb se dá vykonávat i v případě neverbální komunikace, kdy se dítě pokouší dorozumět různými gesty či mimikou.

2) Poznávací schopnosti a funkce, představivost a fantazie, myšlenkové operace

Tato oblast se zaměřuje na představivost a fantazii, která je též dobře využitelná při pohybových činnostech. V této podoblasti jsou rozebírané další dílčí cíle.

Rozvoj, zpřesňování a kultivace smyslového vnímání, přechod od konkrétně názorného myšlení k myšlení slovně – logickému (pojmovému), rozvoj paměti a pozornosti, přechod od bezděčných forem těchto funkcí úmyslným, rozvoj a kultivace představivosti a fantazie

Pugneorvá (2019) popisuje paměť jako schopnost přijímat, udržet a opětovně užívat informace a pozornost jako proměnlivý mentální proces, jehož úkolem je přijímat omezený počet informací. V mateřské škole neustále trénujeme dětskou paměť a rozvíjíme pozornost prostřednictvím her.

Dvořáková (2012) uvádí, že pohybové činnosti jsou zdrojem nových poznatků jak o vlastním těle, tak i o prostředí a pravidlech. Pozornost v mateřské škole můžeme rozvíjet prostřednictvím hry na signál a paměť též, kdy úkolem dětí je na každý druh signálu provést daný pohyb.

Rozvoj tvořivosti (tvořivého myšlení, řešení problémů, tvořivého sebevyjádření)

Dle Fichnové a Szobiové (2012) je tvořivost definovaná jako schopnost vytvářet nové a originální způsoby řešení. Učitel může tvořivost rozvíjet prostřednictvím pohybových her, kdy dětem zadá úkol, při kterém musí vyřešit problém. Příkladem může být dráha, při které děti mají za úkol vymyslet originální způsob projití překážek.

Nebo také příkladem můžou být nejrůznější cvičení, kdy dítě na pokyn učitele musí zaujmout nějakou polohu nebo udělat pohyb. Dítě tak prostřednictvím své představivosti udělá daný pohyb. Například „*Jak roste semínko*“. (Dvořáková, 2012).

- 3) Sebepojetí, city a vůle** – Pro tuto podoblast bych vybrala následující dílčí vzdělávací cíle.

Poznávání sebe sama, rozvoji pozitivních citů ve vztahu k sobě (uvědomění si vlastní identity, získání sebevědomí, sebedůvěry, osobní spokojenosti)

Zde se opět nejedná o pohyb jako takový, ale rozhodně se ho týká. Příkladem může být například pochvala dítěte za něco, co dokázalo. Dítěti se tak zvedne sebevědomí a bude spokojené, že to zvládlo.

Pokud dítě podporujeme v samostatnosti, tak časem se u dítěte upevní zdravé sebevědomí. Bude si věřit, při řešení problému a nebude se bát obhájit svůj názor. (Svobodová et al, 2015).

Získávání schopností záměrně řídit své chování a ovlivňovat vlastní situaci

Podle Dvořákové (2012) by pohybové činnosti měly být natolik zábavné, aby se dítě chtělo do nich zapojit samo.

Rozvoj schopností citové vztahy vytvářet, rozvíjet a city plně prožívat

U dítěte je schopnost vnímat a projevat své emoce vrozenou záležitostí. V porovnání dítěte na počátku 3 let a 6 let, je obrovský rozdíl v emočním prožívání. Na počátku školní docházky je dítě schopno korigovat své prožívání. Učitelka si musí dát pozor na

děti, které prožívají silné emoce, protože je poté může bránit strach, aby se zapojily do pohybové aktivity. (Svobodová et al, 2015).

Dítě při pohybových činnostech hodně projevuje své city. Ať už se jedná o radost z úspěchu či vztek z neúspěchu. Může se jednat i o konflikt s vrstevníkem, který je nejlepší řešit prostřednictvím rozhovoru či vysvětlování, kdy nakonec problém vyřešíme. (Dvořáková, 2012).

Rozvoj a kultivace mravního i estetického vnímání, cítění a prožívání

Dvořáková (2012) uvádí, že estetická a citová výchova se mírně spojuje s pohybovými činnostmi. Kupříkladu je pohyb s hudbou. Dítě má tak možnost prostřednictvím hudby a tance se uvolnit a vyjádřit své emoce pomocí tance či různého pohybování (poskoky, dupání, tleskání a jiné).

2.3 Dítě a ten druhý (interpersonální oblast)

Tato oblast je dobře využitelná při pohybových činnostech. Pohybové hry jsou velmi často společenské a kontaktní hry. V prostředí mateřské hry můžeme využít hned několik pohybových her, které budou buď skupinové, párové či individuální.

Dvořáková (2012) zmiňuje, že děti tak **spolu** hrají hry, spolupracují a komunikují. Každá taková hra musí mít jednoduchá a srozumitelná pravidla.

Příkladem pohybové hry může být hra na lepidla, kdy děti utvoří kupříkladu dvojice a „*slepují se*“ navzájem k sobě stejnými částmi těla.

2.4 Dítě a společnost (sociálně – kulturní oblast)

Tato oblast se sice zaobírá uměním, kulturou, společenskými pravidly i dramatickými činnostmi, ale i tak můžeme toto všechno využít v pohybových činnostech. Každá hra má určité pravidla a je velmi zdvořile a důležité pro fungování hry, aby se dodržovala. Povinností dětí je tyto pravidla dodržet. (Hazuková, 2014).

Jde zde o to, aby děti dodržovaly jednoduchá a srozumitelná pravidla, která slouží k respektování společenských hodnot. Příkladem v mateřské škole může být hra s padákem. Pokud ovšem mateřská škola poskytuje dostatek vnitřního či venkovního prostoru pro tuto hru. Cílem hry je, aby se děti sjednotily a spolupracovali. Pokud kupříkladu zadáme pokyn padák nahoru, tak všechny děti zvednou padák nahoru. V případě, že nějaké dítě neuposlechne, tak se padák celý nezvedne, což zapříčiní problém

hry. V ten moment nastane účelné neuposlechnutí předem domluvených pravidel a hru by pak bylo nemožné hrát. (Dvořáková, 2012).

2.5 Dítě a svět (environmentální oblast)

Tato oblast je jasně zaměřená na přírodovědné vzdělávání (environmentální výchovu), ale i zde se mohou využít pohybové činnosti.

Environmentální výchova se zabývá vztahem člověka k přírodě a životnímu prostředí. Tuto výchovu lze uskutečnit ve venkovních prostorách mateřské školy, ale i mimo ní. Když se zaměříme na pohybové činnosti v této oblasti, tak důležité budou pro nás prostorové podmínky. Díváme se například na to, zda má mateřská škola různé terény pro pohyb (kopcovité povrchy, rovné i nerovné povrchy) i zda kupříkladu poskytuje stromy k lezení. (Kapuciánová, 2014).

Pohybové činnosti přispívají k rozvoji schopnosti porozumět a orientovat se v nových podmínkách, umět si poradit s novou situací, přizpůsobit se, nebo naopak působit na okolní skutečnosti v pozitivním smyslu. (Dvořáková, 2012, s. 26).

3 PODMÍNKY PRO REALIZACI POHYBOVÝCH AKTIVIT V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Aby mateřská škola mohla děti rozvíjet po fyzické stránce, tak je potřebné zajistit podmínky, které to umožňují. Následně si jednotlivé podmínky pro realizaci pohybu představíme.

3.1 Prostorové podmínky

Prostorové podmínky dělíme na podmínky vnitřní a podmínky vnější. Tyto části mateřské školy musí splňovat určité požadavky stanovené zákonem. (Pemová&Ptáček, 2013).

Prostorové podmínky se odvíjí od umístění mateřské školy. Tedy zda mateřská škola se nachází ve městě či na vesnici. Velký rozdíl v městských mateřských školách je i v jejich poloze. Zda se mateřská škola nachází v centru města či na okraji města, kde není zas tak velký dopravní ruch. Městské mateřské školy mohou mít možnost návštěvy různých venkovních sportovišť nebo i vnitřních sportovních hal, zatím co vesnické mateřské školy určitě mohou využívat přírodní okolí, které městské mateřské školy nemají k dispozici. (Dvořáková, 2011).

Prvně se zaměříme na podmínky vnitřní. Mateřská škola musí zajišťovat dostatek prostoru, aby se dítě mohlo volně a dynamicky pohybovat. Takový prostor nesmí obsahovat stoly s židličkami, hrací koutek a jiné z důvodu bezpečnosti dětí. Mateřská škola může využívat různé tělocvičny nebo herny určené k volnému pohybu dětí. Tento daný prostor musí mít stanovená pravidla bezpečnosti, tak aby děti dodržovaly odstupy, měli předem danou výšku lezení a jiné. Důležitým pravidlem v prostorech, určeným k pohybu je respektování druhých. Tudíž se děti nesmí do nikoho strkat, anebo zacházet s náčiním tak, aby neohrozily někoho druhého. (Dvořáková, 2011).

Když se zaměříme na vnější prostory mateřské školy například zahrada, tak je důležité, aby zahrada obsahovala nejrůznější druhy terénu jako např.: trávnatý, asfaltový, nerovný, kopcovitý. Také by její součástí měly být i nejrůznější prolézačky (jak z kovů, tak i ze dřeva), pískoviště a místa určená pro hry. V případě, že zahrada není součástí mateřské školy, tak ji lze nahradit venkovním pobytem v přírodě (les, louka), anebo na nejrůznějších dětských hřištích či venkovních sportovních areálů. (Dvořáková, 2011).

Pokud mateřská škola nemá možnost venkovních prostor pro pohyb dětí, tak se pravděpodobně zaměří na vnitřní vybavení školy. (Dvořáková, 2011).

3.2 Materiální podmínky

Je velmi podstatné, aby mateřská škola poskytovala opravdu pestrý výběr pomůcek, které budou vhodně umístěny pro spontánní aktivity dětí v průběhu dne. (Dvořáková, 2011).

Nesmíme zapomenout, že i materiální podmínky se dělí na vnitřní a vnější. Také bych tyto podmínky rozdělila na tradiční a netradiční, kdy mezi netradiční bych zařadila např.: obal od kindersurprise (vajíčko), papírové koule, PET láhve a jiné. Mezi tradiční pomůcky bych zařadila švihadlo, obruče, míčky apod.

Při vnitřních spontánních aktivitách máme na mysli náčiní jako například molitanové míčky, plastové míčky, obruče, švihadla, kuželky, balanční podložky. Určitě je důležité, aby mateřská škola zajistila i nářadí jako např.: žebřiny, trampolíny, kladiny a třeba lavičky. (Dvořáková, 2011).

3.3 Personální podmínky

Je velmi podstatné, aby každý pedagogický pracovník, znal tělesné a pohybové zákonitosti dětí a hlavně, aby zvládl děti vhodně podporovat. Postoj k pohybovým činnostem má každý pedagog jiný, což ovlivňuje podmínky (prostorové, materiální i časové), které zajišťuje. Tudiž některé učitelky mají kladný vztah k pohybu a některé zas negativní. Negativní postoj bývá v důsledku strachu o bezpečnost dětí, proto je důležité si s dětmi stanovit pevná pravidla bezpečnosti, jak při řízených aktivitách, tak při spontánních. Tyto pravidla by měla být jasná a výstižná, aby si je děti zapamatovaly. Pokud se pedagog o svou profesi více zajímá a má snahu se dále vzdělávat prostřednictvím nejrůznějších školení, tak může být mateřské škole ku prospěchu. Mateřská škola tak může zavést například sportovně zaměřené kroužky, které se konají po programu školy, které děti pravidelně navštěvují klidně i s rodiči. (Dvořáková, 2011).

3.4 Časové podmínky

Jak už víme, tak pohyb v životě dítěte je opravdu nezbytný, proto nesmí chybět i v režimu dne mateřské školy. Pohyb musíme pravidelně zařazovat do denního režimu dne v řízených, částečně řízených a spontánních činnostech. Dítěti by mělo být poskytováno asi 5 hodin pohybu v průběhu dne. (Dvořáková, 2011).

Čas strávený spontánní aktivitou je pro dítě velmi zásadní, a to z toho důvodu, že si při ní dítěte zdokonaluje své zdatnosti. (Dvořáková, 2012).

Podle Dvořákové je „*spontánní pohybová aktivita prostředkem: pohybového rozvoje- ovládnutí a procvičování dovedností, fyziologického rozvoje- ve spontánních hrách je dítě mnohem aktivnější a mnohem intenzivněji se pohybuje, osobního a sociálního vývoje v samostatnosti, sebeodpovědnosti, vztahu k ostatním, dodržování společenských a domluvených pravidel.*“ (Dvořáková, 2011, s. 109).

Řízené činnosti dělíme dle Dvořákové na pohybové chvilky a tělovýchovnou jednotku. (Dvořáková, 2011).

Pohybové chvilky jsou nezbytnou součástí režimu dne v mateřské škole a mohou hned několik funkcí. Kompenzační funkce je se využívá v případě, kdy dítě dlouhodobě sedí a je potřebné, aby se protáhlo. Regenerační funkci můžeme nazvat také jako relaxační chvilkou. Přípravná funkce se využívá před nějakou činností (například před výtvarnou činností, kdy je potřeba si procvičit prsty). Zahřívací funkce slouží k zahřátí organismu, pokud je dětem například zima. (Dvořáková, 2011).

Tělovýchovná jednotka se skládá z 5 částí. První část se věnuje zahřátí svalu, obvykle se jedná o rychlou a dynamickou hru. Druhá část se již věnuje protažení všech svalů. Třetí část se zabývá činností, u které si děti mohou vyzkoušet nové dovednosti pomocí různých pomůcek. Takové činnosti je dobré vykonávat s individuální podporou od pedagoga, protože pomůže dítěti jak po fyzické, tak po psychické stránce. Čtvrtá část zahrnuje hru, která opět děti stmelí do kolektivu. Poslední a pátá část je spíše odpočinková. Děti si uvolní a vytřepou svaly a odpočívají klidně za doprovodu relaxační hudby. (Dvořáková, 2011).

Mateřská škola může poskytnout pohybové aktivity i mimo rámec školy. Kdy mateřská škola nabízí nejrozumnější kroužky jako například cvičení s rodiči, plavání a jóga. (Dvořáková, 2011).

3.5 Legislativní podmínky

Podle vyhlášky č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých by měla mateřská škola zařídit vnitřní prostorové podmínky. Dle § 4 musí prostory mateřské školy, které jsou určeny pro pohyb splňovat nejméně 4 m² na jedno dítě. Prostory určené pro pohyb dětí musí

dle § 5 splňovat větratelná okna obsahující ovládání ventilačních otvory, která budou přístupná

na dosah pedagoga. Podlaha musí splňovat protiskluzovou úpravu a musí být pružná kvůli dynamickému i statickému zatížení. Topení je zabezpečeno tak, aby nedošlo k ohrožení na zdraví dítěte.

3.6 Finanční podmínky

Mateřská škola podle § 160 odst. 1 Školského zákona, získá finance ze státního rozpočtu, pod podmínkou, že je zapsána v rejstříku škol. Školská zařízení využívají financí ze státního rozpočtu na financování pedagogické práce, financování nepedagogických pracovníků a na ostatní neinvestiční výdaje tj. učební pomůcky a prostředky (to může zahrnovat právě i materiální vybavení pro pohybové činnosti dětí.

3.7 Podmínky alternativních mateřských škol pro pohybové činnosti

Každá mateřská škola je svým způsobem originální a taky poskytuje jiné podmínky pro pohyb. Nyní si jednotlivé alternativní mateřské školy představíme a následně popíšeme, v jakých podmínkách pro pohyb jsou odlišné od druhých mateřských škol.

Waldorfská mateřská škola

Waldorfské školy jsou jedny z prvních alternativních škol. Tato škola vychází z waldorfské pedagogiky, která vychází z antroposofické filosofie Rudolfa Steinera. Waldorfské školy se zaměřují na vývojové zákonitosti dítěte, schopnosti učit se dítěte a jeho rozvoji vztahu ke světu. (Průcha a kol., 2016).

Waldorfská mateřská škola se liší od ostatních mateřských škol vybavením. Zde nenajdeme žádné plastové či jiné umělé vybavení, protože se zaměřují na přírodní materiální vybavení. Waldorfská pedagogika také nabízí dětem pohybovou výchovu, která nese název eurytmie.

Lesní mateřská škola

Lesní mateřská škola se liší od ostatních alternativních škol tím, že většina času se odehrává ve venkovním prostředí (v přírodě) v jakémkoliv počasí. Pokud je počasí extrémní a mělo by ohrozit děti na zdraví, tak se výuka přesouvá do vnitřních prostor. (Průcha a kol., 2016).

Lesní mateřská škola má výhodu v tom, že mají dostatek venkovních prostor, kde se nachází nejrůznější povrchy, tudíž dítě má prostor pro rozvoj lokomocí. Pokud je venku extrémní počasí, které by ohrožovalo zdraví dětí, tak se vzdělávání přesouvá do vnitřních prostor. Ovšem i vnitřní prostory lesní mateřské školy se liší od ostatních alternativních škol a to tím, že se pobyt vevnitř odehrává v chatkách nebo i maringotkách. (Průcha a kol., 2016).

Přírodní materiály se však dají využít i při pohybových aktivitách jako materiální vybavení, kdy si děti rozvíjí své dovednosti za pomoci šišek apod.

Mateřská škola podporující zdraví

Tato mateřská škola se zaměřuje na příznivé podmínky mateřské školy pro zefektivnění vzdělávání. V dnešní době je podmínek celkem 12 (pedagog podporující zdraví, věkově smíšené třídy, rytmický řád života a dne, tělesná pohoda a volný pohyb, životospráva, spontánní hra, podnětné věcné prostředí, bezpečné sociální prostředí, participativní a týmové řízení, partnerské vztahy s rodiči, spolupráce mateřské školy se základní školou a poslední podmínkou je začlenění mateřské školy do života obce. (Průcha a kol., 2016).

Mateřské školy s programem podporující zdraví, dbají na dostatečně prostorné podmínky pro pohyb, jak vnitřní, tak venkovní, ale i na materiální zajištění. V denním režimu nechávají dětem dostatek času na spontánní pohybové aktivity, ke kterým děti motivují. Zařazují

také individuální kompenzační cvičení, které se zařazuje až po domluvě s odborníkem a také relaxační cvičení. (Havlová, Havlínová & Vencálková, 2008).

Montessori mateřská škola

Montessori mateřské školy se dostaly do České republiky po roce 1989. Montessori škola vychází z pedagogiky Marie Montessori. Tato pedagogika se důrazně zaměřuje na vliv podnětů, které jsou vhodné pro rozvoj dětského života. Metodou Marie Montessori je tedy využití speciálních učebních pomůcek, které jsou využity ve vývoji dítěte. (Průcha a kol., 2016).

Montessori mateřské školy jsou výjimečné svým materiálním vybavením (pomůcky), které vymyslela sama Marie Montessori. U spousty jejích pomůcek si děti rozvíjejí jemnou motoriku.

Příkladem může být třeba zapínací rám, kdy úkolem dítěte je rozepnout jednotlivé knoflíky, přezky a jiné a opět znovu zapnout. (Montessori, 2017).

Čím jsou třídy Montessori mateřské školy ozvláštněny, tak je to podlaha, kde se nachází elipsa. Elipsa slouží k nácviku chůze a zároveň k rozvoji pohybu. (Slabá, 2020).

Dětské skupiny

Tyto skupiny jsou určeny pro děti od 6 měsíců do doby, než dítě zahájí povinnou školní docházku. Skupiny dělíme dle počtu dětí na malé (1-4), střední (4-12) a velké (13-24). Podle velikosti skupiny se pak odráží podmínky mateřské školy. Protože se nejedná o mateřskou školu, tak skupina nemusí splňovat ty samé podmínky. (Průcha a kol., 2016).

Dětské skupiny poskytují zcela rozdílné prostorové podmínky jak jiné mateřské školy. Hlavní rozdílem je velikost objektu. Dětské skupiny obvykle sídlí v bytech, které splňují zákonem platné hygienické požadavky na prostory. Protože je v dětské skupině menší počet dětí, tak prostory pro pohyb jsou dostačující. Podle vyhlášky 350/2021 Sb. Pro dětskou skupinu do 12 dětí §2 dětská skupina poskytuje venkovní prostory ve volné přírodě nebo na dětském hřišti.

Program Step by step

Tento program se v České republice zavedl v roce 1997 pod názvem Začít spolu. Je specifický v tom, že nabízí takové prvky, které předtím v mateřských školách chyběly. Příkladem je například individuální přístup a také kladou důraz na význam podnětného prostředí. To znamená, že se jedná o netradiční členění třídy na centra aktivit a spoustu dalších. (Průcha a kol., 2016).

Mateřské školy s programem Začít spolu poskytují v denním režimu tělovýchovné chvílky (časové podmínky). V této chvílce je hlavním úkolem protáhnou celé tělo. Pohybové chvílky mohou být doprovázeny relaxační hudbou. Tento typ mateřské školy poskytuje i zahradu, která je plně vybavena prolézačkami i prostory pro míčové hry. Na školní zahradě nesmí chybět i různé nerovné či kopcovité povrchy. (Gardošová & Dujková, 2003).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 CHARAKTERISTIKA VÝZKUMU

V teoretické části jsme se věnovali vývojovým aspektům dítěte, začlenění pohybových činností do RVP PV a kategorizovali podmínky pro realizaci pohybových činností v mateřské škole a následně je popsali. V návaznosti na teoretickou část jsme si v praktické části stanovili výzkumný problém, ze kterého následně vycházejí cíle výzkumu. Po stanovení výzkumných cílů jsme si následně stanovili výzkumné otázky, na které jsme hledali odpověď. Protože výzkum má kvantitativní design, tak jsme zvolili sběr dat prostřednictvím výzkumné metody dotazníkového šetření. Dotazník byl určen pro ředitele i učitele Zlínského kraje. Jakmile jsme sesbírali všechna data, tak jsme data následně zpracovali a vyhodnotili.

4.1 Výzkumný problém

Vymezení výzkumného problému je pro celý výzkum stěžejní, protože se následně z něj stanovují výzkumné cíle a otázky. Naším výzkumným problémem se staly podmínky mateřských škol Zlínského kraje pro realizaci pohybových činností dětí. V následujících krocích nás bude tedy zajímat, zda mateřské školy poskytují vyhovující podmínky pro pohyb, protože v praxi bývá často problém v materiálním vybavení určenému pro pohybové činnosti, prostorovým dispozicím i v finančním i personálním zajištění.

4.2 Design výzkumu

V této podkapitole se věnujeme hlavnímu cíli výzkumu spolu s dílčími cíli výzkumu a následně hlavní a dílčí otázky výzkumu, které vychází z cílů.

Hlavní cíl výzkumu

Popsat podmínky mateřských škol Zlínského kraje pro realizaci pohybových činností dětí.

Dílčí cíle

- Zjistit, jaké personální podmínky pro realizaci pohybových činností poskytuje mateřská škola.
- Zjistit, jaké prostorové podmínky pro realizaci pohybových činností poskytuje mateřská škola.
- Zjistit, jaké materiální podmínky pro realizaci pohybových činností poskytuje mateřská škola.

- Zjistit, jaké časové podmínky pro realizaci pohybových činností poskytuje mateřská škola.
- Zjistit, jaké finanční podmínky pro realizaci pohybových činností poskytuje mateřská škola.

Hlavní výzkumná otázka

Jaké podmínky mateřská škola poskytuje pro realizaci pohybových činností dětí?

Dílčí výzkumné otázky

- Jaké personální podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?
- Jaké prostorové podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?
- Jaké materiální podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?
- Jaké časové podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?
- Jaké finanční podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?

4.3 Popis výzkumného souboru

Pro tento výzkum byli výzkumným vzorkem zvoleni ředitelé a učitelé mateřských škol ve Zlínském kraji. Respondenti byli vybráni dostupným způsobem z dostupného rejstříku mateřských škol. Základním výzkumným souborem bylo 1848 pedagogických pracovníků ve Zlínském kraji a výběrovým souborem 62 učitelů a 46 ředitelů ze Zlínského kraje. Celkový počet respondentů je tedy 108. Získaná data z dotazníkového šetření nám sesbírala platforma Survio. Po pečlivém pročtení jednotlivých odpovědí respondentů jsme vyřadili jeden dotazník, který byl nevalidní. Následně nám platforma poskytla stažení dat do aplikace Microsoft Office Excel, kde jsme k jednotlivým otázkám vytvořili grafy. Grafy obsahovaly název otázky a data ze získaných odpovědí respondentů. Z původního počtu získaných vyplněných dotazníků (108), máme po vyřazení jednoho dotazníků celkem 107 dotazníků. Respondentů tedy celkem bylo 107 z toho byly všechny ženy. Z hlediska praxe se do výzkumu zapojilo 77% pedagogických pracovníků začátečníků a 23% expertů pedagogických pracovníků. Z celkového počtu respondentů bylo 43% vedoucích pracovníků a 57% učitelů. Téměř polovina respondentů má středoškolské vzdělání

s ukončenou státní maturitní zkouškou (47,7%) a druhá polovina má vysokoškolské vzdělání (46,7%). Pouhých 5,6% respondentů uvedlo, že disponuje vyšším odborným vzděláním. Do výzkumu se zapojily všechny okresy Zlínského kraje (okres Zlín 41%, Kroměříž 20%, Vsetín 20% a Uherské hradiště 19%), z toho 46% vesnic, 31% měst, 14% okresních měst a nejmenší zastoupení mělo krajské město (9%). U respondentů nás také zajímalo, jakého mají zřizovatele. Nejvíce se bylo uvedeno podle očekávání 92% státní mateřská škola a 8% soukromá mateřská škola. Z hlediska typů mateřské školy 54% z nich působí v běžné mateřské škole. S druhým největším počtem odpovědí jsou školy s programem podporující zdraví (42%). Ojediněle pak byly zvoleny odpovědi jako lesní mateřské školy, školy s programem Začít spolu a Waldorf.

4.4 Výzkumná metoda

Protože jsme vybrali kvantitativně orientovaný výzkum, tak jsem zvolila metodu dotazníkového šetření. Tato metoda byla zvolena z důvodu plošného sběru dat ve Zlínském kraji. Pro sběr dat byla zvolena forma elektronického dotazníku, prostřednictvím webové stránky Survio. Dotazník se člení na 6 částí a obsahuje 44 otázek (7 otevřených, 22 uzavřených a 15 polouzavřených).

- 1) Demografické údaje respondentů (10 otázek)
- 2) Personální podmínky (4 otázek)
- 3) Časové podmínky (13 otázek)
- 4) Prostorové podmínky (6 otázek)
- 5) Materiální podmínky (7 otázek)
- 6) Finanční podmínky (4 otázky)

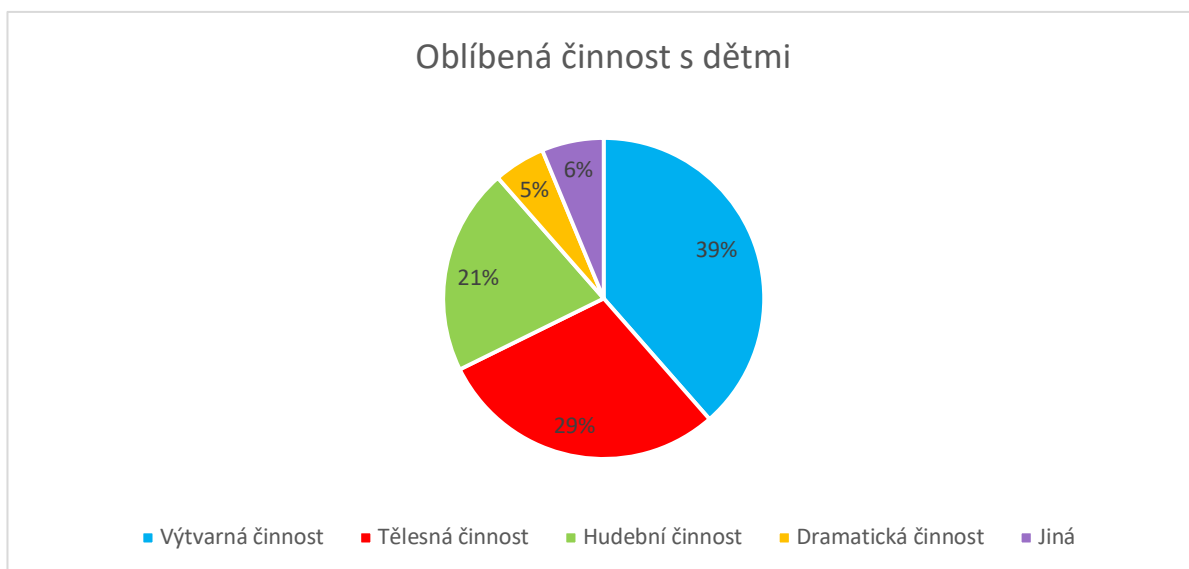
4.5 Předvýzkum

Předvýzkum byl realizován se čtyřmi pedagogickými pracovníky (2 ředitelky a 2 učitelky mateřské školy) prostřednictvím dotazníkového šetření. Cílem bylo zjistit, zda pedagogičtí pracovníci rozumí formulaci dotazníkových otázek. Na konci dotazníku měli pedagogičtí pracovníci prostor na poznámky k dotazníku. Poté byl dotazník upraven tím, že se otázky upravily, zjednodušily a přidaly nové otázky.

5 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ

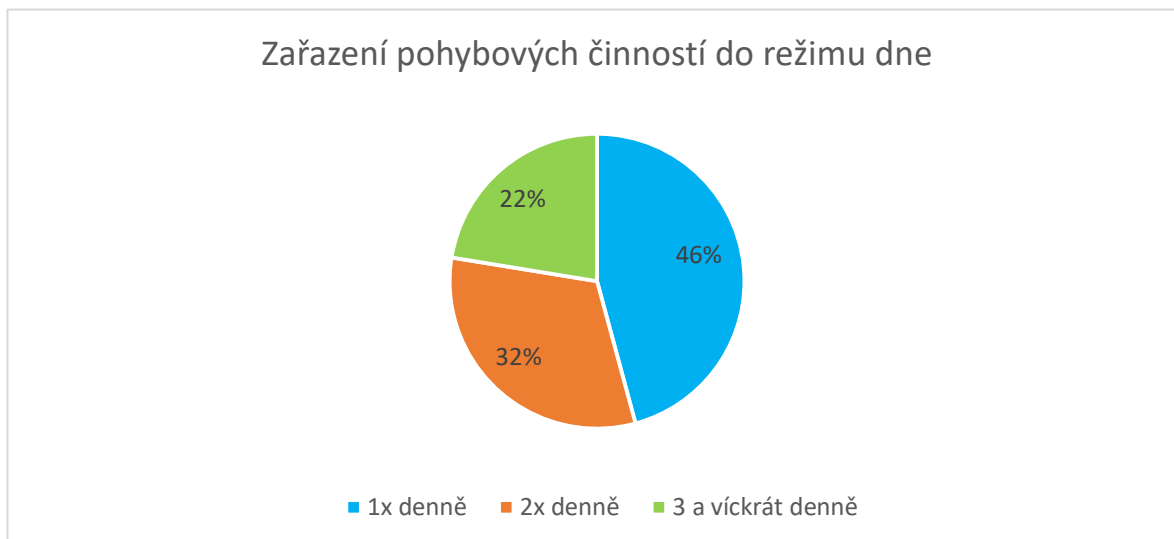
V této kapitole se budeme věnovat samotným výsledkům dotazníkového šetření. Respektive tomu, jak respondenti odpovídali na naše stanovené otázky.

5.1 Vyhodnocení položek dotazníku



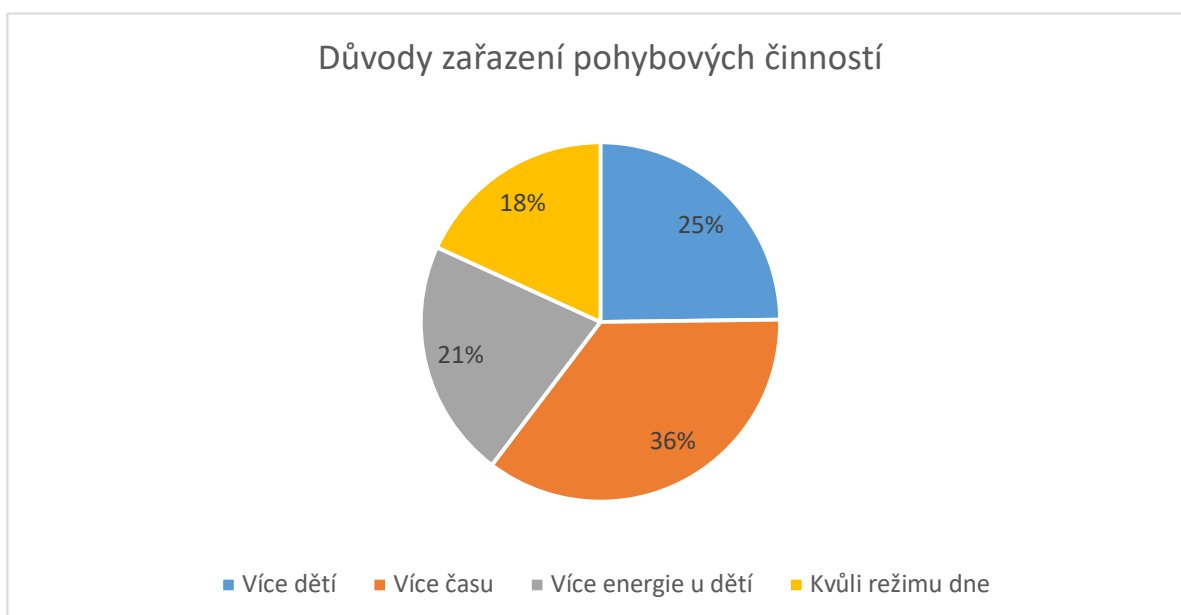
Graf 1 Zastoupení činností s dětmi

Ve výsledcích z grafu č. 1 můžeme vyčíst, že 39% respondentů má v oblíbené výtvarnou výchovu. Druhé zastoupení měla tělesná výchova s 29% a hudební výchova 21%. Nejmenší zastoupení pak měla dramatická výchova (5%). Také nás zajímalo, zda se učitelé cítí připraveni na realizaci pohybových činností. Největší zastoupení měla odpověď „Ano“ s 66% a „Spíše ano“ s 29%. Respondenti odpovídali i na odpovědi Spíše ne s 4% a ne 2%. Důvody pro volbu této odpovědi mohou být různé. Dle Dvořákové (2011) je jednou z příčin strach o bezpečnost dětí.



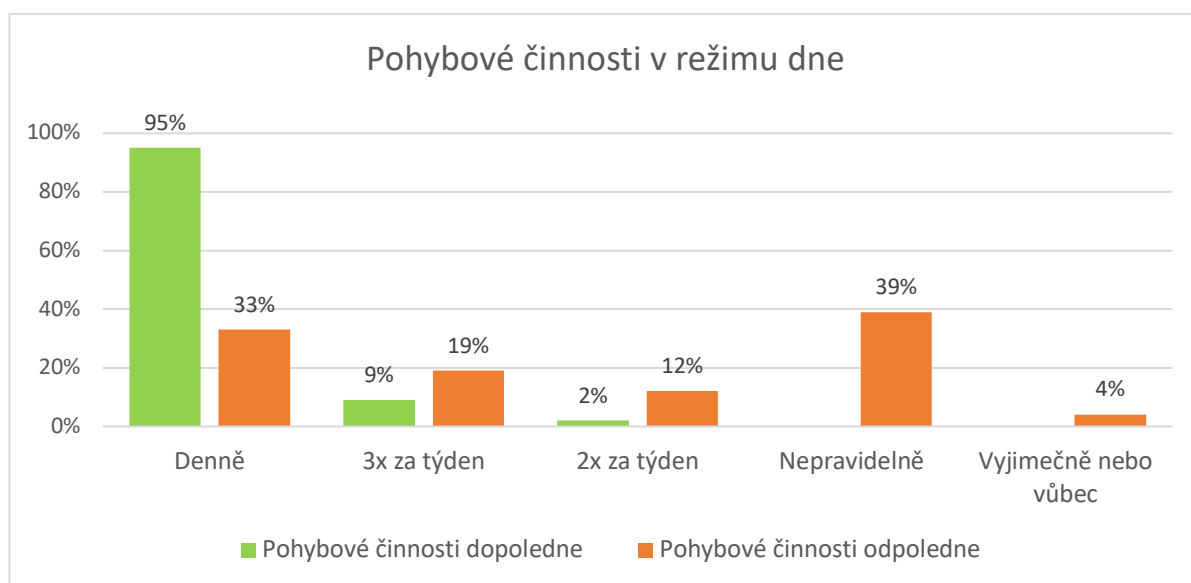
Graf 2 Zastoupení pohybových činností v režimu dne

Prvně jsme se respondentů ptali, zda zařazují pohybové činnosti do režimu dne. Předpokládali jsme plný počet, což se tak i stalo. Pozitivních odpovědí bylo 100%. Poté následovala otázka, jak často pohybové činnosti zařazují do režimu dne. Podle grafu č. 2 můžeme vidět, že největší zastoupení 1x denně (46%) a 2x denně (32%). Naopak nejmenší zastoupení měla odpověď 3x a vícekrát denně (22%). V návaznosti na tuto položku jsme zvolili otázku, kdy více zařazují tyto činnosti (dopoledne či odpoledne). Podle předpokladů největší zastoupení mělo dopoledne s 96% a zbylé 4% pro odpoledne.



Graf 3 Důvody zařazení pohybových činností

V grafu č. 3 nás zajímalo, proč zařazují pohybové činnosti dopoledne či odpoledne. Kdy nejpočetněji se respondenti shodli na odpovědi „Více“ (36%). Respondenti zde vysvětlovali, že dopoledne mají více času na pohyb a využívají tak spontánních i řízených pohybových činností ve venkovních i vnitřních prostorech mateřské školy. Druhé největší zastoupení měla odpověď „Více dětí“ (25%), kdy si tuto odpověď obhájili tím, že v odpoledních činnostech si rodiče vyzvedávají své děti, což pohybové činnosti narušuje. Proto tedy zvolili dopolední činnosti z důvodu většího počtu dětí. Ovšem ojediněle se objevila odpověď na odpolední pohybové činnosti, protože je více dětí (třídy jsou odpoledne spojené). Respondenti se také shodli na tom, že pohybové činnosti jsou vyhovující v dopoledních hodinách, kdy jsou děti nejvíce akční (mají více energie, než odpoledne, kdy jsou po poledním spánku). Tato odpověď měla zastoupení 21%. Poslední shoda s nejméně zastoupení byla s odpovědí „Kvůli režimu dne“. Respondenti si tuto odpověď obhájili tím, že se drží Školního vzdělávacího programu a zahrnují pohybové činnosti do řízených činností.

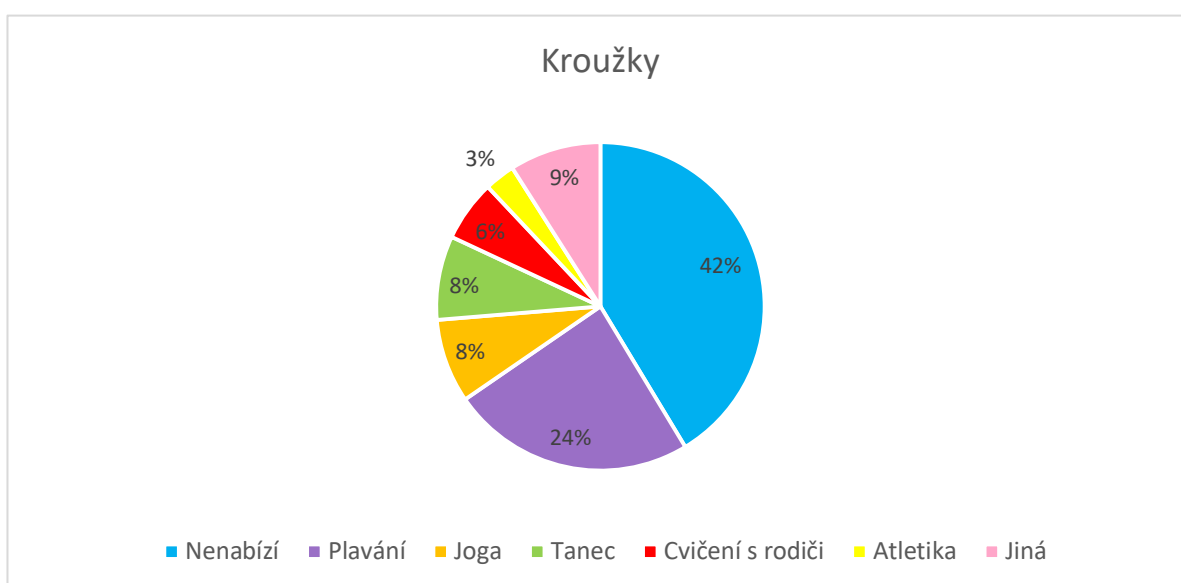


Graf 4 Pohybové činnosti v režimu dne

V této položce jsme se zajímali o rozdíly v zařazení pohybových činností. Z grafu č. 4 můžeme vyčíst, že pohybové činnosti v dopoledních hodinách jsou zařazovány nejvíce (95%). Poté 9% respondentů 3x za týden a 2% jen 2x za týden, což je poměrně dost málo vzhledem k tomu, že dětem by se mělo poskytovat více prostorů pro pohyb. Odpolední pohybové činnosti na tom byly hůře než dopolední, ale je pochopitelné, že důvodem je vyzvedávání dětí domů, což narušuje pohybové činnosti. Respondenti tedy

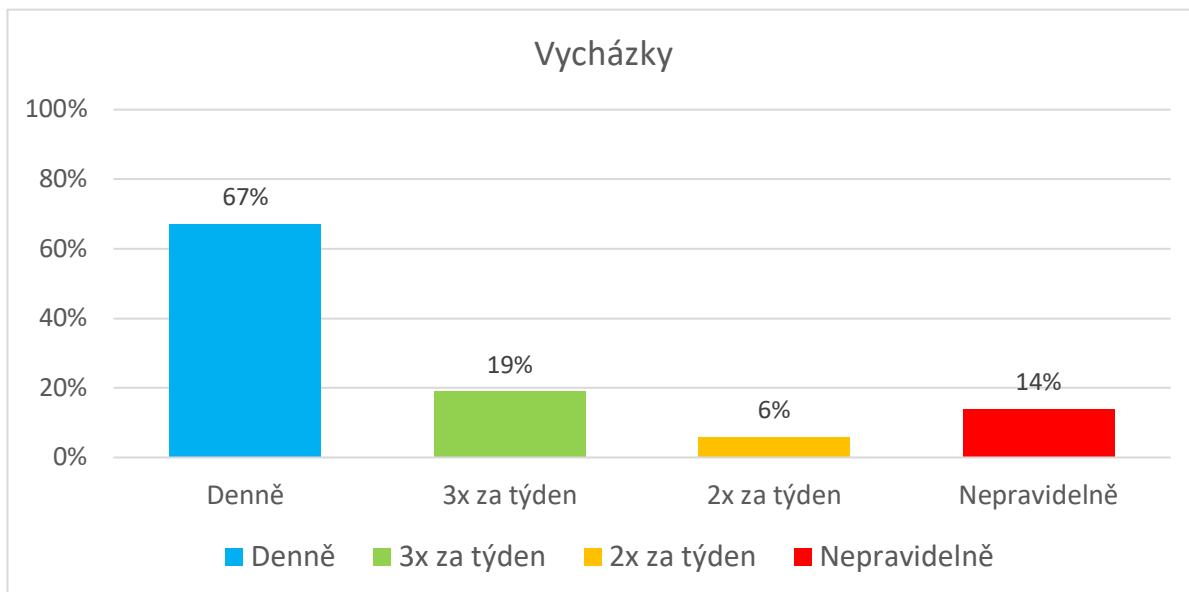
v tuto dobu volí spíše spontánní pohybové činnosti. Z grafu tedy můžeme vyčíst, že pouhých 33% respondentů zařazují pohybové činnosti v odpoledních hodinách denně a 19% 3x za týden a 12% 2x za týden. Největší zastoupení měla odpověď nepravidelně (39%) respondentů a nejmenší výjimečně či vůbec (4%).

Zajímalo nás zajímalo, zda si respondenti myslí, že mají dostatek časových možností na realizaci pohybových činností. Téměř všichni respondenti odpověděli „Ano“ (98%), ale našli se i výjimky, kteří „Ne“ (2 %). Při odpovědi ne byla poskytnutá respondentům doplňující otázka, která se respondentů tázala na to, jak problém napravili. Odpovědi byli pohybové kroužky.



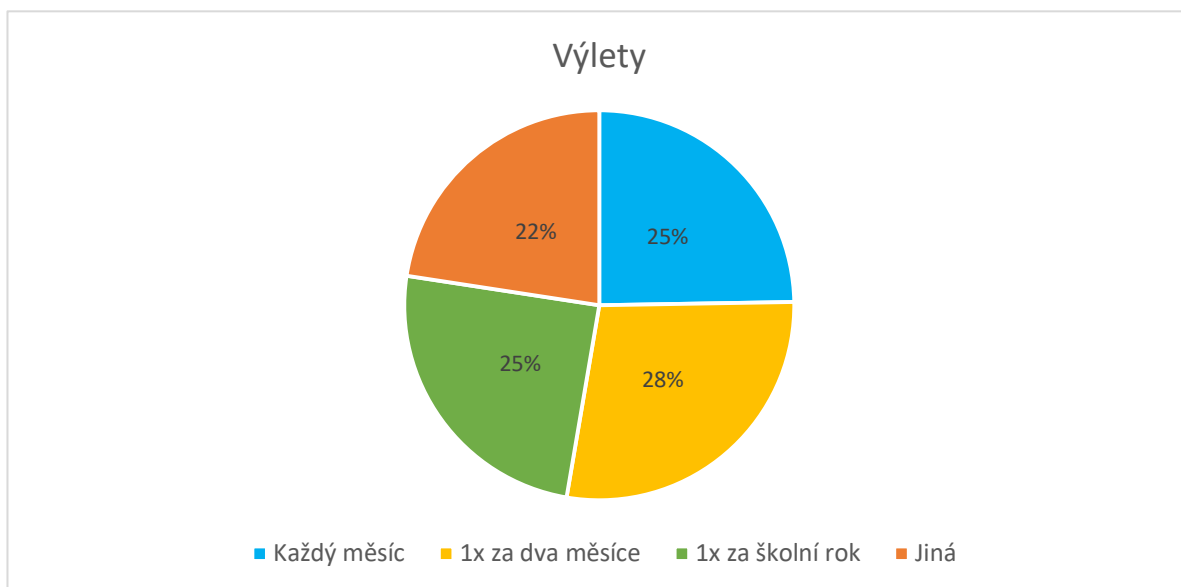
Graf 5 Kroužky

Graf č. 5 ukazuje, že 42% respondentů v mateřské škole nenabízí žádné pohybové kroužky. Největší zastoupení realizovaných kroužků v mateřských školách má plavání (24%). Poté jsou ostatní kroužky téměř totožné s počtem respondentů (jóga 8%, tanec 8%, cvičení s rodiči 6%). Nejmenší zastoupení má pohybový kroužek atletiky (3%). Respondenti měli možnost zvolit odpověď „Jiná“, kdy napsali své kroužky, které naše nabídka neobsahovala. Nejvíce shod měl kroužek lyžování a ojediněle se objevil kroužek běžky a bruslení. Respondenti v odpovědi jiné tak vysvětlovali, proč neposkytují pohybové kroužky, kdy se opakovaně vyskytoval problém dnešní covidové situace.



Graf 6 Vycházky

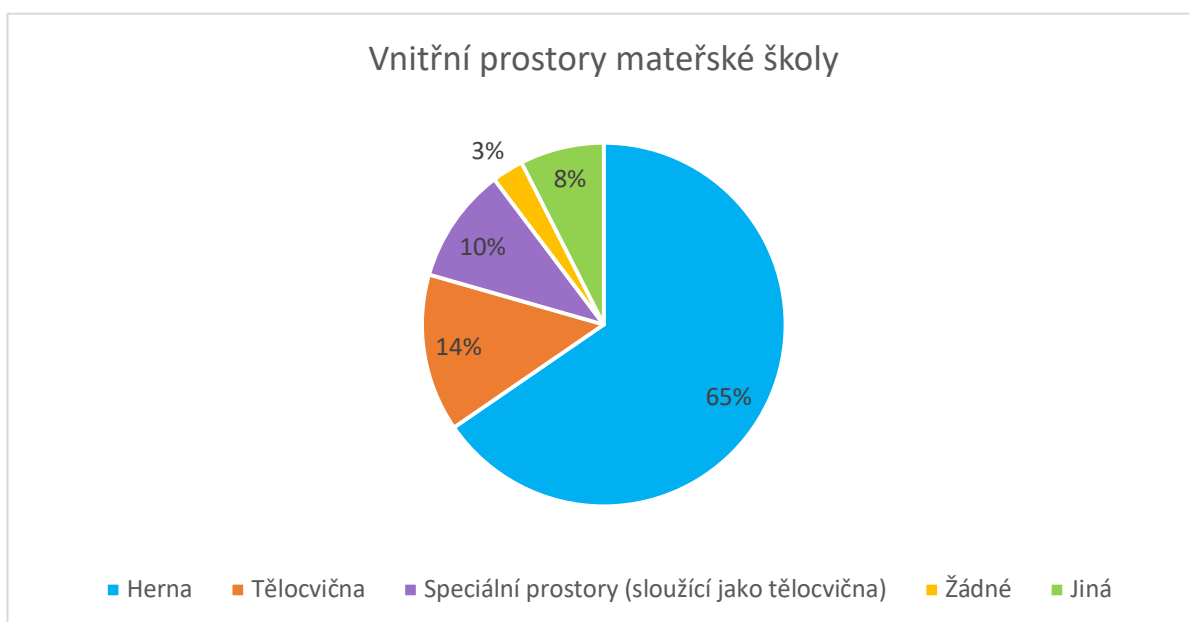
Zajímalo nás, kolik respondentů chodí s dětmi na vycházky. Z grafu č. 6 můžeme vyčíst, že 67% respondentů chodí denně a zbytek 3x za týden (19%), 2x za týden (6%) či nepravidelně (14%). Důvodem může být, že mateřské školy vlastní dostatečně velké zahrady na pro pohyb dětí, tudíž není potřeba chodit denně na procházky.



Graf 7 Výlety

V grafu č. 7 jsme se zajímali o výlety, tedy zda má mateřská škola čas na výlety či exkurze. Graf ukazuje, že mateřské školy moc časových podmínek pro výlety nemá. Pouhých 25% má prostor jezdit každý měsíc, stejně jako dalších 25% má prostor jezdit na výlet pouze jednou za školní rok, podobně jako mateřské školy co jezdí 1x za dva měsíce (22%). V odpovědích „Jiná“ se objevilo kupříkladu: nepravidelně, ale několikrát za rok, 2-3 ročně, nepravidelně či příležitostně.

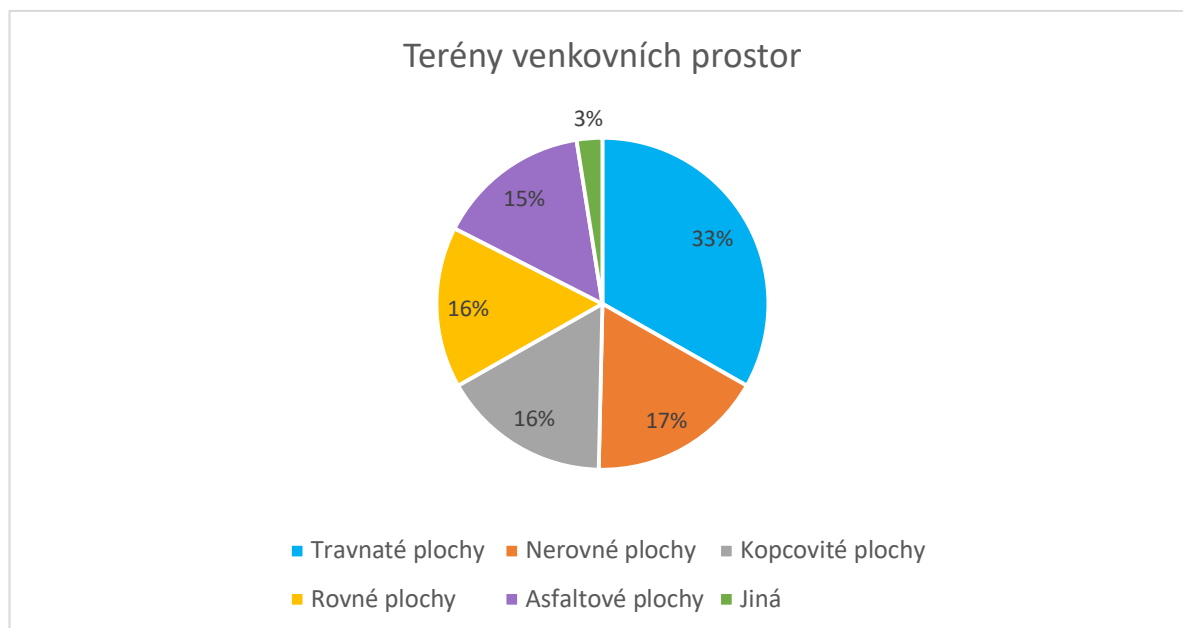
Zajímalo nás, zda se mateřské školy zapojují do sportovních akcí. Ze získaných odpovědí jsme se dozvěděli, že 56% ano, 34% spíše ano a spíše ne 8%, ne 2%. Respondentům, kteří odpověděli záporně, byla poskytnuta doplňující otázka, kde okomentovali, proč se neúčastní sportovních akcí. Všichni odpověděli, téměř stejně. Důvod je, že se v jejich okolí žádné sportovní akce pro mateřské školy nekonají. Ojediněle se objevila odpověď ne z důvodu covidové situace.



Graf 8 Vnitřní prostory mateřské školy

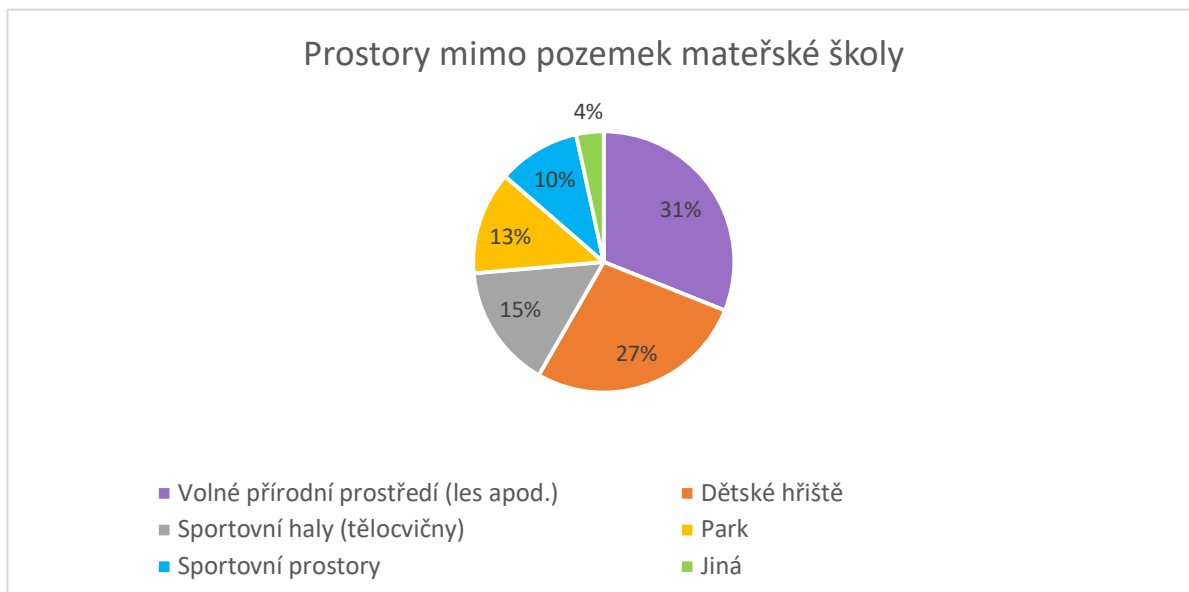
Od této položky se zabýváme prostorovými podmínky. Zde se zajímáme o to, jaké vnitřní prostorové podmínky pro pohyb mateřské školy poskytují. Největší zastoupení mají „Herny“ (65%) a naopak nejmenší zastoupení má odpověď „Žádné“ (3%), kdy mateřská škola neposkytuje žádné vymezené prostory pro pohyb. V odpovědi „Jiná“ se ojediněle vyskytovala odpověď jako vymezená část třídy (na koberci).

Též jsme se zajímali o venkovní prostory mateřských škol pro realizaci pohybových činností dětí. Respondenti se nejvíce shodli na odpovědi „Zahrada“ jejichž zastoupení mělo 65%, což je víc jak polovina. Poté „Dětské hřiště s průlezkami“ (34%) a nejméně „Sportovní hřiště“ (3%). Do odpovědi „Jiná“ respondenti popisovali kombinaci zahrady a hřiště s průlezkami.



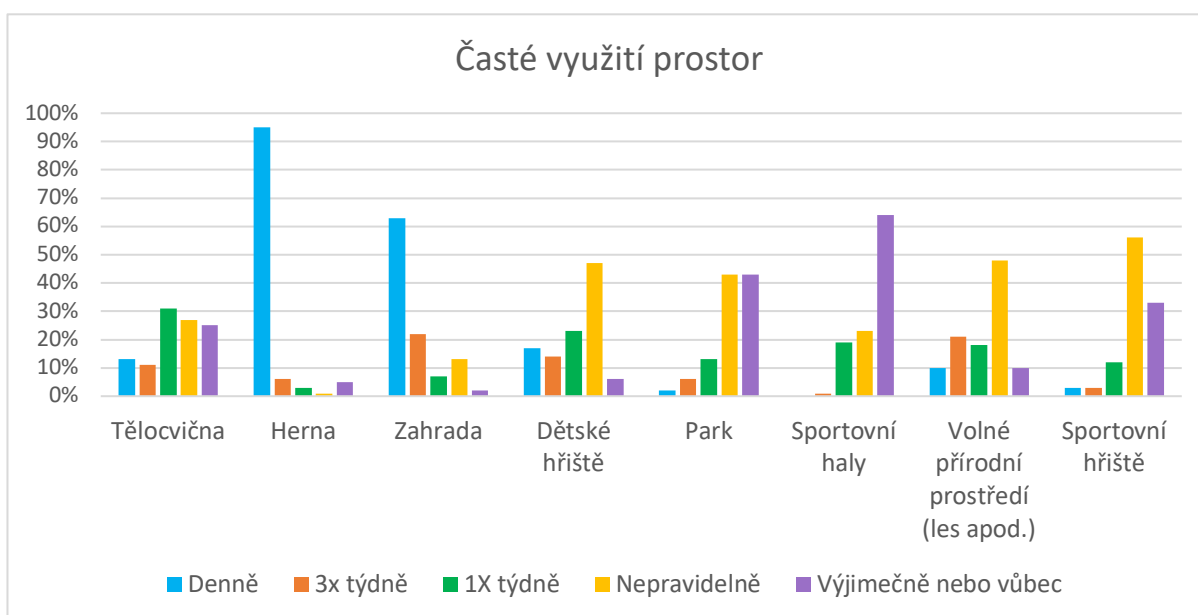
Graf 9 Terény venkovních prostor

V návaznosti na předchozí položku jsme se respondentů ptali, jaké terény, jejich venkovní prostory nabízí. Z grafu č. 9 můžeme vypočítat, že se mateřským školám obstojně daří v různorodosti terénu. Největší zastoupení měly „Travnaté plochy“ (33%). Poté výsledky ostatních odpovědí byly poměrně stejné. Nejmenší zastoupení měla odpověď „Jiná“, kde respondenti odpovídali své možnosti (kamínkové plochy, gumové dopadové dlažby a jiné).



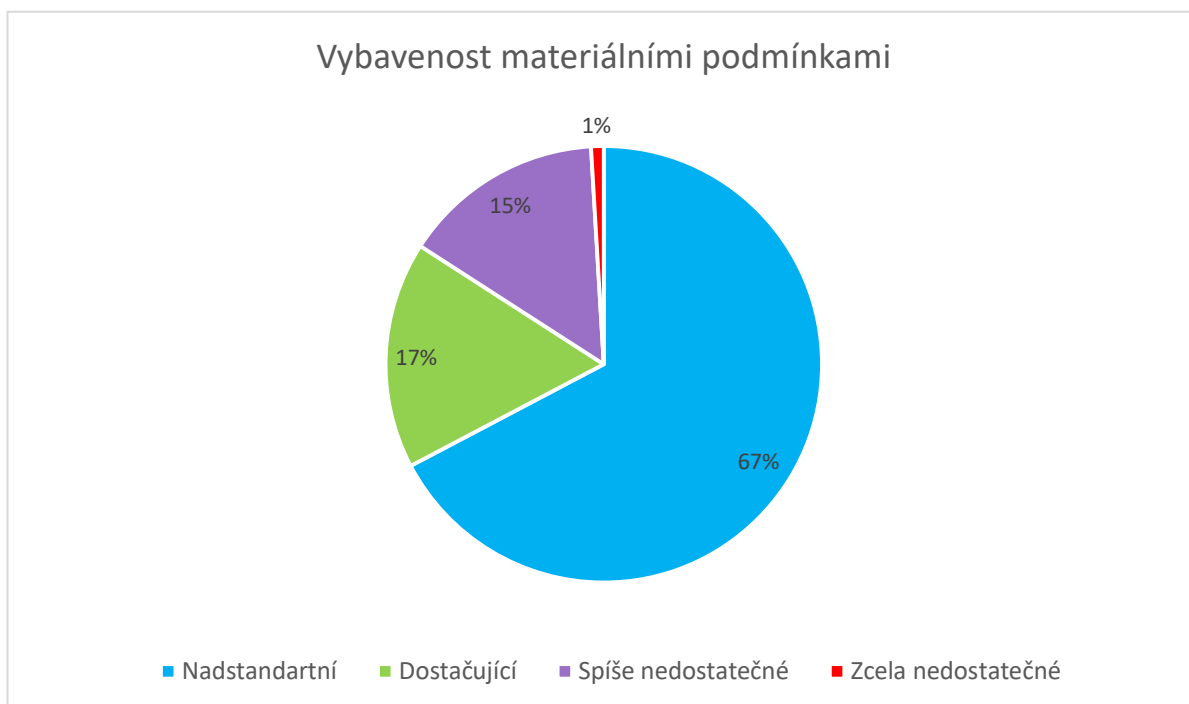
Graf 10 Prostory mimo pozemek mateřské školy

V případech, že mateřská škola nemá k dispozici na vlastním pozemku žádné zahrady apod. nebo chtějí jen ozvláštnit pohybové činnosti, tak jsme zvolili otázku, zda navštěvují i jiné prostory pro pohyb mimo pozemek mateřské školy. Největší zastoupení měla odpověď s volným přírodním prostředím (31%) a „Dětské hřiště“ (27%). Naopak nejméně měly sportovní prostory (10%). U odpovědi „Jiná“ se respondenti shodli na bazénu a ojedinele se vyskytly sjezdové vleky.



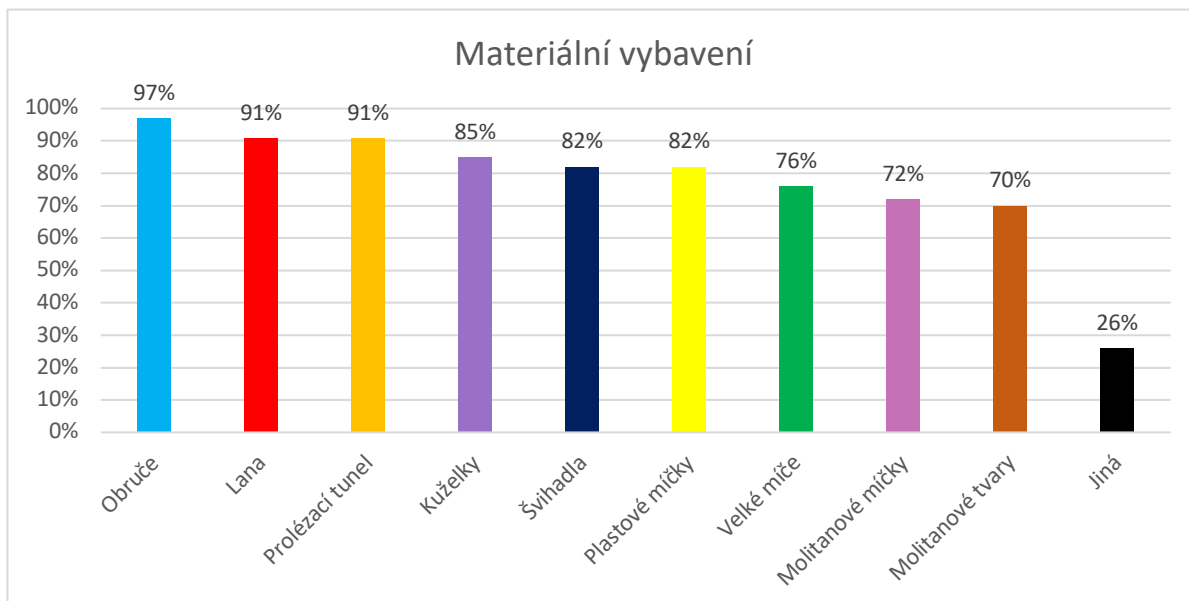
Graf 11 Časové využití prostor

V závěrečné otázce na prostorové podmínky, jsme se zaměřili na využívání daných prostorů. V grafu č. 11 můžeme porovnat, jaké prostory se využívají nejvíce. Můžeme vidět, že značně největší zastoupení mají herny, které jsou využívány denně na rozdíl kupříkladu od tělocvičen. Sportovní haly jsou naopak navštěvovány nejméně.



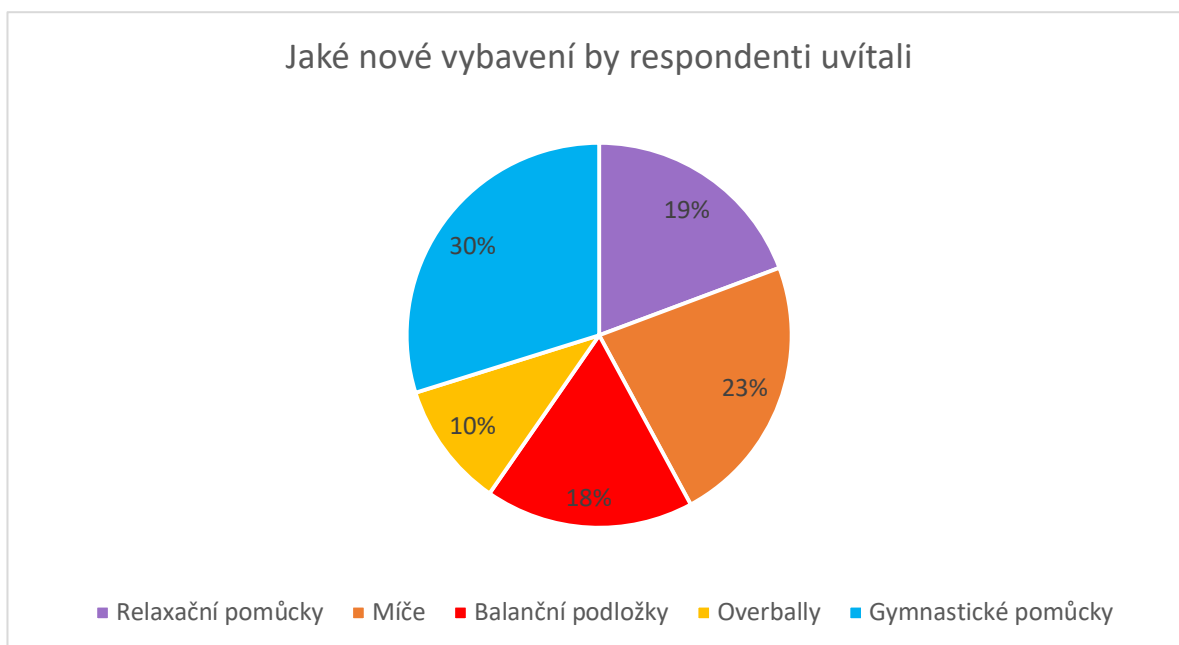
Graf 12 Materiální vybavenost

Touto položkou se začínáme zajímat o materiální podmínky mateřských škol. Z grafu č. 12 zjišťujeme, jaký mají pohled respondenti na vybavenost materiálních podmínek. Větší část respondentů považuje vybavenost materiálních podmínek za nadstandartní (67%). Z grafu můžeme vyčíst, že své zastoupení mají i respondenti, co si myslí pravý opak („*Spíše ne*“ 15%). Důvody mohou být finanční, ale i prostorové (není je kam uložit).



Graf 13 Druhy materiálního vybavení

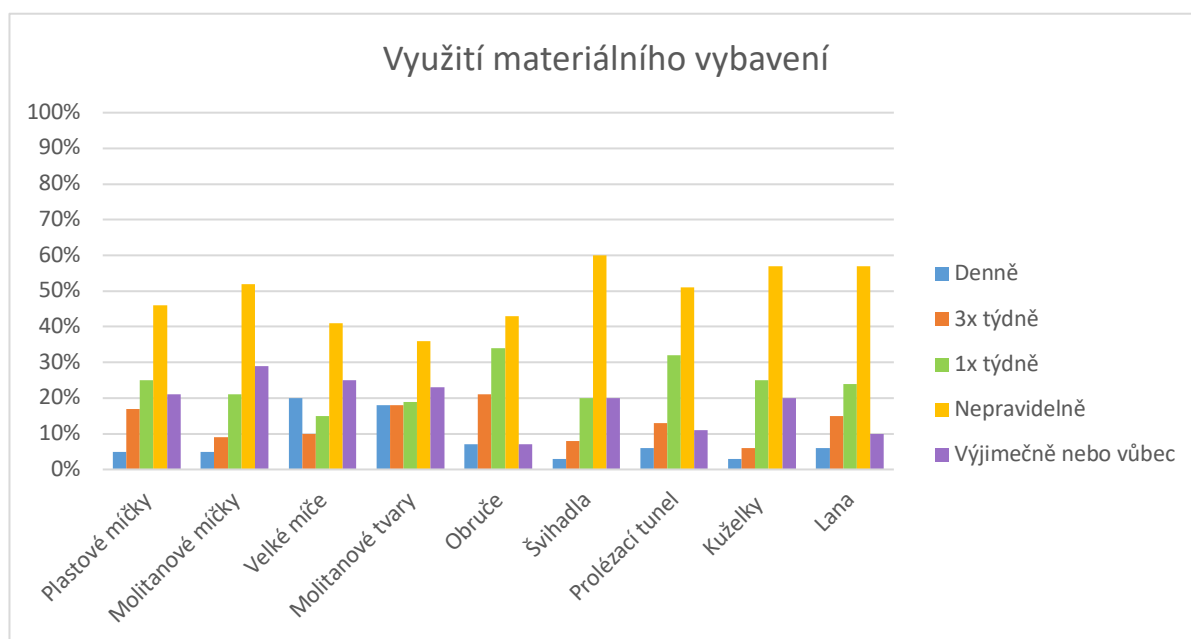
Respondenti měli možnost volit více odpovědí. Tudíž můžeme na grafu č. 13 vidět, že největší zastoupení mají obruče (97%) spolu s lany a prolézacími tunely (91%). Naopak nejmenší zastoupení mají molitanové tvary (70%). V odpovědi „Jiná“ respondenti doplnili: šátky, skákací pytle a kupříkladu ojedinele i dětské chůďy.



Graf 14 Materiální vybavení

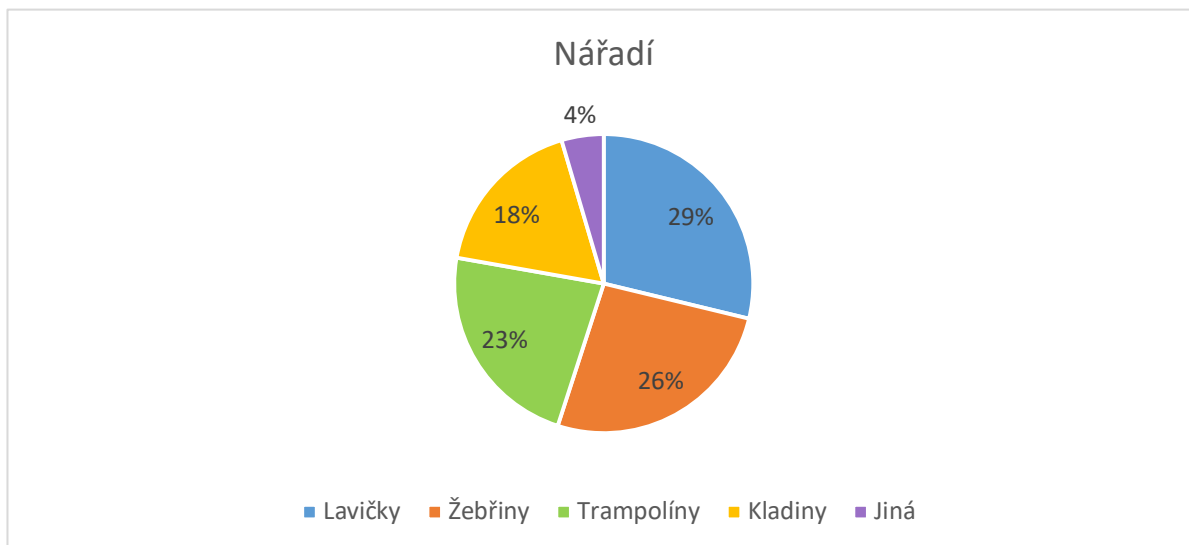
Na základě odpovědí jsme vytvořili dvě části. Graf 14 ukazuje, jaké nové vybavení by respondenti uvítali. Nejvíce by uvítali gymnastické míče (30%) a relaxační pomůcky

(19%). Druhá část grafu, není znázorněna, ale popsána následovně. První část respondentů (70%) by nepotřebovali žádné nové vybavení, protože jich mají dostatek. Naopak druhá část (30%) by nové vybavení uvítala, ale pod podmínkou, že budou pro všechny děti. Z důvodu malého množství nemohou, některé vybavení využívat.



Graf 15 Využití materiálního vybavení

Z grafu č. 15 můžeme vyčíst, že nejvíce denně využívané jsou míče (20%) a naopak nejméně využívané jsou molitanové míčky (5%) a kuželky (3%). Respondenti 3x týdně nejvíce využívají obruče (21%) a nejméně opět kuželky (6%). V odpovědi „Výjimečně nebo vůbec“ mají největší zastoupení molitanové míčky (29%) a naopak nejmenší obruče (10%). Zaměřili jsme se i na venkovní materiální vybavení mateřských škol. Největší zastoupení mají míče (29%) a odrážedla (26%). Naopak nejmenší zastoupení mají koloběžky (23%) a obruče (18%). Při volbě odpovědi „Jiná“ respondenti doplnili kupříkladu hokejky, basketový koš i fotbalové branky.



Graf 16 Nářadí

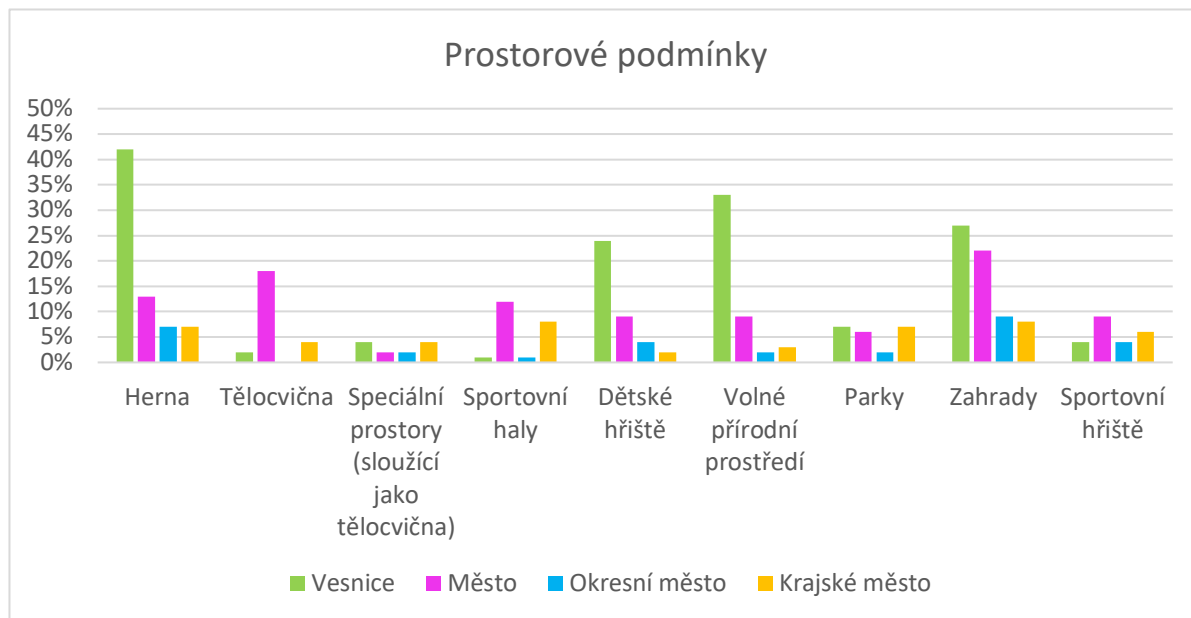
Zajímali jsme se i o nářadí v mateřských školách. Z grafu č. 16 můžeme vyčíst, že největší zastoupení mají lavičky (29%) a naopak nejmenší mají kladinky (18%). Dále jsme navázali další otázkou, která se zabývala stavem nářadí v mateřské škole. Polovina respondentů odpovědělo, že má nářadí v dobrém stavu (51%), 42% si myslí, že jsou spíše v dobrém stavu a 7% si myslí, že spíše nejsou v dobrém stavu.

Finanční podmínky

V této části jsme se okrajově věnovali i finančním podmínkám. Prvně jsme se respondentů zeptali, zda jejich mateřská škola nabízí dostatek finančních prostředků pro pohybové činnosti. Respondenti co zvolili Spíše ano (47,7%) či ano (24,3%) tvrdí, že jejich finanční prostředky jsou dostatečné pro pohybové činnosti. Na druhou stranu jsou respondenti, co si tohle tvrzení nemyslí a tvrdí spíše ne (25,2%) či ne (2,8%). Zjistili jsme, zda finanční prostředky mají, ale další otázkou jsme se tázali, zda je vůbec investují. Měli na výběr ze dvou možností „Ano“ (88%) a „Ne“ (12%). Respondenti, kteří zvolili odpověď ne, měli opět doplňující otázku, kde jsem se ptali proč ne. Respondenti zde zdůvodnili, že mají málo místa na další vybavení, proto nové nenakupují, anebo netuší (jednalo se pedagogické pracovní nikoliv o vedoucí pracovníky, kteří ve financích mají přehled). V poslední dotazníkové otázce jsme se ptali, zda se respondenti domnívají, že mateřská škola investuje v dostatečné míře finanční prostředky. Respondenti odpovídali pozitivně, až na nějaké výjimky, které popisovali potřebu investovat do jiných oblastí.

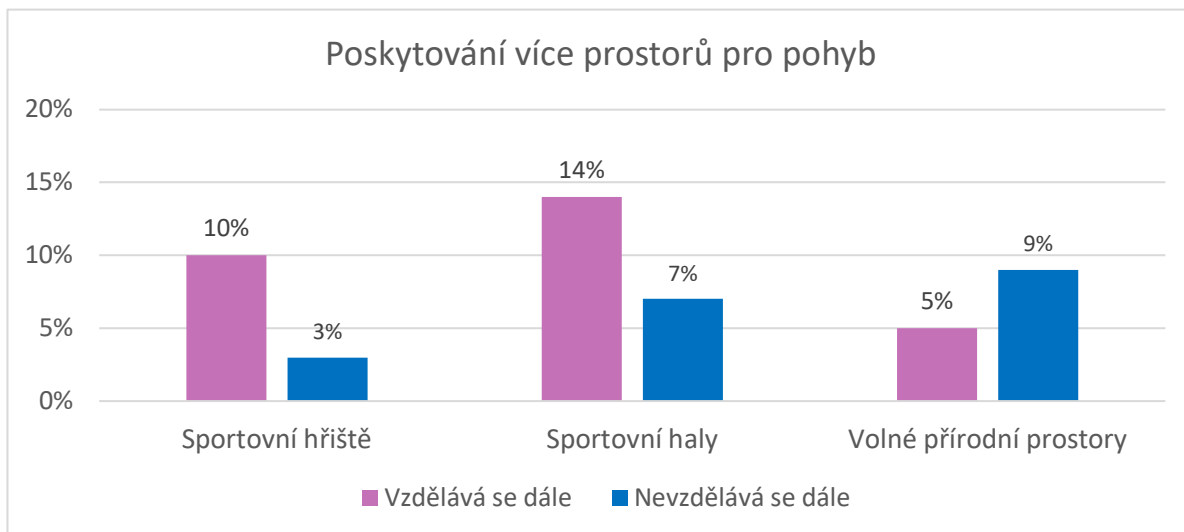
5.2 Porovnávání skupin

Ze získaných dat z dotazníkového šetření jsme se rozhodli porovnat data.



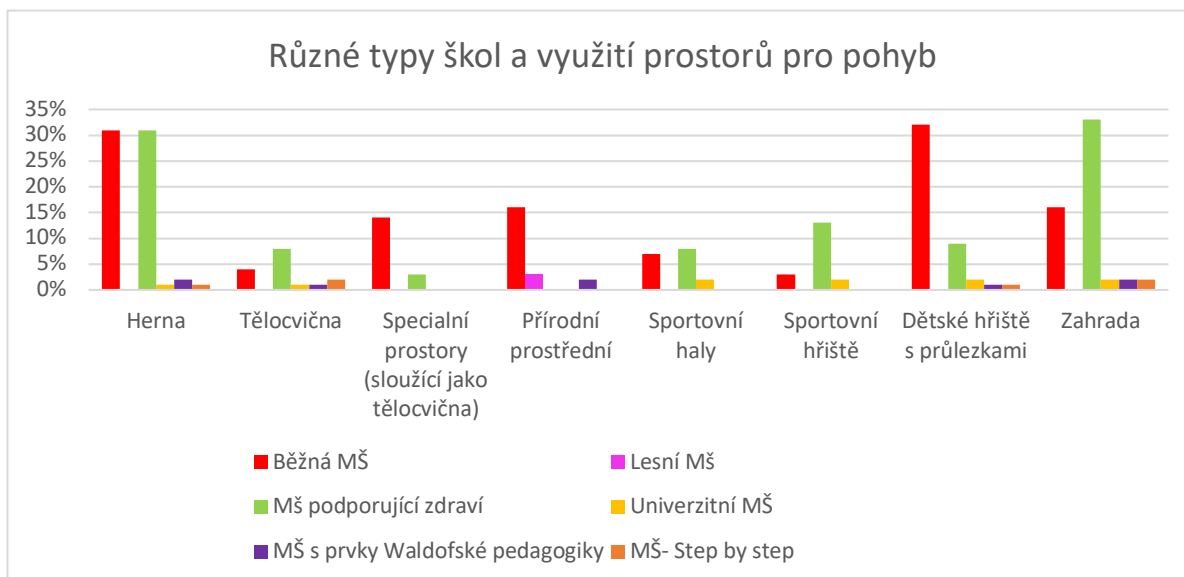
Graf 17 Prostorové podmínky

Prvně jsme zvolili porovnání prostorových podmínek mezi mateřskými školami sídlící na vesnici a ve městě. Zde z grafu č. 17 můžeme vyčíst, že vesnické MŠ poskytují pro realizaci pohybových činností nejvíce herny, zatímco městské MŠ poskytují více tělocvičny. V odpovědi „Jiná“ respondent z vesnických MŠ uvedl žádné, protože se jedná o lesní MŠ. Dvořáková (2011) uvádí, že MŠ sídlící ve městě mají více možností v navštěvování sportovních prostorů než MŠ na vesnici. Důvodem může být také kompenzace menší zahrady.



Graf 18 Vzdělání a prostory

Zde porovnáváme respondenty, kteří se účastní různých workshopů a seminářů se zaměřením na pohybové činnosti a respondenty, kteří nemají zájem se dále vzdělat a jejich vliv na ozvláštňování pohybových činností v mateřské škole. Z výsledků je zřejmé, že respondenti se zájem o vzdělávání se dále, se snaží dětem poskytovat i jiné prostory pro pohyb, než je herna či zahrada. V grafu č. 18 můžeme vidět větší zájem o sportovní haly či hřiště u respondentů, kteří se dále vzdělávají než u těch, kteří o to zájem nemají.



Graf 19 Typy mateřských škol a prostorové podmínky

V této položce porovnáváme různé typy mateřských škol a jejich pestré a časté využití prostorových podmínek pro realizaci pohybových činností. Z grafu č. 19 můžeme vyčíst, že lesní mateřské školy využívají přírodní prostředí. To, že nejsou vyznačené u ostatních

položek neznamená, že je nevyužívají. Jejich využití je velmi nepravidelné. Na rozdíl od lesních MŠ běžné MŠ a MŠ podporující zdraví využívají rozmanité prostorové podmínky pro realizaci pohybových činností.

5.3 Interpretace výsledků

V této kapitole se budeme věnovat odpovědím na výzkumné otázky. Prostřednictvím získaných odpovědí z dotazníkového šetření jsme získali odpovědi na jednotlivé výzkumné otázky.

VO1: Jaké personální podmínky pro pohyb dětí poskytují mateřské školy?

Na základě teoretické části jsme se v dotazníkovém šetření zajímali, zda mají pedagogičtí pracovníci kladný vztah k pohybovým činnostem. Dle výzkumného šetření jsme zjistili, že 28% respondentů má opravdu kladný vztah k těmto činnostem. Proto jsme se rozhodli stanovit další dotazníkovou otázku, která se zabývá dalším vzděláváním respondentů v této oblasti. Výsledky byly velmi přívětivé, protože 53% respondentů se dále vzdělává, což má pozitivní dopady na realizaci pohybových činností pro děti. V porovnávání jsme se dozvěděli, že respondenti, kteří se dále vzdělávají, poskytují dětem i jiné podmínky pro pohyb, než jsou prostory na pozemku mateřské školy.

VO2: Jaké prostorové podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?

Při zpracovávání dotazníkových otázek jsme se opět opírali o teoretickou část. Podstatné pro nás bylo zjistit polohu mateřské školy. Zda se jedná o MŠ sídlící na vesnici či ve městě. Také nás zajímalo jaké vnitřní i venkovní prostorové podmínky mateřské školy nabízí. V porovnávání mezi vesnickou a městskou MŠ jsme mohli zjistit, že vesnické MŠ nemají tolik možností jako ty městské, které mohou pravidelněji navštěvovat různá sportoviště či tělocvičny.

VO3: Jaké materiální podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?

Jak jsme uváděli v teoretické části, je velmi podstatné, aby mateřská škola poskytovala pestrý výběr pomůcek pro realizaci pohybových činností. Dle výzkumného zjištění jsme zjistili, že pestrý výběr pomůcek není žádný problém. Stěžejní je kvantita. Většinu mateřských škol trápí nedostatečné množství materiálního vybavení. Tudíž není možné provádět některá cvičení s pomůckami, protože je nemají pro každé dítě.

VO4: Jaké časové podmínky pro pohyb dětí má mateřská škola?

Poslední výzkumná otázka se zabírala časovými podmínkami MŠ. V teoretické části práce jsme se orientovali pohybovými činnostmi a jejich zařazením do režimu dne. Okrajově jsme se taky zmínili o pohybových kroužcích, které jsou nabízené MŠ nad rámec školy. Proto jsme v dotazníkovém šetření zjišťovali, kdy více respondenti zařazují pohybové činnosti (dopoledne 89% a odpoledne 8%) a co je jejich důvodem. Ze zjištění jsme vyhodnotili, že MŠ mají snahu zařazovat pohybové činnosti co nejčastěji. Dále nás také zajímalo, zda mateřské školy poskytují pohybové kroužky. Část respondentů odpověděla, že mateřské školy nenabízí pohybové kroužky, ale druhá menší část ano. Při menšině, která nabízí pohybové kroužky, jsme zjistili rozmanitost kroužků, což nám přišlo velmi inspirativní a zajímavé.

Hlavní výzkumná otázka: Jaké podmínky mateřské školy ve Zlínském kraji poskytují pro realizaci pohybových činností dětí?

Prostřednictvím teoretické části práce jsme si vysvětlili jednotlivé podmínky a následně stanovili dílčí výzkumné otázky. Na základě teorie jsme vytvořili dotazníkové otázky, které nám pomohly získat nejrůznější zjištění o jednotlivých podmínkách. V rámci hlavní výzkumné otázky jsme se zaměřili i na jednotlivé okresy Zlínského kraje. Výzkumné šetření nám pomohlo opovědět na tuto otázku. Mateřské školy mají snahu obstarat dětem vyhovující podmínky pro realizaci pohybových činností napříč všemi okresy.

6 SHRNUÍ A DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Nejzajímavější zjištění bylo porovnávání městské mateřské školy s vesnickou mateřskou školou. V teoretické části jsme se díky Dvořákové (2011) dozvěděli, že vesnické MŠ nemají tolik možností jako právě městské MŠ. Čemuž tak opravdu bylo. Bylo zajímavé pozorovat, pestré využití prostorových podmínek v městech, kde MŠ mohly využívat různé sportovní haly, hřiště či parky, zatím co, MŠ mají k dispozici zahrady či volné přírodní prostředí.

Překvapivě zajímavé byla část zabírající se materiálními podmínkami. Dle teoretické části, bychom očekávali důležitost pestrého výběru materiálních podmínek, čemuž tak nebylo. Mateřské školy se mají obrovský problém v nedostatku materiálního vybavení, tudíž ne vždy vyjde daná pomůcka na každé dítě. Podobně na tom bylo výzkumné šetření z Norska, kde popisují, že každé dítě by mělo mít možnost pracovat materiální vybavením, které je i určené právě pro pohybové činnosti. (Sollerhed, et al., 2021).

Prostřednictvím výzkumu jsme se zaměřili i na personální podmínky. Zajímali jsme se o to, zda se respondenti mají k pohybovým činnostem pozitivní vztah a jestli se i nadále vzdělávají i po ukončení studia prostřednictvím různých seminářů. Jak už víme, tak naše zjištění poukázalo na kvalitnější provedení pohybových činností dále vzdělávajícími se respondenty. Což můžeme porovnat s výzkumem od Lana a Guoa (2021), kteří došli k velmi podobnému zjištění. Jejich výzkumné zjištění tvrdí, že pedagogičtí pracovníci, kteří se dále vzdělávají v oblasti pohybových činností, přináší do prostředí mateřských škol spousty benefitů. Jedním z nich je rozhodně vyšší kvalita pohybových činností. Což se shoduje i s naším výzkumem, kdy respondenti se snaží o zkvalitnění pohybových činností prostřednictvím více podnětnějšího prostředí pro rozvoj pohybových kompetencí dětí.

6.1 Doporučení pro praxi

Doporučení pro praxi doporučujeme pedagogickým pracovníkům, aby se i nadále vzdělávali nehledě na jejich nejvyšší dosažené vzdělání. Pro kvalitu vzdělávání dětí v oblasti pohybových činností je velmi podstatné se dále vzdělávat a obohacovat se novými informacemi z této oblasti. Děti tak mají možnost vyzkoušet si i jiné prostory určené pro pohyb, nové pomůcky pro pohyb a také mohou dostat možnost vyzkoušet si různé druhy sportu prostřednictvím pohybových kroužků, které je třeba zaujmou a mohou se nadále v budoucnu o něj zajímat.

7 ZÁVĚRY

Cílem bakalářská práce bylo popsat podmínky mateřských škol ve Zlínském kraji pro realizaci pohybových činností dětí.

V teoretické části jsme se si v první kapitole vymezili vývojové předpoklady dítěte pro realizaci pohybových činností. Dále jsme si definovali pojem pohybová aktivita, která k našemu tématu neodmyslitelně patří a dále jsme se věnovali pohybovým schopnostem a dovednostem dítěte předškolního věku. V druhé kapitole jsme se zaměřili na Rámcový vzdělávací program a jeho vzdělávacími oblastmi spolu s dílčími cíli a jejich naplnění v realizaci pohybových činnostech v MŠ. V poslední kapitole jsme se věnovali samotným podmínkám MŠ pro realizaci pohybu, kde jsme si kategorizovali podmínky, které jsme následně popsali.

Druhá část bakalářské práce (praktická část) vychází z teoretické části práce. Protože je bakalářská práce zaměřená na Zlínský kraj, zvolili jsme metodu dotazníkového šetření, jelikož jsou data sesbíraná plošně a rychleji. I když byla návratnost dotazníků velmi mála, tak vzhledem k získaným kvalitním datům je počet 107 respondentů vyhovující. Výběr mateřských škol byl stěžejní v tom, že jsme byli omezení na Zlínský kraj, který nepatří zrovna k těm největším krajům. Tudíž jsme byli omezováni při distribuci dotazníků.

Výsledky výzkumu nám poukázaly, že je potřebné se dále vzdělávat i prostřednictvím různých seminářů, workshopů či jiných v oblasti pohybových činností. Protože tato oblast je ve vývoji dítěte stěžejní a klíčová. Dětem je důležité nabízet různorodé prostory určené pro pohyb, kde se budou nadále rozvíjet. Také jsou klíčové časové podmínky, kdy vzdělaný pedagogický pracovník prokládá různé činnostmi pohybovými.

Prostřednictvím výsledků výzkumu jsme také poukázali na to, že není důležité mít několik druhů pomůcek při pohybových činnostech, ale důležitá je kvantita. Kupříkladu, když provádíme s dětmi ranní cvičení, tak je potřebné mít pro každé dítě kruh, aby si protáhlo celé tělo. Děti baví zkoušet cvičení s novými pomůckami, tudíž by se mohlo stát, že pokud by na jedno dítě kruh nevyšel, tak by to na něj mohlo mít psychické dopady (bylo by z toho nešťastné).

Na závěr bychom dodali, že pokud chceme realizovat kvalitní pohybové činnosti, tak je potřebné nahlížet na všechny podmínky mateřských škol.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

1. Čeledová, L., & Čevela, R. (2010). *Výchova ke zdraví: vybrané kapitoly*. Praha: Grada.
2. Dvořáková, H. (2012). *Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe.
3. Dvořáková, H. (2011). *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy*. Praha: Portál.
4. Dvořáková, H., Engelthalerová, Z. (2017). *Tělesná výchova na 1. stupni základní školy*. Praha: Karolinum.
5. Dvořáková, H., Kukačková, M., Lietavcová, M., Nádvorníková, H., & Svobodová, E. (2015). *Rozvíjíme dovednosti hrubé a jemné motoriky dětí: dítě a jeho tělo*. Praha: Raabe.
6. Fichnová, K., & Szobiová, E. (2012). *Rozvoj tvořivosti a klíčových kompetencí dětí: náměty k RVP pro předškolní vzdělávání*. Praha: Portál.
7. Gába, A. (2018). *Národní zpráva o pohybové aktivitě českých dětí a mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury.
8. Gardošová, J., & Dujková, L. (2003). *Vzdělávací program Začít spolu: metodický průvodce pro předškolní vzdělávání*. Praha: Portál.
9. Havlová, J., Havlínová, M., & Vencálková, E. (2008). *Kurikulum podpory zdraví v mateřské škole: aktualizovaný modelový program podpory zdraví*. Praha: Portál.
10. Hazuková, H. (2014). *Objevujeme s dětmi kulturu a společnost: dítě a společnost*. Praha: Raabe.
11. Kapuciánová, M. (2014). *Pomáháme dětem s orientací v dnešním světě: dítě a svět*. Praha: Raabe.
12. Kowalewski, M. (2020). The role of physical activity in the proper development of a child in preschoolage. *Journal of Education, Health and Sport*, 10(12), 185-191.
13. Lan, B.Y., & Guo X.I. (2021). *Research on the Influencing Factors of Kindergarten on Children's Physical Activity*. *Open Access Library Journal*, 8(9), 1-7.
14. Machová, J., & Kubátková, D. (2016). *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada.

15. Mertin, V., & Gillernová, I. (2010). *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál.
16. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2021). *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha: MŠMT.
17. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2022). *Školský zákon*. Praha: MŠMT.
18. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2017). *Vyhláška č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých*. Praha: MŠMT.
19. Montessori, M. (2017). *Objevování dítěte*. Praha: Portál.
20. Pemová, T., & Ptáček, R. (2013). *Soukromá a firemní školka od A do Z: jak založit a provozovat soukromé nebo firemní zařízení předškolní výchovy*. Praha: Grada.
21. Perič, T., & Březina, J. (2019). *Jak nalézt a rozvíjet sportovní talent: průvodce sportováním dětí pro rodiče i trenéry*. Praha: Grada.
22. Poláková, P. (2019). *Jak rozvíjet pohyb, emoce a smysly: pozorné a spokojené dítě*. Praha: Grada.
23. Pugnerová, M. (2019). *Psychologie: pro studenty pedagogických oborů*. Praha: Grada.
24. Průcha, J. (2016). *Předškolní dítě a svět vzdělávání: přehled teorie, praxe a výzkumných poznatků*. Praha: WoltersKluwer ČR.
25. Slabá, H. (2020). *Montessori školka: jak to v ní chodí?* Praha: Portál.
26. Sollerhed, A., Olesen, L., Froberg, K., Soini, A. & Saajaskahti, A., et al. (2021). *Movement and Physical Activity in Early Childhood Education and Care Policies of Five Nordic Countries. International Journal of Environmental Research and Public Health (18)*, 1-20.
27. Šimik, O. (2013). *Výchova předškolního dítěte ke zdravému způsobu života*. Ostrava: Ostravská univerzita, Pedagogická fakulta.
28. Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál.

29. Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum.
30. Valach, P., Benešová, D., Salcman, V., & Schulz, H. (2016). *Děti v pohybu. Výzkumná studie v rámci mezinárodního projektu Comenius*. Köln: Netzwerk e. V.
31. Vyhláška číslo 350. (2021). *O provedení některých ustanovení zákona o poskytování služby péče o dítě v dětské skupině a o změně souvisejících zákonů*. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí.
32. Vyskotová, J., & Macháčková, K. (2013). *Jemná motorika: vývoj, motorická kontrola, hodnocení a testování*. Praha: Grada.

SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

aj.	a jiné.
apod.	a podobně
č.	číslo
Např.	Například
MŠ	Mateřská škola
RVP PV	Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání
ZŠ	Základní škola

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 Zastoupení činností s dětmi	37
Graf 2 Zastoupení pohybových činností v režimu dne	38
Graf 3 Důvody zařazení pohybových činností	38
Graf 4 Pohybové činnosti v režimu dne.....	39
Graf 5 Kroužky	40
Graf 6 Vycházky	41
Graf 7 Výlety.....	41
Graf 8 Vnitřní prostory mateřské školy	42
Graf 9 Terény venkovních prostor.....	43
Graf 10 Prostory mimo pozemek mateřské školy	44
Graf 11 Časové využití prostor.....	44
Graf 12 Materiální vybavenost	45
Graf 13 Druhy materiálního vybavení	46
Graf 14 Materiální vybavení	46
Graf 15 Využití materiálního vybavení	47
Graf 16 Nářadí.....	48
Graf 17 Prostorové podmínky	49
Graf 18 Vzdělání a prostory	50
Graf 19 Typy mateřských škol a prostorové podmínky.....	50

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Dotazník pro pedagogické pracovníky

PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK PRO PEDAGOGICKÉ PRACOVNÍKY

Dobrý den vážené paní ředitelky, páni ředitelé a paní učitelky a páni učitele,

Jmenuji se Radka Vyskočilová a jsem studentkou oboru Učitelství pro mateřské školy na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Touto cestou se na Vás obracím s žádostí o vyplnění dotazníku, který se zabývá **podmínkami mateřských škol ve Zlínském kraji pro realizaci pohybových činností dětí**.

Dotazník je zcela **anonymní** a získaná data poslouží pro mou Bakalářskou práci. Dotazník Vám zabere cca 10-15 minut.

Předem děkuji za Vaši ochotu a čas.

1. Uveďte prosím, Vaše pohlaví:
 - a) Žena
 - b) Muž

2. Délka Vaší pedagogické praxe:
 - a) 0- 3 roky
 - b) 4 a více let

3. Vyberte Vaší pozici v Mateřské škole:
 - c) Vedoucí pracovník
 - d) Učitel
 - e) Jiné (napište)

4. Jaké je Vaše dosažené vzdělání?
 - a) Střední škola s maturitou
 - b) Vysoká škola
 - c) Jiné (napište)

5. Čemu se nejraději věnujete ve svém volném čase?
 - a) Pohybová činnost
 - b) Hudební činnost
 - c) Výtvarná činnost
 - d) Dramatická činnost
 - e) Jiné (napište)

6. Vyberte okres, ve kterém se Vaše mateřská škola nachází:
 - a) Okres Kroměříž
 - b) Okres Uherské Hradiště
 - c) Okres Vsetín
 - d) Okres Zlín

7. Kde se Vaše mateřská škola nachází?
 - a) Krajské město

- b) Okresní město
- c) Město
- d) Vesnice

8. Jaký typ mateřské školy, dle zřizovatele jste?

- a) Státní mateřská škola
- b) Soukromá mateřská škola
- c) Jiná (napište)

9. Jaký typ je vaše mateřská škola dle vzdělávacího programu?

- a) Lesní mateřská škola
- b) Waldorfská mateřská škola
- c) Mateřská škola – Step by Step
- d) Mateřská škola podporující zdraví
- e) Jiná (napište)

10. Vaše mateřská škola je:

- a) Samostatná mateřská škola
- b) MŠ a ZŠ jako jeden právní subjekt
- c) Mateřská škola s odloučeným pracovištěm

11. Čemu se nejraději věnujete s dětmi?

- f) Tělesná výchova
- g) Hudební výchova
- h) Výtvarná výchova
- i) Dramatická výchova
- j) Jiné (napište)

12. Účastníte se různých seminářů nebo workshopů týkajících se pohybových činností pro děti?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Mám to v plánu

13. Máte kladný vztah k pohybu?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

14. Cítíte se připravena k realizaci pohybových činností?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

15. Zařazujete často pohybové činnosti do režimu dne mateřské školy?

- a) Ano
- b) Ne

16. Pokud ne, proč nezařazujete?
(Volná odpověď)

.....

17. Nabízí denní režim dostatek času pro realizaci pohybových činností dětí?

- a) Ano
- b) Ne

18. Pokud ne, co by pomohlo situaci zlepšit, co navrhujete?
(Váš názor)

.....

19. Jak často zařazujete pohybové činnosti do režimu dne?

	Denně	3x za týden	2x za týden	Nepravidelně	Výjimečně nebo vůbec
Pohybové činnosti dopoledne					
Pohybové činnosti odpoledne					

20. Chodíte pravidelně na procházky s dětmi?

	Denně	3x za týden	2x za týden	Nepravidelně	Výjimečně nebo vůbec
Procházky					

21. Jak často uskutečňujete výlety, pobytové akce mateřské školy?

- a) každý měsíc
- b) 1x za 2 měsíce
- c) 1x za školní rok
- d) Jiné (napíšte)

22. Zapojujete se do sportovních akcí s mateřskou školou?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

23. Pokud ne, proč se nezapojujete?
(Volná odpověď)

.....

24. Jak často zařazuje pohybovou aktivitu do režimu dne?

- a) 1x denně
- b) 2x denně
- c) 2-3x denně

25. Kdy více zařazujete pohybové činnosti a proč?

- a) Ráno
- b) Odpoledne

26. Proč zařazujete pohybové činnosti více ráno či odpoledne?

(Napište)

.....

27. Jaké kroužky Vaše mateřská škola nabízí?

- a) Tanec
- b) Plavání
- c) Jóga
- d) Atletika
- e) Cvičení s rodiči
- f) Nenabízí
- g) Jiná (napište)

28. Myslíte si, že Vaše mateřská škola nabízí dostatečné prostorové podmínky pro pohybové činnosti?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

29. Jaké vnitřní prostory pro pohyb dětí Vaše mateřská škola nabízí?

- a) Tělocvična
- b) Herna
- c) Speciální prostory (sloužící jako tělocvična)
- d) Žádné
- e) Jiné (napište)

30. Jaké venkovní prostory pro pohyb dětí Vaše mateřská škola nabízí (na školním pozemku)?

- a) Zahrada
- b) Dětské hřiště s průlezkami
- c) Sportovní hřiště
- d) Jiné (napište)

31. Jaký terén při venkovním pobytu poskytuje Vaše mateřská škola?

- a) Travnaté plochy
- b) Asfaltové plochy
- c) Nerovné plochy
- d) Rovné plochy
- e) Kopcovité plochy

f) Jiné (napište)

32. Jaké jiné prostory využíváte (mimo pozemek mateřské školy)?

- a) Dětské hřiště
- b) Park
- c) Sportovní prostory
- d) Sportovní haly (tělocvičny)
- e) Tělocvičny základní školy
- f) Volné přírodní prostředí (les apod.)
- g) Jiné (napište)

33. Jak často využíváte vybrané prostory pro pohyb dětí?

	Denně	Mín 3x týdně	Mín 1x týdně	Nepravidelně	Výjimečně nebo vůbec
Tělocvična					
Herna					
Zahrada					
Dětské hřiště					
Sportovní hřiště					
Park					
Volné přírodní prostředí (les,..)					
Sportovní haly					

34. Jak vnímáte vybavenost materiálních podmínek (k pohybovým činnostem) Vaši mateřské školy?

- a) Nadstandartní
- b) Dostačující
- c) Spíše nedostatečné
- d) Zcela nedostatečné

35. Jaké pomůcky by jste ráda uvítala?
(Volná odpověď)

.....

36. Jaké náčiní pro pohybové aktivity dětí Vaše mateřská škola nabízí?

- a) Plastové míčky
- b) Molitanové míčky
- c) Velké míče
- d) Obruče
- e) Švihadla
- f) Prolézací tunel
- g) Kuželky
- h) Jiné (napište)

37. Jak často využíváte toto náčiní?

	Denně	Min. 3x týdně	Min. 1x týdně	Nepravidelně	Výjimečně nebo vůbec
Plastové míčky					
Kuželky					
Velké míče					
Obruče					
Švihadla					
Prolézací tunel					
Kuželky					
Lana					

38. Jaké nářadí pro pohybové aktivity dětí Vaše mateřská škola nabízí?

- a) Trampolíny
- b) Kladiny
- c) Žebřiny
- d) Lavičky
- e) Jiné (napište)

39. Jaké náčiní pro venkovní pohybové aktivity dětí Vaše mateřská škola nabízí?

- a) Míče

- b) Obruče
- c) Koloběžky
- d) Odrážedla
- e) Jiné (napište)

40. Myslíte si, že načiní i nářadí pro pohybové činnosti jsou v dobrém technickém stavu?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Nevím
- d) Spíše ne
- e) Ne

41. Má Vaše mateřská škola dostatek finančních prostředků na sportovní vybavení?

- a) Ano
- b) Spíše ano
- c) Spíše ne
- d) Ne

42. Investujete finanční prostředky do sportovního vybavení?

- a) Ano
- b) Ne

43. Pokud ne, proč?

(Napište)

.....

44. Domníváte se, že mateřská škola věnuje v dostatečné míře finanční prostředky? (souvisí s materiálním vybavením)

(Napište)

.....

Děkuji za vyplnění dotazníku.

Pokud máte případné připomínky, tak zde je věnován tomu prostor:

.....

.....