

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI  
PEDAGOGICKÁ FAKULTA  
Ústav speciálněpedagogických studií

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

Markéta Tichá

**Zásobník pro rozvoj psychomotorických dovedností žáků 1.  
třídy ZŠ**

Vedoucí práce: Mgr. Adéla Hanáková Ph.D.

Olomouc 2023

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci s názvem Zásobník pro rozvoj psychomotorických dovedností žáků 1. třídy ZŠ vypracovala samostatně pouze s použitím zdrojů, které uvádím v seznamu citované literatury.

V Olomouci dne 17. 4. 2023

.....

## **Poděkování**

Touto cestou bych chtěla ze srdce poděkovat vedoucí mé diplomové práce Mgr. Adéle Hanákové Ph.D. za její odborné vedení, originální nápady a pozitivní podporu. Děkuji také za čas, který mi při vedení této práce věnovala, za pohotové jednání a pomoc. Díky tomuto spojení bylo psaní této práce mnohem osobnější a autentičtější.

Velké poděkování také patří ZŠ v Lošticích a paní učitelce Mgr. Veronice Ovčačíkové, za možnost návštěvy její třídy a možném ověření si vybraných aktivit s žáky 1. třídy. Díky také patří mé mamince, učitelce ZŠ v Lošticích, paní Mgr. Heleně Tiché za inspiraci pro vytvoření praktické části této diplomové práce. Děkuji také mému příteli Pavlu Braunovi, DiS. za pomoc při tvorbě hudebních podkladů a notových záznamů.

Nemalé poděkování patří také ostatním členům mé rodiny za neustálou podporu a motivaci nejen při tvorbě této práce, ale v průběhu celého mého studia.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b>	<b>6</b>
<b>TEORETICKÁ ČÁST</b>	<b>8</b>
<b>1 PSYCHOMOTORIKA A JEJÍ VÝVOJ</b>	<b>8</b>
1.1 VYMEZENÍ POJMU	8
1.2 CÍL A VÝZNAM PSYCHOMOTORIKY	9
<b>2 PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ OD NAROZENÍ DO TŘÍ LET</b>	<b>12</b>
2.1 PRENATÁLNÍ OBDOBÍ	12
2.1.1 ROZVOJ POHYBOVÝCH SCHOPNOSTÍ	13
2.2 NOVOROZENECKÉ OBDOBÍ	13
2.2.1 PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ KOJENCE	14
2.2.2 NEDONOŠENÉ DĚTI A JEJICH MOTORICKÝ VÝVOJ	14
2.3 KOJENECKÉ OBDOBÍ	14
2.3.1 PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ KOJENCE	16
2.4 BATOLE	18
2.4.1 PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ BATOLETE	18
<b>3 PŘEDŠKOLNÍ VĚK</b>	<b>21</b>
3.1 PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ	22
3.1.1 VÝVOJ JEMNÉ A HRUBÉ MOTORIKY	22
3.1.2 VÝVOJ KRESBY	23
3.1.3 VÝVOJ LATERALITY	24
3.1.4 VÝVOJ GRAFOMOTORIKY	25
3.1.5 VIZUOMOTORIKA	26
3.2 VÝVOJ ŘEČI A KOMUNIKACE	26
<b>4 VÝVOJ DÍTĚTE VE VĚKU 6–8 LET (1. TŘÍDA)</b>	<b>28</b>

4.1	PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ	29
4.2	VÝVOJ POZNÁVACÍCH PROCESŮ	29
4.3	ŠKOLNÍ ZRALOST A PŘIPRAVENOST	30
<b>5</b>	<b>PRAKTICKÁ ČÁST</b>	<b>33</b>
<b>6</b>	<b>CÍL PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY</b>	<b>33</b>
<b>7</b>	<b>TVORBA ZÁSOBNÍKU AKTIVIT</b>	<b>34</b>
7.1	METODY SBĚRU DAT	35
7.1.1	POZOROVÁNÍ JAKO EVALUAČNÍ NÁSTROJ	35
	<b>ZÁSOBNÍK PRO ROZVOJ PSYCHOMOTORICKÝCH DOVEDNOSTÍ ŽÁKŮ 1. TŘÍDY ZŠ</b>	<b>36</b>
<b>8</b>	<b>OVĚŘENÍ VYTVOŘENÉHO MATERIÁLU</b>	<b>100</b>
	<b>ZÁVĚR</b>	<b>105</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b>	<b>107</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b>	<b>114</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH OBRÁZKŮ A TABULEK</b>	<b>115</b>
	<b>ANOTACE</b>	<b>116</b>

# ÚVOD

Období vstupu dítě do školy bývá jedním z nejnáročnějších období dětství. Jedná se o přechod z předškolní výchovy, mateřské školy na školu základní. Pro dítě proto nastává mnoho změn. Mění se pro něj režim dne, struktura a druh činnosti, úroveň pozornosti a především se do popředí dostává zodpovědnost za jeho chování a jednání.

Už v předškolním věku dbáme na to, abychom děti vedli ke stavění základních pilířů pro další období života. Upevňujeme základní lidské hodnoty potřebné pro život. Vedeme je k samostatnosti, odpovědnosti, čestnosti a cílevědomosti. I přes všechny tyto snahy ale nemůžeme dítě vždy stoprocentně připravit na samotnou změnu. Každé dítě si individuálně prochází prvotní adaptací. Na druhou stranu jsou tu žáci, kterým adaptace trvá déle, a k danému přizpůsobení potřebují delší čas. Proto jsou první týdny ve škole pro dané dítě velice důležité. Vhodně sestavená příprava učitele je v tomto případě velmi důležitá a mnohdy i zásadní.

V rámci adaptačního období mluvíme i z hlediska nauky čtení a psaní o tzv. předslabikářovém období. Jedná se o období her, pestrých aktivit a aktivizačních činností. Tyto aktivity pomohou žáka namotivovat, učí jej záměrně udržovat pozornost, podporují a rozvíjí sluchové a zrakové vnímání. Tyto činnosti by měly být dětem představeny a plně využívány nejen v období předslabikářovém, ale nejlépe po celý školní rok. Hry, básničky, říkanky, tanečky, pohybové ztvárnění, sluchová a zraková cvičení by měly být součástí každodenní práce 1. ročníku ZŠ, případně i 2. ročníku. Jedná se o činnosti, jimiž rozvíjíme psychomotorické dovednosti žáků. Žáky tedy vedeme k aktivizaci celého těla a smyslů. Jedná se o přirozený a zábavný způsob seznámení se s novým tématem a jeho upevněním. Tyto činnosti také spadají do kategorie tzv. aktivizačních činností, které slouží k odpočinku, k uvolnění a k proložení jednostranných činností. Děti si díky nim „odpočinou“ od úkolů, které je nutí neustále udržovat pozornost a soustředit se na výuku. Tyto aktivity by měly žáky v průběhu výuky „osvěžit“ a namotivovat je k další práci.

Z tohoto důvodu vznikl i nápad ohledně volby tématu autorčiny diplomové práce. Autorka pracovala nejen se svou zkušeností s žáky 2. třídy ZŠ, ale i s názory zkušených pedagogů, kteří pracují s žáky 1. ročníku ZŠ. Ze společných diskuzí vyšlo najevo, že by své dosavadní přípravy rádi podpořily prací s určitým zásobníkem, který by obsahoval několik druhů aktivit, jež by mohli ve své výuce efektivně využívat. Další využití by bylo vhodné pro začínající učitele, kteří by mohli daný zásobník brát jako vzor pro tvorbu vlastních aktivit a her. Obecně pro všechny uživatele může být tento soubor určitým základem pro vlastní praxi, či doplněním a oživením zaběhlých metod.

Hlavním cílem této práce je poskytnutí různorodých cvičení pro rozvoj psychomotorických dovedností a popsání jejich teoretického podkladu podstatného pro následné využití. Jednotlivé aktivity mají teoretický základ, který nás může zavést až do prvotních vývojových období dítěte.

Diplomová práce se dělí na část teoretickou a praktickou. Teoretická část je složena ze čtyř kapitol. První kapitola vymezuje hlavní pojem práce, a sice pojem psychomotorika. V dané kapitole se také seznamujeme s popisem psychomotorických oblastí a cílů. Ve druhé kapitole se seznamujeme s motorickým vývojem v konkrétních vývojových obdobích dítěte. Kapitola popisuje jednotlivé vývojové změny a pokroky. Třetí kapitola se samostatně věnuje období předškolního věku. V kapitole je popsán vývoj oblasti motoriky, grafomotoriky a kresby. Věnuje se také stěžejní oblasti, a sice vývoji řeči a komunikace. Čtvrtá kapitola popisuje vývoj v období vstupu do školy a období 1. ročníku ZŠ. Rozebírá vývoj poznávacích procesů v daném období a formuluje pojem školní zralost a školní připravenost.

Praktická část je zastoupena jistým zásobníkem aktivit, které byly sestaveny dle stěžejních oblastí. Čtyřmi základními oblastmi jsou: hrubá motorika, jemná motorika, oromotorika a vizuomotorika. Daný zásobník slouží také jako podklad pro další tvorbu podpůrných aktivit. V zásobníku pracujeme s různými druhy her, s písněmi, popěvkami, básničkami, říkankami, logopedickými cvičeními, či pracovními listy. V rámci jednotlivých příprav je vždy každá aktivita strukturovaně popsána. Vždy je uveden: název, cílová skupina, doporučení (jak aktivitu využít, kam ji zařadit v rámci výuky), dále je zde popsáno, co můžeme od aktivity očekávat a na co si musíme před zahájením a v průběhu dávat pozor. Kromě této struktury a samotného popisu aktivity může být k přípravě přiložena příloha např. pracovní list, notový záznam, kartičky, či QR od odkazující na zvukový, či obrazový záznam.

Součástí praktické části diplomové práce je také závěr ze zkušebního provedení aktivit s kontrolní třídou. Samotné ověřování proběhlo na ZŠ v Lošticích se žáky 1. třídy. Záměrem bylo ověření si účinnosti aktivit v rámci běžné výuky. Bylo ověřeno celkem 8 aktivit, dvě z každé ze zmiňovaných oblastí. Byly zvoleny aktivity různých druhů, jako např. hry, básničky s pohybem, uvolňovací cvičení, popěvky, skupinové aktivity, práce ve dvojicích, atd. Součástí záznamu je také zhodnocení daného zásobníku paní učitelkou zmiňované třídy.

Záměrem vytvoření tohoto zásobníku není pouze využívání těchto aktivit různými pedagogy, ale také nasměrování těchto pedagogů k tvorbě vlastních aktivit a her k rozvoji psychomotorických dovedností u svých žáků.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Psychomotorika a její vývoj

### 1.1 Vymezení pojmu

Pojem „psychomotorika“ se poprvé objevil v neurologii v roce 1844, termín „psychomotor“ použil Wilhelm Greisinger, jeden ze zakladatelů neuropsychiatrie. (Probst, 2010)

Aktivity zaměřené na psychomotoriku se prvotně začaly používat v rámci terapií u různých druhů postižení. Teprve později se tyto aktivity začaly zařazovat, v preventivním smyslu, u intaktních jedinců. (Szabová, 1999)

*V užším smyslu představuje psychomotorika souhrn pohybových aktivit člověka, které jsou projevem jeho psychických funkcí a jeho psychického stavu. Je to motorická akce vyplývající z oblasti psychických procesů (vnímání, myšlení, paměť, představa) nebo psychických stavů (nálada, celkové ladění člověka).* (Blahutková, Klenková a Zichová, 2005, s. 23)

Hermová (1994) poukazuje na to, že samotné propojení těla a duše není převratnou myšlenkou. Často se ale stává, že na úkor osobnostního rozvoje nejsou dostatečně rozvíjeny pohybové schopnosti člověka.

Oermann (1990) ve svém článku potvrzuje, že psychomotorické dovednosti jsou obecně spojovány s pohybem. Upozorňuje však, že je nezbytné propojení všech složek, které s psychomotorikou souvisejí. Nejedná se tedy pouze o pohybové aktivity, s tímto rozvojem je také spjata stránka kognitivní a afektivní. Celkový psychomotorický rozvoj tedy odráží osobnost daného člověka, jeho hodnoty a postoje.

Dle Szabové (1999) se psychomotorika může projevovat různými způsoby pohybu. Nemusí se jednoznačně jednat přímo o pohyb celého těla. Jako projev psychomotoriky můžeme pozorovat i např. úsměv, či jiné způsoby projevu emocí pomocí posturologie. Zařadit sem můžeme také změny, které může pozorovat člověk nejlépe jen on sám, protože probíhají uvnitř jeho těla. Zmínit můžeme např. změnu rychlosti dechu nebo tlukot srdce.

Blahutková, Klenková a Zichová (2005) uvádějí, že psychomotorika rozvíjí člověka po stránce pohybové. Upozorňují ale, že se s touto složkou rozvíjí také psychická stránka člověka. Různých psychomotorických aktivit můžeme využívat při práci s jakoukoliv věkovou kategorií. Autorky zdůrazňují, že mají tyto aktivity patřičný význam u osob se zdravotním oslabením.



Psychomotorika a její rozvoj využívají poznatků z různých vědních disciplín, jako např. pedagogika, sociologie, fyziologie, etika, či estetika. V publikaci těchto autorek můžeme také nalézt dělení psychomotoriky na 3 oblasti. Těmito oblastmi jsou:

- „*JÁ – kompetence*
- *VĚCNÉ - kompetence*
- *SOCIÁLNÍ – kompetence.*“ (Blahutková, Klenková, Zichová, 2005, s. 24)

JÁ kompetence nás v podstatě učí poznávat své tělo. Učíme se vnímat své pohybové možnosti, limity, používat nové způsoby poznání těla pomocí pohybu, či naopak relaxace. Oblast JÁ má, mimo jiné, své zastoupení při rozvoji řečové oblasti. (Blahutková, Klenková, Zichová, 2005)

Psychomotorické aktivity nerozvíjejí primárně pouze pohybovou činnost člověka, hlavním významem zde má rozvoj jeho pocitů při daných aktivitách. Proces prožívání se u každého jedince projevuje jinak, a to nám může o daném člověku mnohé říct. (Blahutková, Küchelová, Nadolska, Sližik, 2017)

V roce 2009 se v České republice uskutečnila první Mezinárodní konference psychomotoriky. Jednalo se o významné sdílení a propojení myšlenek v oblasti psychomotoriky mezi Českou republikou, zastoupenou Mgr. Milenou Adámkovou Ségard, Ph.D. a doc., PhDr. Bělou Hátlovou, Ph.D. z katedry psychologie PF UJEP a Belgií, zastoupenou prof. Michele Probstem z KU Leuven. Tato konference si klade za cíl sdílet a prohlubovat dosud načerpané informace o psychomotorice a jejím rozvoji. Zdůrazňuje také jak je pohyb úzce spjat s psychikou člověka. ([www.psychomot.cz](http://www.psychomot.cz))

## 1.2 Cíl a význam psychomotoriky

„Cílem psychomotoriky je bezděčné prožívání radosti z pohybu, ze hry a z tělesných cvičení a vytvoření tzv. bio-psycho-socio-spirituální pohody člověka.“ (Blahutková, 2003, s. 5)

Obecně lze říci, že jde o určitou stabilitu mezi základními biologickými potřebami člověka, psychikou a danému člověku přijatelnou rolí ve společnosti. Harmonie mezi těmito složkami přispívá k rozvoji osobnosti a celkové fyzické, psychické a sociální pohodě. V oboru psychomotoriky se ke člověku přistupuje jako k celku, biologicky, psychicky i sociálně. To vše v souladu s individuálním přístupem ke každému jedinci. (Blahutková, Küchelová, Nadolská, Sližik, 2017)

Dle Blahutkové (2006) by měla psychomotorika v člověku vyvolávat příjemné pocity a vést k plnému zdraví. Světová zdravotnická organizace pojem zdraví definuje jako „*stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody a nejen nepřítomnost nemoci nebo vady.*“ (WHO, 1946)

Metodický portál RVP. CZ. (2015) popisuje, co přináší psychomotorika do života každého jedince. Zde jsou uvedeny některé z bodů:

- „*rozvíjí mezilidské vztahy a napomáhá v komunikaci a navazování vztahů;*
- *rozvíjí estetické vnímání a prožitky z pohybu;*
- *podporuje fyzickou aktivitu, působí kladně na svalový, dýchací a oběhový systém;*
- *rozvíjí nervosvalovou koordinaci;*
- *zlepšuje koncentraci a paměť;*
- *procvičuje hmatové, optické a akustické vnímání.*“ (RVP.CZ, 2015)

Dle Szabové (1999) můžeme psychomotoriku, jako takový základní pojem rozdělit na čtyři další oblasti, které jsou na sebe vázané.

Těmito oblastmi jsou:

- neuromotorika – zde mluvíme o propojení nervové a motorické složky. Motorický projev je určitou reakcí na vzruch z vnějšku. Zařadit sem můžeme i reflexy, ať už podmíněné nebo nepodmíněné. Tuto oblast můžeme ještě dále rozčlenit na šest dalších podoblastí:
  - a) jemná motorika
  - b) hrubá motorika
  - c) koordinace pohybů
  - d) tělesné schéma – pochopení a uvědomění si vlastního těla
  - e) rovnováha
  - f) orientace v prostoru
- senzomotorika – propojení smyslového vnímání s pohybem. Pomocí smyslových orgánů dokážeme vnímat stimuly a reagovat na ně určitým pohybem.
- psychomotorika v užším smyslu – pohybový projev, jehož vznik se spojuje s projevem psychiky. Reakce člověka na impuls z oblasti psychiky např. myšlení, paměť, nálada.
- sociomotorika – jedná se o pohybové projevy, které jsou výsledkem odezvy na podněty přicházející v rámci sociální oblasti. Společnost, či skupiny, ve kterých se daný jedinec ocitá. Obecně lze říci, že se jedná o projevy toho, jak se jedinec chová v dané společnosti. Nejde tedy jen pouze o pohybový projev, ale i o celkový charakter osobnosti člověka. Psychomotorika nemusí být primárně součástí jen tělesné výchovy.

Prvky psychomotoriky a psychomotorické činnosti můžeme zařadit do různých předmětů běžné výuky. Díky psychomotorické hře můžeme, krom jiného, u dětí rozvíjet komunikaci, kooperaci, či celkový rozvoj osobnosti. Tyto činnosti mohou být také pro určité

jedince formou relaxace a duševní hygieny. Samozřejmě se jedná o ryze individuální prožitky.  
(Blahutková, 2006)

*„Psychomotorická cvičení pomáhají rozvíjet senzomotorické vnímání (vizuální a taktilní), mají kladný vliv na pozornost, paměť a další psychické funkce, což vede ke zlepšení duševní rovnováhy člověka.“ (Nešporová, 2015, online)*

## 2 Psychomotorický vývoj od narození do tří let

Langmeier a Krejčířová (2006) uvádí, jaké problémy mohou nastat při vymezení a popisu vývoje dítěte v určitých vývojových obdobích. Autoři také upozorňují, že je obtížné se zavděčit všem čtenářům, protože je možné volit mezi několika způsoby, jak daná vývojová období popsat. Jeden ze způsobů, který lze použít, je popis jednotlivých vývojových oblastí, v rámci daného období, odděleně, či souborně, v rámci společného popisu. Dále je tu možnost se v daném období věnovat převážně konkrétním změnám. Zdůraznit, jaká vývojová změna nastala. Může se také stát, že budeme u určitých oblastí pozorovat jistou nerovnoměrnost v obsahu. Některé oblasti zaslouží obsáhlejší popis, u některých nepozorujeme tolik podstatné změny, takže se dané oblasti věnujeme méně. Obecně ale může být text, díky této struktuře, lépe přijat a stává se pro čtenáře přehlednějším.

Dle Warner (2011) se dítě právě v období od narození do tří let ve všech oblastech vyvíjí nejrychleji. V tomto období probíhá nejvíce vývojových změn za celý život. Proto by měly tyto roky hrát nejpodstatnější část života ve výchově, jak pro rodiče, tak případně i pro učitelky. V tomto období je pro dítě nejdůležitější samotná přítomnost rodiče a stimulující prostředí, které rodič vytvoří.

### 2.1 Prenatální období

Prenatálním obdobím označujeme fázi od oplodnění vajíčka spermií (početí) až do narození dítěte (porod). Dané období trvá 9 měsíců.

**Prenatální vývoj můžeme podle Vágnerové (2012) rozdělit na 3 fáze:**

- „*Období od oplození do uhnízdění blastocysty* (zhruba 3 týdny)
- *Embryonální období* (do 12. týdne, do konce prvního trimestru)
- *Fetální období* (od 12. týdne do narození).“ (Vágnerová, 2012, s. 61)

V embryonální fázi, zhruba od 3. týdne, je vytvořen základ mozku a začíná fungovat oběhový systém. Koncem 6. týdne lze pozorovat činnost primitivního srdce. V 8. týdnu jsou již vytvořeny ruce a nohy. (Thorová, 2015). Plod je schopen vnímat, působí na něj různé faktory. Tyto faktory ovlivňují i matku, v období těhotenství jsou reakce žen na různé podněty intenzivnější. Důležité je zdůraznit vztah mezi matkou a plodem, který se utváří již od počátku prenatálního vývoje. Jedná se především o spojení organismu matky a organismu plodu. (Vágnerová, 2012)

*„Smyslové orgány dítěte vykazují citlivost k různým podnětům asi od 6. měsíce v případě hmatu a sluchu. V případě zrakového vnímání je pochopitelně stimulace omezené, v děloze není dostatek světla ani příliš mnoho podnětů, které by bylo možné sledovat“.* (Blatný, 2016, s. 66)

Pozorovat můžeme také rozvoj dalších smyslů. Jedním z nich je reakce na podněty různého charakteru.

### **2.1.1 Rozvoj pohybových schopností**

Dle Vágnerové (2012) prenatální období dělí vznikající pohybové činnosti na dvě skupiny. Mluvíme o schopnostech plodu, které jsou určitým základem pro další vývoj, jako např. sání. Druhou skupinou jsou ty pohybové schopnosti, kterých plod užívá již v prenatálním období, např. pohyby končetin, otáčení celého těla, atd. V rámci jednotlivých vývojových měsíců lze sledovat postupný rozvoj pohybových schopností. Ve fetálním období plod reaguje na pohyby a změny poloh matky. Již v 9. týdnu zaznamenáváme pohyb končetin a hlavy. Ve 3. měsíci můžeme pozorovat reakci plodu na nepříjemné podněty sevřením prstů. Plod se dokáže otáčet, provádí pohyby horních končetin. Ve 4. měsíci již dítě reaguje na doteky. Začínají se také tvořit reflexy. V 5. měsíci začínají pohyby dítěte nabývat na intenzitě, matka již začíná jeho pohyby vnímat. (Vágnerová, 2012) Dle Řičana (2014) dokáže plod matku přinutit, aby změnila jemu nelibou polohu tak, aby pro něj bylo zajištěno pohodlí. V 6. měsíci se intenzita pohybů končetin opět zvyšuje, Plod reaguje na sluchové podněty. Od 7. do 9. měsíce se postupně zlepšuje funkce jednotlivých smyslů. Zde hraje důležitou roli zvuková stimulace ze strany matky a jejího okolního prostředí. (Vágnerová, 2012). Ve 38. týdnu hovoříme o konci třetího trimestru, dítě se považuje za donošené. (Thorová, 2015)

## **2.2 Novorozenecké období**

Ihned po porodu se provádí metoda tzv. Apgar skór. Jedná se o schéma, jež hodnotí pět základních oblastí. Těmito oblastmi jsou: srdeční puls, dech, svalové napětí, barva kůže a reflexní aktivita při podráždění obličeje. (Blatný, 2016)

Novorozencem nazýváme dítě v období od narození do zhruba 28 dnů (4 - 6 týdnů po porodu). (Blatný, 2016)

Vágnerová (2012) toto období nazývá „dobou adaptace na nové prostředí“. Veškeré chování novorozence se odvíjí od jeho biorytmu, v tomto období primárně naplňování biologických potřeb.

### 2.2.1 Psychomotorický vývoj kojence

Centrální nervová soustava novorozence ještě není plně vyvinutá, dítě reaguje pomocí reflexů. Dbáme na správné držení a podporu hlavičky, dítě ji ještě nedokáže držet samo. Pomalu se rozvíjí zrakové vnímání. Z počátku převažuje periferní vidění. Reaguje na zvuky, otáčí se za nimi. Poznává hlas matky. Objevuje se palmární a plantární reflexy. Úchopový reflex ruky vymizí do 4. měsíce, úchopový reflex nohy mizí okolo 7.-9. měsíce. (Thorová, 2015)

Dle Vágnerové (2012) se určité reflexy nepovažují za významné, byly užitečné v předchozí fázi vývoje, ale nyní slouží jen jako kontrola vývoje mozku.

Jsou tu ale základní vrozené reflexy, které přetrvávají po celý život. Mezi tyto reflexy řadíme: polykání, mrkání, vylučování, kašláni, atd. (Blatný, 2016)

Na bolest dítě reaguje křikem, pohybem těla, snaží se jí vyhnout. Pozorujeme reflexivní novorozeneckou imitaci. Dítě komunikuje pomocí pohybů a křiku různé intenzity. (Thorová, 2015)

Dle Paulové (in Thorová, 2005) rozeznáváme u novorozence tři fáze reaktivity

- „1. fáze (trvá 30-120 minut po narození). Novorozené dítě zkoumá okolí, je pohybově aktivní, dotýká se matčina těla, má-li příležitost, snaží se přisát k bradavce;
- 2. fáze (trvá dalších 30 minut - 2 hodiny); V této fázi nastává útlum a dítě usíná. Po 150 minutách již všichni novorozenci spí;
- 3. fáze (trvá přibližně 2 - 6 hodin): Dítě je opět aktivní.“ (Thorová, 2005, s. 345)

### 2.2.2 Nedonošené děti a jejich motorický vývoj

U předčasně narozených dětí pozorujeme nedostatky v motorickém vývoji, reflexy novorozence nejsou ještě upevněné. Některé druhy reflexů se u dětí narozené v 25. týdnu se ještě neobjevují, např. Moroův úlekový reflex, či asymetrický tonicko-šijový reflex. Do 30. týdne se ale dané reflexy u nedonošených dětí začínají projevovat. Pokud během následného vývoje nedojde ke komplikacím, může se nadále vyvíjet jako dítě narozené v termínu. (Thorová, 2015)

## 2.3 Kojenecké období

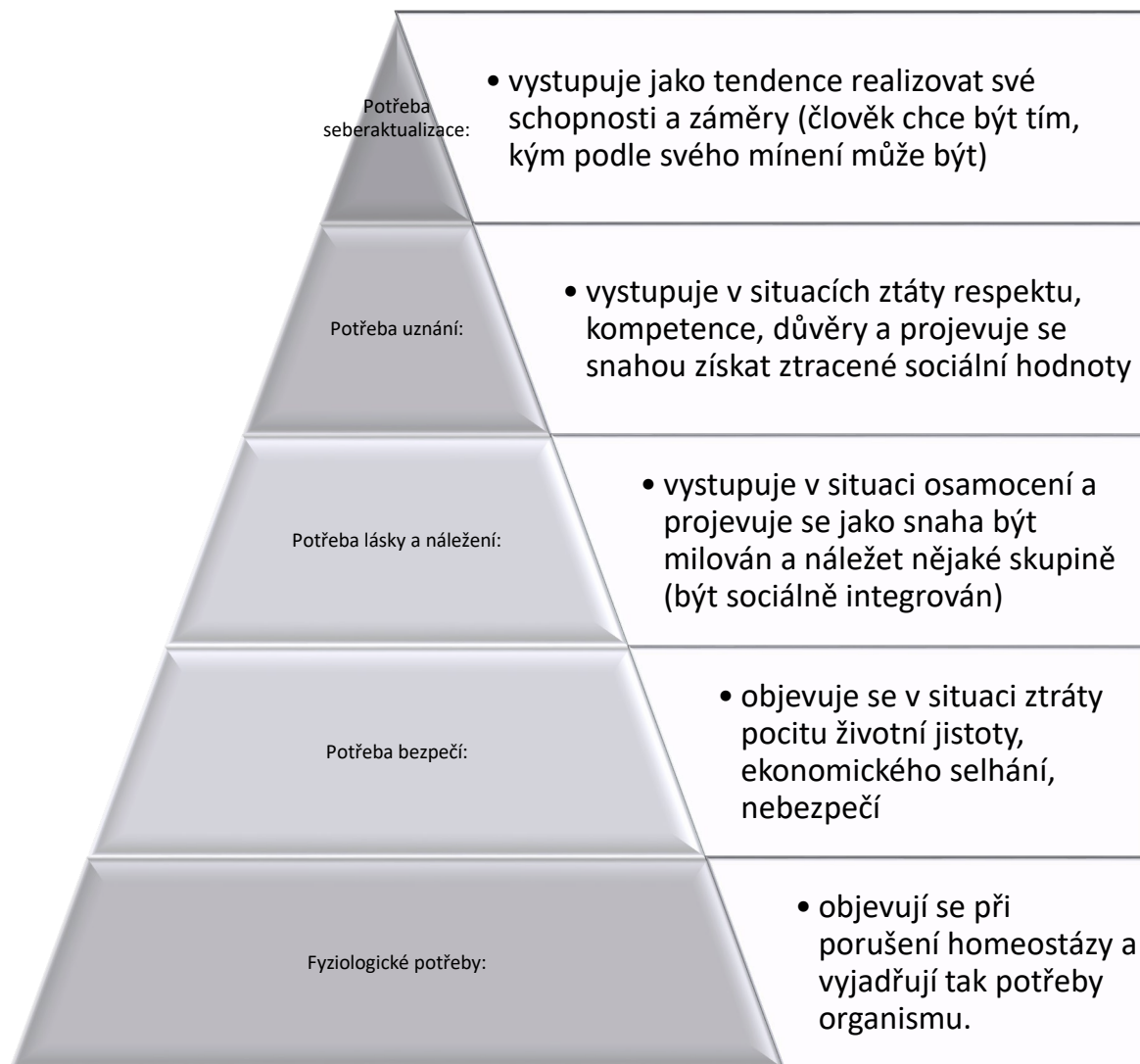
Toto období započíná od 4. týdne (1. měsíce) do 1 roku dítěte. Jedná se o rok, kdy dochází k různorodým změnám. Pozorujeme také větší rozdíly ve vývoji mezi různými dětmi. Rychlost vývoje jednotlivých dětí závisí na mnoha faktorech, které mohou být u jednotlivých dětí odlišně rozvíjené. Vývoj každého dítěte je ovlivněn např. adaptabilitou, intenzitou citových prožitků, úrovní aktivity, či učením. (Vágnerová, 2012)

Mezi pozorovatelné změny během kojeneckého období můžeme zařadit výšku a váhu dítěte. Průměrná hmotnost novorozence se pohybuje kolem 3,5 kg, průměrná hmotnost dítěte na konci kojeneckého období je 9-10 kg. Délka novorozence (výška) bývá okolo 49 cm a v období 1 roku kolem 75 cm. (Blatný, 2016)

S vývojem tělesným je i spjatý vývoj duševní. S rozvojem těchto oblastí se také pojí vývoj lidských potřeb. Mezi základní potřeby kojence řadíme potřeby biologické, potřeba jistoty a bezpečí, potřebu stimulace a učení. S biologickou potřebou spojujeme nejen jídlo, ale i užívání orální oblasti (úst) k objevování nových věcí. Dítě v kojeneckém období nejčastěji poznává a objevuje nové předměty tím, že si je pomocí rukou vkládá do úst. V rámci kojeneckého období je důležité podporovat stimulaci dítěte pomocí různých podnětů. Tyto podněty slouží k poznání sebe a okolního světa. Získané informace poté slouží jako základ pro následné učení. Důležitou roli zde zastává matka a její aktivita v poskytování vhodných podnětů dítěti. S tím se váže i další potřeba, a sice potřeba jistoty a bezpečí. (Vágnerová, 2012)

Americký psycholog Abraham Harold Maslow zařadil potřebu jistoty a bezpečí mezi 5 základních lidských potřeb. Vytvořil tzv. *hierarchicky organizovaný systém potřeb*. Podle něj je na prvním místě potřeba fyziologická a hned po ní potřeba bezpečí. (Nakonečný, 2013)

Celou pyramidu a její stupně můžeme vidět na následujícím obrázku:



Obrázek 1 Maslowova pyramida potřeb (Nakonečný, 2013)

### 2.3.1 Psychomotorický vývoj kojence

*„Rozvoj motoriky, poznávání a emoční prožívání probíhá ve vzájemné interakci. Zvědavost a potřeba poznávat okolí podporuje rozvoj motoriky (posilují je i pozitivní emoční prožitky, zatímco negativní je mohou brzdit), motorické kompetence naopak umožňují rozvoj poznávání.“ (Vágnerová, 2012, s. 80)*

Pohyby dítěte se začínají projevovat záměrně, postupně mizí reflexní chování. Pozorujeme práci s hlavičkou, trupem, poté s končetinami a prsty. Kolem 2. měsíce se kojenec naučí zvedat a držet hlavičku. Dítě natahuje ruce po předmětech. Projevuje se křikem a různými zvuky. (Thorová. 2015)

Zhruba ve 2. měsíci se objevuje první úsměv. Rozvíjí se vnímání dítěte, jeho reakce na podněty se mění. Např. při reakci na zvukový podnět dítě už dítě nereaguje úlekem, ale zpozorní a přestane se hýbat. (Hellbrügge, 2010)



Ve 3–6 měsících se kojeneček učí udržet na ručičkách, hlava je zdvižená ve střední linii, tuto polohu nazýváme „pasení koníků“. Dítě dokáže uchopit předmět a pohybovat s ním. Objevují se změny ve vokální oblasti, dítě si brouká. (Thorová, 2015)

Díky schopnosti pohybovat hlavou si dítě zajišťuje možnost rozšíření oblasti poznávání nových podnětů. Tato dovednost nabývá kolem 4. měsíce. Zde je opět nutné upozornit na důležitou roli matky, které je primárním poskytovatelem nejrůznějších podnětů. Díky nim má dítě potřebu se otáčet za různými objekty. (Vágnerová, 2012)

V období od 6. – 8. měsíce se dítě učí převracet ze zad na břicho. V této poloze si hraje s různými předměty, posunuje je. V rámci rozvoje jemné motoriky pozorujeme tzv. dlaňový úchop, dítě předmět uchopí celou dlaní, předmět dokáže předávat. V 7. měsíci se poté vyvine v tzv. hrabavý úchop, na který následně navazuje rozvoj tzv. nůžkového úchopu (8. měsíc). Od 9. měsíce už je dítě schopno ovlivnit upuštění předmětu, na konci 12. měsíce dokáže předmět upustit na vybrané místo. Od 9.- 12. měsíce se u kojence rozvíjí dovednost uchopovat menší předměty pomocí tzv. pinzetového úchopu (úchop palce a ukazováčku nebo palce a prostředníčku). (Thorová, 2015)

	0–3 měs.	3½–4 měs.	5 měs.	6 měs.	7 měs.	8 měs.	8–10 měs.	10 měs. +
úchop ruky								
úchopový reflex		uchopí do dlaně celé chrastítko	ulnárně dlaňový úchop (u malíkové hrany)	středový dlaňový úchop	radiálně dlaňový úchop (u palce)	hrabavý úchop	radiálně digitální (nůžkový) úchop	pinzetový úchop

Obrázek 2 Vývoj úchopových schopností ruky od narození do 12 měsíců (Thorová, 2015)

Na přelomu 6. a 7. měsíce pozorujeme u dítěte samostatné sezení. Tato poloha dítěte umožňuje širší rozhled. Kojeneček má velmi pohyblivé klouby, okolo 9. měsíce si dokáže vkládat prsty u nohou do úst s pomocí rukou. (Vágnerová, 2012)

Od 6. měsíce v řeči dítěte pozorujeme tzv. rytmické řetězce slabik, např. da, da, da. V oblasti vývoje pohybu pozorujeme tzv. pérování (střídání podřepu a vymrštní se na špičky). Tento pohyb dítě provádí, když jej držíme pod pažemi. Okolo 8. měsíce již dítě dokáže několik vteřin samostatně sedět. Nemá ale ještě narovnaná záda. (Hellbrügge, 2010)

Ke konci kojeneckého období (9.- 12. měsíc) sledujeme první pokusy o lezení, klek a následnou snahu o stoj. (Thorová, 2015) Fázi lezení předchází krátká fáze plazení se, kdy se dítě podpírá předloktím a tělo „tahá“ za sebou. Dítě postupně zvedá tělo, opírá se o ruce a kolena, v této poloze se pohupuje dopředu a dozadu, to je stěžejní pro fázi lezení. (Hellbrügge, 2010)

V rámci rozvoje řeči pozorujeme v období od 6.-8. měsíce tzv. žvatlání (odvíjí se od mateřského jazyka). Od 9. měsíce už můžeme zaslechnout první slova. Kolem 9. měsíce dítě poznává blízké osoby. Od osmého měsíce pozorujeme rozdíly ve vztahu k cizím a blízkým osobám. Strach z cizích osob vyvolává tzv. separační úzkost - fixace na blízké osoby. U dítěte se také začíná projevovat sdílená pozornost (záměrně věnuje svoji pozornost různým podnětům, ukazuje na ně, chce se podělit o to, co objevil). (Thorová, 2015)

## **2.4 Batole**

Období batolete vymezujeme od 1. do 3. roku dítěte (nástup do MŠ). Jedná se o etapu velkých vývojových změn. Rozvíjí se nejen schopnosti a dovednosti dítěte, ale celá jeho osobnost. Důležitým znakem batolecího věku se stává: osamostatnění se. Stále je ale potřeba dítěti poskytovat pevné vedení a kontrolu. V tomto období dítě objevuje své limity, uvolňuje různé vazby (př. Vázanost na matku). (Vágnerová, 2012)

Během batolecího období se váha u chlapců pohybuje z 10 kg na 15 kg. Průměrný vývoj výšky chlapce počíná u 77 cm a ve 3 letech se pohybuje kolem 97 cm. U dívek je váha i výška nižší. Dochází k růstu mléčných zubů, ve 3 letech je počet úplný. (Říčan, 2014)

Pro dítě v tomto věku nastává plno změn a se změnami přichází také nejistota. Děti se proto v tomto věku upínají na různé oblíbené předměty např. plyšák, či na osoby např. rodiče. Tento fakt může být důsledkem vzniku tzv. separační úzkosti (potřeba být v blízkosti rodiče). (Vágnerová, 2012)

### **2.4.1 Psychomotorický vývoj batolete**

Toto období je klíčové z hlediska vývoje motoriky a kognitivních procesů. Pro oblast hrubé motoriky je v tomto období stěžejní zdokonalování chůze (i chůze do schodů), pohybu a běhu. (Blatný, 2016)

Kolem 2. roku už dítě dokáže kopnout do míče, dítě tím na malý moment cvičí rovnováhu. Na konci batolecího období (3 roky) je již upevněná schopnost plně udržet rovnováhu, jež je předpokladem pro mnohé činnosti. Dítě nyní v podstatě bez problému vychází

a schází schody. U některých dětí můžeme také pozorovat skoky snožmo, či chůzi na špičkách nohou. (Matějček, 2016)

V období od 1,5 roku do dvou let u dítěte dochází ke tzv. uvědomění si vlastního já. Používá slova jako: „já“, slovní spojení „já sám“, užívá i přivlastňovací způsob: „moje“. Z počátku u dítěte pozorujeme tzv. pěstrosí fenomén. Znamená to, že dítě vidí svět pouze ze své perspektivy. Např. zakryje si oči (nic nevidí), předpokladem je, že ho nevidí ani ostatní. Tento subjektivní pocit ale brzy vymizí a dítě je brzy schopno uvažovat objektivně. (Thorová, 2015)

Schopnost samostatného pohybu je pro dítě v tomto období důležitým prostředkem pro objevování světa kolem sebe. V rámci motorického vývoje je důležité zmínit dva druhy pohybu, které nadále souvisí se schopností regulace vyměšování. A sice:

- Retence – zadržetí, udržení
- Eliminace – vyloučení, pustit

Tyto pohyby souvisí s funkcí svěračů. Nastává zde také riziko narušení motorického vývoje, pokud bude tato schopnost nacvičována příliš brzo. (Vágnerová, 2012)

U dítěte pozorujeme náznaky aktivit vedoucí k samostatnosti. Např. udrží lžičku (je třeba jej ještě podpořit), dokáže se samo napít z hrnečku. Pokroky sledujeme i při oblékání, kdy si dítě zvládne samo nasadit čepici. Dále také upevňujeme schopnost u dítěte rozeznat, kdy potřebuje na nočník. (Matějček, 2016)

V rámci procvičování již zvládnutého pinzetového úchopu si děti rády hrají s malými předměty, které vsouvají do různých otvorů. Díky tomuto úchopu je schopno samo sníst i menší části jídla pomocí rukou. Vzniká zde ale také nebezpečí požití, či vdechnutí nevhodných malých předmětů. Proto je nutné v tomto ohledu dítě neustále kontrolovat. (Thorová, 2015)

Zhruba v roce a půl se u dítěte začíná projevovat proces *uvolňování úchopu*. Dítě se postupně vědomě snaží povolit úchop, aby mohl předmět pustit. Buď se jedná o účelný proces např. stavbu kostek na sebe, vhadzování předmětů do otvorů, nebo jen volně pouští předměty na zem a sleduje jejich pád. (Matějček, 2016)

V rámci rozvoje jemné motoriky využíváme konstruktivních her, jako např. Lego Duplo. Děti se následně učí používat pastelky, či tužky. Samotná kresba nemá určitou podobu, jedná se o prvotní čmáranice. (Blatný, 2015)

Batoletí období je také podstatnou fází rozvoje řeči. Slovní zásoba dítěte se každým dnem rozrůstá o 1 – 2 nová slova. Nejprve dítě komunikuje pouze jednoslovně, poté ve větách, v souvětích dítě začíná komunikovat okolo 3. roku. Děti si v tomto věku často vytváří vlastní slova, která chápe jen on a např. rodiče, těmto slovům se říká *idiomorfy*. (Thorová, 2015)

Dle Vágnerové se také setkáváme se dvěma kategoriemi nepřesností v dětském slovníku:

- *omyl přílišného rozšiřování* - dítě jedním slovem označuje několik věcí, objektů např. slovem „haf“ označuje všechna zvířata podobná psovi (čtyři nohy)
- *omyl přílišného zúžení* - dané slovo používá jen pro jemu známou věc, i když lze tímto slovem označit více věcí např. lahvička (pouze ta jeho, na pití)

V tomto věku se dítě nejčastěji učí pomocí nápodoby, tu pozorujeme od 14. měsíců. Jedná se o prvotní způsob komunikace daného dítěte s okolím. V rámci hry hovoříme o tzv. paralelní hře, dítě určitým způsobem napodobuje činnost vrstevníka, ocitá se v jeho blízkosti, pozoruje jeho reakce. Typická je také asociativní hra. Tu můžeme vysvětlit tak, že si dítě hraje stejně jako to druhé, se stejnou hračkou, ale ještě nedokáže svoje hry propojit ve společnou hru. Nedochází zatím ke kooperační hře, ta se rozvíjí až kolem 4.- 5. roku. (Thorová, 2015)

Emoční vývoj batolete je často doprovázen snadno vyvolaným hněvem a vztekem. Děti v tomto věku nejsou schopny regulovat své emoce. Jejich reakce provází přílišná afektivita. Pozorujeme také projevy lítosti, studu či zahanbení. Pocity strachu souvisí s častými změnami, které doprovází celé vývojové období. Začínají také pociťovat zodpovědnost za určitá dění a jejich následky, projevuje soucit. Všimáme si také projevů tzv. spoluprožívání, např. dítě začne být smutné, když pozoruje někoho smutného.

### 3 Předškolní věk

Předškolní věk popisuje období od 3 do 6 let věku dítěte. Někdy ale můžeme do tohoto období zařadit dítě již ve věku 2 let. Horní věková hranice je uzavřena důležitým životním mezníkem, a sice vstupem do školy. (Thorová, 2015)

Z hlediska tělesného vývoje můžeme zmínit průměrnou tělesnou váhu u chlapce, která se během předškolního období změní z 15 kg na zhruba 22 kg. Co se týče výšky, u chlapců se jedná většinou o nárůst z 97 cm na zhruba 117 cm. U dívek jsou tyto údaje stále ještě nižší, než u chlapců. (Říčan, 2014)

V tomto období si dítě upevňuje a začíná si uvědomovat svoji roli a svoje postavení ve společnosti. Převládají fantazijní úvahy bez logického základu. Dítě staví své myšlenky na tom, co zatím poznalo. Postupně se dítě seznamuje s určitými pravidly, učí se pochopit spolupráci, rozvíjí se způsob komunikace nejen s dospělými, ale i s vrstevníky. Tyto všechny aspekty souvisí i s rozvojem hry, od paralelních her se přechází ke skupinovým aktivitám. Důležité je nyní pochopení tolerance a respektu k ostatním. (Vágnerová, 2012)

Velkým milníkem se zde stává vstup do mateřské školy. Větší část dětí se na prostředí mateřské školy adaptuje docela rychle a těší se tam. Obecně vzato je předškolní vzdělávání pro dítě naplňující, a to z mnoha důvodů. Tím hlavním důvodem je socializace do dětské skupiny. (Matějček, 2014)

Podle Blatného (2016) se název tohoto období pojí s tím, na co je dítě v tomto věku připravováno. Veškeré dovednosti, schopnosti a aktivity, které dítě během těchto třech let rozvíjí, budou pilířem pro zvládnutí požadavků, jež na dítě budou kladeny ve školním období.

Dle Thorové (2015) je toto období nazýváno „zlatým věkem dětské hry“. Hra je součástí každodenního života dítěte tohoto věku, je základním nástrojem, díky kterému dochází k rozvoji všech oblastí. Může se jednat jak o hry spontánní, tak o hry řízené. V každém typu her může dítě rozvíjet jinou oblast. Důležité jsou také námětové hry, které dětem umožní prožívat ve hře různé situace v zastoupení různých rolí.

Zvláštní roli ve vývoji zde zastupuje kresba a rozvoj grafomotoriky. Před samotným zahájením aktivit z těchto oblastí je potřeba se také zabývat otázkou laterality. (Bednářová, Šmardová, 2015)

## 3.1 Psychomotorický vývoj

### 3.1.1 Vývoj jemné a hrubé motoriky

Dle Blatného (2016) se v předškolním období rozvíjí již osvojené dovednosti, nyní dochází k jejich zdokonalování. Jedná se o naprosto běžné každodenní činnosti jako např. oblékání, ale i základy míčových her (házení, chytání, kopání), či jízdu na kole. Podstatou tohoto rozvoje je pochopení vlastního těla. Zvyšuje se také úroveň jemné motoriky. Zdokonaluje se práce s drobnějšími předměty, díky tomu se rozvíjí zručnost a upevňuje se návyk správného držení tužky.

V předškolním období můžeme u dítěte v oblasti hrubé motoriky pozorovat výrazný rozvoj a upevňování schopnosti rovnováhy. Dítě je schopno déle vydržet ve stoji na jedné noze, zvládá na ní i skákat. Při poskakování dokáže střídát obě nohy. Výrazným milníkem pro toto období se stává nauka jízdy na kole, která rovněž souvisí s rovnováhou. (Kurtz, 2015)

Dítě ve věku 4 let se dokáže koordinovaně pohybovat na tříkolce, či na různých odrážedlech. Zdokonaluje se u něj vzdálenost a směr hodů míčem. (Allen, 2000)

V rámci jemné motoriky je důležité zmínit rozvoj samoobslužných činností. Mezi takové můžeme zařadit ty, které jsou pro děti určitým způsobem lákavé, ale i nebezpečné. Do takových činností můžeme zařadit např. krájení dětským nožem, zatloukání hřebíků kladivem, či míchání pokrmu vařečkou. Dítě v tomto věku se pomalu učí jíst oběma příbory, samostatně si čistí zuby. Pro děti se stávají lákavými aktivity a hry, při nichž mohou napodobovat práci dospělého. U dívek jsou to např. hry na domácnost, na školu, či na doktora. U chlapců směřuje téma her ke zbraním a k boji. (Matějček, 2014)

Dle Kurtz (2015) zmiňuje v rámci vývoje jemné motoriky v předškolním období důležité činnosti. Dítě ve věku 5 let by si mělo být schopno zavázat tkaničky u bot. Ve věku šesti let je schopno úhledně napsat své jméno na linku. Autorka také poukazuje na určité signály, které nás mohou upozornit na komplikace ve vývoji hrubé motoriky dítěte. Tyto signály lze obvykle sledovat při každodenních činnostech. Můžeme tedy pozorovat: časté zakopávání dítěte, nechut' zapojit se do skupinových her a sportů, vysokou unavitelnost, náročný proces nauky novým dovednostem, obtížnou kooperaci obou polovin těla, nemotornou chůzi s opakovaným vrážením do různých objektů, či stále nevyhranění jedné ruky.

Pro rozvoj jak jemné, tak i hrubé motoriky je důležité, abychom děti podporovali, pokud nám chtějí pomáhat při různých domácích pracích a činnostech. Činnosti, které už dítě zvládá, mu necháváme vykonávat samostatně. Nepomáháme mu, pokud to není nutné nebo nás nepožádá. Necháváme ho vykonávat jednoduché úkoly, kterými nám může pomoci např.

v kuchyni. Jeho iniciativu při pomoci neshazujeme, nýbrž, co nejvíce podporujeme. (Bednářová, Šmardová, 2022)

### 3.1.2 Vývoj kresby

Podle Thorové (2015) se předškolní období nazývá „zlatým věkem dětské kresby“. Kresba se totiž stává v podstatě každodenní činností každého dítěte. Není ovšem jedinou kreativní tvorbou, které se dítě věnuje. Toto období je bohaté na aktivity věnující se rozvoji jemné motoriky a tvořivosti, jako např. stříhání, lepení, atd..

Samotný vývoj kresby lze podle Bednářové a Šmardové (2015) rozdělit do několika etap, vymezených od 2 do 11let věku dítěte. Nejlépe lze tato stádia popsat na kresbě lidské postavy, protože se jedná o nejčastější typ kresby dětí v tomto věku.

Dělení těchto etap je následující (pro potřeby vymezení předškolního období se zde zobrazují etapy od 2 do 7 let věku dítěte):

1. Čáranice - první náznaky se mohou objevovat díky podnětnému prostředí brzy. Z počátku se jedná o bezmyšlenkovité pohyby tužkou, vycházející z pohybu celé paže. Vznikají na sebe nevázané tahy čar, které vedou různými směry. Díky občasnému neúmyslnému protnutí některých čar se objevují počátky různých tvarů např. kolečka, úhly, atd..
2. Hlavonožec – toto stádium je typické u dětí ve věku 3 až 4 let. Je ale nutno podotknout, že musíme jednotlivé děti posuzovat individuálně. Daná kresba je specifická velkým kruhem, který představuje hlavu. Uvnitř hlavy už můžeme pozorovat oči, ústa i nos. Na hlavu jsou napojené dvě delší čáry mířící směrem dolů, ty znázorňují nohy. Na nohou můžeme vidět i zakončení v podobě malých obloučků. Ruce jsou často kresleny jako čáry směřující od hlavy nebo z nohou.
3. 5. rok – opět zde musíme brát zřetel na individuální rozdíly mezi dětmi. V tomto roce již některé děti přechází do dvojdimenzionální kresby (ruce, nohy), některé ještě stále kreslí jednodimenzionálně. Obecně lze ale říct, že se v kresbě postavy začíná objevovat trup, který odděluje hlavu od zbytku těla. U některých dětí můžeme pozorovat i drobné detaily v kresbě, např. prsty nebo vlasy.
4. 6. rok – v tomto věku již u většiny dětí pozorujeme dvojdimenzionální kresbu. Ruce vyrůstají z trupu, hlava je oddělená od těla. U dětí také pozorujeme kresbu specifikující dané pohlaví postavy.
5. 7. rok – specifikem v kresbě postavy se stává kresba krku. Pozorujeme znázornění nohou, které již nejsou od sebe tak vzdálené. Kresba je vyspělejší v oblasti proporcí dané postavy. Od sedmého roku můžeme začít projevovat kresbu z profilu. (Bednářová, Šmardová, 2021)

Čtyřleté dítě se již pokouší o záměrný obsah kresby, ale obvykle se daný záměr ještě nepodaří. Výsledná kresba je nakonec pojmenována jinak, než bylo zamýšleno. (Allen, 2000)

### 3.1.3 Vývoj laterality

*„Lateralitou rozumíme přednostní užívání jednoho z párových orgánů, tj. asymetrii párových orgánů hybných (ruky, nohy) nebo smyslových (oka, ucha).“ (Zelinková, 2015, s.139)*

Dle Zelinkové (2015) můžeme lateralitu rozdělit na dvě podoblasti, a sice na lateralitu tvarovou a funkční. Tvarová lateralita zkoumá asymetrii mezi polovinami lidského obličeje. Funkční lateralitu můžeme sledovat v případě přednostního užívání jednoho z párových orgánů. V návaznosti na tyto poznatky poté rozlišujeme tři druhy laterality. Těmito druhy jsou: leváctví, praváctví a ambidextrie (nevyhraněnost). Pokud do období vstupu do školy u dítěte nedojde k vyhranění, mohou se následně dostavit počáteční obtíže např. v psaní.

Nemá-li dítě v období předškolního věku vyhraněnou jednu ruku, měli bychom na základě dalších důležitých informací posoudit lateralitu ruky a oka. Potřebné informace si postupně shromažďujeme v rámci běžných každodenních činností, her, kresbě. Sledovat dítě při spontánní hře nám nejlépe ukáže, kterou ruku dítě preferuje. Dítě také pozorujeme u samoobslužných činností. Po pečlivě provedeném procesu sledování dítěte při zmíněných aktivitách jsme schopni určit, kterou ruku dítě v činnostech upřednostňovalo. Tato ruka je tou vedoucí. Lateralitu oka zjišťujeme odlišnými způsoby. Jedná se o aktivity, které dítě „nutí“ k užití pouze jednoho oka, např. náhled do papírové trubičky. Dítě by mělo zvolit to silnější oko, kterým se trubičkou podívá. Ke zjištění laterality ruky a oka existuje několik druhů aktivit a škál. Vhodně vybrané testy může poskytnout i např. poradenské pracoviště. Je nutné, aby byla určena lateralita dítěte ještě před vstupem do školy. (Bednářová, Šmardová, 2022)

U dětí můžeme začít pozorovat preferenci jedné ruky již od 3 let. (Allen, 2000)

Proces, při němž dochází k upevnění dominance jedné ruky, může trvat několik let. Většinou se ale ustálí do čtyř let. V tomto věku již většinou dítě vyhraňuje k práci jednu ruku. Potřebujeme-li zjistit lateralitu dítěte, je nutné mít k dispozici další důležitá fakta. Tyto informace zjistíme z analýzy rodinné anamnézy dítěte a při běžných každodenních aktivitách, či řízených činnostech. Pozorujeme především aktivity, při nichž dítě manipuluje s různými hračkami (stavebnice, společenské hry), pracovní aktivity (práce na zahradě, hra na písku), dále pak sledujeme naprosto běžné aktivity, jako např. hygiena, otevírání dveří, či prohlížení knih. Při zmíněných činnostech pozorujeme *tu ruku, která vykonává pohyb*. Tuto ruku můžeme



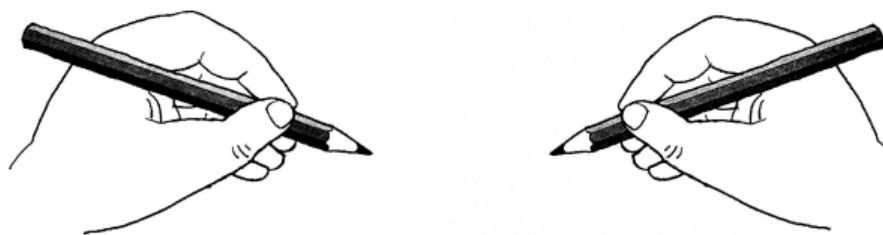
označit, jako ruku vedoucí (dominantní). K záznamu výsledků z jednotlivých činností můžeme využít různé záznamové tabulky nebo si vytvořit vlastní. (Bednářová, Šmardová, 2015)

### 3.1.4 Vývoj grafomotoriky

Vývoj grafomotorických schopností a dovedností má určitou posloupnost a propojenost – hrubé motoriky, jemné motoriky, motoriky mluvidel, motoriky očních pohybů a smyslové vnímání. (Bednářová, Šmardová, 2015)

Dle Thorové (2015) je rozvoj grafomotoriky podporován právě samotnou kresbou. Vývoj grafomotorických dovedností je úzce spjatý s vývojem kognitivních funkcí. Dítě tedy nemůže nakreslit tvar, který ještě nepochopil a neupevnil si jeho strukturu. Grafomotorická průprava je důležitým předpokladem pro pozdější nácvik psaní.

*Okolo třetího roku by měl být navozen špetkový úchop.* (Bednářová, Šmardová, 2015, s. 7)



Obrázek 3 Správné držení psacího náčiní u leváků, u praváků. (Bednářová, Šmardová, 2021)

„Dítě do věku čtyř let není nutné a ani vhodné záměrně vést ke grafomotorickým cvičením.“ (Bednářová, Šmardová, 2021, str. 42)

Dle Bednářové a Šmardové (2021) je důležité dětem v tomto věku vytvářet podnětné prostředí nabízející aktivity, které jim poskytnou možnost spontánně rozvíjet jemnou i hrubou motoriku. Důležité je děti podporovat ve volné kresbě, vytvořit jim při této činnosti klidnou atmosféru. Ne každé dítě ale musí tihnout k této aktivitě. Je tedy potřeba, aby učitelka zvolila vhodnou motivaci a námět. Musí také brát ohledy na individuální potřeby každého dítěte a přizpůsobit zadání jejich schopnostem, nepřetěžovat je. Učitel nesmí zapomenout dítě chválit i za drobné pokroky. Pozorujeme-li nezájem dítěte o činnosti spjaté s rozvojem jemné motoriky, či jeho výkony neodpovídají předpokládaným výsledkům, je na místě se primárně zaměřit na rozvoj hrubé motoriky.

„Základní pohyby při psaní a kreslení vycházejí z hrubé motoriky, z pohybu velkých kloubů“ (Bednářová, Šmardová, 2021, s. 42)

Po čtvrtém roce je již vhodné začít záměrně, ale nenásilně předkládat nejjednodušší grafomotorická cvičení. Od pátého roku jsou grafomotorická cvičení součástí řízených činností, musí se však vhodně zvolit a být pravidelně procvičována. (Bednářová, Šmardová, 2021)

Správná úroveň grafomotorických schopností je důležitým předpokladem pro proces osvojování psaní. Pokud vyvstanou v rozvoji jemné motoriky a grafomotoriky obtíže, nastává poté problém ve školním období. Pozorujeme problémy v psaní určitých tvarů písmen, v jejich velikosti, sklonu, s nepřiměřeným tlakem na podložku, v čitelnosti, či v úpravě písma. Celý proces je pro dítě velice náročný z hlediska energie, proto také sledujeme častější výskyt chyb. Při běžných činnostech můžeme pozorovat různé varovné znaky, které nám popisují obtíže při rozvoji jemné motoriky a grafomotoriky. Pozorovat můžeme např. obsahově nevýraznou kresbu, vyhýbání se kresbě, nezáměr o tuto činnost, nezáměr o aktivity založené na drobných pohybech rukou, na zdatnosti jemné motoriky, či nízká obratnost při sebeobslužných činnostech. (Bednářová, Šmardová, 2022)

### **3.1.5 Vizuomotorika**

*„Aby dítě mohlo kreslit a později i psát, musí být schopno souhry (koordinace) zejména mezi okem a rukou, tj. vizuomotorická koordinace.“* (Bednářová, Šmardová, 2015, s. 7)

Pokud chceme zjistit úroveň vizuomotoriky, můžeme dítěti předložit cvičení založená na obtahování obrysu jedním tahem. (jednotázná cvičení) Pozorujeme, zda se dítě neodchyluje od vzorové čáry a směr, jakým čáru obtahuje. Posuzujeme, zda dítě opravdu zvládne obrys obkreslit jedním tahem, není důležité, jak bude obtažení přesné. Dítě vedeme k tomu, aby obrys obtáhl najednou ne po částech. Cvik provádíme několikrát za sebou. (Bednářová, Šmardová, 2021)

## **3.2 Vývoj řeči a komunikace**

Průcha (2011) uvádí, že se na rozvoj komunikačních dovedností dětí v České republice vždy kladl důraz a již před rokem 1989 byl tento rozvoj legislativně podepřen. Nyní je v platnosti Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání. Jednou z dílčích kompetencí tohoto programu je komunikativní kompetence. Je zde také uvedeno, co by mělo dítě na konci vzdělávacího období umět.

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání se dělí na 5 vzdělávacích oblastí. Jedna z nich se nazývá „Dítě a jeho psychika“. V rámci této oblasti je zařazena podoblast „Jazyk a řeč“. (RVP PV, 2021)

Zde jsou zmíněné některé z očekávaných výstupů podoblasti „Jazyk a řeč“:

- *„správně vyslovovat, ovládat dech, tempo i intonaci řeči*
- *pojmenovat většinu toho, čím je obklopeno*
- *vyjadřovat samostatně a smysluplně myšlenky, nápady, pocity, mínění a úsudky ve vhodně zformulovaných větách*
- *vést rozhovor (naslouchat druhým, vyčkat, až druhý dokončí myšlenku, sledovat řečníka i obsah, ptát se) – domluvit se slovy i gesty, improvizovat.“* (RVP PV, 2021, s. 18)

Ve věku 3 let začíná dítě pokládat velké množství otázek. Popisuje činnosti, které vykonávají ostatní. V rámci aktivní slovní zásoby může tříleté dítě používat od 300 do 1000 slov. Jazykovou stránku rozšiřuje o básničky a písničky. Upozorňuje na aktivitu, kterou právě sleduje, např. tam jede auto. Zvládá odpovídat na běžné jednoduché otázky. Je - li odpověď nenáročná. Ve věku 4 let začíná dítě užívat ve větách prostorové předložky. Dokáže používat přivlastňovací způsob. Ve své mluvě začíná používat souvětí. Orientuje se ve významu minulého času. Dítě v tomto věku řekne celé své jméno, příjmení a své pohlaví. V pěti letech je slovní zásoba dítěte okolo 1500 slov. Začíná se orientovat až v osmi barvách, zná jejich názvy. Projevuje se schopnost chápat humor. S oporou obrázků je schopno reprodukovat příběh. Zná jména svých rodičů a název města, ve kterém bydlí. Gramatická stránka řeči je téměř bez chyb. (Allen, 2000)

Dle Brierleyho (1996) děti na přelomu předškolního a školního věku mají v oblibě nové názvy. Pokud má věc název, jsme schopni si jej zařadit do určité kategorie. Nová slova mohou zaslechnout např. v rámci rozhovoru, či vyprávění. Autor také uvádí, že se způsob poznávání a objevování nového u dětí v tomto období dělí na dvě skupiny. Jednak se jedná o skupinu dětí, u kterých se způsob poznání dostavuje spontánně a přirozeně. Jedná se o rozvoj poznání v rámci běžných her, každodenních činností, či při pomoci rodičům v rámci nějaké práce. Může se jednat o děti, které vyrůstají např. na vesnici, či v malém městě. Tyto děti jsou zvyklé chodit do přírody, pomáhat na zahradě nebo v dílně. Jejich slovní zásoba se vyvíjí bez talku, nenásilně. Poté je tu druhá skupina dětí, jejichž rodiče (kromě jiných činností, díky kterým se dítě rozvíjí) cíleně předkládají dětem různé knihy, vedou s nimi řízené rozhovory, vedou v podstatě záměrný vzdělávací proces. Každá tato skupina má svoje pro i proti. První skupině mohou chybět teoretické poznatky a té druhé zase praktické. Ať už děti získají své poznatky jakýmkoliv způsobem, tak jsou pro ně podstatným základem pro školní vzdělávání.

## 4 Vývoj dítěte ve věku 6–8 let (1. třída)

Toto období nazýváme školním věkem, který Vágnerová (2012) dělí na raný školní věk a střední školní věk. Raný školní věk začíná ve věku přibližně šesti let (vstup do školy) do devíti let věku dítěte. Základním specifickým pro toto období je nauka čtení, psaní a počítání. Autorka také uvádí, že lze vstup do školy chápat také jako *oficiální vstup do společnosti*.

V rámci tělesného vývoje se váha chlapců pohybuje z 22kg na 37 kg, u dívek se jedná o váhu pouze o 0,5 kg více. Dětem začínají růst druhé zuby, s tím je spojená změna tvaru obličeje a poloha čelisti. Mozek se ještě stále zvětšuje, jeho růst se začne zpomalovat okolo desátého roku. V tomto věku se také často určuje postavení mezi dětmi podle jejich síly. S rostoucí silou se rozvíjí, zlepšuje úroveň hrubé motoriky. (Říčan, 2014)

Dle Langmeiera (in Petrová, 2010) se v tomto věku dítě stává realistou. Toto období nazývá „střízlivým realismem“. Jednotlivé ukazatele můžeme sledovat při různých činnostech, např. v kresbě, či v řeči.

Děti obojího pohlaví se v tomto věku začínají stávat více samostatnějšími. Je na ně kladena větší zodpovědnost spojená s nástupem do školy. Toto období s sebou nese mnoho změn ve všech oblastech. Dítě dostává úkoly, vyučování začíná v určitý čas, po škole dítě čekají volnočasové aktivity. Těchto změn je celá řada a na dítě to může být najednou moc. Tyto situace v něm mohou vyvolávat úzkosti. Jedním z dalších milníků tohoto věku je nauka čtení. Jedná se o obtížný proces, většina dětí si tuto schopnost v rámci šestého až osmého roku osvojí. V první třídě je v rámci vyučovacího procesu hojně využívána hra, díky níž se děti efektivněji učí novým vědomostem a schopnostem. (Allen, 2010)

Pro děti, které docházely do mateřské školy, nemusí být přestup na základní školu takovým šokem. V předškolním vzdělávání se již naučily určitým pravidlům, spolupráci a samostatnosti. Základní škola ale obecně přináší odlišný způsob práce a plnění úkolů, proto je tato změna náročná i pro tyto děti. (Mertin in Thorová, 2015)

V období první třídy je nutná dopomoc rodičů, i když se to mnohým dětem nemusí líbit. Je potřeba, aby bylo dítě u přípravy do školy mírně řízeno a motivováno. (Šporclová in Thorová, 2015)

Další velkou změnou, která se školním obdobím nastává, bývá hodnocení. Hodnocení učitelem může mít na dítě negativní dopad. Může vyvolávat strach, který bývá podnětem k potřebě vyrovnat se ostatním spolužákům nebo může mít také demotivační charakter. (Thorová, 2015)

Se vstupem do školy přichází pro děti řada změn, se kterými se musí určitým způsobem vypořádat. Na dítě jsou kladeny určité požadavky, jako např. plnění úkolů, či chystání pomůcek. Pro některé děti je to příliš velký tlak a s danou situací se nedokáží vypořádat. Tento stav nazývaný jako „maladaptace“ se může projevovat ve škole nebo pouze doma. Pokud se takto dítě projevuje ve škole, pozorujeme u něj motorický neklid, nekázeň, či neplnění povinností. Doma mohou rodiče u dětí pozorovat vysokou únavu, nechť plnit školní povinnosti, poruchy spánku nebo u nich projevuje častá nemocnost. (Petrová, 2010)

## 4.1 Psychomotorický vývoj

*„Pohyby jsou oproti předškolnímu období účelnější, rychlejší, přesnější, úspornější, koordinovanější, zlepšuje se hrubá i jemná motorika, zpřesňuje se vizuomotorická koordinace.“* (Petrová, 2010, s. 106)

V rámci jemné motoriky přichází schopnost zavazování tkaniček, práce s papírem (skládání a vystřihování z papíru) a psaní číslovek a písmen. V oblasti hrubé motoriky dochází ke zlepšení obratnosti. Děti v tomto věku se rády věnují pohybovým aktivitám (skákání, běhání, atd.). (Allen, 2000)

Pohyb by v tomto věku měl neodmyslitelně patřit do každodenních činností dítěte. Díky prožitku, který dítě z pohybu má, se posiluje jeho psychická stránka. Dítě se v tomto věku věnuje různým sportovním aktivitám. Výkony spjaté s pohybovou aktivitou nejsou závislé pouze na schopnostech dítěte, ale také na podpoře z vnějšku. (Petrová, 2010)

V období mladšího školního věku se dětem začíná zvyšovat míra vytrvalosti, podávají sice velké výkony, ale neumí ještě užívat energii ve správné míře. Často proto u dětí tohoto věku dochází k prudkému vyčerpání, ale naproti tomu i k rychlému obnovení sil (Thorová, 2015)

## 4.2 Vývoj poznávacích procesů

Dítě se nyní v oblasti přijímání nových informací stává aktivním účastníkem. Učí se záměrně udržovat svoji pozornost. Zpočátku dítě neudrží pozornost příliš dlouho, je to pro něj náročné. Děti si teprve zvykají na školní režim. V tomto období je nutné střídat v rámci výuky různé typy činností v krátkých intervalech. V mladším školním věku probíhá vrcholný vývoj představivosti. Nyní je již dítě schopno od sebe rozeznat realitu a smyšlenou představu. Školní práci je rozvíjena spíše záměrná představivost. Svět fantazie se ale dále prolíná dětským životem přes různé příběhy a hry. V rámci získávání nových poznatků probíhá učení zpočátku mechanicky, s dopomocí. Díky správnému a efektivnímu přístupu učitele přechází žák

k postupu učení, které mu dává smysl, tvoří si vlastní cesty, jak si dané poznatky zapamatovat, aby mu daná informace dávala smysl. (Petrová, 2010)

Na přelomu předškolního a školního období dochází u dítěte k rozvoji v oblasti zrakového a sluchového vnímání. Jsou rozvíjeny určité schopnosti a dovednosti, které jsou potřebné při školní práci, v rámci nauky čtení a psaní. Dosažení těchto kompetencí je rovněž jedním z předpokladů školní zralosti. S naukou zmiňovaných dovedností čtení a psaní je spjatá výrazně vyšší zátěž zraku. Dítě musí nyní častěji střídát vidění do dálky a nablízko. Dítě tím najednou díky častějšímu zaostřování více zatěžuje činnost čočky. Tento proces může u dětí zvýšit unavitelnost a zamezit schopnosti udržet pozornost. Dovednost psaní je spojena se schopností koordinace ruky a oka. Mluvíme o tzv. senzomotorické koordinaci. Než se ale daný proces upevní, musí se dítě v rámci nauky daných dovedností velice soustředit, a to ho stojí mnoho energie. (Vágnerová, 2012)

*„Vizuálně prezentované informace se lépe ukládají do paměti. (Thorová, 2015, s. 413)*

### **4.3 Školní zralost a připravenost**

*„Školní připravenost se týká dovedností a schopností dětí při zahájení školní docházky, které usnadňují školní úspěšnost.“ (Snow in Urbanovská a kol., 2019, s. 7)*

Bednářová a Šmardová (2022) vymezují oblasti posuzování školní zralosti takto:

- Tělesný vývoj a zdravotní stav – prověření úrovně této oblasti spadá do odbornosti lékaře, pediatra. V rámci vyšetření dítěte je nutné prověřit, zda nebude pro dítě překážkou nějaký druh onemocnění, či nějaký druh tělesného postižení. Dále mohou být praktickým lékařem doporučena další vyšetření různého zaměření, např. psychologické. Základní tělesné údaje, jako váha a výška nejsou jedinými ukazateli tělesné zralosti, přesto jsou pro posouzení zralosti důležité. Doporučuje se také promyslet rozhodnutí o zahájení školní docházky u předčasně narozených dětí. U těchto dětí se vyskytují komplikace při rozvoji motoriky. Tato rozhodnutí se doporučují zvažovat i u chronických onemocnění, či u časté nemocnosti. Všechny tyto faktory totiž mohou výrazně oslabit následnou adaptaci dítěte na školní prostředí.
- Úroveň kognitivních procesů – v tomto případě probíhá srovnání se stejně starými dětmi. Může se stát, že je dítě nedostatečně zralé pouze v některé z oblastí. Nedostatky v jedné oblasti může kompenzovat snahou a úsilím, které do zvládnutí činnosti vkládá. U dětí, jejichž úroveň poznávacích procesů není dostatečná, se doporučuje zvážit odklad školní docházky. Poté se můžeme setkat s dětmi, které jsou naopak nadprůměrně vyzrálé. V tomto

případě se může uvažovat o předčasném zahájení školní docházky. Tento proces ale nemusí být vhodný. Dítě může být vyzrálé v poznávacích procesech, ale může být zaostalé např. v sociální oblasti.

V rámci kognitivních předpokladů se posuzují tyto schopnosti:

- „*vizuomotorika, grafomotorika*
- *řeč*
- *sluchové vnímání*
- *zrakové vnímání*
- *vnímání prostoru*
- *vnímání času*
- *základní matematické představy.*“ (Bednářová, Šmardová, 2022, s. 3)

- Úroveň pracovních předpokladů – do jaké míry dokáže dítě užívat určitých dovedností. Na jaké úrovni je u dítěte schopnost udržet pozornost, jaká je míra jeho soustředění. Jak dítě dokáže plnit zadané úkoly a jak se věnuje určeným povinnostem. V rámci této oblasti také pozorujeme, jak dítě dokáže spolupracovat a přijímat určitá pravidla.
- Úroveň zralosti osobnosti – v tomto případě dbáme na individuální přístup ke každému dítěti. Je proto náročné tuto oblast nějak obecně vymezit. Lze ale říci, že zde pozorujeme jistou emocionální úroveň dítěte. Jak se dokáže vyrovnat s určitými situacemi, jak se projevuje ve společnosti. V dětské skupině se setkáme s několika typy projevů. Některé děti mohou být stydlivé, jiné nebudou mít problém se otevřít novým lidem a situacím. U dětí také pozorujeme úroveň mezilidských vztahů a schopnost začlenit se do sociální skupiny. Dále je také důležité, aby bylo dítě schopno být na určitý čas odloučené od rodiny.

Procházka a kol. (2014) popisují školní připravenost těmito třemi oblastmi.

- Sociální oblast – sledujeme, zda se dítě dokáže odpoutat od rodičů, dokáže spolupracovat, respektovat učitele a zda má vštípená pravidla společenského chování.
- Rozumová oblast – vyhodnocujeme, zda se dítě dokáže soustředit, zda dokáže realisticky uvažovat. Zjišťujeme, jaké má dítě vědomosti a na jaké úrovni jsou jeho paměťové schopnosti.
- Citová oblast – jakým způsobem je dítě schopno reagovat v zátěžových situacích. Jak dítě pracuje s nepříjemnými stavy, jako např. stres a strach.

Mnoho rodičů se v období před vstupem jejich dětí do školy rozhoduje, zda jsou děti dostatečně připravené na školní docházku. Rodiče mají několik možností, mezi kterými si mohou zvolit. Pokud u dítěte nenastaly nějaké problémy a je dostatečně vyzrálé, může nastoupit do školy v řádném termínu. Dále se může přemýšlet o odkladu školní docházky dítěte (maximálně o dva roky) a třetí možností je zpětný odklad (přerušeni školní docházky). Následně se dítě vrátí do mateřské školy. Třetí možnosti se příliš nevyužívá, protože může dítě psychicky velice zasáhnout. (Verecká, 2002)

Příčin nepřipravenosti, či nezralosti dítěte na vstup do školní docházky může být několik. Nejčastěji jimi jsou určité tělesné vady, nízké rozumové schopnosti, vliv prostředí, ve kterém je dítě vychováváno, či porucha CNS. (Procházka a kol., 2014)

*„Povinná školní docházka začíná počátkem školního roku, který následuje po dni, kdy dítě dosáhne šestého roku věku, pokud mu není povolen odklad.“ (Zákon č. 561/2004 Sb.)*



## 5 Praktická část

V praktické části této diplomové práce bude čtenářům představen vytvořený zásobník aktivit různého druhu. Zásobník je rozdělen do čtyř základních oblastí. Tyto oblasti autorka shledává jako stěžejní z hlediska rozvoje psychomotorických dovedností. Dle jejího názoru se rozvoj těchto oblastí neustále prolíná a samotné aktivity nepodporují vždy rozvoj pouze jedné z nich. Zmiňovanými oblastmi jsou: Hrubá motorika, Jemná motorika, Vizuomotorika a Oromotorika. Každá z těchto oblastí obsahuje 10 vypracovaných aktivit, odpovídajících danému zaměření.

Aktivity jsou strukturovány do příprav, ve kterých je vždy uveden/o: název, doporučení, očekávání, cílová skupina a detailní popis dané aktivity. U některých aktivit nalezneme také: poznámky a pomůcky. Dle druhu činnosti jsou k přípravám případně přiloženy přílohy různého druhu. Jedná se o: pracovní listy, pomůcky jako např. kartičky, písničky, básničky, říkanky, či QR kódy s audio, či audiovizuální nahrávkou. Velká část těchto aktivit byla vytvořena autorkou této diplomové práce.

## 6 Cíl práce a výzkumné otázky

Hlavním cílem praktické části diplomové práce bylo **vytvoření zásobníku pro rozvoj psychomotorických dovedností žáků 1. třídy ZŠ.**

Hlavní cíl byl rozpracován do několika dílčích cílů:

- *Vytvoření zásobníku pro rozvoj hrubé motoriky, jemné motoriky, vizuomotoriky a oromotoriky.*
- *Ověření vytvořeného materiálu na žácích 1. třídy na vybrané ZŠ.*
- *Zhodnocení vytvořeného zásobníku vybranými učiteli.*

Na základě výše uvedených cílů, se budeme snažit odpovědět na následující otázky:

- *Je distribuovaný materiál pro oslovené žáky srozumitelný?*
- *Která z oblastí (dovedností) je pro oslovené žáky nejtěžší?*
- *Jak hodnotí zásobník oslovení pedagogové?*

## 7 Tvorba zásobníku aktivit

Tvorbě samotného zásobníku předcházela nezbytný sběr teoretických poznatků a dat. Tyto informace se následně staly podkladem pro tvorbu teoretické části této diplomové práce. Ujasnění si potřebných informací bylo nezbytným základem pro další kroky. Období sběru dat a následné tvorby teoretické části této práce trvalo od listopadu roku 2022 do konce února.

Následovalo potřebné rozplánování a samotná tvorba praktické části. Tvorba teoretické a praktické části se v určitém období prolínala. Pro některé oblasti již autorka nasbírala dostatečné množství teoretických podkladů a mohla tudíž již tvořit jednotlivé přípravy. Aby byla tvorba aktivit účelná a samotné aktivity smysluplné, bylo potřeba si nejprve stanovit, jak tento zásobník strukturovat. Díky studiu odborné literatury, v oblasti vývojové psychologie, si mohla autorka vytyčit stěžejní oblasti, které je v rámci psychomotorického rozvoje potřeba podporovat a rozvíjet. Díky tomuto vymezení bylo vytvořeno základní rozdělení daného zásobníku. Vzhledem k všestrannému nadání autorky této práce, včetně hudební a dramatické průpravy, bylo přirozené vložit do zásobníku aktivity převážně vlastní tvorby. Ostatní aktivity byly sesbírané v rámci studijních praxí, hodin dramatické výchovy, či workshopů různého zaměření.

Z hlediska organizace se zde setkáváme s aktivitami vhodnými do úvodní části hodin, v rámci průběhu vyučovací hodiny – jako druh aktivizační činnosti, či do závěru vyučovací hodiny.

Zásobník je primárně určen pro pedagogy 1. – 2. tříd základních škol. Součástí jsou ale také aktivity, které lze využít v rámci různých volnočasových aktivit a kroužků. Začínajícím pedagogům může sloužit jako podklad a inspirace pro vlastní tvorbu. Zkušeným pedagogům může být určitým zpestřením vlastní práce.

Materiál je složen z mnoha aktivit různého druhu. K některým z nich jsou také přiloženy přílohy, které jsou nezbytné k uskutečnění dané aktivity. Nalezneme zde již „hotové“ materiály k vytisknutí, ale i materiály k následnému dotvoření. Např. kartičky k aktivitě „Rýmy“, či k aktivitě „Mluvíme v celých větách“, je vhodné vytisknout a následně ještě zalaminovat. Laminace těchto kartiček umožní žákům lepší manipulaci a také zabrání poničení tohoto materiálů při manipulaci.

Kromě příloh běžného typu zde čtenáři mohou objevit i QR kódy, jež je odkážou na audio, či audiovizuální nahrávky. Tyto nahrávky lze využít v rámci hodin jako hudební podklad pro zpěv a pohyb, dále v rámci nauky aktivit pro učitele, či nauky daných aktivit pro žáky.

## 7.1 Metody sběru dat

### 7.1.1 Pozorování jako evaluační nástroj

Dle Miovského (2006) by se měl samotný proces pozorování strukturovat do čtyř částí. Konkrétnímu pozorování by ještě měla předcházet fáze, jež nás připravuje na daný proces. Její součástí by mělo být např. stanovení cíle, či hypotézy. Následuje onen proces pozorování, při němž se autor snaží získat, co nejvíce informací. Poté probíhá určitá analýza získaných dat. Na závěr nesmí chybět prezentace získaných a zpracovaných výsledků.

Miovský (2006) také uvádí následné dělení této metody:

a) *„Dle pozorovaného objektu*

- *introspekce: pozorování sebe sama, zaměřené na vlastní prožívání (sebereflexe)*
- *extrospekce: pozorování jiných lidí a jejich chování a projevů*

b) *Dle struktury*

- *nestrukturované*
  - *ve výzkumu se příliš nepoužívá*
- *strukturované*
  - *využívá se v naprosté většině, protože pozorování mnoha jedinců nemůže být zvládnuto jedním pozorovatelem, je tedy nutné zajistit srovnatelnost postupů celého týmu*
  - *minimální požadavek: záznamový arch s kategoriemi, ve kterých bude pozorované chování zaznamenáváno*
  - *měření při pozorování musí být reliabilní (tzn., že při opakované aplikaci, pokud se ovšem pozorovaný objekt nezměnil, poskytne shodné výsledky)*
  - *reliabilní je taková metoda pozorování, při jejíž aplikaci skupina pozorovatelů pozorujících nezávisle stejný jev dospěje k shodným závěrům.“*

(www.adiktologie.cz)

Dle výše uvedeného dělení můžeme konstatovat, že autorka užíla, jak metody introspekce, tak i metody extrospekce. Vzhledem k hlavnímu cíli praktické části této diplomové práce, jímž bylo vytvoření Zásobníku aktivit, bylo využito nestrukturované formy metody pozorování. Proces pozorování totiž nebyl stěžejním bodem, ale pouze věcným doplňkem.

**Zásobník pro rozvoj  
psychomotorických  
dovedností žáků 1. třídy ZŠ**

Vážení pedagogové,

zásobník, se kterým právě začínáte pracovat, se soustředí na **rozvoj psychomotorických dovedností u žáků 1. třídy ZŠ**. Zásobník je rozdělen do čtyř oblastí a obsahuje návody na rozvoj hrubé motoriky, jemné motoriky, vizuomotoriky a oromotoriky.

Zásobník můžete použít také jako „nápadník“ pro Vaše další činnosti. Najdete zde náměty pro různé druhy her, práci s písněmi, popěvky, básničkami, říkankami, logopedickými cvičeními, či pracovními listy.

Každá aktivita je popsána, je uvedena cílová skupina, doporučení (jak aktivitu využít, kam ji zařadit v rámci výuky). Nechybí ani rady, na co si při provádění dávat pozor apod. U některých oblastí je přiložen i pracovní list, notový záznam, kartičky, či QR odkazující na autorský audiovizuální záznam.

Věřím, že Vás práce s materiálem bude naplňovat tak, jako mě při jeho tvorbě.

Markéta Tichá

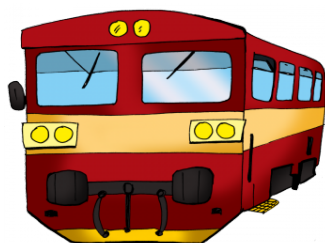
## I. OBLAST: HRUBÁ MOTORIKA

<b>TANEC VÍL A LESNÍCH SKŘÍTKŮ</b>	
<b>Doporučení:</b>	Danou aktivitu můžeme zařadit v libovolné části dne. Aktivita nám může sloužit jako pohybové rozcvičení na začátku dne nebo jako aktivizační činnost během dne, v rámci výuky.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění celého těla. Rozhýbání svalových skupin.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Danou aktivitu zařazujeme až po adaptačním období žáků. Jedná se o volné vyjádření pohybů. Pro některé děti může být nepříjemné se tímto způsobem projevat v neznámém prostředí. Do aktivity žáky nenutíme. Provedení pohybů je zcela na jejich fantazii. Samotný stoj na místě, či mírné pohupování už může být pro žáka dostačující.
<b>Pomůcky:</b>	Libovolná relaxační hudba (rádio, reproduktor)
<b>Poznámky:</b>	Danou aktivitu lze podpořit motivací: <ul style="list-style-type: none"><li>• dětem navodíme představu, že se staly lesními vílami a skřítky</li><li>• je večer a všichni tito tvorové se probouzejí</li></ul>
<b>Popis aktivity:</b>	Začne znít relaxační hudba. Žáci stojí ve vymezeném prostoru. Dle svého rozhodnutí se začnou pohybovat. Pohyb provádí na místě, či v prostoru. Svůj pohyb se mohou pokusit sladit s hudbou, která zní. Není určeno, o jaký pohyb se má jednat. Veškeré pohyby jsou na fantazii žáka. Primárně usilujeme o propojení pocitů z hudby s celým tělem. Dle potřeb mají žáci otevřené, či zavřené oči. Tato aktivita je zaměřena na každého jedince zvlášť. Při dané aktivitě se nemluví, neprobíhá kontakt s ostatními žáky.

## CESTOVÁNÍ VLAKEM

<b>Doporučení:</b>	Tato aktivita je vhodná jako prvotní aktivita dne, aby se žáci díky pohybu „probudili“ a protáhli. Aktivitu lze zařadit i během dne, kdy potřebujeme žáky opětovně zaktivizovat. Hra je tedy vhodná i jako aktivizační činnost.
<b>Očekávání:</b>	Postupně se do aktivity přidá celá třída. Aktivita slouží nejen k fyzickému protažení, ale i k rozvoji pohybové kreativity.
<b>Cílová skupina</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Do aktivity žáky nenutíme, snažíme se je ale podnítit, aby se aktivity zúčastnili. Můžeme jim při vymýšlení pohybu pomoci. Oceníme i drobné pohyby např. mávnutí rukou. Cílem je, aby se do hry zapojili všichni žáci.
<b>Pomůcky:</b>	Komín lokomotivy (papírová trubička), symbol lokomotivy (viz popis).
<b>Poznámky:</b>	K této aktivitě je přiložen notový záznam popěvku a QR kód. Po naskenování QR kódu se zobrazí odkaz se zvukovým záznamem.
<b>Popis aktivity:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hře předchází nauka popěvku: „<i>Jede vláček dokola, každý na něj zavolá. On zavolá: hú, hú, hú, nasedejte pomalu.</i>“ (notový záznam přiložen níže)</li> </ul> <p>Paní učitelka/ pan učitel určí jednoho žáka, ten se stává lokomotivou. Tomuto žákovi může dát do ruky nějakou trubičku (komín) nebo jiný symbol, kterým jej označíme jako lokomotivu. Paní učitelka/ pan učitel s celou třídou zpívají popěvek. Po dozpívání popěvku žák (lokomotiva) zastaví u jiného libovolného žáka. Tomuto vybranému žákovi předvede nějaký pohyb, daný žák (cestující) musí daný pohyb, co nejlépe zopakovat. Po správném zopakování pohybu je žák přijat do vlaku a zapojí se za lokomotivu. Celá třída opět zpívá popěvek a vlak se „rozjede“, poté se vlak zastaví u jiného žáka, pohyb předvádí vždy poslední žák ve vlaku. Po správném zopakování se vlak opět rozjede a třída zpívá popěvek. Postupně jedeme ke všem žákům nebo jen k části, řídíme se časovými možnostmi.</p> <p>Obměny: můžeme určit dvě lokomotivy, po třídě nám „pojedou“ dva vlaky. Poté také můžeme použít obměnu u opakování pohybu. Pohyb může předvádět nový cestující a zopakovat ho po něm musí celý vlak.</p> <p><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

### Jede vláček



<b>VRTULNÍK</b>	
<b>Doporučení:</b>	Danou aktivitu zařazujeme v rámci uvolňovacích cvičení před psaním, kresbou, či malbou.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění ramenního kloubu v rámci uvolňovacích cvičení.
<b>Cílová skupina:</b>	1.– 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Všímáme si, s jakou intenzitou děti provádějí kroužení celé paže. Dbáme na to, aby tento pohyb děti nepřeháněly, aby si při aktivitě neublížily.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Děti se postaví před lavic nebo ve dle lavic (dle prostoru ve třídě). Děti si kolem sebe udělají prostor, aby nenarazily do ostatních žáků. Nauka říkanky s pohybem.</p> <p><i>Během celé říkanky provádíme kroužení celými pažemi</i></p> <p><b>Říkanka:</b>  Měli jste už někdy sen,  letět třeba vrtulníkem?  Ten má velké vrtule,  krouží se dost zběsile.</p> <p><i>Kroužíme na druhou stranu</i></p> <p>Vrtule se musí kroužit,  vrtulník vzlétne do oblak.  Lítají v něm záchranáři,  vrtulník má každý rád.</p> <p><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>



## ZRCADLO

<b>Doporučení:</b>	Druh relaxační aktivity. Zařadit jej můžeme v závěru vyučovací hodiny, či do poslední hodiny daného dne.
<b>Očekávání:</b>	Závěrečné zklidnění organismu. Aktivita vede k nauce trpělivosti a kooperace.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na to, aby žáci během aktivity udrželi klid a nemluvili.
<b>Pomůcky:</b>	Karimatky, relaxační hudba (rádio, reproduktor)
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci si utvoří dvojice. V těchto dvojicích se posadí na karimatky proti sobě. Žáci se mezi sebou dohodnou, kdo ve dvojici bude mít vedoucí roli a kdo bude po druhém opakovat (zrcadlo). Ten, jenž vede, předvádí různé pohyby. Začít může vsedě, postupně může pohyby vézt celým tělem. Druhý žák je zrcadlem, ve stejnou chvíli tudíž musí naprosto přesně kopírovat pohyby toho, jež vede.</p> <p>Žáci si svoje role následně vymění. Může také přijít část, kdy se žáci na rolích předem nedomluví a dané role vyplynou ze situace. Vzájemně poznají, kdo v danou chvíli vede a kdo je zrcadlo. Celá aktivita probíhá bez mluvení. Aktivitu můžeme podpořit relaxační hudbou.</p>

## ZAHRADA PLNÁ SOCH

<b>Doporučení:</b>	Aktivita slouží k pohybovému rozcvičení a uvolnění
<b>Očekávání:</b>	Díky této aktivitě se žáci pohybově rozcvičí. U žáků také rozvíjíme fantazii a vedeme je k odstranění stydlivosti při pohybovém projevu.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Žáky oceníme i za drobné projevy. Oceníme i snahu.
<b>Pomůcky:</b>	Klavír. Reproduktor. CD s písněmi/ notebook s písněmi.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Paní učitelka/ pan učitel hraje na klavír libovolnou melodii. Může zvolit písně, které děti znají, a které si mohou případně společně s doprovodem zazpívat. Jak paní učitelka/ pan učitel přestane hrát, musí každý žák ihned vytvořit nějakou sochu.</p> <p>Před vytvořením soch může paní učitelka/ pan učitel zadat téma, na které mají žáci sochy vytvořit. Může se jednat např. o emoce - radost, smutek, strach, či o určité postavy např. princ, policie, zpěvák, atd.</p> <p>Obměna: v první variantě tvořil sochu každý žák zvlášť. Nyní můžeme žákům zadat, aby sochu vytvořili vždy v libovolné dvojici. Dvojice se budou během hry obměňovat. Můžeme přidat ještě další změnu. Žákům zadáme, aby po zadání tématu a následném zastavení melodie vytvořili společný obraz soch celá třída. Daný obraz můžeme také „oživit“ a nechat žáky rozehrát krátkou etudu.</p>

## TANEC TĚLA

<b>Doporučení:</b>	Jedná se o písničku s pohybem. Tyto aktivitu tedy můžeme zařadit kdykoliv během vyučování. Sloužit může jako „uvítací aktivita“ či jako aktivizační činnost během vyučovací hodiny.
<b>Očekávání:</b>	Pohybová aktivizace. Zpěv písně
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dané aktivitě předchází nácvik samotné písně. S písní se můžeme seznámit v rámci hodiny hudební výchovy. Po nauce melodie a textu písně přidáváme pohyb.
<b>Pomůcky:</b>	Reproduktor s nahrávkou písně.
<b>Poznámky:</b>	K této písničce je přiložen QR kód, po jehož naskenování se vám zobrazí odkaz s hudebním podkladem.

### Dnes je krásný den



Přes reproduktor žákům pustíme zmiňovaný podklad. Píseň byla již nacvičena a nyní si společně s žáky můžeme k písni přidat pohyby (viz popisky u daných veršů).

**Refrén:**

Dnes je krásný den, tak vstávej s úsměvem,  
*[Začínáme ve stoje. Pohyb pažemi jako při vstávání – roztažení rukou nad hlavou.]*  
*[Usmíváme se.]*

Celé tělo rozhýbej a bude ti hned hej.  
*[každý pohybuje tělem dle libosti]*

**1. Sloka**

Nejdřív pravou nohou udělej krok vpřed,  
*[vykročíme pravou nohou dopředu]*  
Potom zase zpátky, vrať se právě teď.  
*[nohu zase vrátíme zpět]*  
Potom zatřes rukou, co třeba levou,  
*[předpažíme a zatřeseeme levou rukou]*  
ať se pěkně probere a netrpí únavou.  
*[zamáváme levou rukou.]*

Ref.

**2. Sloka**

A teď levou nohou udělej krok vpřed,  
*[vykročíme levou nohou vpřed]*  
potom zase zpátky, vrať se právě teď.  
*[nohu zase vrátíme zpět]*  
Potom zatřes rukou, právě teď pravou,  
*[předpažíme pravou rukou a zatřeseeme s ní]*  
ať se taky probere s dobrou náladou.  
*[Zamáváme pravou rukou]*

**3. Sloka**

Teď zakývej hlavou, ať už nezíve,  
*[kýveme hlavou nahoru a dolů]*  
Ať se hezky probere a na svět pohlédne.  
*[uděláme půlkruhy hlavou a zamrkáme]*  
Zakruť taky boky a celým trupem,  
*[kroužíme boky, kroužíme trupem]*  
zadupej pak nožkami a jdeme na refrén.  
*[zadupeme a vyskočíme nad zem]*

Ref.


**Popis aktivity:**

**Autor: Markéta Tichá**

## PANTOMIMA

<b>Doporučení:</b>	Tato aktivita může sloužit jako aktivizační činnost mezi náročnějšími druhy aktivit. Může se jednat o jisté uvolnění.
<b>Očekávání:</b>	Konkrétní žák se pokusí, co nejlépe ztvárnit pojem na lístečku. Pojem ztvárňuje pouze pohybem. Rozvíjíme tím u žáků kreativitu. U žáků, kteří hádají, tímto podporujeme přemýšlení.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na to, aby žáci, kteří ztvárňují pojem, při projevu nemluví. Do aktivity nikoho nenutíme. Aktivitu nabízíme a pozitivně motivujeme žáky k účasti.
<b>Pomůcky:</b>	Lístečky s názvy, košíček na losování.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Paní učitelka/ pan učitel předem napíše na lístečky názvy toho, co budou žáci následně ztvárňovat. Tyto lístečky s názvy tvoří sama, aby žáci předem nevěděli, jaké názvy se ve hře objeví. Lístečků je buď tolik, kolik je žáků nebo raději o několik více. Názvy mohou být tematicky směřovány na pohádkové postavy, zvířata, činnosti, povolání, předměty denní potřeby. Z počátku žákům do hry vkládáme jednoslovné pojmy, a také pojmy, které lze lehce ztvárnit. Pokud již tuto hru žáci mají lépe upevněnou, můžeme přidat i slovesa, či slovní spojení.</p> <p>Vybraný žák se vždy postaví před tabuli a vylosuje si lísteček. Paní učitelka/ pan učitel žákovi daný lísteček podle potřeb přečte nebo si jej přečte sám. Následuje část, kdy musí žák, co nejlépe daný pojem z lístečku ztvárnit. Toto ztvárnění probíhá beze slov a nejlépe bez pomůcek – rekvizit. Ostatní žáci hádají, co vybraný žák ztvárňuje. Ten žák, který uhádne správný název, přichází k tabuli a losuje si, co bude ztvárňovat.</p> <p>Pokud se v průběhu hry stane, že daný název uhádne žák, který už u tabule pantomimu předváděl, vybereme jiného žáka, aby se vystřídali všichni.</p>

## RANNÍ ROZCVIČKA

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu zařadíme ihned na začátku 1. vyučovací hodiny.
<b>Očekávání:</b>	Protažení celého těla. Jazyková rozcvička (artikulační).
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na správné provádění pohybů. Při deklamaci říkanky upozorňujeme na správnou výslovnost.
<b>Poznámky:</b>	Samotné aktivitě předchází nauka říkanky. V rámci nauky říkanky přidáváme pohyb. Daný pohyb nám může pomoci se zapamatováním si textu. Součástí této aktivity je QR kód, po jehož naskenování se vám zobrazí odkaz s video záznamem této básničky s pohybem.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Paní učitelka/ pan učitel předcvičuje pohyby a deklamuje říkanku. Děti zpočátku opakují, poté si postupně daný pohyb upevní.</p> <p style="text-align: center;"><b>Říkanka:</b></p> <p style="text-align: center;">Když se ráno probudím, <i>[začínáme ze dřepu]</i> vyskočím hned z postele, <i>[vyskočíme ze dřepu]</i> pět dřepů si udělám, <i>[uděláme pět dřepů]</i> ať se tělo probere. <i>[předvádíme pohyb protažení]</i></p> <p style="text-align: center;">Zakroužím si zápěstím, <i>[kroužíme zápěstím]</i> lokty, a pak pažemi, <i>[kroužíme lokty, poté celými pažemi]</i> vždy se hezky protáhnu, <i>[předvádíme pohyb protažení]</i> při tom ranním cvičení. <i>[skáčeme panáka]</i></p> <p style="text-align: center;">Pak se dobře nasnídám, <i>[předvádíme pohyb jezení jídla]</i> napiju se čaje, <i>[předvádíme pohyb pití]</i> každý den pak s radostí, <i>[výskok s roztaženýma rukama]</i> do školy se jede. <i>[předvádíme pohyb točení volantem]</i></p> <div style="text-align: center;"></div>

**Autor: Markéta Tichá**

## POHYBOVÁ ŠTAFETA


<b>Doporučení:</b>	Hra je vhodná jako úvodní „rozehřívací“ aktivita na začátku výuky, i jako aktivizační činnost v rámci vyučovací hodiny.
<b>Očekávání:</b>	Protažení těla, posílení krátkodobé paměti. Přesná nápodoba pohybu.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Snažíme se, aby se během dané aktivity nemluvílo. Můžeme dětem zadat, že se jedná o pantomimu – pohyb bez mluvení. Žáka, který vytváří „putovní“ pohyb usměřujeme, aby jeho vymyšlený pohyb nebyl příliš složitý, aby byl další žák schopný si jej zapamatovat a předvádět dalšímu žákovi.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci si utvoří zástup. Zvolíme žáka, který bude stát v zástupu jako první, zvolíme také žáka, který bude v zástupu stát poslední.</p> <p>Všichni žáci v zástupu stojí zády k prvnímu žákovi.</p> <p>Úkolem prvního žáka je vymyslet krátký pohyb, poté se otočit a předvést jej žákovi za ním, ten se pro danou chvíli otočí, aby si pohyb prohlédl. Pohyb si musí, co nejlépe zapamatovat. Poté se zase otočí a pohyb nyní předvádí on dalšímu žákovi. Ostatní žáci jsou celou dobu otočeni zády a nevidí, co za nimi probíhá. Postupně pohyb přejde přes všechny žáky až k tomu poslednímu.</p> <p>Cílem je, aby k poslednímu žákovi došel totožný pohyb, který byl vytvořen. Dost často se ale stane, že se díky přenosu daný pohyb více, či méně pozmění.</p>

## RELAXAČNÍ MASÁŽ


<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu zařazujeme na závěr hodiny, či celého vyučovacího dne. Jedná se o relaxační aktivitu.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění celého těla. Zklidnění organismu.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Žáky musíme upozornit na bezpečnost při provádění daných masážních pohybů. Míčky stlačujeme pouze jemně. Pokud je žákovi ve dvojici něco nepříjemné, ihned činnost ukončíme.
<b>Pomůcky:</b>	Karimatky. Masážní míčky. Relaxační hudba. Reproductor.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci si utvoří dvojice. V těchto dvojicích si vyberou místo ve třídě a vezmou si do dvojice jednu karimatku. Mezi sebou si zvolí, kdo začne s masáží a kdo bude masírován, po upozornění paní učitelky/ pana učitele se žáci vymění.</p> <p>Žáci dostanou do dvojice masážní míčky. Před zahájením aktivity jsou žáci názorně poučeni, jak masáž provádět. Jsou jim předvedeny konkrétní pohyby, které mohou provádět. Jsou upozorněni, jakou intenzitou lze tlačit míčkem na tělo druhého žáka.</p> <p>Je možné k pomůckám přidat i jiné masážní pomůcky. Může se jednat i o alternativní pomůcky. Např. plastová lahev s vodou, oříšky, drobná větvička s lístky, apod.</p>



## II. OBLAST: Jemná motorika

<b>KAŽDÁ RUČKA</b>	
<b>Doporučení:</b>	Aktivitu zařazujeme v rámci uvolňovacích cvičení před psaním, kresbou, či malbou.
<b>Očekávání:</b>	Procvičení a uvolnění rukou před psaním, kresbou, či malbou. Aktivita může být také vhodná před tvořením v rámci výuky praktických činností.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na správné a důkladné provádění celého cvičení.
<b>Poznámky:</b>	Samotnému zpěvu písničky a spojení s pohybem předchází nauka písničky. K této písničce je přiložen QR kód, po jehož naskenování se vám zobrazí odkaz s videem, na němž zaznívá uvedená píseň s pohybem.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Písnička s pohybem rukou. Píseň převzata z publikace: Od jara do zimy, autorů: Jarmily Jeřábkové, Jasny Lazarové a Jiřího Rumla, 2002.</p> <p><b>Text:</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Od jara do zimy</b> <b>(Jeřábková, Lazarová, Ruml)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Každá ručka má prstíčky,</b> <i>[dlaně vztyčíme před tělo, každý prst se do rytmu dotkne palce]</i> <b>sevřeme je do pěstičky,</b> <i>[dlaně sevřeme v pěst]</i> <b>bum, bum, na vrátka,</b> <i>[ťukání pěstmi o sebe]</i> <b>to je krátká pohádka.</b> <i>[ťukání pěstmi o sebe]</i> <b>Ručičky si spolu hrají,</b> <i>[tleskání]</i> <b>mnoho práce nadělají,</b> <i>[„motání rukou“]</i> <b>bum, bum, na vrátka,</b> <i>[ťukání pěstmi o sebe]</i> <b>to je krátká pohádka.</b> <i>[ťukání pěstmi o sebe]</i></p> <div style="text-align: center;"></div>

## DĚŠŤ

<b>Doporučení:</b>	Tento druh cvičení je vhodný, jako uvolňovací cvik před zahájením psaní. Můžeme jej ale také použít mezi fázemi psaní, v rámci drobné přestávky/ drobného odpočinku.
<b>Očekávání:</b>	Uvolňovací cvičení, rytmus
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Básničku zopakujeme alespoň dvakrát, případně uijeme ještě dalších uvolňovacích cvičení. Toto samotné cvičení není k uvolnění rukou před psaním dostačující.
<b>Poznámky:</b>	K této písničce je přiložen QR kód, po jehož naskenování se vám zobrazí odkaz s videem. Video obsahuje předvedení dané říkanky s pohybem.
<b>Popis aktivity:</b>	<p style="text-align: center;"><b>Říkanka:</b></p> <p style="text-align: center;">Padají nám kapky z nebe, <i>[prsty předvádíme pohyb padajících kapek]</i> každá nás na nose zebe. <i>[prstem se dotkneme špičky nosu]</i> A když dolů padají, <i>[prsty předvádíme pohyb padajících kapek]</i> o zem všechny pleskají. <i>[pleskáme celými dlaněmi na podlaze]</i></p> <p style="text-align: center;">Když uslyšíš deštík, <i>[ťukáme dvěma prsty o sebe]</i> vezmi rychle deštník. <i>[dlaní předvádíme pohyb rozevírajícího se deštníku]</i> Bez deštníku zmokneš, <i>[ťupání prsty na hlavu]</i> vlásky ždímat budeš. <i>[předvádíme pohyb ždímáný vlasů]</i></p> <div style="text-align: center;"></div> <p style="text-align: right;"><i>Autor: Markéta Tichá</i></p>

## MALBA DO MOUKY

<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu zařazujeme v rámci uvolňovacích cvičení.
<b>Očekávání:</b>	Jde nám především o uvolnění zápěstí. Žák se touto aktivitou zklidní, soustředí se pouze na pohyb ruky.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Volíme hlubší tácy, aby mouka nepadala na zem a abychom zamezili tvorbě nepořádku kolem lavice. Dbáme na to, aby pohyby rukou byly jemné.
<b>Pomůcky:</b>	Hlubší tácy, hladká mouka.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci dostanou do dvojic tacy a na něm vysypanou mouku. Je pouze na nich, zda budou aktivitu provádět společně nebo se při ní budou střídat. Žáci provádí spontánní, abstraktní malbu do mouky. Díky jemnosti mouky jsou pohyby ruky ladné a pomalé. Malba nemá zadané téma. Je pouze na rozhodnutí žáka, zda se bude jednat o konkrétní či abstraktní formu.</p> <p>Cílem aktivity je, aby si žák uvolnil zápěstí před psaním, či výtvarnou tvorbou.</p>

## HMATOVÉ HÁDANKY

<b>Doporučení:</b>	Nejprve volíme předměty větších rozměrů. Poté můžeme volit menší velikosti předmětů. Předměty, které do hry přidáváme jako učitelé by měly být dětem známé. Mělo by se jednat o věci, které mohou běžně vidět, či používat.
<b>Očekávání:</b>	Žák rozvíjí své hmatové vnímání
<b>Cílová skupina:</b>	1.– 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Volíme takové předměty, které nemohou žáka zranit. Vyvarujeme se předmětů jako např. nůžky, kružítko, apod.
<b>Pomůcky:</b>	Obsah pouzder, předměty ve třídě, či předměty denní potřeby.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Děti si utvoří dvojice. Domluví se, kdo bude v danou chvíli hádat a kdo bude zadávat hmatové hádanky. Žák, který bude zadávat, si připraví několik předmětů. Může použít předměty ze svého pouzdra, z batohu, ale i z celé třídy. Paní učitelka/ pan učitel ještě každé dvojici přidá 1-2 předměty navíc, které nejsou z dané třídy. Mohou to být např. kuchyňské potřeby, oblečení, nebo také nářadí, atd.</p> <p>Hadač má po celou dobu hádání zakryté oči. Předmět poznává pouze hmatem. Pokud daný předmět uhádne, dá jej druhý žák z dvojice na stranu.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

## DOTYKOVÁ POŠTA

<b>Doporučení:</b>	Danou aktivitu zařazujeme až pod adaptačním obdobím 1. třídy. Děti se budou již lépe znát a nebudou se stydět. Činnost může sloužit jako tzv. relaxační cvičení. Zařadit jej můžeme na konec hodiny, či na úplný závěr dne.
<b>Očekávání:</b>	Aktivita může sloužit k celkovému uvolnění. Žáci se touto aktivitou zklidní a mohou být připraveni na další část výuky.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Žáky upozorníme na to, aby ostatním neprováděli to, co by jim samotným bylo nepříjemné. Např. škrábání, štípání, přílišné tlačení na kůži.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Všichni žáci sedí v kruhu otočení čelem k zadům dalšího žáka. Žáci mají zavřené oči. Otevřené oči má vždy jen jeden žák, a sice ten, který posílá dotyk (aby viděl, kde se následujícího žáka dotýká). Zvolený žák začíná hru tím, že pošle několik dotyků v oblasti zad. Např. 1x pohladí zprava doleva a dvakrát popláčá na rameni. Tento soubor dotyků obejde celý kruh. Samozřejmě se může stát, jako u hry „Tichá pošta“, že se během přesunu k cíli pohyb pozmění. Společným cílem ale je, aby se to nestalo. Poslední žák v kruhu pak všem předvede na prvním žákovi, jaký soubor dotyků k němu doputoval. V tuto chvíli už mají všichni žáci samozřejmě otevřené oči.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

<b>POZNÁVÁNÍ PÍSMEN PODLE HMATU</b>	
<b>Doporučení:</b>	Aktivitu můžeme zařadit před zahájením psaní. Můžeme ji v tomto případě chápat jako uvolňovací cvičení. Tato aktivita může být zařazena i v průběhu vyučovací hodiny. Díky ní si žák může procvičovat znalosti tvarů daných písmen.
<b>Očekávání:</b>	Tímto cvičením posilujeme hmatové vnímání. Učíme žáky vnímat i jinými smysly, než je zrak. Uvolnění rukou.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Při této aktivitě dbáme na bezpečnost. Volíme takové druhy materiálů, při jejichž užívání se žák nemůže poranit.
<b>Pomůcky:</b>	Písmena vytvořena z: kartonu, dřeva, molitanu, či polystyrenu. Šátky/pásky na zavázání očí.
<b>Poznámky:</b>	Žáci pracují ve dvojicích, aby zde mohla proběhnout vzájemná kontrola.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci sedí v lavicích nebo na zemi/ koberci. Do dvojice dostanou několik tvarů písmen z různých materiálů. Žáci si mezi sebou rozhodnou, kdo bude první hádat. Tento žák si zaváže oči, abychom zajistili, že bude písmena poznávat opravdu pouze hmatem.</p> <p>Při prvotním provádění aktivity žáky můžeme nechat, aby si tvary nejprve prohlédli. Pokud chceme aktivitu nastavit ihned s obtížnější úrovní, necháme žáky hádat ihned pouze hmatem. Jakmile se mají žáci ve dvojici vyměnit, můžeme dvojici poskytnout tvary písmen od jiné dvojice. Umožníme tím žákovi, který je druhý v pořadí, aby pro něj dané tvary písmen byly také „nové“ a neviděl je předem.</p> <p style="text-align: right;"><b><i>Autor: Markéta Tichá</i></b></p>

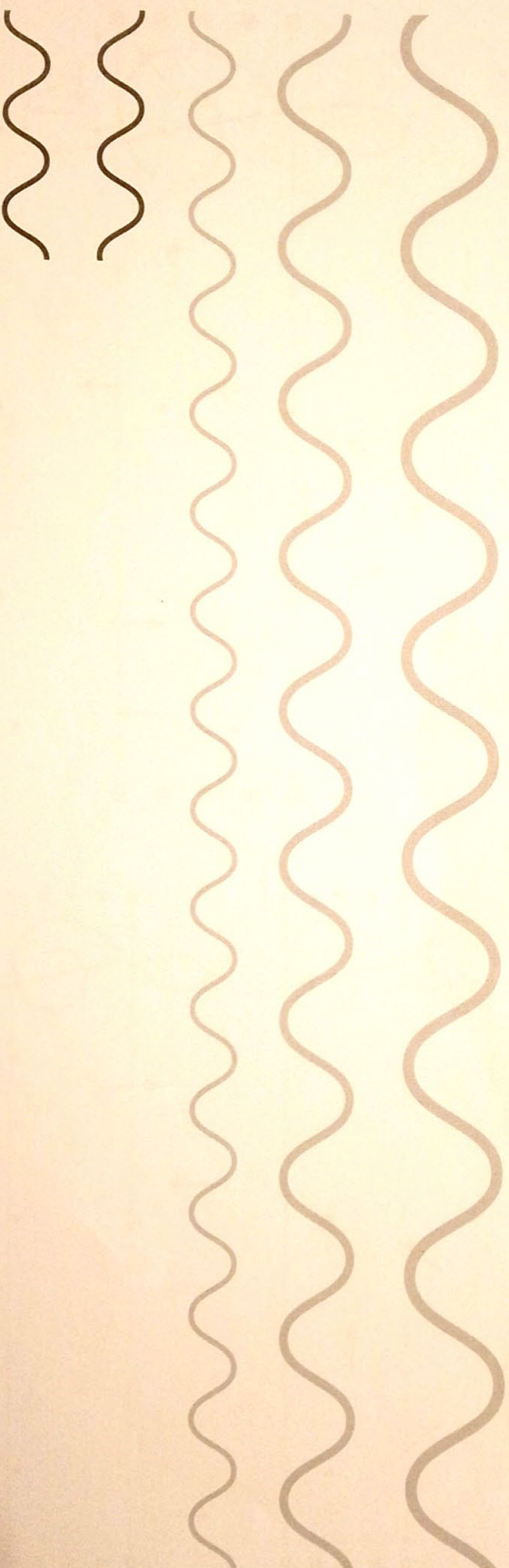
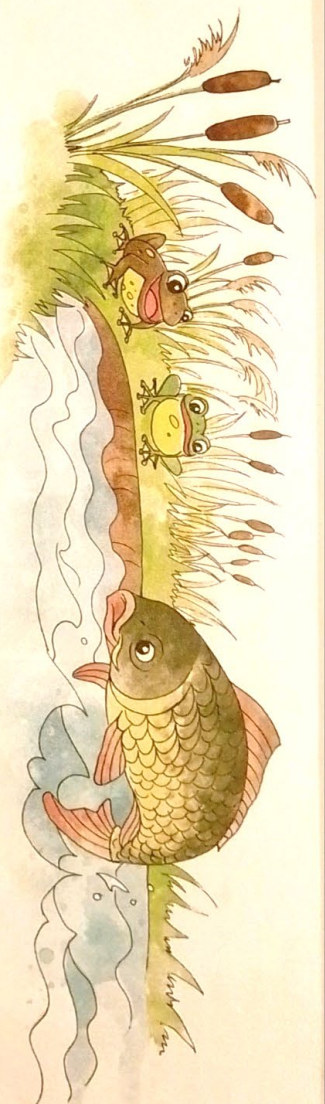
## TISKAŘI

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu lze zařadit v rámci uvolňovacích cvičení, ale i v rámci hlavní činnosti vyučovací hodiny. Tato aktivita propojuje jak znalosti písmen, skladbu slov/ vět, tak i rozvoj jemné motoriky.
<b>Očekávání:</b>	Žák si procvičí špetkový úchop – tento pohyb je procvičován pomocí pohybů prováděných pinzetou. Žák si rovněž upevňuje znalost písmen, procvičuje si skladbu slov a vět.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na to, aby žáci pinzetu drželi správně. Dané držení si můžeme vyzkoušet „nanečisto“. Nejprve můžeme držení předvádět bez pinzety, poté s pinzetou.
<b>Pomůcky:</b>	Noviny, nůžky, lepidla, linkované papíry, pinzety. Slova/ věty napsané na tabuli.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Motivace: hrajeme si na tiskaře. Na tiskařskou firmu. Žákům můžeme ukázat fotografie tiskařských dílen a jejich pracovníků, tiskařů.</p> <p>Této aktivitě předchází nastříhání písmen z novin. Nastříháme několik velikostí. Hledáme všechna písmena abecedy, včetně diakritiky.</p> <p>Úkolem žáků je sestavit na papír předepsané slovo, či větu, pomocí vystřižených písmen z novin. Sestavená slova/ věty žák poté pomocí pinzety skládá na linku a lepí je.</p> <p>Slovo, či větu si žák nejprve pomocí pinzety sestaví na lavici. Lepit může až po potvrzení správnosti učitelkou.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

<b>GRAFOMOTORICKÁ CVIČENÍ</b>	
<b>Doporučení:</b>	Tato cvičení zařazujeme v rámci předslabikářového období v 1. ročníku, tedy v období od září cca do listopadu. Je ale možné zařadit různá grafomotorická cvičení, jako např. jednotažná cvičení i během celého prvního, či druhého ročníku ZŠ.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění zápěstí, správné držení tužky, správný sklon papíru správné sezení. Dostatečný přítlak na tužku.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Tento druh cvičení volíme pro každého žáka individuálně, dle jeho aktuálních schopností. Úroveň každého žáka si zjišťujeme pomocí každodenní průběžné diagnostiky. Tento druh cvičení žáci plní pomocí obyčejné tužky.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Materiálů s různými grafomotorickými cviky je celá řada. Já zde mohu uvést např. publikaci Hravá písanka 1, autorek Mgr. Marceli Puldové a Adrieny Binkové, která byla vytvořena v souladu s RVP. V této publikaci nalezneme různá grafomotorická cvičení, která jsou podpořena různými říkankami a velice pěknou grafikou. Daná cvičení obsahují i navazující úkoly.</p> <p>Grafomotorická cvičení tedy můžeme žákům okopírovat z různých cvičebnic, či můžeme po dohodě s rodiči/vedením školy různé druhy těchto sešitů zakoupit pro každého žáka zvlášť.</p> <p>Je zde také možnost si cvičení vytvořit.</p> <p>V příloze naleznete příklady cvičení ze zmiňované publikace „Hravá písanka 1“</p>



Kapřík Tonda, to je pán,  
v rybníce je kapitán.  
Plave z kraje do kraje,  
s vlnkami si pohraje.  
Vlnka vlnku přeskakuje,  
kapřík, ten je dotahuje.  
A je v cíli, ten náš pán,  
kapřík Tonda, kapitáni!

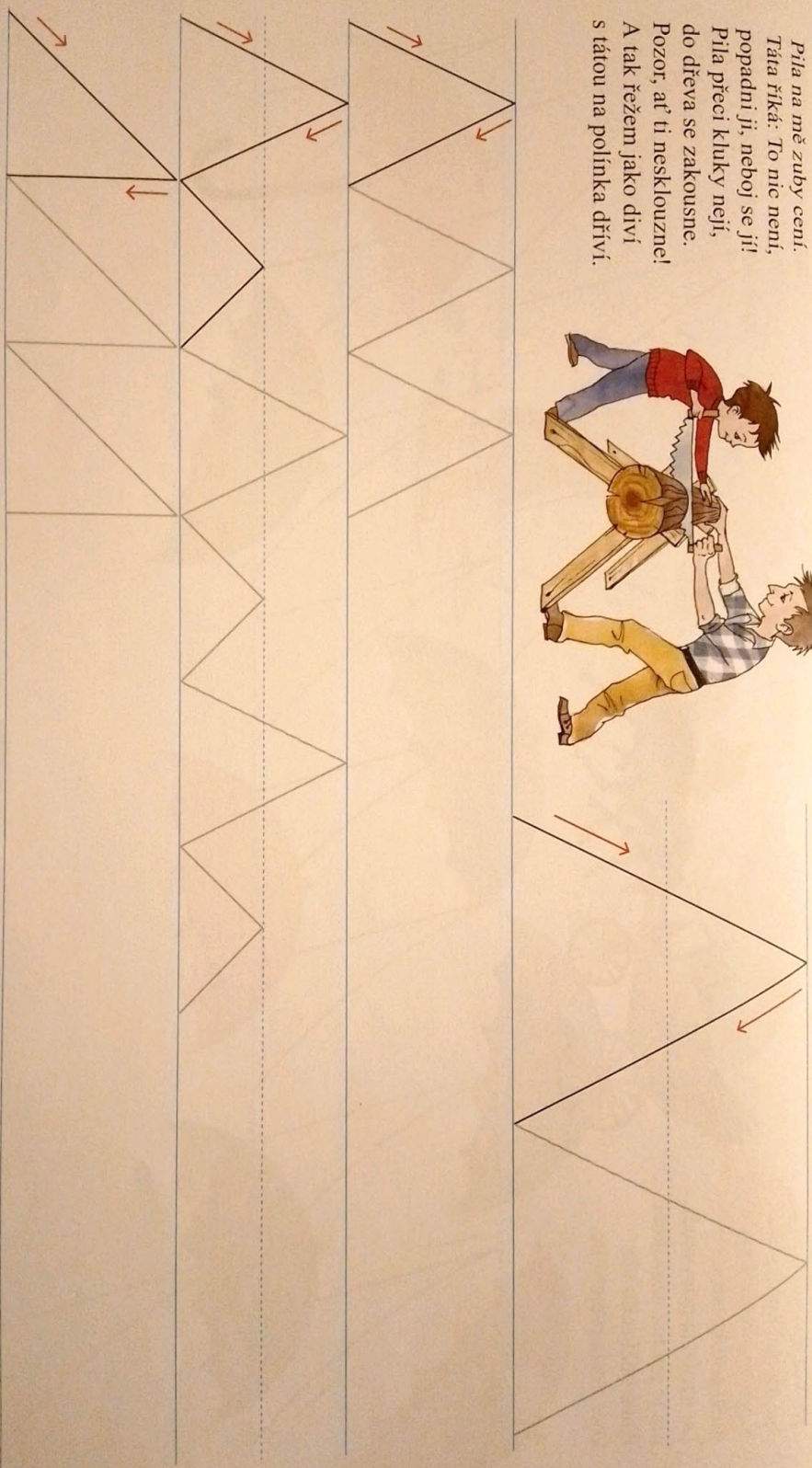


- 1 Poslechni si básničku.
- 2 Obtáhni vlnky a do posledních dvou řádků nakresli vlnky sám/sama.
- 3 Do vlnek můžeš přikreslit i rybičky, které žijí v rybníku.

**NAŠ TIP**

Z modelíny/plastelíny si děti mohou vymodelovat dlouhého hada a různě si ho zvlítnit. Ve dvojicích si zavážou oči a snaží se pouze hmatem zjistit, jak je had zkroutený.

Pila na mě zuby cení.  
 Táta říká: To nic není,  
 popadni ji, neboj se jí!  
 Pila přeci kluky nejí,  
 do dřeva se zakousne.  
 Pozor, ať ti nesklouzne!  
 A tak režem jako diví  
 s tátou na polínka dříví.

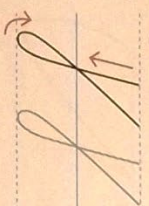
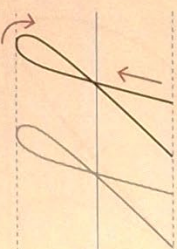
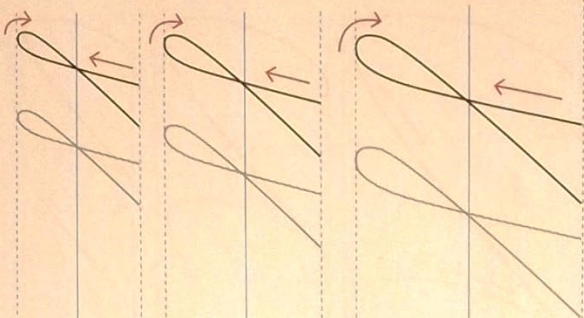
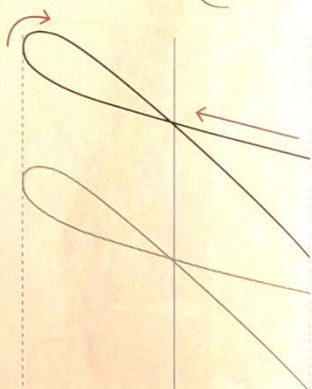


- 1 Poslechni si básničku. Pomáháš také rodičům? S jakým nářadím umíš zacházet?
- 2 Dokonči řady různých zubů pilek.

**MÁS TIP**

Děti si na barevné papíry obkreslí trojúhelníky, které si vysříhnou a budou z nich skládat různé obrázky.

Jedna klikka vedle druhé,  
zavážeme tkaničku.  
Pak to pěkně utáhneme,  
máme krásnou mašličku.  
Jedna mašle a pak druhá,  
zdobí obě botičky.  
Když je tvoje cesta dlouhá,  
neboli tě nožičky.



- 1 Poslechni si básničku. Umiš si rychle zavázat tkaničky?
- 2 Obrátní klikky a na linky dopiš další.

**MÁŠ TIP**  
Děti si z papíru vystříhnou tvar boty, děrovačkou vytvoří dírky  
a provléknou tkaničku. Návěčují si zavazování tkaničky. Můžou si dát závody.

## ABSTRAKTNÍ MALBA NA HUDBU

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu zařazujeme v rámci uvolňovacích cvičení. Činnost může sloužit k celkovému uvolnění, nejen fyzickému, ale i psychickému.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění zápěstí, případně celé ruky.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Žáky vedeme k tomu, aby vedli jemné pohyby štětcem, aby na něj příliš netlačili. Pohyby jsou spontánní. Každý žák vede svoji malbu spontánně.
<b>Pomůcky:</b>	Tvrký papír A3, tempery, paleta, měkké štětce, kelímek s vodou. Reprodukční, různé hudební podklady (různé hudební žánry)
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Každý žák má k dispozici papír, barvy a měkké štětce. Učitel zapne reproduktor a nechává znít různé melodie. Úkol každému žákovi je, aby se nechal vést danou hudbou. Pohyby by měly být spontánní, měly by vycházet z žákova momentálního rozhodnutí. Žák se nechává unášet hudbou a provádí pohyby štětcem.</p> <p>Jedná se o samostatnou práci. Malba nemusí mít viditelný význam. Daný smysl malby může vidět pouze její autor. Cílem není vytvořit konkrétní malbu. Cílem je celkové uvolnění těla i mysli.</p>

## VYKRAJOVÁNÍ A TVOŘENÍ Z TĚSTA

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu zařazujeme na konci hodiny z důvodu organizace – úklid. Touto aktivitou procvičujeme jemnou motoriku, ale i práci s pracovním postupem
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění rukou. Zklidnění mysli.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Upozorníme děti, že těsto není jedlé. Dbáme na bezpečnost při vykrajování.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>S žáky si nejprve připravíme těsto dle stanoveného postupu. Učíme se orientovat v pracovním postupu. Vážíme jednotlivé ingredience s pomocí paní učitelky/ pana učitele.</p> <p>Po hodinovém odležení těsta můžeme začít tvořit.</p> <p><b>Ingredience:</b> 500g hladké mouky 2dl vody Vejce</p> <p><b>Pracovní postup:</b> <i>Dekoratívni pečivo, které není určeno k jídlu. Vytvářejí se z něho různé figurky. Mouku s vodou smísíme, dobře prohněteme a vytvarujeme na těstový bochánek. Necháme asi hodinu odpočinout. Nejprve vytvoříme základní tvar figurky z válečku těsta, k němu se pak přidáváme křídla, nohy, větévky atd.</i> <i>Vytvarované figurky dotváříme pomocí nůžek a nožíku: nožikem nařežeme prsty, hřebínek kohouta, nůžkami pak srst nebo peří zvířecích figurek. Oči se vyznačujeme koukolovými semínky. Hotové figurky pokládáme na plech a necháme asi hodinu schnout, teprve poté je potřeme rozkvedlaným vajíčkem. Pečeme pozvolna. (Recepty.cz, 2016, [online])</i></p>

### III. OBLAST: Vizuomotorika

<b>PÍSMENKOVÉ BINGO</b>	
<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu zařazujeme až od druhého pololetí 1. třídy ZŠ. Nejprve potřebujeme, aby si žáci znalost jednotlivých písmen upevnili. Při této hře můžeme všechna písmena, která již žáci znají vyvěsit na tabuli, aby si z nich mohli vybrat.
<b>Očekávání:</b>	Procvičení si znalosti písmen. Hledání písmen ve vymezené tabulce. Uvědomění si rozdílu malé/ velké písmeno. Procvičení si psaní jednotlivých písmen.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Paní učitelka/ pan učitel musí daná písmena zřetelně vyslovovat, aby se zamezilo chybám.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáky nejprve seznámíme s principem hry BINGO.</p> <p>V tabulce s devíti čtverečky máme devět symbolů/ obrázků/ písmen/čísel, libovolně vybraných a libovolně dosazených. Paní učitelka/ pan učitel postupně vyjmenovává různé názvy. Pokud daný název/symbol, aj. má žák v některém ze svých čtverečků, přeškrtně jej. Pokud jej tam má víckrát, zaškrtně všechny rámečky, ve kterých se daný název/ symbol vyskytuje. Cílem je mít vedle sebe, nad sebou či do uhlopříčky, tři přeškrtnuté čtverečky. Poté žák řekne nahlas slovo „BINGO“. To znamená, že má danou trojici. Může ovšem dál pokračovat ve hře.</p> <p><b>Písmenkové BINGO</b></p> <p>Každý žák dostane tabulku 3x3 čtverečky. Do této tabulky si libovolně dosadí devět písmen. Volíme písmena bez diakritiky. Před zahájením hry si paní učitelka/ pan učitel s žáky zopakuje, jaká písmena již znají.</p> <p>V každém čtverečku má tedy žák jedno písmeno. Takto připravenou tabulku má položenou před sebou. Poté si žák vezme barevnou fixu nebo pastelku. Paní učitelka/ pan učitel říká nahlas písmena, např. velké M, toto písmeno může okomentovat, aby nedošlo k jeho záměně: např. M jako Marie. Paní učitelka/pan učitel si vždy ověří, že písmeno slyšeli všichni žáci, teprve poté vysloví další písmeno. Hra takto pokračuje, dokud alespoň pět žáků neřekne slovo „BINGO“.</p>



## MAPA MĚSTA

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu můžeme zařadit na začátku vyučovací hodiny, jako druh zrakové rozcvičky.
<b>Očekávání:</b>	Cvičením procvičujeme pravolevou orientaci, orientaci na jednoduchém plánu. Procvičujeme také pozornost.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Paní učitelka/ pan učitel musí popisovat cestu jednoduše a zřetelně. Vyvarujeme se složitým souvětím.
<b>Pomůcky:</b>	Zalaminovaný plánec města, hračka - autíčko
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Každý žák má před sebou na stole zalaminovaný obrázek plánu města. Dále má také na stole položené malé autíčko. (tuto pomůcku si každý žák donese z domu) S žáky si nejprve plánec projdeme, popíšeme si jednotlivé budovy a vysvětlíme si pojem křižovatka. (místo, kde se schází několik cest). Poté si taky zopakujeme pravolevou orientaci.</p> <p>Paní učitelka/ pan učitel určuje trasu. Nejprve všem žákům stanoví, kde na plánu bude tzv. startovní pozice. Na tuto pozici si musí všichni žáci položit svá autíčka. Poté paní učitelka/pan učitel pomalu a zřetelně popisuje trasu, po které se všichni žáci musí se svým autíčkem pohybovat.</p> <p>Cílem aktivity je, aby se všichni žáci dostali od startovní pozice k cíli. Společně si můžeme trasu ještě jednou shrnout. Zjistit, kde např. hodně žáků chybovalo.</p> <p>Př. Startovní pozice: před školou. Jedeme rovně až za cukrárnu. Nyní odbočíme vlevo, na křižovatce odbočíme opět vlevo. Zastavíme u kina, po levé ruce máme policii. Jsme všichni na stejném místě? Inspirace pro tvorbu mapy viz příložené obrázky.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

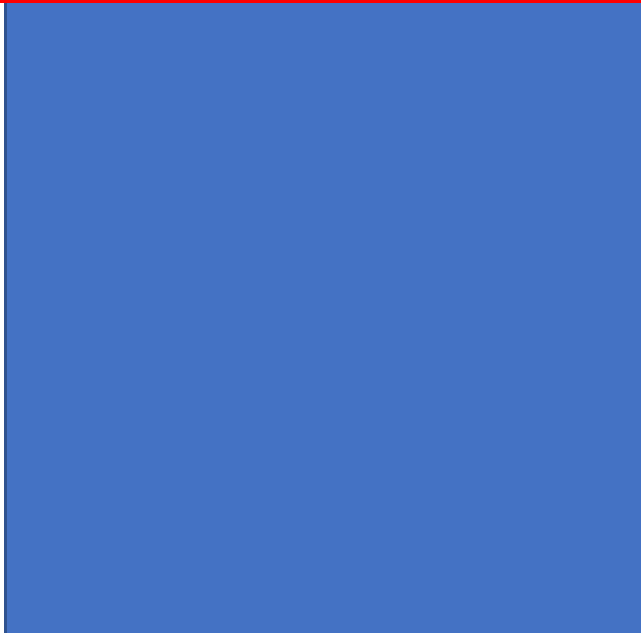
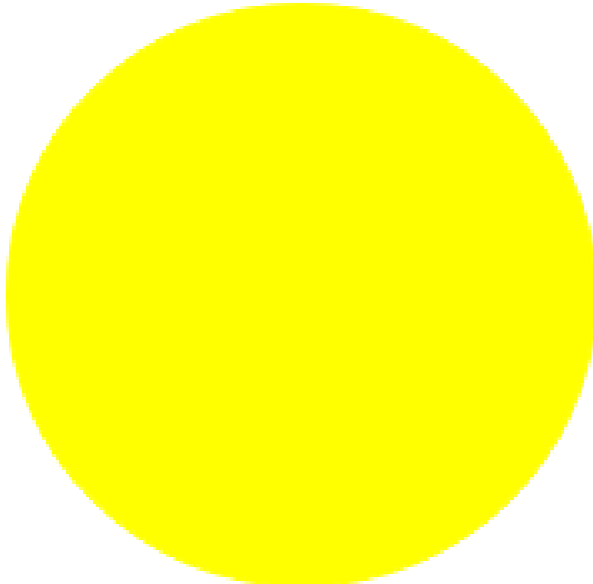




<b>STAVEBNÍ FIRMA</b>	
<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu zařazujeme v druhé polovině vyučovací hodiny. Nezařazujeme ji na začátek hodiny, z důvodu náročnosti. Tato aktivita je náročná jak na tvorbu plánu, tak na samotnou stavbu. Není tedy vhodné jí začínat, žáci mohou být po dané aktivitě unavení a bylo by náročné poté pokračovat ve vyučování.
<b>Očekávání:</b>	Práce s plánkem. Pracovní postup dle plánu. Kooperace v pracovních týmech.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Průběžně kontrolujeme činnost ve všech skupinkách. Žákům dle potřeb poskytneme radu, či drobně dopomáháme, vedeme je ke spolupráci v pracovních týmech.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Vytvoříme týmy např. po 4 žácích, dle počtu žáků ve třídě. Každý tým se v danou chvíli rozdělí na dva dílčí týmy. Jeden se stává pracovním týmem architektů a druhý pracovním týmem stavebních dělníků.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Architekti: pracovním úkolem architektů je vytvořit plán stavby. Tento plán zakreslí na papír. Z plánu musí být zřetelný tvar, barva a druh materiálu.</li> <li>2. Stavební dělníci: dělníci dostanou od architektů sestavený plán, který jim nyní poslouží jako návod ke stavbě. V tuto chvíli se dělníci s architekty nesmí na ničem domlouvat, ani se s nimi radit.</li> <li>3. Hodnocení: obě skupiny následně vyhodnotí, zda stavba odpovídá plánu. Následně probíhá debata jednotlivých kroků, např. zda byl plán přehledný, zda se dělníci drželi vyznačených postupů atd.</li> </ol> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

## KRESLÍCÍ ŠTAFETA

<b>Doporučení:</b>	Tuto hru můžeme zařadit v rámci výuky, jako aktivizační činnost. Touto činností tedy zaktivizujeme žáky, abychom následně mohli pokračovat ve vyučování.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění těla, protažení (svižná chůze po třídě), zamezení neustálého sezení v lavicích. Rozvoj spolupráce a komunikace v týmech. Tímto cvičením si také procvičujeme prostorovou orientaci.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Žáky vedeme k přesnému popisu a k užívání správných prostorových pojmů. Upozorníme žáky, aby se v činnosti v daném týmu všichni vystřídali.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Paní učitelka/ pan učitel rozdělí žáky do týmů, dle celkového počtu žáků ve třídě. Každý tým se usadí k jedné lavici a dostane čistý papír. Dále si každý tým připraví jedno pouzdro s fixami/ pastelkami.</p> <p>Po třídě je rozmístěn na papíře A4 určitý vzor (viz příloha). Jedná se o jeden vzor v několika kopiích rozmístěných po třídě. Tímto poskytneme každému týmu u vzoru prostor. Vzorů je tolik, kolik je týmů.</p> <p>Úkolem týmu je vyslat ke vzoru vždy jen jednoho svého člena. Tento člen si vzor prohlédne, zapamatuje si jeden symbol, jeho barvu a umístění a vrátí se ke svému týmu. Zde ostatním členům vysvětlí, o jaký symbol se jedná. Z týmu může vyjít vždy jen jeden člen. Postupně tým na svůj papír zaznamená celý vzor. Poté se přihlásí a paní učitelka/ pan učitel jej zkontroluje.</p> <p>Hra může mít několik kol, přičemž se úroveň náročnosti vzoru může zvyšovat.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>



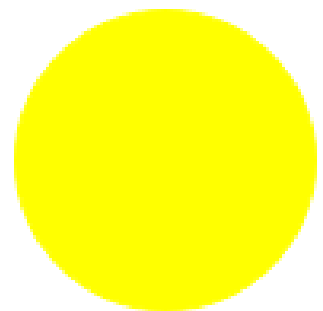
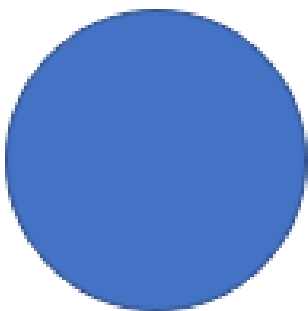
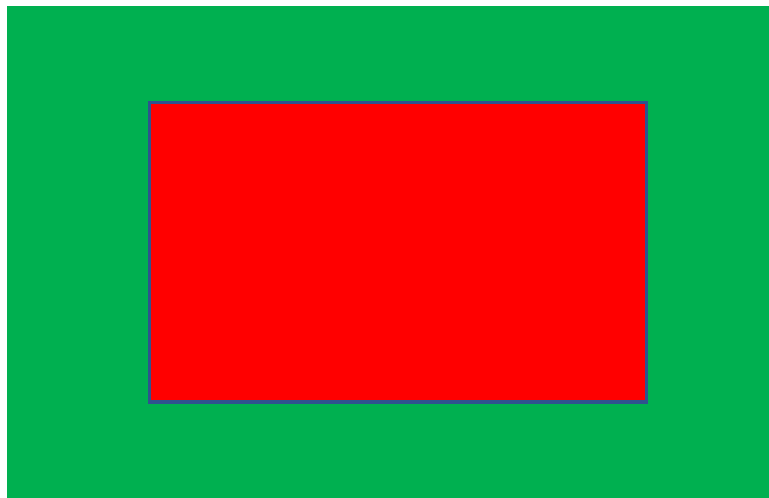
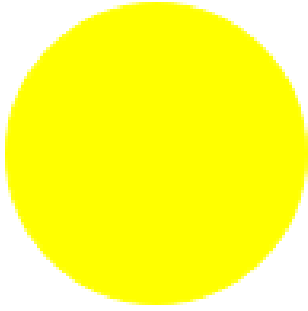
**A**

**b**

**k**

**M**

**a**



## PIRÁTSKÁ KRESBA

<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu můžeme zařadit během výuky jako aktivizační činnost.
<b>Očekávání:</b>	Cílem této aktivity je posílení vizuomotorické koordinace.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Pokud by byla nějakému žákovi tato aktivita nepříjemná, poskytneme mu náhradní činnost. Nenutíme ho se této aktivity účastnit.
<b>Pomůcky:</b>	Papíry, pastelky, fixy, šátky, pásky přes oko, interaktivní tabule
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáky můžeme namotivovat, že si zahrajeme na piráty. Spoustu pirátů je typických tím, že mají pásku přes oko.</p> <p>Cílem této aktivity je vyzkoušet si kreslit pouze s jedním otevřeným okem. Pokud žák nedokáže mít jedno oko zavřené, můžeme mu přes něj zavázat šátek nebo mu přes něj dát pásku. Nejprve můžeme žáky nechat, aby si zkusili na papír nakreslit libovolnou kresbu. V tomto kroku poskytneme nezavázanému oku čas na to, aby se této nezvyklosti mohlo přizpůsobit.</p> <p>Po této zacvičovací fázi můžeme přejít ke kresbě dle zadaného vzoru. Na interaktivní tabuli můžeme promítnout jednoduchou kresbu. Např. stůl se židlemi. Nyní se žák pokusí daný vzor překreslit na svůj papír. Po dokončení si žáci mohou oči otevřít, případně sundat šátky/pásky. Oko, které bylo zakryté, necháme nyní na chvíli přizpůsobit světlu. Následně můžeme stejnou aktivitu vyzkoušet s druhým okem. Po dokončení si oko opět odkryjeme.</p> <p>Na závěr můžeme zkoumat, zda se dané kresby liší. Můžeme je nechat ležet na stole a nechat žáky, aby si své kresby mohli vzájemně prohlédnout.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

## PÁTRÁNÍ PODLE HLÁSEK

<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu je vhodné zařadit v rámci vycházky, či školního výletu. Může se jednat o aktivitu, která nám zpestří program.
<b>Očekávání:</b>	Žáci při dané aktivitě rozvíjí jak zrakové vnímání, tak myšlení a pozornost.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Při „pátrání“ žáky nenecháváme odejít od skupiny. Pátráme pouze po tom, kam dohlédneme z místa, kde se ocitáme.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci procházky můžeme žákům nabídnout následující aktivitu, jejímž cílem je posílení zrakového vnímání a následný rozvoj myšlení.</p> <p>Paní učitelka zadá hlásku, např. I. Úkolem všech žáků je, co nejlépe zbystřit zrak a pátrat kolem sebe, zda neuvidí nějakou věc, rostlinu, budovu, nějaké zvíře, atd., jehož název by začínal na zadanou hlásku. Jedná se tedy o společnou aktivitu. Snažíme se, aby žáci společně usilovali o vypátrání, co nejvíce názvů na danou hlásku.</p> <p>Danou hru můžeme obměnit. Lze nastavit obtížnější úroveň, pokud paní učitelka k hlásce zadá ještě nějaké kritérium, např. barvu.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>



## NEVIDOMÝ A PRŮVODCE

<b>Doporučení:</b>	Na aktivitu si vyhradíme celou vyučovací hodinu. Může se např. jednat o hodinu tělesné výchovy. Tuto aktivitu zařazujeme až po období adaptace. Důležitým bodem této aktivity je vzájemná důvěra mezi účastníky, proto je nutné, aby se znali a věřili si.
<b>Očekávání:</b>	Nácvik prostorové orientace. Budování důvěry mezi účastníky.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	U dětí tohoto věku musí aktivitě předcházet cvičná fáze. Během aktivity dbáme na bezpečnost všech dětí. Upozorníme „průvodce“, aby zamezili případné možnosti úrazu druhého žáka (nevidomého).
<b>Pomůcky:</b>	Klapky, šátky.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Jedná se o aktivitu, která je mezi dětmi známá a velmi oblíbená. Pro žáky je zajímavé se ocitnout v roli nevidomého člověka a vyzkoušet si, jak může probíhat např. obyčejná cesta do školy nebo jen od lavice k tabuli. Je také zajímavé si vyzkoušet i roli průvodce, na kterého v danou chvíli padá velká zodpovědnost.</p> <p>Před zahájením samotné aktivity zařadíme tzv. cvičnou fázi. V rámci této fáze si se všemi žáky projdeme možné trasy. V tuto chvíli mají všichni žáci otevřené oči a důkladně si prostor prochází. Mohou se dotýkat předmětů, které trasu lemují. Snaží se prostor, co nejlépe zapamatovat. V této fázi také paní učitelka/ pan učitel všechny žáky poučí o bezpečnosti a možných nebezpečích.</p> <p>Žáci si utvoří dvojice. V těchto dvojicích se dohodnou, kdo bude průvodce a kdo nevidomý. „Nevidomý“ dostane šátek, či klapky na oči. Průvodce pak zvolí krátkou trasu, kterou nevidomého povede. Nevidomý si následně může zkusit určit, kde se v danou chvíli nacházejí. Průvodce informaci buď potvrdí, nebo žáka navede ke správné odpovědi.</p> <p>Role žáků se po určité době vymění.</p>

## HONBA ZA POKLADEM

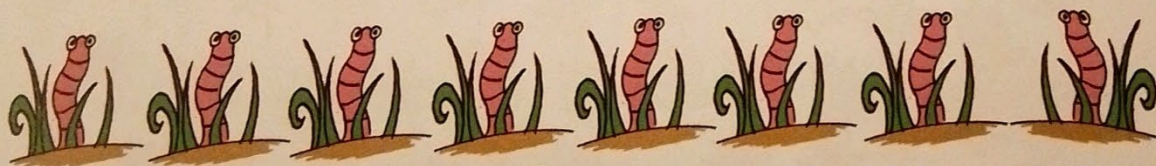
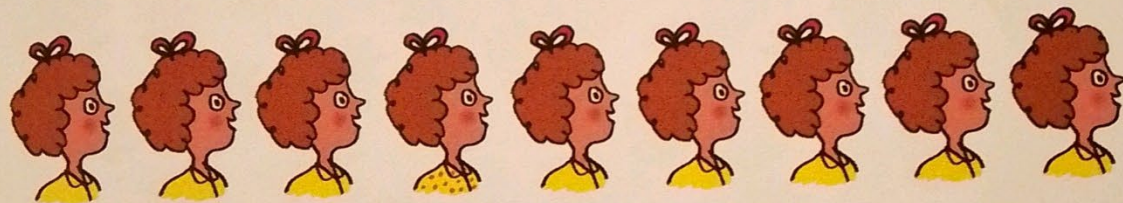
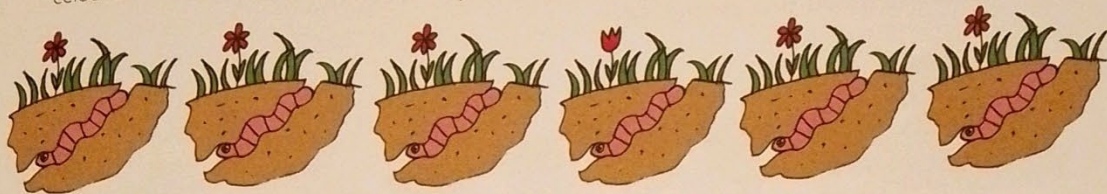
<b>Doporučení:</b>	Jedná se o časově náročnější aktivitu, je tedy vhodné si pro ni vymezit dostatek času. Aktivitu lze uskutečnit nejen v prostorách školy, ale i např. v parku. V případě parku, či lesa je více, než vhodné dané trasy předem vyznačit pomocí fáborků. Zajistíme tak, že žák nesejde z cesty.
<b>Očekávání:</b>	Práce s mapou. Převedení grafické podoby plánu do reálného světa. Schopnost popisu cesty. Rozvoj krátkodobé paměti.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Aktivita je náročná na bezpečnost. Pokud máme k dispozici asistenta pedagoga, bude vhodné, když bude hlídat žáky u schodů. Učitel bude průběžně procházet mezi žáky a kontrolovat kázeň a pochopení zadání cesty.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci si utvoří trojice. Každý žák ve trojici obdrží mapu. Na dané mapě je zaznačena cesta k pokladu. Každý člen popisuje jednomu z trojice jeho cestu k danému pokladu. Cestu musí důkladně popsat. Např. Vyjdeš ze třídy, odbočíš vpravo, poté půjdeš rovně až ke schodům. Schody sejdeš dolů, poté odbočíš směrem k první družině. Když dojdeš k první družině, odbočíš vpravo. V prostoru pod okny najdeš svůj poklad.</p> <p>Úkolem žáka, který si vyslechl popis cesty ke svému pokladu, je důkladně poslouchat, poté se žák pro daný poklad vydává.</p> <p>V dané trojici tedy popisuje každý žák cestu k pokladu a každý žák se vydává pro svůj poklad.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

## PRACOVNÍ LISTY

<b>Doporučení:</b>	Těmito druhy pracovních listů můžeme prokládat běžnou vyučovací hodinu. Ideální je ale zařadit tyto pracovní listy do individuální práce s konkrétními žáky.
<b>Očekávání:</b>	Rozvoj zrakové percepce. Upevňování si prostorových pojmů, práce s obrázky, popis.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Pracovní listy a jejich úroveň vybíráme dle individuálních schopností konkrétního žáka.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Lze využít materiály z řady publikací, které se věnují rozvoji zrakového vnímání, vizuomotorice. Součástí mnoha z nich jsou přílohy různého druhu, které lze následně využít pro práci se žáky. Uvádím zde pro příklad publikaci: Rozvoj zrakového vnímání pro děti od 5 do 7 let, Jak krtek Barbora pomohl objevit poklad, 3. díl, autorky Jiřiny Bednářové.</p> <p>Z této publikace naleznete níže několik ukázek pracovních listů. Jedná se o pracovní listy zaměřené na zrakové rozlišování - odlišení obrazce lišícího se detailem a pravolevou polohu, či na zrakové rozlišování - prostorová orientace, pořadí, oční pohyby. Přiložen je také příklad pracovního listu zaměřený na zrakové rozlišování - figura a pozadí.</p>

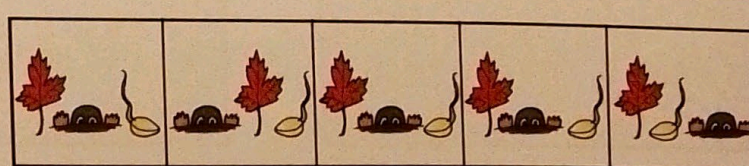
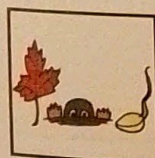
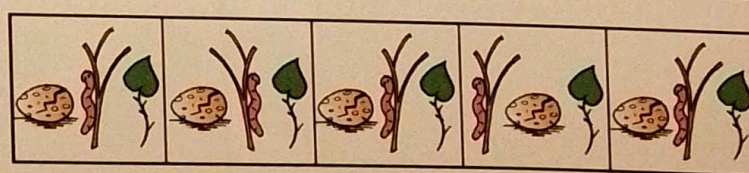
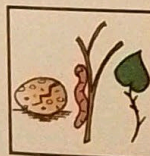
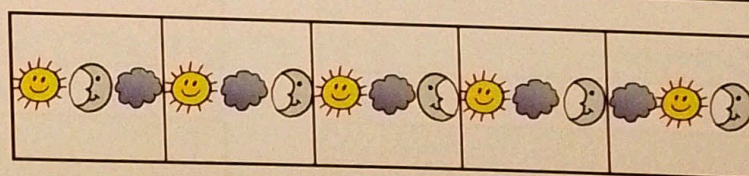
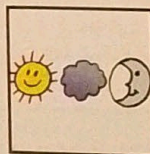
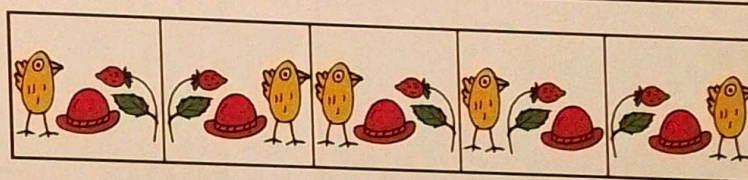
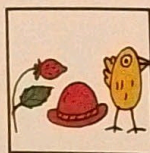
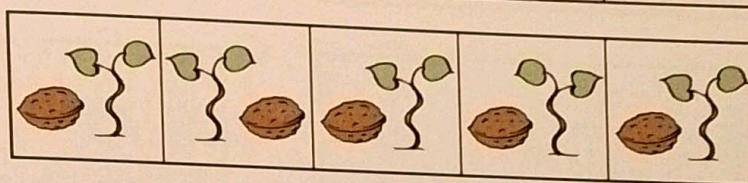
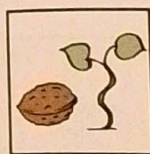
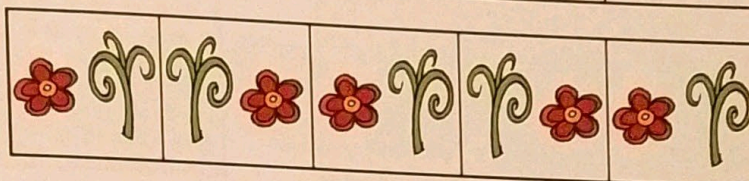
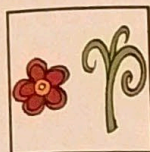
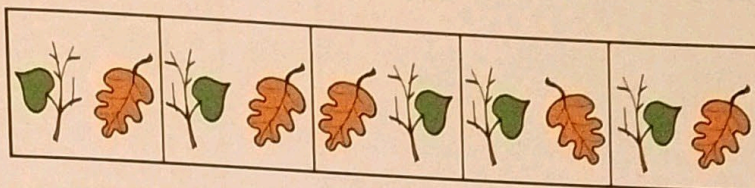
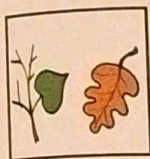
Všechny holčičky se Terezky vyptávaly, co dělá krtek Barbora. Terezka jim ráda vyprávěla, jaká nebezpečí musel Barbora koncem prázdnin překonat. Jak ho málem chytila sova, ale Barbora je chytrý a statečný, tak se v pořádku vrátil domů. Právě teď není na zahradě, protože šel někam na louku, kde jsou lepší žížaly.

Zrakové rozlišování, odlišení obrazce lišícího se detailem a pravo-levou polohou. Dítě necháme prohlédnout si celou řadu obrázků a posléze je vyzveme, aby našlo obrázek, který je v řadě jiný, pojmenováváme proč.



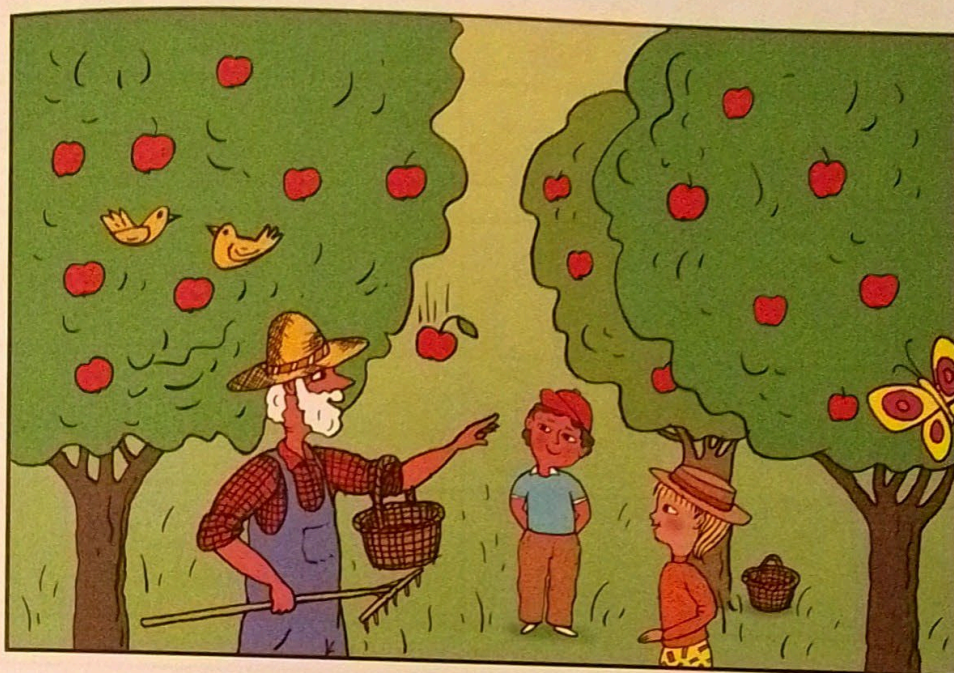
„Barboro, nemáš už plné břicho? Nezapomněl jsi na nás?“ volala Terezka na krtka. Ale Barbora nic. Bříško, to se ví, měl už plné dávno, ale ještě stále se mu věděl, že se mu brzy bude hodit. Dala se dobře vyhrabat dutinka a kolem bylo plno žízal. Náhle zaslechl Terezku: „Já popleta. Honem si zapamatovat, jak se sem dostanu, kudy se vrátit, co bylo cestou první, co poslední.“

Zrakové rozlišování, prostorová orientace, pořadí, oční pohyby. Dítě porovnává obsah rámečků se vzorem. Všechny rámečky, které nejsou shodné se vzorem, přeškrtně. Shodovat se musí tvar i pořadí jednotlivých obrázků.



„Tak to bychom měli všechno vykopat,“ usoudil Matýsek. „Mohou tam být moc zajímavé věci. Rád bych si všechno prohlédl.“ „Zanedlouho budu celou zahradu rýt,“ vysvětloval dědeček. „Ještě sklídíme zbytek zeleniny, počkáme, až odkvetou astry, a dám se do rytí. Při té příležitosti celou zahradu vyčistíme. Ale nechme staré harampádí harampádím, stejně tam nic jiného nebude. Zítra budu sklízet jablka, pojďte se se mnou podívat do sadu, jak je to tam teď pěkné.“

Zrakové rozlišování, figura a pozadí. S dítětem hledáme deset rozdílů mezi dvěma obrázky. Odlišnosti můžeme nechat dítě přeškrtnout, podtrhnout, zakroužkovat nebo pouze ukázat.



## PROCHÁZKA MĚSTEM

<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu lze využít v rámci procházky městem/parkem, či na školním výletě. Aktivitu zařazujeme až v rámci druhého pololetí, aby žák znal, co nejvíce písmen.
<b>Očekávání:</b>	Rozvoj zrakové percepce, upevnění znalosti tvarů jednotlivých písmen.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na bezpečnost. Aktivitu uskutečňujeme mimo prostory školy, v blízkosti silnice, v přítomnosti ostatních lidí. Musíme tedy žáky předem poučit o zvýšené bezpečnosti při dané aktivitě.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Během procházky můžeme zařadit tuto hru, při které mají žáci za úkol hledat kolem sebe tvary, které by se podobaly tvarům některých písmen.</p> <p>Žáci se mohou rozhlížet a hledat tvary v přírodě, např. ve stromech, květinách, ale i ve zvířatech, řece, rybníce, atd. Tvary mohou hledat v budovách, v autech, na lidech.</p> <p>Jakmile některý žák objeví (v čemkoliv) tvar nějakého písmene, ukáže jej svým spolužákům a paní učitelce. Všichni žáci si mohou prstem ve vzduchu na daném objektu tvar písmene „nakreslit“</p> <p>Nejzajímavější objevy může paní učitelka/ pan učitel vyfotit a následně ve škole vytisknout. Žák, který daný tvar objevil, poté může pomocí fixy zaznamenat objevený tvar písmene na vyfoceném objektu.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>

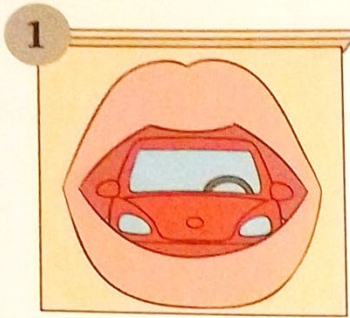
#### IV. OBLAST: Oromotorika

<b>AUTO JEDE NA VÝLET</b>	
<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu zařazujeme v úvodu první vyučovací hodiny. Jedná se o procvičení mluvidel, o rozcvičení a „protažení“ jazyka.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění mimických svalů, protažení jazyka, rozpohybování mluvidel.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na to, aby žáci cviky prováděli řádně a správně. Neustále popisujeme jednotlivé „cviky“. Musíme je předvádět správně, jsme vzorem.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Jedná se o cvičení z publikace: Logopedie pro nejmenší – Zábavné hry a cvičení pro správný rozvoj řeči, autorky Ireny Šáchové.</p> <p>Jedná se o cvičení s názvem „Jazyčkoauto.“ Tímto cvičením s žáky procvičujeme motoriku jazyka</p> <p>V rámci daného cvičení vypráví paní učitelka/ pan učitel krátký příběh o jazykoautu, které se vydalo na výlet. Během celého cvičení musí paní učitelka/ pan učitel všechny cviky vzorně předvádět, aby je po ní žáci mohli správně opakovat. Pokud některý žák neprovede cvik správně, vysvětlíme mu, jak cvik provést a zopakujeme ho.</p>

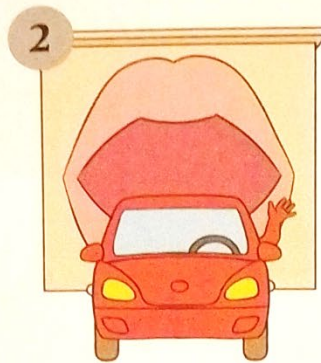


# Jazýčkoauto – procvičování motoriky jazyka

Tvůj jazýček je autíčko. Mezi každým cvičením si odpočiň, jazýček schovej do pusinky.

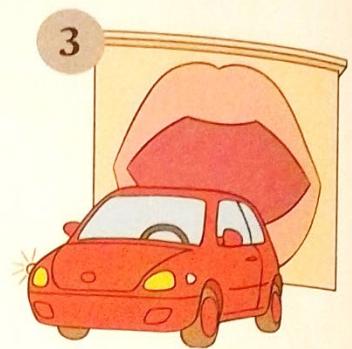


1  
Bylo jedno malé jazýčkoauto, které bydlelo ve velké pusogaráži.



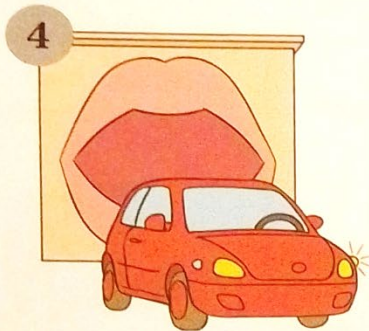
2  
Ráno autíčko vyjelo z garáže a zamávalo sluníčku.

Otevři doširoka ústa a zamávej špičkou jazyka opakovaně nahoru a dolů. Brada se nehýbe.



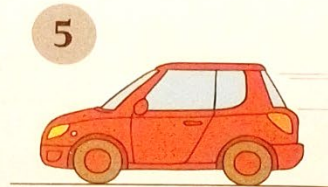
3  
Rozhlédlo se vpravo a zablikalo světlem.

Otevři doširoka ústa a vyplázni jazyk do pravého koutku, chvíli tam vydrž.



4  
Rozhlédlo se vlevo a zablikalo.

Otevři doširoka ústa a vyplázni jazyk do levého koutku, chvíli tam vydrž.



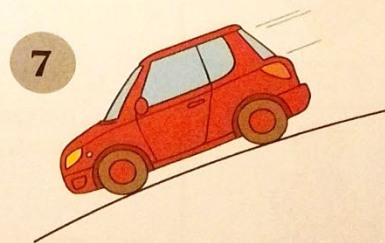
5  
Potom se pomalu rozjelo po rovině.

Otevři doširoka ústa a vyplázni jazyk rovně ven z úst.



6  
Začalo pršet, a tak zapnulo stěrače.

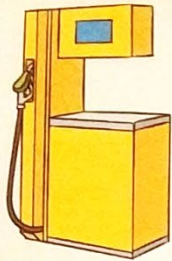
Vyplázni jazyk z úst a olizuj horní ret zprava doleva a zpět – pohyb stěračů.



7  
Sjelo dolů z kopečka.

Pomalým pohybem vyplázni jazyk z úst směrem na bradu.

8



Pod kopcem stála  
pumpa, autíčko  
radostí zamlaskalo.

*Výrazně zamlaskej  
jazykem a rty.*

9



Hladově pilo,  
až to v nádrži  
cvakalo.

*Mlaskáme  
jazykem o horní  
patro (koník).*

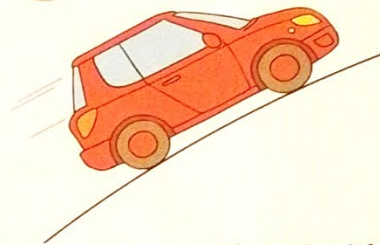
10



Potom autíčko zamířilo do myčky,  
která ho celé umyla.

*Olizuj se jazykem okolo úst.  
Po chvílce změň směr olizování.*

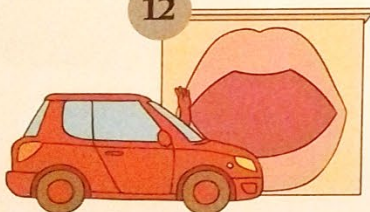
11



Potom spokojeně vyjelo  
na kopeček.

*Pomalým pohybem vyplázní jazyk  
z úst směrem nahoru k nosu.*

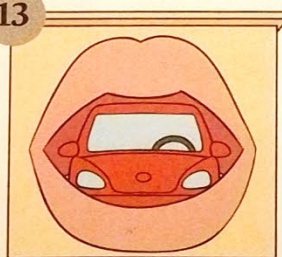
12



Na rozloučenou ještě  
pozdravilo sluníčko.

*Otevři doširoka ústa  
a zamávej špičkou jazyka  
opakovaně nahoru a dolů.  
Brada se nehýbe.*

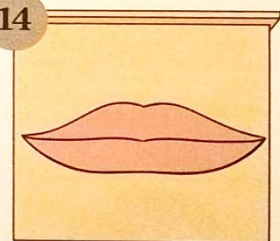
13



A zacouvalo zpátky  
do garáže.

*Otevři doširoka ústa  
a pomalu posouvej jazyk po  
spodně směrem dovnitř úst.*

14



Ještě za sebou zavřelo  
vrata a zamklo.

*Zavři ústa a otírej jeden  
ret o druhý několikrát  
za sebou.*

## TĚLOCVIK MLUVIDEL

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu můžeme zařadit v rámci ranní rozcvičky mluvidel. Tato aktivita může být zařazena i během výuky, jako aktivizační činnost v případě únavy žáků.
<b>Očekávání:</b>	Uvolnění mimických svalů. Prohřátí mimických svalů.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Dbáme na to, aby žáci prováděli jednotlivé cviky správně. Cviky musíme žákům předvádět správně a pomalu. Jsme vzorem.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci této aktivity lze zařadit několik známých a oblíbených cvičení.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Hlazení a zahřátí obličeje- krouživými pohyby přejíždíme dlaněmi po celém obličeji. Mírně tlačíme na kůži.</li><li>2) Štípání- lehce si štípeme tváře a čelo.</li><li>3) Bubínek- rty postavíme do tvaru, jako bychom vyslovovali dlouhé ó s mírným protažením brady směrem dolů. V tu chvíli začneme lehce „bubnovat“ na obě tváře. Při správném provedení, se začne ozývat zvuk jemného bubnování.</li><li>4) Čištění zubů- tímto cvičením protahujeme jazyk. Ústa máme zavřená, jazykem přejíždíme z jednoho zubu na druhý, postupně můžeme jazykem zajíždět i mezi jednotlivé zuby. Děti motivujeme tím, že si čistíme zuby a hledáme kousky ze snídaně nebo svačiny.</li></ol>

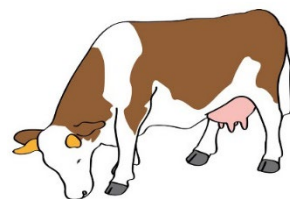
## RÝMY

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu lze zařadit v rámci výuky jako aktivizační činnost. Aktivitu lze využít i v rámci individuální práce konkrétním žákem.
<b>Očekávání:</b>	Upevnění schopnosti poznat rým. Vytleskání daných slov. Případné určení počtu slabik ve slově.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Průběžně mezi žáky chodíme a kontrolujeme, jak kartičky přiřadili. Pokud je některé řazení nesprávné, upozorníme je na to a motivujeme je k opravě, k nalezení správného řešení.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci této aktivity s dětmi procvičujeme schopnost najít a poznat rým. V tomto případě se jedná o rýmující se dvojice obrázků/slov.</p> <p>Žáky rozdělíme do dvojic. Tito žáci budou následně při aktivitě spolupracovat. V případě potřeby můžeme danou aktivitu provádět individuálně s konkrétními žáky.</p> <p>Aktivita je procvičována formou kartiček. Na kartičce je vždy vyobrazeno slovo s obrázkem. Úkolem žáka je najít k danému slovu rýmující se dvojici. Danou aktivitu můžeme podpořit tím, že si žák musí slovo vytleskat, aby se zároveň přesvědčil o jeho délce slova, která s rýmem taktéž souvisí. Žák také může určit počet slabik ve slově.</p> <p>Kartičky můžeme postupně rozšiřovat o nová slova. Po určitém čase, např. na začátku druhé třídy obměníme kartičky na kartičky bez obrázků. Tímto více podpoříme samotnou četbu bez obrázkové podpory.</p> <p style="text-align: right;"><b><i>Autor: Markéta Tichá</i></b></p>

opice



kráva



les



sůl



káva



trouba



houba



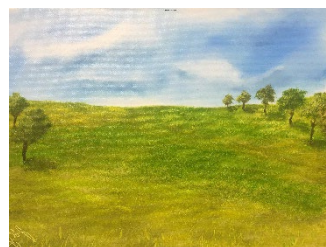
pes



hůl



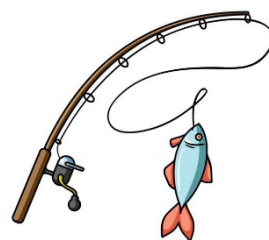
louka



mouka



udice





## SLUCHOVÁ PERCEPCE

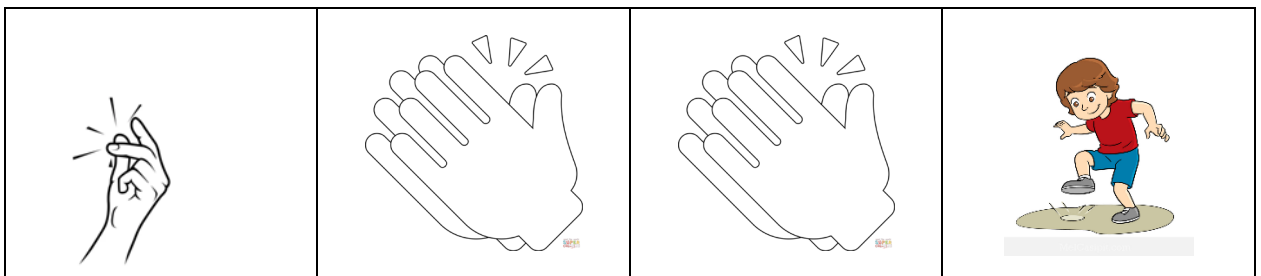
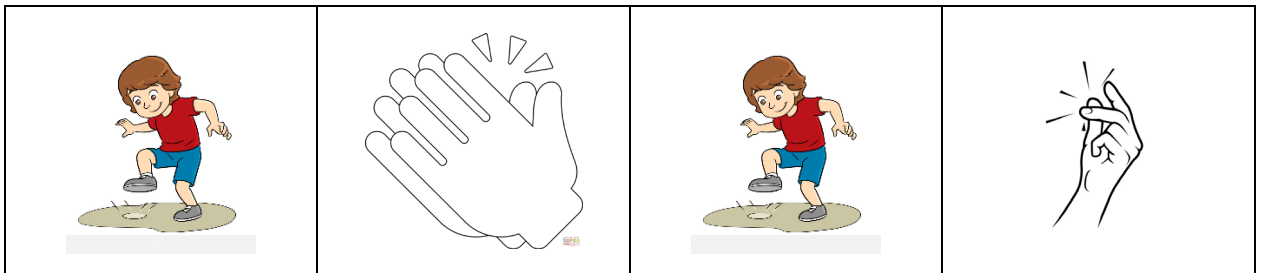
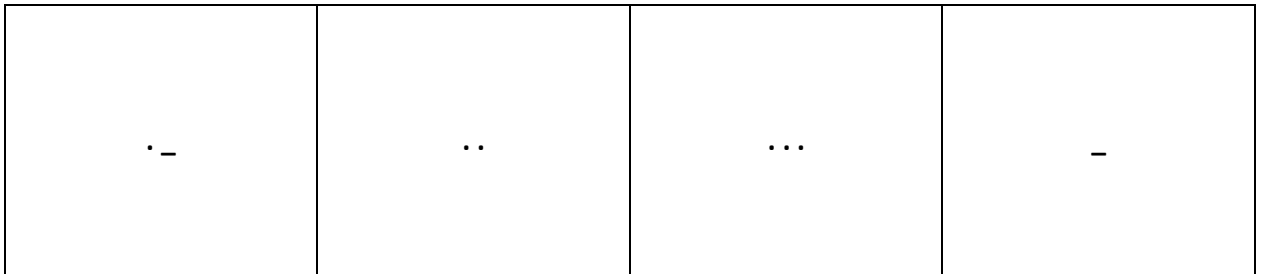
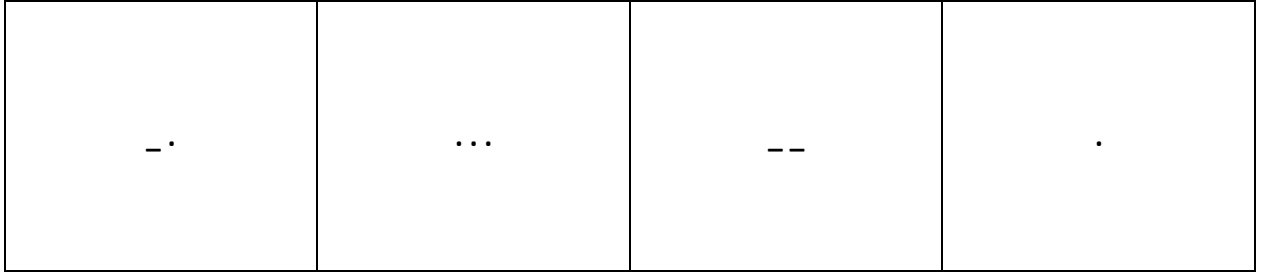
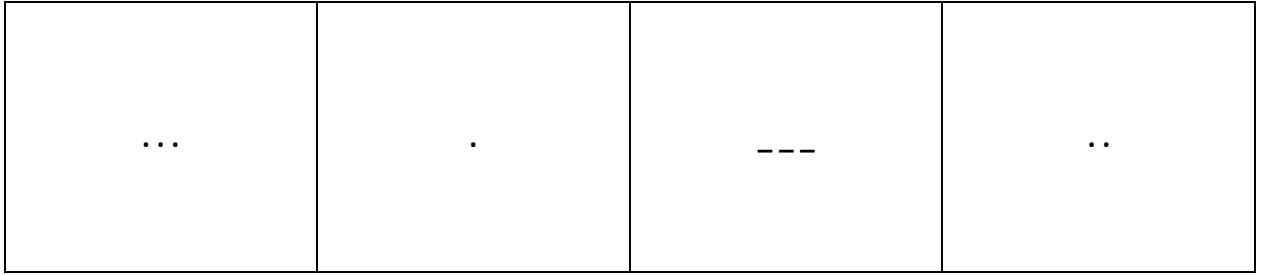
<b>Doporučení:</b>	Aktivitu lze zařadit na začátek hodiny v rámci sluchové rozvíčky. V rámci individuální práce s konkrétním žákem může být dané aktivita účelnější
<b>Očekávání:</b>	Žák sluchově rozliší, zda se jedná o stejná slova, či nikoliv.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	V rámci konání dané aktivity musíme dbát na kázeň. Je nutné, aby bylo ve třídě úplné ticho, mluví pouze učitel/ učitelka.
<b>Pomůcky:</b>	Pro každého žáka dva smajlíci – zelený a červený. Oba smajlíci jsou zezadu podlepeni bílým papírem, aby nebylo poznat, o jakého smajlíka se jedná. Zabráníme tím „okukování“ od ostatních žáků. Chceme, aby nad danou aktivitou přemýšlel každý žák sám za sebe.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci této aktivity vedeme žáky k rozvoji sluchové percepce. Tato aktivita slouží k upevnění si schopnosti rozeznat krátké a dlouhé samohlásky.</p> <p>Paní učitelka zřetelně vyslovuje řadu různých dvojic slov. Úkolem žáků je rozpoznat, zda jsou daná slova stejná, či ne. K tomu žákům slouží dva smajlíci. Zelený- slova jsou stejná, červený- slova nejsou stejná.</p> <p>Př. Míla – milá – jsou tato slova stejná? Nejsou!</p> <p>Proto by měli všichni žáci v danou chvíli zvednout červeného smajlíka.</p> <p>Př. Jiří – Jiří – jsou tato slova stejná? Ano, jsou!</p> <p>V tuto chvíli by měli všichni žáci zvednout zelené smajlíky</p>

<b>Míla</b>	<b>milá</b>
<b>víla</b>	<b>vila</b>
<b>vína</b>	<b>vina</b>
<b>pást</b>	<b>past</b>
<b>šipky</b>	<b>šípky</b>
<b>jist</b>	<b>jíst</b>



## RYTMICKÁ CVIČENÍ

<b>Doporučení:</b>	Tento druh aktivity můžeme zařadit v průběhu vyučovací hodiny jako aktivizační činnost. Samotný druh cvičení by neměl chybět v rámci hodin Českého jazyka a hudebních výchovy. Samozřejmě jej můžeme zařadit do jakékoliv vyučovací hodiny.
<b>Očekávání:</b>	Rytmizace slov, vytleskávání rytmu dle zadání. Rytmická reprodukce pomocí obrázkového zadání.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Začínáme od jednodušších rytmů. V počáteční fázi nesmí chybět prvotní příklad ze strany učitele/ učitelky. Při reprodukci daného rytmu/ slova dbáme na správnost. V případě chyby dané cvičení zopakujeme.
<b>Pomůcky:</b>	Elektronický bzučák.
<b>Poznámka:</b>	Rytmická cvičení s využitím bzučáku jsou taktéž vhodná pro žáky s poruchami učení, pro něž bývá samotná rytmizace velice obtížná. Tato pomůcka může být vhodným prostředkem pro rozvoj této dovednosti.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci tohoto cvičení můžeme využít velice efektivní pomůcku. Jedná se o tzv. elektronický bzučák. Tato pomůcka podporuje při jejím využívání několik smyslů zároveň. Jednak se jedná o audio pomůcku, díky zvuku, který vydává. Dále se na bzučáku rozsvěcuje malé světýlko, které vizuálně představuje délku dané rytmické struktury. Tím, že si bzučák ovládá sám žák, podporujeme u něj také jemnou motoriku. Tato pomůcka existuje v mnoha variantách. Pro inspiraci autorka přikládá odkaz na některé z nich.</p> <p><a href="https://ucebnice.com/bzucak-elektronicky-specialni-didakticka-pomucka/">https://ucebnice.com/bzucak-elektronicky-specialni-didakticka-pomucka/</a></p>  <p><a href="https://www.sevt.cz/produkt/bzucak-pro-oznacovani-delek-samohlasek-11353600/?gclid=CjwKCAjw3POhBhBQEIwAqTCuBu2OeLLxqBnZZbSSd09IU7HFSSf5vI5ngD1JIDTFd6DXMiE5Lj3srBoCf7sQAvD_BwE">https://www.sevt.cz/produkt/bzucak-pro-oznacovani-delek-samohlasek-11353600/?gclid=CjwKCAjw3POhBhBQEIwAqTCuBu2OeLLxqBnZZbSSd09IU7HFSSf5vI5ngD1JIDTFd6DXMiE5Lj3srBoCf7sQAvD_BwE</a></p>  <p><u>Rytmizace pomocí teček a čárek s podporou elektronického bzučáku:</u> . krátká doba – krátké pípnutí bzučáku (krátký tón) _ dlouhá doba - dlouhé pípnutí bzučáku (dlouhý tón)</p> <p>Příklad rytmické struktury, kterou lze na bzučáku provést je přiložen níže.</p> <p><u>Rytmizace pomocí obrázkových symbolů:</u> Tato aktivita je založena na rytmizaci pomocí – tleskání, pleskání, dupání a luskání. Tyto rytmické pohyby jsou na rytmickém záznamu znázorněny na obrázcích. Tato varianta může sloužit jako podklad k rytmickému doprovodu písně. Příklad rytmického záznamu je přiložen níže.</p> <p style="text-align: right;"><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>



## ASOCIACE

<b>Doporučení:</b>	Aktivitu zařazujeme na začátku dne v rámci první vyučovací hodiny. Tato aktivita nám slouží k rozmluvení a určité aktivaci myšlenkových procesů.
<b>Očekávání:</b>	Díky této činnosti u žáků „nastartujeme“ pozornost. Rozcvičení mluvidel.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Žádné slovo není špatné. Každému může jedno slovo připomínat něco jiného, než ostatním.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Všichni žáci sedí v kroužku. Paní učitelka/ pan učitel zahajuje hru tím, že řekne libovolné slovo a určí směr, kterým bude hra pokračovat. Dané slovo, které paní učitelka/pan učitel vyslovil/a následujícímu žákovi něco připomnělo, proto odpoví podle něho zvoleným slovem. Takto jdeme po kruhu, až opět dorazíme k paní učitelce/ k panu učiteli.</p> <p>Př. První slovo - MÍČ, žák na to reaguje slovem – FOTBAL - další žák na toto další slovo odpovídá slovem HŘÍŠTĚ - další žák odpovídá slovem – HOUPAČKY, atd.</p> <p>Dostaneme se k paní učitelce/ k panu učiteli, která/ý hru zahajoval/a. V tuto chvíli se začneme vracet po kruhu zpět s následující větou: „<i>Já jsem řekl..., protože.. řekl...“</i></p> <p><i>Př. „Já jsem řekl HOUPAČKY, protože Jarda řekla HŘÍŠTĚ. Já jsem řekla hřiště, protože Helenka řekla FOTBAL.“</i></p> <p>Cílem této hry je vymýšlet na slova tzv. asociace a následně si pamatovat slova, která řekl předchozí žák.</p> <p>Hru můžeme ztížit tím, že necháme projet kruh alespoň 3x.</p>

## OBLIČEJE

<b>Doporučení:</b>	Tuto aktivitu zařazujeme v rámci rozcvičení v první vyučovací hodině.
<b>Očekávání:</b>	Procvičení mimických svalů. Rozvoj představivosti, fantazie.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Paní učitelka/ pan učitel průběžně prochází mezi dvojicemi a prohlíží si dané „obličej“. Děti průběžně motivuje a chválí.
<b>Pomůcky:</b>	Karimatky.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Žáci si utvoří dvojice. V těchto dvojicích se posadí naproti sobě na karimatky. Úkolem jednoho žáka z dvojice je zadávat druhému žákovi, jaké obličej má udělat, jak se má tvářit. Po určitém čase si žáci ve dvojici svoje role prohodí.</p> <p>Příklady obličejů:</p> <p>Emoce: strach, smutek, radost, zlost, únava, nervozita Postavy: čert, princezna, drak, skřítek Zvířata: kočka, pes, kůň, ryba</p> <p>V případě potřeby můžeme žákům do dvojic poskytnout kartičky s obrázky. Tyto kartičky bude mít v ruce ten, jež dané obličej zadává.</p>

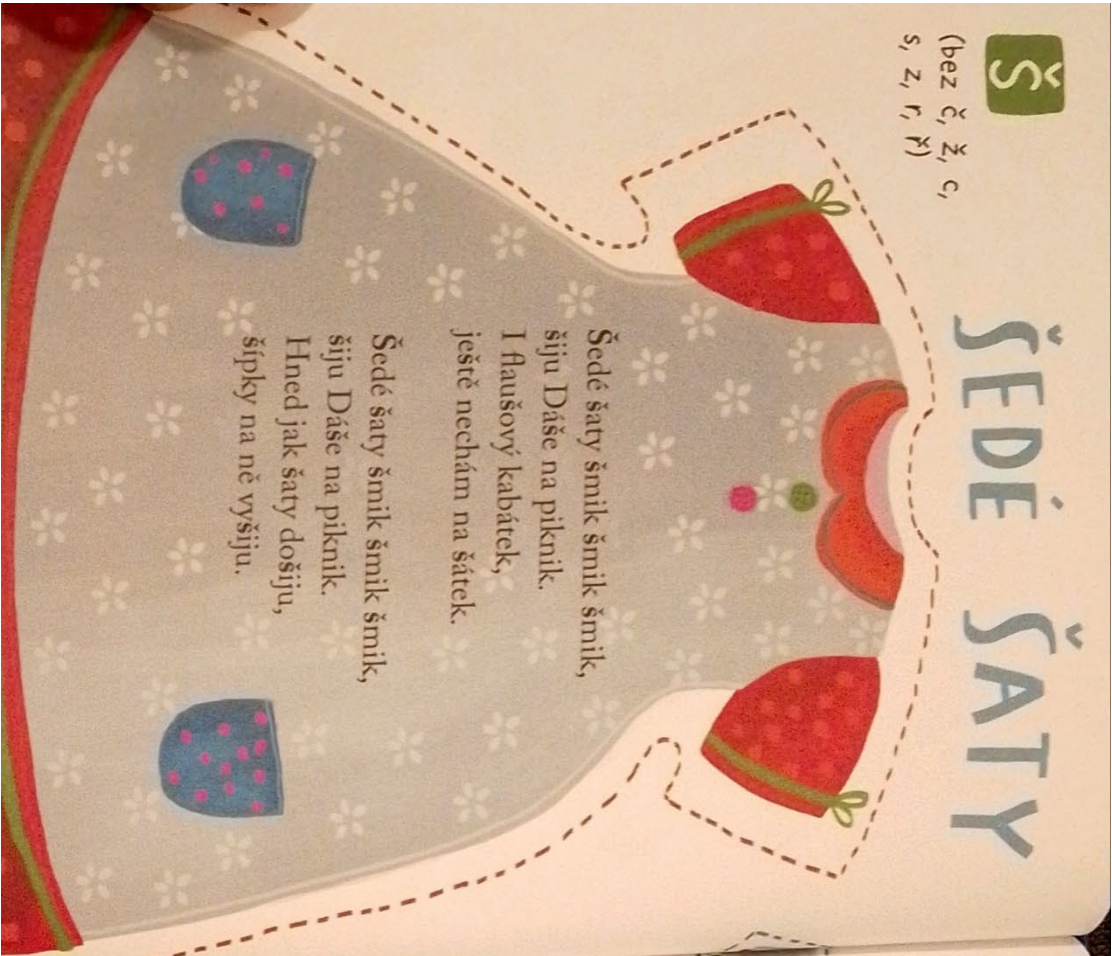
## LOGOPEDICKÉ PÍSNIČKY

<b>Doporučení:</b>	Tyto písničky můžeme zařadit v rámci běžných hodin jako aktivizační činnosti. Písně také můžeme zařadit do repertoáru písní hudební výchovy.
<b>Očekávání:</b>	Procvičení daných hlásek. Rozvoj hudebního cítění. Procvičení rytmu.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Tyto písničky dětem předkládáme zábavnou formou, nepředkládáme je jako logopedická cvičení, ale jako běžné písničky.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci této aktivity je zde přiloženo několik písniček, které jsou vždy zaměřeny na procvičení konkrétních hlásek. Jedná se o známé lidové písničky, které byly přetextované za účelem procvičení uvedených hlásek. Tyto písničky byly převzaty z publikace: Logopedické písničky, Jany Havlíčkové a Ilony Eichlerové.</p> <p>Po nauce daných písniček je možné přidat pohyb, či doprovod na rytmické nástroje. Nejprve je ale nutné se píseň dobře naučit. Než proběhne samotná nauka písně, může žákům paní učitelka/ pan učitel nejprve zahrát melodii. Žáci mohou hádat, o jakou písničku se jedná. Poté se k dané melodii naučí nový text.</p>



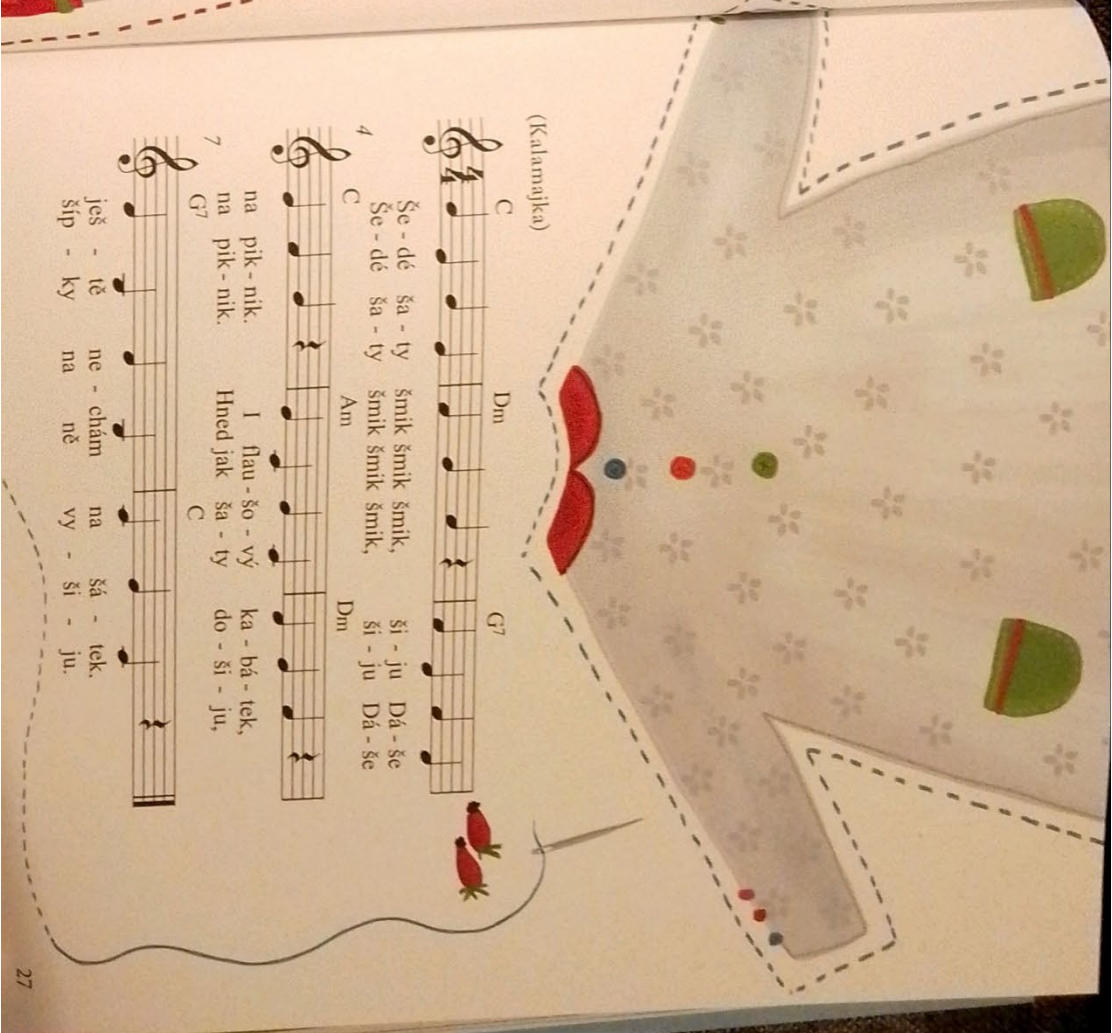
(bez č, ž, c,  
s, z, r, ř)

# ŠEDÉ ŠATY



Šedé šaty šmik šmik šmik,  
šiju Dáše na piknik.  
I flaušový kabátek,  
ještě nechám na šátek.

Šedé šaty šmik šmik šmik,  
šiju Dáše na piknik.  
Hned jak šaty došiju,  
špky na ně vyšiju.



(Katanajka)

Še - dé ša - ty šmik šmik šmik,  
Še - dé ša - ty šmik šmik šmik,  
na pik - nik. I flau - šo - vý ka - bá - tek,  
na pik - nik. Hned jak ša - ty do - ši - ju, Dá - še  
ješ - té ne - chám na vy - ší - ju, tek.  
šip - ky na ně vy - ši - ju.

Chords: C, Dm, G7, Am, Dm

# L

(bez r, ř)

# BEDLA

Povídala bedla bedle:  
Ty jsi vedle jak ta jedle.  
Na klobouku květinčky  
nosí jenom slečinky.



Povídala bedla bedle:  
Nejsem vedle jak ta jedle.  
Na klobouku slimáka,  
to mě vůbec neláká!



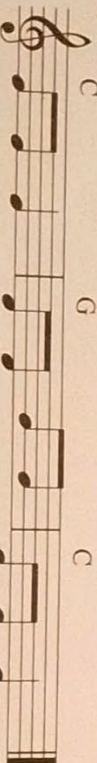
(Přísí, přísí)



Po - ví - da - la bed - la bed - le; Ty jsi ve - dle  
Po - ví - da - la bed - la bed - le; Ne - jsem ve - dle



jak ta je - dle; Na klo - bou - ku  
jak ta je - dle; Na klo - bou - ku



kvě - tin - ky no - sí je - nom sle - ěin - ky,  
sli - má - ka, to mě vů - bec ne - lá - ká!



C S Z

(bez č, š, ž, r, ň)

# POLICIŠTA



Jedna věc je jistá,  
budu policista.  
(: Nezbedníci a zloději  
nemají naději. :)

(Až já budu velká)

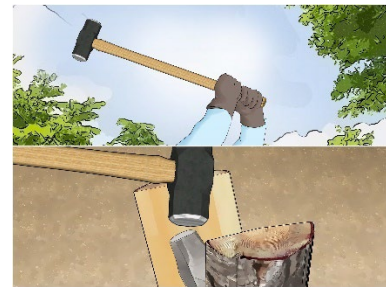
Jed - na věc je jis - tá, bu - du po - li - cis - ta.  
5 G C G C  
9 Nez - bed - ní - ci a zlo - dě - ji ne - ma - jí na - dě - ji.  
G C G C  
Nez - bed - ní - ci a zlo - dě - ji ne - ma - jí na - dě - ji.





## MLUVÍME V CELÝCH VĚTÁCH

<b>Doporučení:</b>	Rozvoj řečových schopností, konkrétně mluvení v celých větách se snažíme podporovat během celého vyučování. Žáky průběžně upozorňujeme, doplňujeme, či opravujeme. Konkrétní hru s kartičkami je ale vhodné provádět individuálně, abychom si danou schopnost mohli dokonale ověřit.
<b>Očekávání:</b>	Tato aktivita žáky vede k tomu, aby nemluvili pouze jednoslovně, aby jejich odpovědi měly daný řád. Obrázkové kartičky mohou být vhodnou podporou.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Kartičky je třeba uzpůsobit schopnostem jednotlivých žáků. Kartičky sestavujeme individuálně.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>V rámci rozvoje řečových dovedností je nutné vést žáky k vyjadřování se v celých větách. Začínáme s větami jednoduchými. Podstatné jméno + sloveso. Např. Máma vaří, táta pracuje. Postupně se ale snažíme větu rozvinout. Např. Máma vaří oběd, táta pracuje v opravně aut. V tomto případě vedeme žáky ke sdělení informace s přidáním jistého detailu. Co máma vaří? Máma vaří oběd. Tento proces probíhá celodenně v rámci všech různých aktivit. Např. žák se přihlásí, chce se na něco zeptat, vedeme ho k tomu, aby svoji otázku podal celou větou. Když žákům pokládáme otázky, trváme na odpovědi celou větou.</p> <p>Tento proces lze záměrně procvičovat pomocí např. obrázkových kartiček (viz níže). Tyto kartičky nám slouží k procvičování mluvení v celých větách. Žák má na lavici několik kartiček. Na polovině kartiček jsou obrázky osob a na druhé polovině kartiček jsou obrázky různých činností. Úkolem žáka je dle jeho volby přiřadit k sobě vždy osobu s činností. Následně všechny spojené kartičky popíše celou větou. Např. Táta seče sekačkou zahradu. Žáky vedeme k tomu, aby k dané činnosti přidal i poznámku, která na kartičkách není uvedena. Příklad: vidíme sekačku na trávě, ale nevíme, jakou oblast táta seče, je na žákovi, aby zkusil domyslet, že je daná tráva např. na zahradě.</p> <p><b>Autor: Markéta Tichá</b></p>



## LOGOPEDICKÉ ŘÍKANKY – R, Ř

<b>Doporučení:</b>	Tyto říkanky nám mohou sloužit k rozcvičení mluvidel na začátku dne. Dále je můžeme zařazovat v rámci vyučování ve chvíli, kdy chceme žáky zaktivizovat. Proložíme tedy těmito říkankami vyučovací hodiny.
<b>Očekávání:</b>	Správná deklamace říkanky. Dbáme na správnou výslovnost hlásek. Přiměřené tempo. V případě poruch artikulace je nutná spolupráce s logopedem.
<b>Cílová skupina:</b>	1.- 2. třída ZŠ
<b>Upozornění:</b>	Pokud se u nějakého z žáků vyskytnou logopedické obtíže, neupozorňujeme na ně před ostatními žáky. V případě obtíží je nezbytná spolupráce s logopedem.
<b>Popis aktivity:</b>	<p>Logopedických říkanek můžeme najít velké množství. Pro příklad zde uvedu několik říkanek zaměřených na konkrétní hlásku. Tyto říkanky jsou převzaty z Metodického portálu RVP.CZ.</p> <p><b>Ř</b></p> <p>V řece kapři hovoří, z moře táhnou úhoři. Daří se jim dobře v řece, to je druhý domov přece.</p> <p><b>R</b></p> <p><b>Havran</b></p> <p>Krouží, krouží havrani nad lesem a nad strání. Krouží, krouží vrány nad poli a lány. Vykroužili černý mrak, krákoraly krá, krá, krák.</p>

## 8 Ověření vytvořeného materiálu

Za účelem ověření si několika aktivit z vytvořeného zásobníku autorka práce navštívila 1. třídu Základní školy v Lošticích. Přítomno bylo 17 žáků. V rámci běžné výuky jsme měli možnost ověřit si se žáky dané třídy osm aktivit. Jednalo se o dvě aktivity z každé z výše zmiňovaných oblastí. Následující tabulka ukazuje vybrané aktivity.

<b>Vybrané aktivity pro ověření</b>
<b>Hra: Cestování vlakem</b>
<b>Básnička: Vrtulník</b>
<b>Uvolňovací cvičení: Déšť</b>
<b>Hra: Hmatové hádanky</b>
<b>BINGO: Písmena</b>
<b>Kreslicí štafeta</b>
<b>Oromotorické cvičení: Jazykoauto</b>
<b>Rýmy – kartičky</b>

*Tabulka 1 Vybrané aktivity pro ověření*

Díky tomu, že zmiňované aktivity tvořila autorka práce sama, bylo mnohem přirozenější je dětem prezentovat a provádět je s nimi. Díky osobní tvorbě jsme znali záměry daných aktivit a mohli je provést dle vlastních představ. Díky možnosti ověření si aktivit v praxi byla spousta aktivit potvrzena, doplněna, či upravena.

V tomto kroku pomohl autorce práce i rozhovor s paní učitelkou, která ji utvrdila v potřebě neustálého užívání určitých aktivit, které bychom mohly v 1. třídě brát již za upevněné. Vzhledem k různorodosti žáků a jejich schopností je potřeba mít vždy připraveno větší množství aktivit, které budou zaměřeny na rozvoj konkrétních zmiňovaných oblastí.

Žáci aktivity hodnotily z velké části kladně. Některé aktivity si ihned oblíbily. V průběhu ověřování se nevyskytl problém při vysvětlování a pochopení daných aktivit. Aktivity byly vždy jednoduše popsány a představeny. Touto informací jsme podali odpověď na stanovenou otázku: *Je distribuovaný materiál pro oslovené žáky srozumitelný?*

*Která z oblastí (dovedností) pro oslovené žáky nejtěžší?* Aktivita „rýmy“ byla hodnocena převážně negativně z hlediska splnění. Mnoho dětí mělo totiž s danou aktivitou potíže. Tyto komplikace samy přiznaly a uvědomovaly si, že je třeba se na tuto oblast více zaměřit, uznaly, že byla pro ně náročná. Pedagožka potvrdila, že se jedná o cvičení, které dělá dětem z této třídy velké problémy. Aktivita by byla tedy vhodným doplňkem k běžným

činnostem. Postupně by se pomocí ní a jiných aktivit mohlo s dětmi na poznávání a hledání rýmů pracovat.

Děti velice kladně hodnotily aktivitu „Cestování vlakem“. Hra je bavila a postupně se k autorce práce přidávaly s jednoduchým popěvkem. Během hry se děti postupně uvolnily a odbouralo se tím prvotní napětí.

Následujícím sdělením si odpovíme na otázku: *Jak hodnotí zásobník oslovení pedagogové?*

Oslovená pedagožka hodnotila vytvořený materiál velice kladně. Upozorňuje na důležitost takového materiálu pro práci učitele 1. třídy. Zdůrazňuje také, že mnoho učitelů takový druh osobních materiálů nevlastní, nevytváří. Dle jejího názoru takový druh zásobníků aktivit pro učitele chybí a je velice dobře, že vzešla tato myšlenka jej vytvořit. Může se stát i určitou inspirací pro jiné učitele, jak si takový zásobník vést a dotvářet do něj další aktivity.

*„Myslím, že taková cvičení jsou pro děti velmi přínosná a pozitivní. Dnešní doba digitálních technologií začíná mít nepříznivé účinky na mladší generace, z důvodu jejich pasivního přijímání informací. Děti mají velmi slabé vyjadřovací schopnosti a slabou slovní zásobu. Proto vnímám tyto činnosti jako velmi přínosné. Je důležité každý den určitou oblast trénovat a rozvíjet.“* (oslovená pedagožka ZŠ 1, [ústní sdělení], Loštice, 2023)

Pro potřeby této diplomové práce bylo umožněno zveřejnění následujících fotografií ze zmiňovaného ověřování.



Obrázek 4 - Fotografie z ověřování materiálu.



*Obrázek 5 - Fotografie z ověřování materiálu.*



*Obrázek 6 - Fotografie z ověřování materiálu.*



Obrázek 7 - Fotografie z ověřování materiálu.

Pro potřeby zhodnocení účelnosti tohoto zásobníku byl jeho obsah představen ještě jedné paní učitelce, zmiňované základní školy. Tato paní učitelka má za sebou téměř pětadvacetiletou praxi ve školství. Několik let vyučovala převážně v 1. třídě ZŠ, nyní vyučuje ve 2. třídě ZŠ.

Hodnocení této pedagožky zní takto:

Dle paní učitelky, která nyní mluví z pohledu třídní učitelky 2. třídy potvrzuje, že jsou tyto aktivity, jež zásobník obsahuje vhodné také pro 2. třídu. Žáci si na začátku školního roku, po období letních prázdnin, opět znovu upevňují strukturu vyučování a průběhu celého dne ve škole. Již upevněné návyky, mohly být za dobu letních prázdnin utlumeny a je úkolem učitele v dětech tyto návyky opět aktivizovat. Proto jsou tyto činnosti více, než vhodné i pro žáky 2. třídy.

Paní učitelka také uvádí:

*„Dle mého názoru lze při využívání daných her, v daných momentech ihned tvořit nové a nové varianty. Díky situacím, které při výuce vzniknou, může učitel vytvořit modifikaci určité činnosti. To přináší učitelská praxe. Každý den vzniká něco nového. Věřím, že pro mnohé učitele, kteří se obávají tvořit si vlastní aktivity, může být tento zásobník dobrým startem a podporou při vlastní tvorbě. Velice se mi líbí, že se v jednom materiálu vyskytuje velké množství*

*aktivit z různých oblastí. Tyto oblasti shledávám jako stěžejní a velice podporuji, že se staly základem pro tento materiál.“ (oslovená pedagožka ZŠ 2, [ústní sdělení], Loštice, 2023)*



## Závěr

Téma diplomové práce bylo zaměřeno na „Zásobník pro rozvoj psychomotorických dovedností žáků 1. třídy ZŠ“. Hlavním tématem práce bylo poskytnutí teoretických základů popisujících rozvoj psychomotoriky v rámci jednotlivých vývojových období dítěte od prenatálního období do sedmi let věku dítěte. Stěžejní částí práce bylo vytvoření daného zásobníku, který by se stal hodnotným materiálem pro učitele prvních, případně druhých tříd, či určitou inspirací pro tvorbu vlastních materiálů.

V teoretické části byl v rámci první kapitoly zpracován pojem psychomotorika, vysvětlen cíl psychomotoriky a detailně popsány její oblasti. Následně byly ve druhé kapitole rozpracovány jednotlivé vývojové oblasti v rámci psychomotorického vývoje. Třetí kapitola se věnovala předškolnímu období, které je pro rozvoj psychomotorických dovedností velice stěžejní. Je zde detailně popsán vývoj specifických oblastí, jako např. kresba, grafomotorika, či řeč. Následující, čtvrtá, kapitola se samostatně věnovala období 1. třídy ZŠ, kdy jsme mluvili o dítěti ve věku šest až sedm let. V této kapitole jsme se blíže zaměřili na pojmy školní zralost a školní připravenost.

Praktická část obsahovala rozpracování jednotlivých aktivit a činností do čtyř základních oblastí. Těmito oblastmi byly: Hrubá motorika, Jemná motorika, Vizuomotorika a Oromotorika. V rámci každé oblasti bylo rozpracováno deset příprav. Každá příprava obsahovala: název, popsaná doporučení, očekávání, vymezení cílové skupiny, upozornění, pomůcky, či potřebné poznámky. Následně byl v rámci každé přípravy rozepsán popis jednotlivých aktivit. V rámci příprav byly nabídnuty básničky, říkanky, písničky s pohybem, popěvky, skupinové aktivity, práce ve dvojicích, pracovní listy, vzorové pomůcky pro další zpracování, atd. Velká část aktivit byla autorsky vytvořena autorkou diplomové práce. Popěvky, písně, básničky, či říkanky byly nahrány a následně umístěny na web. Pomocí QR kódu budou vždy a neomezeně, pro potřeby čtenářů této diplomové práce, k dispozici. Tyto aktivity byly doplněny o další přípravy, jejichž obsah byl převzat z různých druhů publikací, zaměřených na dané oblasti. Podle povahy aktivity byla k přípravě přiložena potřebná příloha (tabulky, kartičky, notový záznam, pracovní listy, QR kód odkazující na zvukový, či video záznam).

V rámci praktické části bylo také provedeno kontrolní ověření osmi aktivit na kontrolní třídě. Dané ověření probíhalo na ZŠ v Lošticích, s žáky 1. třídy. Žákům zmiňované třídy byly nabídnuty aktivity různého zaměření. Byly zde ověřeny říkanky, popěvek, kartičky, skupinové aktivity, aktivity ve dvojicích, cvičení mluvidel, i pohybová hra. Hodnocení ze stran dětí bylo

převážně kladné. Našly se ale i aktivity, které dětem dělaly problém, protože potřebná schopnost pro danou aktivitu nebyla u těchto žáků dostatečně rozvinuta, či osvojena. Tyto aktivity byly následným podnětem pro tvorbu dalších činností podobného zaměření. Dané ověření bylo následně zhodnoceno třídní učitelkou kontrolní třídy. Vytvoření daného zásobníku hodnotila velmi kladně. Tvorbu takových druhů materiálů podporuje. Sama si podobný zásobník vede a bere jej jako nezbytnou součást materiálů učitele 1. ročníku ZŠ. Zásobník bere nejen jako hotovou pomůcku, hotový materiál, ale i jako inspiraci pro ostatní pedagogy. Podle ní může být tento zásobník jistým vzorem, jak si tento druh materiálu vést a uspořádat.

Hlavní podstatou autorčiny práce je, že si tento zásobník ponese do svého zaměstnání a bude jí prvotní podporou při tvorbě dalších podobných materiálů. Tuto tvorbu bere autorka jako startovní. Sama v tomto zásobníku a jeho uspořádání vidí velký smysl. Následná práce s ním a orientace v něm je velice dobře zajištěna. Díky této práci mohla autorka prezentovat své vložky v oblasti tvorby říkanek, básní i písní.

Dle autorky byl vytvořen materiál, který může sloužit mnohým začínajícím pedagogům jako pomoc při vstupu do pedagogického zaměstnání. Může se ale i stát jistým oživením zaběhlé práce jistých zkušených pedagogů.

## Seznam použité literatury

(Preambule Ústavy WHO, jak byla přijata na Mezinárodní konferenci o zdraví, New York, 19. června - 22. července 1946; podepsána 22. července 1946 zástupci 61 států (Úřední záznamy WHO, č. 2, s. 100) a vstoupila v platnost dne 7. dubna 1948

ALLEN, K. Eileen a Lynn R. MAROTZ. *Přehled vývoje dítěte: od prenatálního období do 8 let*. Vyd. 3. Přeložil Petra VLČKOVÁ. Praha: Portál, 2008. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-421-2.

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 2. vydání. Ilustroval Richard ŠMARDA. Brno: Edika, 2015. Moderní metodika pro rodiče a učitele. ISBN 978-80-266-0658-1.

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Rozvoj grafomotoriky: jak rozvíjet kreslení a psaní*. 2. vydání. V Brně: Edika, 2021. Moderní metodika pro rodiče a učitele. ISBN 978-80-266-1603-0.

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Školní zralost: co by mělo umět dítě před vstupem do školy*. 3. vydání. V Brně: Edika, 2022. Moderní metodika pro rodiče a učitele. ISBN 978-80-266-1751-8.

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina. *Rozvoj zrakového vnímání pro děti od 5 do 7 let: jak krtek Barbora pomohl objevit poklad*. 3. vydání. Ilustroval Richard ŠMARDA. Brno: Edika, 2021. Dětská naučná edice (Edika). ISBN 978-80-266-1627-6.

BLAHUTKOVÁ, M. (2006). *Psychomotorika pro každého*. Prešov: MP Centrum.

BLAHUTKOVÁ, Marie, Jiřina KLENKOVÁ a Dana ZICHOVÁ. *Psychomotorické hry pro děti s poruchami pozornosti a pro hyperaktivní děti*. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2005. ISBN 80-210-3627-3.

BLAHUTKOVÁ, Marie, Zuzana KÜCHELOVÁ, Anna NADOLSKA a Miroslav SLIŽIK. *Psychomotorika pro tebe*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, s.r.o., Brno, 2017. ISBN 978-80-7204-954-7.

BLAHUTKOVÁ, Marie. *Psychomotorika*. Brno: Masarykova univerzita, 2003. ISBN 80-210-3067-4.

BLATNÝ, Marek, ed. *Psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3462-3.

BRIERLEY, John Keith. *7 prvních let života rozhoduje: [nové poznatky o vývoji mozku a výchova dítěte]*. 2. vyd. Praha: Portál, 2000. Rádcí pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-484-2.

HAVLÍČKOVÁ, Jana a Ilona EICHLEROVÁ. *Logopedické písničky*. Ilustroval Michaela BERGMANNOVÁ. Praha: Fragment, 2017. ISBN 978-80-253-3325-9.

HELLBRÜGGE, Theodor. *Prvních 365 dní v životě dítěte: psychomotorický vývoj kojence*. Praha: Grada, 2010. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-3457-6.

HERM, Sabine. *Psychomotorické hry: 92 her zaměřených na motorický vývoj dětí v mateřské škole*. Praha: Portál, 1994. ISBN 80-71-78-018-9.

JEŘÁBKOVÁ, Jarmila, Jasna LAZAROVÁ a Jiří RUML. *Od jara do zimy: 20 dětských tanečních her*. Praha: Rotag, 2002. ISBN 80-901182-9-1.

KURTZ, Lisa A. *Hry pro rozvoj psychomotoriky: pro děti s ADHD, autismem, smyslovým postižením a dalšími handicapy*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80262-0800-6.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1284-0.

NAKONEČNÝ, Milan. *Lexikon psychologie*. 2., podstatně rozš. vyd. Praha: Vodnář, 2013. ISBN 978-80-7439-056-2.

PROBST, M., Knapen, J., Poot, G. & Vacampfort, D. (2010): Psychomotor therapy and psychiatry: What s in Name? *Medicine Journal*, 2010, 2, 105–113.

PULDOVÁ, Marcela a Adriena BINKOVÁ. *Hravá písanka: pro 1. ročník ZŠ: v souladu s RVP*. Praha: Taktik, 2021. ISBN 978-80-7563-227-2.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem: [vývojová psychologie] : přepracované vydání*. 3. vyd. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0772-6.

SZABOVÁ, Magdaléna. *Cvičení pro rozvoj psychomotoriky*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-276-9.

ŠÁCHOVÁ, Irena. *Logopedie: pro nejmenší: zábavné hry a cvičení pro správný rozvoj řeči*. Ilustroval Miroslav RŮŽEK. Praha: Fragment, 2019. ISBN 978-80-253-4140-7.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 3., upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0.

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

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vydání druhé, doplněné a přepracované. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

VERECKÁ, Naděžda. *Jak pomáhat dětem při vstupu do školy: Je vaše dítě zralé pro školu? A vy?*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2002. ISBN 80-7106-474-2.

WARNER, Penny. *160 her a cvičení pro první tři roky života dítěte*. Vyd. 3. Přeložil Vlastimil BLECHA. Praha: Portál, 2011. Nápady - hry - tvořivost. ISBN 978-80-7367-805-0.

ZELINKOVÁ, Olga. *Poruchy učení: dyslexie, dysgrafie, dysortografie, dyskalkulie, dyspraxie, ADHD*. Vyd. 12. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0875-4.

## Internetové zdroje:

[online]. Dostupné z: <http://file:///C:/Users/42072/Downloads/RVP%20PV%20z%C3%A1%C5%99%C3%AD%202021.pdf>

[online]. Dostupné z: <https://cz.depositphotos.com/vector-images/sm%C4%9Bj%C3%ADc%C3%AD-se-d%C3%ADt%C4%9B.html>

[online]. Dostupné z: <https://pixabay.com/cs/illustrations/d%C3%ADt%C4%9B-chlape%C4%8Dek-osoba-chlapec-m%C3%A1vat-5765632/>

[online]. Dostupné z: <https://pixabay.com/illustrations/dog-cartoon-puppy-cute-dog-7447600/>

[online]. Dostupné z: <https://www.istockphoto.com/cs/vektor/kreslen%C3%A1-mapalenn%C3%ADho-m%C4%9Bsta-gm164464087-21620233>

[online]. Dostupné z: <https://www.istockphoto.com/cs/vektor/kreslen%C3%A1-b%C3%ADl%C3%A1-houba-h%C5%99ib-edulis-sez%C3%B3nm%C3%AD-biopotraviny-podzimn%C3%AD-lesn%C3%AD-rostliny-houba-gm1441623025-481272048>

[online]. Dostupné z: <https://www.istockphoto.com/cs/vektor/kreslen%C3%A1-hol%C4%8Di%C4%8Dka-s-medv%C3%ADdkem-gm1161314672-318172138>

[online]. Dostupné z: <https://www.istockphoto.com/cs/vektor/n%C5%99edm%C4%9Bst%C3%AD-gm480751578-68682189>

[online]. Dostupné z: <https://www.istockphoto.com/cs/vektor/s%C5%AFIt%C5%99epa%C4%8Dky-vektorov%C3%A1-n%C3%A1vrhov%C3%A1-ilustrace-izolovan%C3%A1-na-b%C3%ADl%C3%A9m-pozad%C3%AD-gm1150563314-311508666>

[online]. Dostupné z: <https://www.mall.cz/panenky/teddies-panenka-barunka-chodici-a-zpivajici-42cm>

20. říjen – Den stromů v České republice | Benátecký čtyřlístek. Benátecký čtyřlístek | Příroda pro lidi, lidé pro přírodu [online]. Dostupné z: <http://www.benateckyctyrlistek.eu/?p=1259>

Banco de Imágenes, Fotos, Videos, Musicas Libres de Derechos | Depositphotos [online]. Dostupné z: <https://mx.depositphotos.com/117745770/stock-illustration-cartoon-monkey-character.html>

Stock fotografie, Royalty Free obrázky, vektorové umění, filmové záběry | Depositphotos [online]. Dostupné z: <https://cz.depositphotos.com/vector-images/k%C3%A1va.html>

Stock fotografie, Royalty Free obrázky, vektorové umění, filmové záběry | Depositphotos [online]. Dostupné z: <https://cz.depositphotos.com/543847416/stock-illustration-gamepad-palmed-gamer-hand-pointing.html>

Stock fotografie, Royalty Free obrázky, vektorové umění, filmové záběry | Depositphotos [online]. Dostupné z: <https://cz.depositphotos.com/vector-images/mlad%C3%A1-maminka.html>

Dědeček a Babička ideas | babičky, moje rodina, kreslení. Pinterest - Česká republika [online]. Dostupné z: <https://cz.pinterest.com/novaantonin/d%C4%9Bde%C4%8Dek-a-babi%C4%8Dka/>

Actions | Baamboozle - Baamboozle | The Most Fun Classroom Games!. Baamboozle | The Most Fun Classroom Games! [online]. Copyright © 2023 Baamboozle Inc. [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://www.baamboozle.com/study/121380>

Autiste.cz - Studijní a herní web. Autiste.cz - Studijní a herní web [online]. Copyright © 2011 K2N way s.r.o., Tento program vznikl v [cit. 10.04.2023]. Dostupné z: <http://program.autiste.cz/seznameni/?term=motoracek&category=doprava>

Babička pro 1. stupeň - Puzzle Factory. Puzzle Factory - Free online jigsaw puzzles for kids and adults [online]. Dostupné z: <https://puzzlefactory.com/cs/puzzle-pro-d%C4%9Bti/287585-babi%C4%8Dka-pro-1-stupe%C5%88-skl%C3%A1da%C4%8Dka#3x6>

Bzučák elektronický - speciální didaktická pomůcka | Ucebnice.com. Učebnice pro základní a střední školy | Ucebnice.com [online]. Dostupné z: <https://ucebnice.com/bzucak-elektronicky-specialni-didakticka-pomucka/>

Bzučák pro označování délek samohlásek - SEVT.cz. SEVT.cz - tiskopisy, formuláře, učebnice, odborná literatura [online]. Copyright © 2007 [cit. 17.04.2023]. Dostupné z: <https://www.sevt.cz/produkt/bzucak-pro-oznacovani-delek-samohlasek->

[11353600/?gclid=CjwKCAjw3POhBhBQEiwAqTCuBu2OeLLxqBnZZbSSd09IU7HFSSf5vISngD1JIDTFd6DXMiE5Lj3srBoCf7sQAvD\\_BwE](https://www.cistedrevo.cz/vychazkova-drevena-hul?gclid=CjwKCAjw3POhBhBQEiwAqTCuBu2OeLLxqBnZZbSSd09IU7HFSSf5vISngD1JIDTFd6DXMiE5Lj3srBoCf7sQAvD_BwE)

Dřevěná vycházková hůl | CisteDrevo.cz. ČistéDřevo.cz | Dřevěné výrobky, laserové vypalování a motivy na míru [online]. Copyright © ČistéDřevo.cz, všechna práva vyhrazena [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: [https://www.cistedrevo.cz/vychazkova-drevena-hul?gclid=CjwKCAjwitShBhA6EiwAq3RqA5a8amH78Had003ewEMopz2B14TMV9ANWUJ8KiyUucnUi6bi2SHn-RoChTgQAvD\\_BwE](https://www.cistedrevo.cz/vychazkova-drevena-hul?gclid=CjwKCAjwitShBhA6EiwAq3RqA5a8amH78Had003ewEMopz2B14TMV9ANWUJ8KiyUucnUi6bi2SHn-RoChTgQAvD_BwE)

Emoji tlesknutí rukou omalovánka | Omalovánky k Vytisknutí Zdarma. Free Printable Coloring Pages for Kids and Adults [online]. Copyright © 2008 [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://www.supercoloring.com/cs/omalovanky/emoji-tlesknuti-rukou>

Jak naštipat tvrdé dřevo – wikiHow. [online]. Dostupné z: <https://www.wikihow.cz/Jak-na%C5%A1t%C3%ADpat-tvrd%C3%A9-d%C5%99evo>

Návod na malování krajinky. Výtvarné potřeby [online]. Dostupné z: <https://www.atelier-zebra.cz/https/www-atelier-zebra-cz/navod-na-malovani-krok-za-krokem-louka-se-stromy-d229-htm>

NEŠPOROVÁ, Michaela. (27. 7. 2015) Odborný článek: Psychomotorická cvičení pro žáky s ADHD – definice a vymezení psychomotoriky. Metodický portál / Odborné články [online]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/c/zu/20169/PsYCHOMOTORICKA-CVICENI-PRO-ZAKY-S-ADHD---DEFINICE-A-VYMEZENI-PSYCHOMOTORIKY.html>

O konferenci – INTERNATIONAL CONFERENCE of PSYCHOMOTRICITY. INTERNATIONAL CONFERENCE of PSYCHOMOTRICITY [online]. Dostupné z: <https://psychomot.cz/o-konferenci/>

Object reference not set to an instance of an object.. Object reference not set to an instance of an object. [online]. Dostupné z: <https://www.hasici.cz/zhave-aktuality/Z-regionu/kraj-Vysocina/Vice-nez-dve-hodiny-vyprostovali-hasici-kravu-uviz>

OERMANN, Marilyn H,PhD., R.N. (1990). Psychomotor skill development. The Journal of Continuing Education in Nursing, 21(5), 202-204. Retrieved from <https://www.proquest.com/scholarly-journals/psychomotor-skill-development/docview/915651512/se-2>

online]. Dostupné z: <https://cz.depositphotos.com/vector-images/stove.html>

Planche à Repasser Avec Le Design Vecteur Illustration De Fer Clip Art Libres De Droits , Svg , Vecteurs Et Illustration. Image 90540793.. Banque D'Images, Photos ,Vecteurs Libres De Droits sur 123RF [online]. Copyright © Inmage Lab Pte Ltd 2023. [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: [https://fr.123rf.com/photo\\_90540793\\_planche-%C3%A0-repasser-avec-le-design-vecteur-illustration-de-fer.html](https://fr.123rf.com/photo_90540793_planche-%C3%A0-repasser-avec-le-design-vecteur-illustration-de-fer.html)

Pletu, až se mi prsty kroutí, aneb příběh jednoho svetru - DIY by Hanka. DIY by Hanka - Kretivní svět české mámy ve Švýcarsku [online]. Copyright © 2015 [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://www.adinajustina.com/2016/02/13/pletu-az-se-mi-prsty-krouti-aneb-pribeh/>

Pozorování jako evaluační nástroj - Klinika Adiktologie . *Klinika Adiktologie* [online]. Dostupné z: <https://www.adiktologie.cz/pozorovani-jako-evaluacni-nastroj>

Pšeničná mouka polohrubá 5kg balení. Řeznictví Štampera [online]. Copyright © 2012 [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://stampera.cz/produkt/psenicna-mouka-polohruba-5kg>

Rybářský prut a ikona ryby v kreslený styl na bílém pozadí. rybolov plakáty na zeď • plakáty udici, návnada, rybář | myloview.cz. Fototapety, plakáty, levné nálepky na zeď - obrazy na plátně - myloview.cz [online]. Copyright © [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://myloview.cz/plakat-rybarsky-prut-a-ikona-ryby-v-kresleny-styl-na-bilem-pozadi-rybolov-c-4F4F44D>

Třídím jako Diva: do lesa na houby i na odpadky - Samosebou.cz. Samosebou.cz [online]. Copyright © 2023 [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://www.samosebou.cz/2020/10/22/tridim-jako-diva-do-lesa-na-houby-i-na-odpadky/>

Vektorová grafika „Football, soccer ball vector black and white illustration. “ ze služby Stock | Adobe Stock. [online]. Copyright © 2023 Adobe. All rights reserved. [cit. 11.04.2023]. Dostupné z: <https://stock.adobe.com/cz/images/football-soccer-ball-vector-black-and-white-illustration/199204600>

Vizovické pečivo - Recepty.cz - On-line kuchařka. Recepty.cz - On-line kuchařka [online]. Copyright © 2019 Copyright CZECH NEWS CENTER a.s. a dodavatelé obsahu. [cit. 10.04.2023]. Dostupné z: <https://www.recepty.cz/recept/vizovicke-pecivo-1883>

Wiki - Wiki. Wiki - Wiki [online]. Dostupné z: [https://wiki.rvp.cz/Kabinet/ZRuzne/Stoln%C3%AD\\_hry/%C5%98%C3%8DKADLA\\_K\\_PROCVI%C4%8COV%C3%81N%C3%8D\\_HL%C3%81SEK](https://wiki.rvp.cz/Kabinet/ZRuzne/Stoln%C3%AD_hry/%C5%98%C3%8DKADLA_K_PROCVI%C4%8COV%C3%81N%C3%8D_HL%C3%81SEK)



## **ZÁKONY**

Zákon č. 561/2004 Sb. *Zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)*

## SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

Apod.	A podobně
Atd.	A tak dále
Např.	Například
RVP PV	Rámcový vzdělávací program předškolního vzdělávání
Tzv.	Tak zvaný
WHO	Světová zdravotnická organizace
ZŠ	Základní škola
MŠ	Mateřská škola
Př.	Příklad

## SEZNAM POUŽITÝCH OBRÁZKŮ A TABULEK

Obrázek 1 Maslowova pyramida potřeb (Nakonečný, 2013).....	16
Obrázek 2 Vývoj úchopových schopností ruky od narození do 12 měsíců (Thorová, 2015)..	17
Obrázek 3 Správné držení psacího náčiní u leváků, u praváků. (Bednářová, Šmardová, 2021)	
.....	25
Obrázek 4 - Fotografie z ověřování materiálu. ....	101
Obrázek 5 - Fotografie z ověřování materiálu. ....	102
Obrázek 6 - Fotografie z ověřování materiálu. ....	102
Obrázek 7 - Fotografie z ověřování materiálu. ....	103
Tabulka 1 Vybrané aktivity pro ověření .....	100

## Anotace

<b>Jméno a příjmení:</b>	Markéta Tichá
<b>Katedra nebo ústav:</b>	Ústav speciálněpedagogických studií
<b>Vedoucí práce:</b>	Mgr. Adéla Hanáková, Ph.D.
<b>Rok obhajoby:</b>	2023

<b>Název práce:</b>	Zásobník pro rozvoj psychomotorických dovedností žáků 1. třídy ZŠ
<b>Název v angličtině:</b>	Reservoir for the development of psychomotor skills of primary school pupils
<b>Anotace práce:</b>	Diplomová práce se zaměřuje na vytvořený zásobník pro rozvoj psychomotorických dovedností žáků 1. třídy základních škol. V rámci teoretické části je vymezen pojem psychomotorika, její cíle a oblasti. V rámci druhé až třetí kapitoly je popsán psychomotorický vývoj v rámci jednotlivých vývojových období. Čtvrtá kapitola se věnuje období 1. třídy ZŠ, šestému až sedmému roku dítěte. Praktická část obsahuje zásobník aktivit rozpracovaných do čtyř stěžejních oblastí. V rámci těchto oblastí jsou rozpracované jednotlivé aktivity. Dle povahy aktivit jsou zde přiloženy i potřebné přílohy. Cílem práce je poskytnout tento zásobník pro potřeby pedagogických i nepedagogických pracovníků jako hotový, či inspirační materiál.
<b>Klíčová slova:</b>	Psychomotorické dovednosti, žák 1. třídy ZŠ
<b>Anotace v angličtině:</b>	The diploma thesis focuses on the created reservoir for the development of psychomotor skills of 1st-grade elementary school students. Within the framework of the theoretical part, we define the concept of psychomotor skills, its goals, and its areas. The second to third chapters describe psychomotor development within individual developmental periods. The

	<p>fourth chapter is devoted to the period of the 1st grade of elementary school, the child's sixth to seventh year. The practical part contains a stack of activities developed into four core areas. Within these areas, we develop individual activities. The necessary attachments are also attached depending on the nature of the activities. The work aims to provide this reservoir for the needs of teaching and non-teaching staff as ready-made or inspirational material.</p>
<b>Klíčová slova v angličtině:</b>	Psychomotor skills, the pupil of the 1st grade of elementary school
<b>Rozsah práce:</b>	117
<b>Jazyk práce:</b>	Český jazyk