



TECHNICKÁ UNIVERZITA V LIBERCI
Fakulta přírodovědně-humanitní
a pedagogická



Pohybové hry a jejich využití v mateřské škole

Bakalářská práce

Studijní program: B7507 – Specializace v pedagogice
Studijní obor: 7531R001 – Učitelství pro mateřské školy
Autor práce: **Markéta Kučerová**
Vedoucí práce: Mgr. Petra Čaplová, Ph.D.



Technická univerzita v Liberci
Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická
Akademický rok: 2015/2016

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Markéta Kučerová**
Osobní číslo: **P14000013**
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Učitelství pro mateřské školy**
Název tématu: **Pohybové hry a jejich využití v mateřské škole**
Zadávající katedra: **Katedra pedagogiky a psychologie**

Z á s a d y p r o v y p r a c o v á n í :

Analýza problematiky dětí předškolního věku a současný stav výuky pohybových her v mateřské škole.

Návrh, realizace a zhodnocení pohybového programu s obsahem pohybových her v mateřské škole.

Rozsah grafických prací:

Rozsah pracovní zprávy:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná**

Seznam odborné literatury:

DVOŘÁKOVÁ, H., 2009. Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání. Praha: Raabe. ISBN 978-808-6307-94.

DVOŘÁKOVÁ, H., 2002. Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]. Praha: Portál. ISBN 80-7178-693-4.

KOŤÁTKOVÁ, S., 2005. Hry v mateřské škole v teorii a praxi. Praha: Grada. ISBN 80-247-0852-3.

MAZAL, F., 2007. Pohybové hry a hraní pohledem ŠVP. Olomouc: Hanex. ISBN 978-80-85783-77-3.

OPRAVILOVÁ, E., 2004. Předškolní pedagogika II. Liberec: Technická univerzita v Liberci. ISBN 80-7083-786-1.

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Petra Čaplová, Ph.D.


Katedra tělesné výchovy

Datum zadání bakalářské práce: **16. června 2016**

Termín odevzdání bakalářské práce: **25. května 2017**


prof. RNDr. Jan Pícek, CSc.
děkan




doc. PhDr. Tomáš Kasper, Ph.D.
vedoucí katedry

V Liberci dne 30. června 2016

Prohlášení

Byla jsem seznámena s tím, že na mou bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb., o právu autorském, zejména § 60 – školní dílo.

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

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

Bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a na základě konzultací s vedoucím mé bakalářské práce a konzultantem.

Současně čestně prohlašuji, že tištěná verze práce se shoduje s elektronickou verzí, vloženou do IS STAG.

Datum:

Podpis:

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala Mgr. Petře Čaplové, Ph.D. za vedení, ochotu a konzultace při vypracování této bakalářské práce, rodině za trpělivost a ochotu, kterou mi projevovali po celou dobu mého studia a také mateřské škole Hrubá Skála – Doubravice za vstřícný přístup a realizaci pohybového programu.

Anotace

Bakalářská práce „Pohybové hry a jejich využití v mateřské škole“ pojednává o důležitosti pohybových her pro děti předškolního věku. Teoretická část se zabývá základními pojmy vztahujícími se k dané problematice. Praktická část obsahuje vytvoření zásobníku pohybových her zaměřených na významné události během roku, návrh realizace a zhodnocení pohybového programu s obsahem pohybových her pro děti předškolního věku.

Klíčová slova: pohybová hra, hra, předškolní věk, mateřská škola, zásobník her.

Annotation

The bachelor thesis "Motion games and their use in kindergarten" deals with the importance of movement games for pre-school children. The theoretical part deals with basic concepts related to the given issue. The practical part includes the creation of a motion game stack focused on major events during the year, proposal for realization and evaluation of motion program containing motion games for preschool children.

Keywords: motion game, game, pre-school age, kindergarten, stack of games.

Obsah

Úvod.....	10
1 Cíle bakalářské práce.....	11
1.1 Dílčí cíle.....	11
2 Analýza hry	12
2.1 Předškolní období.....	12
2.1.1 Rozvoj motoriky	12
2.1.2 Potřeba pohybu	12
2.2 Hra v předškolním období.....	13
2.3 Pohybová hra.....	14
2.4 Definice hry.....	15
2.5 Přínos hry	16
2.6 Výběr pohybové hry.....	18
2.7 Podstata hry	19
2.8 Znaky hry	20
2.9 Hra a pravidla	21
2.10 Dělení her	22
2.10.1 Spontánní hra	23
2.10.2 Řízená hra	24
3 Současné pojetí hry v mateřské škole.....	25
3.1 Postavení učitelky ve hře	25
3.2 Vhodné prostředí pro hru	26
3.3 Hra v předškolním vzdělávání dříve a dnes	27
3.4 Diagnostika hrou	28
3.4.1 Teoretické problémy hrové činnosti	29
3.5 Pohybové činnosti v RVP PV	29
4 Zásobník pohybových her	31

4.1	Masopust	31
4.2	Velikonoce	33
4.3	Pálení čarodějnic	36
4.4	Den matek	38
4.5	Advent	40
5	Pohybový program s obsahem pohybových her na téma jaro	42
5.1	Struktura příprav	42
5.2	Charakteristika předškolního zařízení	42
5.3	Struktura denního programu mateřské školy	43
6	Návrh příprav realizovaných v mateřské škole	44
6.1	Příprava 1	44
6.2	Příprava 2	45
6.3	Příprava 3	48
6.4	Příprava 4	50
6.5	Příprava 5	52
6.6	Příprava 6	53
6.7	Příprava 7	55
6.8	Příprava 8	57
6.9	Příprava 9	59
6.10	Příprava 10	59
6.11	Zhodnocení pohybového programu	62
6.12	Návrh řešení	63
7	Závěr	64
8	Seznam použitých zdrojů	65

Seznam obrázků

Obrázek 1 <i>Třepetalky</i> (pořízeno dne 14. 2. 2017 v Radvánovicích).....	31
Obrázek 2 <i>Hra s padákem</i> (Hurdová, 2014, s. 47)	35
Obrázek 3 <i>Prolézání pavučinou</i> (pořízeno dne 28. 3. 2017 v Radvánovicích).....	38
Obrázek 4 <i>Herna mateřské školy</i> (pořízeno dne 3. 4. 2017 v Doubravicích).....	43
Obrázek 5 <i>Překážky</i> (Volfová, Kolovská, 2009, s. 24).....	56

Úvod

Bakalářskou práci s názvem „Pohybové hry a jejich využití v mateřské škole“ jsem si vybrala proto, že jsem se chtěla zabývat hrami v předškolním období. Pro dítě je hra v tomto období hlavní činností, specifickou formou učení a příprava na školu. Již Americký psycholog A. Maslow vytvořil hierarchii potřeb, ve které je hra součástí fyziologických potřeb (potřeba bezpečí, potřeba sounáležitosti a kvality vztahů, potřeba uznání a úspěchu, kognitivní potřeby, estetické potřeby, seberealizace). Hra je také zmiňována v rámcovém vzdělávacím programu pro předškolní vzdělávání, kde zastává velmi důležitou roli.

V teoretické části jsem se zabývala analýzou hry. Zaměřila jsem se na to jak je důležitá hra v životě dítěte, ale také na její podstatu a význam, rozdělení atd. Také zmiňuji hru dříve a dnes, jak se vyvíjela a jak jí některé osobnosti definují.

V praktické části jsem se zaměřila na sestavení zásobníku pohybových her, který lze využít v netradiční dny během roku. Tyto pohybové hry a cvičení jsou zaměřeny na významné události v roce, jako je Masopust, Velikonoce, Čarodějnice, Den matek a Advent. Myslím si, že je důležité, aby děti znaly české svátky a tradice, měly povědomí o tom, kdy se daný svátek slaví a co je pro něj typické. V bakalářské práci jsem se zaměřila na ty základní, které mi přišly pro děti známé a zajímavé. Jednotlivé svátky jsou řazeny chronologicky, tak jak jdou za sebou v kalendářním roce. Obsahují různé pohybové hry a některé jsou doplněny i zajímavými a netradičními pomůckami. Dále jsem vytvořila pohybový program s obsahem pohybových her s jarní tematikou, který zahrnuje návrh a zhodnocení metodického programu pohybových her a různých činností aplikovatelných v mateřské škole.

1 Cíle bakalářské práce

Hlavní cíl bakalářské práce:

- Analýza problematiky pohybových her a sestavení pohybového programu pro děti předškolního věku.

1.1 Dílčí cíle

- Analýza problematiky dětí předškolního věku a současný stav výuky pohybových her v mateřské škole.
- Sestavení zásobníku pohybových her, zaměřených na některé významné dny během roku.
- Využití různých pohybových her na seznámení předškolních dětí s událostmi během roku.
- Návrh, realizace a zhodnocení pohybového programu s obsahem pohybových her v mateřské škole.

2 Analýza hry

2.1 Předškolní období

2.1.1 Rozvoj motoriky

Předškolní období se vyznačuje vysokou intenzitou pohyblivosti dítěte, která je umožněna vyspíváním nervového systému, kostry, svalstva a jeho prokrvení. Důležité je, aby učitelé zabránili takovým pohybům, které by mohly vést k deformaci při tvarování páteře.

Největší význam pro děti má zacházení s předměty denní potřeby. Dochází k vývoji hrubé a jemné motoriky. Ve třech letech se dítě přestává bát, pohyb se stává důležitým a vede k překonání různých výkonů (např. do vody jde po pás, samo sáňkuje atd.). V pěti letech dítě zvládá sebeobslužné činnosti (oblékání, mytí rukou aj.). V tomto roce dochází i k rozvoji motorické obratnosti, např. dítě rádo leze po stromech (Příhoda, 1963, s. 215–218).

Děti ke konci předškolního období projdou výraznou tělesnou změnou. Dozrává centrální nervová soustava a je schopno řídit pohyb mnohem přesněji. Vytváří se předpoklady pro učení a zvládnutí pohybových dovedností (Dvořáková, 2002, s. 15). Pohybová koordinace se zdokonaluje a také roste její kvalita (pohyby jsou plynulejší, přesnější a účelnější). V tomto období je tedy vhodné začít s různými sporty jako je lyžování, plavání, jízda na kole. Nejvíce se uplatňují i pohybové hry (Mertin, Gillerová, 2010, s. 13 – 14).

Děti s potřebnou motorikou se z pohybu a hravých činností těší, vyhledávají je a prokazují schopnost se pohybům přirozeně učit. Nacházejí v tom uspokojení a podílejí se na svém pohybovém rozvoji. Pokud jsou děti omezovány v pohybových hrách a nedostává se jim dostatek prostoru a možností, mohou se stát rizikovou skupinou. Místo uplatňování přirozených pohybových potřeb se zaměří na klidové trávení času např. u televize (Kotátková, 2005, s. 24–25).

2.1.2 Potřeba pohybu

V předškolním období je pohyb jednou ze základních potřeb dítěte. Je uváděn jako zdroj poznání, komunikace a začleňování dítěte do společnosti (Dvořáková, 2001, s. 9). Člověk a zejména dítě potřebuje ke svému zdravému rozvoji dostatek pohybu (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 33). Pohyb je základní biologická potřeba i základní

životní projev dítěte. Je to jeden ze základních vzdělávacích a výchovných prostředků. Je spojen s vývojem tělesným, psychickým i sociálním, proto se uplatňuje při výchově dítěte ve všech oblastech. Pro dětskou hru je typický pohyb, obsahuje ho většina dětských her (Dvořáková, 2002, s. 17).

Pohyb je prostředkem prvního učení, jak ovládnout své tělo, seznamovat se s prostředím a nabýt potřebné zkušenosti. Pohyb je prostředkem k získávání sebevědomí, vzájemného srovnávání, hodnocení sebe samého, pomáhání si, soupeření a spolupráce. Umožňuje nám také vyjádřit sebe sama a komunikovat s ostatními (Dvořáková, 2002, s. 13).

Pohybové využití by mělo patřit v mateřské škole k dennímu pobytu v tepové intenzitě 170–180 tepů za minutu. Toto využití mohou zajistit desetiminutové rušné pohybové hry, honičky, hry na zahradě, ale i rušná spontánní hra dětí. (Svobodová, 2010, s. 94). Průměrná potřeba pohybu v předškolním věku je asi pět hodin denně, postupně se snižuje. Dítě se pohybuje tím, že manipuluje s předměty, nebo zkoumá své tělo a jeho pohybové možnosti. Přirozený je spontánní pohyb, některé děti mají menší pohybovou potřebu a naopak některé velmi vysokou. Proto je zapotřebí vytvořit vhodné podmínky, aby svoji potřebu mohlo dítě naplnit (Dvořáková, 2001, s. 9).

Dítě, které se správně vyvíjí, je charakteristické tím, že se od svého narození potřebuje pohybovat. V raném věku touží po pohybu, který mu zprostředkovává někdo jiný a zároveň nejrůzněji experimentuje s vlastním tělem. Někteří odborníci toto experimentování za hru nepovažují, ale souhlasí s tím, že je to latentní doba, která předchází a připravuje plnohodnotný věk hry, kdy se i pohybová hra ujme svého postavení (Kotátková, 2005 s. 24).

Stále více se upozorňuje na to, že přibývá dětí s nedostatečnými pohybovými zkušenostmi a že ne všechny děti mají stejný zájem o pohyb. Již v tomto období jsou viditelné rozdíly. Pohyb je důležitý pro rozvoj plicní kapacity a oběhové soustavy, zakládá se vnitřní potřeba se pohybovat a cítit uspokojení z pohybu, správného držení těla (Průcha, Kotátková, 2013, s. 104).

2.2 Hra v předškolním období

Období u dětí od tří do šesti let se nazývá „zlatým věkem“ hry. Hra je pro dítě hlavní činností, specifickou formou učení a přípravou na školu. Pro předškolní dítě je hra obsahově bohatší a organizačně složitější (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 73). Hra

souvisí s rozvojem motoriky. Pestrost a spontánnost her závisí na předchozím vývoji a aktuálním stavu (Mertin, Gillerová, 2010, s. 22). Dominují emoce, navíc je typický enormní rozvoj vlastní aktivity, který už výrazně směřuje k prosazení a uplatnění se ve vrstevnické skupině (Svobodová, 2010, s. 110). Dítě při hře získává potřebné smyslové zkušenosti, pohybové dovednosti a rozvíjí sociální oblasti, ale také rozvíjí poznání, myšlení a samostatné jednání (Horáková, Syslová, 2011, s. 56). Hra je využívána jako hlavní metoda vzdělávání a je považována za základní prostředek rozvoje osobnosti dítěte (Suchánková, 2014, s. 71).

Děti často své pohybové dovednosti procvičují, opakují a vzájemně napodobují. K pohybu je podněcují jejich vrstevníci a starší děti. Pohybové hry s jednoduchými pravidly jsou schopny přijmout na kratší dobu a pro svoje pohybové využití si vytváří vlastní pravidla a snaží se je upravovat podle své představy (Průcha, Kořátková, 2013, s. 103–104).

Charakteristické pro děti navštěvující mateřskou školu je, že (Průcha, Kořátková, 2013, s. 105):

- denně mají možnost se pohybovat venku v přírodě nebo na hřišti,
- využívají pomůcky a náradí, které jsou přímo určeny a uzpůsobeny pro tento věk a které podněcují pohyb,
- mají možnost vyzkoušet různé sezónní rekreačně-sportovní aktivity,
- provozují cvičení, která mají zdravotní charakter a posilují různé svalové skupiny, správné držení těla a kapacitu oběhové soustavy.

2.3 Pohybová hra

„Pohybovou hru chápeme jako záměrnou, uměle organizovanou pohybovou aktivitu dvou a více lidí, v prostoru a čase, s předem dobrovolně dohodnutými a bezpodmínečně dodržovanými pravidly“ (Mazal, 2000, s. 13).

V tomto období dítě spíše vyhledává hru ve skupině. U dětí jsou ve velké oblibě hry pohybové, s čímž souvisí to, že si dítě přestává hrát samo a hledá ke hře kamarády (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 73). Pohybové hry u dětí předškolního věku nabízejí velké množství her, kde se uplatňují různé tělocvičné pohyby (např. běh, poskoky...). Hry mohou být jednoduché, s říkadly, s využitím náradí a s různým náčiním. Mohou se hrát v místnosti, venku, v lese, na hřišti, na sněhu. Lze je hrát ve velké skupině, malých skupinách, nebo ve dvojicích (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 74 - 75).

Když je v pohybové hře používán společný předmět (míč, obruče, stuhy apod.), je nutné ovládat a znát nezbytnou úroveň dovedností. Rozdíl ve hře je často způsoben rozdílem v úrovni techniky, v ovládnutí společného předmětu. Rozdíl ve výkonu ve hře způsobuje v pohybových činnostech úroveň rychlosti, obratnosti, síly a vytrvalosti. Tým dosahuje většího výkonu a týmová motivace ovlivňuje velmi mnoho postojů a pocitů. Týmový výkon ovlivňuje výsledek soutěže v družstvech a výsledek hry se společným předmětem.

Při výběru pohybové hry bychom se měli snažit vybrat takovou, která zatíží všechny hráče stejně. Vhodný je výběr takové hry, která umožní, aby se většina hráčů pohybovala a měnila se ve funkci, tedy aby bylo zatížení všech účastníků hry podobné. Intenzivnějšímu pohybu, tedy i pohybové hře, by mělo předcházet protažení, volné pobíhání, nebo různé honičky apod. (Mazal, 2000, s. 12, 24, 36–37).

2.4 Definice hry

Hra je nejpřirozenější a nejčastější aktivitou dítěte předškolního věku. Přináší mu uspokojení, hrou se učí, získává zkušenosti, ve hře si přehrává situace, kterým nerozumí, pomáhá mu zapomenout na problémy, nebo se naopak s některými vyrovnat. Hra dítě upoutává, okouzljuje a fascinuje (Svobodová, 2010, s. 98). Pod pojmem hra si představíme aktivitu, ve které se cítíme dobře, prožitek, zábavu, učení, dodržování určitých pravidel, sportovní činnost, volnost, radostnou záležitost, odpočinek, relaxaci, příjemné zkrácení dlouhé chvíle, společenskou zábavu.

Hra je něco, co není zcela reálné, resp. kde provádíme něco s poukazem na něco jiného. Obsahuje vzrušení a je podněcována soutěží, zkouškou vlastních schopností a dovedností ve hře obstát. Vychází z vnitřní potřeby dítěte a významně působí na jeho život v oblasti rozumové, sociální, emocionální a pohybové. Každá hra má svoje pravidla, která je třeba respektovat a za jejichž porušení následuje sankce. Cílem hráče ve hře je vyhrát, ale cílem pedagoga, který hru uvádí, může být zcela něco jiného, např.: využít ji k dosažení svých výchovně- vzdělávacích cílů (Činčera, 2007, s. 10).

Je několik pohledů na hru. Podle Arjamova (1956) hra pro dítě není jen hrou, nýbrž skutečností a to mnohem zajímavější proto, že je mu pochopitelná a je jeho vlastním výtvozem, v němž žije a jedná (Dostál, Opravilová, 1985, s. 125 -127). Podle K. Groose je hra chápána jako obecný impulz k procvičování instinktů, potřebný pro současný stav a budoucí život, a je úzce spojen s napodobováním. Freud říká, že hra je

promítnutím rušivých podmětů, se kterými se dítě snaží vyrovnat prostřednictvím hraček a fantazijních představ. Podle J. Piageta hra vyjadřuje úzkou souvislost mezi vývojem hry dítěte a rozvojem jeho myšlení a inteligence (Svobodová, 2010, s. 98). Příhoda hru definuje jako „*zábavné a obveselující zaměstnání bez vážného účelu jakožto projev pudu po činnosti.*“ Také uvádí, že hra je symbolická činnost, motivovaná pocitem spontánnosti, dobrovolného rozhodování, svobody a samoučelnosti, takže její výsledek nevytváří užitkové statky (Horáková, Syslová, 2011, s. 54). E. Fink říká: „*Hra nás obdarovává přítomností. Hra přerušuje souvislost našeho životního běhu, protože není zatěžkána pachtěním za jeho konečným cílem. Ve hře si prožijeme lásku, smutek i těžký žal, hrajeme vážnost, pravdu, touhu i smrt. Život se ve hře zobrazuje jako v zrcadle. Hrajeme život a život si hraje s námi*“ (E. Svobodová, 2010, s. 99). Encarta definuje hru jako „*Něco hraného pro zábavu: aktivita, které se lidé účastní společně nebo každý sám, pro zábavu*“ a „*Soutěživá aktivita s pravidly: sportovní či jiná aktivita, ve které hráči soutěží proti jiným hráčům při respektování daných pravidel.*“ (Činčera, 2007, s. 9)

2.5 Přínos hry

Hra vzniká z vnitřní potřeby dítěte a působí jak na oblast kognitivní, tak oblast sociální. Dítě si nehraje za účelem, aby se něco naučilo, ale činí tak, protože ho to zajímá, těší a chce něco konkrétního prozkoumat, ale následně prostřednictvím hry získává zkušenosti a něco se naučí. Důležité je, aby v mateřské škole byla zachována rovnováha mezi hrou, kterou si děti volí samy, a hrou, v níž je didaktický záměr učitelky (Koťátková, 2005, s. 19 – 20).

Dítěti hra přináší radost, potěšení a nesleduje tím žádný jiný cíl. Přesto hra má cíl, který je obsažen v činnosti samotné. V úsilí a pozornosti, kterou jí dítě věnuje, a ve zkušenostech, které získává. Důležitý je průběh hry, nikoli její výsledek. Hra je činností, která vychází ze skutečnosti.

Hra je velmi zásadní činností pro rozumový a řečový rozvoj a komplexně se v ní rozvíjí inteligence dítěte. Je nositelem emocí, vnitřní motivace a prožitků a také citové angažovanosti, která silně podporuje učení. Všechny věkové skupiny se snaží ve hře řešit problémy, argumentovat pro svoje nápady, komunikovat, přijmout vůdčí pozici nebo se podřídit a vyrovnat se s odmítnutím (Průcha, Koťátková, 2013, s. 106–107).

Hra se od narození postupně stává základní činností dítěte, skrze niž si osvojuje základní vědomosti, dovednosti, schopnosti, hodnoty a postoje potřebné pro život. Hra u dětí rozvíjí (E. Suchánková, 2014, s. 37–41):

- Hrubou motoriku, která představuje, že dítě se ve hře učí chodit, běhat, skákat, házet a chytat míč, ale také se učí jezdit na kole, skákat přes švihadlo, plavat atd. Vhodné hry jsou např. pohybové hry, psychomotorické hry, rytmické hry, relaxační hry.
- Jemnou motoriku, to znamená, že manipuluje s drobnými předměty ve hře, staví z kostek, navléká korálky, lepí, stříhá nůžkami, vytrhává aj. Vhodné hry jsou např. námětové hry, smyslové hry, konstruktivní hry.
- Grafomotoriku a kresbu, což představuje, že se dítě v rámci hry a vlastních činností učí držet tužku, kreslit, malovat. Vhodné hry jsou např. grafické hry, smyslové hry, manipulační hry.
- Myšlení, protože dítě při hře rozvíjí své myšlení a uvažování. Manipuluje s předměty a postupně si uvědomuje jejich vlastnosti a vztahy mezi nimi. Vhodné hry jsou např. hry slovní, řečové, hry s pravidly, konstruktivní hry.
- Zrakové vnímání, jelikož prostřednictvím hry si dítě procvičuje zrakovou percepci. Během hry se učí přiřazovat barvy, pojmenovávat je, zná odstíny barev, také si procvičuje paměť a rozpoznává stejné a rozdílné předměty. Vhodné hry jsou např. pohybové hry, smyslové hry, paměťové hry.
- Sluchové vnímání, protože ve hře se u dětí rozvíjí sluchová percepce. Dítě se učí naslouchat, poznat předmět podle zvuku, rozlišovat slova s jinou hláskou, délkou, vnímat rytmus. Vhodné hry jsou např. hry se slovy, zpěvem, pohybové hry, sluchové hry.
- Prostorové vnímání, které představuje, že hra dítěti napomáhá orientovat se v prostředí. Dítě se učí, co je nahoře a dole, vpředu a vzadu, vpravo a vlevo, první a poslední atd. Vhodné hry jsou např. pohybové hry, námětové hry, manipulační hry.
- Vnímání času, to znamená, že hra dítěti pomáhá pochopit časové souvislosti. Hrou si dítě osvojuje orientaci ve dnech v týdnu, chápe, co je ráno, odpoledne a večer, včera, dnes a zítra. Vhodné hry jsou např. pohybové hry, smyslové hry, námětové hry.
- Metakognici, jinak že hra rozvíjí u dítěte soubor dovedností přemýšlet a uvědomovat si vlastní činnosti, plánovat, sledovat a zhodnotit postupy, které

v činnostech používá. Dítě si ve hře začíná uvědomovat svoje vlastnosti, dovednosti a odhaluje své silné a slabé stránky. Vhodné hry jsou např. hry s pravidly, strategické hry, konstruktivní hry, námětové hry.

- Řeč a komunikaci prostřednictvím hry neboli všechny jazykové roviny (foneticko-fonologické, morfologicko-syntetické, lexikálně-sémantické a pragmatické). Vhodné hry jsou např. řečové, sluchové, artikulační a rytmické hry, hry se slovy.
- Matematické představy, což znamená, že děti se ve hře učí rozumět pojmům a vztahům mezi nimi jako je malý a velký, krátký a dlouhý, atd. Třídí a tvoří skupiny podle tvaru, velikosti a barvy. Učí se poznávat tvary (kruh, čtverec, trojúhelník). Vhodné hry jsou např. smyslové hry, námětové hry, hry s pravidly, slovní hry.
- Sebeobsluhu a samostatnost, to představuje, že prostřednictvím hry můžeme dítě vést k oblékání, hygieně a stolování. Vhodné hry jsou např. námětové hry, skupinové hry.
- Sociální dovednosti, emoce, to je, že děti si hrou upevňují sociální vztahy. Učí se ve hře respektovat ostatní, rozdělovat si role, dodržovat pravidla, projevovat náklonost atd. Vhodné hry jsou např. hry s pravidly, námětové hry, skupinové hry.
- Psychickou odolnost dětí, tím že si ji posilují. Učí se úspěšně zacházet s nepříznivými životními událostmi. Vhodné hry jsou např. námětové hry, skupinové hry, řešení úkolů.

2.6 Výběr pohybové hry

Pro výběr pohybové hry, by se měla dodržovat následující pravidla (Mazal, 2000, s. 30–31):

1. Nejdůležitější ve hře je učitel nebo vedoucí hry. Záleží na tom, jakou hru zná, na jeho zkušenostech, znalostech, na organizačních a komunikačních schopnostech a dovednostech.
2. Pohybová hra by měla navazovat na předcházející činnost, být v souladu s celkovým záměrem pohybové aktivity.
3. Hra by měla odpovídat úrovni dovedností a věku hráčů, jejich psychomotorickým schopnostem a dovednostem, počtu a hernímu prostoru.

4. Charakter hry je ovlivněn kvalitou náčiní a pomůcek.
5. Pravidla, popis hry a organizace by měla být co nejstručnější. Musí však splňovat podmínku komunikace s hráči, motivovat ke hře, vzbudit zájem a chuť hrát.
6. Důležité je různé zatížení hráčů. Pokud jsou ve hře různé funkce, záleží na nás, jakého hráče vybereme. Je však vždy potřebné zvážit všechny okolnosti a někdy je lepší, když upravíme pravidla.
7. Někdy se může stát, že se nám vybraná hra nepovede. V tom okamžiku je nutné vybrat ze zásobníku her další hru. Doporučuje se výběr hry s vyššími nároky na zatížení a menšími na prostor.
8. Většinu pohybových her můžeme upravit tak, že je můžeme využít během dne.
9. Pokud je potřebná ukázka, vzhledem k věku žáků nebo složitosti hry, předvedeme s hráči, jak hra začíná nebo jak by hra měla probíhat.
10. Hodnocení hráčů a zhodnocení hry uspokojuje, motivuje k další hře. Vhodná pohybová hra je smysluplná aktivita, která upevňuje a ověřuje dovednosti v různých podmínkách s novými nebo známými spoluhráči.

2.7 Podstata hry

Hra rozvíjí všechny stránky dětské osobnosti. Je nezbytná pro všestranný a harmonický vývoj dítěte (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 31). Hra je dobrovolnou a spontánní činností. Zahrnuje vztah ke skutečnosti, má svůj řád a řeší úkoly reálného života. Slouží jako odpočinek po činnostech pracovního charakteru, umožňuje vybití energie, je typická pro období dětství, je projevem napodobivého pudu, který je nám společný s primáty, formou funkčních cvičení a přípravy na život a podobně.

Hra je pro dítě cestou k pochopení lidského vztahu k předmětům i způsobu jejich zacházení s nimi. Učí se „hrát“ na dospělé, hraje matku, učitelku nebo řidiče autobusu a tím si utváří i svůj vztah k nim. Hra rozvíjí sociální stránky osobnosti dítěte, protože hravá situace vyžaduje mezilidské kontakty, sdružuje děti ke společné činnosti s vrstevníky (Dostál, Opravilová, 1985, s. 127–130).

Hru potřebuje pochopit učitelka z hlediska pedagogického (jaké místo zaujímá hra ve výchovně vzdělávacím procesu), z hlediska psychologického (jak hra dítě ovlivňuje při jeho rozvoji) a z hlediska kulturního (jaké místo zaujímá v životě člověka hra). Pedagogika definuje hru jako „*Forma činnosti, která se liší od práce i od učení. Člověk*

se hrou zabývá po celý život, avšak v předškolním věku má specifické postavení – je vůdčím typem činnosti.“ Hra má řadu aspektů:

- poznávací,
- emocionální,
- procvičovací,
- pohybový,
- motivační,
- tvořivostní,
- rekreační,
- sociální,
- fantazijní,
- diagnostický,
- terapeutický.

Psychologové definují hru jako jednu ze základních lidských činností, k nimž dále patří učení a práce. Je provázána pocity napětí a radosti, má pozitivní důsledky pro rekreaci, relaxaci, duševní zdraví (Horáková, Syslová, 2011, s. 53).

Podstatou hry je, že učení a výchova musí být podřízeny hře a ne naopak. Žádná hra by neměla být naprogramována podle učební osnovy, jinak přestává být hrou a ztrácí její podstatu. Hru nelze rozvíjet, tak že ji dětem nařídíme nebo vnutíme. Můžeme ji však podporovat a rozvíjet tak, že si hrajeme s dítětem jako jeho společníci a ponecháme mu jeho iniciativu a volnost (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 101).

2.8 Znaky hry

Základním charakteristickým znakem hry je spontánnost, pocit volnosti a dobrovolnosti, s níž ke hře přistupuje (Dostál, Opravilová, 1985, s. 125–127). Dalšími znaky, kterými se hra projevuje, je např. zaujetí, přijetí role, nestresující stav mysli, které ji od jiných praktických životních činností mohou odlišovat. Uskutečňuje se v určitém čase, prostředí a za určitých podmínek, úzce souvisí s učením i s prací člověka.

S hrou souvisí pocit svobody, ta je nejdůležitější a hru dělá hrou. Každý si hru vybírá sám, sám si řídí, rozhoduje o jejím průběhu a také o svém chování během hry (Suchánková, 2014, s. 10). Do hry nemůžeme děti nutit, nelze ji vykonávat na povel, protože tím přestává být přitažlivá, radostná a ztrácí prvek rozkoše ze hry (Svobodová, 2010, s. 99). Jak v knize popisuje Gray, 2013 „*Pokud jsme do hry nuceni a musíme se hry účastnit, nejsme hráči, ale jsme oběťmi*“ (Suchánková, 2014, s. 10).

Hra je neproduktivní, nepřináší hodnoty ani majetek, ale dává prožitky a vzpomínky, které jsou velice cenné pro náš další život. Hra je také nejistá, nikdy

nemůžeme říct, jak přesně se bude vyvíjet, kdy skončí a jak bude pokračovat (Svobodová, 2010, s. 99).

Základní znaky hry mohou být pro nás určitými pozorovacími vodítky, podle kterých můžeme zjistit, zda si dítě skutečně hraje, nebo můžeme nahlížet na proces hry, kterou jsme dětem navodili záměrně, a tak zjistit, zda byla pro děti skutečně hrou. Ve hře se projevují významné znaky hry jako (Koťátková, 2005, s. 17):

- spontánnost,
- fantazie,
- uspokojení a radost,
- tvořivost,
- zaujetí,
- opakování,
- přijetí role.

2.9 Hra a pravidla

Pohybová hra má svůj cíl, obsah, na nějakém místě se koná a trvá určitou dobu. Z toho vyplývá, že má určité normy a pravidla, která si předem domluví účastníci hry. Kdo si chce hrát, musí předem vědět jak, kde a za jakých podmínek a musí přijmout dohodnutá pravidla (Mazal, 2000, s. 14).

Hry jsou činnosti nenucené a dobrovolné, mají určitá pravidla, kterými se řídí a bez jejich dodržování by mnohdy hry nebyly ani možné. Nejsou to pravidla, která jsou daná pouze zvenčí, ale zejména je to o pravidlech, která si při hře sami vytváříme. Hrát si znamená provádět činnosti podle pravidel, která si sami zvolíme a která budeme dodržovat, i když to vyžaduje obvykle vědomé úsilí (Suchánková, 2014, s. 11). Ve hře přijímáme určitá pravidla a jednáme takovým způsobem, který považujeme za správný. Přijímáme je proto, že můžeme hru kdykoli ukončit a odejít, pokud nám pravidla začnou nevyhovovat. Každý typ her se vyznačuje specifickými pravidly, ale rozdíl můžeme spatřovat mezi hrami a hraním (Suchánková, 2014, s. 11–12).

Pravidla pohybových her by měla být jednoduchá, přiměřená a měnitelná podle vyspělosti hráčů, podmínek a záměru hry. Měla by být jasná každému hráči a stručně a krátce vysvětlitelná. Pravidla pohybových her u dětí předškolního věku jsou volněji formulována než pravidla pohybových her u dospívajících (F. Mazal, 2000, s. 31–32).

2.10 Dělení her

Dělení her by mělo být pouze orientační, protože děti se vyvíjejí různě rychle a jsou mezi nimi veliké rozdíly. Proto při výběru her by se měl zohlednit daný vývoj dítěte (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 74–75).

Oblast her je velice rozsáhlá, bylo učiněno mnoho pokusů o třídění her do určitých oblastí. Hry lze rozdělit podle schopností, na smyslové, pohybové, rozumové a speciální, nebo z hlediska předmětů, které se ve hře vyskytují, na funkční, konstruktivní a fiktivní. Hry je možno rozdělit podle místa, kde se odehrávají, na interiérové a exteriérové, nebo i podle počtu hráčů na individuální, párové a skupinové. Dále jde hry dělit podle věku a pohlaví, jelikož existují hry typicky chlapecké nebo dívčí. V předškolní pedagogice se nejvíce uplatňuje hledisko organizační, které dělí hry na tvořivé a s pravidly (Dostál, Opravilová, 1985, s. 135 -136).

Hry tvořivé, spontánní jsou takové, při kterých si děti sami určují námět a průběh hry. Hry tvořivé se dělí na (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 31 - 32):

- předmětové,
- úlohové – námětové,
- dramatizační,
- konstruktivní.

Hry s pravidly zahrnují pohybové hry a hry didaktické. Hry s pravidly se dělí na (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989, s. 31 - 32):

- pohybové,
- intelektuální.

Znalost typologií her napomáhá učitelkám uvědomit si, jaké hry jsou oblíbené, které u dětí převládají a co ve své hře děti rozvíjejí. Vhodné je dětem nabízet rozmanité možnosti her. Hry můžeme rozdělit podle následujících hledisek (Suchánková, 2014, s. 51–62):

- míra vedení (hry spontánní, hry navozené, hry vedené),
- organizace (hry tvořivé, hry s pravidly),
- druh aktivity (hry napodobovací, hry fiktivní, hry konstruktivní, hry pohybové, hry sociální),
- příčina hry (hry aleatorické, hry agonální, hry mimikrické, hry vertigonální),
- motivace (hry vnitřně motivované, herní činnosti zvnějšku motivované),

- věk a vývoj osobnosti (hry instinktivní, hry senzomotorické, hry intelektuální, hry kolektivní, nebo na hru cvičení, hru symbolickou, hru s pravidly a hru konstruktivní; v souvislosti s věkem lze dělit hry na věkově homogenní a věkově heterogenní),
- rozvoj oblastí osobnosti (hry rozvíjející oblast fyzickou, psychickou a sociální; souvislosti s rozvojem osobnosti se hry mohou dělit i na hry kombinované a hry pomocné),
- rozvoj typu inteligence (hry rozvíjející jazykovou, hudební, matematicko-logickou, prostorovou, pohybovou, interpersonální a intrapersonální inteligenci a vztah k přírodě),
- počet hráčů (hry individuální, párové, skupinové, kolektivní),
- pohlaví,
- prostředí (venkovní hry a vnitřní hry),
- využití hraček a pomůcek,
- čas (hry krátkodobé a hry dlouhodobé).

Další rozdělení her nabízí např. kniha *Vývojová psychologie*, kde Langmeier a Krejčířová (2006, 101) rozdělují hry do čtyř typů:

- funkční či činnostní, který procvičuje tělesné funkce ve složitějších formách,
- konstrukční či realistický typ, to znamená, že hry jsou zaměřeny na konstrukci nových věcí ze specifického materiálu (např. stavění z kostek, stavby z písku či z plastelíny),
- iluzivní, to je, že dítě užívá předmět v přeneseném významu a přeměňuje je podle své představy, např. s klacíkem zachází jako s puškou, nebo s miminkem apod.,
- úkolové hry, které představují, že dítě samo nebo s ostatními dětmi si hraje na prodavače, princezny, na maminku a tatínka, tak získává zkušenosti se sociálními rolami, které pozoruje, ale které zastávat samo nemůže.

2.10.1 Spontánní hra

V mateřské škole jsou důležité jak řízené činnosti, tak i spontánní činnosti. Spontánní činnost vychází z vlastní potřeby, na základě vnitřních motivů a zájmů. Dítě si hraje samo, ve dvojicích nebo ve skupině dětí. Většinou se jedná o hry námětové, kdy si dítě hraje na doktora, na domácnost atd. Učitel by měl poskytnout dítěti dostatek

prostoru pro spontánní aktivity a vlastní plány. Dítě si hru určuje na základě zájmu a podle svého rozhodnutí (Krejčová, Kargerová, Syslová, 2015, s. 96–97, 99).

Dítě se spontánní hry může účastnit jako hráč nebo jako pozorovatel. Nemůžeme dítě nutit ani mu vnucovat své názory na to, jak by měla jeho hra vypadat. Neměla by však děti ani dospělé ohrozit, neměla by být destruktivní vůči hračkám a zařízení školy a neměly by se v ní objevovat asociální prvky. Proto pedagogové společně s dětmi určují pravidla, aby k těmto rizikům nedocházelo. Pedagog do her vstupuje spíše výjimečně v roli spoluhráče, koriguje chování dětí a pomáhá jim při řešení problémů, obohacuje je svými nápady aj. Učitelka by neměla hru dětí rušit či přerušovat, pokud nejsou zásadně překročena pravidla (Svobodová, 2010, s. 87).

2.10.2 Řízená hra

Řízená hra se v pedagogické terminologii objevuje nejdéle a v současnosti i nejčastěji. Je to hra, kterou někdo ve skupině dětí zadává, nebo spontánní hru dětí začne ovlivňovat a usměrňovat. Základním znakem řízené hry je přítomnost někoho, kdo hru ovlivňuje a volí cíle, organizaci, náměty, pravidla apod. V pedagogických situacích to většinou bývá učitel, ale ve smíšených třídách to také může být starší a aktivnější dítě. Většinou se jedná o hry pohybové a hudebně pohybové (Koťátková, 2005, s. 53).

Řízené činnosti mohou probíhat s jednotlivci, skupinou, nebo s celou třídou. Mohou se odehrávat kdykoli v průběhu dne v mateřské škole, ale velmi často bývají zařazeny mezi odpolední svačinou a pobytem venku (Svobodová, 2010, s. 88). Děti pracují pod přímým vedením učitele. Pedagog děti motivuje, činnost pak dále organizuje, koordinuje a rozhoduje o jejím průběhu. Jeho role při činnostech je dominantní (Krejčová, Kargerová, Syslová, 2015, s. 53, 95).

Řízené učení je účelové, plánované a orientované na určitý cíl. V mateřské škole jde o cílený rozvoj dítěte předškolního věku v souladu s požadavky RVP PV. Znamená to rozvíjet u dítěte kompetence způsobem, který mu vyhovuje a je mu příjemný

3 Současné pojetí hry v mateřské škole

Hra je pro dítě nejčastější a nejpřirozenější aktivitou a dítě stráví hrou převážnou část dne. V předškolním věku dochází k rychlému vývoji, nejrychleji se také učí a seznamuje s okolním světem. Má stálou potřebu objevovat a zkoumat a právě prostřednictvím hry si tuto potřebu uspokojuje. Hra je jednou z vývojových potřeb a rozvíjí celou osobnost dítěte (Suchánková, 2014, s. 27).

V současných mateřských školách jsou podle denního režimu spontánní a řízené aktivity časově relativně vyvážené. Spontánní hře je věnován čas zejména ráno po příchodu dětí do mateřské školy, přibližně od 6:30 hodin do 8:30 hodin. Poté je věnován čas společné řízené činnosti, která obvykle trvá půl až tři čtvrtě hodině. Některé mateřské školy mohou ve svých programech uvádět jinou realizaci těchto činností (Suchánková, 2014, s. 93).

3.1 Postavení učitelky ve hře

Učitelka je přirozeným vzorem chování a působí na osvojování a rozvíjení sociálních dovedností. Kvalita a šíře profesní vybavenosti učitelky přímo souvisí s tím, že má působit a vzdělávat tak, aby u dětí rozvíjela schopnost, dovednosti a vědomosti. Měla by mít dostatek vědomostí o předškolním dítěti a vytvořit vhodné podmínky pro pedagogickou práci (Průcha, Kořátková, 2013, s. 52–60).

Ve hře je důležité, aby učitelka měla pro hru pochopení. Měla by být ochotná si s dětmi hrát, mít smysl pro humor a dětskou nadsázku. Umět se nechat vést dětmi, když organizují herní situaci, v určitých mezích. Realizace hry se odvíjí od správného vedení učitelky. Učitelka by měla mít dobrou představivost, předvídavost, organizační schopnosti, dovednost hry zadávat, improvizovat, být spravedlivá atd. Hra, která je vedena učitelkou, má svůj vzdělávací cíl a rozvíjí děti v určitých oblastech. Učitelce by měly být jasné konkrétní cíle a zaměření (Kořátková, 2008 s. 193).

Z učitelky se stává průvodce, pomocník, partner, inspirátor, zároveň přijímá roli, kterou se sama nechá inspirovat a vést, pokud je dětem a okolí otevřená. Dítě se rozvíjí skrze hru. Přístup učitelky vychází z jejího postoje k výchově a vzdělávání. (Suchánková, 2014, s. 104–105).

Rozdělení role učitelky ve hrách dětí a jejich charakteristiky (E. Svobodová, 2010, s. 100–101):

- **POZOROVATEL** - Učitelka do hry dětí nezasahuje, pouze jí pozoruje. Umožňuje jí to poznávat zájmy a potřeby dětí, dozvídá se o vztazích mezi dětmi, o jejich problémech a schopnostech.
- **INICIÁTOR** – Učitelka dětem nabízí hru s určitým vzdělávacím záměrem, ale dítě daný záměr nevnímá, prožívá hru jako svobodnou a neproduktivní aktivitu, která mu přináší radost.
- **VEDOUCÍ HRÝ** – Ve hře má řídicí roli učitelka, která pomocí her, které dětem nabízí, sleduje určitý cíl.
- **HRÁČ** – Hru učitelka dětem udělá napínavější a zajímavější, pokud se sama může stát jedním z hráčů. Pro děti je vstup učitelky do hry příjemný, je pro ně důkazem, že učitelka je jejich partnerem a přítelem.
- **FACILITÁTOR** – Učitelka je průvodce, je připravena pomoci, někdy improvizuje, zřídka zasahuje a posouvá hru. Musí být opatrná, aby hru nepokazila. Umožňuje dítěti ovlivňovat své činnosti, naplňovat potřeby, posouvat zájmy. Učitelka je zde proto, aby pomohla směřovat vzdělávání dítěte tam, kde cítí potřebu.

3.2 Vhodné prostředí pro hru

Prostředí, ve kterém se děti pohybují, velmi ovlivňuje hru a tím i jejich osobnostní rozvoj. Jedná se o materiální prostředí, o organizaci dne a denních aktivit dětí, o jejich životosprávu a o podmínky psychosociální. Personál a charakter řízení mateřské školy se významně podílí na kvalitě prostředí. Děti tráví v mateřské škole až devět hodin denně, proto je důležité, aby prostředí bylo podnětné a vlídné a působilo tak na celistvý rozvoj dítěte. Toto prostředí uspokojuje potřeby dětí a umožňuje jim si hrát a rozvíjet tak své zájmy a osobnostní předpoklady. Měly by být dětem nabízeny různorodé a smysluplné podmínky, které podpoří vlastní proces učení. Prostředí má vliv na prožívání a chování dětí, ale i na jejich zdravotní a psychický stav. Proto mohou podmínky prostředí rozvoj dětí podpořit, nebo naopak omezit.

Hra vyžaduje podnětné a materiální prostředí mateřské školy. Řadíme tam budovu a prostorové uspořádání mateřské školy, její materiální vybavení, okolní prostředí jako je zahrada, hřiště aj. Hra je také ovlivněna hygienickými podmínkami, jako jsou osvětlení, vytápění, teplota, ovzduší, hluk, čistota, sociální zázemí. Třída v mateřské škole by měla být útulná a vkusná, aby dětem bylo příjemné si tam hrát. Dětem bychom

měli umožnit, aby si mohly hrát kdekoli, kde je to možné a s ohledem na jejich bezpečnost. Důležité je, aby děti měly dostatečně velké prostory pro hru, aby měly možnost se volně pohybovat, běhat a docházelo mezi nimi k sociálním kontaktům. Tento prostor je také potřebný pro konstruktivní či námětovou hru. Oddělené menší prostory, zákoutí a koutky jsou pro dítě také důležité, jak pro individuální či skupinovou hru, nebo pro relaxaci. Jsou prostorem, kde dochází k učení nápodobou a pozorováním, umožňují jim vzájemně komunikovat, řešit společné úkoly, tolerovat a pochopit vzájemné rozdíly mezi sebou (Suchánková, 2014, s. 111–113).

3.3 Hra v předškolním vzdělávání dříve a dnes

Hra je specifická činnost člověka, která jej provází v každém věku. Hra je součástí dějin lidstva, člověk si hraje od nepaměti. Již v historii byly vedeny spory o významu a funkci hry. Hra je ovlivněna mnohými faktory, proto nelze přesně hru definovat. Hra má mnoho podob, její různorodost je patrná z různých definic od osobností a autorů.

Názory na hru dětí se ve výchovných kompetencích objevují již od dob antiky. Často nebyl hře připisován patřičný důraz. Nahlížení na hru vycházelo ze soudobého pojetí dětství, výchovy a vzdělávání. V předškolních institucích a v mateřských školách nebylo hře dětí věnováno vždy adekvátní množství času a prostoru.

Dnes víme, jaký má opravdová hra v rozvoji dítěte význam. Proto považujeme za účelný ji v předškolním vzdělávání využívat. Současné vzdělávání podporuje spontánní hru dětí a zároveň se zaměřuje na aktivity, které naplňují cíle předškolního vzdělávání (Suchánková, 2014, s. 9–10, 85).

Podstatou hry se nejvíce zabývali filozofové a psychologové koncem devatenáctého a počátkem dvacátého století. Ve hře někteří badatelé spatřovali projev zvláštní vrozené síly a energie, kterou dítě potřebuje vybit, jiní v ní viděli druh funkčního cvičení, v němž se dítě podobně jako zvířecí mládě připravuje pro budoucí život. Dnes můžeme konstatovat, že tyto teorie hru dostatečně nevysvětlily. Podstatu hry zjednodušovaly, snažily se vysvětlit její principy pomocí jiných vědních oborů, ale nepostihovaly její vnitřní smysl (Opravilová, Gebhartová, 2011, s. 84).

Velkým přínosem i pro současnost je stále aktuální dílo J. A. Komenského. O hře pojednával ve svých dílech jako např. Velká didaktika, Informatorium školy mateřské, Vševýchova aj. Hru chápal jako vhodnou metodu, která pomáhá cvičit tělo i ducha

a považoval ji za krásnou přípravu na vážné věci. Zdůrazňoval ve hře svobodu a tvořivost. Veliký význam spatřoval ve svobodném rozhodování při hře. Komenský chápal školu jako dílnu lidskosti, každá škola by měla využívat hru, neboť byl přesvědčen, že škola je sama hrou.

V období osvícenství J. J. Rousseau hovořil o hře ve svém díle *Emil* čili o výchování. Pokládal hru za významnou zejména pro rozvoj smyslového vnímání a tělesné stránky. Hrou by měla být podle Rousseaua každá činnost. Další představitelé, kteří se hrou zabývali, byli např. Frobel, který považoval hru za nejvýznamnější činnost dětí a chápal ji jako hravé řízené zaměstnání nebo J. V. Svoboda, který pomocí her připravoval děti na vstup do školy (Suchánková, 2014, s. 85–87).

3.4 Diagnostika hrou

Diagnostika je zjištění stavu, posouzení, hodnocení a vede k zjištění diagnózy. Cílem je hodnocení obsahů výchovy a vzdělávání. Důležitou úlohou jsou její metody, pomocí nichž získáváme informace o daném zkoumání. Základní diagnostickou metodou je pozorování, rozhovor, ale můžeme diagnostikovat i pomocí různých diagnostických testů (Mertin, Gillerová, 2010, s. 79 – 81).

Pedagogickou diagnostiku lze chápat jako dlouhodobý, spirálovitý, průběžný a komplexní proces, jehož cílem je posuzování, poznávání a hodnocení vzdělávacího procesu a jeho aktérů. Podstatná je také diagnostika vědomostí, dovedností, návyků, postojů a hodnot, které si děti osvojily v průběhu výchovy a vzdělávání jako je identifikování, zjišťování, charakterizování a hodnocení úrovně dítěte (E. Suchánková, 2014, s. 107).

Pohybová hra nám svým průběhem poskytuje zpětnou vazbu. Prostřednictvím her lze poznat určitý stupeň úrovně dovedností a vlastností hráčů. Při jisté úrovni znalostí a zkušeností si můžeme z projevu hráčů všimnout mnoha charakteristik. Může to být např. úroveň pohybových schopností a pohybových dovedností, řešení herních situací, vztah ke spoluhráčům a chování při výhře a prohře apod. Zejména učitel využívá chování žáků v pohybové hře jako diagnostiku. Objektivita učitele je základním kritériem. Dovednosti, rozhodování a jednání v herních situacích dětí tvoří obraz, který učitel porovnává s minulými poznatky i s projevy ostatních dětí (Mazal, 2000, s. 32–33).

3.4.1 Teoretické problémy hrové činnosti

Problematiku hry můžeme rozdělit přibližně do čtyř směrů (Dostál, Opravilová, 1985, s. 131–135).

- Fenomenologie hry zkoumá základní otázky podstaty hrové činnosti, podmínky, za nichž se hra rozvíjí, závislost her na prostředí a vývoji lidské společnosti vůbec a druhy her u různých národů.
- Druhý směr se zabývá zkoumáním vztahem hry a vývoje dítěte po stránce tělesné i duševní.
- Třetí směr zkoumá problémy sociálně psychologických aspektů hry. Zkoumají se hrové činnosti v závislosti na věku a pohlaví dítěte, na sociálních podmínkách a situaci, v níž dítě vyrůstá. To znamená vliv sourozenců, vrstevníků a dalších osob včetně vlivů mateřské školy na úroveň vývoje hry dítěte.
- Čtvrtý směr zkoumá vztah hry a učení.

Různé hry za různých okolností mohou mít odlišný význam jak pro jednotlivce, tak i pro společnost. Psychoanalýza zdůraznila například význam hry jako projevu nevědomí a prostředek k vyrovnání se s emočními konflikty a dala podnět k rozvoji psychoterapie hrou. Ta je jedinou formou psychoterapie, kterou lze individuálně využít u menších dětí. V určité podobě může pomoci i starším dětem a dospělým. Hlavně pro děti nemocné, zejména hospitalizované a podrobené různým diagnostickým a terapeutickým výkonům má hra veliký význam. Pomáhá dítěti překonat události, které neumí pochopit rozumem. Také lze některé poruchy duševního vývoje zmírnit či zcela napravit dobře plánovanými programy her. (J. Langmeier, D. Krejčířová, 2006, s. 102)

3.5 Pohybové činnosti v RVP PV

RVP PV vychází z principu kutikulární politiky zformulovaných v Národním programu rozvoje vzdělávání tzv. Bílé knize. Vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro institucionální vzdělávání dětí předškolního věku. RVP PV je uspořádán do pěti vzdělávacích oblastí (biologické, psychologické, interpersonální, sociálně-kulturní a environmentální) a ty se vážou na oblasti dítě a jeho tělo, dítě a jeho psychika, dítě a ten druhý, dítě a společnost, dítě a svět (RVP PV, Smolíková, 2004, s. 5–6).

Pohybová činnost je nejvíce zmiňována ve vzdělávací oblasti dítě a jeho tělo. Kde záměrem pedagoga je stimulovat a podporovat růst a nervosvalový vývoj dítěte,

zlepšovat jeho tělesnou zdatnost i pohybovou a zdravotní kulturu, podporovat jeho fyzickou pohodu, rozvoj jeho pohybových i manipulačních dovedností, učit je sebeobslužným dovednostem a vést je k zdravým životním návykům a postojům (RVP PV, Smolíková, 2004, s. 15–16).

V RVP PV hra zastává velmi důležitou roli, a to jak ve volné hře, dětmi spontánně vymyšlené, tak i ve hře řízené učitelem se vzdělávacím cílem. V třídním vzdělávacím programu jsou zohledněny vývojové potřeby dětí při hrách. Podmětné a kvalitní hračky nabízejí větší uspokojení ze hry. Proto by se měly vybírat takové hračky, které odpovídají hygienickým zpracování, ve vztahu k věku, pohlaví a zájmům dětí (Kotátková, 2008 s. 130).

RVP PV uvádí dva typy činností – spontánní a řízené. Také jde o spontánní činnosti, jakými je např.: jedení, pití, používání toalety, odpočinek atd. RVP PV požaduje „využívat přirozeného toku dětských myšlenek a spontánních nápadů a poskytovat dítěti dostatek prostoru pro spontánní aktivity a jeho vlastní plány.“ Tento prostor má být dáván všem spontánním aktivitám dětí, především ve hře (Horáková, Syslová, 2011, s. 57). Do kategorie činností řízených můžeme zařadit učební i pracovní činnosti. V RVP PV jsou řízené činnosti označovány také jako „učební aktivity“, je doporučeno, aby probíhaly formou nezávislé dětské hry, kterou se dítě zabývá na základě své vlastní volby a zájmu. Hra je využívána jako metoda, ale i forma předškolního vzdělávání (Horáková, Syslová, 2011, s. 58).

Školní vzdělávací program probíhá plánovitě ve třídách a má jasně formulované zásady. (Svobodová, 2010, s. 50). „*Třídní vzdělávací program (dále TVP) je souhrnem dokumentů, vztahujících se k plánování, realizaci a evaluaci vzdělávacích činností v konkrétní třídě mateřské školy*“. TVP je chápán jako učební plán učitelky, ve kterém si rozpracovává tematické celky určené ŠVP. Legislativně není určeno vytvářet třídní vzdělávací program, ale z RVP PV vychází povinnost pracovat s dětmi plánovitě (Svobodová, 2010, s. 50, 67).

4 Zásobník pohybových her

V praktické části jsem se zaměřila na různé pohybové hry, které můžeme využít v netradiční dny odehrávající se během roku. Zaměřila jsem se na události a svátky jako Masopust, Velikonoce, Čarodějnice, Den matek a Advent. Jednotlivé přípravy jsou řazeny chronologicky podle kalendářního roku tak, jak jdou po sobě. Nabízejí různé pohybové hry a některé z nich jsou doplněny i zajímavými pomůckami.

4.1 Masopust

Masopust neboli karnevalové období je období legrace, hostin a veselí. Lidé si připravují masky, tancují a zpívají. Je to období od Tří králů do Popeleční středy. Popeleční středou začíná postní období před Velikonocemi.

Cílem je reakce na slovní pokyn, chůze a běh ve vázaném zástupu, podporovat kooperativní dovednosti ve dvojicích i ve skupině. **Pomůcky** jsou třepetalky (lze vyrobit z igelitových sáčků – nákupní tašky), lano, obruče. **Motivace** zní „Máme tady karneval. Tancování si dnes zpestříme třepetalkami“.



Obrázek 1- třepetalky (pořízeno dne 14. 2. 2017 v Radvánovicích)

Hra s třepetalkami

1. Vyhodit třepetalku co nejvýše do vzduchu a nechat ji spadnout na zem.
2. Házet třepetalku nad sebe a chytat střídavě pravou a levou rukou.

3. Hodit levou rukou, chytit pravou rukou.
4. Hodit co nejdál a běžet pro ni.
5. Hodit ji za sebe.
6. Podávat třepetalku z pravé ruky do levé ruky a zpět kolem krku, těla, kolenem apod.
7. Třást třepetalkou, pohyb zápěstím nahoru a dolů.

Na karnevalu potkáváme řadu filmových a pohádkových postav. Zahrajeme si na ně.

- Král – třepetalka v dlani (zlaté jablko), druhá ruka naznačuje držení žezla, rozvážná královská chůze.
- Princezna – třepetalka na hlavě (korunka), chůze s rovnými zády.
- Černokněžník – třepetalka v dlaních, vzpažit, prsty rukou u sebe (čepice), chůze ve výponu (dlouhý plášť).
- Vodník – třepetalka na hlavě (vlasy) upažit, či zmačkaná v dlaních před tělem (dušičkový hrneček), opakovaný podřep s přizvedáváním levé a pravé nohy (lebedí si v blátě).
- Víla – upažit poníž s třepetalkou, taneční chůze – otočka vpravo a vlevo za třepetalkou.

Také tam místo pohádkových postav můžeme potkat i různá zvířata jako např. medvěda.

Medvědí honička

Děti stojí v kruhu, uprostřed je ve dřepu medvěd, děti chodí v rytmu říkanky: *Ty medvěde chlupatý, co máš kožich na paty, rychle, rychle utíkej, všechny si nás pochytej! Jedna, dva, tři, čtyři, pět, už nás začni honit! Ted'!* Na poslední slovo se všichni rozběhnou a medvěd honí.

Na kačera

Děti stojí ve vázaném zástupu, drží se za pas a první se snaží plácnout posledního.

Hod na cíl

Děti samy nebo za pomoci paní učitelky utvoří dvě družstva. Každé družstvo si stoupne na jednu stranu do řady. Uprostřed bude natažené lano a děti mají za úkol házet třepetalky přes lano natažené nad zemí.

Obměna: Děti mohou házet třepetalky přes zavěšenou obruč.

Karnevalový ohňostroj

Děti stojí po obvodu vyznačeného kruhu a v ruce drží třepetalku. Uprostřed kruhu leží velká obruč. Na povel všichni najednou hodí třepetalky do středu (obruče) – paprskový ohňostroj. Na pokyn si jdou pro třepetalky a vracejí se zpět na své místo. Můžeme několikrát opakovat. Lze obměnit i ohňostroj ze středu kruhu ven.

4.2 Velikonoce

Velikonoce jsou nejvýznamnější křesťanský svátek. V naší tradici jsou stejně významné jako svátky vánoční. Přicházejí k nám po šestitýdenním období po Masopustu a v kalendáři jsou nazývány jako Velikonoční neděle a Velikonoční pondělí. Jarní velikonoční svátky se slaví po jarní rovnodennosti, první neděli po jarním úplňku, a proto jsou tyto svátky pohyblivé.

Pro Velikonoce je typické pletení pomlázky a malování kraslic. K tomu všemu patří i velikonoční koledy. Velikonoce jsou svátky spojené s příchodem jara.

Cílem hry je seznámit děti se zvyky v souvislosti s příchodem velikonočních svátků, manipulace s padákem (vzájemná spolupráce), procvičení barev, reakce na signál, orientace v prostoru. Jako **pomůcky** použijeme padák a obruč. **Motivace** zní „asociace s vajíčkem.“

K tomuto svátku se pojí malování kraslic, pomlázka, říkadla "Hody, hody, doprovody, dejte vejce malovaný. Nedáte-li malovaný, dejte aspoň bílý, slepička vám za to snese jiný." atd.

Barvení vajíček

Na Velikonoce se barví vajíčka. Děti představují vejce a padák hrnec s barvami.

Příprava barev

Příprava barev – voda + barevný prášek + ocet – vše zamícháme v hrnci.

- Děti chodí všemi směry po padáku – „promíchat se jako prášek“. Když paní učitelka řekne např.: „namíchali jsme žlutou“ – všichni se zastaví na žluté. Opět mícháme prášek – chůze po padáku a vybere se jiná barva.

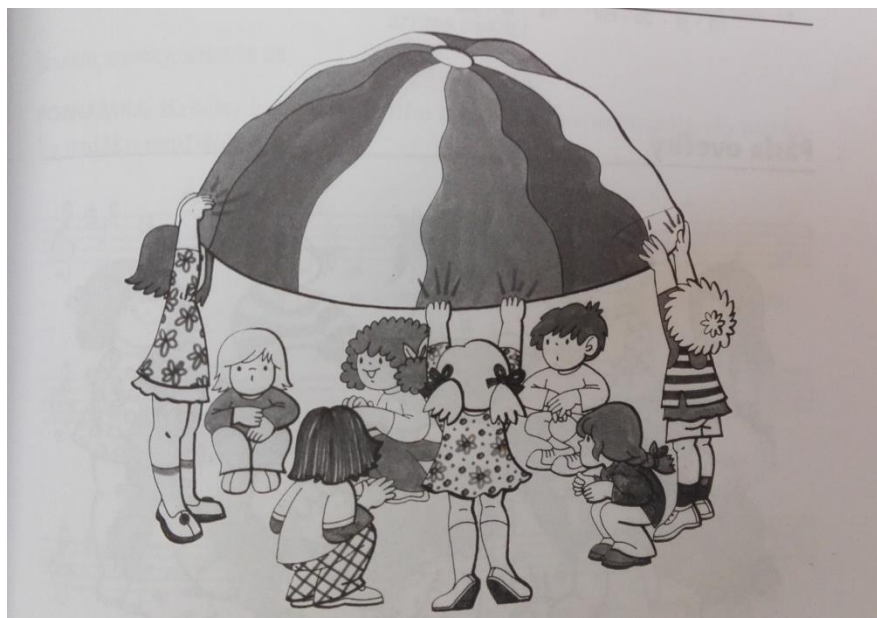
- Barvy jsou namíchaný a připravíme si vejce a hrnec – děti stojí okolo padáku, u jaké barvy stojí, tak do té se obarví.
- Zamícháme studenou barvu, aby se usazenina zase promíchala – děti drží padák a běhají s ním po jeho obvodu. Můžeme i obměnit např. cval stranou nebo chůze bokem s přísuný. Hladina vody je v klidu – padák lehce napínáme.

Zahřívání barev

- Barvu rozmíchanou ve studené vodě postavíme v hrnci na sporák a zahříváme. Vodu s barvou přivedeme za občasného míchání k varu.
- Barva se ohřívá – jemně, ale rychle třepeme padákem (práce zápěstí – držení padáku – palce nahoru, prsty dolu).
- Barva se rychle otepluje – třepání s padákem (práce loktů).
- Maminka se podívá pod poklici, zdá se jí, že už se voda s barvou vaří – zvedáme padák volně nad hlavu, samospádem se padák vrací zpět. Padák naznačuje zvedání poklice, proto musíme dávat pozor na páru a stát rovně, nestrkat tam tělo, hlavu, ať nás pára neopaří.
- Voda se vaří – malé a rychlé pohyby zápěstím s padákem, můžeme přidat malé poskoky na místě.
- Maminka míchá vařečkou a ve vařící vodě s barvou se dělají kola – běh dokola s třepáním padáku, na pokyn zvednout. Při běhu zvedáme padák nahoru a pak zase dolů – zvedání poklice.

Barvení vajec

- Děti stojí okolo padáku a drží se jednotlivých barev. (Představují bílá vejce, která vložíme do hrnce. Vaříme je postupně v příslušných barvách).
- Vyvoláme barvu např. červená – děti zvednou padák nad hlavu a ti, kteří drží vyvolanou barvu vběhnou pod pohybující se padák a uprostřed udělají dřep.
- Vajíčka přikryjeme pokličkou a obarvíme je – třást padákem nad dětmi.
- Vejce jsou obarvená, zvedneme poklici a vyndáme je – zvednout padák nad hlavu, děti, které byly uprostřed, vyběhnou ven a chytí se padáku u své barvy.



Obrázek 2 - hra s padákem (Hurdová, 2014, s. 47)

Relaxace

Vejce jsou připravená na míse – děti si lehnou na padák a sbalí se do klubíčka. Maminka vejce ještě naleští, aby byla pěkná a koledníkům se líbila – paní učitelka chodí a hladí děti (Volfová, Volfová, 2009, s. 42).

Kutálejší se vajíčko

Jako *pomůcky* se použijí obruče.

- Běh s poháněním obruče po tělocvičně - kutálení vajíčka.
- Na místě poslat obruč dopředu – vajíčko se kutálí z kopce a dole se zastaví. Běh k obruči (vajíčku).

Vajíčka v košíčku

Motivace v této hře zní „Musíme obarvená vajíčka donést do košíčku, ale abychom je nerozbili, tak je budeme brát po jednom.“ *Pomůcky* pro tuto hru jsou obruče a míčky (popřípadě papírové koule).

Hru může hrát ve dvojicích nebo ve družstvech. Děti stojí na jedné straně, u nohou mají obruč a v ní stejný počet imaginárních obarvených vajíček (papírové koule, míčky apod.). Vpředu asi pět metrů před sebou má každý prázdnou obruč (košíček). Úkolem každého je přemístit po jednom všechna vajíčka do druhého hnízda. Vyhrávají všichni, kterým se to podaří.

Zvedni vajíčko

Motivace je „Vajíčka se nám rozkutálela a musíme dávat pozor, abychom na ně nešlápli.“ *Pomůcky* opět míče (o jeden méně, než je dětí).

Po prostoru rozmístíme míče (jako vajíčka) - o jeden méně, než je dětí, děti se mezi nimi volně pohybují a dělají pohyby dle pokynů učitelky. Jakmile učitelka zvolá: "Zvedni vajíčko", všechny děti se snaží pokyn splnit, na koho nezbyde vejce, vypadává ze hry a pomáhá vymyslet pokyny pro děti. Hra končí s posledním vajíčkem.

Honička s vajíčkem

Dítě, které honí, má v malém košíčku vajíčko, musí opatrně běžet, aby mu nevypadlo a současně někoho chytit a předat mu tak košík s vejcem a ten potom honí dál.

4.3 Pálení čarodějnic

Jedná se o velmi starý a dodnes živý lidový zvyk a zvláštní svátek, který se slaví 30. dubna. Lidé věřili, že tuto noc se čarodějnice slétají na čarodějnický sabat. A skutečně tato noc je jedním z největších pohanských svátků. Lidé také věřili například v otevírání různých jeskyní, ve kterých jsou ukryty poklady.

Tuto noc se lidé scházejí u zapálených ohňů. Pozemky vyčistí od roští a větví aby je mohli obdělávat.

Cílem hry je seznámení se dětí s tradicí "Pálení čarodějnic", pochopení mravního symbolu dobra a zla, procvičování hrubé motoriky, koordinaci pohybů, obratnosti a orientaci v prostoru. *Pomůcky* k této hře jsou hůlka, různě dlouhé provázky. *Motivace* zní „V pohádkách a příbězích se praví, že čarodějnice jsou spojovány se zlem. Lidé se odedávna zlu bránili – bušilo se do hrnců a pánví, dělaly se ohně, postupně to přerostlo v pálení čarodějnic (zbavení se zla). V příbytcích čarodějnic nechybí nikdy kotel hadů, žab, nádoby s lektvary, kocour, sova, netopýr. Čarodějnice se také s oblibou přeměňovaly do různých druhů zvířat jako např. na vlky, psy. Lidé často zaměňovali čarodějnice a bylinkářky, které znaly tajemství bylin, uměly zahánět nemoci, napravovat zlomeniny, léčit. Znaly působení rostlin, hub, kamenů...“

Rozhovor s dětmi o čarodějnicích

Otázky: Děti, viděli jste někdy nějakou čarodějnici - v televizní pohádce, v divadle, jako ilustraci v knížce? Jak taková čarodějnice vypadala? Byla zlá, nebo hodná? A uměla taková čarodějnice čarovat?

Čáry máry

Z paní učitelky se stane „čarodějka“ a bude říkat zaklínadlo: *Čáry máry* – paní učitelka nebo určené dítě zaklíná děti, které se volně pohybují v prostoru do různých poloh (např. stoj na jedné noze, na špičkách, současně na jedné ruce a jedné noze).

Čarodějka a čaroděj

Děti chodí v kruhu a drží se za ruce, čaroděj nebo čarodějka stojí v kruhu, děti odříkávají báseň – *Čarodějko, my se ptáme, čehopak se chytit máme?* Na konci čarodějka řekne, čeho se děti mají držet a ony utíkají chytit se dané věci, koho čarodějka chytne, stává se čarodějem/čarodějkou.

Slalom na koštěti

Děti budou na koštěti překonávat různé překážky např. slalom mezi kužely, chůze po lavičce, atd. Pravidlo je, že dítě musí celou dobu sedět na koštěti.

Kouzelná zaklínadla

Povídání si s dětmi o zaříkadlech: kdo je používá, jestli nějaké znají...

*Muší ucho, kus žabince,
trochu medu dej do hrnce,
kousek křenu, hrst přesličky,
přidej sůl a tři mušličky.*

Děti se pohybují volně v prostoru. Paní učitelka dětem řekne básničku: *čáry máry fuk, ať tu není kluk, ať tu nejsou holčičky, ať tu skáčou žabičky....* Děti skáčou jako žáby, poté paní učitelka řekne znovu básničku a zvolí jiné zvíře např.: čáp, had, rak, kočička...

Pobyt venku

Prolézání pavučinou

Hra probíhá na zahradě mateřské školy nebo v lese. Děti - pavoučci pomohou učitelce uplést velkou pavučinu mezi stromy, do výše asi 80 cm. Za asistence učitelky natahují a různě proplétají provázky mezi několika stromy. Když je pavučina dostatečně velká a pěkně upletená, vyzkouší si děti, zda se v ní budou umět pohybovat. Děti si jednotlivě nebo po malých skupinách zkouší prolézat v libovolných směrech mezi provázky velké pavučiny.



Obrázek 3 - prolézání pavučinou (pořízeno dne 28. 3. 2017 v Radvánovicích)

Kouzelný lektvar

Každé dítě dostane kelímek, do kterého si samo nasbírá při vycházce jakékoli přírodniny z lesa (mech, větvička smrčku, tráva...). Poté si stoupneme do kolečka, rukou rozmačkáme přírodniny v kelímku, aby se uvolnila jejich vůně, a postupně si posíláme kelímky a čicháme, co jsme každý vykouzlili za vůni. Kdo bude chtít, může říct název lektvaru a na co je. Tato hra je založena na smyslech především čichu, ale i na fantazii.

4.4 Den matek

Den matek je velmi krásný svátek, který je rozšířený po celém světě. Oficiálně připadá tento den na druhou květnou neděli. Den matek je den, kdy se vzdává pocta matkám a mateřství. Všechny maminky si zaslouží ke dni matek nějaký menší dárek. Tím připomeneme dětem i to že babička je taky maminka a má také svátek.

Stanovený **cíl** je rozvoj komunikativních dovedností a umění naslouchat druhému, pohybovat se do rytmu. Jako **pomůcky** použijeme míček a šátek. **Motivace** v tomto případě je „hádanka“.

Vaří, pere, žehlí, šije,
koupe děti, hrnky myje,
odpovídá na otázky,
dává pusy z velké lásky.
Kdo je to? (Maminka)

Když se něco nepovede,
i když zlobím malinko,
máš mě ráda a já tebe,
moje zlatá (maminko)

Komunikativní kruh - jaká je moje maminka

- děti sedí v kruhu a posílají si míček,
- kdo má míček - vypráví jaká je jeho maminka, např. jaké má oči, jak vypadá, jaká je...,
- ostatní děti poslouchají a čekají, až na ně přijde řada.

Básnička pro maminku

Maminečko moje, (ukážeme na sebe)

já jsem dítě tvoje.

Ty jsi pro mě sluníčko, (před sebou rukama namalujeme kruh)

zázemí a teplíčko. (zkřížíme ruce a pohládíme se)

Já zas tvoje zlatíčko, (pohlazení po tváři)

co tě zlobí maličko. (pohrozíme ukazováčkem)

Kytičku ti k svátku dám, (naznačíme podání kytičky)

protože tě rád (a) mám. (před sebou namalujeme rukama srdce)

Mám šáteček mám

Maminky pracují, odpočívají, sportují, ale stále mají při ruce svůj oblíbený šátek. Již od pradávna ženy šátky nosily jak v práci, tak na slavnosti a zábavy.

Mám šáteček, mám,

Než svému milému,

komu já ho dám?

tomu já ho dám,

Žádnému jinému,

toho ráda mám.

Děti stojí v kruhu a zpívají píseň. Jedno z dětí se prochází uprostřed se šátkem, na slova: „tomu já ho dám“ si položí před vybrané dítě šátek a usednou. Na slova „toho ráda mám“ se pohladí a vymění si role.

Uvíjíme věneček

Děti jsou ve dřepu a jedno dítě chodí mezi nimi a zpívá:

Uvíjíme věneček, ze všech našich kytiček.

Zapleteme do věnečku, kvítek, lístek i větvičku, jaké jméno máš?

Dítě se zastaví a dotkne se někoho rukou. Ten odpoví, jaká je květina.

Tak pojd' mezi nás.

Chytnou se za ruce a hra se opakuje.

4.5 Advent

Doba přípravy na Vánoce se nazývá "ADVENT". Advent je období čtyř neděl před vánočními svátky. Adventní doba našťestí není pouze časem horečných nákupů. Má především svůj duchovní obsah. Tento krásný čas je naplněný o nejrůznější tradiční zvyky. Celé toto období zahrnuje řadu jednotlivých svátků jako je třeba svátek sv. Barbory a svátek sv. Mikuláše.

Advent je doba, která je zakončena Vánocemi. Typický je adventní věnec, který je z Jehličnatých větví a má čtyři svíce. Každou adventní neděli se zapaluje jedna svíčka.

Cílem je seznámit děti se svátky adventu, zbavení se strachu z čertů, dbát na bezpečnost druhých a učení se spolupracovat. Pro realizaci **použijeme** kolíčky na prádlo. **Motivace** zní „Podíváme se za čerty do pekla. Co asi dělají, než přijdou s Mikulášem mezi nás do světa lidí. Malí čertíci jsou neposední jako děti. V pekle se nenudí, krátí si volný čas hraním, dováděním a škádlením.“

Čerti v pekle

Čerti mají své hodnosti a čert, který ještě nezískal ocas, nesmí z pekla. Chce se ale podívat do světa spolu s Mikulášem. Snaží se proto sebrat ocas někomu jinému. Děti si přichytí na oděv jeden kolíček jako ocas. Jedno dítě kolíček nemá a honí ostatní děti (čerty) a snaží se jim kolíček vzít. Pokud se mu to podaří, přichytí si kolíček na oděv a chytá ten, kterému byl kolíček sebrán. Kolíček na těle nelze bránit rukama ani přitisknutím se na zem, na stěnu apod.

Čertí kožich

Čerti si vzájemně kradou chlupy, aby měli své kožichy co nejhustší a nebyla jim ve světě zima. Každé z dětí si připevní na oděv tři kolíčky jako chlupy. Děti si kolíčky vzájemně berou a ihned si je připínají. Snaží se jich v daném čase získat co nejvíc.

Obměna hry: čerti se cestou k lidem zapotí, protože spěchají. Snaží se teplých chlupů z kožichu zbavit. Děti se snaží kolíčky přichytit na oděv někoho jiného (v ruce smí dítě držet vždy jen jeden kolíček).

Čertí smůla

Dva čerti vařili smůlu, aby na ni děti přilepili. Ale smůla se vylila a čerty slepila. Každé dítě si spojí nohavice kolíčkem k sobě a snaží se takto „slepený“ chodit.

Poté se dva čerti slepili k sobě. Dvě děti se spojí třemi až pěti kolíčky k sobě za části oděvu. Snaží se bez rozpojení přejít vymezené území (slalom, dráha přes malé překážky apod.).

Čerti se vrací do pekla zmoklí a v pekle suší kožichy. Úkolem dětí je přenést všechny kolíčky na druhou stranu místnosti a připevnit je na nataženou prádelní šňůru. Ale cesta není jednoduchá, čeká je řada překážek (slalom, plazení po lavičce, chůze po laně apod.). Každé dítě smí nést pouze jeden kolíček (H. Volfová, M. Volfová, 2009, s. 101).

Šup do pekla, do nebička

Pomůcky: Lano a bubínek. Děti chodí volně po prostoru herny, na signál bubínku zpozorní a učitelka vysloví buď peklo (děti se přemístí do kruhu), nebo nebe (děti se shromáždí u učitelky).

Andílci se učí létat

Pomůcky: Lano, bubínek s paličkou. Určí se dvě děti, které budou držet lano kousek nad zemí. Učitelka drží bubínek v přiměřené výšce.

Dítě, které stojí u lana, má v ruce paličku a úkolem je přeskočit lano (nemusí být snožmo) a při výskoku udeřit bubínek. Komu se to podaří, stává se malý andílek, co se naučil létat.

5 Pohybový program s obsahem pohybových her na téma jaro

Praktická část obsahuje vytvořený pohybový program s obsahem pohybových her určený pro děti předškolního věku v rozmezí deseti dní. Přípravy jsou zaměřeny na příchod jara a Velikonoce. Všechny přípravy obsahují rozepsaný celý denní program. Při tvorbě jsem vycházela podle dané struktury určené mateřskou školou. Zaměřila jsem se hlavně na různé pohybové hry i s netradičními pomůckami. Volila jsem takové činnosti, které by děti všestranně rozvíjely a vzbudily v nich zájem o pohybovou aktivitu.

5.1 Struktura příprav

Každá příprava zahrnuje pohybovou aktivitu, řízenou činnost a pobyt venku. Všechny činnosti jsou podrobně rozepsány a obsahují cíl a zaměření, organizaci, pomůcky, motivaci a postup, jak hru nebo činnost s dětmi provést a různé její obměny. Na začátku je zmíněno téma daného měsíce a týdne, podle kterého mateřská školka uzpůsobuje dané aktivity. Snažila jsem se vybírat takové pohybové hry, které by děti rozvíjely všestranně, protože vhodně zvolené hry děti nerozvíjí pouze v jejich pohybu, ale i v jiných důležitých oblastech.

5.2 Charakteristika předškolního zařízení

Pohybový program s obsahem pohybových her jsem realizovala v mateřské škole Hrubá Skála – Doubravice. Tato mateřská škola je součástí základní školy a nachází se v prostředí Českého ráje. Je to jednotřídní věkově heterogenní mateřská škola s kapacitou 28 dětí. Má k dispozici tělocvičnu, zahradu s novými herními prvky a školní hřiště.

Pohybový program s obsahem pohybových her na téma jaro jsem zrealizovala v období od 3. 4. 2017 – 14. 4. 2017. Mateřská škola má pouze jednu třídu, ve které je zapsáno pro tento rok 25 dětí z toho 14 dívek a 11 chlapců. Jednalo se o děti věkově smíšené od 3–7 let a z toho 12 předškolních dětí. V průběhu mé návštěvy se daný počet dětí měnil každý den.



Obrázek 4 - herna mateřské školy (pořízeno dne 3. 4. 2017 v Doubravících)

5.3 Struktura denního programu mateřské školy

Mateřská škola se řídí podle následujícího denního programu:

6:30 – 8:00 – otevírání mateřské školy (dále jen „MŠ“) – ranní scházení dětí, spontánní hry dětí, individuální práce s dětmi, didakticky zaměřené činnosti

8:30 – 9:00 – ranní cvičení, pohybové aktivity a hry

9:00 – 9:30 – hygiena, příprava na svačinu

9:30 – 10:30 – řízená činnost

10:30 – 11:30 – hygiena, příprava na pobyt venku, pobyt venku - pohybové aktivity, hry na zahradě, hřišti, vycházky do okolí MŠ

11:30 – 12:00 – hygiena, příprava na oběd, oběd

12:00 – 14:30 – rozcházení dětí po obědě, ukládání dětí k odpočinku, četba před odpočinkem

14:30 – 16:00 – příprava na odpolední svačinu, odpolední svačina, spontánní aktivity dětí, zájmové činnosti

6 Návrh příprav realizovaných v mateřské škole

6.1 Příprava 1

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Jarní kytičky“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Přivítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Pohybová chvílka – zvířátka

Cíl: Napodobení daného zvířete, orientace v prostoru.

Organizace: V herně.

Motivace: Na jaře se probouzí plno zvířátek ze zimního spánku.

Postup: Děti napodobují daná zvířátka, která se probouzí ze zimního spánku – medvěd, včelka, ježek.

Následuje **hygiena** a **svačina**.

Řízená činnost – komunikativní kruh

Cíl: Povídání si na téma jaro a naslouchání druhému, rozvoj komunikativních dovedností.

Organizace: V herně.

Motivace: Paní učitelka pohladí trávu a říká: „Přišlo jaro, pohladilo travičku a ta se hned zazelenala. Odkrylo spící pupeny rostlin a probouzí všechna semínka. Z některých semínek vyrostly jarní květiny. Víte, jak se jmenují? Jaro má moc práce. Poslechněte si, co všechno dělá v básničce.“

Pomůcky: Míč.

Postup: Co všechno musí dělat jaro.

Vytáhnout trávu z hlíny

a na zeleno natřít.

*Načernit pěkně stíny
a všechno živé sbratřit.
Všem hadům svléci kůži,
načesat řádně louky,
spočítat lístky růží
a pruty leštit, brouky.*

Pokládání otázek dětem:

„Děti, co tedy všechno musí dělat jaro?“

„A co znamená, že všechno živé sbratří?“

Jaro přichází se sluníčkem, děti si posílají míček a volají jména dětí, kterým pošlou míč, například:

Anežko, přišlo jaro!

Jáchyme, přišlo jaro!

Hygiena a příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka na louku.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Pan čáp ztratil čepičku

Na začátku hry se určí jeden hráč, který představuje čápa a jeho úkolem je chytat děti. Čáp i děti říkají říkanku: "Pan čáp ztratil čepičku, měla barvu barvičku..." a dítě představující čápa řekne nějakou barvu, např. žlutou. Úkolem dětí je co nejrychleji tuhle barvu najít a dotknout se jí. Jakmile se barvy dotknou, jsou v bezpečí před čápem. Dokud se však barvy nedrží, může je čáp chytit. Koho chytne jako první, vystřídá si s ním místo a stává se čápem pro další kolo.

6.2 Příprava 2

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Jarní kytičky“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Privítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Řízená činnost – tělovýchovná chvílka

Cíl: Rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v hrubé a jemné motorice.

Organizace: V tělocvičně.

Motivace: Přišlo k nám jaro. Na loukách rozkvétají květiny a motýlci.

Pomůcky: Tamburína, žebřiny, lavička, obruče, kužely, lano a žíněnky.

Děti se převléknou do cvičebního úboru.

Rušná část

Děti se pohybují volně po prostoru podle rytmu tamburíny, když tamburína ztichne, děti reagují na pokyn.

Brouček – leh na záda, kopání nohama a rukama;

kukla – stoj spojný, ruce připažit a hlavu dolů;

motýlek – sed, paty u sebe;

žížala – leh na břicho.

Průpravná část

1. **Stane se z nás semínko** - dřep, hlava ke kolenům.
2. **Vyrostla květina** - ze dřepu stoj spojný (nohy jsou kořeny pevně přirostlé k zemi a trup je rovný stonek).
3. **Rozkveté krásný květ** - skrčit paže, lokty a dlaně k sobě před trupem = paže zvedáme nahoru (do úrovně ramen), upažit pokrčmo – svícen.
4. **Kytička se otáčí za sluncem** - rotace trupem.
5. **Květina se ve větru kývá** - stoj, vzpažit – úklony doprava a doleva.
6. **Na kytičku přiletěla včelka** - turecký sed, prsty na ramena – pohyby loktů nahoru a dolů.
7. **Kytička se ve dne otevírá a v noci zavírá** - turecký sed, vzpažit – předklon.

8. **Relaxace** – leh, ruce na břicho.

Hlavní část

Opičí dráha

Vybrané dítě dráhu předvede ostatním dětem.

1. Lavička – děti se budou přitahovat;
housenka leze na stéblo trávy.
2. Kužely – slalom;
brouček létá mezi kyticami.
3. Žíněnka – děti budou válet sudy;
fouká velký vítr a broučka to povalilo.
4. Obruče – děti budou prolézat obruče;
včelička zalétá do úlu.
5. Žebřiny - vylézt na horu a přeručkovat na druhou stranu;
pavouk leze po své síti, kterou má vysoko.

Pohybová hra – Sluníčko a mráček

Děti utvoří kruh a dvě děti stojí uprostřed a představují sluníčko a mrak. Děti chodí dokola v rytmu říkanky:

Kap, kap, kapy, kap,

prší, prší, to je vody,

nebojme se nepohody,

my se pod strom schováme,

na sluníčko zvoláme:

Sluníčko!

Sluníčko i mrak na zavolání vyběhnou z kruhu, sluníčko honí mrak. Mrak se zachrání vběhnutím do kruhu.

Hygiena, svačina, příprava na pobyt venku

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka na louku a pozorování ptáčků.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Vrabčí hlídač

Děti stojí v kruhu a uprostřed je jedno dítě (hlídač). Děti říkají básničku:

Hlídač usnul na lavici,

všichni vrabci na silnici.

Až se zrní nazobáme,

na hlídače zavoláme: Hlídači, vstávej!

Dítě, které představuje hlídače, vyběhne a chytá ostatní děti. Koho chytne, stává se hlídačem.

6.3 Příprava 3

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Jarní kytičky“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Privítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí

Pohybová hra – včelka

Cíl: Rozvoj pozornosti, reakce na signál.

Organizace: V herně.

Motivace: Hádanka.

Z úlu vyletěla,

pokoje si nedá.

Hodně medu by prý chtěla,

na kvítek si sedá (včelka)

Pomůcky: Papírové květiny, klavír.

Postup: Po třídě rozmístíme papírové květiny. Vždy bude o jednu květinu méně, než je dětí. Děti se budou pohybovat do rytmu klavíru volně po prostoru jako včeličky. Když klavír ztichne, děti si kleknou na nejbližší kytičku. Dítě, které bude bez kytičky, řekne a vytleská nějakou jarní kytičku (nejlépe kdyby se kytičky neopakovaly).

Hygiena a svačina.

Řízená činnost – hudební výchova

Vítáme jaro

Cíl: Seznámení s písní Vítáme jaro, procvičení gymnastických mluvidel a mimiky v obličeji.

Organizace: V herně, děti stojí u klavíru.

Motivace: Jaro přivítáme i novou písničkou.

Pomůcky: Klavír.

Postup:

Gymnastika mluvidel

Děti leží uvolněně na koberci. Učitel vypráví pohádku, děti ilustrují pohyby. Jsme na louce. Odpočíváme, ale do očí nám svítí sluníčko (pevně zavřít oči). Děti se posadí do tureckého sedu. Slyšíme, jak pofukuje slabý větřík (fíí,fíí,fíí). Z dálky po cestě přijíždí koník a klepe svými podkovami (mlaskáme jazykem o horní patro). Sluníčko přestalo svítit. Zašlo za mrak (uvolnit obličej). Na cestě jsme potkali ještěrku, která mrská ocáskem (v otevřených ústech kmitání jazyka doprava, doleva). Lekli jsme se (úlek grimasa). Pak nám to však bylo k smíchu, vždyť je přece malá. (smích) Jdeme si koupit zmrzlinu. Mňam, ta je ale dobrá! (olizování).

Dechová cvičení

Než začneme zpívat, zkontrolujeme, zda děti stojí rovně. Představa, že jsme loutky, visíme na šňůrce, uvolněně pohupujeme rukama (např. jako Hurvínek), jen hlava je vzpřímená

1. „nafoukneme třídu“ – hluboký nádech a výdech,
2. „odfoukneme peříčko z dlaně“ – malý nádech a výdech.

Rozezpívání

Na klavíru postupujeme po půltónech směrem nahoru na různé slabiky – lalala, momomo.

Vítáme jaro

1. Pojdme děti, pojdme spolu, vyženeme zimu z domu.
Zavoláme na jaro, aby se už chystalo.

Zimo – tys tu dlouho byla,
sněhu, mrazu nadělila.
Sněhuláci roztáli,
jaro někde zahálí.

Vzduch je z jara trochu jiný,
lístečky se klubou z hlíny.
Větrík nám den provoní,
jako loni, předloni.

Hygiena a příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka, hry na hřišti.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Honička se švihadlem

Vymezíme prostor a necháme v něm hráče rozptýlit. Určení dva žáci se ujmou švihadla a na pokyn začínají honit ostatní. Ten, koho se dotkne, se chytí švihadla a pokračují spolu v pronásledování volných hráčů.

6.4 Příprava 4

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Jarní kytičky“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Privítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Pohybová chvílka - Jarní chůze

Cíl: Rozvoj hrubé motoriky, pozornosti, postřehu.

Organizace: V herně.

Motivace: Na jaře všechno krásně kvete, poletují včeličky a motýlci.

Pomůcky: Kytičky z papíru.

Postup: Kytičky rozmístíme po třídě.

- Lehká nášlapná chůze na špičkách – dáváme pozor, abychom nešlápli na kytičky.
- Široké kroky – překračování kaluží.
- Chůze po třídě a dřep – poletování jako motýl a nasedání na kytičku.

Hygiena a svačina.

Řízená činnost

Cíl: Seznámíme děti s lidovými zvyky a tradicemi spojenými s velikonočním obdobím.

Motivace: Hádanka.

Kulatý dům bez dveří,

bílý jako pápěří.

Klepneš na něj maličko,

hned vyběhne sluníčko. (vajíčko)

Malá bílá pokladnička,

samé zlato skryto v ní.

Otevřít ji umí každý,

zavřít nikdo neumí. (vajíčko)

Asociace ke slovu

Děti sedí v kruhu, jedno dítě má v ruce vajíčko a koulením vybírá další dítě. Přitom říká: „*Kutálej se, vajíčko, kutálej, co patří k Velikonocům, povídej.*“ Co všechno se dětem vybaví, to řeknou (vajíčko, pomlázka, setí obilí do květináčů, básnička atd.).

Hygiena, svačina, příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení

Pobyt venku

Vycházka na louku.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Rybičky a rybář

Jedno vybrané dítě bude představovat rybáře a ostatní děti budou rybičky v rybníku. Rybář stojí na jedné straně a rybičky na druhé. Rybář řekne „rybičky, rybičky, rybáři jedou“ a rozeběhne se pochytat co nejvíce rybiček (rybičky ani rybář se nesmí vracet). Chycené rybičky se chytí rybáře a vzniká „sít“. Hra se opakuje, dokud nejsou chyceny všechny rybičky.

6.5 Příprava 5

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Jarní kytičky“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Privítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Pohybová hra - Zvedni vajíčko

Viz kapitola 5.2

Hygiena a svačina.

Řízená činnost – proplétaný košíček

Cíl: Procvičení jemné motoriky – stříhání, ohýbání papíru a proplétání vlny.

Organizace: U stolečku.

Motivace: Děti blíží se nám Velikonoce a budeme barvit vajíčka, ale než je nabarvíme, tak pro ně si vyrobíme košíček.

Pomůcky: Zelená čtvrtka, nůžky a vlna.

Postup: Každé dítě si na zelenou čtvrtku obkreslí kolečko, které vystřihne. Doprostřed obkreslí menší kolečko a k tomu nastříhá 9 proužků, které ohne do středu. Vlny bude mezi proužky proplétat. Tím vznikne košíček na vajíčko.

Hygiena, příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka na louku.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Honička

Začíná jedno dítě (honič) a snaží se někoho chytit. Koho chytne, ten se stává také honičem a chytne se prvního honiče za ruku. A pak honí ve dvojici. Další, koho chytí, se k nim opět přidá. Takto hra pokračuje do té doby, dokud nezbude ve hře poslední dítě. Babu předává rukou vždy jen první a poslední dítě v řadě.

6.6 Příprava 6

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Velikonoce“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Přivítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Pohybová hra - Kvočna hledá kuřátko

Cíl: Rozvoj pohotovosti, pozornosti, spolupráce, ohleduplnosti.

Organizace: V herně.

Motivace: Na jaře se líhnou kuřátka a ty se drží blízko kvočny.

Pomůcky: Klavír.

Postup: Děti chodí v prostoru herny, pohybem reagují na rytmus hudby (klavír), když hudba přestane hrát, všechny děti si hledají někoho do dvojice (kvočna a kuřátko).

Hygiena a svačina.

Řízená činnost - Básnička

Cíl: Naučení se nové básničky, zdokonalování rytmizace v textu.

Organizace: V herně, děti stojí v kruhu.

Motivace: Jaké jiné zvířátko ještě patří k Velikonocům než kvočna a kuřátko?

Zajíček

Jednou dvakrát dupne, (děti střídavě dupnou nohama)

do své jamky hupne. (dřep)

A co ve své jamce? (otáčení hlavy na jednu a druhou stranu)

Přitulí se k mamce! (skok do středu kruhu)

Paní učitelka řekne celou básničku a poté děti opakují vždy jeden řádek po paní učitelce. Básničku zpestříme, když ji budeme říkat potichu nebo podle určitých nálad (vesele, smutně, překvapeně atd.). Když si děti básničku zapamatují, může zkusit ji znázornit pouze pohyby bez slov.

Hygiena a příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka, hry na hřišti.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Slepá bába

Známa hra na slepou bábu s básničkou.

Slepá bábo, kam tě vedu? Do kouta.

Co v tom koutě? Kohouta.

A v kohoutě? Zlatá niť.

Tak si mě, ty slepá bábo, chyt'!

Dítě si zaváže oči šátkem a děti ho vodí po tělocvičně za ruku. Poté už může jít dítě (slepá bába) samo a ostatní děti ho navádí jen slovním popisem.

6.7 Příprava 7

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Velikonoce“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Privítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Řízená činnost – tělovýchovná chvílka

Cíl: Rozvoj hrubé motoriky - dolních končetin.

Organizace: V tělocvičně.

Motivace: Zajíčci jsou plachá zvířátka a vadí jim jakýkoliv hluk. Raději sedí příkrčený ve své jamce, kde se cítí v bezpečí. Pokud není ve své jamce, tak rychle uteče.

Pomůcky: Bedýnky a obruče.

Děti se převléknou do cvičebního úboru.

Rušná část

Děti přebíhají z jedné strany na druhou podle pokynů učitele. Vybíhají z různých poloh – klek, sed, turecký sed, leh.

Průpravná část

1. **Zajíček sedí v jamce, ale bojí se vyskočit.**

Klek sedmo, dlaně na zemi před koleny – otáčení hlavy vpravo a vlevo.

2. **Najednou slyší praskání větví, a tak se příkrčí.**

Klek sedmo, předklon, dlaně na bedrech.

3. **Všude je klid, zajíček vystrčí z jamky uši, zastříhá s nimi.**

Klek sedmo, vzpažit – hmity pažemi vpřed a vzad.

4. **Zajíček vyskočí z jamky.**

Skok ve sporu dřepmo s oporou o ruce.

5. **Začne si protahovat nožičky.**

Leh pokrčmo, připažit – přednožit pravou, zpět a přednožit levou.

Leh, přednožit, dlaně pod zadeček – roznožit a snožit.

6. **Relaxace**

Leh.

Hlavní část

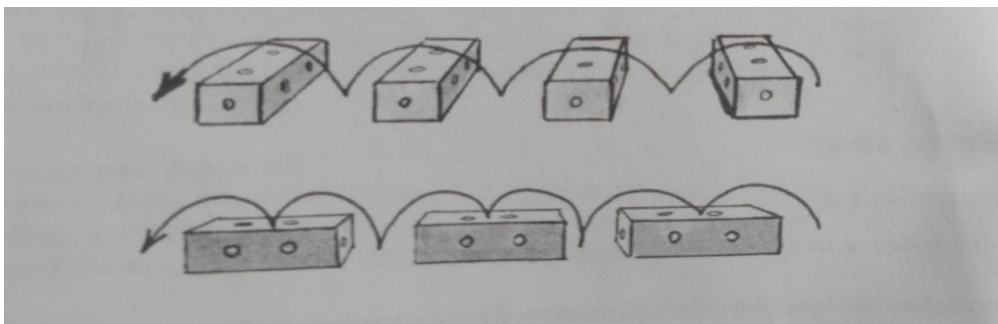
Motivace: Každý zajíček, když je veselý a nemá z ničeho strach, tak si skáče po lese.

Po tělocvičně rozestavíme překážky asi krok od sebe. Děti stojí v zástupu za sebou a postupně zdolávají překážky.

- Vyskočit a seskočit na bednu.
- Skoky snožmo přes bednu.
- Skoky na jedné noze přes bednu.

Překážky rozestavíme dál od sebe.

- Přeskakovat a odrážet se jen jednou nohou a poté druhou.



Obrázek 5 – překážky (Volfová, Kolovská, 2009, s. 24)

Pohybová hra – Zajíček ve své jamce

Rozmístíme obruče po prostoru. Některé děti si sednou do obručí a představují zajíčky. Ostatní děti chodí mezi obručemi za zpěvu písně „Zajíček ve své jamce“ na slova „a vyskočí“ se děti zastaví. Zajíčci vyskočí z obručí a doběhnou ke stojícímu, ze kterého se stane zajíček (H. Volfová, I. Kolovská, 2009, s. 21-26).

Hygiena a svačina a příprava na pobyt venku.

- příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení

Pobyt venku

Vycházka do lesa.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Čísla na stromech

V lese označíme šest stromů čísly 1 až 6 (stromy je dobré označit v přeházeném pořadí). Děti rozdělíme do dvou stejně početných družstev (nejprve soutěží první družstvo). Děti se postaví na startovní čáru. Nejprve vybíhá první z družstva a jeho úkolem je v co nejkratším čase doběhnout a dotknout se všech stromů v pořadí od 1 do 6. Poté běží zpět ke svému družstvu. Po doběhu prvního dítěte vybíhá druhé. Tímto způsobem se všechny děti ve družstvu vystřídají. Po doběhu prvního družstva soutěží družstvo druhé. Vyhrává to družstvo, které zdolá trať v kratším časovém úseku.

6.8 Příprava 8

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Velikonoce“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Přivítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí.

Pohybová hra - Předávání vajíčka

Cíl: Rozvoj rychlosti, pohotovosti, pozornosti, spolupráce.

Organizace: V tělocvičně, v herně.

Motivace: Děti, máme tady velikonoční vajíčko, které musíme dostat do košíčku, ale musíme opatrně, aby nám nespadlo a nerozbilo se.

Pomůcky: Míče a košíčky podle počtu družstev (vždy jeden v družstvu), košíčky.

Postup: Děti rozdělíme do dvou a více družstev. Stojí v zástupech a soutěží v předávání vajíčka (míčku) - z rukou do rukou ve vzpažení směrem dozadu. Obměnou může být

předávání vajíčka v předklonu mezi rozkročenýma nohama směrem dozadu nebo bokem.

Hygiena a svačina.

Řízená činnost – výtvarná činnost

Velikonoční vajíčko

Cíl: Rozvoj jemné motoriky – stříhání, správné držení tužky a štětce.

Organizace: U stolečku.

Motivace: Velikonoce se nám blíží, a tak si každý namalujeme svoje velikonoční vajíčko.

Pomůcky: Čtvrtka A4, nůžky, voskovky, tuš, štětec.

Postup: Děti si obkreslí velikonoční vajíčko na A4 a vystříhnou. Voskovkami vyplní plochu vajíčka, překryjí černou tuší. Po zaschnutí vyškrabou do vajíčka různé ornamenty.

Hygiena, svačina a příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka na louku.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Hopsej, skákej, balónku

Říkanka pro balónek.

Hopsej, skákej, balónku,

nepustím tě na louku.

Máš moc lehký kabátek,

nepřilétl bys nazpátek.

Někdo by tě píchl,

praskl bys a vzdychl.

Každý si nafoukne balónek a snaží se ho udržet odbíjením rukama (nohama, hlavou, ramenem, loktem apod.) co nejdéle ve vzduchu.

Obměny: Děti si mezi sebou mohou balónek házet, pinkat, kopat.

6.9 Příprava 9

Téma měsíce: „Jaro ťuká,,

Téma týdne: „Velikonoce“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Privítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí

Hygiena a svačina.

Pohybová činnost – padák

Barvení vajíček

Viz kapitola 5.2

Hygiena, příprava na pobyt venku.

Příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení.

Pobyt venku

Vycházka do lesa.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Honička dvojic

Jedná se o hru pro dvojice hráčů, kteří by měli být zhruba stejně vysocí. Dvojice se drží za ruce a nesmějí se během hry rozdělit. Honící dvojice je viditelně označena. Jakmile dvojice předá babu jiné dvojici, předá i označení.

6.10 Příprava 10

Téma měsíce: „Jaro ťuká“

Téma týdne: „Velikonoce“

Otevírání MŠ

Ranní scházení dětí, spontánní hry dětí.

Ranní hry

Přivítání dětí, nabídnout hry, nebo je nechat hrát si s hračkami dle jejich výběru, volné hry dětí

Pohybová hra - Kvočna hledá hnízdo

Cíl: Rozvoj rychlosti, pohotovosti, pozornosti, ohleduplnosti.

Organizace: V tělocvičně, v herně.

Motivace: Každá kvočna má své hnízdo, ale my tu máme o jedno hnízdo méně, takže musíte dávat pozor a co nejrychleji se snažit najít jiné hnízdo.

Pomůcky: Obruče (o jednu méně než je dětí).

Postup: Po herně rozmístíme obruče, o jednu méně než je dětí, každá obruč je hnízdo pro jednu kvočnu, dítě, které obruč nemá je hledající kvočna. Když zvolá: *Kde je moje hnízdo?*, děti vyběhnou ze své obruče a hledají jinou prázdnou. Kdo zůstane bez domečku, je hledající kvočna a hra se opakuje.

Hygiena a svačina.

Řízená činnost – pohádka

Cíl: Procvičení sluchové snímání, rozvoj pozornosti a fantazie při dokončení příběhu.

Organizace: V herně.

Motivace: Pohádka – Proč ovečky nosí zvoneček?

Pomůcky: Dva zvonečky, rolničky a šátky.

Postup:

Proč ovečky nosí zvoneček

Byla jedna ovečka a jeden beránek. Oba se velice těšili na jaro, až budou mít jehňátko. Když se jehňátko narodilo, nastaly mamince ovečce a tatínkovi beránkovi veliké starosti. Jehňátko bylo totiž hodně neposedné, zvědavé a všetečné. Všude lezlo, všechno ochutnávalo a často se toulalo.

1. Neposlušné jehňátko

Děti budou představovat neposedného beránka. Budou reagovat na pokyny paní učitelky. Beránek se rozeběhnul po louce (běh). Na louce jsou díry, které musí

přeskočit, aby do nich nespádli (skoky snožmo). Vběhnul do roští a musí se přikrčit, aby prošel (chůze ve dřepu). Za roštím je les a najednou beránek něco slyší (pomalá chůze po špičkách). Báł se a radši utekl pryč.

Ovečka a beránek si lámali hlavu, jak to udělat, aby se jim jehňátko nakonec neztratilo. Na louce jehňátko stále hlídali, pořád se po něm ohlíželi, ale stačila chvilka nepozornosti a jehňátko hupky, dupky a už bylo v lese. Takové to bylo nerozumné jehňátko! Marně mu tatínek beránek domlouval, že může v lese zabloudit a už nenajde cestu domů. Marně mu maminka ovečka vyprávěla, že ho mohou chytit v lese vlci. Jednou chodil ustaraný beránek po louce a stále přemýšlel, jak uhlídat neposlušné jehňátko.

2. Dokončení příběhu

„Děti, napadá vás něco, jak by maminka s tatínkem neposlušné jehňátko uhlídali?“

- Děti budou říkat své návrhy

„Tak pozorně poslouchejte, jak to tatínek beránek vymyslel“

Najednou uslyšel, jak zvoní na kostelní věži zvon. Hlas zvonu se daleko rozléhal, a tak beránka napadlo: „Dáme jehňátku na krk zvoneček, abychom stále slyšeli, kde chodí!“ A tak dostalo neposlušné jehňátko na krk zvoneček, aby se neztratilo. A druhý zvoneček dostala na krk i maminka ovečka, aby neposedné jehňátko slyšelo, kde se jeho maminka právě pase.

3. Ovečka a jehňátko

Děti stojí v kruhu (jehňátka). Vybereme dvě děti (ovečky), které budou uprostřed kruhu a budou mít zavázané oči. Jedna ovečka dostane zvoneček a druhá rolničku. Potom dáme druhý zvoneček a rolničku vybraným jehňátkům. Jehňátka postupně zazvoní. Maminky ovečky musejí podle zvuku najít jehňátka.

Obměna hry: Ovečka hmatem poznává jehňátko nebo po hlase.

(E. Štanclová, 2016, s. 64)

Hygiena a příprava na pobyt venku.

– příprava na pobyt venku, oblékání a kontrola oblečení

Pobyt venku

Vycházka do lesa.

Pomůcky: Dopravní terč a vesty.

Pohybová hra – Škatulata, batulata, hýbejte se

Každé z dětí se drží jednoho stromu. Paní učitelka řekne: škatulata, batulata, hýbejte se a na její slova si všechny děti vymění místa a chytí se jiného stromu. Hra se opakuje.

6.11 Zhodnocení pohybového programu

Mateřská škola byla velmi vstřícná a dovolila mi zrealizovat na deset dní pohybový program s obsahem pohybových her zaměřených na příchod jara a Velikonoce. Aplikovala jsem tyto přípravy na dětech ve věkovém rozmezí 3-7 let. Zaměřila jsem se hlavně na pohybové hry a pohyb, který je v tomto období pro děti velmi důležitý.

Činnosti motivované jarem a Velikonocemi děti zaujaly. Navržené přípravy splnily cíle, které jsem si na začátku zadala. Ne vždy se podařilo přípravy zrealizovat tak, jak jsem si naplánovala. Jelikož jsem pracovala s dětmi věkově smíšenými, musela jsem některé činnosti přizpůsobit tak, aby vyhovovaly každé věkové skupině dětí. Např. u pohybové hry – předávání vajíčka, kdy děti byly rozdělené do družstev, bylo zapotřebí děti rozdělit tak, aby v každém družstvu byly jak starší děti, tak i děti mladší. Muselo se také dbát na to, aby děti dodržovaly určitá pravidla pohybových her, např. když šlo o hry, ve kterých se vypadává. Některé hry dětem činily určité potíže. Např. u pohybové hry – včelka, kdy děti vymýšlely jarní květiny a vytleskávaly počet slabik, což starší děti zvládaly velmi dobře, ale mladším to dělalo veliké problémy. Během těchto výstupů se mi nejvíce osvědčily hry, které byly dobře motivované. Děti hlavně upoutaly pohybové hry, které neznaly, anebo s využitím netradičních pomůcek jako např. padák nebo balónky.

Zvolené přípravy se osvědčily jako vhodné aplikovat do mateřské školy u dětí věkově smíšených. Některé pohybové hry děti zaujaly natolik, že je chtěly opakovat, což beru jako zpětnou vazbu, že dětem se hry líbily a bavily je.

6.12 Návrh řešení

Jelikož jsem pracovala se skupinou dětí věkově smíšených od 3 do 7 let, musí se pohybové hry a činnosti těmto dětem přizpůsobit. Paní učitelky proto musí plánovat vzdělávací činnost tak, aby obsahovala možnosti různých variantních postupů. Tato práce je složitější, než když se pohybové hry a činnosti zaměřují pro určitou věkovou skupinu dětí. Pokud by to šlo, navrhovala bych děti rozdělit do jednotlivých tříd co nejrovnoměrněji z hlediska věkových skupin. Mateřská škola, ve které jsem realizovala pohybový program s obsahem pohybových her, tuto možnost využít nemůže, jelikož má pouze jednu třídu. V tomto případě bych řešila situaci tak, aby si paní učitelky děti rozdělily podle věkových skupin (mladší a starší děti) a vždy jedna učitelka pracovala s danou skupinou. Také by byla možnost u některých her, které probíhají ve skupinách, rozdělit děti tak, aby obě skupiny byly věkově vyrovnané. Uplatňovala bych především individuální a skupinové formy práce s dětmi, kde bychom také mohli umožnit mladším dětem pozorovat a napodobovat děti starší při různých činnostech a tím motivovat jejich zájem.

7 Závěr

Cílem bakalářské práce je poukázat na to, jak je hra v životě dítěte důležitá a sestavení návrhu, realizace a zhodnocení pohybového programu v konkrétní mateřské škole.

Dalším cílem je vytvoření zásobníku pohybových her pro děti předškolního věku. Práci jsem zaměřila na některé významné události během roku. Snažila jsem se zvolit takové pohybové hry, aby byly pro děti zajímavé a netradiční. Zásobník pohybových her obsahuje podrobně popsané hry k danému tématu. Slouží k využití do mateřských škol k různým událostem a svátkům během roku.

Přínosem bakalářské práce je vytvoření pohybového programu s obsahem pohybových her, které lze propojit i s jinými činnostmi, které na dané téma navazují (výtvarné činnosti, hudební činnosti, atd.). Myslím si, že navržený program s obsahem pohybových her s jarní tematikou splnil stanovené cíle a je vhodný k využití v mateřských školách pro děti od 3 do 7 let. Pohybový program je přínosem a inspirací učitelkám v období jara a Velikonoc. Realizace pohybového programu je popsána od jeho počátku až po jeho ukončení. Zvoleny jsou hry, které se uskutečňují uvnitř, i hry, které se odehrávají v přírodě. Mateřská škola, ve které jsem realizovala předem připravené přípravy na téma příchod jara a Velikonoce, je jednotřídní a pro děti věkově smíšené. Výhodou této mateřské školy je, že pohybové aktivity mohly být realizovány uvnitř v herně, v přírodě nebo i na hřišti. Během deseti dní jsem realizovala vypracované přípravy na 25 dětech ve věku od 3 do 7 let.

8 Seznam použitých zdrojů

- ČINČERA, Jan, 2007. *Práce s hrou pro profesionály*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1974-0.
- DOSTÁL, Antonín Maria, OPRAVILOVÁ, Eva, 1985. *Úvod Do Předškolní Pedagogiky*. 1. vyd. Praha: Stát. ped. nakl. ISBN
- DVOŘÁKOVÁ, Hana, 2002. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-693-4.
- DVOŘÁKOVÁ, Hana, 2001. *Sportujeme s nejmenšími dětmi*. 1. vyd. Praha: Olympia. ISBN 80-7033-313-8.
- HORKÁ, Hana, SYSLOVÁ, Zora, 2011. *Studie v předškolní pedagogice*. 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5467-7.
- HURDOVÁ, Eva, 2014. *Hrajeme si s padákem*. Praha: Portál. ISBN: 978-80-262-0769-6.
- KREJČOVÁ, Věra, KARGEROVÁ, Jana, SYSLOVÁ, Zora, 2015. *Individualizace v mateřské škole*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0812-9.
- KOŤÁTKOVÁ, Soňa, 2005. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 80-247-0852-3.
- KOŤÁTKOVÁ, Soňa, 2008. *Dítě a mateřská škola*. 2. rozš. a aktual. vyd. Praha: Grada ISBN 978-80-247-1568-1.
- LANGMEIER, Josef, KREJČÍŘOVÁ, Dana, 2006. *Vývojová psychologie*. 2. aktual. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1284-0.
- MAZAL, Ferdinand, 2000. *Pohybové hry a hraní*. 1. vyd. Olomouc: Havex. ISBN 80-85783-29-0.
- MERTIN, Václav, GILLERNOVÁ, Ilona, 2010. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál. ISBN 978-807367-627-8.
- MIŠURCOVÁ, Věra, FIXL, Viktor, FIŠER, Jiří, 1980. *Hra a Hračka v životě Dítěte*. 1. vyd. ISBN
- OPRAVILOVÁ, Eva, GEBHARTOVÁ, Vladimíra, 2011. *Rok v mateřské škole*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-703-9.
- PRŮCHA, Jan, KAŤÁTKOVÁ, Soňa, 2013. *Předškolní pedagogika*. 1. vyd. Praha: Potál. ISBN 978-80-262-0495-4.

- PŘÍHODA, Václav. 1963. *Ontogeneze lidské psychiky: Vývoj člověka Do Patnácti Let*. 1. vyd. Praha: Stát. ped. nakl.
- SUCHÁNKOVÁ, Eliška, 2014. *Hra a její využití v předškolním vzdělávání*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0698-9.
- SVOBODOVÁ, Eva, 2010. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-774-9.
- VOLFOVÁ, Hana a Ilona KOLOVSKÁ, 2009. *Předškoláci v pohybu*. 1. vyd. Praha: Grada, ISBN 978-80-247-2748-6.
- VOLFOVÁ, Hana a Martina VOLFOVÁ. 2009. *Pohybové hry v netradiční dny*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3196-4.
- SMOLÍKOVÁ, K., 2006. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. [online]. [vid. 18. 3. 2017]. Dostupné z WWW: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVP_PV-2004.pdf