

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra primární a preprimární pedagogiky

Bakalářská práce

Sylva Neškrábalová

Analýza motoriky dítěte předškolního věku

(v Olomouckém kraji)

Olomouc 2018

Vedoucí práce: Mgr. Zdeněk Rehtik

Prohlášení:

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

V Olomouci 18. dubna 2018

.....

Sylva Neškrábalová

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	6
1. Předškolní období	7
1.1. Vymezení a charakteristika předškolního období	7
1.2. Emocionální a sociální vývoj	8
1.3. Kognitivní vývoj předškolního dítěte	10
2. Pohybová aktivita	12
2.1. Pohybový vývoj dítěte předškolního věku	13
2.2. Význam pohybové aktivity v předškolním věku	13
2.3. Hra v období předškolního věku	15
2.4. Pohybové kompetence dětí předškolního věku	16
3. Motorika	18
3.1. Vývoj hrubé a jemné motoriky	18
3.2. Pohybové schopnosti a dovednosti	20
3.3. Vývoj základních schopností a dovedností	21
4. Možnosti pohybových aktivit v předškolním věku v MŠ	24
4.1. Předplavecká výuka	24
4.2. Lyžování	24
4.3. Vycházky do přírody	25
5. Problematika úrovně motoriky dětí v zahraničí	26
6. Cíle práce a výzkumné otázky	27
6.1. Cíl a dílčí cíle	27
6.2. Výzkumné otázky	27
7. Metody výzkumu	28
7.1. Charakteristika výzkumného souboru a použité zkratky	28
7.2. Charakteristika mateřských škol a přístup k pohybovým aktivitám	29
7.3. Organizace výzkumu	30

8. Výsledky výzkumu	32
8.1. Výsledky v MŠ 1.....	33
8.2. Výsledky v MŠ 2.....	34
8.3. Výsledky v MŠ 3.....	36
8.4. Celkové výsledky úrovně motoriky všech testovaných dětí.....	37
Závěr	40
Souhrn.....	41
Summary.....	42
Zdroje a použitá literatura:.....	43
Přílohy.....	45

Úvod

Dnešní doba, je pro děti riziková v souvislosti s omezenou možností spontánního pohybu a nezájmu o něj, což je spjato se zhoršením rozvoje pohybových schopností a dovedností. Děti často již od nejútlejšího věku dokáží hodiny prosedět u televize, tabletu nebo trávit volný čas hraním her na mobilním telefonu. Ubývá dětí, které si spontánně hrají venku, běhají a obecně se často a po delší dobu pohybují. Při své práci jako instruktor plavání dětí ve věku od tří do šesti let si všímám, že děti již neznají tradiční hry jako například skákání panáka, gumy a další a motoricky nejsou příliš zdatné. To byl jeden z důvodů výběru tohoto tématu. Zajímalo mě, zda je úroveň motoriky ještě v oblasti průměru, či již pod průměrem.

Tato problematika je také aktuálním problémem v zahraničí, kde se výrazně snižuje pohybová aktivita předškolních dětí, tím narůstá obezita, úzce spojená s nezájmem o pohyb a tím zhoršení v rozvoji pohybových schopností i dovedností. Jak za hranicemi, tak i u nás předškolní zařízení zařazují do svých plánů aktivity na rozvoj motoriky. Existují již dokonce mateřské školy, které se specializují na pohyb a jsou k tomu přímo vybaveny sportovními pomůckami. Nabízí dětem také dostatečné prostory a profesionální vedení.

Práce je rozdělena do dvou částí. První část shrnuje poznatky z odborné literatury, zaměřující se na předškolní dítě a jeho vývoj v oblasti psychické i fyzické a možnosti rozvoje pohybové aktivity se zmínkou o problematice úrovně motoriky dětí v zahraničí. Ve druhé, praktické části, je práce zaměřena na samotný výzkum, jeho metody použité při zkoumání, popis jednotlivých mateřských škol, složení zkoumaných dětí a na konci samotné vyhodnocení výsledků úrovně dětí v jednotlivých mateřských školách. Cílem celé práce je zjistit úroveň motoriky dětí předškolního věku na vybraném vzorku dětí z celkem tří mateřských škol v Olomouckém kraji. Dílčím cílem je zjištění, zda ve výsledcích hraje roli vybavení mateřské školy, pedagogické vedení, konkrétní zaměření a nadstandartní pohybové aktivity v rámci denního režimu mateřské školy.

TEORETICKÁ ČÁST

1. Předškolní období

U nás i v zahraničí nalezneme mnoho publikací, které zkoumají tuto problematiku a dané období popisují nebo charakterizují. Dozvídáme se, jak je pro dítě předškolní období zásadní. Nástupem do mateřské školy překročí dítě velký mezník v jeho dosavadním životě a je velmi důležité, aby se k tomu takto i přistupovalo. Tento zlomový bod není jednoduchý ani pro rodiče, neboť se musí poprvé od dítěte odpoutat na delší dobu a mnohdy dítěti toto odloučení svým chováním neusnadňují. Dítě však po úspěšné adaptaci získává spoustu nových poznatků, rozvíjí své schopnosti, dovednosti, získává nové kamarády a postupně se během tohoto období připravuje na vstup do základní školy. Níže jsem vybrala několik odstavců z odborné literatury, která se zabývá tímto tématem.

1.1. Vymezení a charakteristika předškolního období

Předškolní období je etapa, kdy se dítě intenzivně vyvíjí v mnoha oblastech a můžeme ji stanovit jako období ve věku od tří do šesti let, popřípadě sedmi, při odložení povinné školní docházky. Toto období je charakteristické velmi výrazným rozvojem po stránce fyzické, psychické i sociální. Během tohoto období se dítě připravuje na nástup do školy a dochází k takzvané školní zralosti. Také začíná objevovat abstraktní myšlení. Dítě rozvíjí a zdokonaluje svůj mateřský jazyk, zlepšuje se v pohybových schopnostech, rozvíjí myšlení a základní sociální návyky a dovednosti. Pro správný rozvoj je velmi důležité především prostředí rodiny, ve kterém dítě vyrůstá (Kolář, 2012, s. 113).

Dítě v předškolním období zažívá pro něj dvě zásadní životní změny. První je vstup do mateřské školy, mezi třetím a čtvrtým rokem, kdy se často poprvé na delší dobu odpoutává od matky. Druhým důležitým mezníkem je vstup do základní školy. Během tří až čtyř let, kdy dítě navštěvuje mateřskou školu, u něj dochází k velkým změnám jak po stránce psychické, tak i fyzické. V oblasti fyzických změn již u dítěte nepozorujeme baculatost, charakteristickou pro předchozí období, ale naopak typickou vytáhlost a štíhlost, kdy vznikají určité nepoměry mezi růstem končetin a růstem hlavy a trupu. Vytáhlost je specifická pro konec předškolního období. V této době také dochází k dokončení osifikace zápěstních kůstek, která úzce souvisí s rozvojem jemné motoriky (Plevová, 2010, s. 75).

Soňa Kořátková (2010, s. 13) uvádí, že v odborné literatuře je předškolní období stanoveno nejčastěji v rozmezí od tří do šesti let. Ve své publikaci však uvádí, že souhrnné označení tohoto období je od narození dítěte až do věku šesti let, kdy by dítě mělo začít navštěvovat základní školu.

1.2. Emocionální a sociální vývoj

V období předškolního věku má dítě přirozeně radost ze spontánních činností, snižuje se frekvence vztekání a zlosti, která se objevuje pouze ve chvíli, kdy se dítěti něco nedaří. Dochází také k rozvoji smyslu pro humor. Pomalu vymizí obavy z prostředí, které dítě nezná, stejně tak strach z cizích lidí a situací, který ještě během čtvrtého roku převládal. Když se dítě překlene do druhé poloviny předškolního období, začíná se obávat nadpřirozených bytostí, které plodí jeho bohatá fantazie (Plevová 2010, s. 78). Rybářová (1988) uvádí, že v období před nástupem do školy si dítě již začíná uvědomovat strach ze smrti, nemoci nebo jiné události, která vyvolává negativní emoce.

Podle jedné z autorek publikace *Přehled vývojové psychologie* se „z vyšších citů začínají rozvíjet city sociální, intelektuální, estetické a etické“ (Plevová, 2010, s. 78).

Výše zmíněná autorka I. Plevová (2010, s. 78, 79) popsala jednotlivé vyšší city takto:

- 1) City sociální – vývoj probíhá současně dvěma směry. Prvním je vztah dítěte k dospělému, druhým vztah ke kamarádům stejného nebo podobného věku. V začátcích daného období má dítě tendence navazovat vztahy spíše s dospělými. Časem však má potřebu si hrát i s ostatními dětmi a mít partnery pro hru a začíná navazovat vztahy se svými vrstevníky. Také u dítěte dochází k vytváření vztahu k sobě samému, takzvaný sebecit.
- 2) City intelektuální (poznávací) – dítě získává spoustu nových zkušeností, objevuje nové věci, poznává a učí se nové činnosti a toto poznávání mu přináší radost. Tyto city v dítěti vyvolávají pozitivní emoce.
- 3) Estetické city – pomocí těchto citů dítě může vnímat krásu například v oblasti umění. Jak v hudbě, u čtení pohádky, prohlížení si obrázků nebo při návštěvě galerie. Jde o příjemné prožitky při kreativním tvoření, poslechu hudby či při hře.
- 4) Etické city, morálka – dítě během života poznává, co je v dané společnosti či skupině žádoucí a co nežádoucí a za co následuje trest, který u něj vyvolává negativní pocity. Učí se pravidlům života ve společnosti. Pokud se je naučí dodržet, dostává se mu

pochvaly, při které nastupují uspokojující pocity. V průběhu tohoto procesu se rozvíjí etické citění. Během rozvoje těchto citů je vzorem dítěti dospělý člověk a má na správný rozvoj velký vliv.

V publikaci *Raný psychický vývoj dítěte* nalezneme tři roviny, ve kterých dochází ke změnám v oblasti socializace:

První rovinou, ve které dochází k vývoji je sociální reaktivita, která se u dítěte rozvíjí již od narození. V mateřské škole a obecně v předškolním období však má dítě větší možnost navázat nové vztahy při seznamování s vrstevníky i s dětmi staršími nebo mladšími, s učitelkami a také s lidmi doposud neznámými. Mimo jiné dále probíhá navazování vztahů mezi rodinnými příslušníky, jak z blízké, tak i vzdálenější rodiny. Při navazování těchto vztahů si dítě sociální reaktivitu procvičuje a zlepšuje.

V daném období si dítě osvojuje, co je a není pro danou společnost žádoucí a přijímá sociální normy. Během této doby dochází k vývoji sociálních norem, které jsou další rovinou v procesu socializace. K tomuto vývoji dochází postupně a k prvnímu osvojení daných norem dochází okolo třetího roku dítěte. I v této oblasti se však objevují rozdíly v závislosti na výchovném prostředí v rodině.

Uvnitř i mimo rodinu dochází k osvojení sociálních rolí, které jsou další významnou rovinou v sociálním vývoji. V rodině, kde dítě vyrůstá a žije, pozoruje chování, které je charakteristické pro určitou roli. Poté co chování vypožuruje, si ho samostatně zkouší a trénuje. Toto chování však provádí již mimo domov, například v mateřské škole. Jako příklad lze uvést hru s panenkou, kdy dítě odpozoruje, jak se matka chová a snaží se toto chování napodobit. Tato nápodoba se objevuje u dětí již kolem druhého až třetího roku. Ve věku před nástupem do základní školy již dítě dokáže samostatně jmenovat určité své role a tím formuje svoji totožnost (Šulová, 2005, s. 74).

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, Langmeier, Krejčíková, 2002, s. 75).

Ve věku od tří do šesti let považujeme jako základ u dítěte rozvíjet účelnou aktivitu. U této aktivity je nutná regulace z důvodu zachování účelnosti. Dítě je v tomto věku schopno si samostatně vybrat činnost, kterou bude provádět a často bývá tato činnost zaměřena určitým směrem. Na rozdíl od období batolete již není tak roztříštěná a díky regulaci a autoregulaci má zvolená činnost smysl. Volba činnosti je vázána na citové prožitky, ovlivňující postoj dítěte a tím i výběr činnosti. Citová dimenze je momentálně sice velmi významná, avšak prožitky v oblasti citů mají krátkého trvání. Autoregulace pomocí emocí je sice důležitá, avšak nemůžeme ji ponechat jako jedinou možnost. Zájem o činnost je potřeba regulovat objektivně důležitějším způsobem, aby nezáleželo pouze na aktuálním uspokojení jedince. Dítě si postupně upevňuje a učí se normám chování, pomocí kterých je možné danou aktivitu vhodným způsobem regulovat (Vágnerová, 1997, s. 107).

1.3. Kognitivní vývoj předškolního dítěte

Vnímání předškolního dítěte má převážně globální charakter. Dochází k rozvoji diferenciaci zraku a sluchu, kterou dítě později potřebuje k analýze a syntéze při učení se čtení a psaní. Prostorové vnímání ještě není zcela přesné, dítě nedokáže například přesně popsat cestu z domova do mateřské školy a podobně. Nechává se upoutat výraznými detaily a ostatní pro něho ztrácí na významu. Je tedy schopno popsat, co po cestě může vidět a co je výrazné, jako například obchod, barevný dům a podobně, nedokáže však popsat konkrétní cestu celou. Orientace v čase je také nepřesná a je potřeba dítěti uvést časový úsek s konkrétní činností (ještě dvakrát půjdeš do školky a budou prázdniny, ještě se třikrát vyspíš a budou Vánoce a další). Dítě před nástupem do školy má velmi bohatou fantazii a ve svých představách si dokáže vymyslet téměř cokoli. U dětí se často setkáváme s takzvanou dětskou konfabulací. Nejde o fakta, nýbrž o věci, které si dítě vymyslelo, avšak věří, že je vše pravda. V tomto období by dítě nemělo být trestáno za lhaní, jelikož velmi obtížně odlišuje realitu od konfabulace. Pro předškoláka jsou také v kognitivním vývoji velmi důležité představy, pomocí kterých si dokáže přizpůsobit, pro něho někdy špatně přijatelnou nebo pochopitelnou realitu (Mertin, Gillernová, 2003, s. 12,13).

V době, kdy se u dítěte rozvíjí vlastní já, je také důležité, jak vidí a vnímá svět okolo sebe a jak vnímá sebe samo. Ovlivňuje ho vývoj poznávacích procesů. Způsob vnímání okolního světa je pro dítě velmi důležitý. Dítě v předškolním věku je egocentrické. Z jeho pohledu je podoba světa, kterou vnímá, v procesu poznávání, velmi důležitá a není schopno

od ní upustit. Tento dojem zkresluje subjektivní přístup, kterému dítě přikládá velký význam. Dítě je v tomto věku přesvědčeno, že okolní svět je přesně takový, jak ho vnímá ono samo a podstatu světa porovnává s jeho viditelnými znaky. To, že u dítěte dominuje názor na okolí z hlediska toho, jak ho vnímá, je dalším charakteristickým rysem v myšlení u dítěte předškolního věku. Toto myšlení dokazuje, že je dítě v tomto období velmi vázané na přítomnost (Vágnerová, 1996, s. 128, 129).

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 vůli pozornost, však nezávisí pouze na věku ale také na temperamentu a na konkrétní činnosti, na kterou se soustředí (Plevová, 2010, s. 76).

Jako další důležitý krok ve vývoji lze považovat uzavření fáze symbolického předpojmového myšlení, ke kterému dochází v době od tří do šesti let věku. Centrem této fáze je osvojení mateřského jazyka, zlepšení porozumění znakům (jeden, všichni, někteří a další). Dále se u dítěte mění otázky z „co je to?“ na „proč?“ jelikož začíná mít zájem o příčinu dění okolo sebe (Mertin, Gillernová, 2003, s. 13).

V publikaci *Vývojové psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie* je uvedeno, nazýváme ježe u předškoláka se centrální nervová soustava neustále, plynule a relativně rychle vyvíjí. Kolem třetího roku dítěte je váha jeho mozku přibližně trojnásobná oproti váze při narození. Dochází k neustálému propojování neuronů. V této publikaci nalezneme popis jednotlivých vývojových stádií v určitém věku dítěte:

Zhruba ve čtyřech letech se u dítěte začíná měnit způsob myšlení. Z takzvaného „symbolického“ (předpojmového) přechází na „názorové“ (intuitivní). Před změnou tohoto myšlení dítě využívá slova jako předpojmy. Částečně jsou tato slova vázána na předměty, částečně již směřují k obecnosti. Ve věku kolem čtyř let již dítě uvažuje v pojmech. Mají celostní charakter a vznikají, když jsou vystiženy podstatné vlastnosti. Jean Piaget tuto skutečnost demonstruje na mnoha pokusech, které dokazují, že je dítě stále vázáno na názor, i přesto však oproti dřívějšímu období, kdy ještě nebylo těchto úsudků schopné, již pokročilo (Langmeier, Langmeier, Krejčíková, 2002, s. 73).

2. Pohybová aktivita

Předškolní dítě má spoustu energie, a pohyb je nedílnou součástí jeho každodenního života. Stále vyhledává činnosti, při kterých uplatňuje své již nabyté dovednosti a pomocí kterých se dále rozvíjí. Ve většině spontánních her volí dynamický typ pohybové činnosti. Při statických hrách si dítě většinou na krátkou dobu odpočine a pokračuje opět v dynamických hrách. Úroveň pohybových dovedností závisí na tom, jaké má dítě možnosti se pohybovat (Dvořáková, 2011, s. 13, 14).

Pokud se dítě správně vyvíjí, již od narození je viditelné že potřebuje pohyb. Těsně po narození má radost z pohybu, který je zprostředkovaný jinou osobou a postupem času začíná samo experimentovat a zkouší se pohybovat samostatně. U některých dětí však můžeme pozorovat zvýšenou potřebu pohybu. Nazýváme je hypermotorické. Takové dítě vyžaduje pohyb ve vyšší míře než jeho vrstevníci. Učitelé by měli tuto skutečnost respektovat, jelikož při zakazování pohybu zažívá hypermotorické dítě pocity neuspokojení, omezování a může toto chování vyhodnotit tak, že ho dospělý nemá rád. Do další skupiny můžeme zařadit děti, které naopak pohyb nevyhledávají a mají obecně sníženou potřebu pohybu. Nazýváme je hypomotorické. Ve společnosti ostatních vrstevníků si takové dítě uvědomuje svoji odlišnost a záměrně se začíná vyhýbat společným pohybovým hrám. Toto chování se odráží negativně na navazování sociálních vztahů, narušuje se sociální vývoj a dítě může trpět zdravotními problémy z důvodu nedostatku pohybu. Poslední a nejpočetnější skupinou jsou děti, které mají normální potřebu pohybovat se. Jsou schopny se učit novým pohybům, hry spojené s pohybem záměrně vyhledávají a mají z nich radost. Pokud je však tato skupina v oblasti pohybu omezována, stává se z ní také riziková skupina, jelikož je pohyb nahrazen například sezením u televize a podobně. Při dlouhodobém omezování pohybu a nahrazováním statickou činností také vede ke špatným návykům a pozdějším zdravotním problémům. Naopak by však dítě nemělo být do nadměrného pohybu nuceno, jelikož může dojít k přetížení organismu. Samo sebe dítě nikdy nepřetíží, jelikož ve chvíli, kdy dosahuje maxima svých možností, pohyb zanechává (Kořátková, 2005, s. 24,25).

Při pozorování dětí v mateřské škole bylo zjištěno, že pokud je učitelka nevede při řízené činnosti a věnují se spontánní hře, vybírají si v drtivé většině pohybové činnosti s dynamickým charakterem. Pomocí těchto pohybových činností si vzájemně určují role, pravidla, společně komunikují a podílí se na společné realizaci pohybových her. Mateřská škola

by měla dětem tyto spontánní činnosti a pohybové hry dopřát, podporovat je při nich a vytvořit potřebné podmínky pro jejich uskutečnění (Dvořáková, 2011, s. 11).

2.1. Pohybový vývoj dítěte předškolního věku

Velká rychlost vývoje mozkové kůry v daném věku, působí na vývoj dítěte po psychické stránce a dochází i ke změnám, které vedou ke zlepšení funkcí v oblasti pohybu. Zpočátku jsou pohyby dolních i horních končetin nekoordinované, chůze je nedokonalá, dítě při ní našlapuje na celé chodilo. Během vývoje se pohyb zdokonaluje, a je možné pozorovat individuální způsob chůze u konkrétního dítěte. U dětí před nástupem do školy se zdokonaluje krouživý pohyb a zlepšuje se dynamická rovnováha. V souvislosti s jemnou motorikou se zlepšuje koordinace prstů a drobného svalstva na ruku a celková funkce ruky při pohybu. Dítě se stává při manipulaci s drobnými předměty obratnější a pružnější, což přispívá k lepší sebeobsluze při běžných činnostech. Díky tomu také u dítěte narůstá sebevědomí (Kuric, 1986, s. 133).

Pohybový vývoj u dítěte začíná u hlavy a postupuje k dolním končetinám. Tento směr vývoje se nazývá cefalo – kaudální a od centra k periférii tedy směr proximo – distální, to je od velkých kloubů, například ramenních, k malým jako jsou články prstů. Vývoj neprobíhá rovnoměrně a tím pádem není v každém období totožný. V některém období probíhá rychleji, v jiném pomaleji. Určitá období, která lze označit jako „senzitivní období“, jsou vhodná k rozvoji některých předpokladů, jelikož postup v daném období se již nebude opakovat a je nutné v této vývojové fázi dítě co nejvíce rozvíjet (Dvořáková 2007, s. 37).

2.2. Význam pohybové aktivity v předškolním věku

Lékaři i fyziologové jsou toho názoru, že díky pohybu je dítě méně ohroženo vznikem civilizačních onemocnění srdce a cév. Tato prevence by měla začínat již v mateřské škole, kde je dítěti umožněno se pravidelně věnovat intenzivnímu pohybu po dostatečně dlouhou dobu, a tak je těmto onemocněním předcházeno. U dětí, které jsou omezovány a není jim umožněna dostatečná pohybová aktivita, je již výrazně znát, jejich špatné vyrovnávání se se zátěží (Brožková 2003 in Dvořáková, 2011, s. 14).

Prostřednictvím pohybu se předškolní dítě seznamuje s okolním prostředím, učí se, jakým způsobem ovládat vlastní tělo a jak manipulovat například s předměty ve svém okolí

a tím získat potřebné zkušenosti. Pomocí pohybu je dítě schopno komunikovat se svým okolím a vyjádřit svoji vlastní osobnost (Dvořáková, 2011, s. 13).

Pohybová aktivita je s dětstvím neodmyslitelně spjatá a pro dítě potřebná. Pohyb mu slouží k objevování, poznávání, prožívání a pokud se dítě spontánně pohybuje, značí to jeho zdraví. Tvoří součást osobnosti dítěte a jeho prostřednictvím naplňuje i potřeby lidí okolo (Dvořáková, 1998, s. 16).

Jestliže se na pohyb podíváme z hlediska jeho vlivu na zdraví, můžeme jej považovat za velmi přínosný. Správné návyky v pohybových aktivitách můžeme považovat za stejně důležité jako výchovu dítěte. V předškolním věku není potřeba klást velký důraz na dosažení výsledků či výkonů dítěte. Důležitější je dítě vést ke sportu nenásilnou formou a prohlubovat v něm pozitivní vztah k jakékoli pohybové aktivitě. V mateřských školách by se měl pohyb objevovat nejen ve spontánních hrách, kde by to mělo být samozřejmostí, jelikož hraje velmi významnou roli při vývoji, ale také v řízené činnosti opět podané dětem zajímavou a zábavnou formou. Vytvoření dobrého vztahu ke sportu již v dětství je dobrou investicí i do dalšího života. Jestliže mateřská škola u dětí podporuje zájem o pohyb a zdravý životní styl a umožní dětem přiměřený pohyb během celého dne, je to znakem zodpovědnosti k dětem a jejich výchově (Dvořáková, 2007, s. 18).

Dítě má přirozenou radost z pohybu 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 pro dítě pohyb 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 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 rozvíjí sociální inteligence (Havlová, Havlínová, Vencálková, 2000, s. 52).

2.3. Hra v období předškolního věku

Předškolní věk ve vývoji dítěte můžeme charakterizovat jako období hry. Pro dítě je v tomto období hra jednou z nejdůležitějších a nejčastějších činností. Velké rozdíly jsou patrné ve srovnání hry s prací, kdy hra je spontánní a prováděna za účelem určitého uspokojení, zatímco práce má daný cíl, který je potřeba splnit, a ne vždy může být pro člověka příjemná nebo uspokojující. Během hry lze u dítěte sice pozorovat, že si obvykle stanoví nějaký cíl, ten se však může v průběhu hry měnit a dítě mu nepřikládá velkou váhu a není nutné tohoto cíle za každou cenu dosáhnout. V tomto ohledu se hra liší od náhodné experimentace, kterou je možno pozorovat v předchozím vývojovém období a která cíl ještě postrádá. Dítě nahodile zkouší pohybovat s věcmi, aniž by tím chtělo něčeho docílit. Z výše uvedeného vyplývá, že hra je ve srovnání s experimentací organizovaná, avšak v porovnání s prací více spontánní, volnější a přináší pouze pozitivní emoce (Langmeier, Langmeier, Krejčíková, 2002, s. 69, 70).

Předškolní období lze nazvat také obdobím hry. Pro dítě je hra přirozená a je jednou z nejdůležitějších činností v tomto věku. Dítě jejím prostřednictvím naplňuje své vnitřní potřeby, proto rozhodnutí hrát si vychází z nitra, nikoli z vnějších podnětů. Z tohoto důvodu by nemělo být dítě do hry nuceno nebo jakkoli během hry omezováno, jelikož by tato činnost ztratila na spontánnosti a již by nebyla naplňující a dítě by při ní neprožívalo pocit radosti a volnosti. Na činnosti je nejdůležitější samotný průběh, dítě si hru nevolí z důvodu splnění určitého cíle. Také si nehraje kvůli okolí nýbrž samo pro sebe a rozvíjí se v oblasti citů. Dítě si většinou hraje na někoho nebo na něco a hra je symbolická. Během hry napodobuje to, s čím se setkává v běžném životě, jako například prodavačka, paní učitelka a další. A věcem, které v průběhu používá, dává určitý význam, podle toho, na co si v danou chvíli hraje. Dítě významu těchto věcí věří a považuje je v tu chvíli za skutečné (Kuric, 1986, s. 133, 134).

Hra v životě člověka, zvláště v dětství, hraje nezastupitelnou roli, jelikož se pomocí ní dítě rozvíjí v mnoha směrech. Jak již bylo zmíněno výše u jiného autora, hra nemá pevně stanovený cíl a dítě si ji volí dobrovolně, a díky ní uspokojuje své vnitřní potřeby. Je také způsobem, jak se může srovnat s tím, co vidí okolo sebe, a ještě tomu nerozumí. Během hry se s těmito zážitky a poznatky vlastním způsobem vyrovnává. Hra je také znakem zdraví dítěte. Během ní nabývá potřebných zkušeností pro svůj další život. Dítě si hraje během celého dětství, avšak znaky a způsob hry se v průběhu vývoje mění. V žádném případě by hra neměla být dítěti zakazována či jakkoliv znemožňována. Tento přístup u dítěte může vyvolávat negativní pocity,

frustraci a může mít dopad i v dospělosti, kdy člověk, který neměl možnost si v dětství spontánně hrát, není schopen samostatné práce (Havlová, Havlínová, Vencálková, 2000, s. 59).

2.4. Pohybové kompetence dětí předškolního věku

Vzhledem k tomu, jak se předškolní dítě vyvíjí po stránce psychické i fyzické, můžeme v oblasti tělesné výchovy nalézt rámcový obsah, který specifikuje činnosti, pomocí kterých je ovlivněn rozvoj dítěte v oblasti pohybové a tělesné. Během realizace těchto činností dochází k osvojování základních kompetencí, které mají přesah i do dalších stránek dětské osobnosti. Jelikož činnosti konkretizují požadavky, které jsou dány Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání, je možné je použít jako podklady při zpracovávání Školního vzdělávacího programu (Dvořáková, 2011, s. 18).

Během výchovy a vzdělávání by dítě předškolního věku mělo, dle publikace *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*, získat následující kompetence:

1. Dovednosti v oblasti pohybu

a) Lokomoční:

- Pohyb v prostoru různým způsobem, směrem a dle pokynů
- Překonávání různých překážek
- Přeskoky, skoky na jedné noze, poskoky
- Výskok nebo přeskok překážky
- Pohyb do rytmu hudby
- Pohyb v různém terénu – nerovný terén, sníh, tráva, led

b) Nelokomoční:

- Znalost různých částí těla, polohy a pohyby a zaujmout polohy dle pokynů
- Pohybovat se okolo os svého těla – kotoul, převaly, obraty

c) Manipulační

- Manipulace s míčem – kutálení, hod, kop do míče, driblování
- Využití pomůcek – kolo, lyže, koloběžka

2. Fyzická zdatnost

- Výdrž delší dobu při provádění jednoduchých lokomočních pohybů, zvládání fyzické zátěže přiměřené věku
- Rozlišovat při pohybu napětí a uvolnění těla

3. Kognitivní a afektivní oblast

- Znalost názvů částí vlastního těla
- Mít povědomí o činnosti srdce a pozitivním vlivu pohybu na jeho činnost a na zdraví
- Znalost základní terminologie v oblasti sportu a pohybu
- Bez problémů se adaptovat na různé prostředí – voda, sníh a další

(Dvořáková, 2011, s. 18, 19).

3. Motorika

Definice pojmu se vyskytuje v řadě odborných publikací. Například v publikaci *Pedagogický slovník* je motorika definována jako „celková pohybová schopnost organismu. Zahrnuje činnosti označované jako grafomotorika a psychomotorika.“ Z této definice vyplývá, že jde o pohyb celého těla, který můžeme rozdělit na oblast hrubé a jemné motoriky (Průcha, Walterová, Mareš, 2003, s. 128).

Zatímco hrubá motorika zahrnuje pohyby celého těla například při chůzi, běhu, poskocích a dalších podobných činnostech, o jemné motorice mluvíme v případě hybnosti ruky například při psaní, kreslení, modelování a dalších výtvarných činnostech. Rozvojem jemné motoriky se dítě postupně připravuje na nácvik psaní v základní škole. Do motoriky zařazujeme také motoriku mluvních orgánů, kdy dítě využívá pohyblivosti jazyka, rtů a dolní čelisti, ke správné artikulaci. Všechny tyto schopnosti je nutné u dítěte předškolního věku rozvíjet různým cvičením, pomocí hry nebo dalších vhodných činností (Klenková, Kolbábková, 2002, s. 18).

3.1. Vývoj hrubé a jemné motoriky

U hrubé motoriky dochází ke zdokonalování, jelikož se velmi rychle vyvíjí mozková kůra. Tento proces ovlivňuje psychický vývoj a dochází ke změně pohybových funkcí. Na začátku předškolního období je pohyb dítěte ještě neobratný, nekoordinovaný. V průběhu vývoje se však zdokonaluje a postupně dochází k automatizaci. K rozvoji dochází také u dalších pohybů, pomocí kterých se dítě přemísťuje. Těmito pohyby jsou například běh, skoky, poskoky, pohyb v členitém terénu či chůze po schodech. Tímto zdokonalováním dítě dospívá až k nácviku plavání, jízdy na kole, koloběžce, lyžích a dalších. Tyto úkony vyžadují složitější koordinaci a dítě je schopno je zvládnout již před nástupem do základní školy (Plevová, 2010, s. 75).

V Pedagogickém slovníku se o vývoji motoriky autoři vyjadřují takto: „*Vývoj souhrnu pohybových dovedností člověka probíhající po celý život, může být ovšem zkomplikován vrozenými vadami, nemocí, úrazem. Motorika může být vyšetřována a odborně hodnocena již v prenatálním období, od narození až do smrti*“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2003, s. 128).

V oblasti jemné motoriky se v předškolním věku zdokonaluje úchop psacích a výtvarných potřeb, manipulace s menšími předměty, samostatné použití příboru při jídle,

chytání a házení míče. Dítě je zručnější při manuální práci. Kolem čtvrtého roku začíná při manipulaci preferovat pouze jednu ruku, jelikož začíná převažovat činnost jedné mozkové hemisféry nad druhou (Plevová, 2010, s. 75).

Aby se dítě bylo schopno rozvíjet, navazovat vztahy s okolím, manipulovat s předměty a objevovat vše kolem sebe, je pro něj rozvoj motorických schopností nezbytný (Šulová, 2004, s. 112).

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. Jak již bylo zmíněno výše, je vhodné začít s různými sporty jako je bruslení, lyžování, jízda na kole a další. Dítě má v tomto období nejlepší předpoklady pro zvládnutí těchto sportů. 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 plné sebeobsluhy. Dítě je schopné se samostatně obléci, držet přístroj, zapnout zip nebo zavázat tkaničky a také samostatně dbá o svou hygienu. Současně s hrubou motorikou také dochází k rozvoji jemné motoriky a již zmíněné osifikaci kostí. Dítě vyhledává hru s modelínou, korálky, kostkami nebo různým výtvarným materiálem. Součástí rozvoje jemné motoriky je také postupné zdokonalování a rozvoj kresby, kdy je dítě schopno správného úchopu psacích potřeb. Přechází od spontánního čárání ke konkrétní kresbě takzvaného „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).

Václav Kouba charakterizuje předškolní věk v publikaci *Motorika dítěte* jako: „*Stádium rozvoje nových převážně celostních pohybů a prvních pohybových kombinací*“

V tomto období dojde k velkým změnám v tělesném vývoji. Dochází k úpravě proporcí jednotlivých částí těla, například u relativní velikosti hlavy dochází ke zmenšení a u relativní délky dolních končetin k prodloužení. Růst je v tomto věku relativně rychlý, avšak ve složení u svalstva převažuje spíše tuková složka nad svalovou hmotou. Svaly jsou poměrně měkké (Kouba, 1995, s. 49).

3.2. Pohybové schopnosti a dovednosti

Především v americké literatuře a jiné cizojazyčné literatuře, na rozdíl od české literatury, nejsou tyto dva pojmy, dovednost (ability) a schopnost (skills) často přesně vymezeny. Při popisu rozdílů a podobností těchto dvou pojmů dochází k lepšímu pochopení obou těchto předpokladů (Měkota, Novosad, 2005 s. 17).

3.2.1. Definice termínů schopnosti a dovednosti

Dovednost lze definovat jako způsobilost člověka k tomu, aby mohl provádět určité činnosti, jako je například čtení, psaní, motorické dovednosti jako například plavání, bruslení, jízda na kole a další (Průcha, Walterová, Mareš, 2003 s. 212).

Ve *Výkladovém slovníku z pedagogiky* se o dovednosti píše jako o „*učení, nebo výcvikem získané dispozice, ke správnému, přesnému, rychlému a úspornému vykonávání určitých činností – dovednosti senzomotorické, intelektové a sociální.*“ U dovednosti také z části hraje roli, s jakými předpoklady pro určitou dovednost se člověk narodí (Kolář, 2012, s. 35).

Schopnost dle odborné literatury definujeme jako potenciál člověka, který je zcela individuální, a pomocí kterého je schopen během následujícího života provádět určité činnosti. Velmi však záleží na tom, v jakém člověk žije prostředí, jaké má možnosti své schopnosti rozvíjet, jak se sám podílí na rozvoji a jak kvalitní byla jeho výchova a vzdělání. Vrozené předpoklady jsou určitou podmínkou a některé schopnosti se mohou, ale i nemusí rozvinout, v souvislosti s výše zmíněným. Řadíme zde například schopnosti zrakové, sluchové, pohybové a další (Průcha, Walterová, Mareš, 2003 s. 212).

V publikaci *Motorika dítěte* je schopnost definována jako „*Integrace vnitřních vlastností organismu, která podmiňuje splnění pohybového úkolu*“ a dovednost jako „*integrace vnitřních vlastností organismu podmiňující techniku pohybové činnosti vzhledem k zadanému pohybovému úkolu*“ (Kouba, 1995, s. 19).

Hana Dvořáková charakterizuje pohybové schopnosti jako předpoklady, se kterými se člověk již narodí a umožňují mu jistou kvalitu pohybu. V průběhu života se mohou, avšak nemusí rozvinout, dle podmínek, ve kterých jedinec žije (Dvořáková, 2007, s. 29).

Vymezení	M. schopnost	M. dovednost
	Částečně geneticky podmíněný (obecný) předpoklad – pohybové činnosti (řešení pohybového úkolu) – potencionální dispozice k efektivnímu vykonávání činnosti a dosahování výkonu	Učením získaná (specifická) pohotovost k
Rozlišení	– týká se rozsahu kapacity – částečně vrozená – generalizovaná – relativně stabilní a trvalá – podkládá mnoho různých dovedností a činností – počet omezený	– týká se využití kapacity – vytvořená praxí – úkolově specifická – snadněji modifikovatelná praxí – závislá na několika schopnostech – počet nevyčíslitelný
Příklady	s. silové, rovnováhové ...	d. smečovat, řídit auto...
Základní rozdělení	kondiční - koordinační	otevřené - zavřené
Proces rozvoje	trénink (tělesná příprava)	nácvik, výcvik (technická příprava)
Cizojazyčné ekvivalenty	ability, Fähigkeit, schopnost, schopnost	Skill, Fertigkeit, umenie, zručnosť

Tabulka č. 1: Vymezení pojmů schopnosti a dovednosti (Měkota, 2005)

3.3. Vývoj základních schopností a dovedností

Autoři J. Langmeier, M. Langmeier a D. Krejčířová (2002) se ve své publikaci zaměřili na vývoj základních schopností a dovedností dítěte předškolního věku, který rozdělili následujícím způsobem:

Dítě ve třech letech:

Střídá nohy při scházení či vycházení 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, osoby a předměty na obrázku, zvětšuje se slovní zásoba a slova již dokáže poskládat do jednoduchých vět. Při hře dítě již začíná vyhledávat a spolupracovat s kamarády.

Dítě ve čtyřech letech:

Kreslí hlavonožce, nakreslí kříž dle předlohy, zvládá chůzi po úzké kladině, umístěné nízko nad zemí, bez problémů vydrží delší dobu v poloze stoj na jedné noze, rozlišuje všechny základní barvy, zvládá samostatně osobní hygienu, má povědomí, kolik je jedna a dvě, dokáže rozlišit opaky jako například tichý – hlučný, velký – malý a další.

Dítě v pěti letech:

Je schopno složit jednoduchou skládačku či puzzle, nakreslí čtverec, který je předkreslený jako předloha, zvládá jízdu na koloběžce nebo na dětském kole, kresba lidské postavy je dokonalejší, objevuje se v ní více detailů a základních rysů. Při slovním projevu dítě správně používá pády, osoby, časy a nepřesnosti se objevují zřídka při použití složitější věty nebo delšího souvětí. Zvládá počítání do pěti, ale má již povědomí i o číselné řadě i přesto, že u čísel vyšších než pět stále dělá chyby. Orientuje se v čase. Přibližně ví, ve kterou denní dobu je ráno, večer a rozumí významu slov včera a zítra.

Dítě v šesti letech:

Kresba postavy je 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 již zvládají napsat nejčastěji písmena, která jsou obsažená v jejich jméně nebo některé číslice. Vývoj je však velmi individuální a co zvládá jedno šestileté dítě, toho další dosahuje až později. Úroveň v jednotlivých vývojových oblastech se také může lišit (Langmeier, Langmeier, Krejčíková, 2002, s. 71, 72).

Od narození dochází k osvojování pohybových činností a během předškolního období se tyto osvojené pohybové činnosti zlepšují a zdokonalují. To je možné pozorovat v různých oblastech. Dítě je více výkonné v oblasti pohybu a tato výkonnost se neustále a rychle zvyšuje. Dále se zlepšení projevuje ve schopnosti přizpůsobit pohyb různým podmínkám a použití nabytých zkušeností v oblasti pohybu při řešení zadaných úkolů (Kouba, 1995, s. 50).

Vývoj motorických schopností je závislý na centrální nervové soustavě a na jejím zrání. Lze říci, že z obecného vývojového pohledu motoriku nejdříve řídí oblast prodloužené míchy, a nakonec se řízení přesunuje do motorických center kůry mozkové (Kuric, 1986, s. 92).

Tento vývoj z hlediska věku dítěte nalezneme popsany v publikaci *Ontogenetická psychologie* následujícím způsobem:

V době mezi druhým a třetím rokem dochází k dokonalejšímu vývoji chůze. Ještě stále zde však můžeme pozorovat prvky batolecí chůze, kdy jsou nohy kladeny daleko od sebe, horní končetiny se výrazně během chůze pohybují a celý trup se naklání do stran. Již v tomto období

je však oproti batolecí chůzi pohyb koordinovanější a přesnější. Dítě dělá větší kroky a při chůzi již udržuje určitý rytmus, který je schopný ovládat vůlí.

Mezi čtvrtým a pátým rokem se objevuje pohyb horních končetin v opozici k nohám a již není pohyb horních končetin během chůze tak nekoordinovaný. Do nástupu do školy se postava postupně při chůzi narovná a dítě je schopno chodit i po patách nebo po špičkách, ne pouze po celém chodidle. Chůze má většinou jasný cíl a dítě ji bez problémů ovládá vůlí a vymizí nestandardní pohyby, které se objevovaly v předchozím období. V tomto věku u dítěte při chůzi můžeme pozorovat charakteristické znaky pro jeho osobu. Chůze se stává automatickou a dítě se na ni již nemusí tolik soustředit (Kuric 1986, s. 92).

Před nástupem do základní školy dochází ke zformování pohybových kombinací. U dětí, se kterými se v rámci pohybu odborně nepracovalo, to jsou kombinace jako například chůze, skoky, běh a další. U dětí školených v oblasti pohybu jde například o akrobatické sestavy. Velmi významnou roli hraje prostředí, ve kterém dítě žije, zda mu nabízí dostatečné možnosti k pohybu a jeho zdokonalování. V tomto věku se pohybová aktivita, kterou si dítě volí samo, odhadem pohybuje okolo šesti hodin denně. Provádění cviků u dětí těsně před nástupem do školy a o něco mladších, je rozsáhlejší v rámci prostoru, zvyšuje se rychlost a dítě na provedení cviku vynakládá větší úsilí. Také dochází k velkému zlepšení rytmu pohybu (Kouba 1995, s. 50).

4. Možnosti pohybových aktivit v předškolním věku v MŠ

Pro rozvoj dítěte v oblasti motoriky je velmi důležitý také přístup mateřské školy k pohybovým aktivitám. Řada mateřských škol v rámci svých vzdělávacích plánů realizuje nadstandartní pohybové aktivity jako například předplaveckou výuku, lyžování, pobyt v přírodě a další.

4.1. Předplavecká výuka

Mezi velmi oblíbené pohybové aktivity patří například plavání. Dítě se seznamuje s vodním prostředím často již v kojeneckém či batolecím věku. V tomto prostředí během plavecké výuky rozvíjí na základní úrovni své schopnosti v oblasti plavání. Výuka probíhá hrou a pro tuto věkovou skupinu zábavnou formou a dítě při ní získává povědomí o tom, jak se ve vodě bezpečně pohybovat. Cílem plavecké výuky je seznámit dítě s vodním prostředím takovým způsobem, aby z něj nemělo strach, rozvíjet zručnost dítěte ve vodním prostředí, naučit děti jak se správně a bezpečně pohybovat ve vodě a její blízkosti. Dále také zlepšovat techniku správného dýchání a v neposlední řadě také podporovat imunitní systém dětí otužováním. Výuka plavání je výchovně vzdělávací činností a je zde nutný zvýšený dozor. Výuka probíhá nejčastěji ve spolupráci s plaveckým bazénem či jiným subjektem, který je schopný pro děti zajistit školeného instruktora (Kolektív autorů: Metodika predprimárneho vzdelávania, 2011, s. 243).

4.2. Lyžování

Lyžování je úzce spjaté s pobytem venku, rozvojem vztahu k přírodě a poznáváním krásy zimní přírody. Při lyžování lze využít otužování. Tato pohybová aktivita je rekreační, ale také výchovně – vzdělávací činností. Cílem výuky lyžování je naučení základů techniky lyžování, již zmíněný rozvoj vztahu k přírodě, zlepšení zdraví při pobytu venku a vedení dětí ke vztahu k pohybové aktivitě. Forma skupinového vyučování je vhodná pro děti od 5 let. Pokud jde o výuku mladších dětí, je vhodné se každému jedinci věnovat individuálně (Kolektív autorov: Metodika predprimárneho vzdelávania, 2011, s. 248).

4.3. Vycházky do přírody

Při vycházkách do přírody se dítě nenásilnou a přirozenou formou učí základy spojené s turistikou. Během vycházek je možné s dětmi hrát řadu her a cvičení, při kterých lze využít daného prostředí. Mezi tyto cvičení lze zařadit lezení, běh, šplhání, plazení a další. Příroda, díky svému rozmanitému terénu a změnám v jednotlivých ročních obdobích, v tomto směru nabízí širokou škálu možností pro realizaci těchto pohybových aktivit (Šimonek, 2004, s. 34).

5. Problematika úrovně motoriky dětí v zahraničí

Téma úrovně motoriky dětí je aktuální také v zahraničí. O tomto tématu lze najít řadu odborných článků, které popisují současnou úroveň předškolních dětí v oblasti motoriky a také vztah dětí k pohybu a s tím související nárůst obezity, který má za následek snižování úrovně do oblasti podprůměru.

Jeden ze zahraničních článků se zabývá vývojem dětí od narození do 5 let. Hlavním předmětem zájmu je vývoj hrubé motoriky a pohybové aktivity. Tento vývoj souvisí s nabídkou činností v oblasti pohybu, a proto se článek zaměřuje na to, jaký význam mají aktivity, které jsou pro rozvoj motoriky dětí určeny. Vzhledem k tomu, že se aktivita u dětí za posledních 20 – 30 let výrazně snižuje, objevuje se zde nárůst obezity a to souvisí se zhoršením úrovně motoriky. Pohybová aktivita a dobrá úroveň motoriky však ovlivňuje i budoucí život dítěte. Vzhledem k výše zmíněnému nárůstu obezity je nutný výzkum v této oblasti a zajištění opatření, která pomohou tuto skutečnost eliminovat (Ali, Pigou, Clarke, McLachlan, 2017).

Další článek popisuje studii dětí z Tchaj – wanu, která zkoumá, kolik času tyto děti ve věku zhruba od tří do necelých 6 let věnují fyzické aktivitě. Celkem bylo zkoumáno 264 dětí ve zdravotnickém centru v Tchaj – wanu. Výsledky ukázaly, že 89,8 % dětí, nesplňuje doporučení *Národního sdružení pro sport a tělesnou výchovu*, pro dobu, po kterou by se dítě pro zdravý fyzický vývoj mělo věnovat pohybovým aktivitám. Závěrem zkoumání bylo, že je nutná snaha o vysvětlení důležitosti fyzické aktivity rodičům, vzhledem k motorickému vývoji (Lin, Cherng, Chen, 2017).

PRAKTICKÁ ČÁST

6. Cíle práce a výzkumné otázky

6.1. Cíl a dílčí cíle

Cílem testování, bylo zjistit úroveň motoriky dětí předškolního věku. Jako dílčí cíle jsem si stanovila zhodnocení, zda ve výsledcích hraje roli vybavení mateřské školy, pedagogické vedení, konkrétní zaměření a nadstandartní pohybové aktivity v rámci denního režimu mateřské školy.

6.2. Výzkumné otázky

1. Jaká je úroveň motoriky u předškolních dětí v Olomouckém kraji?
2. Jestliže je mateřská škola zaměřena na sport, má vlastního trenéra a dobré vybavení pro rozvoj motoriky, jsou výsledky testovaných dětí nadprůměrné?
3. Jsou v Olomouckém kraji děti motorický podprůměrné, vzhledem k problému v zahraničí s narůstající obezitou a zhoršení motoriky předškolních dětí?

7. Metody výzkumu

Při testování byly použité metody pozorování a test TGMD – 2 pomocí kterého byla zkoumána úroveň motoriky u předškolních dětí.

Pedagogické pozorování patří mezi nejstarší a nejvíce používané metody při výzkumu v oblasti pedagogiky (Průcha, Walterová, Mareš 2011 in Chráska 2011, s. 151).

Test lze vysvětlit jako například úkol, který má přesně dané zadání, všichni testovaní mají stejné podmínky, zadání a je dané jednotné vyhodnocení výsledků testovaných (Michalička, 1969 in Chráska 2011, s.184).

Obecně se pomocí testů objektivně zjišťuje a vyhodnocuje určitá úroveň vybraných osob v oblasti, kde je potřeba tuto úroveň vyzkoušet. Testy jsou různého typu jako například testy úrovně, testy rychlosti a další (Chráska 2011, s.185).

Ke zkoumání úrovně motoriky jsem použila test úrovně, který je v publikaci *Metody pedagogického výzkumu* popisován jako test, při kterém se zjišťuje u daného subjektu úroveň v určité oblasti, kdy při testování není dán časový limit (Chráska 2011, s. 185).

7.1. Charakteristika výzkumného souboru a použité zkratky

V praktické části se zabývám analýzou motoriky dětí v předškolním věku v Olomouckém kraji. Výzkumná činnost v oblasti jemné motoriky mi byla umožněna ve třech mateřských školách v Olomouckém kraji. Dvě mateřské školy byly státní, jedna soukromá, se zaměřením na sport. Pro potřeby této práce jsem je nazvala MŠ 1 (mateřská škola 1), MŠ 2 (mateřská škola 2) a MŠ 3 (mateřská škola 3). Všechny mateřské školy pracovaly podle ŠVP PV (školní vzdělávací program pro předškolní vzdělávání), který vypracovaly dle RV PV (Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání). Při návštěvách těchto tří mateřských škol, mi bylo vyučujícími sděleno, že se snaží rozvíjet motoriku dětí i nadstandartními aktivitami jako je například plavání, lyžování nebo atletika.

Celkový počet zkoumaných dětí byl 46 z toho 28 chlapců a 18 dívek v předškolním věku. Testování probíhalo vždy v odpoledních hodinách v prostorách mateřské školy.

Pro hodnocení úrovně motoriky dětí jsem použila, jak již bylo výše zmíněno test TGMD – 2. Tento test je složen z 12 disciplín zkoumajících úroveň motoriky, rozdělených do dvou částí, kdy v každé části je jich 6.

První část zkoumá lokomoční dovednosti dítěte, druhá manipulační dovednosti. V testu se objevují v části zkoumající lokomoční dovednosti úkoly jako například běh, u kterého se hodnotí, zda jsou paže ohnuty a pohybují se v opozici vůči dolním končetinám, letová fáze, zda dítě došlapuje na špičku, patu, či celé chodidlo a úhel ohnutí neoporové nohy. Dále je zde zkoumán způsob pohybu při cvalu vpřed, skocích na jedné noze, přeskoku, skoku snožmo a cvalu stranou.

V části zkoumající manipulační dovednosti se zaměřujeme na mechaniku pohybu při obouručném úderu statického míče, kde je hodnocen úchop páčky, vykročení nepreferovanou nohou, směřování nepreferovaného boku a ramene, směr rotace při úderu do míčku, a úspěšnost odpalu míčku. Dále část testu manipulačních dovedností zkoumá motoriku v disciplínách driblování jednou rukou na místě, chytání míče oběma rukama, kopnutí do stojícího míče, hod vrchním obloukem, kutálení míče, driblování s míčem.

U každého úkolu se hodnotí, zda dítě dané kritéria splňuje či nikoli. Na konci obou částí je následné vyhodnocení, kde se sčítá získaný počet bodů za úspěšné splnění jednotlivých kritérií. Celkové skóre z obou částí se poté sčítá a dle tabulek vyhodnocuje. Výsledkem vyhodnocení je kvocient, podle kterého se dítě dle rozmezí zařadí do skupiny A, AA, BA, či S. Vysvětlení viz Tabulka č. 2.

Zkratka	Vysvětlivka
S	výrazný nadprůměr
AA	Nadprůměr
A	Průměr
BA	lehký podprůměr

Tabulka č. 2: Vysvětlení zkratk jednotlivých motorických úrovní

7.2. Charakteristika mateřských škol a přístup k pohybovým aktivitám

MŠ 3 je soukromá mateřská škola, která se zaměřuje na sport. Tato škola má vlastního trenéra, který za dětmi pravidelně 2x týdně dochází. Mateřská škola umožňuje dětem rozvíjet se v řadě sportovních oblastí, jako například atletika, plavání, v zimních měsících lyžování,

bruslení a další. K budově MŠ náleží tělocvična, kde děti 2x týdně rozvíjí své schopnosti, a velká zahrada s řadou prolézaček, houpaček a také volného terénu pro spontánní pohyby.

MŠ 2 je klasická státní škola. I zde mají děti možnost využití návštěvy bazénu a předplavecké výuky. Dle vyučujících škola směřuje k tomu, aby v ní děti prožily aktivní a šťastné dětství. Ke škole náleží pozemek se zahradou, kde můžeme nalézt prvky pro rozvoj motoriky. Další pohybové aktivity během denního režimu však mateřská škola nenabízí.

MŠ 1 je také státní mateřskou školou. Stejně jako v předchozích školách je zde dětem umožněno navštěvovat výuku plavání, která je realizována pod vedením zkušených instruktorů. Další možností k rozvoji pohybu mají děti pravidelně jednou týdně při navštěvování atletiky a v zimních měsících mateřská škola nabízí kurzy lyžování. K budově také náleží velmi rozlehlá zahrada, kde se nachází prvky k rozvoji motoriky jemné i hrubé motoriky. Děti mají k dispozici také koloběžky, dětská odrážedla a dětská kola.

7.3. Organizace výzkumu

Samotnému výzkum předcházelo oslovení ředitelů jednotlivých škol, zda by bylo možné v jejich MŠ testy úrovně motoriky povést. Všechny mateřské školy jsem navštívila osobně a ředitele i učitele v dané mateřské škole jsem informovala o průběhu testování. Několik mateřských škol testování odmítlo s argumentem, že si rodiče jakékoliv aktivity nad rámec denního režimu nepřejí. Dalším krokem bylo vyžádání si od rodičů podepsaný informovaný souhlas. Tyto souhlasy jsem dávala rodičům v písemné formě, kde bylo vysvětleno, o jaké testování se jedná, že je vše zcela anonymní a slouží pouze pro účely mé bakalářské práce. V případě dotazů, jsem ještě rodičům osobně zodpovídala jejich případné otázky k provádění testů, či k výsledkům. Většina rodičů bez problémů souhlas podepsala. Oba tyto dokumenty jsou přiloženy na konci této práce v příloze č. 1 a 2.

Motivaci dětí jsem vždy přizpůsobila aktuálnímu tématu v testované mateřské škole. V prvních dvou mateřských školách jsem motivaci zvolila v souvislosti s podzimem a chystáním se zvířátek na zimu a v poslední MŠ jsem využila dobu zimních olympijských her a celé testování jsem motivovala jako olympijské disciplíny.

Ve chvíli, kdy jsem měla podepsané souhlasy rodičů, bylo možné zahájit testování. V MŠ 1 a 2 jsem testovala v listopadu, krátce po sobě a v MŠ 3 v lednu.

Jako první jsem navštívila MŠ 1. Tato mateřská škola je zaměřená na sport, a tak mi bylo umožněno testovat v tělocvičně, která je součástí komplexu budov celé školy. Pomůcky měla mateřská škola z větší části vlastní, s výjimkou tenisové rakety, baseballové pálky, míče na driblování a stojanu na baseballový míček. Děti jsem, jak již bylo zmíněno výše, k pohybu motivovala na dané téma a poté jsem postupně u každého dítěte zapisoval, zda splnil jednotlivá kritéria či nikoli.

V MŠ 2 testování probíhalo přímo ve třídě, v době, kdy měly děti spontánní hry. Po jednom jsem si děti volala do části třídy, která sloužila jako herna, kde jsem měla naměřené potřebné vzdálenosti. Mateřská škola měla stejné možnosti zapůjčení pomůcek jako MŠ 3 s výjimkou prostoru. V této oblasti byly možnosti mírně omezené.

V poslední mateřské škole, označené jako MŠ 3, testování probíhalo v samostatné místnosti, herně, kde děti pravidelně cvičí a probíhá zde rušná část a průpravné cviky. Zde jsem vždy pracovala s 2 dětmi, se kterými jsem prováděla jednotlivé disciplíny z testu TGMD - 2. Vybavení mateřské školy bylo dobré, ale stejně jako v předchozích MŠ chyběla tenisová raketa, baseballová pálka, míček a stojan. Herna byla prostorná, umožňující dětem dostatek pohybu při plnění zadaných úkolů.

8. Výsledky výzkumu

Z výsledků bylo zjištěno, že převážná většina dětí dosahuje průměrné úrovně motoriky s menšími odchylkami v oblasti nad i podprůměru a zanedbatelný počet na úrovni výrazného nadprůměru.

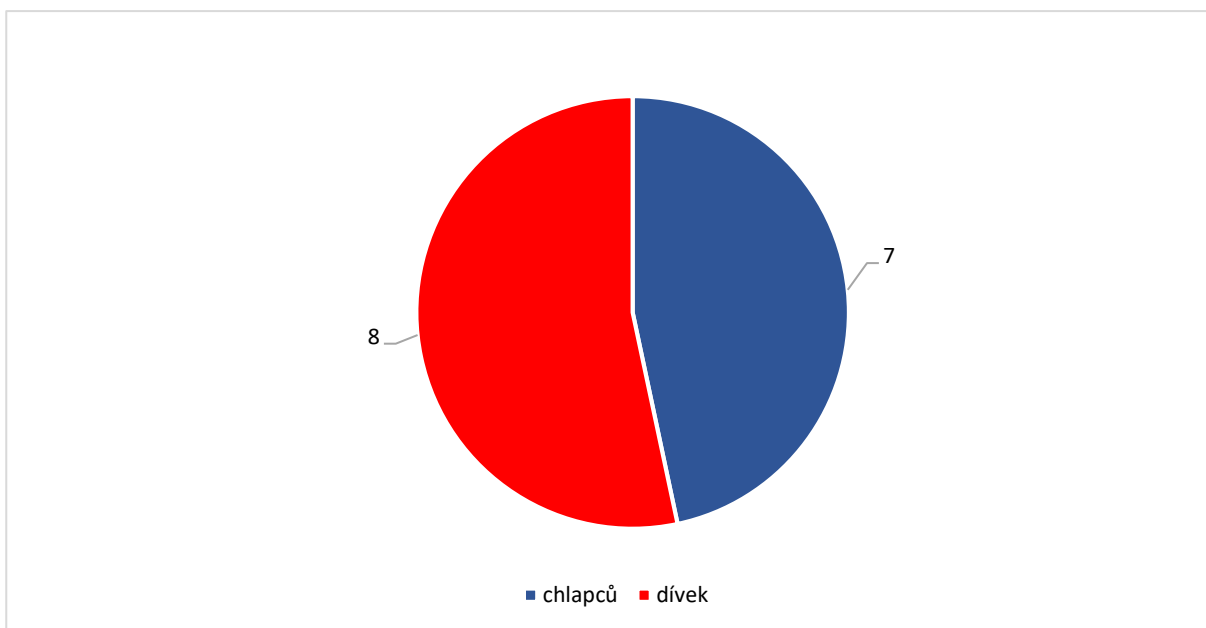
Výsledky dílčích cílů ukazují, že zaměření mateřské školy, pedagogické vedení, materiální vybavení ani nadstandartní nabídka pohybových aktivit nepřináší nadprůměrně výsledky v úrovni motoriky dětí.

Překvapivým výsledkem bylo, že u mateřské školy, která se zaměřuje na sportovní aktivity, děti dosahovaly převážně průměrných výsledků a žádné dítě nedosáhlo výsledků lepších než nadprůměrných. Naopak v běžné, státní mateřské škole jedno dítě dosáhlo výrazného nadprůměru. Jistě v těchto výsledcích hraje roli také výchova a rodinné prostředí, ve kterém děti žijí.

Pozorování odhalilo, že běžnou státní mateřskou školu navštěvují děti z běžných rodin, zatímco do soukromé mateřské školy chodí převážně děti rodičů z vyšších společenských vrstev a na dětech bylo zřejmé, že jsou osobnosti, které jsou zvyklé na určitý komfort a nejsou zvyklé na příliš mnoho spontánního ani řízeného pohybu. Tyto děti, rodiče v drtivé většině do mateřské školy dovezou autem až před branku a odpoledne je zase odvezou, zatímco do běžné státní mateřské školy většina dětí přichází buď pěšky, nebo dojíždí městskou hromadnou dopravou.

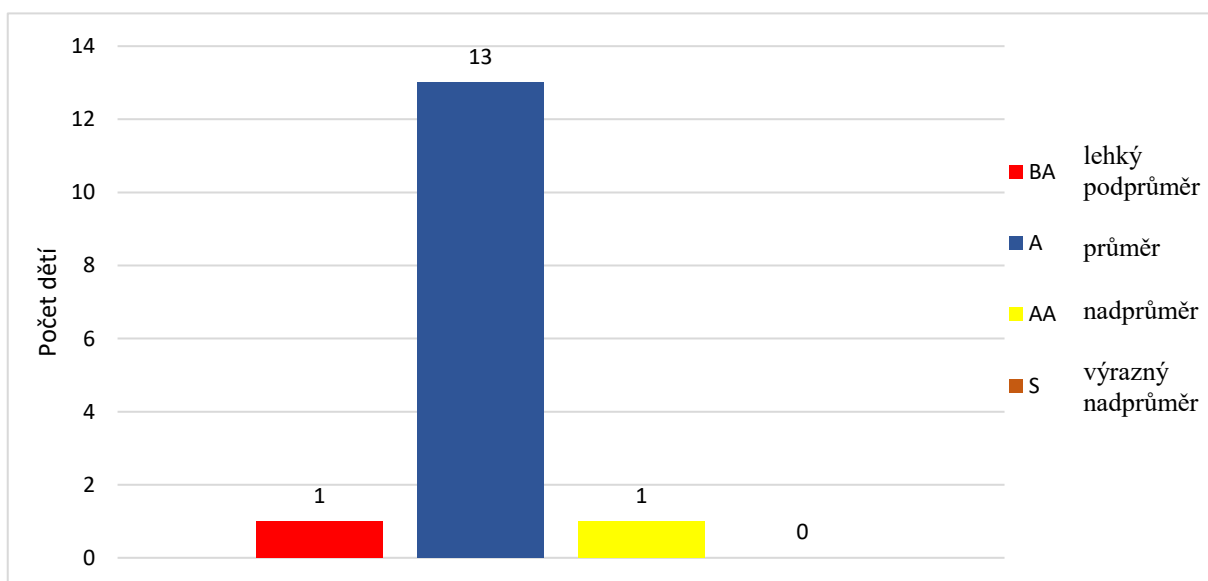
Vybavení mateřské školy také nepřispívá nadprůměrným výsledkům v oblasti motoriky. Děti s nejvhodnějšími prostory pro pohyb dosahovaly průměrných výsledků. Ani profesionální trenér v této mateřské škole nezajistil dosažení výrazněji nadprůměrných výsledků, stejně jako nadstandartní aktivity v oblasti sportu. V zahraničí je téma motoriky dětí aktuální a řeší se zde problematika vzrůstající obezity u dětí a tím snížení pohybových schopností a dovedností. I přesto u dětí testovaných v Olomouckém kraji nebylo prokázáno, že by byla jejich úroveň pod stanoveným průměrem. Rozdíly mezi dětmi nebyly příliš výrazné, většinou průměrné a žádné dítě se nepohybovalo svojí úrovní motoriky výrazněji pod průměrem. Avšak i výrazný nadprůměr byl zanedbatelný. Lze tedy říci, že i přesto, že dnešní moderní doba může negativně ovlivňovat množství pohybu, žádné výrazné zhoršení nebylo během výzkumu u vzorku dětí prokázáno.

8.1. Výsledky v MŠ 1



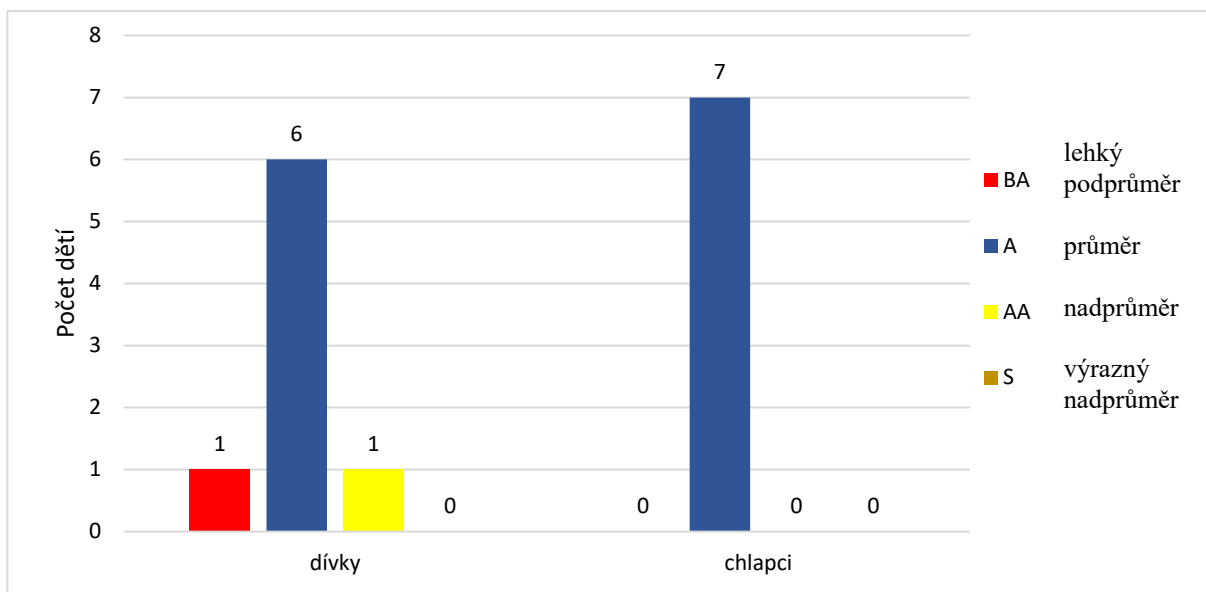
Graf 1: Zastoupení pohlaví v MŠ (n = 15)

První výšečový graf znázorňuje, že v MŠ 1 bylo 53,0 % dívek a 47,0 % chlapců z celkového počtu 15 žáků. Není zde tedy zásadní převaha jednoho z pohlaví (Graf 1).



Graf 2: Celkové výsledky dětí v MŠ 1 (n = 15)

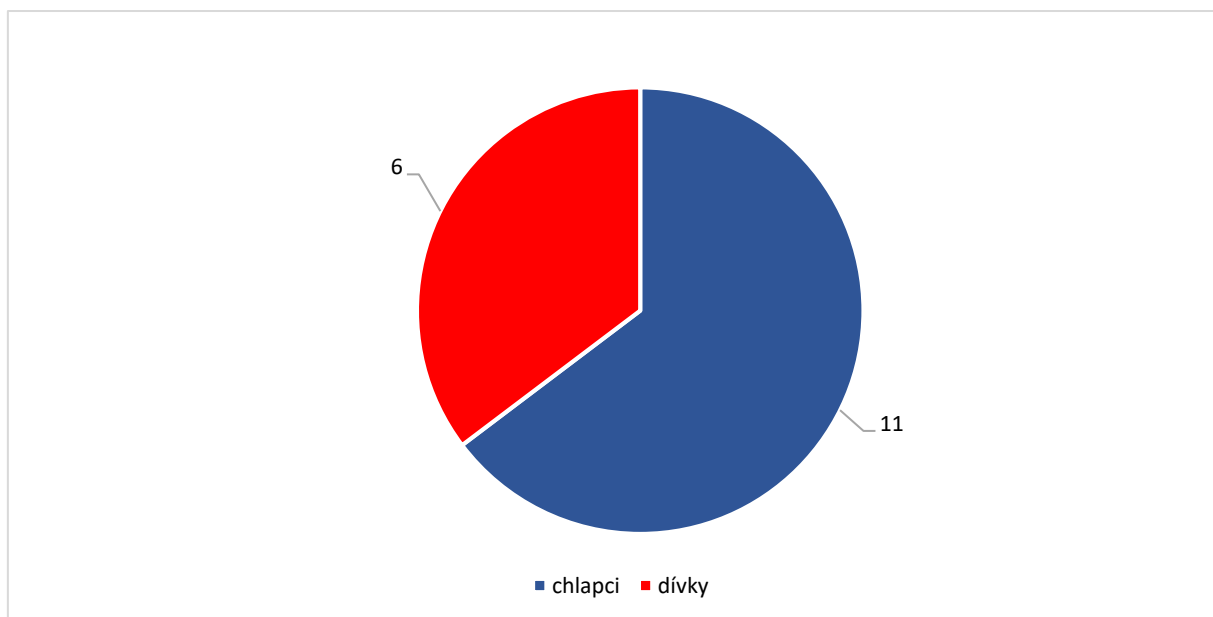
V celkovém výsledku z MŠ 1 se ze všech dětí umístilo 86,7 %, tedy drtivá většina, na úrovni normálních motorických dovedností. 6,6 % dětí podprůměrem a 6,6 % dětí v oblasti nadprůměru (Graf 2).



Graf 3: Výsledky chlapců a dívek v MŠ 1 (n= 15)

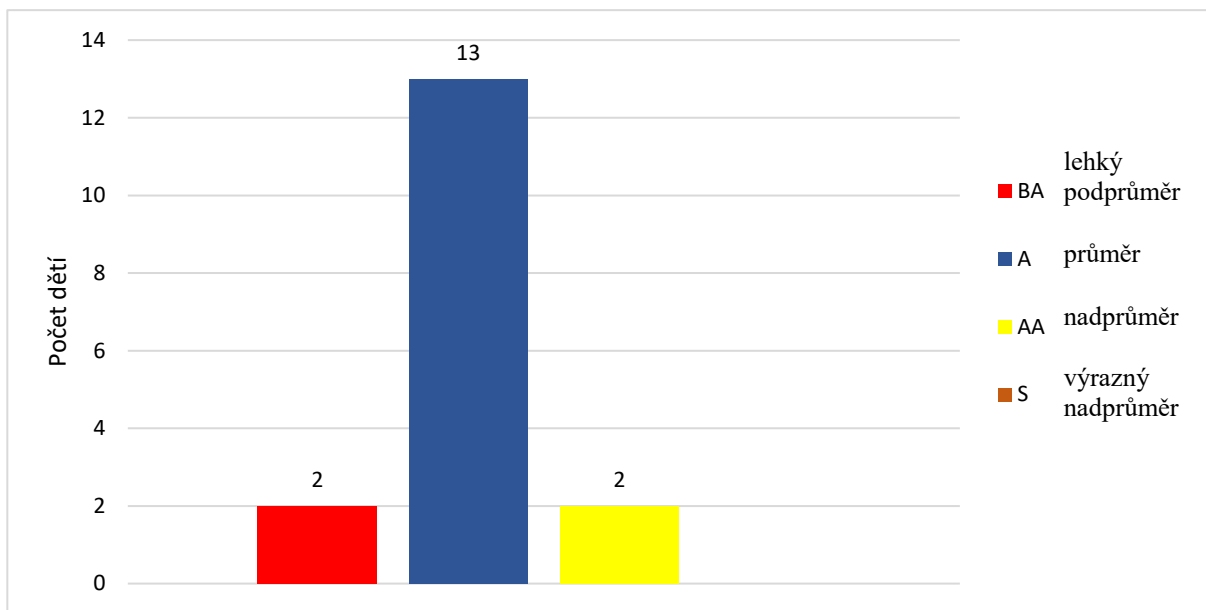
Z Grafu 3 je zřejmé, že chlapci se všichni umístili v normě. U dívek to byla většina (75,0 %), pouze 1 (12,5 %) byla nad průměrem a 1 (12,5 %) pod průměrem.

8.2. Výsledky v MŠ 2



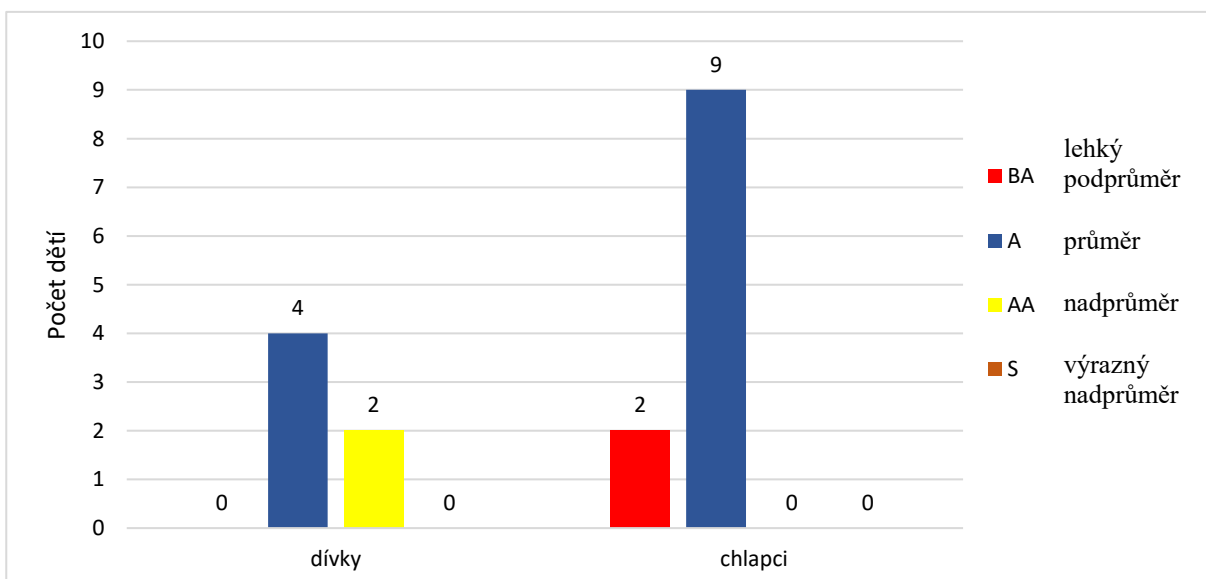
Graf 4: Zastoupení pohlaví v MŠ (n =17)

V MŠ 2 byla skladba dětí 64,7 % chlapců a 35,3 % dívek z celkově 17 testovaných dětí (Graf 4).



Graf 5: Celkové výsledky dětí v MŠ 2 (n = 17)

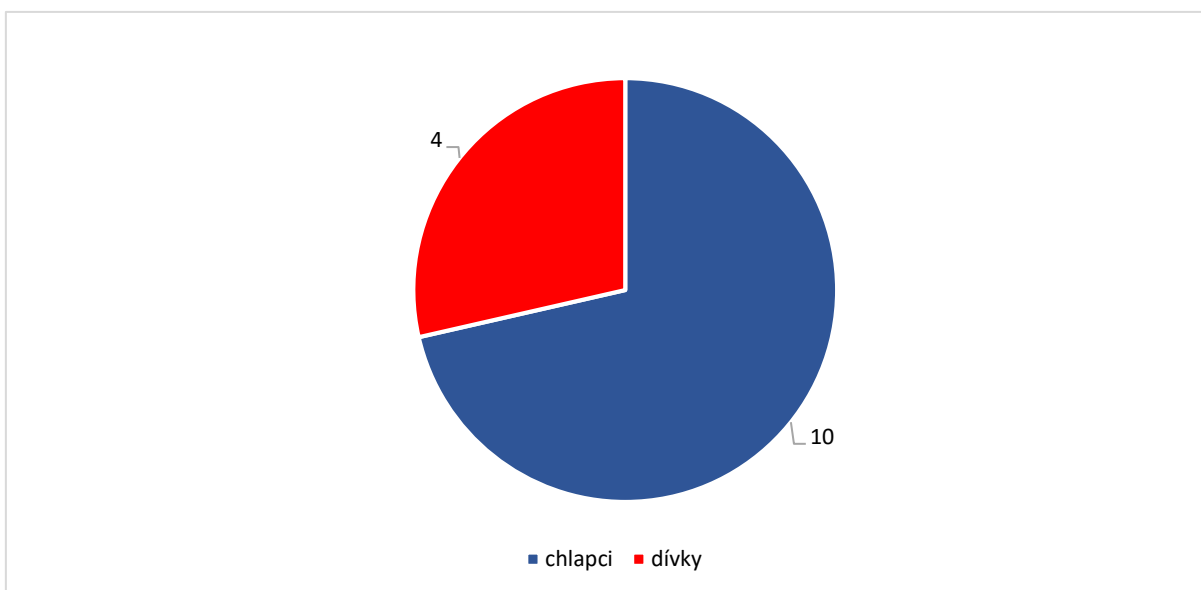
Graf 5 znázorňuje celkové výsledky dětí z MŠ 2. Většina se umístila svými dovednostmi na úrovni normy, a pouze dvě nad průměrem a dvě v oblasti podprůměru. Z celkových 17 dětí je 76,4 % v normě, 11,8 % pod průměrem a 11,8 % nadprůměrných.



Graf 6: Výsledky chlapců a dívek v MŠ 2 (n = 17)

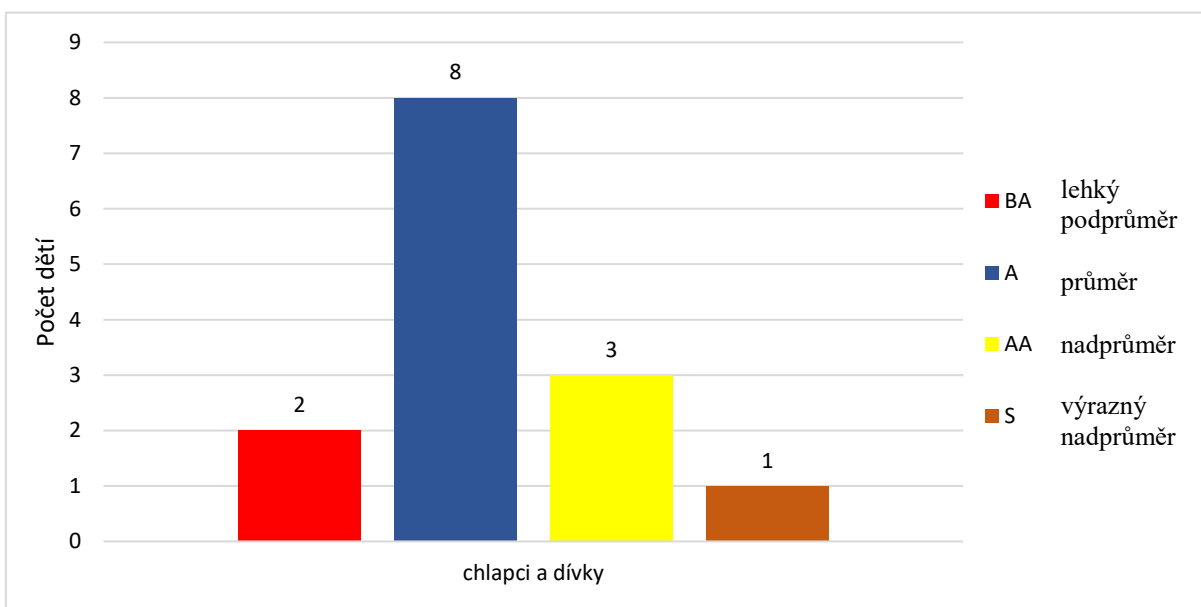
V Grafu 6 vidíme rozdělení výsledků dívek a chlapců, kdy se většina (81,8 %) testovaných chlapců opět pohybuje v normě, 2 (18,2 %) pod průměrem a dívky se zařadily 4 (67,0 %) do normy a 2 (33,0 %) byly nadprůměrné.

8.3. Výsledky v MŠ 3



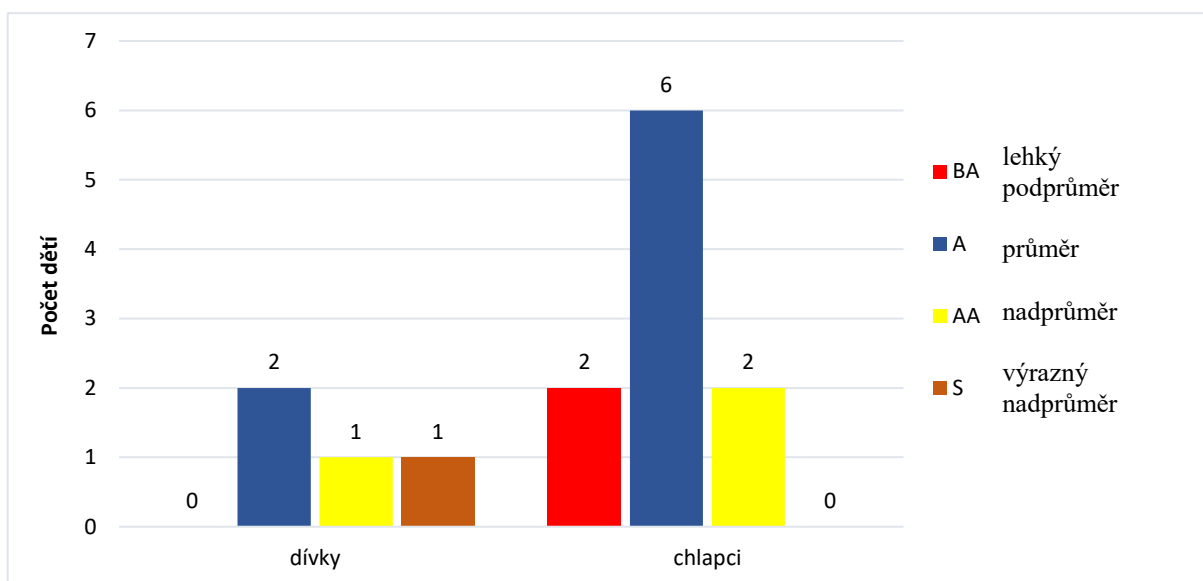
Graf 7: Zastoupení pohlaví v MŠ 3 (n = 14)

V Grafu 7 je zřetelné zastoupení jednotlivých pohlaví. Z celkového počtu 14 testovaných dětí, to bylo 71,4 % chlapců a 28,6 % dívek.



Graf 8: Celkové výsledky dětí v MŠ 3 (n = 14)

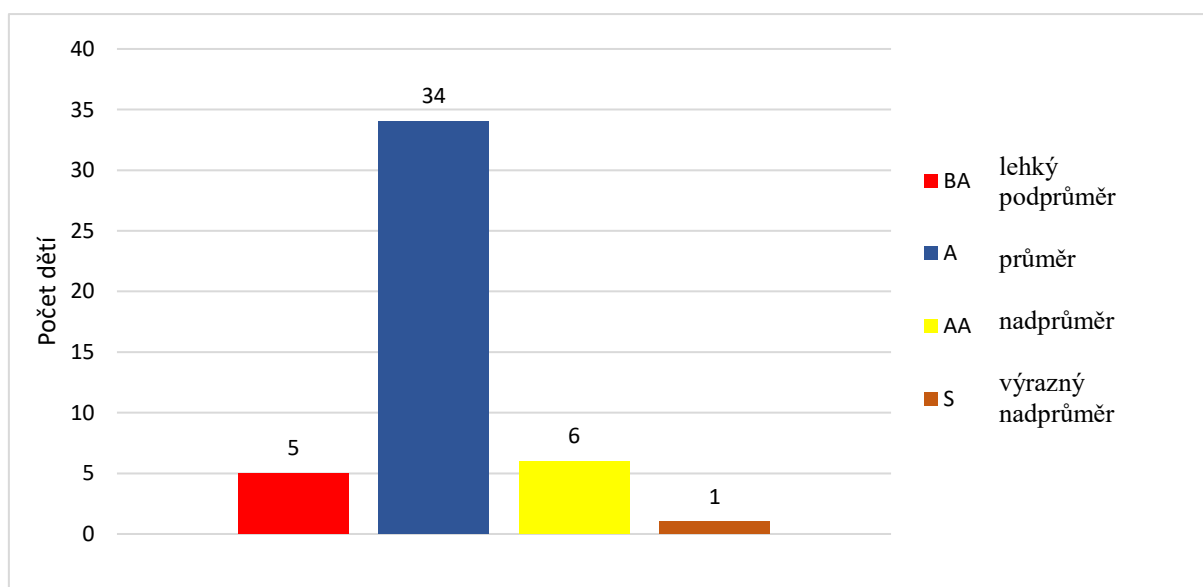
Graf 8 znázorňuje, že v MŠ 3 nejčastěji děti dosahovaly výsledků v rozmezí normy motorického vývoje. Konkrétně 57,1 % dětí. 21,4 % dětí lze dle výsledku zařadit do rozmezí nadprůměru, 7,2 % bylo výrazně nadprůměrné a naopak 14,3 % se umístilo pod průměrem.



Graf 9: Výsledky chlapců a dívek v MŠ 3 (n = 14)

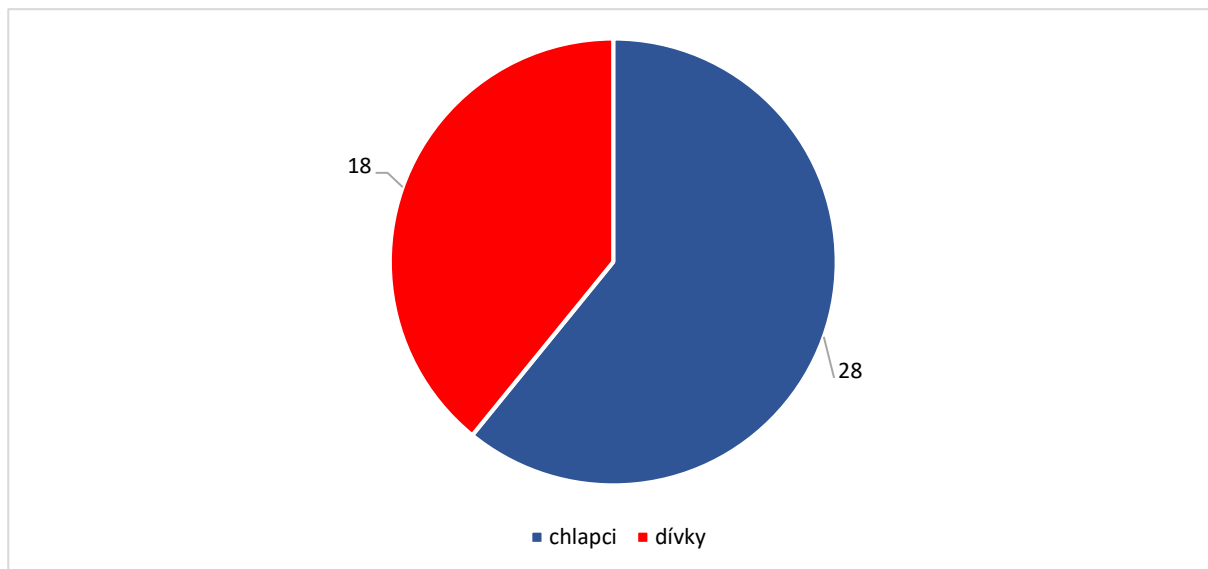
Při rozdělení na chlapce a dívky zjišťujeme, že 2 dívky (50,0 %) dosáhly úrovně A, 1 dívka (25,0 %) úrovně AA, a 1 dívka (25,0 %) ostatní výrazně převyšovala a dosáhla úrovně S, tedy vysokého nadprůměru jako jediná z testovaných dětí v této mateřské škole. V ostatních mateřských školách již žádné z dětí tohoto výsledku nedosáhlo. Mezi chlapci se 2 (20,0 %) nacházeli v úrovni BA, 6 chlapců (60,0 %) dosáhlo úrovně A a 2 chlapci (20,0 %) dosáhli úrovně AA (Graf 9).

8.4. Celkové výsledky úrovně motoriky všech testovaných dětí



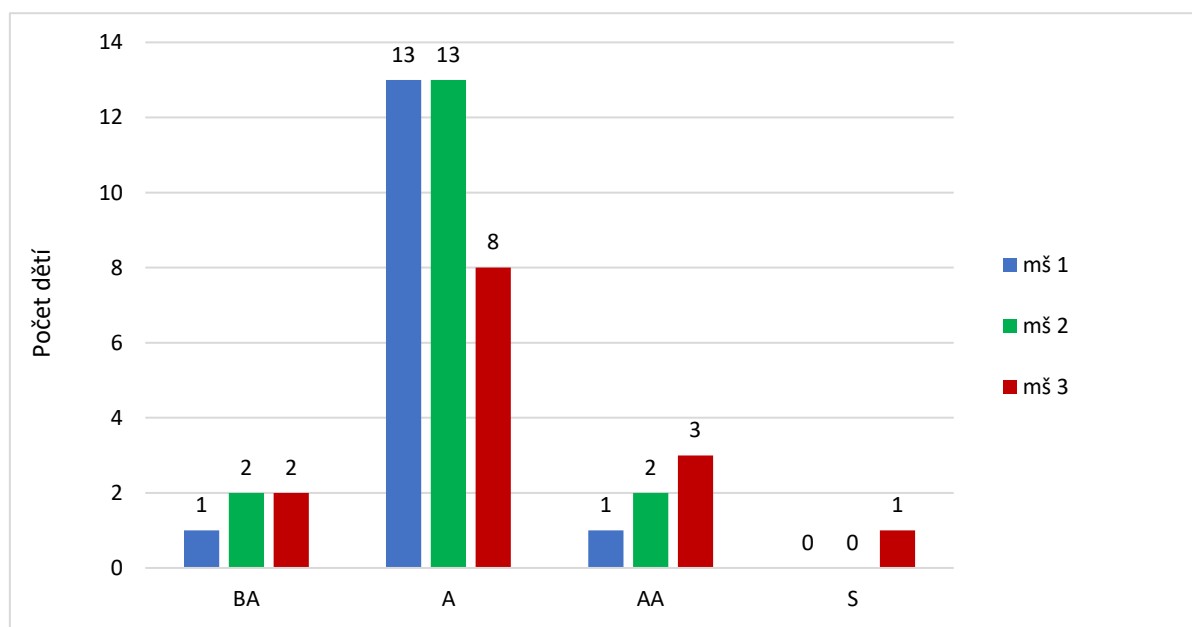
Graf 10: Celkové výsledky všech testovaných dětí (n = 46)

Z Grafu 10 vyplývá, že motorika dětí se nejčastěji pohybuje v rozmezí normy, v tomto případě konkrétně u 74,0 % dětí z celkového počtu 46 testovaných dětí. Pouze u 10,9 % dětí vyšly výsledky v rozmezí podprůměru, u 13,1 % dětí v rozmezí nadprůměru a 2 % dětí se pohybuje v mezích výrazného nadprůměru.



Graf 11: Zastoupení pohlaví všech testovaných dětí (n = 46)

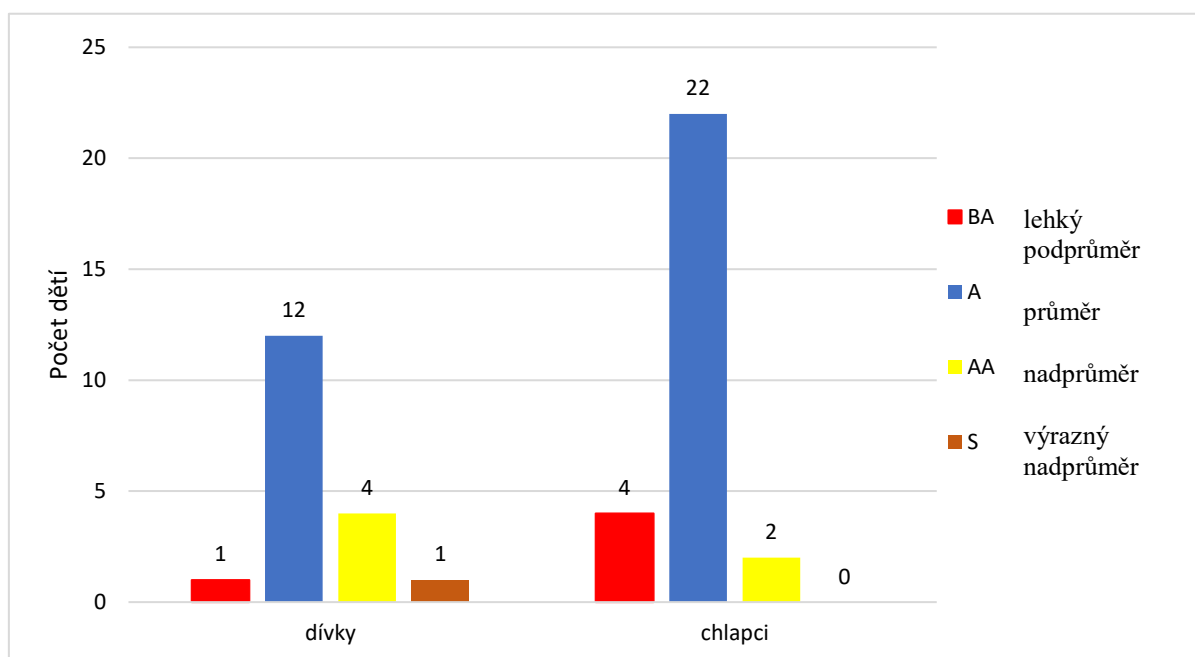
Z Grafu 11 je patrné, že z celkového počtu 46 testovaných dětí bylo 39,1 % dívek a 60,9 % chlapců.



Graf 12: Úspěšnost v jednotlivých mateřských školách (n = 46)

Graf 12 znázorňuje, že nejvíce dětí se ve výsledcích zkoumání motoriky nachází v oblasti normy. V MŠ 3 je to 8 (57,1 %) z celkového počtu 14 dětí a v MŠ 2 je to shodně

s MŠ 13 dětí (76,5 %) z celkového počtu 17 testovaných. Nejméně dětí bylo v rozmezí normy v MŠ 3, kde se však objevilo 1 dítě (7,1 %) v oblasti výraznějšího nadprůměru a 3 děti (21,4 %) v oblasti nadprůměrných výsledků v oblasti motoriky.



Graf 13: Celkové výsledky dívek a chlapců ve všech testovaných MŠ (n = 46)

Graf 13 shrnuje zjištěné výsledky v rámci jednotlivých pohlaví, které byly již výše detailněji rozepsány.

Závěr

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. První část shrnuje celkový vývoj dítěte v předškolním období, jeho zvláštnosti, význam pohybové aktivity v předškolním věku a možnosti aktivit v mateřské škole. Dále se v teoretické části nachází také vysvětlení pojmů motorika, schopnost a dovednost. Vzhledem k aktuálnosti tématu je zde také zmínka o problematice nízké úrovně motoriky předškolních dětí v zahraničí. Druhá, praktická část je již zaměřena na konkrétní výzkum a výsledky v oblasti úrovně motoriky dětí, který byl proveden na vzorku dětí ze tří mateřských škol v Olomouckém kraji.

Cílem práce bylo zjistit úroveň motoriky předškolních dětí v Olomouckém kraji. Z výzkumu na vzorku dětí ze tří mateřských škol bylo zjištěno, že se úroveň motoriky těchto dětí nepohybuje výrazně pod průměrem. Většina testovaných dětí se umístila v oblasti průměru oproti podprůměrným výsledkům testovaných dětí v zahraničí.

Z hlediska dílčích cílů výzkum ukázal zanedbatelný vliv zaměření školy, vybavení, nadstandardních aktivit nabízených mateřskou školou a pedagogického vedení dětí. Z pozorování bylo zjištěno, že děti z běžné mateřské školy se ve výsledcích často umísťovaly lépe než děti ze soukromé mateřské školy i přesto, že tato škola je zaměřena na sport.

Souhrn

Cílem práce bylo zjištění úrovně motoriky dětí předškolního věku v Olomouckém kraji. Z výsledků testovaného vzorku dětí ze tří mateřských škol vyplývá, že se úroveň jejich motoriky pohybuje v oblasti normy, pouze výjimečně se některé z dětí umístilo v oblasti nadprůměru nebo podprůměru a pouze jedno dítě dosáhlo výrazněji lepších výsledků a zařadilo se tedy do oblasti výrazného nadprůměru.

Dílčím cílem bylo zjištění, zda výsledky v pozitivní rovině ovlivnilo vybavení mateřské školy, pedagogické vedení, konkrétní zaměření a nadstandartní pohybové aktivity v rámci denního režimu mateřské školy. Z výsledků vyplývá, že ani nadstandartní pohybové aktivity jako je lyžování plavání a jiné, soukromý trenér atletiky, speciální prostory na výuku atletiky, ani zaměření mateřské školy na sport se nijak výrazně neprojevalo ve výsledcích v oblasti nadprůměru. Děti ze sportovně zaměřené mateřské školy se svými výsledky umístily v oblasti průměru shodně, jako děti z běžných mateřských škol, které nenabízely takové množství nadstandartních aktivit, školeného trenéra či vlastní tělocvičnu.

Z celkových výsledků vyplývá, že testované děti se stále v drtivé většině pohybují v oblasti motoriky na úrovni normy, oproti dětem v zahraničí, kde je tato problematika aktuální, jelikož zde narůstá obezita, zhoršení úrovně motoriky dětí předškolního věku a tím i výsledky spíše v oblasti podprůměru.

Summary

The aim of the thesis was to find out the motor skills level of preschool children in the Olomouc Region. The results of a sample of children from three kindergartens show that their motorics level is in the norm, only exceptionally some of the children have reached the above average or below average and only one child has achieved significantly better results and thus has been included in the area above the average.

The partial aim was to find out if the positive results were influenced by the kindergarten equipment, pedagogical leadership, specific focus, and extra-standard physical activity within the daily kindergarten regime. The results show that neither extraordinary physical activities such as swimming, skiing and other, the private athletics trainer, special facilities for athletics training, nor the focus of the kindergarten on sport did not significantly affect the results in the area above the average. Children from the sports kindergarten with their results ranked in the area of average as well as children from ordinary kindergartens who do not offer many extra activities, a trained trainer or their own gym.

The overall results show that the tested children are still largely in the level of norm results in motorics. Unlike children abroad, where this problem is current because obesity is on the rise. The level of preschoolers motorics is deteriorating, and reach the below average results.

Zdroje a použitá literatura:

ALI, Ajmol, Deborah PIGOU, Linda CLARKE a Claire MCLACHLAN. Literature Review on Motor Skill and Physical Activity in Preschool Children in New Zealand. *Advances in Physical Education*. 2017, **07**(01), 10-26. DOI: 10.4236/ape.2017.71002. ISSN 2164-0386. Dostupné také z: <http://www.scirp.org/journal/doi.aspx?DOI=10.4236/ape.2017.71002>

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. *K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole*. Praha: Karolinum, 1998. ISBN 80-718-4497-7

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí: revue littéraire mensuelle*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2007. ISBN 978-80-7290-298-9

GILLERNOVÁ, Ilona a Václav MERTIN. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-717-8799-X

HAVLOVÁ, Jana, HAVLÍNOVÁ, Miluše a Eliška VENCÁLKOVÁ, ed. *Kurikulum podpory zdraví v mateřské škole: aktualizovaný modelový program podpory zdraví (dokument a metodika)*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-383-8.

KOLÁŘ, Zdeněk et al. *Výkladový slovník z pedagogiky*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-370-2

KOLBÁBKOVÁ, Helena a Jiřina KLENKOVÁ. *Diagnostika předškoláka: správný vývoj řeči dítěte*. Ilustroval Eva KOLBÁBKOVÁ. Brno: Nakladatelství MC, 2003, 125 s

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4435-3

KOLEKTÍV AUTOROV: *Metodika predprimárneho vzdelávania*. Štátny pedagogický ústav, 2011. ISBN 978-80-968777-3-7

KURIC, Jozef. Ontogenetická psychologie: celostátní vysokoškolská učebnice pro studenty filozofických a pedagogických fakult studijních oborů učitelství a studijního oboru psychologie. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství). ISBN 74-74939-73926

LANGMEIER, Josef, Dana KREJČÍŘOVÁ a Miloš LANGMEIER. *Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie*. 2. vyd. Praha, 2002. ISBN 80-731-9016-8

LIN, Ling-Yi, Rong-Ju CHERNG a Yung-Jung CHEN. Relationship between time use in physical activity and gross motor performance of preschool children. *Australian Occupational Therapy Journal*. 2017, 64(1), 49-57. DOI: 10.1111/1440-1630.12318. ISSN 00450766. Dostupné také z: <http://doi.wiley.com/10.1111/1440-1630.12318>

MĚKOTA, Karel a Jiří NOVOSAD. Motorické schopnosti. Olomouc: Univerzita Palackého, 2005, 175 s. ISBN 802440981X

PETROVÁ, Irena PLEVOVÁ a Michaela PUGNEROVÁ. *Přehled vývojové psychologie*. 3., upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0

PRŮCHA, Jan, Jiří MAREŠ a Eliška WALTEROVÁ. *Pedagogický slovník*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-717-8772-8

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka, Ivana BINAROVÁ, Kamila HOLÁSKOVÁ, Alena

ŠIMONEK, J.: Metodika telesnej výchovy pre stredné odborné školy. Bratislava : Mladé letá, 2004. ISBN 80-10-00380-8

ŠULOVÁ, Lenka. Raný psychický vývoj dítěte. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2004, 247 s. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze, 4. ISBN 80-246-0877-4

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80-718-4317-2

Přílohy

Příloha 1 – Dopis pro ředitele mateřské školy

Příloha 2 – Informovaný souhlas rodičů

Příloha 3 – Záznamový arch testu TGMD – 2

Přílohy:

Příloha 1 – Dopis pro ředitele mateřské školy

Vážená paní ředitelko,

jsem studentka Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, studuji obor Učitelství pro mateřské školy a píši bakalářskou práci s názvem Analýza motoriky dítěte předškolního věku (v Olomouckém kraji). K vypracování své práce potřebuji podklady ve formě motorických testů dětí předškolního věku. Tímto bych Vás chtěla požádat o souhlas s provedením motorických testů ve Vaší MŠ.

Předem děkuji.

Sylva Neškrábalová

studentka 3. ročníku UP

Obor Učitelství pro MŠ

V Olomouci, dne

Podpis vedení MŠ

Příloha 2 – Informovaný souhlas rodičů

Informovaný souhlas:

Jsem studentka Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, studuji obor Učitelství pro mateřské školy a píši bakalářskou práci s názvem Analýza motoriky dítěte předškolního věku (v Olomouckém kraji). 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 citlivé údaje. Výzkum k mé bakalářské práci bude tedy anonymní.

Sylva Neškrábalová studentka 3. ročníku UP Obor Učitelství pro MŠ

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

V Olomouci, dne

Podpis zákonného zástupce:

Příloha 3 – Záznamový arch testu TGMD – 2

Sekce 1: Identifikační údaje					
Jméno dítěte nebo ID: _____					
Datum testování: _____					
Datum narození: _____					
Pohlaví:	☐ Chlapec	☐ Dívka			
Výška:		Hmotnost:			
Bydliště dítěte:	Město ☐	Předměstí ☐	Vesnice nebo menší město ☐		
Dominantní ruka:	☐ Pravá	☐ Levá	☐ Nevyhrazena		
Dominantní noha:	☐ Pravá	☐ Levá	☐ Nevyhrazena		

Sekce 3: záznamový arch jednotlivých dovedností

Test lokomočních dovedností						
Dovednost	Pomůcky	Pokyny	Kritéria provedení	Pokus 1	Pokus 2	Skóre
1. Běh	18,3 metru volného prostoru k běhu, dva kužely nebo plastové mety	Umístíte 2 kužely 15,2m od sebe a ujistíte se, že máte okolo dost místa na zastavení. Řekněte dítěti, aby rychle běželo k druhému kuželu na pokyn "Ted". Pokus opakujte.	1. Paže se pohybují v opozici proti nohám s ohnutím v loktech 2. Krátký moment, kdy se obě nohy nedotýkají podložky (chybí letová fáze) 3. Došlap buď na špičku nebo patu (ne na plné chodidlo) 4. Neoporová noha ohnuta zhruba na 90° (blízko k pánvi)			
				Skóre dovednosti		
2. Cval vpřed (gallop)	7,6 metru volného prostoru, dva kužely nebo plastové mety	Umístíte 2 kužely 7,6 m od sebe. Řekněte dítěti, aby cválalo od kužele ke kuželu a pak zastavilo. Dítě musí cválat ta pravou nohou vpředu a zpět levou. Pokus opakujte.	1. Paže pokrčené v úrovni pasu a pohupující se rytmicky vpřed 2. Krok vpřed vedoucí nohou je následován druhou nohou, která je položenavedle nebo lehce za vedoucí nohu (ne před ní) 3. Krátký moment, kdy se obě nohy nedotýkají podložky (chybí letová fáze) 4. Udrží rytmus v průběhu 4 souvislých cvalových poskoků			
				Skóre dovednosti		
3. Skoky na jedné noze	Minimálně 4,6 metru volného prostoru, dva kužely nebo plastové mety	Umístíte 2 kužely 4,6m od sebe. Řekněte dítěti, aby 4x skočilo na preferované končetině. Dítě skáče tam na preferované noze, zpět na druhé noze. Pokus opakujte.	1. Neoporová pokrčená noha se pohybuje vpřed, aby produkovala sílu pohybu 2. Chodidlo neoporové (pokrčené) nohy zůstává vzadu za skákající nohou (neprotíná osu těla) 3. Paže ohnuté v loktech se pohybují vpřed			

			4. Proveďte aspoň 4 souvislé skoky na preferované noze než zastaví			
				Skóre dovednosti		
4. Přeskok	Minimálně 6,1 metru volného prostoru, překážka a páska	Umístíte překážku na podlahu. Nalepte pásku na podlahu ve vzdálenosti 3m od překážky. Postavte dítě na pásku a nechte je rozběhnout a přeskočit přes překážku. Pokus opakujte.	1. Odraz z jedné končetiny a dopad na druhou končetinu 2. Doba kdy jsou obě nohy ve vzduchu je delší než při běhu 3. Při skoku je horní končetina v opozici k dolní končetině, která překonává překážku			
				Skóre dovednosti		
5. Skok snožmo	Minimálně 3,1 metru volného prostoru a páska nebo plastové mety	Vyznačte startovní čáru. Postavte dítě za čáru. Řekněte dítěti, aby skočilo daleko. Pokus Opakujte.	1. Před odrazem jsou kolena ohnuta a paže jsou v zapažení 2. Paže se pohybují silou vpřed a vzhůru zhruba do úrovně hlavy 3. Obě nohy se odráží i dopadají současně 4. Obě paže jsou při doskoku přeneseny dolů			
				Skóre dovednosti		
6. Cval stranou	Minimálně 7,6 metru volného prostoru, rovnou čáru a 2 kužely nebo plastové mety	Umístíte dva kužely 7,6 m od sebe na rovné čáře. Řekněte dítěti, aby cválalo stranou od kužele ke kuželu. Nechte dítě rozhodnout, na kterou stranu chce začít jako první (levou vpřed nebo pravou). Požádejte dítě, aby cválalo zpět opačnou nohou. Pokus opakujte.	1. Tělo otočeno do směru pohybu bokem, takže ramena zůstávají v rovině s čarou vyznačenou na podložce (hodnocení pouze preferované strany) 2. Krok stranou vedoucí nohou je následován přitažením druhé nohy a nastává krátký moment, kdy se obě nohy nedotýkají podložky (posouzení pouze na preferované straně)(je letová fáze) 3. Čtyři souvislé cvaly na preferovanou stranu 4. Čtyři souvislé cvaly na nepreferovanou stranu			
				Skóre dovednosti		
Lokomoční celkové skóre _____						

Test míčových dovedností

Dovednost	Pomůcky	Pokyny	Kritéria provedení	Pokus 1	Pokus 2	Skóre
1. Obouručný úder statického míče	10,2cm velký plastový míček, plastovou pátku a odpalovací stojan nebo jiné zařízení na držení míčku	Umístíte míček na stojan v úrovni pasu dítěte. Řekněte dítěti, aby udeřilo míček silně a přímo vpřed. Ukažte, co je přímo vpřed. Opakujte pokus.	1. Preferovaná ruka dítěte drží pátku nad nepreferovanou rukou 2. Nepreferovaný bok/ramena dítěte směřují rovně vpřed 3. Boky a ramena rotují při úderu ve směru švihů 4. Krok nepreferovanou nohou (Váha je přenesena na přední nohu) 5. Dítě se trefoí do míčku a ten letí po úderu rovně vpřed			

				Skóre dovednosti	
2. Driblíng jednoruč na místě	Rovný povrch, míč o průměru 20 - 25 cm (pro děti 6 - 10 let staré)	Řekněte dítěti, aby alespoň 4x souvisle udeřilo míč bez posunu dolních končetin a po té míč chytlo. Pokus opakujte.	1. Dotyk míče jednou rukou zhruba v úrovni pasu 2. Tlačí míč dolů prsty (neplácát do míče) 3. Udrží kontrolu nad míčem alespoň po 4 souvislé odrazy míče, neposune chodidla z místa		
				Skóre dovednosti	
3. Chytání oběma rukama	10,2 cm velký míč, 4,6 metru volného prostoru a pásku nebo plastovou metu	Vyznačte dvě čáry 4,6 metru od sebe. Dítě stojí na jedné čáře a přihrávající (učitel) stojí na druhé. Učitel hodí míč spodním obloukem a míří na hrudník dítěte. Řekněte dítěti, aby chytlo míč oběma rukama. Počítejte pouze pokusy, kdy je přihrávka správná (na hrudník). Pokus opakujte.	1. V přípravné fázi jsou paže ohnuté v loktech a před tělem 2. Paže se natahují proti letícímu míči 3. Míč je chycen pouze rukama		
				Skóre dovednosti	
4. Kopnutí do stojícího míče	Fotbalový míč a průměru 25 cm, pásku nebo plastovou metu, zeď a volný prostor na kopání	Vyznačte čáru 6,1 metru od zdi a druhou čáru 8,5 metru ode zdi za první čárou. Umístěte míč na první čáru (blíže ke zdi). Řekněte dítěti, aby se rozběhlo a koplo míč silou do zdi. Pokus opakujte.	1. Pozvolný zrychlený souvislý a nepřetržitý pohyb k míči 2. Dítě provede prodloužený krok či poskok těsně před kontaktem s míčem 3. Nekopající noha stojí blízko míče 4. Kope míč vnitřní nebo vnější částí chodidla		
				Skóre dovednosti	
5. Hod vrchním obloukem	Tenisový míček, zeď, 6,1 metru volného prostoru	Umístěte na podlahu pásku do vzdálenosti 6,1m od stěny. Postavte dítě za čáru čelem ke zdi. Řekněte dítěti, aby hodilo míč silou proti zdi. Pokus opakujte.	1. Nápráh začíná pohybem paže a ruky dolů 2. Rotuje bok a ramena na stranu nepreferované paže, která při hodu míří na zeď 3. Vykročí vpřed nohou, která je v opozici k ruce, kterou hází 4. Házecí ruka pokračuje po odhodu v pohybu směrem k boku neodhodové strany		
				Skóre dovednosti	
6. Kutálení míče	Tenisový míček, pásku, dva kužely, zeď, 4,6 metru volného prostoru	Umístěte dva kužely proti zdi, aby byly od sebe 1,2m. Nalepte na podlahu pásku ve vzdálenosti 6,1m ode zdi. Řekněte dítěti, aby	1. Preferovaná paže se pohybuje dolů a vzad až za osu těla, zatímco hrudník směřuje ke kuželům 2. Vykročí vpřed nohou, která je v opozici k ruce, kterou hází 3. Pokrčí kolena, aby snížilo těžiště		

		poslalo míček silou po zemi a trefilo se mezi dva kužely. Pokus opakujte	4. Vypustí míč těsně nad podlahou, takže míč letí po zemi a neskáče			
				Skóre dovednosti		
				Celkové skóre míčových dovedností _____		

1a. Poskoky vpřed	Minimálně 9,1 metru volného prostoru a dva kužely nebo plastové mety	Umístěte 2 kužely 9,1m od sebe. Vyznačte 2 čáry minimálně 9,1m od sebe pomocí kuželů. Řekněte dítěti, aby poskakovalo od kužele ke kuželi. Pokus opakujte.	1. Krok vpřed je následován poskokem na stejné noze (poskočný krok) 2. Paže ohnuté a pohybují se v opozici k dolním končetinám, aby produkovaly sílu 3. Dokončí aspoň 4 souvislé rytmické poskoky střídavě na levé a pravé noze vpřed			
				Skóre dovednosti		
2a. Hod spodním obloukem	Tenisový míček, pásku, zeď, 4,6 metru volného prostoru	Páskou vyznačte čáru 4,6 m od zdi. Postavte dítě za čáru čelem ke zdi. Řekněte dítěti, aby hodilo míč spodním obloukem na zeď. Pokus opakujte.	1. Preferovaná paže se pohybuje dolů a vzad až za osu trupu 2. Vykročí vpřed nohou, která je v opozici k ruce, kterou hází 3. Míč je hozen vpřed a bez dopadu na zem se dotkne zdi 4. Ruka po odhodu pokračuje vpřed až do úrovně hrudníku			
				Skóre dovednosti		
3a. Forhendový úder jednoruč nadhozeného míčku	Tenisový míček, lehkou plastovou pátku a stěnu	Dejte dítěti pátku a míček. Řekněte dítěti, aby zvedlo míček a pustilo ho na zem tak, aby se odrazil do výše pasu. Po odrazu míčku od země ho dítě odpálí proti zdi. Pokus opakujte.	1. Dítě udělá nápráh, když se míček odráží 2. Krok nepreferovanou nohou 3. Udeř míček proti zdi 4. Pálka pokračuje v pohybu k druhému (nepreferovanému) rameni			
				Skóre dovednosti		

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Sylva Neškrábalová
Katedra nebo ústav:	Primární a preprimární pedagogiky
Vedoucí práce:	Mgr. Zdeněk Rehtik
Rok obhajoby:	2018

Název práce:	Analýza motoriky dítěte předškolního věku (v Olomouckém kraji)
Název v angličtině:	Analysis of motor skills of preschool age (Olomouc region)
Anotace práce:	Bakalářská práce je zaměřena na zkoumání úrovně motoriky dětí předškolního věku. V první části jsou popsány vývojové zvláštnosti dětí předškolního věku, motorika a její vývoj v tomto období, pohyb a možnosti pohybové aktivity v mateřské škole a ve druhé části výsledky zkoumání úrovně motoriky dětí ze tří mateřských škol v Olomouckém kraji.
Klíčová slova:	Motorika, předškolní období, schopnosti, dovednosti, pohyb, pohybová aktivita.
Anotace v angličtině:	The bachelor thesis is focused on the study of the motor skills level of preschool age children. The first part describes the developmental specificities of preschool age children, motorics and its development in this period, the movement and possibilities of physical activity at the kindergarten, and in the second part the results of the motor skills level study of children from three kindergartens in the Olomouc region.
Klíčová slova v angličtině:	Motorics, preschool period, abilities, skills, movement, physical activity.
Přílohy vázané v práci:	Informovaný souhlas rodičů, dopis řediteli mateřské školy, záznamový arch testu TGMD – 2
Rozsah práce:	45 s.
Jazyk práce:	Český

