

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra primární a preprimární pedagogiky

Bakalářská práce

Zuzana Zavadilová

Analýza úrovně motoriky předškolních dětí

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem svou bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedené
prameny a literaturu.

V Olomouci 10.5.2021

.....

Zuzana Zavadilová

Poděkování:

Na tomto místě bych chtěla poděkovat vedoucímu práce Mgr. Zdeňku Rehtikovi za odborné vedení, připomínky, cenné rady a trpělivost při tvorbě této práce.

Obsah

Úvod	5
1. Charakteristika předškolního období	6
1.1 Sociální vývoj dítěte v předškolním věku.....	7
1.2 Kognitivní vývoj dítěte v předškolním věku	8
1.3 Motorický vývoj dítěte předškolního věku	10
1.3.1 Motorika	11
Jemná motorika	11
1.3.2 Motorické schopnosti a dovednosti	14
1.3.3 Pohyb dítěte předškolního věku	16
1.3.4 Význam pohybu pro dítě předškolního věku.....	17
1.4 Psychomotorický vývoj dítěte předškolního věku.....	18
2. Pohybové aktivity v RVP PV	19
3. Hra v předškolním období.....	20
3.1 Hra, pohyb a pohybové hry v mateřské škole.....	21
3.2 Doporučení při výběru pohybových her	24
3.3 Motivace a její význam pro děti v předškolním věku ke hraní her.....	25
4. EMPIRICKÁ ČÁST.....	27
4.1 Cíle práce	27
4.2 Výzkumné otázky:	27
4.3 Metody výzkumu	27
4.4 Motorický test TGMD – 2	28
4.5 Charakteristika mateřských škol	29
4.6 Organizace výzkumu	29
5. Výsledky výzkumu.....	30
5.1 Výsledky MŠ 1	30
5.2 Výsledky MŠ 2	32
5.3 Srovnání výsledků mateřských škol	34
5.4 Úroveň motorických dovedností vzhledem k pohlaví dětí	34
5.5 Porovnání úrovně motorických dovedností dětí, které se aktivně věnují sportu i ve volném čase s dětmi, které se žádnému sportu ve volném čase aktivně nevěnují	36
Závěr.....	38
Souhrn.....	39
Summary.....	40

Zdroje a použítá literatura.....	41
Přílohy:	45

Úvod

Téma bakalářské práce je Analýza motoriky předškolních dětí. Toto téma jsem si zvolila, protože motorika dětí je v poslední době hodně diskutovaným tématem a mě zajímalo, jak je to s úrovní motoriky dětí předškolního věku.

Pohyb je pro dítě naprosto přirozený proces, zároveň je pro ně zdrojem poznání a hlavním motorem pro jejich zdravý rozvoj. Dostatek přirozené pohybové aktivity u dítěte zásadním způsobem ovlivňuje rozvoj všech psychických procesů, hrubé i jemné motoriky, grafomotoriky a motoriky mluvidel. Bohužel v posledních letech se rozšiřuje pasivní způsob života. Děti už v předškolním věku tráví spoustu času u televize, počítačových her nebo tabletů a nemají dostatek kvalitního pohybu. V důsledku toho ztrácí zájem o spontánní pohyb, což je mimo jiné spojeno se zhoršením pohybových schopností a dovedností nebo výskytem civilizačních chorob, jako je cukrovka či obezita, už u dětí v předškolním věku.

Cílem bakalářské práce bylo zjištění úrovně motorických dovedností u dětí v předškolním věku. Dílčím cílem bylo porovnání úrovně hrubé motoriky vzhledem k pohlaví dítěte a zda má na jejich motorické dovednosti vliv, že se děti ve volném čase aktivně věnují nějakému sportu.

Teoretická část se zaměřuje na charakteristiku dítěte předškolního věku, jeho vývoj sociální, kognitivní, psychomotorický a motorický. Dále na motorické schopnosti a dovednosti. Důležitost pohybu a jeho zařazení do Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání a v tom důsledku i do pohybových činností v mateřských školách.

Praktická část se zaměřuje na testování motoriky dětí v předškolním věku. K testování byl použit standardizovaný test TGMD – 2. Testování proběhlo ve dvou mateřských školách v Olomouckém kraji.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Charakteristika předškolního období

Předškolní období je pro dítě velmi zásadní. U dětí v tomto období můžeme pozorovat největší změny související s vývojem jeho osobnosti. Děti se v tomto období setkávají s velkým mezníkem ve svém životě, ve formě nástupu do mateřské školy. Tato změna může být těžká jak pro dítě, tak pro rodiče. Většinou je to poprvé co se od sebe musí na delší dobu odpoutat. Po úspěšné adaptaci však dítě získává spoustu nových poznatků, nové zkušenosti, dovednosti, rozvíjí své schopnosti, buduje si sebevědomí a stává se více samostatnějším. Také získává nové kamarády a postupně se připravuje na další důležitý mezník, což je vstup na základní školu. Děti v tomto období jsou aktivní a hravé. Důležitá je správná motivace k pohybu a hrám, díky tomu dítě projde správně každým krokem vývoje a vytvoří si i kladný vztah k pohybu.

Jako předškolní věk chápeme období dítěte od tří do šesti let, období jenž není ukončeno pouze věkem, ale i nástupem dítěte na základní školu. Nástup dítěte na základní školu může mít rozmezí jednoho, eventuálně i více let. Předškolní období je pro dítě velmi důležité, protože si buduje svou pozici ve společnosti a utváří si vztah ke světu. Typická je pro něj představivost a fantazie (Vágnerová, 2012, s. 173). Fantazie, fantazijní zpracování a intuitivní myšlení, prozatím není ovlivněno logikou (Vágnerová, 2012). Děti se neučí na základě logického uvažování, logické učení bývá často zbytečné a bez výsledků. Děti si musí vše samy vyzkoušet a prožít, jsou otevřené poznatkům, ale učení není záměrné. Učení dítěte je aktivní, prožitkové, situační, komplexní a ovlivňuje trvale celou jeho osobnost, pozitivně či negativně (Dvořáková, 2011). J. Piaget (1970) nazval způsob uvažování předškolních dětí jako názorné, intuitivní myšlení. Poznávání se v tomto období projevuje zaměřeností na svět, ve kterém dítě vyrůstá a pravidla, která v tomto světě platí (Vágnerová, 1999).

Dítě v tomto věku má hlavní vzor v rodičích, jsou pro něj citově blízkou autoritou a většinou se s nimi ztotožňuje. Díky tomu lépe rozlišuje žádoucí a nežádoucí vlastnosti a projevy chování, které by si mělo osvojit. Ztotožnění s rodiči se může projevit i vnějšími znaky, např. určitou úpravou zevnějšku. Velký význam má, ale ztotožnění s rodičem na posílení dětského sebevědomí a obohacení jeho identity (Vágnerová, 1999). Dětská identita se buduje hlavně z postojů a hodnocení rodičů. Předškolní dítě přijímá názor dospělých nekriticky, tak jak je mu prezentován. Identita osobní je naplněna lidmi, věcmi, ale i prostředím, které dítěti patří a ve kterém žije (Vágnerová, 2012). Identita tělesná má svou funkční složku, díky které můžeme vlastní tělo nejenom pociťovat, ale také ovládat. V tom se projevuje rozvoj sebepojetí, dítě se vidí jako aktivní subjekt, vybavený různými kompetencemi. Zevnějšek nemá v tomto věku

žádný větší význam, pokud není nějak nápadný (v pozitivním nebo negativním směru) (Vágnerová, 1999, s. 84). Významnou složkou identity je egocentrismus, který potvrzuje osobní významnost a tím i sebejistotu dítěte. Ve fantazii může dítě získat jakoukoliv žádoucí vlastnost nebo roli (Vágnerová, 2012, s. 141).

Jak už bylo zmíněno dítě v tomto období má většinou plno energie a velké nadšení pro různé pohybové aktivity a hry. Různými aktivitami a hrami rozvíjí děti nejvíce hrubou i jemnou motoriku (Allen a Marotz, 2002).

Toto období bývá označováno obdobím hry a je považováno za jedno z nejdůležitějších období ve vývoji člověka. Důležité však je, že každé dítě je jedinečné a rozdíly mezi vrstevníky mohou být velké (Mertin, Gillernová, 2010).

Děti v tomto věku dozrávají citově, společensky, rozvíjejí se i po stránce tělesné a pohybové. Jsou aktivní a řídí své aktivity dle vlastních zájmů (Matějček, 2005).

1.1 Sociální vývoj dítěte v předškolním věku

Sociální vývoj je proces formování osobnosti, přijímání sociálních rolí a osvojení si určitých norem chování. Předškolní období je z hlediska socializace velmi důležité. Na sociální vývoj dítěte má bezpochyby velký význam vstup do mateřské školy.

Jak už bylo řečeno v předešlé kapitole, významnou autoritou pro předškolní dítě jsou rodiče. Jsou pro něj ideálem, kterému se chce dítě podobat ve všech směrech a se kterým se identifikuje. Dítě nekriticky akceptuje všechny projevy rodičů, jejich postoje a hodnoty. Identifikace s rodičem v dítěti vyvolává pocit bezpečí a jistoty a snižuje pocit ohrožení (Vágnerová, 1999, s. 91).

V předškolním období, už však ale pro dítě není nejdůležitější jen rodina, je velmi důležité, aby se dítě pohybovalo v kolektivu stejně starých dětí, zvykalo si na kolektiv svých vrstevníků a hledalo si v něm nové kamarády. V dětském kolektivu se dítě cítí dobře, přináší mu to radost někdy i zklamání, ale může se také naučit nové věci a učí se orientovat v pravidlech lidského soužití (Špaňhelová, 2004). Potřebou kontaktu s vrstevníky se u dítěte v předškolním období projevuje zralost osobnosti (Vágnerová, 2012). Dítě si hledá nové kamarády, což ovlivňují hlavně zjevné znaky a situační faktory (pohlaví, vzhled, chování nebo vlastnictví nějakého zajímavého předmětu či hračky). V tomto období jde při výběru kamaráda hlavně o to, aby uspokojoval jeho potřeby. Děti v tomto období nemají zafixovány žádné sociální předsudky a jsou schopny bez problémů přijmout i postiženého kamaráda (Vágnerová, 1999, s. 94). Důležité je, aby se dítě v dětském kolektivu naučilo spolupracovat, komunikovat a aby zvládlo prosadit své názory. Dítě se musí naučit novým pravidlům chování, které pak používá

ve spoustě různých situací. Toto období můžeme brát jako přípravu na samotný život (Vágnerová, 2012).

Z hlediska sociálního vývoje se u dítěte již objevuje větší samostatnost. Mělo by si však být jisté, že pokud ho rodič nechává například v mateřské škole, že se pro něj zase vrátí a nezůstane tam natrvalo. Pokud má tuto jistotu, je schopné již dlouhodobějšího odloučení a bezproblémového začlenění mezi ostatní děti v mateřské škole. V tomto věku také již chápe rozumové vysvětlování, je ale nutné ho podávat v dítěti srozumitelné formě a názorným způsobem (Langmeier, Krejčíková, 202, s. 75).

Další oblastí ve které má obrovský význam názor dospělých a jejich uznání, které slouží jako pozitivní zpětná vazba je potřeba seberealizace. Potřeba seberealizace je u dítěte v předškolním věku uspokojována takovou aktivitou, která je hodnocena pozitivně a díky níž se dítě může prosadit. Pocit úspěchu u dítěte posiluje sebeúctu a z ní vycházející sebejistotu. To jakým způsobem je tato potřeba uspokojena se stává trvalejším rysem osobnosti dítěte, který přesahuje hranici předškolního věku (Vágnerová, 1999, s. 87).

1.2 Kognitivní vývoj dítěte v předškolním věku

Kognitivní neboli poznávací vývoj dítěte je zvyšování jeho inteligence a schopnosti správně uvažovat. Kognitivní vývoj dětí spočívá ve vývoji poznávacích funkcí, jako je vnímání, představování, fantazie, schopnosti, myšlení, usuzování, inteligence, pozornost a paměť.

Při nástupu do mateřské školy, tedy okolo tří let, je pozornost dítěte ještě nestálá a není schopno delšího a úmyslného soustředění. S přibývajícím věkem a postupným rozvojem až do doby před vstupem do základní školy se pozornost zlepšuje, dítě už se zvládá déle soustředit a postupně začíná úmyslně udržovat pozornost na činnosti, kterou vykonává. Zda dítě udrží pozornost, však nezávisí pouze na věku, ale také na temperamentu a na konkrétní činnosti, na kterou se soustředí (Plevová, 2010, s. 76).

V předškolním období dochází také k velkému posunu v oblasti poznávacího vývoje. Např. kolem čtyř let života dítěte se dostává jeho inteligence na vyšší úroveň – na úroveň názorného myšlení. Dítě dělá závěry o věcech na základě názoru, vnímání a představování. Např. pokud má dítě před sebou dvě stejné skleničky, ve kterých má stejný počet korálků, souhlasí s námi, že počet korálků je v obou skleničkách stejný. Pokud uděláme výměnu – jednu skleničku vyměníme za širší a vysypeme do ní stejný počet korálků, dítě – i když vědělo, že byl počet korálků v původní skleničce stejný, usuzuje, že teď je v široké sklenici korálků méně. Když si je totiž dá vedle sebe „jasně vidí, že široká sklenička má nižší hladinu korálků“. Toto

myšlení dítěte je naprosto v pořádku pro jeho vývoj v předškolním období (Špaňhelová, 2004, str. 10).

Typickým znakem myšlení předškolních dětí je jeho útržkovitost, nekoordinovatelnost a nepropojenost. Děti sice již dovedou vyřešit mnohé úkoly, avšak nedovedou do svých úvah zahrnout více aspektů, znalostí či různorodých pohledů. Myšlení chybí komplexní přístup. Děti sice už dovedou správně vyřešit mnohé úkoly dílčího charakteru, avšak nedovedou do svých úvah zahrnout více aspektů, znalostí či různorodé pohledy (Vágnerová, 2012, s. 134).

Dítě se také učí žádoucím vzorcům, především tzv. prosociálního chování. Prosociální chování je spojeno s kontrolou a ovládním agresivity. Jedním z předpokladů pro jeho rozvoj je uspokojení dětské potřeby a jistoty. Děti, které se cítí nejisté a ohrožené, snadněji reagují asociálně. Na rozvoji prosociálního chování se podílí rozvoj kognitivních kompetencí i vlastní emoční zkušenost. Prosociální chování je také ovšem výsledkem učení nápodobou, tedy na základě identifikace. Jestliže dítě nemá v rodině vhodný model, nelze očekávat, že by se žádoucím způsobem mohlo chovat dítě (Vágnerová, 2012).

Dítě se spoustu věcí učí od dospělých a starších dětí. Učení je pro dítě více efektivnější, když dospělý postaví problém tak, aby byl pro něho řešitelný, i když s určitou dopomocí. Při vývoji dětských poznávacích procesů nemusíme uvažovat přímo o způsobech řešení, které dítě v úkolech samostatně použije, ale i o řešení, ke kterému je dítě schopné dospět s určitou pomocí či podporou dospělých. L. S. Vygotský (1978) tuto oblast nazval *zónou proximálního vývoje*. Vygotský se domnívá, že všechny kognitivní funkce se ve vývoji objevují na dvou úrovních:

1. Nejprve jako výsledek interakce s jinými lidmi, od nichž se dítě tento způsob uvažování učí.
2. Jako naučená a zvnitřněná funkce (Vágnerová, 1999, s. 78).

V předchozích kapitolách už jsem zmínila, že pro dítě má v předškolním období obrovský význam fantazie, lze ji jen velmi těžko oddělit ve vyprávění vzpomínek dítěte. Je nezbytná pro citovou a rozumovou rovnováhu. Dítě má potřebu alespoň občas přizpůsobovat realitu svým potřebám a uplatnit v ní fantazii. J. Piaget (1970) nazývá tento způsob asimilací. Pro dítě je zřejmě snazší vyrovnat se s tlakem reality, nedostatky svého myšlení i zkušenostmi pomocí fantazie, která má relaxační a emocionálně příznivý účinek. Vliv dětské fantazie se projevuje animismem. Dítě světu lépe rozumí, když mu přičítá vlastnosti živých bytostí, popř. lidské vlastnosti (Vágnerová, 2012).

Děti v tomto věku sice už dávno umí odlišit živé bytosti od neživých objektů, ale stále ještě jsou schopné tyto rozdíly přehlížet a přičítat neživým věcem vlastnosti živých (Vágnerová, 2012, s. 133).

1.3 Motorický vývoj dítěte předškolního věku

V předškolním období dochází u dítěte k velkému zdokonalení motoriky, k větší hbitosti a k lepší pohybové koordinaci. Dítě v předškolním období skáče, hopsá, leze po žebříku, střídá nohy při chůzi do schodů i ze schodů. Je také daleko více zručné než v předešlém období batolete. Rádo si hraje na pískovišti, staví už nejen bábovky, ale za pomoci dospělého, umí postavit i hrad nebo tunel. Děti si také rády hrají s plastelínou a umí z ní tvořit různé věci, modelují zvířátka, auta, panenky, mámu, tátu nebo samy sebe. K velkému rozvoji dochází také v používání kostek. Batole umí jen stavět věže pomocí skládání dřevěných kostek na sebe, předškolní dítě už zvládne složitější stavby (Špaňhelová, 2004).

Během vývoje dítěte v předškolním věku roste a zkvalitňuje se pohybová koordinace, dítě je mnohem obratnější, pohyby jsou přesnější, plynulejší. V tomto věku dokáže již přesně napodobovat pohyby dospělých a sportovní aktivity (Mertin, Gillernová, 2003, s. 11).

I během hry můžeme pozorovat mnohem více využití dynamického pohybu. Mezi třetím a šestým rokem v souvislosti s vývojem motoriky velmi záleží na tom, jak je dítě aktivní, jaké má možnosti pohybu, jak je k němu vedeno a v jakém prostředí žije. S vývojem motoriky také souvisí schopnost plně sebeobsluhy. Dítě je schopné se samostatně obléci, držet příbor, zapnout zip nebo zavázat tkaničky a také samostatně dbá o svoji hygienu. Současně s hrubou motorikou také dochází k rozvoji jemné motoriky. Dítě vyhledává hru s modelínou, korálky, kostkami nebo různým výtvarným materiálem. Součástí rozvoje jemné motoriky je také postupné zdokonalování a rozvoj kresby, kde je dítě schopno správného úchopu psacích potřeb. Přechází od spontánního čarání ke konkrétní kresbě tzv. „hlavonožce“. Tříleté dítě často kreslí zmiňovaného hlavonožce s dominantními dolními končetinami a hlavou. V současné době se diskutuje o tom, zda to není dané úhlem pohledu malého dítěte vůči dospělému, kdy ze svého pohledu nejdetailněji vidí právě dolní končetiny a poté hlavu, která se k němu sklání (Mertin, Gillernová, 2003, s. 11, 12).

V pěti letech dítě kreslí lidskou postavu, kdy znázorňuje hlavu, trup a končetiny většinou jednou čarou. Další doplnění detailů (vlasy, uši apod.) je v tomto věku u každého dítěte individuální. Dítě zvládne napodobit čtverec. Kresba začíná být proporcionálnější zhruba v šesti letech. Lidská postava má zřetelné členění na hlavu, trup a horní končetiny, které jsou spojeny s trupem a směřují do stran nebo vzhůru. Hlavě nechybí všechny detaily (oči, nos, ústa, uši i obočí nebo řasy) a na hlavě nechybí ani vlasy. U postavy se objevuje rozlišení pohlaví. Ženské postavy mají dlouhé vlasy, náušnice, náhrdelníky a sukně. Mužské postavy kalhoty, kníry či klobouky. Dítě dokáže napodobit trojúhelník (Opatřilová, Bednářová a Šmardová, 2011).

Nejvýraznějšího motorického vývoje dítě dosáhne v kojeneckém věku a následně v batolecím období, nicméně i předškolní věk velmi důležitý pro rozvoj pohybových dovedností. Šimíčková a Čížková (2010, s. 23) uvádějí, že díky vývoji mozkové kůry se vyvíjejí i pohybové funkce dítěte. Centrální nervová soustava výrazně dozrává kolem šestého roku věku, a proto je zřetelný posun v obratnosti – pohybové koordinaci – u dětí mezi třetím a šestým rokem. Obratnost a schopnost učit se novým dovednostem má také své nejvýraznější období rozvoje právě v dětském věku (Dvořáková, 2015, s. 41).

1.3.1 Motorika

Motorika je pohybová schopnost organismu. Představuje souhrn všech pohybů lidského těla. Hraje významnou roli ve vývoji dítěte (Zelinková, 2001). Zahrnuje hrubé a jemné pohyby, jejich koordinaci, celkovou pohyblivost a obratnost. Pokud se u dítěte vyskytuje určitá neobratnost, projeví se to ve výkonech dítěte v různých oblastech (kreslení, tělesná cvičení, hry, sebeobsluha, ale třeba i v řeči a dalších). Motoriku dělíme na hrubou a jemnou. „*Souhrn pohybových dovedností, které nám umožňují samostatné přemísťování v prostoru, zaujímání různých poloh těla, manipulaci s předměty aj., označujeme jako motoriku*“ (Kucharská a Švancarová, 2004, s. 27).

Hrubá motorika

Hrubá motorika je tělesná zdatnost organismu a představuje celkový pohybový vývoj (chůze, běh, skoky, seskoky, lezení, přelézání, podlézání, chytání, házení, udržování rovnováhy, koordinace, zapamatování a napodobování pohybů).

Zvládnutí hrubé motoriky má základní význam pro rozvoj jedince. Dovednosti, zaměřené na tuto oblast, pomohou dítěti získat sebedůvěru, zdokonalit koordinace pohybů a prohloubit samostatnost. Neupevní-li si dítě koordinované pohybové návyky v oblasti hrubé motoriky v rané fázi svého vývoje, v pozdějších letech bude pro něj zvládnutí těchto dovedností daleko obtížnější. S rozvojem hrubé motoriky je vhodné začít opravdu brzy. Pokládat miminko na bříško, jakmile je to možné. V pozdějším věku vybírat vhodné hračky (kostky, vkládačky, zatloukačky, kroužky navlékané na tyč atd.). V předškolním věku jsou důležité hračky, které procvičují celkovou koordinaci pohybů a rovnováhu (tříkolka, koloběžka, kolo, houpačky, prolézačky, balanční lana atd.)

Jemná motorika

Jemná motorika je řízena aktivitou drobných svalů a napomáhá postupnému zdokonalování jemných pohybů rukou, uchopení a manipulaci s drobnými předměty. Rozvoj

jemné motoriky má pro dítě předškolního věku nezastupitelný význam. Je vázán na vývoj hrubé motoriky a psychomotoriky a souvisí také s rozvojem oblasti vizuomotoriky, grafomotoriky aj. Zahrnuje kromě pohybů prstů také pohyby mimického svalstva, pohyby mluvidel a grafomotoriku. V předškolním věku je motorika v obrovském rozvoji. Pro rozvoj jemné motoriky je výborné navlékání korálků, hra s plastelínou nebo se stavebnicemi. Děti také mohou třídit různé předměty podle tvaru, barvy a velikosti, vykrajovat formičkami nebo zašroubovat maticku. Jemnou motoriku dítě trénuje i při zapínání knoflíků, zapínání zipu nebo zavazování tkaniček u bot. Dětem bychom měli umožnit stříhání nůžkami, kreslení, dokreslování, vybarvování, obkreslování apod.

Pro lepší porozumění máme dál vymezeno několik důležitých pojmů, týkajících se motoriky.

Grafomotorika

Grafomotorika je část jemné motoriky a psychických funkcí, kterou potřebujeme při kreslení a psaní.

V logopedickém slovníku je grafomotorika vyložena jako specifická motorika, koordinovaná pohybová aktivita při grafických projevech (kreslení, psaní) (Dvořák, 1998). Mlčáková (2009) ve své práci chápe grafomotoriku jako pohyb tužkou nebo pastelkou při kreslení nebo psaní na psací látce (např. papíru), řízený nervovým systémem.

„Grafomotorika je soubor psychomotorických činností, které jedinec vykonává při psaní. Psaní není jen záležitostí psacích pohybů ruky (u postižených též nohy, úst), ale je řízené psychikou. Grafomotorika tedy může být nápomocna při diagnostice psychických stavů (únavě, strachu), procesů a vlastností, při diagnostice poruch a nemoci jedince“ (Opatřilová, 2013, s. 77). Podle Bednářové a Šmardové (2011) stupeň vývoje grafomotoriky značně ovlivňuje kresbu a psaný projev dítěte. Úroveň grafomotoriky a vizuomotoriky je jedním z důležitých kritérií při posuzování školní zralosti.

Psychomotorika

Blahutková (2003, s. 4) definuje psychomotoriku jako *„formu pohybové aktivity, která je zaměřená na prožitek z pohybu. Vede k poznávání vlastního těla, okolního světa i k prožitkům z pohybových aktivit. Ke svému působení využívá jednoduché herní činnosti, činnosti s náradím i s náčiním, kontaktní prvky a prvky pohybové muzikoterapie včetně relaxačních technik.“* Podle

Szabové (1999) psychomotorika vyjadřuje úzké spojení a prolínání psychiky – duševních stavů s motorikou – tělesnými procesy a pohyby.

„Cílem psychomotoriky je harmonická osobnost z hlediska fyzického, psychického a společenského, která je schopna jednat samostatně, cílevědomě, plánovitě, ale i vstřícně a ohleduplně při zachování své individuality“ (Dobešová, 2011, s. 5). Blahutková (2003) jako hlavní cíl psychomotoriky uvádí radost z pohybu, radost ze hry a z tělesných cvičení, vytvoření tzv. bio-psycho-socio-spirituální pohody člověka. Mužík, Krejčí (1997) za další důležitý cíl psychomotoriky považují naučit dítě vnímat své vlastní tělo, umět mu rozumět a přijmout ho i s určitými nedostatky.

Senzomotorika

Senzomotorika je spojení mezi motorikou a smyslovým vnímáním různé kvality.

Vizuomotorika

Vizuomotorika je koordinace ruky a oka – pohybová aktivita ruky a zpětná zrkadlová vazba. Podle Opatřilové je vizuomotorika schopnost získávat informace zrakovým vnímáním může činit některým dětem s postižením mozku značné potíže (např. neschopnost pozorovat určitý předmět, práce v řádku, neschopnost postřehnout detaily apod.). Dítě bývá neklidnější, nevydrží si hrát a svou hru pozorovat. Podpora dítěte by měla být zahájena co nejdříve, nejlépe formou hry. Dítě učíme pozorovat malé pohyby balónku, mýdlových bublinek, autíčka apod. Postupně tak vizuální pozornost převádíme k orientaci na ploše. K procvičování využíváme třeba manipulaci s kostkami, navlékání korálků, hru s pexesem apod (Opatřilová, 2008).

Mimika

Mimika je označení pro záměrnou pohybovou aktivitu svalů obličeje, jejímž cílem je vyjádřit své myšlenky nebo pocity výrazem tváře.

„Mimika je výsledek kontrakce svalů lidského obličeje. Na jejím vzhledu se rovněž podílejí tvarové zvláštnosti čela, tváře, nosu či brady. Svou úlohu sehrává i pohyb hlavy a v neposlední řadě pokožka tváře“ (Vávra, 1990, str. 12). Podle Křivohlavého (1988) se v lidské tváři z hlediska mimiky rozlišuje několik zón a to:

- 1) Oblast čela a obočí
- 2) Oblast očí a víček
- 3) Oblast dolní části obličeje, zahrnuje tváře, nos a ústa.

Křivohlavý (1988) tvrdí, že dolní část obličeje odpovídá za pocit štěstí. Překvapení můžeme určit v libovolné části obličeje, ale nejpřesněji ji poznáme v oblasti čela a obočí. Druhá oblast pomáhá určit smutek a strach.

Motorika mluvidel

Motorika artikulačních orgánů zahrnuje pohyblivost rtů, čelisti, jazyka i měkkého patra.

Správná pohyblivost mluvních orgánů je pro dítě velmi důležitá, neboť nezralost motoriky mluvidel bývá často příčinou potíží s výslovností. Pokud má dítě správně srozumitelně mluvit, musí mimo jiné dosáhnout určité obratnosti mluvidel. Dále je důležité i správné dýchání a správná hlasová funkce. Ke správné artikulaci hlásek a slov vedou správné pohyby jazyka, měkkého patra, změna čelistního úhlu a úprava postavení rtů, díky tomu se mění tvar a velikost ústní a hrdelní dutiny a dítě je schopno správné artikulace (Beranová, 2002). Ke správnému napodobování artikulačních pohybů a lepší pohyblivosti mluvidel mohou dítěti pomoci jednoduchá cvičení a hry, které jsou přímo určené k rozvoji mluvních orgánů (Kutálková, 1992).

Mikromotorika očních pohybů

„Mikromotorika je patrná při čtení a psaní, kdy oči vykonávají pohyby zleva doprava. Tento pohyb je jedním z ukazatelů školní zralosti“ (Lietavcová, 2015, s. 83).

1.3.2 Motorické schopnosti a dovednosti

V této podkapitole se zaměřím na motorické schopnosti a dovednosti, v první řadě je důležité charakterizovat rozdíl mezi schopnosti a dovednostmi

Motorické dovednosti úzce souvisí s motorickými schopnostmi. Také jsou obvykle tyto pojmy zaměňovány. Schopnosti jsou však určitým předpokladem pro zvládnutí dovedností a tím, že si osvojíme určité dovednosti, zase rozvíjíme schopnosti. Rozdíl je také v tom, že schopnosti jsou předpokladem obecný a dovednosti předpoklad speciální. Rozvoj schopností je také delší proces, než osvojení dovedností. Rozvoj motorických schopností musí být v souladu s rozvojem motorických dovedností. Není vhodné z pohledu vývoje rozvoj schopností v jednom pohybu a rozvoj dovednosti v jiném pohybu, musí zde být určitá návaznost (Zvonař, Duvač a kol., 2011, s. 75-77).

Dovednosti můžeme také definovat jako naučený pohyb, který jedinec dokáže prakticky zrealizovat. Pro osvojení motorických dovedností je základem určitý vrozený předpoklad, označovaný jako motorická schopnost (Dvořáková, 2007, s. 47).

Pro lepší představu jsem přidala motorický vývoj předškolního dítěte, rozdělen podle věku:

Dítě ve třech letech střídá nohy při chůzi do či ze schodů, s dopomocí je schopné se obléct, nakreslí kruh dle předlohy, zvládá jízdu na tříkolce, pokouší se postavit most pomocí tří kostek, dokáže popsat jednoduchý děj, na obrázku se objevují předměty a osoby, zvětšuje se slovní zásoba a dokáže již ze slov poskládat jednoduché věty. Při hře dítě začíná vyhledávat kamarády a spolupracovat s nimi.

Dítě ve čtyřech letech kreslí hlavonožce, podle předlohy nakreslí kříž, zvládá chůzi po úzké kladině, umístěné nízko nad zemí, bez problémů vydrží delší dobu stát na jedné noze, rozlišuje již základní barvy, zvládá samostatně osobní hygienu, má povědomí kolik je jedna a dvě, dokáže rozpoznat opaky, například tichý a hluchý nebo malý a velký.

Dítě v pěti letech je schopno složit jednoduchou skládačku či puzzle, podle předlohy nakreslí čtverec, zvládá jízdu na koloběžce některé i na dětském kole, kresba lidské postavy je dokonalejší, objevuje se v ní víc detailů. Při slovním projevu dítě správně používá osoby, časy a pády. Zvládá počítání do pěti, ale má povědomí i o vyšší číselné řadě. Orientuje se v čase. Přibližně chápe kdy je ráno, večer a rozumí významu slov včera, dnes a zítra.

V šesti letech je kresba postavy již mnohem dokonalejší se všemi důležitými detaily, objevuje se také kresba předmětů a objektů z okolí dítěte jako například stromy, domy, květiny, auta a další. Dítě před nástupem do školy by již mělo být schopno delšího soustředění a mělo by se již plně zvládat obsloužit. Některé děti se umí podepsat a zvládají i jiné písmena nebo číslice. Vývoj je však velmi individuální a co zvládá jedno šestileté dítě, může jiné zvládat později. Úroveň v jednotlivých vývojových oblastech se také může lišit (Langmeier, Krejčíková, 2002, s. 71).

Pokud má dítě možnost zkoušet všechny základní dovednosti, pak se během předškolního období výrazně zlepší a dítě v šesti letech velmi dobře zvládá své tělo i základní motoriku (Dvořáková, 2015, s. 42, 43).

1.3.3 Pohyb dítěte předškolního věku

Pohyb je jedna ze základních složek potřebných pro udržení zdraví jak po fyzické, tak i po psychické a sociální stránce. Všichni bezpochyby známe přísloví „Ve zdravém těle zdravý duch“

„Pohyb je pro dítě předškolního věku prostředkem seznamování se s prostředím, prvním učením, jak ovládnout své tělo, jak si poradit se svým okolím a tím nabýt potřebné zkušenosti. Pohyb je prostředkem, jak vyjádřit sebe sama a komunikovat s ostatními. Je také prostředkem získávání sebevědomí, hodnocení sebe samého, vzájemného srovnávání, pomáhání si, soupeření a spolupráce“ (Dvořáková, 2011, s. 13).

V předškolním období dochází ke zřetelnému zlepšení pohybových dovedností v porovnání s předchozím obdobím. Zdokonaluje se hrubá i jemná motorika, jako je manipulace s míčem či kreslení (Čáp, Mareš, 2001).

Ke zlepšení pohybových funkcí dítěte vedou změny, ke kterým dochází díky intenzivnímu rozvoji mozkové kůry v daném věku, což působí i na vývoj dítěte po psychické stránce. Nejdříve jsou pohyby dolních i horních končetin nekoordinované. Chůze je nedokonalá, dítě při ní našlapuje na celé chodidlo. Díky vývoji se pohyb zdokonaluje. V souvislosti s jemnou motorikou se zlepšuje koordinace prstů a drobného svalstva na ruku, vlastně celková funkce ruky při pohybu. Dítě se stává při manipulaci s drobnými předměty obratnější a pružnější, což přispívá například k lepší sebeobsluze. Díky tomu také dítěti narůstá sebevědomí (Kuric, 1986, s. 133).

Centrální nervová soustava výrazně dozrává kolem šestého roku věku, a proto je zřetelný posun v obratnosti - pohybové koordinaci - u dětí mezi třetím a šestým rokem. Obratnost a schopnost učit se novým dovednostem se nejvíce vyvíjí právě v dětském věku (Dvořáková, 2015, s. 41).

Pohybové činnosti a možnosti tělesného zatěžování souvisí s tělesným vývojem. Po celé období dětství nejsou kosti dostatečně osifikovány a klouby nejsou zpevněny, proto není vhodné děti zatěžovat jednostranně nebo nošením těžkých břemen (Dvořáková, 2011, s. 14),

„Svaly mají vyšší obsah vody (než u dospělého) a nejsou ještě připraveny na rozvíjení speciální síly (trénink síly), pro speciální rozvíjení síly (trénink síly). Sílu, která je nutná pro ovládání těla, zvyšujeme přirozenými pohyby celého těla a jeho částí. Srdce a plíce mají menší objem a na zátěž ihned reagují výrazným zrychlením srdeční a dechové frekvence. Neznamená to však, že děti nejsou schopné být více zatěžovány. Naopak jejich schopnost vyrovnat se i s dlouhodobějším zatížením je, jak víme ze sledování spontánní aktivity i z řízených činností, velmi vysoká. Při spontánní aktivitě se děti dlouhodobě pohybují v intenzitě nejméně nad 130

tepů za minutu, častěji i mezi 150 a 180 tepy za minutu. I při některých řízených aktivitách s tímto záměrem dosahují děti dlouhodobě tak vysokých hodnot srdeční frekvence. Současný způsob života však omezuje spontánní nároky dětského organismu a tím oslabuje funkci vnitřních orgánů. Podle lékařů a fyziologů je prevence civilizačních onemocnění srdce a cév otázkou již předškolního věku, kde by dítě mělo mít možnost pohybovat se dostatečně dlouho a intenzivně, případně by mělo být k takovému charakteru pohybu podněcováno“ (Dvořáková, 2011, s. 14).

1.3.4 Význam pohybu pro dítě předškolního věku

Prof. Matějček, náš známý dětský psycholog, v jedné své přednášce řekl, že „odpočinek v horizontální poloze vymysleli pubertáci“. Do puberty je tedy především spontánní pohyb pro dítě nejen zdrojem podnětů pro tělesný a pohybový vývoj, zdrojem poznání, cvičením kognitivních funkcí a sociálních kontaktů, ale také odpočinkem třeba od řízených činností a stálého poslouchání. Chápeme proto přirozenou touhu dítěte po pohybu. Neklid a „zlobení“ si vykládejme ne jako snahu nás rozzlobit, ale jako potřebu hýbat se, poznávat, získávat zkušenosti a prožívat nové zajímavé věci (Dvořáková, 2009, s. 8).

Pohyb dítěti slouží jako prostředek pro seznamování s prostředím, prvním učením jak ovládnou své tělo, jak se vypořádat s okolím a jak nabýt nové zkušenosti. Umožňuje dítěti vyjádřit sebe sama a komunikovat s kamarády i dospělými. Pohyb je také prostředkem k získání sebevědomí a hodnocení sebe samého, vzájemného srovnávání, spolupráce i soupeření (Dvořáková, 2011, s. 13).

Z hlediska zdraví je tělesná výchova stejně jako výchova vůbec investicí do budoucnosti, a tak je třeba ji hodnotit. Nepřikládat tolik význam konkrétnímu dosahování výsledků a výkonů, ale nabývání pozitivních vztahů, postojů a zájmů. Důležitá je tedy spontánní aktivita i řízená tělesná výchova v pravidelném režimu dne dítěte ve škole. Umožnění naplňovat tyto potřeby v každodenním režimu dne je výrazem odpovědnosti školy k výchově a vzdělávání dětí pro aktuální zdraví i k budoucímu zdravému způsobu života (Dvořáková, 2007, s. 18).

Dítě má z pohybu přirozenou radost a pro jeho správný vývoj je nezbytný. Člověk se přirozeně rodí s potřebou pohybovat se a v dětském věku je tato potřeba výrazně silnější než v jiných obdobích života. Při spontánních hrách a jiných činnostech, ideálně na čerstvém vzduchu, je pohyb pro dítě velkým přínosem v mnoha oblastech vývoje. Jedním z pozitivních dopadů pohybové aktivity na dítě je lepší zvládání stresu a působí také jako prevence proti vzniku civilizačních chorob způsobených dnešním nepříliš zdravým způsobem života. Dítěti se

zlepšuje imunitní systém, jelikož při dostatečném a správném pohybu je organismus mnohem více odolný vůči infekcím a snižuje se i náchylnost k obezitě. Dítě si také vytváří správné pohybové návyky, které si přenáší i do dospělosti a přiměřená pohybová aktivita je určitou kompenzací jednostranného zatížení z dlouhého sezení, které se může objevit již u dítěte předškolního věku. Dochází mimo jiné i k rozvoji volných vlastností dítěte, jako například sebedůvěra, odvaha a ovládání sebe sama. Při pohybových aktivitách dítě procvičuje svoji pozornost, zlepšuje se jeho soustředění a při společných hrách ve skupině se rozvíjejí sociální inteligence (Havlová, Havlínová, Vencálková, 2000, s. 52).

1.4 Psychomotorický vývoj dítěte předškolního věku

Nejprve je důležité si definovat pojem psychomotorika. Psychomotorika se skládá ze dvou základních pojmů – psyché (duše) a motorika (pohyb). Pojem psychomotorika představuje v širším slova smyslu spojení psychiky a motoriky.

V užším slova smyslu je psychomotorika souhrn motorických aktivit člověka, které jsou projevem jeho psychických funkcí a jeho psychického stavu. To znamená, že motorická akce vyplývá z oblastí psychických procesů (paměť, myšlení, vnímání) nebo psychických stavů (nálada či celkové ladění člověka) (Blahutková a kol., 2007). Dítě v předškolním věku dokáže zvládnout mnohem náročnější pohyby, vyžadující soustředěnou pozornost a vysoký stupeň koordinace drobnějších pohybů jednotlivých svalů. V tomto období je důležitý hlavně rozvoj jemné motoriky, kdy je zapotřebí velmi jemné svalové koordinace, především drobného svalstva prstů (Wedlichová, 2010).

V tomto období nabývá na analytičnosti základní poznávací proces a to vnímání. Dítě si všímá více detailů, vnímá celek jako shluk jednotlivých částí. Nejvíce se to projevuje u zrakového vnímání, kdy si dítě všímá nejnápadnějšího prvku a učí se ho rozlišit a pojmenovat, obvykle jim bývá barva. Rozvíjí se i sluchové vnímání a to jeho rozsah a intenzita, děti rozlišují polohu i výšku tónu, některé jsou schopné i správně intonovat (Wedlichová, 2010).

V psychomotorice se nachází prostor nejen pro rozvíjení poznávacích procesů, ale i pro sociální dovednosti a začlenění se do společnosti. Při socializaci dítěte dochází k formování dítěte jako samostatné osobnosti a zároveň jako představitele společnosti a nositele její kultury (Šulová, 2019).

Nejvýznamnější vliv na formování osobnosti má rodina, nicméně zde může hrát velmi významnou roli i osobnost učitele či vychovatele. Důležitou roli mohou hrát i aktivity jiných lidí, které dítě zaujmou natolik, že si je chce zkusit napodobit. Nápodoba je jednou ze základních forem učení (Piaget, Inhelderová, 2003). To je fakt, který musíme mít stále na

paměti. Když chceme po dítěti, aby něco udělalo, musíme mu to nejprve ukázat a naopak. Nemá smysl dítěti něco zakazovat, když uvidí, že mi to děláme či porušujeme.

2. Pohybové aktivity v RVP PV

Protože je pohyb pro dítě předškolního věku velmi důležitý, je obsažen ve všech oblastech Rámcového programu pro předškolní vzdělávání. Pohybová činnost by měla být součástí i školního vzdělávacího a třídního vzdělávacího programu.

V RVP PV je pohyb obsažen ve všech vzdělávacích oblastech, ty na sebe navazují a vzájemně se prolínají. Učitelka musí vždy využívat všech oblastí. Co se týče samotného pohybu, nejvíce je obsažen v oblasti Dítě a jeho tělo.

- DÍTĚ A JEHO TĚLO - dílčími vzdělávacími cíli v této oblasti jsou:
 - Uvědomění si vlastního těla
 - Rozvoj pohybových schopností a zdokonalování v oblasti hrubé a jemné motoriky
 - Ovládání pohybového aparátu a tělesných funkcí
 - Rozvoj a užívání všech smyslů
 - Rozvoj fyzické i psychické zdatnosti
 - Osvojení si věku přiměřených praktických dovedností
 - Osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě
 - Osvojení si poznatků a dovedností důležitých k podpoře zdraví, bezpečí, osobní pohody i pohody prostředí
 - Vytváření zdravých životních návyků a postojů jako základů zdravého životního stylu (RVP PV, 2018, s. 15).
- DÍTĚ A JEHO PSYCHIKA - rozvoj pohybu úzce souvisí s rozvojem řečových schopností, rozvojem tvořivosti a s rozvojem smyslového vnímání.
- DÍTĚ A TEN DRUHÝ - v oblasti dítě a ten druhý je obsažena v chování vztahu k druhému a rozvoji kooperativních dovedností.
- DÍTĚ A SPOLEČNOST - v dílčích vzdělávacích cílech této oblasti je pohyb zahrnut v oblastech společenského soužití, rozvoj schopností žít ve společenství ostatních dětí (spolupracovat, spolupodílet se).
- DÍTĚ A SVĚT - v oblasti Dítě a svět rozvoj úcty k životu, rozvoj schopností přizpůsobovat se podmínkám vnějšího prostředí i jeho změnám a vytvoření podvědomí

o vlastní sounáležitosti se světem, se živou a neživou přírodou, lidmi, společnostmi (RVP PV, 2018, s. 25).

Nabídka aktivit, kterou učitel dítěti nabízí, by měla být pestrá a měla by zahrnovat lokomoční a nelokomoční pohybové činnosti, psychomotorické a smyslové hry, manipulační činnosti, hudebně pohybové hry. Učitel by měl sestavovat pohybové činnosti a aktivity dle kolektivu dětí, se kterým pracuje a měl by také sledovat, pro kterou danou skupinu je činnost určena. Je zde důležité, aby učitel vždy znal cíl, podle něhož pak pohybovou činnost zařazuje do edukačního plánu (RVP PV, 2016, s. 15).

3. Hra v předškolním období

Pojmem hra označujeme mnohé různorodé lidské činnosti, jako jsou divadelní představení, sportovní utkání, skákání v pytli, stavby z kostek či pouštění draka. Společným znakem těchto činností je, že naplňují volný čas, přinášejí radost, zábavu, napětí i vzrušení, ale i určitou námahu a úsilí. Do těchto činností se člověk nemusí nutit, protože je sám přitahován vlastním zájmem (Opravilová, 2003). Opravilová (2004) také uvádí, že první zmínky o hře můžeme datovat zhruba tři tisíce let zpět a to díky archeologickému nálezu chrastítka u Věstonic a Platón bývá uváděn jako jeden z prvních, kdo si praktickou hru uvědomuje. Kořátková (2005) uvádí, že teoretické úvahy o hře a její podstatě se objevují až v 19. století. V této době došlo k obrácení pozornosti k dítěti v mnoha směrech.

Hra provází člověka celým životem od začátku až do konce. Je to opravdová činnost, aktivita, která má určité charakteristiky. Po celý život je hra důležitou součástí našeho života, díky ní můžeme měnit nejen sebe, ale i své okolí a to mnohem významněji, než si dovedeme představit. Hrou řešíme konflikty, socializace probíhá při hře, v úrovni silné prožitkovosti a mění osobnost tak nenápadně a zároveň důsledně a důkladně, že si to ani neuvědomujeme (Mazal, 2007, s. 10).

Podle Vágnerové bychom mohli hru charakterizovat jako jednání, které nevede k určitému cíli, střídá se fáze napětí a uvolnění a simuluje skutečnost. Dále rozšiřuje zkušenost dítěte, podporuje jeho kreativitu a fantazii. A důležité na hře je i to, že podporuje kontakt s ostatními dětmi. (Vágnerová, 2000) Dítě si při hře může vyzkoušet stát se někým jiným a procítit jeho touhy a potřeby. Hra posiluje porozumění sociálních rolí a pravidel. Schopnost sdílet s druhým společný svět fantazie se stává základem skutečných přátelských vztahů, i když mnohdy jen krátkodobých (Wedlichová, 2010). Hra je často spojena s výsledkem hry, je

výborným prostředkem výchovy, má vědomostní efekt na formování osobnosti, na sociální integritu, na city, motoriku a uvolňuje agresivitu (Mazal, 2007, s. 17). Je to činnost prováděna spontánně, pro vlastní uspokojení, přičemž motivací není výsledek, ale činnost sama. Motivace je zaměřena k cíli, k činnosti, kterou ztotožňujeme s hrou. Správná motivace je založena na uspokojování potřeb a vyvolání zájmu dítěte o aktivitu. Výsledkem je prožitek, uspokojení, které ovlivňuje provádění dalších činností (Mazal, 2007).

Hry můžeme rozdělit na mnoho způsobů, dají se třídit z mnoha hledisek. Klasifikace, která by platila obecně zatím neexistuje. Pro společnost je asi nejznámější dělení her dle Opravilové (2004), která hru dítěte rozdělila následujícími způsoby:

1. Schopností, které rozvíjejí (smyslové, pohybové, intelektuální a speciální)
2. Typů činností (hry napodobovací, dramatizující, konstruktivní a fiktivní)
3. Místa (exteriérové a interiérové)
4. Počtu hráčů (individuální, párové a skupinové)
5. Věku (hra kojenců, batolat a předškoláků)
6. Pohlaví (dívčí a chlapecké)

3.1 Hra, pohyb a pohybové hry v mateřské škole

Pohybové hry a činnosti

V mateřských školách se pro realizaci pohybových činností využívají jak prostory mateřské školy, tak dětská hřiště, sportovní haly či jiná sportoviště nebo tělocvičny. Učitelé tak mají mnohem více možností, než by měli pouze ve třídě mateřské školy. Nejedná se pouze o větší prostory, ale i o širší nabídku pomůcek a náradí ke cvičení, které jim mateřská škola nenabízí. V současné době také mateřské školy poskytují nadstandardní nabídku pohybových aktivit, například. předplaveckou výchovu či kurzy lyžování.

Rozvoj pohybu v mateřské škole vychází hlavně z potřeb dítěte. Uplatňují se aktivity, kterými dítě rozvíjí své pohybové dovednosti a které zajišťují správný tělesný rozvoj, například cviky na podporu správného držení těla, na koordinaci pohybu, nejrůznější zdravotní cviky, základy atletických a gymnastických dovedností, plavání či nejrůznější sporty (Kořátková, 2008, s. 25). Rozvíjení pohybových schopností a dovedností patří mezi základní potřeby fyziologického rozvoje organismu dítěte. Mateřské školy se ve svých vzdělávacích nabídkách zaměřují na činnosti konstruktivní, grafické a manipulační, které jsou orientovány na zlepšení jemné i hrubé motoriky, děti se také seznamují s různými novými předměty či pomůckami a učí se je používat. Vzdělávací nabídka také obsahuje zdravotní cvičení, která podporují správné

držení a správný tělesný rozvoj. Dále školky nabízí hudebně pohybové činnosti, které jsou v mateřských školách velmi oblíbené (Kotáková, 2008, s. 131).

Učitelka podporuje rozvoj hrubé i jemné motoriky. Poskytuje dětem dostatek příležitostí k pohybovému vyžití i k relaxaci, zařazuje zdravotní i přirozená cvičení a pohybové hry. Pro podporu jemné motoriky zařazuje co nejvíce činností a her s drobnými předměty – korálky, knoflíky, těstoviny, matičky, přírodní materiály – skládání, navlékání, třídění, lepení atd (Lietavcová, 2015, s. 88).

V předškolním období je velmi důležité, aby učitelky v mateřských školách nekladly v rozvíjení schopností a dovedností důraz pouze na intelektuální a psychickou stránku, ale kladly dostatečný důraz i na rozvíjení dovedností komunikativních a sociálních a aby respektovali tělesné potřeby každého dítěte. Pokud zanedbáme v předškolním období rozvoj pohybových schopností, můžeme tím zbrzdit celkový rozvoj dítěte (Dvořáková, 2012, s. 15).

Učitel by měl dítěti nabízet širokou nabídku aktivit, jejíž součástí by měly být lokomoční i nelokomoční pohybové činnosti, manipulační činnosti, psychomotorické, smyslové a hudebně-pohybové hry. Při plánování pohybových aktivit a činností by měl učitel přihlížet ke složení kolektivu dětí, pro které aktivity či činnosti sestavuje. Je také důležité, aby vždy znal cíl, díky němuž pak pohybovou činnost zařadí do edukačního plánu (RVP PV, 2018, s. 15).

Lokomoční dovednosti – pohybování celého těla, různými způsoby a všemi směry. Pohybování se podle pokynů, různými způsoby lokomoce mezi překážkami či přes překážky. Překážky mohou být terénní i umělé. Pohybování poskakováním či skákáním, různými kombinacemi a v různých směrech.

Nelokomoční dovednosti – provedení základních poloh a pohybů. Znalost názvů částí těla a pohybování nimi podle pokynů. Zvládnutí nápodoby práce s různými pomůckami, náčiním či na nářadí. Schopnost pohybovat se kolem různých os svého těla a nebo být schopen podřídít a sladit pohyby částí těla s hudbou.

Psychomotorické hry - psychomotorika využívá hry jako jednoho z hlavních prostředků výchovy pohybem. Hry mají většinou společenský charakter. Jsou určeny pro skupinu, přinejmenším pro dvojici. Při hře musíme tedy reagovat na ostatní spoluhráče, spolupracovat, komunikovat či společně tvořit (Szábová, 1999). Psychomotorické hry se od běžných her liší hlavně tím, že zde není vítězů ani poražených. Vítězové jsou všichni ti, kteří se těchto her zúčastní.

Smyslové hry – rozvoj smyslů má pro předškolní dítě nezastupitelnou úlohu. Smysly jsou pro dítě nejdůležitějším zdrojem poznání. Dítě si potřebuje všechny věci osahat a v raném období i ochutnat (Nádvorníková, 2011).

Smysl je schopnost organismu přijímat jistý druh informací z okolí. Daná informace je přijímána specializovaným orgánem, který se označuje jako smyslový orgán. Rozlišujeme pět základních smyslů: čich, sluch, zrak, chuť a hmat.

Manipulační činnosti - mezi manipulační činnosti řadíme nejrozličnější manipulace s předměty, házení míči a břemeny, přenášení břemen apod.

Hudebně pohybové hry – hudba a pohyby patří mezi základní projevy člověka a u předškolních dětí je nedílnou součástí každodenní reality a základní vyjádření dětského projevu. Tvoří spontánní reakce na vnější svět. Hudebně-pohybové činnosti tvoří základ pro rozvoj hrubé motoriky a hudebního cítění. Také jsou hudebně-pohybové činnosti vždy spojené s emočními prožitky dětí a s radostí, která je jejich součástí.

U předškolních dětí se pohyb a hudba spojují v jeden celek a provází většinu spontánních činností. Mezi spontánní činnosti hudebně-pohybového charakteru patří říkadla, hádanky, jednoduché básničky a písničky.

Organizace dne v mateřské škole by měla poskytovat dětem dostatek možností pro pohybové využití, protože pohyb je v životě dítěte nepostradatelný. Důležitou součástí je tedy vytvořit v mateřské škole vhodné podmínky, dostatečný prostor a pomůcky ke spontánnímu pohybu. Využívat k nim můžeme nejen třídy, ale i například prostorné chodby či přilehlé místnosti, kde mají děti sportovní náčiní neustále k dispozici. Tyto spontánní pohybové chvíle může pedagog využít při poznávání potřeb dětí a diagnostice (Dvořáková, 2002).

Učitelka by měla plánovat a pravidelně vytvářet situace, ve kterých se děti pohybují, hrají pohybové hry, manipulují s předměty, lezou po překážkách v souvislosti s jejich předpoklady a stupněm vývoje a zároveň by měla co nejčastěji využívat všech vhodných spontánně vzniklých příležitostí k pohybu a děti omezovat minimálně. Měla by děti vést ke zvládnutí nových přiměřených dovedností, včetně základů různých sportů a zároveň respektovat, že každé dítě má jinou potřebu pohybu. Některé děti jsou aktivnější a potřebují více pohybu, jiné jsou klidnější až pasivní a je potřeba je k pohybu podněcovat, podporovat je v realizaci a pomoci jim k úspěchu (Dvořáková, 2015).

„Mateřská škola by měla významně napomáhat k upevnění optimálního režimu dne dítěte, včetně začlenění kvalitní nabídky pohybových aktivit. Pohybový režim dítěte v mateřské škole závisí na kvalitě školního vzdělávacího programu konkrétní mateřské školy. Z pohledu vzdělávací situace k pohybové aktivitě je příhodné, aby mateřská škola měla dostatečné

množství prostor vhodných pro vykonávání pohybových aktivit, nabízela dostatek nářadí podněcujícího děti k aktivitě a využívala i jiných prostor. Plánovitě, cílevědomě a záměrně osvojování primárních lokomočních a manipulačních dovedností u dětí v rámci školního režimu umožňuje mateřským školám Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. V tomto smyslu jsou možnosti mateřských škol téměř neomezené, a to i při dodržení režimu stravování a odpočinku. Výrazným způsobem budou ale ovlivněny úrovně kvalifikace a kvalitou vzdělání pedagogů mateřské školy v oblasti tělesné výchovy. Z dalších faktorů, které se výrazně podílí na kvalitě pohybového režimu dítěte navštěvujícího mateřskou školu, můžeme uvést např. délku pobytu dítěte v daném zařízení nebo úroveň spolupráce školy a rodiny“ (Šmelová, 2016, str. 55).

3.2 Doporučení při výběru pohybových her

Při výběru pohybové hry je několik důležitých faktorů, na nichž stojí úspěšnost hry:

1. Učitel – na jeho zkušenostech, znalostech, organizačních a komunikačních schopnostech, vědomostech a dovednostech záleží nejvíc. Učitel musí děti zaujmout a vhodně namotivovat.
2. Pohybová hra by měla navazovat na předchozí činnost, denní nebo týdenní téma, neměla by vycházet z momentálního nápadu, z intuice vycházíme pouze částečně.
3. Obsah hry – by měl odpovídat dovednostem a schopnostem žáků, jejich věku, počtu, podmínkám pro hru a hernímu prostoru. Dále by pohybová hra měla zaměstnat všechny hráče, a pokud pravidla hry umožňují vyloučení, měli bychom po dočasném vyloučení umožnit návrat hráče.
4. Dále musíme zvolit vhodné náčiní a nářadí. Často je charakter hry ovlivněn jeho kvalitou.
5. Organizace a pravidla hry – by měly být co nejstručnější, ale nesmíme zapomenout, že musí hráče motivovat, vzbudit u něj zájem a chuť se zapojit do hry.
6. Velmi důležité je měnit zatížení hráčů – někdy je lepší, než do náročnějších funkcí obsazovat nejlepší a nejaktivnější hráče, upravit pravidla a zařadit do určitých funkcí ty hráče, které potřebujeme ovlivnit nebo ke hře motivovat. Vždy musíme zvážit všechny okolnosti.
7. Někdy je možné, že se nám daná hra nepovede. V tom okamžiku je důležité rychle reagovat a ze zásobníku vybrat další hru. Nechávat hrát a dohrát hru, u které se hráči nudí, nemotivuje všechny pro další činnost.

8. Pokud je vzhledem k věku dětí či složitosti hry potřebná ukázka, předvedeme s hráči, jak hra začíná nebo jak by měla být hrána. Zabere nám to daleko méně času, než kdyby nám hra nevyšla a museli bychom ji několikrát vysvětlovat znovu a znovu.
9. Hodnocení aktivity hráčů i zhodnocení hry hráče uspokojuje a motivuje k další hře.
10. Zejména pro učitele je důležité časové hledisko.
11. Nejdůležitější pro hru a při hře je bezpečnost. Učitel musí na bezpečnost myslet před zahájením hry a při jejím plánování. Pokud je hra v některém herním úseku nebezpečná nebo by mohla být, nevybíráme ji.
12. V poslední řadě je důležitá evaluace, což je víc než hodnocení. Evaluace umožňuje a podporuje proces zlepšení ve hře. V podstatě hru evaluujeme stále (Mazal, 2007).

3.3 Motivace a její význam pro děti v předškolním věku ke hraní her

Původ slova motivace můžeme hledat v latině – movero, movere, tj. pohybovat, měnit. „*Pojem motivace zpravidla označuje proces spouštění, zaměření a regulace aktivity člověka na objekty a cíle*“ (Cakirpaloglu, 2012, s. 180).

Základní jednotkou motivace je motiv. Motiv chápeme jako pohnutku či příčinu chování jedince. „*Motivaci samu pak lze vymezit jako interakci vnějších a vnitřních podmínek v čase a prostoru*“ (Vacínová a Langová, 2007, s. 59). Vnější motivace je činnost, která probíhá pod určitým tlakem nebo na popud druhé osoby, která láká získáním odměny, kdežto motivace vnitřní je činnost, kterou dítě vykonává z vlastní radosti, aniž by očekávalo jakýkoliv druh odměny. Podle Suchánkové (2014) je motivace vnitřní významnější pro formování naší osobnosti, neboť vychází z potřeb každého jedince a z jeho vnitřních hodnot.

Při učení se skrze vnitřní motivaci dítě čerpá z jeho bezprostředních zkušeností. Jedná se o prožitkové učení, které vychází z iniciativy dítěte, i když podnět přichází od učitelky. V praxi to znamená nabízet činnosti tak, aby při nich mělo dítě možnost se rozhodnout, zda využít dětskou zvědavost a touhu poznávat. Učitelka v mateřské škole by měla dětem vytvářet takové situace a příležitosti, aby děti hledaly řešení a odpovědi na své otázky samy nebo se svými kamarády. K tomu využívá nejen metody prožitkového a kooperativního učení hrou a činnostmi dětí doporučené RVP PV (2004), ale aktivizující metody jako je řešení problémových situací, diskuze či experimentování (Syslová, 2012).

Motivace je jedním z hlavních faktorů, které mají vliv na efektivní vzdělávací proces. Správná motivace je založena na uspokojování potřeb a zároveň musí v dítěti probudit zájem o danou aktivitu. Potřeby dítěte rozdělujeme na primární a sekundární. Primární potřebou je naplnění potřeby pohybu a odpočinku. Při nedostatku pohybu mohou být děti neklidné a nesoustředěné. Sekundární potřeba a zároveň motivace je uspokojení zájmů a přání dítěte (Mužík, Krejčí, 1997).

Kořátková (2008) charakterizuje motivaci jako energii, potřebnou k seberealizaci, která dokáže aktivovat výkon dítěte. Motivací získá dítě impuls pro okamžitý výkon, chuť spolupracovat a překonávat překážky. I míra motivace má však své hranice, pokud dochází k nadměrné motivaci může vést k zatěžování a po nějakém čase dokonce k demotivaci dítěte. Demotivace může být také způsobena například nemocí dítěte, obavou z neúspěchu, nízkým sebevědomím nebo nedostatečným prostorem či špatným vybavením.

4. EMPIRICKÁ ČÁST

Praktická část se zaměřuje na testování motoriky dětí v předškolním věku. Využila jsem k tomu motorický test TGMD – 2. Testování proběhlo ve dvou mateřských školách v Olomouckém kraji, celkem se ho zúčastnilo 36 dětí ve věku 3 – 7 let.

4.1 Cíle práce

Hlavním cílem bakalářské práce bylo zjištění úrovně motorických dovedností u dětí v předškolním věku. Dílčím cílem bylo porovnání úrovně hrubé motoriky vzhledem k pohlaví dítěte a zda má na motorický vývoj vliv, že se děti ve volném čase aktivně věnují nějakému sportu.

Praktická část bakalářské práce je zaměřena na testování motorických dovedností dětí předškolního věku v Olomouckém kraji. K testování byl použit motorický test TGMD – 2. Vzhledem k pandemické situaci byl sběr dat obtížnější. Celkem se testování zúčastnilo 36 dětí ve věku od 3 – 7 let z toho 19 chlapců a 17 dívek. Testování proběhlo ve dvou mateřských školách v Olomouckém kraji. Cílem práce bylo zjistit pomocí standardizovaného testu úroveň motorických schopností dětí předškolního věku. Které pohlaví má vyšší úroveň motoriky a zda má na motorický vývoj vliv, že se děti ve volném čase aktivně věnují nějakému sportu.

4.2 Výzkumné otázky:

1. Jaká je úroveň motorických dovedností u dětí předškolního věku v Olomouckém kraji?
2. Jaké pohlaví má lepší úroveň hrubé motoriky?
3. Projeví se na úrovni motoriky dítěte předškolního věku zda se věnuje sportu i ve volném čase v podobě zájmových kroužků?

4.3 Metody výzkumu

Pokud chceme zjistit aktuální stav jedince, stav jeho pohybových schopností a dovedností, můžeme k tomu použít test. Test je standardizovaná zkouška. Zkoušení tedy nazýváme testováním. Údaje, které získáme testováním zaznamenáváme v číslech a považujeme je za výsledek testu nebo testování. Základním prostředkem testování je tedy test. Pro realizaci zkoušky máme vždy dané způsoby, jak ji provést a také jaké máme použít standardizované pomůcky (Měkota, Blahuš, 1983, s. 18).

Test, který se skládá z určitých pohybových úkolů, označujeme jako pohybový nebo motorický test (Zvonař, Duvač a kol. 2011, s 179).

Obsahem motorických testů jsou pohybové činnosti s pohybovými úkoly testu a s určitými pravidly. Testová situace je následně podnětem, který vyvolá pohyb, to je motorické chování. Pro zhodnocení testování pozorujeme a zaznamenáváme průběh tohoto chování nebo až koncový výsledek. Můžeme také sledovat jen reakci jedince, nikoli samotnou činnost (Měkota, Blahuš, 1983, s 18).

Testy ve své práci využívají například učitelé, lékaři nebo trenéři. Výsledky testů jsou pro ně důležitým zdrojem informací. Ve výzkumech jsou výsledky testů podkladem pro ověřování vědeckých hypotéz. Nejčastěji se využívají k zjištění a ověření pohybového rozvoje zdatnosti jedinců a sportovců.

4.4 Motorický test TGMD – 2

Test TGMD-2 je určen pro testování hrubé motoriky u dětí. Skládá se ze dvou subtestů a každý obsahuje testování šesti dovedností. Každá dovednost má určená kritéria, která se hodnotí. První subtest je zaměřen na lokomotoriku a měří hrubé motorické dovednosti, které vyžadují plynulé koordinované pohyby. Druhý subtest měří manipulační dovednosti. Test se zaměřuje na mechaniku pohybu při obouručném úderu statického míče, chytání míče oběma rukama, kopnutí do míče stojícího, hodů vrchním obloukem, kutálení míče a u dětí starších šesti let navíc na driblíng jednoruč na místě.

Provedení testu TGMD-2 je celkem jednoduché, děti většinu dovedností už dělali a dovednosti pro ně nejsou nijak složité. Pro porovnání s ostatními dětmi je ale potřeba udržovat určité standardizované postupy. Před samotným začátkem testování je potřeba vyplnit požadované informace na záznamový arch a projít si veškerá výkonostní kritéria jednotlivých dovedností. Dále je důležité dětem pořádně vysvětlit a předvést, co po nich budeme chtít a jak bude měření probíhat. Při samotném měření vždy dítěti předvedeme požadovanou dovednost, vysvětlíme mu, co po něm požadujeme a umožníme mu cvičný pokus. Dítě poté provede 2 testovací pokusy, které jsou obodovány buď číslem jedna (splnil) nebo nula (nesplnil). Po ukončení testování všech 12 dovedností se sčítá hodové hodnocení a převádí se na standardizovaný výsledek a percentil zvlášť pro oba motorické subtesty. Tyto výsledky se následně převádí na celkový motorický kvocient, který se skládá z výsledného standardního obou subtestů. Dále se tento motorický kvocient porovná s normou, která slovně hodnotí jednotlivé probandy. Tato norma rozděluje probandy podle dosažených výkonů do sedmi kategorií – velmi dobrý, dobrý, nadprůměrný, průměrný, podprůměrný, slabý a velmi slabý.

4.5 Charakteristika mateřských škol

MŠ 1 je klasická státní mateřská škola (dále jen MŠ), která leží v malé vesnici a tvoří ji jedna heterogenní třída. Dříve se v budově MŠ nacházela i základní škola, která byla kvůli malému počtu dětí zrušena, díky tomu má mateřská škola přímo v budově velkou tělocvičnu s rozsáhlou nabídkou sportovního vybavení. Další výhodou je i velká zahrada s řadou prolézaček, houpaček, velkým prostorem, který umožňuje spontánní pohyb a běžeckou dráhou. MŠ mimo jiné spolupracuje s okolními vesnickými mateřskými školami a díky tomu mají tamní děti i možnost navštěvovat kurzy plavání či lyžování.

MŠ 2 je stejně jako první mateřská škola klasickou státní vesnickou školou s jednou heterogenní třídou. Bohužel na rozdíl od první MŠ nemá vlastní tělocvičnu, ale děti ke sportu musí využívat tělocvičnu ZŠ, která je vzdálená asi 500m. Paní učitelky ji s dětmi navštěvují jednou týdně. K mateřské škole patří rozlehlá zahrada s prvky pro rozvoj hrubé i jemné motoriky. A děti mají k dispozici i odrážedla, tříkolky a koloběžky. Tím, ale nabídka končí, děti bohužel nemají možnost nadstandardní nabídky, jako v první mateřské škole.

4.6 Organizace výzkumu

Před samotným testováním byly zajištěny prostory a pomůcky potřebné pro testování, obě MŠ byly v tomto ohledu vybavené a měly všechny potřebné pomůcky. Pro testování v MŠ 1 bylo využito prostor tělocvičny v budově mateřské školy a běžecké dráhy, která je součástí školní zahrady. V MŠ 2 jsem kompletní testy provedla ve velké tělocvičně, v budově základní školy.

Výzkumu předcházelo oslovení ředitelů jednotlivých škol, zda by bylo možné v jejich MŠ testy úrovně motoriky provést. Osobně jsem ředitele i učitele v mateřských školách informovala o průběhu testování. Testování v MŠ 1 proběhlo v červenci 2020, během prázdninového provozu a v MŠ 2 v únoru 2021. Vzhledem ke zhoršené pandemické situaci by mohlo být obtížné sehnat souhlas s testováním, využila jsem toho, že jsem v uvedených mateřských školách absolvovala praxi a po absolvování antigenního testu mi bylo testování umožněno. Před zahájením testování jsem si ještě vyžádala od rodičů podepsaný písemný informovaný souhlas (viz. příloha č. 1). Všichni rodiče podepsali bez problémů.

K motivaci dětí jsem využila aktuální téma v testované mateřské škole. V MŠ 1 probíhal prázdninový provoz s tématem Dobrodružné léto a v době testování jsme si ve školce hráli na Indiány, na toto téma jsem volila i motivaci k testování. Druhé testování v MŠ 2 probíhalo

v zimně, kdy tématem byly Ptáčci a Zvířátka v zimě, proto jsem také motivaci volila tímto směrem.

5. Výsledky výzkumu

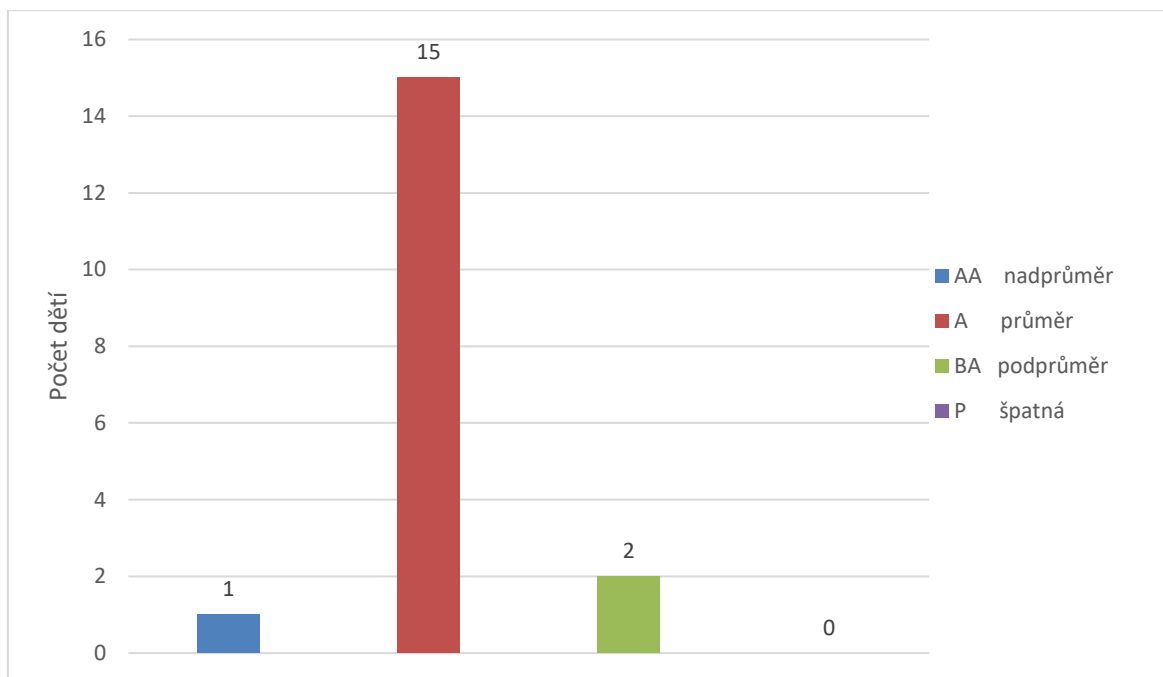
Po vyhodnocení testů bylo zjištěno, že 75 % testovaných dětí dosahuje průměrné úrovně motoriky. Jen 6% dětí se pohybuje v oblasti nadprůměru, 11% dětí se pohybuje v oblasti podprůměru a 8% dětí dosahuje slabé úrovně motoriky.

Ani jedna z mateřských škol nebyla vyloženě sportovně založená. V MŠ 1 byly sice poskytovány nadstandardní sportovní aktivity, jako je plavání či lyžování a přítomnost tělocvičny s rozsáhlou nabídkou sportovního vybavení přímo v budově MŠ, ovšem tato skutečnost nepřinesla dětem nadprůměrné výsledky v úrovni motoriky. Výsledky s MŠ 2 byly téměř srovnatelné, snad jen s tím rozdílem, že zde nedosáhlo žádné dítě špatné úrovně motoriky (poor) na rozdíl od MŠ 2, kde byly dokonce tři.

Téma motoriky je hodně aktuální a stále častěji se řeší problematika obezity u dětí a tím snížení pohybových schopností a dovedností. Nicméně u předškolních dětí testovaných v Olomouckém kraji nebyla úroveň pod stanoveným průměrem. Rozdíly mezi dětmi nebyly vůbec výrazné, většina dětí se pohybovala na úrovni průměru, jen malé množství dětí na úrovni podprůměru a ještě menší počet se špatnou úrovní. Ovšem i výrazný nadprůměr byl zanedbatelný. Můžeme tedy říci, že i přesto, že se v dnešní době rozšiřuje pasivní způsob života, který může negativně ovlivňovat množství pohybu, žádné výrazně špatné výsledky nebyly prokázány.

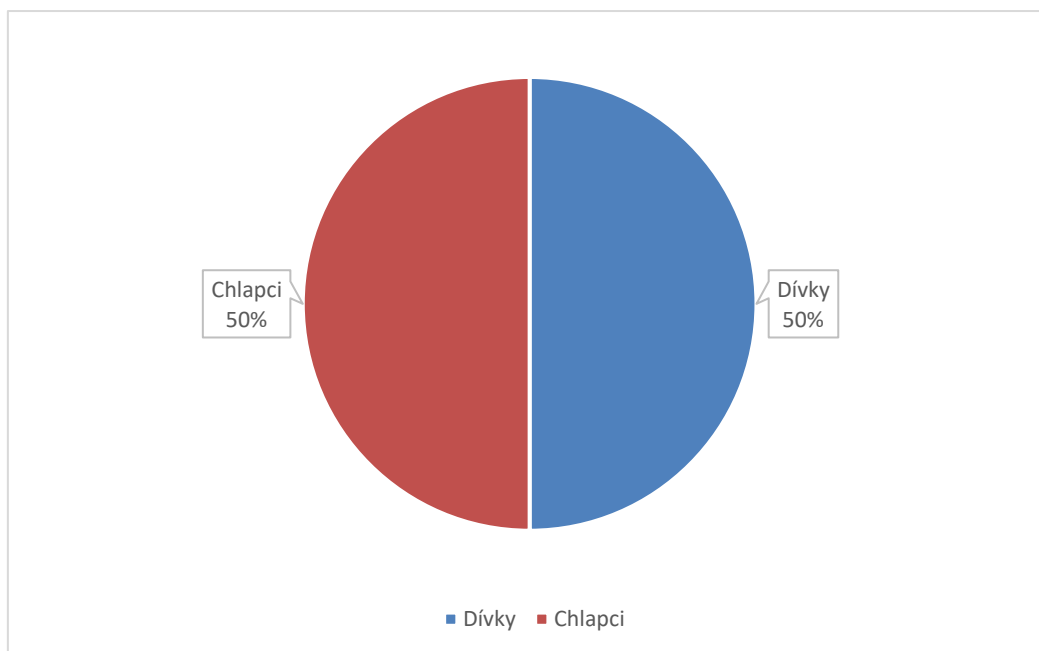
5.1 Výsledky MŠ 1

V první mateřské škole se testu zúčastnilo celkem 18 dětí. Na následujícím grafu můžeme vidět, že 83% dětí se umístilo na úrovni průměrných motorických dovedností. Jen 6% na úrovni nadprůměru a 11% na úrovni pod průměrem.



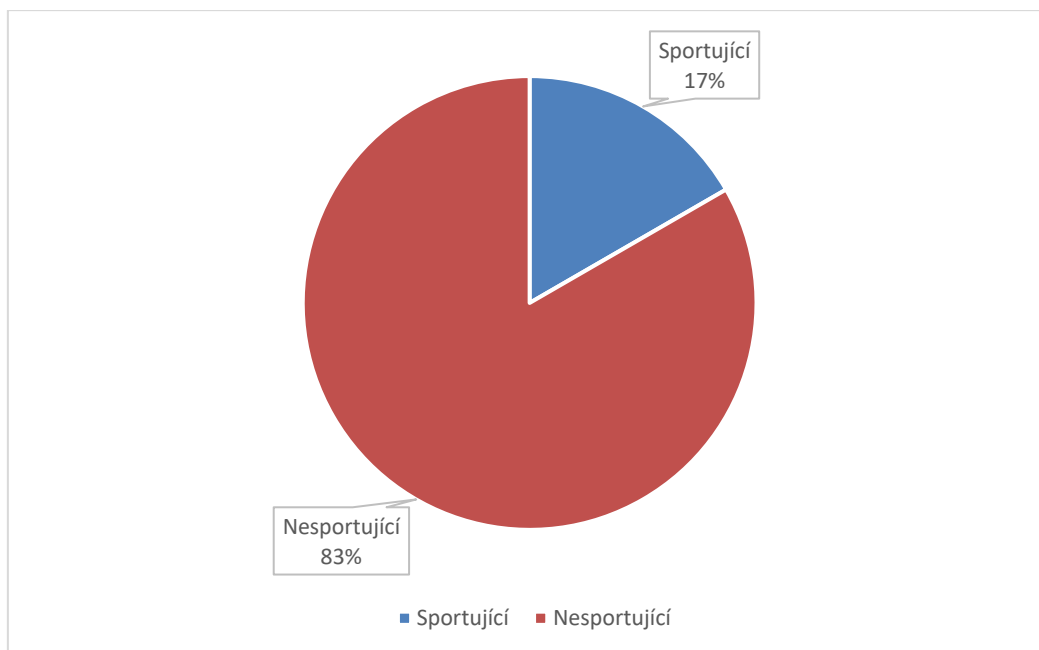
Graf 1: Celkové výsledky dětí v MŠ 1

V grafu 2 můžeme vidět, že žádné pohlaví v MŠ 1 nemělo při testování převahu. Testování se zúčastnilo 9 děvčat a 9 chlapců.



Graf 2: Zastoupení pohlaví při testování v MŠ 1

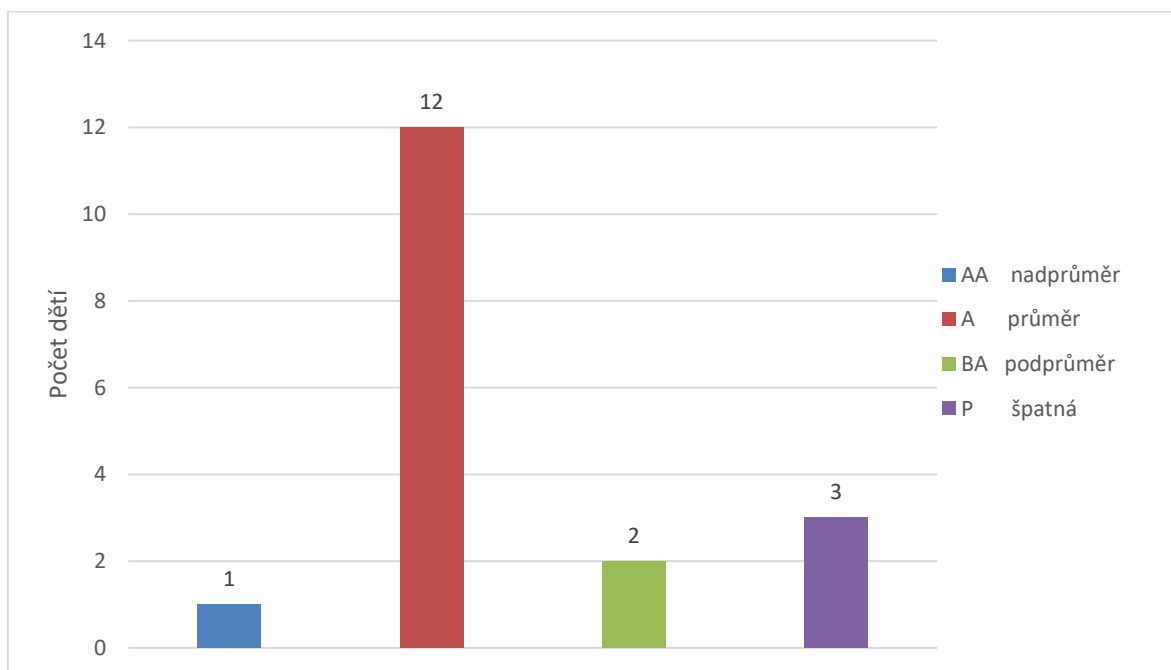
Jedním z cílů bylo zjistit, zda se projeví na úrovni motoriky, zda děti sportují ve volném čase, proto jsem si v dalším grafu rozdělila děti z MŠ 1 na sportující a nesportující.



Graf 3: Rozdělení dětí MŠ 1 do dvou skupin (sportující a nesportující)

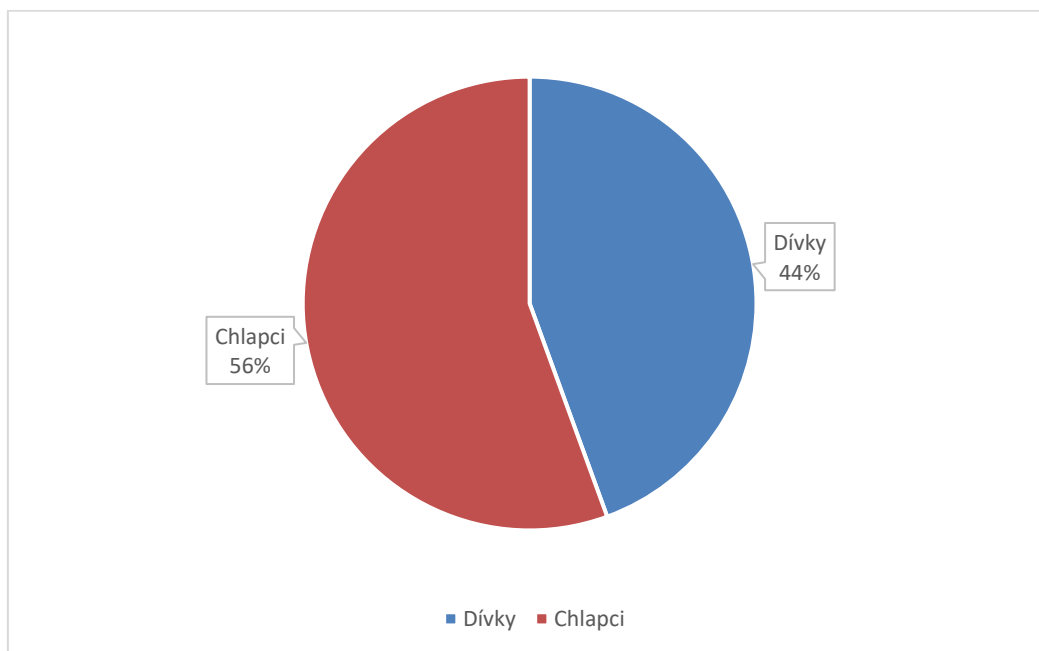
5.2 Výsledky MŠ 2

Ve druhé mateřské škole byly výsledky hodně podobné. Testu se účastnilo také 18 dětí, na úrovni průměrných motorických dovedností se umístilo 67% z testovaných dětí, 6% na úrovni nadprůměru, 11% pod průměrem a 17% se špatnou úrovní motorických dovedností.



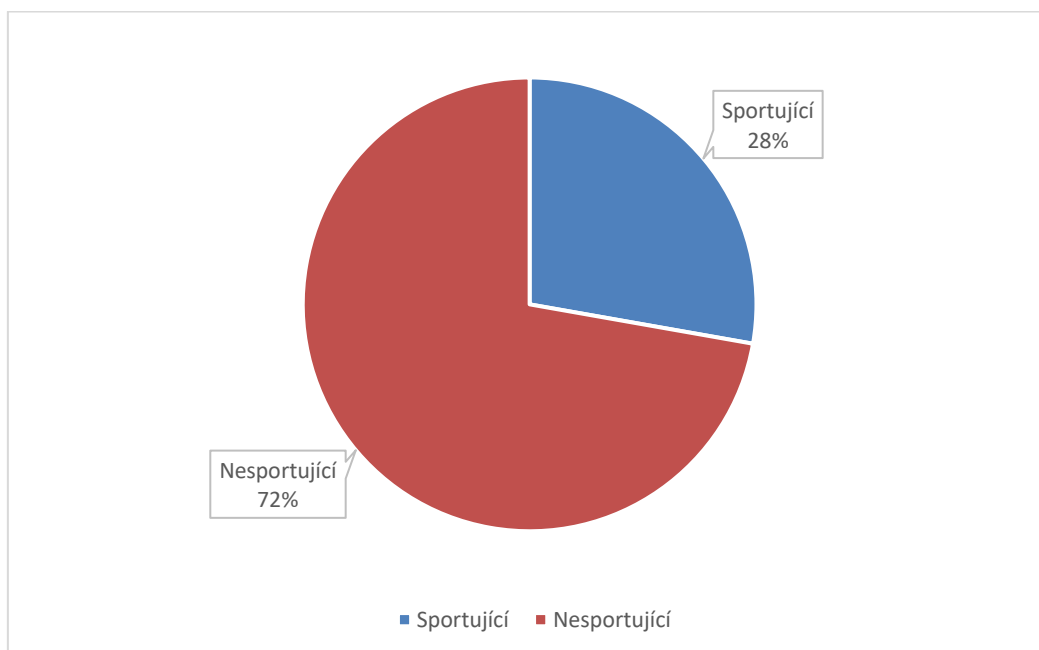
Graf 4: Celkové výsledky dětí v MŠ 2

Zatímco v MŠ 1 byl počet dívek a chlapců vyrovnaný, v MŠ 2 byla slabá převaha chlapců. Testování se zúčastnilo 10 chlapců a 8 dívek. (graf 5)



Graf 5: Zastoupení pohlaví při testování v MŠ 2

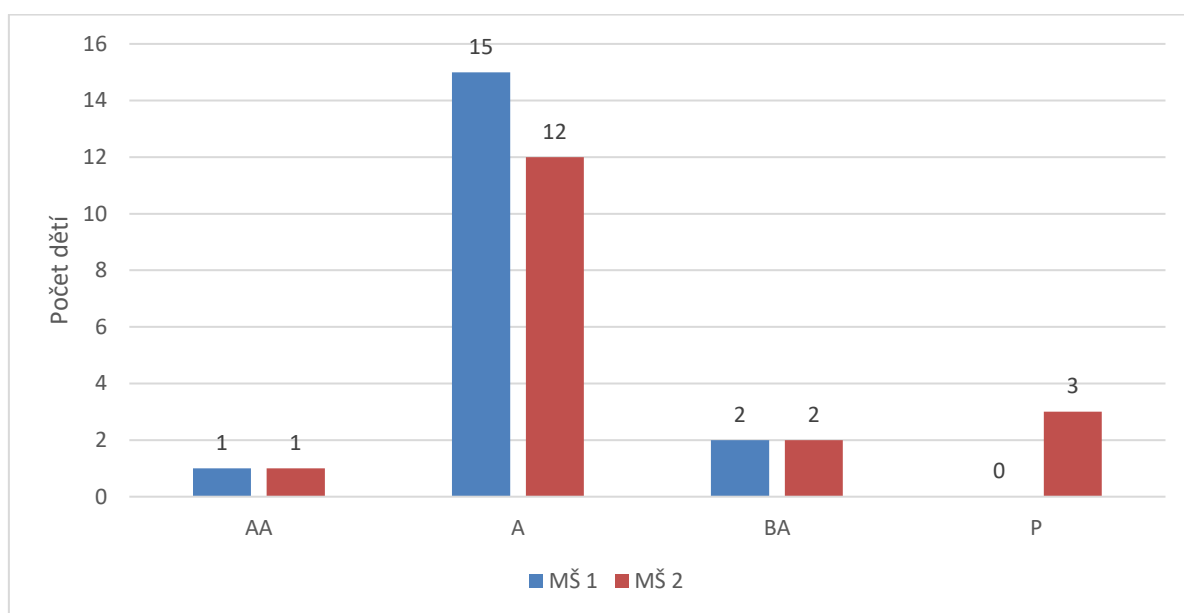
Také děti v MŠ 2 byly pro potřeby výzkumu rozděleny do dvou skupin na sportující a nesportující. (graf 6)



Graf 6: Rozdělení dětí MŠ 2 do dvou skupin (sportující a nesportující)

5.3 Srovnání výsledků mateřských škol

Na grafu máme znázorněny výsledky mateřských škol. Nejvíce dětí se nachází v oblasti průměru a to celkem 75% z testovaných dětí. V MŠ 1 je to 15 z celkového počtu 18 a v MŠ 2 je to 12 z celkového počtu 18. V oblasti nadprůměru i podprůměru jsou výsledky u obou mateřských škol shodné, oblasti nadprůměru dosáhlo v obou mateřských školách jedno dítě, celkem tedy 6% a podprůměru dvě děti, celkem tedy 11%. V MŠ 2 máme dokonce 3 děti, které dosahují špatné úrovně motoriky.

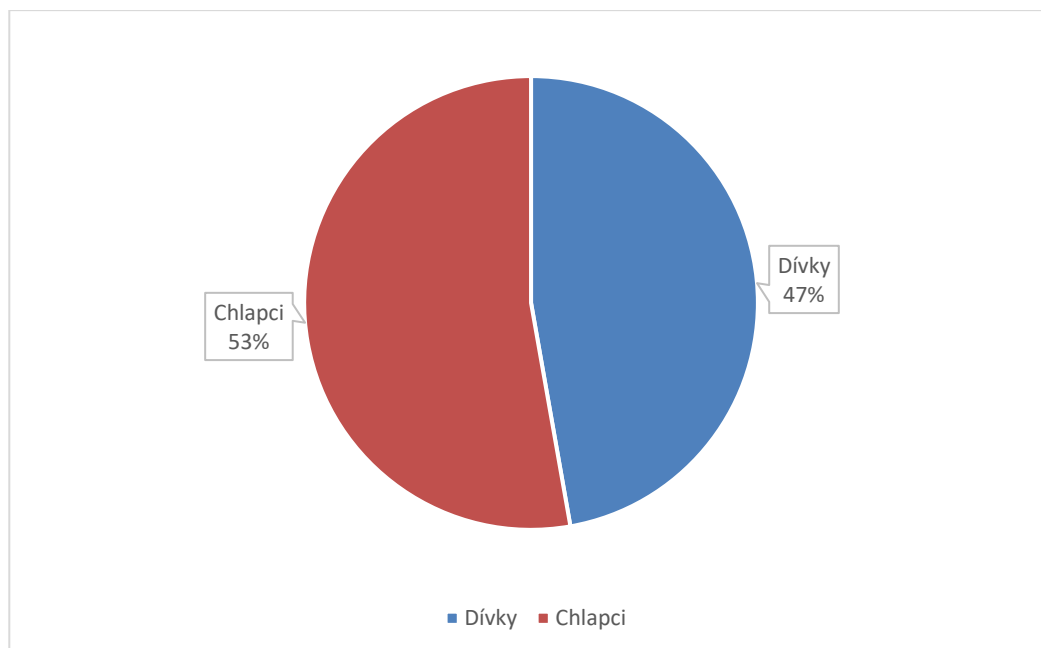


AA = nadprůměr A = průměr BA = podprůměr P = špatná úroveň

Graf 7: Porovnání výsledků mateřských škol

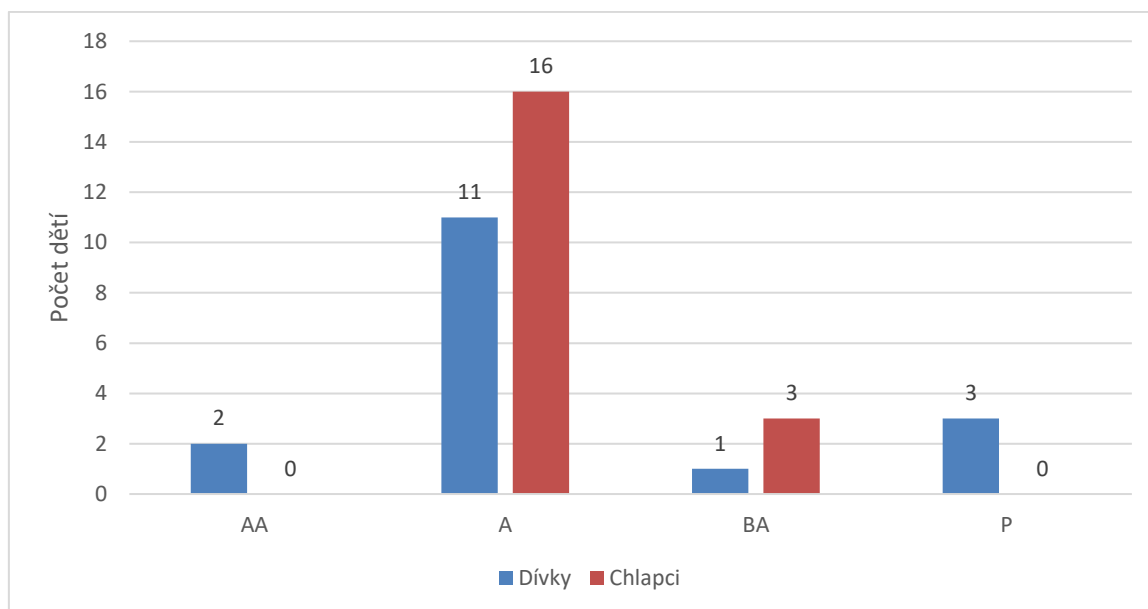
5.4 Úroveň motorických dovedností vzhledem k pohlaví dětí

V další části jsem se zaměřila na porovnání motoriky děvčat a chlapců. Z celkového počtu 36 dětí se testování zúčastnilo 17 dívek a 19 chlapců. Nebyla tedy závratná převaha žádného pohlaví. (graf 8)



Graf 8: Zastoupení pohlaví při testování

V dalším grafu máme porovnanou úroveň motoriky jednotlivých pohlaví. Můžeme vidět, že obě děti na nadprůměrné úrovni jsou dívky, nicméně všechny tři děti se špatnou úrovní motoriky jsou také dívky. Zatímco chlapci se z velké části umístili na průměrné úrovni motoriky, jen nepatrný počet chlapců je na úrovni podprůměrné, celkem se jedná o tři chlapce. (graf 9)



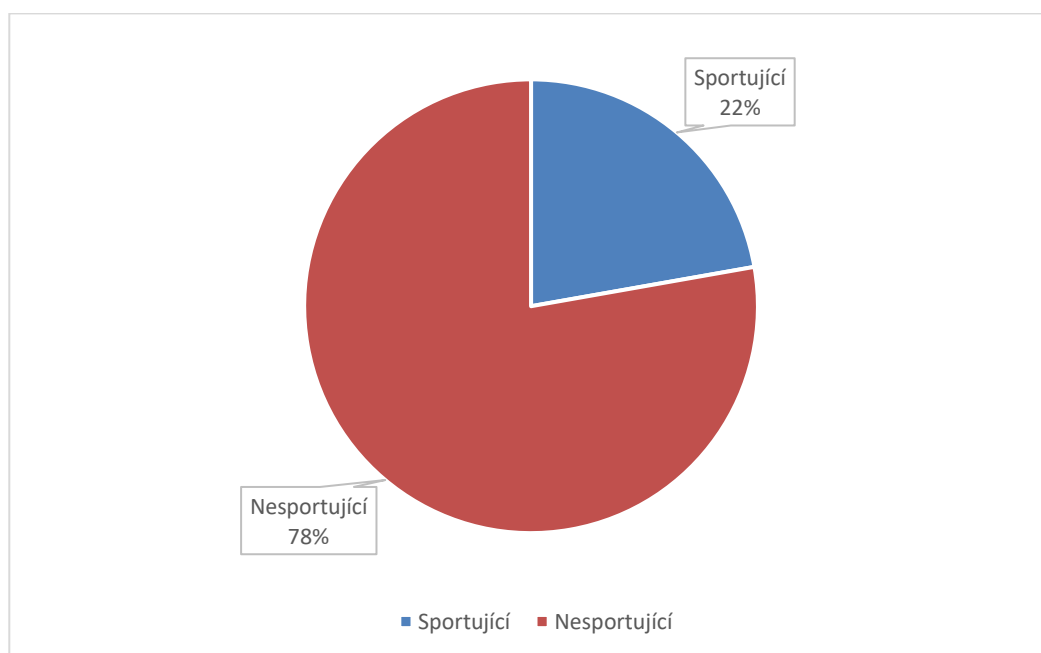
AA = nadprůměr A = průměr BA = podprůměr P = špatná úroveň

Graf 9: Výsledky v testování u jednotlivých pohlaví

5.5 Porovnání úrovně motorických dovedností dětí, které se aktivně věnují sportu i ve volném čase s dětmi, které se žádnému sportu ve volném čase aktivně nevěnují

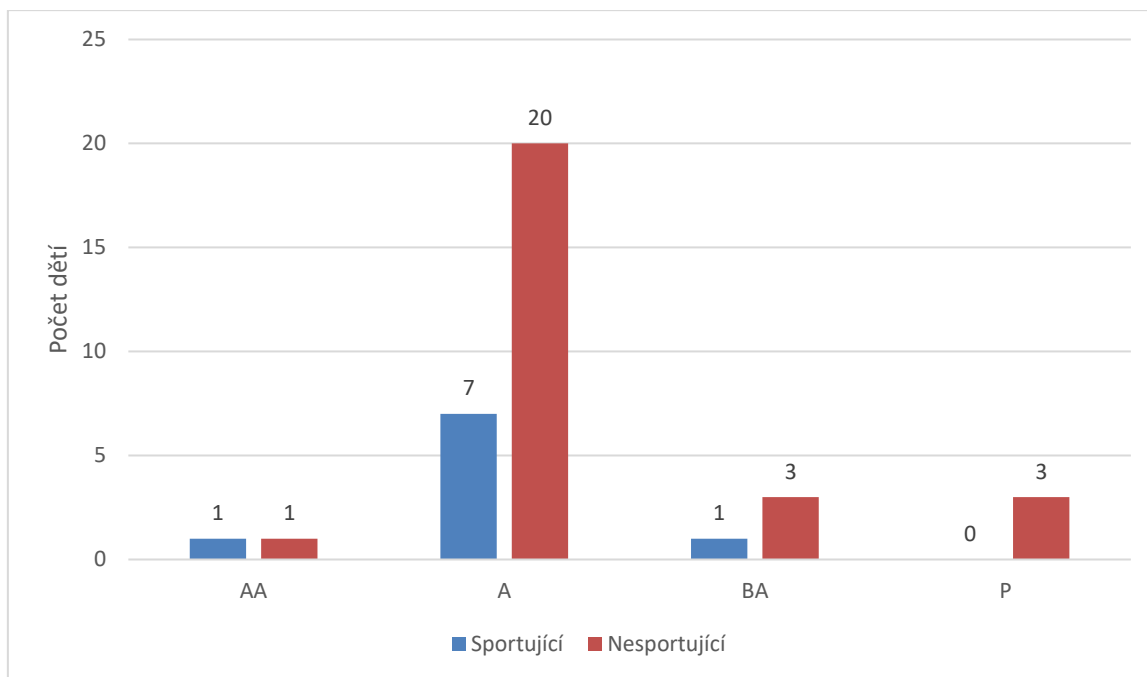
V následující části jsem děti pomocí zjištění z dotazníku rozdělila do dvou skupin. První skupina byly děti, které se pravidelně (minimálně 2x týdně věnují nějakému sportu) a ve druhé skupině jsou děti, které pravidelně nenavštěvují žádné sportovní kroužky ani pravidelně nesportují.

Bohužel druhá skupina dětí převládala, hlavně z důvodu, že obě mateřské školy byly ve vesnicích, které nenabízely žádné sportovní kroužky. Rodiče by v případě zájmu musely děti vozit do vzdálených měst, což spouště rodičům nevyhovovalo. Proto většina dětí, ať už z nedostatku financí, času nebo nezájmu rodičů, pravidelně žádný sportovní kroužek nenavštěvovala. Pouze 8 (22%) dětí z 36 se aktivně věnuje nějakému sportu. Jak vidíme na dalším grafu, celých 78% dětí se aktivně žádnému sportu nevěnuje.



Graf 10: Rozdělení všech dětí do dvou skupin (sportující a nesportující)

V grafu 11 jsou zobrazeny rozdíly v úrovni motoriky sportujících a nesportujících dětí. Z grafu vyplývá, že to zda dítě aktivně sportuje nemá v předškolním věku moc velký vliv na úroveň motoriky. Většina sportujících dětí se zařadila mezi děti s průměrnou úrovní, na úrovni nad průměrné motoriky je jedno sportující a jedno nesportující dítě. Jen na úroveň dětí se špatnou motorikou se zařadily pouze děti nesportující.



AA = nadprůměr A = průměr BA = podprůměr P = špatná úroveň

Graf 11: Vyhodnocení úrovně motoriky sportujících a nesportujících dětí

Závěr

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části jsem se zaměřila na charakteristiku dítěte předškolního věku, jeho vývoj sociální, kognitivní, psychomotorický a motorický. Dále na motorické schopnosti a dovednosti. Důležitost pohybu a jeho zařazení do Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání a v tom důsledku i do pohybových činností v mateřských školách. Ve druhé – praktické části jsem se zaměřila na konkrétní výzkum a výsledky v oblasti motoriky předškolních dětí, který jsem realizovala ve dvou mateřských školách v Olomouckém kraji. Celkem se testování zúčastnilo 36 dětí, ve věku 3 – 7 let.

Hlavním cílem bylo posoudit aktuální úroveň motorických dovedností dětí předškolního věku v Olomouckém kraji. Dílčím cílem bylo porovnání úrovně hrubé motoriky vzhledem k pohlaví dítěte a zda má na motorický vývoj vliv, že se děti ve volném čase aktivně věnují nějakému sportu. K testování jsem využila motorický test TGMD-2. Všechna získaná data byla zaznamenána a z těchto dat bylo vypočítáno skóre u jednotlivých dětí a každému byl dle výsledkových tabulek testu TGMD-2 vyhodnocen koeficient úrovně hrubé motoriky. Všechna data byla dále zapsána do vytvořených grafů.

Celkem 75 % testovaných dětí se v oblasti hrubé motoriky umístilo na průměrné úrovni a ani rozdíl mezi pohlavími nebyl nějak výrazný. Většina chlapců i dívek se umístila na průměrné úrovni. Jen malé procento dívek dosáhlo nadprůměru, ale bohužel i špatné úrovně.

Další výzkumnou otázkou bylo, jestli se na úrovni motoriky dítěte předškolního věku projeví, zda se věnuje sportu i ve volném čase v podobě zájmových kroužků. Výsledky ukázaly, že nebyl žádný výrazný rozdíl mezi dětmi, které se ve volném čase aktivně věnují nějakému sportu. Vliv na to může mít hlavně to, že děti ani z jedné mateřské školy neměli možnost navštěvovat pohybový kroužek přímo v místě bydliště, ale museli dojíždět do větších měst a tím pádem, už jim nezbývalo moc času pro spontánní pohyb.

Tato analýza je užitečná z důvodu pozitivního zjištění, že motorická úroveň velké většiny testovaných dětí se i přes stále se rozšiřující pasivní způsob života pohybuje v průměru. Pro lepší výsledky, by bylo vhodné, aby byl v mateřských školách kladen větší důraz na pohybovou činnost, zvláště v mateřských školách na vesnici, kde děti nemají možnost návštěvy pohybových kroužků.

Souhrn

Cílem bakalářské práce bylo zjistit aktuální úroveň motorických schopností dětí předškolního věku, které pohlaví je více motoricky zdatné a zda má na motorický vývoj vliv, že se děti ve volném čase aktivně věnují nějakému sportu. K získání dat byla použita metoda motorického testu TGMD-2. Testování probíhalo v mateřských školách v Olomouckém kraji a účastnilo se ho 36 dětí ve věku 3-7 let.

Z výsledků testovaných skupin dětí ze dvou mateřských škol vyplývá, že se jejich úroveň pohybuje v oblasti průměru, pouze výjimečně se nějaké dítě umístilo v oblasti nadprůměru, podprůměru nebo bohužel i tři děti v oblasti se špatnou úrovní motoriky. Z výsledků vyplývá, že ani nabídka nadstandardních pohybových aktivit jako je plavání nebo lyžování, ani větší nabídka sportovního vybavení či vlastní tělocvična v budově MŠ se nějak zvlášť ve výsledcích neprojevili. Nebyl ani žádný velký rozdíl ve výsledcích jednotlivých pohlaví a překvapivě ani u pravidelně sportujících dětí nebyly žádné výrazné nadprůměrné výsledky.

V současné době se spíše uplatňuje pasivní způsob života a obezita u dětí je velmi diskutovaným tématem. Proto je žádoucí sledovat a testovat motorické schopnosti dětí. Z celkových výsledků vyplývá, že to s úrovní motoriky není tak špatné jak se zdá, alespoň tedy v předškolním období se i vzhledem k čím dál rozšířenějšímu způsobu pasivního stylu života, převládá průměrná úroveň motoriky.

Summary

The aim of the bachelor's thesis was to find out the current level of motor skills of preschool children, which sex is more motor-capable and whether it affects the motor development that children in their free time actively engage in a sport. The TGMD-2 motor test method was used to obtain data. The testing took place in kindergartens in the Olomouc Region and involved 36 children aged 3-7 years.

The results of the tested groups of children from two kindergartens show that their level is in the area, only exceptionally some children placed in the area of above-average, below-average or unfortunately even three children in the area with poor levels of motor skills. The results show that neither the offer of above-standard physical activities such as swimming or skiing, nor the larger offer of sports equipment or the gym itself in the kindergarten building was otherwise reflected in the results. There was not a big difference in the results of individual sexes and, surprisingly, neither in a few sports children, nor did they have above-average results.

Another passive lifestyle is currently used and childhood obesity is a much-discussed topic. Therefore, it is desirable to monitor and test the motor skills of children. The overall results show that the levels of motor skills are not as bad as it seems, at least in the preschool period, even with the increasingly widespread way of passive lifestyle, the average level of motor skills is being converted.

Zdroje a použitá literatura

- ALTER, Michael J. *Science of flexibility*. 3rd ed. Champaign, IL: Human Kinetics, c2004. ISBN 0-7360-4898-7.
- BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. Brno: Computer Press, 2011. ISBN 978-80-251-0977-9.
- BERANOVÁ, Zuzana. *Učíme se správně mluvit: logopedické hry a hrátky*. Praha: Grada, 2002. Pro rodiče. ISBN 80-247-0257-6.
- BLAHUTKOVÁ, Marie. *Psychomotorika*. Brno: Masarykova univerzita, 2007. ISBN 80-210-3067-4.
- ČAKIRPALOGLU, Panajotis. *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada, 2012. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4033-1.
- DOBEŠOVÁ, Petra. *Didaktika TV 2 - cvičení*. Ostrava: Ostravská univerzita v Ostravě, 2011. ISBN 978-80-7464-100-8.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana. *K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole*. Praha: Karolinum, 1998. ISBN 80-7184-497-7.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe, c2006. ISBN 80-86307-27-1.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2007. ISBN 978-80-7290-298-9.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Sportujeme s nejmenšími dětmi*. Velké Bílovice: TeMi CZ, 2009. ISBN 978-80-87156-26-1.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]*. Vyd. 2., aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-819-7.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana, Michaela KUKAČKOVÁ, Martina LIETAVCOVÁ, Hana NÁDVORNÍKOVÁ a Eva SVOBODOVÁ. *Rozvíjíme dovednosti hrubé a jemné motoriky dětí: dítě a jeho tělo*. 2. vydání. Praha: Raabe, 2015. Rozvíjíme dítě v jednotlivých oblastech předškolního vzdělávání. ISBN isbn978-80-7496-187-8.
- GILLERNOVÁ, Ilona a Václav MERTIN. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-717-8799-x.

- HAVLOVÁ, Jana, Miluše HAVLÍNOVÁ a Eliška VENCÁLKOVÁ. *Kurikulum podpory zdraví v mateřské škole: rozšířený a aktualizovaný modelový program (dokument a metodika)*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-383-8.
- KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-0852-3.
- KUCHARSKÁ, Anna a Daniela ŠVANCAROVÁ. *Bezstarostné roky?: kroky a krůčky předškolním věkem : poradenství pro rodiče*. Praha: Scientia, 2004. ISBN 80-7183-291-x.
- KURIC, Jozef. *Ontogenetická psychologie*. Brno: CERM, 1986. ISBN 9788021418448.
- KUTÁLKOVÁ, Dana. *Slovo za slovem: O vývoji a poruchách dětské řeči*. Praha: Knižní podnikatelský klub, 1992. ISBN 80-85267-34-9.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Jak si navzájem lépe porozumíme: kapitoly z psychologie sociální komunikace*. Praha: Svoboda, 1988.
- LANGMEIER, Josef, Dana KREJČÍŘOVÁ a Miloš LANGMEIER. *Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie*. 2. vyd. Praha: H & H, 2002. ISBN 80-731-9016-8.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte: normy vývoje a vývojové milníky z pohledu psychologa : základní duševní potřeby dítěte : dítě a lidský svět*. Praha: Grada, 2005. Pro rodiče. ISBN 80-247-0870-1.
- MĚKOTA, Karel a Jiří NOVOSAD. *Motorické schopnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005. ISBN 80-244-0981-x.
- MĚKOTA, Karel a Petr BLAHUŠ. *Motorické testy v tělesné výchově*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1983.
- MLČÁKOVÁ, Renata. *Grafomotorika a počáteční psaní*. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2630-4.
- MUŽÍK, Vladislav a Milada KREJČÍ. *Tělesná výchova a zdraví: zdravotně orientované pojetí tělesné výchovy pro 1. stupeň ZŠ*. Olomouc: Hanex, 1997. Tělesná výchova a zdraví. ISBN 80-857-8317-7.
- OPATŘILOVÁ, Dagmar a Dana ZÁMEČNÍKOVÁ. *Možnosti speciálně pedagogické podpory u osob s hybným postižením*. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4575-0.

- OPATŘILOVÁ, Dagmar. *Edukace osob s těžkým postižením a souběžným postižením více vadami: Education of persons with severe disability and multiple disability*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. ISBN 978-80-210-6221-4.
- OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. Liberec: Technická univerzita v Liberci, 2004. ISBN 80-7083-786-1.
- PIAGET, Jean a Bärbel INHELDER. *Psychologie dítěte*. Vyd. 3., v nakl. Portál 2. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-407-9.
- PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 8071787728.
- SZABOVÁ, Magdaléna. *Cvičení pro rozvoj psychomotoriky*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-717-8276-9.
- ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. *Dítě v předškolním období*. Praha: Mladá fronta, 2004. Žijeme s dětmi. ISBN 80-204-1187-9.
- VACÍNOVÁ, Marie a Marta LANGOVÁ. *Kapitoly z psychologie učení a výchovy*. Vyd. 2. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2007. ISBN 9788086723426.
- SUCHÁNKOVÁ, Eliška. *Hra a její využití v předškolním vzdělávání*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0698-9.
- SYSLOVÁ, Zora. *Autoevaluace v mateřské škole: cesta ke kvalitě vzdělávání*. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0183-0.
- SZABOVÁ, Magdaléna. *Cvičení pro rozvoj psychomotoriky*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-276-9.
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 3., upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0.
- ŠMELOVÁ, Eva. *Individualizace ve výchově a vzdělávání dětí předškolního věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2016. ISBN 978-80-244-5115-2.
- ŠULOVÁ, Lenka. *Raný psychický vývoj dítěte*. Třetí vydání. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2019. ISBN 978-80-246-4479-0.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0.
- VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.
- VÁVRA, Vlastimil. *Mluvíme beze slov*. Praha: Panorama, 1990. ISBN 80-70-38-128-0.

- WEDLICHOVÁ, Iva. *Vývojová psychologie*. V Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně, 2010. ISBN 978-80-7414-320-5.
- ZVONÁŘ, Martin a Igor DUVAČ. *Antropomotorika pro magisterský program tělesná výchova a sport*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5380-9.

Přílohy:

Příloha 1 – Informovaný souhlas pro rodiče

Přílohy

Příloha č. 1 – Informovaný souhlas pro rodiče

Jsem studentkou Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, studuji obor Učitelství pro mateřské školy a píši bakalářskou práci s názvem Analýza úrovně motoriky předškolních dětí. K vypracování své práce potřebuji podklady ve formě motorických testů dětí předškolního věku. Vaše dítě by se v mateřské škole v rámci hodiny TV účastnilo pohybových testů, zjišťujících úroveň motoriky. Nejde o dobré či špatné výsledky dítěte, pouze o celkový test motoriky dětí předškolního věku. Výsledky testů budou sloužit pouze jako podklad k mé bakalářské práci a nikde nebude zveřejněno jméno Vašeho dítěte ani jiné údaje. Výzkum k mé bakalářské práci bude tedy anonymní.

Zuzana Zavadilová, studentka 3. ročníku UP Obor Učitelství pro MŠ

Souhlasím, aby se můj syn/moje dcera
narozen/a (měsíc a rok) účastnil/a výzkumu
zaměřeného na motoriku dětí předškolního věku při hodině TV v mateřské
škole pro účely vypracování bakalářské práce na Pedagogické fakultě UP.

V Tovačově, dne

Podpis zákonného zástupce:

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Zuzana Zavadilová
Katedra:	Primární a preprimární pedagogiky
Vedoucí práce:	Mgr. Zdeněk Rehtik
Rok obhajoby:	2021

Název práce:	Analýza úrovně motoriky předškolních dětí
Název v angličtině:	Analysis of motor skills level of preschool children
Anotace práce:	Bakalářská práce je zaměřena na dítě předškolního věku. Cílem práce bylo provést analýzu motorických dovedností u předškolních dětí a zjistit jejich motorickou úroveň. První část se zaměřuje na charakteristiku dítěte předškolního věku a jeho vývoj, motorické schopnosti i dovednosti. Dále na důležitost pohybu a jeho zařazení do Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání a v tom důsledku i do pohybových činností v mateřských školách. Ve druhé části máme výsledky testování úrovně motoriky dětí ze dvou mateřských škol v Olomouckém kraji.
Klíčová slova:	předškolní dítě, předškolní období, motorika, motorické dovednosti, pohyb, pohybová aktivita
Anotace v angličtině:	The bachelor thesis is focused on a preschool child. The aim of the work was to perform an analysis of motor skills in preschool children and to find out their motor level. The first part focuses on the characteristics of the preschool child and his development, motor skills and abilities. Furthermore, the importance of movement and its inclusion in the Framework Educational Program for Preschool Education and, consequently, in physical activities in kindergartens. In the second part we have the results of testing the level of motor skills of children from two kindergartens in the Olomouc region.
Klíčová slova v angličtině:	preschool child, preschool period, motor skills, movement, physical activity
Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1 – Informovaný souhlas pro rodiče
Rozsah práce:	44 stran
Jazyk práce:	Český jazyk