

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Fakulta tělesné kultury

Centrum kinantropologického výzkumu

Hana Popelková

III. ročník-prezenční studium

Obor: Učitelství pro mateřské školy

**POHYBOVÉ HRY JAKO SOCIALIZAČNÍ
PROSTŘEDEK U DĚTÍ V MATEŘSKÉ ŠKOLE**
Bakalářská práce

Vedoucí práce: Mgr. Erik Sigmund, Ph.D.,

Olomouc 2009

Prohlášení

„Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením vedoucího bakalářské práce a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.“

V Litovli 15. 3. 2009

.....

Poděkování

Ráda bych poděkovala Mgr. Eriku Sigmundovi, Ph.D., za pomoc při zpracování bakalářské práce, za poskytování odborných konzultací a za cenné rady.

Díky patří i všem učitelům a dětem z mateřských škol, kteří mi umožnili zpracování praktické části bakalářské práce.

Obsah

ÚVOD	6
1 TEORETICKÁ ČÁST	8
1.1 Pojem pohybová hra	8
1.1.1 Úvod do hry	8
1.1.2 Hra a její definice	9
1.1.3 Hraní a pohybová hra	9
1.1.4 Sportovní a pohybové hry	10
1.1.5 Pohybové hry vy vývoji lidstva	11
1.1.6 Rozdělení pohybových her	12
1.1.7 Výběr pohybové hry	13
1.1.8 Příprava pohybové hry	14
1.1.9 Realizace pohybové hry	15
1.1.10 Hodnocení pohybových her	16
1.2 Socializace dítěte	16
1.2.1 Co je socializace?	16
1.2.2 Socializace a dítě předškolního věku	16
1.3 Ontogeneze dítěte předškolního věku a hra	17
1.3.1 Lezení	18
1.3.2 Chůze	18
1.3.3 Běh	19
1.3.4 Skok	20
2 PRAKTICKÁ ČÁST	21
2.1 Seznámení, realizace, zhodnocení	21
2.1.1 Charakteristika třídy I.	21

	2.1.1.1 Pohybová hra „Brambora“	21
	2.1.1.2 Pohybová hra „Zrcadla“	22
	2.1.1.3 Pohybová hra „Veverky a kuny“	23
	2.1.1.4 Pohybová hra „Ne čertíky“	24
	2.1.1.5 Pohybová hra „Na barevná auta“	25
	2.1.2 Charakteristika třídy II.	26
	2.1.2.1 Pohybová hra „Na kočku a na myš“	26
	2.1.2.2 Pohybová hra „Koulovaná“	27
	2.1.2.3 Pohybová hra „Přehazovaná“	28
	2.1.2.4 Pohybová hra „Na rybáře“	29
	2.1.2.5 Pohybová hra „Obr a Paleček“	30
	2.1.2.6 Pohybová hra „Na třetího“	31
	2.1.2.7 Pohybová hra „Gordický uzel“	32
	2.1.2.8 Pohybová hra „Zvířecí hoňka“	33
	2.1.2.9 Pohybová hra „Čáp ztratil čepičku“	34
	2.1.2.10 Pohybová hra „Evoluce“	35
	2.2 Celkové hodnocení	36
3	ZÁVĚR	39
	SEZNAM LITERATURY	40

„Lidský duch vyzkouší každou hru, která se mu nabízí. Trvale se však prosadí jen ty hry, které zdravý lidský rozum uzná za účelové.“

R. Péterová

ÚVOD

Každý z nás se od raného dětství setkával s množstvím her, námětových, deskových, pohybových a jiných. Pomocí hry se učil novým dovednostem a schopnostem, jak třeba vycházet s lidmi kolem sebe. Málo kdo si pamatuje, jak těžké bylo ve třech letech se odloučit od našeho nejbližšího partnera maminky a zařadit se do skupinky stejně starých dětí a vycházet s nimi. Doposud jste si hráli povětšinu času sami a nikdo, kromě maminky do vaší hry nesměl vstupovat, a teď je tu tolik dětí. Při hrách s kostkami si každý staví svůj komín a nikdo nezasahuje do hry někoho jiného. Zásah do vaší hry nějakým jiným dítěte vyvolává bouřlivou reakci. Jak tedy se naučit vycházet s ostatními dětmi? Pro spoustu dětí ne, malý problém. Pohybové hry, jakožto nenásilný prostředek k socializaci? Ano. Pamatujete si první hry s maminkou? Je jich tolik. Paci, paci pacičky, šiju boty do roboty a jiné. Jak bezprostředně s vámi člověk pomocí těchto her dokázal navázat kontakt. V mateřské škole mezi první hry, které jste hráli, bylo jistě Kolo, kolo mlýnské a jak obtížné pro někoho bylo už jen to, chytout se kamaráda za ruku. Spousta dětí se chytne už jen z toho důvodu, že to vidí u druhých. Jiní se podívají, a když zjistí, že to nic není, zapojí se do další hry. A tak navazují první kontakty se svými vrstevníky a okolím.

Má práce je členěná na dvě hlavní - teoretickou a praktickou.

Cílem první části je vymezení pojmu pohybové hry a socializace. Význam pohybových her v životě dětí. Rozdělení pohybových her a stručná analýza současných pohybových her.

Praktickou část tvoří výběr několika pohybových her pro děti předškolního věku realizovaných v různých mateřských školách s různými dětmi. Při výběru pohybových her byly respektovány věkové zvláštnosti dětí a vybíraly se především takové pohybové hry, které budou pro děti zajímavé a obohatí jim každodenní život v mateřské škole a třeba i mimo ní. V rámci socializace byla snaha zařadit hry

komunikativní a kontaktní, protože si myslím, že děti v dnešní uspěchané době se mají strach dotýkat svých vrstevníků a pokud již k nějakému kontaktu dojde, bývá z části agresivního původu. Komunikativní z toho důvodu, protože přibývá dětí s vadami řeči a verbálním projevem se řeč rozvíjí a učí se komunikovat se svým okolím.

Hlavním cílem předkládané práce je vytvořit didaktickou pomůcku sestavenou z ověřených pohybových her pro děti v předškolním věku. Při výběru pohybových her bude kladen důraz na jejich nenáročnost na pomůcky a prostředí, jednoduchost pravidel, variabilitu vzhledem k somatické a pohybové vyspělosti dětí a bezpečnost. Tyhle hry detailně popsat, uvést nákres, obměny a úskalí.

1 TEORETICKÁ ČÁST

1.1 *Pojem Pohybová hra*

1.1.1 Úvod do hry

Hra je součástí kultury od počátku dějin lidstva. Provází člověka celý život a naplňuje nejen jeho dětství, ale také mládí i stáří.

Už jste si někdy uvědomili, jak často používáte slovo „hra“ a co vlastně tímto slůvkem označujete? Je hra a pohybová hra totéž? Co vše můžeme označit jako hru? Termín, zvaný hra, trpí významovou mnohostranností a neurčitostí. Za hru je vydáváno obrovské množství činností, ať už jsou si podobny či nepodobny, ať hrály v lidském vývoji více či méně významnou roli, ať je jejich národní či etnický původ jakýkoli.

Dříve než vymezíme pojem pohybová hra si musíme uvědomit, že nelze dělat rovnítko mezi hrou a pohybovou hrou – pokud nám jde samozřejmě o přesnost označování a rozlišování různých jevů a činností.

Podstatu hry hledalo mnoho významných myslitelů, kteří se jí zabývali, každý ji však nacházel v něčem jiném. Žádná ze známých teorií není nepravdivá, každá je však jednostranná a zaměřuje svou pozornost pouze na určité rysy hry - ať už z hlediska sociologie, biologie, psychologie, filozofie či jiných oborů.

Co je na hře tak tajemného, že ji tolik moudrých lidí nebylo schopno definovat či charakterizovat tak, aby to nejen vyvolalo všeobecný souhlas, ale aby se to mohlo stát východiskem dalších analýz? Domníváme se, že příčiny těchto potíží vyplývají z několika skutečností.

Je to především významová mnohostrannost, neurčitost jevu a vnitřní postoj hráče (Mazal, 1990).

1.1.2 Hra a její definice

Zeptáme-li se lidí okolo sebe, co chápou pod pojmem hra, získáme různé odpovědi. Hra je relaxace, zábava, radost, odreagování, spontánnost, soutěž, zkrácení volné chvíle apod. Mohli bychom jmenovat soustavu dalších názorů, které se lidem vybaví při vyřčení pojmu „hra“. V 99 % všech ohlasů se lidem vybaví něco pozitivního a něco spojeného s aktivním pohybem. Je to ovšem vždycky tak? Hra v životě člověka zaujímá významné místo. Ale uvědomujeme si to? Nebo pouze v období dětství a dospívání cítíme důležitost hry a potom se tento pocit vytrácí? (Mazal, 2007).

Hra prostupuje celým životem člověka od počátku, až do jeho konce. Hrou řešíme konflikty, ve hře probíhá socializace v úrovni silné prožitkovosti a mění osobnost jedince, tak že si to ani neuvědomuje (Mazal, 2007).

Souhlasný názor mnohých vědců říká, že hra je v podstatě sama o sobě svobodnou činností s předem vymezenými pravidly. Pravidla určují hranice, která znamenají konec prostoru, ve kterém se hráči svobodně pohybují a tvoří činností samostatnou konkrétní hru (Mazal, 2007).

Ve většině her jsou dovoleny přeměny, které v životě neexistují. Smí se odmítat, souhlasit, prchat i honit, přesvědčovat a podobně. Ve hře si každý mění svoji taktiku tak, aby si zajistil ve hře úspěch. Podvádění je typickým příkladem taktické přeměny. Hra je sférou svobodně zvoleného jednání, zahrnuje testování, imitování, vyšetřování, konstruování apod. (Mazal, 2007).

1.1.3 Hraní a pohybová hra

Pod pojmem hraní rozumíme záměrnou pohybovou aktivitu jednoho či více lidí, v prostoru a čase, bez složitých pravidel. Hraní nemá obecně platná pravidla. Je charakterizováno vysokou motivací k činnosti, napětím a uplatněním získaných dovedností. V průběhu hraní můžeme spolupracovat i soutěžit.

Pohybové hry můžeme chápat jako pohybovou aktivitu, která nám přináší radost, pohodu, uspokojení a motivuje nás jako účastníky této aktivity. Hry jsou

využívány jak ve školní tělesné výchově, sportovním tréninku, tak i rekreačních aktivitách. Je-li v pohybové hře používán společný předmět (stuha, kruh, míč), je nutné ovládat nezbytnou úroveň dovedností (Mišurcová, Fišer, Fixl, 1989).

Pohybová hra má také cíl a obsah. Musí se někde konat a trvat určitou dobu. Z toho vyplývá, že má určité pravidla, která si před hrou domluví účastníci hry. Pravidla, která vymezí to, co se smí a nesmí. Kdo si chce hrát, musí předem vědět kdy, kde a za jakých podmínek (Mazal, 2007).

1.1.4 Sportovní a pohybové hry

Čím se od sebe liší sportovní a pohybové hry? Bylo zjištěno, že výkon v pohybových nebo sportovních hrách podobného charakteru je z hlediska zatížení hráčů stejný a že sportovní hry mají s pohybovými hrami nejen společně některé rysy, ale i hodnoty zatížení (Mazal, 2007).

Hlavní rozdíl bychom viděli v tom, že hráči v pohybové hře nejde o vítězství, ale především o prožitek. Pro hráče ve sportovní hře je hlavním cílem vítězství. Dále každá sportovní disciplína má mezinárodně platná a dlouhodoběji neměnná či obtížně měnitelná pravidla. V tom se zásadně liší od pohybových her (Mazal, 2007).

Pohybová hra je jako každá pohybová aktivita zdrojem citů a emocí. Pocity radosti a prožitku jej potom motivuje k zopakování činnosti a tím prožití přítomného. Pocity, které každý z nás prožívá v pohybové hře, se nedají vyjádřit ani jinak zachytit. Každý člověk prožívá stejnou herní situaci jinak, rozdílně. Současně všichni spoluhráči vědí, že se nic nestane, pokud prohrají.

Hra je všeobecně využívána jako pedagogický prostředek ve skupinách dětí předškolního a školního věku, mládeže a dospělých. Ve sportu jsou platná mezinárodně uznávaná pravidla, jež jsou dodržována vždy a všude. Pohybová hra má pravidla proměnlivá- dají se podle potřeb měnit.

1.1.5 Pohybové hry ve vývoji lidstva

1.1.5.1 Pohybové hry v prvobytně pospolné společnosti

Proces vzniku, vývinu a utváření člověka jako společenského a biologického tvora trval několik miliónů let. Poznání toho to období vyplívá především z archeologických nálezů a kreseb znázorněných na stěnách jeskyň. Předpokládá se, že již pračlověk používal oštěp nejprve k přípravě na boj, tudíž ke hře.

V době kamenné si člověk dnešního typu *Homo sapiens sapiens* hrál s lukem, bobulemi, které používal jako náboje, ale tu nešlo především o výhru, ale o náboženskou kulturu. V tomto období se zdůrazňuje, že hry dětí měli jádro v napodobování běžných činností a připravovaly je na budoucí práci (Rovný, Kabáčová, & Granec, 1988).

1.1.5.2 Pohybové hry v třídní společnosti

Otrokářská společnost

V této době už znaly hry podobné dnešnímu pólu na koních, hokeji a kriketu. Tyto hry měly především bojový charakter a jejich spisy se nezachovaly. V Číně měli hry původně branou funkci, až časem se staly lidovými hrami. Dětské hry měly zábavnou a zdravotní funkci (Rovný, Kabáčová, & Granec, 1988).

Staří Japonci se zaměřovali na zdravotní a slavnostní hry. Z chlapeckých her byla nejznámější kopací hra a hra podobná dnešnímu hokeji, z dívčích her hra podobná dnešnímu badmintonu (Rovný, Kabáčová, & Granec, 1988).

Nejvíce konkrétních poznatků o hře v tomto období uchovali starověcí Řekové a Římané. Pohybovou hru uplatňovali ve výchově dětí, v pohybové kultuře mládeže, v zábavě a posilnění zdraví, ale i ve vojenské přípravě.

Feudální společnost

V tomto období šlechta odmítala pohyb a označovala jej za zbytečný. Děti měly největší příležitost ke hře při pracích na poli a při pasení dobytka. Honičky, vybíjecí hry, skákové hry často spojené s říkadly tvořily jádro jejich her.

Humanismus a renesance přinesly významné změny ve všech oblastech života, a tedy i v rozvoji hry. Objevilo se mnoho nových i starých her.

Podle antických vzorů se hra stala společenskou přehlídkou. Lidé nacházely ve hře únik z každodenního života a děti prostor pro rozvoj pohybových schopností, emoční vyžití a rozvoj zručnosti (Olivová, 1979).

Kapitalistická společnost

Mnozí naši myslitelé měli pozitivní vztah k dětské hře a k harmonické výchově dětí. O hrách dětí se dozvídáme například z knih B. Němcové a dalších. V Čechách vznikl Spolek pro pěstování her české mládeže (Rovný, Kabáčová, & Granec, 1988).

Socialistická společnost

Pohybová hra v socialistické společnosti se stává pokrokovou. Hry se uplatňují jako základní prostředek výchovy dětí v rodině, jeslích, mateřské škole a na prvním stupni základních škol (Rovný, Kabáčová, & Granec, 1988).

1.1.6 Rozdělení pohybových her

Neexistuje striktní rozdělení pohybových her. Každý autor (Rovný & Krestovská, 1988) používá své vlastní.

Rovný, Kabáčová a Granec (1985) rozdělují pohybové hry do dvanácti skupin: honící, skákové, přenášečské, zaháněcí, přihrávací, odrážecí, trefovací, pálkové, pasovací, překážkové, orientační a branné.

Juklíčková-Krestovská (1989) rozděluje pohybové hry na hry s obsahem lokomočních cvičení, hry s obsahem manipulačních cvičení, hry s náměty branné a dopravní výchovy a hry se specifickým zaměřením.

Pohybové hry se dají dělit z několika hledisek. Podle počtu osob na hry ve dvojicích, ve skupinách, či hromadně. Podle místa například venku, ve třídě, ve vodě a jinde. Podle ročního období na jarní, letní, zimní a podzimní hry. Podle pohlaví účastníků na dívčí a chlapecké. Tohle rozdělení se, ale v dnešní době nepoužívá. Dále se hry mohou dělit na hry s říkadly, či bez nich. Na hry manipulační a jiné. Rozdělení pohybových her je mnoho a mnoho (Juklíčková-Krestovská, 1985; Rovný, Kabáčová, & Granec, 1985).

1.1.7 Výběr pohybových her

Jak vybrat správnou pohybovou hru, aby se dětem líbila a zároveň rozvíjela u dětí jejich pohybové dovednosti? Bohužel neexistuje žádný návod, jak takovou hru vybrat. Každé dítě je úplně jiné a jejich fyzické a psychické dovednosti mohou být na různé stupnici vyspělosti.

Nízké požadavky nevedou k optimálnímu rozvoji dětí, neuspokojují je, nepřinášejí ani zdravotní, ani pedagogický efekt. Pro děti je velmi primitivní hra nezábavná a může u ní dojít k nějakému úrazu. Jiné hry volíme pro děti tříleté a jiné pro děti předškolního věku (Rovný, Kabáčová, & Granec, 1988).

Při volbě pohybové hry je především důležitá připravenost učitelky. Její znalosti o hře zcela ovlivňují výběr i realizaci hry. Není až tak důležité znát mnoho pohybových her, ale mnohem důležitější je umět ty hry prezentovat dětem a umět je obměnit podle potřeby a situace.

Pohybovou hru vybíráme systematicky v návaznosti na předcházející činnost a záměry vzhledem k budoucím potřebám dětí. Výběr pohybové hry je ovlivněn i cílem, záměry učitelky i částí dne, kdy má být pohybová hra realizována. Při výběru pohybové hry musíme prát v úvahu úroveň schopností dětí a jejich předpokládané reakce. Dále musíme zvážit přiměřenost hry vzhledem k prostředí,

počtu dětí, náčiní a bezpečnosti. Velmi důležitá je vhodná motivace, ta by neměla klesnout pod úroveň, kdy se děti na hru přestanou těšit (Mazal, 1991).

V souladu se Sigmundem (2007) ukázkově vybírám několik doporučení ke správnému výběru pohybových her:

Přiměřenost: Hra by měla být přiměřená věku, schopnostem, počtu, hernímu prostoru a podmínkám pro hru.

Návaznost: Pohybová hra musí navazovat na předchozí činnost.

Jednoduchost: Pohybová hra s menším počtem pravidel a pomůcek je znakem jednoduchosti. Děti si hru rychleji osvojí a zapamatují.

Rychlost: Základem úspěchu pohybové hry je rychlost a názornost uvedení. Proto hru představujte již ve tvaru, v jakém budete hru hrát (kruh-hry s padákem).

Obměnitelnost: Obměněním stálých pravidel ve známé hře může být pro děti zajímavější, než například jiná nová hra. Můžete si například zahrát fotbal jako pejsci s pohybem po všech čtyřech. Hru Obr a Paleček můžete změnit vyměněním podávaných pomůcek, například za vařečku a plastový hrníček.

1.1.8 Příprava pohybové hry

Po výběru vhodné pohybové hry je ze strany učitelky nutná příprava na hru. Příprava se týká především vhodného prostoru, materiálu pro hru a zejména přípravy žáků. Děti na hru motivujeme předešlou hrou nebo prováděnou činností. Vymezení prostoru pro hru je velmi jednoduché, avšak občas se stane, že učitelka zapomene a děti se mohou lehko zranit. Učitelka by měla jasně vymežit prostor pro hru a odstranit nebezpečné předměty, o které by se děti mohly zranit. Pokud je potřeba při hře nějaké náčiní, měla by si jej učitelka předem připravit a uložit v její blízkosti, aby jej mohla ihned použít. U míčů je nutné zvážit jejich hmotnost a velikost vzhledem k činnosti, kterou děti budou provádět. Nevhodné míče často působí bolest nebo neumožní přehození určitého prostoru. (Mazal, 1990).

1.1.9 Realizace pohybové hry

Každá učitelka v mateřské škole ví, že pohybová hra je velmi oblíbenou činností u dětí. Lze ji zařadit kdykoliv během dne, do všech činností. Dopoledne volíme hry dynamičtější s větším zatížením, odpoledne spíše hry klidnějšího charakteru. Každou pohybovou hru by měla učitelka nějak uvést. Velmi vhodným prvkem je motivace na předešlou činnost. Motivací přejde k vysvětlení pravidel. „Děti mají rády jasná a jednoduchá pravidla, která chápou jako určitým způsobem vymezené hranice hry.“ (Mazal & Chlopková, 1994,12).

Názorný příklad, ukázka a jasné vymezení toho, co se nesmí, určí rámec činností, v němž děti pohybovou hru vykonávají. Pokud děti pravidla nepochopí, stává se hra nefunkční a hru zastavíme a dotazy zjistíme, kdo hře nerozumí. Pochopení hry všemi dětmi je bezpodmínečně nutné pro hladký průběh hry.

Pokud si hra žádá rozdělení dětí do skupin, rozdělujeme děti tak, aby byly skupiny stejné nejen početně, ale také výkonnostně. Vyrovnanost dětí zvyšuje motivaci i zapojení všech dětí do hry. Jestliže zařadíme hru se slovním doprovodem, písničkou apod., učíme děti slova již před realizací hry.

Povelem učitelky hra začíná. Učitelka sleduje průběh hry, dodržování pravidel, chování žáků a dodržování bezpečnosti při hře. (Mazal, 1994).

1.1.10 Hodnocení pohybové hry

Hodnocení dětí i hry děti uspokojuje a motivuje k další hře. Hodnocení kolektivu i jednotlivce má pro děti velký význam. I když dítě nebylo ve hře úspěšné, nemusíme jej napomínat či negativně hodnotit. Zcela stačí doporučení, jak se příště ve hře zlepšit s motivací do budoucna.

„Nikdy nezapomeň pochválit. Najdi si vždy důvod, maličkost, proč pochválit zvláště ty, kterým se hra příliš nepovedla“ (Sigmund, 2007, 43).

1.2 Socializace dítěte

1.2.1 Co je socializace?

Je to sociologický pojem, který označuje proces, během kterého se jedinec začleňuje do společnosti. Probíhá-li socializace úspěšně, individuum má v sobě zakotveny sociální normy, hodnoty, vystupování, ale také i sociální role svého společenského a kulturního okolí. (Wikipedie, 16. 2. 2009).

Socializace je procesem, který propojuje každého jedince se společností. (Havlík & Kořa, 2002).

1.2.2 Socializace a dítě předškolního věku

První známky socializace dítěte je utváření vědomí vlastní identity, utváření svého „Já.“ Pojem „já“ a „ty“ začíná užívat asi až od dvou let. Postupně se učí chápat, že i druzí mají své „já“, vědomí a potřeby, které jsou jiné než ty jeho. (Havlík & Kořa, 2002).

První socializace dítěte je s matkou, představitelkou sociálního světa. Tím si vytváří i vztah k sobě, a to nejprve v pocitu „my“ (spolu s matkou). Základní podmínkou zdravé socializace je časné vytvoření trvalých vztahů s jinými lidmi, především s matkou.

Malé dítě si nejdříve hraje samo i ve společnosti jiných dětí, nevšímá si jich. Postupem času dítě začne napodobovat ostatní, ale nesnaží se zapojit do jejich činnosti. Kolem tří let se dítě začíná více zapojovat do kolektivních her, ale ještě dělá to, co jej napadne. Okolo čtyř let se začíná zapojovat do kolektivní hry, ve které je nutná spolupráce. (Nakonečný, 2000).

Průběh socializace u dětí předškolního věku, by měl probíhat nenásilně a především formou hry.

Hra jako cesta k lidem

Na dětskou hru můžeme pohlížet z několika hledisek. Je nesporné, že hrou se rozvíjí všechny složky vývoje. Pohybové schopnosti, obratnost, zručnost, citové reakce, charakter, morálka a spousta dalších. Hra je příjemná sama o sobě a dítě uspokojuje.

Hra je hlavní náplní dětství, její účastníci v ní žijí intenzivním životem. Ke hře dítě ochotně přijímá další účastníky, kteří ji obohacují. Charakter hry se během předškolních let výrazně mění. Od her individuálních ke hrám kolektivním

a kooperativním. V počátcích převládají hry, kde se dítě zapojuje jako jednotlivec, postupně se učí zapojovat do jednoduchých kolektivních her, které časem dospějí k hrám s kooperací. Kooperace v dětském věku se později přenáší do společného soužití i s lidmi v jeho okolí. Čím lepší je kooperace v předškolním věku, tím menší problémy má jedinec později v začlenění do společnosti. (Jirásek, Vančurová, Havlíková, 1990).

1.3 Ontogeneze dítěte předškolního věku a hra

Položme si otázku: „Je dítě ve třech letech dostatečně vybaveno k pohybové hře?“ Domníváme se, že určitě ano. Postupné zvolňování tempa vývoje dítěte umožňuje, aby se organismus dítěte upevnil jako celek a aby se zdokonalila činnost jednotlivých orgánů. Dítě ve třech letech projevuje neobyčejně velký zájem o pohyb. Lze říci, že pohyb je potřebný pro všestranný rozvoj dítěte, které je schopno všech základních lokomočních pohybů. Dítě umí běhat, skákat, poskakovat snožmo, stát na jedné noze, manipulovat s jednoduchými předměty atd. Ve čtyřech letech se koordinace pohybu zlepšuje. Velký význam má příklad, vzor. Děti se snaží napodobit rodiče, učitelku, postavy z pohádek apod. Proto je v tomto období velmi důležitá motivace. (Mazal, Chlopková, 1994).

Vývoj dítěte můžeme ovlivnit, ale nemůžeme změnit posloupnost vývojových etap. Každá pohybová dovednost se rozvíjí v určitém vývojovém stádiu. Každé dítě má vlastní tempo vývoje, proto není vhodné porovnávat úroveň pohybových dovedností dětí předškolního věku. Sledujeme, zda vývoj dítěte se nějak posunuje dopředu a zda se neprojevuje výrazné zaostávání vůči vrstevníkům.

Celkový vývoj organismu je průběžný. Zralost nervového systému, osifikace kostí, funkce vnitřních orgánů i růst svalové hmoty souvisí s možnostmi rozvíjení pohybu dítěte. Při vedení pohybových her a cvičení musíme respektovat vyvíjející organismus, jinak můžeme dítěti uškodit. Dostatečný prostor pro spontánní pohyb podporuje funkci vnitřních orgánů, a tím i růst a vývoj dětského organismu.

Vývoj jedince se postupně zpomaluje. V prenatálním období probíhají vývojové změny velmi rychle. V období od jednoho do tří let dítě roste pomaleji, mění se proporce těla, prodlužují se dolní končetiny, jejich svalstvo není ještě

dostatečně vyvinuté a to má vliv na charakter dětské chůze. V následujícím období od tří do šesti let pokračuje osifikace kostí a vazivová pouzdra nejsou ještě dostatečně pevná. Tudíž není vhodné přetěžování zápěstí v prostém visu nebo posilování ve vzporu. Dále se nedoporučuje lezení po tvrdé podložce, kdy jsou kolenní klouby ohroženy nárazy. S měnícími se proporcemi končetin, hlavy a trupu, spolu s růstem svalové hmoty se posouvá těžiště celého těla a to ovlivňuje i způsob pohybu. Dítě se postupně učí své rostoucí tělo ovládat. Pedagog by se měl především zaměřit jednak na rozvíjení přirozených pohybů a na vytvoření dostatečného prostoru pro spontánní pohyb a také na posilování pohybových návyků pro správné držení těla a dýchání. Nevyvážené zatěžování jednotlivých svalových skupin a nesprávné pohybové návyky mohou být příčinou odchylek v držení těla.

„Každý, kdo vychovává dítě předškolního věku, by měl znát nejen základní specifika předškolního věku, ale i podstatu a vývoj pohybu“ (Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1998, 22).

1.3.1 Lezení

Lezení patří mezi první pohyby, kdy se dítě dostává z místa na místo. Je to komplexní pohyb celého těla, který zaměstnává všechny svalové oblasti a orgány. Mezi jedním a dvěma roky zvládá dítě lezení po kolenou na rovině, na šikmé ploše i po schodech. S postupným zdokonalováním chůze se stává pouze doplňujícím způsobem přemísťování z místa na místo. Tříleté dítě již zvládá lézt ve vzporu dřepmo, umí se plazit po břiše pod překážkou. Kolem čtvrtého roku se umí dítě plazit pod překážkou i po zádech, dokáže vystupovat po žebříku nahoru i dolů a dokáže se plazit po lavičce v lehu na břiše pomocí přitahování rukama. Pět až šestileté dítě umí lézt ve vzporu dřepmo s obměnami-vpřed i vzad, stranou a to nejen po rovině, ale i na šikmé ploše a mezi překážkami.

1.3.2 Chůze

Okolo jednoho roku dítě začíná samo dělat první krůčky. Nejprve s přidržováním za obě ruce později za jednu ruku. Odkazy... Příhoda nebo Matějček

Mezi jedním až dvěma lety dítě zvládá stát a samostatně chodit. Z počátku jsou kroky nejisté, ale časem se stává chůze uspořádanější. Ve dvou letech dítě chodit samo i po schodech, ale pouze s přísunem druhé nohy. Začíná napodobovat pohyby taneční a zkouší chodit po špičkách.

Mezi druhým a třetím rokem se chůze zdokonaluje. Dítě zdolává chůzi do schodů se střídáním nohou, dolů chodí ještě přísunem jedné nohy.

Tříleté dítě chodí samostatně v rovině i mírně nerovném terénu, začíná se orientovat sám v prostoru. Chodí mezi překážkami a bez větších problémů překračuje překážky.

Mezi čtyř až pěti lety se stává chůze plynulejší a zlepšuje se koordinace pohybů. Dítě zvládne měnit rychlost chůze, bez problémů se pohybuje na zemi i na vyvýšené ploše, plynule překračuje překážky. Potíže mu činí chůze v daném rytmu.

Na konci předškolního období dítě zvládá různé druhy chůze, plynule se pohybuje mezi i přes překážky, dokáže pohotově střídat různé druhy chůze a zvládá chůzi v útvarech.

1.3.3 Běh

Běh mám mnoho shodných rysů s chůzí. V období dvou let dítě začíná běhat, není však schopno vědomě regulovat a měnit tempo běhu, obtíže mu dělá zastavení na povel, zatáčení a změny směru. (Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1998).

Běh se rozvíjí po celé předškolní období. Kolem tří let dítě zvládá letovou fázi běhu, není však schopno vědomě kontrolovat vlastní tělo. Dítě zvládá přeběhy k určité metě, umí střídat běh a chůzi.

Kolem čtvrtého až pátého roku se technika běhu zlepšuje, dítě má lepší rovnováhu a jistotu pohybu. Zvládá běh ve dvojicích a postupně i v různých útvarech.

Koncem předškolního období se dítě zdokonaluje v technice běhu. Pohotově reaguje na změny, běhá s jistotou v přírodním terénu. Zvládá rozlišit druhy běhu- rychlostní, vytrvalostní, taneční.

1.3.4 Skok

Skok je přirozený pohyb, kterým se překonává výška, hloubka nebo vzdálenost. Skoky posilují především svalstvo dolních končetin a také funkci vnitřních orgánů. Ve skoku rozlišujeme čtyři fáze: přípravnou, odraz, let a doskok.

Děti do tří let rády poskakují, zpočátku s pomocí dospělých. Překážky zatím sami nepřeskakují, nemají ten správný odhad. Nízké překážky zdolávají pomocí dospělého.

Tříleté dítě se dokáže odrazit snožmo, avšak pohyb nedokáže koordinovat. Pokouší se o poskoky na jedné noze.

Mezi třetím a čtvrtým rokem je u dětí vidět velký pokrok v rozvoji skoků. Méně obtížné je pro dítě skok do dálky než skok do výšky. Dítě začíná poskakovat po jedné noze.

Kolem čtvrtého až pátého roku dítě zvládne poskoky a skoky snožmo na místě i z místa i přes nízké překážky. Pokouší se o rytmické poskoky a skoky, dokáže skákat na jedné noze. Chlapci dokáží skákat déle a výše než dívky.

Na konci předškolního období začíná dítě zvládat všechny fáze skoku. Dokáže skákat s obměnami, na místě i z místa. Snaží se vědomě koordinovat pohyb skoku.

2 Praktická část- Zpracování a ověření různých pohybových her

2.1 Seznámení s hrou, realizace, zhodnocení

2.1.1 Charakteristika třídy I.

Věková kategorie dětí: 3-6 let

Charakteristika třídy: Ve třídě je 22 dětí (12 děvčat a 10 chlapců). Jeden chlapec má diagnózu dětského autismu a jedna dívka lehké mentální retardace. Kromě těchto dvou dětí se ve třídě vyskytuje ještě jeden chlapec s hyperaktivním chováním a poruchou pozornosti.

2.1.1.1 Pohybová hra „Brambora“

Typ hry: pohybová hra s textem

Pomůcky: žádné

Místo: třída, tělocvična

Věková kategorie: od 2 let

Organizace:

Děti jsou rozmístěny volně po ploše.

Popis hry:

Děti sedí v sedu na patách před paní učitelkou. Říkají říkanku a současně provádí jednoduché pohyby. Učitelka hraje hru s dětmi.

Říkanka:

Koulela se ze dvora,
takhle velká brambora.
Neviděla,
neslyšela,
spadla na ni závora.

Kam se koukáš, závoro?

Na tebe ty bramboro!

Kdyby tudy projel vlak,

Pohyb:

motání rukama před tělem

vzpažit ruce

zakrýt si oči

zakrýt si uši

ze vzpažení položit natažené ruce před
sebe na zem

hrození prstem

ukazování prstem

dělání kruhů, jako pohyb vlaku

byl by z tebe bramborák.

tleskání

Pravidla:

Děti musí správně ukazovat jednotlivé pohyby k textu. Dodržování správného držení těla.

Poznámky:

Dětem by se měly vysvětlit jednotlivé pohyby, které předvádí. Např. slovo „neviděla“ znázorňují zakrytím si očí, jako že nevidí.

Realizace pohybové hry

Nejprve jsem dětem hru předvedla sama a vysvětlila jim neznámá slova v říkance a pohyb k nim. Poté, jsem požádala děti, aby si sedly jako já na paty a společně pomalým tempem jsme se hru s pohybem naučily. Při opakování si děti již byly jistější a zapojily se i děti, které se poprvé jen dívaly.

Zhodnocení hry

Děti na předvedení hry reagovaly kladně. Hru i s říkankou si rychle osvojily. Do hry se zapojily i děti méně pohybově zdatné a postupně i chlapeček s dětským autismem. Hra se líbila nejen dětem tříletým, ale i dětem v předškolním věku. Hru bych hodnotila velmi pozitivně. Děti se při ní uvolnily a odreagovaly. Hru si chtěly několikrát zopakovat a během dne si ji říkaly a ukazovaly i sami v malých skupinkách.

2.1.1.2 Pohybová hra „Zrcadla“

Typ hry: pohybová hra ve dvojicích

Pomůcky: žádné

Místo: kdekoliv

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti jsou rozděleny do dvojic a rozmístěny po ploše.

Popis hry:

Děti jsou ve dvojicích. Jedno dítě předvádí pohyb a druhé dítě opakuje jeho pohyb jakoby odraz v zrcadle.

Pravidla:

Děti se musí soustředit na kamaráda, se kterým jsou ve dvojicích a přesně opakovat jeho pohyb.

Poznámky:

Děti by měly být ve dvojici pokud možno se starším dítětem. Některé mladší děti nemají tolik fantazie k vymýšlení pohybu.

Realizace pohybové hry

Každému dítěti jsem rozdala zrcátko. Dívaly se do něj a dělaly na sebe pošklebky. Poté jsem se ptala dětí, jak zrcátko reagovalo, a že si teď zahrajeme na živá zrcadla. Jedno dítě předvádí pohyb a druhé dítě pohyb opakuje jakoby odraz v zrcadle.

Zhodnocení hry

Děti na hru reagovaly kladně a hned se rozdělily do dvojic. Chlapec s autismem se hry zdržel a pozoroval ostatní děti. Při pozorování druhých se smál a občas sám pro sebe napodobil nějaký pohyb, který viděl u některého dítěte. Některé děti měly velmi bohatou pohybovou fantazii. Při hře byla ve třídě uvolněná atmosféra a slyšet smích dětí.

2.1.1.3 Pohybová hra „Na veverky a kuny“

Typ hry: pohybová hra s míčky

Pomůcky: míčky (lehké, plastové) nebo drátěnky (cca 20ks), lano

Místo: tělocvična, herna

Věková kategorie: od 2 let

Organizace:

Uprostřed místnosti rozložíme lano do kruhu jakoby hnízdo. Do něj vložíme míčky či drátěnky, které představují oříšky. Dvě až tři děti představují kuny a jsou v hnízdě, ostatní děti jsou veverky, které stojí okolo hnízda.

Popis hry:

Kuny se dostaly do hnízda veverek. Aby získaly hnízdo pro sebe, musí se zbavit všech oříšků (míčů apod.), každá kuna po jednom kusu (v ruce pouze jeden předmět) vyhazuje z hnízda pryč. Veverky jim v tom zabraňují tím, že oříšky sbírají a navrací zpět do hnízda.

Pravidla:

Kuny vyhrají, pokud v hnízdě nezůstane žádný oříšek. Pokud se nepodaří kunám tento úkol splnit do 2,5 minut, vyhrávají veverky. Učitel obmění funkce a hra se opakuje.

Poznámky:

Jde o hru s velmi intenzivním zatížením. Učitel může ovlivnit průběh hry volbou počtu kun a počtem připravených zásob. Hra je velmi oblíbená.

Realizace pohybové hry

Dětem jsem ukázala obrázky veverek a kun. Povídali jsme si o tom, jak vypadají, jak žijí apod. Po rozhovoru jsem jim nabídla, že si zahrajeme na takové veverky a kuny. Vybrala jsem dvě děti, které znázorňovaly kuny a ostatní děti veverky. Kunám jsem vytvořila hnízdo s míčky (oříšky) a všem vysvětlila pravidla.

Zhodnocení hry

Děti hru snadno pochopily a s plným nasazením ji hrály. Zapojil se i chlapeček s autismem a holčička s mentální retardací. Všechny děti se chtěly vystřídat v roli kun. Hra je fyzicky náročná a je vhodné po hře zařadit relaxaci nebo klidnější činnost. Hru bych hodnotila jako vysoce motivační a oblíbenou.

2.1.1.4 Pohybová hra „Na čertíky“

Typ hry: pohybová hra se stuhou

Pomůcky: stuhy, šátky

Místo: tělocvična, herna

Věková kategorie: od 2 let

Organizace:

Všem dětem rozdáme stužku, kterou si zastrčí ze zadu za kalhoty (jako ocásek).

Popis hry:

Všechny děti jsou čertíci s ocásky. Jejich úkolem je si chránit svůj ocásek (nesmí si jej, ale držet) a snažit se ukrást ostatním dětem jejich ocásek.

Pravidla:

Děti se snaží ukrást, co nejvíce ocásků a uchránit si svůj. Hra končí, když jsou všichni čertíci bez ocásků. Vyhrává ten, který má nejvíce ocásků a ten, kterému ocásek vydrží nejdéle. Čerti si nesmí ocásek přidržovat.

Poznámky:

Hry se účastní všechny děti po celou dobu a lze ji ukončit kdykoliv. Doporučujeme hru zpočátku limitovat časem. V závěru pochválíme i děti, které neměly tolik štěstí a ne získaly žádný ocásek, za trpělivost a snahu.

Realizace pohybové hry

Rozhovorem s dětmi o tom jak vypadá čert, jsme se dostaly k tomu, že si teď zahrajeme na takové čertíky. Dětem jsem rozdala stuhy a řekla jim, ať si je zastrčí ze zadu za kalhoty. Některým dětem jsem musela pomoci. Vysvětlila jim pravidla a hru zahájila. Děti s nadšením běhaly a snažily se sebrat ostatním stuhy.

Zhodnocení hry

Děti hru bez problémů pochopily. Pro mladší děti bylo obtížné hlídat si svoji stuhu a zároveň ji brát ostatním. Do hry se zapojily všechny děti bez problémů. Chlapec s autismem a holčička s MR se zapojily, ale nesnažily se brát ocásky, pouze běhaly a radostně vískaly.

2.1.1.5 Pohybová hra „Na barevná auta“

Typ hry: pohybová hra s kruhy

Pomůcky: 4 barevné kruhy (červená, modrá, zelená, žlutá)
4 barevné karty (červená, modrá, zelená, žlutá)

Místo: tělocvična, herna

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti rozdělíme do čtyř skupin. Každá skupina je v jednom rohu, kde leží barevný kruh (modrý, červený, zelený, žlutý).

Popis hry:

Každé dítě představuje auto, kruhy představují garáže. Podle toho, ve kterém kruhu dítě stojí (modrý, červený...) tak má barvu i jeho auto. Učitelka stojí uprostřed třídy. V ruce má čtyři barevné kartičky. Podle toho, kterou kartičku s barvou zvedne

nad hlavu, tak auta té barvy mohou vyjet ze své garáže a projíždět se kolem ní. Při schování karty musí děti zpět do své garáže.

Pravidla:

Děti se soustředí na pohyby učitelky. Snaží se co nejrychleji reagovat na změny.

Poznámky:

Učitelka může zvednout i dvě barvy, děti musí dávat pozor na ostatní děti, aby do sebe nenarazily. Pro lepší orientaci barev může učitelka rozdat dětem malé kruhy stejné barvy, jako je jejich garáž. Děti je využijí jako volanty.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme z okna sledovali auta, která projížděla kolem mateřské školy, a povídali si o tom, jakou měly barvu. Po chvíli pozorování aut jsem nabídla dětem, že si zahrajeme také na taková barevná auta. Rozdělila jsem děti do čtyř skupin a přiřadila každé skupině jeden kruh (garáž). Vysvětlila jim pravidla a nejdříve vyzkoušela, jestli si pamatují svoji barvu. Zvedala jsem karty s barvami a děti zvedaly ruce, když to byla jejich barva. Poté jsem nejdříve vystřídala jednotlivé barvy aut, při zvládnutí jsme kombinovala i více barev. Pro lepší orientaci jsem dětem rozdala malé kruhy barvy jejich garáže.

Zhodnocení hry

Mladší děti měly problém s rozeznáním barev. Dětem se hra líbila a bylo vidět, že se snaží běhat opatrně, aby „nenabouraly“. Chlapec s autismem i dívka s MR se zapojily, chlapec nereagoval na barvy a vybíhal se všemi dětmi. Dívka se držela s kamarádkou, která měla stejnou barvu.

2.1.2 Charakteristika třídy II.

Věková kategorie dětí: 3-6 let

Charakteristika třídy: Ve třídě je 20 dětí (9 děvčat a 11 chlapců). Z toho jeden chlapec má diagnózu aspergeuv syndrom, jedna dívka trpí epilepsií- užívá trvale léky a chlapec, který je diagnostikován jako těžce zvladatelný. Má diagnózu mikrocefalie, hyperaktivity a dyslalie.

2.1.2.1 Pohybová hra „Na kočku a na myš“

Typ hry: pohybová hra s textem

Pomůcky: žádné

Místo: tělocvična, herna

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti utvoří kruh pomocí toho, že se chytanou za ruce.

Popis hry:

Děti se chytí za ruce a vytvoří kruh (domeček pro myšku). Učitelka vybere jedno dítě, které bude představovat myšku a stoupne si dovnitř kruhu. Vybere ještě jedno dítě, které bude představovat kočku a bude stát mimo kruh. Kočka s myší se domlouvají pomocí jednoduchého textu.

Kočka: „Myšičko, myš, pojď ke mně blíž!“

Myš: „Nepůjdu kocourku nebo mě sníš!“

Po té myš vyběhne z kruhu a snaží se oběhnout kruh, aniž by ji kočka chytila a vrátit se do svého domečku, kam kočka nemůže.

Pravidla:

Dítě, které představuje myš, by mělo aspoň jednou oběhnout kruh, než se schová zpět do domečku. Kočka nesmí vstoupit do kruhu (do domečku).

Poznámky:

Učitelka by měla vybírat děti přibližně stejně rychlé, aby „myš“ nebyla hned chycena.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme si povídaly o domácích zvířátkách, především o kočce, jaké barvy mohou mít, jak vypadají, čím se živí apod. Poté jsem jim nabídla, že si zahrajeme na takovou hladovou kočku. Vysvětlila jsem jim pravidla a společně si několikrát řekly text ke hře. Poté jsem vybrala nejdříve starší děti, a když jsem viděla, že hru zvládají, vybírala jsem i mladší děti, kterým jsem musela občas s textem pomoci.

Zhodnocení hry

Děti se aktivně hlásily na roli kočky i myšky. Zpočátku jsem musela dětem s textem pomáhat, ale brzy si jej osvojily. Do hry se zapojily všechny děti, pouze

chlapec s asperg. syndromem nechtěl dělat kočku ani myš, jen se držel s ostatními dětmi.

2.1.2.2 Pohybová hra „Koulovaná“

Typ hry: pohybová hra s papírovými koulemi

Pomůcky: novinový papír

Místo: tělocvična, herna, zahrada.

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti se rozmístí v prostoru a v ruce mají dvě papírové koule.

Popis hry:

Děti mají za úkol se pohybovat v prostoru a střídat se papírovými koulemi do ostatních. Dítě, které bylo třikrát zasaženo, si udělá na kraji pět dřepů a vrátí se zpět do hry.

Pravidla:

Děti se snaží trefit do kteréhokoliv kamaráda.

Poznámky:

Děti si mohou papírové koule předem vyrobit pomocí mačkání papíru. Čím více koulí je ve hře, tím méně se děti unaví.

Realizace pohybové hry

Ptala jsem se dětí, co nejradši dělají v zimě. Říkaly, že sáňkují, lyžují a také se kouluje s kamarády nebo rodiči. Nabídla jsem jim, jestli by si nechtěli zahrát takovou koulovanou i když není sníh. Děti se smály a souhlasily. Hru jsem dětem vysvětlila. Hned se vrhly do mačkání papíru a vytvářely si každý dvě koule. Děti hru pochopily a s nadšením hrály.

Zhodnocení hry

Starší děti při mačkání papíru pomáhaly mladším a slabším dětem k vytvarování koule. Některé starší děti byly velmi opatrné při zasažení mladších dětí. Hra velmi nadchla hyperaktivního chlapce, který se ve hře částečně „vybil“. Chlapec s asperg. syndromem spíše sbíral koule a nosil je kamarádce. Děti byly do hry velmi „zapálené“. Občas někdo zapomněl počítat zásahy. Učitelka by měla upozorňovat na počítání zásahů.

2.1.2.3 Pohybová hra „Přehazovaná“

Typ hry: pohybová hra s papírovými koulemi

Pomůcky: papírové koule

Místo: tělocvična, herna, zahrada

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti rozdělíme do dvou početně stejných družstev. Každé družstvo stojí na své polovině herní plochy rozdělené čarou nebo lanem.

Popis hry:

Každé družstvo má stejný počet papírových koulí. Na signál učitelky děti odhazují všechny koule na stranu soupeře tak, aby na jejich polovině bylo co nejméně koulí.

Pravidla:

Učitelka za určitou dobu zastaví hru jasným signálem. V tuto chvíli už děti nesmí odhodit žádnou kouli. Učitelka spočítá koule. Družstvo, na jehož polovině je méně koulí, zvítězí.

Poznámky:

Hra umožňuje procvičit míčovou techniku, různé způsoby házení míče apod. Děti mohou sami koule z papíru vyrobit pomocí mačkání, nebo lze nahradit pěnovými míčky.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme nejdříve prováděli zdravotní cviky s papírovými koulemi a na závěr jsem jim navrhla, že si teď zahrajeme s těmi koulemi takovou hru. Děti jsem rozdělila na dvě skupinky a vymezila každé skupince prostor. Vysvětlila jsem pravidla a odstartovala hru. Děti hru bez problémů pochopily a s nadšením se snažily zbavit se všech koulí.

Zhodnocení hry

Dětem se hra zalíbila, a ikdyž některá skupinka nezvítězila, s nadšením hru zopakovali s větší motivací, že se budou víc snažit a zkusí vyhrát napodruhé. Do hry se zapojily všechny děti. Chlapec s asperg. syndromem hru pochopil a s nadšením přehazoval koule. Čím více učitelka děti zmotivuje, tím se zvýší intenzita zatížení. Pokud je některá skupinka výrazně slabší lze skupinky změnit.

2.1.2.4 Pohybová hra „Na rybáře“

Typ hry: pohybová hra s textem

Pomůcky: žádné

Místo: tělocvična, herna, zahrada

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Učitelka vybere jedno dítě, které bude rybář.

Popis hry:

Jedno z dětí je rybář a je na jedné straně místnosti. Ostatní děti jsou rybičky a jsou na druhé straně místnosti. Na zavolání rybáře „Rybičky, rybičky, chytěte se do sítě!“ rybičky přebíhají z jedné strany herní plochy na druhou. Proti nim postupuje rybář, který se snaží dotykem rybičky chytit a vyřadit tak ze hry. Chycené rybičky vytvoří s rybářem síť, pomocí chycení za ruce. Vyhrává poslední rybička, která není chycena.

Pravidla:

Rybář se nesmí vracet.

Poznámky:

Pro výběr rybáře, vyberte dítě, které je rychlé. Pomalejší dítě by nemuselo nikoho chytit a tím by se demotivovalo. Učitelka by měla vymezit prostor a odstranit nebezpečné předměty.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme si povídali o vodním světě. Jaké znají ryby, jestli někdo chytal ryby apod. Poté jsem dětem nabídla, že si zahrajeme také na takové rybičky a rybáře. Vybrala jsem rybáře a vysvětlila všem pravidla. Po vysvětlení a pochopení pravidel si děti hru zahrály.

Zhodnocení hry

Hra probíhala bez větších problémů. Děti se vyhýbaly rybáři a snažily se co nejdříve dostat na druhou stranu. Mladší děti měly problém udržet se za ruce v síti a často se pouštěly. Po opětovném hraní se děti už lépe domlouvaly, koho budou chytat. Není vhodné vybrat za rybáře dítě, které je moc malé a pomalé. Děti

pokud nikoho nemohou chytit ztrácí motivaci. Starším dětem je nutno vysvětlit, že menší děti nejsou tak rychlé a musí na ně dávat pozor.

2.1.2.5 Pohybová hra „Obr a Paleček“

Typ hry: pohybová hra s míči

Pomůcky: malý míč a větší míč

Místo: herna, tělocvična, zahrada

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti stojí nebo sedí v kruhu.

Popis hry:

Na povel paní učitelky si co nejrychleji podávají míče v určeném směru. Cílem hry je, aby velký míč (obr) se snažil co nejdříve dostihnout malý míč (prchající Paleček). Jestliže se to podaří, paní učitelka hru zastaví a honba začne nanovo, opačným směrem.

Pravidla:

Obr- velký míč musí chytit Palečka- malý míč.

Poznámky:

Je vhodné malé děti posadit mezi velké děti. Míče jde střídat podle velikosti od Pingpongového míčku po velký nafukovací míč.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme si četly pohádku o Obru a Palečkovi. Dětem se pohádka moc líbila. Poté jsem děti posadila do kruhu a podala malý a velký míč. Vysvětlila jsem dětem, že malý míč je Paleček, který utíká před zlým Obrem a to je velký míč. Rozdala jsem míče, tak aby byly asi v polovině kruhu a hru započala.

Zhodnocení hry

Děti hru bez problémů pochopily. Starší děti se snažily pěkně předávat míče mladším dětem. Hyperaktivní chlapec byl trochu divoký a občas mu míč z nedbalosti „utekl“. Pro mladší děti je velmi složité přebírání i dávání malého míčku (pingpongového).

2.1.2.6 Pohybová hra „Na třetího“

Typ hry: pohybová hra skupinová

Pomůcky: žádné

Místo: kdekoli

Věková kategorie: od 5let

Organizace:

Děti utvoří dvojicemi za sebe postavenými kruh, čelem dovnitř. Dvě děti stojí vně kruhu- honič a honěný.

Popis hry:

Honič honí honěného vně kruhu. Honěný se může zachránit, stoupne-li si před dvojici. Třetí ve dvojici musí vyběhnout a honička pokračuje.

Pravidla:

Je-li „třetí“ chycen, stane se honičem.

Poznámky:

Tuhle hru je vhodnější zařadit, až mezi starší děti. Pro malé děti jsou složitá pravidla a hru nezvládají. Doporučujeme ještě stanovit počet oběhů, aby honěný dlouho neběhal.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme si hrály s dřevěnými panáčky a opakovaly jsme si pojmy dvojice, trojice, první, druhý a jiné.. Poté jsem dětem navrhla, že si teď zahrajeme na ty dřevěné panáčky na hru „Na třetího“. Děti hru neznaly. Vysvětlila jsem jim pravidla a hru s dětmi vyzkoušela.

Zhodnocení hry

Mladší děti hru nezvládaly. Bylo pro ně obtížné sledovat, zda jsou třetí a návazně utíkat před honícím dítětem. Některé děti nevěděly vůbec, co mají dělat i po opakovaném vysvětlení. Starší děti tuto hru už celkem zvládly bez větších problémů. Občas někdo zapomněl hru sledovat a nevyběhl. Děti musí být stále ve střehu. Chlapec s asperg. syndromem hru nechtěl hrát. Ten den se moc nezačleňoval do žádné aktivity a hrál si sám na koberci s autem.

2.1.2.7 Pohybová hra „Gordický uzel“

Typ hry: pohybová hra logická

Pomůcky: žádné
Místo: kdekoliv
Věková kategorie: od 6 let

Organizace:

Děti se postaví čelem do kruhu.

Popis hry:

Děti stojící v kruhu zavřou oči a natáhnou ruce před sebe a uchopí nějakou jinou ruku. Potom otevřou oči, a aniž by pouštěli spojené ruce, se snaží rozplést uzel a vytvořit kruh.

Pravidla:

Děti se nesmí pustit. Musí se různě provlékat, přeskakovat, prolézat, ajiné.

Poznámky:

Hra je dobrá pro starší děti, jako odreagování nebo vymezení nějakého krátkého časového prostoru. Pro děti v mateřské škole je zcela nevhodná. Děti nemají, tak velkou fantazii, aby přišly na to jak se proplétat.

Realizace pohybové hry

Když jsme s dětmi čekaly na autobus, navrhla jsem, že si zahrajeme malou hru. Děti byly nadšené, protože už se nudily. Stouply jsme si do kruhu a poté jsem vysvětlila pravidla. Děti se chytily za ruce a snažily se rozplétat, ale bylo to velmi obtížné a rozplést se nepovedlo. Starší děti chtěly hru vyzkoušet následně i ve třídě a v malém počtu se jim to celkem dařilo.

Zhodnocení hry

Hra pro mladší děti je zcela nevhodná. Děti nemají tolik fantazie a nevydrží se držet. Starší děti hra zaujala, ale ve větším počtu se jim uzel nedařil rozplést. Při počtu šesti dětí se jim hra dařila a bavila je.

2.1.2.8 Pohybová hra „Zvířecí hoňka“

Typ hry: pohybová hra s lokomočními pohyby
Pomůcky: žádné
Místo: kdekoliv
Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti jsou rozmístěné po prostoru.

Popis hry:

Učitelka určí dítě, které bude chytač. Všechny děti se promění na zvířátko, které učitelka vysloví, a budou se pohybovat jeho pohyby. Kočka leze po čtyřech. Kačenka se batolí. Koník poskakuje a další. Učitelka mění zvířátka podle potřeby. Vždy po chycení dítěte.

Pravidla:

Dítě, které je chyceno se stává chytačem.

Poznámky:

Může se obměnit, tím, že chycené dítě si na kraji třídy udělá pět dřepů a vrací se do hry. Chytače volí učitelka. Není vhodné měnit pohyb zvířátka uprostřed hry. Pohyb skákající žáby je pro děti delší dobu náročný, proto děti nenechte dlouho skákat a změňte pohyb.

Realizace pohybové hry

S dětmi jsme si povídaly o farmě a o zvířátkách, které tam najdeme. Říkaly jsme si, jaké zvuky vydávají a jaký pohyb dělají. Po rozhovoru jsem nabídla dětem, že si zahrajeme na takovou farmu. Děti souhlasily. Vysvětlila jsem jim pravidla a hru započala.

Zhodnocení hry

Hra probíhala v pořádku. Děti předváděly jednotlivé pohyby zvířátek a snažily se utéct chytači. Pohyb žáby a kačenky je po delší dobu pro děti náročný a naříkaly, že je bolí nohy. Proto je vhodné střídat náročnější pohyb s volnějším. Například chůzi kačenky s poskokem koníka. Dívka s epilepsií, ačkoliv má pět let, začala naříkat, že neumí lézt po čtyřech. Dívku jsem do pohybu nenutila a tento pohyb vynechala. Při větším psychickém vypětí může dostat záchvat. Chlapec s asperg. syndromem hru zvládal, ale nechtěl chytat, pouze vykonával pohyby. Hyperaktivní chlapec při lezení nedával pozor a občas do někoho žduchl.

2.1.2.9 Pohybová hra „Čáp ztratil čepičku“

Typ hry: pohybová hra s textem

Pomůcky: žádné

Místo: kdekoliv

Věková kategorie: od 3 let

Organizace:

Děti se rozmístí po herně.

Popis hry:

Učitelka vybere jedno dítě, které bude představovat Čápa a ten bude říkat text: „Čáp ztratil čepičku, měla barvu barvičku.....(doplní barvu)“. Podle toho, jakou čáp vysloví barvu, musí ji ostatní děti najít v prostoru a čáp se snaží chytit dítě, které ještě určenou barvu nenašlo. Čápem se stává buď chycené dítě, nebo učitelka zvolí podle zásluh.

Pravidla:

Děti se snaží co nejrychleji dotknout barvy, kterou čáp vysloví. Tím jsou zachráněni.

Poznámky:

Děti si výborně procvičí barvy a reakci.

Realizace pohybové hry

Po povídání o čápech, jsem dětem nabídla, že si zahrajeme hru na jednoho smutného čápa, který ztratil čepičku a jestli mu ji pomohou najít. Děti nadšeně souhlasily. Vysvětlila jsem pravidla a několikrát si s dětmi řekla text, který čáp vyslovuje. Děti si jej lehce osvojily a hru si zahrály.

Zhodnocení hry

Hra proběhla v pořádku. Děti neměly problém s textem ani s pravidly. Menší děti občas neznaly některou barvičku, ale sledovaly starší děti a podle nich barvu hledaly. Hra je výborná na procvičení barev. Všechny děti se hlásily na roli čápa a chtěly si ji vyzkoušet.

2.1.2.10 Pohybová hra „Evoluce“

Typ hry: pohybová hra logická

Pomůcky: žádné

Místo: kdekoliv

Věková kategorie: od 6 let

Organizace:

Děti jsou volně rozmístěny v prostoru.

Popis hry:

Na znamení ke hře si hráči dřepnou, pohybují se v dřepu a pípají jako kuřata. Jakmile potká kuře také kuře, začnou stříhat mezi sebou „kámen, nůžky a papír.“ Kdo z dvojice vyhraje, stane se slepici a začne kvokat. Hledá slepici a pokud ji najde, opět s ní stříhá. Pokud vyhraje, stane se psem a štěká. Leze po čtyřech a hledá sobě rovného hráče, psa. Opět stříhá se psem, pokud vyhraje, stává se orangutanem a vydává zvuky hu, hu, hu, hu. Po stříhání se sobě rovným se stává člověkem a vítězí. Hra nekončí, on však již nehraje.

Pravidla:

Každý kdo vyhraje stříhání, postupuje, kdo prohraje, zůstává na své zvířecí úrovni a hledá si dalšího hráče stejného druhu. Vítězů postupně přibývá, končit může učitelka podle potřeby.

Poznámky:

Hra je zcela nevhodná pro děti do šesti let. Děti nemají ještě dostatečně rozvinutou logiku na pochopení pravidel. Děti se musí nejdříve naučit pravidla „Kámen, nůžky, papír“. Můžete měnit zvířata podle toho, jak děti hru znají. Z počátku je lepší dát jen pár zvířat. Nedoporučujeme hrát hru až do poslední dvojice. Děti, které už delší dobu nehrají, jsou neklidné a mohlo by dojít k úrazu.

Realizace pohybové hry

Dětem jsem nejdříve vysvětlila pojem Evoluce- vývoj. Pomocí obrázků jsme si povídaly o vývoji různých druhů zvířat. Nabídla jsem dětem, že si zahrajeme také na jeden takový vývoj. Na tabuli jsem přidělala obrázky kuře, slepice, kohout. Nejdříve jsem se snažila děti naučit pravidla „kámen, nůžky, papír.“ Malé děti tenhle princip nepochopily, děti předškolního věku to po chvíli zkoušení pochopily. Dále jsem pracovala pouze s dětmi, které pochopily princip „kámen, nůžky, papír“. Vysvětlila jsem jim pravidla a pohyb k zvířátkům a hru vyzkoušela.

Zhodnocení hry

Malé děti nepochopily základní princip a dále jsem už s nimi nepokračovala. Starší děti sice pochopily základní princip, ale při celkové hře jim dělal značný problém přemýšlet, zda se dostaly, víc nebo níž, a co dělají za pohyb. Tuhle hru bych navrhovala, až pro děti školního věku. Pro děti v mateřské škole je náročná

na pravidla. Chlapec s asperg. syndromem se vůbec nezapojil, hra pro něj nebyla nijak zajímavá a těžká. Hyperaktivní chlapec hru také nepochopil a po třídě bezprostředně poskakoval.

2.2 Celkové zhodnocení her

Z mého pohledu bych řekla, že spousta pohybových her se dá upravit nebo pozměnit pravidla tak, aby hru zvládly i děti v mateřské škole. Neměli bychom podceňovat děti v mateřských školách. Spousta nepochopených her nemusí vycházet z nedostatečně vyvinutých schopností dětí, ale třeba ze špatného vysvětlení či špatné ukázky učitelkou. Nehledejme problém vždy v dětech, ale také někdy v sobě. Děti jsou velmi vnímavé a schopné naučit se věci nepřiměřené jejich věku. Ovšem výklad hry musí být srozumitelný a přiměřený jejich věku a schopnostem. Souhrnně jsem uvedla zhodnocení realizovaných her do tabulky 1.

Tabulka 1. Souhrnné hodnocení realizovaných her

(tabulku dejte na jednu stránku celou, ať není rozdělená)

Pohybová hra	pomůcky	prostor	Čas	náročnost	Mé hodnocení
Brambora	žádné	kdekoliv	2	1	☺
Zrcadla	žádné	kdekoliv	10	1	☺
Veverky a kuny	míčky, kruh	herna	15	2	☺
Na čertíky	stuhy	kdekoliv	10	3	☺
Na barevná auta	Barev. kruhy	herna	15	2	☺
Na kočku a myš	žádné	kdekoliv	10	2	☺
Koulovaná	Papír. koule	Kdekoliv	10	3	☺
Přehazovaná	Papír. koule	herna	10	2	☺
Na rybáře	žádné	herna	10	3	:-/
Obr a Paleček	míče	herna	10	3	☺
Na třetího	žádné	kdekoliv	15	4	:-/
Gordický uzel	žádné	kdekoliv	10	5	☹
Zvířecí hoňka	žádné	kdekoliv	10	3	☺

Čáp ztratil čepičku	žádné	kdekoliv	10	3	😊
Evoluce	žádné	kdekoliv	20	5	😞

Vysvětlivky: čas- čísla jsou v minutách

Náročnost: 1- nejlehčí

5- nejtěžší

Mé hodnocení: 😊- s hrou jsem byla velmi spokojená

:-/ -s hrou jsem byla z části spokojená

😞- s hrou jsem nebyla spokojená

3 ZÁVĚR

Po dosavadní zkušenosti s pohybovými hrami v mateřských školách jsem zjistila, že děti mají velmi blízko k pohybovým hrám a rády hrají nové hry. Pohybové hry rozvíjí nenásilně vztahy mezi dětmi a komunikaci mezi nimi.

Domnívám se, že cíle, které jsem si pro svou práci stanovila, se mi podařilo splnit. V teoretické části jsem se zaměřila na všechny stránky pohybové hry, jak její stručný popis, tak výběr, hodnocení a jiné. Dále jsem se věnovala okrajově socializaci a ontogenezi předškolního dítěte. Znalost vývoje dítěte nejen v předškolním věku je velmi důležitým kritériem pro správný výběr pohybové hry.

Úkolem praktické části bylo ověřit několik pohybových her, zda jsou vhodné pro děti předškolního věku a zda v nich probíhá socializace. Z mého hlediska všechny pohybové hry aspoň z části jsou socializační a dítě se pomocí nich začleňuje mezi ostatní děti, učí se s nimi komunikovat a spolupracovat.

Já sama bych velmi ráda ve své budoucí praxi zařadila pohybovou hru ke každodenní činnosti s dětmi. Snažila se o funkční obměny a jednoduchou realizaci. Chtěla bych se zúčastnit případných seminářů či školení týkajících se pohybových her pro děti předškolního věku a rozšířit své znalosti. Snažila bych se je také přenést i mezi své kolegy a žáky. Neboť oni budou mít zásluhu na tom, jak se pohybové hry budou předávat a rozmnožovat mezi dětmi. Kvalitní a připravené pedagogické vedení pohybových her je hlavním prostředkem pro kvalitní rozvoj osobnosti dítěte.

Použitá literatura

BOROVÁ B., TRPIŠOVSKÁ D., SKOUMALOVÁ S., SMEJKALOVÁ V. *Cvičíme s malými dětmi*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-223-8

HAVLÍK R., KOŤA J. *Sociologie výchovy a školy*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-635-7.

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Socializace>

JIRÁSEK J., VANČUROVÁ E., HAVLÍNOVÁ M. *Hrajeme si doopravdy*. Praha: Avicenum, 1990. ISBN: 80-201-0018-0

JUKLÍČKOVÁ-KRESTOVÁ Z. A KOLEKTIV. *Pohybové hry dětí předškolního věku*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989. ISBN 80-04-24497-1

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

MAZAL F., CHLOPKOVÁ J. *Pohybové pohádky předškoláků*. Olomouc: Hanex, 1994. ISBN 80-85783-04-05

MAZAL F. *Sportovní příprava VI.- Pohybové hry dětí I*. Olomouc: Rektorát Univerzity Palackého, 1990

MAZAL F. *Soubor pohybových her pro děti mladšího školního věku*. Olomouc: Hanex, 1991. ISBN 80-900925-0-0

MIŠURCOVÁ V., FIŠER J., FIXL V. *Hra a hračka v životě dítěte*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989. ISBN 14-112-89

NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2000

OLIVOVÁ V. *Lidé a hry*. Praha: Olympia, 1979, ISBN 27-076-79

ROVNÝ M., KABÁČOVÁ B., GRANEC K. *Pohybové hry dětí předškolního věku*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladatel'stvo, 1988. ISBN 067-199-88

SIGMUND, E. *Pohybová aktivita dětí a jejich integrace prostřednictvím 60 pohybových her*. Olomouc: Hanex 2007. ISBN 978-80-85783-74-2

Anotace

Příjmení a jméno: Hana Popelková

Katedra: Centrum kinantropologického výzkumu

Název práce: Pohybové hry jako socializační prostředek u dětí v mateřské škole

Vedoucí práce: Mgr. Erik Sigmund, Ph.D.

Počet stran: 40

Počet příloh:

Počet titulů použité literatury: 14

Počet pramenů:

Klíčová slova: Pohybová hra

Socializace

Ontogeneze

Resumé

Hlavním cílem bakalářské práce bylo představit pohybové hry jako jeden z efektivních prostředků socializace dětí v mateřské škole. Bakalářská práce je rozdělena do dvou částí: teoretické a praktické. Teoretická část vysvětluje pojmy pohybová hra, socializace a ontogeneze předškolního dítěte. Zabývá se mnoha stránkami pohybové hry. Vhodný výběr pohybové hry, realizace, hodnocení a další. Okrajově se zaměřuje na socializaci předškolních dětí a jejich ontogenezi. V praktické části práce jsou představeny vybrané pohybové hry pro děti předškolního věku. Její součástí je popis, realizaci, pravidla a zhodnocení her, zaměřené především na socializaci předškolních dětí.

Anotace

Příjmení a jméno: Hana Popelková

Katedra: Centrum kinantropologického výzkumu

Název práce: Movement games as a socialization means of children at kindergarten

Vedoucí práce: Mgr. Erik Sigmund, Ph.D.

Počet stran: 40

Počet příloh:

Počet titulů použité literatury: 14

Počet pramenů:

Keywords: Movement game

Socialization

Ontogenesis

Resumé

The main of the bachelor thesis was to introduce movement games as one of the effective means of socialization of children at kindergarten. The thesis is divided into theoretical and practical parts. Theoretical part explains concepts such as movement games, socialization and ontogenesis of preschool children. It deals with many sides of movement games; relevant choice of a movement game, realization, evaluation and others. Partly, it discusses socialization of preschool children and their ontogenesis. In the practical part selection of movement games is introduced. It involves its description, realization, rules and evaluation of games aimed at preschool children's socialization.