

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Katedra psychologie a patopsychologie

Bakalářská práce

Kateřina Vaňková

Učitelství pro mateřské školy

Adaptační programy a jejich vliv na děti předškolního věku

Olomouc 2014

vedoucí práce: Doc. PhDr. Eva Urbanovská, Ph.D.

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Adaptační programy a jejich vliv na děti předškolního věku“ vypracoval samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

V Olomouci dne 22. 4. 2014

Podpis

Poděkování

Děkuji vedoucí mé bakalářské práce Doc. PhDr. Evě Urbanovské, Ph.D. za metodické vedení, připomínky a cenné rady. Dále bych chtěla poděkovat SVČ Alcedo za umožnění realizace adaptačního programu v terénní středisku Hájenka.

OBSAH

ÚVOD	6
1 ADAPTAČNÍ PROGRAMY	8
1.1 Klíčové pojmy a jejich vymezení	8
1.2 Co je to adaptační program	10
1.3 Počátky a vývoj adaptačních programů	11
1.3.1 Novodobé přístupy k adaptačním programům.....	12
2 ADAPTAČNÍ PROGRAMY PRO DĚTI PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU	17
2.2 Adaptace dítěte v mateřské škole	19
2.2.1 Potíže s adaptací.....	20
2.2.2 Co může udělat pedagog pro lepší adaptaci dítěte	20
2.3 Adaptační program.....	21
2.3.1 Základní náležitosti programu	22
2.3.2 Období a délka kurzu.....	23
3 HRA JAKO PROSTŘEDEK ADAPTACE	26
3.1 Význam hry	26
3.2 Dělení her	27
4 VÝZKUM.....	31
4.1 Cíl výzkumu	31
4.2 Metodologie výzkumu	31
4.3 Charakteristika výzkumného vzorku	33
4.4 Příprava programu	33
4.4.1 Popis prostředí	34
4.4.2 Před samotnou realizací.....	35
4.4.3 Plán programu	35
5 REALIZACE ADAPTAČNÍHO PROGRAMU	37

5.1	Den první	37
5.1.1	Dopolední část programu	38
5.1.2	Odpolední část programu	40
5.1.3	Večerní část programu	41
5.2	Druhý den programu	42
5.2.1	Dopolední část programu	43
5.2.2	Odpolední část programu	44
5.2.3	Večerní část programu	44
5.3	Třetí den programu	45
6	EVALUACE VÝZKUMU	47
6.1	Evaluace účastníků.....	47
6.2	Evaluace zúčastněných pedagogů	49
6.3	Autoevaluace lektora.....	50
6.4	Výsledky evaluace	51
	ZÁVĚR	53
	Seznam použité literatury a pramenů	54
	Seznam použitých symbolů a zkratek	57
	Seznam příloh	58
	ANOTACE	

ÚVOD

Nástup do mateřské školy je považován za velmi důležité období v životě každého dítěte. Pro děti, které nejsou zvyklé být odloučeny od svých nejbližších, nemusí probíhat tato změna jednoduše, jelikož se nachází v novém prostředí, poznávají nové vrstevníky a také autoritu, kterou je v tomto případě učitelka mateřské školy. Musí si zvyknout na nový režim a stává se součástí nové sociální skupiny. Adaptace na toto nové prostředí a skupinu může trvat každému dítěti různě dlouhou dobu. Důležitou roli v tomto průběhu adaptace hraje právě učitelka. Záleží především na ní, jaké metody zvolí, aby si děti co nejrychleji zvykly na nové prostředí.

V dnešní době jsou velmi populární adaptační programy, které mohou být realizovány jak učitelkami mateřské školy v prostředí dětem známém, tak i různými organizacemi, které tyto programy nabízí. V tomto druhém případě se jedná o adaptační program realizován mimo mateřskou školu. Většinou se jedná o středisko, které je v bezprostřední blízkosti přírody a lektoři, kteří program připravují, ho dobře znají a mohou k realizaci využít i netradiční pomůcky. Ne vždy se programy realizují přímo na začátku školního roku, ale mnohdy bývají pořádány i během roku, kdy už se děti alespoň trochu znají. V takovém případě bývají připravovány za účelem zlepšení spolupráce ve třídě a děti, které se tohoto programu účastní, mohou na začátku dalšího školního roku pomoci nově příchozím dětem se lépe adaptovat.

Téma své práce jsem si zvolila z důvodu, že již několik let spolupracuji se SVČ ALCEDO, které po mnoho let pořádá adaptační programy pro děti různých věkových skupin. Měla jsem také možnost se zúčastnit několika školení a exkurzí, které se zabývají touto problematikou. V průběhu své dosavadní praxe jsem plánovala a realizovala tyto kurzy pro žáky základních a středních škol. Snažením této práce bylo ověřit, zda tyto programy mají také vliv na děti předškolního věku a zda má smysl tyto programy realizovat.

Teoretická část práce je věnována především vymezením pojmu adaptace a adaptační program. Velmi podstatná část práce je potom věnována historii adaptačních programů, jejich vzniku a realizaci v zahraničí i u nás. Dále je zaměřena na osobnost dítěte předškolního věku a jeho vývoj. Zde popisují, co má vliv na průběh adaptace těchto dětí. Poslední kapitola teoretické části se věnuje hře, která má nezastupitelné místo v průběhu adaptace.

Cílem praktické části práce bylo sestavit vlastní adaptační program podle očekávání mateřské školy a následně v praxi ověřit jeho účinnost.

Myslím si, že by tato bakalářská práce mohla posloužit jako „zpětná vazba“ SVČ ALCEDO, které se podílelo na realizaci adaptačního programu, jenž se stal předmětem mého výzkumu.

1 ADAPTAČNÍ PROGRAMY

V této kapitole se budeme zabývat nejdůležitějšími fakty, které se týkají zážitkové pedagogiky a adaptačních programů.

Každý člověk na naší zemi bez ohledu na národnost, věk, pohlaví či rodinu, ve které žije, se musí celý život něčemu přizpůsobovat, neboli se adaptovat. Podle P. Dařílka a P. Kusáka (1998) existuje v životě každého člověka několik období, která jsou považována za kritická, vzhledem ke změnám, které tyto životní etapy přinášejí. Většinou se jedná o období, kdy rodiče nastupují do zaměstnání a dítě začíná navštěvovat mateřskou, nebo základní školu. Ocitají se v novém prostředí a začínají si budovat nové vztahy. V mnoha ohledech to pro děti nemusí být jednoduchá situace. K lepšímu přizpůsobení mohou dětem napomoci adaptační programy. Díky těmto programům je budována důvěra mezi členy, vzniká pocit bezpečí a uspokojení, dítě získává pocit sebejistoty. Mimo jiné podporují všestranný rozvoj osobnosti dítěte.

1.1 Klíčové pojmy a jejich vymezení

Abychom se mohli blíže věnovat problematice adaptačních programů, musíme znát klíčové pojmy, které se mohou ve zmíněné oblasti vyskytovat.

Adaptace

Proces adaptace pochází z latinského slova *Adaptation*, neboli přizpůsobit se. V literárních pramenech se můžeme setkat s mnoha definicemi pojmu adaptace. Pro základní vymezení předložíme jen několik z nich.

I. Nový a A. Surýnek (2006) považují adaptaci za proces, kdy se jedinec musí aktivně přizpůsobit novým podmínkám a zvládá reagovat na přicházející změny. Adaptace je tedy velmi úzce spjata se sociálním prostředím, ve kterém se jedinec pohybuje, nebo v něm žije.

P. Dařílek, P. Kusák (1998, s. 129) ve své publikaci uvádí, že: „*Adaptace obecně představuje stupeň přizpůsobení organismu podmínkám prostředí.*“ Tento proces není jednorázový jev, ale provází nás po celý život, jelikož musíme neustále reagovat na nastávající změny.

Z pohledu K. Paulíka (2010) je adaptace definována jako takové chování organismu, které nám umožňují lépe se přizpůsobit podmínkám, v níž se vyskytujeme. Je to proces neustálého vyrovnávání se s nároky různého prostředí. Důležité je udržování vnitřní rovnováhy neboli homeostáze. Ta patří mezi důležité činitele při rozvoji osobnosti jedince a pomáhá v nás objevovat

nové způsoby chování a jednání. Adaptace je tedy nezbytnou podmínkou pro přežití všech živých organizmů.

H. Maříková, M. Petrusek, A. Vodáková (1996) definují v sociologickém slovníku adaptaci jako proces, kdy se mění chování jedince a tato skutečnost přispívá k lepšímu přežití. Umožňuje tak nejen individuu, ale také celé skupině přizpůsobit se prostředí, ve kterém se právě nachází. Schopnost adaptovat se by mělo mít vše živé, tedy nejen člověk.

Adaptabilita

Velmi úzce spjata s adaptací je adaptabilita, která podle P. Dařílka, P. Kusáka (1998) představuje schopnost přizpůsobovat se měnícím se podmínkám v našem životě. Míra adaptability se během celého života mění a vytváří trvalou výbavu člověka. Může se zhoršovat s narůstajícím věkem, ale není to podmínkou. Záleží i na jiných faktorech, mezi které patří např. výchova, temperament atd. „*Jestliže požadavky prostředí přesahují schopnost adaptability jedince, reakce mohou být nepřiměřené, hovoříme v tomto smyslu o maladaptaci.*“ (Dařílek, Kusák, 1998, s. 129)

Maladaptovaný jedinec zvládá nároky a problémy jen s obtížemi a v některých případech vůbec. Tato skutečnost se může odrazit na výkonnosti a zdravotním stavu jedince. Projevuje se častými konflikty, nedorozuměním. Tento jedinec se může stáhnout do ústraní, může být nesamostatný. Objevuje se u něj špatné sebehodnocení a pocity úzkosti. Touto situací nezpůsobuje problémy jen sám sobě, ale také svému blízkému okolí. Častým výsledkem maladaptace je školní fobie. Při odchodu dítěte do mateřské školy narůstá úzkost a strach. Často se objevují symptomy jako bolesti břicha a hlavy. Mateřská škola v dítěti může vzbuzovat nebezpečí tím, že je v novém prostředí, ve kterém nemá nejbližší členy rodiny, na které byl doposud zvyklý.

Zážitek

Zážitek je považován za stav, který je velmi úzce spjat s nějakou emocí. Tato emoce může být kladná, ale i záporná. Zážitky se do budoucna přetváří na vzpomínky.

P. Hartl, H. Hartlová (2000) v Psychologickém slovníku uvádí, že za zážitek je považován každý duševní jev, který jedinec prožívá. Jedná se většinou o situace, které v nás vzbudí silnou emoci. Zážitky spojené s první láskou, první polibek, úmrtí blízké osoby, rozvod rodičů, nebo narození mladšího sourozence.

V novějším vydání Psychologického slovníku je uvedeno: „*Zážitekem je každý duševní jev, který jedinec prožívá (vnímání, myšlení, představivost); vždy vnitřní, subjektivní, citově provázaný,*

zdroj osobní zkušenosti, hromadí se celý život a skládá jedinečné duševní bohatství každého člověka.“ P. Hartl (2004, s. 303)

Pedagogika

Je všeobecně známo, že pedagogika bývá definována jako věda o výchově. Jejím hlavním úkolem je, zabývat se a zkoumat výchovně vzdělávací proces, který bývá často považován za jeden z nejvýznamnějších společenských jevů. Pedagogika má hluboké kořeny již v antickém Řecku.

Jak uvádí ve svém díle J. Průcha (2000, s 14): *„Lze předpokládat, že již v antickém světě se vytvořila speciální profese učitele – pedagoga.“* Pokud si uvedenou definici spojíme s adaptačním programem, tento učitel, neboli pedagog je nahrazen lektorem, který se dětem věnuje, a učitel se stává pozorovatelem. Blíže si tuto skutečnost specifikujeme v dalších kapitolách.

Zážitková pedagogika

Vzhledem k výběru tématu bakalářské práce, považujeme za nezbytné blíže objasnit pojem zážitková pedagogika, která bývá také často označována jako pedagogika volného času. Jak z názvu vyplývá, mělo by se jednat o učení prožitkem, který by měl v účastnících probudit určitou emoci. V pedagogických slovnících se ale velmi často objevuje definice jako učení v přírodě, nebo učení dobrodružstvím. Podle M. Vážanského (1992, s. 26) je hlavní cílem tohoto nového oboru: *„Usměrňovat lidi náležitým způsobem do takové pedagogické podoby, aby je přivedla ke vnitřní zkušenosti potvrzenému, nebo korigovanému setkání s vnější skutečností. Přitom se nakonec uskuteční učení zážitkem.“*

1.2 Co je to adaptační program

Empirické zkušenosti napovídají, že adaptační programy jsou v posledních letech oblíbenější a vyhledávanější než tomu bylo dříve. Jedná se o programy, které jsou určeny k lepší adaptaci na nové prostředí a ke stmelení kolektivu. Měly by v dětech budovat pocit bezpečí, jistoty a uznání. Pomáhají také odstraňovat problémy uvnitř skupiny. Adaptační kurz bývá aplikován na skupinu žáků např. při přechodu z prvního na druhý stupeň základní školy, nebo při přechodu ze základní na střední školu. V posledních letech jsou programy čím dál více využívány i mateřskými školami. Pomáhají dětem lépe se adaptovat na pro ně zcela nové prostředí a režim. Vytváří si bližší vztah se svým učitelem a vrstevníky. Tyto programy bývají většinou pobytové a mají různou dobu trvání. Čím delší program je, tím lepší je konečný výsledek.

Programy mohou být jednodenní, které se většinou opakují v pravidelných intervalech např. jednou za měsíc. Nejčastější jsou ale 3 – 7 denní. Hlavní roli ve volbě délky programů hraje věk účastníků. Nedá se jednoznačně říci, které období je nejvhodnější pro realizaci kurzu. Velmi často se konají od září do listopadu, kdy se nová skupina adaptuje na nové prostředí. Dalším velmi oblíbeným termínem jsou měsíce květen a červen, jelikož se předpokládá, že bude hezké počasí a pedagogové si spojí adaptační kurz se školou v přírodě. Není ale vyloučeno, uspořádat kurz kdykoli během roku. Například do školy nastoupí nový žák, nebo se vyskytne problém, který je potřeba řešit. (Kudláček, Valenta, Magerová, 2004)

Programy jsou vedeny zkušenými a školenými lektory. Pedagog je většinou v roli pozorovatele, nebo se sám programu účastní. V mnoha ohledech je tato skutečnost považována za výhodu, jelikož se může pedagog soustředit pouze na pozorování skupiny a vidí své žáky i v jiných netradičních situacích.

Ve většině případů dochází k úpravě poměrů ve skupině tak, aby celá skupina, a tudíž i jedinci, dosahovali v budoucnu lepších výsledků. Kurz má za úkol formovat skupinu jako celek. M. Kudláček, T. Valenta, L. Magerová (2004, st. 14) charakterizují adaptační kurzy následovně: *„Adaptační kurzy slouží také k tomu, aby žákům a třídnímu učiteli umožnily před nástupem do školy vzájemné poznání na fyzické a emocionální rovině, vytvořit sociální vazby a nalézt své místo ve skupině.“*

Velmi často jsou adaptační programy spojovány s programy seznamovacími. I když jsou si velice podobné, existuje mezi nimi určitý rozdíl.

Adaptační programy jsou programy, které napomáhají jedincům lépe se přizpůsobit stávajícím podmínkám. Pomáhají skupině odstraňovat její negativa, chyby v chování nebo jakékoliv problémy uvnitř skupiny. Snahou je dosáhnout lepších vztahů ve skupině i mezi jedinci. Jsou vhodné pro všechny věkové kategorie.

Seznamovací pobyt napomáhá jedincům ve třídě (skupině) k bližšímu poznání. Nesnažíme se skupinu napravovat, ani řešit její problémy uvnitř. Je určen spíše pro žáky základních a středních škol. (Neuman, 1998)

1.3 Počátky a vývoj adaptačních programů

Jak uvádí D. Franc a D. Zouňková (2007), už jeden z nejvýznamnějších pedagogů Jan Amos Komenský tvrdil, že škola by měla být hrou, neboli učení by mělo u žáků vzbudit prožitky.

Doporučoval a sám aplikoval využívání her a hraní ve výuce. Držel se zásady, že učení by mělo být spojeno s pobytem v přírodě a dítě by mělo vše poznávat pomocí vlastních smyslů.

Pedagogika volného času je považována za velmi mladý obor, který se na univerzitách začal vyučovat poměrně nedávno. Když se ale hlouběji ponoříme do minulosti tak už i J. J. Rousseaua, H. Pestalozziho využívali ve své výuce prvky zážitkové pedagogiky. Oba představitelé kladli velký důraz na poznávání všemi smysly a na učení v přírodě. Vývoj měl být přirozený, nenásilný a v učení neměl chybět cit a emoce.

Za hlavního představitele a zakladatele zážitkové pedagogiky je považován německý politik, pedagog a filosof Kurt Hahn (1886-1974), který se později přestěhoval do Anglie, kde prožil zbytek svého života. Byl také jedním ze zakladatelů lesní školy Salem. Jednalo se o školu, ve které společně studovaly děti z bohatých i chudých poměrů. Velký důraz byl kladen na poznání sám sebe, na učení, které lze přijímat jako výhru, ale i neúspěch a také na fakt, aby děti nemyslely jen samy na sebe. Rozvíjel u dětí podnikavost a zvědavost, houževnatost a soucit. Celý proces vyučování probíhal v přírodě a využívalo se principu prožitkové terapie. Mezi další prostředky patřily expedice v přírodě, kde si žáci vyzkoušeli i svou zručnost, nechybělo každodenní cvičení v přírodě a nácvik záchranné služby na horách i na pobřeží. Všechny tyto principy, které zde byly uvedeny, se velmi často používají na adaptačních programech i v současnosti. „*Pro Hahna člověk ve své celistvosti představoval pedagogický úkol, jehož nejvyšším cílem byla výchova a vzdělávání charakteru. On sám však svůj koncept reformní pedagogiky nenazval pedagogikou zážitku, ale zážitkovou terapií, aby zdůraznil její funkci ochrany, léčení a posílení.*“ (Vážanský, 1992, s. 34).

1.3.1 Novodobé přístupy k adaptačním programům

V současné době existují organizace, které začaly školám nabízet tyto programy. Především se jedná o organizace, které vznikly po roce 1989. Právě v této době získaly povědomí o adaptačních programech. V následujícím textu jsou představena 3 zařízení, která se intenzivně adaptačním programům věnují. Jedná se o Prázdninovou školu Lipnice a Organizaci STAN, které patří mezi nejznámější v naší republice. Třetí organizací je Alcedo SVČ, které bylo vybráno na základě spojitosti s praktickou částí této bakalářské práce.

Prázdninová škola Lipnice¹ – dále jen (PŠL) je nezisková nevládní organizace, která byla založena v roce 1977 a jako první organizace v Československé republice se začala zabývat o adaptační programy a realizovat je. V dnešní době je to jedna z nejznámějších a nejvyhledávanějších organizací, která se zabývá o volný čas. Ročně je zde realizováno více než 200 kurzů, které jsou určeny pro všechny věkové kategorie. Hlavní cílem, na který kladou důraz, je všestranný rozvoj osobnosti účastníka, ke kterému se využívá princip prožitku. Instruktoři a lektori jsou nejen vystudovaní pedagogové volného času, ale jedná se především o psychology, ekonomy, speciální pedagogy a vysokoškolské studenty. Díky této organizaci vzniklo i několik knižních titulů, které pomáhají začínajícím, ale i zkušeným lektorům k osobnímu a profesionálnímu rozvoji. Mezi výše zmíněné tituly patří např.:

- JIRÁSEK, Ivo. *Zlatý fond her I., Hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*, Praha: Portál, 2002. ISBN 80 7178 636 5
- HRKAL, Jan., HANUŠ, Radek. *Zlatý fond her II., Hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*, Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-923-1
- ZOUNKOVÁ, Daniela. *Zlatý fond her III., Hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*, Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0394-0

Organizace STAN² - Special Team for Adventure in Nature je největší organizace, která od roku 2004 nabízí adaptační programy pro všechny věkové kategorie. Jedná se o 80 programů různého druhu a charakteru, které mají za hlavní cíl nabízet zážitkové kurzy v nejvyšší možné kvalitě.

ALCEDO středisko volného času³ – (dále jen SVČ Alcedo) tato organizace, se zabývá hlavně smysluplným využíváním volného času u dětí a mládeže. Středisko volného času Alcedo (latinsky řečeno Ledňáček) má své sídlo ve městě Vsetín ve Zlínském kraji. Založeno bylo v roce 1979, ale pod názvem Dům pionýrů a mládeže. Největším mezníkem byl rok 1989, kdy se mohly

Podrobné informace o uvedených organizacích naleznete na těchto webových stránkách:

¹ www.psl.cz

² www.istan.cz

³ www.alcedovsetin.cz

aktivitu spojené s volným časem rozšířit. V roce 1993 se stalo středisko volného času prvním subjektem a dostalo nový název Alcedo. Ve všech aktivitách, které jsou organizovány, hrají důležitou roli lidé, vztahy a příroda. Už od počátků založení Alceda SVC byl velký důraz kladen na ekologickou výchovu. Školám byly nabízeny jednodenní terénní pobyty v přírodě, zaměřené na ekologickou a globální výchovu. Tyto programy vedly k rozvoji klíčových kompetencí účastníka. V roce 2009 se rozšířila nabídka programů o seznamovací, adaptační a expediční programy. Kurzy jsou v současné době realizovány v průměru na 8 střediscích a je o ně obrovský zájem. Programy nejsou ohraničeny věkem. V posledních 3 letech je i ze strany mateřských škol o tyto programy velký zájem.

1.4 Spolupráce České republiky a Velké Británie v zážitkové pedagogice⁴

Zážitková pedagogika se nevyužívá pouze v České republice, ale také např. ve Velké Británii. Organizace z obou zemí mezi sebou spolupracují. Z toho vyplývá také mnoho výhod, které je potřeba zmínit.

Česká republika a Velká Británie si už dlouhá léta navzájem předávají zkušenosti v oblasti zážitkové pedagogiky. Alcedo-středisko volného času už mnoho let udržuje přátelské vztahy se střediskem Low Bank Ground v malé vesničce Coniston v Británii. Spolupracují na mnoha projektech, které by měly podporovat a zdokonalovat adaptační programy. Během vzájemné spolupráce se pořádají přátelská pobytová setkání pro děti, studenty po celé Evropě, kde se nejen zdokonalí v cizích jazycích, ale také poznají své vrstevníky z jiných koutů světa a nahlédnou do jejich kultury. Díky takovým setkáním, je také možnost navštívit středisko Low Bank Ground a seznámit se zde s realizací adaptačních programů. Outdoorové vzdělávací kurzy nejsou pouhou zábavou při různých netradičních aktivitách a hrách, jak bývají často prezentovány. Tyto kurzy v pojetí Velké Británie zahrnují libovolnou výuku vně učebny. Jedná se především o sportovní a netradiční aktivity, ale také výuku environmentálních předmětů, návštěvu galerií nebo adaptační programy, které mohou mít různý charakter. V současné době existují metody jak výuku mimo třídu efektivně aplikovat. Velký problém bývá s nepochopením programů vedením školy, což se velmi

⁴ Poznatky z této kapitole 1.4 byly nabyty na studijní návštěvě střediska Low Bank Ground Outdoor Education Centre, které se konalo 17. -29.10 2009. Hlavní organizátorem byl Geoff Cooper a organizátorem pro Českou republiku byla paní Mgr. Iva Koutná (předseda pro EVVO ve Zlínském kraji). Další informace o středisku můžete nalézt na <http://www.lakelandoutdoorcentres.com/>.

často promítá do nízké časové dotace a chybějícímu adekvátnímu financování. Jak již bylo v této kapitole zmíněno, existuje mnoho podob adaptačních programů. Za zmínku stojí několik z nich, které si níže blíže specifikujeme. Velkým problémem v této zemi je nedostatek organizací, které tyto programy pro děti pořádají. Poptávka po vícedenních adaptačních pobytech je veliká. Hlavním důvodem je, že děti v běžném denním životě mají málo pohybu, který většinou představuje cestu do školy a domů. Rodiče mají na děti čas především o víkendech, což znamená, že na výlet do přírody nezbývá mnoho času, proto rodiče tyto pobyty, které jsou realizovány v přírodě, vítají a podporují. Na první pohled je znatelné, že tyto programy se nepatrně liší od těch, které jsou pořádány u nás. Společné mají to, že pomáhají jedincům lépe se přizpůsobit stávajícím podmínkám. Kurzy v Anglii se nezaobírají tolik kolektivem třídy, ale zaměřují se spíše na problémy, které by mohly dítěti bránit v rozvoji osobnosti. Je realizováno několik druhů programů, které se pokusíme blíže specifikovat.

Programy pro obézní děti: Jak zhubnout?

Tyto programy navštěvují děti, které mají problém s nadváhou a boj s ní pro ně není úplně jednoduchý. Jejich pobyt ve středisku trvá bezmála měsíc. Děti mají speciálně upravený rozvrh hodin a jídelníček. Celého pobytu se účastní psycholog, který všem dodává vůli. Je to jeden z nejnáročnějších adaptačních pobytů, protože děti přijedou s tím, že nepřeskočí ani přes švihadlo. Je to velmi obtížné v tom, že účastníci nejsou zvyklí téměř na žádný pohyb. Úkolem instruktorů je s dětmi cvičit, hrát netradiční hry, které je motivují k pohybu a dodávají jim vůli zhubnout. Tohoto pobytu se nemusí účastnit jen děti, nýbrž jsou doporučovány celým rodinám.

Upevňování vztahů v rodině a vzdělávání

Těchto pobytů se účastní rodiny, které procházejí nějakou rodinnou krizí (manželskou, finanční, dospívající a nezvladatelné děti, špatná komunikace). Po dobu celého pobytu je přítomen psycholog, který všem pomáhá najít způsoby, jak tyto situace zvládat a řešit. Hrají se zde hry, které by měly rodinu více stmelovat. Používají se techniky, které navozují skutečné situace a odborní pracovníci radí, jak tyto problémy řešit. Jelikož tyto programy jsou poměrně dlouhodobé, rodiče chodí s dětmi do vyučování a sami se vzdělávají. Přínosem je, že poznají nové lidi a jejich problémy a snaží se navzájem si pomoci

Programy za účelem zlepšení učení ve škole

Na tento adaptační pobyt se přihlásí například třída, která má problémy s matematikou. Speciálně vyškolení instruktoři se snaží daný problém odstranit pomocí zábavných forem učení. Celý vyučovací proces probíhá v přírodě. Jejich úkolem je například procvičovat matematiku v reálném prostředí, neboli v praxi. Typickým příkladem je:

- Celá třída se vypraví k řece, naplňují kádinku vody, měří objem, vytvářejí grafy a nakonec vše přepisují do počítače.
- Při procvičování psaní používají účastníci jen přírodniny. Důraz je kladen na prožitek. Pokud si dítě něco prožije, nechá to v něm určitou stopu a lépe si prožitek zapamatuje.

Rozvoj emoční inteligence (spolupráce)

Tento adaptační program je nejpodobnější programům v naší zemi. Přihlašují se třídy, které mají za cíl sblížení kolektivu, upevnění vztahů nebo řeší nějaký problém. Velmi často jsou organizovány v době, kdy se ve třídě objeví nový žák, aby se lépe adaptoval. Učitelé tak poznají své žáky úplně z jiné stránky.

Poznávání přírody

Velkým trendem ve Velké Británii je, že dítě se probudí, nasedne do auta nebo školního autobusu a rodiče ho dovezou přímo před dveře školy. Když skončí poslední hodina, rodiče na děti čekají před školou a dovezou je přímo domů. Tam děti zapnou počítač a doba, kterou tráví denně venku je minimální. Účelem těchto programů je hlavně ukázat jak funguje příroda ve skutečnosti. Mnohé děti ještě nikdy nezmokly. Když na ně padne kapka deště, je to pro ně zážitek. Vyzkouší si poprvé spát pod širým nebem, nebo vařit oběd v přírodě. Nejoblíbenější činností je ale povalování se v mechu, poslouchání zvuků přírody a odpočinek.

2 ADAPTAČNÍ PROGRAMY PRO DĚTI PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

V této kapitole bude ve stručnosti objasněna terminologie, která se týká dítěte předškolního věku. Dále budou blíže specifikovány adaptační programy a jejich realizace pro tuto věkovou skupinu.

2.1 Předškolní věk

Předškolní věk je charakterizován jako období od 3 let do 6-7 let. Jak uvádí M. Vágnerová (2000), konec této fáze není určen jen fyzickým věkem, ale především nástupem dítěte do školy. Důležitým znakem tohoto období je, že se dítě už není fixované pouze na nejbližší rodinu ve které vyrůstá, ale postupně se stává součástí i jiných sociálních skupin. V tomto věku si také osvojuje běžné normy chování, postoje a začíná komunikovat na přijatelné úrovni. Dětské myšlení je stále vázáno na subjektivní dojem a aktuální situační kontext. Je důležité, aby tato bariéra byla překonána v předškolním období, ještě před nástupem dítěte do základní školy.

Toto období je často děleno na dvě etapy. První etapa mezi třetím a čtvrtým rokem života dítěte představuje jeho nástup do mateřské školy, po dovršení šestého roku nástup do základní školy. (Plevová, 2010).

Děti v tomto období se velmi rychle vyvíjí a v každém roku této etapy jsou typické určité zvláštnosti. Tříleté děti mají touhu pozorovat své okolí a prostředí. Velmi dobře reagují na pokyny od rodičů, nebo učitelky. U čtyřletých dětí je typické, že jsou nabitě energií, rády si povídají i samy pro sebe. Začínají plánovat dopředu, jsou více samostatné a zvládají pomohat kamarádům. Pětileté dítě začíná pracovat ve větších skupinách, což mu doposud dělalo problém. Velký význam pro něj má přátelství a pocit lásky. Šestiletým dětem dělá problém rozhodnout se, nebo vybrat si mezi několika nabízenými variantami. V celém období předškolního věku je dítě vystaveno různým změnám a dochází k razantnímu vývoji ve všech oblastech. (Allen, Marotz, 2002)

Psychomotorický vývoj

V oblasti pohybu dochází v tomto období k rychlému zlepšení a zdokonalování hrubé motoriky. Ve třech letech zakončilo dítě etapu, v níž se naučilo chodit, a chůze se stala automatickým projevem. Dítě si během tohoto období osvojuje náročnější pohyby, při kterých je vyžadována soustředěnost a trpělivost. Mezi tyto pohybové činnosti patří např. plavání, lyžování, skok, chůze po nerovném terénu a běh. V této etapě života dochází především k rozvoji jemné

motoriky, která dětem umožňuje pohyby s tužkou při kreslení. To znamená, že dítě musí umět zvládat pohyby, které vyžadují velmi jemnou svalovou koordinaci. Díky tomu se dítě stává samostatnějším a seznamuje se s úkony, které vedou k sebeobsluze. Velký důraz je kladen na rozvoj senzomotoriky, kterou si dítě osvojuje především prostřednictvím kresby. Motorický vývoj v předškolním věku bychom mohli označit jako stále se zdokonalující koordinace veškerého pohybu. (Šikulová, Čepičková, Wedlichová a kol., 2005).

Kognitivní vývoj

Dítě se v tomto období dostává z fáze předpojmové na úroveň vyšší, názorovou. To znamená, že začíná uvažovat v celostních pojmech. Pro dítě je zásadní to, co vidělo a to, co se děje kolem něj. Vnímá hlavně podněty, které ho zaujaly (barevné, v pohybu, něco nového, co nezná). Dítě má velmi živou fantazii, projevuje se zejména v námětových hrách a během pohádek. Často interpretuje realitu tak, aby pro něj samotné byla srozumitelná a přijatelná. Uvedená situace u těchto dětí se projevuje konfabulací – nepravé lži. Dítě kombinuje své představy, které jsou citově zabarvené s reálnou skutečností. Dítě si nejlépe pamatuje to, co je nějakým způsobem citově zabarveno. Stále ještě převládá paměť mechanická, které se opírá o vnější znaky, ale velmi razantně se začíná rozvíjet paměť slovně logická. Dochází také k velkému pokroku v oblasti myšlení. Dítě začíná rozumět tomu, že některé pojmy, můžeme pojmenovat společným názvem. Ví, že kočka, pes, kráva jsou zvířata. Můžeme tedy tvrdit, že v období předškolního věku dochází k prudkému vývoji kognitivních funkcí. (Plevová a kol., 2010).

Emoční vývoj

Emoce v tomto období mají mnohdy rozhodující význam pro další rozvoj osobnosti jedince. Dítě potřebuje mít pocit jistoty, bezpečí a lásky především za strany rodiny a hlavně matky. Pro další vývoj je nezbytné, aby si dítě vytvořilo emoční vazby, tedy kladný vztah k matce, nebo k osobě, která dítě vychovává. V tomto období dítě lépe chápe své pocity a dokáže o nich mluvit. Např. dnes jsem smutný, bolí mě bříško, ve školce se mi líbilo atd. Emoce se projevují především během hry. Díky ní můžeme poznat, v jakém rozpoložení se dítě právě nachází. V tomto období dítě začíná navazovat nové vztahy, např. s učitelkou a vrstevníky. Vznikají nové pocity přátelství, lásky a také štěstí. Projevují se první pocity viny, žárlivost na sourozence i vrstevníky ve škole. Dítě se učí, že některé chování není vhodné a musí se za něj omluvit. Dokáže zhodnotit chování kamaráda při hře. Zvládne rozlišit, jestli chování bylo vhodné, nebo nepřijatelné. Nevyskytují se tak

často výbuchy vzteku a agrese, dítě se učí regulovat své chování a emoce. Za velmi důležité se považuje, že v tomto období se začíná objevovat pocit strachu z nemoci, války, nebo smrti. Rodiče, ale i učitelé by na tuto skutečnost měli brát ohled a dětem vše vysvětlit. (Šikulová, Čepičková, Wedlichová a kol., 2005).

Socializace

Socializace už neprobíhá jen v rodině, ale i v mateřské škole. Už od narození je každý člověk členem nějaké skupiny, ať už je to rodina, skupina přátel, vrstevníci ve škole, pracovní skupina. Tento proces začleňování se do skupiny se nazývá socializace. Během socializace si člověk utváří různé normy, hodnoty a vytváří se vzorce chování. *„Proces socializace je vlastně začleňováním jedince do skupiny. Dítě nejdříve komunikuje se svými rodiči a učí se jednoduchá slova, později si osvojuje další pravidla chování. Příkladem rodičů, hraním her s vrstevníky a školní docházkou se dítě učí jednání, které od něj společnost očekává. Hovoříme o tom, že si během tohoto procesu osvojuje normy, hodnoty a sociální role a mnoho dalších dovedností.“* Takto definuje socializaci J.Jandourek (2003, s. 53)

M. Vágnerová (2000, s. 202) uvádí že: *„Socializace se neprojevuje jen změnou vnějších projevů, tj. chování, ale i rozvojem prožívání a hodnocení, specifickým rozvojem sebepojetí a sebehodnocení, tj. Individuací.“*

Socializace je ovlivňována mnoha faktory a jedním z nejdůležitějších z nich je prostředí. Při nástupu dítěte do mateřské či základní školy by se učitelka měla zajímat o to, z jakého sociálního prostředí dítě pochozí. Díky této skutečnosti bude moci do budoucna lépe řešit negativní situace, které se mohou vyskytnout. Sociální prostředí má také velký vliv na průběh adaptačního procesu v mateřské škole. (Vágnerová, 2000)

2.2 Adaptace dítěte v mateřské škole

Jedná se o přirozený jev, že se dítěti několik prvních dnů nechce chodit do mateřské školy. Některé děti se do mateřské školy těší, ale existují děti, které cítí obavu a strach. Jedná se především o jedince, kteří nikdy nebyli delší dobu bez nejbližších členů rodiny. Pro dítě nástup do neznámého prostředí není jednoduchou záležitostí. Během krátké chvíle se musí přizpůsobit novému režimu, odpoledne uléhat do nové postýlky, zvykat si na nové tváře vrstevníků a na novou autoritu - paní učitelku. Stává se členem nové skupiny, v níž platí jiná pravidla, učí se hrát novou roli, je nucen plnit nové požadavky a osvojují si nové formy chování. Každý jedinec tuto adaptaci zvládá jinak,

některým trvá další dobu a někdo se zvládne přizpůsobit téměř ihned. Je velmi důležité, aby rodiče dítě na zmíněnou skutečnost předem připravili. Mluvili o tom, co děti v mateřské škole čeká, vysvětlili jim, že si pro ně odpoledne přijdou. Vhodné také je navštívit mateřskou školu s dítětem ještě před nástupem, aby dítě nepřicházelo do úplně neznámého prostředí. Podle Z. Matějčka (2003) je dítě v mateřské škole zařazeno do skupiny nových, ve většině případů neznámých vrstevníku. Dítě už není středem zájmu, jako bylo doposud v rodině. V tuto chvíli je velmi důležitým úkolem pro pedagoga, aby se děti správně zadaptovaly a získaly pocit bezpečí, uznání a jistoty.

2.2.1 Potíže s adaptací

Podle A. Bacuse (2004) se špatná adaptace dítěte do mateřské školy může projevovat individuálně a rozdílně. Mezi nejčastější projevy špatné adaptace patří pláč a s ním související vztek, až agrese. U některých dětí se objevují nejasné tělesné potíže, mezi které patří bolest břicha, hlavy, nevolnosti. V některých případech mohou děti opakovaně trpět lehčími zdravotními obtížemi, jako je bolest v krku, zácpa, zánět středního ucha. Tyto uvedené projevy jsou většinou krátkodobé. Dlouhodobější odpor k novému prostředí může být zapříčiněn mnoha faktory. Může se jednat například o situaci, kdy mladší sourozenec zůstává doma a dítě na něj žárlí. Další velmi častou situací bývají děti, kterým věnovala rodina nadměrnou péči, a dítě se od ní ještě nedostatečně odpoutalo.

Rodina je pro jedince ideál, s nímž se identifikuje. Rodiče jsou pro dítě emocionálně významnou autoritou, proto je v mnoha případech těžké zvyknout si na autoritu novou a to učitelku. V mateřské škole může být pro jedince obtížné zvykat si na nové sociální role, jelikož jsou zavedena určitá pravidla, která se musí respektovat a dodržovat. Děti se musí naučit chovat podle nových norem, na které v rodině nemusely být zvyklé. V průběhu adaptace je velmi důležité, aby dítě získalo důvěru v pedagoga. Velmi výrazně tento fakt přispívá k morálnímu vývoji jedince. Předškolní dítě respektuje především taková pravidla, která mu nastoluje uznávaná autorita. Na této úrovni přijímá všechny normy a hlouběji nad nimi neuvažuje, jestli jsou správné, nebo ne.

2.2.2 Co může udělat pedagog pro lepší adaptaci dítěte

Už před nástupem malého dítěte do nového prostředí, by se na tuto skutečnost mělo vedení mateřské školy připravit. Velmi vhodné a realizované jsou dny otevřených dveří, kdy rodiče se svými ratolestmi navštíví prostředí mateřské školy, prohlédnou si hračky a seznámí se s učitelkou. V některých mateřských školách jsou pořádána tvořivá odpoledne pro matky na mateřské dovolené. S dětmi tak jednou za měsíc mohou navštívit prostředí školy a nenásilnou

formou se tak seznamovat s mateřskou školou. Další možností, kdy mohou rodiny navštívit mateřskou školu je zápis. Učitel má za úkol poskytnout nejdůležitější informace, které se týkají přijetí dítěte, seznámit je s prostorami školy a organizací dne. Jakmile jsou zveřejněny informace o přijetí dítěte do MŠ, měla by se konat tzv. rodičovská schůzka. Tato schůzka se většinou koná dva měsíce po zveřejnění informací o přijetí a díky ní jsou rodiče obeznámeni s chodem mateřské školy. Tyto informace by měly být podány srozumitelně ústní formou, ale také písemně, aby se k nim mohli rodiče vrátit i doma. Během prvního týdne je vhodné, aby na ranní směnu chodili oba učitelé, dítě si hůře zvyká na učitelku, která přichází až na odpolední směnu. Pedagog by měl být empatický, klidný, dítě by si k němu mělo budovat vztah a nemělo by z něj mít strach. (Bacus, 2004)

Podle M. Hermana (2006) je velmi důležité, aby pedagog uměl dodržet slovo, dítě tak pozná, že se na něj může spolehnout „*Jistota, že se na Vás může dítě spolehnout, silně podporuje utváření jeho pocitu bezpečí*“ (Herman, 2006, s. 15). Může se jednat jen o maličkosti např.: Dnes tě budu držet za ruku na procházce; Když tu pomazánku ochutnáš a nebude ti chutnat, nemusíš ji jíst. Podle M. Hermana (2006) jsou během adaptace velmi důležité tzv. hladivé návyky. Nemusí se jednat jen o dotyky, ale velmi často spíše o oční kontakt, úsměv, pozornost, kterou dítěti během dne věnujeme, naslouchání. Na tyto, pro někoho běžné věci, by se nemělo zapomínat.

Velkými pomocníky v průběhu adaptace mohou být děti, které už mateřskou školu znají. Nové dítě snáze přijme radu od staršího a zkušenějšího kamaráda. Nevědomky se od něj také učí pravidla denních činností. První týden v novém prostředí se někdy nazývá – adaptační. Je vhodné jej motivovat např. nějakou známou pohádkovou postavou, které je dětem blízká. Během tohoto týdne si dítě buduje pocit bezpečí, poznává mateřskou školu, nové kamarády a pedagoga. (Bacus, 2004)

Velmi oblíbené jsou v poslední době také adaptační programy, které jsou realizovány mimo prostředí mateřské školy. Tomuto tématu se budeme blíže věnovat v další kapitole.

2.3 Adaptační program

V této kapitole si blíže specifikujeme programy, kterou bývají realizovány mimo prostředí mateřské školy.

O adaptační programy, které jsou realizovány v prostředí mimo domov a mateřskou školu, je v současné době mnohem větší zájem, než tomu bývalo v letech minulých. Mnoho lidí si myslí, že je vyhledávají hlavně základní a střední školy, protože mladší děti by je nezvládly. Opak

je ale pravdou, jelikož se o tyto kurzy čím dál více zajímají i pedagogové mateřských škol. V dnešní době jsou tyto programy přizpůsobeny podmínkám a požadavkům i těch nejmenších dětí.

Při plánování adaptačního programu v jiném prostředí je potřeba důkladně zvážit několik skutečností.

- Kdo bude program realizovat,
- období, ve kterém bude kurz uskutečněný,
- jak dlouho bude program trvat,
- kolik dětí se ho zúčastní,
- kolik bude potřeba pedagogů,
- místo realizace,
- jak se na program dostaneme.

Jelikož musí být program plánován s velkým předstihem, většinou ještě dříve než jsou děti přijaty do mateřské školy, je dobré připravit si výhody adaptačního programu. Tyto výhody budou předloženy rodičům jako motivace, proč právě jejich dítě by se mělo kurzu zúčastnit. Rodiče musí být velmi dobře informováni po všech stránkách, jelikož tento program může znamenat první odloučení dítěte od rodičů na delší dobu. (Dubec, 2007)

2.3.1 Základní náležitosti programu

V první kapitole se zmiňujeme o několika organizacích, které aktivně realizují adaptační programy. Je evidentní, že v současné době je v naší zemi spousta organizací, které se věnují těmto programům na velmi profesionální úrovni. Školy využívají tyto organizace z mnoha důvodů. Velmi zásadním skutečností je, že příprava kvalitního programu není rozhodně jednoduchou záležitostí a zabere spoustu času. Pomůcky, se kterými se děti na programu setkají, jsou netradiční a většinou je mateřské školy nevlastní. Posledním a dle mého názoru nejdůležitějším důvodem je, že program je veden lektorem, který je na tyto programy speciálně vyškolený. Pedagog je díky této skutečnosti pozorovatelem, vidí své žáky v úplně jiných situacích, může porovnávat jejich chování. Může se také při různých hrách aktivně účastnit aktivit, které jsou pro děti připraveny. Na konci každého dne může s lektorem rozebrat různé situace, které během programu nastaly.⁵

⁵ Informace byly získány na školení instruktorů v dubnu 2013, školení zajišťovalo Alcedo SVČ Vsetín

2.3.2 Období a délka kurzu

Období a délka programu není striktně dána, vše záleží na tom, jak si kurz pedagog naplánuje. Nejčastěji jsou ale tyto programy v době od září do listopadu. V tuto dobu probíhá adaptace dětí na nové prostředí, zvykají si na nové kamarády a díky těmto programům učitelky dokonale poznají své žáky. V tomto období trvají kurzy pro předškoláky maximálně 3 dny. Nejsou vyloučeny ani kratší programy. Delší pobyt by mohl znamenat stesk po rodičích a domovu. Program během těchto tří dnů je tak nabitý, že děti nemají čas přemýšlet nad tím, že je jim smutno. Dalším obdobím, ve kterém je o adaptační programy velký zájem, je duben – červen. V tuto dobu jsou adaptační programy nejčastěji spojeny se školním výletem, nebo školou v přírodě. Doba trvání bývá obvykle delší, než u programů realizovaných na začátku školního roku. Je to hlavně proto, že děti se už navzájem znají a vztahy mezi nimi se už jen upevňují. Pobyt trvá většinou 5 dnů, ale není to podmínkou. Adaptační programy není problém realizovat kdykoli během roku např. když do třídy přijde nový žák, nebo se v kolektivu vyskytne nějaký problém.⁶

2.3.3 Pilíře adaptačního programu

Za pilíře bývají považovány základní prvky, které dělají adaptační program programem. Mělo by se jednat o prvky, které podněcují rozvoj osobnosti dítěte a stimulují kolektiv třídy. Díky nim se krystalizují role v kolektivu vrstevníků.

Ve své publikaci se pilířům věnuje Dubec (2007), který vymezil 5 základních. Těmito pilíři se inspirovali lektori střediska volného času Alcedo. Na instruktorském školení, které proběhlo na jaře roku 2013, byly tyto pilíře detailně rozpracovány do následující podoby, která obsahuje pilířů sedm.

1. **Pobyt mimo školu** jak uvádí ve své publikaci Dubec (2007) může pro mnohé děti znamenat vytržení ze známého prostředí a jejich chování a prožívání může být v mnoha případech odlišné. Podporuje se kritické myšlení. Tento pilíř je velmi výhodný pro pedagogii, jelikož si mohou všimnout, jak se děti chovají v jiných situacích, než na které jsou zvyklé.

⁶ Informace byly získány na školení instruktorů v dubnu 2013, školení zajišťovalo Alcedo SVČ Vsetín.

2. **Prožitek**, podle Hermana (2006) je pravá hemisféra dítěte ta, která rozvíjí jeho osobnost. „*Velmi silným pomocníkem k oslovení pravé hemisféry je prožitek.*“ (Herman, 2006, s. 15) Dítě nikdy nemůže přesně slovy sdělit to, co ve skutečnosti cítí. Pocity se nejlépe sdělují prostřednictvím nějaké činnosti např. hry. Některé literární zdroje uvádějí, že zkušenost je nepřenositelná. Mnoho rodičů se snaží dětem předat své zkušenosti, ale pokud je dítě samo neprožije, tak je jen velmi těžko chápe. Proto se na adaptačních programech klade velký důraz na smyslové prožívání. Stačí jen sáhnutí na kámen ve studeném potoce, vychutnávání si bubnování kapek na plechovou střechu, mít zavřené oči a jen tak ležet v mechu. To je považováno za prožitek. Společnými prožitky se utvářejí vztahy a vazby ve skupině. Na druhou stranu Neuman (1998) tvrdí, že štěstí není zajištěno jen materiálními věcmi, ale většina lidí nachází štěstí v denních prožitcích.
3. **Úsměv a radost** úsměv a radost sdružuje děti a zvyšuje jejich zaujetí ke hře. Patří mezi základní atributy úspěšného kurzu v přírodě.
4. **Pochvala a ocenění** patří mezi nejvyšší formy pohlazení a neměli bychom s nimi šetřit. Na kurzu je důležité chválit děti za konkrétní situace. „Moc se vám povedlo, jak jste spolupracovali a jak jste se dokázali domluvit. Není dobré děti odbýt pochvalou typu „Jste šikovní“ tato pochvala nemá žádný význam. Nezapomínat ocenit všechny, třeba jen za maličkosti. Učit děti tomu, aby i ony uměly chválit a oceňovat kamarády.
5. **Mít čas sám pro sebe** je na kurzu velice důležité. Děti si potřebují sdělit své zážitky, rozebrat hry, které hráli, nebo si jen tak lehnout a odpočívat. Měly by vědět, že tento čas je jim vyhrazen. Hlavně menší děti potřebují více volného času, aby nabraly další energii. I takové popovídání s kamarádem patří mezi plnohodnotné cíle adaptačního programu.
6. **Jasná pravidla** jsou základem dobrého programu. Nic bychom dětem neměli přikazovat. Děti by si pravidla měly sestavit za pomoci lektora samy a poté se pod ně i podepsat, aby měly důvod je dodržovat.

7. **Zpětná vazba a hodnocení.** Vše co se děje na programu by mělo mít zpětnou vazbu. Vše by mělo mít nějaký smysl a dítě by mělo poznat výsledek. Nejlepší zpětnou vazbou je prožitek. Dětem se díky zpětné vazbě utvářejí vzpomínky a hlouběji se nad danými věcmi zamýšlí

2.3.4 Výhody adaptačních programů

G. Cooper (2006) ve své metodice nastínil primární výhody, které mají adaptační programy oproti práci v mateřské škole.

- **Více nadšení do práce** (děti jsou v úplně jiném prostředí, není to stereotyp jako každý den ve škole, vidí a učí se něco nového),
- **nejsme úzce vázáni na výuku** (to znamená, že si můžeme dovoluť zařadit do programu nějakou hru, která nám zpestří a oživí výklad),
- **nemáme zvonek, který přeruší hodinu** (nejsme vázáni na čas, který věnujeme programu, se odvíjí od toho, jakou máme skupinku dětí, jak jsou děti staré, jak je aktivita baví...),
- **jsme noví pro studenty, jsme jiní než učitelé** (děti v nás nevidí autoritu, snažíme se, abychom byli kamarádi, ale také, aby naše slovo mělo nějaký význam),
- **děti nemusí sedět v lavicích, nebo ve třídě** (programy se většinou organizují v přírodě, v lese, u rybníku, v terénním středisku),
- **ukazujeme věci v praxi** (to, co se děti naučí ve škole, se jim snažíme předat v praxi např., jak žijí zvířata v rybníce, jaké máme druhy rostlin),
- **netradiční pomůcky** (ve výkladu se snažíme s dětmi pracovat s netradičními pomůckami. Příklad: chytání bentosu - síťky, kádinky, kartičky na poznávání),
- **nové prostředí pro děti** (pokud se děti zúčastní vícedenního programu, změní se jim prostředí a mají větší možnost poznat své spolužáky),
- **učitelé poznají děti z jiných stránek** (učitelé vidí děti v situacích, ve kterých je nemají možnost poznat ve škole v lavici).

3 HRA JAKO PROSTŘEDEK ADAPTACE

Existuje spousta aktivizujících prostředků, které se využívají na adaptačních programech. Za nejdůležitější z nich bývá považována hra. Hra je velmi obsáhlé téma. V této kapitole se budeme zabývat především tím, jaký mám význam v průběhu adaptace.

O hře samotné existují záznamy už z dob dávné antiky, kdy se tato forma využívala hlavně u nejrůznějších slavností, soutěží, stala se také nedílnou součástí náboženství. Je možné se domnívat, že hra vznikla už v dobách předhistorických, bohužel o této skutečnosti nejsou prozatím žádné známky.

V dnešní době je nepochybnou součástí každého lidského života a někdy si ani člověk neuvědomuje, že si hraje. Největší význam má při utváření osobnosti v předškolním věku dítěte. Hlavně tedy v období od 2 do 7 let.

Hra je jedním z činitelů, který napomáhá k rozvoji mozku, kognitivních funkcí, a zdokonaluje rozumové funkce dítěte. Bez pochyby také souvisí s prostředím, ve kterém dítě vyrůstá, nebo se v něm pohybuje. Dítě díky ní rozvíjí svou fantazii, dává průchod svým emocím, mění danou skutečnost a obohacuje ji a nové prožitky. Děti předškolního věku využívají symboly, kterými se rozumí např. hračky, pomůcky, kostýmy. Proto je hra velmi často označována v tomto období za symbolickou. (Warner, 2004)

Podle J.Průchy a S. Koťátkové (2013) je pro dítě hra hlavně zdrojem podnětů pro jeho další rozvoj osobnosti. Při nástupu dítěte do mateřské školy se dítě setkává s mnoha novými podněty, jako je například vybavení a uspořádání tříd, osobnost pedagoga. Vybavenost mateřské školy symboly se poněkud liší od rodinného prostředí. Dítě má zde větší výběr hraček, nemusí využívat jen předměty s ohledem na svůj gender, jak je tomu většinou doma. Není tedy vázáno pouze na hračky, které zná a se kterými má zkušenost.

3.1 Význam hry

Na to, k čemu hra vlastně slouží, existuje spousta názorů. Například pokud je nějaká činnost velmi jednoduchá, bývá některými lidmi označována za hru. Není tomu vždy tak. Při hře se člověk učí, poznává, odpočívá. Jak uvádí ve své knize P. Warner (2004) při hře jsou rozvíjeny základní hodnoty, kterou jsou důležité pro život dítěte. Mezi tyto hodnoty patří např. odvaha, kdy se dítě učí pracovat s novými věcmi, nebojí se experimentovat. Ochota pomoci mladšímu, nebo slabšímu kamarádovi, který si neví rady. Utváří se empatie, schopnost vcítit se do někoho, dítě si uvědomuje, že nemůže dělat druhým to, co se nelíbí jemu samotnému. Rozvíjí se schopnost spolupracovat

s vrstevníky. Učí se přijímat výhru i prohru a buduje v sobě vytrvalost. Velmi důležitou hodnotou je také zodpovědnost, aby vědělo, že musí plnit své povinnosti. Během hry si dítě procvičuje také užitečné dovednosti, mezi které může patřit jemná motorika, komunikace s ostatními. Kritické myšlení, při kterém se dítě pokouší nalézt další řešení. Buduje se u dětí samostatnost a praktičnost, například ustlaní postele, oblékání, hygiena. Fantazie, kdy má dítě možnost zkoušet nové věci a poznávat.

J. Neuman (1998, s. 17) uvádí, že: „*Děti, jako veškerá mláďata si hrají také proto, že potřebují uvolnit přebytečnou energii.*“ Hra pomůže dítěti nabrat síly po konfliktu a může mu pomoci uvolnit se po náročné situaci, nebo emoci.

V psychologické praxi je považována za jeden z léčebných prostředků, velmi často například v psychoterapii. Na tuto skutečnost ve svém díle poukazuje už S. Freud (1906, in Kocourek 1999), kde vysvětluje, že hra má abreaktivní charakter. Tuto skutečnost zjistil při analýze fobie u pětiletého chlapce Janíčka.

3.2 Dělení her

V praxi existuje mnoho druhů dělení her, podle různých kritérií. Většinou se hry dělí podle toho, jak jsou využívány v praxi. Do této kapitoly byly zvoleny dva druhy strukturování her. Ty, které se používají běžně v mateřské škole, a k porovnání jsme zvolili hry, které jsou velmi často aplikovány v průběhu adaptačního programu.

J. Průcha a S. Koťátková (2013) ve své nové publikaci uvádí následující rozčlenění, které je běžně používáno v mateřských školách.

- **Volná hra** je aktivita, pro kterou se dítě rozhodne samo. Vybere si hračku, jde si samo malovat, povídá si s kamarádem. Pracuje podle svého tempa a zkušenosti. Pedagog v této situaci působí pouze jako rádce a pomocník. Volná hra je využívána hlavně v době, kdy dítě ráno přichází do mateřské školy.
- **Organizovaná (iniciovaná) hra** je taková, kterou má připravenou učitelka. V její kompetenci je určovat pravidla, místo, vybírá vhodné pomůcky. Její role během hry mohou být různé. Může se hry přímo účastnit jako hráč, nebo dohlížet nad průběhem a pravidly hry jako supervizor. Většinou se jedná o pohybovou chvilku, kterou je vhodné zařadit do organizace každý den. Jsou to hry zahřívací, pohybové, protahovací a relaxační.

- **Didaktická hra** je velmi často vybírána za nějakým cílem, nebo účelem. Je volena pedagogem právě proto, aby naplnil cíle, které si naplánoval. Celá činnost se odehrává pod jejím vedením, které může být přímé, ale i nepřímé. Při této činnosti se uskutečňuje výchovně vzdělávací proces. Na konci hry by mělo proběhnout shrnutí, co se dětem povedlo, jak je aktivita bavila. Tato aktivita je většinou nazývána řízenou činností, která je součástí každého dne. Děti během ní tvoří, zpívají, provádí se dramatizace atd.

Další druhy her, které se pokusím blíže objasnit, jsou velmi často používány na adaptačních programech. Jejich třídění vychází podle toho, jak se program odvíjí, probíhá, nebo za jakým hlavním účelem je realizován. Pro následující práci bylo zvoleno třídění podle Neumana (1998), které se vztahuje k praktické části.

Seznamovací hry, které bývají velmi často nazývány – ledolamky. Tento název je velmi výstižný, jelikož by měl členům kurzu pomoci prolomit pomyslné ledy, neboli bariéru, která je mezi nimi a přimět je ke vzájemnému kontaktu. Tento druh aktivit je používán téměř na začátku každého programu, i když se účastníci velmi dobře znají. Pomohou uvolnit někdy napjatou atmosféru, kterou můžu u dětí vzbuzovat neznámé prostředí, ve kterém se nacházejí. Jsou většinou velmi krátké, zábavné a úderné. Nejedná se pouze o jednu hru, ale řadí se jich více po sobě, aby si i lektor zapamatoval jména a udělal si obrázek o skupině dětí. Není potřeba u jejich realizace dlouhého přemýšlení. Rozvíjí se pozornost, orientace v prostoru, komunikace. Už u této první aktivity velice dobře poznáme, kdo je ve třídě dominantní a například kdo má problémy s komunikací a vyjadřováním.

Zahřívací hry slouží, jak už název napovídá, k zahřátí celého těla. Dochází během nich k přímému kontaktu s ostatními dětmi. Musí se během nich například dotknout kamaráda, chytit ho za ruku. Jsou velmi vhodné na trénink pozornosti a bývají předzvěstí složitějších her. Opět se nejedná o dlouhé hry, trvají většinou 5-10 minut. Měly by děti pobavit a ještě více sblížit.

Soutěživé hry se používají tehdy, kdy se skupina dětí už lépe zná. U dětí nepodporujeme soutěživost, ale učíme je přijímat jak výhru, tak i prohru

Hry na rozvoj komunikace a spolupráce patří pravděpodobně k těm nejdůležitějším. Při těchto hrách je velmi důležitá motivace lektora, která by měla vést děti ke spolupráci a pomoci slabším, nebo menším spolužákům. Jedná se většinou o známé hry, které jsou obohaceny nějakým zvláštním prvkem např.: v průběhu hry děti nesmí mluvit, a musí se dorozumívat jen určitými

signály. Většinou děti pracují v menších skupinách. U starších dětí mohou být zařazeny i hry hromadné, nebo po skupinách s větším počtem členů. Na konci hry by neměla chybět zpětná vazba, jak se dětem v týmu spolupracovalo. Velmi dobře se u této aktivity krystalizují role ve třídě.

Týmové hry jsou velmi podobné těm, které rozvíjí spolupráci. Pracuje se zásadně ve skupinách, nezáleží tedy na jednotlivci, ale na práci celé skupiny. Děti se učí rozdělit si role, úkoly, zodpovědnost, jsou také zaměřené na kooperaci a komunikaci. Většinou se jedná o hry časově náročné, které jsou zaměřené na netradiční sporty, nebo plní dlouhodobější úkol, nad kterým musí přemýšlet. Tyto hry se velmi často využívají u řešení problémů, kdy děti pracují v menších skupinkách a snaží se problém vyřešit. Vždy existuje více řešení. Tyto hry jsou u dětí velmi oblíbené. Lektor by měl věnovat pozornost rozdělení dětí do skupin. Tvoření týmů by mělo probíhat náhodně, pomocí losovacích kartiček, aby se nestalo, že se děti rozdělí samy podle toho, s kým si rády hrají. Díky těmto hrám by mělo dojít k tomu, aby se lépe poznaly všechny děti navzájem a začlenily mezi sebe i ty, kteří nejsou v kolektivu oblíbení.

Lanové a překážkové dráhy jsou v posledních letech nezbytnou součástí většiny programů. *„Jednotlivé překážky či jejich série jsou zde předkládány pro skupiny, nebo jednotlivce ve formě výzev a situací, které mohou ovlivnit vztahy ve skupině a individuální uvažování hráčů.“* (Neuman, 1998, s. 22) Pro organizace nejsou finančně náročné a většina z nich se dá upravit tak, aby je mohly využívat děti všech věkových kategorií. Při práci s dětmi předškolního věku jsou využívány nízké lanové překážky, díky kterým se děti učí také zodpovědnosti a pozornosti. Jelikož zde není žádné jištění, děti se musí jistit navzájem a přebírají tak za ostatní na laně zodpovědnost.

Hry na důvěru bývají často nazývány jako tzv. „důvěrovky“. Jejich úkolem je budovat v dětech sebejistotu, odvahu, odpovědnost za ostatní a hlavně, jak je patrné z názvu, důvěru v ostatní. Dítě by po této aktivitě mělo mít pocit překonání samo sebe a měla by v dětech zanechat hluboký zážitek. U menších dětí se používají aktivity, kdy má dítě zavázané oči, a odpovědnost za něj přebírá jeho kamarád. U těchto aktivit je důležité dbát ještě více na bezpečnost dětí. Bývají zařazovány vždy až na poslední den programu, kdy celou skupinu dětí dobře známe a víme, co od ní můžeme čekat a co zvládnou. Rozhodně děti nenutíme do ničeho, co by jim nebylo příjemné.

Hry v přírodě, jsou často zaměřeny na poznávání světa všemi svými smysly. Nejvhodnějším prostředím je les, nebo okolí vody, např. potok. Děti se učí bezpečnému pohybu v přírodě, tvoří z různých materiálů, konstruují, nebo je jen tak necháme chodit po potoce

v gumácích. Vzbuzuje to u nich velký prožitek, protože v mateřské škole se často s těmito činnostmi nesetkávají. Do této kategorie jsou často zařazovány také tzv. „Eko hry“. Díky nim probíhá nenásilnou formou výchovně vzdělávací proces.

Závěrečné hry by měly v dětech vyvolat určitou emoci. Měly by být klidné a vést k zamyšlení nad sebou, ale také nad ostatními členy třídy. Nemusí se jednat jen o hry. Do této oblasti patří také promítání fotek, nebo videa z programu.

Hry pro reflexi a závěrečné hodnocení jsou, jak už vyplývá z názvu, zařazeny na úplný závěr kurzu. Na začátku každého programu by měly být společně stanoveny obavy a očekávání dětí. Na konci programu bychom se k nim měli vrátit a zhodnotit je. Hodnocení by mělo probíhat v několika úrovních. Hodnotit by měl učitel, který se přímo i nepřímo programu účastní. Dále by měly hodnotit děti, a to především zábavnou formou, pomocí hry. Poslední hodnocení by mělo proběhnout ze strany lektorů, kdy podle hodnocení učitele a žáků vytvoří zpětnou vazbu, jak se jim program povedl a co by změnili.

Rituály jsou nezbytnou součástí každého adaptačního programu. Rituálem se rozumí nějaká činnost, která se pravidelně opakuje při určitých situacích. Například před začátkem nové aktivity, nebo na konci hry, abychom zábavnou formou zhodnotili program. Někteří lektori používají rituály na začátku a konci dne, je to velmi individuální. (Neumann, 1998)

Před každou aktivitou by nemělo chybět poučení o bezpečnosti. Pravidla hry musí být vysvětlena srozumitelně a děti by je měly umět samy zopakovat. Nezbytnou součástí každé hry je motivace. Hlavně u dětí předškolního věku bychom měli věnovat motivaci velkou pozornost. Hra díky ní nabere úplně jiný směr. Na konci každé aktivity by mělo proběhnout zhodnocení. Důležité je, aby bylo rychlé a zábavné. Každé dítě by mělo dostat prostor vyjádřit se. Do hodnocení by se měl aktivně zapojit i lektor a přítomný pedagog. Vše je zajištěno tak, aby měl pedagog co nejméně práce a mohl se, pokud on sám chce, věnovat programu. Důležité je poznamenat, že hra by měla být ukončena v době, kdy všechny účastníky baví, aby děti odcházely s pocitem uspokojení a radostí. (Neumann, 1998)

4 VÝZKUM

V této kapitole se zabýváme především praktickou částí bakalářské práce. Je zde vymezen cíl, základní metodologie výzkumu a výzkumný vzorek. Velká část této kapitoly je věnována přípravě výzkumného šetření od úplného počátečního plánování, až po samotnou realizaci programu.

4.1 Cíl výzkumu

Hlavním cílem výzkumného šetření bylo sestavit, zrealizovat a ověřit účinnost adaptačního programu pro děti předškolního věku. Dílčím cílem bylo ověřit v praxi účinnost aktivit a forem zážitkové pedagogiky, které by měly vést k schopnosti lepší spolupráce v kolektivu třídy.

Jedná se o program, který účastníkům usnadní adaptaci na nové prostředí, se kterým se děti v tomto věku velmi často setkávají. Nemusí se jednat jen o prostředí mateřské školy, ale také o taková místa, kde jsou na delší dobu odloučení od rodičů. Také by měl posloužit osobnosti pedagoga, aby během netradičních činností poznal lépe svou třídu a individualitu dětí. Díky těmto aktivitám, které se v mateřské škole často nerealizují, může pozorovat změnu v chování při určitých skupinových, nebo individuálních činnostech a může posloužit jako diagnostický prostředek při výskytu různých patologických jevů, nebo problémů v kolektivu třídy. Ukazatelem účinnosti programu bude stupeň dosažení edukačních cílů programu a posun v oblasti vzájemné spolupráce.

4.2 Metodologie výzkumu

Jak bylo již v předchozí kapitole uvedeno, hlavním cílem empirické části práce bylo ověřit účinnost adaptačního programu. Pro naplnění tohoto cíle bylo potřeba chápat adaptační program jako nezávisle proměnnou v podmínkách pedagogického experimentu. Průběh pedagogického experimentu lze rozdělit do tří fází:

- 1) analýza požadavků a očekávání ze strany pedagogů, stanovení cílů a tvorba programu
- 2) realizace programu a provedení evaluace
- 3) vyhodnocení reflexe účastníků, pedagogů a lektora.

V rámci těchto fází byly využity metody intervenční a metody evaluační.

Intervenční metody zahrnují veškeré postupy a strategie adaptačního programu. Jejich podrobnému popisu včetně popisu celého programu a jeho přípravy věnujeme pozornost v samostatné podkapitole (viz podkapitola 4.4).

Pro evaluaci účinnosti programu bylo využito těchto metod:

Rozhovor – metoda rozhovoru byla využita při evaluaci samotnými účastníky (dětmi) ve dvou úrovních: První hodnocení probíhalo po každé větší aktivitě, kdy děti pomocí kamínku, který se posílal po kruhu, hodnotily průběh aktivity a své pocity. Po této aktivitě si lektor ověřil, zda cíl, který byl před hrou stanoven, byl naplněn. Podobné hodnocení probíhalo na závěr každého dne, kdy si děti opět posílaly po kruhu kamínky a měly možnost se vyjádřit k celému dni. Díky této aktivitě si mohl lektor ověřit, zda byly naplněny cíle, které si stanovil na daný den. Tyto dvě úrovně hodnocení probíhaly ústní formou v podobě rozhovoru.

Bodování pomocí 360° zpětné vazby – (dále jen – kruhový „hodnotič“) bylo využito pro zaznamenání hodnocení účastníků-dětí. Děti umísťovaly body (tečky, puntíky) na příslušné místo do „klínek“ vyznačených v kruhovém hodnotiči podle toho, jak byly s aktivitou spokojeny, jak bezpečně se cítily. Čím blíže se ocitla tečka středu kruhu, tím více byly děti s aktivitou spokojeny.

Dotazník spokojenosti pedagogů - vyplnili učitelé na konci programu. Hodnocení probíhalo na základě pozorování, které zhodnotili na konci programu v tomto dotazníku spokojenosti (viz příloha č. 10). Dotazník obsahoval otázky otevřené a uzavřené, ve kterých hodnotili učitelé kvalitu programu. Otázky uzavřené se hodnotily na stupnici 1-5. V této části hodnocení se hodnotil především obsah programu, kvalita pomůcek, připravenost lektora. V druhé části dotazníku, která obsahovala otevřené otázky, se zjišťovalo, zda očekávání, která učitelé uvedli v informačním dotazníku, byla naplněna.

Pozorování a následná autoevaluace – jsou metody, které k hodnocení účinnosti programu využíval lektor. Hodnocení účinnosti probíhalo prostřednictvím vyhodnocení cílů, které byly na každý den stanoveny. Cíle byly vyhodnoceny na základě autoevaluace. V průběhu jednotlivých her byly zaznamenávány poznámky, které posloužily k vyhodnocení stanovených cílů.

4.3 Charakteristika výzkumného vzorku

K realizaci programu byl zvolen vzorek dětí ve věku 5-7 let, které pravidelně navštěvují mateřskou školu. Vzhledem k detailnějšímu prozkoumání, byla k výzkumu zvolena pouze jedna mateřská škola. Základní informace o dětech a kolektivu byly zjištěny z dotazníku, který vyplnil pedagog před realizací programu. Tato mateřská škola je umístěna v okrajové části města Rožnov pod Radhoštěm. Jak bylo již výše uvedeno, jedná se o třídu dětí, ve věku od 5 - 7 let, které pravidelně navštěvují mateřskou školu. Do této třídy je přihlášeno a pravidelně ji navštěvuje 24 dětí. Programu se zúčastnilo 22 dětí z toho 12 chlapců a 10 děvčat. Z hlediska věku bylo pětiletých (10), šestiletých (11) a sedmiletých (1). Dvě děti se adaptačního kurzu nemohly zúčastnit ze zdravotních důvodů. Jako doprovod byly na akci přítomny dvě učitelky, které s žáky každý den pracují a velmi dobře je znají. Byly velmi ochotné nám poskytnout první důležité informace o dětech a o tom, na co bychom měli brát zřetel. Jelikož byl program realizován v květnu, lze předpokládat, že se děti už částečně znají.

- **Charakteristika výzkumného vzorku z pohledu učitelek**

Podle sdělení učitelek příslušného oddělení MŠ se děti znají od září, některé už delší dobu. Pro většinu dětí znamená tento program první odloučení od rodičů během noci. Nikdy dříve se podobného programu neúčastnily. Třída dětí je velmi živá a energická, projevuje se to především v průběhu řízené činnosti. Velkým problémem je, že neudrží dlouho pozornost, což je ale v tomto věku normální. Některé děti jsou velmi komunikativní a umí projevit svůj názor, většina z nich je v tomto ohledu velmi plachá a přiklání se k názoru většiny. Problém jim dělá práce ve skupinách (velkých i malých). Jedná se především o takové práce a hry, kdy se nemohou samy rozdělit, ale jsou přiřazeny k někomu, s kým si nehrají tak často. Vzniká rezignace na aktivitu. Jen zřídka jsou schopné spolupráce ve skupinách. Chlapci jsou aktivnější a živější než dívky. Děvčata jsou velmi samostatná. Ve třídě se neprojevuje žádná agrese.

4.4 Příprava programu

Před začátkem konání programu je nezbytná samotná příprava a důkladné promyšlení celé akce. Během této přípravy by měly být mimo jiné promyšleny hlavní prostředky, které se budou na výzkumný vzorek aplikovat. Vzhledem k věku dětí se jednoznačně za hlavní prostředek považuje hra. Hra má v adaptačním procesu nezastupitelnou roli. Na tomto programu bylo využíváno několik

druhů her, které posloužily například ke krystalizaci rolí ve skupině, nebo se díky nim děti učily lépe vyjádřit svůj názor a postoje.

Před samotným konáním akce je nezbytné připravit si seznam klíčových bodů pro tvorbu a realizaci programu. Tyto klíčové body slouží k tomu, abychom si uvědomili co je naším cílem, a naplnili tak požadavky zadavatele programu.

Školy si většinou vybírají programy z nabídky, kterou jim předloží organizace, které tyto programy realizují. Tato nabídka většinou popisuje detailní charakteristiku programu a místo, které je k realizaci tohoto kurzu vhodné. V momentě, kdy si škola z nabídky objedná daný program, měl by jí být ze strany realizátora odeslán dotazník, za účelem získání podrobnějších informací a požadavků. Blíže se budeme tímto dotazníkem zabývat v kapitole 4.4.2. Je nutné program předem promyslet a naplánovat. Hlavní roli během plánování hraje věk, počet dětí a požadavky zadavatele.

4.4.1 Popis prostředí

Pro konání kurzu je velmi důležité vybrat vhodné místo. Tyto objekty jsou školám nabízeny již při výběru samotného druhu programu. Je vhodné si vybrat z této nabídky, jelikož organizátoři toto místo dobře znají a mají s ním jisté zkušenosti. Většinou jsou tyto místa situována v klidném prostředí blízko lesa a bývají obohacovány různými netypickými prvky, jako je například lanové centrum. Školy si místa vybírají především z hlediska dobré dostupnosti. Tato priorita je především upřednostňována u programů pro mateřské školy. Další kritérium, které bývá často zohledňována je kapacita objektu, nejbližší okolí a cena.

Již zmiňovaný program byl realizován v terénním středisku Hájenka, která je umístěna v Semetíně v okrajové části města Vsetína. Do Semetína jezdí každé dvě hodiny MHD spoj z nedalekého města, a od konečné zastávky je Hájenka vzdálena asi 300m. Není tedy problém pro školy se na místo jednoduše dostavit. Hájenka je postavena na konci vesnice a v největší blízkosti se nachází pouze několik chat. Jedná se o velmi klidné místo, které obklopují lesy, potok a rybník. Díky tomuto čistému a klidnému prostředí je místo velmi často vyhledáváno školami na různé kurzy, nebo environmentální programy. Budova byla před nedávnem opravena a také část přistavěna, aby byla navýšena kapacita míst. V současnosti může Hájenka z hlediska kapacity nabídnout 32 míst ve více lůžkových pokojích a jednom dvoulůžkovém pokoji, který je především určen pro učitele, kteří děti doprovází. V případě nepříznivého počasí lze využít prostory klubovny, která je vybavena kobercem a židlemi a do které bez problému lze umístit 40 dětí. Klubovna je vhodná na různé pohybové aktivity a hry, které vyžadují více místa. V budově lze také využít

jídelnu, která díky vybavenosti stolů může posloužit při různých výtvarných a kreativních činnostech. V jídelně je také pro děti zajištěno stravování a po celý den pitný režim. V případě příznivého počasí jsou především využívány prostory venkovní. Je zde umístěna spousta stolů a lavic, které děti mohou při různých činnostech využít. Za budovou hájenky je velký prostor, který připomíná hřiště, na kterém se realizuje většina pohybových aktivit. V bezprostřední blízkosti se nachází potok a rybník, u kterého probíhá environmentální výchova, nebo různé netradiční aktivity. Středisko je obklopeno ze všech stran lesy, které jsou čisté a poměrně rovné, tudíž nevzniká velké riziko úrazu. Na programech se také využívá lezecká věž, která je určena na vysoké lanové aktivity a v nedalekém lese je postaveno lanové středisko na nízké lanové aktivity, které je určeno pro děti všech věkových skupin.

4.4.2 Před samotnou realizací

Před samotnou realizací programu, je vhodné zjistit, jaké jsou požadavky ze strany školy, která si kurz objednala. Toto zjišťování probíhá na základě dotazníku, který bývá zasílán do mateřské školy (viz příloha č. 1)

Dotazník by měla vyplnit učitelka, která děti dobře zná a bude se kurzu také účastnit. Je velmi důležité, aby jej učitelka po vyplnění obratem poslala zpět. Tento informační dotazník obsahuje údaje, které jsou potřebné ke kvalitní realizaci programu. Začátek dokumentu obsahuje základní informace jaké je např. počet dětí, počet kantorů, datum konání programu a čas, kdy se třída dostaví na místo. Další část je zaměřena především na očekávání, hlavní cíl a zda se tyto děti programu už někdy v minulosti zúčastnily. Nezbytnou součástí dotazníku je charakteristika třídy. Pro lektora je velmi přínosné vědět, na jakou třídu se má připravit a jaký problém bude potřeba řešit. Díky této skutečnosti si může program detailněji promyslet a naplánovat.

Do mateřské školy, pro kterou byl realizován adaptační program, byly před zahájení zaslány základní informace a době a ceně programu. Tyto informace také obsahovaly popis trasy na určené místo a doporučený seznam věcí pro účastníky (viz příloha č. 2)

4.4.3 Plán programu

Plán programu a seznam aktivit vychází především z očekávání a cílů, které uvedli pedagogové do informačního dotazníku.

- **Očekávání ze strany učitelek**

Očekávání učitelek uvádíme v podobě autentického přepisu údajů z dotazníku. „I když se jedná o program, který je realizován v květnu, uvítali bychom, kdyby byl zaměřen na adaptaci. Je zřejmé, že se děti už částečně znají a proto by měla být adaptace zaměřena na prostředí. Zvládnutí odloučení od známého místa. Zvykání na další autoritu – lektora. Byli bychom velice rádi, kdyby se během celého programu pomohla prohloubit spolupráce ve skupinách i celém kolektivu, která taktéž s adaptací souvisí. Aby byly děti schopny spolupracovat s kýmkoli ve třídě. Budovat v dětech ohleduplnost a uznání. Pomoci dětem, aby uměly vyslovit svůj názor, nebo přání. Dále by bylo velice přínosné, vést děti k samostatnosti, jelikož některé z nich budou od září navštěvovat základní školu. Z hlediska adaptace se zaměřit na to, aby děti zvládly změnu prostředí, ale také aby se prohloubil vztah k vrstevníkům ve třídě. Samozřejmě uvítáme využití různých netradičních pomůcek během aktivit, se kterými se děti v mateřské škole nemají možnost setkat.“

Při plánování bylo, nezbytné zvážit organizaci celého dne vzhledem k věkovým zvláštnostem dětí. Ohled se především bral na to, že děti po obědě potřebovaly odpočinek v podobě relaxace, nebo spánku a s tím souvisí také to, že po každé hře následovala chvilka, kdy měly děti neřízenou volnou chvilku. To znamená, že si mohly odskočit na záchod, doplnit tekutiny, nebo jen odpočinout. Nabraly tak nové síly a udržely lépe pozornost. Organizace dne (viz příloha č. 3) byla výchozím momentem plánování programu.

Podrobný plán celého programu s vymezením konkrétních aktivit vycházel z charakteristiky zkoumaného vzorku a z očekávání učitelek a respektoval optimální organizaci dne. Všechny naplánované aktivity byly následně zaneseny do přehledné tabulky.

Tato tabulka také posloužila při přípravě materiálu na dané činnosti a aktivity. Tabulka (viz příloha č. 4)

5 REALIZACE ADAPTAČNÍHO PROGRAMU

V této kapitole praktické části bakalářské práce se zaměřujeme na detailní realizaci výzkumného šetření. Podrobně jsou zde rozebrány aktivity programu a cíle, které během nich byly naplňovány.

5.1 Den první

První den byl seznamovací. Účastníci programu se seznámili s prostředím a lektory. Hlavním cílem bylo prostřednictvím her urychlit dětem adaptaci na nové prostředí. K této snadnější adaptaci přispělo i to, že děti byly seznámeny s denním režimem, tudíž věděly, co je bude čekat a že budou mít čas i na své záliby a odpočinek. Zároveň děti byly seznámeny s řádem a bezpečností. Program prvního dne byl zaměřen především na hry seznamovací a zahřívací, díky kterým se uvolnila atmosféra ve skupině. Děti se také během programu seznámily s důležitými rituály, na základě kterých probíhá hodnocení celého dne a jednotlivých aktivit. V poslední části dne si děti vyzkoušely aktivitu na skupinovou spolupráci a komunikaci.

Cíle k prvnímu dni programu:

- Pomocí seznamovacích her, usnadnit dětem adaptaci na nové prostředí
- Prostřednictvím aktivit vést děti k ohleduplnosti a k uvědomění, že pravidla a normy se musí dodržovat
- Dát možnost dětem vyzkoušet si práci v náhodných skupinách, a tuto práci podporovat
- Podporovat u dětí komunikaci a vést je k tomu, aby zvládly vyslovit svůj názor

Z toho vyplývá, že děti na konci prvního dne (alespoň částečně) budou schopny (budou umět, budou znát):

- adaptovat se na nové prostředí (nebude jim smutno, budou se zapojovat do aktivit apod.),
- uvědomit si, že je důležité dodržovat pravidla (řídí se podle pravidel, které si samy sestavily),
- pracovat ve skupinách, do kterých budou přiřazeny (zapojují se do skupinových aktivit),
- alespoň jedním slovem zhodnotit svou práci, nebo celý den programu.

5.1.1 Dopolední část programu

Hned po příjezdu mateřské školy na místo, což bylo kolem 10:00, se jeden z lektorů ujal pedagogického doprovodu, aby jim ukázal prostory budovy a seznámil je s pravidly a organizací dne během programu.

Mezi tím, byly děti přemístěny do klubovny, kde začala první část programu. Děti byly zpočátku rozpačité, jelikož počítaly s tím, že hned po příjezdu se půjdou ubytovat. V tomto bloku je však čekalo několik aktivit, při kterých se seznámily s lektorem. V rámci skupinové práce si vytvořily pravidla, která jsou pro kvalitní fungování kolektivu důležitá.

- **Kamínek**

Děti sedí v kruhu, instruktor posílá po kruhu kamínek (dřívko, míček, hračku) Děti odpovídají na otázky např., Jak se jmenuješ? Jaké jsou tvé koníčky? Jaké jsou tvá očekávání od tohoto programu? Důležitým pravidlem je, aby mluvil jen ten, kdo má v ruce kamínek a ostatní mlčí. (Neuman, 1998)

Typ hry: seznamovací

Pomůcky: kamínek

Cíl: naučit se naslouchat druhým, vyzkoušet si mluvit před celým kolektivem.

- **Pravidla**

Pomocí „losovacích karet“⁷ byly děti rozděleny do čtyř skupin. Jejich úkolem bylo vymyslet 5 pravidel, o kterých si myslí, že je důležité je dodržovat. Své nápady zakreslují na papír. Poté spojíme 2 skupinky dětí dohromady a ty znovu diskutují o tom, jaká pravidla byla zvolena. Když jsou všechny skupinky hotovy, instruktor maluje na velký flipchart společně vymyšlená pravidla a říká k nim své připomínky. Probíhá diskuze, co je důležité dodržovat a proč. Na konec se pod pravidla všichni podepíší, na důkaz, že je budou dodržovat. V případě, že se jedná o děti, které se ještě neumí podepsat, namalují pod pravidla svůj znak, nebo obrázek, který jej charakterizuje. (Neuman, 1998)

⁷ Losovací karty slouží k náhodnému rozdělení účastníku programu do skupin. Podstatné informace o těchto kartičkách naleznete na: <http://www.zajimaveuceni.cz/zajimaveuceni/eshop/2-1-LOSOVATKA/0/5/30-LOSOVATKA/description#anch1>

Typ hry: skupinová

Pomůcky: papíry, fixy

Cíl: práce ve skupinkách, společná domluva, komunikace. Během hry se začínají krystalizovat role ve skupině

- **Škatule, škatule hejbejte se!**

Hra se může hrát na jakémkoli místě, jedinou podmínkou je, že každý hráč musí mít své místo (strom, židle, kámen) a tato místa musí být uspořádána nejlépe do tvaru kruhu. Děti vyberou jednoho hráče, tento hráč stojí uprostřed kruhu a nemá své místo. Tento hráč má za úkol vymyslet, které děti si musí vyměnit své místo. Např.: „Místo si vymění všichni, kdo mají modrou mikinu“, nebo „Místo si vymění všichni chlapci“. Při vyměňování míst se snaží dítě, které stojí uprostřed také chytit nějaké místo. Dítě, na které místo nezbylo, zůstává vprostřed a vymýšlí větu, kdo se má vyměnit. (Gato, 2009)

Typ hry: seznamovací, zahřívací

Pomůcky: žádné

Cíl: prostřednictvím hry se děti lépe seznámí, hlavním cílem této hry je pobavit a zahřát hráče

- **Na fotografa**

Za pomoci losovacích kartiček utvoříme z dětí dvojice. Jeden z dvojice má zavázané oči šátkem. Úkolem druhého dítěte je dovést slepého k nějakému místu v okolí, kde se hra hraje. Rozváže dítěti oči a ono má za úkol vyfotit si místo, které právě vidí. To znamená, že rychle otevře a poté zavře oči. Poté se vrátí zpět na startovací místo a úkolem slepého je najít místo, které si vyfotil do paměti. Role se vymění. (Gato, 2009)

Typ hry: seznamovací, zahřívací

Pomůcky: šátky

Cíl: Pomocí této hry se děti mají seznámit s novým prostředím. Dalším velmi důležitým cílem je získat důvěru v kamaráda, se kterým v mateřské škole tak často nespolupracuje.

Zde je uveden jen nástin seznamovacích a zahřívacích aktivit, které byly využity během výzkumného šetření. Časová dotace dopoledního bloku umožnili realizovat více her na seznámení a zahřátí. Další hry tohoto druhu, které jsme využili během výzkumného šetření, nebo alternativní činnosti jsou uvedeny v příloze (viz příloha č. 5 a č. 6)

5.1.2 Odpolední část programu

Na začátku odpolední části programu jsem na svůj výzkumný vzorek dětí aplikovala ještě několik seznamovacích a zahřívacích aktivit. Seznamovací aktivity v tomto odpoledním bloku byly zaměřeny na poznávání osobnosti dítěte a na krystalizaci rolí ve skupině. V další části odpoledního programu si děti vytvořily obavy a očekávání programu. V neposlední řadě zde byla zařazena jedna aktivita, která nám ukázala, jak děti zvládají spolupracovat jako jeden tým.

- **Obavy a očekávání**

Každé dítě dostane papír formátu A4, který si přeloží na půl. Na jednu stranu papíru namaluje, na co se na programu nejvíce těší, nebo co by chtělo zažít. Na druhou stranu dítě namaluje to, z čeho má obavy, nebo čeho se bojí. Na konci aktivity mají děti prostor se ke svým obrázkům vyjádřit. Tyto obavy a očekávání si děti uschovají nebo je pověsí na nástěnku, aby bylo možné se k nim na konci programu vrátit. (Neuma, 1998)

Typ hry: seznamovací

Pomůcky: papíry a pastelky

Cíl: prostřednictvím této hry mají lektori možnost udělat si představu o tom, na co se děti těší, a čeho se naopak bojí. Lektor by měl na tyto získané informace brát ohled. Tato aktivita by také měla vést k rozvoji komunikace a fantazie dětí.

- **Míček**

Jedná se o seznamovací a týmovou hru, u které na začátku děti utvoří kruh. Úkolem dětí je zavolat na někoho jméno a přihrát mu míček. Poté co dítě někomu míček přihráje tak si dřepne, aby ostatní hráči věděli, že už mu míček nemají házet. Tak to jde do té doby, dokud každý s dětí nemělo v ruce míček a nepřihrálo ho někomu dalšímu. Pro další průběh hry je nezbytně, aby si každé dítě pamatovalo, komu míček házelo a kdo míček házel jemu. Když se míček dostane k poslednímu dítěti, lektor zadá další úkol: „Vaším úkolem teď bude, dotknout se míčku ve stejném pořadí, v jakém jste si přihrávali v předešlém kole a já vám stopnu čas, za jak dlouho to zvládnete udělat“. Po ukončení kola vysloví čas, který byl naměřen a namotivuje žáky, aby to zvládli ještě

rychleji. Děti zkouší několik možných variant. Lektor dětem neradí, jen hře přihlíží. Poprosíme učitele, aby také do hry nijak nevstupovali a nechali děti vyřešit problém samy. (Mazal, 2007)

Typ hry: seznamovací, týmová

Pomůcky: měkký míček, který se bude dětem dobře chytat

Cíl: hlavním cílem hry je řešení úkolů v rámci vymezených mantinelů, nikoliv jediným správným řešením. Podpora práce v týmu a krystalizace rolí ve skupině.

5.1.3 Večerní část programu

Do večerní části programu byla zařazena celovečerní hra Projekt vejce, která je vhodná a dá se uzpůsobit různým věkovým kategoriím. Jedná se o hru, která rozvíjí komunikaci a spolupráci ve skupině. (Další aktivity na rozvoj skupinové a týmové spolupráce viz příloha č. 7). Úkolem dětí během hry je domluvit se a rozdělit si role. Podrobněji bude tato hra rozebrána níže. Celý den je zakončen denním programovým rituálem a to posíláním kamínku. Každý účastník má za úkol zhodnotit nejen večerní hru a to z pohledu například jak se mu pracovalo ve skupině, co by příště udělal jinak. Při druhém kole posílání kamínku dítě hodnotí celý den, co se mu líbilo nejen na programu, ale také na svých spolužácích. Do hodnocení by se měli zapojit také kantoři, kteří se jak aktivně tak i pasivně programu účastní.

- **Večerní hra – Projekt vejce**

Na začátku hry děti opět rozdělíme pomocí losovacích kartiček na přibližně stejně početná družstva. Dětem přijde zakázka, od jedné nejmenované společnosti, aby udělaly co nejkvalitnější obal na vajíčko. Děti ve skupinkách si nejprve vytvoří logo své firmy, reklamu, a pokud mají všechny tyto náležitosti hotové, začnou vyrábět obal na své vajíčko. Jestliže se jedná o děti předškolního věku, je velmi důležité vysvětlit dětem pojmy jako je logo, reklama, aby před začátkem hry věděly, co tyto pojmy znamenají. Každé družstvo dostane stejný počet papírů, lepidla, špejlí, brček a takové velice důležité jedno vajíčko. Jejich úkolem je vyrobit co nejkvalitnější a také nejkrásnější obal na své vejce. Porota, která se bude skládat z učitelů, hodnotí (krásu obalu, prezentaci firmy, reklamu a hlavně když vajíčko po výrobě spustíme z okna na podlahu, nesmí se v obalu rozbít. Úkolem je zaznamenávat si během hry důležité momenty jak se hra vyvíjí. Která skupinka se dokázala rychle domluvit, jestli pracovali všichni, nebo se někdo neúčastnil. Na závěr

činnosti je velmi důležitá zpětná vazba, jak už bylo zmíněno výše. Je potřeba podrobně zhodnotit jak se dětem spolupracovalo, co by na své práce příště vylepšili, nebo změnili. Zpětná vazba by měla přijít také ze strany lektora, který by měl dětem říci, jak mu se líbila práce dětí, a co by měly příště udělat lépe a na čem zapracovat. (Neuman, 2007)

Typ hry: skupinová

Pomůcky: losovací karty, papíry (měkké, tvrdé), špejle, provázky, lepicí páska, nůžky, brčka, velký papír, fixy, pastelky

Cíl: pomocí aktivity přispět k lepší spolupráci a komunikaci ve skupině

5.2 Druhý den programu

Druhý den je možné zařadit do programu hry, z hlediska spolupráce složitější. Lektor se s dětmi lépe zná a lze předpokládat, co od nich v určitých situacích hry může očekávat. Právě proto, bývají druhý den do programu zařazovány nízké lanové aktivity, které vyžadují spolupráci a důvěru v kamaráda. Dále byly tento den zařazeny hry, které vedou k prožitku dítěte a rozvoji jeho osobnosti po všech stránkách. K těmto aktivitám byly zvoleny hry v přírodě, kterou děti poznávaly všemi smysly.

Cíle k druhému dni programu:

- Pomocí lanových aktivit budovat v dětech spolupráci a důvěru v ostatní kamarády.
- Prostřednictvím her v přírodě umožnit dětem intenzivní prožitek a vnímání světa kolem sebe.
- Vést děti k uvědomění, že příroda se musí chránit.
- Při dalších aktivitách vést děti ke komunikaci ve skupině.

Z toho vyplývá, že děti na konci druhého dne (alespoň částečně) budou schopny (budou umět, budou znát):

- Spolupracovat v náhodně rozdělených skupinkách (spolupráce během nízkých lanových aktivit a důvěra v kamaráda).
- Že příroda se musí chránit a nesmí se znečišťovat.
- Komunikovat mezi sebou při různých aktivitách (domluvit se, rozdělit si role).

5.2.1 Dopolnední část programu

Druhý den dopoledne byly na programu lanové aktivity, které jsou při správné realizaci a motivaci vhodné pro různé věkové kategorie dětí, tedy i pro děti předškolního věku. Realizace této aktivity zabere celý dopolední blok programu, jelikož je nezbytné se rozcvičit lanovou rozcvíčkou. Během tohoto rozcvičení se děti seznámí s pojmem lano a vyzkouší si jednoduché podbíhání, přeskakování a podlézání lana. Úkolem této aktivity je u dětí odbourat obavu z nové možná pro ně neznámé aktivity. Dalším důležitým úkolem je poučit děti o bezpečnosti, která je během průběhu velmi důležitá. Poslední nezbytnou součástí nízkých lanových aktivit je nácvik jištění. Jelikož jsou tyto atrakce stavěny maximálně do výšky jednoho metru, úkolem účastníků je jistit se navzájem. Jištění probíhá bez jakýchkoli pomůcek, děti se jistí samy. Obestupují překážku, od které jsou vzdáleny asi půl metru. Jedna noha je více vpředu a ruce směřují před sebe, ale lezce se nedotýkají. Díky tomu je u dětí ve velké míře podporována spolupráce. Jelikož se jedná o děti předškolního věku je při jištění velmi důležitá koncentrace, proto je vhodné zařazovat do programu krátké přestávky.

- **Nízké lanové aktivity**

Děti jsou rozděleny do menších skupinek. Vhodný počet je 8 dětí na skupinu a v každé z nich musí být přítomen jeden dospělý člověk jako dozor. Úkolem dozoru je klást důraz na bezpečnost dětí, připomínat a kontrolovat jištění a řídit průběh aktivity. Děti se na překážkách postupně střídají. U předškolních dětí se jedná především o překážky, které jsou umístěny těsně nad zemí a mají děti rozvíjet obratnost. Může se jednat i o tratě, kterou jsou postaveny přímo v potoce a děti musí procházet po kamenech. Na konci této aktivity je nezbytná zpětná vazba jak se děti cítily, jestli důvěřovaly svým kamarádům a jestli si myslí, že dodržovaly pravidla.

Typ hry: Nízké lanové aktivity

Pomůcky: dráha nízkých lanových aktivit, pomocná lana

Cíl: Podporovat u dětí důvěru a vést je k zodpovědnosti za další členy skupiny

5.2.2 Odpolední část programu

Během odpolední části programu navštívily děti nedaleký les, kde si děti vyzkoušely aktivity, které byly zaměřeny na všechny jejich smysly. Jednalo se především o hry na sluchové, zrakové a hmatové vnímání. Měly umožnit prožitek a budování si jistoty v neznámých situacích. Na závěr je taktéž nezbytná reflexe pomocí kamínku. Děti sdělují své pocity, které měly během hry. Ptáme se dětí, jestli jim bylo příjemné mít zavřené oči, zda se cítily bezpečně. Každé dítě by mělo dostat prostor se vyjádřit.

- **Najdi svůj strom**

Lektor rozdělí děti do dvojic. Jedno dítě je „nevidomý“ a ten si zaváže oči šátkem, druhé dítě se stává navigátorem a má za „nevidomého“ zodpovědnost. Navigátor chytne „nevidomého“ a pokusí se ho bezpečně dopravit k nějakému stromu. „Nevidomý“ si tento strom pořádně osahá a snaží se všimnout především detailů. Jakmile je se stromem seznámený, navigátor ho dovede zpět na místo, odkud se startovalo. Slepec si rozváže oči a jeho úkolem je poznat, na který strom sahal. Poté se role ve dvojici vymění. Důležité je poučit děti o bezpečnosti a připomenout jim, že přebírají za kamaráda zodpovědnost. (Gato, 2009)

Typ: smyslová

Pomůcky: šátek

Cíl: Podněcovat ke smyslovému vnímání, budování zodpovědnosti za kamaráda

(Další hry v přírodě a aktivity na smyslové vnímání viz příloha č. 8)

5.2.3 Večerní část programu

Během večerní části programu si děti vyzkoušely, co je vše potřeba připravit k rozdělání ohně. Po společném nasbírání dřeva a rozdělání ohně lektorem si děti mohly opět špekáčky. U ohýnku se zazpívalo pár písniček a počkalo se, než se setmí, aby mohla proběhnout poslední aktivita dne, která navazovala na smyslové vnímání, které proběhlo v odpolední části dne. Po poslední aktivitě se děti opět sešly u ohně a pomocí rituálu, kterým je v tomto případě kamínek se pokusí zhodnotit celý den.

- **Slepá procházka**

Lektor si připraví lano, kterého se chytanou všechny děti. Děti si zavřou oči, nebo jim je zavážeme šátkem. Lektor jde pomalu s lanem a děti se ho drží a jdou také. Cesta by měla být vzhledem k věku dětí rovná a bezpečná. Děti musíme motivovat tak, aby při této aktivitě mlčely a jen poslouchaly, co uslyší. Vhodná motivace je například taková, že jdeme do lesa navštívit skřítky, a když budou děti potichu, tak můžou slyšet tajemné zvuky. Na konci aktivity se děti zeptáme, jak se cítily, jestli se bály, nebo to pro ně bylo příjemné a například co slyšely. (Neuman, 1998)

Typ: na budování důvěry

Pomůcky: lano, popřípadě šátky

Cíl: podněcovat v dětech vnímání a důvěru v ostatní

5.3 Třetí den programu

Během třetího dne programu už nám na realizaci větších aktivit času moc nezbývá. Stejně jako každý předešlý den se začínalo rozehřívacími a soutěžními hrami. Hlavním úkolem tohoto posledního dne bylo udělat si zpětnou vazbu o tom, jestli mělo smysl tento program realizovat, a zda byly naplněny očekávání dětí. Děti si tak zpět donesly obrázky, které malovaly na začátku programu a hodnotily, zda se naplnily jejich obavy a očekávání. Další způsoby evaluace budou upřesněny v kapitole číslo 6. Poslední hrou byla aktivita, která se hodí na ukončení programu. Na konci této aktivity, by měl být v dětech vyvolán pocit, že ve třídě mají kamarády, kterým na sobě záleží.

Cíle ke třetímu dni programu:

- Zakončit a zhodnotit význam a kvalitu programu
- Získat od účastníků zpětnou vazbu
- Poskytnout účastníkům zpětnou vazbu

Na konci třetího dne programu bude:

- Zakončen program a účastníkům bude ze strany lektora poskytnuta zpětná vazba (co se lektorovi líbilo, nelíbilo)
- Zhodnocen program ze strany samotných účastníků, učitelů a z pohledu lektora

- **Baterka**

Každému dítěti pomůžeme na záda nalepit papír, který představuje baterku, která mu má dobít a zlepšit náladu. Zároveň má každé dítě v ruce fix. Úkolem hráčů je namalovat, popřípadě napsat na papír každému kamarádovi něco co se mu na něj líbí, nebo co ho potěší. Důležité je děti upozornit na to, že se musí jednat jen o věci, co kamaráda potěší. Na konci hry si děti mohou své baterky prohlédnout a odvést si je domů. (Gato, 2009)

Typ: Závěrečná

Pomůcky: Lepicí páska, papíry, fixy

Cíl: Cílem hry je vést děti k uvědomění, že všichni ve třídě jsou kamarádi

6 EVALUACE VÝZKUMU

V této kapitole jsou objasněny výsledky výzkumu, zda byl naplánovaný program účinný. Kontrola probíhala v několika úrovních. Ze strany samotných účastníků, z pohledu zúčastněného pedagoga a v neposlední řadě z pohledu lektora.

6.1 Evaluace účastníků

Jak již bylo zmíněno v kapitole 4.2, účastníci programu hodnotili program formou rozhovoru a také na pomoci kruhového „hodnotiče“.

Formou rozhovoru byl program hodnocen po každé větší aktivitě, kdy byl po kruhu poslán kamínek, a každé dítě se mohlo vyjádřit. Lektor dětem vždy položil otázku, co se bude hodnotit a na co se mohou zaměřit. Jako příklad můžeme uvést hodnocení některých dětí po aktivitě, která byla realizována první večer (Projekt Vejce).

Otázka ze strany lektora:

„Máme konec hry, a vy už děti dobře víte, že je potřeba hru zhodnotit. Po kruhu posílám kamínek. Až se Vám kamínek dostane do ruky, zkuste mi říci, jak se vám hra líbila, nebo jak se vám pracovalo s kamarády. Jestli při tvorbě obalu na vajíčko pomáhali všichni, nebo se jen někdo díval. Taky mi můžete říci, kdybyste hru hráli znovu, co byste udělali jinak.“

Odpověď dítěte č. 1

„Hra se mi moc líbila, nejvíce se mi líbilo, když jsme pouštěli vajíčko z okna. Všichni jsme si pomáhali. Já jsem udělal obrázek, podle kterého se obal vyráběl a ostatní stavěli.“

Odpověď dítěte č. 2

„Líbilo se mi, že jsme si pomáhali a nehádali se. Taky se mi moc líbilo, že se nikomu vajíčko nerozbilo. Bavilo mě, když jsme se rozhodovali, kdo bude ředitelem a taky se mi líbilo, když jsme kreslili reklamu.“

Odpověď dítěte č. 3

„Líbilo se mi všechno a nejvíc, že jsme byli rozdělování losovátky. Taky se mi líbilo, že jsme postavili pevný obal a vajíčko se nám nerozbilo. Já jsem byl ředitel celého našeho družstva. Rozdával jsem úkoly. Všichni jsme si pomáhali“

Druhým způsobem evaluace, který probíhal na základě rozhovoru, bylo hodnocení celého dne. Toto hodnocení bylo prováděno stejnou formou, jako bylo hodnocení jednotlivých větších aktivit. Lektor opět po kruhu posílal kamínek, ale tentokrát se v kladené otázce zaměřil na to, aby děti zhodnotily celý den. Jako příklad bude uvedeno hodnocení druhého dne programu. Před začátkem hodnocení jsou dětem připomenuty všechny aktivity, které byly během dne realizovány.

Otázka ze strany lektora:

„Děti máme za sebou druhý den programu. Po kruhu pošlu kamínek a až se vám dostane do ruky, zkusíte zhodnotit, co se vám dnes nejvíce líbilo, nebo nelíbilo. Taky mi můžete říci, jestli vám vadilo, že jsem vás rozdělovala kouzelnými losovátky, nebo se vám to líbilo. Zkuste si také vzpomenout, jak jste chodili lesem se zavázanýma očima, jestli to bylo příjemné a kamarádovi jste věřili, nebo jste se báli.“

Odpověď dítěte č. 1:

„Dneska se mi líbilo úplně všechno. Nejvíce mě bavilo, když jsme byli v lanovém centru a museli jsme se navzájem jistit. Taky se mi líbilo, když jsme museli přeskakovat a podbíhat lano.“

Odpověď dítěte č. 2:

„Mně se líbilo všechno a nejvíc jak jsme chodili po lese se zavázanýma očima. Vůbec jsem se nebál.“

Odpověď dítěte č. 3:

„Mně se líbily úplně všechny hry a nejvíce jsem se těšil na to, až nás budete zase rozdělovat kouzelnými kartičkami. Vždy jsem se těšil, s kým budu v týmu. Taky se mi líbilo lanové centrum a všechny překážky.“

Odpověď lektora:

„Mně se s vámi dnešní den moc líbil. Moc mě potěšilo, jak jste si pomáhali během jištění v lanovém centru. Taky se mi líbilo, jak jste spolupracovali ve skupinkách, že jste se dokázali domluvit a i když jste třeba nepřišli na správné řešení, tak jste se na sebe nezlobili. Musím vás taky pochválit, že jste dnes celý den zvládli dodržovat pravidla, která jsme si sestavili.“

Poslední způsob evaluace, který probíhal ze strany účastníku, bylo hodnocení „tečkováním“ na kruhovém hodnotiči. Děti touto cestou hodnotily jedenáct aktivit, nebo větších celků (bloků dne). Každé dítě tímto způsobem hodnotilo všech jedenáct aktivit. Čím blíže se tečka ocitla středu, tím více se dětem líbila. Pokud se tečka ocitla v první třetině „klínku“, aktivita byla hodnocena jako kladná. Pokud se tečka ocitla v druhé třetině, aktivita byla hodnocena jako průměrná a pokud se tečka ocitla v poslední třetině, nejbližší okraje, tak byla aktivita hodnocena záporně. Před tímto hodnocením bylo nezbytné dětem způsob hodnocení důkladně vysvětlit.

Mezi kladně hodnocené aktivity patřily hry, které byly založeny na vzájemné spolupráci. Dále bylo také velmi kladně hodnoceno rozdělování losovacích kartami. Mezi průměrně hodnocené aktivity patřily hry seznamovací a pohybové (zahřívací). Do poslední části, tedy negativně hodnocené aktivity děti neumístily žádnou tečku. Podrobněji se budeme výsledky této evaluace zabývat v kapitole 6.4. Podrobné hodnocení dětí pomocí kruhového hodnotiče (viz příloha č. 9).

6.2 Evaluace zúčastněných pedagogů

Jak už bylo výše zmíněno, pedagogové se mohli celého programu účastnit jak aktivně, tak i pasivně. Jejich kontrola programu tedy probíhala na základě pozorování, které zhodnotili na konci programu v dotazníku spokojenosti (viz příloha č. 10). Celý dotazník byl členěn na dvě části a obsahoval otázky otevřené a uzavřené.

Otázky uzavřené byly hodnoceny na škále 1-5, přičemž číslo jedna bylo hodnoceno jako nejlepší a číslem pět byla hodnocena nespokojenost. V této části se hodnotil především obsah programu, kvalita pomůcek a připravenost lektora.

V druhé části dotazníku, která obsahovala otevřené otázky, se zjišťovalo, zda očekávání, která učitelé uvedli v informačním dotazníku, byla naplněna. Jako příklad bude uvedeno několik konkrétních odpovědí na otázky.

Která část programu byla podle vás nejpřínosnější a proč?

„Celý program byl naplánován a realizován tak, že byl pro děti velmi přínosný. Pokud bychom měli vybrat to nejpřínosnější, tak to budou aktivity zaměřené na vzájemnou spolupráci. Jednalo se například o aktivitu (Projekt Vejce), kdy si děti musely rozdělit role ve skupině a také práci, aby vše stihly. Dále jsme velice uvítali rozdělování pomoci losovacích karet. Děti to velice zaujalo a díky těmto kartám jim ani nevadilo, že jsou v týmu s někým, s kým si například v mateřské škole tak často nehrají“

Myslíte si, že děti využijí poznatky a zážitky, které nabyly během adaptačního programu i v budoucnu? Jestli ano, kde?

„Myslíme si, že rozhodně ano. Tyto poznatky mohou například zúžitkovat děti při nástupu do základní školy, kde jim tento program může pomoci k lepší adaptaci. Dále mohou své poznatky zúžitkovat příští rok v mateřské škole, kdy budou moci svým mladším vrstevníkům pomoci s lepší adaptací na nové prostředí.“

Myslíte, že mělo smysl realizovat tento program i pro děti předškolního věku? Jestli ano, proč?

„Rozhodně ano! Děti se seznámily s novým prostředím a vyzkoušely si adaptaci na úplně nové a pro ně neznámé prostředí. Z hlediska adaptace hodnotíme tento program na výbornou, jelikož všechny děti vydržely na programu celé tři dny a žádné z nich nemuselo opustit program předčasně. Dále všechny aktivity, které si děti vyzkoušely byly po všech stránkách velmi přínosné. Děti se naučily hodnotit hry, ale i samy sebe. Naučily se pracovat ve skupinách a pomáhat si. Kolektiv třídy se tedy ještě více utužil a my jsme mohli poznat děti i z jiné pohledu.“

6.3 Autoevaluace lektora

Autoevaluace lektora probíhala na základě vyhodnocení cílů. Během celého dne si lektor dělal poznámky, a na základě nich vzniklo na konci dne souhrnné hodnocení programu, z něhož bylo patrné, zda cíle, které si na daný den sestavil byly alespoň částečně naplněny. Jako příklad bude uvedena část poznámek z prvního dne programu.

Poznámky k programu – 1. den:

„Během první aktivity, kterou byl „Kamínek“, byly z mého pohledu děti velmi ostýchavé, některé se bály odpovědět na danou otázku. V průběhu dalších aktivit se ale děti uvolnily a opadlo počáteční napětí. Společně s dětmi jsme si také v první části dne sestavili pravidla, která jim nedělalo problém respektovat. Myslím, že zásadní roli v tom sehrálo to, že jsme pravidla sestavili tak, že byly pro děti jednoduché a po sestavení jsme si je ještě do hloubky probrali. V odpolední části programu se zapojovaly všechny děti do aktivit, nikdo nestál stranou, nebo nerezignoval. Během hry „Míček“ se začaly pomalu krystalizovat role ve skupině, ukázalo se, kdo je ve třídě vůdce a komu více vyhovuje jen přihlížení. Děti velmi zaujaly losovací karty. Nejprve jsme si vyzkoušeli jen několik zahřívacích kol rozdělení nanečisto, a když poté došlo k opravdovému rozdělení, nikomu to nedělalo problém. Během hry „Projekt Vejce“, kdy byly děti takto náhodně rozděleny, bylo viditelné, že dětem nedělá problém pracovat v takových skupinách, které jim byly přiřazeny. Dokázaly se domluvit a nikdo během hry neseděl bokem, nebo nerezignoval tím, že by se alespoň částečně nezapojil do hry. Při hodnocení dne byl viditelný posun v komunikaci. Z dětí opadl ostych a každé z dětí se vyjádřilo k tomu, jak se jim den líbil, nebo nelíbil. Výsledkem dne z mého pohledu tedy bylo, že cíle, které jsem si stanovila, byly alespoň částečně naplněny. Děti zvládly spolupracovat v náhodně sestavených skupinách, každé dítě se dokázalo vyjádřit k hodnocení dne. Všechny děti se do aktivit zapojily velmi aktivně a na nikomu z nich nebyl patrný stesk po domovu.“

6.4 Výsledky evaluace

Z pohledu samotných účastníků (dětí) byl program po všech jeho stránkách hodnocen velmi kladně. Během rozhovoru se děti vyjadřovaly velmi pozitivně ke všem aktivitám. Když bylo potřeba děti rozdělit na různé skupinky, velice si oblíbily losovací karty, které také velmi často zmiňovaly během hodnocení každého dne. Mezi kladně hodnocené aktivity z pohledu dětí patřily také všechny skupinové hry, mezi které patřilo i lanové centrum. Ze slovního hodnocení dětí vyplývá, že jim nedělalo problém pracovat v náhodně rozdělených skupinkách a během těchto her si navzájem pomáhaly. Během rozhovorů nebyl zaznamenán stesk, nebo smutek po domovu. Nebylo také patrné, že by se některé z dětí nezapojilo do kolektivu. V průběhu těchto slovních hodnocení, po každé větší aktivitě, nebo konci dne bylo vidět, že jsou děti spokojené a program je baví. Druhým způsobem hodnocení tedy na „hodnotiči“ děti bodovaly program pomocí

tečkování. Z kruhového hodnotiče vyplývá, že většina aktivit dětí velmi zaujala. Mezi nejlépe hodnocené aktivity patřily hry zaměřené na spolupráci, lanové centrum, rozdělování dětí do skupinek pomocí losovacích karet a týmová hra (míček). Mezi průměrně hodnocené aktivity patřily například seznamovací hry. Můžeme se tedy domnívat, že v průběhu těchto her se děti nemusely cítit ještě dostatečně adaptovány na nové prostředí. Dále byly průměrně hodnoceny hry zahřívací, kde téměř půlka dětí hodnotila tyto aktivity velmi kladně a druhá polovina průměrně. Z toho může vyplývat, že děvčata bavi více klidové a tvořivé aktivity a chlapci mají rádi pohyb, který má během tohoto druhu her nezastupitelnou roli. Negativně nebyla hodnocena žádná aktivita. Velmi důležitým políčkem během tohoto hodnocení bylo bodování celkového programu, z kterého vyplývá, že jako celek se dětem celé tři dny velmi líbily.

Učitelé hodnotili náplň a účinnost programu na základě hodnotícího dotazníku. Jak bylo již zmíněno, tento dotazník měl dvě části. V první části, kdy byl hodnocen program na stupnici 1-5 a hodnotil se např. obsah programu, připravenost lektora a vybavenost pomůcek, hodnotili program učitelé ve všech případech č. 1, tedy výborně. V druhé části dotazníku byly otázky otevřené. Z vyplněného dotazníku vyplývá, že program naplnil všechna očekávání učitelek. Z pohledu adaptace se domnívají, že tento program velmi pozitivně přispěl k adaptaci všech dětí, čemuž také svědčí fakt, že žádné dítě nemuselo z důvodu stesku předčasně opustit kurz. Program byl z jejich pohledu velmi obohacující. Velmi pozitivně hodnotily skupinové aktivity a hry na týmovou spolupráci. Dále si myslí, že mělo program smysl realizovat a poznatky a zkušenosti, které děti nabyly během programu mohou využít i v budoucnu např. příští rok při nástupu do mateřské, nebo základní školy. Z pohledu učitelek nebyly zmíněny žádné poznámky a doporučení k programu. Na konci dotazníku zmínily, že by si v příštím roce program rády zopakovaly.

Z autoevaluace lektora je patrné, že cíle, které byly před realizací programu sestaveny, byly alespoň částečně naplněny. Je zřejmé, že díky tomuto programu se zlepšila spolupráce dětí ve skupinách a prohloubila se komunikace mezi účastníky. Z poznámek, které byly během programu vedeny, je viditelné, že u dětí byl také posun ve vyjadřování během hodnocení. Na začátku děti hodnotily program nebo aktivity pouze dvouslovnými větami, které se postupně spojovaly v souvětí. Na konci programu byly děti schopny vyjádřit své pocity velmi obsáhle.

Z evaluace všech zúčastněných můžeme tedy tvrdit, že s programem byli všichni spokojeni. Povedlo se naplnit očekávání a cíle, které byly před zahájením programu vymezeny. Nikdo ze zúčastněných nevykazoval známky nespokojenosti. Lze tedy tvrdit, že program byl účinný a měl pozitivní vliv na zlepšení spolupráce ve skupině a přispěl k lepší adaptaci dětí.

ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce bylo ověřit účinnost adaptačního programu, který byl naplánován a prakticky aplikován na děti ve věku 5 - 7 let. Při sestavování programu byl brán ohled na očekávání, která přišla ze strany zadavatele.

V teoretické části bakalářské práce byl vymezen pojem adaptace. Dále bylo na základě literárních zdrojů vysvětleno, jaké jsou počátky vzniku adaptačních programů, a kdo v dnešní době tyto programy aktivně realizuje. S realizací těchto programů je také spojena zahraniční spolupráce. V jedné z podkapitol je tato spolupráce podrobně popsána a je zde definováno, jak probíhají tyto programy i v jiných zemích a zda se zde realizují. Poznatky k této části práce jsem čerpala především z vlastní zkušenosti.

Další kapitola práce je zaměřena přímo na adaptaci předškolního dítěte na nové prostředí. Na začátku kapitoly jsou vymezeny pojmy, které s tímto tématem souvisí. V neposlední řadě je vymezena hra. Velká část kapitoly se zabývá jejím dělením z hlediska její účinnosti.

Praktická část práce se zabývá sestavením tří denního adaptačního programu. Podle očekávání ze strany učitele měl tento program podpořit spolupráci ve skupině a pomoci se dětem adaptovat na nové prostředí. Program byl hodnocen jak samotnými účastníky programu, kterými byly děti, tak i učiteli. K hodnocení kvality programu přispěly i mé poznámky a body, které jsem zaznamenávala během programu.

Z výsledků šetření vyplývá, že během realizace programu se děti naučily lépe komunikovat a spolupracovat ve skupině. Adaptace na nové prostředí jim nedělala problém, což by také mohlo do budoucna přispět k lepší adaptaci na nové prostředí, se kterým se budou čím dál častěji setkávat.

Celý průběh práce byl pro mne velmi přínosný, jelikož jsem se obohatila o nové poznatky a v praxi si ověřila, že realizace adaptačních programů má pozitivní vliv na osobnost dítěte

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ

ALLEN, K. EILLEN a Lyn R. MAROTZ. *Přehled vývoje dítěte od prenatálního období do 8 let*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-421-2

BACUS - LINDROTH, Anne. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-862-7

DAŘÍLEK, Pavel., KUSÁK, Pavel. *Pedagogická psychologie*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1998. ISBN 80-706-7837-2.

DUBEC, Michal. *Adaptační (stmelovací) soustředění. Kurz osobnostní a sociální výchovy pro žáky 6. tříd ZŠ a primy gymnázia*. Praha: o.s. Projekt Odyssea, 2007. ISBN 978-80-87145-22-7

FRANC, Daniel, ANDY, Martin a ZOUNKOVÁ, Deniela. *Učení zážitkem a hrou: praktická příručka instruktora*. Brno: Computer Press, 2007. ISBN 978-80-251-1701-9

FREUD, Sigmund. *Spisy z let 1906 – 1909*. in Kocourek. Praha: Psychologické nakladatelství, 1999. ISBN 8086123103

GATO, Martin. *150 nejlepších her pro děti i dospělé, ke kterým nepotřebujete vůbec nic*. Olomouc: Rubico, 2009. ISBN 978-80-7346-103-4

HARTL, Pavel., HARTLOVÁ, Helena. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X

HARTL, Pavel. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7117-880-31

HERMAN, Marek. *Najděte si svého marťana*. Olomouc: Hanex, 2006. ISBN 978-8074-090-233

JANDOUREK, Jan. *Úvod do sociologie*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-717-8749-3

KUDLÁČEK, Martin, VALENTA, Tomáš., MAGEROVÁ, Lucie. *Společně v zážitkové pedagogice: Integrace osob se zdravotním postižením prostřednictvím společných zážitků*. In Gymnasion časopis pro zážitkovou pedagogiku. 2004. Praha: Prázdninová škola Lipnice, roč. 2. č. 8. s. 45. ISSN 12-146-03-X.

MAŘÍKOVÁ, Hana, PETRUSEK, Miroslav., VODÁKOVÁ, Alena. za kol. *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80 -7184-164-1

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-85-38

MAZAL, Ferdinand. *Hry a hraní pohledem ŠVP*. Olomouc: Hanex, 2007. ISBN 978-80-85783-77-3

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-218-1

NOVÝ, Ivan, SURYNEK, Alois. a kolektiv, *Sociologie pro ekonomy a manažery*, Grada Publishing, a.s., 2006. ISBN 80-247-1705-0.

PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2010. ISBN 978-80-247-2959-6

PLEVOVÁ, Irena. a kol. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0

PRŮCHA, Jan. *Přehled pedagogiky: Úvod do studia oboru*. Praha: Portal, 2000. ISBN 80-7178-399-4

PRŮCHA, Jan., KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Předškolní pedagogika: Učebnice pro střední a vyšší odborné školy*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0495-4

ŠIKULOVÁ, Renata., ČEPIČKOVÁ, Ivana., WEDLICHOVÁ, Iva. a kol. *Kapitoly z předškolní pedagogiky 1*. Ústí nad Labem : Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2005. ISBN 80-7044-685-4

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I*. Praha: Karolinum, 2005 ISBN 80-246-0956-8

VAŽANSKÝ, Mojmír. *Volný čas a pedagogika zážitku*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-0428-2

WARNER, Penny. *Jak lépe využít čas strávený s dětmi*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-878-3

Internetové zdroje

Geoff Cooper (online). C2014, Dostupné z <http://www.academia.edu>

Seznam použitých symbolů a zkratek

č	číslo
PŠL	Prázdninová škola Lipnice
SVČ	středisko volného času
STAN	Special Team for Adventure in Nature
MHD	městská hromadná doprava

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1.....	Informační dotazník
Příloha č. 2.....	Doporučený seznam věcí
Příloha č. 3.....	Harmonogram dne
Příloha č. 4.....	Plánovací tabulka
Příloha č. 5.....	Seznamovací hry
Příloha č. 6	Zahřívací hry
Příloha č. 7.....	Skupinové a týmové hry
Příloha č. 8.....	Smyslové aktivity a hry v přírodě
Příloha č. 9.....	Kruhový hodnotič
Příloha č. 10.....	Hodnotící dotazník

Příloha č.1

Informační dotazník

Škola/Třída: Datum programu.....

Název Programu: Místo:

Kolik se zúčastní dětí:.....Kolik se zúčastní kantorů:

Doba příjezdu na místo:

Budou na místě spát všechny uvedené děti:

Je ve třídě vegetarián:..... Je ve třídě alergik:.....

Zúčastnila se tato třída již dříve podobného programu? Jestli ano, kdy a kde?

.....

Přejete si, aby během programu byly využity netradiční a zajímavé učební pomůcky?

.....

Přejete si, aby bylo do programu zařazeno lanové centrum:

Prosím následujícím třem otázkám věnujte pozornost a specifikujte podrobně

Jaké jsou vaše očekávání od programu.

.....

Jaké jsou vaše cíle:

.....

Charakteristika třídy:

.....

Pokud existují ještě nějaké další informace o kterých bychom měli být obeznámeni popište zde:

-

Děkujeme za vyplnění dotazníku

V dne

.....

Podpis učitele

Příloha č. 2

Doporučený seznam věcí na 3 denní adaptační program

- Spacák (bez vlastního spacáku se na Hájence neobejdete!)
- přezůvky do budovy (papuče)

- trika s krátkým rukávem
- trika s dlouhým rukávem
- spodní prádlo a ponožky
- krat'asy, kalhoty
- tepláky
- mikiny, svetry
- šust'áková souprava
- oblečení na spaní
- kšiltovka proti slunci nebo šátek

- tenisky, sandály
- pohodlná turistická obuv (nebo pevnější sportovní obuv)
- gumové holínky (při deštivém počasí přijdou vhod)

- toaletní potřeby
- ručník
- brýle proti slunci
- láhev na pití (cca 1 litr)
- vlastní hrneček
- kapesníky
- pláštěnka

Vše podepsáno!!

Příloha č. 3

Organizace dne na programu pro děti předškolního věku

8:00 snídaně

9:00 - 10:30 dopolední program č.1

10:30 - 11:00 dopolední svačina

11:00 - 12:00 dopolední program č.2

12:00 oběd

12:00 - 14:00 polední pauza, relaxace, odpočinek

14:00 - 15:30 odpolední program č.3

15:30 - 16:00 odpolední svačinka

16:00 - 18:00 odpolední program č.4

18:00 - 19:00 večere

19:00 - 20:00 večerní program č.5

Od 20:00 – hygiena

20:30 hodnocení dne, večerníček

21:00 – Večerka

Změny v organizaci dne nejsou vyhrazeny

Příloha č. 4

1. DEN	2. DEN	3. DEN
10:00 – příjezd účastníků	8:00 - snídane	8:00 Snídane
10:15 – zahájení programu pro děti - Představení – kamínek - Seznamovací hry (paní uč. jsou v této době seznámeny s prostory ubytování)	9:00 - soutěživé hry - zahřívací hry (lanová rozcevička) - 10:00 (svačina) - Nízké lanové aktivity	9:00 – týmové aktivity - Závěrečné aktivity (baterka) - 10:00 (svačina) - Hodnocení celého programu
11:30 – ubytování dětí 12:00 - oběd Do 14:00 – odpočinek a relaxace	12:00 - Oběd Do 14:00 – odpočinek a relaxace	12:00 - Oběd
14:00 obavy a očekávání seznamovací a zahřívací hry (poznávám a seznamuji se skupinou dětí)	14:00 - Hry v přírodě - Smyslové hry	13:00 Oběd, odjezd účastníků
16:00 - svačinka	16:00 - svačinka	
16:00 – hry na spolupráci	17:00 – hry na spolupráci	
18:00 - večeře	18:00 večeře	
19:00 – hry na komunikaci a spolupráci	19:00 – příprava ohýnky a hry u něj	
20:30 – večerníček,	20:30 – tajemná procházka,	

ukončení a hodnocení dne	Ukončení a hodnocení	
--------------------------	----------------------	--

Příloha č. 5

Seznamovací hry:

Mám ráda

Děti sedí v kruhu, po kterém lektor posílá předmět. Jakmile dorazí k dítěti tento předmět, musí vyslovit své jméno a např. jídlo, které začíná na stejné písmeno jako jeho jméno. Obměnou můžou být barvy, hračky, koníčky. (Gato, 2009)

Pomůcky: žádné

Cíl: zapamatovat si jméno kamaráda a poznat, co má rád. Rozvoj fantazie a slovní zásoby

Pozdrav dne

Velmi jednoduchá hra na úvod programu, která pomáhá prolomit ledy. Děti sedí, nebo stojí v kruhu. Začíná lektor, který kamarádovi, který stojí po jeho pravé ruce pošle pozdrav. Pozdrav se může posílat různými způsoby. Namalováním smajlíka do dlaně, tlesknutím rukou sousedů o sebe, posláním kamínkové žabky, pohlazení po líčku. K tomuto vybranému pohybu nebo gestu přidáme ještě slovní komentář. Př.: „dobré ráno Honzíku“ nebo „ahoj Adélko“. Hra končí tehdy, když pozdrav dorazí zpět k lektorovi. Obměnou této hry může být posílání tajné zprávy (Gato, 2009)

Pomůcky: žádné

Cíl: prolomení ledů, uvolnění atmosféry

Deka

Děti jsou rozděleny přibližně do dvou stejně početných skupinek. Dva lektori mezi tyto dvě skupiny natáhnou deku, nebo plachtu tak, aby na sebe skupinky neviděly. Všichni členové skupiny dřepí a vyberou si mezi sebou jednoho člena, který si dřepne těsně před deku. Na povel lektori spustí deku dolů a úkolem hráče je co nejrychleji vyslovit jméno protihráče, který sedí naproti němu. (Neuman, 1998)

Pomůcky: deka, nebo plachta

Cíl: procvičení jmen v kolektivu

Příloha č. 6

Zahřívací hry:

Umpaje – pohybová básnička

(indiánská pohybová básnička, která zaujme děti všech věkových kategorií)

Umpaje, umpaje

Pádluju, pádluju

Etamí lapaje

Svítlí na mě sluníčko

Esuela lochotě,

Kolem krásná příroda

Loko loko lébufe,

Ve vodě jsou krokodýli

Neuplepipáje

už nepádluju

Instruktor písničku předzpívává a děti po něm opakují. Instruktor při písni mění hlasitost projevu a děti musí vše opakovat. Může být použito jako rituál při každém zahájení aktivit. (Gato, 2009)

Cíl: pobavení a zahřátí účastníků

- Semafor

Na začátku hry děti rozdělíme do několika týmů, zaleží na počtu hráčů. Děti se postaví za čaru a na druhé straně hřiště vidí rozházené kartičky, které jsou převráceny tak, aby děti neviděly, jaká barva se ukrývá na druhé straně. První z každého týmu na signál učitelky vyběhne. Přiběhne ke kartičkám a jednu z nich otočí. Pokud je na kartě

- I. Zelená barva: vezme kartičku a vrací se ke svému týmu
- II. Oranžová barva: dvakrát se zatočí na místě, vezme kartičku a vrací se ke svému týmu
- III. Červená barva: udělá pět dřepů, vezme kartičku a utíká ke svému týmu

Když hráč doběhne ke svému týmu, řadí se na konec řady a může vybíhat další hráč. Na konci hry vyhrává ten tým, který ze svých kartiček poskládá co nejvíce **celých** semaforů. (Mazal, 2007)

Cíl: pohybová hra, naučit děti poznávání barev, naučit děti pravidla na semaforu

Hry s kolíčky na prádlo:

Každé dítě si vezme pět kolíčku na prádlo a každý musí mít jinou barvu (červená, modré, zelená, žlutá, černá) (Gato, 2009)

Hnízda

Každé dítě si najde v tělocvičně, kde vyskládá všechny své kolíčky. Tohle místo se stává jejich hnízdem. Na signál učitelky se děti rozeběhnou ze svých hnízd a jejich úkolem je, nakrást co nejvíce kolíčků soupeřům. Vyhrává ten, kdo na konci hry má ve svém hnízdě nejvíce kolíčků. POZOR!! – kolíčky se smí krást pouze po jednom, své kolíčky nesmí nijak bránit, ani držet.

Kreativci

Děti jsou lektorem rozděleny do dvojic, ve kterých dají na jednu hromadu své kolíčky. Dvojice se snaží ze všech deseti kolíčků na sobě vytvořit co nejlepší doplněk. Poté se role otáčí. Nezapomenout na prohlídku modelů.

Cíl: U těchto her s kolíčky je cílem nejen rozvoj jemné motoriky, ale také kreativity fantazie. Dalším cílem je zahřát se a pobavit se. Uvolnění atmosféry

Příloha č. 7

Hry na rozvoj týmové a skupinové spolupráce

Domečky pro skřítky

Děti jsou pomocí losovacích karet rozděleny na několik skupin. Jejich úkolem je za dobu 30 minut postavit domeček pro lesního obyvatele, kterým může být také skřítek. Důležité je děti vhodně motivovat a podněcovat je k aktivitě. Zadat jasná pravidla, ale nechat také dětem prostor na rozvoj vlastní fantazie. Během hry dětem připomínáme kolik mají ještě času na dokončení své práci. Na konci hry všechny děti obcházejí domečky a stavitelé představují svou práci. (Neuma, 1998)

Pomůcky: přírodniny, kterou jsou k dispozici v lese

Cíl: cílem hry je podpora spolupráce, klást důraz na to, aby si děti uměly rozdělit práci a domluvit se

Stavba věží

Úkolem dětí ve skupinkách je během určité doby postavit co nejvyšší věž. Na věž je každé skupině hráčů přiřazen materiál, se kterým mohou pracovat. Jiný materiál než ten co je jim přiřazen není možné používat. Vyhrává skupina dětí, po uplynutí stanovené doby věž stojí a je nejvyšší. Věž nesmí být přilepená k zemi a nesmí se o nic opírat. (Neuman, 1998)

Pomůcky: papíry, špejle, lepicí páska, kelímky, nůžky, brčka, toaletní papír

Cíl: podněcovat děti ke komunikaci ve skupině a prohlubovat u nich spolupráci

Nejdelší řada

Tuto aktivitu je možno realizovat kdekoli, kde je dostatek místa. Děti jsou rozděleny do stejně početných skupinek. V těchto skupinkách mají za úkol během časového limitu sestavit nejdelší řadu např. z šišek, vršků, kaštanů. Podle prostředků, které jsou právě k dispozici a které určí lektor.

Pomůcky: záleží na prostředí realizace hry (vršky, kaštany, víčka od petlahví)

Cíl: spolupráce a rozdělení rolí ve skupině

Příloha č. 8

Hry v přírodě a smyslové vnímání

Lesní kapela

Každé se dítě si v lese, nebo v přírodě najde věc, která bude představovat hudební nástroj. Mělo by se jednat o nějaký druh přírodniny jako je šiška, dřívko, kaštan, který vydává netypický zvuk. Až si každé dítě takovou přírodninu najde, posadíme se všichni do kruhu. Postupně představujeme hudební nástroje, které jsme si vyrobili a také na ně zahrajeme. Poté děti zavřou oči a lektor si zapůjčí jeden z nástrojů. Úkolem hráčů je uhodnout, na který z nástrojů bylo hráno. Dalším úkolem pro děti je, aby na chvíli zamkly pusy a jen tak poslouchaly co se kolem nich děje. Po minutě, může každé dítě vyjádřit pocit, co slyšelo. (Gato, 2009)

Pomůcky: přírodniny, které děti najdou v okolí

Cíl: rozvoj sluchového vnímání

Čichové pexeso

Každé z dětí dostane do ruky jeden pytlíček, který má typickou vůni. Úkolem hráče je najít po čichu kamaráda, kterému voní pytlíček stejně. Podmínkou je, že se děti mohou dotýkat pytlíčku jen na horním okraji, aby nepoznaly dvojici například po hmatu
Pomůcky: Čichové pytlíky, které jsou naplněny (mátou, skořicí, meduňkou, kávou, citrónem, mýdlem) atd. (Gato, 2009)

Cíl: Rozvoj čichového vnímání, poznávání přírody po čichu

Velké zkoumání

Lektor rozdělí děti do dvojic. Jedem z dvojice je slepec, který má zavázané oči a druhý z hráčů je navigátor. Na vyznačeném místě leží na zemi několik předmětů (přírodnin). Navigátor vede za ruku slepce k těmto předmětům. Vybere mu jeden předmět a položí mu jej do ruky. Slepec si jej pořádně osahá a poté jej vrátí navigátorovi. Navigátor následně odvede slepce zpět na vyznačené místo, kde si rozváže oči a jde ke skupině předmětů vybrat ten, na který sahal

Cíl: Rozvoj hmatu a zrakového vnímání



Příloha č. 10

HODNOTÍCÍ DOTAZNÍK

Název školy:

Datum programu:

Typ programu:

Místo:

1 Co jste očekávali od zvoleného programu?

2. Splnil program vaše očekávání?

1	2	3	4	5
ano splnil		částečně		nesplnil

3. Jak hodnotíte obsah programu?

1	2	3	4	5
Kvalitní		průměrný		nevyhovující

4. Jak hodnotíte připravenost lektora?

1	2	3	4	5
Kvalitní		průměrná		nevyhovující

5 . Jak hodnotíte pomůcky, které byly na programu využity?

1	2	3	4	5
Kvalitní		průměrný		nevyhovující

6. Která část programu byla podle vás nejpřínosnější a proč?

.....
.....

7. Která část programu byla podle vás nejméně přínosná a proč?

.....
.....

8. Myslíte že děti využijí poznatky a zážitky, které nabyly během adaptačního programu i v budoucnu. Jestli ano, kde?

.....
.....

9. Myslíte, že mělo smysl realizovat tento program i pro děti předškolního věku? Jestli ano, proč?

.....
.....

10. Jaké změny v programu byste doporučili?

.....
.....

Další poznámky a připomínky k programu:

.....
.....

Děkuji za vyplnění dotazníku. Vaše připomínky a hodnocení mi pomohou ke kvalitnímu vyhodnocení účinnosti programu.

V.....dne.....

podpis učitele

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Kateřina Vaňková
Katedra:	Katedra psychologie a patopsychologie
Vedoucí práce:	Doc.PhDr. Eva Urbanovská Ph.D.
Rok obhajoby:	2014

Název práce:	Adaptační programy a jejich vliv na děti předškolního věku
Název v angličtině:	Adaptation programs and their impact on preschool children
Anotace práce:	Bakalářská práce je především zaměřena na adaptační programy a jejich vliv na děti předškolního věku. Hlavním cílem práce bylo sestavit, zrealizovat a ověřit účinnost adaptačního programu. V teoretické části práce se zabývám pojmem adaptace a adaptační programy. V praktické části jsou vymezeny cíle, metody a výzkumný vzorek. Je zde také uveden třídenní adaptační program, který byl realizován pro děti ve věku 5-7 let.
Klíčová slova:	Adaptační programy, adaptace
Anotace v angličtině:	The thesis is mainly focused on adaptation programs and their impact on children of preschool age. The main objective was to build, implement and verify the effectiveness of the adaptation program. The theoretical part deals with the concept of adaptation and adaptation programs. In the practical part defines the objectives, methods and research samples. It also shows a three-day adaptation program, which was implemented for children aged 5-7 years.
Klíčová slova v angličtině:	Adjustment programs, adaptation
Počet příloh	10
Rozsah práce:	58 s.
Jazyk práce:	Čeština