Univerzita Palackého v Olomouci Pedagogická fakulta
Katedra aplikovaných a pohybových aktivit

Kristýna Pechancová
Ročník III. – prezenční studium
Obor: Učitelství pro mateřské školy

Úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku v regionu Svitavsko

Vedoucí práce: Mgr. Ludmila Miklánková, Ph.D

Olomouc 2011

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně a použila jen uvedených pramenů a literatury.

V Olomouci dne 5. 4. 2010 Podpis:…….

Poděkování

Děkuji vedoucí své práce Mgr. Ludmile Miklánkové, Ph.D, za odborné vedení práce, poskytování rad a materiálních podkladů k práci. Dále děkuji učitelům mateřských škol a rodičům zúčastněných dětí za ochotu a pomoc při výzkumu.

Obsah

Úvod…….. 6

1 Přehled poznatků…….....8

1. 1 Charakteristika věkové kategorie předškolní…….....8

1. 1. 1 Předškolní věk……..……..9

1. 1. 2 Tělesného vývoje…… ……..11

1. 1. 3 Psychomotorický vývoj…….……14

1. 1. 4 Motorický vývoj…….……14

1. 1. 5 Psychický vývoj……..…….…….....14

1. 1. 6 Školní zralost…….……..…….....15

1. 2 Pohybové schopnosti v předškolním věku……...……17

1. 2. 1 Pohybové schopnosti……..…….……17

1. 2. 2 Rozvoj pohybových schopností u dětí předškolního věku…….…….....18

1. 3 Motorické testy…….....20

1. 4 Monitorování environmentálních stimul……..21

2 Cíle, úkoly, problémové otázky…….……22

2. 1 Cíle……...……22

2. 2 Úkoly…….22

2. 3 Problémové otázky…….....23

3 Metodika……..24

3. 1 Charakteristika výzkumného souboru…….……...24

3. 2 Charakteristika environmentálních podmínek mateřských škol……..24

3. 3 Rodinná anamnéza……..…..…….26

3. 4 Výzkumné metody a techniky……27

3. 4. 1 ESPA…….27

3. 4. 2 Test pohybové způsobilosti……27

4 Výsledky…….....29

4. 1 Základní údaje chlapci a děvčata……29

4. 2 Věk, hmotnost, výška chlapců a dívek……...…….31

4. 3 Vyhodnocení stimulace k pohybové aktivitě……..….....33

4. 4 Vyhodnocení stimulů v mateřských školách……..….....38

4. 5 Porovnání stimulů všech dětí doma……..…….44

4. 6 Vyhodnocení úrovně komplexu pohybových schopností ……..……..46

5 Závěr……...……49

6 Souhrn……..…….....51

7 Summary……...…….54

8 Literatura……..…….57

9 Přílohy…….59

Anotace

Úvod

Tématem této bakalářské práce je Úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku v regionu Svitavsko.

Myslím, že pohyb v životě je velmi důležitý a potřebný. Proto se chci zaměřit na úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku. S pohybem se musí začínat již od dětství a vést k němu kladný vztah. Pokud ale chceme, aby se dítě dobře rozvíjelo už od dětství v pohybu, musíme brát ohled i na vše ostatní kolem dítěte.

Především je dobré děti motivovat k pohybu, nezatěžovat nadměrně jejich dětský organismus, reagovat na jejich tělesné změny při vývoji, zvolit pro rozvoj pohybových schopností správné metody a postupy.

Děti by si měly vytvořit už od dětství pozitivní vztah k pohybu, sportovním aktivitám, protože právě díky pohybu a tělesným aktivitám se upevňuje zdraví. Děti si vytváří zdravý životní styl, který je důležitý a nezbytný pro fungování lidského organismu po celý život.

V mateřské škole by na rozvoj pohybových schopností mělo být zaměřeno hodně ranní cvičení, které vede k rozhýbání těla, celkovému uvolnění a radosti dětského organismu. Děti postupně poznávají a používají své části těla. Seznamují se s různými pohyby, co jejich tělo umí a zvládne se naučit. Začíná se hrou na zahřátí, které dětský organismus rozproudí, následuje cvičení na protáhnutí, pak hra a nakonec je relaxace, aby se tělo uvedlo zase do klidu.

Je potřeba rozvíjet všechny pohybové schopnosti rovnoměrně. Struktura cvičení v mateřské škole trvá zhruba 30 minut, měla by být dostatečně vyvážená pro rozvoj síly, rychlosti, vytrvalosti, koordinace. V mateřské škole je někdy obtížné vše dodržovat přesně. Někdy dochází k tomu, že nějaké části se nevěnuje dostatečná pozornost.

Vše by se ale mělo vylepšit na základní škole, kde žáci mají tělesnou výchovu. Své pohybové schopnosti mají rozvinuté na sto procent.

Schopnosti síly, rychlosti, vytrvalosti, koordinace si rozvíjí v různých hrách. Například soutěžemi v družstvech nebo kolektivní hry fotbal, floorball, basketbal, vybíjená.

Pohyb v dnešní době je velký problém celé populace. Děti nemají zájem o sport, sportovní aktivity. Většinu svého volného času raději tráví jinými aktivitami. Než by raději šly ven, zahrály si honičku nebo nějakou hru, sedí u počítače a hrají hry. Když se zeptáte dětí v mateřské škole, co dělaly po příchodu domů ze školy, odpoví Vám: „hrály hry na počítači“. Což je velmi špatné, proto je důležité zaměřit se na pohyb v mateřské škole co nejvíce a vytvářet u dětí kladný vztah k pohybu. Chválit je, odměňovat, i za každý malý pokrok, nikoliv je kárat.

Děti, které tráví svůj volný čas neustálým sedavým způsobem, zhoršují své pohybové schopnosti. Vše má velmi velký negativní vliv na zdraví dětí, které je provází celý život.

Ve své práci bych se proto chtěla zaměřit na úroveň pohybových schopností. Co by dítě mělo v určitém věku zvládnout. Zda to zvládá či nezvládá. Ale jelikož to souvisí i s rodinou, materiálními stimuly „ S čím si hrají a sportují“, prostorovými stimuly „Kde si hrají“. Chtěla bych nejdříve rozdat dotazníky do třech mateřských škol ve svém okolí. Školy se nacházejí na vesnici. Proto jsem hodně zvědavá na výsledky. Podle toho, kolik se mi vrátí zpět dotazníků, vytvořím výzkumný soubor. Chtěla bych porovnat materiální a prostorové stimuly doma i ve škole.

Další část praktické stránky by měla být zaměřena na děti. Děti zvážím, změřím, zjistím věk. Ze všeho bych chtěla vytvořit grafy a porovnat, zda to odpovídá teoretickým poznatkům. Poté bych chtěla použít „ Test pohybové způsobilosti od Jandy“. Test je rozdělen dle věku a děti zkouší úkoly, u kterých si já musím poznamenat, zda to zvládly či ne. Na dítěti nejdříve zkusím věci, co by mělo zvládat v jeho věku, pak zkusím, zda zvládá i ve starším a mladším. Například: Dítěti budou tři roky, zkusí si úkoly tříletého, dvouletého, čtyřletého.

Vše bych chtěla zaznamenávat a psát do tabulek, aby bylo jasně a zřetelně vidět, co jsem vyzkoumala ve své práci.

1. Přehled poznatků

1. 1 Charakteristika věkové kategorie předškolní věk

V předškolním věku probíhá první proměna postavy (od 4 do 6 let). Mění se vzájemné poměry velikostí jednotlivých částí těla = tělesné proporce. Batole, které mělo velkou hlavu, velký podsaditý trup a krátké končetiny, se proměňuje v dítě vytáhlejší, se štíhlejším trupem, delšími horními i dolními končetinami.

K významným změnám dochází spíše až kolem 6 roku.

K posuzování tělesné vyspělosti dítěte, jeho způsobilosti pro školní docházku, se také posuzuje, zda dítě prošlo proměnou postavy. Využívá se k tomu filipínské míry. Filipínská míra porovnává délku horní končetiny vzhledem k velikosti hlavy. Při určování filipínské míry dítě vzpaží pravou horní končetinu, ohne ji v lokti, aby předloktí leželo na temeni hlavy. Dítě zkouší, zda pravou rukou dosáhne na levý ušní boltec (Suchý, 1985). Dítě, které projde proměnou postavy, má výsledek filipínské míry pozitivní, u ostatních negativní (Obrázek 1).

Obrázek 1 Filipínská míra

Vysvětlivky: Vlevo – Filipínská míra u pětiletého dítěte (negativní výsledek), vpravo – Filipínská míra u šestiletého dítěte (pozitivní výsledek).

Dalším a důležitým předpokladem školní zralosti je psychická a sociální vyspělost dítěte a jeho zdravotní stav.

Předškolní věk bývá označován jako první dětství.

1. 1. 1 Předškolní věk

Každé dítě se vyvíjí individuálně. Některé je vyspělejší dříve, jiné později. S tělesným vývojem souvisí i psychický vývoj. Vše je důležité pro posouzení dítěte ve škole, při vyučování. Vývoj je ovlivněn různými vlivy prostředí, nemocí, dědičností. Rychlost u dívek a chlapců je rozdílná. U dívek většinou vše přichází o dva roky dříve než u chlapců. Je to možné zjistit pouhým sledováním tělesných rozměrů. Chlapci se většinou rodí vyšší, ale v průběhu puberty jsou oproti děvčatům nižší a vývoj se zpomalí.

Vyvíjí-li se dítě správně, je třeba znát normu vývoje. Provádějí se různé výzkumy. Například, kolik má dítě vážit v určitém věku, měřit, v kolika letech vyroste jaký zub, jak probíhá osifikace atd. Ze zjištěných údajů nestačí vypočítat jen průměr. Je třeba ještě stanovit, o kolik se dítě liší od průměru normálně vyvinutého. Pro posouzení tělesné vyspělosti mládeže jsou vypracovány tabulky. Pokud se zjistí, že dítě je v některých tělesných vlastnostech s vývojem příliš napřed či pozadu, porovnává se s vývojem normálních dětí, která jsou starší nebo mladší (Suchý, 1985).

Příklad: Šestileté dítě - stav chrupu odpovídá průměru dětí osmiletých, hmotnost a tělesné rozměry odpovídají normě sedmiletých. Ke svému stáří je tělesným vývojem napřed. Jeho tělesný (biologický) věk nesouhlasí s věkem skutečným (chronologickým) (Suchý, 1985).

Pomůcky používané k určování biologického věku:

1. Antropometrická tabulka
2. Tabulky normálního postupu prořezávání zubů
3. Atlasy kostní zralosti
4. Stupnice pokročilosti pubertálních změn

Je potřeba pamatovat i na geneticky dané - zděděné faktory (inklinace k menší tělesné výšce čí vyšší hmotnosti po rodičích).

Antropometrické tabulky:

Zde jsou uvedeny normy pro vývoj výšky, hmotnosti, obvodu hrudníku. Vyznačený průměr v tabulkách odpovídá určitému věku. Jsou i jiné pomůcky pro lékaře, aby se jednoduše a rychleji orientovali. Například záznamní archy s růstovým grafem nebo růstové pravítko.

Tabulky normálního postupu prořezávání zubů:

Jsou sestavovány stomatology na základě hromadných vyšetření. Uvádí se zde stav chrupu, který odpovídá určitému věku dítěte.

Atlasy kostní zralosti:

Rentgenové snímky částí kostry. S těmito snímky se porovnává stav osifikace u zkoumaného dítěte, poté se stanoví jeho kostní věk. Používají se snímky ruky, kolenního, loketního kloubu atd.

Stupnice pokročilosti pubertálních změn:

Pro posouzení se prohlíží tělesné proporce, na nichž jsou změny nejnápadnější. Používají se pomůcky obrazové vzorkovnice, podle nichž se posuzuje například vývoj hrtanu u hochů, mléčné žlázy u dívek, stav ochlupení.

Až po prozkoumání všech těchto metod můžeme určit, jak probíhá tělesný vývoj dítěte. Velmi důležitá je pravidelná kontrola výšky, hmotnosti a obvodu hrudníku (Tabulka 1).

Tabulka 1 Průměrná výška, hmotnost, obvod hlavy v předškolním věku (CAV, 1991)

Věk (roky)	Výška (cm)		Hmotnost (kg)		Obvod hlavy (cm)	
	chlapci	dívky	chlapci	dívky	chlapci	dívky
4	104,1	103,4	17,1	16,6	50,8	49,9
5	111,9	111,2	19,5	19,0	51,5	50,4
6	118,6	117,9	22,1	21,6	52,0	50,9

1. 1. 2 Tělesného vývoje

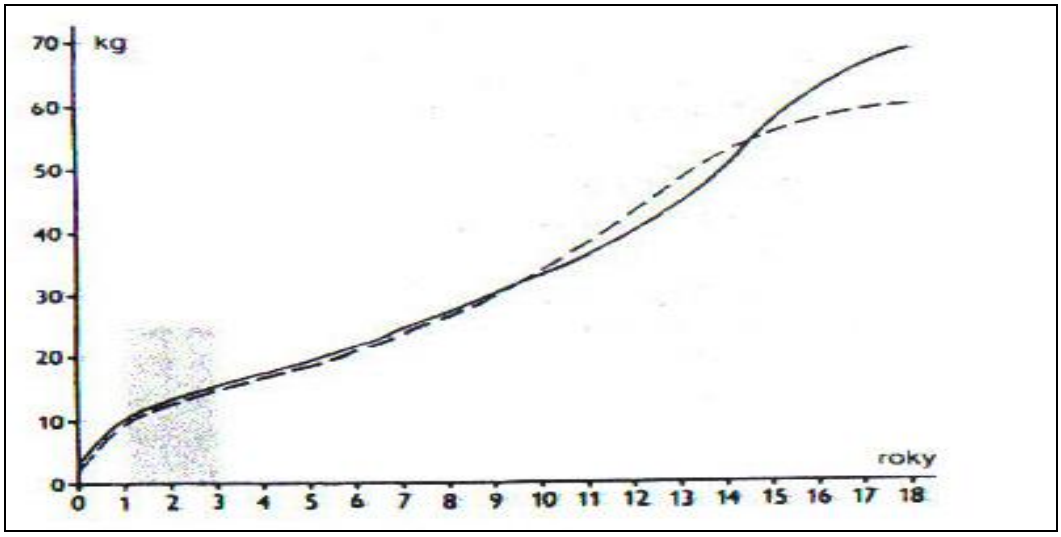
Předškolní věk trvá od začátku čtvrtého roku do konce šestého roku. Tělesný vývoj je pokročilý tak daleko, že se dítě samo pohybuje.

Duševní vývoj je pomalejší. Dítě má málo životních zkušeností. V tomto věku je dítě hodně zvídavé. Dochází často k úrazům (otravy, pády, úrazy při sportu, dopravní úrazy….). Hlavní činnost, kterou dítě v tomto věku využívá, je hra. Od čtvrtého roku i hry s pravidly. Dítě rozvíjí myšlení, paměť, představivost, řeč, hrubou i jemnou motoriku, ukázněnost, sebeovládání. V tomto věku dítě touží po společnosti druhých dětí a dospělých. Dítě je připraveno strávit část dne i mimo domov, např. v mateřské škole (Matějček, 2005).

Růst a proporcionality těla:

Na začátku čtvrtého roku nastává pomalé, plynulé a pravidelné růstové tempo, typické pro celé období předškolního věku, mladší školní věk až k začátku puberty. Roční přírůstky tělesné výšky se v průměru pohybují kolem 6 cm.

Hmotnost se zvyšuje o 2-3 kg za rok (obrázek). V šesti letech měří dítě asi 118 cm a váží zhruba 20 kg (Obrázek 2).

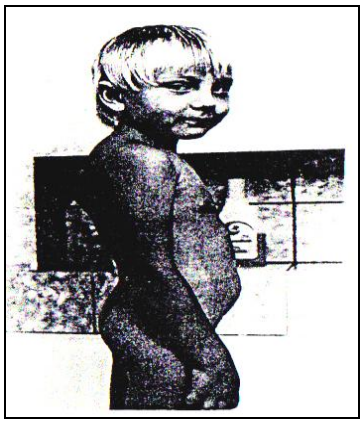


Obrázek 2 Průměrná hmotnost chlapců a dívek od narození do 18 let

Vysvětlivky: plná čára – chlapci, přerušovaná čára - dívky

Rozdíly ve výšce a hmotnosti mezi dívkami a chlapci jsou v předškolním věku velmi malé. V průměru chlapci bývají o 1cm vyšší a o 0,5kg těžší než dívky (Machová, 2002).

Na začátku předškolního věku typ postavy stejný jako u batolete. Dítě má krátké končetiny. Hlava je v porovnání s trupem stále relativně velká. Málo vyvinuté zádové a břišní svalstvo, proto pro postavu dítěte předškolního věku je typické, že lopatky odstupují a břicho vyčnívá dopředu (Machová, 2002), (Obrázek 3).



Obrázek 3 Postava předškolního dítěte

Vysvětlivky: odstálé lopatky, břicho vyčnívá dopředu

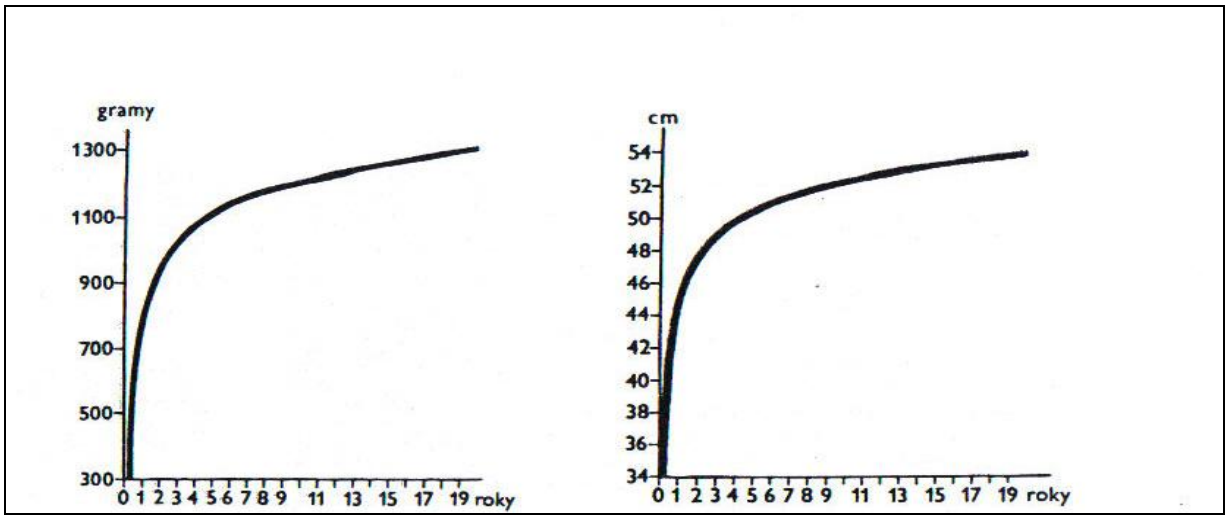
Podkožní tuková vrstva vyvinuta. Trup válcovitý bez zúžení v pase.
Období do šesti let se nazývá neutrální dětství, to znamená dětské tělo neutrální, ve stavbě kostry a svalstva nejsou ještě žádné rozdíly mezi dívkami a chlapci.

Přelom nastane mezi pátým a šestým rokem, kdy probíhá první proměna postavy. Jejím výsledkem jsou první proměny postavy, proporcí těla. Hlava roste pomaleji, u šestiletého dítěte tvoří jednu šestinu celkové tělesné výšky. Dochází ke ztenčování vrstvy podkožního tuku. Prodlužují se končetiny. Z období první tělesné plnosti se dítě v šesti letech dostává do období první vytáhlosti. Dítě začíná být štíhlejší, vytáhlejší. Změny proporcionality zjistíme Filipínskou mírou. Pokud to nedokáže pětileté dítě, výsledek je negativní. U šestiletého dítěte by měl být výsledek pozitivní, protože mezi pátým a šestým rokem dochází právě k proměně postavy a končetiny jsou delší.

S tělesnými změnami se mění i psychika dítěte. Ustupuje hravost. Někdy se období první proměny postavy nazývá období první puberty (Suchý, 1985).

Růst hlavy a mozku:

Mezi čtvrtým a pátým rokem dosáhne mozek i obvod hlavy 80% definitivní velikosti (Obrázek 4).



Obrázek 4 Zvětšování hmotnosti mozku od narození do začátku dospělosti (vlevo) a zvětšování obvodu hlavy od narození do začátku dospělosti (vpravo)

Vysvětlivky: růstové křivky

Prořezávání zubů druhé dentice:

Koncem předškolního věku začíná postupná výměna dočasného chrupu za trvalý = druhá dentice. První zuby druhé dentice se již objevují po pátém roce.

Lateralita:

Lateralita u dítěte je závislá na stupni vyzrávání centrálního nervového systému a jeho nervových drah. Lateralita ruky se začíná projevovat koncem prvního roku a až do pěti let u dětí kolísá (Machová, 2002).

1. 1. 3 Psychomotorický vývoj

Je odrazem dozrávání mozku. Myelinizace nervových drah v mozku končí ve 4,5 letech. Diferenciace vrstev mozkové kůry končí pátým rokem. Definitivní poměr velikostí mozkových laloků končí po sedmém roce. Od této doby začíná nejvyšší funkce vyšší nervové činnosti.

1. 1. 4 Motorický vývoj

Postupně se v předškolním věku začíná zdokonalovat hrubá motorika. Ke konci se zlepšuje i jemná motorika (práce rukou). Ve čtyřech letech by dítě mělo být schopno přeskakovat nízké překážky, jezdit na tříkolce. V období pátého a šestého roku by se mělo dítě oblékat, svlékat bez pomoci. Mělo by i obratně házet míčem, skákat a dopadat na špičky (Bednářová, 2007).

1. 1. 5 Psychický vývoj

Rozvíjí a rozšiřují se zkušenosti dítěte předškolního věku. Velmi se rozvíjí myšlení, paměť, řeč. Kolem čtvrtého roku se velmi vyvíjí fantazie dítěte. V předškolním věku dítě rádo kreslí. V kresbě se ukazuje úroveň pohybových schopností ruky, ale i psychický vývoj. V kresbě tříletého dítěte nelze rozeznat, co vyjadřuje. Ve čtyřech letech je kresba primitivním schématem nějaké věci. Dítě v kresbě člověka zachycuje hlavu, oči, ruce, nohy. V pěti letech dítě kreslí člověka už s trupem. Šestileté dítě postavu nakreslí ještě podrobněji.

Myšlení je spojeno s vnímáním, prožíváním, činností dítěte. Pětileté dítě rozezná rozdíl mezi kratším, delším, lehčí, těžší. Dokáže vyjmenovat čtyři základní barvy. Zná a umí říct, jak se jmenuje, kolik mu je let, kde bydlí.

Šestileté dítě rozezná pravou a levou stranu. Má větší trpělivost, vytrvalost, dokáže dokončit náročnější úkol.

Vývoj řeči:

Slovní zásoba se rozšiřuje velmi rychle, těžko lze spočítat slova, která dítě umí či zná. Pokud má dítě dostatek podnětů, dospělí mu trpělivě odpovídají na jeho otázky, řeč se rozvijí dobře.

Ve čtyřech letech dítě začíná mluvit delšími, složitějšími větami. Jsou zde ale děti, které ke konci předškolního věku nedovedou správně vyslovovat některé hlásky (r, ř…). Patlavost (dyslalie) je v předškolním věku považována za fyziologicky neustálenou, záleží na stupni zralosti mozku. Patlavost by měla být napravena před vstupem do školy (Bednářová, 2007; Machová, 2002).

Sociální vývoj a funkce rodiny:

Rodina je velmi důležité prostředí dítěte. Rodina se stará o uspokojování potřeb dítěte, formuje, vytváří jeho osobnost. V předškolním věku si dítě osvojuje základní vzorce chování. Dítě se postupně zapojuje do společnosti (socializace).

1. 1. 6 Školní zralost

V šesti letech by dítě mělo být připraveno na vstup do školy. Začátek školní docházky je velká životní změna. Dítě se musí přizpůsobit časovému rozvrhu, pevně stanovenému programu, kolektivu ostatních dětí a autoritě učitele.

Znaky zralosti pro školu:

Pro úspěšnost dítěte ve škole je důležitá zralost. Což znamená oblast tělesného, duševního, citového, sociálního vývoje.

Tělesná zralost:

- vyjádřena tělesnou výškou a hmotností
- není nejdůležitějším předpokladem
- menší výška, hmotnost mohou být vrozené
- u hodnocení tělesného vývoje záleží, zda proběhla první proměna postavy

Psychická zralost:

- úroveň myšlení, vnímání, vyjadřování

- dítě by si mělo všímat podrobností, uvědomovat si rozdíly ve velikosti, poznávat nové věci
- fantazie dítěte by měla začít ustupovat
- měl by se začít projevovat realistický přístup k věcem a jevům

Sociální zralost:

- dítě by mělo být hodně samostatné
- dítě by mělo umět trávit část dne od rodiny
- dítě by se mělo těšit na práci, pracovní výkon

Příčiny školní nezralosti:

Školní nezralost se vyskytuje v oblastech tělesného, duševního, sociálního vývoje.

Hlavní příčiny školní nezralosti:

- nedostatky v tělesném vývoji
- ranné poškození centrální nervové soustavy
- výrazné podprůměrné rozumové schopnosti až mentální retardace
- neurotický povahový vývoj
- nedostatky ve výchovném prostředí
- biologické oslabení, způsobené například předčasným narozením

(Andersonová, 2003; Bednářová 2007; Machová 2002)

1. 2 Pohybové schopnosti v předškolním věku

Dítě předškolního věku je charakterizováno vysokou, spontánní pohybovou aktivitou.

1. 2. 1 Pohybové schopnosti

Schopnost:

Profesor psychologie na Kalifornské univerzitě Schmidt (1991) stručně definuje schopnost (ability) jako trvalý převážně geneticky určený rys (vlastnost), který podkládá nebo podporuje různé druhy motorických a kognitivních aktivit. Konstatuje, že prostřednictvím schopností se vysvětluje individuální diference, tj. trvalé rozdíly mezi lidmi ve smyslu výkonnosti v různých činnostech, při plnění různých zadání. Všichni lidé mají všechny schopnosti, u některých osob jsou výraznější než u jiných (Měkota, 2005).

V antropomotorice se hlavní zájem koncentruje na schopnosti motorické (Měkota, 2005). Jedná se o obsáhlou a členitou třídu schopností, jež podmiňují (úspěšnou) činnost pohybovou, dosahování výkonů nejen ve sportu, v práci, tvorbě, kde pohyb je dominantní složkou.

Buton a Miller (1998): Motorické schopnosti jsou obecné rysy (vlastnosti) či kapacity, které podkládají výkonnost v řadě pohybových dovedností.

Profesor Čelikovský pohybovou schopnost rozumí dynamický komplex vybraných vlastností organismu člověka, integrovaných podle třídy pohybového úkolu a zajišťující jeho plnění (Měkota, 2005).

Motorické schopnosti jsou tedy obecné kapacity jedince, které se projevují ve výsledcích pohybové činnosti. Dítě s velmi dobrými motorickými schopnostmi na sebe upozorní neobvykle velkými, rychlými pokroky, jež dosahuje ve srovnání se svými vrstevníky.

Vývoj motorických schopností závisí na zrání organismu. Motorické schopnosti jsou ovlivněny aktivní pohybovou činností v dětství, pubertě, adolescenci nebo naopak mohou být ovlivněny neaktivní činností. Proces rozvíjení schopností je dlouhodobý a pozvolný (Měkota, 2005).

Dělení motorických schopností:

Tradiční dělení:

- Sílová schopnost (síla)
- Rychlostní schopnost (rychlost)
- Vytrvalostní schopnost (vytrvalost)
- Koordinační schopnost (koordinace)
- Kloubní pohyblivost, rovnováha

Dělení dle Měkoty a Novosada (2005):

- Kondiční schopnosti (vytrvalostní, silové, rychlostní)
- Koordinační schopnosti (orientační, diferenciační, reakční, rovnovážné)
- Hybridní schopnosti
- Flexibilita

1. 2. 2 Rozvoj pohybových schopností u dětí předškolního věku

Dítě v předškolním věku je citlivé na rozvoj komplexu rychlostních a koordinačních schopností. Silové schopnosti se začínají zvyšovat zráním svalového a kosterního aparátu (Perič, 2004). Vývoj pohybových schopností je závislý na tělesném růstu. Ten je během tohoto období většinou plynulý.

Toto období je vhodné pro vytváření koordinace jemného svalstva, vyžaduje se souhra percepce hrubé a jemné motoriky. Děti mladšího školního věku nemají schopnost rychle napodobovat pohyb a reprodukovat bezprostředně v komplexu smyslového myšlení. Proto je důležitá správná ukázka nacvičovaného pohybu.

Pohyby dítěte jsou rychlejší. Svalová síla je větší. Lepší koordinace pohybů celého těla. Děti předškolního věku mají velký zájem o pohybové hry, sportovní výkony, které vyžadují obratnost, vytrvalost, sílu (Langmeier, 1998).

Menší děti dobře snášejí intermitentní způsob tělesné zátěže (tj. intervalový trénink) s úseky zátěže a klidu do 30 sekund. Odpovídá to jejich podvědomému způsobu pohybové aktivity, které

jsou schopny provádět bez větší únavy dlouhé hodiny. Krátkodobá intenzivní zátěž s častými přestávkami odpovídá fyziologickým předpokladům dětského organismu. Tréninkem vzrůstá průtok krve svalem u dítěte dokonce několikrát více než u dospělého. Posilování svalstva trupu, páteře, zad je významnou prevencí vadného nebo chabého držení těla (Máček, 1997).

K dosud nedokončené osifikaci se dětem předškolního věku nedoporučují silová statická cvičení.

Tělesná zdatnost přispívá k fyzickému, emocionálnímu, intelektuálnímu vývoji dítěte. Zvyšuje jak jeho sebedůvěru, tak i sociální zkušenost.

K rozvoji pohybových schopností je důležité správné tělesné zatěžování (objem, intenzita, frekvence, složitost) v kombinaci s odpočinkem (délka a charakter). Tělesná cvičení by se měla zvyšovat postupně s ohledem na věk a zralost jedince. Další podmínkou pro správný rozvoj pohybových schopností je správná životospráva. U dětí předškolního věku volíme spíše cvičení krátká, jednoduchá, protože rychle klesá pozornost, soustředěnost.

1. 3 Motorické testy

Historie motorických testů sahá do roku 664 př.n.l., postupně se ale vyvíjely. Motorické testy většinou užívají učitelé, lékaři, trenéři.

Využití motorických testů má velké rozpětí například v tělovýchovném výzkumu, tělovýchovné praxi, při výběru sportovních talentů atd.

Důležitá validita a spolehlivost. Jsou dvě základní vlastnosti testů. S validitou souvisí pojem kritérium, k němuž se test vztahuje. Kritérium vyjadřuje přesně vymezený účel testování a přijaté měřítko toho, co se má měřit (testovat). Má podobu číselné proměnné veličiny.

Spolehlivost hovoří o „přesnosti“ testu (Měkota, 1983).

Všechny testy se nedají považovat za standardizované. Standardizované testy jsou takové, které mají vysokou validitu a spolehlivost, mají přesně stanovené podmínky, tzn. materiál, zaměření, popis testu.

Měkota zpracoval rozsáhlou publikaci, kde shrnul testy a poznatky do té doby známé. Popsal jednotlivé testy a rozdělil je do tří části (Měkota, 1983).

- Testování pohybových schopností
- Testování pohybových dovedností
- Testování jednotlivých testových baterií

Mnoho dalších autorů se zabývá ve svých publikacích motorickými testy, například Čelikovský (1990), Jacík (1985), Moravec (1996), Novosad (1986) atd.

1. 4 Monitorování environmentálních stimulů

Monitorování environmentálních stimulů budu provádět na základě dotazníků, které rozdám do mateřských škol. Zde se zaměřím na několik částí:

- materiální stimuly
- prostorové stimuly
- sociální stimuly
- dopravní stimuly.

Dotazníky budou jednak vyplněny školami, abych mohla mezi sebou porovnat různé mateřské školy a jejich vybavení. A jednak rodiči. Zde bych zkoumala a porovnávala rozdíly mezi jednotlivými dětmi z různých částí okolí a rozdíly mezi dívkami a chlapci.

2 Cíle, úkoly, problémové otázky

2. 1 Cíle práce

Hlavním cílem práce je zmapovat a vyhodnotit úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku v regionu Svitavsko.

Pohybové schopnosti budu posuzovat dle motorických testů. Použiji test pohybové způsobilosti od Jandy.

Dílčím cílem je posoudit úroveň těchto schopností vzhledem k environmentální stimulaci k pohybovým aktivitám dětí.

2. 2 Úkoly práce

Ze stanovených cílů vyplynuly následující úkoly:

1. Monitoring pohybových schopností chlapců a dívek výzkumného souboru.

2. Monitoring environmentální stimulace chlapců a dívek výzkumného souboru.

3. Zjištění údajů rodinné anamnézy.

4. Posouzení úrovně pohybových schopností, výzkumného souboru v kontextu s environmentální stimulace.

5. Posouzení úrovně pohybových schopností v kontextu rodinné anamnézy.

2. 3 Problémové otázky

Svým výzkumem a pozorováním se budu snažit odpovědět na následující problémové otázky:

Problémové otázky:

1. Bude sledovaný soubor vykazovat v úrovni vybraných pohybových schopností hodnoty odpovídající normě?

2. Nalezneme při srovnání těchto hodnot u dívek a chlapců rozdíly?

3. Budou zjištěny u dětí, vykazujících hodnoty v pásmu IV. (lehce opožděný) a V. (výrazně opožděný), nižší hodnoty, prostorové a dopravní stimulaci a ve stimulech sociálního začlenění?

3 Metodika práce

3. 1 Charakteristika výzkumného souboru

Výzkumný soubor tvořilo 32 dětí ze tří mateřských škol. Soubor byl tvořen 20 dívkami a 12 chlapci. Ve věkovém rozmezí 3 - 6 let. Výška chlapců se pohybovala od 95 cm do 120 cm. Výška dívek se pohybovala od 90 cm do 122 cm. Hmotnost chlapců byla od 14 - 26,5 kg. Hmotnost dívek byla 11 - 29,4 kg.

3. 2 Charakteristika environmentálních podmínek mateřských škol

Charakteristiku environmentálních podmínek mateřských škol jsem zjišťovala pomocí dotazníků, které mi škola vyplnila. Celkem jsem své pozorování nakonec zjišťovala jen na třech mateřských školách, protože z těch se mi vrátilo nejvíce dotazníků. Jedna mateřská škola bohužel neměla dostatek času (možná ani moc chuť se mnou spolupracovat), proto jsem je neoslovila.

Mateřská škola Karle

Tato malá školička leží v půvabné obci Karle, u pramene řeky Loučné. Škola je umístěna v pronajatých prostorách Obecního úřadu Karle, s bezbariérovým přístupem. Je to škola jednotřídní s kapacitou 25 dětí. Mají prostornou a dobře vybavenou zahradu, kterou v příznivém počasí velmi rádi využívají. Na zahradě je pískoviště, průlezky vyrobené ze dřeva, houpačky. Zahrada je veliká, prostorná pro proběhnutí a různé hry dětí. V nepříznivém počasí využívají upravené podkroví budovy Obecního úřadu, k různým aktivitám, hlavně ke cvičení. Do školy jezdí děti z přilehlých obcí: Trstěnice, Chmelík, Ostrý Kamen, Květná.

Školní vzdělávací program podle kterého se vzdělávají má název TO JE KRÁSNĚ NA SVĚTĚ.

Provoz školy zajišťují tři pracovníci, kteří se starají o pohodu a krásné prostředí pro děti. O spokojenost žaludků a bříšek se stará paní kuchařka, která je zároveň školnicí. Má své království, kde vaří obědy, připravuje svačinky. Kuchyň je nově vybavena dle hygienických předpisů.

Mateřská škola byla tento rok opravována. Je nově vybavená, zajišťuje dětem krásný prostor pro rozvoj. Při vstupu do objektu je šatna. Zde má každé dítě svoji poličku na oblečení, označenou obrázkem, aby si lépe pamatovalo svoje místo. Tento obrázek je jeho symbolem po celý pobyt ve škole. Vlevo od šatny je umývárna s umyvadly, toalety, toaleta pro učitele, úklidová místnost, sprcha. Vpravo od šatny je kuchyně „království paní kuchařky". Vedle kuchyně je vchod do herny, herna je propojena se třídou, kde se nacházejí stolečky se židličkami. Vše přizpůsobené velikosti dětí. Po stranách jsou skříně, kde mají uložené pomůcky k různým činnostem. Celá třída je vyzdobena dětskými obrázky, aby se zde děti cítily příjemně. V herně mají děti několik koutků, děvčata koutek kadeřnictví, kuchyňku. Chlapci zase autodráhu a prostor na hraní s auty.děti mají i ložnici, kde má každé dítě své lehátko k odpočinku. Vedle se nachází místnost neboli pracovna, kde sídlí paní ředitelka MŠ.

Škola je velmi pěkně materiálně vybavená. Kostky, hračky pro děti od kočárků po auta atd., různé didaktické pomůcky atd.

Mateřská škola Benátky

Tato škola se nachází v malé obci jménem Benátky. Zřizovatelem je Obecní úřad Benátky. Kapacita děti v mateřské škole je 20. Je to malá škola. Má svoji vlastní zahradu. Zahrada je bohatě vybavena pro aktivity dětí. Mateřské škola má dobré materiální vybavení. Je nově zrekonstruovaná. Škola během roku pořádá mnoho akcí pro děti:

- plavecký výcvik-

- divadelní představení (Litomyšl, Čistá)

- děti vystupují na veřejných akcích, besídky

- navštěvují exkurze, výlety atd.

V současné době v mateřské škole pracují dvě učitelky.

Mateřská škola Čistá

Tato mateřská škola se nachází mezi obcemi Trstěnice a Benátky, nedaleko města Litomyšl. Mateřská škola je součástí Základní školy Čistá. Mateřská škola je zřízena jako škola s celodenním provozem, s určenou dobou pobytu od 6:45- 16:30h. Vzdělávání v mateřské škole probíhá ve dvou třídách. První třída je přímo v budově MŠ, zde jsou zpravidla děti od 3 do 5 let. Druhá třída se nachází v budově Základní školy Čisté děti jen od 5 do 6 let. Kapacita mateřské školy je 35 dětí. Mateřská škola má svoji kuchyň, která je v přízemí budovy. Podmínky k pohybové aktivitě dětí jsou na dobré úrovni. Třída je prostorná s tělovýchovným koutkem (skluzavka, šplhací věž, ribstole, švédská bedna, trampolína, míče, apod.). Denně je v režimu školy zařazeno ranní cvičení, odpolední tělovýchovná chvilka. Jednou týdně děti mají tělesnou výchovu, kde využívají různé tělovýchovné nářadí. K pobytu venku je využívána školní zahrada, její údržbu provádí Obec Čistá. Je využíváno i okolí školy. Jsou zařazeny vycházky, krátké běhy, rychlá chůze. Pobyt venku je minimálně 2 hodiny denně.

Na odpoledne se děti z obou tříd většinou spojují do jedné třídy, přechod starších dětí z druhého oddělení ze ZŠ do MŠ.

Pro děti z prvního oddělení je místnost, kde se nacházejí lehátka k odpočinku. Pro děti starší z druhého oddělení se lehátka rozkládají ve třídě.

Mateřská škola má na zahradě svůj vlastní bazén, který v létě využívají ke koupání a otužování.

Škola je velmi pěkně materiálně vybavena. Je zde dostatek pomůcek pro rozvoj dětí, didaktické, sportovní náčiní atd.

3. 3 Rodinná anamnéza

Rodinnou anamnézu jsem sledovala a vyhodnocovala dle dotazníků, které jsem rozdala v mateřských školách. Rodiče je anonymně vyplnili. Dotazník byl zaměřen na matku, otce, podmínky dítěte (jak materiální tak prostorové atd.) Zjišťovala jsem jejich věk, vzdělání, profesy, účast v tělovýchově (dříve, nyní). Dále prostorové, materiální stimuly dítěte doma.

Dopravní stimuly (jak je dítě dopravováno do mateřské školy), sociální stimuly. Zjišťovala jsem, zda se děti již v mateřské škole účastní táborů.

V prostorových stimulech jsem zjišťovala, kde si vůbec dítě hraje (zahrada, balkon, dvůr, lesík, louka atd.) a také jak často si tam hraje (nikdy, někdy, často). Podle toho jsem pak vše vyhodnocovala.

V materiálních stimulech jsem zjišťovala, s čím si děti hrají, sportují (bicykl, švihadlo, kolečkové brusle, dětský bazén, domácí zvířátko atd.). Opět jsem se zaměřila, jak často náčiní využívají (nikdy, často).

Dopravní stimuly byly zaměřeny na cestu dětí do školy, ze školy.

Sociální začlenění se týkalo dětských skupin, kroužků, sportovních oddílů atd.).

Účast na táborech, zda se dítě účastní nebo ne.

3. 4 Výzkumné metody a techniky

S ohledem na cíle bakalářské práce byla zvolena metoda dotazování a posuzování. Environmentální stimuly byly zjištěny upravenou českou verzí dotazníku Environmental Srtimulus for Physical Activity (Renson & Vanreusel, 1990). Celkem bylo vydáno 60 kusů dotazníků, zpět bylo vráceno 32 kusů.

Pro posouzení komplexu vybraných pohybových schopností byl zvolen Test pohybové způsobilosti (Janda, 1981). Testování se zúčastnilo 32 dětí předškolního věku.

3. 4. 1 ESPA

Dotazník zaměřený na prostorové stimuly, materiální stimuly, dopravní stimuly, Stimuly sociálního začlenění, účast na táborech (příloha č.1).

3. 4. 2 Test pohybové způsobilosti (Janda, 1981)

Tento test byl vypracován na orientační posuzování pohybové způsobilosti (komplexu pohybových schopností) dětí od 3 do 12 let. Základem předpokládané orientační metodiky se

stala Motometrická škála Ozereckého (dále MŠO). MŠO byla upravena a doplněna úlohami z jednotlivých testů:

- Mimický test Kwinte
- Pohybový test Brace
- Tabulky psychomotorického vývoje od narození do 6 let

Nová metodika byla zpracována, aby sledování pohybové způsobilosti bylo co nejjednodušší a posuzování výsledků co nejobjektivnější.

Test pohybové způsobilost (dále TZP) vychází ze zhodnocení pohybových úkonů, odstupňovaných podle obtížnosti pro jednotlivé věkové kategorie, rozdělených, upřesněných podle šesti aspektů- tzn. pohybových komponent:

- Statická koordinace
- Dynamická koordinace rukou
- Celková dynamická koordinace
- Rychlost pohybu
- Současnost pohybu
- Mimika – souhyby

Na tomto základě se sleduje stav jednotlivých pohybových komponent (1. - 6.) a orientačně určíme stupeň pohybového vývoje (Janda, 1981).

4 Výsledky

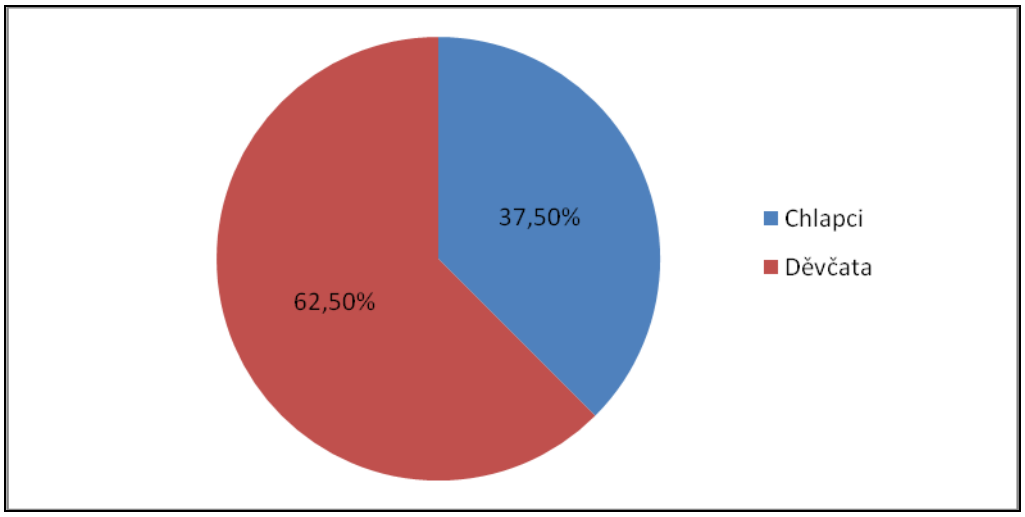
4.1 Základní údaje chlapci a děvčata

Pohlaví:

Celkem = 32 = 100%

Chlapci = 12 = 37,5%

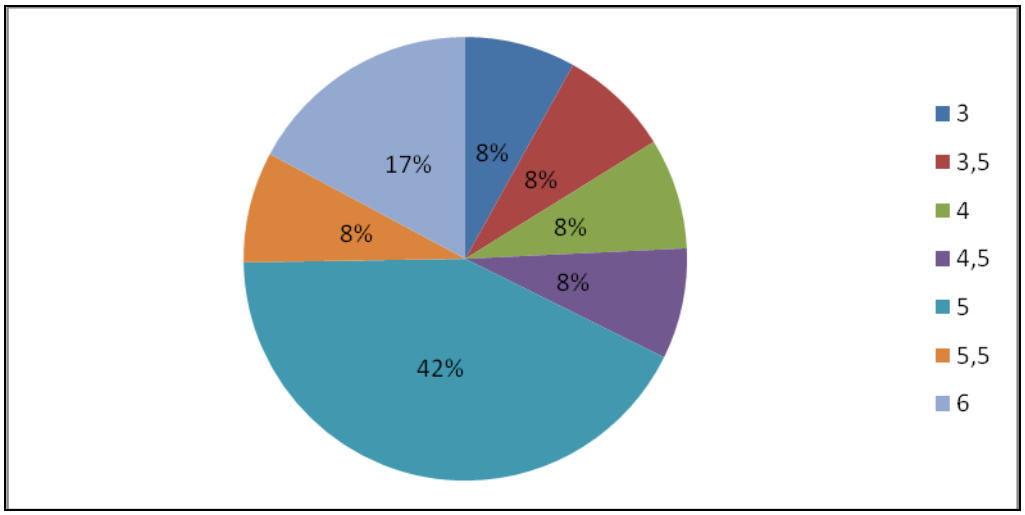
Děvčata = 20 = 62,5%



Obrázek 5 Chlapci, děvčata

Vysvětlivky: Chlapci – modrá barva, děvčata – červená barva

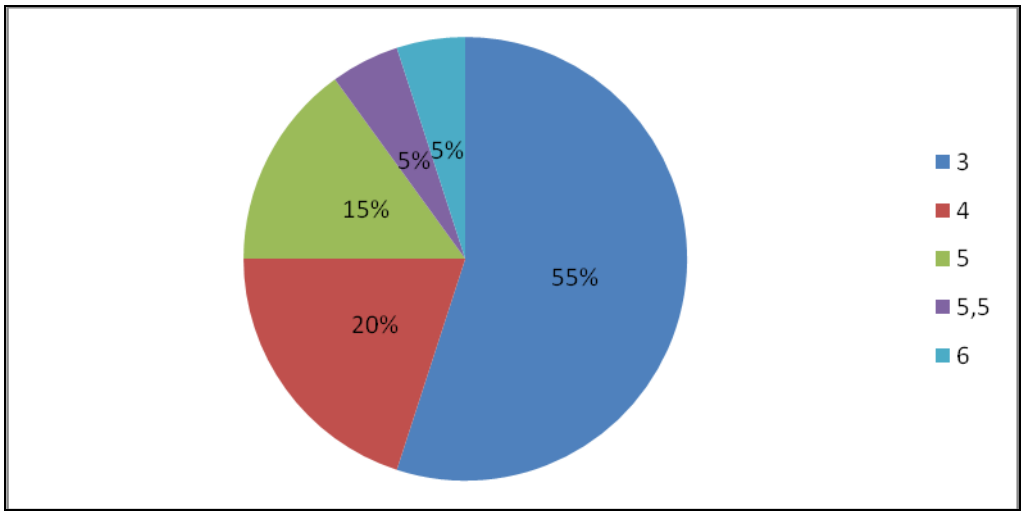
Z obrázku vyplývá, že ze tří mateřských škol, ve kterých jsem výzkum prováděla, byla převaha děvčat. Děvčata ve výzkumu tvořila 62,50% a chlapci 37,50%. Celkově ve všech mateřských školách měla převahu děvčata. Chlapců bylo méně. Z pohledu mého bych řekla, že je to tak na všech školách. Protože ve všech školách, co jsem během roku navštívila, měly vždycky více děvčat. Možná je to ročník, kdy se rodila převaha děvčat.



Obrázek 6 Věkové rozložení chlapci

Vysvětlivky: 3 letí chlapci – tmavě modrá barva, 3,5 letí chlapci – hnědá barva, atd.

Z obrázku plyne, že výzkumný soubor tvořilo nejvíce chlapců pětiletých. Pětiletí chlapci tvořili 42 %.

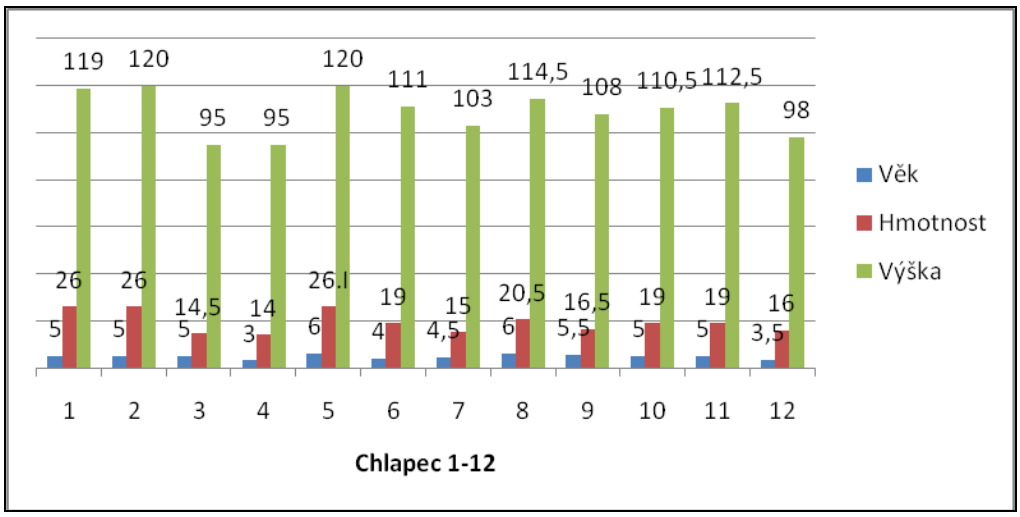


Obrázek 7 Věkové rozložení děvčata

Vysvětlivky: 3 letá děvčata - tmavě modrá barva, 4 letá děvčata – hnědá barva, atd.

Z obrázku plyne, že výzkumný soubor byl tvořen převahou tříletých děvčat. Tříletá děvčata tvořila 55 % výzkumného souboru.

4. 2 Věk, hmotnost, výška chlapců a dívek

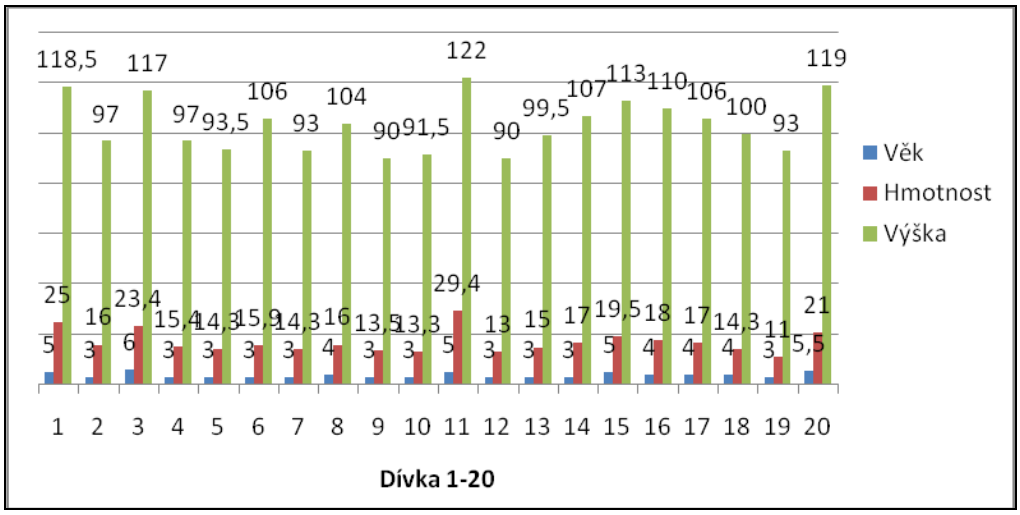


Obrázek 8 Věk, hmotnost, výška chlapci

Vysvětlivky: chlapec č. 1, modrá barva- věk, červená barva – hmotnost, zelená barva - výška, chlapec č. 2, modrá barva - věk, červená barva – hmotnost, zelená barva – výška atd.

Z obrázku vyplývá, že nejmladší chlapec měl 3 roky, měřil 95 centimetrů a vážil 14 kilogramů. Podle teoretických poznatků chlapcova výška, váha odpovídala jeho věku. Dítě ve třech letech by mělo vážit 13 – 16 kilogramů a měřit 90 – 96 centimetrů.

Nejstarší chlapci měli 6 roků, měřili 120, 114 centimetrů a vážili 26,5 a 20,5 kilogramů. Podle teoretických poznatků by to i celkem odpovídalo.



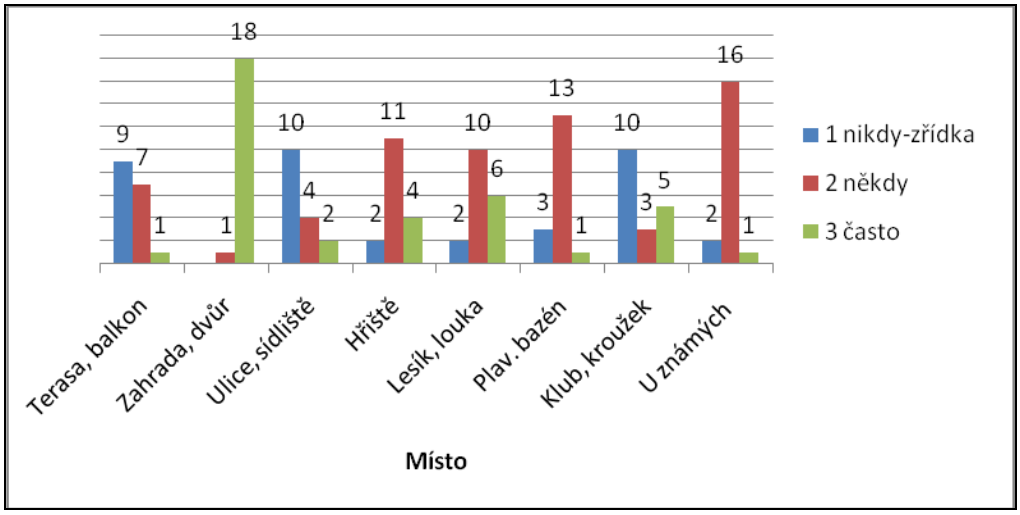
Obrázek 9 Věk, hmotnost, výška dívek

Vysvětlivky: Děvče č. 1, modrá barva – věk, červená barva – hmotnost, zelená barva – výška, děvče č. 2, modrá barva – věk, červená barva – hmotnost, zelená barva – výška atd.

Z obrázku plyne, že nejmladší děvčata měla 3 roky, jejich výšky se pohybovaly 90 – 97 centimetrů, váha 11 – 17 kilogramů. Zhruba by to odpovídalo vše až na jedno devče. Děvče měřilo 93 centimetrů, což by věku i odpovídalo, ale vážilo 11 kilogramů, což by podle knih mělo být aspoň o dvě kila více, ale myslím, že děvče bylo velmi šikovné, dobře vyvinuté. Bylo hodně pohyblivé, což mohlo mít na její váhu také vliv.

Nejstarší děvče mělo 6 roků a měřilo 23,4 kilogramů. Což by opět odpovídalo podle zjišťovaných teoretických údajů.

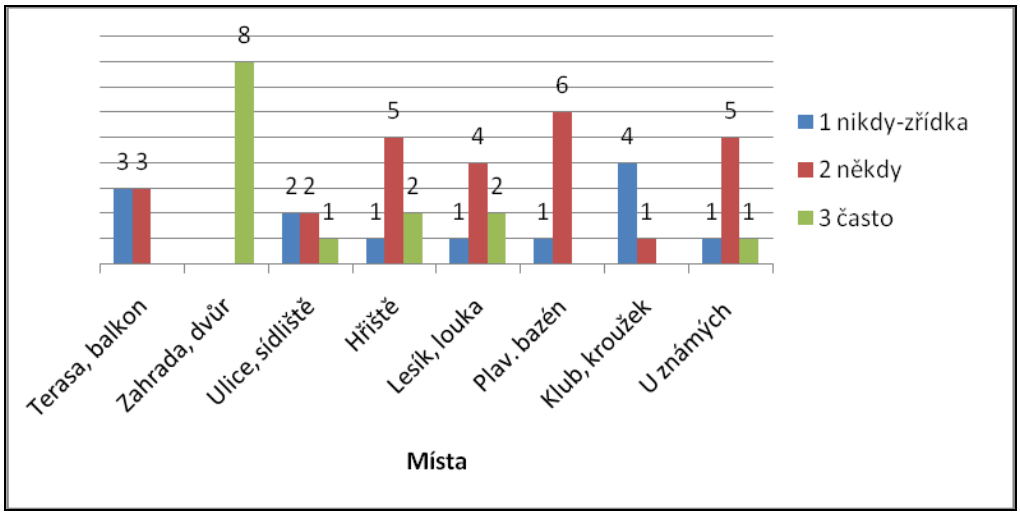
4. 3 Vyhodnocení stimulace k pohybové aktivitě



Obrázek 10 Kde si děti hrají při činnostech doma (MŠ Karle)

Vysvětlivky: Terasa, balkon- počet dětí, modrá barva – nikdy, zřídka, červená barva někdy, zelená barva často, atd.

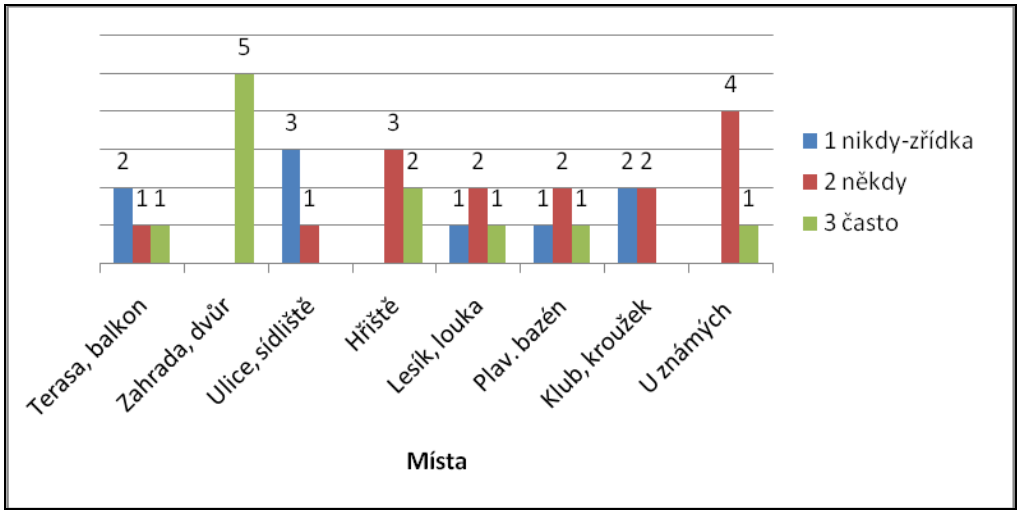
Z obrázku plyne, že děti z Mateřské školy Karle nejvíce doma využívají ke hraní zahradu a dvůr. Což si myslím na vesnici docela i odpovídá. Většina dětí bydlí ve vlastním domě, kde mají velkou zahradu. Zde se děti mohou proběhnout, využít čerstvý vzduch v přírodě na vesnici.



Obrázek 11 Kde si děti hrají při činnostech doma (MŠ Čistá)

Vysvětlivky: Terasa, balkon- počet dětí, modrá barva – nikdy, zřídka, červená barva někdy, zelená barva často, atd.

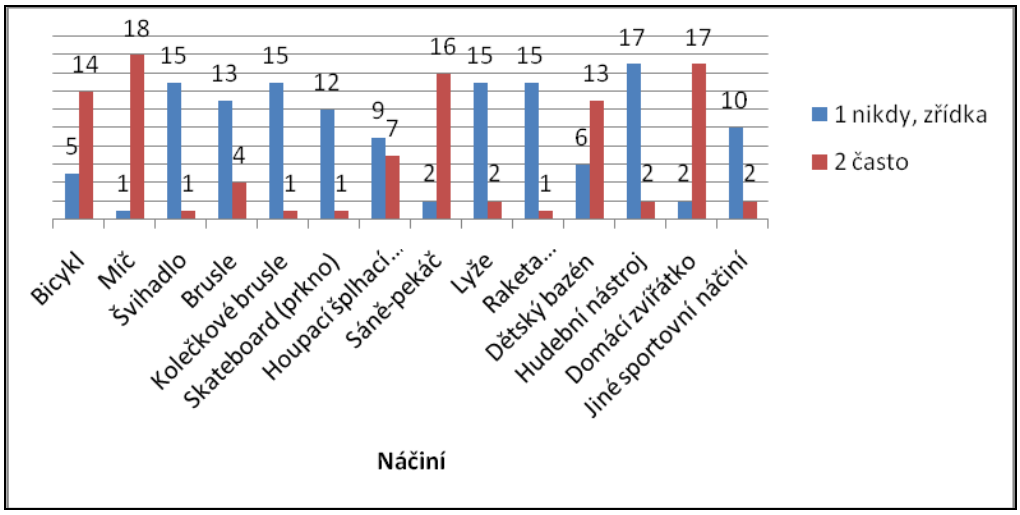
Z obrázku vyplývá, že děti z mateřské školy Čistá doma nejvíce využívají zahradu, dvůr. Myslím, že podle polohy vesnice by mohly i více využívat louku či hřiště, které zde mají.



Obrázek 12 Kde si děti hrají při činnostech doma (MŠ Benátky)

Vysvětlivky: Terasa, balkon- počet dětí, modrá barva – nikdy, zřídka, červená barva někdy, zelená barva často, atd.

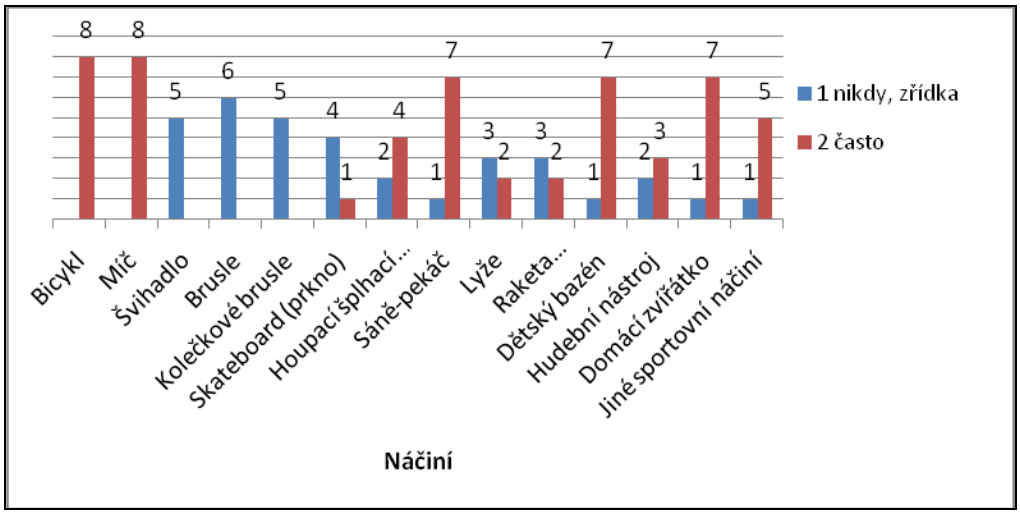
Z obrázku plyne, že děti z mateřské školy Benátky nejvíce ke hraní doma opět využívají zahradu, dvůr. Někdy využívají hraní i u známých, což je podle mě dobré pro děti. Děti chodí do kolektivu mezi ostatní kamarády. Učí se spolupracovat a vycházet s ostatními dětmi.



Obrázek 13 S čím si děti hrají doma (MŠ Karle)

Vysvětlivky: Bicykl- počet dětí, modrá barva – nikdy, zřídka, červená barva - často

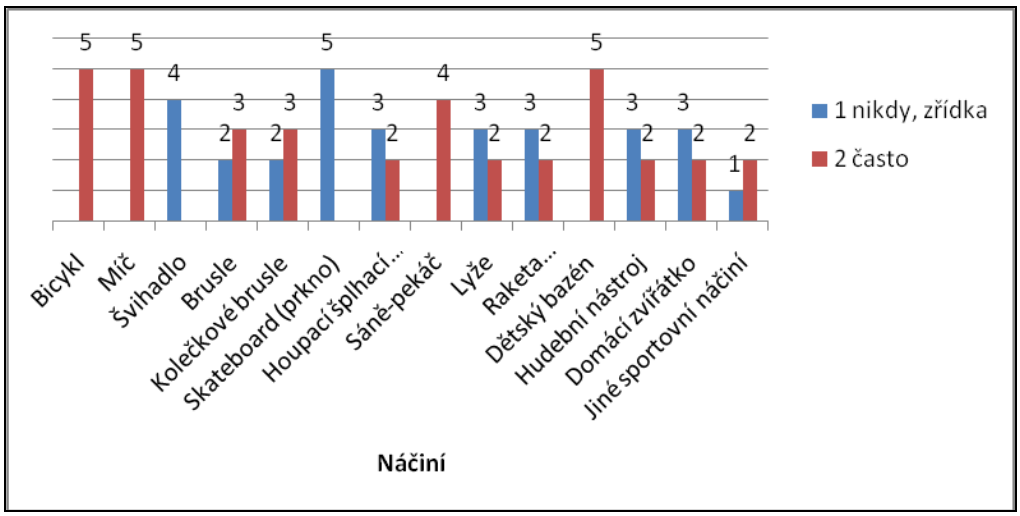
Z obrázku vyplývá, že děti z mateřské školy Karle nejvíce ke hraní doma využívají míč, domácí zvířátko, saně, pekáč, bicykl. Tyto věci má určitě každá domácnost s dětmi. Jsou pro děti dobré k rozvoji a pohybu. Domácí zvířátka na vesnici využije určitě každé dítě. Děti, kterých jsem se v této školce dotazovala, zda mají zvířátko, většinou mi odpověděly ano. Nejvíce odpovědí byl pes, kočka, králík. Dále si myslím, že by v této vesnici šly požívat brusle, což ale pro některé děti může být už složitější a náročnější. Ale ty starší děti by s rodiči určitě mohly využít upravené asfaltové cesty na bruslení.



Obrázek 14 S čím si děti hrají doma (MŠ Čistá)

Vysvětlivky: Bicykl- počet dětí, modrá barva – nikdy, zřídka, červená barva - často

Z obrázku vyplývá, že děti z mateřské školy Čistá ke hraní doma nejvíce využívají bicykl, míč, saně, pekáč, dětský bazén, domácí zvířátko.



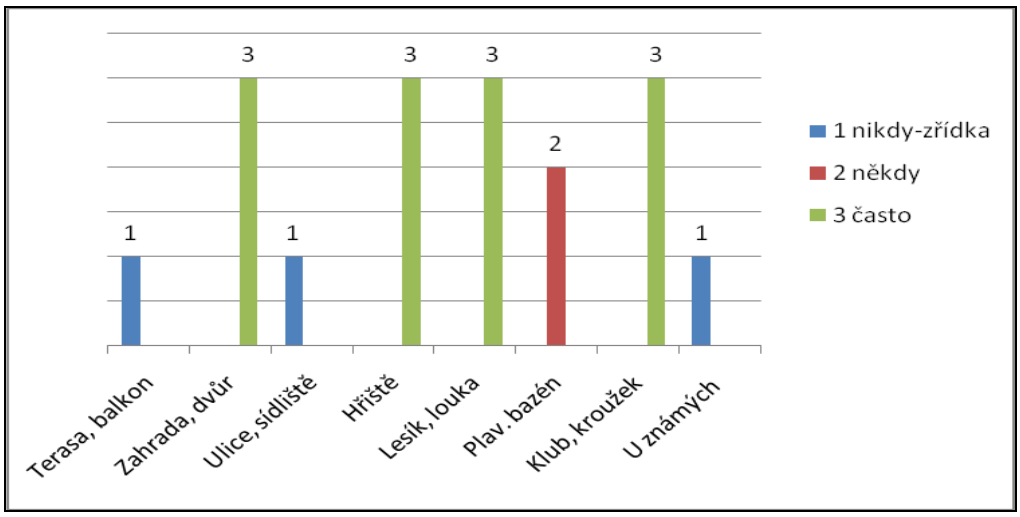
Obrázek 15 S čím si děti hrají doma (MŠ Benátky)

Vysvětlivky: Bicykl- počet dětí, modrá barva – nikdy, zřídka, červená barva - často

Z obrázku vyplývá, že děti z mateřské školy Benátky ke hraní doma nejvíce využívají bicykl, míč, dětský bazén. Opět vyšly podobné výsledky jako u předchozích mateřských škol. Podle

mého názoru na vesnici je to takové optimální. Většina dětí si na zahradě hraje s balonem nebo jezdí na kole či využívají bazén, který mají opět na zahradách u domů. Možná bych ještě doporučila začít u děti ve školce s používáním lyží. I když opět to může pro některé děti být náročné, jak finančně, tak pohybově.

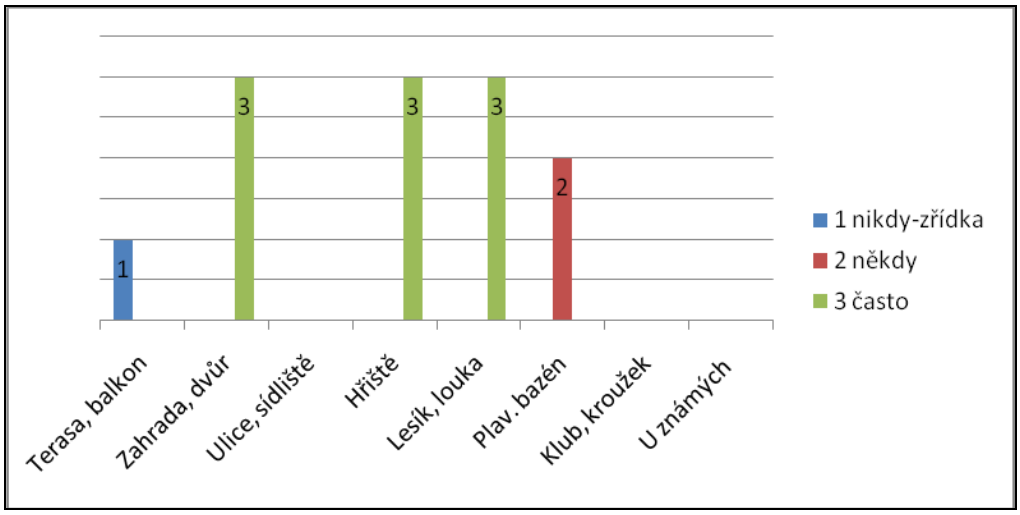
4. 4 Vyhodnocení stimulů v mateřských školách



Obrázek 16 Kde si děti hrají při činnostech ve škole (MŠ Karle)

Vysvětlivky: Terasa, balkon – využití - 1 modrá barva - nikdy, zřídka, 2 červená barva – někdy, 3 zelená barva – často, zahrada, dvůr – 1 modrá barva - nikdy, zřídka, 2 červená barva – někdy, 3 zelená barva – často, atd.

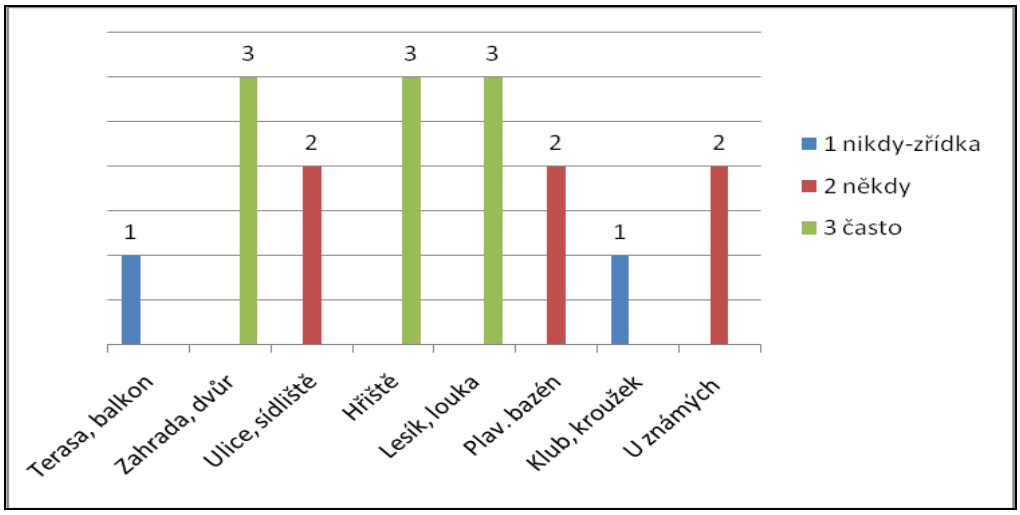
Mateřská škola Karle využívá nejvíce k pohybu dětí zahradu, hřiště, lesík, louku, klub, kroužek. Podle zjišťovaných věcí kolem mateřské školy výsledky vyšly odpovídající dané mateřské škole. Škola má nádhernou, prostornou a nově vybavenou zahradu. Na zahradě jsou dřevěné průlezky, houpačky, chaloupka pro hraní dětí. V létě slouží ke schování před sluníčkem. Zahrada je využívána jako hřiště pro děti z obce. Obec dětem dokoupila i trampolínu, takže děti z mateřské školy ji využívají k pohybu. Kolem mateřské školy jsou louky, kde se děti mohou proběhnout, když jsou na procházce. Ve škole jsou vedeny kroužky flétny a angličtiny.



Obrázek 17 Kde si děti hrají při činnostech ve škole (Čistá)

Vysvětlivky: Terasa, balkon – využití - 1 modrá barva - nikdy, zřídka, 2 červená barva – někdy, 3 zelená barva – často, zahrada, dvůr – 1 modrá barva - nikdy, zřídka, 2 červená barva – někdy, 3 zelená barva – často, atd.

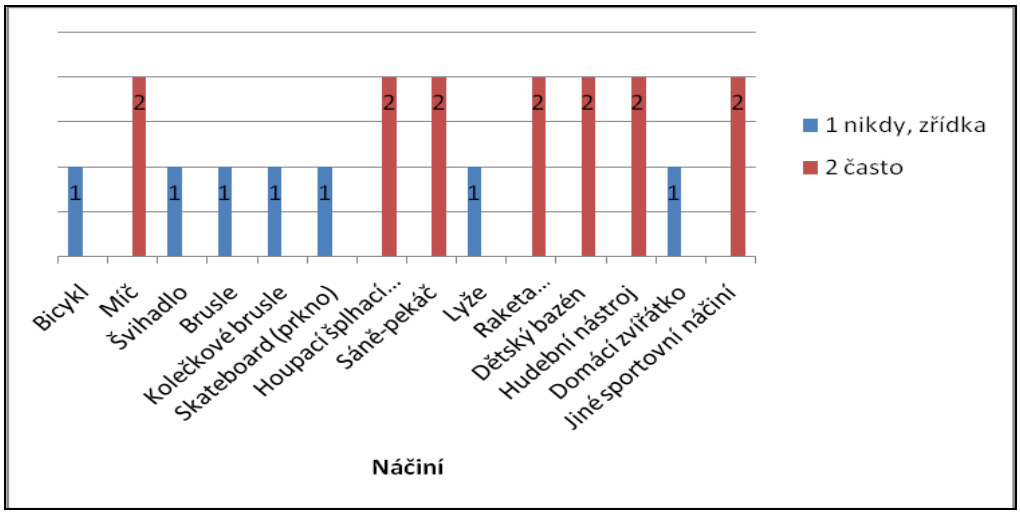
Mateřská škola Čistá využívá podle průzkumu nejvíce zahradu, hřiště, lesík, louku. Zahradu má tato mateřská škola krásně upravenou a přizpůsobenou pobytu dětí. Průlezky, pískoviště, pomůcky pro děti. Na zahradě mají i svůj bazén, který v létě využívají. Podle výsledků se vlastně můžeme přesvědčit, že plavecký bazén využívají někdy. Klub, kroužek nevyužívají vůbec, což je docela škoda. Myslím, že by určitě šlo v rámci mateřské školy vytvořit nějaký kroužek pro děti. Například keramický kroužek nebo flétnu, či nějaký pohybový kroužek.



Obrázek 18 Kde si děti hrají při činnostech ve škole (Benátky)

Vysvětlivky: Terasa, balkon – využití - 1 modrá barva - nikdy, zřídka, 2 červená barva – někdy, 3 zelená barva – často, zahrada, dvůr – 1 modrá barva - nikdy, zřídka, 2 červená barva – někdy, 3 zelená barva – často, atd.

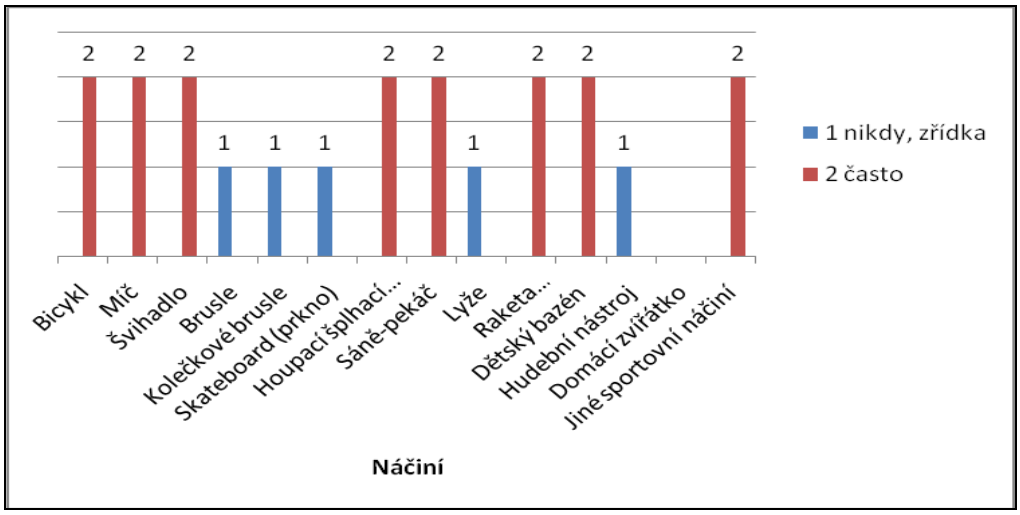
Mateřská škola Benátky nejvíce ke svému hraní využívá zahradu, hřiště, lesík, louku. Tato mateřská škola má krásnou zahradu hned vedle mateřské školy. Na zahradě mají krásně malovanou perníkovou chaloupku, kde ukládají hračky či pomůcky k pohybu venku. Na zahradě mají ovocné stromy a na podzim zde s dětmi sbírají jablíčka. Děti se o zahradu učí starat. Uklízejí větvičky ze stromů, když se ořezávají atd. Možná bych doporučila využívat více i plavecký bazén, protože mateřská škola se nachází kousek od města Litomyšl, kde je krytý i nekrytý plavecký bazén.



Obrázek 19 S čím si děti hrají v mateřské škole (Karle)

Vysvětlivky: Bicykl – 1 nikdy, zřídka – modrá barva, 2 často – červená barva, míč– 1 nikdy, zřídka – modrá barva, 2 často – červená barva, atd.

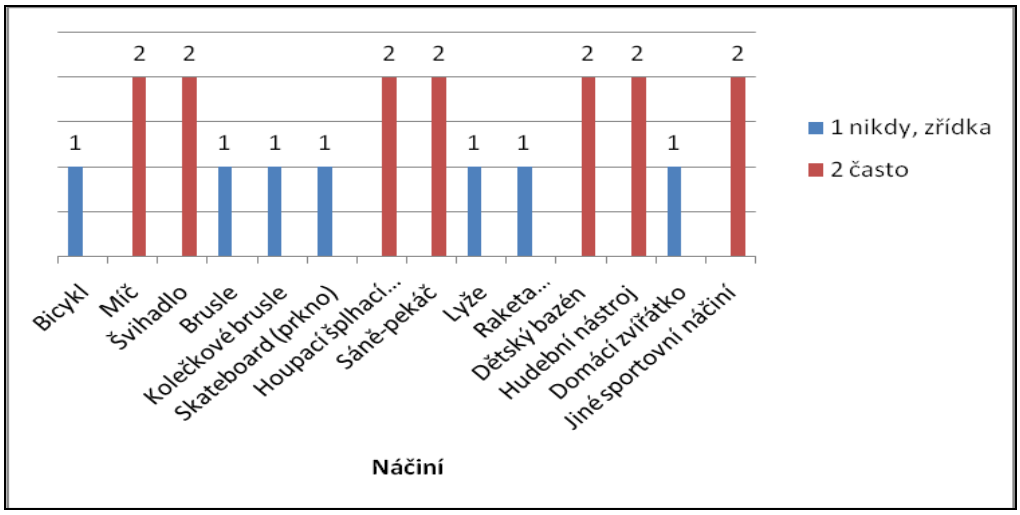
Z obrázku plyne, že mateřská škola Karle nejvíce využívá ke hraní míč, saně, pekáč, raketu, hudební nástroj, jiné sportovní náčiní. Mezi jiné sportovní náčiní mateřská škola zařazuje trampolinu, kterou mají na zahradě. Saně a pekáč využívají v zimním období velmi často, protože jsou v obci dobré podmínky pro saňkování (kopce).



Obrázek 20 S čím si děti hrají ve škole (Čistá)

Vysvětlivky: Bicykl – 1 nikdy, zřídka – modrá barva, 2 často – červená barva, míč– 1 nikdy, zřídka – modrá barva, 2 často – červená barva, atd.

Z obrázku plyne, že mateřská škola Čistá nejvíce využívá bicykl, míč, saně, pekáč, dětský bazén, jiné sportovní náčiní. Mezi bicykl mateřská škola zařazuje koloběžky, tříkolky, které mají ve vybavení. S dětmi pořádají na podzim cyklistické závody. Každé dítě přijede v daný den do školy na kole či tříkolce, podle toho, co jim rodiče dovolí. Pak mají zábavný den zaměřený na dopravu, bezpečnost atd. Mateřská škola má svůj vlastní bazén, který v letním počasí využívají ke koupání.

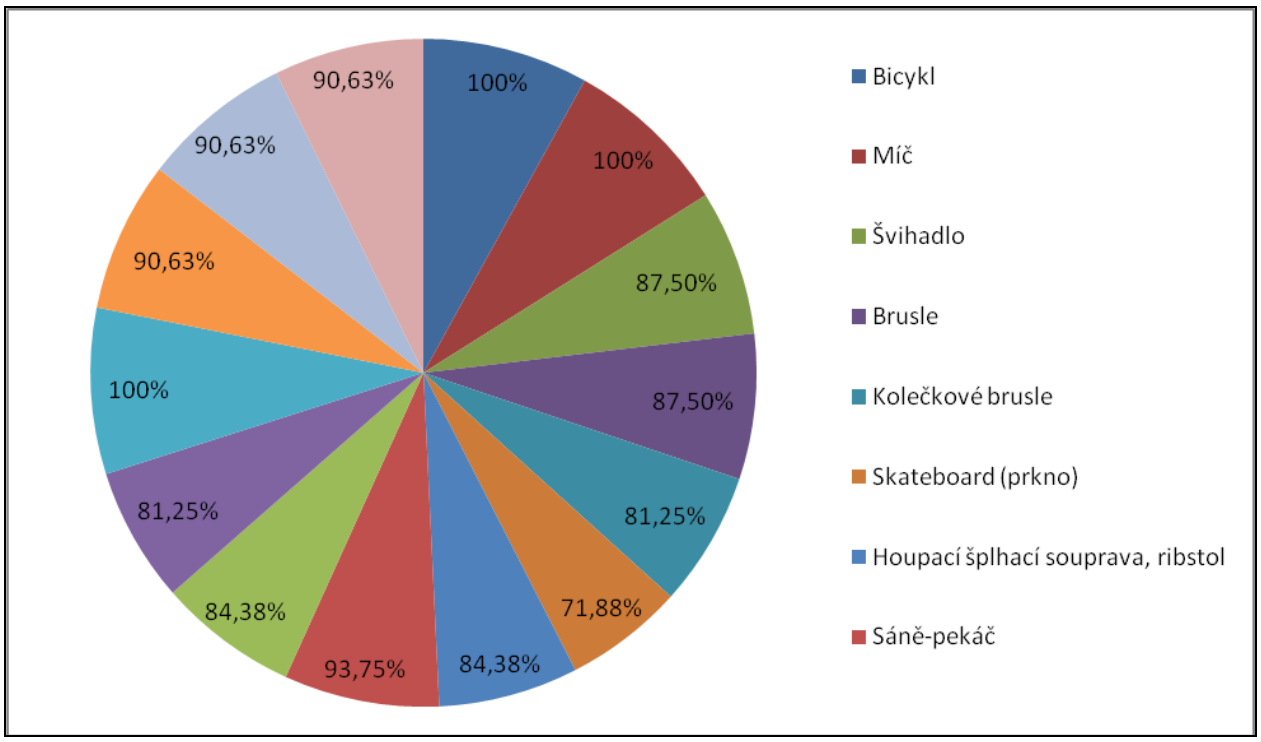


Obrázek 21 S čím si děti hrají ve škole (Benátky)

Vysvětlivky: Bicykl – 1 nikdy, zřídka – modrá barva, 2 často – červená barva, míč– 1 nikdy, zřídka – modrá barva, 2 často – červená barva, atd.

Z obrázku plyne, že mateřská škola Benátky využívá nejvíce míč, švihadlo, saně, pekáč, dětský bazén, hudební nástroj, jiné sportovní náčiní. U školy mě velmi zaujalo, jak využívají hudební nástroje. Mají vyrobené své vlastní nástroje, které si děti s pomocí paní učitelek vyrábějí. Potom s nástroji pracují, učí se písničky atd.

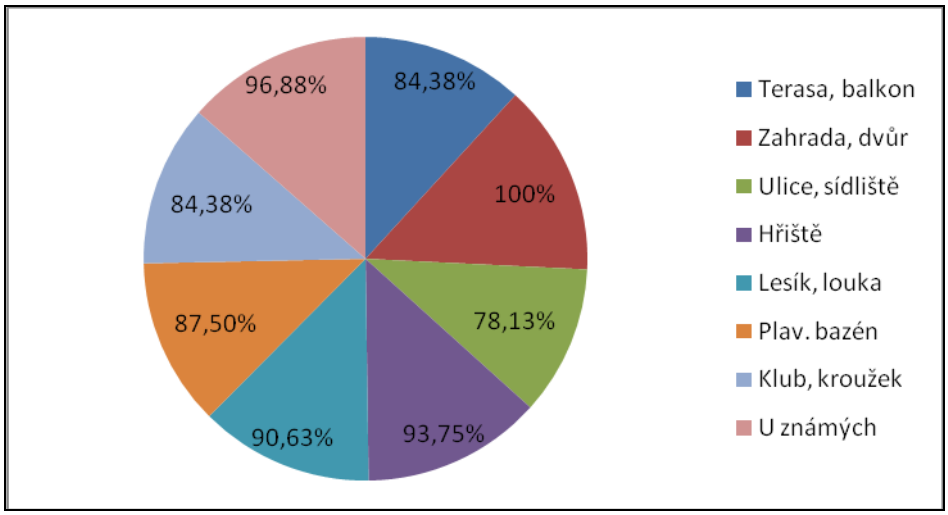
4. 5 Porovnání stimulů všech dětí doma



Obrázek 22 Využití materiálních stimulů všech dětí doma

Vysvětlivky: Bicykl- tmavě modrá barva, počet procent využití, míč – hnědá barva, počet procent využití atd.

Z obrázku plyne, že děti ke hraní doma nejvíce využívají bicykl, míč, kolečkové brusle.



Obrázek 23 Využití prostorových stimulů všech dětí doma

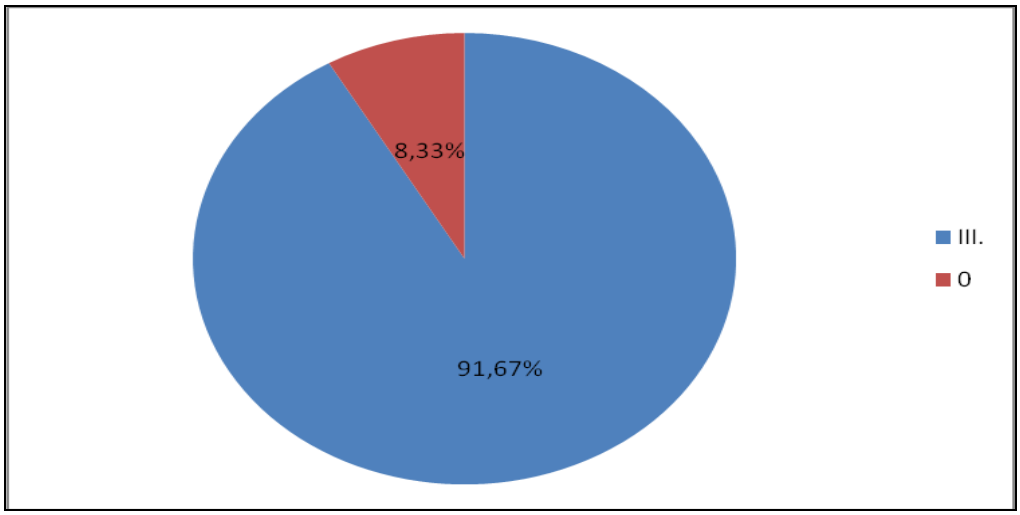
Vysvětlivky: Terasa, balkon – tmavě modrá barva, počet procent využití, zahrada, dvůr – hnědá barva, počet procent využití atd.

Z obrázku plyne, že děti k prostorové stimulaci doma nejvíce využívají zahradu, dvůr. Což na vesnici podle mého názoru odpovídá. Většina dětí bydlejí s rodiči ve vlastním domě s velkou zahradou, kde mají prostor pro proběhnutí a hraní.

4. 6 Vyhodnocení úrovně komplexu pohybových schopností

Tabulka 2 Stupeň pohybového vývoje

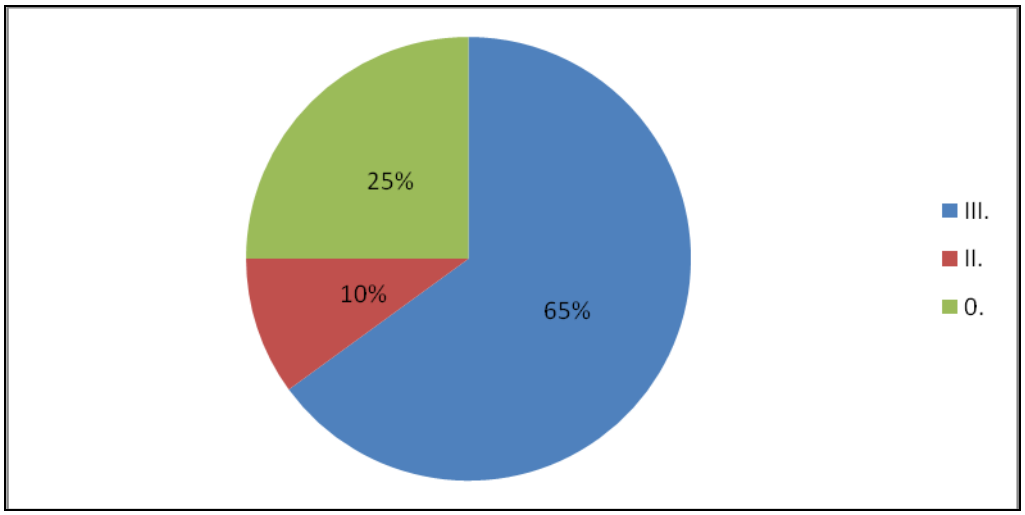
Stupeň pohybového vývoje
I. Pásmo: výrazně urychlený
II. Pásmo: lehce urychlený
III. Pásmo: průměrný
IV. Pásmo: lehce opožděný
V. Pásmo: výrazně opožděný



Obrázek 24 Stupeň pohybového vývoje chlapci

Vysvětlivky: III. – průměrný stupeň, modrá barva, 0 – normální vývoj hnědá barva.

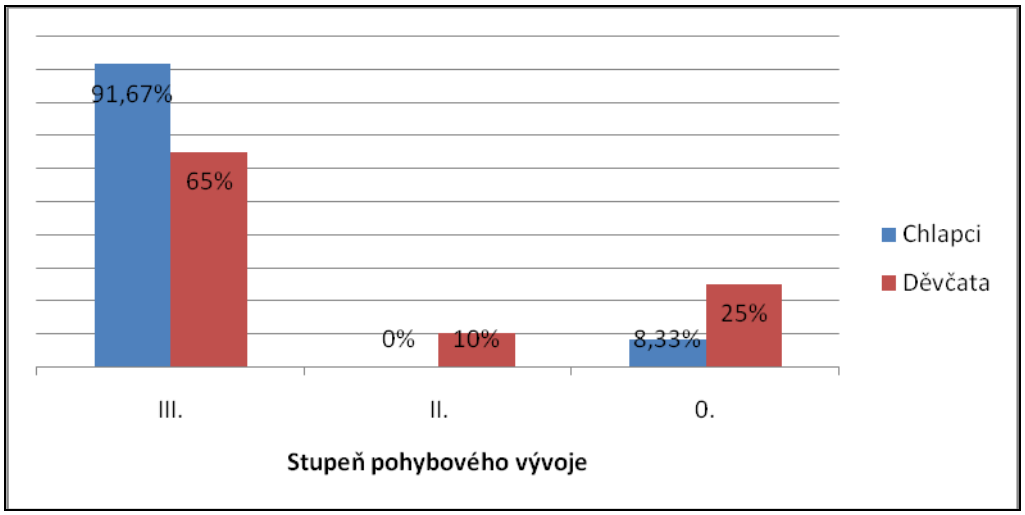
Z obrázku plyne, že většina chlapců se umístila ve třetí skupině. Výsledek byl průměr. Z dvanácti chlapců jedenáct. Chlapcům dělal hodně problém plnění úkolu tlesknout za zády při výskoku, navinout nit na ukazováček, aniž by se změnilo tempo obou pohybů po 15 s. Jinak si myslím úkoly zvládali bez problémů. Chlapci byli snaživí, úkoly chtěli plnit i další. Pro některé chlapce byly některé úkoly až moc jednoduché podle mého názoru. Někteří byli rychlí a vše měli hned splněné. Třeba stoj na špičkách ruce podél těla mi přišlo pro ně až moc jednoduché. Záleží, ale na tom, kdo jak má rozvinutou jemnou či hrubou motoriku.



Obrázek 25 Stupeň pohybového vývoje děvčata

Vysvětlivky: III. – průměrný stupeň, modrá barva, II. – lehce urychlený stupeň, hnědá barva, 0. – normální vývoj, zelená barva

Z obrázku plyne, že nejvíce děvčat se umístilo ve třetím stupni pohybového vývoje z dvaceti děvčat třináct skončilo ve třetí skupině. Devčatům, která plnila úkoly tříletých dětí dělal problém zapnout knoflíky do 2 min, zde záleží hodně na rozvoji jemné motoriky. Dále děvčatům která plnila úkoly tříletých nešel úkol stisknutí silně ruky, aniž by dělala grimasy či jiné souhyby, vždy se u toho začla nějak tvářit nebo dělat pohyby. Jinak si myslím děvčata úkoly plnila s nadšením jako chlapci. Většinou hned pochopila zadaný úkol a vše splnily.



Obrázek 26 Výsledky pohybového vývoje chlapců a dívek

Vysvětlivky: III. – stupeň pohybového vývoje, modrá barva chlapci, počet procent, červená barva děvčata – počet procent, II. – stupeň pohybového vývoje, modrá barva chlapci, počet procent, červená barva děvčata, počet procent, atd.

Z obrázku plyne, že mezi chlapci a děvčaty nebyly rozdíly. Všem vycházely výsledky III. stupeň pohybového vývoje, což je průměr a nebo 0. což je normální vývoj dítěte. Mezi devčaty byla dvě, která měla skupinu pohybového vývoje II. lehce urychlený, obě tyto děvčata byly šikovná a úkoly plnily rychle a bystře. Na svůj věk zvládaly mnoho věcí. Zkusila jsem jim dat úkoly i jiné na vše reagovaly bystře a rychle. U plnění všech těchto úkolů záleží hodně na rozvoji jak jemné, tak hrubé motoriky. Myslím, že na to mělo vliv i prostředí a celková atmosféra mateřských škol.

5 Závěry

Cílem práce bylo zmapovat a vyhodnotit úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku v regionu Svitavsko.

Dílčím cílem bylo posoudit úroveň těchto pohybových schopností vzhledem k environmentální stimulaci k pohybovým aktivitám dětí.

Ze stanovených cílů vyplynuly následující úkoly:

- Monitoring pohybových schopností chlapců a dívek výzkumného souboru.
- Monitoring environmentální stimulace chlapců a dívek výzkumného souboru.
- Zjištění údajů rodinné anamnézy.
- Posouzení úrovně pohybových schopností, výzkumného souboru v kontextu s environmentální stimulací.
- Posouzení úrovně pohybových schopností v kontextu rodinné anamnézy.

Výzkumu se zúčastnilo 32 dětí ze tří mateřských škol (Karle, Čistá, Benátky). Výzkum tvořilo 20 děvčat a 12 chlapců.

Na základě výsledků můžeme konstatovat, že sledovaný soubor vykazoval úroveň pohybových schopností ve III. pásmu pohybového vývoje. III. pásmo je průměr pohybových schopností, což tvořila většina dětí z výzkumného souboru. Z celkového počtu chlapců se jedenáct umístilo ve III. pásmu. Z celkového počtu děvčat se třináct umístilo ve III. pásmu. V normě se umístil jeden chlapec a pět děvčat. Dvě děvčata se umístila v pásmu II. lehce urychlený. Žádné z děvčat ani chlapců se neumístili v pásmu I, IV, V.

Mezi chlapci a děvčaty jsem nesledovala při plnění úkolů nějak veliké rozdíly. Všichni je plnili s nadšením a radostí.

K materiální stimulaci doma (S čím si děti hrají) nejvíce děti využívají bicykl, míč, saně, pekáč, domácí zvířátko.

K prostorové stimulaci doma (Kde si děti hrají) nejvíce využívají zahradu, dvůr, lesík, louku, u známých.

K materiální stimulaci ve škole nejvíce využívají školy míč, saně, pekáč, dětský bazén, hudební nástroj.

K prostorové stimulaci ve škole nejvíce školy využívají zahradu, hřiště, lesík, louku. Někdy využívají plavecký bazén. Moc nevyužívají kroužek, kromě mateřské školy Karle. Možná bych doporučila založit nějaký kroužek v mateřské škole například keramika, zpívání, pohybová chvilka atd.

K dopravní stimulaci se většina dětí do mateřských škol dopravuje autem nebo pěšky.

Táborů se neúčastní žádné dítě z mého výzkumného souboru. Což si myslím je docela odpovídající.

Děti v mateřských školách ještě nevydrží trávit dlouhý čas mimo domov.

Ve výzkumu rodinné anamnézy jsem zjistila, že povolání rodičů je velmi rozmanité. Věk rodičů se pohyboval od 21 – 45.

6 Souhrn

Tématem bakalářské práce je Úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku regionu Svitavsko.

Záměrem je zmapovat a vyhodnotit úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku.

Bakalářská práce je rozdělena na několik kapitol a podkapitol.

První kapitola je přehled poznatků. Věnuje se charakteristice věkové skupiny předškolní věk. Tato kapitola je rozdělena na několik podkapitol, ve kterých jsou sepsané teoretické poznatky k vývoji dítěte předškolního věku. Nejprve je tam obecně shrnut předškolní věk. Dále pokračuji kapitolami:

- Tělesný vývoj, jaké změny nastávají u dítěte předškolního věku (růst, proporcionalita, lateralita atd.)
- Psychomotorický vývoj, který je odrazem dozrávání mozku.
- Motorický vývoj, který je velmi důležitý v předškolním věku. Zdokonaluje se hrubá motorika a ke konci i jemná motorika (práce rukou).
- Psychický vývoj v tomto období se nejvíce rozvíjí myšlení, paměť, řeč.
- Školní zralost v této podkapitole jsou sepsané znaky školní zralosti (tělesná zralost, psychická zralost, sociální zralost), dále jsou tam sepsané příčiny školní nezralosti např. nedostatek v tělesné zralosti, poškození centrální nervové soustavy atd.

Další kapitola je zaměřena na pohybové schopnosti v předškolním věku. Dítě předškolního věku je charakterizováno vysokou, spontánní pohybovou aktivitou. Tato kapitola je rozdělena na podkapitoly:

- Pohybové schopnosti, zde je teoreticky popsané, co je to pohybová schopnost. Dělení pohybových schopností (silová, vytrvalostní, rychlostní, koordinační, kloubní pohyblivost, rovnováha)
- Rozvoj pohybových schopností u dětí předškolního věku jak správně rozvíjet pohybové schopnosti vzhledem k danému věku, abychom děti nepřetěžovali.

Další kapitola motorické testy, zde je popsaná ve stručnosti historie, která spadá do roku 644 př.n. l. Využití motorických testů, které slouží jak učitelům, lékařům, trenérům.

Poslední podkapitolu v této části tvoří monitorování environmentálních stimul, které jsem prováděla na základě dotazníků. Se zaměřením na materiální, prostorové stimuly, dopravní.

Druhou kapitolu tvoří cíle práce, úkoly, problémové otázky. Hlavní cíl práce souvisí s názvem zmapování a vyhodnocování pohybových schopností dětí předškolního věku v regionu Svitavsko. K tomuto jsem využila test pohybové způsobilosti od Jandy. Dílčím cílem v této části je posoudit úroveň těchto schopností vzhledem k environmentální stimulaci, zda má na to vliv či ne. Úkoly práce byly:

- Sestavení výzkumného souboru
- Monitoring pohybových schopností u chlapců a dívek výzkumného souboru
- Monitoring environmentální stimulace chlapců a dívek výzkumného souboru
- Zjištění údajů rodinné anamnézy
- Posouzení úrovně pohybových schopností v kontextu rodinné anamnézy

Problémové otázky, které vyplynuly z úkolů jsou tři.

Další kapitola je metodika práce. Tato kapitola je rozdělena na podkapitoly:

- Charakteristika výzkumného souboru. Soubor byl tvořen 32 dětmi. Dvanáct chlapců, dvacet dívek. Děti byly ze tří mateřských škol. Děti jsem při tomto vážila a měřila. U chlapců se míry pohybovaly 95 - 120 centimetrů, váha 14 – 26,5 kilogramů. U dívek to bylo 90- 122 centimetrů, váha 11- 29,4 kilogramů.
- Charakteristika mateřských škol. V této podkapitole jsou shrnuty podmínky mateřských škol ke vzdělávání a rozvoji dětí.
- Rodinná anamnéza, anamnéza byla sestavena na základě dotazníků, které mi rodiče anonymně vyplnili (věk, vzdělání atd.).
- Výzkumné metody a techniky, které byly použity ESPA, Test pohybové způsobilosti

Další kapitola jsou výsledky, v této kapitole se nachází grafy, tabulky, vše co mi vyplynulo z daného pozorování a průzkumu.

Následuje závěr, literatura, přílohy, anotace.

V práci jsem dospěla k tomu, že jsem se snažila splnit cíl práce. Cílem bylo zmapovat úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku region Svitavsko. Vyplynuly mi úkoly, které jsem splnila na základě toho mohu konstatovat, že pohybové schopnosti chlapců a dívek, které se

účastnily daného výzkumu dopadly dobře. Většina dětí se umístila ve III. skupině, což je průměr.U děvčat se dvě vyskytla ve II. skupině, což je lehce urychlený vývoj. Děvčata byly šikovné. Byly aktivní, se vším mi chtěly pomoci. Na úkoly reagovaly rychle a správně. A pět děvčat mi vyšlo v normě. Což si myslím je normální vývoj na dobré úrovni. Nepozorovala jsem nějaký špatný rozvoj. U chlapců byly výsledky podobné, ze dvanácti jich je jedenáct v III. skupině a jeden v normě. Mezi děvčaty a chlapci jsem nepozorovala nějaké velké rozdíly. Chlapci občas pomaleji reagovali na zadaný úkol, ale jinak si myslím všichni reagovali nastejno. Úkoly plnili s nadšením, radostí.

Vzhledem k materiální stimulaci mi z dotazníků vyplynulo, že doma nejvíce děti využívají bicykl, míč, dětský bazén. V prostorové stimulaci doma nejvíce využívají zahradu, dvůr, lesík, louku. Což si myslím je u dětí na vesnici dobrý předpoklad ke zdravému rozvoji. Povolání rodičů většinou rozmanité (zedník, elektrikář, učitelka, učitel, technik, cukrářka atd.). Věk rodičů se pohyboval od 21- 45.

7 Summary

The theme of my thesis is the standard of physical abilities of preschool children in the region of Svitavy, Eastern Bohemia.

The target is to map and evaluate the level of physical abilities of preschool children.

The work is divided into several chapters and subchapters.

The first chapter is a summary of my findings. It deals with characteristics of the age group - preschoolers.

This chapter has a few subchapters that include theoretical findings about the development of a preschool child. First, there is the preschool age generally, followed by chapters:

- Physical development – the coming changes by a preschool child (growth, proportions, laterality,etc..)
- Psychomotorical development – shows the maturing of the brain.
- Motorical development – very important in preschool age. Gradual refining of the motorical abilities and eventual fine motorics (work of hands)
- Psychological development - shows the development of thinking, memory and speach by the preschoolers
- Readiness for school – this chapter lists the characteristics of readiness for school (physical, psychological and social maturity) and also the reasons for not being ready for school, (eg. physical inmaturity, damages of the Central nervous system).

The next chapter is focused onto movement and motion abilities of the preschool age. The preschool child is characterised as having high, spontaneous movement ability.This chapter contains following subchapters:

- Movement abilities - description of movement ability in theory. Division of movement ability (power, endure, speed, coordination, flexibility of the joints, balance)
- Development of movement abilities by preschool children – how to motivate the children correctly to develop these abilities considering their age, so as not to overload them.

Further chapter Motorical tests is a description of brief historical events dating back to the year 644 before Christ. The motorical tests are used by teachers, doctors, coaches etc.

The last subchapter of this part shows the monitoring of enviromental stimulations. There I have used questionaires, with focus on material, transport and open space stimulants.

The second part of my work is a composition of goals, tasks and problematic issues.
The main purpose of it is to establish the standard and evaluate the motion and movement abilities of preschool children in the Svitavy region.
I have used the motion capability test by Janda. One part of this is to evaluace the standard of these abilities with focus on enviromental stimulations and if and how much these influence the children. The tasks were as follows:

- Establishing of the researched group
- Monitoring of motion abilities of boys and girl of the researched group
- Monitoring of enviromental stimulations on boys and girl of the researched group
- Find out facts about the family anamnesis
- Evaluate the standard sof motion abilities in context of the family anamnesis

There are three outcoming problematic questions.

The next chapter describes the methodics of the work. It is again divided into subchapters:

- Characteristics of the researched group. The group included 32 children, 12 boys and 20 girls.They came from 3 different nursery schools. I have weighed and measured the children. The boys height ranged from 90 to 120 centimetres, the weght from 14 to 26,5 kilogramms. The girls height was from 90 to 122 centimetres, the weight from 11 – 29,4 kilogramms.
- Characteristics of the nursery schools. It is a summary of conditions that the schools have to educate and help develop the children
- Family anamnesis. This anamnesis was completed according to questionnaires used and completed anonymously by the parents (age, education, etc..).
- The methods and technics used in the research ESPA, movement ability test.

The next chapter includes the outcome – results, graphs, charts – all what came out of my research and study.

Conclusion of my research, literature, enclosures and annotation chapters follow.

In my research I have tried to fulfil my goal.This was to map the standard of movement abilities of preschool children in the Svitavy region.

I have worked through the tasks that came out of this research. On this basis I can state that the standards of movement abilities of boys and girls in this group came out alright.

Most of the children fit in the III. level, that means average.Two of the girls fit in the II.level which is lightly above average. The girls I have generally found talented and skillful.

They were active and eager to help. They also reacted quickly and correctly on tasks given.

Five girls came out in norm.I think that this is a good level of normal development.I have not really noticed any negative development. The boys results were similar. Eleven of twelve of them fit in the III.level and one was in norm. I have not noticed any significant differences between boys and girls either. The boys reacted sometime a bit slower on tasks given but all the children were eager and enjoyed the tasks.

From the questionnaires completed by the parents I have found out that on the side of material stimulation the children use at home mainly bicycles,balls, in summer children swimming pools. In the open space stimulation they use gardens, yards, forests, meadows. I believe that those are ideal enviromental conditions for healthy child´s development in the country.

The parents were of different professions (bricklayer, electrician, teacher, technician, baker etc.). The age of the parents ranged from 24 to 50 years old.

8 Literatura

1. ANDERSONOVÁ, J. aj. *Dobrý start do školy.* 2. vydání. Praha: Portál, 1994. 115s. ISBN 80-85282-92-5.

2. BEDNÁŘOVÁ J., ŠMARDOVÁ V. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 1.vydání. Brno: Computer Press, 2007. 212 s. ISBN 978-80-251-1829-0.

2. DVOŘÁKOVÁ, H. *Základní motorika.* Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2006. 44s. ISBN 80-7290-259-8.

3. DYLEVSKÝ, I, *Somatologie.* 2. vydání. Olomouc: Epava, 2000. 480s. ISBN 80-86297-05-5.

4. HOLOUŠOVÁ, D. aj. *Jak psát diplomové a závěrečné práce*. 2. vydání. Olomouc: PdF Univerzity Palackého, 2008. 117 s. ISBN 80-244-1237-3.

5. HUČÍNOVÁ, H. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let/ Anne Bacus.* 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 176s. ISBN 80-7178-862-7.

6. JANDA, F. *Hygiena dětí a dorostu.* Praha: Avicenum, 1981. 318s.

7. KUTÁLKOVÁ, D. *Jak připravit dítě do 1. třídy.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing a.s., 2005. 168s. ISBN 80-247-1040-4.

8. LANGMEIER, J. *Vývojová psychologie.* 3. vydaní. Praha: Grada, 1998. 343 s. ISBN 80-7169-195-X.

9. MÁČEK, M., MÁČKOVÁ, J. *Fyziologie tělesných cvičení.* 1.vydání . Brno: MU v Brně, 1997. 112 s. ISBN 80-210-1604-3.

10. MACHOVÁ, J. *Biologie člověka pro učitele.* 1. vydání. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2002. 269 s. ISBN 80-7184-867-0.

11. MATĚJČEK, Z. *Prvních šest let ve vývoji dítěte.* 1. vydání. Praha: Grada Publishing a.s., 2005. 184s. ISBN 80- 247-0870-1.

12. MĚKOTA, K. aj. *Motorické testy.* 1. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1983. 336s. ISBN 14-467-83.

13. MĚKOTA, K., NOVOSAD, J. *Motorické schopnosti*. 1. vydání, Olomouc, 2005. 175s. ISBN 80-244-0981-X.

14. PERIČ, T. *Sportovní příprava dětí.* 2. vydání, Praha: Grada, 2008, 192s. ISBN 978-80-247-2643-4.

15. RENSON, R., VANREUSEL, B. *Growth and Fitness of Flemisch Girls. The Sociocultural and Physical Activity Inventories. Champaign: Human Kinetics,* 1990

16. SUCHÝ, J. aj. *Biologie dítěte pro pedagogické fakulty*. 4. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství n. p., 1985. 190s. SPN 66-03-16/4.

17. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří.* 1. vydání. Praha: Portál 2000. 522s. ISBN 80-7178-308-0.

9 Přílohy

Seznam příloh:

1. Dotazník

2. Test pohybové způsobilosti

3. Tabulka věk a povolání rodičů

Příloha 1

DOTAZNÍK PRO RODIČE

MATKA
Věk:.....
Vzdělání (prosím zakroužkujte) : 1.ZŠ 2.OU 3.SŠ 4.VŠ
Profese:.....
Účast matky v tělovýchově (prosím zakroužkujte):
Dříve:
1-žádná 2-rekreační 3-závodní=krajská soutěž
4-závodní=liga 5- závodní=reprezentace
Nyní:
1-žádná 2-rekreační 3-závodní=krajská soutěž
4-závodní=liga 5- závodní=reprezentace

OTEC
Věk:.....
Vzdělání (prosím zakroužkujte) : 1.ZŠ 2.OU 3.SŠ 4.VŠ
Profese:.....
Účast otce v tělovýchově (prosím zakroužkujte):
Dříve:
1-žádná 2-rekreační 3-závodní=krajská soutěž
4-závodní=liga 5- závodní=reprezentace
Nyní:
1-žádná 2-rekreační 3-závodní=krajská soutěž
4-závodní=liga 5- závodní=reprezentace

JINÍ (vyplňte v případě, kdy dítě vychovává jiná osoba):
Věk:...
Vzdělání (prosím zakroužkujte) : 1.ZŠ 2.OU 3.SŠ 4.VŠ
Profese:.....
Účast v tělovýchově (prosím zakroužkujte):
Dříve:
1-žádná 2-rekreační 3-závodní=krajská soutěž
4-závodní=liga 5- závodní=reprezentace
Nyní:
1-žádná 2-rekreační 3-závodní=krajská soutěž
4-závodní=liga 5- závodní=reprezentace

PROSTOROVÉ STIMULY (prostorová stimulace pro hru)

Dotazník "Kde si hraji a sportuji"

\+ když jsem doma RODIČE

x když jsem ve škole ŠKOLA

	1 nikdy - zřídka	2 někdy	3 často
terasa, balkon			
zahrada, dvůr			
ulice, sídliště			
hřiště			
lesík, louka			
plav. bazén			
klub, kroužek			
u známých			

SKÓROVÁNÍ: minimálně 8, maximálně 24 bodů pro každou oblast

+, x

MATERIÁLNÍ STIMULY

Dotazník "S čím si hraji a sportuji"

+ když jsem doma RODIČE

x když jsem ve škole ŠKOLA

	1 nikdy, zřídka	2 často
bicykl		
míč		
švihadlo		
brusle		
kolečkové brusle		
skateboard (prkno)		
houpací - šplhací souprava, ribstol		
sáně - pekáč		
lyže		
raketa (badminton, tenis, stolní tenis)		
dětský bazén		
hudební nástroj		
domácí zvířátko		
jiné sportovní náčiní		

SKÓROVÁNÍ: minimálně 14, maximálně 28 bodů pro každou oblast

+, x

DOPRAVNÍ STIMULY (cesta do školy, zařízení a zpět)

Dotazník "Jak se dostanu do školy"

(zakroužkuj, jak se nejčastěji dostaneš do školy)

1 vozím se autem (cca doba)

2 jezdím tramvají, autobusem apod. (cca doba)

3 chodím pěšky

4 jezdím na kole

SKÓROVÁNÍ: 1 - 4 body

STIMULY SOCIÁLNÍHO ZAČLENĚNÍ

Dotazník "Kde mám kamarády"

(týká se členství dětských skupin, kroužků nebo sport. oddílů zakroužkuj, co je pravda)

1 nikdy nebyl členem ničeho

2 částečný člen dětské organizace

3 částečný člen sportovního kroužku (klubu)

4 stálý člen dětské organizace

5 stálý člen sportovního klubu

6 stálý člen několika dětských organizací

7 stálý člen několika sportovních klubů

8 stálý člen dětských organizací i sportovních klubů

SKÓROVÁNÍ: od 1 do 8 bodů

ÚČAST NA TÁBORECH

Dotazník "Na táboře"

(týká se běžných táborů a sportovních soustředění - zakroužkuj, co je pravda)

1 nikdy se nezúčastnil žádného

2 účast na dětském táboře

3 účast na sportovním táboře (soustředění)

4 účast jak na dětských, tak sportovních

SKÓROVÁNÍ: 1 - 4 body

Příloha 2

Tabulka 12. Přehled úloh pro jednotlivé věkové kategorie

Pohybová komponenta	2 roky	3 roky	4 roky	5 let
I. statická koordinace	sed na bobku, ruce vbok*	stoj v předklonu, ruce vzad, hlava zvednuta*	stoj na špičkách, ruce podél těla*	stoj na jedné noze*
II. dynamická koordinace rukou	čmárá a tužku drží mezi prsty (ne v pěsti)	střídavé dotyky špičky nosu ukazováčkem, oči zavřeny	stočení papírku (čtverec 5×5 cm) do kuličky pravou rukou do 15 s, levou do 20 s	projet tužkou dva labyrinty, nejvýše 4 chyby, do 90 s
III. celková dynamická koordinace	chůze ze schodů bez držení, nohy nemusí střídat, jen přikračuje	rychlé poskoky snožmo (nejméně 8) po 5 s	Dívky: skákat po jedné noze 5 m Chlapci: přeskočit snožmo šňůru 20 cm nad zemí (doskok snožmo)	tlesknout za zády při výskoku
IV. rychlost pohybu ruky	postavení věže ze 6 kostek do 2 min	Dívky: zapnout 4 knoflíky do 2 min Chlapci: postavit věž z 9 kostek do 2 min	vložit do krabičky nejméně 20 mincí (50hal) do 15 s	navinout na cívku 2 m nitě do 20 s
V. současnost pohybu	rytmické střídavé kývání rukama podél těla (jako při chůzi), tělo v klidu, po 10 s	kroužení rukama v protisměru před tělem po 10 s	vkládání zápalek do krabičky oběma rukama najednou; každou rukou nejméně 5 zápalek za 20 s	za chůze navlnovat nit na ukazováček, aniž by se změnilo tempo obou pohybů po 15 s
VI. mimika	našpulení rtů jako při pískání***	dítě nám silně stiskne ruku, aniž by dělalo grimasy či jiné souhyby***	pokrčení nosu za vzniku alespoň dvou vodorovných ryh u kořene nosu***	jednostranný úsměv*** nejprve vpravo, pak vlevo

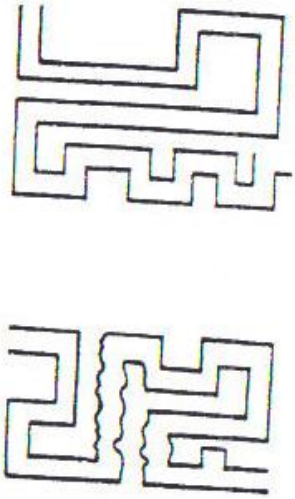
pokračování tabulky 12

Pohybová komponenta	6 let	7 let	8 let	9 let
I. statická koordinace	podřep, ruce vbok*	stoj v předklonu na špičkách, ruce vzad, hlava zvednuta*	stoj s chodidly těsně za sebou**	stoj na jedné noze**
II. dynamická koordinace rukou	chytání míče na vzdálenost 1,5 m, z 5 hodů chytit 3 oběma rukama	projet tužkou dvěma labyrinty, nejvýše 4 chyby, pravou rukou do 90 s, levou do 150 s	postupně se dotýkat palcem ostatních konečků prstů (v pořadí 5, 4, 3, 2 a zpět) do 5 s	chytání míče pouze jednou rukou ze vzdálenosti 3 m, z 5 hodů 3 chytit
III. celková dynamická koordinace	čtvrtobrat s chodidly u sebe, špičky v rovině	při výskoku 3× tlesknout před tělem	při poskocích na jedné noze postrkovat nohou kostku na vzdálenost 5 m, alespoň trojí postrčení	výskok na 50 cm vysokou židli bez přidržení
IV. rychlost pohybu ruky	v knize obracet jeden list po druhém, nejméně 10 listů za 15 s	rozdat 32 karet rovnoměrně na 4 hromádky do 40 s	vykonat více úkonů: 1. vyběhnout ke stolu, 2. vyjmout zápalky, 3. složit z nich čtverec, 4. přeložit list papíru přesně na polovinu, 5. vrátit se na místo do 15 s	protečkovat kroužky jeden po druhém, nejméně 50 kroužků za 35 s
V. současnost pohybu	při sedu na židli pravidelně kývat nohama a klepat do taktu ukazováčkem podle pohybů pravé nohy po 10 s	totéž jako pro 6 let po dobu 20 s	vyťukat na papír nejméně 50 rozptýlených bodů do 15 s	totéž jako pro 6 let, do taktu pravé nohy klepou oba ukazováčky
VI. mimika	mračení se současným vznikem svislé rýhy mezi obočím***	zavření libovolného oka, druhé musí být zřetelně otevřeno***	zdvižení horního rtu***	střídavé zavírání a rozevírání pěstí obou rukou, vždy v opačném úkonu, rytmicky po 10 s***

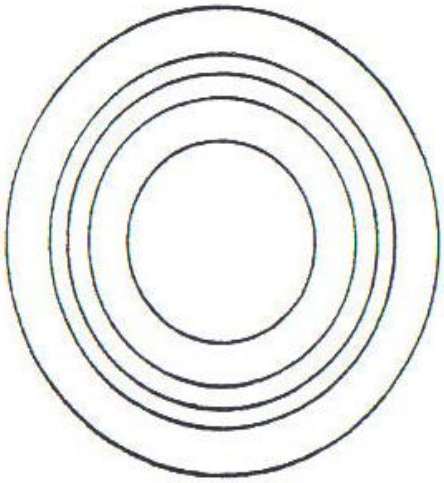
Tabulka pro záznam výsledků

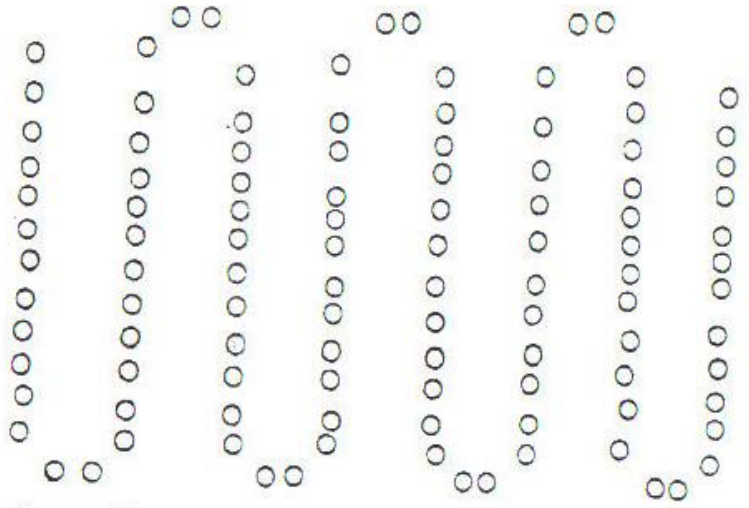
úloha \ věk	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
I.												
II.												
III.												
IV.												
V.												
VI.												

Bludiště pro 5leté a 7leté



Soustředné kružnice pro 11leté a 12leté





Kroužky k propichování či protečkování pro 9leté, 10leté, 12leté a 13leté

120

Pomůcky pro vyšetření

pro 2leté: 6 kostek o hraně asi 3 cm
schodiště (běžné)

pro 3leté: 10 kostek o hraně asi 3 cm
zástěrka na zapínání vpředu

pro 4leté: čtverečky hedvábného papíru (5 × 5 cm)
šňůra nebo švihadlo (asi 2 m)
14 mincí (50haléře)

obdélníková krabička (6 × 4 × 4 cm)
krabička se 14 zápalkami

pro 5leté: bludiště (předloha)
dobře ořezaná tužka
poloprázdná cívka s nití, na niti ve vzdálenosti
2 m od konce větší uzel

pro 6leté: gumový míč (10—12 cm)
tenčí knížka formátu A 5
stůl a vyšší židle

pro 7leté: bludiště (předloha)
dobře ořezaná tužka
32 karet (i dětské, navrch bez obrázků)
stůl a vyšší židle

pro 8leté: kostka o hraně 3 cm
krabička se zápalkami
nelinkovaný list papíru sešitového formátu

pro 9 a 10leté: gumový míč (6—7 cm)
židle o výšce sedadla 50 cm (ne méně!)
předloha s kroužky
nůžky
plstěná podložka a dva bodce nebo ostrá tužka
stůl a vyšší židle

pro 11leté: gumový míč (6—7 cm)
černý terč (pro střelbu na 100 m)
předloha se soustřednými kružnicemi
nůžky
list papíru sešitového formátu
40 zapalek
předloha s kroužky

pro 12leté: totéž jako pro 11leté
navíc 10 mincí (50haléře)

pro 13leté: hůlka 45 cm dlouhá
předloha s kroužky
15 zapalek
15 mincí (50haléře)
krabička od zápalek

Příloha 3

Věk matky	Povolání matky	Věk otce	Povolání otce
30	Prodavačka	32	Dělník
28	Mateřská D.	30	Fakturant
28	Mateřská D.	30	Fakturant
31	Mateřská D.	39	Strojník
31	Prodavačka	36	Programátor
24	Mateřská D.	34	Zedník
30	Prodavačka	29	Truhlář
33	Prodavačka	37	Invalidní důch.
29	Prodavačka	33	Lakyrník
32	Sociální prác.	35	Kadeřník
21	Cukrářka	24	Instalatér
31	Čalovník	33	Hajný
32	Pošťačka	30	Elektromonter
35	Dělnice	37	Invalidní důch.
40	Pečovatelka	45	Strojník
28	Justiční stráž	30	Justiční stráž
30	Mateřská D.	32	Policista
24	Mateřská D.	34	Zedník
30	Prodavačka	32	Dělník
31	Prodavačka	38	Řidič
24	Zahradnice-květ.	29	Pedagog
28	Administrant	33	Truhlář
36	Švadlena	37	Nezaměstnaný
29	Státní zaměst.	34	Řidič
35	Zahradnice	37	Strojní zámeč.
31	Učitelka	32	Řidič
32	Lékařka	33	Lékař
27	Zdrav. Sestra	31	Mistr
33	Prodavačka	35	Montér
33	Kosmetička	34	Elektrykář
32	Mateřská D.	39	Nezaměstnaný
34	Učitelka	34	Technik

Anotace

Jméno a příjmení:	Kristýna Pechancová
Katedra:	Katedra aplikovaných a pohybových aktivit
Vedoucí práce:	Mgr. Ludmila Miklánková, Ph.D
Rok obhajoby:	2011

Název práce:	Úroveň pohybových schopností dětí předškolního věku region Svitavsko.
Název v angličtině:	Motoric ability of preschool children in region Svitavy.
Anotace práce:	Bakalářská práce se zabývá Úrovní pohybových schopností dětí předškolního věku. Popisuje jednotlivé oblasti předškolního věku. Dále obsahuje výzkum zabývající se pohybovými schopnostmi dětí, enviromentálními podmínkami, rodinnou anamnézou.
Klíčová slova:	pohybové schopnosti, dítě předškolního věku, enviromentální podmínky, rodinná anamnéza
Anotace v angličtině:	This Bachelor Thesis deals with standards of physical abilities of preschool children. It describes the problematics in stages. Further it deals with stages of preschool age in general. It continues with description of research dealing with movement abilities, enviromental conditions, family anamnesis.
Klíčová slova v angličtině:	movement/motion abilities, preschool child, enviromental conditions, family anamnesis
Přílohy vázané v práci:	3
Rozsah práce:	67
Jazyk práce:	český