



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI  
Fakulta přírodovědně-humanitní  
a pedagogická



# Zimní sporty v mateřských školách

## Bakalářská práce

*Studijní program:*

B7507 - Specializace v pedagogice

*Studijní obory:*

7531R001 - Učitelství pro mateřské školy

*Autor práce:*

Martina Kostenková

*Vedoucí práce:*

PhDr. Klára Kuprová, Ph.D.





## Zadání bakalářské práce

# Zimní sporty v mateřských školách

*Jméno a příjmení:* **Martina Kostenková**  
*Osobní číslo:* P17000419  
*Studijní program:* B7507 Specializace v pedagogice  
*Studijní obor:* Učitelství pro mateřské školy  
*Zadávající katedra:* Katedra tělesné výchovy a sportu  
*Akademický rok:* **2018/2019**

### Zásady pro vypracování:

Cílem práce je analýza využívání zimních sportů v libereckých mateřských školách. Vyhodnocení anketního šetření a návrh doporučení pro mateřské školy v Liberci.

*Rozsah grafických prací:*

*Rozsah pracovní zprávy:*

*Forma zpracování práce:*

*Jazyk práce:*

*tištěná*

*Čeština*



### **Seznam odborné literatury:**

BRTNÍK, J., NEUMAN, J., 1999. Zimní hry na sněhu i bez něj. 1. vyd. Praha: Portál.

ISBN 80-7178-329-3. DYGRÍN, J., SUCHOMEL, A., JANDOVÁ, S., ANTOŠ, R.,

BITTNER, V., 2016. Sjezdové a běžecké lyžování. 1. vyd. Liberec: Technická

univerzita v Liberci. ISBN 978-80-7494-319-5.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., 2006. Vývojová psychologie. 2. vyd. Praha:

Grada. ISBN 80-247-1284-9.

VODIČKOVÁ, S., 2004. Základy lyžování dětí. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v

Liberci. ISBN 80-7083-830-2.

*Vedoucí práce:*

PhDr. Klára Kuprová, Ph.D.

Katedra tělesné výchovy a sportu

*Datum zadání práce:*

1. února 2019

*Předpokládaný termín odevzdání:* 1. května 2020

prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.

děkan

V Liberci dne 1. března 2019

doc. PaedDr. Aleš Suchomel, Ph.D.

vedoucí katedry

## Prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně jako původní dílo s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Jsem si vědoma toho, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

Beru na vědomí, že Technická univerzita v Liberci nezasahuje do mých autorských práv užitím mé bakalářské práce pro vnitřní potřebu Technické univerzity v Liberci.

Užiji-li bakalářskou práci nebo poskytnu-li licenci k jejímu využití, jsem si vědoma povinnosti informovat o této skutečnosti Technickou univerzitu v Liberci; v tomto případě má Technická univerzita v Liberci právo ode mne požadovat úhradu nákladů, které vynaložila na vytvoření díla, až do jejich skutečné výše.

Současně čestně prohlašuji, že text elektronické podoby práce vložený do IS/STAG se shoduje s textem tištěné podoby práce.

Beru na vědomí, že má bakalářská práce bude zveřejněna Technickou univerzitou v Liberci v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb., o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů.

Jsem si vědoma následků, které podle zákona o vysokých školách mohou vyplývat z porušení tohoto prohlášení.

18. května 2020

Martina Kostenková

## Poděkování

Tímto bych chtěla poděkovat PhDr. Kláře Kuprové, Ph.D. za cenné rady a odborné vedení při zpracování této práce. Dále bych ráda chtěla poděkovat všem respondentům, kteří si našli svůj volný čas a zúčastnili se anketního šetření. Všechny získané informace a připomínky si velice vážím.

## **Anotace**

Tato bakalářská práce byla napsána za účelem zjištění analýzy, v jakém rozsahu jsou využívány zimní sporty v libereckých mateřských školách. Informace byly zjišťovány pomocí anketního šetření, kterého se zúčastnili ředitelé mateřských škol nebo jejich pověření zástupci. Otázky se týkaly všeobecnými informacemi o mateřské škole a druhá část se zabírala zimními sporty. Z anketního šetření bylo zjištěno, že všechny mateřské školy v zimě při pobytu venku využívají zimní aktivity a 87,5 % z nich nabízí pro děti lyžařský kurz. Převaha školek uskutečňuje kurz přes sportovní agentury. Všechny získané odpovědi byly vyhodnoceny a podrobně popsány ve výsledcích anketního šetření. Ve vyhodnocení anketního šetření bylo pro mateřské školy sepsáno možné doporučení k vhodnému výběru kurzu. Bakalářská práce také obsahuje kapitoly o psychickém a fyzickém vývoji dítěte, mateřské škole, zimních sportech a lyžařské výstroji a výzbroji.

**Klíčová slova:** anketa, dítě, lyžování, mateřská škola, zimní sporty

## **Annotation**

This bachelor thesis was written in order to analyse to which extent are winter sports used in Liberec kindergartens. The information was collected by a questionnaire survey, which was attended by kindergarten principals or their authorized representatives. First part of the survey concerned general information about kindergarten, while the second part dealt with winter sports. The survey found out that all kindergartens use winter activities while outside during the winter and 87,5 % of them offer a ski course for children. The predominance of kindergartens organizes the course through sport agencies. All the obtained answers were evaluated and described in detail in the result of the survey. In the evaluation of the survey, a possible recommendation for the suitable course selection was written for kindergartens. The bachelor thesis also includes chapters about the mental and physical development of the child, kindergarten in general, winter sports and ski equipment.

**Key words:** survey, child, skiing, kindergarten, winter sports

## **Obsah**

<b>Úvod</b> .....	<b>11</b>
<b>1 Cíle práce</b> .....	<b>12</b>
<b>2 Psychický a fyzický rozvoj dítěte</b> .....	<b>13</b>
2.1 Etapy psychického vývoje dětského organismu .....	13
2.2 Dítě a pohyb .....	14
2.3 Rizika ve správném vývoji dítěte .....	16
<b>3 Mateřská škola</b> .....	<b>17</b>
3.1 Charakteristika mateřské školy .....	17
3.2 RVP PV .....	17
3.3 Funkce mateřské školy .....	18
3.4 Typy mateřských škol .....	21
<b>4 Zimní sporty</b> .....	<b>25</b>
4.1 Sjezdové lyžování v předškolním věku.....	26
4.2 Charakteristické znaky jízdy na lyžích u malých dětí.....	28
4.3 Faktory ovlivňující výuku lyžování dětí .....	29
4.4 Cíle lyžařského výcviku .....	31
4.5 Lyžařské prostředí .....	33
<b>5 Lyžařská výstroj a výzbroj</b> .....	<b>36</b>
5.1 Lyžařská výstroj .....	36
5.2 Lyžařská výzbroj .....	37
<b>6 Anketní šetření</b> .....	<b>41</b>
6.1 Podmínky anketního šetření .....	41
6.2 Anketa .....	42
6.3 Sběr dat.....	42
6.4 Výsledky anketního šetření .....	43
6.5 Zhodnocení anketního šetření .....	66
<b>7 Závěr</b> .....	<b>68</b>
<b>8 Seznam literatury</b> .....	<b>69</b>
<b>9 Příloha anketního šetření</b> .....	<b>71</b>



## Seznam obrázků

Obrázek 1: Typ mateřské školy .....	43
Obrázek 2: Poloha MŠ.....	44
Obrázek 3: Počet budov.....	45
Obrázek 4: Počet tříd.....	46
Obrázek 5: Počet pedagogických pracovníků .....	47
Obrázek 6: Počet přihlášených dětí .....	48
Obrázek 7: Dopolední pobyt venku za každého počasí.....	49
Obrázek 8: Využívání zimních aktivit při pobytu venku .....	50
Obrázek 9: Potřebné vybavení k zimním aktivitám .....	51
Obrázek 10: Nabídka zimních sportů v MŠ .....	52
Obrázek 11: Nabídka lyžařského kurzu v MŠ.....	53
Obrázek 12: Kdo pořádá lyžařský kurz .....	54
Obrázek 13: Místo konání .....	55
Obrázek 14: Délka kurzu.....	56
Obrázek 15: Zajištění stravy a pitného režimu.....	57
Obrázek 16: Zajištění dopravy .....	58
Obrázek 17: Počet zúčastněných dětí .....	59
Obrázek 18: Kdo vyučuje lyžování .....	60
Obrázek 19: Co se všechno platí .....	61
Obrázek 20: Kolik kurz stojí .....	62
Obrázek 21: Příspěvky .....	63
Obrázek 22: Speciální vstupní požadavky k zúčastnění.....	64
Obrázek 23: Spolupráce se sportovní agenturou nebo s lyžařskou školou .....	65

## **Seznam zkratek**

Cm – centimetr

Č. – číslo

Kč – koruna česká

MHD – městská hromadná doprava

MŠ – mateřská škola

Např. – například

RVP PV – Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

SVP – speciální vzdělávací potřeby

Tzv. – takzvaně

UV záření – ultrafialové záření

## Úvod

Liberecký kraj díky své poloze v Jizerských horách nabízí často vhodné podmínky pro různé zimní sporty. Okolí Liberce je velice vhodné pro běžecké a sjezdové lyžování. Proto mnoho libereckých mateřských škol se snaží podmínky využívat a dát dětem první možnost se seznámit se zimními sporty. Mnozí rodiče se snaží své ratolesti vést k pohybu už od útlého věku. Obzvláště, pokud jsou samy milovnice sportu. Na straně druhé jsou tu i taci, kteří kvůli pracovnímu vytížení, nemají na své děti čas, a proto je v dnešní době více dětí, které se málo hýbou. Pokud není dítě rodiči vedeno k zimním sportům, pak lze předpokládat, že první zkušenost s lyžováním získá teprve až na povinném lyžařském výcviku na druhém stupni základní školy.

Tématem bakalářské práce jsou zimní sporty v mateřských školách. V práci je zjišťováno, v kolika předškolních zařízeních ve městě Liberec se zimní sporty provozují a kolik školek využívá služby sportovní organizace k uskutečnění lyžařského kurzu. Některé mateřské školy nabízí velmi pestrý program, který se právě týká zimních sportů. Sama jsem milovnicí zimních sportů a velice ráda jsem uvítala lyžařský kurz ve své praxi. V předškolním období jsou děti více učenlivé a snadněji se seznamují s novými pohybovými aktivitami, sportovními hrami nebo sporty, se kterými se ještě nesetkaly. V lyžařských střediscích vidíme stále více malých předškolních dětí, které se seznamují s prvním lyžováním. Na běžeckých tratích se procento dětí také začíná zvyšovat, což je jediné dobře.

## **1 Cíle práce**

Hlavním cílem práce je analýza využívání zimních sportů v libereckých mateřských školách. Vyhodnocení anketního šetření a návrh doporučení pro mateřské školy.

## 2 Psychický a fyzický rozvoj dítěte

### 2.1 Etapy psychického vývoje dětského organismu

Podle vývojové psychologie rozlišujeme věkové zvláštnosti dítěte, které hrají roli v nácviku sjíždění a v zatáčení. Lidský vývoj rozdělujeme na několik etap. První etapou je **prenatální vývoj**, který začíná oplozením vajíčka až po narození. „*Trvá 9 kalendářních měsíců nebo 10 lunárních měsíců po 28 dnech. V tomto období se vytvářejí všechny potřebné předpoklady pro budoucí samotný vývoj plodu.*“ (Vodičková, Příbramský, 2005, s. 43). Další etapou je **novorozenecké období**, které trvá přibližně 1 měsíc. Dítě se v tomto období hlavně přizpůsobuje všem podmínkám a snaží se adaptovat na nové prostředí. Pomáhají mu k tomu přirozené reflexy. Během prvních pár hodin po porodu se rozvíjí vazba mezi dítětem a matkou. **Kojenecké období** považujeme za první rok života dítěte. Celkový vývoj a prožívání je u každého dítěte jiný a projevují se první individuální rozdíly mezi dětmi. **Batolecí období** trvá od jednoho roku do tří let, ve kterém dochází rozvoji dětské osobnosti, schopností a dovedností. V batolecím věku je charakteristické osamostatňování a uvolňování z různých vazeb (Vágnerová, 2012).

**Předškolní období** trvá od tří do šesti let. Dle Eriksona je to období, kdy se dítě snaží prosadit svůj názor a jeho aktivity se stávají cílem. Převažuje značný egocentrismus. Bez problémů ale přijímá názor dospělých, tak jak je mu představován. Dítě se učí ovládat své emoce a chování. Navazuje přátelství s vrstevníky a sociální kontakt s dětmi podobného věku. Dle určitých znaků si vybírá kamaráda a převažuje výběr dvojníka. Ve skupině, kde jsou děti podobného věku, dochází k postupné diferenciaci a specifikaci sociálních rolí. Dítě se snaží v této skupině co nejvíce prosadit a získat pocit úspěšnosti. V předškolním období se objevuje názorné a intuitivní myšlení. Mladší děti ještě nechápou trvalost určitého objektu, jsou zatím fixovány na jeho viditelné znaky, proto jim vše musíme vizuálně ukazovat. Realitu si upravují tak, aby to pro ně bylo přijatelné a srozumitelné. Pomocí různých činností např. pomocí kresby nebo hry se dítě může samostatně vyjádřit nebo dát najevo svůj vlastní názor na svět. Jazyk je prostředkem ke zpracování informací na takové úrovni, jaké dosahuje myšlení dítěte. Egocentrická řeč pomáhá k řešení problémů, zjednodušuje orientaci a uvědomování. Uvažování a konverzace předškolního dítěte nemá ještě tak dokonalou koordinaci dílčích složek (Vodičková, Příbramský, 2005).

**Předškolní dítě** si především hraje, ve hře získává určité dovednosti, zkušenosti, schopnosti komunikovat s ostatními, srovnávat se s nimi, brát na ostatní ohledy a dobře s nimi jednat. Má zájem se učit, získávat nové informace, experimentovat, nabývat zkušeností, samostatně se rozhodovat a prosazovat svůj názor. Začíná se seznamovat s pravidly, začíná chápat určité hranice a ohledy k druhým. Zlepšuje základní pohybové dovednosti hrubé motoriky. Pohyby jsou více jisté a koordinované. Snaží se o obtížnější kombinace. Začínají se umět orientovat v prostoru a vyhýbat se překážkám. Dokáže napodobit i složité pohyby, využít svou sílu a dobře ovládat své tělo. Nemají problém na něco vylézt a zase slézt. Důležitý je pro něj pravidelný režim a rytmus, dostatek pestrého jídla, spánku a odpočinku. Kolem šestého roku dochází k výrazným tělesným změnám, kdy dítě hodně vyrostne, protáhnou se mu končetiny a jeho hlava už není tak velká vůči tělu. Proporce se už začínají podobat tělu dospělého (Langmeier, Krejčířová, 2006).

## **2.2 Dítě a pohyb**

Každé zdravé dítě se snaží uspokojovat svou základní fyziologickou potřebu a to hýbat se. Pomocí pohybu všechno kolem sebe poznává a ohmatává. Z počátku postupuje vývoj velmi rychle. Už kolem jednoho roku se dítě snaží o své první krůčky a manipuluje s věcmi. Některé pohyby se zdají být ze začátku nemotorné, ale neustálým opakováním se děti ve svém pohybu zdokonalují. Ve třech letech už bez problému chodí, běhá, leze, překonává různé překážky, skáče, manipuluje s předměty, pokouší se házet a chytat. Předškolní dítě už má velkou touhu se pohybovat formou hry a začít závodit. Mateřská škola mu umožňuje se pravidelně hýbat. Pro děti je pohyb nezbytně důležitý, aby nebyl zpomalen jejich správný rozvoj. Přirozeně se učí nejjednodušší pohyby až po ty složitější. Děti bychom měly nechat se v jejich dovednostech přirozeně zlepšovat a zdokonalovat, aby je zvládly i v obtížnějších podmínkách. U malých dětí by se neměly objevovat sportovní specializace, které děti jednostranně zatěžují. Pomocí pohybu začíná dítě ovládat své tělo. Komunikuje s ostatními pomocí her, doteků a gest. Na základě svých zkušeností řeší situace, volí správné postupy, rozvíjí své myšlení a intelekt. Pohyb je pro dítě důležitý nejenom pro fyzický rozvoj, ale i pro rozvoj celé osobnosti (Dvořáková, 2009).

## **Tělo a pohyb**

Stavba a tvar těla je z velké části ovlivněn genetickými předpoklady. To platí i pro intelektové, pohybové, výtvarné i hudební předpoklady. Záleží, jak moc všechny vlohy rozvíjíme a využíváme. Pohyb tělu prospívá, ovlivňuje stavbu kostí a kloubů. To se odráží na jejich pevnosti a pružnosti. Ovlivňuje stavbu svalů, počet, tloušťku a pružnost svalových vláken. Přispívá ke správnému fungování vnitřních orgánů, hlavně dýchacího a srdečně cévního systému. Trénované orgány pak mají lepší schopnost se vyrovnat se zatížením. Pohyb celkově přispívá jako prevence vzniku různých civilizačních chorob nebo například ukládání tuku v cévách. Pokud je tělo zatížené pohybem, tak se aktivují zdroje energie a biochemické pochody v těle. Pravidelný pohyb podporuje organismus a ten se dokáže lépe vyrovnat s mnohými problémy. Pohybová aktivita ovlivňuje nejenom děti předškolního věku, ale i všechny z nás a to po celý život (Dvořáková, 2009).

## **Řeč a pohyb**

Nejvíce používaná otázka typu „proč?“ Ve vztahu s vrstevníky se vyjadřuje přímo. V komunikaci s dospělými je zdvořilejší. Důležitá podmínka řeči je dýchání. Ovlivňuje rytmus řeči, který je často spojen se zadržáváním a koktáním. U pohybu je dýchání intenzivnější a má vliv na pohybové, dechové a řečové kvality. Některé pohybové hry řeč podporují, rozvíjí ji a překonávají v ostychu (Dvořáková, 2009).

## **Práce s tělem a mozkiem**

Pohyb dítěti přináší mnoho zkušeností a rozumových problémů, na které se snaží přijít. Neustále překonává nějaké překážky, učí se reagovat na předměty, které se hýbou. Využívá celou nervovou soustavu. Mozek zpracovává impulsy a informace, řeší problémy a správně se rozhoduje. Rozvíjí se poznávání a poznávací funkce. Pohybová činnost je zdrojem emocí, citů a prožitků. Všechny složky osobnosti se ve vývoji vzájemně podporují, proto se dítě rozvíjí celistvě. Psycholog John Brierley tvrdí, že: „*Práce s tělem je práce s mozkiem.*“ (Brierley in Dvořáková, 2009, s. 7).

„*Jean Piageta říká, že celé předškolní období je obdobím zkoumání světa z perspektivy, kde pohybová zkušenost dítěte s prostorem, věcmi i jinými osobami je zásadní pro získávání a rozvíjení jeho poznání.*“ (Piaget in Dvořáková, 2009, s. 7). Podle psychologa Erika Eriksona ve vývojové psychologii dítě získává pohybové a vztahové poznatky v emocionálně důvěrném prostředí rodiny, kde experimentuje se svým tělem.

Pomocí pohybů komunikuje se svým okolím a rozvíjí svou vůli. Do šesti let napodobuje své okolí a po šesti letech je pro něho důležité vřazení do kolektivu vrstevníků a jejich uznání, kde hraje pohybová úroveň velkou roli (Dvořáková, 2009).

### **2.3 Rizika ve správném vývoji dítěte**

Každému dítěti je potřeba vytvořit správné vyhovující podmínky, aby mohlo svou pohybovou potřebu naplnit. Důležitý je vhodný prostor a různé pomůcky k činnostem. Některé podmínky dostatečný pohyb omezují a dětem nic jiného nezbyvá než trávit čas pasivněji. To vede k většímu počtu zlobení, nepozornosti a k řadě růstových problémů, jako je například špatné držení těla. Průměrně se uvádí, že každé předškolní dítě má potřebu se pohybovat 5 hodin denně. Čím starší dítě, tím je potřeba nižší. Záleží na každém dítěti, někdo má menší pohybovou potřebu a někdo naopak větší. Náročné jsou pro dítě monotónní činnosti, které si samo nezvolilo. Mnoho pokynů a instrukcí, co má dítě dělat, vede k odrazení a únavě (Dvořáková, 2009).

#### **Rizika spojená s pohybovou aktivitou**

Rizikem mohou být prožívané neúspěchy. I malý neúspěch může způsobit blok k pohybovým aktivitám. Klesá schopnost sebedůvěry, dítě se stává nejistým, bojácným a může se vyhybat dalším činnostem. Dalším rizikem může být strach, že vše pokazí. V těchto situacích je dítě hodně citlivé (Dvořáková, 2009).

Dítě bychom měli podporovat, pomáhat mu v jeho samostatnosti, stát při něm, ale rozhodně nedělat nic za něj. Heslo Italské pedagožky a lékařky Marie Montessori zní: „*Pomoz mi, abych to dokázal sám.*“ (Montessori in Dvořáková, 2009, s. 9).



## **3 Mateřská škola**

### **3.1 Charakteristika mateřské školy**

Mateřská škola je vzdělávací instituce, která je určena zpravidla pro děti ve věku 3 až 6 let. Ředitel mateřské školy do předškolního vzdělávání přijímá děti podle svých stanovených kritérií. V roce 2017 se zavedla povinnost o povinném předškolním vzdělávání. Platí to pro děti, které do začátku školního roku dovrší pěti let. Podle školského zákona je poskytování předškolního vzdělávání veřejnou službou.

#### **Věk dětí**

Do předškolního zařízení mohou být přijímány i děti dvouleté, ale ze zákona podle § 34 odst. 3 školského zákona mají přednost děti starší 3 let a vždy s podmínkou trvalého pobytu ve spádovém obvodu mateřské školy (školský zákon, 2019). Pro dítě je to první navštěvovaná vzdělávací instituce v jejich životě. V mateřské škole se můžeme setkat i s dětmi sedmiletými, které dostaly odklad povinné školní docházky na základní škole.

#### **Rozdělení tříd**

Každá mateřská škola má jiné rozdělení dětí do tříd. Děti lze rozdělit podle věku na třídy homogenní nebo na třídy věkově smíšené – heterogenní. Děti se speciálními vzdělávacími potřebami je možné začlenit do běžných tříd mateřských škol nebo do tříd pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami zřizovaných podle § 16 odst. 9 školského zákona, popřípadě škol zřizovaných podle § 16 odst. 9 školského zákona (školský zákon, 2019).

### **3.2 RVP PV**

Všechny vzdělávací instituce, které jsou zařazeny do sítě škol a školských zařízení se musí řídit dokumentem, který je nazýván Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (RVP PV). *„Vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro institucionální vzdělávání dětí předškolního věku. Tato pravidla se vztahují na pedagogické činnosti probíhající ve vzdělávacích institucích zařazených do sítě škol a školských zařízení. Jsou závazná pro předškolní vzdělávání v mateřských školách,*

*v mateřských školách zřízených podle § 16 odst. 9 školského zákona, v lesních mateřských školách a v přípravných třídách základních škol.“ (RVP PV, 2018, s. 5).*

### **3.3 Funkce mateřské školy**

Předškolní vzdělávání má za úkol doplňovat a podporovat rodinnou výchovu. Snaží se dítěti pomoci, zajistit vhodné prostředí s dostatečným množstvím přiměřených podnětů, které slouží k jeho aktivnímu rozvoji a učení. Zaměřuje se na celkový rozvoj osobnosti dítěte. Spolupodílí se na vývoji smyslů a rozumových schopností. Rozvíjí tělesné, výtvarné, pracovní, dramatické, rozumové a hudební schopnosti.

Předškolní vzdělávání poskytuje dítěti odbornou pedagogickou péči. Denní program dítěte v mateřské škole je více obohacen oproti domácímu prostředí. Dítě je vystavené různým situacím, se kterými si musí samo poradit a vypořádat se s nimi. Pro dítě to má pozitivní význam a připravuje se tak na úspěšný vstup do základního vzdělávání (RVP PV, 2018).

#### **Cíle předškolního vzdělávání**

Cílem předškolního vzdělávání je, dle § 33 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním vzdělávání podpora rozvoje osobnosti dítěte předškolního věku, podílení 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.*“ (školský zákon, 2019, s. 27-28).

*„Mateřská škola je legislativně zakotvena v rámci vzdělávací soustavy jako druh školy. V procesu vzdělávání i v jeho organizaci se proto řídí obdobnými pravidly jako školy ostatní.“ (RVP PV, 2018, s. 6). Předškolní vzdělávání je uzpůsobené tak, že se co nejvíce přizpůsobuje věkové kategorii dětí, vývojovým fyziologickým, kognitivním, sociálním a emocionálním potřebám. Snaha o individuální péči všech dětí, které ji zrovna potřebují. Každé dítě je plně respektováno a podporováno v jeho celkovém rozvoji. Mateřská škola má zajištěné vhodné vzdělávací prostředí, které je plně vybavené obsahově bohatými a zajímavými pomůckami. Dítě by se mělo cítit spokojeně, bezpečně*

a šťastně. Přirozená dětská hra by ho v takovém prostředí měla bavit a dávat možnost projevit se (RVP PV, 2018).

### **Co musí každé předškolní vzdělávání splňovat**

Každé předškolní vzdělávání musí plnit určité podmínky, které jsou stanoveny zákony, vyhláškami a právními předpisy. Pro správné fungování zařízení je důležité dodržovat všechny materiální, organizační, personální, psychohygienické a pedagogické podmínky.

### **Materiální podmínky**

Mateřské školy musí mít dostatečně velké prostory, které jsou uspořádané tak, aby vyhovovaly všem individuálním i skupinovým činnostem dětí. Prostředí by mělo být vybavené zdravotně nezávadným a bezpečným vybavením. Jedná se především o nábytek, lůžka pro odpočinek, hygienická zařízení – toalety, dětská umyvadla. Každá třída by měla být vybavena hračkami, pomůckami, tělocvičným náradím a náčiním. Všechno by mělo být přiměřené věku a počtu dětí. Umístění by mělo být dobře viditelné a pro děti dostupné. Během celého roku by se vše mělo plně využívat, obnovovat a doplňovat. Dodržovaná by měla být teplota, čistota, vlhkost vzduchu, hluchost, světlo a stín. Každá mateřská škola musí mít venkovní prostory – zahradu či hřiště, které je vybavené tak, aby dětem poskytovaly pohybové a jiné aktivity. Podle právních předpisů by všechny vnitřní i venkovní prostory měly splňovat bezpečnostní a hygienické normy.

### **Živospráva**

Každý týden musí být pro děti tvořen vhodný jídelníček, ve kterém je plnohodnotná vyvážená strava. Povinností je dodržovat správnou přípravu pokrmů a nápojů. Ve třídách mít k dispozici dostatečné množství tekutin. Je nutné dodržovat pravidelný denní režim, který je maximálně přizpůsoben dle věku a podle individuálních potřeb dětí.

### **Psychosociální podmínky**

Důležité je navození vhodného příjemného prostředí, ve kterém se všichni budou cítit dobře, spokojeně a bezpečně. Nezbytnou součástí je dodržování nastavených pravidel a školního řádu. Pro děti by mělo být vše jasné, srozumitelné, pochopitelné a přiměřeně náročné. Nemělo by se vyskytovat žádné znevýhodňování ani zvýhodňování

a ke všem se chovat rovnocenně. Neměli by být voleny nadměrně těžké činnosti, které děti přetěžují.

### **Organizace**

V každé mateřské škole je organizace trošku odlišná. Ve všech je ale potřebný denní řád, schopný personál, který vykonává svou práci pečlivě. Správně naplňuje potřebné činnosti, aktivity nebo akce, které jsou pro děti užitečné.

### **Řízení mateřské školy**

Mateřskou školu řídí ředitel školy, který všem zaměstnancům zadává jasné stanovené úkoly a povinnosti. Ředitel podporuje důvěru mezi zaměstnanci, vhodně je motivuje, zapojuje je do společného řízení mateřské školy, vytváří příjemnou atmosféru a hodnotí jejich odvedenou práci. Vede je ke vzájemné spolupráci, dává jim možnost vyjádřit své názory a respektuje je. Ředitel společně s pedagogickými pracovníky vytváří školní vzdělávací program. Zaobírá se evaluací, která je prospěšná pro další zlepšení. Mateřská škola většinou spolupracuje s několika jinými organizacemi, se zřizovatelem nebo s nejbližší základní školou.

### **Personální a pedagogické zajištění**

Zaměstnanci mateřské školy jsou pedagogičtí pracovníci s náležitým vzděláním. Všechny osoby, které vykonávají přímou práci s dětmi, musí mít odbornou kvalifikaci. Ti, kteří jí nemají, tak si jí musí v průběhu práce dodělat. Všichni musí pracovat podle jasně vytyčených pravidel a chovat se profesionálním způsobem. Součástí pedagogické práce je celoživotní sebevzdělávání. Pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami jsou zajištěni jiní kvalifikovaní odborníci, jelikož sám pedagog nemusí být vždy kompetentní. Jedná se především o logopeda, psychologa, lékaře nebo speciálního pedagoga. Náplní ředitele je sledovat a podporovat práci všech zaměstnanců.

### **Spoluúčast rodičů**

Ve všech mateřských školách se snaží, co nejvíce navázat kontakt s rodiči. Vzájemná spolupráce je důležitá nejenom pro pedagogy, ale i pro děti samotné. Rodiče jsou o všem pravidelně a dostatečně informováni. Mají několik možností, jak spolupracovat s mateřskou školou. Mohou se účastnit různých programů, podílet se na dění, sledovat své děti při běžných činnostech v mateřské škole. Mají možnost řešit

případné problémy nebo se spolupodílet na vytváření programu. Všechny individuální pokroky dítěte jsou vždy rodičům sdělovány. Všechny sdělované informace by měly být důvěrné a zachované v určité diskrétnosti vůči rodině (RVP PV, 2018).

### **3.4 Typy mateřských škol**

#### **Výběr mateřské školy**

Každý rodič má možnost se svobodně rozhodnout, do jakého vzdělávacího zařízení své dítě přihlásí. Funguje u nás i několik typů různých alternativních škol. Rodiče by si měly výběr školy dobře promyslet, zvážit co od mateřské školy očekávají a kolik jsou schopny do vzdělání investovat. V soukromých školách je nutné počítat s vyššími poplatky oproti státním školám.

#### **Rozdělení vzdělávacích institucí dle typu na:**

- státní;
- soukromé;
- dětské kluby;
- dětské skupiny.

#### **Rozdělení mateřských škol dle:**

- zřizovatele;
- vzdělávacího programu;
- jiné zařízení pro předškolní děti.

#### **Rozdělení podle zřizovatele:**

- **státní** mateřské školy jsou zřizovány buď státem, obcí, krajem nebo svazkem obcí;
- **soukromé** mateřské školy jsou zřizovány církevními právníckými osobami či jinými právníckými osobami.

#### **Státní mateřské školy**

Zřizovatelem je buď stát, obec, kraj nebo svazek obcí. Řídí se zákonem č. 561/2004 Sb., Školský zákon. Mateřskou školu financuje stát ze státního rozpočtu.

Rodiče přispívají na stravování a platí měsíční školné. Poslední rok předškolního vzdělávání v mateřské škole je bezplatné, ale musí být zřizovatel stát, kraj, obec nebo svazek obcí. Ze školského zákona § 123 odst. 2, věta druhá zákona č. 561/2004 Sb. (školský zákon, 2019).

### **Soukromé mateřské školy**

Zřizovatelem je církevní právnická osoba či jiná právnická osoba. Soukromé a církevní školy dostávají na provoz státní dotace ze státního rozpočtu podle normativů ve stejné výši jako školy státní a to přímo z MŠMT prostřednictvím krajských úřadů. Státní dotace jsou určeny podle počtu dětí. Škola má za úkol splňovat všechny hygienické požadavky jako státní mateřská škola. Rodiče platí měsíční školné, které si mateřská škola stanovuje sama.

### **Dětské kluby**

Dětské kluby jsou bez dotace a platí se za něj poplatek za službu.

### **Dětské skupiny**

Dětské skupiny jsou pro děti od jednoho roku do začátku povinné školní docházky. Maximální počet dětí ve skupině je 24. Zřizovatel může být firma, úřad, radnice, vysoká škola, nezisková organizace nebo spolek. Financování zařizuje zřizovatel nebo rodiče. Dětské skupiny nedostávají od státu žádné příspěvky ani dotace (Nejškolky.cz, 2020)

### **Rozdělení mateřských škol podle vzdělávacího programu**

Podle vzdělávacího programu se školy rozdělují na církevní, lesní, Montessori, Daltonské, Waldorfské, jazykové, mateřské školy Začít spolu – Step by Step nebo školy speciální.

### **Církevní mateřské školy**

Církevní mateřské školy se ve velké míře podobají státním mateřským školám. Hlavním cílem je děti seznámit se základními náboženskými fakty a to přirozeným způsobem. Do zařízení mohou být přijaty děti z věřících i nevěřících rodin. Může se jednat o zařízení státní nebo soukromé, kdy je zřizovatel církevní právnická osoba nebo město či obec (Průcha, 1996).

### **Lesní mateřské školy**

Jedná se o typ alternativního předškolního vzdělávání. Typické pro lesní mateřskou školu je, že vše probíhá venku za každého počasí. Zázemím obvykle bývá přístřeší. Hlavním cílem je přímý kontakt dětí s přírodou. Lesní mateřské školy dělíme na dva základní typy. Samostatná lesní mateřská škola a lesní třída při mateřské škole. Motto lesní mateřské školy zní „*s dětmi venku za každého počasí bez zdi a plotů*”. (Vošahlíková, 2010).

### **Montessori mateřské školy**

Alternativní typ mateřské školy, jehož zakladatelem je italská pedagožka Marie Montessori. Mateřská škola se snaží dodržet základní principy Montessori a přizpůsobit se potřebám dítěte. Řídí se podle zásady „Pomoz mi, až to dokážu sám.” Každé dítě si může volit jakoukoliv činnost, na kterou je právě naladěno. Klade se důraz na svobodnou volbu dítěte, samostatnost a na přirozený vývoj dítěte. Pro tento alternativní typ je typické, že každé dítě pracuje na svém koberečku, na který nikdo jiný nesmí. Vybírá si pomůcky dle sebe a učí se metodou pokus a omyl (Koťátková, 2008).

### **Daltonské mateřské školy**

V daltonské mateřské škole se řídí Daltonským plánem, který vytvořila Helen Parkhurstová. Stylem výuky se podobá Montessori mateřským školám. Hlavním principem je svoboda, sebeorganizace a spolupráce. Pro každé dítě je speciálně vytvořen program na jeden měsíc, ve kterém jsou vymezeny výsledky, kterých má dítě dosáhnout. Dítě volí své vlastní tempo a zodpovídá za svůj úspěch (Průcha, 1996).

### **Waldorfské mateřské školy**

Waldorfská mateřská škola patří mezi alternativní typ, který se snaží připravit děti na jejich praktický život. Především se zaměřuje na plynulý rytmus každého dne. Snaží se upevňovat i roční rytmus, pomocí opakujících se slavností. Rytmus je využíván ve hrách, písních, říkadlech nebo v pohybu. Ve Waldorfských školách se běžně setkáme s vařením, pečením, uklízením nebo prostíráním. Všechny tyto práce jsou v domácnosti naprosto přirozené. Klade se důraz na spolupráci s rodiči a citový vývoj dítěte. Nejčastěji jsou využívány přírodní materiály. Děti se učí vnímat přírodu, učí se pozorováním a napodobováním (Koťátková, 2008).

### **Jazykové mateřské školy**

Jazyková mateřská škola se liší od té klasické tím, že pedagogové vždy mluví na děti pouze v cizím jazyce. Poskytuje učitele, kteří perfektně ovládají cizí jazyk, jedná se především o rodilé mluvčí. Dítě má možnost se naučit cizí jazyk již v předškolním věku pomocí jazykové školky.

### **Mateřské školy Začít spolu – Step by Step**

*„Program Začít spolu je založen na teoriích J. Piageta, E. Eriksona a L. S. Vygotského, které se zaměřují na porozumění kategorizaci učiva a zprostředkování a pochopení psychosociálního vývoje dětí. Zaměřuje se na vytváření základů pro postoje, znalosti a dovednosti životně důležité pro člověka 21. století. Připravuje děti na to, aby se v budoucnu aktivně zajímaly o učení, uměly se učit efektivně, učení je bavilo a nebylo pro ně spojeno se stresem.“ (Kořátková, 2008, s. 174).*

### **Speciální mateřské školy**

Speciální mateřské školy jsou určena pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami. Jedná se především o práci s dětmi s různými zdravotními problémy, postiženími nebo logopedickými vadami. Pedagogové mají speciálně pedagogické vzdělání a školka se řídí podle speciálního vzdělávacího programu. Menší počet dětí ve třídě umožňuje individuální přístup ke každému dítěti (Kořátková, 2008).



## 4 Zimní sporty

Zimní sporty jsou převážně provozovány v zimním období a je k nim potřebný sníh či led. Dají se rozdělit na dvě kategorie. První z nich jsou sporty, které se realizují na sněhu. Druhou kategorií jsou sporty realizované na ledu. Jednou za 4 roky jsou zimním sportům věnovány i zimní olympijské hry. První hry se konaly roku 1924 ve francouzském Chamonix.

Pojem sport lze označit jako pohybovou aktivitu, která je výkonnostně a soutěživě zaměřená. Má určitá pravidla, kterými by se měli všichni řídit. Vždy se výkon nemusí hodnotit a vše slouží jen pro zábavu. Pro dítě je důležité se pohybové aktivity zúčastnit a mít z ní radost. Pohybování jde i bez velkých výkonů (Dvořáková, 2009).

### Dělení zimních sportů

**Do zimních sportů provozovaných na sněhu** patří akrobatické lyžování, běžecké lyžování, biatlon, sjezdové lyžování, severská kombinace, skiboarding, skiboby, skijöring – jízda na lyžích v závěsu, skoky na lyžích, snowboarding, snowkiting a snowtubing. **Do zimních sportů provozovaných na ledu** patří bandy, boby, curling, krasobruslení, lední bruslení, lední hokej, rychlobruslení, saně, short track a skeleton. **V předškolním období děti nejčastěji provozují** bobování, sáňkování, jízdu na lopatě, sjezdové lyžování, běžecké lyžování nebo lední bruslení.

### V kolika letech se zimními sporty začít

Zimní sporty mohou děti vykonávat už od útlého věku. Nejčastěji to bývá okolo 2 let, kdy děti začínají s prvním bobováním nebo sáňkováním. Jedná se především o méně náročné zimní aktivity. Obvykle mezi 4 až 5 rokem se začíná se sjezdovým lyžováním, ale není to pravidlem. Plno dětí s lyžováním začíná i dříve, pokud mu to jeho fyziologické předpoklady dovolí (Tremel, 2004). S během na lyžích je to obdobné, kdy dítě kolem 5 let začíná plně koordinovat ruce a nohy zároveň. Snowboarding se pro předškolní děti nedoporučuje pro jeho náročnost a odkládá se až po naučení na lyžích. Pro některé děti je to vhodná motivace: „Až se trošku seznámíš s lyžemi, tak se potom začneš učit na snowboardu.“ Děti bychom neměli, ale do ničeho nutit, abychom jim radost z lyžování nezkažili. Pokud po ničem jiném netouží než se naučit na snowboardu, tak bychom jim v tom neměli bránit a v přání jim vyhovět. Uvádí se, že je vhodné se snowboardem

začít okolo 6, 7 roku (Vobr, 2006). V předškolním věku mohou děti začít i s bruslením, které je průpravou pro mnoho zimních sportů. Bruslení tvoří hlavně základ ledního hokeje, krasobruslení nebo rychlobruslení.

### **Zimní sporty v předškolním období v mateřských školách**

V mateřských školách se velmi často využívá bobování, sánkování, jízda na jezdících nebo další zimní aktivity spojené se zimními radovánkami. Oblíbeným a dnes často provozovaným zimním sportem v předškolním období je sjezdové lyžování. Tímto sportem se budou podrobně zabývat další kapitoly.

### **Lyžování dětí**

Lyžování patří k technicky náročnějším sportovním disciplínám. Důležité je udržovat základní sjezdový postoj a technicky správně provádět pohyby. Výuka lyžařských dovedností probíhá podobně jako v ostatních koordinačně náročných sportech (Brtník, 2008). Vše musí odpovídat zákonitostem motorického učení a musí se respektovat zvláštnosti vývoje dětského organismu. Při nerespektování určitých zásad přiměřenosti a postupnosti v důsledku neodpovídajícímu zatížení může dojít k poškození dětského organismu. Vzniknout může i nebezpečí osvojení si nadbytečných pohybů či nesprávných návyků, ztížení v procesu zdokonalování. Nezbytností je uplatňovat všechny didaktické zásady přiměřenosti a postupnosti. Všechny postupy výuky by měly odpovídat motorickému vývoji dětského organismu. Pohyby mají být vždy přirozené a na jejich základě se budují lyžařské dovednosti. Technické dovednosti je nutné si osvojit (Gnad, 2002).

## **4.1 Sjezdové lyžování v předškolním věku**

### **Biologická východiska**

Každé dítě má schopnost se učit koordinačně náročné dovednosti. Záleží však na stupni zralosti jeho nervové soustavy a smyslových a receptorních orgánů. „*Pro vyšší motorické funkce je nezbytný rozvoj synaptických spojů v kortexu. Kolem 4. roku se dokončuje myelinizace pyramidových drah.*“ (Gnad, 2002, s. 146). To vede k výraznému zkvalitnění pohybu, který se projevuje osamostatněním pohybů končetin od souhybů celého těla. „*V 5. roce se začíná vytvářet stereotyp cyklických pohybů a rozvíjí se pravolevá orientace. Časoprostorová koordinace ruky není však dokonale vyvinuta ani*

*v šesti letech a u celého těla se začíná výrazně rozvíjet až mezi 6. - 9. rokem života.*“ (Gnad, 2002, s. 146). Mezi čtvrtým až šestým rokem je velmi rozvíjená oblast koordinace. Toto období se považuje za období výrazných a kvalitních změn. Zlepšuje se ekonomika a harmonie pohybu. Koordinační zralost se dle předpokladů nejčastěji vyskytuje v pátém roce věku dítěte, i když proces zrání center dále pokračuje. „*Koordinačně náročné dovednosti s výskytem jednooborových fází zvládá dítě až po pátém roce života. Právě věk 5 až 6 let je pokládán za teoretickou hranici zahájení nácviku lyžařské techniky z hlediska biologické a psychické připravenosti organismu.*“ (Dygrín a kol., 2005, s. 67). V období mladšího školního věku 6-11 let mají děti velmi zlepšenou celkovou koordinaci pohybů celého těla. Proto patří toto období za nejvhodnější, kdy se děti mohou naučit pohybové dovednosti, které tvoří základ techniky koordinačně náročných sportů. Do kterých patří i lyžování (Gnad, 2002).

### **Věkové stupně**

Z vývojového hlediska rozdělujeme výuku lyžařských dovedností na 4 etapy:

- 3-5 let období seznamování a navykání;
- 6-10 let výuka hrou;
- 11-14 učení;
- 14-16 zdokonalování.

### **Období seznamování a navykání (3-5 let)**

Dítě je v tomto věku především více citové, převažují u něho emoce, pohybový projev je koordinovanější a zvládá jednoduché herní činnosti. Učí se intuitivně, nikoliv s vědomím cíle. Rozvíjí se kreativita, zvyšuje se zájem o pohádky či příběhy. Pozornost se často mění a dítě se soustředí na činnost, kterou právě dělá. Pokud chceme dítě snadněji a na delší dobu upoutat, musíme použít neobvyklé nebo různě barevné podněty. Základem je, aby činnost měla silný emotivní základ. V tomto věkovém období si dítě především volně hraje a hra je pro něho jako základ. Proto bychom měli umožnit dětem dostatek přirozeného pohybu a nechat děti si hrát na sněhu. Vyvarovat bychom se měli přetěžování (Gnad, 2002). Postupně si na prostředí zvykají, kde se lyžařský sport provádí. Vhodný je vymezený prostor (dětské hřiště), které má mírný příp. rovný svah s přechodem do roviny s terénními vlnami. Pomalu se seznamují i s lyžařským vybavením. Prvotní vhodné lyžařské vybavení má dítěti pohyb na sněhu ulehčit, nikoliv odradit. První lyže by měly být dostatečně široké, aby usnadnily rovnováhu. Délka by měla odpovídat podle výšky

postavy, ideálně do výšky ramen dítěte. Všeobecná lyžařská průprava by měla být hlavně prováděna herní formou. U dětí které jsou starší čtyř let, se už může využít lyžařská průprava, která by ale neměla postrádat herní prvky. První krok je děti naučit s lyžemi chodit, přešlapovat, vystupovat stranou a samotné sjíždění v různých podmínkách. Vhodné je přidávat postupně různé obměny (Dygrín a kol., 2005).

#### **4.2 Charakteristické znaky jízdy na lyžích u malých dětí**

V prvních jízdách děti jezdí ve sníženém postoji s těžištěm posunutým dozadu. Jejich jízda je především zejména přímá, v široké stopě a s nepokřčenými koleny. Pro zatočení využívají celý trup a jejich lyže jsou v oboustranném přívratu na vnitřních hranách. Děti mladší pěti let mají problém s rozlišením úkolů pro pravou a levou nohu. Všechny možné problémy lze odstranit několikanásobným opakováním. Při nespočetném opakování jízdy na hladkém i nerovném povrchu se všechny nedostatky v jízdě přirozeně odstraní. Děti se dá se říci „vyjezdí“ přirozenou cestou. Časté chyby násilně neodstraňujeme, předvedeme správný postoj a zdůrazníme, na co si mají děti dávat při jízdě pozor. Ze začátku nacvičujeme mírnou vlnovku, ze které děti nezískají chybné návyky a vycházejí z přirozené tendence zatáčet celým tělem. Pro dítě je důležité, aby pochopilo, že má požadovanou lyži zatížit a postavit se na její vnitřní hranu. Děti v tomto věku mají ještě problém s vysunutím obou kolen mimo lyže, proto jezdí více v pluhu než v klasickém lyžařském postoji (Dygrín a kol., 2005).

### **4.3 Faktory ovlivňující výuku lyžování dětí**

#### **Učení, věk a vývoj**

Je mnoho otázek, které si můžeme o lyžování položit, ale neexistuje na ně jednoznačná odpověď. Jedna z otázek je např. od kolika let je vhodné začít děti vést k lyžování. Existuje mnoho debat, kde se řeší věk dětí, kdy správně začít s prvním lyžováním. Pokud se jedná o výuku jako o výchovném prostředí, tak je nejvhodnější věk mezi 4. - 5. rokem dítěte. Možné to je i u dětí tříletých, ale záleží na celkové zralosti dítěte. V předškolním věku se děti pomalu začínají učit. Postupně se seznamují s výukou. Zvykají si na nový druh autority a to lyžařského instruktora či lyžařskou instruktorku, která jim nahrazuje paní učitelku z mateřské školy. Pro děti školní už to není taková změna, jelikož jsou na výuku zvyklé ze školních lavic. Děti považují učení za něco nového, zábavného a za něco co jim dělá radost. Lyžařský instruktor se pro ně na chvíli stává osoba, která plní funkci otce či matky. Ve školním věku je vhodné začít učit chlapce a děvčata odděleně. U předškolních dětí to ničemu nevadí, ale u dětí starších 14 let dochází k výrazným rozdílům mezi chlapci a děvčaty. Chlapci do lyžování zapojují více síly a chtějí být rychlí. Zatímco děvčata lyžují s citem a chtějí, aby jejich jízda vypadala pěkně. Tyto rozdíly nelze přehlédnout a měly bychom na ně brát zřetel. Přestože některé děti začnou s lyžováním v pozdějším věku, tak i z nich se mohou stát výborní lyžaři. Nejlepší předpoklady jsou však do deseti let věku dítěte (Vodičková, Příbramský, 2005).

#### **Sníh, počasí a prostředí jako prožitkové faktory výuky lyžování**

Počasí je nepředvídatelné a jen v málo případech výuka probíhá za optimálních podmínek. Při nácviu správné techniky jízdy se děti mohou setkat se sněhovou bouří, s hustým sněžením nebo se sníženou viditelností. Někdy nastane taková situace, kdy instruktor může výuku úplně přerušit. Čím horší podmínky, tím více musí instruktor děti zaujmout a upoutat jejich pozornost. Cílem instruktora je vést výuku výchovným směrem a naučit děti, aby se uměly chovat v určitých situacích.

Na zimní počasí a mrazivý vítr se lze předem dobře vybavit vhodným teplým oblečením. Za sněžením jsou nezbytné lyžařské brýle a při prudkém slunci zase brýle sluneční. Pro bezpečnost dětí je vhodné brýle předem zkontrolovat, jestli jimi jsou vybaveny. Před silným větrem, můžeme děti ochránit tím, že najdeme chráněné místo, terénem vytvořené závětrí. Za horší viditelností je třeba jet pomaleji. Když je chladněji, tak by se děti měly více pohybovat a hlavně nestát na místě. Všechny tyto návyky získává

instruktor svou vlastní zkušeností a praxí. Děti se tím učí brát počasí takové, jaké je a naučí se zimě přivyknout. To vede k přizpůsobení všem podmínkám a špatné počasí je potom nevyvede z míry, tak jako některé dospělé. Někteří považují lyžování za sport pouze při pěkném počasí. Každý dobrý lyžař se dokáže přizpůsobit jak sněhovým tak povětrnostním podmínkám.

Pro děti jsou vhodné upravené sjezdovky, které jsou, dá se říci bezpečnější. To ale neznamená, že by děti měly zakázáno se učit ve volném terénu nebo v hlubokém sněhu. Uvádí se, že jízda v hlubokém sněhu ukazuje kvalitního lyžaře. V přírodě nejsou vždy ideální svahy s ideálními povětrnostními a sněhovými podmínkami. Každý instruktor by si měl umět poradit i s méně příznivými podmínkami, dokázat přizpůsobit výuku a dobře si vše naplánovat. Přesto schopnost improvizace je mnohem důležitější než plánování (Vodičková, Příbramský, 2005).

### **Vliv vybavení**

Rodiče by měly být včas informovány o správném a vhodném lyžařském vybavení. Mnoho rodičů vybavení na výuku podceňuje a neví, jaký to má velký vliv. Většinou se jedná o vybavení, které dítě zdědí po starším sourozenci, ale vždy to dítěti nemusí správně sedět. Pro dítě je důležité, aby si k lyžařskému vybavení vypěstovaly kladný vztah jako například ke své oblíbené hračce. Získání kladného vztahu k lyžím, hůlkám, obuvi je velice důležité, protože jestliže se dítěti něco nebude líbit, tak se to odrazí i ve výuce. Špatná barva např. lyží může dítě natolik ovlivnit, že může přestat spolupracovat a vnímat to, co mu instruktor říká.

### **Vliv instituce**

Na dítě má i vliv, kde a s kým je výuka prováděna. Může se jednat o soukromého instruktora, kdy je na dítě instruktor sám. Mezi častější výuku patří skupinová výuka v lyžařské škole, lyžařském oddíle nebo na lyžařském kurzu (Vodičková, Příbramský).

### **Prožitek z lyžování**

Dětem může lyžování přinést plno zážitků. Může se jednat o zážitek čistě spojený s naučením se lyžovat nebo s čímkoliv jiným. Pro některé děti je velký zážitek lyžovat mimo upravené sjezdové tratě. Jízda mezi malými stromky nebo přejíždění nerovností či skákání na skokáncích je pro některé děti obrovský zážitek. V blízkosti lesa se děti můžou

setkat se stopami ve sněhu od zvěře, což může být pro někoho zajímavější než samotné lyžování.

### **Zásady, které by mělo dítě znát**

Každý by se měl naučit určitým zásadám ochrany přírody, aby se při nedostatku sněhu zbytečně neničila přírodní vegetace. Nejenom správné chování v přírodě je důležité, ale i bezpečnostní zásady lyžování. Lyžování může být také velice nebezpečné, když se určité zásady nedodrží. Proto se bezpečnost při lyžování zařazuje na první místo. Hned od úplného začátku se děti učí brzdit, zastavovat, zpomalovat, předjíždět nebo se něčemu vyhýbat. Všechny tyto dovednosti by se měly osvojit co nejdříve (Vodičková, Příbramský, 2005). Výchova k bezpečnosti by neměla být: „*Prováděna formou zákazů, ale důraz by měl být kladen na prožitek. Proto zákaz: Nesmíš jet rychle, protože je to nebezpečné je méně vhodný nežli příkaz: Smíš jet rychle pouze tehdy, jestliže víš, že je to bezpečné.*“ (Vodičková, Příbramský, 2005, s. 10).

## **4.4 Cíle lyžařského výcviku**

Mezi tři základní cíle lyžařského výcviku patří:

- cíl zdravotní;
- cíl výchovný;
- cíl výcvikový;

všechny tyto cíle se navzájem podmiňují.

### **Zdravotní cíl**

Pohyb ve zdravém horském prostředí zatěžuje přiměřeně dětský organismus oproti jiným sportům v jiném prostředí. „*Proměnlivé působení světla, slunce, větru a chladu podporuje otužilost.*“ (Vodičková, Příbramský, 2005, s. 11). Správné vedení výuky lyžování dle individuálních možností dítěte podporuje přirozenou touhu po pohybu a dítě tím radostně uspokojuje.

### **Výchovný cíl**

Mezi výchovný cíl patří působení na osobnost dítěte v kolektivu. Společné i individuální zážitky z lyžování mohou dítě pozitivně ovlivnit pro další sportovní činnost. Může to být impulz pro další sportování ve volném čase dítěte.

## Výcvikový cíl

Výcvikový cíl má za úkol rozvinout lyžařskou všestrannost. Děti se učí na lyžích klouzat, běhat, sjíždět, zatačct, brzdit, zastavovat, vyhýbat se nebo skákat. Při učení lyžování se musí brát zřetel na tělesné a duševní předpoklady každého dítěte. Velkou roli hraje také věk dítěte (Vodičková, Příbramský, 2005).

## Základní cíl výuky dětí

Základním cílem lyžařské výuky je udělat z dítěte dobrého lyžaře, který bude umět zodpovídat za své chování na sjezdových tratích. Lyžařský instruktor se někdy dopouští té chyby, „že veškerou zodpovědnost za chování dětí bere na sebe, což není úplně správné.“ (Vodičková, Příbramský, 2005, s. 7). Děti by se už od první chvíle měly začít seznamovat s bezpečným chováním na lyžích. Všichni se musí naučit přizpůsobit se podmínkám, umět odhadnout a předvídat různé situace, které se mohou během jízdy stát. Rychlá a správná reakce je také nesmírně důležitá.

## Každý dobrý lyžař by měl umět:

- „*sjíždět, zatačct, skákat;*
- *ovládat svou výzbroj;*
- *vědět, jak se do určitého počasí obléci;*
- *dokázat ostatní vhodně usměrnit;*
- *vědět, co znamená značení na sjezdovkách;*
- *umět přeskočit bouli a vědět kdy to může a kdy to nemůže udělat;*
- *umět jezdit v různých formacích s ostatními.“* (Vodičková, Příbramský, 2005, s. 7).

Už u dětí čtyřletých lze výuku směřovat tímto směrem. Začíná se s navykáním na zimní prostředí a na lyžařské vybavení. Využívá se hra, při které si děti navyknou na vliv chladu, větru, sněhu, lyží, holí či dalších pomůcek, které umožňují skluz. Dalším krokem je „pocit lyží“, pohyb na lyžích a s nimi. Novou zkušeností je pro dítě navykání na skluz, kdy bylo doposud zvyklé na pevnou podložku pod nohama. První pokus stání na lyžích si dítě může vyzkoušet tzv. „na sucho“, bez sněhu a to na trávě nebo na koberci. Neucítí sice pocit skluzu, ale zato si vyzkouší, co znamená pohyb s prodlouženými chodidly a opěrnými body – holemi (Gnad, 2002).



## 4.5 Lyžařské prostředí

Za optimální lyžařské prostředí se považuje upravená sjezdovka či cvičná louka, na které je vytvořené dětské cvičné hřiště. Lyžování je realizované pod širým nebem, proto je velmi těžké optimální podmínky po celou dobu udržet. Záleží na celé řadě faktorů, které lyžařské prostředí ovlivňují. Jedná se především o klimatické faktory, sníh nebo terén. Ve vyšších oblastech se počasí rádo mění, a proto je důležité zvolit vhodné lyžařské oblečení. Důležité je se vždy přizpůsobit aktuálnímu stavu počasí a přizpůsobit k tomu i lyžařskou výuku. Hledat vhodné řešení pro co nejefektivnější výuku, která bude dětem přínosem. Musíme vždy počítat se sněhovými bouřemi, hustým sněžením, sníženou viditelností, silným mrazem nebo s větrem. Sníh nemusí být vždy optimální, může být zledovatělý, měkký, hluboký, mokrá nebo umělý. Proto je nutné dětem ukázat, jak se mají na sněhu v daný den chovat a na možné problémy je upozornit. Každý lyžař si musí poradit i s méně příznivými podmínkami a lyžařský instruktor si s nimi musí poradit. Prostor pro výuku je třeba pečlivě zvážit a rozmyslet správné místo pro lyžování. Netýká se to dětských hřišť, kde by měly být podmínky vyhovující. Děti, které už techniku lyžování ovládají, může být přínosný volný terén, ve kterém si vyzkouší jízdu v hlubokém sněhu. Mnoho publikací uvádí, že právě zvládnutá jízda v hlubokém sněhu ukáže teprve kvalitního lyžaře (Vodičková, 2004).

### Výukové prostředky

S úplně prvním seznámením s lyžemi je vhodné použít lyže, které mají vázání s volnou patou. První vybavení má dítěti pohyb na sněhu ulehčit a nesmí ho odradit. Děti mají na sobě lyže tak dlouho, dokud ony samy chtějí. Ideálním prostředím pro výuku je dětské hřiště, které je uzpůsobené na první krůčky na sněhu. Za dětské hřiště se považuje volný ohraničený prostor od ostatního lyžařského provozu. Nejčastěji bývá ohraničen šnúrou s praporky nebo plůtkem z umělé hmoty. Jeho součástí je mírný svah s dostatečně velkým dojezdem do roviny (Gnad, 2002).

## **Vybavení dětského hřiště**

Rozlišuje se na dva základní typy: materiálové a terénní.

### **a) Materiálové vybavení**

Mezi materiálové vybavení patří slalomové tyče, tyče s rozšířenými horními konci (s terči), kvůli bezpečnosti jsou nevhodnější ohebné, tyče s praporky, se kterými lze vytyčit různé trasy sjíždění. Branky pro podjíždění, figury na dětské motivy, stuhy vyznačující zakázaný prostor. Barevné míče nebo kostky. Cvičné zábradlí, lano na stoupání a dětský vlek. V našich podmínkách se terénní útvary nedají vytvořit pouze ze sněhu, proto si pomáháme např. umělým materiálem nebo jiným materiálem, který je vhodný pro stavbu různých útvarů.

### **b) Terénní vybavení**

Mezi terénní vybavení patří příčné vlny, které je vhodnější stavět za sebou. Vlny a přechody mezi nimi musí být oblé. Na vlnách děti mohou nacvičovat přímý sjezd i zatáčení. Mezi další vybavení patří varhany neboli „šlapačky“ jsou to příčné vlny upraveny střídavě pro levou a pravou nohu. Na varhanních vlnách se procvičuje střídavý pohyb dolních končetin. Hrana, která se podobá střeše a po přejetí hrany se procvičí střídavé zatěžování lyží, jízda po hranách nebo sesouvání. Tobogán je dráha podobná bobové nebo sánkařské, která má minimálně tři zatáčky. Dráha lyžaře sama navádí a usnadňuje zatáčení. Lze ji zpestřit tunelem ze sněhu nebo brankami na podjíždění. Útvar ze sněhu neboli kužel o velikosti přibližně 150 cm, který podporuje jízdu šikmo, jízdu po hranách nebo základní oblouk ke svahu. Sněhový můstek, na kterém se nacvičuje přejezd terénního zlomu nebo přímo skok. Pro nejmenší je výška obvykle okolo 20-30 cm. Protisvah nebo delší dojezd se objevuje jen v místech, kde to podmínky dovolují. Na některých dětských hřištích se můžeme setkat i s částí, kde se vyskytují boule (Gnad, 2002).

## **Stavba dětského lyžařského hřiště**

Při stavbě trati pro výuku se co nejvíce snažíme využít přirozené terénní útvary. Ohraničené hřiště by mělo být na upraveném velmi mírném svahu s dostatečně dlouhým dojezdem do roviny nebo nejlépe do protisvahu. Neměl by chybět malý vlek či posuvný koberec (Dygrín a kol., 2005). Na trati by se měly objevovat lehčí i těžší úseky, aby se dítě mohlo vzpamatovat z těžšího úseku a vyrovnat ztracenou rovnováhu nebo si

popřípadě odpočinout. Vše by mělo být pestré, aby se u dítěte udržel co nejdéle zájem. Prostor se vyznačí barevnou šňůrkou nebo jiným ohrazením. Velký důraz klademe na úpravu terénu, který musí být perfektní. Upravená část sjezdovky hraje velkou roli ve výuce (Gnad, 2002).

## 5 Lyžařská výstroj a výzbroj

### 5.1 Lyžařská výstroj

Sjezdové lyžování je aktivita, při které se střídá fyzické zatížení s odpočinkem, proto je velmi důležitá lyžařská výstroj. V horských oblastech je charakteristická proměnlivost počasí, na což bychom měli brát zřetel. Do lyžařské výstroje patří: oblečení, lyžařské rukavice, helma, lyžařské či sluneční brýle a další ochranné pomůcky jakými může být například chránič páteře (Dygrín a kol., 2005). Správné volbě lyžařského oblečení bychom měli věnovat větší pozornost. První by měla být přiléhavá vrstva, která absorbuje veškerou vlhkost. Dalšími vrstvami jsou různé teplé materiály. Tepelnou izolaci tvoří vrchní vrstva, která umožňuje volný pohyb, nepropouští chlad, snadno se obléká, omezuje provlhnutí a umožňuje odpařování potu. U dětí je povinná lyžařská helma, do které je vhodné nosit za chladného počasí kuklu nebo slabší čepici. Mezi další nezbytnost lyžařské výstroje patří kvalitní rukavice a lyžařské brýle, které chrání dítě před ultrafialovým zářením nebo před mrazivým větrem (Vodičková, 2004).

#### **Přilba**

Přilba je jedním z nejdůležitějších ochranných pomůcek nejenom při lyžování, ale i v jiných zimních sportech. Chrání hlavu před silným nárazem a slouží i jako ochrana proti nepříznivému počasí. Bylo prokázáno, že právě hlavou uniká nejvíce tepla a to až 70 % (Kutáč, 2009). Existuje mnoho druhů ochranných lyžařských přileb a každému by měla dokonale padnout, aby plnila své funkce.

#### **Lyžařské brýle**

Lyžařské brýle plní ochrannou funkci proti padajícímu sněhu, studenému větru nebo proti slunečním paprskům a UV záření. Pokud chceme před studeným vzduchem ochránit celý obličej, je vhodné nosit k brýlím šátek nebo kuklu (Tremel, 2004). Brýle dělíme podle světelné propustnosti zorníku. Barevnost zorníku nám určí, do jakých podmínek jsou brýle vhodné. Čirá a žlutá skla jsou vhodná na večerní lyžování a tmavší skla na slunečno. Jestliže mají brýle vysokou propustnost světla, tak jsou vhodné do zataženého počasí nebo do mlhy. Mezi oblíbené patří fotochromatické brýle, které se počasí a podmínkám přizpůsobí.

## **Dělení brýlí dle propustnosti světla**

S0 – propouští 80-100 %, jsou vhodné na večerní lyžování, do zatažena a do soumraku. Jedná se především o čiré sklo. S1 – propouští 43-80 %, do silné mlhy, sněhové bouře, zatažena a celkově horší viditelnosti. Do kategorie S2 spadá žluté, bleděmodré, šedé a růžové sklo. S2 – propouští 18-43 %, jsou vhodné do slabší mlhy a zatažena. Jde o tzv. střed mezi kategorií S1 a S3. Brýle mají hnědá či kouřová skla. S3 – propouští 8-18 %, vhodné do polojasna, jasna a slunečna. Skla jsou tmavá, zrcadlová. S4 – propouští 3-8 %, vhodná do slunečna a do vysokohorských podmínek (Sosna, In Snow.cz, 2017).

## **5.2 Lyžařská výzbroj**

Do lyžařské výzbroje patří: lyže, lyžařské boty neboli přeskáče či lyžáky, vázání a lyžařské hole (Dygrín a kol., 2005).

### **Lyže**

Lyže jsou nezbytnou součástí výzbroje pro sjezdové lyžování. Jsou vyrobené převážně ze dřeva společně s kovem a umělou hmotou. Původem vznikly ze sněžnic, na kterých se dalo pohybovat ve sněhu, ale nikoliv skluzem (Gnad, 2002). V uplynulých letech se toho hodně změnilo, hlavně v konstrukcích lyží. Používají se kratší lyže tzv. carvingové s větším krojením, které usnadňují jízdu po hranách. Většina firem už klasické lyže přestala vyrábět a soustředí se hlavně na carvingové lyže. Pro předškolní děti je také každoročně přiváděno několik nových carvingových modelů, které jsou dobré pro jejich začátek (Vodičková, 2004).

### **Výběr sjezdových lyží**

Pro správný výběr sjezdových lyží je nutné dodržovat určitá pravidla. Podle výšky postavy a hmotnosti je nutné vybrat vhodnou délku lyží. Vybrání vhodného typu lyží závisí na schopnostech a výkonnosti lyžaře nebo na terénu. Podle dynamiky jízdy se vybírá vhodná konstrukce lyží. Dřevěné jádro je vhodné pro agresivní a dynamickou jízdu (Kutáč, 2009).

## Správná délka lyží

Pro úplné začátečníky je vhodné zvolit lyže kratší, které jsou snadněji ovladatelné a lehce točivé. Ideální velikost je 10 cm pod výšku ramen. Pro pokročilejší je to po výšku ramen či po bradu a pro zdatné lyžaře po nos (Vodičková, 2004).

## Tvary lyží

Pro různé účely rozeznáváme lyže podle tvaru. Prvním tvarem je **telemarský**, u kterého jsou lyže uprostřed nejužší, což umožňuje snadné zatáčení. Od středu ke špičce a k patce se rozšiřují. Dalším tvarem je **lat'kový tvar**, kdy je celá délka lyží stejně široká. Tento tvar má většina běžeckých lyží. Mezi poslední tvar patří **člunkový**. Lyže s tímto tvarem se od vázání zužují. Jedná se o závodní běžecké lyže pro klasický styl (Dygrín a kol., 2005).

## Dělení lyží podle druhu jízdy

Každý lyžař má jiný druh jízdy, proto existuje několik typů lyží. Záleží na krojení lyží, délce, schopnosti lyžaře nebo na terénu. Mezi základní rozdělení patří lyže závodní, univerzální a specifické. **Závodní lyže** se dělí na dva typy. GS race jsou lyže pro obří slalom, na dlouhé oblouky ve vysokých rychlostech a na ledový povrch. SL race jsou lyže pro krátké oblouky, na různou kvalitu sněhu. **Univerzální lyže** jsou vhodné pro děti, které s lyžováním začínají. Dělí se na Sport performance, které jsou snadno ovladatelné, na hranici střední rychlosti. Allround jsou univerzální lyže, vhodné pro všechny druhy oblouků a na nižší rychlosti. Sportovní lyže Allmountain jsou vhodné pro sjezdovku, ale i do volného terénu. **Specifické lyže** se dělí na Freeride, kdy je jízda především v hlubokém sněhu a ve volném terénu. Freestyle lyže slouží pro skoky, triky a do snowparku. Do specifických lyžích se řadí i Shorties. Jejich délka je do 100 cm a umožňují nácvik carvingu.

## Konstrukce lyží

Při výrobě lyží se rozlišují tyto konstrukce: **Sendvičová konstrukce**, která se skládá z několika vrstev různé tvrdosti a pružnosti, které se spojí lepidlem a při vysoké teplotě se slisují. **Krabicová konstrukce** je uvnitř vyplněná jádrem z lehkých materiálů, má nosný vrchní a spodní plát, který je spojen boční výztuží. **Skořepová konstrukce** je tvořena skořepinou, která současně tvoří vrchní a boční část lyže, uzavřenou ze spodní strany nosným plátem.

## **Materiály, které jsou potřebné k výrobě lyží**

Při výrobě nosných částí se jako za materiál používá sklolaminát, karbon, kevlar, slitina lehkých kovů nebo plátky dřeva o různé tvrdosti. Jádro se vyrábí z akrylové pěny, polyamidové nebo z hliníkové struktury. Skluznice tvoří spodní část lyže, která ovlivňuje skluz a je povrchově upravena strukturou. Sjezdové lyže mají zapuštěné kovové hrany. Proti mechanickému poškození je vrchní část potažena tvrdou ABS hmotou (Dygrín a kol., 2005).

## **Tvrдость lyží**

Konstrukčně tvrdší lyže jsou vhodné na tvrdý a zledovatělý sníh a ty měkké na suchý a měkký sníh. Pro děti a jejich začátek jsou vhodnější měkké lyže, které jim v menších rychlostech postačí (Gnad, 2002).

## **Sjezdové vázání**

Vázání má za úkol upevnit celou botu k lyži a přenést řídicí sílu lyžaře na lyži. Kvůli bezpečnosti je nutné odborné seřízení, které závisí na hmotnosti lyžaře, výšce a lyžařských dovednostech. Seřízení zaručí při pádu uvolnění boty z vázání a nemělo by docházet k samovolnému uvolňování boty během jízdy. Jen správně seřízené vázání plní svou funkci. Výrobce nabízí pro děti speciální dětské modely vázání, které jsou pro ně určeny. Proto by malé děti neměly používat vázání, které je určeno pro dospělého nebo pro závodního lyžaře.

## **Sjezdové boty**

Sjezdové boty jsou tvořeny z pevného plastového skeletu a vnitřní měkkou botičkou. Skelet má za funkci přenést co nejlépe řídicí síly dolních končetin lyžaře na lyže. Bota se upíná přezkami a měla by být vysoká přibližně do poloviny lýtkového svalu. Každá bota má podobně jako u lyží svou tvrdost, proto bychom při výběru měli dávat pozor, jak na tvrdost lyží, tak na tvrdost bot. Měkké boty k tvrdým lyžím nejsou vhodnou volbou a naopak. Pro děti a pro začátečníky jsou vhodné měkké boty, které mají méně přezek nebo tzv. zadní nástup. Ten umožní snadnější nasazování pomocí odklopení zadní části boty. U dětí volíme trochu větší boty vzhledem k jejich velmi rychle rostoucím nohám, ale nikoliv s místem na několik sezon dopředu. Dospělý by měl mít boty co nejtěsnější, ale aby je zase netlačily. Nutno počítat se silnější lyžařskou ponožkou. Děti,

které už dobře lyžují nebo dokonce závodí, mají vyšší a tvrdší boty s více přezkami, které jim ve vyšších rychlostech dovolí přesnější zatačení. Tvrdé a vyšší boty jsou pevnější, zaručují těsné spojení s nohou, které potom umožňuje snadnější ovládání lyží. Především jsou určené pro sportovní a závodní lyžaře (Vodičková, 2004).

### **Sjezdové hole**

Sjezdové hole podporují udržení rovnováhy, pomáhají při zvedání po pádu nebo k odpichu. U začínajících lyžařů je lze využít jako pomůcku k výuce. Výběr holí závisí na výšce lyžaře. Zjištění vhodné délky se dá provést dvěma postupy, buď že se hůl uchopí ve svislé obrácené poloze pod kroužkem a loket by měl být v pravém úhlu. Druhým postupem je výpočet, při kterém se výška postavy vynásobí číslem 0,7. Dětem, které s lyžováním teprve začínají, se většinou hole nedávají. Mohou se využít ale i jiným způsobem, proto by holemi měly být vybavené všechny děti (Vilím, 2009).



## **6 Anketní šetření**

Další část bakalářské práce se bude zabývat anketním šetřením. Hlavním cílem výzkumného šetření je analýza využívání zimních sportů v libereckých mateřských školách. Sběr dat byl zaznamenán pomocí ankety, která měla celkem 23 otázek. Lze je rozdělit na dvě části. První část zjišťuje všeobecné informace o mateřské škole a vztah k zimním aktivitám. Druhá polovina ankety se zaměřuje na zimní lyžařský kurz a vše, co se ho týká. V anketním šetření byly celkem využity odpovědi od 40 respondentů z mateřských škol.

### **6.1 Podmínky anketního šetření**

Do anketního šetření bylo zahrnuto několik podmínek. Před samotnou realizací anketního šetření bylo zapotřebí anketu předem vytvořit. V úvodním emailu dostali respondenti nabídku, zda by byli ochotní spolupracovat na výzkumném šetření, které se týká zimních sportů v mateřských školách. Pokud respondenti souhlasili, tak si zvolili způsob, který jim byl nejpříjemnější, jak na otázky formou ankety odpovědět. K uskutečnění setkání se muselo vyhovět všem přáním, které respondent měl. Například dodržet čas a místo setkání. Nutností byla vytisknutá anketa pro respondenta. Jedna z hlavních podmínek byla anonymita ankety. Respondentům bylo vysvětleno, že všechny získané informace se nebudou nikde zveřejňovat a budou sloužit pouze za účelem výzkumu v rámci bakalářské práce. Anonymita se musela po celou dobu dodržet, aby se nikde neobjevil název mateřské školy. K získání co nejpřesnějších výsledků muselo být respondenty odpovězeno na všechny otázky s výjimkou těch, kteří nejezdí na lyžařský kurz. Všechna tvrzení musela být pravdivá. V případě, pokud by respondent nechtěl na danou otázku odpovědět, tak by měl mít v rámci podmínek dovoleno otázku přeskočit. Při samostatném vyplňování musel respondent dodržet čitelnost písma, aby bylo k přečtení a odpovědi mohly být využity.

## **6.2 Anketa**

Anketa je tvořena dvaceti třemi otázkami, které se týkají zimních sportů. Převažují otázky, které mají na výběr z několika možností. Respondenti mohli zakroužkovat i více možností v jedné otázce. Z důvodu různorodých odpovědí byly do ankety zařazeny i otevřené odpovědi.

## **6.3 Sběr dat**

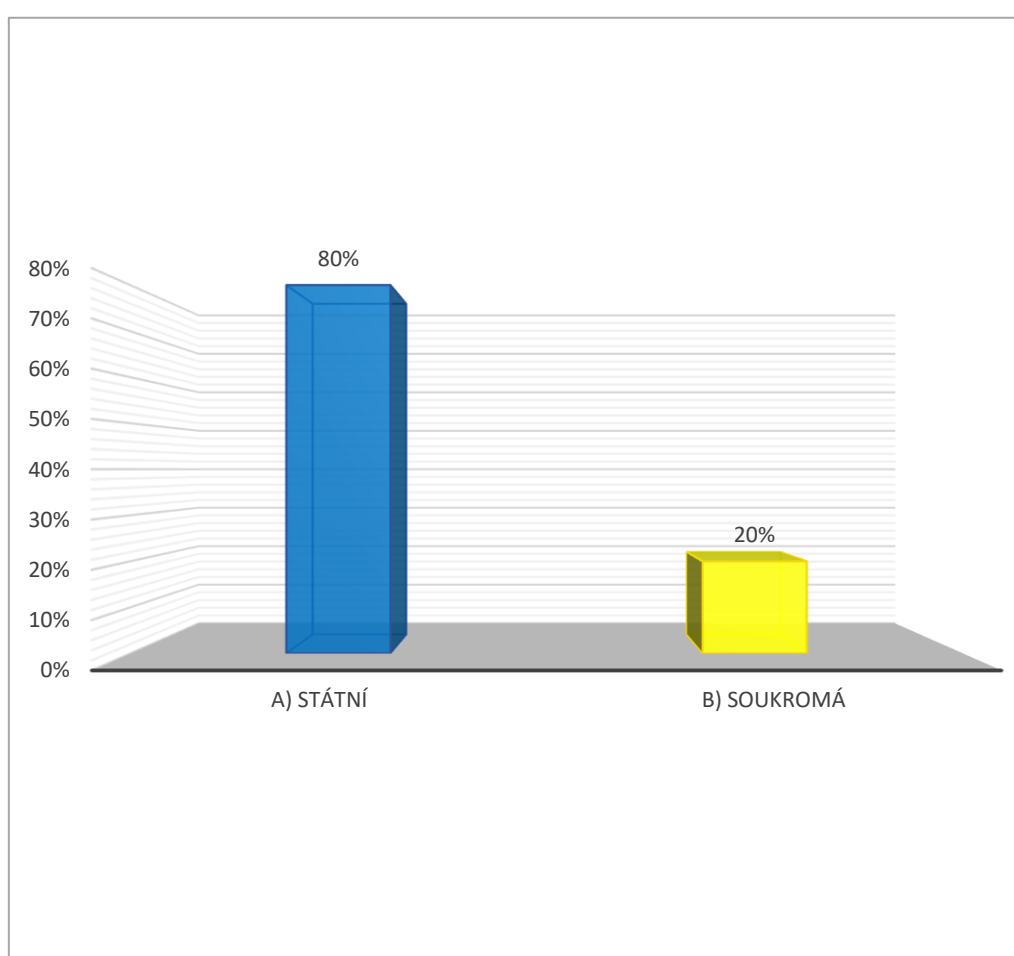
K vyplnění ankety bylo osloveno prostřednictvím emailu 50 mateřských škol z města Liberec. Kladně reagovalo formou emailu nebo telefonu celkem 40 mateřských škol, do kterých bylo přihlášeno 3205 dětí. Do anketního šetření byly zařazeny nejenom státní školy, ale i soukromé. Na email odpovídaly nejčastěji ředitelky MŠ nebo jejich asistentky. Komunikace byla v některých případech odlišná. Většina respondentů upřednostnila osobní setkání v místě jejich MŠ. Vzhledem k časové nenáročnosti vyplnění anketních otázek někdo zvolil komunikaci přes email nebo telefon. Všechny zaznamenané odpovědi byly anonymní a sloužily pouze za účelem analýzy. První část ankety byla určena pro všechny mateřské školy. Pro některé anketní šetření skončilo u otázky číslo 11, protože zvolili odpověď ne. Dalším otázkám už se věnovali jen ti, kteří nabízejí lyžařský kurz a jezdí s dětmi lyžovat.

Vyplnění ankety bylo možné různými způsoby a to dle dohody. První možností byla osobní schůzka, kdy tazatel zaznamenával odpovědi do ankety nebo si ji respondent sám v klidu vyplnil. Druhou možností bylo online vyplnění přes email, kdy respondent obdržel anketu ve Wordu. K označení odpovědí použil jinou barvu nebo odpověď přímo do dokumentu vepsal. V několika málo případech došlo k vyplnění ankety telefonicky. Otázky byly položeny velmi stručně a jasně, aby vyplnění zabralo co nejméně času. Přibližná doba trvání byla průměrně do pěti minut. Celkový sběr dat trval 3 měsíce.

## 6.4 Výsledky anketního šetření

### Výsledky otázky č. 1

V první otázce bylo zjišťováno, o jaký typ mateřské školy se jedná, jestli o státní nebo soukromou. Ve městě Liberec převažují státní mateřské školy. Ze 40 respondentů bylo 32 státních a 8 soukromých. V těchto dvou typech jsou velké rozdíly a je pouze na rodičích, jaký typ mateřské školy si pro své dítě zvolí. Do anketního šetření bylo zařazeno i předškolní zařízení s alternativním typem. Jednalo se o lesní mateřskou školu. Dvě zařízení zahrnovala speciální třídy pro děti se SVP.

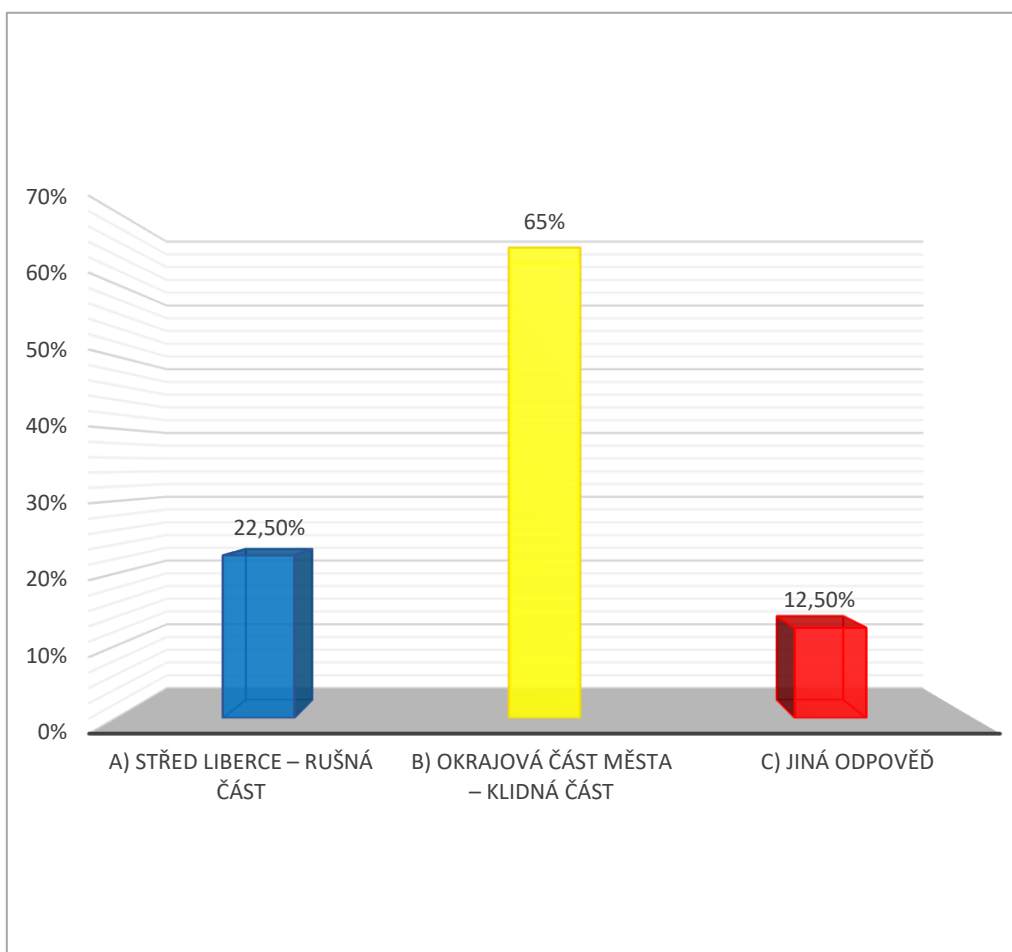


**Obrázek 1:** Typ mateřské školy

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 2

Druhá otázka zjišťuje polohu mateřské školy. Liberec nabízí rozmanité části, kde se školky můžou nacházet. Střed města lze považovat za rušný a zde sídlí 9 školek z dotazovaných. Některé části ve středu jsou klidné a tuto variantu zvolily 2 školky. Nejpočetnější zastoupení měla okrajová část města, kde převládá klid. Tuto možnost zvolilo 26 mateřských škol. Jedno zařízení na okraji města označilo svou polohu za rušnou. Liberec má několik městských částí a jeden městský obvod Vratislavice nad Nisou, ze kterých byly vybrány 2 mateřské školy.

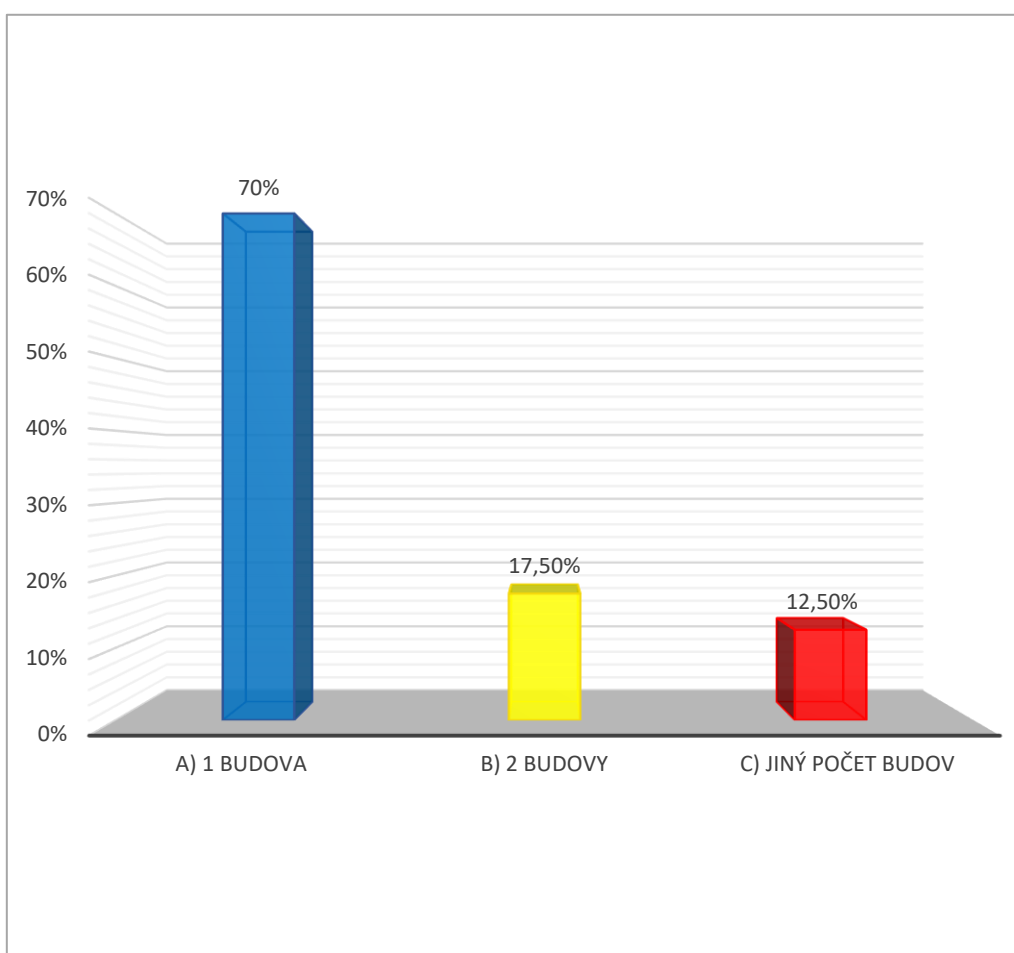


**Obrázek 2:** Poloha MŠ

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 3

Třetí otázka se zabírala počtem budov každé mateřské školy. Několik málo školek má své odloučené pracoviště, které se nachází nedaleko hlavní budovy. V Liberci jsou nejvíce rozšířené školky pouze s jednou budovou. Celkem 28 respondentů odpovědělo, že má jednu budovu. Časté jsou i dvě budovy, které má 7 zařízení a tři budovy mají 2 zařízení ze 40 dotazovaných. Za neobvyklé už se dají považovat čtyři budovy, které vlastní 2 školky ve městě Liberec. Lesní mateřská škola nemá žádnou budovu, pouze přístřešek, proto na tuto otázku nemohla odpovědět.

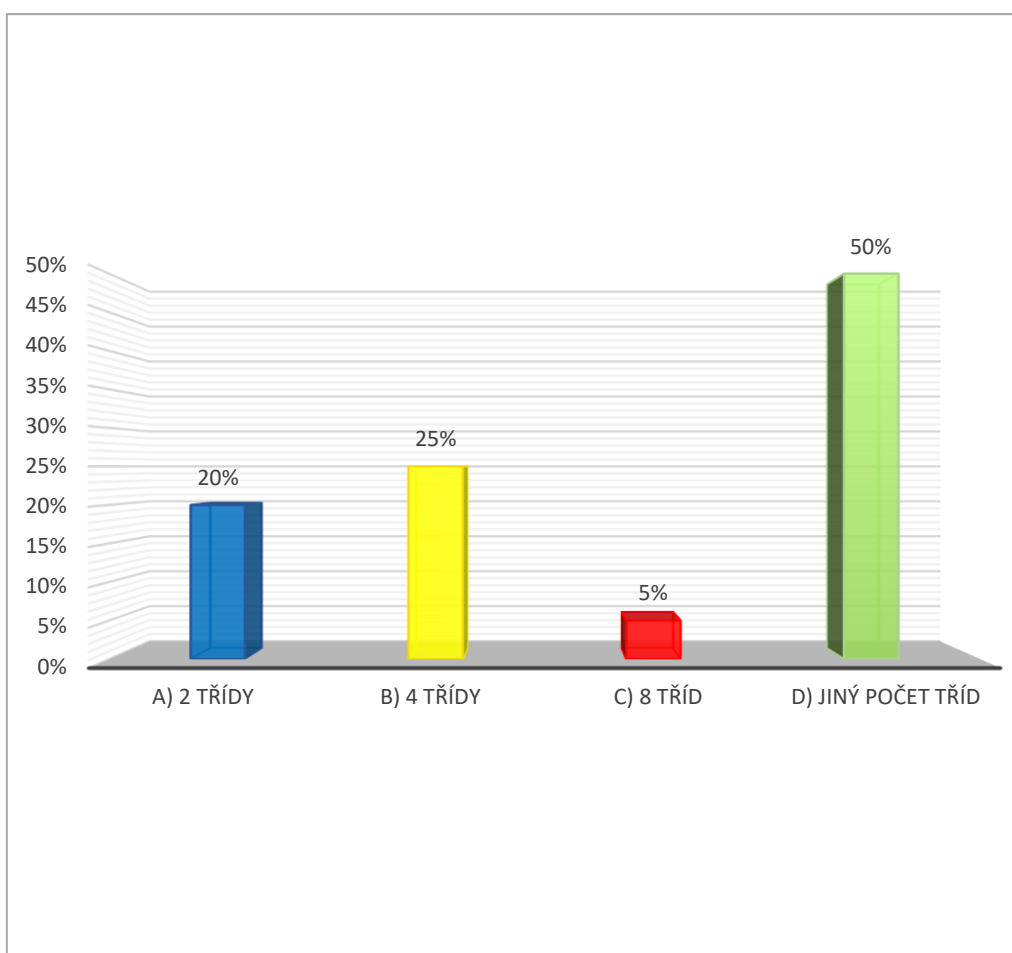


**Obrázek 3:** Počet budov

Zdroj: Vlastní

#### Výsledky otázky č. 4

Podle počtu budov se odvíjí i počet tříd, na který se ptala čtvrtá otázka. Třídy jsou rozděleny buď podle věku, nebo jsou věkově smíšené. Záleží na velikosti předškolního zařízení. Smíšené neboli heterogenní třídy jsou pro děti od tří do sedmi let. Homogenní jsou pro jednu věkovou kategorii. V některých menších školkách se můžeme setkat s rozdělením na větší a menší děti, kde jsou zvlášť předškoláci a děti od tří do pěti let. První variantu dvě třídy zvolilo celkem 8 školek. Největší zastoupení má 10 školek se čtyřmi třídami. Osm tříd mají dvě školky. Zbytek respondentů zvolilo odpověď jiný počet tříd.

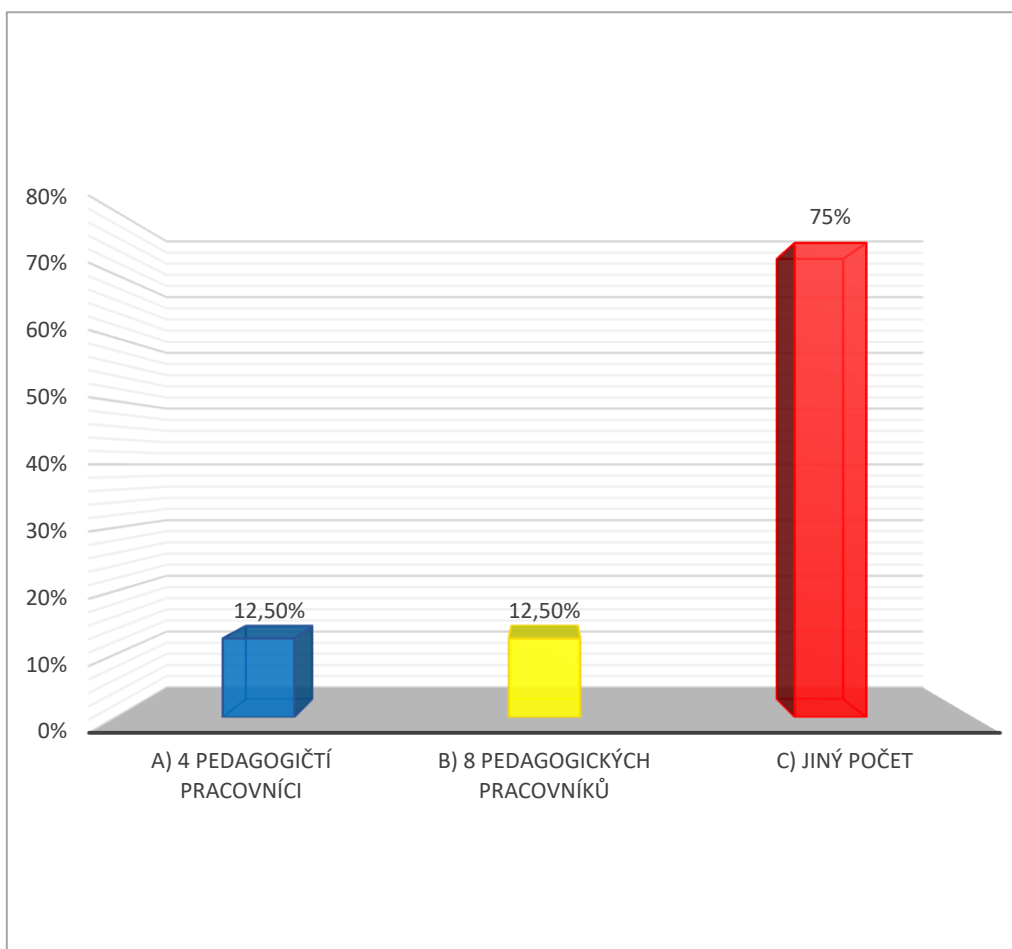


**Obrázek 4:** Počet tříd

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 5

Pátá otázka se ptá, kolik má mateřská škola pedagogických pracovníků. Na jednu třídu nejvýše do 24 dětí připadají dva pedagogičtí pracovníci, kteří se střídají. Za pedagogického pracovníka se považuje osoba, která vykonává přímou výchovnou, vzdělávací, speciálně-pedagogickou nebo pedagogicko-psychologickou činnost s dětmi. Každá učitelka MŠ musí mít odbornou kvalifikaci, kterou získá buď na střední, nebo vysoké škole. Pět respondentů odpovědělo, že má čtyři pedagogické pracovníky. Dalších pět respondentů zvolilo druhou variantu osm pedagogických pracovníků. Kvůli různorodým počtům ostatní zvolili jiný počet. Nejvíce početných, a to v osmi školách, bylo 6 pracovníků. Největší počet byl 21 pedagogických pracovníků v rámci jedné MŠ. V mnoha školách se běžný počet učitelek pohybuje od čtyř do deseti.

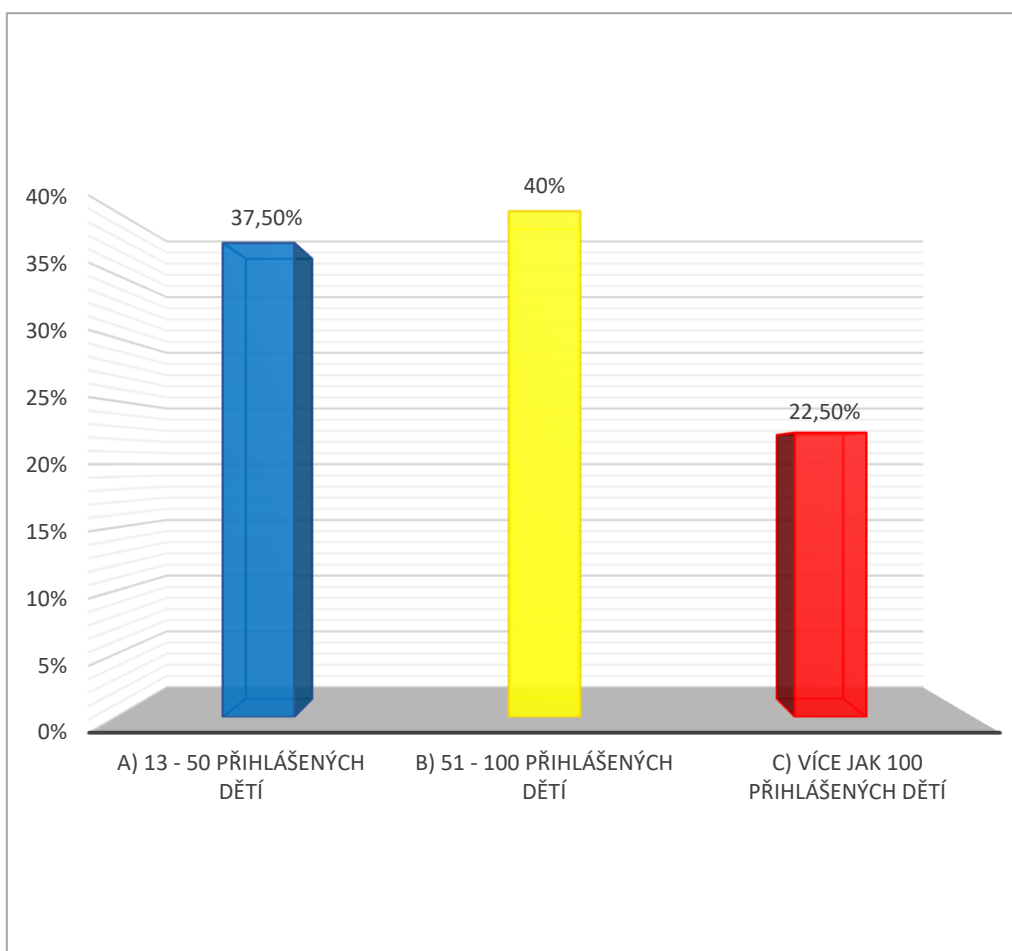


**Obrázek 5:** Počet pedagogických pracovníků

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 6

Šestá otázka se zajímá o celkový počet přihlášených dětí v MŠ. O počtu rozhoduje ředitel školy, který stanovuje kritéria pro přijetí dětí. Musí dodržovat všechna pravidla školského zákona a svá kritéria. Ze zákona musí upřednostnit děti, které mají trvalé bydliště ve spádové oblasti. Každá MŠ má jinou kapacitu, proto byla tato otázka otevřená a každý respondent napsal svůj přesný počet přihlášených dětí. Školka s nejmenším počtem přihlášených dětí má 13 žáků. Naopak s největším počtem má 202 přihlášených dětí. Zaznamenané odpovědi byly: 13 - 2×, 15, 22, 23, 30, 46 - 2×, 48 - 4×, 50 - 3×, 60 - 2×, 72 - 3×, 73, 77, 86, 87, 92, 93, 96 - 2×, 97, 98, 100, 103, 108, 120 - 2×, 145, 164, 178, 184 a 202. Celkový počet dětí ze všech 40 dotazovaných školek je 3205 přihlášených dětí.



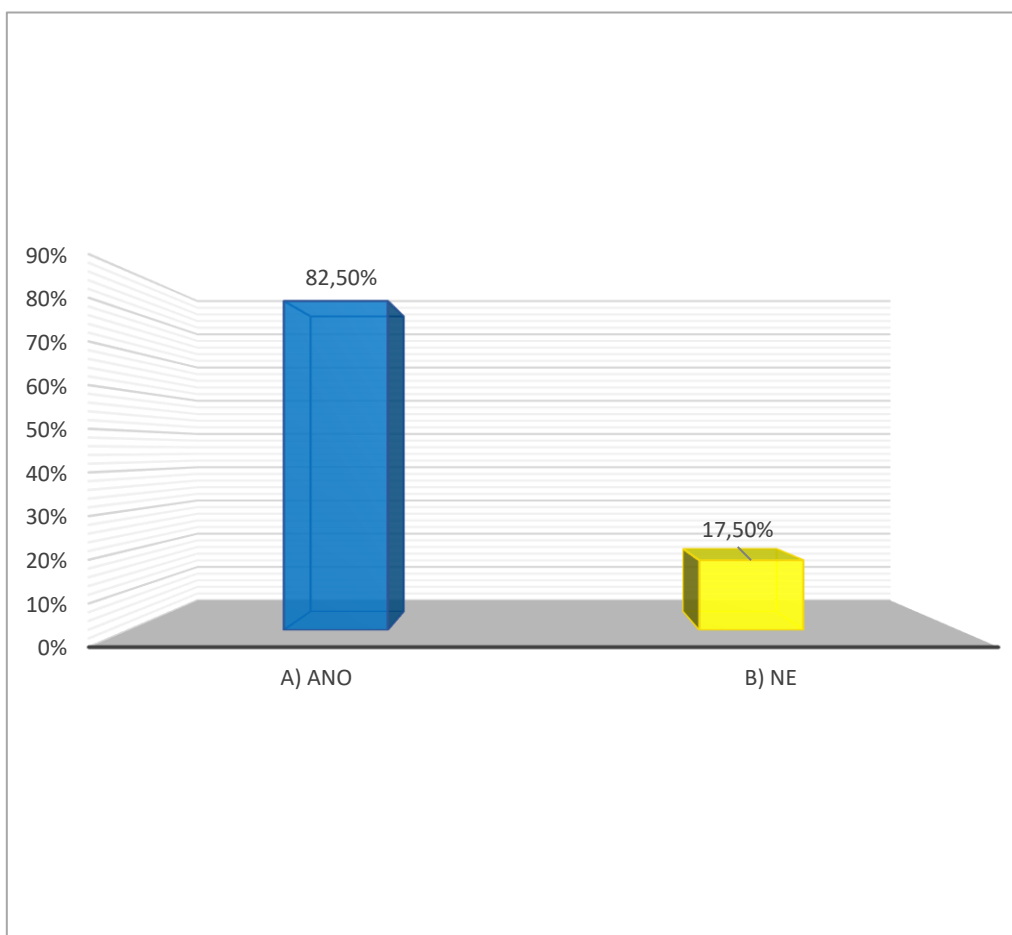
**Obrázek 6:** Počet přihlášených dětí

Zdroj: Vlastní



## Výsledky otázky č. 7

Otázka číslo sedm zjišťovala, jestli děti dopolední pobyt venku tráví za každého počasí. Každá školka dle lokality má několik možností, kde může trávit pobyt venku. Nejvíce jsou využívány školní zahrady, které MŠ mají, nebo hřiště v okolí. Za nepříznivého počasí se vyrazí na procházky, buď městem, nebo do lesa. Pro děti je každodenní pobyt na čerstvém vzduchu nesmírně důležitý. Vyhláška o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení doporučuje denní pobyt venku 2 hodiny dopoledne. Závisí na letním nebo zimním období a pobyt lze za mimořádně nepříznivých podmínek zkrátit nebo úplně vynechat. Jedná se především o silný mráz, vítr, déšť nebo při vzniku smogu. V letních měsících to jsou nadměrné venkovní teploty, proto by měly být děti chráněné ve stínu. Celkem 33 respondentů odpovědělo na otázku ano, že pobyt venku tráví za každého počasí. Sedm z nich řeklo, že ne a to pouze při velké nepřízni jako je silný mráz, déšť, vítr nebo smog. Všichni respondenti si otázku obhájili velice podobně.

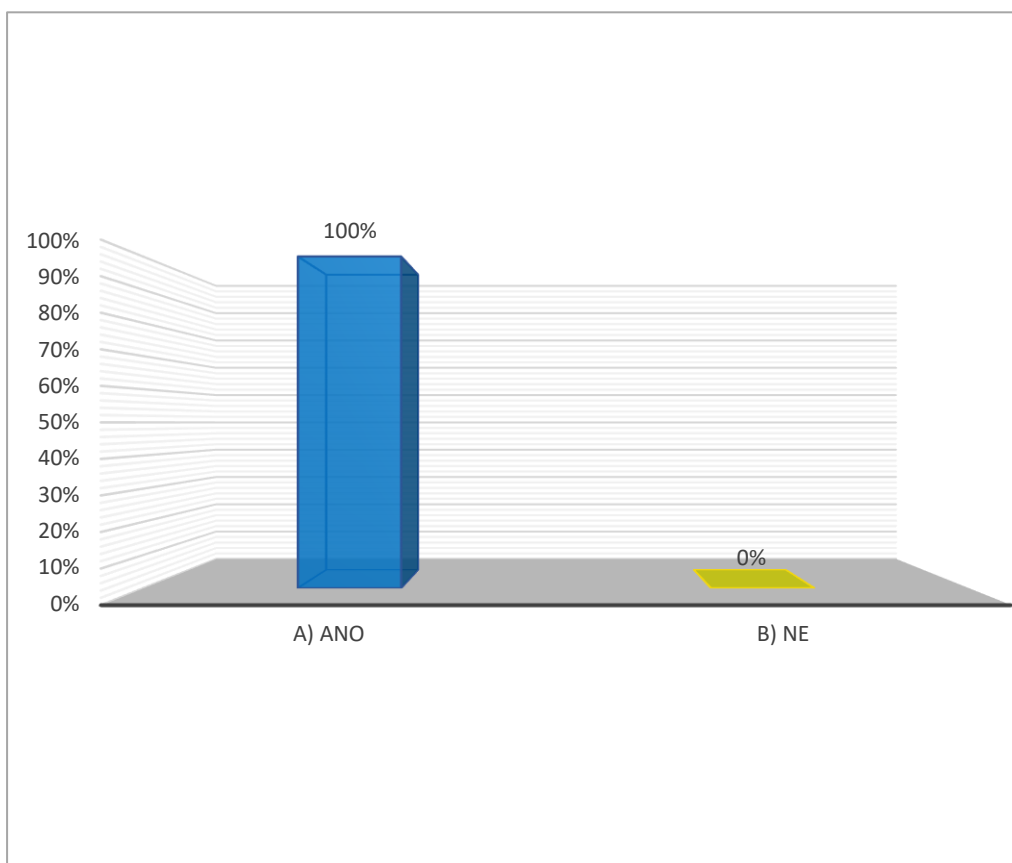


**Obrázek 7:** Dopolední pobyt venku za každého počasí

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 8

Od otázky číslo osm je anketní šetření zaměřeno na zimní aktivity. V osmé otázce bylo zjišťováno, jestli v zimě při pobytu venku jsou využívány zimní aktivity. S prvním napadnutým sněhem přicházejí i zimní aktivity, které se dají ve školce provozovat. Děti mají několik možností, jak si mohou se sněhem vyhrát při venkovním pobytu. Mezi oblíbené aktivity patří různé stavby ze sněhu, jak už stavba sněhuláka či iglú. V mnoha školkách je na zahradě kopcovitý terén, který umožňuje jízdu na kluzáku nebo bobech. Možnost ne nezvolil nikdo z dotazovaných. Ve školkách je nejvíce oblíbené bobování a jízda na ježdících. Bobování celkem zakroužkovalo 33 respondentů a jízdu na ježdících 27. V odpovědích se objevila i jízda na pytli nebo sáňkování. Nechyběla stavba ze sněhu a jeho modelování, kresba do sněhu nebo koulování, které zvolilo 25 respondentů. Jedna mateřská škola uvedla, že každoročně pořádá zimní olympijské hry. Bylo zaznamenáno i několik her jako například hry s ledem nebo hry se sněhem.

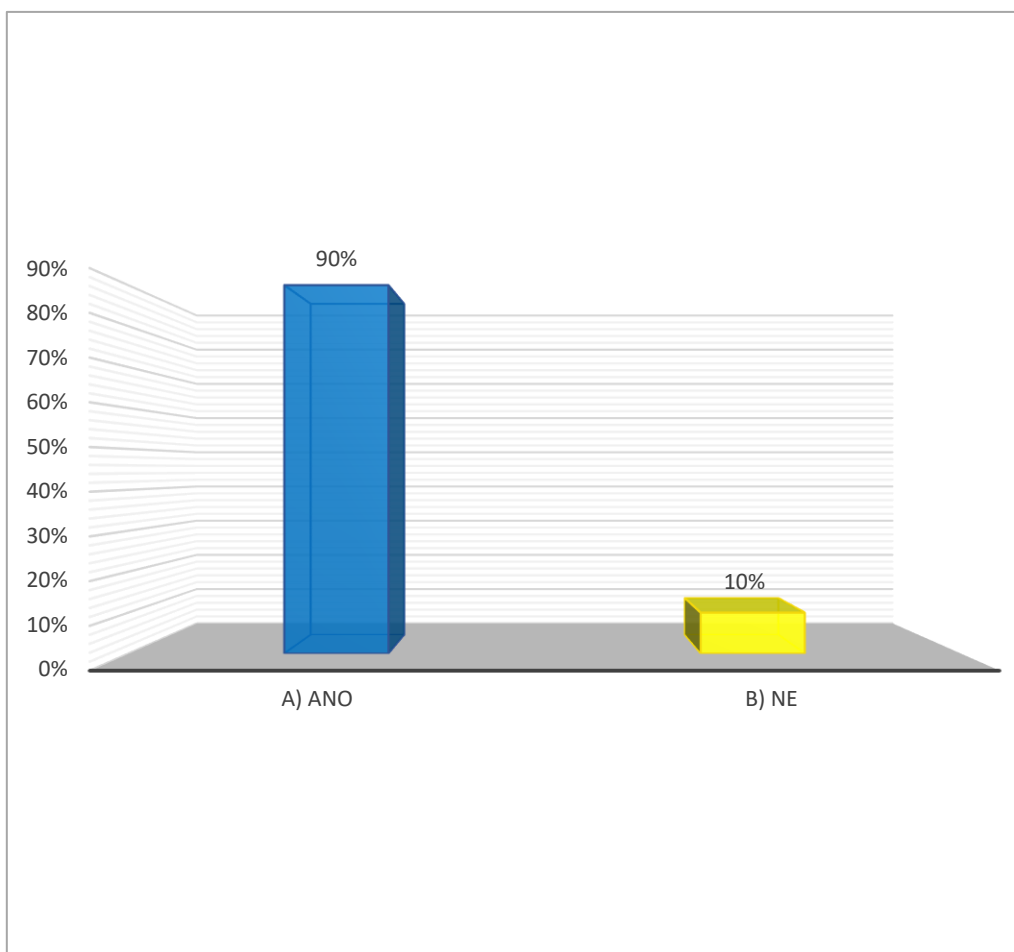


**Obrázek 8:** Využívání zimních aktivit při pobytu venku

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 9

Devátá otázka se zajímá, jestli má MŠ k zimním aktivitám potřebné vybavení. Vzhledem k nízkým nákladům mnoho školek vlastní kluzáky na „ježdíkování“. Ve 27 školkách z dotazovaných mají pro děti dostupné kluzáky, které mohou využít při pobytu na zahradě. Šest školek vlastní jak boby, tak i kluzáky. Pro tvoření cest v šesti školkách najdeme hrabla. V jedné sněžnice, saně nebo maxi bábovky pro stavbu iglú. Čtyři respondenti zvolili možnost ne, že nemají žádné vybavení k zimním aktivitám.

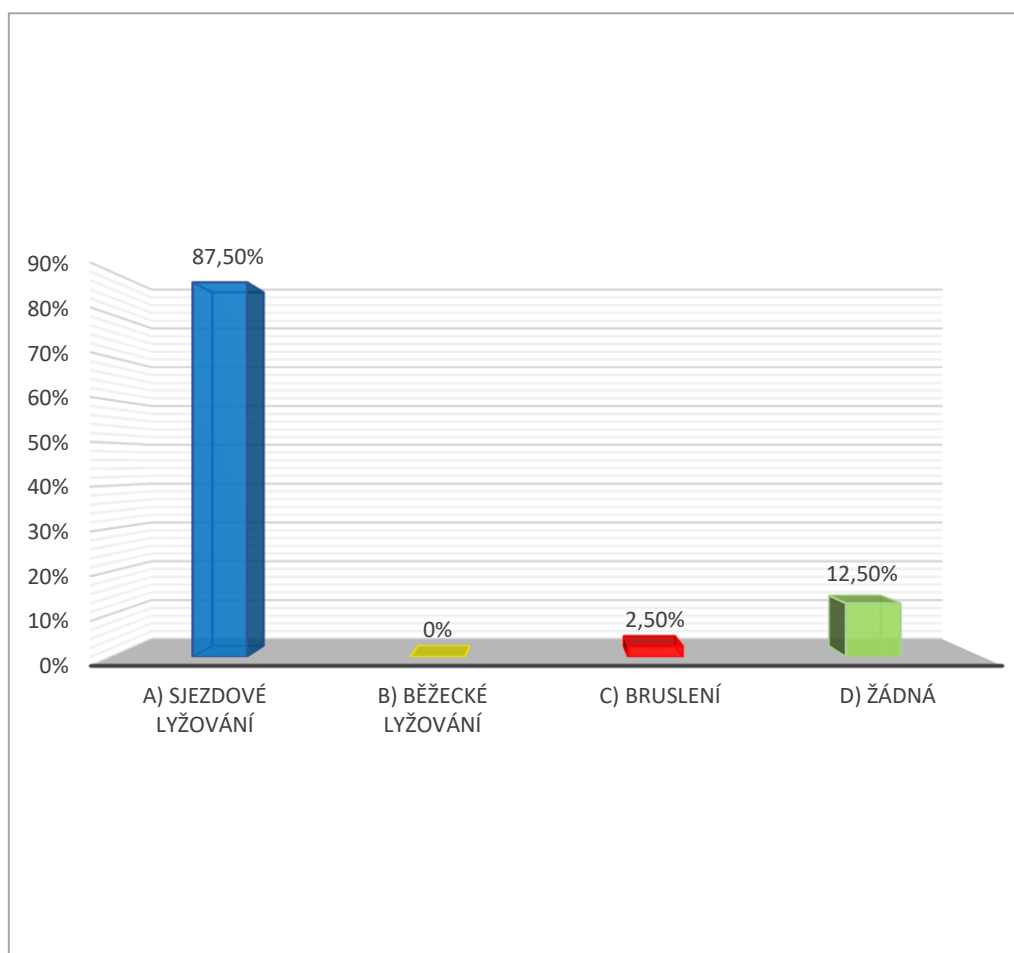


**Obrázek 9:** Potřebné vybavení k zimním aktivitám

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 10

K zimě patří i zimní sporty, proto v desáté otázce bylo zjišťováno, jaká je v MŠ nabídka zimních sportů. V rámci mateřské školy se děti mohou se zimními sporty seznámit nebo si je vyzkoušet. V této otázce mohli respondenti odpověď zakroužkovat nebo popřípadě doplnit jinou odpovědí. Jednoznačně vyhrálo sjezdové lyžování, které zakroužkovalo celkem 35 respondentů. Pouze v jedné jediné školce se chodí každoročně bruslit na městský stadion. Pět školek zakroužkovalo odpověď žádná a řekli, že to není v požadavcích RVP PV a vzhledem k finanční náročnosti je to diskriminace vůči ostatním dětem, které na to nemají finance. Jedna školka napsala svou vlastní odpověď a to, že měli nabídku v předešlých letech, ale nyní kurz nemůžou pořádat, kvůli nízkému věku dětí.

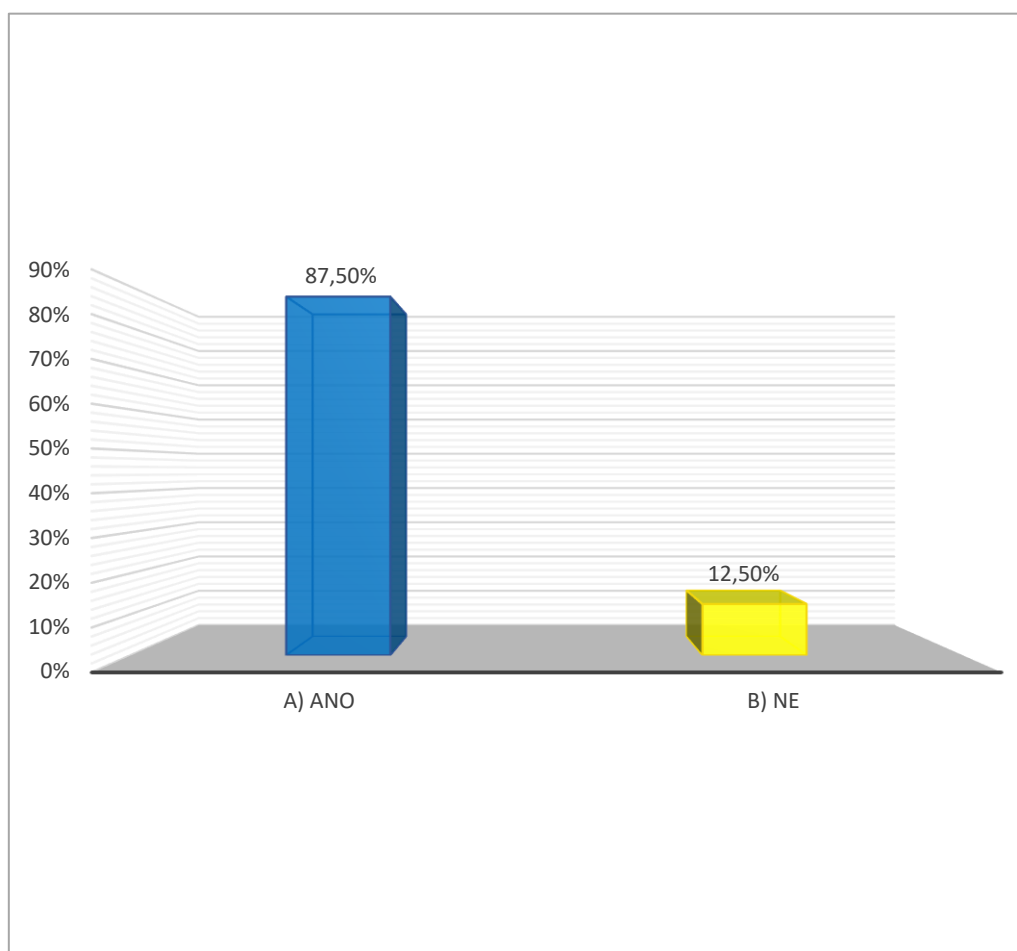


**Obrázek 10:** Nabídka zimních sportů v MŠ

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 11

Jedenáctá otázka zjišťuje, zda dotazovaná mateřská škola nabízí lyžařský kurz. Odpověď ano, zvolilo celkem 35 respondentů a 5 zakroužkovalo ne. Výsledek jedenácté otázky dopadl překvapivě dobře a je skvělé, že tolik mateřských škol lyžařský kurz nabízí a děti v pohybu podporuje. V některých případech to pro rodiče může znamenat značnou finanční úlevu oproti lyžařské škole, kde se instruktor dítěti věnuje individuálně. Má to své výhody i nevýhody. Ti, kteří odpověděli ne, tak pro ně další šetření skončilo. Na další otázce neodpovídali.

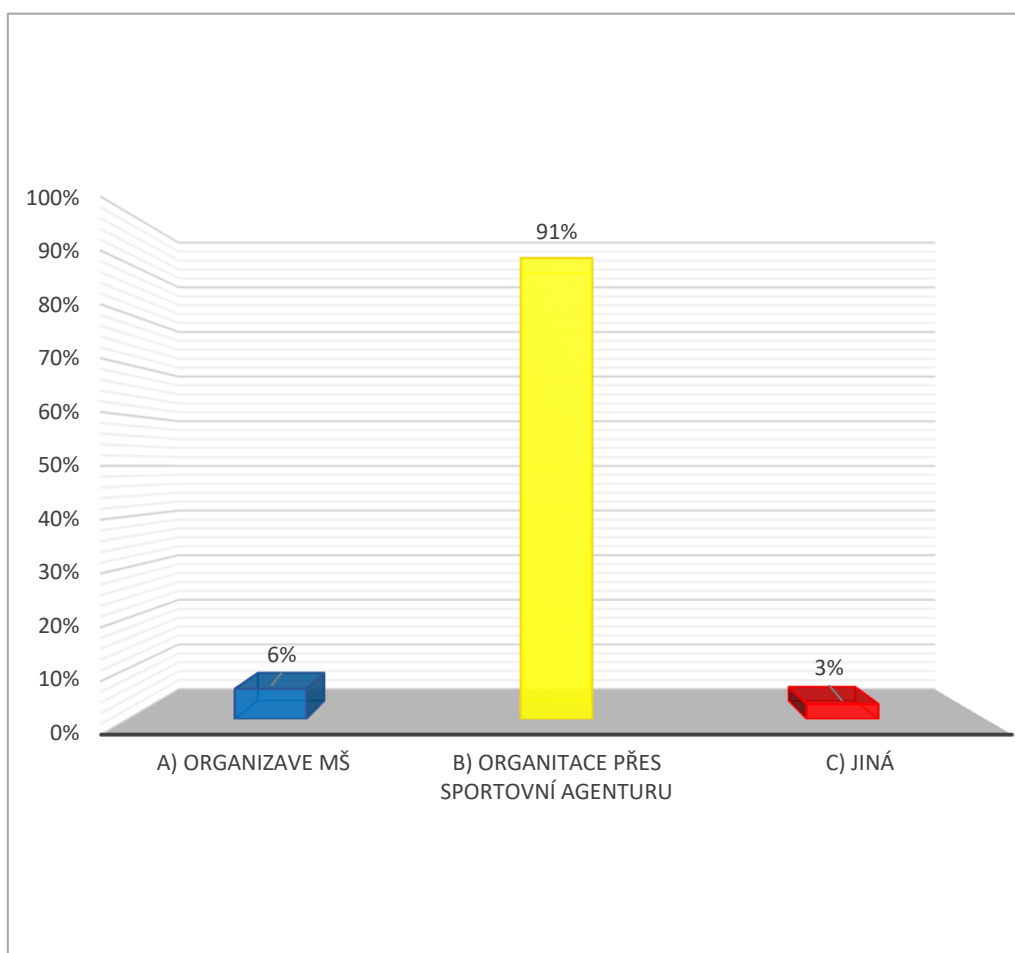


**Obrázek 11:** Nabídka lyžařského kurzu v MŠ

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 12

Dvanáctá otázka se ptá, kdo lyžařský kurz pořádá. V Libereckém kraji je mnoho sportovních agentur a organizací, které se lyžařskými kurzy pro mateřské školy zabývají. Mateřská škola si může kurz sama zorganizovat nebo ji v organizaci může zastoupit sportovní agentura či lyžařská škola. Nejvíce volená možnost byla organizace přes sportovní agenturu, kterou celkem zakroužkovalo 32 školek. Dvě mateřské školy si lyžařský kurz pořádají samy. Možnost jiná zvolila jedna školka, která oslovuje lyžařskou školu a domlouvá si s ní individuální hodiny.

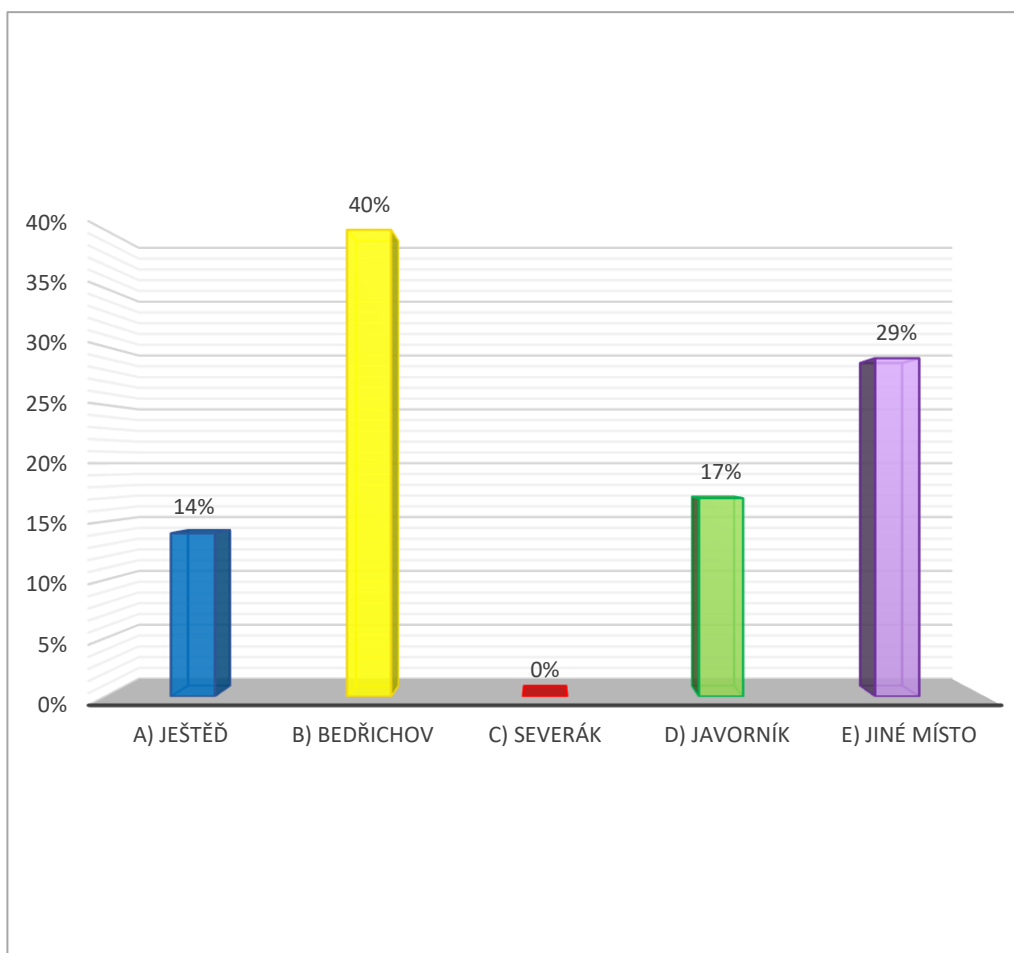


**Obrázek 12:** Kdo pořádá lyžařský kurz

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 13

Ve třinácté otázce bylo zjišťováno, kam mateřské školy na lyžařský kurz jezdí. Poblíž Liberce je mnoho lokalit, které jsou přímo určené pro začínající lyžaře. Nejbližší vhodné podmínky jsou ve Ski areálu Ještěd. Pro nejmenší lyžaře je vhodná sjezdovka Bucharka nebo dětské cvičiště Kubík Maxiland. Na výběr bylo z několika možností a to Ještěd, Bedřichov, Severák, Javorník nebo jiné místo. Ve velké převaze byl nejvíce krát zakroužkován Bedřichov, který se dá považovat společně s Javorníkem za druhý nejbližší. Bedřichov zvolilo celkem 14 respondentů a Javorník 6. Nejbližší možnou možnost konání kurzu na Ještědu upřednostňuje 5 školek. V Lučanech nad Nisou pořádá kurz 7 školek. Objevila se i 3× možnost, kdy byly zakroužkovány dvě varianty Ještěd s Bedřichovem. Dotazovaný vysvětloval, že záleží, jakou zvolí sportovní agenturu.

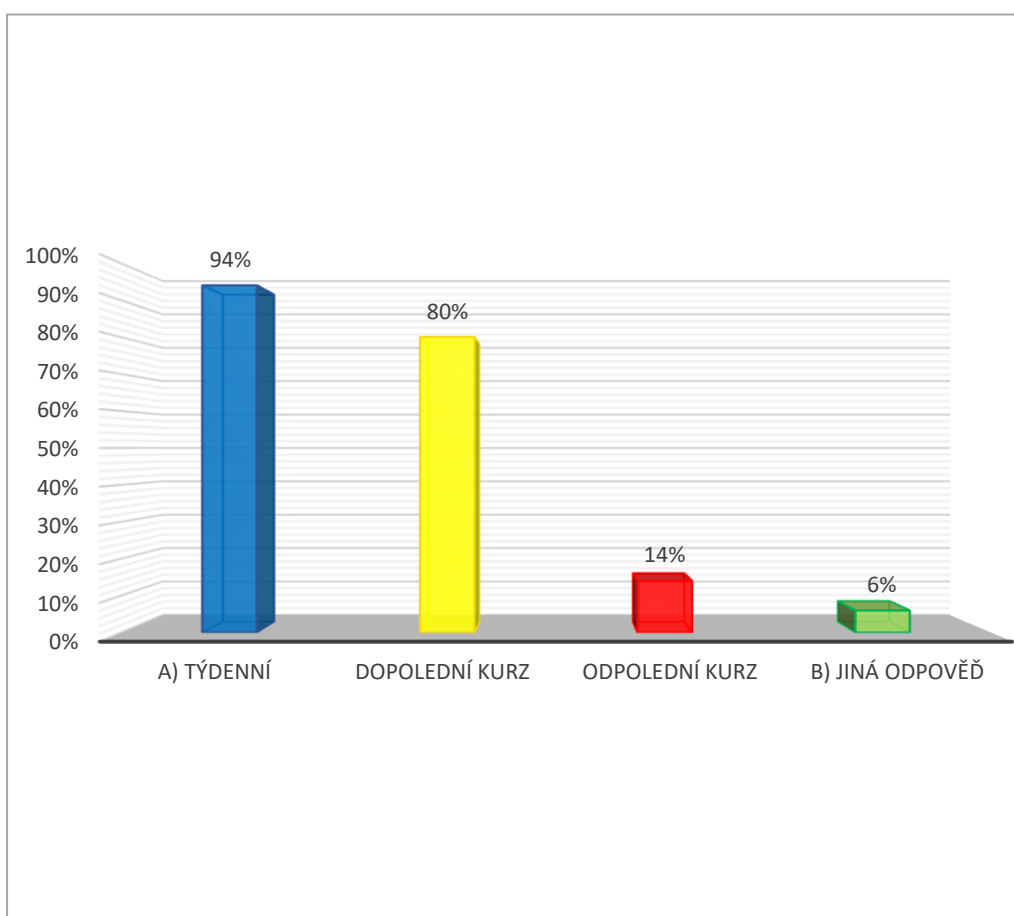


**Obrázek 13:** Místo konání

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 14

Čtrnáctá otázka se ptá, jak dlouho kurz probíhá. Většina školek volí možnost týdenního kurzu, který je buď dopoledne, nebo odpoledne. Děti odjíždějí po příchodu do školky a vracejí se na oběd. Dopolední kurz zvolilo celkem 28 školek. Některé mateřské školy nechtěly, aby děti přišly o dopolední program ve školce, tak proto raději volili možnost odpoledního kurzu. Záleželo na domluvě s agenturou, která se snažila vyhovět všem přáním a požadavkům dané mateřské školy. Možnost odpoledního kurzu zvolilo 5 školek. Dvě mateřské školy měly kurz rozvržen do více měsíců vzhledem k počasí. Kurz byl zahájen s prvním sněhem a trval přibližně 3 měsíce jednou týdně. Instruktor měl vždy maximálně 4 děti na hodinu a děti se průběžně střídaly.



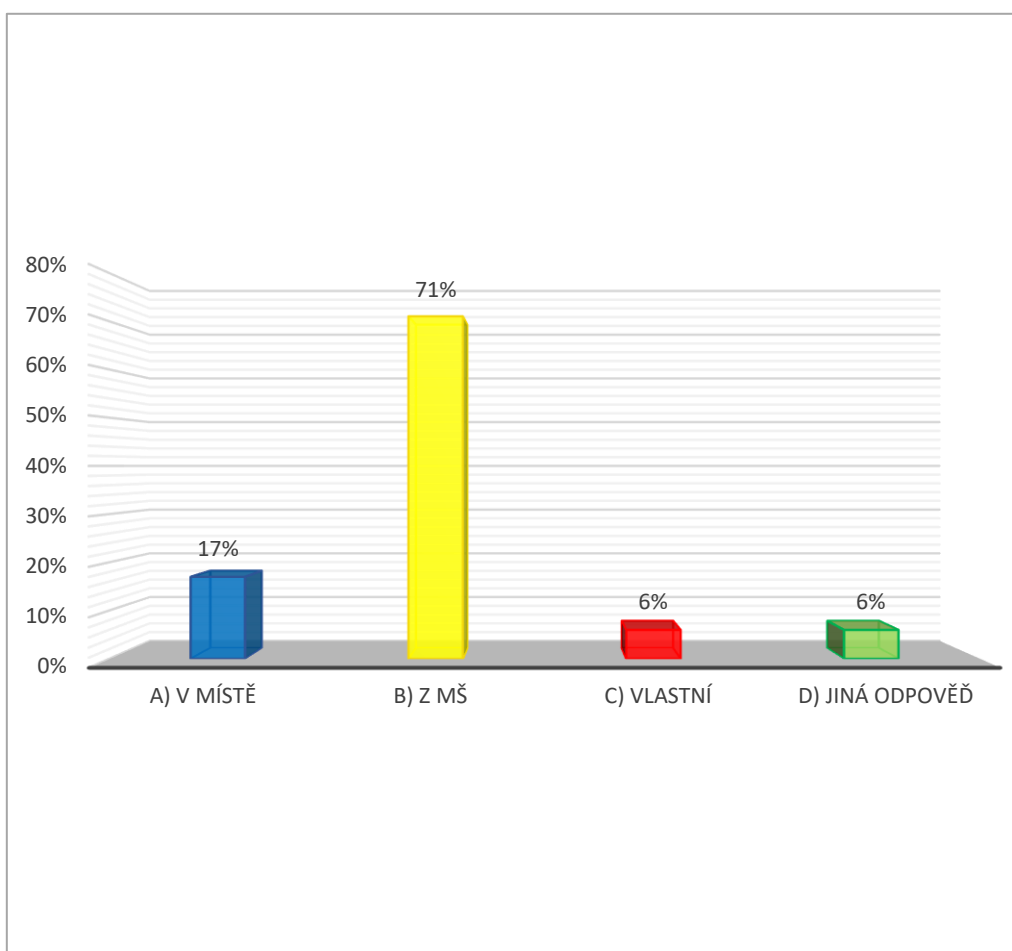
**Obrázek 14:** Délka kurzu

Zdroj: Vlastní



### Výsledky otázky č. 15

Patnáctá otázka se zabývá tím, jak je zajištěná strava a pitný režim. Vzhledem k nutné dopravě na svah děti vyražejí ještě před svačinkou, na kterou už nezbyvá ve školce čas. Proto je nejčastěji svačina brána sebou ze školky, kde na svahu slouží dětem jako posilnění. Možnost stravy z MŠ zvolilo celkem 26 respondentů. V některých případech je stravování a pitný režim zajištěn agenturou. Stravování v místě organizací zakroužkovalo 6 respondentů. Dvě školky žádají rodiče, aby dětem zabalili s sebou vlastní svačinu. Jedna MŠ odpověděla, že svačinu stíhá ve školce.

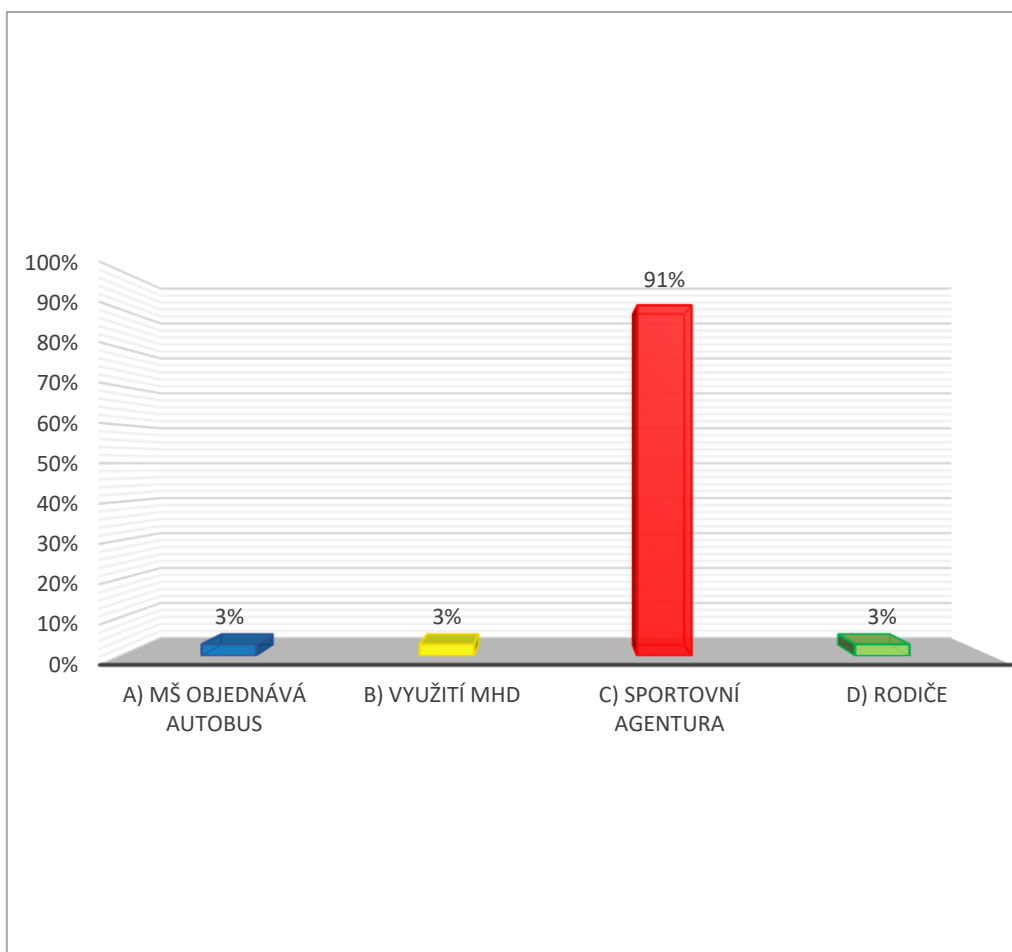


**Obrázek 15:** Zajištění stravy a pitného režimu

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 16

Otázka číslo šestnáct se ptá, kdo zajišťuje dopravu. Na svah je nutné děti včas dopravit, aby zbytečně o výuku nepřišly. V anketním šetření bylo na výběr z několika odpovědí. Jako první možnost byla, že MŠ objednává autobus, druhou možností je využití MHD, zajištění sportovní agenturou nebo rodiči. Pouze jedna školka objednává svůj vlastní autobus. Za velmi pohodlnou možnost pro MŠ patří zajištění dopravy sportovní agenturou. Tuto možnost zvolilo 32 školek. Jedna MŠ využívá MHD, ale vybavení je vezeno autem. Jedna z dotazovaných MŠ odpověděla, že má svůj vlastní školní automobil.

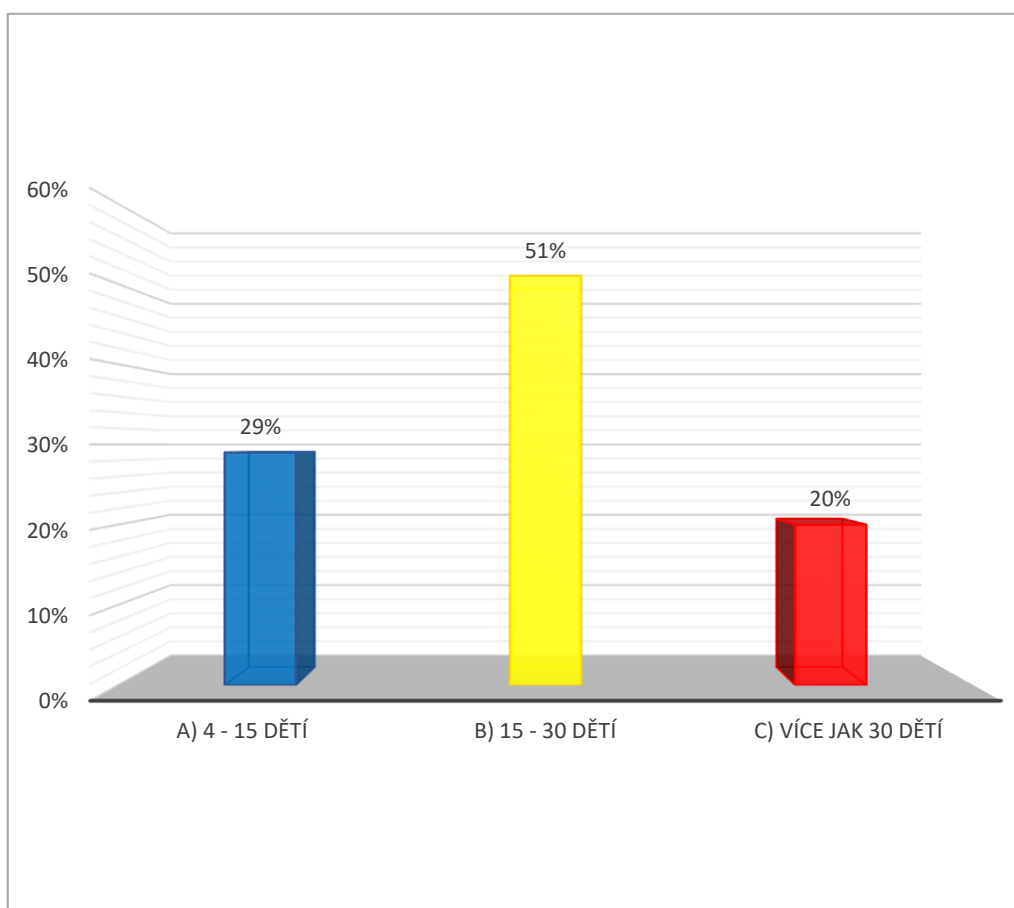


**Obrázek 16:** Zajištění dopravy

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 17

V sedmnácté otázce bylo zjišťováno, kolik dětí se zúčastní. Přednost mají děti starší 4 let, proto se na kurzech nejčastěji objevují předškolní děti. Sportovní agentura a areál má také svou kapacitu. Vše se odvíjí podle počtu instruktorů a na dohodě s MŠ. Každý instruktor může mít na starost jiný počet dětí. V této otázce jsou odpovědi pouze orientační. Každý rok se počty výrazně mění a v době, kdy bylo prováděno anketní šetření, ještě nebyly ke kurzu podané všechny přihlášky. Respondenti měli napsat přibližný počet dětí, které se kurzu zúčastní. Nejmenší počet dětí z jedné školky, které se kurzu zúčastní, jsou 4. Dvě školky mají největší počet zastoupení a to 50 dětí. Za obvyklý počet zúčastněných je okolo 15 – 30 dětí. Všechny zaznamenané odpovědi: 4 - 2×, 5 – 15, 8, 10 - 2×, 10 – 15, 12 – 15, 15 - 2×, 15 – 18, 15 – 20 - 2×, 16, 17 - 2×, 18, 20 - 5×, 24, 25 - 2×, 25 – 30, 30 - 2×, 30 – 40, 40 - 4×, 50 - 2×. Přibližný počet všech přihlášených dětí je 785 – 830.

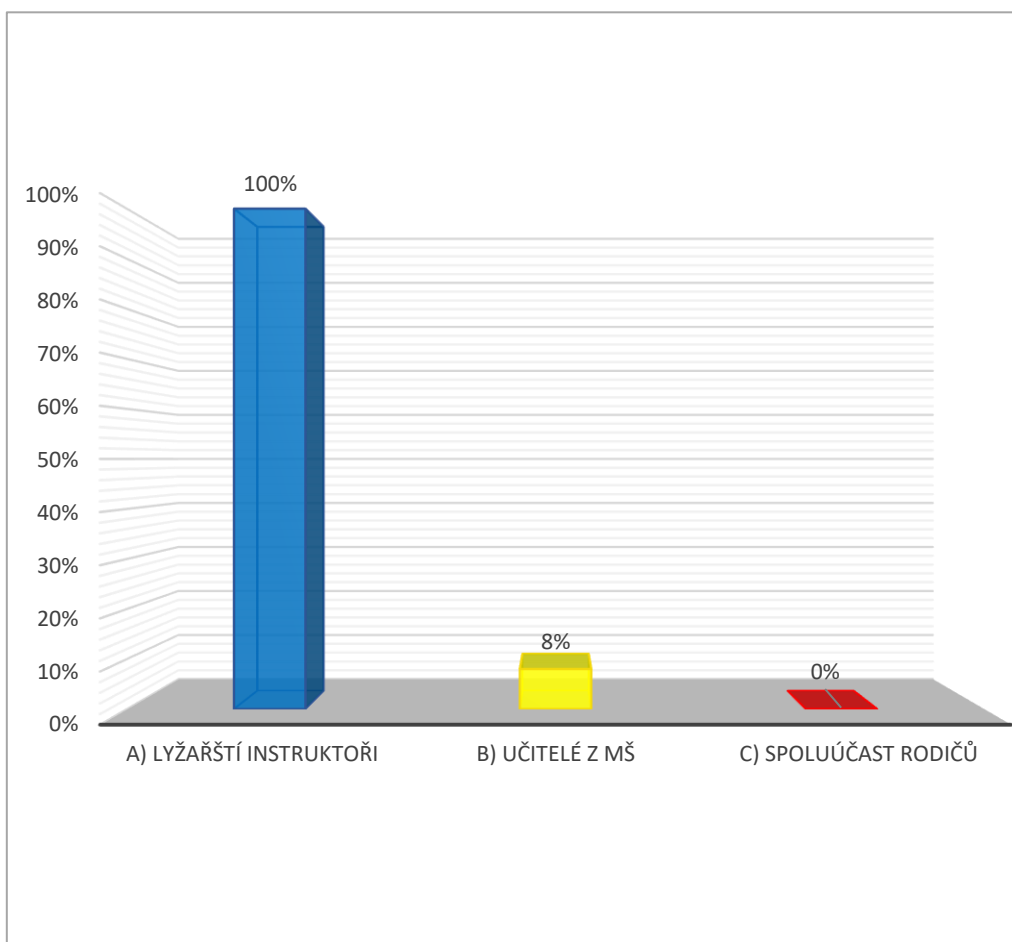


**Obrázek 17:** Počet zúčastněných dětí

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 18

V otázce číslo osmnáct se zjišťuje, kdo vyučuje lyžování. Sportovní agentury mají kvalifikované instruktory s požadovanou licenci. Někdy ani nepožadují spoluúčast učitelek z MŠ a všechnu zodpovědnost přebírají na sebe. Ve většině případů jsou učitelky na svahu jako dozor a mají na starost základní hygienické návyky. Dovedou dítě na toaletu, dohlédnout na to, aby si dítě po toaletě umylo ruce, nebo v případě potřeby pomáhají se smrkáním. V nabídce u této otázky jsou lyžařští instruktoři, učitelé z MŠ nebo rodiče. Všech 35 respondentů zvolilo první možnost, že lyžování vyučují lyžařští instruktoři. Objevila se i jedna odpověď, kdy byly zakroužkovány dvě varianty, proto je uvedeno 108 %. V jedné mateřské škole jsou učitelky s instruktorskou licenci, které na svahu instruktorům pomáhají a práci si rozdělují.

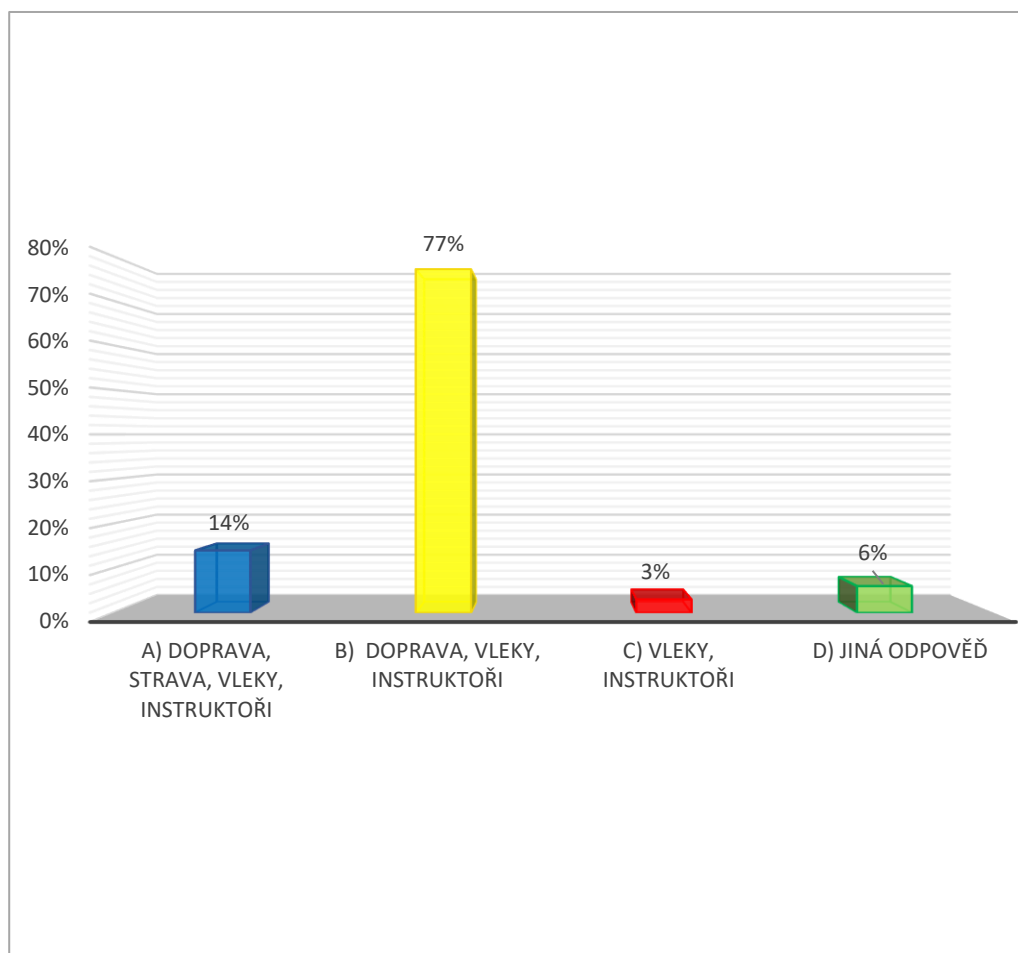


**Obrázek 18:** Kdo vyučuje lyžování

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 19

Devatenáctá otázka se zaměřuje na to, co se všechno musí platit. Nejnákladnější jsou instruktoři a vleky. Z velké části všechno financují rodiče a mateřská škola má na starosti vše zajistit. Děti by měly být vybavené vhodným zimním oblečením a lyžařským setem s helmou. Některé agentury nabízí možnost půjčení celého setu i s helmou. V této otázce bylo zodpovězeno hodně variant. První z nich byla doprava, strava, vleky a instruktoři. Tuto variantu zvolilo celkem 5 školek. Dopravu, vleky a instruktory zakroužkovalo 27 školek. Jedna ze školek zvolila variantu instruktoři a vleky, kdy doprava byla financovaná MŠ. Nečekanou odpovědí bylo, že se nic neplatí, jelikož to je v rámci školného.

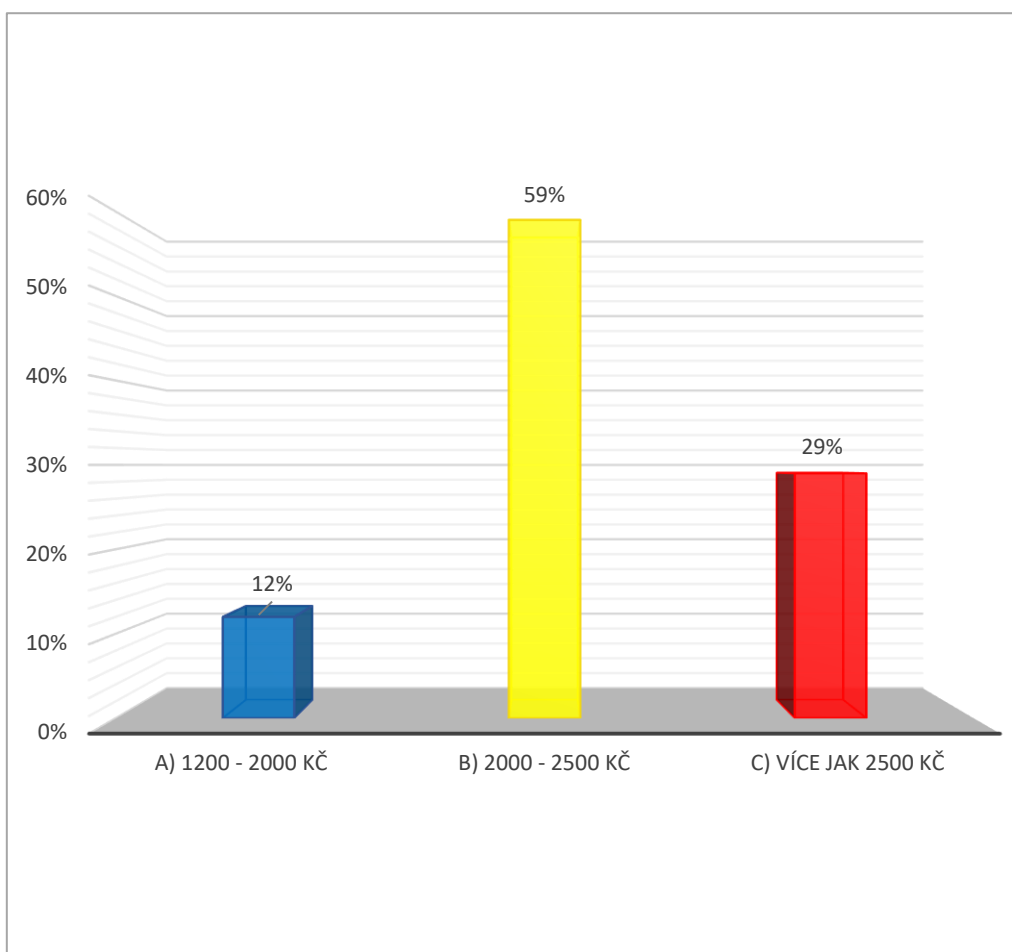


**Obrázek 19:** Co se všechno platí

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 20

Dvacátá otázka zjišťuje, kolik kurz stojí. Uvedené ceny jsou pouze orientační a velice záleží na domluvených podmínkách mezi sportovní agenturou a MŠ. Do finální ceny se nezapočítává lyžařský set, helma či zimní oblečení, které si musí pro své děti rodiče předem sami zajistit. Respondenti měli za úkol napsat přibližnou cenu, kolik rodiče musí uhradit. Zaznamenané odpovědi: 1200 Kč, 1300 Kč, 1500 Kč, 2000 Kč, 2000 – 2500 Kč - 2×, 2050 Kč, 2100 Kč - 2×, 2200 Kč - 2×, 2250 Kč - 2×, 2300 Kč - 2×, 2400 Kč - 4×, 2500 Kč - 5×, 2600 Kč - 2×, 2600 – 2800 Kč, 2700 Kč, 2800 Kč - 2×, 3000 Kč, 3100 Kč - 3×. Půjčení setu od sportovní agentury se pohybuje od 400 Kč za týden.

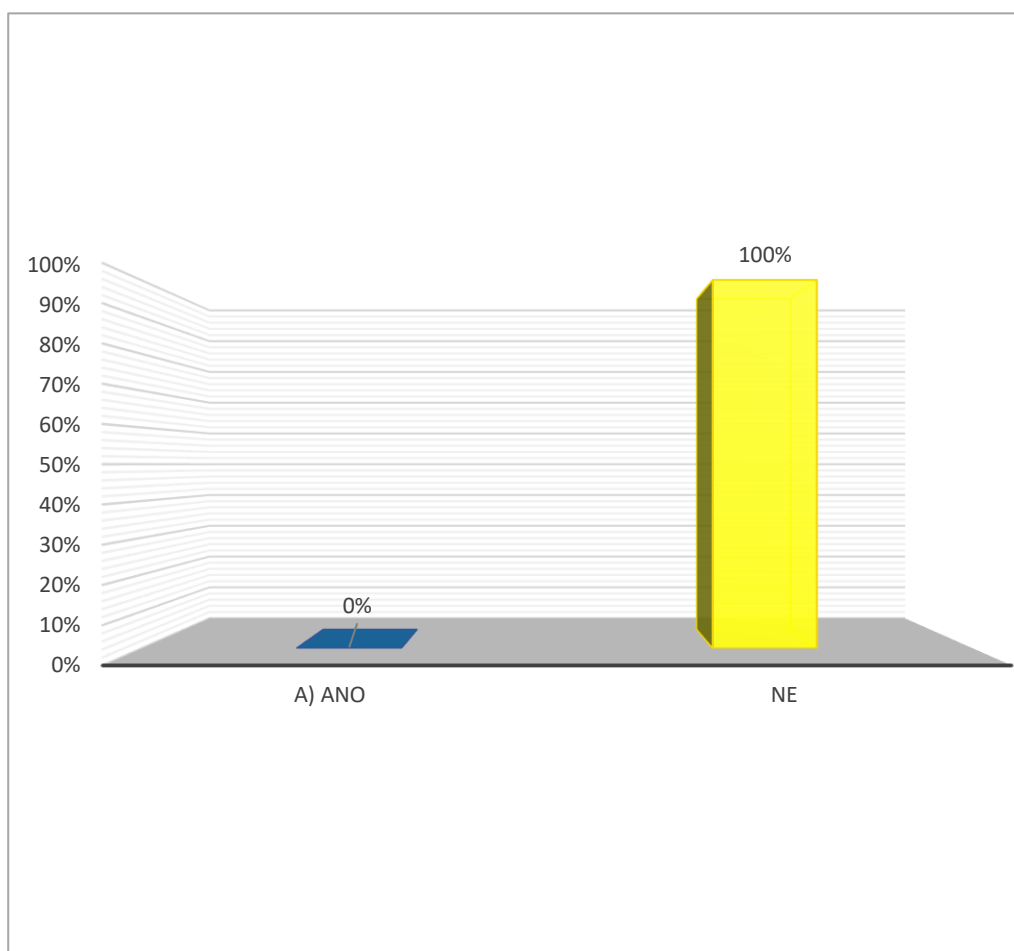


**Obrázek 20:** Kolik kurz stojí

Zdroj: Vlastní

### Výsledky otázky č. 21

V otázce číslo dvacet jedna je zjišťováno, jestli dostává MŠ na kurz nějaké příspěvky a od koho. Na výběr bylo z možností buď ano, nebo ne. Kdo z respondentů zvolil odpověď ano, měl uvést, od koho je dostává. V předešlé otázce bylo zjištěno, že v převážné míře vše financují rodiče. Všichni dotazovaní zvolili odpověď ne. Je zcela na rodičích, zda své dítě do kurzu přihlásí dle svých finančních možností.

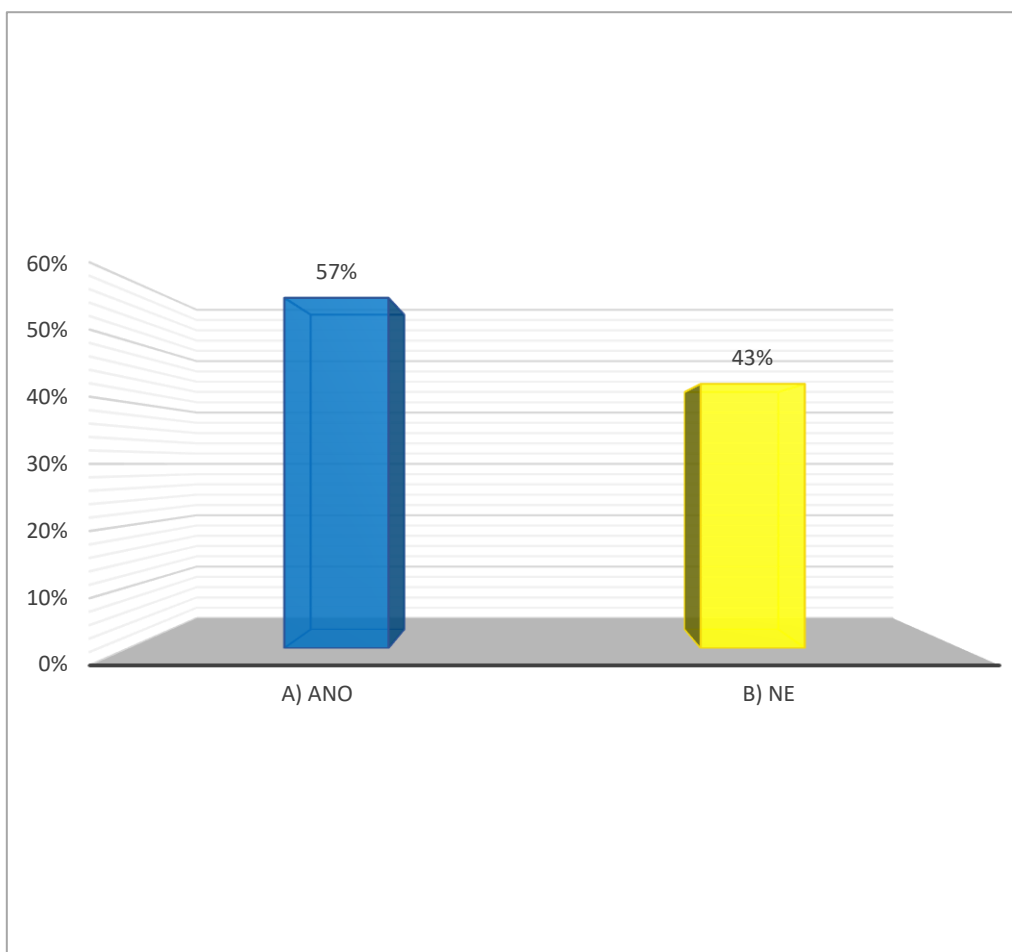


**Obrázek 21:** Příspěvky

Zdroj: Vlastní

## Výsledky otázky č. 22

Dvacátá druhá otázka se ptala respondentů, zda jsou na děti kladeny speciální vstupní požadavky k zúčastnění. Celkem odpověď ano zvolilo 20 respondentů a ne zvolilo 15. Ti, kteří zvolili odpověď ano, zakroužkovali, že záleží na věku. Přednost dostávají hlavně předškoláci a instruktoři doporučují minimální dovršení čtyř let. V některých agenturách není dovršení čtyř let podmínkou, a proto přijímají všechny děti, které se ze školky přihlásí. Další podmínkou je dobrý zdravotní stav, který zakroužkovali 4 respondenti. Bylo zjištěno, že v některých případech je požadavek pokročilost v lyžování. Tato odpověď byla zaznamenána od třech respondentů. Dva dotazovaní uvedli, že je nutností mít seřízené lyže z odborného servisu.



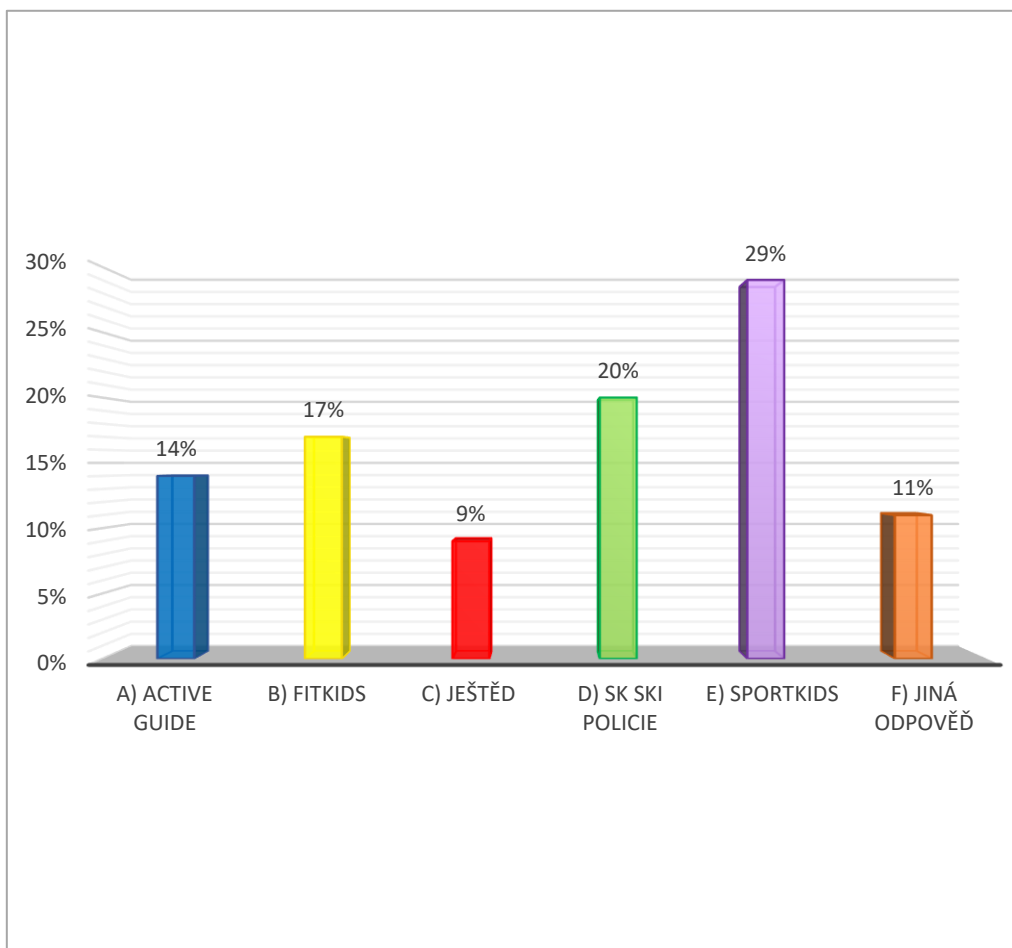
**Obrázek 22:** Speciální vstupní požadavky k zúčastnění

Zdroj: Vlastní



### Výsledky otázky č. 23

V poslední otázce se zjišťovalo s jakou sportovní agenturou nebo lyžařskou školou MŠ spolupracuje. Pokud respondent odpověděl ano, tak měl uvést jméno sportovní agentury nebo lyžařské školy. Nejvíce respondentů a to 10 uvedlo SportKids. Sedm respondentů spolupracuje s SK Ski Policie a šest s FitKids. Nejbližší variantu Ski Ještěd zvolili dva respondenti a jeden TRM Ještěd. Cestovní kancelář Active Guide uvedlo 5 respondentů. V této otázce bylo zjištěno, že některé MŠ agentury střídají, a proto dvě z nich uvedli SportKids a SK Ski Policii. Jedna uvedla spolupráci s FitKids i SportKids. Zvolená možnost nespolečně byla zaznamenána v jedné případě, kdy si MŠ najímá soukromou instruktorku lyžování.



**Obrázek 23:** Spolupráce se sportovní agenturou nebo s lyžařskou školou

Zdroj: Vlastní

## 6.5 Zhodnocení anketního šetření

Anketního šetření se zúčastnilo celkem 80 % respondentů z 50 oslovených libereckých mateřských škol. Převahou byly státní mateřské školy. Všechny školky děti co nejvíce podporují v pohybu a seznamují je s jejich prvními sporty. Důležitý pobyt venku na čerstvém vzduchu tráví za každého počasí přes 80 % školek. Ve všech školkách děti v zimě využívají ke hře různé zimní aktivity. Mezi oblíbené patří například jízda na kluzáku nebo stavba ze sněhu. K zimním aktivitám je převaha školek vybavena různými pomůckami. Nejenže školky děti podporují k zimním aktivitám, ale dávají jim i možnost se seznámit se zimními sporty. Převažuje nabídka sjezdového lyžování, kdy je dětem nabízen lyžařský kurz. V jednom případě se objevilo i lední bruslení, které ze školek postupem času mizí. Z výsledků bylo zjištěno, že 87,5 % ze 40 dotazovaných jezdí v zimě s dětmi lyžovat. Což je velice velké procento a je jediné dobře, že mnoho školek využívá blízké okolí, které je doslova stvořeno pro zimní sporty a aktivity. Necelých 92 % školek zvolilo pohodlnější variantu a to pořádat kurz přes sportovní organizaci. Místa konání kurzu byla různá, vzhledem k velké blízkosti měl nejpočetnější zastoupení Bedřichov. Délka kurzu byla skoro ve všech případech stejně dlouhá. Nejvíce krát byl zvolený týdenní dopolední kurz. Tuto možnost zvolilo 80 % respondentů a 14 % vybralo možnost odpoledního týdenního kurzu. Zajištění stravy a pitného režimu si muselo 71 % školek zajistit samo. V šesti případech se snažily organizace školám ulehčit práci a sami stravu a pitný režim zajistili přímo na svahu. Pro školky bylo i příjemnější, když měly od organizace zajištěnou dopravu. Devadesát jedna procent organizací pro školku zajistilo autobus, který je dovezl přímo až na svah. Vzhledem k velkému zájmu se ze všech školek lyžařského kurzu zúčastnilo přibližně 800 dětí. Podle domluvy se sportovní agenturou záviselo, co se všechno bude započítávat do ceny kurzu. V 77 % se započítávala doprava, vleky a instruktoři. Cena kurzu se přibližně pohybovala od 1200 – 3100 Kč. Lyžařskou výstroj a výzbroj si rodiče museli zajistit předem sami. V některých sportovních agenturách byla možnost si za poplatek vypůjčit lyžařský set i s helmou.

Pouze 12,5 % se lyžařského kurzu neúčastní nejen z finančních důvodů, ale i z důvodu, že lyžování není zahrnuto v RVP PV. Bylo zjištěno, že každým rokem počet přihlášených školek stoupá, jelikož mnoho respondentů odpovědělo, že se lyžařského kurzu v letošním roce účastní poprvé. Stoupá také organizace přes sportovní agentury, které ve většině případech nevyžadují žádné vstupní požadavky k zúčastnění. Většinou doporučují dovršení 4 let, dobrý zdravotní stav nebo seřízení lyží z odborného servisu.

Největší spolupráce mateřských škol byla zaznamenána s libereckou sportovní agenturou Sportkids. Celkem 28,5 % využilo tuto agenturu. Anketní šetření lze považovat za úspěšné vzhledem k vysokému počtu odpovědí týkajících se zimních sportů.

### **Doporučení pro mateřské školy**

Doporučením pro mateřské školy je výběr vhodné agentury, která nabízí pro školku co nejkvalitnější a cenově dostupný lyžařský kurz. Je na zástupcích mateřských škol, jakou agenturu pro pořádání kurzu zvolí. Na výběr je mnoho, a proto je důležité všechny možné nabídky zvážit. Důležité je zaměřit se hlavně na nabízený obsah a uvážit, jestli je porovnatelný s cenou. Cena kurzu by měla být pro rodiče finančně přijatelná. Některé agentury do ceny zahrnují jak dopravu, vleky, instruktory nebo i stravu s pitným režimem. Z anketního šetření bylo zjištěno, že půjčení vybavení od sportovních agentur je finančně náročnější než půjčení z běžných půjčoven. Dobré je si s poskytovatelem sjednat osobní nebo telefonickou schůzku, kde se společně na podmínkách domluví. Pokud školka nebyla s něčím v minulých letech spokojená, neměla by se bát vyzkoušet jinou organizaci. Konkurence je velká a většina agentur se snaží všem přáním mateřské školy vyhovět.

## 7 Závěr

Okolí města Liberec lze považovat za kolébku zimních sportů díky své poloze v Jizerských horách. Nenáročné a mírné svahy sjezdovek v okolí Liberce jsou doslova stvořené pro začínající lyžaře. Ideální prostředí pro výuku lyžování využívají nejen lyžařské školy, ale i sportovní agentury, které nabízí lyžařské výcvikové kurzy i pro mateřské školy. Podle počtu obyvatel se Liberec řadí na páté místo v České republice, a proto má velké zastoupení jak státních, soukromých nebo alternativních mateřských škol. Mezi nejpočetnější patří školy státní. Všechny školky se snaží děti podporovat v pohybu, který je pro ně přirozený. Využívají okolní prostředí a tráví co nejvíce času venku. Neodradí je ani nepříznivé počasí. V zimních měsících využívají zimní aktivity. Skoro ve všech školkách mají možnost se zúčastnit lyžařského výcvikového kurzu pod vedením zkušených lyžařských instruktorů.

Hlavním cílem této bakalářské práce byla analýza využívání zimních sportů v libereckých mateřských školách. Práce se zabývala vyhodnocením anketního šetření, kdy realizace byla velice časově náročná a trvala celkem tři měsíce. Výsledky dopadly nad očekávání a je skvělé, že tolik mateřských škol podporuje děti v zimních sportech. Děti to ohromně baví a jde vidět, že je to naplňuje.

Závěrem práce lze uvést návrh doporučení pro mateřské školy ve městě Liberec. Mateřským školám je doporučeno, aby se nebály využít sportovních organizací, které se na konání lyžařských kurzů specializují. Mnoho školek si jejich organizaci velice chválí a všem potřebným požadavkům MŠ organizace vyhoví. Nemají stanovený žádný limit pro počet zúčastněných. Výhodou je, že jsou na výběr buď dopolední, nebo odpolední kurzy. Při volbě odpoledního kurzu nemusí ředitelé řešit, že dítě zanedbá týden v MŠ. Zimní sport není jen lyžování, a proto by školky měly využít zimní podmínky i k jiným zimním aktivitám. Radost dětem přinese i pouhé válení ve sněhu, házení sněhových koulí, stavby ze sněhu, jízda na kluzáku či bobování což není nijak finančně náročné. Mateřské školy, které lyžařský kurz dětem nabízí, tak by měly určitě v dalších letech v pořádání kurzů pokračovat a dále dětem dávat možnost se naučit lyžovat. Vzhledem k velkému zájmu jak ze strany rodičů, tak i mateřských škol. Doporučením pro mateřské školy je, aby si co nejvíce kurzů od různých organizací porovnaly a zvolily ten nejvýhodnější.

## 8 Seznam literatury

BRTNÍK, J., NEUMAN, J., 2008. *Zimní hry na sněhu i bez něj*. 3. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-399-4.

DVOŘÁKOVÁ, H., 2009. *Sportujeme s nejmenšími dětmi*. 2. vyd. Velké Bílovice: TeMi CZ. ISBN 978-80-87156-26-1.

DYGRÍN, J., ČUŘÍKOVÁ, L., SUCHOMEL, A., ANTOŠ, R., VODIČKOVÁ, S., JANATOVÁ, H., BITTNER, V., 2005. *Lyžování*. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7372-018-3.

GNAD, T., 2002. *Kapitoly z lyžování*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0241-5.

KOŤÁTKOVÁ, S., 2008. *Dítě a mateřská škola*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, ISBN 978-80-247-1568-1.

KUTÁČ, P., 2009. *Lyžařský kurz v kostce*. 1. vyd. Olomouc: HANEX, ISBN 978-80-7409-026-4.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ D., 2006. *Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-1284-9.

NEJŠKOLKY.CZ., 2020. *Nejškolky.cz* [online]. [cit. 2020-05-14]. Dostupné z: <https://www.nejskolky.cz/typy-skolek/>

PEŠTÁLOVÁ, L., ZELENÁ J., VOKÁČ P., 2019. *Školský zákon: zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání., ve znění pozdějších předpisů*. [online]. [cit. 2020-04-29]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3/skolsky-zakon-ve-zneni-ucinnem-od-15-2-2019>

PRŮCHA, J., 1996. *Alternativní školy*. 2. vyd. Praha: Portál, 1996. ISBN 80-7178-072-3.

SMOLÍKOVÁ, K., 2018. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2004/2018. [online]. [cit. 2020-04-20]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/45304/>

SOSNA, I., 2017. Lyžařské brýle - tajemství zorníků. In: Snow.cz: Portál pro sjezdové lyžování [online]. [cit. 2020-03-20]. Dostupné z: <https://snow.cz/clanek/596-lyzarske-bryle-tajemstvi-zorniku>

TREML, J., 2004. *Lyžování dětí*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-0682-2.  
VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. 2. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1.

VILÍM, M., 2009. *Kapitoly ze sjezdového lyžování*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-4939-0.

VOBR, R., 2006. *Snowboarding*. 1. vyd. České Budějovice: KOPP. ISBN 80-7232-296-6.

VODIČKOVÁ, S., 2004. *Základy lyžování dětí*. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7083-830-2.

VODIČKOVÁ, S., PŘÍBRAMSKÝ, M., 2005. *Česká škola lyžování*. 1. vyd. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7083914-7.

VOŠAHLÍKOVÁ, T., 2010. *Ekoškolky a lesní mateřské školy: praktický manuál pro aktivní rodiče, pedagogy a zřizovatele mateřských škol*. 1. vyd. Praha: Ministerstvo životního prostředí. ISBN 978-80-7212-537-1.

## 9 Příloha anketního šetření

**Příloha:** Anketa - Zimní sporty v mateřských školách ankety

### **Anketa - Zimní sporty v mateřských školách**

Cílem ankety je zjistit, jak se využívají zimní sporty v libereckých mateřských školách. Vaše zodpovězené odpovědi budou použity v bakalářské práci. Jedná se o anonymní anketu. Lze označit i více odpovědí v jedné otázce.

1. Jaký jste typ mateřské školy?

- A) státní                      B) soukromá

2. Poloha MŠ?

- A) střed Liberce – rušná část              B) okrajová část města – klidná část  
C) jiná.....

3. Počet budov?

- A) 1                      B) 2                      C) jiný počet .....

4. Počet tříd?

- A) 2                      B) 4                      C) 8                      D) jiný počet .....

5. Počet pedagogických pracovníků?

- A) 4                      B) 8                      C) jiný počet .....

6. Počet přihlášených dětí? ..... (Napište přesný počet)

7. Trávíte dopolední pobyt venku za každého počasí?

- A) ano  
B) ne (pokud uvedete ne, napište důvod) .....

8. Využíváte v zimě při pobytu venku zimní aktivity?

A) ano (pokud ano, podtrhněte nebo vypište jaké)

bobování      koulování      jiné .....

B) ne

9. Má MŠ k zimním aktivitám potřebné vybavení?

A) ano (vypište jaké).....

B) ne

10. Jaká je ve vaší MŠ nabídka zimních sportů?

A) sjezdové lyžování

B) běžecké lyžování

C) bruslení

D) žádná

11. Nabízí vaše MŠ lyžařský kurz?

A) ano

B) ne

**Pokud v rámci MŠ nejezdíte lyžovat, tak stačí vyplnit jen po tuto otázku.**

12. Kdo pořádá lyžařský kurz?

A) organizace MŠ

B) organizace přes sportovní agenturu

C) jiná odpověď.....

13. Kam jezdíte?

A) Ještěd

B) Bedřichov

C) Severák

D) Javorník

E) jiné místo .....

14. Jak dlouho kurz probíhá?

A) týden

B) jiná odpověď.....

dopolední kurz

odpolední kurz

15. Jakou formou je zajištěno stravování a pitný režim?

A) v místě

B) z MŠ

C) vlastní

D) jiná odpověď.....



16. Kdo zajišťuje dopravu?

- A) MŠ objednává bus                      B) využití MHD  
C) sportovní agentura                      D) rodiče

17. Kolik dětí se zúčastní?

Napište přibližný počet: .....

18. Kdo vyučuje lyžování?

- A) lyžařští instruktoři                      B) učitelé z MŠ                      C) spoluúčast rodičů

19. Co se všechno platí?

- A) doprava                      B) strava                      C) vleky  
D) instruktoři                      E) jiná odpověď.....

20. Kolik to stojí?

Napište přibližnou cenu: .....Kč

21. Dostává MŠ na kurz nějaké příspěvky a od koho?

- A) pokud ano, napište kolik a od koho je dostáváte:.....  
B) ne

22. Jsou na děti kladeny speciální vstupní požadavky k zúčastnění?

- A) ano  
věk (od kolika?)      zdravotní stav      jiné .....
- B) ne

23. Spolupracujete s nějakou sportovní agenturou nebo s lyžařskou školou?

- A) ano spolupracuje (pokud ano, napište s jakou).....  
B) nespolupracujeme

**Děkuji Vám za vyplnění.**

**Martina Kostenková**