

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra primární a preprimární pedagogiky

Bakalářská práce

Pavla Kravalová

Den dítěte předškolního věku v rodině

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedených zdrojů a literatury.

V Olomouci dne 20. 4. 2018

.....

Pavla Kravalová

Poděkování:

Děkuji prof. PhDr. Evě Šmelové, Ph.D. za odborné vedení práce, cenné rady, připomínky a ochotu při vedení práce. Dále bych ráda poděkovala učitelkám mateřských škol, které se postaraly o distribuci dotazníků rodičům. Velké díky patří i samotným rodičům, kteří mi vyplnili dotazníky a já díky nim získala podklady pro výzkumnou část.

Obsah

ÚVOD	6
I. TEORETICKÁ ČÁST	7
1 Specifika dítěte předškolního věku	8
2 Potřeby dítěte předškolního věku	11
2.1 Denní režim, rituály	12
2.2 Spánek.....	13
2.3 Stravování	14
2.4 Pohyb	16
2.5 Hygiena - návyky.....	18
3 Činitelé výchovy dítěte	19
3.1 Vliv rodiny na dítě	19
3.2 Mateřská škola v životě dítěte	20
3.3 Vrstevníci a jejich vliv na dítě	22
3.4 Sourozenci	24
4 Aktivity dítěte mimo MŠ	26
4.1 Hra	26
4.2 Sledování televize	28
4.3 Počítač v životě dnešního dítěte.....	30
4.4 Pohybové aktivity s rodiči	31
4.5 Povídání rodičů s dítětem	32
4.6 Čtení pohádek dítěti	33
4.7 Zájmové kroužky	34
II. EMPIRICKÁ ČÁST.....	36
5 Výzkumné šetření.....	37
5.1 Cíl výzkumu.....	37
5.2 Výzkumné otázky	37
5.3 Metody výzkumu	38
5.4 Realizace výzkumu	39

6	Vyhodnocení a interpretace dat	41
7	Shrnutí výsledků empirické části.....	64
8	Závěr.....	67
	Seznam použitých zkratek	68
	Seznam literatury.....	69
	Seznam tabulek.....	74
	Seznam grafů	75
	Přílohy	
	Anotace	

ÚVOD

K zajištění správného vývoje dítěte předškolního věku je nutné znát denní režim dítěte a jeho potřeby. V dnešní době se rodiče čím dál více zajímají o organizaci dne dítěte, umisťují svoje děti od nejútlejšího věku do různě specializovaných kroužků, připravují jim denní program. Často však nemají dostatek prostoru, nebo schopností uspokojovat základní biologické, psychické, sociální či vývojové potřeby dítěte.

Problematika denního režimu, potřeb dítěte a činitelů, kteří se podílejí na výchově dítěte, je podle mého názoru stěžejní v péči o dítě. Z tohoto důvodu jsem si vybrala pro svou bakalářskou práci téma Den dítěte předškolního věku v rodině. Domnívám se, že ke svému budoucímu povolání, vzdělávání a výchově dětí, je žádoucí mít povědomí o čase, který dítě tráví v rodině. Jedině poté je možné přizpůsobit a pochopit aktuální pocity a problémy dítěte a poskytnou mu podporu a individuální přístup.

Hlavním cílem mé bakalářské práce je zjistit, jak tráví děti předškolního věku čas v rodině s ohledem na místo bydliště. A odhalit faktory ovlivňující denní režim, aktivity a rituály dítěte.

Tato práce je členěna na část teoretickou a praktickou. Do části teoretické spadají kapitoly 1 – 4, v nichž zpracovávám teoretická východiska, se kterými dále pracuji v empirické části. První kapitola obsahuje upřesnění základních specifik dítěte předškolního věku. Druhá se věnuje potřebám dítěte ve spojitosti s denním režimem, spánkem, stravováním, pohybem a hygienou. Třetí kapitola se zabývá činiteli ovlivňující vývoj dítěte. Mezi nejdůležitější výchovné činitele patří rodina, dále je osobnost dítěte utvářena prostřednictvím mateřské školy, vrstevníků i sourozenců. Poslední kapitola pojednává o aktivitách, které mohou být každodenní náplní dne dítěte. Čas dítě nejčastěji využívá ke hře, sledování televize, hraní her na počítači, pohybovým aktivitám nebo zájmovým kroužkům. Rodiče se podílejí na předešlých aktivitách, a navíc zařazují povídání s dítětem a čtení pohádek.

Praktická část, kterou tvoří kapitoly 5 – 8, je souborem získaných dat, analýzou a zhodnocením dotazníkového šetření. Závěr tvoří výsledky a celkové shrnutí faktorů podílejících se na denním režimu dětí, problematika pravidelného režimu a rituálů s ohledem na místo bydliště, věk a vzdělání rodičů.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 Specifika dítěte předškolního věku

Za dítě předškolního věku považuje Vágnerová (2000, s. 102) každé dítě ve věku od 3 přibližně do 6 let a dodává, že se toto období nevymezuje pouze fyzickým věkem, ale že zásadním se stává nástup do školy. Typickým znakem předškolního věku je postupné odpoutávání se od rodičů, rozvoj aktivity a začleňování se do kolektivu, prosazení se ve vrstevnické skupině. Dítě si utváří vlastní pozici ve světě. Pomocníkem v poznání světa se mu stává fantazie a intuitivní uvažování, které není dosud regulováno logikou. Svoji představu si dítě dokáže upravit podle svých možností a potřeb. Dítě se u tuto chvíli nachází v období iniciativy, má potřebu něco zvládnout a ověřit si svoje kvality. Celý předškolní věk je chápán jako příprava na život ve společnosti. (Vágnerová, 2005, s. 173 – 174)

Langmeier a Krejčířová (2006, s. 87) charakterizují předškolní věk v širokém smyslu slova jako období od narození (někdy i od početí) po vstup do základní školy. Vývojové potřeby dítěte se však během tohoto dlouhého období mění a je třeba je vnímat a reagovat na ně. Předškolní období považují v užším slova smyslu za „věk mateřské školy“.

Thorová (2015, s. 381) vymezuje předškolní období jako období mezi 3. a 6. rokem dítěte, konec předškolního věku také neurčuje věkem, ale sociálně – nástupem do primárního vzdělávání. *„V tomto období dochází k zpomalení a harmonizaci vývoje, individuální osobnost dítěte se stává zřetelnější.“* Thorová (2015, s. 381)

Eric Erikson charakterizoval předškolní období jako věk iniciativy, přičemž hlavní potřebou dítěte je aktivita, spolupráce a činnost. (Thorová, 2015, s. 381)

Dítě se rychle, snadno a rádo učí novým věcem, pracovními postupům, zdokonaluje se v systematickosti a vytrvalosti. Je komunikativní, zvědavé, má dostatek energie na věnování se pohybovým aktivitám. Snaží se zapojit do domácích činností, napodobuje dospělé. Přijímá společenská pravidla. Předškolní děti jsou nadšené do zkoušení nových činností, u kterých však většinou dlouho nezůstanou, jejich zájmy mají přelétavý charakter, rychle se mění. (Thorová, 2015, s. 382)

Po 3. roce se mění tělesná konstituce dítěte. Dětská baculatost mizí, dítě roste do výšky. Období mezi 5. a 7. rokem je popsáno jako stádium první vytáhlosti. Každoročně dítě vyrostne asi o 7 cm, rozdíly mezi chlapci a dívkami jsou zanedbatelné. Kolem 6. roku

dochází k osifikaci zápěstních kůstek, což umožňuje dítěti přesnější koordinaci v oblasti jemné motoriky. (Thorová, 2015, s. 386)

Hrubá i jemná motorika dítěte předškolního věku se zdokonaluje, dochází k větší pohyblivosti, hbitosti a lepší pohybové koordinaci. I kresba je stále vyspělejší, obsahuje více detailů. (Špaňhelová, 2004, s. 10) Kreslením, grafomotorickou nápodobou a vybarvováním se dítě připravuje na psaní. (Thorová, 2015, s. 385)

Poznávací procesy procházejí intenzivním vývojem. U dítěte předškolního věku převládá synkretické (celistvé) vnímání. Pozornost dítěte se soustředí na výrazné předměty, které souvisejí s danou činností. Také platí, že je pozornost zpočátku nestálá a přelétavá, časem se však dítě dokáže déle a snadněji soustředit, vzniká úmyslná pozornost. (Šimíčková-Čížková a kol., 2010, s. 76)

Poznávání se zaměřuje na okolní svět a pravidla, která v něm platí. Uvažování dítěte nazval Piaget jako názorné, intuitivní myšlení, které je u dítěte je nepřesné, málo flexibilní, prelogické (nerespektuje zákony logiky) a které je ovládáno egocentrismem, tj. subjektivním pohledem, prožíváním. Mezi další znaky myšlení se řadí feminismus (dítě posuzuje věci pouze podle vizuálních znaků). Protože se dítě předškolního věku dokáže soustředit pouze na přítomnost, hovoří Vágnerová (2000, s. 103) o prezentismu. Myšlení je plně fantazie, která dítěti pomáhá v poznání reálného světa. Magičnost je tedy prostředníkem k seznámení se s aktuálním děním ve světě. Potřebu dětské jistoty zajišťuje absolutismus (domněnka, že všechna poznání mají jednoznačnou a definitivní platnost). (Vágnerová, 2000, s. 102 – 103)

Langmeier a Krejčířová (2006, s. 92) ještě doplňují, že dítě používá antropomorfické myšlení (všechno polidšťuje – např. „Ten stůl je zlý, on mě chce uhodit“) a artificialistické myšlení (všechno se dělá samo).

Dalším znakem dětského myšlení je podle Vančurové (1960, s. 119) skutečnost, že se děti zajímají o účel každého předmětu a jeho funkci. Pro uspokojení zvědavosti a rozvoj rozumových schopností potřebují mít děti vše jasné a nejlépe konkrétní, hmatatelné.

Rovněž se zdokonaluje zrakové a sluchové vnímání. Kromě základních barev rozlišuje dítě i barvy doplňkové. Podle sluchu a dosavadních zkušeností dokáže analyzovat zdroje zvuku. Chuťové a čichové vnímání se také stále rozvíjí a zdokonaluje. Významným zdrojem zkušeností je hmat, pomocí něhož dítě rozlišuje a pojmenuje předměty. (Šimíčková-Čížková a kol., 2010, s. 76)

Egocentrické myšlení ovlivňuje i chápání prostoru a času. Čas dítě měří prostřednictvím stále se opakujících činností, které jsou pro něj zásadní. Zaměřuje se na přítomnost, časové pojmy nemají přesnější obsah. (Vágnerová, 2000, s. 111 – 112)

Během předškolního období dochází k výraznému rozvoji verbálních schopností. Otázkou – a proč? – se děti ptají po příčině. V 6 letech používají děti přibližně 3 000 až 6 000 slov a jejich mluvnická struktura aktivního slovníku se neustále zdokonaluje. (Šimíčková-Čížková a kol., 2010, s. 78)

Emoční vývoj předškolního dítěte se vyznačuje ve srovnání s batolecím věkem větší stabilitou a vyrovnaností. U dětí převažuje dobrá nálada. Citové prožitky bývají intenzivní a jsou spojeny s momentálním uspokojením či nespokojením. Podle aktuální situace se rychle střídají, např. smích se mění v pláč. Proměna emocí závisí na zralosti centrální nervové soustavy a schopnosti dítěte vyrovnat se s nespokojeností. (Vágnerová, 2005, s. 196)

Šimíčková-Čížková (2010, s. 78 – 79) uvádí, že se u dítěte postupně rozvíjejí vyšší city, tj. sociální, estetické, etické a intelektuální city.

Pro nabývání zkušeností, seznamování se s okolním světem, získání potřebných dovedností je pro předškolní věk zásadní hra. Dětská hra je podle Šimíčkové-Čížkové (2010, s. 79) stěžejním socializačním a motivačním činitelem a základní potřebou dítěte.

Vančurová (1969, s. 163) je stejného názoru a dodává, že „*hra je náplní dětství, její účastníci v ní žijí intenzivním životem, vkládajíce do ní všechny své schopnosti, rozum i cit.*“.

Thorová (2015, s. 382) hovoří o předškolním období jako o zlatém věku dětské hry. A dodává, že nedílnou součástí socializace dítěte se stává sociálně-dramatická hra, při které si děti mohou vyzkoušet různé sociální role a zároveň si zdokonalovat svoje komunikační a prosociální dovednosti.

Hra vypovídá i o vývojové úrovni dítěte a může být využita jako léčebný prostředek. (Šimíčková-Čížková (2010, s. 79)

Z uvedeného vyplývá, že předškolní věk je velmi specifické období, ve kterém dochází k výrazným změnám ve vývoji dítěte, a je tedy nutné přistupovat k dítěti s ohledem na daná specifika a potřeby.

2 Potřeby dítěte předškolního věku

Uspokojování potřeb dítěte v dostatečné míře je zásadní pro jeho příznivý vývoj. Mezi základní potřeby dítěte řadí Dunovský (1999, s. 49 – 53) biologické, psychické, sociální a vývojové potřeby.

K nejvýznamnějším biologickým potřebám patří dostatek kvalitní potravy, dodržování základních hygienických požadavků (dostatek tepla, čistoty, ochrany před nepříznivými vlivy z prostředí, rozvoj obranyschopnosti). Zásadní biologickou potřebou je stimulace, hojnost stimulujících podnětů rozvíjejících funkce organismu. V rámci zachování zdraví dítěte je rozhodující preventivní lékařská péče, ale i léčebná nebo rehabilitační péče. (Dunovský, 1999, s. 50)

Psychické potřeby dítěte se prolínají se sociálními a navazují na biologické. Uspokojování psychických potřeb se odráží v rozvoji dítěte v oblasti citů a vůle, intelektu, chování, interakci s okolím, chápání sebe a i prostředí, ve kterém se nachází. Jak už bylo zmíněno v biologických potřebách, základní potřebou je přívod podnětů, stimulace dítěte již od narození v takové míře, aby byl uspokojován jeho zájem o poznání okolního světa. Dále je třeba zajistit dítěti smysluplnost světa. Tato potřeba spočívá v postupném organizování a zpracovávání podnětů, poznatků a zkušeností, aby mu dávaly smysl a byl u dítěte zahájen proces učení. Mezi další psychické potřeby řadí Dunovský (1999, s. 51) potřebu jistoty, vědomí vlastní identity, dále potřebu otevřené budoucnosti – naději do budoucnosti, životní perspektivy. Děti předškolního věku vidí jen krátké časové perspektivy, postupně se však výhled do budoucnosti prodlužuje. (Dunovský, 1999, s. 51)

Optimální socializace souvisí s uspokojováním sociálních potřeb. Nejvýznamnější sociální potřebou je potřeba lásky a bezpečí, bezvýhradná akceptace – přijetí dítěte takového jaké je a potřeba identifikace s ním. (Dunovský, 1999, s. 52)

Základní vývojové potřeby se s rostoucím věkem a jeho zvláštnostmi mění. Adekvátní vývoj jedince závisí na uspokojování všech základních potřeb a motivací. Dítě si postupně prostřednictvím motivace a vývojových potřeb vytváří vlastní plány, které následně realizuje, a tím získává nové poznatky a dovednosti. (Dunovský, 1999, s. 53)

Dítě vyžaduje uspokojování základních potřeb v dostatečné míře, což patří k nejdůležitějším požadavkům péče o dítě. Platí totiž, že neuspokojování potřeb se může odrazit v narušení celkového stavu a vývoje dítěte. (Dunovský, 1999, s. 49 – 53)

Protože jsou základní potřeby dítěte součástí denního režimu, je dobré zaměřit se na zásadní aspekty, které umožní dítěti správný vývoj. Následující podkapitoly se věnují dennímu režimu, rituálům, spánku, vhodné stravě, pohybu a základům hygieny.

2.1 Denní režim, rituály

Každá rodina má svoje ustálené denní zvyklosti, rituály, stereotypy, které poskytují dětem a celé rodině pocit jistoty a bezpečí. Rituály jsou významné a jejich dodržování usnadňuje fungování celé rodiny, umožňuje dítěti snazší orientaci v čase. Dítě si brzy zvyká na denní režim a vykonávání jednotlivých denních činností pro dítě znamená jistotu, řád. Mezi hlavní rituály dne patří ranní vstávání a večerní usínání. (Šmelová, 2015, s. 82)

„Určité rutinní postupy poskytují dítěti bezpečí a jistotu. Může předjímat, co bude následovat, co se stane v nejbližší budoucnosti, a ono se tak opravdu stane. Rituál představuje pevně daný sled akcí a reakcí, a když se ho dítě naučí, uvolňují se mu ruce pro další nerušené bádání a zkoumání světa.“ (Mertin, 2015, s. 132)

Zavedení rituálů v rodině usnadňuje plánování a organizaci dne. Rituály přispívají ke zklidnění dítěte, které má povědomí o tom, jaké činnosti budou následovat, což mu např. dovoluje naplánovat si hru tak, aby ji stihlo dokončit. (Mertin, 2015, s. 132)

Hrstková (2018, [online]) tvrdí, že dodržováním denního režimu se u dítěte vytváří řada podmíněných reflexů (návyků), které ulehčují jeho další výchovu a vývoj. Během dne má mít dítě vyčleněný čas na stravu, spánek a hraní. Důležité je, aby denní režim vyhovoval dítěti i rodičům. Podle stáří, aktuálních potřeb dítěte a roční doby je vhodné denní režim upravovat.

Podle Hrstkové (2018, [online]) by měl denní režim zahrnovat:

- 1) Pravidelný spánek s ohledem na věk dítěte
- 2) Vyváženou stravu – podávanou 5x denně ve stejný čas

- 3) Dostatek pohybových aktivit na čerstvém vzduchu
- 4) Jiné činnosti – dítě bychom měli podporovat v rozvíjení schopností, dovedností – kreslení, zpívání, hra na hudební nástroj
- 5) Dítěti bychom měli nechat prostor pro vlastní aktivity, hru – dítě motivovat, ale nepřetěžovat
- 6) Zapojení dítě do denních povinností, péče o domácnost, které dává dítěti pocit uplatnění
- 7) Trávit čas s dítětem, naslouchat jeho potřebám

Nastavením a dodržováním denního režimu, rituálů v rodině získáme zklidnění, jasnější strukturu dne a pocit jistoty. Pro dítě je důležité zejména dodržování uspávacích rituálů, které mohou zahrnovat krmení, koupání, zpívání, čtení pohádek či pohlazení. Pro zavedení a pravidelné vykonávání rituálů je nezbytný citlivý, laskavý, trpělivý a důsledný přístup rodičů. (Mertin, 2015, s. 132; Bacus, 2004, s. 20)

2.2 Spánek

„Dítě nespí jenom proto, aby si odpočinulo. Během spánku se aktivuje nervový systém, paměť pracuje na plný výkon a dítě roste.“ (Gravillon, 2003, s. 9)

Potřeba spánku u dětí předškolního věku je individuální, dítě by však mělo mít možnost spát 10 až 13 hodin denně, včetně odpoledního odpočinku. Dostatek kvalitního spánku je pro správný vývoj dítěte nezbytný. Ve spánku má dítě čas, aby si uspořádalo nové poznatky, zážitky. Vyvíjí se nervový systém, do těla se ve velkém množství vylučuje růstový hormon, dítě roste. Je tedy nutné respektovat spánkové potřeby dítěte, které se postupně mění, a zajistit dítěti vhodné podmínky – klid, vlastní postel, ztlumené světlo a pocit bezpečí. (Bacus, 2009, s. 19)

Spánek po obědě je pro dítě prospěšný a většina dětí si chodí do svých 4 let po obědě odpočinout. Zvláště děti, které kvůli povolání rodičů vstávají ráno brzy, by měly mít svůj odpolední klid. Dítě bychom však do odpoledního spánku neměli nutit. Pokud dítě nemá potřebu odpoledního odpočinku, je vhodné nabídnout mu klidové činnosti – např. prohlížení knihy, malování, hraní si s hračkou. (Bacus, 2009, s. 19)

Pro večerní ukládání ke spánku pomáhá dítěti pravidelný režim, zavedení večerních rituálů, které přispívají ke zklidnění dítěte. (Bacus, 2009, s. 20)

„Když dítěti před spaním přečtete pohádku, pomazlíte se s ním, rozsvítíte noční lampičku, dáte mu do ruky jeho oblíbenou hračku a podobně, dítě se postupně uklidní a nebude pro ně tak těžké odloučit se od těch, kdo ho mají rádi a připravují se s ním na usnutí.“ (Bacus, 2009, s. 20)

Pravidelné opakování rituálů zajistí dítěti pocit bezpečí, uvolnění a pohody. Uspávací rituály by neměly trvat příliš dlouho, zároveň by však dítě po jejich provedení nemělo získat pocit, že se ho rodiče snaží odložit. Rituál by se během jednoho večera neměl opakovat dvakrát, aby dítě pochopilo, že po provedení rituálu nastává čas odpočinku. Potřeby a zájmy dítěte se během života postupně mění, proto bychom měli i uspávací rituály upravovat podle aktuálních potřeb dítěte. (Bacus, 2009, s. 20)

2.3 Stravování

Základní fyziologickou potřebou pro dítě předškolního věku je příjem potravy. Dítě se vyvíjí, a proto je zásadní dodávat tělu v pravidelných intervalech pestrou a vyváženou stravu. Stravovací návyky, které si během dětství osvojuje, se v pozdějším věku obvykle příliš nemění, proto je vhodné věnovat pozornost výživovému složení jídelníčku. (2018, [online])

Na vzniku stravovacích návyků se podílí z velké části rodina, zejména matka.

„Vlivů na výživu dětí je však mnohem více a dotýkají se biologické, psychologické i sociokulturní podstaty dětské výživy a výživových zvyklostí.“ (Hřivnová, Majerová, 2016, s. 15)

Biologická rovina zabezpečuje příjem potravy za účelem nasycení, získání živin a dodání energie. V psychologické rovině usiluje tělo o uspokojování chuti (sladké, slané, tučné). Na množství přijímané potravy a pravidelnosti se podílí psychika, psychické stavy (pohoda, stres atd). Sociokulturní prostředí, tradiční potraviny v místě bydliště jsou také významným aspektem pro utváření stravovacích návyků. Dále tvoří životní návyky reklama, vzdělání rodičů, ekonomické možnosti, náboženství atd. (Hřivnová, 2014, s. 9 – 12)

Pro růst kostí, vývoj tkání, správnou funkci nervového a imunitního systému potřebuje dítě základní živiny (bílkoviny, sacharidy, tuky), vitaminy a minerální látky. Při přípravě pokrmů pro děti je nutné dbát na dostatečné množství bílkovin, které jsou zásadní pro činnost mozku. (Fraňková, Mertin, 2015, s. 114)

Eliášová (2018, [online]) upozorňuje, že dodavateli energie jsou z 50–55 % sacharidy, ty jsou součástí obilovin, rýže, těstovin, luštěnin, zeleniny a ovoce. Jídelníček by měl obsahovat i dostatek vlákniny. Eliášová doporučuje cca 10 g vlákniny na den.

Podle Hřivnové (2014, s. 67 – 68) by se měl pravidelný stravovací režim utvářet již v batolecím období. Dítě by mělo dostávat potravu pětkrát až šestkrát denně přibližně každé tři hodiny. Pokud tělo dostává pravidelný příjem energie, nemá potřebu dělat si zásoby na horší časy a odpadá riziko přejídání se ve večerních hodinách. Snídaně by měla tvořit 20–25 % denního příjmu, dopolední svačina 5–10 %, oběd 30–35 %, odpolední svačina 10–15 %, večeře 15–20 %. Odpolední svačina by měla být podávána pouze aktivním dětem, dětem v období růstového sportu nebo dětem s nízkou hmotností. Dvě až tři hodiny před spánkem by už dítěti nemělo být podáváno žádné jídlo.

Nedílnou součástí jídelníčku je dostatek ovoce a zeleniny (vláknina, vitamíny), maso (bílkoviny), ryby (lehká stravitelnost, vitamín D, esenciální mastné kyseliny, jód), mléko a mléčné výrobky (vápník), luštěniny, tuky a dostatečný pitný režim. Ideální tekutinou je neperlivá pitná voda, neslazené ovocné čaje a ředěné ovocné a zeleninové šťávy. (2018 [online])

Mertin (2015, s. 200) zdůrazňuje, že je důležité vnímat jídlo jako běžnou součást života. Dítěti jídlo nenutit, ale postupně je seznamovat s pestrou stravou. Sladkosti doporučuje Mertin omezovat, ale ne striktně nezakazovat.

I Kořátková (2014, s. 42 – 43) souhlasí s tvrzením, že jídlo má být přijímáno jako nedílná součást dne, života. Dodává také, že by dítě nemělo být krmeno v izolaci od ostatních členů domácnosti, ale mělo by jíst od prvního roku u stolu s ostatními členy domácnosti. Rodiče by z jídla neměli dělat dramatický proces a vše komentovat. Pokud dítě sedí s ostatními členy u stolu, pozoruje druhé, napodobuje je, postupně ochutnává nové potraviny, navíc se seznamuje s pravidly stolování. Pokud některé potraviny nejí, dítě není třeba nutit a zbytečně na potraviny upozorňovat.

Hlavatá (2013, [online]) nedoporučuje odměňovat dítě za snědení neoblíbené potraviny dopřát dítěti oblíbenou. Upoutávání pozornosti dítěte na neoblíbenou potravinu vede podle ní k ještě většímu odmítání neoblíbené potraviny.

Jídlo může pro rodinu znamenat příležitost ke společnému setkání. Tento rituál doporučuje Špaňhelová (2004, s. 54) zachovat a využít ho pro sdílení zážitků.

U dítěte předškolního věku se může v určitém období objevit nechutenství. Odmítání stravy může být spojeno s infekčním onemocněním, užíváním léků, nebo může být reakcí na psychické trauma. Pokud se jedná o krátkodobé nechutenství, není nutné na situaci reagovat. (Mertin, Fraňková, 2015, s.115)

Dítě může odmítat jídlo také pouze z nedostatku hladu, neoblíbenosti jídla, nebo může odmítáním jídla usilovat o pozornost dospělého. (Bacus, 2004, s. 26 – 27)

Dítě předškolního věku by již mělo mít nějaké povědomí o vhodnosti potravin na zdraví člověka. Postupně se u dítěte formuje postoj ke stravování a zdravému životnímu stylu. Pokud dítě získá k jídlu nevhodný postoj, v budoucnosti se u něj mohou objevit např. poruchy příjmu potravy (mentální anorexie, mentální bulimie, obezita). (Hřivnová, 2014, s. 17)

2.4 Pohyb

„Pohyb je prostředkem seznamování se s prostředím, prvním učením, jak ovládnout své tělo, jak si poradit se svým okolím a tím nabýt potřebné zkušenosti. Pohyb je prostředkem, jak vyjádřit sebe sama a komunikovat s ostatními. Je také prostředkem získávání sebevědomí, hodnocení sebe samého, vzájemného srovnávání, pomáhání si, soupeření a spolupráce.“ (Dvořáková, 2002, s. 13)

Dítě předškolního věku získává pomocí pohybu množství informací o svém okolí, řadu prosociálních kompetencí i informací o sobě a svých schopnostech, které může zhodnotit, srovnat vzhledem ke schopnostem ostatních dětí stejného věku. Pohyb je pro dítě přirozenou součástí života a nástrojem učení. (Dvořáková, 2002, s. 17)

„Pravidelné a soustavné každodenní pohybové činnosti a hry v předškolním věku jsou pro zdravý tělesný rozvoj, pro pěstování kondice, pro ovládnutí vlastního těla a jeho kultivaci, i pro získávání různých životně běžných i specifických dovedností a znalostí nezbytné, a proto neopominutelné a nezastupitelné.“ (Dvořáková, 2002, s. 17)

Nedostatek pohybových aktivit se může projevit ve snížené schopnosti orientace v prostoru, rovnováze a koordinaci, v jemné motorice. Při pohybových hrách se děti učí soustředit se, učí se spolupracovat. Pokud děti nejsou podněcovány k pohybu, mohou být roztěkané, neklidné a agresivní. Pohyb, vhodné pohybové aktivity přispívají ke zvýšení pozornosti, soustředěnosti, jsou prevencí poruch v chování a učení. (Dvořáková, 2002, s. 16 – 17)

Při výběru pohybových aktivit je nezbytné znát vývoj dítěte a respektovat specifika dítěte předškolního věku. (Dvořáková, 2002, s. 17)

V období předškolního věku se u dítěte mění tělesné proporce. Dítě roste, prodlužují se mu končetiny, břicho není tolik vystouplé, hlava se jeví v poměru k tělu menší než dosud, dochází k tzv. první vytáhlosti (růstovému spurtu). Postava dítěte stále více připomíná postavu dospělého. Protože kosti nejsou ještě osifikovány a kloubní spojení nejsou zpevněna, neměly by být děti podrobovány jednostranné zátěži a nošení těžkých břemen. Objem srdce a plic je menší, proto se při zátěži výrazně zvyšuje srdeční a dechová frekvence. Rychlý dech se nepřisuzuje přetížení, nýbrž omezenému objemu srdce a plic. Pro dítě je přijatelnější dlouhodobější zátěž než vysoký výkon trvající krátkou dobu. Předškolní dítě se snadno unaví, ale zároveň rychle obnoví energii. Přetížení dítěte pohybovou aktivitou není téměř možné, pokud bude unavené, další aktivitu, přetížení zavrhne. (Dvořáková, 2006, s. 3 – 10)

Předškolní věk je vzhledem k pohybovým možnostem ideální k rozvoji pohybových dovedností. V tomto věku dětem pohyb přináší radost, uvolnění. Děti se rády a často pomocí pohybu projevují, používají jej jako komunikační prostředek – radost vyjadřují skákáním, zlost mlácením atd. (Dvořáková, 2006, s. 5)

Jejich nadšení, nebojácnost je vhodné využít k zvládnutí pohybových dovedností, získání tělesné zdatnosti a rozvíjení psychických, osobnostních a sociálních stránek jedince podle individuálních možností a předpokladů. (Dvořáková, 2002, s. 18)

2.5 Hygiena - návyky

V období předškolního věku si dítě snadno osvojuje návyky a dovednosti, které patří ve společnosti k žádoucím. Období vzdoru skončilo a dítě je připravené přijmout návyky ostatních, nastoupilo do tzv. období konformity, dítě chce dělat to, co vykonávají běžně ostatní lidé v jeho okolí. Učí se přirozeně – nápodobou, přijímá snadno zvyky rodiny, režim dne i výchovné zásady. Je tedy vhodné tohoto období využít a nastavit dítěti pravidelný režim a vytvořit hygienické návyky. (Matějček, 2013, s. 50)

Z hygienických návyků je třeba dbát na osvojí čištění zubů, umývání rukou před jídlem a po toaletě, koupání, mytí ovoce před jídlem atd. Zásadní je, aby se dítě naučilo hygienické návyky správně. Pokud by došlo k zafixování špatných hygienických návyků, je obtížné dítě později přeučit na jiné návyky. Dítě si už vytvořilo určité vzorce chování, které přijalo a není snadné se poté takových vzorců vzdát. (Matějček, 2013, s. 51 – 52)

Uspokojování potřeb dítěte předškolního věku je vzhledem ke specifikům tohoto období stěžejní pro jeho příznivý vývoj. Biologické potřeby se prolínají s psychickými a sociálními. Základní vývojové potřeby se během života dítěte mění a adekvátní vývoj dítěte závisí na uspokojování nebo neuspokojování těchto potřeb.

3 Činitele výchovy dítěte

Mezi hlavní činitele, kteří mají vliv na vývoj dítěte předškolního věku, patří bezesporu rodinné prostředí, v němž dítě vyrůstá. Osobní příklad rodičů poskytuje dítěti od nejútlejšího věku vzorce chování. Vzájemné vztahy mezi rodiči, jejich chování, jednání a prožívání běžných dní, ale i krizových situací zanechají v dítěti stopy, vzorce a tím rodiče ovlivňují pozdější vztah dítěte ke společnosti i sobě samému. Mezi další činitele výchovy se řadí vliv mateřské školy (dále jen MŠ), vrstevníků a sourozenců. Osobnost jedince však utváří i společnost, kultura a vzdělávací instituce. (srov. Vágnerová, 2005, s. 202 – 204; Vágnerová, 2012, s. 223 – 225)

3.1 Vliv rodiny na dítě

Rodina je základní společenskou jednotkou, která patří mezi nejdůležitější výchovné činitele v životě dítěte. Do rodiny, rodinného prostředí se člověk narodí a přejímá zvyky, morální hodnoty, postoje, lidské formy chování a jednání, jazyk a zájmy rodičů. Je prvním prostředím, kde dítě získává sociální zkušenosti, sociální normy, učí se, co se smí, co se nesmí, co je přijatelné, co nepřijatelné a co je nežádoucí. Napodobováním rodičů, sourozenců, prarodičů se dítě postupně začleňuje do společnosti, socializuje se. Rodiče pečují také o fyzické zdraví dítěte, zabezpečují mu základní životní potřeby. Rodinné prostředí stimuluje či tlumí rozvoj dítěte. Proces socializace v rodině ovlivňuje její stabilita, bezpečí, jistota, emocionální uspokojení potřeb dítěte, vstřícné a podnětné prostředí atd. (srov. Šmelová, 2015, s. 63 – 72; Šmelová, 2004, s. 87 – 88; Vágnerová, 2000, s. 122 – 125)

„Rodiče jsou pro předškolní dítě emocionálně významnou autoritou. Představují ideál, jemuž se chce ve všech směrech podobat a s nímž se identifikuje.“ (Vágnerová, 2000, s. 125)

Dítě se učí nápodobou (imitací) jednání, chování druhých lidí a identifikací. Prvními osobami, se kterými se dítě identifikuje, jsou osoby, jež o dítě pečují, nejčastěji rodiče dítěte. Dítě předškolního věku přijímá veškeré postoje, normy chování, jednání a hodnoty rodičů zcela bez výhrad a snaží se je napodobit. Identifikace s rodiči, autoritou má pro dítě velký

význam. Dítě získává větší pocit jistoty a bezpečí, což se projevuje v utváření sebehodnocení dítěte. (Vágnerová, 2000, s. 125)

„Rodina představuje významné sociální a výchovné prostředí pro vývoj a rozvoj dítěte, ale podílí se na uspokojování potřeb všech svých členů – dospělých i dětí.“ (Mertin, 2015, s. 184)

Výchova v rodině obsahuje různé interakce mezi rodiči a dětmi, prožívání a reagování na řadu odlišných životních situací, volbu výchovných přístupů a postupů. Mezi základní výchovné styly se řadí autoritativní styl, liberální a demokratický. Pro autoritativní styl jsou typické přísné tresty, řád, dítě často nemá uspokojené potřeby, rodiče nerespektují názory dítěte. Liberální styl je volný styl výchovy, kdy dítě nezná, nemá vytyčené hranice. Nejvhodnější stylem pro dítě je demokratický styl, který dává dítěti prostor pro vlastní rozhodování, odpovědnost za sebe, dítě zároveň povzbuzuje, motivuje. Nevhodnými styly, které dítěti neprospívají, jsou výchova rozmazlující, výchova zavrhuje (u nechtěných dětí), výchova nadměrně ochraňující, perfekcionalistická a deviantní (týrání, zneužívání, zanedbávání, deprivace, ...). Způsob výchovy ovlivňují vlastní zkušenosti rodičů z jejich dětství, osobní charakterové vlastnosti, kvalita vztahu mezi rodiči, aktuální problémy. Na výchovném stylu se podílí i sociokulturní podmínky a výchovné tradice. (srov. Mertin, 2015, s. 184; Šmelová, 2004, s. 87 – 94; Helus, 2015, s. 198 – 199)

3.2 Mateřská škola v životě dítěte

Ačkoli první místo v socializaci dítěte do společnosti patří matce, rodičům, později rodině, která pro dítě představuje bezpečí a jistotu, v období kolem třetího roku života se dítě stále více zajímá o vrstevníky, vyžaduje jejich společnost. Paralelní hru, typickou pro děti od 2 do 2, 5 let, kdy si děti hrají vedle sebe, jejich hra má stejný námět, ale nehrají si společně, postupně vystřídá hra skupinová, ve které si děti hledají pro hru svého kamaráda. Dítě se stává zralé pro předškolní vzdělávání, kolem tří let bývá připravené na vstup do MŠ. (srov. Koťátková, 2008, s. 48, 62; Suchánková, 2014, s. 44)

Aktuální zákon 561/2004 Sb. ve znění pozdějších předpisů popisuje cíle předškolního vzdělávání takto: *„Předškolní vzdělávání podporuje rozvoj osobnosti dítěte předškolního věku, podílí se na jeho zdravém citovém, rozumovém a tělesném rozvoji*

a na osvojení základních pravidel chování, základních životních hodnot a mezilidských vztahů. Předškolní vzdělávání vytváří základní předpoklady pro pokračování ve vzdělávání. Předškolní vzdělávání napomáhá vyrovnávat nerovnoměrnosti vývoje dětí před vstupem do základního vzdělávání a poskytuje speciálně pedagogickou péči dětem se speciálními vzdělávacími potřebami.“ (§ 33 zákona č. 561/2004 Sb.: o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů)

MŠ je výchovně-vzdělávací institucí, která doplňuje rodinnou výchovu. Připravuje děti pro další vzdělávání, usiluje o tělesný, morální i intelektový rozvoj všech dětí. Některým dětem vlivem sociokulturního nebo rodinného prostředí chybí potřebné kompetence důležité pro další vzdělávání. Cílem MŠ je začlenit všechny děti do kolektivu, usilovat o zmenšení rozdílů mezi dětmi a usnadnit dítěti vstup na základní školu (dále jen ZŠ). (Šmelová, 2015, s. 110)

„Předškolní vzdělávání má usnadňovat dítěti jeho další životní i vzdělávací cestu a zajistit maximální rozvoj každého dítěte v rámci jeho individuálních rozvojových možností.“ (Šmelová, 2015, s. 110)

Podle Školského zákona 561/2004 Sb. ve znění pozdějších předpisů (§34 zákona č. 561/2004 Sb.: o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů) se předškolní vzdělávání *„organizuje pro děti ve věku zpravidla od 3 do 6 let, nejdříve však pro děti od 2 let. Od počátku školního roku, který následuje po dni, kdy dítě dosáhne pátého roku věku, do zahájení povinné školní docházky dítěte, je předškolní vzdělávání povinné, není-li dále stanoveno jinak.“*

Závazným dokumentem pro MŠ se stává Rámcový vzdělávací program pro děti předškolního věku (dále jen RVP PV), na který navazuje Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (dále jen RVP ZV). RVP PV určuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro vzdělávání dětí předškolního věku. Poskytuje elementární základ, který je dále rozpracován podle podmínek jednotlivých institucí do Školního vzdělávacího programu pro děti předškolního věku (dále jen ŠVP PV). Každá MŠ si vytváří vlastní ŠVP PV, ve kterém zohledňuje podmínky dané MŠ. RVP PV je otevřeným dokumentem, který reaguje na změny ve společnosti, potřeby a zájmy dětí a pedagogů. (RVP PV, 2017, s. 5)

„V současném pojetí mateřské školy se nacházíme v etapě přijetí a naplňování moderního pojetí pedocentrické orientace. Dítě, péče o něj a rozvoj jeho dispozic je jejím

základem. Každé dítě je respektováno jako osobnost, má své individuální potřeby a zájmy a ty nás vedou k nacházení metod a aktivit, kterými je možné je dále rozšiřovat a připravovat tak dítě na další vzdělávání.“ (Kořátková, 2008, s. 86)

Dnešní moderní MŠ respektuje přirozená vývojová specifika dítěte, zajišťuje dítěti vhodný přístup, volí metody a prostředky s ohledem na aktuální potřeby a zájmy dítěte. Usiluje o rozvoj každého dítěte podle individuálních potřeb a možností v oblastech: Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět. (srov. Kořátková, 2008, s. 86; RVP PV, 2017, s. 14)

Pro dítě je vstup do MŠ velkým krokem do společnosti. Dítě se stává samostatné a dokáže trávit část dne v cizím prostředí, mimo domov a rodiče. Seznamuje se s novými dětmi, novými autoritami – učitelkami, poznává další prostředí, učí se soběstačnosti, socializuje se. Dítě získává ve společnosti novou roli, roli žáka a spolužáka. (Kořátková, 2008, s. 62 – 63)

3.3 Vrstevníci a jejich vliv na dítě

V období předškolního věku začínají děti pociťovat potřebu kontaktu s vrstevníky, mají snahu prosadit se v kolektivu dětí a snaží se získat kamarády pro hru. Pro většinu dětí nastává čas, kdy je umístěno do MŠ, do neznámého prostředí, mezi cizí děti. V tuto chvíli by již dítě mělo být schopné navozovat kontakty s dalšími dospělými i vrstevníky. (Kořátková, 2008, s. 86)

V novém prostředí MŠ ztrácí dítě postavení a pozornost, které se mu dostávalo v domácím prostředí. Dítě je součástí třídy, učí se prosadit, komunikovat a spolupracovat s ostatními vrstevníky, osvojuje si základy prosociálního chování, získává sociální dovednosti. (Kořátková, 2008, s. 86)

„Kontakt s vrstevníkem se liší od vztahu s dospělým skutečností, že jde o symetrický vztah, v němž nelze od partnera očekávat vyšší kompetence, ochranu, nelze se na něj v tomto směru spoléhat.“ (Vágnerová, 1997, s. 121 – 122)

Pro dítě vztah s vrstevníkem přináší méně jistoty, podpory a tolerance než vztah s dospělým. Kamarádství mezi dětmi předškolního věku mají krátkodobější charakter, dítě

v případě neuspokojení svých potřeb hledá oporu u dospělého, vyhledá jiné přátelství. (Vágnerová, 1997, s. 121 – 122)

Kamarádství je pro dítě významné, neboť mu přináší sociální zkušenosti a odpovědnost za vlastní chování a jednání. Pokud se totiž druhému dítěti chování kamaráda jeví jako nepřijatelné, dá dítěti zpětnou vazbu ve formě odmítnutí účasti ve hře. Odmítnuté dítě si většinou uvědomí důvod odmítnutí a snaží se najít a uplatnit vhodnější chování a jednání. (Kotátková, 2008, s. 48 – 49)

Vrstevníci se navzájem ovlivňují a zdokonalují v oblasti emotivní i kognitivní. Vztahy mezi dětmi se vyznačují větší otevřeností a spontánností. Názory, myšlenky nepřijímají děti od svých vrstevníků bezmyšlenkovitě jako ty od autorit, rodičů. Přemýšlí o nich a pokud jim připadají smysluplné a souhlasí s nimi, pak je akceptují. Informace, dovednosti získávají od ostatních vrstevníků, učí se projevovat empatii, učí se prosadit svůj názor, přesvědčit ostatní, argumentovat či zvládat konflikty. Dítě potřebuje být ostatními přijímáno a kladně hodnoceno. Podle chování ostatních kamarádů, podle toho, s kým kamarádí, co se mu daří a co méně si dítě dokáže udělat představu o svých schopnostech, dovednostech a postavení ve skupině. (Vágnerová, 2005, s. 212)

„Kamarádství lze definovat jako důvěrný reciproční pozitivní vztah mezi dvěma dětmi.“ (Vágnerová, 2005, s. 215)

Děti předškolního věku si vybírají kamaráda, který mu je něčím podobný – převažuje trend „volby dvojníka“. V tomto věku jsou pro dítě stěžejní stejné zájmy, vzhled jedince a situační faktory. Vágnerová (2005, s. 215 – 216) shrnula několik faktorů, ovlivňujících výběr kamaráda:

- 1) Efekt blízkosti – děti si volí kamarády na základě intenzity setkávání (v blízkosti bydliště, nedaleko hřiště)
- 2) Podobnost věku, zájmů a schopností
- 3) Příslušnost ke stejnému pohlaví – s genderovou rolí jsou spojeny podobné potřeby a zájmy
- 4) Zevnějšek dítěte – výběr kamaráda podle čistého a pěkného oblečení
- 5) Vlastnictví netradičního, nového předmětu – získání prestiže
- 6) Chování – oblíbenými se stávají děti přátelské, laskavé, děti sociálně zralejší a úspěšnější

Důležitým předpokladem k osvojení prosociálního chování je dosažení určitého stupně emoční a kognitivní zralosti organismu. Kamarádský vztah dokáže dítě vytvořit tehdy, pokud dosáhne určité stability, je schopné ovládnout a potlačit vlastní potřeby, respektovat potřeby druhých. Vztahy s vrstevníky jsou pro děti předškolního věku navzdory krátkodobosti velmi důležité, neboť přispívají k socializaci dítěte, mají vliv na rozvoj sociálních dovedností a podílejí se na utváření identity dítěte. (srov. Vágnerová, 2005, s. 217; Koťátková, 2008, s. 48)

3.4 Sourozenci

Sourozectví poskytuje dítěti od nejútlejšího věku řadu sociálních zkušeností a dovedností, stává se pro dítě motivující i formující. Kamarádský vztah může dítě v případě nespokojenosti odmítnout, sourozence odmítnout nemůže, je tedy nuceno hledat kompromis, učí se prosadit se, argumentovat, vnímat potřeby druhého, ... (Koťátková, 2008, s. 37)

„Sourozenecké vztahy jsou ovlivněny věkem a vývojovou úrovní dětí, v předškolním věku mívají dost často ambivalentní charakter.“ (Vágnerová, 2000, s. 128)

Sourozenci si jsou navzájem soupeři, protože se musí dělit o pozornost rodičů, hračky, pochutiny, různé výsady. Během několika minut se však mění jejich vztah ve spojení, kdy si poskytují oporu, stávají se dobrými partnery pro hru. (Vágnerová, 2005, s. 208)

Starší sourozenec poskytuje mladšímu vzor, model chování, jednání a vyjadřování. Mladší se usiluje o napodobování a ztotožnění se se starším sourozencem, který je pro něj zdrojem zkušeností. Touha vyrovnat se staršímu sourozenci je pro dítě velmi motivační. Starší sourozenec se učí ohleduplnosti vůči mladšímu, pomáhá mu, je pro mladšího zdrojem ochrany a bezpečí, zároveň se sám mnohému učí, získává další sociální dovednosti. Učí se trpělivosti, při vysvětlování si osvojuje verbální schopnosti, učí se zvládat nadřazenou roli atd. (Vágnerová, 2000, s. 128)

„Sourozectví s sebou nese ovšem i rozmršky, konflikty, vzájemné negativní afekty (vztek, závist, žárlivost, agresi). Vhodnými korektivními zásahy rodičů je ale v dětech navozována potřeba a dovednost tyto afekty ovládat, usměrňovat.“ (Helus, 2015, s. 249)

Empatie, komunikační schopnosti a charakterové vlastnosti rodičů se podílejí na vzájemném vztahu mezi sourozenci. Díky sourozenectví se děti v nízkém věku učí trpělivosti, učí se vnímat a respektovat potřeby dalších lidí, toleranci, brzy se naučí konflikty samostatně řešit. (Helus, 2015, s. 249)

Náročnějším obdobím v životě rodiny se může stát i radostná událost – narození dítěte. Často se dítěti předškolního věku stává, že mladšího sourozence odmítá přijmout, protože se bojí o vlastní postavení, o svou pozici v rodině. Takové děti často reagují na příchod sourozence do rodiny regresí v chování. (Vágnerová, 2000, s. 128)

Helus upozorňuje také na početné rodiny, kde se kromě častých ekonomických problémů objevují i problémy v psychickém vývoji všech dětí. Rodiče bývají zaneprázdnění, a proto bývají mladší děti přenechávány starším sourozencům, kteří o ně pečují. Děti si utvářejí svůj svět a mají méně kontaktu s dospělými, jejich dětskost se prohlubuje, a proto se jejich psychický vývoj zpomaluje. (Helus, 2015, s. 249 – 250)

Výjimečnými sourozenci jsou dvojčata, vícčata. Stejně jako u sourozenců různého věku, jsou si i dvojčata navzájem soupeři i spojenci. Soupeření se rozvíjí u dětí zejména tehdy, jsou-li stejného pohlaví. Prvorozeného, staršího však mladší z dvojčat následuje. (Leman, 2016, s. 50 – 51)

Sourozenecké vztahy rozvíjejí sociální vnímání, empatii, podílejí se na utváření osobnosti a mají nezastupitelnou roli v socializaci dítěte do společnosti.

Tato kapitola pojednává o hlavních činitelích, kteří mají vliv na vývoj dítěte předškolního věku. Osobnost jedince je však utvářena dalšími činiteli, mezi které patří: společnost, kultura, média nebo prostředí. Každé dítě je individualitou, která subjektivně reaguje na podněty z okolí, proto si stejné podněty může několik dětí interpretovat rozdílně.

4 Aktivita dítěte mimo MŠ

Čas, který dítě tráví mimo MŠ, je důležitou součástí každého dne. Jedná se o čas, který je určen pro odpočinek, setkání se s kamarády, uspokojování potřeb a zájmů. Na organizaci dne dítěte předškolního věku se podílí rodiče. Na výběru aktivit pro dítě má vliv informovanost, ekonomické možnosti a lokalita bydliště. (Informatorium, 10/2012)

Jak zdůrazňuje Bacus (2004, s. 171) mimoškolní aktivity by neměly okrádat dítě o společný čas, který může trávit dítě s rodiči. Stále by také dítě mělo mít dostatek prostoru pro své nicnedělání.

Koťátková (2008, s. 54) dodává, že není dobré dítě zahltit řízenými aktivitami, neboť pro rozvíjení svého potenciálu potřebuje také svůj prostor a přirozené podněty.

Působení rodiny, trávení času s rodiči, je pro dítě zásadní. Vhodnými aktivitami, při kterých může být rodina pohromadě, jsou sportovní aktivity (jízda na kole, koloběžce, plavání, bruslení, lyžování), dále pobyt v přírodě, návštěva divadla, kina, muzea. Volba aktivit se stává pro dítě návodem, jak v budoucnosti vyplnit svůj volný čas. (Informatorium, 10/2012)

Nejvíce času by dítě v předškolním období mělo zaplnit hrou, pohybovými aktivitami, rodiče by si měli vyčlenit čas na povídání s dítětem, čtení pohádek. Kroužky by v předškolním období neměly být prioritou. Vhodnějšími aktivitami je dobré nahradit i nadměrné sledování televize či hraní her na počítači.

4.1 Hra

Podle pedagogického slovníku je definována hra jako: „*Forma činnosti, která se liší od práce i od učení. Člověk se hrou zabývá celý život, avšak v předškolním věku má specifické postavení – je vůdčím typem činnosti. Hra má řadu aspektů: aspekt poznávací, procvičovací, emocionální, pohybový, motivační, rekreační, diagnostický, terapeutický.*“ (Průcha, Walterová, Mareš, 2009, s. 92)

V předškolním věku má hra své nezastupitelné místo, dítě stráví hrou většinu dne. Jedná se o nejpřirozenější aktivitu, která se podílí na rozvoji dítěte. Skrze spontánní hru objevuje dítě okolní svět, jeho zákonitosti. (Suchánková, 2014, s. 27)

„Hra se stává jednou z vývojových potřeb období předškolního věku dítěte, jejím prostřednictvím se rozvíjí celá osobnost dítěte.“ (Suchánková, 2014, s. 27)

Dítě se rozvíjí po stránce tělesné, zdokonaluje se v oblasti jemné a hrubé motoriky, dítě se pomocí hry začleňuje mezi vrstevníky, socializuje se, učí se komunikovat. (Suchánková, 2014, s. 27)

Spontánní hrou se dítě učí improvizovat, pracovat s předměty, vnímat vztahy mezi předměty, materiály. Zásadní a nenahraditelné je to, že si dítě samo určuje tempo hry a její cíl, který se během objevování může měnit. Dítě se učí přirozeně, nenuceně a díky hře získává individuální zkušenosti, které jsou základním kamenem pro další vzdělávání. (Opravilová, 2016, s. 86)

Základní znaky hry charakterizoval již v 17. století Komenský (1964). Podle jeho názoru byl součástí každé hry pohyb, vlastní volba, dětská společnost, soupeření, snadná proveditelnost, cíl a relaxace. V současné době je hra definována mnoha znaky podle různých autorů. Převládají však znaky: spontánnost, zaujetí, radost, uspokojení, tvořivost, fantazie, opakování, přijetí role, smysluplnost, samoučelnost, spojení s realitou, pravidla, řád, pocit svobody, vážnost. (Suchánková, 2014, s. 10 – 14)

Stěžejním znakem dětské hry je spontánnost, hra má vycházet z vnitřní motivace dítěte, jeho potřeb a zájmů. Další vlastností hry je symboličnost, dítě napodobuje role ostatních lidí, zvířat, prostřednictvím hry si může dítě vyzkoušet různé životní situace, přičemž rozvíjí svoji fantazii, představivost. Žádoucí pro dítě není výsledek činnosti, ale samotný proces. (Šmelová, 2015, s. 134 – 135)

Hra má podle Vágnerové (2005, s. 186) i neverbální symbolickou funkci. Symbolická hra umožňuje dítěti interpretovat postoj k sobě samému i ke světu. Díky hře se může dítě snadněji vyrovnat se skutečností, protože si může lehce realitu upravit a postupně ji přijmout.

„Hra je založena na fantazii, ale přesto zůstává s realitou spjata. Není zcela vymyšlená, ale je konstruovaná ze skutečných zážitků a známých prvků, které si dítě pomocí fantazie spojuje a dotváří.“ (Opravilová, 2016, s. 85)

Hra dítěti přináší uspokojení potřeb, radost, zábavu, odpočinek, nezávislost. Dítě se může účastnit různých situací, věnovat se aktivitám, které ho zajímají. Přirozeně se učí řešit problémy a získává dovednosti, jako jsou schopnost vyvinout úsilí, soustředit se na daný problém nebo cíl, které využije v běžném životě. (Opravilová, 2016 s. 85)

Dětská hra podléhá určitým vývojovým zákonitostem. V prvních třech letech převládají individuální hry. Postupně hry získávají kolektivní charakter, kdy děti vyhledávají pro hru kamarády, dokáží se domluvit, přizpůsobit, komunikovat. (Šmelová, 2015, s. 135)

Dělení her je velmi rozmanité, záleží, zda při dělení převažuje hledisko filozofické, psychologické, pedagogické, sociologické nebo jiné. Opravilová (2016, s. 87) klade do popředí hlediska psychologická a pedagogická, která jsou zásadní pro naplnění výchovných a vzdělávacích cílů. Podle nich dělí hry:

- 1) podle schopností, které rozvíjejí (smyslové, pohybové, intelektuální, speciální);
- 2) podle typů činnosti (napodobovací, dramatizující, konstruktivní, fiktivní);
- 3) podle místa, kde probíhají (exteriérové a interiérové);
- 4) podle počtu hráčů (individuální, párové, skupinové);
- 5) podle věku (hry kojenců, batolat, předškoláků);
- 6) podle pohlaví (dívčí, chlapecké);
- 7) podle ročních období, lokálních a tradičních zvyků.

Dítěti by měla být ponechána svoboda v rozhodnutí, s čím si bude hrát, s kým, co bude obsahem hry a jak dlouho si chce hrát. Je nutné respektovat zájmy a potřeby jedince. Dítě by nemělo být při hře neustále rušeno, zároveň by však nemělo mít pocit, že o něj nikdo nejví zájem. (Šmelová, 2015, s. 137)

4.2 Sledování televize

Samotné sledování televize není špatné, je to pouze jeden z dalších faktorů, který se podílí na rozvoji dítěte. Je však důležité nastavit dítěti jasná, srozumitelná pravidla sledování

pořadu a vymezit dítěti čas, po který je mu sezení u televize dovoleno. (Bacus, 2004, s. 136 – 139)

Zajímavé aktuální pořady a televizní programy jsou pro děti od nízkého věku tématem pro rozhovor s ostatními dětmi a jsou důležité pro zapojení dítěte do konverzace. Neznalost televizních pořadů se může projevit ve vyčleňování dítěte ze skupiny. (Mertin, 2015, s. 175)

Výhodu televize spatřuje Mertin (2015, s. 174) ve snadném ovládní, v dostupnosti a jednoduchosti. I malému dítěti poskytuje televize množství podnětů, dokáže ho snadno upoutat a zabavit.

Bacus (2004, s. 136) vidí pozitivum ve snadném získávání informací z různých oborů a částí světa. Dítě se prostřednictvím sledování televize může obohatit o množství zajímavostí, znalostí. Nevýhodou však může být neporozumění informacím a neschopnost udělat si odstup od toho, co dítě v televizi zhlédlo. Takové dítě může být neklidné, zmatené, rozrušené. Malé dítě navíc nedokáže rozlišit, co je pravdivé, reálné a co ne a má tendence věřit všemu, co se prostřednictvím televize dozví.

Bacus (2004, s. 138), Mertin (2015, s. 175) i Biddulph (1997, s. 105) se shodují, že sledování televize není pro dítě nevhodné, pouze je třeba dívat se na pořady společně s dítětem a nesrozumitelné informace mu vysvětlit. Ideální je s dítětem zhlédnuté pořady komentovat, povídat si o nich, aby dítě nezískávalo zkreslené a nepravdivé informace. Vhodnými otázkami je dobré dítě přimět k tomu, aby se vyjádřilo k dané postavě, jejímu chování. Pokud bude dítě správně vedeno, brzy si samo uvědomí, co je reálné a co ne a nebude automaticky přijímat vše, co mu televize předloží.

„Společné rozhovory nad programy jsou vhodnější než mechanické zakazování lákavých, ale poněkud méně vhodných programů.“ (Mertin, 2015, s. 175)

Televize neposkytuje dítěti pouze dobré vzorce chování a nové informace. V televizi mají děti přístup k pořadům, ve kterých se objevuje násilí, nadávky a zlo. Trávení času u takových pořadů se nepříznivě odráží v chování dětí. (Průcha, Kořátková, 2013, s. 34)

„U dětí má velkou roli tzv. observační učení: děti se učí na základě pozorování (observace) jiných osob přejímají a napodobují určité vzorce chování a postoje. To se týká

i nápodoby agresivního chování sledovaného v televizních filmech a prožívaného v počítačových hrách prezentujících akty násilí.“ (Průcha, Kořátková, 2013, s. 34)

Děti sledující pořady s prvky násilí, jsou často agresivní vůči ostatním dětem i učitelům. (Průcha, Kořátková, 2013, s. 34)

„Kromě toho, že televize dětem nabízí násilí a laciné životní hodnoty, je však znepokojivé i to, co jim bere: bere jim čas, který by jinak trávily pohybem, hrami, povídáním, čtením a tvořivou činností – kdyby nebyly omámeny hypnotickým zářením televizní obrazovky.“ (Biddulph, 1997, s. 105)

I když děti před televizní obrazovkou nezlobí, nadměrné sledování televize, či ponechání puštěné televize během celého dne jako kulisa není pro dítě žádoucí. Pokud je dítěti nabídnuta jiná zajímavá činnost, dítě jí dá většinou před pasivním sledováním pořadu přednost. (Mertin, 2015, s. 174 – 175)

4.3 Počítač v životě dnešního dítěte

Ačkoli se názory na používání počítače v předškolním věku různí. V současné době se děti setkávají s počítačem nejen v rodině, ale i v některých MŠ, a nezřídka na něm tráví i velké množství času.

Možnost ovládat počítač, napodobovat aktivitu rodičů, mít k dispozici interaktivního partnera, dostávat řadu podnětů, dítě předškolního věku snadno upoutá. Dítě se počítače nebojí, nemá obavy experimentovat a rychle pozná nové možnosti zábavy. Možnost pouštět si programy, ovládat je, se stává pro dítě velmi přitažlivá. (Bacus, 2004, s. 144)

Mertin a Gillernová (2015, s. 213) dodávají, že mediální svět dobře reaguje na vývojové potřeby dětí. Programy pro děti poskytují malým divákům podnětovou jednoduchost, barevnost, pohyblivost, přiměřené množství detailů a dokáží děti zabavit i na několik hodin, aniž by se nudily.

Moravcová (2005, [online]) tvrdí, že s dítětem mladším 4 let by měli pracovat u počítače rodiče, kteří mu mají pomáhat s obsluhou. Dětem mladším 3 let počítač vůbec nedoporučuje. Při vyměření přiměřeného času vychází z doporučeného sledování televize, asi 2 hodiny týdně, tzn. cca 20 minut denně. Dále dodává, že pokud děti nemají o počítače zájem,

není dobré je k jejich užívání nutit. Zároveň však není vhodné trestat děti zákazem počítače, zbytečně by získaly pocit, že je něčím výjimečným.

Hraní některých počítačových her může u dítěte rozvíjet logické úvahy, prostorovou orientaci, schopnost rychlého zareagování a rozhodnutí se, postřeh. Pro děti jsou přitažlivé hry, které simulují situace a ony si mohou vyzkoušet řídit letadlo, automobil či motorku. „*Děti se při řešení učí ze zkušeností a chyb, mění herní způsoby, aby dosáhly lepších výsledků, učí se analyzovat situaci a nalézat řešení.*“ (2005, [online])

V současné době není možné z dlouhodobého hlediska popsat vliv počítačových her na dítě. Bacus (2004, s. 144) zmiňuje několik negativ – z počítačových her si dítě neosvojí správné morální hodnoty, počítače vzdalují dítě od vrstevníků, knížek i od tvůrčích činností nebo běžných her. Na druhou stranu však hry zlepšují koordinaci mezi pohyby rukou a očí, zvyšují postřeh, rozvíjejí schopnost všimnout si detailů, seznámení se s počítačem v brzkém věku pokládá dítěti základy pro budoucnost, kdy bude muset s počítačem pracovat. Úspěch v hraních her se odráží v utváření vlastní identity, dodává pocit naplnění. Hraním her se dítě učí udržet pozornost a soustředit se na danou činnost. (Bacus, 2004, s. 144)

Protože žijeme v době, kdy je počítač součástí každého dne, není dobré dítěti bránit v poznávání počítače a počítačových her. Pro sezení u počítače je však nutné vyměřit dítěti přiměřený čas, zavést si pravidla používání počítače a čas strávený u počítače kompenzovat pohybovou činností. (2005, [online])

4.4 Pohybové aktivity s rodiči

Již od narození napodobuje dítě pohyby rodičů, postupně reaguje na drobné pohybové hry, podněty, a tak získává pohybové dovednosti a nevědomě přebíhá životní styl rodiny. (Borová, Trpišovská, Skoumalová, Smejkalová, 1998, s. 102)

Pro předškolní věk je pohyb přirozenou potřebou a výbornou příležitostí pro seznámení se s vlastním tělem, s prostředím. Pokud rodiče využijí dětského nadšení z pohybových aktivit, připraví dítěti vhodné podmínky a zároveň budou sami dítěti příkladem, poskytnou dítěti správné pohybové návyky a položí dítěti základy zdravého životního stylu. (srov. Mikláňková, 2009, s. 22; Dvořáková, 2002, s. 13)

Společná pohybová činnost rodiče s dítětem se výrazně podílí na upevňování rodinné vazby, která je zdrojem radosti. Oběma stranám dává pocit sounáležitosti, spokojenosti. Dítě pozoruje dospělého a snaží se napodobit jeho pohyby. Teprve po osvojení základních pohybových dovedností, se může dítě věnovat sportovním aktivitám. Důležité je nechat dítěti nejprve dostatek prostoru pro spontánní pohybové aktivity a až poté se věnovat možné sportovní specializaci. (Borová, Trpišovská, Skoumalová, Smejkalová, 1998, s. 102 – 103)

Rodiče by pro rozvoj pohybových dovedností svých dětí předškolního věku měli trávit s dítětem dostatek času hraním jednoduchých her v přírodě. Vždy je však nutné respektovat náladu a možnosti dítěte, dále dítě vhodně motivovat, aby se pohybové hry a čas strávený s rodiči nesl v duchu radosti, spojenosti. (Borová, Trpišovská, Skoumalová, Smejkalová, 1998, s. 102 – 103)

4.5 Povídání rodičů s dítětem

Dítě předškolního věku potřebuje získat pocit, že se může rodičům kdykoli svěřit, vědět, že má rodiče, kteří znají jeho problémy a kteří jsou ochotni jej vyslechnout a pomoci mu. Aby dítě nezískalo pocit, že o něj nikdo neprojevuje zájem, měli by si rodiče během dne vyčlenit čas na komunikaci s dítětem. Navzájem by si měli sdělit, co se jim podařilo, co během dne prožili a co je trápí. Díky sdílení zážitků si dítě si buduje důvěru k rodičům, seznamuje se s jich životy a prožíváním dnů. (Špaňhelová, 2009, s. 76)

Špaňhelová (2009, s. 76) doporučuje zvolit si pro povídání chvíli, kdy budou rodiče s dítětem sami, nebude je nikdo rušit. Za vhodnou příležitost považuje klidnou procházku v přírodě, nebo chvíli večer před spánkem. Pokud dítě není extrovert a povídání a svěřování se druhé osobě mu činí potíže, je dobré jít dítěti příkladem a nejprve popsat svůj den, úspěchy a starosti. Vždy by však rodiče měli dětem poskytnout dostatek prostoru a příležitostí pro vyjádření se, svěřením se, jedině tak mohou rodiče reagovat na věci, které dítě trápí, nebo na ty, ze kterých mají radost. Rodiče mohou dítě podpořit, pomoci mu, pochválit a poskytnout dítěti důležitou zpětnou vazbu.

Bednářová, Šmardová (2008, s. 77) navíc uvádějí, že každodenní povídání si s dítětem rozvíjí jeho zrakovou paměť a podílí se na utváření a zdokonalování záměrné paměti.

4.6 Čtení pohádek dítěti

Večerní četba pohádek je nejlepším prostředkem, rituálem, jak strávit s dítětem čas a připravit ho na spánek. Všechny děti si rády vyslechnou pohádku a povídají si o příběhu. A často chtějí poslouchat pohádku znovu a znovu, což jim později usnadňuje učení a první ročník na ZŠ. (Bacus, 2004, s. 24)

Bruceová (1996, s. 90) dodává, že opakováním přečtených příběhů se děti učí předvídat posloupnost děje. Zároveň upozorňuje na schopnosti, které musí mít osvojené, aby porozuměly příběhu. Aby odkryly smysl příběhu, musí rozumět syntaxi (skladbě vět), sémantice (významu) a fonetické (zvukové) stránce jazyka.

Dítě předškolního věku má již vyvinuté základní složky psychiky. Dokáže se na příběh soustředit, vnímat ho. Ve svém věku však ještě nerozlišuje reálný svět od pohádkového a je tedy třeba povídat si s dítětem o přečteném textu, o jeho smyslu. (Šmelová, 2015, s. 84)

Při čtení se dítě setkává se složitější slovní zásobou i gramatikou, kterou si postupně osvojuje, a přitom prožívá radost z četby. Dospělý člověk má možnost dítěti text jakkoli poupravit, aby byl pro dítě srozumitelný, kdykoli se k němu vrátit, vysvětlit obsah a povídat si s dítětem o příběhu, hlavních postavách a jejich chování, jednání, prožívání. Prostřednictvím příběhu a chování postav může rodič dítěti interpretovat různé vztahy, vhodné chování či poukázat na nevhodné chování a jeho následky. Díky knihám si rodič může vytvořit s dítětem silné pouto a stát se prostředníkem k získání vztahu dítěte ke čtení. (Bacus, 2004, s. 24)

Kromě samotného příběhu je pro dítě důležitá situace, chvíle, kterou dítě tráví v blízkosti svých rodičů, v bezpečí. Pohádková atmosféra, kdy se dítě může držet rodičů za ruku, prohlubuje vztah mezi rodičem a dítětem. (Mertin, 2015, s. 100)

Ačkoli vznikly pohádky v dávných dobách a různých zemích, věnují se problémům, s nimiž se děti setkávají i v dnešní době. V pohádkách se bez ohledu na dobu a místo vzniku často objevují stejné náměty, témata, postavy a symboly. V příbězích mají své místo i otázky, kterým se často dospělí lidé záměrně vyhýbají, jako je žárlivost, nemoc, bolest, stáří, nebo smrt. V pohádkových knihách se dítě seznámí i s nadpřirozenými prvky, které představují dobro a zlo. Konec pohádky je vždy shodný – dobro pokaždé zvítězí nad zlem, a to dává dítěti naději, klid. (Bacus, 2004, s. 25)

V pohádkách převládají jednoduchá prostředí, která přispívají ke snazší orientaci v příběhu. Dítě dostává možnost ztotožnit se s pohádkovým hrdinou. Povahové rysy postav jsou vykresleny průzračně – buď představují hodnou postavu, nebo zlou. Pohádky přináší dítěti odpovědi na to, co je dobré a co zlé. Povzbuzují dítě k vykonávání dobrého. Pobízí dítě, že je někdy správné obětovat se pro druhého, pomoci mu, vyzdvihují vytrvalost a statečnost. Prožívání napětí, tajemství a strachu během příběhu hraje důležitou roli v posilování psychické odolnosti dítěte, která je zásadní pro zdravý vývoj osobnosti. (srov. Matějček, 2005, s. 156; Mertin, 2015, s. 100)

Pohádky jsou pro děti nepostradatelné a je třeba vyčlenit si na čtení a interpretaci dostatečné množství času. Čtení by pro dítě mělo být zajímavé, mělo by ho bavit, proto je třeba předčítat pohádky tak, aby čtení dítě nadchlo a vtáhlo do děje. (Bacus, 2004, s. 24)

Vyprávění pohádek nelze nahradit médii, děti potřebují cítit přítomnost rodiče, pohlázení, cítit bezpečnou náruč. (Šmelová, 2015, s. 84)

4.7 Zájmové kroužky

Dalším místem, kde se dítě setká s vrstevníky, jsou zájmové kroužky. Dítě předškolního věku začíná mít vlastní zájmy, které jsou však z časového hlediska krátkodobé. Dítě je v tomto období připraveno vyzkoušet řadu aktivit, proto je vhodné dopřát mu prvotní zkušenosti podle aktuálních zájmů a přání. Skrze tyto prvotní zájmy si dítě volí další životní cestu, některé zájmy opustí a v dalších se bude zdokonalovat. (Koťátková, 2008, s. 53 – 54)

Rozmanitou nabídku kroužků nabízejí MŠ, ZŠ, domy dětí a mládeže, mateřská a rodičovská centra, základní umělecké školy, jazykové školy, sportovní oddíly a další soukromé nebo neziskové agentury. Rodiče oceňují kroužky z hlediska vyzkoušení si činností, které mohou být dítěti v budoucnosti užitečné, často také přiznávají, že umísťují dítě do kroužku z hlediska vlastní vytíženosti (je pro ně snazší umístit dítě do kroužku než mu vymýšlet odpolední program). (Opravilová, 2016, s. 160 – 161)

Rodiče vybírají dítěti kroužky za účelem smysluplného vyplnění času, podpoření a urychlení jeho vývoje. Dítě je snadno ovlivnitelné, proto jej často směřují podle vlastních preferencí a nedají mu možnost vyjádřit se, zda je jeho přáním navštěvovat kroužek, nebo je

to pouze přání rodičů. Ti chtějí dítě od nízkého věku specializovat, a proto přihlašují dítě do různorodých kroužků – sportovních, uměleckých nebo intelektuálně zaměřených (cizí jazyk). (Koťátková, 2008, s. 54)

Bacus (2004, s. 170) připomíná, že pobyt dítěte v MŠ, kde musí respektovat denní program, je náročný. Proto by čas, který tráví dítě mimo MŠ, měl být dobou odpočinku, hraní podle vlastních představ. Proto dodává, že dítě mladší pěti let navštěvuje kroužky kvůli přání rodičů než pro vlastní zájem.

Častokrát se stane, že vlivem nadměrného množství kroužků dochází k přetěžování dětí. Zdrojem přetěžování jsou rodiče, kteří se domnívají, že všestranně vzdělaný člověk má naději na úspěch. Vodí proto dítě z kroužku do kroužku a nedbají na možnosti a potřeby jejich dítěte. (Mertin, 2015, s. 113)

Mnohdy také dítě pocházející z perfekcionista rodiny má denní režim přeplněný kroužky. Z tohoto důvodu je neustále pod tlakem a snaží se být ve všem nejlepší, což může vést k vyčerpanosti dítěte a strachu, že zklame svoje rodiče. (Šmelová, 2015, s. 79)

Zároveň však Bacus (2004, s. 170) tvrdí, že je pro dítě dobré vyzkoušet si více činností a poté si zvolit takovou, ve které by se chtělo zdokonalovat. Pravidelná návštěva kroužku přispívá i k učení se vytrvalosti.

Bacus (2004, s. 170 – 171) zdůrazňuje, že množství kroužků by mělo být omezené – dítě mladší pěti let by mělo navštěvovat maximálně jeden kroužek týdně, starší dítě nanejvýš dva týdně. Při výběru kroužku je nutné vyjít vstříc přání dítěte a to i tehdy, pokud jeho jediným argumentem je skutečnost, že kroužek navštěvuje jeho kamarád. Jestliže dítě nechce dále kroužek navštěvovat, je dobré ho povzbudit, učit ho vytrvalosti, ale nenutit ho.

Kroužky dítěti poskytují nové zkušenosti, dovednosti. Je správné, že rodiče poskytují dítěti dostatek příležitostí rozvíjet jeho schopnosti, dovednosti. Při výběru aktivit však musí rodiče brát v potaz individuální možnosti a přání dítěte. (Bacus, 2004, 170 – 171)

V současné době existuje mnoho možností, jímž se může dítě po příchodu z MŠ věnovat. Protože je osobnost dítěte utvářena zejména prostřednictvím rodičů, vhodnými aktivitami jsou takové činnosti, při kterých je rodina pohromadě. Primární potřebou by měla být v předškolním období spontánní hra dítěte. Další činnosti je vhodné volit s ohledem na individuální zájmy a potřeby dítěte.

II. EMPIRICKÁ ČÁST

5 Výzkumné šetření

5.1 Cíl výzkumu

Praktická část je výsledkem kvantitativního šetření, založeného na dotazníkovém šetření určeného rodičům dětí ve věku 5, 6 a 7 let. Cílem výzkumu je zjistit, jak tráví děti předškolního věku čas v rodině s ohledem na místo bydliště a zjistit, jaké faktory ovlivňují denní režim dítěte, aktivity dítěte. Protože by každá rodina měla mít pro zajištění pocitu bezpečí a jistoty dítěte zavedené rituály, ve svém výzkumu se zaměřuji na nastavení a dodržování rituálů, které jsou pro dítě významné. Výzkumem směřuji k přiblížení se dítěti předškolního věku v současné rodině, hlubšímu porozumění pocitům a problémům dítěte. Jedině tak mohu podle mého názoru reagovat na aktuální individuální potřeby dítěte.

Dílčí cíle

- zjistit, kolik času stráví dítě během pracovního dne s rodiči
- popsat aktivity, kterými je čas s rodiči vyplněn
- zjistit, zda rodiče dávají přednost aktivnímu, nebo pasivnímu trávení času
- zjistit, zda se na denním režimu dítěte předškolního věku podílejí rituály
- zjistit, zda je denní režim dítěte ovlivněn místem bydliště, věkem rodičů
- analyzovat, zda existuje souvislost mezi vzděláním rodičů a volbou zájmových kroužků pro děti předškolního věku, zda mají rodiče s dosaženým vyšším vzděláním větší nároky na výběr činností, organizaci dne dítěte

5.2 Výzkumné otázky

- 1) Kolik času stráví dítě během pracovního dne s rodiči?
- 2) Jakými aktivitami je čas strávený s rodiči vyplněn?
- 3) Dávají rodiče přednost aktivnímu trávení času, nebo spíše pasivnímu (počítač, televize)
- 4) Podílí se na denním režimu rituály?
- 5) Ovlivňuje denní režim dítěte místo bydliště, věk rodičů?

- 6) Mají rodiče s dosaženým vyšším vzděláním větší nároky na výběr činností, zájmových kroužků, kterým se dítě věnuje?

5.3 Metody výzkumu

K zajištění větší míry objektivity, měřitelnosti, anonymity a oslovení většího množství respondentů bylo zvoleno kvantitativní šetření, založené na dotazníku.

Metodou dotazníku se rozumí metoda písemného kladení předem připravených a pečlivě formulovaných otázek. Prostřednictvím této metody získá dotazující značné množství údajů, informací o respondentovi, jeho názorech a postojích k problémům. Cílem dotazníku je vyhodnocovat názory, postoje lidí, nikoli jejich znalosti. Výhodou dotazníkového šetření je získání velkého množství respondentů, jejich názorů v kratším časovém úseku. Nevýhodou je, že sesbírané údaje nemusí být pravdivé, popř. některým respondentům nemusí vyhovovat struktura dotazníku a jejich odpovědi by byly při zvolení jiné výzkumné metody odlišné. Při použití dotazníku je také nutné počítat se subjektivitou odpovědí – respondenti nemusí odpovídat podle skutečnosti, ale podle toho, jak sami sebe (sledované jevy) vidí. (srov. Chráška, 2007, s. 163; Skutil a kol., 2011, s. 80; Emanovský, 2013, s. 38)

V rámci výzkumu je respondentům předložen dotazník vlastní konstrukce, tj. nestandardizovaný (jednotlivé položky jsou vytvořeny vzhledem k povaze cílů a výzkumným otázkám práce). Otázky, položky byly formulovány tak, aby byly srozumitelné pro všechny respondenty, rodiče dětí.

Záznamový arch tvoří 21 položek, otázek různých typů. Dotazník se skládá z uzavřených (dichotomických) otázek, které nabízejí respondentovi různé varianty odpovědí, z nichž si rodič musí jednu možnost zvolit, dále polouzavřených otázek, které umožňují respondentovi vybrat si jednu z nabízených odpovědí, nebo jinou možnost (rodič má prostor ke svému vyjádření, dovysvětlení) a dvou otevřených otázek, kdy rodiče mají ve stručnosti popsat rituály dítěte. Jednotlivé typy otázek jsou voleny tak, aby vyplňování dotazníku bylo pro respondenty co nejvíce pohodlné, nezatěžovalo je zdoluhavým vypisováním odpovědí, zároveň však, aby jim umožnilo vyjádřit se k některým položkám.

Dotazník byl rozdělen do tří částí – vstupní část (oslovení respondentů, název, cíl práce, zajištění anonymity, pokyny k vyplnění, jméno), vlastní dotazník (jednotlivé položky), závěr (poděkování). Pro zachování anonymity jsou dotazníky odevzdávány v zalepené, přiložené obálce. Dotazníky slouží výhradně pro účely bakalářské práce a jsou uloženy u autora práce.

5.4 Realizace výzkumu

Výzkumný soubor

Výzkumný soubor se dělí na tzv. základní soubor (populaci) a výběrový soubor (výběr, vzorek). Pro interpretaci, zpracování a zobecnění výsledků je snazší zkoumat vlastnosti menšího výběrového souboru, který je vybrán podle určitých vlastností ze základního souboru. Aby bylo možné vlastnosti výběrového souboru zobecnit, musí být vybraný vzorek populace tzv. reprezentativní, vybraný podle určitých pravidel. (Emanovský, 2013, s. 32)

Pro praktickou část bakalářské práce byl zvolen tzv. skupinový výběr, v němž je základní soubor uspořádán do skupiny. V tomto případě se jedná o rodiče dětí ve věku 5, 6, 7 let. Děti mladšího věku mají v určitých oblastech odlišné potřeby, denní režim a nebylo by tedy možné srovnávat je s dětmi staršími, dětmi předškolního věku. Zároveň byli z důvodu zjišťování vlivu místa bydliště na denní režim dítěte osloveni rodiče dětí z města nad 10 000 obyvatel, města do 10 000 obyvatel a několika vesnic.

Realizace výzkumu

Dotazníky byly rodičům předávány prostřednictvím ochotných učitelek mateřských škol, které jejich děti navštěvují. Na počátku bylo třeba oslovit ředitelky jednotlivých mateřských škol z města nad 10 000 obyvatel, z města do 10 000 obyvatel a vesnic a požádat je o spolupráci při výzkumném šetření.

Celkem byla navázána spolupráce se třemi mateřskými školami z města nad 10 000 obyvatel, kde mi všechny ředitelky vyšly vstříc. Dále se třemi mateřskými školami z města do 10 000 obyvatel. Nejnáročnější bylo získat pro výzkum vesnické mateřské školy. Nakonec byly do výzkumu zahrnuty tři vesnické mateřské školy. Neochota ředitelek z vesnických

mateřských škol byla způsobena nejspíše tím, že nejsou zvyklé přijímat studenty a podílet se na jejich závěrečných pracích.

Celkově byl výzkum proveden v 9 mateřských školách. Předáno bylo rodičům dětí ve věku 5, 6 nebo 7 let 213 dotazníků.

	Město nad 10 000 obyvatel	Město do 10 000 obyvatel	Vesnice	Celkem dotazníků
Rozdáno (dotazníků)	68	92	53	213
Vráceno (dotazníků)	49	44	44	137
Vráceno v %	72,06 %	47,83 %	83,02 %	64,32 %

Tabulka 1: Návratnost dotazníků

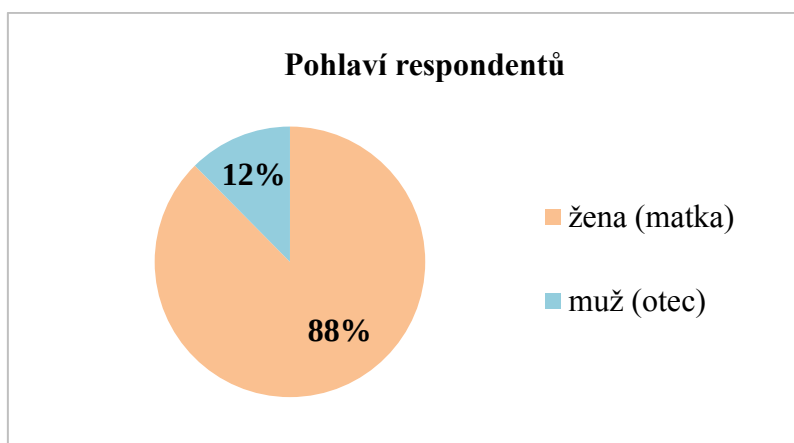
Návratnost dotazníků byla 64,32 %, z rozdaných 213 dotazníků se vrátilo 137 správně vyplněných dotazníků. Čtyři dotazníky bylo nutné vyřadit, neboť nesplňovaly podmínky výzkumu nebo byly nesprávně vyplněny. Jeden dotazník se vrátil nevyplněný. Celková návratnost byla tedy vyšší a činila 66,20 % (141 dotazníků).

Podílové zastoupení rodičů podle místa bydliště bylo následující: MŠ ve městě nad 10 000 obyvatel 72,06 %, MŠ ve městě do 10 000 obyvatel 47,83 %, MŠ na vesnici 83,02 %.

6 Vyhodnocení a interpretace dat

Tato část práce je zaměřena na vyhodnocování a interpretaci dat z dotazníkového šetření. Analyzované jsou jednotlivé položky (otázky), současně jsou některé otázky spojovány, aby bylo možné najít mezi nimi vzájemné souvislosti a vyvodit z nich závěry. Cílem je získat pomocí analýzy dat odpovědi na hlavní cíle práce a najít odpovědi na výzkumné otázky související s problematikou organizace dne dítěte, denního režimu a volby specializovaných kroužků, které mají také vliv na trávení času dítěte předškolního věku.

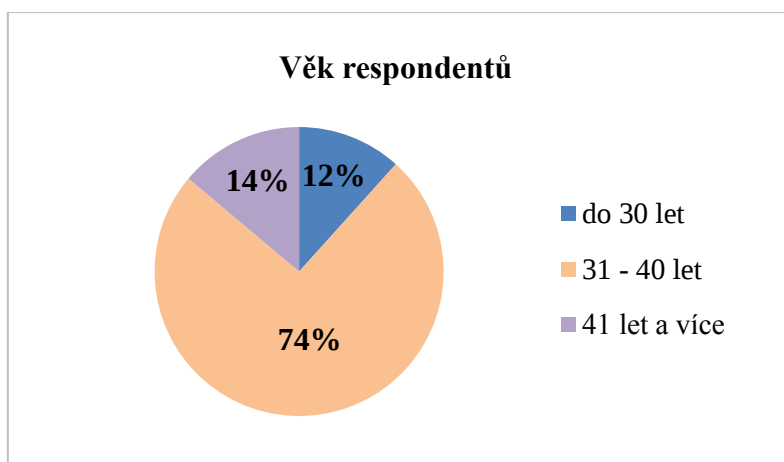
1) Pohlaví respondentů (rodičů) – otázka č. 1



Graf 1: Grafické znázornění rozložení vzorku respondentů

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 137 rodičů. Většinu 88 % (120 žen) tvořily matky dětí, 12 % dotazníků vyplňovali otcové dětí (17 mužů). Podle pohlaví můžeme usuzovat, že matky častěji vyplňují dokumenty ohledně dětí, komunikují s mateřskou školou.

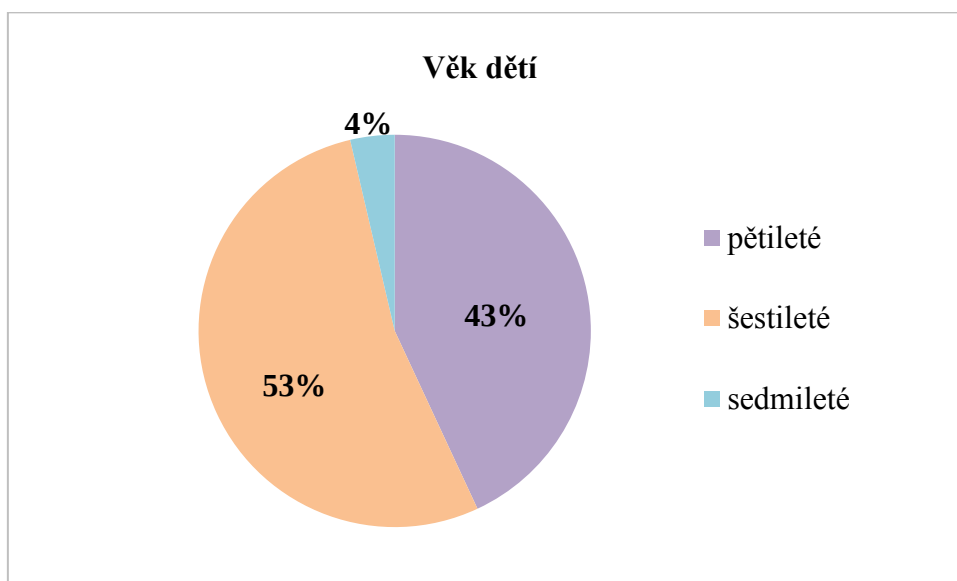
2) Věkové rozložení respondentů – otázka č. 3



Graf 2: Grafické znázornění rozložení věku respondentů

Z grafu je zřejmé, že 74 % všech respondentů tvoří rodiče ve věku 31 – 40 let. Nejmenším vzorkem jsou rodiče do 30 let (12 %), početně podobnou skupinou představují i respondenti ve věku 41 let a více (14 %). Zda má věk rodičů vliv na výběr aktivit, představuje graf č. 12.

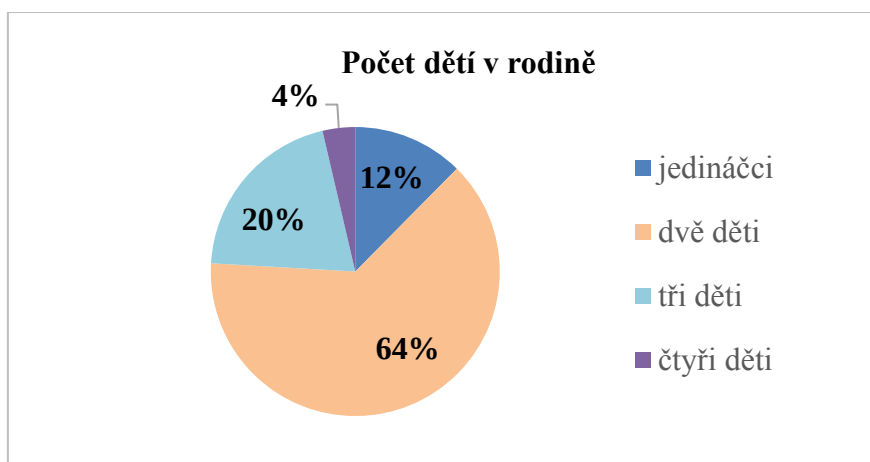
3) Věkové rozložení dětí, průměrný věk dítěte – otázka č. 3



Graf 3: Grafické znázornění rozložení věku dětí

Aby bylo možné srovnávat denní režim a potřeby dětí, jsou součástí empirické části děti ve věku 5, 6 nebo 7 let. Sedmileté děti – děti s odkladem školní docházky - se ve výzkumném vzorku objevovaly nejméně, pouze ve 4 % (5 dětí). 43 % tvoří děti pětileté (73 dětí), nadpoloviční většinu – 53 % představují děti šestileté (73 dětí). Průměrný věk dítěte činí 5,61 let.

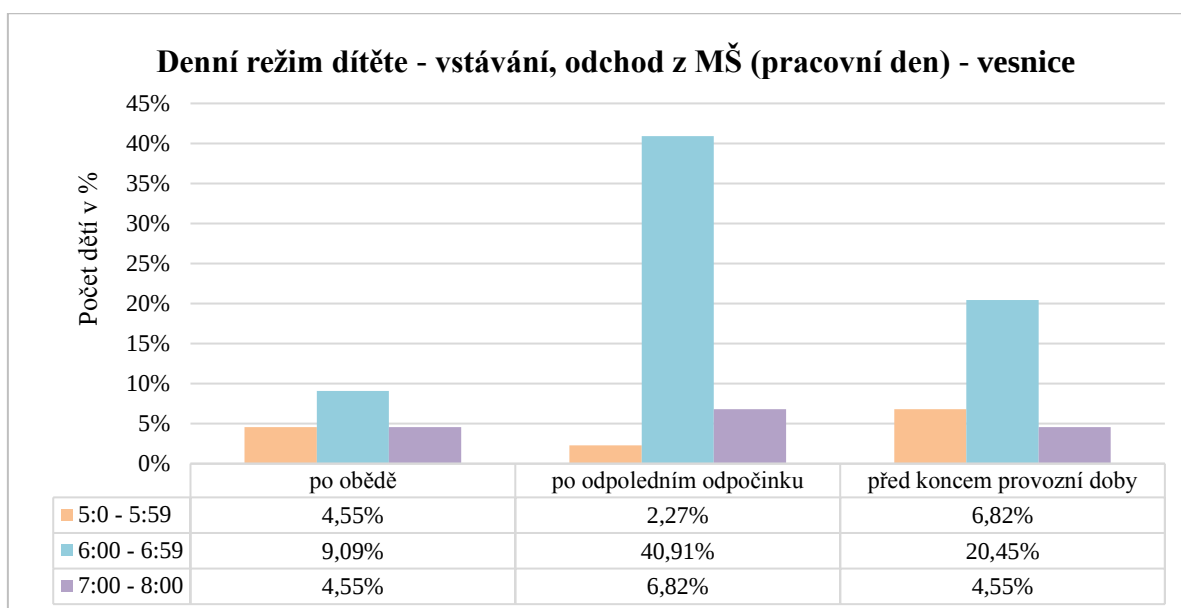
4) Počet dětí v rodině – otázka č. 4



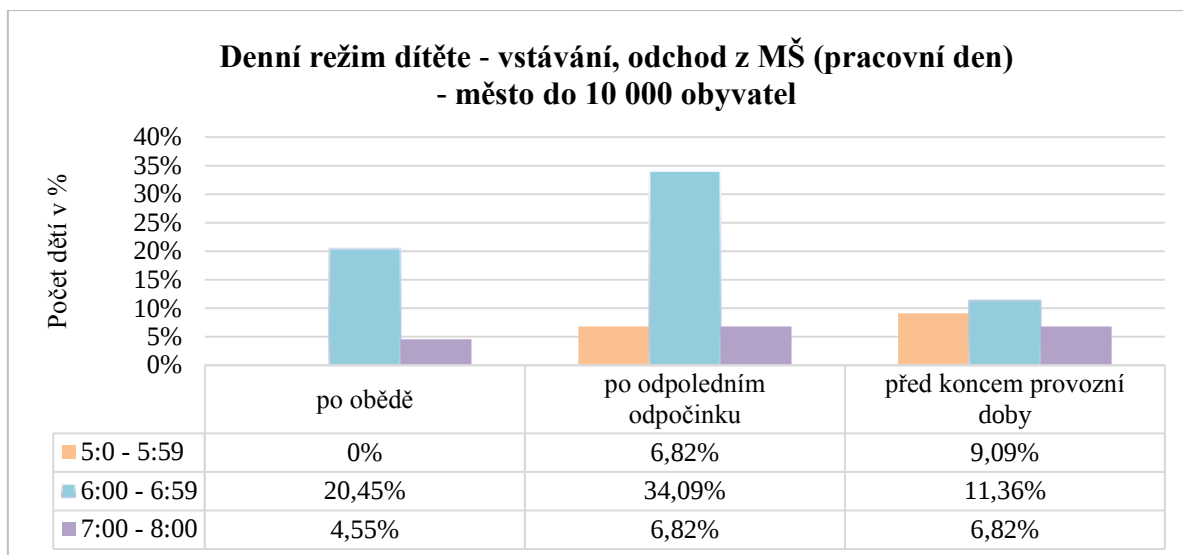
Graf 4: Grafické znázornění počtu dětí v rodině

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že většina dětí má právě jednoho sourozence (64 % dětí), se dvěma sourozenci vyrůstá 20 % dětí, čtyři děti v jedné rodině jsou téměř výjimečně (4 % rodin), jedináčky tvoří v tomto výzkumu 12 % dětí. Více než 4 děti v rodině se neobjevily v žádném dotazníku. Počet dětí v rodině však nepatří mezi faktory ovlivňující denní režim dítěte, aktivity. Souvislosti s počtem dětí v rodině nebyly zaznamenány ani v rituálech dětí předškolního věku.

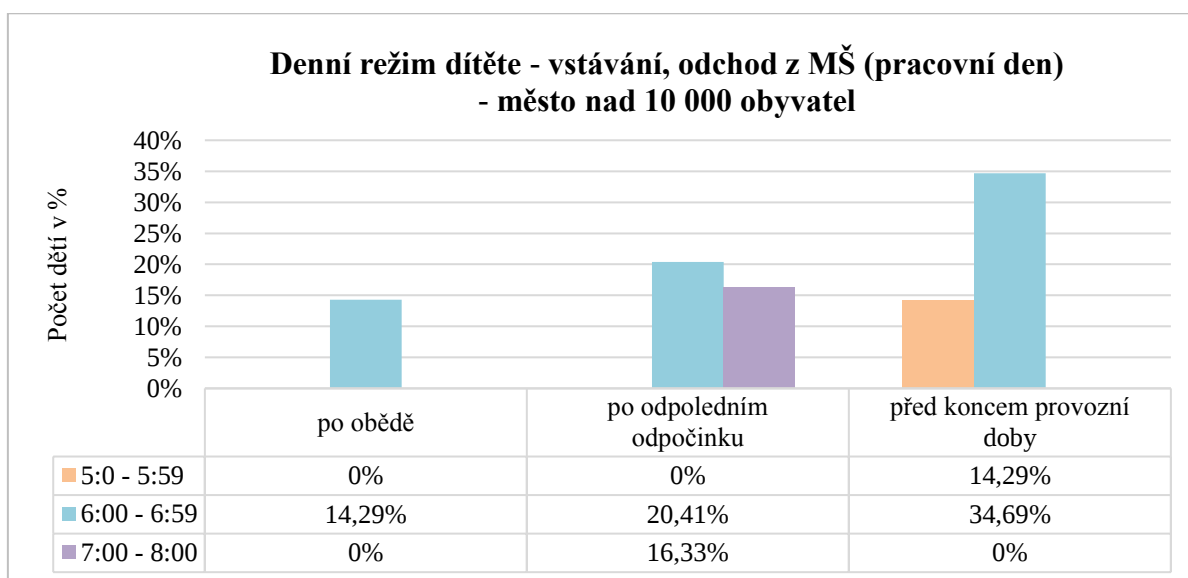
5) Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – s ohledem na místo bydliště – otázka č. 6, 11



Graf 5: Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – vesnice



Graf 6: Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – město do 10 000 obyvatel



Graf 7: Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – město nad 10 000 obyvatel

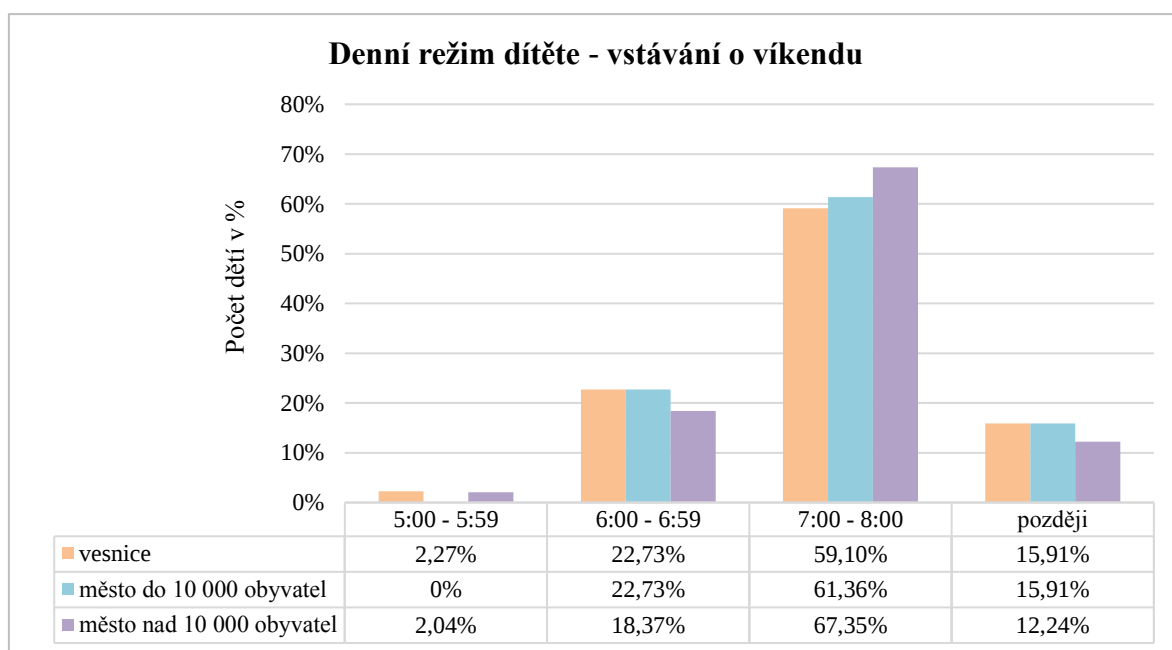
Z grafů č. 5, 6 a 7 je možné porovnat denní režim (vstávání, odchod do MŠ) dítěte předškolního věku z hlediska místa bydliště.

Přibližně 69 % ze všech dětí, k nimž se dotazník vztahoval, bez ohledu na místo bydliště vstává během pracovního týdne mezi 6:00 – 6:59 hod. Z grafů je dále zřejmé, že bez ohledu na místo bydliště vstává cca 15 % dětí mezi 5:00 – 5:59 hod. a cca 16 % dětí vstává mezi 7:00 – 8:00 hod.

Při porovnávání odchodu z mateřské školy byl zaznamenán již zřetelnější rozdíl mezi místem bydliště. Zatímco vesnickou mateřskou školu opouští 48 % dětí po odpoledním odpočinku (18 % po obědě, 34 % po odpoledním odpočinku), zásadní rozdíl je možné pozorovat

ve městě nad 10 000 obyvatel, kde 49 % dětí odchází z MŠ až před koncem provozní doby (14 % po obědě, 37 % po odpoledním odpočinku). Pokud provozní doba mateřských škol ve městě nad 10 000 obyvatel končí okolo 16:30, je z šetření zřejmé, že téměř polovina dětí navštěvující MŠ ve městě nad 10 000 obyvatel tráví v domácím prostředí odhadem pouze 4 hodiny denně (poté následuje spánek). Výsledky dotazníkového šetření ukazují, že denní režim dítěte navštěvující MŠ na vesnici a dítěte navštěvující MŠ v městě do 10 000 obyvatel je v tomto případě téměř shodný. Z MŠ, která se nachází ve městě do 10 000 obyvatel, odchází většina dětí po odpoledním odpočinku (48 %), jedna čtvrtina dětí odchází po obědě (25 %), podobný počet dětí čeká na rodiče do konce provozní doby (27 %). Z těchto údajů je možné vyvodit, že většina dětí žijící na vesnici nebo ve městě do 10 000 obyvatel tráví s rodiči asi o 2 hodiny denně více času, než mají k dispozici děti z většího města.

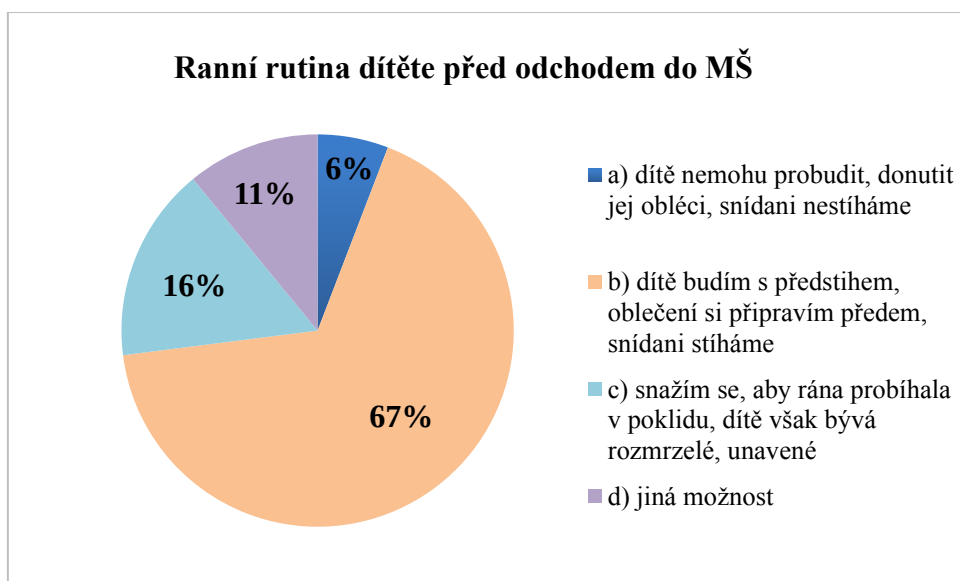
6) Ranní rutina – vstávání o víkendu – otázka č. 7



Graf 8: Denní režim dítěte – vstávání dětí o víkendu – vzhledem k místu bydliště

Respondenti grafem č. 8 potvrdili, že potřeba spánku dětí předškolního věku je vyšší, neboť většina dětí vstává o víkendu přibližně o hodinu později, než když vstávají a připravují se do mateřské školy.

7) Ranní rutina dítěte před odchodem do MŠ – otázka č. 8



Graf 9: Ranní rutina dítěte před odchodem do MŠ

Ukázka některých komentářů k otázce č. 8:

- „Dítě se budí většinou samo, samo se obleče a umyje a většinou se v klidu nasnídá.“
- „Nechce jíst, nemá hlad.“
- „Obtížně se budí, velmi pomalu se obléká, je rozmrzelá, velmi pomalu snídá.“

Většina rodičů (67 %) potvrdila, že jejich rána bývají klidná – odpověď b „*dítě budím s předstihem, oblečení si připravím předem, snídani stíháme*“. 16 % rodičů si vybralo variantu c „*snažím se, aby rána probíhala v poklidu, dítě však bývá rozmrzelé, unavené*“. Pouze 6 % rodičů přiznalo, že jejich rána bývají hektičtější a zvolilo možnost a „*dítě nemohu probudit, donutit jej obléci, snídani nestíháme*“. Zbýlých 11 % respondentů se k této otázce často vyjádřilo, že se jejich dítě budí samo, několika komentářů se týkalo i odmítání snídaně.

8) Postup při ranní rutině dítěte – otázka č. 9 („Můžete ve stručnosti popsat, jak ranní rutina Vašeho dítěte probíhá?“)

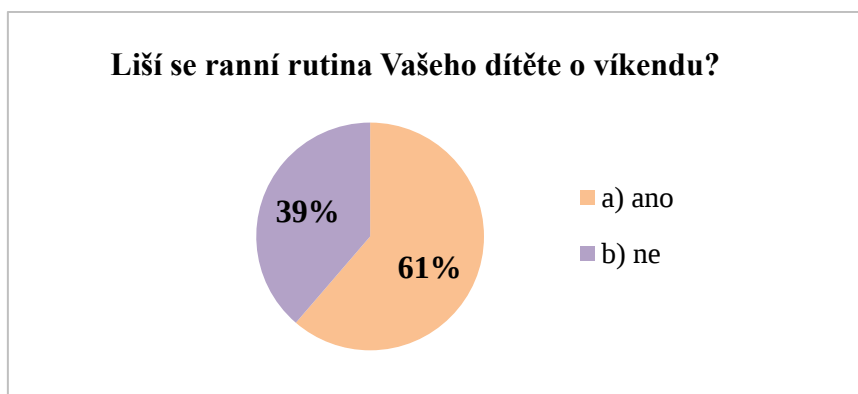
Ukázka některých odpovědí k otázce č. 9:

- „*Snídaně – oblékání – zuby*“
- „*WC + mytí rukou – snídaně (při ní hádanky apod.) – čištění zubů – umytí rukou a obličeje – rozčesání vlásků – oblékání – účes – oblékání venkovních svršků a obutí*“
- „*Vstane sám, podívá se na pohádku v televizi, dá si většinou jogurt a jde do školky*“

- „*Probuzení – toaleta – pohádka – kakao – oblékání*“
- „*Zuby – snídaně – oblečení*“
- „*Probuzení – převlečení – čištění zubů – snídaně – hygiena – občas pohádky – odjezd do školky*“
- „*Oblečení – čištění zubů – snídaně po cestě*“

Ranní rutina dětí předškolního věku je podle dotazníkového šetření různorodá. Část dětí se stihá dívat po ránu na pohádky, rodiče si vyčleňují dostatek času na ranní rutinu, hygiena a komunikaci s dětmi. Zároveň však v mnoha případech chybí při ranní rutině snídaně, mnohdy nebyla v odpovědích zmíněna ani hygiena. Někteří respondenti neodpověděli na tuto otázku vůbec, z čehož je možné usoudit, že nemají zavedenou pravidelnou ranní rutinu.

9) Ranní rutina dítěte o víkendu – otázka č. 10 („*Liší se nějakým způsobem ranní rutina Vašeho dítěte o víkendu? Pokud ano, čím?*“)



Graf 10: Ranní rutina dítěte o víkendu

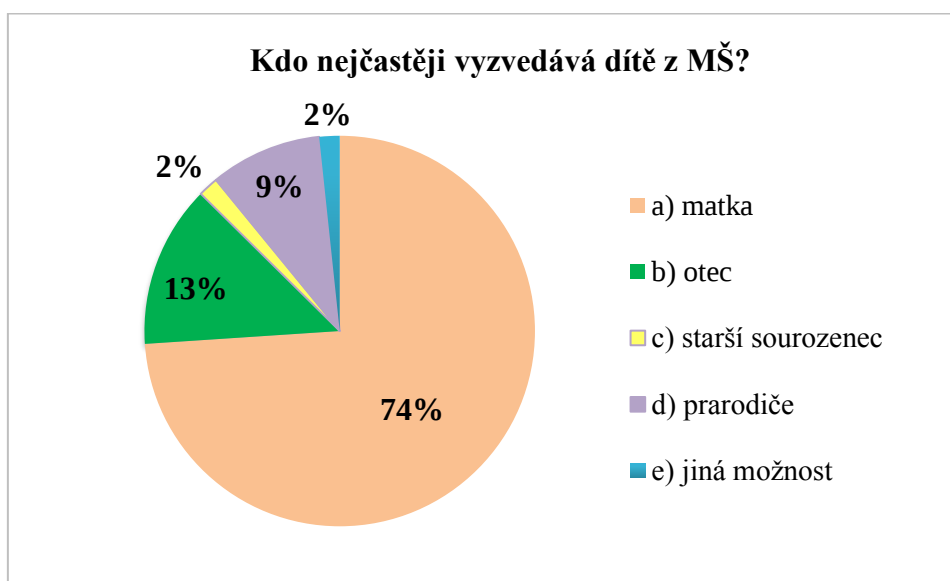
Ukázka některý odpovědí k otázce č. 10:

- „*Volnější režim, vstáváme déle*“
- „*Bez spěchu*“
- „*Mazlení v posteli s rodiči*“
- „*Není žádná rutina, pokaždé jinak*“
- „*Klidnější režim, pozdější probuzení, společná snídaně*“
- „*Během snídaně pohádky*“
- „*V sobotu je vše volnější, déle spíme a válíme se v posteli, v neděli spěcháme na mši, snídáme až po*“
- „*Budí se sama, snídá déle, obléká se déle*“

- „*Probouzí se samo, je více v pohodě, větší klid*“
- „*O víkendu snídá u pohádky*“

Nadpoloviční většina respondentů (61 %) odpověděla, že se ranní rutina dítěte během víkendu odlišuje od pracovního týdne. Nejvíce se v dotazníkovém šetření opakovaly odpovědi týkající si většího klidu, dostatku času. Několik respondentů zmínilo společnou snídani. Děti mívají častokrát při snídani, oblékání puštěnou pohádku. Celkově si během víkendu rodiče i děti užívají volnějšího režimu, delšího spánku, pohádek a dnů bez spěchu.

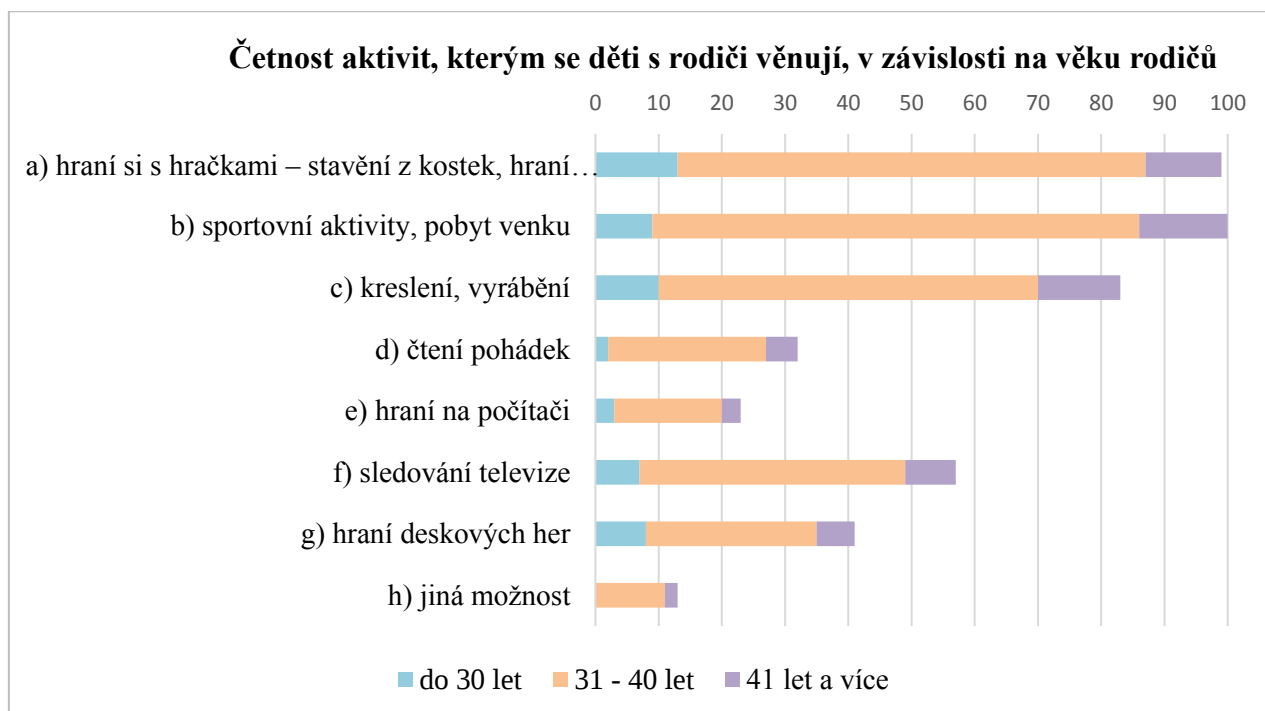
10) Vyzvedávání dítěte z MŠ – otázka č. 12



Graf 11: Vyzvedávání dítěte z MŠ

Nejčastěji (74 %) přichází pro děti do MŠ matka dítěte, která komunikuje s mateřskou školou. Matka bývá první osobou, které dítě svěruje zážitky z celého dne a ve většině rodin bývá osobou, jež organizuje dítěti denní režim, volbu aktivit. Pro 13 % dětí chodí nejčastěji otec, 9 % dětí vyzvedávají prarodiče, 2 % dětí vyzvedává starší sourozenec. Pro 2 % dětí přichází do MŠ rodinná kamarádka, matky přítel.

11) Četnost aktivit, kterým se děti s rodiči věnují po příchodu z MŠ, v závislosti na věku rodičů – otázka č. 13



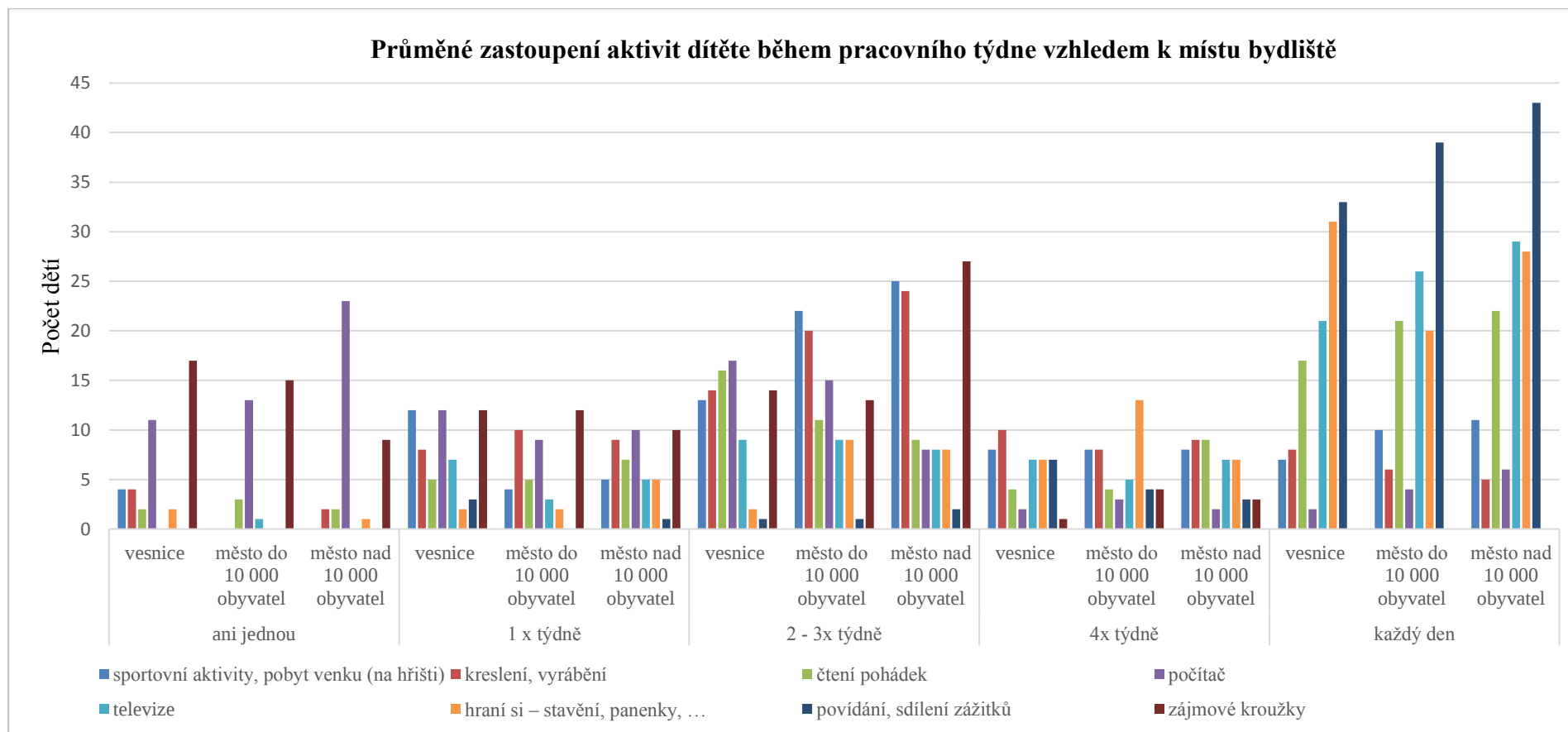
Graf 12: Četnost aktivit, kterým se děti s rodiči věnují, v závislosti na věku rodičů

Největší skupinu respondentů tvořili rodiče ve věku 31 – 40 let, přičemž 74 % všech rodičů (102 rodičů ze 137) do dotazníku uvedlo, že se nejčastěji a zároveň nejraději věnují s dětmi sportovním aktivitám a pohybu venku (tuto odpověď zvolilo 77 rodičů), téměř stejný počet rodičů rád volí pro odpolední aktivity s dětmi hraní s hračkami (do dotazníku to uvedlo 74 rodičů), následuje kreslení a vyrábění (60 rodičů), sledování televize (42 rodičů), hraní deskových her (27 rodičů), čtení pohádek (25 rodičů), pouze minimum rodičů uvedlo hraní na počítači (17 rodičů). 11 respondentů připsalo kromě nabízených aktivit další činnosti, kterými vyplňuje čas strávený s dětmi. Mezi odpověďmi se v největší míře objevovaly tyto aktivity: „kroužky, plnění úkolů – grafomotorika a jiné, logopedická cvičení, hra na flétnu, hraní si se sourozencem, nákup“.

Nejméně početnou skupinou jsou rodiče mladší 30 let. Do výzkumného šetření se zapojilo 16 rodičů do 30 let, z celkového počtu 137 rodičů tvoří mladí rodiče 12 %. Mladí rodiče tráví nejvíce času se svými dětmi hraním si s hračkami (tuto možnost vybralo 13 rodičů), další činnosti podle početnosti je kreslení, kreativní vyrábění (10 rodičů), třetí místo patří pobytu venku (9 rodičů), následuje hraní deskových her (8 rodičů), sledování televize (7 rodičů), hraní na počítači (3 rodiče), nejméně se mladí rodiče věnují čtení pohádek (2 rodiče).

Podobným počtem respondentů je zastoupena poslední skupina – rodiče ve věku 41 let a více. Dotazníky vrátilo 19 rodičů ve věku 41 let a více, z celkového počtu 137 respondentů tvoří tato skupina 14 %. Tito rodiče uvedli, že nejvíce času stráví pobytem venku, sportovními aktivitami (tuto možnost vybralo 14 rodičů), dále se rádi věnují s dětmi výtvarným aktivitám (13 rodičů), na třetím místě se nachází hraní si s hračkami (12 rodičů), další oblíbenou činností je sledování televize (8 rodičů), následuje hraní deskových her (6 rodičů), čtení pohádek (5 rodičů), na posledním místě se nachází hraní na počítači (3 rodiče). 2 rodiče doplnili otázku týkající se aktivit o: „*pobyt v knihovně, kroužky*“.

12) Denní režim dítěte vzhledem k místu bydliště – četnost aktivit během pracovního týdne – otázka č. 14 („Zhodnoťte, kolikrát se s dítětem průměrně během pracovního týdne – od pondělí do pátku – věnujete následujícím aktivitám?“)



Graf 13: Průměrné zastoupení aktivit dítěte během pracovního týdne vzhledem k místu bydliště

	ani jednou			1 x týdně			2 - 3x týdně			4x týdně			každý den		
	V	M D	M N	V	M D	M N	V	M D	M N	V	M D	M N	V	M D	M N
sportovní aktivity, pobyt venku (na hřišti)	4	0	0	12	4	5	13	22	25	8	8	8	7	10	11
kreslení, vyrábění	4	0	2	8	10	9	14	20	24	10	8	9	8	6	5
čtení pohádek	2	3	2	5	5	7	16	11	9	4	4	9	17	21	22
počítač	11	13	23	12	9	10	17	15	8	2	3	2	2	4	6
televize	0	1	0	7	3	5	9	9	8	7	5	7	21	26	29
hraní si – stavění, panenky, ...	2	0	1	2	2	5	2	9	8	7	13	7	31	20	28
povídání, sdílení zážitků	0	0	0	3	0	1	1	1	2	7	4	3	33	39	43
zájmové kroužky	17	15	9	12	12	10	14	13	27	1	4	3	0	0	0

Tabulka 2: Průměrné zastoupení aktivit dítěte během pracovního týdne vzhledem k místu bydliště

Legenda:

VVesnice

M D.....Město do 10 000 obyvatel

M N.....Město nad 10 000 obyvatel

Z dotazníkového šetření vyplývá, že 44 % dětí chodívá v průměru 2x – 3x týdně po příchodu z mateřské školy do přírody, na hřiště, vyplňuje čas různými sportovními aktivitami. Respondenti uvedli, že 3 % dětí netráví během pracovního týdne žádný čas pohybem na čerstvém vzduchu. Pouze 20 % dětí se věnuje sportovním aktivitám (hřiště, procházky atd.) každý den. Místo bydliště nemá podle odpovědí rodičů výrazný vliv na pohybové aktivity dětí.

42 % dětí si během pracovního týdne 2x – 3x kreslí, maluje, vyrábí. 4 % dětí o vyrábění nejeví zájem během týdne vůbec nebo jim tuto možnost jejich rodiče nenabídnou. Místo bydliště nehraje žádnou roli při volbě této aktivity. Mezi faktory ovlivňující výběr výtvarných aktivit patří zejména zájem dítěte, čas rodičů, finanční možnosti, tvůrčí schopnosti rodičů, ...

Každodenní četbu pohádek považuje za důležitou 44 % respondentů, kteří odpověděli, že si dennodenně vyhradí čas pro pravidelnou četbu dítěti. 12 % rodičů čte dětem pohádky téměř každý den. 18 % rodin se četbě dětské literatury nevěnuje vůbec nebo 1x týdně. Nejvíce dětem čtou rodiče žijící ve městě do 10 000 obyvatel, kde 56 % respondentů uvedlo, že čte dětem pohádky 4x – 5x týdně, zatímco ve městě nad 10 000 obyvatel čte takto často pouze 39 % rodičů. Téměř každému druhému dítěti (47 % dětí) čtou rodiče žijící na vesnici pohádky 4x – 5x týdně.

K počítači během týdne usedá alespoň jednou 66 % dětí předškolního věku, z toho 9 % dětí zapíná počítač nebo tablet každý den. 29 % dětí má k dispozici počítač 2x – 3x týdně. 34 % dětí netráví na počítači během pracovního týdne žádný čas, jejich rodiče dávají přednost jiným aktivitám. Místo bydliště nepatří mezi faktory, které by ovlivňovaly trávení času dětí u počítače.

Necelé 1 % dětí (1 dítě ze 137) se podle dotazníkového šetření vůbec na televizi nedívá. Každodennímu sledování televize věnuje 55 % dětí.

Že má hra v životě dítěte předškolního věku své nezastupitelné místo dokazuje dotazníkové šetření, v němž respondenti uvedli, že 58 % dětí si dennodenně po příchodu z mateřské školy hraje s hračkami. 9 % respondentů odpovědělo, že si jejich dítě během týdne nehraje s hračkami, volí tedy jiné aktivity.

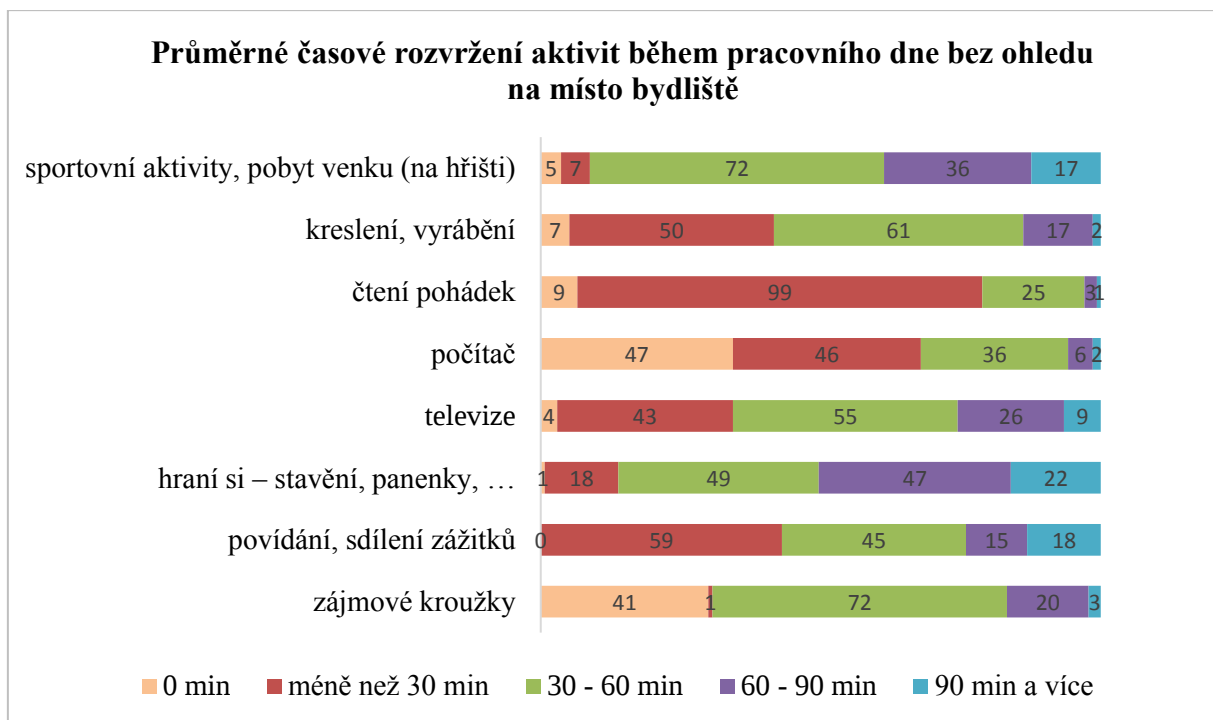
Všichni rodiče, 100 % respondentů si během týdne dokáže najít čas na povídání s dítětem, sdílení zážitků. 84 % rodičů si povídá s dětmi každý den.

Ačkoli jsou v současné době zájmové kroužky pro děti předškolního věku populární a rodiči vyhledávané, 30 % dětí, jejichž rodiče se zúčastnili dotazníkového šetření, nenavštěvuje žádný kroužek (nejvíce dětí – 41 %, které nenavštěvují žádný kroužek, žije na vesnici, 37 % ve městě do 10 000 obyvatel a pouze 22 % bydlí ve městě nad 10 000 obyvatel). 25 % dětí z celkového počtu navštěvuje jeden kroužek týdně, 39 % dětí má týdně 2 – 3 kroužky, 6 % dětí je zapsáno dokonce do 4 kroužků. Z celkového počtu 137 dětí navštěvuje pravidelně zájmové kroužky 96 dětí (tj. 70%). Rodiče žijící ve městě nad 10 000 obyvatel využívají nejvíce rozmanitých nabídek zájmových kroužků a přihlašují do nich 42 % dětí (z počtu 96 dětí). Množství rodičů vyhledávající pro své děti odpolední kroužky ve městě do 10 000 obyvatel a rodičů, kteří žijí na vesnici je téměř totožné (město do 10 000 obyvatel – 30 %, vesnice – 28 %).

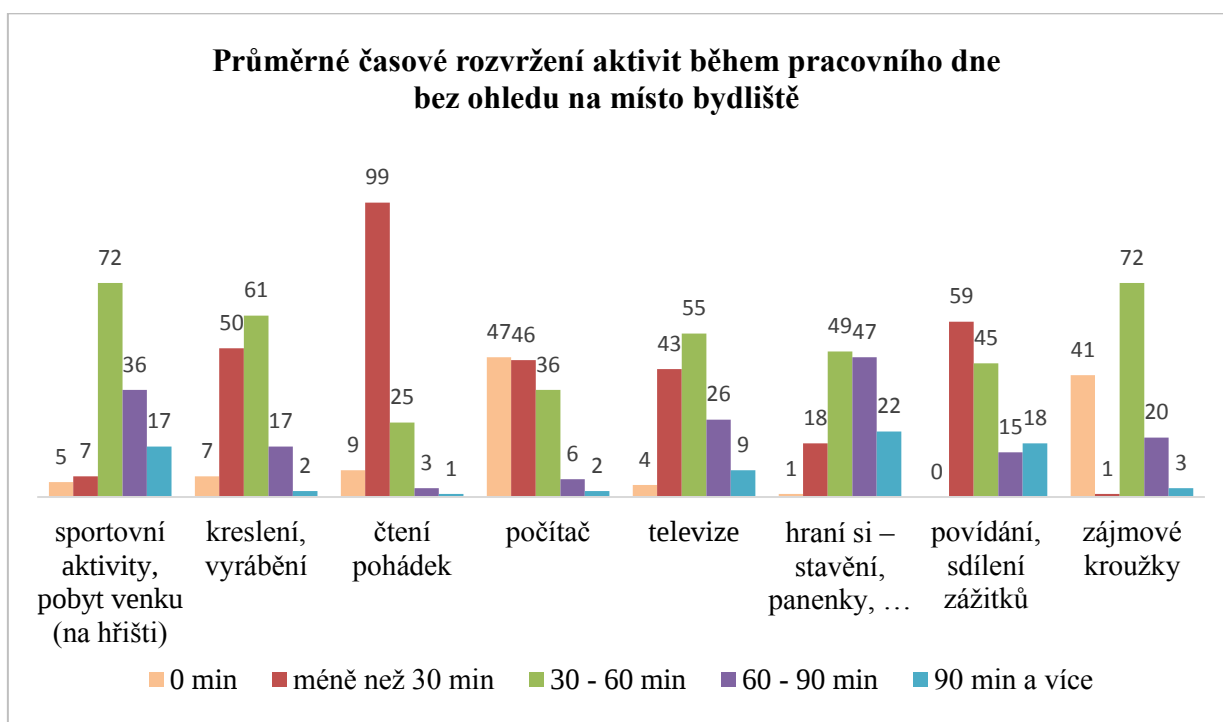
13) Denní režim dítěte bez ohledu na místo bydliště – průměrné časové rozložení nejčastějších aktivit dítěte během pracovního týdne – otázka č. 14 („Jak byste zhodnotil(a) množství času, kdy se dítě věnuje následujícím činnostem, během jednoho všedního dne.“)

	0 min	méně než 30 min	30 - 60 min	60 - 90 min	90 min a více
sportovní aktivity, pobyt venku (na hřišti)	5	7	72	36	17
kreslení, vyrábění	7	50	61	17	2
čtení pohádek	9	99	25	3	1
počítač	47	46	36	6	2
televize	4	43	55	26	9
hraní si – stavění, panenky, ...	1	18	49	47	22
povídání, sdílení zážitků	0	59	45	15	18
zájmové kroužky	41	1	72	20	3

Tabulka 3: Průměrné časové rozložení aktivit dítěte během pracovního týdne bez ohledu na místo bydliště (četnost dětí)



Graf 14: Průměrné časové rozvržení aktivit během pracovního dne bez ohledu na místo bydliště



Graf 15: Průměrné časové rozvržení aktivit během pracovního dne bez ohledu na místo bydliště

Podle dotazníkového šetření stráví dítě předškolního věku pohybovými aktivitami s rodiči přibližně pouhých 30 – 60 minut denně (53 % dětí), 4 % respondentů uvedlo, že ať už z časových důvodů nebo jiných nechodí s dítětem během týdne vůbec ven. 12 % dětí tráví, podle dostupných odpovědí rodičů, pobytem na čerstvém vzduchu 90 min a více.

Téměř polovina dětí (45 %) si během odpoledne kreslí, věnuje se výtvarným aktivitám. 5 % dětí si během dne nenajde žádný čas pro malování, vyrábění.

72 % respondentů odpovědělo, že se věnují méně než 30 minut denně čtení pohádky. Ve většině případů se jedná o večerní rituál – pohádka před spaním. 7 % rodičů nečte dětem pohádky vůbec, ani před spaním.

Počítač je v dnešní době součástí každé domácnosti. 35 % rodičů neumožňuje dítěti přístup na počítač. 34 % dětí má počítač každý den k dispozici na méně než 30 min. Zbylí respondenti (31 %) potvrdili, že svým dětem umožňují hrát si na počítači dennodenně ještě déle.

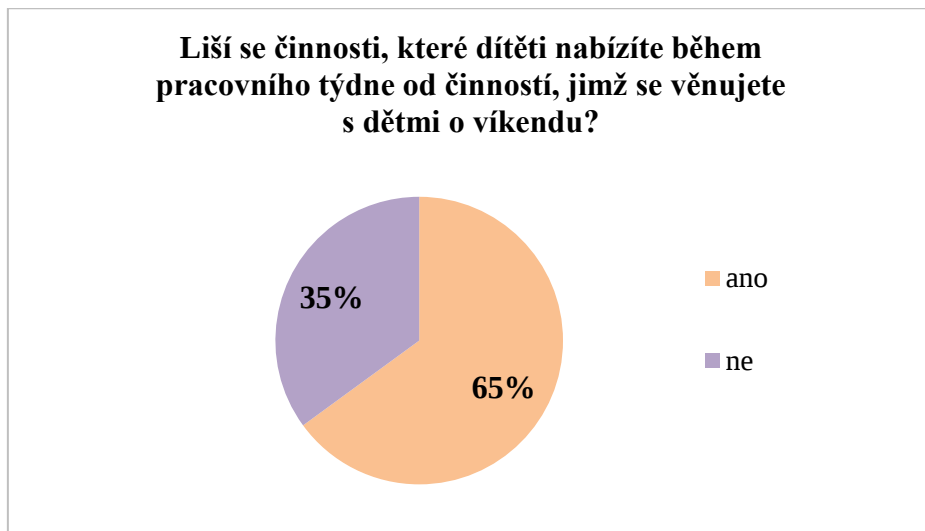
I když se většina dětí dívá na televizi každý den, ve většině případů se jedná o krátké pohádky, které jsou součástí ranní a večerní rutiny. 72 % respondentů uvedlo, že se jejich dítě dívá na televizi méně než 30 min nebo 30 – 60 min. Několik respondentů přidalo k tabulce slovní komentář, že se jejich dítě dívá pravidelně pouze na večerníček, jenž je součástí večerního rituálu. 7 % dětí tráví před televizí více než 90 minut denně.

70 % dětí si po příchodu z mateřské školy podle svých rodičů hraje s hračkami v rozmezí od 30 do 90 min. 1 respondent uvedl, že si jeho dítě během týdne v domácím prostředí nehraje a věnuje se jiným aktivitám.

Pro dítě je zásadní, že si rodiče (100 % respondentů) v dnešní uspěchané době stále najdou čas na každodenní komunikaci s ním a sdílení zážitků. 43 % rodičů si během dne vyčlení na komunikaci s dítětem méně než 30 min, 33 % rodičů 30 – 60 min, 11 % 60 – 90 min, 13 % dokonce 90 min a více.

41 % dětí netráví během dne žádný čas zájmovým kroužkem, 53 % dětí stráví během dne 30 – 60 min pod vedením učitele daného zájmového kroužku, 15 % 60 – 90 min a 2 % dětí 90 min a více. Důvodem nadměrného navštěvování kroužků bývá nejčastěji nedostatek času rodičů a potřeba dítě někam umístit.

14) Denní režim o víkendu – otázka č. 15 („Liší se činnosti, které dítěti nabízíte během pracovního týdne od činností, jimž se věnujete s dětmi o víkendu?“)



Graf 16: Aktivita o víkendu

Ukázka některých odpovědí k otázce č. 15:

„O víkendu máme více času, jsme déle venku, jezdíme do kina, plavat, ...“

„O víkendu je více času na vycházky do přírody, na kulturní akce (divadlo, ...)“

„Jsme více spolu, výlety, někdy kino, sportujeme společně“

„Pracujeme na zahradě, jezdíme na výlety, navštěvujeme prarodiče“

„Více pobytu venku, více si hrajeme spolu“

„Návštěva kulturních akcí (loutkové divadlo, hraná představení), rodinné výlety, chata, dětské večírky“ s přespáváním – většinou u nás“

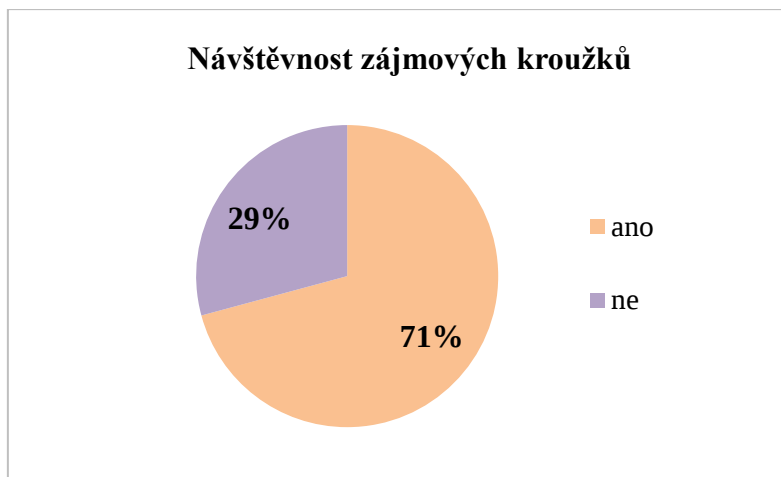
„Zapojuje se do činností spojených s chodem domácnosti, kuchyně + zahrada – pomáhá“

„O víkendu se věnujeme více sportu, popř. kino, divadlo, více času trávíme s přáteli“

U více než poloviny respondentů (65 %) se víkend nese ve znamení výletů, odpočinku, návštěv, sportovních aktivit, čímž se zásadně odlišuje od činností, kterým se věnují během pracovního týdne. O víkendu navštěvují rodiče s dětmi prarodiče, různé kulturní akce (divadlo, kino), snaží se zapojit dítě do chodu domácnosti, pracují společně na zahradě.

Respondenti ve svých odpovědích zdůrazňují, že tráví čas během víkendu společně jako rodina, užívají si chvíle s přáteli a jsou za tyto chvíle vděční.

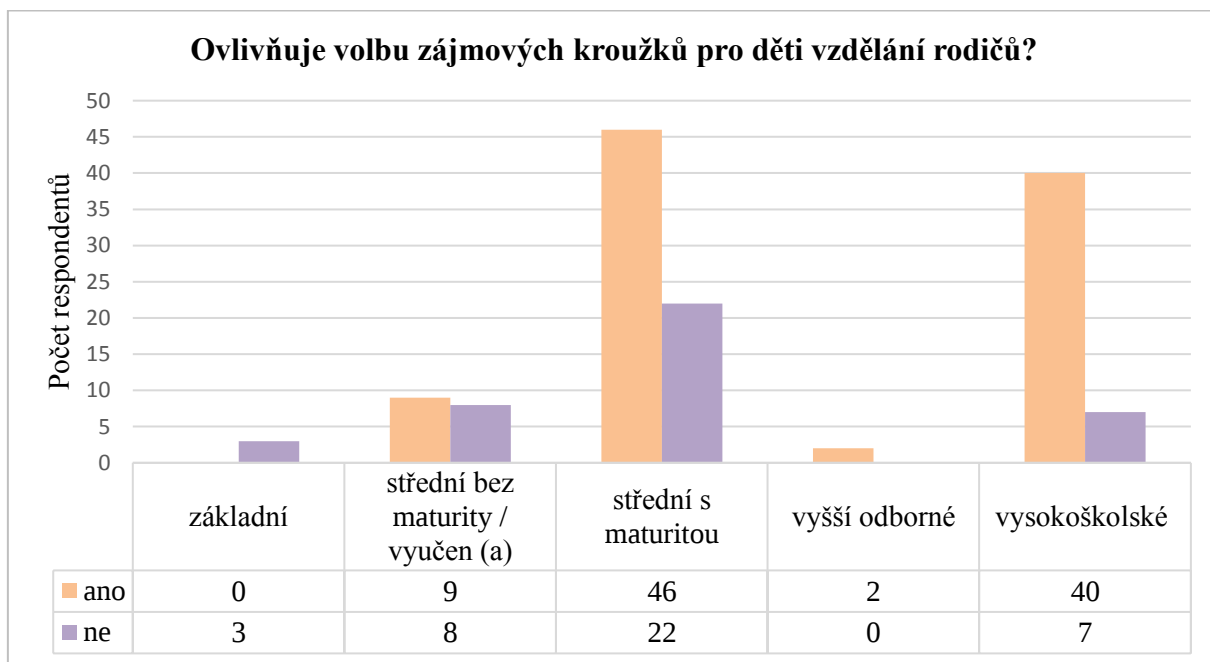
15) Zájmové kroužky – Návštěvnost zájmových kroužků – otázka č. 16



Graf 17: Návštěvnost zájmových kroužků

71 % dětí předškolního věku navštěvuje pravidelně alespoň jeden zájmový kroužek. 29 % dětí se věnuje jiným aktivitám.

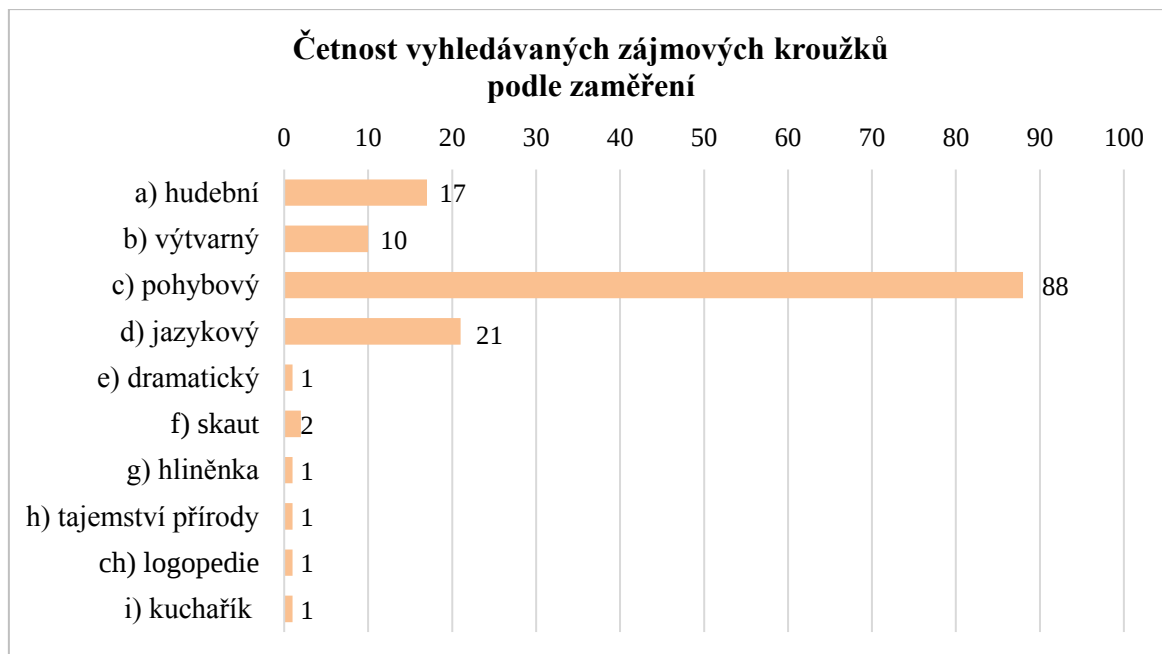
16) Zájmové kroužky – Vliv vzdělávání rodičů na volbu kroužků pro děti předškolního věku – otázky č. 2, 16



Graf 18: Vliv vzdělání rodičů na volbu kroužků pro děti předškolního věku

Respondenti s dosaženým vyšším vzděláním považují ve většině případů zájmové kroužky za přínosné, neboť rodiče s vyšším vzděláním přihlašují děti do zájmových kroužků častěji.

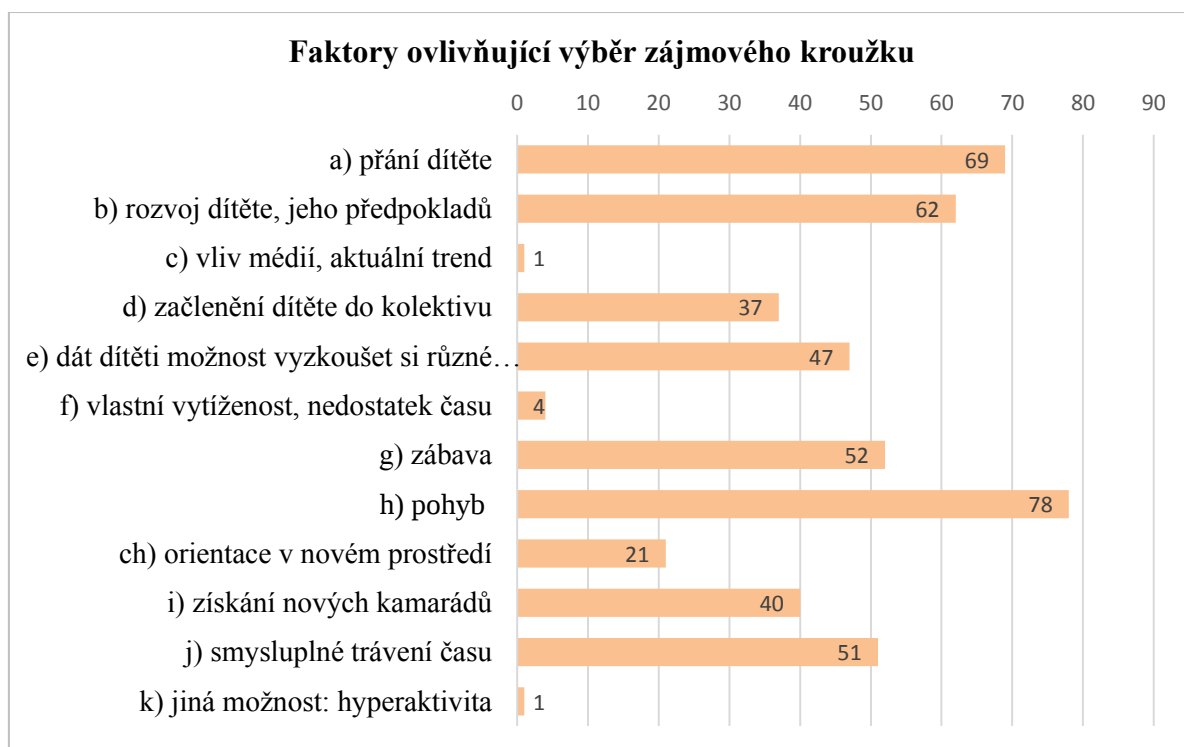
17) Zájmové kroužky – Žádaná zaměření zájmových kroužků – otázka č. 17



Graf 19: Četnost vyhledávaných zájmových kroužků podle zaměření

Mezi respondenty je největší zájem o pohybové kroužky, následují jazykové kroužky a hudební. Méně dětí navštěvuje výtvarné kroužky, dramatický kroužek navštěvuje ze všech dotazovaných pouze 1 dítě. Dále děti navštěvují i méně tradiční kroužky jako jsou (podle slovních komentářů rodičů): *skaut, hliněnka, tajemství přírody, logopedie nebo kuchařík*.

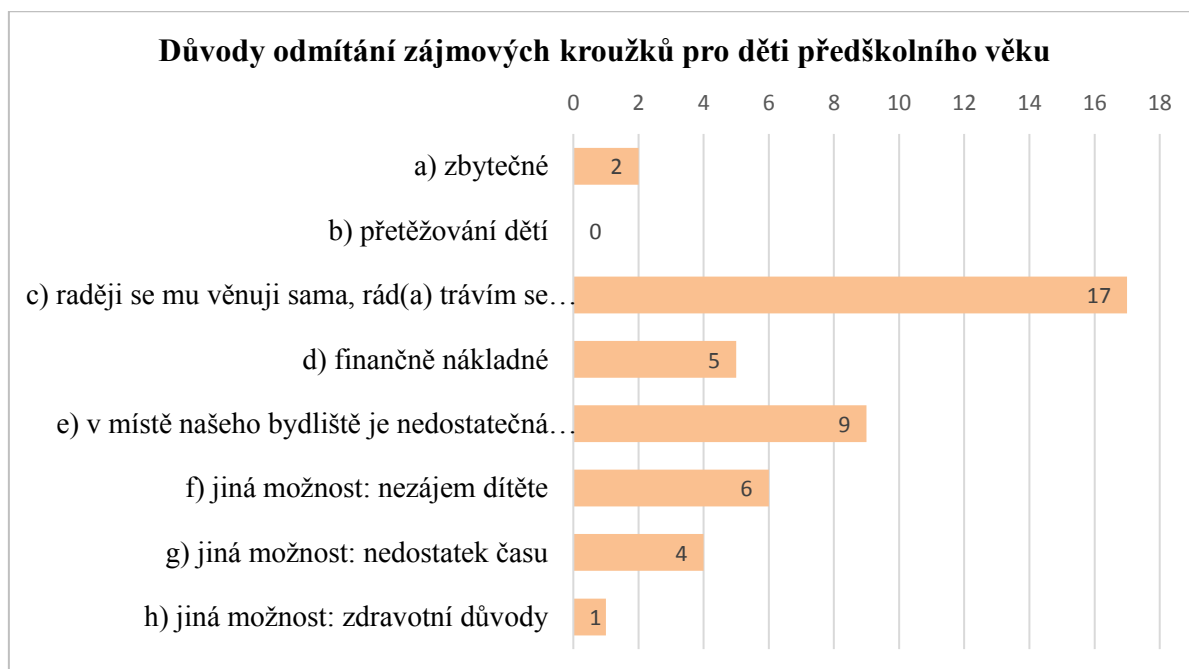
18) Zájmové kroužky – Faktory ovlivňující výběr zájmového kroužku – otázka č. 18



Graf 20: Faktory ovlivňující výběr zájmových kroužků

Respondenti uvedli, že prioritou při výběru zájmového kroužku je pohyb (78 respondentů), přání dítěte (69 respondentů) a rozvoj dítěte, jeho předpokladů (62 respondentů). Většina rodičů spatřuje v zájmových kroužcích smysluplné trávení času (51 respondentů) či zábavu (52 respondentů). Velké množství rodičů (47 respondentů) chce dát dítěti možnost vyzkoušet si různé aktivity, aby se v pozdějším věku mohlo specializovat a najít si to, co ho bude bavit a v čem se bude chtít rozvíjet. Z dalších důvodů rodiče vybrali začlenění dítěte do kolektivu (37), orientaci v novém prostředí (21) nebo získání nových kamarádů (40). 4 respondenti uvedli, že dávají děti do zájmových kroužků z důvodu vlastní vytíženosti, nedostatku času. 1 respondent je ovlivněn vlivem médií, aktuálním trendem, který v současné době podporuje navštěvování zájmových kroužků. 1 respondent uvedl, že přihlásil dítě do kroužku z důvodu jeho hyperaktivity.

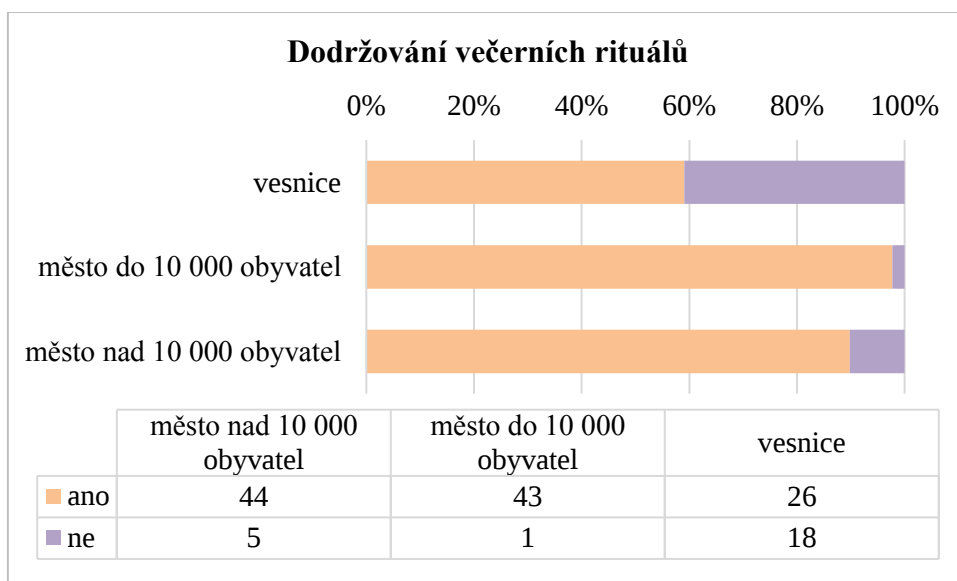
19) Zájmové kroužky – Důvody odmítání zájmových kroužků pro děti předškolního věku – otázka č. 19



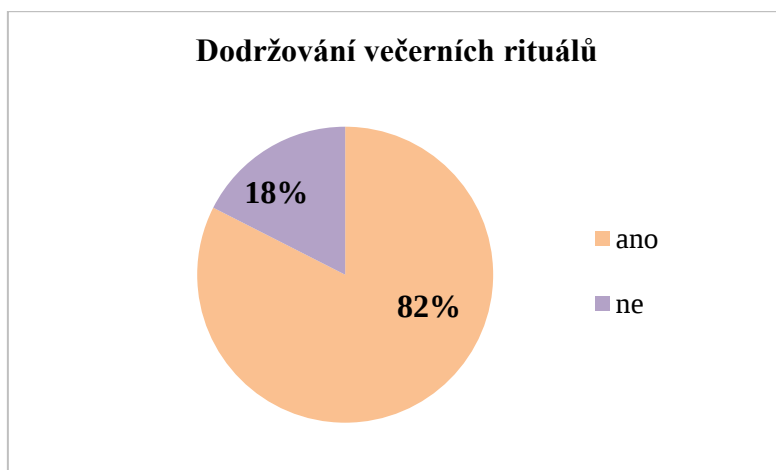
Graf 21: Důvody odmítání zájmových kroužků pro děti předškolního věku

Respondenti uvedli, že rádi tráví sami se svým dítětem čas, rádi se mu věnují, a proto 17 rodičů nevybírá pro své dítě zájmové kroužky. 9 respondentů ohodnotilo nabídku zájmových kroužků v místě jejich bydliště za nedostatečnou. Menší nabídka kroužků je zejména na vesnici, odkud musí rodiče dovážet své děti do nejbližšího města, což způsobuje rodičům komplikace (čas, doprava). Pro 5 respondentů jsou zájmové kroužky finančně příliš nákladné. 2 rodičů považují kroužky za zbytečné. Dále rodiče uvedli další důvody: nezájem dítěte (6 respondentů), nedostatek času (4 respondenti), zdravotní důvody (1 respondent).

20) Dodržování večerních rituálů – otázka č. 20



Graf 22: Dodržování večerních rituálů



Graf 23: Dodržování večerních rituálů – ano/ne

Že je pro dítě důležité zejména dodržování večerních rituálů si uvědomuje 82 % respondentů, kteří mají s dítětem zavedený večerní rituál. 18 % rodičů si s dítětem večerní rituál nezavedlo. Zajímavostí je, že rodiče žijící ve městech mají téměř všichni zavedený večerní rituál, zatímco rodiče žijící na vesnici nikoli. Pouze necelých 60 % respondentů žijících na vesnici usnadňuje dítěti orientaci v čase pomocí rituálů.

21) Popis večerních rituálů – otázka č. 21

Ukázka některých odpovědí k otázce č. 21 („Pokud máte s dítětem zavedený večerní rituál, mohl(a) byste ho ve stručnosti popsat?“):

„Před spaním – sdílení zážitků, čtení pohádek“

„Večeře – zuby – modlitba – čtení – spánek“

„Večeře – cvičení logopedie – hygiena – pohádka – spánek“

„Koupání – večeře – večerníček – zuby – záchod – čtení – zpívání – spánek“

„Pohádka – pusa – spát“

„Večeře – hygiena – večerníček – povídání si – spánek“

„Večeře – večerníček – hygiena – pohádka TV – čtená pohádka – spánek“

„Hygiena – pyžamko – pohádka nebo ukolébavka – spánek“

„Večeře – pohádka v TV – hygiena – poslech pohádky – spánek“ (tento respondent uvedl: 0 min čtené pohádky, ale počítač i televize 60 – 90 min denně – 2x – 3x týdně)

Zavedené večerní rituály v současné rodině bývají složené z hygieny, večeře, večerníčku, čtené pohádky, povídání si, mazlení, pusinky či modlitby. Pro většinu rodičů je důležitým večerním rituálem čtení pohádky. Je to dobře, neboť večerní četba pohádek je nejlepším prostředkem, rituálem, jak strávit s dítětem večerní čas. Četba je pro dítě navíc velice přínosná (rozvoj slovní zásoby, vnímání, představivost, fantazie, paměť atd.). Večerní pohádková atmosféra prohlubuje vztah mezi rodičem a dítětem a poskytuje dítěti uklidnění a pocit bezpečí.

7 Shrnutí výsledků empirické části

Z dotazníkového šetření vyplynulo, že se denní režim dítěte skládá z velkého množství činností, které se rodiče snaží zorganizovat do kratšího časového úseku. Věk rodičů, vzdělání nebo počet dětí v rodině výrazně neovlivňuje organizaci dne a výběr aktivit. Z výsledků je patrné, že si většina rodičů uvědomuje význam rituálů pro dítě a usiluje o jejich pravidelné vykonávání, které umožňuje snazší orientaci v čase a jednodušší organizaci dne.

Odpovědi na výzkumné otázky:

1) Kolik času stráví dítě během pracovního dne s rodiči?

Při vyhodnocení dotazníků bylo zřejmé, že má na denní režim dítěte vliv místo bydliště. Děti žijící na vesnici tráví s rodiči dennodenně asi o 2 hodiny více času než děti žijící ve městě (tj. asi 6 hodin). Většina dětí vstává mezi 6:00 – 6:59 hod., rozdíl spočívá v odpoledním vyzvedávání dětí z mateřské školy. Zatímco vesnickou mateřskou školu opouští 48 % dětí po odpoledním odpočinku, ve městě nad 10 000 obyvatel odchází 49 % dětí z MŠ až před koncem provozní doby. Pokud provozní doba mateřských škol ve městě nad 10 000 obyvatel končí okolo 16:30 hod., je z šetření zřejmé, že téměř polovina dětí navštěvující MŠ ve městě nad 10 000 obyvatel tráví v domácím prostředí odhadem pouze 4 hodiny denně (poté následuje spánek). Pokud mají děti během odpoledne ještě zájmový kroužek, další organizovanou činnost, znamená to pro ně, že jsou ochuzeni o čas strávený s rodiči, se kterými tráví přibližně 3 hodiny denně, což je podle mého názoru nedostatečná doba. Často tedy dochází k tomu, že ačkoli by měla mateřská škola doplňovat rodinnou výchovu, v současné rodině ji často nahrazuje. A to z důvodu nedostatečného času rodičů (pracovní důvody) nebo z důvodu nadměrného množství zájmových kroužků.

2) Jakými aktivitami je čas strávený s rodiči vyplněn?

Rodiče uvedli, že tráví během dne čas se svými dětmi nejčastěji hrou, sportovními činnostmi, výtvarnými aktivitami a sledováním televize. To však nesouhlasí s činnostmi, kterým se děti podle respondentů věnují každý den – povídání, sdílení zážitků (115 respondentů), hra (79 respondentů), televize (76), čtení pohádek (60), sportovní aktivity (28), kreslení (19). Je tedy zřejmé, že ne všichni rodiče odpovídali podle skutečnosti, ale podle toho, jak si subjektivně přejí, aby byl čas s dítětem vyplněn.

Velké množství dětí nemá během dne dostatek pohybových aktivit, čeho si jsou rodiče vědomi, a proto vybírají dětem pohybové kroužky. Ty však nenahradí čas, který by dítě mohlo strávit společně s rodiči pohybovými aktivitami, hrami či procházkami.

Z výzkumného šetření vyplynulo, že se většina dětí během jednoho všedního dne věnuje průměrně 30 – 60 min sportovním aktivitám (72 respondentů), 30 – 60 min kreslení (61), méně než 30 min stráví posloucháním pohádek (99 respondentů), 30 – 60 min sledováním televize (55), spontánní hrou pouze 30 – 60 min (49), komunikací s rodiči méně než 30 min (59) a 30 – 60 min stráví část dětí pod vedením pedagoga zájmového kroužku (72). Většina dětí netráví na počítači buď žádný čas (47), nebo méně než 30 min (46). I když se velké množství dětí dívá na televizi každý den, čas strávený před televizí není podle odpovědí rodičů příliš dlouhý (sledování televize bývá součástí ranního a večerního rituálu – večerníček).

3) Dávají rodiče přednost aktivnímu trávení času, nebo spíše pasivnímu (počítač, televize)?

I když si rodiče uvědomují důležitost aktivního trávení času s dítětem, v současné době převažuje spíše pasivní trávení času.

4) Podílí se na denním režimu rituály?

Většina rodin má vybudované určité ustálené denní zvyklosti, rituály, které poskytují dětem a celé rodině pocit jistoty a bezpečí.

Ranní rutina dětí předškolního věku během pracovního týdne je podle různorodá, u některých obsahuje i pohádky, někteří zřejmě ranní rutinu zavedenou nemají. V mnoha případech jsem zaznamenala chybějící snídani, což není pro utváření si správných stravovacích návyků vhodné. Víkendová ranní rutina se ve většině rodin odlišuje od běžného pracovního dne pohádkou, volnějším režimem bez spěchu a delším spánkem. O víkendu vstávají děti přibližně o hodinu později, z čehož je možné vyvodit, že potřeba spánku předškolního věku je vyšší, proto bývá dítě při ranním vstávání často rozmrzelé, unavené a příprava do MŠ bývá v některých rodinách problematická. Z dotazníkového šetření je patrné, že by dítěti více vyhovoval klidnější režim a více spánku.

Za důležité považuje většina rodin dodržování večerních rituálů, které bývají složené z hygieny, večeře, večerníčku, čtené pohádky, povídání si, mazlení, pusinky či modlitby.

Mezi nejčastější večerní rituály patří pro děti velice přínosné a oblíbené čtení pohádek. Večerní pohádková atmosféra přispívá ke zklidnění dítěte a prohlubuje vztah mezi rodičem a dítětem.

5) Ovlivňuje denní režim dítěte místo bydliště, věk rodičů?

Z výzkumu vyplynulo, že místo bydliště má vliv na denní režim dítěte. Děti žijící na vesnici tráví s rodiči dennodenně asi o 2 hodiny více času než děti žijící ve městě (tj. asi 6 hodin). Věk rodičů výrazně neovlivňuje organizaci dne a výběr aktivit.

6) Mají rodiče s dosaženým vyšším vzděláním větší nároky na výběr činností, zájmových kroužků, kterým se dítě věnuje?

Výzkum ukázal, že rodiče s dosaženým vyšším vzděláním kladou na své děti předškolního věku větší nároky, více jim organizují čas a přihlašují je do zájmových kroužků. V současné době navštěvuje zájmové kroužky přibližně každé třetí dítě. Mezi faktory ovlivňující zapsání dítěte do kroužku patří zejména pohyb, celkový rozvoj dítěte a přání dítěte. Důvodem odmítání zájmových kroužků je skutečnost, že někteří rodiče tráví rádi čas se svým dítětem nebo je v jejich místě bydliště nedostatečná nabídka kroužků nebo dítě neprojevuje zájem o nabízené kroužky. Překvapilo mě, že žádný rodič neuvedl jako důvod odmítání zájmových kroužků přetěžování dítěte. Osobně zájmové kroužky nezavrhují. Zejména pokud se jedná o kroužek, který dítě baví, navštěvuje ho jednou týdně a vidím na dítěti, že další řízenou činnost zvládá. Problém s kroužky mám u dětí vyčerpaných nebo u dětí, které tráví s rodiči minimum času, a zůstávají téměř celý den ve školách. Osobně se nepřikláním k více než jednomu kroužku týdně.

Denní režim dítěte je podle mého názoru příliš uspěchaný a často neodpovídá potřebám dítěte předškolního věku. Za největší problém považuji velkou organizace dne, nadbytečné množství zájmových kroužků, kvůli kterým mají děti často málo prostoru pro rozvoj vlastní spontánní hry. Rodiče by si měli vyčlenit více času na dítě, více vnímat jeho potřeby a dopřát mu podnětné ale klidné rodinné prostředí.

8 Závěr

Téma své bakalářské práce *Den dítěte předškolního věku* jsem si zvolila za účelem objasnit problematiku denního režimu, rituálů, potřeb dítěte předškolního věku a činitelů, kteří se podílejí na výchově dítěte. Prostřednictvím výzkumné části jsem se snažila získat povědomí o čase, který dítě tráví v současné rodině, a pochopit aktuální pocity a problémy dětí. Jestliže má mateřská škola doplňovat rodinnou výchovu, poskytovat dítěti podporu a individuální přístup, pak je důležité zajímat se o dítě a usilovat o pochopení pocitů a problémů dítěte a poté zvolit adekvátní metody a formy práce při vytváření vzdělávací nabídky v MŠ.

Cílem bakalářské práce bylo zjistit, jak tráví děti předškolního věku čas v rodině s ohledem na místo bydliště. Zároveň jsem se zaměřila na faktory ovlivňující denní režim, aktivity a rituály dítěte.

V teoretické části jsem se věnovala vymezení základních specifik dítěte předškolního věku, potřebám dítěte (denní režim, spánek, stravování, pohyb, hygiena) a činitelům ovlivňující vývoj dítěte. Zabývala jsem se i popisem nejčastějších aktivit, které mohou být každodenní náplní dne, včetně poznatků o zájmových kroužcích pro děti předškolního věku.

Výzkumem jsem získala množství poznatků o životě dítěte předškolního věku v současné rodině s ohledem na místo bydliště, věk a vzdělání rodičů. Denní režim dítěte je z mého pohledu příliš uspěchaný a často nerespektuje přirozené potřeby dítěte předškolního věku. Aby učitelky MŠ předcházely přetěžování dětí a mohly připravit dětem odpovídající vzdělávací nabídku podle jejich potřeb, měly by se více zajímat o čas, denní režim, který je typický pro rodinu, v níž dítě vyrůstá. Jedině poté můžeme hovořit o individuální práci s dítětem, individuálnímu přístupu. Rodinné prostředí, stimuly by se měly snažit učitelky MŠ doplňovat, do denní nabídky zařazovat více aktivit, na které rodiče nemají čas, prostor. Z výzkumu vyplývá, že dětem chybí především dostatek spontánní hry, větší množství sportovních aktivit a častější vyrábění, kreslení.

Seznam použitých zkratk

MŠ	Mateřská škola
RVP PV	Rámcový vzdělávací program pro děti předškolního věku
RVP ZV	Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání
ZŠ	Základní škola

Seznam literatury

Knižní zdroje:

BACUS-LINDROTH, Anne. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let*. Přeložil Lucie HUČÍNOVÁ. Praha: Portál, c2004, 174 s. ISBN 8071788627.

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let. Ilustroval Richard ŠMARDA. Brno: Computer Press, 2008, iv, 212 s. Dětská naučná edice. Předškoláci. ISBN 978-80-251-1829-0.

BIDDULPH, Steve. *Proč jsou šťastné děti šťastné*. Přeložil Jana PIŠTOROVÁ. Praha: Portál, 1997, 139 s., il. ISBN 807178155X.

BOROVÁ, Blanka, Dana TRPIŠOVSKÁ, Simona SKOUMALOVÁ a Věra SMEJKALOVÁ. *Cvičíme s malými dětmi: náměty pro rozvoj pohybových dovedností dětí od 3 do 8 let*. Ilustroval Patricie KOUBSKÁ. Praha: Portál, 1998, 125 s. ISBN 8071782238.

BRUCEOVÁ, Tina. Předškolní výchova: deset principů moderní pedagogiky a jejich aplikace v praxi. Přeložil Jakub FLORIAN. Praha: Portál, 1996, 172 s. ISBN 8071780685.

DUNOVSKÝ, Jiří. *Sociální pediatrie: vybrané kapitoly*. Praha: Grada, 1999, 279 s. ISBN 8071692549.

DVOŘÁKOVÁ, Hana, Michaela KUKAČKOVÁ, Martina LIETAVCOVÁ, Hana NÁDVORNÍKOVÁ a Eva SVOBODOVÁ. *Rozvíjíme tělesnou zdatnost dětí: dítě a jeho tělo*. Praha: Raabe, 2014, 164 s. Rozvíjíme dítě v jednotlivých oblastech předškolního vzdělávání. ISBN 978-80-7496-162-5.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte*. Ilustroval Jana KUDLIČKOVÁ. Praha: Portál, 2002, 137 s. ISBN 8071786934

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Raabe, c2006, 145 s. ISBN 8086307271.

EMANOVSKÝ, Petr. *Úvod do metodologie pedagogického výzkumu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013, 70 s. Skripta. ISBN 978-80-244-3664-7.

GRAVILLON, Isabelle a Lucie HUČÍNOVÁ. Spánek malých dětí. Praha: Portál, 2003, 111 s. ISBN 8071787205.

HELUS, Zdeněk. *Sociální psychologie pro pedagogy*. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2015, 399 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-4674-6.

HŘIVNOVÁ, Michaela a Jana MAJEROVÁ. *Didaktické kompetence učitele MŠ se zaměřením na rozvoj elementární zdravotní gramotnosti u dětí předškolního věku*. 2016. Olomouc, s. 51

HŘIVNOVÁ, Michaela. *Základní aspekty výživy*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2014, 95 s. Studijní opora. ISBN 978-80-244-4034-7.

CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada, 2007, 265 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-1369-4.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada, 2008, 193 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-1568-1.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014, 256 s. Pedagogika. ISBN 978-80-247-4435-3.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2006, 368 s. Psyché. ISBN 80-247-1284-9.

LEMAN, Kevin. *Sourozenecké konstelace: nové, přepracované vydání*. Přeložil Pavla LE ROCH. Praha: Portál, 2016, 308 s. ISBN 978-80-262-1100-6.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Praha: Portál, 1996, 143 s. ISBN 8071780855.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 6. Praha: Portál, 2013, 143 s. ISBN 978-80-262-0519-7.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte*. Praha: Grada Publishing, 2005, 182 s. Pro rodiče. ISBN 80-247-0870-1.

MERTIN, Václav, GILLERNOVÁ, Ilona. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Třetí vydání. Praha: Portál, 2015, 247 s. ISBN 978-80-262-0977-5.

MERTIN, Václav. *Ze zkušeností dětského psychologa*. Praha: Wolters Kluwer, 2015, 221 s. ISBN 978-80-7478-764-5.

MIKLÁNKOVÁ, Ludmila. *Environmentální stimuly v pohybové aktivitě dětí předškolního věku*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2009, 168 s. Monografie. ISBN 9788024423319.

OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. Praha: Grada, 2016, 220 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5107-8.

PRŮCHA, Jan a Soňa KOŤÁTKOVÁ. *Předškolní pedagogika: učebnice pro střední a vyšší odborné školy*. Praha: Portál, 2013, 181 s. ISBN 978-80-262-0495-4.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. Nové, rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2009, 395 s. ISBN 978-80-7367-647-6.

SKUTIL, Martin. *Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství*. Praha: Portál, 2011, 254 s. ISBN 978-80-7367-778-7.

SUCHÁNKOVÁ, Eliška. *Hra a její využití v předškolním vzdělávání*. Praha: Portál, 2014, 182 s. ISBN 978-80-262-0698-9.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka, Ivana BINAROVÁ, Kamila HOLÁSKOVÁ, Alena PETROVÁ, Irena PLEVOVÁ a Michaela PUGNEROVÁ. *Přehled vývojové psychologie*. 3., upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010, 189 s. Studijní texty. ISBN 978-80-244-2433-0.

ŠMELOVÁ, Eva. *Bezvýhradná akceptace ve výchově dítěte*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2015, 165 s. Monografie. ISBN 978-80-244-4217-4.

ŠMELOVÁ, Eva. *Mateřská škola: teorie a praxe*. I. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004, 168 s. ISBN 8024409458.

ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. *Dítě v předškolním období*. Praha: Mladá fronta, c2004, 71 s. ISBN 8020411879.

ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. *Komunikace mezi rodičem a dítětem: styly a techniky komunikace, komunikace rodiče ve vztahu k dítěti, vývojová období dítěte, komunikace v náročných situacích*. Praha: Grada, 2009. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2698-4.

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015, 575 s. ISBN 978-80-262-0714-6.

VÁGNEROVÁ, Marie a Youcef HADJ MOUSSA. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000, 522 s. ISBN 80-7178-308-0.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie. 1*. Praha: Karolinum, 1997, 353 s. ISBN 80-7184-317-2.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. V Praze: Karolinum, 2005, 467 s. ISBN 80-246-0956-8.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2012, 531 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

VANČUROVÁ, Eva. *Psychologie předškolního dítěte a jeho rodinná výchova*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1960, 182 s.

VANČUROVÁ, Eva. *Psychologie předškolního dítěte a jeho výchova v rodině*. Vyd. 3. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1969, 222 s.

Dokumenty, zákony:

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání [online]. Praha: MŠMT, 2017 [cit. 2018-01-10]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/39793/>

Zákon č. 561/2004 Sb.: o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon), ve znění pozdějších předpisů. [online]. [cit. 2018-01-11]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3/skolsky-zakon-ve-zneni-ucinnem-od-1-9-2017-do-31-8-2018>

Internetové zdroje:

HRSTKOVÁ, Hana: *Denní režim dítěte* [online]. [cit. 2018-01-11]. Dostupné z: <https://www.babyonline.cz/pece-o-dite/denni-rezim>

MORAVCOVÁ, Dana. Využívání počítačů v mateřské škole. *RVP: Metodický portál* [online]. [cit. 2018-03-17]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/p/257/vyuzivani-pocitacu-v-materske-skole.html/>

Informatorium 3-8: Časopis pro mateřské školy a školní družiny [online]. Praha 8: PORTÁL, s.r.o., 2012, 2012(10) [cit. 2018-01-24]. Dostupné z: <https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/informatorium-3-8/archiv/vydani/95898?page=1>

HLAVATÁ, Karolína: *Proč dítěti nechutná a jak se vyvíjejí jeho chutě? Všechno má svůj důvod* [online]. 2013 [cit. 2018-01-12]. Dostupné z: <http://zena-in.cz/clanek/proc-diteti-nechutna-a-jak-se-vyvijeji-jeho-chute-vsechno-ma-svuj-duvod>

Výživa dětí předškolního věku [online]. [cit. 2018-01-15]. Dostupné z: <https://www.babyonline.cz/vyziva-deti/vyziva-3-6-let>

Seznam tabulek

Tabulka 1: Návratnost dotazníků	40
Tabulka 2: Průměrné zastoupení aktivit dítěte během pracovního týdne vzhledem k místu bydliště	52
Tabulka 3: Průměrné časové rozložení aktivit dítěte během pracovního týdne bez ohledu na místo bydliště (četnost dětí).....	54

Seznam grafů

Graf 1: Grafické znázornění rozložení vzorku respondentů.....	41
Graf 2: Grafické znázornění rozložení věku respondentů.....	42
Graf 3: Grafické znázornění rozložení věku dětí	42
Graf 4: Grafické znázornění počtu dětí v rodině	43
Graf 5: Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – vesnice	43
Graf 6: Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – město do 10 000 obyvatel.....	44
Graf 7: Denní režim dítěte – vstávání, odchod z MŠ – město nad 10 000 obyvatel	44
Graf 8: Denní režim dítěte – vstávání dětí o víkendu – vzhledem k místu bydliště	45
Graf 9: Ranní rutina dítěte před odchodem do MŠ	46
Graf 10: Ranní rutina dítěte o víkendu	47
Graf 11: Vyzvedávání dítěte z MŠ	48
Graf 12: Četnost aktivit, kterým se děti s rodiči věnují, v závislosti na věku rodičů.....	49
Graf 13: Průměrné zastoupení aktivit dítěte během pracovního týdne vzhledem k místu bydliště	51
Graf 14: Průměrné časové rozvržení aktivit během pracovního dne bez ohledu na místo bydliště	55
Graf 15: Průměrné časové rozvržení aktivit během pracovního dne bez ohledu na místo bydliště	55
Graf 16: Aktivity o víkendu	57
Graf 17: Návštěvnost zájmových kroužků	58
Graf 18: Vliv vzdělání rodičů na volbu kroužků pro děti předškolního věku.....	58
Graf 19: Četnost vyhledávaných zájmových kroužků podle zaměření	59
Graf 20: Faktory ovlivňující výběr zájmových kroužků	60
Graf 21: Důvody odmítání zájmových kroužků pro děti předškolního věku	61
Graf 22: Dodržování večerních rituálů.....	62
Graf 23: Dodržování večerních rituálů – ano/ne	62

Přílohy

Dotazník k bakalářské práci

Dotazník k bakalářské práci – Den dítěte předškolního věku v rodině

Vážený rodiče,

obracím se na Vás s prosbou o vyplnění dotazníku, jehož výsledky mi budou sloužit jako podklad pro bakalářskou práci na téma *Den dítěte předškolního věku v rodině*. Ve své bakalářské práci zjišťuji, jak tráví děti předškolního věku čas v rodině s ohledem na místo bydliště. Dále se zaměřuji na faktory ovlivňující denní režim, aktivity a rituály dítěte. Dotazník je **anonymní** a jeho vyplnění by Vám mělo trvat přibližně 10 – 15 min.

Dotazník je určen rodičům dětí předškolního věku, které dosáhly 5, 6 nebo 7 let. V případě, že máte více dětí předškolního věku, dotazník vyplňte pouze jednou ve vztahu k jednomu dítěti. Odpovědi zakroužkujte, popřípadě doplňte komentář, u otázky č. 14 označte Vámi zvolenou odpověď křížkem. Pro zachování anonymity vložte prosím vyplněný dotazník do přiložené obálky, kterou zalepte, a odevzdejte paní učitelce.

Děkuji Vám za ochotu a čas, který věnujete vyplnění dotazníku.

Pavla Kravalová, 3. ročník Učitelství pro mateřské školy, Univerzita Palackého v Olomouci

1) Jste

a) matka

b) otec

2) Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

a) základní

b) střední bez maturity / vyučen(a)

c) střední s maturitou

d) vysokoškolské

3) Věk

Váš věk

a) do 30 let

b) 31 – 40 let

c) 41 let a více

Věk Vašeho dítěte, k němuž se dotazník vztahuje

a) 5

b) 6

c) 7

4) Kolik máte dětí?

a) 1

b) 2

c) 3

d) 4

e) jiný počet (doplňte)

5) Vaše dítě navštěvuje mateřskou školu

- a) na vesnici b) ve městě do 10 000 obyvatel c) ve městě nad 10 000 obyvatel

6) V kolik hodin budíte své dítě, když jde do mateřské školy?

- a) 5:00 – 5:59 b) 6:00 – 6:59 c) 7:00 – 8:00

7) V kolik hodin vstává obvykle Vaše dítě o víkendu?

- a) 5:00 – 5:59 b) 6:00 – 6:59 c) 7:00 – 8:00 d) později

8) Jak byste charakterizoval(a) ranní rutinu s dítětem před odchodem do mateřské školy?

- a) dítě nemohu probudit, donutit jej obléci, snídani nestíháme
b) dítě budím s předstihem, oblečení si připravím předem, snídani stíháme
c) snažím se, aby rána probíhala v poklidu, dítě však bývá rozmrzelé, unavené
d) jiná možnost:

9) Můžete ve stručnosti popsat, jak ranní rutina Vašeho dítěte probíhá? (Např. čištění zubů – snídane – pohádka – oblečení)

.....

10) Liší se nějakým způsobem ranní rutina Vašeho dítěte o víkendu? Pokud ano, čím?

- a) ano (prosím, doplňte, čím)
b) ne

11) Kdy vyzvedáváte dítě z MŠ?

- a) po obědě
b) chvíli po odpoledním odpočinku
c) před koncem provozní doby

12) Kdo vyzvedává nejčastěji dítě z MŠ?

- a) matka
- b) otec
- c) starší sourozenec
- d) prarodiče
- e) jiná osoba (doplňte)

13) Jakým aktivitám se nejčastěji věnujete s dítětem po příchodu z MŠ? (Zakroužkovat můžete více možností)

- a) hraní si s hračkami – stavění z kostek, hraní s panenkami, ...
- b) sportovní aktivity, pobyt venku
- c) kreslení, vyrábění
- d) čtení pohádek
- e) hraní na počítači
- f) sledování televize
- g) hraní deskových her
- h) jiná možnost:

14) Zhodnoťte, kolikrát se s dítětem průměrně během pracovního týdne – od pondělí do pátku – věnujete následujícím aktivitám? (Prosím, označte křížkem)

	ani jednou	1x týdně	2 – 3x týdně	4x týdně	každý den
sportovní aktivity, pobyt venku (na hřišti)					
kreslení, vyrábění					
čtení pohádek					
počítač					
televize					
hraní si – stavění, panenky, ...					
povídání, sdílení zážitků					
zájmové kroužky					

Jak byste zhodnotil(a) množství času, kdy se dítě věnuje následujícím činnostem, během jednoho všedního dne. (Prosím, označte křížkem)

	0 min	méně než 30 min	30 – 60 min	60 – 90 min	90 min a více
sportovní aktivity, pobyt venku (na hřišti)					
kreslení, vyrábění					
čtení pohádek					
počítač					
televize					
hraní si – stavění, panenky, ...					
povídání, sdílení zážitků					
zájmové kroužky					

15) Liší se činnosti, které dítěti nabízíte během pracovního týdne od činností, jimž se věnujete s dětmi o víkendu?

- a) ano (prosím, doplňte, čím)
-
- b) ne

16) Navštěvuje Vaše dítě předškolního věku nějaký kroužek?

- a) ano
- b) ne

17) Pokud Vaše dítě **navštěvuje** nějaký kroužek, uveďte, jakého zaměření je? Jestliže jich navštěvuje dítě více, zakroužkujte všechny. (Pokud jste odpověděl(a) na přechozí otázku „ne“, tuto položku vynechejte)

- a) hudební
- b) výtvarný
- c) pohybový
- d) jazykový
- e) dramatický
- f) jiná možnost:

18) Co ovlivnilo Vaše rozhodnutí zapsat dítě do zájmového kroužku? (Zakroužkovat můžete více možností; pokud jste odpověděl(a) na 16. otázku „ne“, tuto položku vynechejte)

- a) přání dítěte
- b) rozvoj dítěte, jeho předpokladů
- c) vliv médií, aktuální trend
- d) začlenění dítěte do kolektivu
- e) dát dítěti možnost vyzkoušet si různé aktivity
- f) vlastní vytíženost, nedostatek času
- g) zábava
- h) pohyb
- ch) orientace v novém prostředí
- i) získání nových kamarádů
- j) smysluplné trávení času
- k) jiná možnost:

19) Jestliže Vaše dítěte **nenavštěvuje** zájmové kroužky, uveďte důvod. (Zakroužkovat můžete více možností; pokud jste odpověděl(a) na 16. otázku „ano“, tuto položku vynechejte)

- a) zbytečné
- b) přetěžování dětí
- c) raději se mu věnuji sama, rád(a) trávím se svým dítětem čas
- d) finančně nákladné
- e) v místě našeho bydliště je nedostatečná nabídka kroužků pro děti předškolního věku
- f) jiná možnost:

20) Máte s dítětem zavedený nějaký večerní rituál?

- a) ano
- b) ne

21) Pokud máte s dítětem zavedený večerní rituál, mohl(a) byste ho ve stručnosti popsat?
(Např. večere – večerníček – hygiena – pohádka – spánek)

.....

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku a přeji hezký zbytek dne.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Pavla Kravalová
Katedra:	Katedra primární a preprimární pedagogiky
Vedoucí práce:	prof. PhDr. Eva Šmelová, Ph.D.
Rok obhajoby:	2018

Název práce:	Den dítěte předškolního věku v rodině
Název v angličtině:	A Day of a Preschool Child in Its Family
Anotace práce:	Bakalářská práce se zaměřuje na problematiku denního režimu, potřeb a činitelů, kteří se podílejí na výchově dítěte předškolního věku. Dotazníkové šetření se věnuje každodenním aktivitám a rituálům dítěte, poskytuje aktuální názory rodičů na zájmové kroužky pro děti předškolního věku a zabývá se zobecněním faktorů (místo bydliště, věk a vzdělání rodičů), jež mají vliv na organizaci dne a denní režim současné rodiny.
Klíčová slova:	dítě předškolního věku, denní režim, rituály, mimoškolní aktivity, zájmové kroužky
Anotace v angličtině:	The Bachelor Thesis deals with the topic of everyday routine, needs and the factors, that effect the education of a preschool child. The questionnaire deals with children's everyday activities and rituals, provides up-to-date opinions of their parents concerning free time activities of preschool children and the factors such as place of residence, age, parents' education, that effect the daily routine of current families are generalized as well.
Klíčová slova v angličtině:	preschood child, daily routine, rituals, free time activites
Přílohy vázané v práci:	dotazník
Rozsah práce:	75 stran
Jazyk práce:	čeština