

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

Rozvoj koncentrace dětí předškolního věku pomocí pedagogického využití práce s mandalami

Autor práce:

Darina Náměstková

Vedoucí práce:

doc. PhDr. Ludmila Muchová, Ph.D

Studijní obor:

Pedagogika volného času

České Budějovice 2020

Prohlášení studenta

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně, pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury. Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum

Podpis studenta

PODĚKOVÁNÍ

Děkuji vedoucí své bakalářské práce paní doc. PhDr. Ludmile Muchové, Ph.D. za cenné rady, připomínky a vedení bakalářské práce.

Dále bych chtěla poděkovat Materské škole v Častrově, která mi umožnila můj výzkum do praktické části mé bakalářské práce.

Také bych chtěla poděkovat celé své rodině a přátelům za podporu a pomoc při celé době mého studia

Obsah

| | |
|--|----|
| 1. Úvod | 5 |
| 2. Mandalý: Charakteristika, původ, pohled religionistický, pohled psychoterapeutický, pohled pedagogický | 6 |
| 2.1 Mandala | 6 |
| 2.1.1 Podoby a typy mandal..... | 6 |
| 2.1.2 Mandalý v dílech některých osobností | 7 |
| 2.2 Pohled religionistický a psychoterapeutický, pedagogický a psychologický | 9 |
| 2.2.1 Meditace | 10 |
| 2.3 Význam barev v mandalách | 11 |
| 2.3.1 Význam některých symbolů v mandalách podle Junga..... | 13 |
| 3. Vývojově psychologický pohled na dítě předškolního věku s ohledem na rozvoj koncentrace | 15 |
| 3.1 Koncentrace (pozornost, soustředění) | 15 |
| 3.1.1 Charakteristiky pozornosti | 16 |
| 3.1.2 Jak udržet pozornost? | 16 |
| 3.1.2 Motivace | 17 |
| 3.2.1 Myšlení a jeho omezení | 18 |
| 3.2.2 Sociální kognice a teorie mysli | 18 |
| 4. Mateřská škola a její podpora dětské koncentrace v kurikulárních dokumentech | 23 |
| 4.1 Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání | 23 |
| 4.1.1 Pedagogové, a osoby, které ve třídě působí..... | 23 |
| 4.1.2 Naplňování potřeb dítěte v mateřské škole | 24 |
| 5. Pětidenní didaktický projekt – práce s mandalami s dětmi v MŠ Častrov | 26 |
| 6. Realizace projektu – práce s mandalami a s dětmi v MŠ Častrov | 29 |
| 6.1 PONDĚLÍ | 31 |
| 6.2 ÚTERÝ | 33 |
| 6.3 STŘEDA | 34 |
| 6.4 ČTVRTEK | 35 |
| 6.5 PÁTEK | 36 |
| Závěr | 38 |
| Seznam zdrojů | 39 |
| Abstrakt | 41 |

| | |
|-----------------------|----|
| Abstract | 42 |
| Přílohy | 43 |

1. Úvod

Toto téma jsem si vybrala v rámci svého oboru proto, protože jsem od začátku byla nadšená pro práci s dětmi předškolního věku, se kterými jsem již pracovala a chtěla bych se jim v budoucnu věnovat. Tato věková skupina mi je nejbližší a ve spojení s mandalou to pro mě byla nejideálnější volba. Již na střední škole jsem se podobným problémem zabývala, snažila jsem se prohloubit své znalosti o mandalách přečtením odborných zdrojů. Nyní je budu spojovat ještě s dětmi předškolního věku, kdy budu zkoumat pomocí pedagogických metod, zdali mají mandaly vliv na jejich koncentraci.

Ve své práci popíši mandaly, jejich významy a pohledy na ně (pedagogický, religionistický a psychoterapeutický). V teoretické části se budu zabývat koncentrací předškolního věku z pohledu vývojové psychologie a také, zda se pedagogové v rámci kurikulárních dokumentů koncentrací dětí v mateřské škole zabývají.

V praktické části povedu explorativní výzkum pomocí pedagogické práce s mandalami v mateřské škole Častrov s dětmi předškolního věku, kdy budu například s dětmi číst pohádku o mandalách, vyrábět z přírodních materiálů, nebo také vymalovávat mnou připravené originální mandaly, které budou určené pro tento výzkum. Budu spolupracovat s vyučujícím a budu pozorovat, zda mají mandaly vliv na soustředěnost a ukázněnost dětí. Vše budu dokumentovat fotoaparátem a zapisovat si poznatky, jelikož je mým cílem zjistit, zda se u dětí koncentrace ukázněnosti a soustředění zvýšila během sledovaných dní.

Nejprve se budu zabývat poznatky z teorie. Použiji poznatky z vývojové psychologie, významu barev, kurikulární dokumenty a budu zjišťovat, zda je předškolní věk správným věkem, ve kterém se dá koncentrace rozvíjet. Poté v rámci konkrétní práce s dětmi v mateřské škole explorativním výzkumem zjistím, zda mají vliv na zlepšení jejich koncentrace. Jak jsem již zmínila, pomáhat mi budou pedagogové, kteří ve zmíněné instituci pracují a já budu pozorovat a zapisovat, zda se některé změny projeví. Například budu sledovat, kolik dětí z 15 budou koncentrované a jak s nimi co nejlépe pracovat, abychom dosáhli požadovaného výsledku. Hodnotit to budu pozorováním a konzultací s pedagogem.

Budu pracovat s knihami, internetovými zdroji a s pedagogem pracujícím v určené mateřské škole.

2. Mandaly: Charakteristika, původ, pohled religionistický, pohled psychoterapeutický, pohled pedagogický

V následujících odstavcích je přiblížena historie mandal, druhy mandal, a rozdílné pohledy na ně.

2.1 Mandala

V obecném slova smyslu mandala znamená magický kruh, nebo střed a pochází ze Sanskrtu. Také jsou symbolem jednoty a rovnováhy. Je to tedy termín, pocházející z Indie. Tyto obrazy vznikly ve chrámu města Madurai, nacházejícím se v jižní Indii. Jedná se tedy o velice systematický diagram soustředěný kolem svého středu, který je většinou rozdělený do čtyř kvadrantů. Na podlahu je kreslily barevnými křídami ženy. V náboženství a v psychologii jsou to kreslené, malované a plastické kruhové obrazy. Plastické jsou pouze v tibetském buddhismu.¹ Sám vesmír představuje pomyslnou mandalu, která se skládá z mnoha a mnoha dalších. Mezi nimi je i naše planeta Země. I vše živé se skládá z buněk, které vykazují těla mandal. Když vhodíme jakýkoliv kámen do vody, vytvoří se soustředné kruhy a můžeme tedy opět mluvit o mandalách. Vidíme-li pařez s letokruhy, tvoří mandalu. Motivem kruhu je lidstvo zaujato už od pradávna, a není divu, vždyť kruhový princip je ve světě všudypřítomný, ať už ve tvaru, pohybu, nebo v čase.

Středem mandaly je bod, ze kterého se všechno odvíjí. Je to něco jako centrum myšlenky, nápadu nebo síly. Také ho můžeme nazvat místem, které pro nás znamená cíl. Také mnoho činností, které vytváříme, směřují do určitého bodu. Spousta věcí v našem životě má střed.²

Za nejznámější mandalu je považován Květ života. Je to posvátná mandala v mnohých kulturách. Zde můžeme nalézt všechny základní stavební kameny vesmíru s názvem platonické pevné látky. Pohled do Květu života je výzvou ke sjednocení našeho srdce, mysli a duše. Tento symbol můžeme nalézt na všech částech naší planety.³

2.1.1 Podoby a typy mandal

Základním vyobrazením mandaly je kruh a zároveň střed. Nejprve definujeme mandalu z hlediska obsahu. Kruh v sobě ve svém nitru nosí z tohoto hlediska informaci, že uvnitř něco je, nebo bude. Například poutník na podlaze v katedrále v Chartres. Jeho hlavním cílem byla cesta,

¹ Srov. JUNG, Carl Gustav, *Mandaly: Obrazy z nevědomí*, Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998, str. 107.

² Srov. ELIADE, Mircea, *Obrazy a symboly: esej o magicko-náboženských symbolech*, str. 40-41

³ Srov. BRAUEN, Martin, *Mandala: Posvátný kruh tibetského buddhismu*, Praha: Volvox Globator, 1998, str. 11.

kteřou mohl prožít v průběhu chůze v labyrintu. Prostor je tedy při rituálech měněn od obyčejného k zasvěcenému. Jak již bylo řečeno, mandala je považována za symbol jednoty a rovnováhy. Jako příklad ji můžeme vyhledat v půdorysech Babylonských staveb, v Indii, nebo například v Barmě či Kambodži. Například ve starém Egyptě je vyobrazován had zakousnutý do svého vlastního ocasu jako symbol nekonečného zrození, smrti a znovuzrození.⁴

Podle Buddhismu je mandala prostředkem pro meditaci a zasvěcení. Je to cesta, která přivádí harmonii. Je rozdělena kolem svého středu do čtyř stejně velkých kvadrantů. Rozlišujeme čtyři typy mandal. Jsou to mandaly tvořené z barevného písku, mandaly malované na hedvábí, mandaly tvořené meditací a mandaly lidského těla.⁵

V Hinduismu jsou používány mandaly, kterým se říká jantry. Jedná se o energetický diagram, který je sestaven z kruhu a čtverce. Je to opět nástroj pro meditaci. Každá jantra je zasvěcena určitému božstvu. Za nejznámější mandalu je považována v Hinduismu Šrí-jantra, která je zasvěcena červené bohyni.

Mezi další nejznámější mandaly patří tibetské mandaly. Je indiány označována slovy „kyil-khor“, protože slovo „khor“ značí kruh, který je pro mandalu charakteristický. Slovo „kyil“ značí střed. Indiáni tento termín používají pro jakýkoliv fyzický či psychický systém, který funguje podle vesmíru a je v rovnováze. Mandala tedy vyobrazuje, že všechny aspekty mysli a formy spojují jak vnitřní, tak vnější realitu vesmíru. „Kalačakra“, neboli kola času, jsou ve starém Tibetu taky známé. Z vřidel horkých pramenů byly získávány zrnka barevného písku, ze kterých se mandaly vytvářely. Dnes jsou pro výrobu mandal spíše používány barvené písky, drahokamy, okvětní lístky, ale také obarvená rýže. Vše je tvořena podle přísných a zásadních pravidel. Tento obřad, který slouží na počest významných událostí, může mít dobu trvání až několik týdnů. Po ukončení tohoto procesu je mandala smetena do řeky jako symbol pomíjivosti, odkud je její energie rozšířena do celého světa.⁶

Mezi navažskými indiány jsou písečné mandaly neodmyslitelnou součástí jejich léčebných metod. Pacient se pohybuje v mandale jako v posvátném světě.⁷

2.1.2 Mandaly v dílech některých osobností

Mandalami se zabývalo a dodnes zabývá nespočet osobností. Níže uvádím alespoň pět významných jmen, která se s problematikou mandal neodmyslitelně pojí.

⁴ Srov. GIBSON. Clare. *Symboly a jejich významy: klíč k výkladu motivů a znaků v umění*, str.41

⁵ Srov. GAUDING Madonna, *Mandaly od A do Z*, str.32

⁶ Srov. GOLD Peter, *Posvátná tajemství Navahů a Tibeťanů:kruh moudrosti*

⁷ Srov. BRAUEN Martin, *Posvátný kruh tibetského buddhismu*, str.12

Hildegarda z Bingenu - byla to velká duchovní bytost, léčitelka, spisovatelka a abatyše, která se ve 12. století prostřednictvím svých mandal snažila promlouvat s Bohem. Psala také o svých vizích, kde přirovnávala Boha ke kruhu, který v sobě všechno uzavírá a zároveň všechno přesahuje.

Giordano Bruno – zabýval se kosmologií a vytvářel kruhové obrazy. Ty prosluly svou dokonalou formou. Primárně měly sloužit jako pomůcka při cvičení představivosti a měly člověka udržovat v harmonii.

Avšak za vůbec nejznámějšího novodobého autora, který se zabýval mandalami, byl Carl Gustav Jung.

C. G. Jung - byl to známý švýcarský psychiatr. Jeho pacienti vyjadřovali vnitřní prožitky v kruhových obrazech. Pracoval s mandalami a hledal jejich významy po celém světě. Ve 20. století popisuje mandalu jako obraz nitra konkrétního člověka. Mandala je podle Junga tušení středu osobnosti, určitý centrální bod uvnitř duše, ke kterému se všechno vztahuje a podle kterého je všechno uspořádáno. Byl to první z Evropanů, který přinesl název mandaly z východu na západ. Podle Junga má mandala podporovat meditaci a koncentraci.

Ruediger Dahlke – byl to německý lékař, který se také zabýval terapií pomocí mandal. Pracuje s mandalou jako s pomůckou na léčení svých pacientů. Shoduje se s Carlem Gustavem Jungem v tom, že mandala má samoléčebné účinky, které pacientovi pomohou pochopit svoje vlastní Já a svoje vlastní osobní principy.⁸

Duchovní vůdce Tibetského buddhismu Jeho Svátost Dalajláma - na pojem mandala se můžeme podívat z různých stran pohledu. Můžeme mít mandaly malované, mandaly soustředění, mandaly vytvořené z barevného písku, mandaly nejvyššího ducha osvícení a každý člověk jim může dát význam tím, že je realizuje. O mandale říká: „Obecně znamená mandala to, co extrahuje podstatu. Pojem mandala se používá mnoha různými způsoby podle kontextu. Jsou také malované mandaly, mandaly soustředění, mandaly vytvořené z barevného písku, mandaly nejvyššího ducha osvícení, všechny se nazývají mandaly, protože z každé z nich může člověk extrahovat její smysl tím, že ji realizuje“.⁹

⁸ Srov. DAHLKE RUEDIGER. *Mandaly léčí: terapie mandalou*, str.38

⁹ Srov. BSTAN –RGYA-MTSHO XVI. *O Tibetu a tibetském buddhismu*

2.2 Pohled religionistický a psychoterapeutický, pedagogický a psychologický

V oblasti psychologie se mandaly vyskytují ve snech nebo se mohou vyskytnout také u schizofrenie v podobě čtverců, křížů, hvězd, osmiúhelníku a podobně.

V oblasti tibetského buddhismu jsou to jantry, které slouží k meditaci a udržení koncentrace svým jistým kruhovým zúžením směrem na střed.¹⁰ V tomto případě jasně vidíme, že se jedná o určitý chaos, který směřuje ke středu, u kterého je vše seřazeno. Také to můžeme označit jako sebeléčebný pokus přírody.

Když se zaměříme na náboženskou stránku, jedná se v ní také o kruh a čtvernost. V tomto významu je čtvernost jednotou, schématem pro obrazy Boha. Například představa Hóra se čtyřmi syny. Jsou zobrazováni tak, že tři mají zvířecí hlavu a jen jeden lidskou.¹¹

Pohled pedagogický a psychologický

Mandala je námět, který je pro svůj obsah nabídkou do hlubšího náhledu světa. Žák za pomoci práce s mandalou poznává sám sebe a prostředí, ve kterém se nachází. Souvisí s ní duchovní výchova, která za pomoci motivace rozebírá smyslové zážitky dětí a učí je vztahu k okolnímu světu. Za zakladatelku duchovní a smyslové výchovy je považována Marta Pohnerová, která se ve své knize *Duchovní a smyslová výchova* zabývá právě myšlenkou vlivu vzdělání a výchovy na zachování hodnot naší kultury. Hlavním tématem této knihy je poznávání samu sebe, zaměřování se na svoje smysly.

Mandala jako forma výtvarného vyjádření

Mandala se objevuje jako jedna z možností výtvarného vyjádření. Jako příklady bych uvedla labyrinty, pískové obrazy, rozety, půdorysy chrámů, mince, keramické mísy, nebo také malované mandaly, či kamenné kruhové stavby. Ale také mandala jako samostatný námět. Zde je objevována v kruhovém zobrazení, nebo jako prostředek k meditaci, hlubšímu soustředění, nebo k obnově duchovních sil. Tyto náměty jsou ale u mladších dětí špatně aplikovatelné.

O mandalách vyšlo mnoho knih a časopisů. Mají hlubokou a velkou historii. Týkají se mnoha kultur od počátku umělecké tvorby primitivních národů až po současnou dobu. Týkají se jak malířství a sochařství, tak i architektury.

Z pohledu psychologie je mandala užívána jako cyklus života, cyklické vnímání času, rodinný kruh, životní etapy člověka a také vnímání svého já.

¹⁰ Srov. JUNG, Carl Gustav, *Mandaly: obrazy z nevědomí*, str.107

¹¹ Srov. JUNG, Carl, Gustav, *Mandaly, obrazy z nevědomí*, str.108

Mnoho umělců pracuje s námětem kruhu, nebo přímo s mandalou. Například Václav Boštík, jehož obrazy míří k mystice a vědě. Dalším umělcem je Viktor Vasarely, který svým uměním ovlivnil nejen reklamu, ale také architekturu.¹²

Z osobní zkušenosti vím, že pedagogové často používají mandaly pouze jako zábavu pro volný čas, nebo pokud chtějí děti seznámit s barvami (mandala obsahuje například číslo 1, které se má vybarvit modře).

Individuální mandaly používají nespočet tvarů a motivů, které mají různé významy.

2.2.1 Meditace

Hlavní problematikou, co se dětského soustředění týče, jsou přeplněné třídy, kde se na ně hrne spousta informací a bývá velmi hlučno. Dnešní děti proto pomalu neznají význam slova ticho. Děti se často nudí. Náboženská výchova je pro metody, při kterých by děti měly dělat činnosti, při kterých budou medítovat od cvičení ticha, po kreslení, tanec, nebo hudbu. Vždy je to přizpůsobené vývojovému stupni dítěte. Toto ale můžeme předat pouze v případě, že jsme to sami zažili.

Meditace je pojem, který vyjadřuje přemýšlení, rozjímání, promýšlení, zacvičování a cvičení, které má vést k nalezení nejvniternějšího prostoru v sobě samém. Pokouší se zachytit pozorování a zážitky, zpracovat je a uspořádat, svět se tak stává dítěti více přehlednější.¹³

Pro začátek je dobré použít básničku nebo vyprávění, u které si musí učitel vyžádat ticho. Vždy musí mluvit pouze jeden člověk. Vyprávění se přerušuje, pokud někdo poruší toto pravidlo.

Podmínky pro meditační cvičení

Hlavní podmínkou je přátelská skupina a dobrá atmosféra. Učitel děti uvede do klidu. Důležitým bodem je také pravidelnost. Učitel už sám vycítí, kdy u žáka nastane doba plného soustředění.

Meditace za pomoci mandaly

Základem každé meditace je střed. Střed nalezneme v každé mandale. Mandaly jsou vhodným nástrojem meditace. Sloužily k meditaci již v prastarých dobách. Dodnes můžeme v mandalách najít zklidnění své mysli a oddání se osvobozující síle meditace. Mandala nám pomáhá při koncentraci mysli, ke zklidnění a harmonizaci. V meditaci můžeme pracovat jak s hotovou mandalou, tak při jejím tvoření, protože už v samotném procesu mluvíme o meditaci a zklidnění a soustředění.¹⁴

¹² Srov. ROESELVÁ Věra, *Námět ve výtvarné výchově*, str.17

¹³ Srov. MUCHOVÁ, Ludmila. *Úvod do náboženské pedagogiky*. str. 112

¹⁴ Srov. DAHLKE Rudiger., *Mandaly světa: Kniha meditací a malování*, str. 93

Ukázka meditace, kterou můžeme zařadit do vyučování

Děti se učí naslouchat, sedí zpříma a pohodlně se zavřenýma očima a poslouchají zvuky kolem sebe. Můžeme pustit hudbu. Toto se může aplikovat před vybarvováním mandaly.

Toto se může dělat také s přírodními materiály. Děti si přinesou do školy například kámen. Zavrou oči a vypráví příběh kamene.¹⁵

2.3 Význam barev v mandalách

Zřídka kdy můžeme vidět barvy samostatně, ale spíše se setkáme s barevnou kombinací. Můžou mezi sebou být v harmonii, nebo disharmonii. Můžou působit žensky nebo mužsky a luxusně nebo lacině. Každá barva má svou barvu opačnou, neboli komplementární. Kombinací černé a bílé, modré a oranžové, růžové a zelené vznikne šedá barva. V našem oku jsou různé receptory barevného vidění, které jsou součástí mozku. Každý receptor vnímá pouze určitou oblast viditelného světla (spektra) a barevný vjem vzniká mícháním. Na podobné bázi funguje stínítko obrazovky, kde jsou základní barvy zelená, červená a modrá. Smícháním těchto barev, podobně jako u reflektorů, vzniká bílé světlo. Při malování je to jinak. Začátek je na bílém papíře. Barevná vrstva plní funkci filtru. Vrstva žluté barvy odráží z bílého světla papíru pouze žlutou část spektra. Malíři považují za základní barvy žlutou, červenou a modrou. Smícháme-li tyto tři barvy tak, jak je míchají malíři pokojů, máme teoreticky dostat černou - ale prakticky je to šedá, neboli antracitová. Avšak to, co naše emoce prožívají jako barvu, je mnohem víc, než jen sestava základních barev. Příkladem jsou lesk zlata, křišťálového skla, fluorescence, perleť, třpyt, opalizování aj. Jsou komplexní jevy, které souvisejí s odrazem světla, kmitáním a mícháním. Barva je spojena s člověkem už od prastarých dob. Člověk je schopen vnímat barvy od začátku svého života. Proto je náš vztah k nim silný. Už řecký lékař Hippokratés (asi 460 – 377 před n.l.) dával barvy do souvislosti s lidskou povahou. Vypracoval podle nich teorii čtyř základních typů lidského temperamentu (povahy). Hippokratés měl na mysli míšení čtyř hlavních šťáv v lidském těle. Temperamentem rozuměl povahu člověka a určil, že závisí na poměru krve – sanguis, černé žluči – melancholé, žluči – cholé a hlenu – flegma. Podle tohoto rozdělení byly stanoveny základní typy temperamentu: sangvinik – červená barva, flegmatik – zelená barva, choleric – žlutá barva, melancholik – modrá barva. V psychologii barev lze vysledovat tři základní výzkumné cesty. První cesta zkoumá prožitky barev, tedy vztah barev vůči pocitům a ladění. Druhá cesta se zabývá psychofyziologickou stránkou barevného

¹⁵ Srov. MUCHOVÁ Ludmila, *Úvod do náboženské pedagogiky*, s. 109

vnímání a třetí cesta zkoumá symbolickou hodnotu barev. Aplikace poznatků z tohoto oboru je dále rozvíjena například v odhadu osobnosti, kromě toho také v designu (v psychologii prodeje, v architektuře, malířství, sochařství atp.). V psychologii barev se používají tři základní pojmy. Jsou to tři důležité vlastnosti barev: barevný tón (také odstín), světlost a sytost. Barvy mají vliv na lidské city – proto na ně také reagují mnohem silněji lidé, kteří jsou více „citově založení“. Psychologie má pro tyto lidi přesnější pojmenování. Německý psychiatr Ernst Kretschmer (1884 – 1964), který se zabýval typologií, rozdělil lidi na dva druhy: na cyklotýmy a achizotýmy. Cyklotýmové jsou lidé, kteří snadno podléhají svým citům, náladám a jsou celkově více otevření vůči svému okolí. Vůči barvám jsou mnohem vnímavější než schizotýmové, kteří jsou spíše systematictí a své city nekontrolují. Na rozdíl od cyklotýmů vnímají z okolního světa především tvary a ne barvy. Pokud je volba mezi barvami, vyberou si chladnější odstíny jako jsou modrá a zelená. Naopak cyklotýmové mají nejraději žlutou a červenou. Švýcarský psychiatr Carl Gustav Jung (1875 – 1961), který vytvořil jinou typologii, kdy lidi dělí na extroverty a introverty říká, že extroverti, kteří jsou zaměřeni na vnější svět, dávají přednost teplým barvám, jako jsou žlutá a červená. Naopak introverti, kteří jsou spíše tišší a uzavření, dávají přednost modré a zelené. K podobným problémům došli i další psychologové.

Švýcarský psychiatr Hermann Rorschach (1884 – 1922) využil hlubokých souvislostí mezi barvami a lidskými city v psychologickém testu, který je dnes asi nejrozšířenější a nejpopulárnější psychodiagnostickou metodou na světě. Je originální a velice jednoduchý. Tvoří ho deset skvrn vzniklých kápnutím černého nebo barevného inkoustu na bílý papír. Přeložením papíru vznikne symetrický útvar, který může něco připomínat – motýla nebo květ, tvář, záleží na naší představivosti a fantazii. V jeho testu je možnost odhalit celou osobnost. Rorschachův test je tedy hodnocen podle celkového vztahu k barvám. Ale vztah každého člověka k barvám je velice individuální. Každý z nás má nějaké své oblíbené barvy, ale i jiné, které jsou nám úplně lhostejné nebo jsou neoblíbené.¹⁶

Na základě tohoto tvrzení to vypracoval švýcarský psycholog Max Lüscher (nar. 1923) populární barvový test, který pracuje výhradně s barvami. Použil karty ve čtyřech základních odstínech – tmavomodrou, temnou zeleň s nádechem do modra, červenooranžovou a světle žlutou – a doplnil je ještě barvami pomocnými: fialovou, hnědou, černou a šedou. Lidské potřeby jsou zde vyjádřeny čtyřmi barvami: modrá – klid a spokojenost, zelená – sebeuplatnění, červená – činnost, žlutá – naděje. Významy těchto barev jsou stálé. Rozhodující je „osobní poměr k barvě“, a ten má každý jiný. Pro někoho může být určitá barva příjemná, pro jiného

¹⁶Srov. Najbrtová Kristina, ŠÍPEK Jiří, *Projektivní metody v psychologické diagnostice*, Portál s.r.o.XLS, 2017, str. 42 - 44

nudná, a pro někoho je to barva nepříjemná. Testovaná osoba řadí barvy vedle sebe od nejsympatičtější k méně sympatické. Nezáleží jen na pořadí jednotlivých barev, ale také na jejich vzájemném vztahu, na barevných kombinacích v řadě osmi barev, podle toho, jak je testovaná osoba poskládala. LBT patří mezi uznávané psychologické projektivní testy. Jeho obliba mezi psychology je obrovská, protože umožňuje rychle proniknout do emocí, odhaluje zdroje motivace chování, poukazuje na preferenci či odmítání psychologických potřeb člověka, odkrývá příčiny úzkosti a regulační mechanismy jejich zvládnání.

Například žlutá - Jedná se o živou, veselou a rozjasňující barvu. Tato barva povzbuzuje, osvobozuje, přináší uvolnění, pocit souladu, harmonie. Jedná se také o barvu výstrahy. Povzbuzuje sebevědomí a optimismus, uzdravuje tělo a mysl. Stojí za rozvojem samostatnosti, nezávislosti, uvědomění si sebe sama. V opačném případě může přinést strach z omezení, povrchnost, závist, sebepřeceňování, žárlivost a falešnost. Souvisí s levou mozkovou hemisférou, napomáhá racionální myšlení.¹⁷

2.3.1 Význam některých symbolů v mandalách podle Junga

Oko – znázorňuje vědomí, oči v mandale znamenají pozorující vědomí, nový vhled, ale přesto je nutno vzít v úvahu, že texty i obrazy připisují oči mýtické postavě. Význam úplného bytostného Já. Oko je také známý symbol Boha.

Kámen – jeho význam je bytostné já nebo nádoba

Nádoba - obsah

Rostlina – růst, vývoj, něco nového

Růže – protiklady ve svém sjednocení

Lotos – ženský klín, významem velice podobný významu růže

Zvířata – instinktivní síly nevědomí, které mandala drží pohromadě v jednotě. Tato integrace instinktů tvoří předpoklad individuace.

Had – jedná se o duchovní bytost, která znamená povahu, nevědomí. Had je také atributem d'ábla.

Ryba – obsah nevědomí, je atributem Krista

Páv nebo pták Fénix – proměna blížící se k cíli, proměna v draka, orla, nebo také páva

Kristus – jako idea je symbolem úplného bytostného Já, znamená jednotu, celek.

¹⁷ Srov. JUNG, Carl, Gustav, *Mandaly, obrazy z nevědomí*, str. 65-70

Vrch a spodek – ohraničení kruhu znamená ochranu před zničením vinou protikladů

Levotočivost - jedná se pohyb k nevědomí, tedy „ponoření“. ¹⁸

¹⁸ Srov. JUNG, Carl, Gustav, *Mandaly, obrazy z nevědomí*, str. 76-80

3. Vývojově psychologický pohled na dítě předškolního věku s ohledem na rozvoj koncentrace

Vývoj je jedním z nejuniverzálnějších procesů, kterým v průběhu života prochází všechny živé organismy. U člověka se vyvíjí motorika a poznávací schopnosti, emoce nebo sociální vztahy.¹⁹ Jako vývoj zkoumáme:

Biologický vývoj souvisí například s tělesným růstem, zráním nervové soustavy, nebo také se stárnutím. Ovlivňují to nejen genetické dispozice, ale také životní styl a životospráva.

Psychologický vývoj se týká změn v poznávacích, emočních a dalších oblastech, které ovlivňují prožívání a chování člověka.

Sociokulturní vývoj spočívá v kultuře nebo společnosti, ve které se člověk nachází, do které roste a s kterými lidmi se setkává. Jedná se o místo jako je například škola, práce nebo v našem případě mateřská škola.²⁰

3.1 Koncentrace (pozornost, soustředění)

Jedná se o zaměření duševní činnosti na nějaký objekt nebo věc. Souvisí se zrakem a sluchem. Jevy, které nás zaujmou, se ukládají do paměti a ostatní zapomeneme.

Rozlišujeme dva druhy pozornosti. Záměrnou, kdy vnímáme cíleně podnět, nebo bezděčnou, při které vnímáme podnět bez úmyslu. Mezi vlastnosti pozornosti patří rozsah a šířka, která se zabývá množstvím vnímaných podnětů. Dále je to hloubka, která vnímá stupeň soustředění. Nebo stálost, která se zabývá délkou soustředění, anebo oscilace, při které přesouváme pozornost z objektu na objekt a rozdělení, při kterém věnujeme dvěma nebo více předmětům v daném směru.

Mezi poruchy pozornosti patří ADHD (porucha pozornosti spojená s hyperaktivitou), ADD (porucha pozornosti bez spojení s hyperaktivitou), roztržitost (jedinec není schopný udržet pozornost), rozptýlenost (jedinec není schopen udržovat pozornost v daném směru). Nebo další poruchy jako jsou například alosexie, hyperlosexie, hypoplosexie či paraplosexie.

Rozvoj a zdokonalování pozornosti je součástí podpory rozvoje duchovních potřeb dítěte.

¹⁹ Srov. BLATNÝ, Marek, ed. *Psychologie celoživotního vývoje*. str. 17

²⁰ Srov. BLATNÝ, Marek, ed. *Psychologie celoživotního vývoje*, str.17-18

3.1.1 Charakteristiky pozornosti

Rozsah (kapacita) pozornosti je stav, kdy záleží na množství objektů, které pozornost zachytí. Rozsah je stanoven hlavně věkem člověka. Čím je člověk starší, tím je rozsah větší. Při vstupu do školy je člověk schopen zachytit dva až tři objekty, adolescent tři až čtyři a dospělý člověk od čtyř do šesti objektů.

Intenzita (napětí) pozornosti je stav, kdy záleží na stupni soustředění. Pokud je intenzita maximální, člověk se nesoustředí na nic jiného. Nastává při velkém vzruchu v kůře mozkové a při malém útlumu. Síla intenzity je dána výrazným zájmem o danou věc oproti těm ostatním.

Stálost – neboli také délka pozornosti, záleží na trvání soustředění a na situacích. Ne vždy je soustředění stejné. Rozptýlenost pozornosti je opakem stálosti.

Rozdělování znamená, že zde probíhá více psychických aktivit. Je to organizace duševní činnosti.

Propojování je rychlé přerušení z jednoho zaměření činnosti na druhé, které je pro člověka více atraktivní. Také je můžeme nazývat pružnost pozornosti. Fluktuace, kolísání nebo oscilace jsou periodické výkyvy, kdy se střídají s návraty pozornosti ke stejnému objektu.

Fluktuace je periodický výkyv (oslabování pozornosti, které se střídá s jejím zesílením nebo s návratem ke stejnému objektu), který může vzniknout při velkém soustředění na práci, nebo delším zaměření pozornosti na určitý objekt. Základem je přirozené střídání vzruchu a útlumu v kůře mozkové. Rozdíl mezi oscilací a fluktuací je, že oscilace má svůj biologický smysl, kdy vyčerpaná centra v průběhu odklonu regenerují a fluktuace naopak znamená, že nedochází k soustředění. To je způsobeno rušivým elementem, který musí být pro plné soustředění vyřešen.²¹

3.1.2 Jak udržet pozornost?

Pozornost závisí na dvou hlavních faktorech. Za prvé na prostředí, ve kterém se subjekt nachází. Některým lidem může pozornost narušit nadměrný hluk a některým může naopak vadit, pokud by bylo v jejich prostředí naprosté ticho. V koncentraci jim může například vadit, když budou mít kolem sebe více lidí, anebo například elektronická zařízení, která budou vydávat pro ně nesnesitelné zvuky.

Druhým faktorem je stav vnímajícího subjektu. Jeho soustředěnost bývá ovlivněna náladou, ve které se nachází. Dále zdravotní stav, nebo tepelná pohoda člověka ku prostředí, která se u každého jedince liší. Může to být i motivace k činnosti, kterou vykonává. Pokud jedinec nepocítuje důležitost k danému podnětu, velmi rychle ztrácí pozornost.

²¹ Srov. LOKŠA Jozef, LOKŠOVÁ Irena, *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*, str.63

Z mé osobní zkušenosti vím, že se lépe soustředím, pokud mám dobrou náladu, jsem sama a vím, že to, co dělám, není zbytečné a může se mi to v budoucnu hodit, nebo že to někomu udělá radost. U dětí v mateřské škole je právě důležitá motivace, která je u dětí v MŠ primárně odměna. Pocit, že někomu udělají radost, nebo že to pro ně bude mít užitek (perníčky - sní je a potěší své chuťové buňky, mandaly z přírodnin - uvidí, že se mohou vyskytovat i v přírodě).

3.1.2 Motivace

Není-li přítomna dostatečná motivace, uspokojivé učení ve škole pravděpodobně neproběhne. Zdroj motivace může být třeba úzkost. Máme dva druhy motivace.

Intrinsická motivace - pochází z jedince samého, zvířata i lidé mají přirozený pud zvědavosti, který je soustředěn na nějaký výsledek. V úzkém vztahu s dětskou zvědavostí jako motivačním činitelem je stupeň zájmu vzbuzovaný vlastní zkušeností s výukou. Pokud bychom měli říct, proč některé věci člověka zaujmou a jiné nikoli, asi bychom tvrdili, že ty první jsou nějak přímo důležité pro jeho život. Buď ho baví, nebo odvádějí jeho mysl od nepříjemných myšlenek, nebo mu pomáhají lépe zvládat některé úkoly. Jak jedinec roste, pomáhá mu to poznávat i sám sebe, což v některých školských systémech chybí.

Extrinsická motivace – pochází z působení ostatních lidí na nás, i když učitel podněcuje děti sebevíc, přesto nastanou situace, kdy jejich intrinsická motivace bude nedostatečná a bude se muset obrátit k motivaci extrinsické. Tato motivace obvykle zahrnuje hodnocení, známkování, testy, zkoušky, ale také chválu (například v mateřské škole se neznámkuje, takže tam může být tím činitelem chvála nebo udělat radost pedagogovi).²²

3.2. Předškolní věk

Jedná se o období mezi 3 až 6 rokem života. Nejsou zde takové změny jako v kojeneckém nebo batolecím věku. Tříleté dítě chodí, mluví, umí manipulovat s předměty, hrát si s hračkami a umí si obléknout některou část oblečení. Více se tedy podobá šestiletému prvňákovi než ročnímu batoleti.²³ Důležité však je, že během předškolního období se většina schopností a dovedností přítomných nejprve jen v zárodku upevní a rozvine. Tyto změny můžeme pozorovat například v malířských dovednostech. Čerstvě tříletý předškolák obvykle dokáže dělat čáry a kola a do určité míry je spojovat. Někdy vytvoří i tzv. hlavonožce. Dítě před vstupem do školy obvykle dokáže nakreslit lidskou figuru, která má hlavní části těla a všechny detaily obličeje.

²² Srov. FONTANA David, *Psychologie ve školní praxi*, str. 153-154

²³ Srov. BLATNÝ, Marek, ed. *Psychologie celoživotního vývoje*, str.78

Ačkoli dítě dokáže v období předškoláka zacházet s tužkou, nebo pastelkami, v jeho průběhu se v tom výrazně zdokonalí.

Označení předškolního období se neodkazuje na školu jen proto, že nemáme žádné označení pro tři až pětileté dítě. V tomto věku totiž získávají a procvičují dovednosti, které jsou přímými předchůdci dovedností školních. Čím dál tím více dětských aktivit v tomto věku má povahu přípravy na školu, protože děti v tomto věku jsou na podobné činnosti připravené.

Změny v předškolním období jsou sice méně nápadné než dříve, ale i tak dochází ke změnám zásadním.²⁴

3.2.1 Myšlení a jeho omezení

Klasikem výzkumu dětského myšlení je Jean Piaget. Ten se zabýval vývojem v celém průběhu dětství, ale snad nejzřetelnější jsou jeho příspěvky ke studiu myšlení právě v době předškolní. Piagetovy charakteristiky řešení problémů u předškolních dětí jsou stále výstižné. Děti v tomto období mají sklon soustředit se pouze na jednu nápadnou charakteristiku určité věci.

Určitým projevem omezené flexibility myšlení v předoperačním stádiu je podle Piageta také egocentrismus. Tento pojem u Piageta odkazuje na fakt, že děti v raném věku mají jen omezenou schopnost nahlížet na svět očima druhých. Jiným projevem egocentrismu u dětí je raná řeč, která často nepůsobí příliš sociálně. Zejména děti na přelomu batolecího a předškolního věku (ve věku do 3 let) a krátce po jeho dosažení mluví bez velkého ohledu na ostatní lidi. Často komentují vlastní činnost a popisují co vidí, aniž by bylo zřejmé, proč by takové sdělení mělo být zajímavé i pro ostatní. U některých dětí můžeme pozorovat i monology před usnutím, kdy si dítě večeř v postýlce, když je samo, vybavuje události dne a povídá o nich. Tyto jevy naznačují, že děti používají jazyk spíše jako nástroj k organizaci vlastního myšlení než jako dorozumivací prostředek.

3.2.2 Sociální kognice a teorie mysli

Zhruba ve čtyřech letech věku dosáhne většina dětí důležitého vývojového milníku, jímž je osvojení teorie mysli. Tímto označením se rozumí schopnost chápat, že jiní lidé mají vlastní obsahy mysli, které se nemusejí shodovat s ostatními a nemusejí odpovídat realitě. Mladší předškolní děti ještě neumějí oddělit vlastní přesvědčení a znalosti od znalostí ostatních lidí. Nechápují, že jiní lidé mohou mít vlastní znalosti, myšlenky a přesvědčení, které se liší od znalostí dítěte.²⁵

Rozvoj sociálních kontrol, nebo z jiného pohledu rozvoj schopností seberegulace tedy narůstá právě v předškolním období. Malé dítě, kojeneček, je veden ke svému chování impulsem, či

²⁴ Srov. BLATNÝ, Marek, ed. *Psychologie celoživotního vývoje*, str.78

²⁵ Srov. BLATNÝ, Marek, ed. *Psychologie celoživotního vývoje*, str 80-81

okamžitým přáním. Ve druhém roce už dokáže záměrně, nebo vědomě uposlechnout příkaz rodičů. Řízení je však dosud vnější. Dítě je regulováno pokyny druhých, nebo očekávanými důsledky svého chování. Je řízeno svými vlastními instrukcemi a to nejprve hlasitými. Dvouleté dítě například sahá na zakázaný předmět a říká NE. V průběhu třetího roku, kdy sílí negativismus, ale i snaha dělat věci po svém, se objevují i počátky první skutečné sebekontroly. Dítě se učí například počkat a okamžitě nepodlehnout impulsu. Používá samo vůči sobě pokyny a příkazy, které zná od svých rodičů. Většinou kolem třetího roku je sebekontrola osvojena a dítě nemusí používat hlasité NE. Řídí se spíše myšlením než řečí a schopnost sebekontroly více a více narůstá. Občasné pokyny ale stále děti potřebují i ve školním věku.

Vývoj sociálních rolí

Významná úloha v socializačním procesu dítěte připadá hře. Kdybychom to chtěli označit, můžeme to uvést také jako období hry, která se stává hlavní činností dítěte. Můžeme sice tvrdit, že jak kojenci, tak i dospělí si hrají, ale v obou případech je pojem hry z vývojově psychologického hlediska až nepřípustně rozšířen. Hra kojence je totiž omezena jen na pohyb s vlastním tělem nebo s jednoduchými předměty. Proto to někteří psychologové odmítají označit za hru a volí jiné názvy - experimentace. Na druhé straně má hra dospělých také jistý charakter a stojí jako oddechová aktivita v pracovním procesu. Bohatě rozrůzněná a intenzivní hra je tedy nejtypičtější pro předškolní období.

Pozornost dětí předškolního věku

Jako předpoklad k dobrému učení, řešení problémů a zapamatování patří k nejdůležitějším kognitivním procesům právě pozornost. Určité nároky jsou na ně kladeny právě v mateřské škole, kde ale nejsou stále takové jako v základní škole. Stále více musí dítě zapojovat pozornost záměrnou a nejen bezděčnou. Musí se soustředit na určité jevy a objekty nebo na plnění zadaných úkolů. Pozornost dítěte se však stále nevztahuje na jeden jev, protože ho rozptýlí každá drobnost. Záleží také na jeho aktuálním rozpoložení. Při práci s nimi tedy musíme často střídat činnosti a zařadit odpočinkovou část. Pokud se sníží výkonnost člověka, může za to například únava. Vývoj dětí v předškolním věku je však velice neindividuální. Odlišnosti u dětí můžeme rozlišit ve třetím věku života. Jeho vývoj je ovlivněn také prostředím a rodinou, se kterou vyrůstá. Rozdíly jsou tedy jak mentální, tak fyzické. Jednotlivé charakteristiky pozornosti se u dítěte také vyvíjí jinak. Děti v předškolním věku mají pozornost krátkou a povrchní. Dítě nepoužívá pozornost záměrnou ale bezděčnou. Zaujmout ho mohou předměty, které působí na jeho zrak či sluch a předměty, které jsou pro něj nějakým způsobem atraktivní. Úmyslná pozornost se může objevit ve hře. Čtyřleté až pětileté děti nejvíce přechází z jedné činnosti do druhé, ale s narůstajícím věkem se jeho pozornost zvětšuje. Dvouleté dítě by se mělo dokázat soustředit pět minut, pětileté dítě až dvanáct minut. Rozvoj pozornosti

souvisí se zráním centrální nervové soustavy a schopností tlumit a rozlišovat reakce na různé podněty. Před příchodem do školy je dítě více vyrušováno v činnosti než utlumeno. Dochází k růstu kapacit paměti a zpracování informací. Dítě nedokáže rozlišit důležitost informací, protože nemá zcela rozvinuté všechny složky pozornosti, potřebné k plnému soustředění.²⁶

Střední dětství

Proč se zmiňuji o středním dětství, když má práce se soustředí na práci s koncentrací dětí předškolního věku? Protože k vyššímu rozvoji koncentrace dochází právě ve středním věku, který nastává při nástupu do školy.

Jako mladší školní období označujeme děti od 6-7 let. Kdybychom chtěli celé období psychologicky nějak celkově a smysluplně charakterizovat, patrně bychom mohli tento věk označit jako věk střízlivého realismu. Na rozdíl od menšího dítěte, které ve svém vnímání, myšlení a jednání je hodně závislé na svých přáních a fantaziích. Na rozdíl u dospělého člověka, pro kterého je důležitější vědět, co je správné, je školák zaměřen na to, jak to doopravdy je. Chce pochopit svět a jak je to v něm doopravdy. Tento rys je charakteristický jak pro mluvu, kresbu, myšlení, čtenářský zájem a kresbu. Školák se více zajímá o knihy, které ho poučují o věcech, lidech a například přírodě.

Vývoj základních schopností a dovedností

Vývoj pohybových i ostatních schopností je ovšem do značné míry závislý na tělesném růstu. Významně a souvisle se během celého tohoto období zlepšuje jemná a hrubá motorika. Pohyby jsou mnohem rychlejší a přesnější. Také se zlepšuje výkon v kreslení a psaní. Motorické schopnosti nezáleží pouze na věku, ale také na podmínkách. Rozdíly mezi dětmi mohou být podmíněny také tím, jak je rodiče podporují, nebo naopak utlumují. Jestliže jsou pohybové výkony závislé na vnější a vnitřní motivaci, pak na druhé straně ovlivňují podstatu celého dítěte. Děti, omezované od rodičů, nebo tělesně slabé, podávají mnohem nižší výkony než děti podporované. Podporování motivace dětí podávat co nejlepší výkony je však někdy i kritizováno. Tvrdí se, že jsou důležitější lidské vlastnosti, než výkon a úspěch dítěte.

Vývoj sociálních kontrol a hodnotové orientace začaly už v předškolním období, takže si dítě do školy přenáší základy.

Po šestém roce nastává v životě dítěte velká a náhlá změna. Vstup do školy znamená pro dítě značnou a novou zátěž, která se neustále zvětšuje v době stoupajících nároků na vzdělání a pracovní výkonnost.²⁷

²⁶ Srov. VÁGNEROVÁ Marie, VÁGNEROVÁ Lidmila, *Psychický vývoj dítěte a jeho variabilita*
²⁷ Srov.. LANGMEIER Josef, KREJČÍKOVÁ Dana, *Vývojová psychologie*, str.120

Koncentrace dětí mladšího školního věku

Koncentrace dětí mladšího školního věku má pro toto období velký význam. Dítě dokáže rozeznat důležitost informací. Je důležité, aby se dítě při zahájení povinné školní docházky dokázalo soustředit na výklad vyučujícího a nenechat se rušit svými spolužáky. Čím déle je dítě ve škole, tím více dokáže udržet pozornost. Na schopnosti udržení pozornosti také závisí zajímavost a důležitost úkolů. Musí se také dodržovat náročnost úkolů podle věku. Čím je dítě menší tím kratší úlohy dostává. S narůstajícím věkem se důležitost a složitost zvyšuje. Je vhodné zařadit i odpočinkové činnosti. Důležitá je také metoda a forma vyučování.²⁸

4. Mateřská škola a její podpora dětské koncentrace v kurikulárních dokumentech

Tato kapitola je věnována otázce, zda se pedagogové věnují podpoře dětské koncentrace ve svých kurikulárních dokumentech a plánech.

4.1 Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

Jsou zde uvedena omezení a rizika, kterých bychom se měli jako pedagogové vyvarovat. Důležité je, aby si pedagog stanovil cíl, které si může rozdělit na cíle dílčí. Jsou pro něj důležité při plánování. Týká se to především uvedení dětí do běžného chodu třídy. Například ve vzdělávacím plánu „Všichni se těšíme, co nás čeká a nemine“, si učitelka stanoví cíl takový, že si dítě po tomto plánu naučí uklízet přezůvky do poličky. Tento zvyk by ale neměl probíhat pouze v jeden den, ale dítě by tuto činnost mělo dodržovat pravidelně. Hlavně musíme pomocí evaluace kontrolovat, zda byly cíle naplněny.

Záleží na jejich individuálním počtu zájmů a potřeb. Je také důležité pro utvoření vzdělávacího programu složení dětí ve třídě. V některých mateřských školách se diagnostika třídy utváří s pomocí rodičů. Rodič před vstupem do mateřské školy vyplní dotazník o svém dítěti. Například co nejí, na co je alergický, co nemá rád, jak se vyrovnává se změnami a také, s čím si třeba nejraději hraje. Učitelka pak tento soubor doplňuje o svoje poznatky. Také dětská koncentrace závisí na počtu dětí ve třídě, na jejich vztahu mezi sebou a na věku (tříleté dítě bude méně soustředěné než dítě šestileté). Vzdělávací potřeby třídy i jednotlivců budou pro volbu cílů a prostředků vedoucích k nim podstatné. Jejich dosažení kontrolujeme pomocí evaluační činností, hodnocením aktuálních výsledků dětí. Vnímáme-li je současně s motivací dětí (s jejich zájmy) a obojí zohledníme v přípravě činností pro celou skupinu i jednotlivce, bude naše vzdělávání cílevědomé a zároveň pro děti poutavé.²⁹

4.1.1 Pedagogové, a osoby, které ve třídě působí

Jsou to lidé, kteří ovlivňují chod ve třídě. Jejich pedagogický styl by měl být podle RVP PV „podporující, sympatizující, projevovat se přímou, vstřícnou, empatickou a naslouchající komunikací pedagoga s dětmi. Je vyloučeno manipulování s dítětem, zbytečné organizování dětí z obavy o časové prostoje, podporování nezdravé soutěživosti dětí. Jakákoli komunikace s dítětem, kterou dítě pociťuje jako násilí, je nepřijatelná.“³⁰ Také přístup pedagoga je ovlivněn

²⁹ SVOBODOVÁ, Eva. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*, str. 53

³⁰ SVOBODOVÁ, Eva. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*, str. 57

jeho zálibami a dovednostmi. Pedagog, který rád zpívá a hraje na klavír, bude s dětmi více zpívat. Učitel, který je výborný atlet, bude s dětmi často a rád cvičit.

4.1.2 Naplňování potřeb dítěte v mateřské škole

Pro utváření potřeb použijeme Maslowovu pyramidu potřeb, pojmenovanou podle Abrahama Maslowa. Pokud nemáme uspokojenou nižší potřebu, nemůžeme uspokojit vyšší potřebu.

Fyziologické potřeby - Týkají se například jídla, kdy bychom dětem neměli jídlo nutit, ale dát jim na výběr. Například je namotivovat stylem (lžičku za maminku a za tatínka). Dále sem patří spánek. Nerušit spící děti, ale také vymyslet alternativu pro děti, které spát nechtějí. Dále vyměšování, kdy dítěti zajistíme dostatečné soukromí. Budeme citliví k dítěti a nebudeme ho trestat ani za zkoumání svého pohlavního orgánu, ale vysvětlíme mu, že tyto věci nemůže dělat na veřejnosti.

Potřeba bezpečí - Týká se prostředí, kdy odstraníme věci, které by mohli dítěti ublížit. Dále bezpečná učitelka, která by neměla být ironická, měla by dělat věci, o kterých je přesvědčená a objasnit, co se jí líbí a co ne, popřípadě vysvětlit své emoce. Důležitá jsou v mateřské škole také pravidla, dítě by mělo být seznámeno i s důsledky, pokud pravidla nedodrží.

Potřeba lásky a sounáležitosti - Při naplňování této potřeby je důležité hned několik faktorů. Jedním z nich je oční kontakt, kdy se díváme dítěti do očí, usmíváme se, dáváme dítěti najevo, že má naši pozornost, a pokud se to hodí a dítě si to zaslouží, můžeme mu dát za vykonanou práci dárek, nebo ho pochválit.

Potřeba uznání - Vyznačuje se úctou. Respektujeme dítě, například když vypráví, dáváme mu najevo, že nás to zajímá. Je tu důležitá také komunikace.

Potřeba sebeaktualizace a seberealizace-Představuje nejvyšší míru naplnění potřeb člověka. Jestliže z ní člověk udělá zkušenost, chová se podle ní v případě, že nižší rovina potřeb u něho není naplněna. Pro děti předškolního věku však platí, že potřebují, aby dospělí naplňovali nižší roviny jejich potřeb jako předpoklad pro dosažení roviny vyšší v pozdějším věku.³¹

V této kapitole jsem ukázala, jak je důležitá pro děti motivace. Učitelé v rámci kurikulárních dokumentů moc s pozorností dětí nepracují. Pouze pomocí motivace, kdy dítě snáze udělá úkol, pokud z něj vyplývá pro dítě dobrý cíl, než když ho bude dělat bez cíle nebo bez odměny. Děti mohou být namotivovány různě: „, Pokud to nedoděláš, nepůjdeme na oběd, pokud to uděláš,

³¹ Srov, SVOBODOVÁ, Eva. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*, str. 61-62

můžeš si to za odměnu sníst.” Také, jak bylo řečeno, je důležité pro pozornost a pro práci s dětmi prostředí, interakce mezi dětmi, věk, pohlaví, zájmy, učitel.

5. Pětidenní didaktický projekt – práce s mandalami s dětmi v MŠ Častrov

Didaktický projekt

Zásady pro plánování, provedení a vyhodnocení projektu přebírám ze skript Ludmily Muchové.

Cíl: Tato forma chce spojit školu a její organizační rámec s mimoškolní situací. Díky celistvému učení, ve kterém mají účastníci projektu prožít vzájemné působení vědomostí, zkušeností, myšlení, citění a jednání, mají získat schopnost ke společnému jednání, zaměřující se na problémy a nepostrádající vlastní zodpovědnost.

Předpoklady projektového působení

Před zahájením projektu musí být vše konzultováno s učitelem, protože riziko lze najít v tom, že žáci nevyhoví požadavkům v rámci svého věku nebo intelektu, nebo budou příliš přetížení.

Učitel tedy musí dbát především na splnění těchto předběžných podmínek:

1. Před zahájením musí být žáci dobře obeznámeni a zacvičeni v sociálních způsobech chování, v základních znalostech síťového plánování, v pracovních technikách a to během řízení učitelem.
2. Aby zabránil demotivujícímu přetížení žáků, měl by učitel začínat spíše malými úkoly, vedoucími k vyučování zaměřenému na projekt, nikoliv grandiózními projekty.
3. Tomuto typu vyučování prospěje odpovídající přestavba třídy:
 - sedací pořádek ve skupinách po šesti
 - vybavení malými tabulemi, tabulkami

Kritéria projektového vyučování

1. **Vztah k potřebám:** Zájmy a potřeby žáků určují výběr tématu projektu. V ideálním případě navrhnou žáci sami témata projektu. V tomto případě záleželo na tom, jakým způsobem budou tvořit.
2. **Vztah k situaci:** Projekt se vztahuje na skutečnou a aktuální situaci, kterou mohou žáci zakusit. Pokud nebudou bezprostředně vidět smysl své práce, žáci projekt neunesou.
3. **Interdisciplinarita:** Komplexní struktura projektových témat vyžaduje zpracování, které překračuje rámec jednoho oboru, či které vychází z různých odborných aspektů,

tzn., že vyžaduje spolupráci příslušných odborných kolegů mezi učiteli. Díky oborově-interním, přehledným projektovým tématům se lze ve fázi zacvičování do projektové práce vyhnout organizačním problémům vyplývajícím z kolegiální spolupráce.

- 4. Samostatná organizace procesu učení a vyučování žáků včetně hodnocení průběhu a výsledku:** Tento požadavek předpokládá bezvadné osvojení způsobů práce, které se vztahují k projektu. Např. vyhledávání materiálu, skupinové hledání rozhodnutí, techniku vytváření, hodnocení pramenů informací atd., a to v obvyklých formách vyučování, jinak žáci opouštějí pole učení díky stálému zážitku vlastní nemožnosti.
- 5. Orientace projektu:** Projekt usměřňuje k určitému „dílu“, v tomto případě na konci proběhla výstava prací, které si pak děti směly odnést domů.
- 6. Kolektivní realizace:** Všichni členové skupiny zodpovědně přispívají ke zpracování určitých přidělených či převzatých úkolů k výsledku projektu. Účastní se také řešení skupinově dynamických problémů, které se mohou vyskytnout, jako např. snaha vyhnout se práci, vykonávání nátlaku. Tato účast patří výrazně jako sociální cíl učení k projektové práci. V případě tohoto projektu nebyl na děti vykonáván žádný nátlak, pokud se dítě chtělo vyhnout práci nebo ztratilo pozornost, odešlo.
- 7. Společenská relevance:** Tou má být podtržena významnost projektu. Jde především o orientaci na aktuální události. Navíc by neměl být projekt prováděn samoučelně, nýbrž by měl přinášet i užitek pro jiné projekty a pro ty, kteří na něm pracují.

Průběh projektu:

1. Výběr témat

V závislosti na projektové zkušenosti žáků zadá učitel po zjištění zájmu téma projektu nebo ho nechá vybrat z několika témat či volně určit žáky. Rozhodnutí pro příslušné téma projektu musí být řízeno následujícími hledisky:

- Aktuálnost tématu
- Zájem žáků o téma
- Vzdělávací osnova tématu, eventuálně vztah k učebním osnovám
- Přiměřenost projektové metody pro určité téma
- Poměr mezi časovou náročností a očekávaným efektem, žáci mají sklony k předimenzovaným tématům
- Materiální náklady a obstarávání materiálu

- Věcné překážky jako organizace, prostory, média, kolegové..

1. Výběr témat

Určení cíle za pomoci žáků a identifikace žáků s jejich cíli projektu: jsou rozhodující pro jejich motivaci a připravenost dotáhnout projekt do konce. Obecná užitečnost projektu většinou nestačí – zvláště u menších dětí. Očekávají, že jejich zodpovědně vykonaná práce přinese bezprostředně viditelný užitek i jim. Učitel by měl tedy dbát kvůli spokojenosti práce, aby se sociální a osobní efekt užitečnosti doplňovaly.

2. Plánování

Jak plánování celkového projektu, tak plánování dílčích kroků v malých skupinách musí být:

- Zdůvodněno
- Oznámeno tak, aby to bylo všem účastníkům projektu přístupné (plánovací tabule, plakáty)

Základní znalosti techniky síťového plánování a domluvené symboly pro označení pracovních kroků zabraňují komplikacím v pracovních skupinách.

1. Provedení

- Malé skupiny zvládají svou práci v několika krocích zaměřených na úkol
- Metakomunikace o pracovním pokroku a o událostech, které jsou významné pro skupinovou dynamiku, jsou zaintegrované do práce v malých skupinách
- Na domluvených zastávkách (uzlových bodech) si malé skupinky vyměňují své dosavadní poznatky, potíže, eventuálně materiály. Náročné postupy s dělbou práce jsou směřovány tak, aby malé skupinky spolupracovaly až do konce projektu nezávisle a eventuálně si konkurenčně odebíraly své dílčí výsledky. Vzájemně spolupracovat může mimo jiné znamenat i to, že další plán práce musí být revidován. Při takových zastaveních se učitel nesmí – při zdrženlivosti – zbavovat funkce koordinátora. Přinejmenším musí účastníkům poradit s metodou ke zvládnutí vzniklého problému.

1. Hodnocení a reflexe

Společně je nutno zhodnocení celkového výsledku, projektového plánu i způsobu práce. Účastníci se společně dohodnou, zda a jakým způsobem má být výsledek projektu

zpřístupněn široké veřejnosti. V tomto případě si výsledek projektu odnesly domů a já získala poznatky o jejich koncentraci pro tuto práci.³²

6. Realizace projektu – práce s mandalami a s dětmi v MŠ Častrov

Didaktický projekt

Cíle projektu:

Seznámit děti se základy práce s mandalou.

Prostřednictvím pozorování zjistit, zda budou po těchto didaktických úkolech více koncentrovaní, při jakých úkolech je koncentrace vyšší a kdy naopak nižší, a jak dlouho vydrží udržet pozornost.

Očekávané kompetence dětí:

1. Děti rozumí, jaký typ obrazu se skrývá pod pojmem mandala
2. Soustředí se na aktivní práci při tvorbě mandal z přírodnin nebo z potravinového materiálu.
3. Zažívají ztišení a zklidnění při vybarvování mandal tištěných na papíře.
4. Samostatně aplikují své poznatky o mandalách tím, že vytvářejí jednoduché mandaly.

Plán projektu: Svou praktickou část explorativního výzkumu budu rozdělovat do pěti dní, kdy budu pracovat s 15 dětmi v mateřské škole. Děti seznámím s tím, že tématem budou mandaly. Nejprve v jednoduchosti vysvětlím, co to je. Na každý den jsem si připravila jeden didaktický úkol, a budu pozorovat, jak ovlivňuje práce s mandalami jejich pozornost, u čeho se soustředí více, u čeho méně, a jak tato pozornost souvisí s jejich zájmem o tvary mandal. Nechci být pouze ve třídě, vyrazíme také do přírody, protože místo také může mít vliv na jejich soustředění. Posoudím to spolu s pedagogem, který v mateřské škole pracuje.

Pozorování budu zanášet do tabulky, kterou budu mít předem připravenou. Budu do ní zaznamenávat své poznatky jak během, tak bezprostředně po skončení aktivity.

Za projevy soustředění budu považovat zájem a ztišení během činnosti.

³²Srov. Muchová, Ludmila, . *Cíle a cesty: metody, cíle a prostředky vyučování z pohledu obecné didaktiky pro učitele náboženství*. Str 61-66

Za projevy porozumění samotnému tvaru mandaly budu považovat dětské komentáře práce a vůbec jejich výroky o mandale.

6.1 PONDĚLÍ

AHOJ, JÁ JSEM MANDALKA A JDU POPRVÉ DO ŠKOLY!

Na první den si připravím vymyšlenou pohádku o mandale, která se chystá do školy, protože moje cílová skupina bude v předškolním věku a nikdo z dětí nebude mít odklad. Pohádku budu vyprávět za pomoci obrázků, které jsem sama namalovala. Ty budou namalovány tak, aby v nich byl zachycen děj příběhu. S dětmi si sednu v klidné, vyvětrané místnosti do kruhu tak, abychom všichni na sebe dobře viděli a zároveň slyšeli. Šest obrázků rozložím na koberec a budu je jednotlivě ukazovat a vyprávět, co se na nich právě odehrává. Děti budou mít za úkol obrázky uspořádat tak, aby byla zachována souvislost děje. Podle toho zjistím, v jaké míře budou dávat pozor a kolik dětí se bude hlásit, aby mi odpověděly. Tuto metodu jsem zvolila na seznámení dětí s tématem projektu.

Děj pohádky je o malé, kreslené mandale, která se ráno probudí a čeká ji první den ve škole. Na tento den se nemůže dočkat. Vstane, nasnídá se, vyčistí zuby, obleče se a jde do školy. Po cestě vyzvedne svého kamaráda, který jde také do školy poprvé. Ve škole je učitel uvítá, představí se jeden druhému, řeknou si co je čeká druhý den a jdou domů. Po cestě si vypráví zážitky a první dojmy ze školy a těší se na další den.

Viz. Příloha I.

MATERIÁL: 6 kartiček příběhu, které jsou na papíře ve formátu A4

MÍSTO: třída v mateřské škole

Očekávaná kompetence dětí:

Dítě zná, jak mandala vypadá.

Dítě si procvičí paměť a jemnou motoriku.

VÝSLEDEK:

| Jméno | Největší soustředění (minuty) | Nejmenší soustředění (minuty) | Dětské komentáře |
|---------|-------------------------------|-------------------------------|---|
| Filip | 10 | | Odpověděl na všechny otázky. |
| Adriana | 6 | 1 | Odpovídala na dvě otázky. |
| Mája | 3 | 9 | Hrála si s panenkou a povídala s holčičkou vedle sebe |
| Adélka | 1 | 8 | |
| Kuba | 1 | 9 | |

| | | | |
|---------|-----|-----|--|
| Lucinka | 2 | 8 | |
| Valča | 3 | 8 | |
| Peťa | 2 | 9 | |
| Průměr | 3,5 | 6,5 | |
| | | | |

6.2 ÚTERÝ

DEJ MI BARVIČKU!

Dětem přinesu omalovánku mandaly, kterou jsem sama předkreslila. V jednotlivých okýnkách budou tvary, které budou symbolizovat, jakou barvou je mají vybarvit. Například čtverec bude symbolizovat červenou barvu. Tato forma práce je pro děti předškolního věku ideální na zopakování tvarů. Dítě se je v tomto věku učí rozeznávat a mělo by je znát k zápisu do první třídy. Barvy by měli již znát z nižšího věku.

Viz. Příloha II.

MATERIÁL: papír, pastelky, voskovky

MÍSTO: Třída mateřské školy

Očekávané kompetence:

Dítě má základní vhled do poznání práce s mandalou, ví jak mandala vypadá a jak se zvýrazňují její tvary barevně.

Dítě si procvičí jemnou motoriku.

Dítě aplikuje své poznatky z mateřské školy na tuto činnost.

VÝSLEDEK:

| Jména | Největší soustředění | Nejmenší soustředění | Dětské komentáře |
|---------|----------------------|----------------------|--------------------------------------|
| Adriana | 5 | 14 | Bude to uprostřed. |
| Filip | 2 | 14 | Ta fialová je tam moc, to mě nebaví. |
| Lucka | 5 | 17 | Ona má ráda červenou. |
| Peťa | 1 | 7 | Co Čmáráš, Filipe? |
| Kuba | 2 | 5 | Adriance bude šest. |
| Mája | 1 | 7 | Moc to nemaluje. |
| Valča | 2 | 7 | Učím se kreslit. |
| Adélka | 2 | 7 | Auto, auto. |
| Průměr | 2,5 | 9,75 | |

6.3 STŘEDA

ZBYLO JEN PŘÁNÍ!

Dnes dostanou děti přírodniny. Za pomoci těchto přírodnin chci, aby sestavily mandalu. Tyto přírodniny donesu z domova. Tuhle formu práce jsem zvolila proto, aby se děti za pomoci jemné motoriky pokusily sestavit mandalu a poznaly, že nemusí být pouze namalovaná na obrázku, ale také v přírodě a kolem nás.

Viz. Příloha III.

MATERIÁL: ovesné vločky, rýže, mák, papír, lepidlo

MÍSTO: Třída mateřské školy

Očekávané kompetence:

- Dítě dostane zkušenost, že mandala může být i z přírodnin.
- Rozpozná její hlavní znaky
- Samostatně a soustředěně vytvoří tvar mandaly
- Procvičení jemné motoriky.

VÝSLEDEK:

| Jména | Největší soustředění | Nejmenší soustředění | Dětské komentáře |
|---------|----------------------|----------------------|-----------------------------|
| Adriana | 4 | 7 | Mě nevádí, že budu ulepená. |
| Filip | 4 | 8 | Už to nechci dělat. |
| Mája | 1 | 5 | |
| Kuba | 2 | 6 | |
| Adélka | 5 | 8 | |
| Lucka | 4 | 9 | |
| Valča | 5 | 8 | |
| Peťa | 4 | 9 | |
| Průměr | 3,625 | 7,5 | |

6.4 ČTVRTEK

ZAKULACENÁ DOBROTA

Dnes donesu do třídy perníková kolečka a děti si je podle fantazie nazdobí. Perníková kolečka připravím doma a k tomu i potřebné materiály v podobě našlehaného bílku na zdobení. Děti předem dostanou motivaci, že po ukončení činnosti si mohou perníková kolečka odnést domů nebo sníst po obědě.

Viz. Příloha IV.

MATERIÁL: perníčky, sníh z bílků na zdobení,

MÍSTO: Mateřská škola, kuchyň

Očekávané kompetence:

- Dítě rozpozná tvar mandaly i na nečekaném materiálu.
- Samostatně a soustředěně vytvoří tvar mandaly
- Dítě procvičí jemnou motoriku.

VÝSLEDEK:

| Jména | Největší soustředění | Nejmenší soustředění | Dětské komentáře |
|---------|----------------------|----------------------|----------------------|
| Adriana | 3 | 4 | To si pak sníme? |
| Filip | 1 | 4 | Mě to nebaví zdobit. |
| Kuba | 1 | 5 | Kdy to sníme? |
| Mája | 3 | 4 | Jdeme zdobit? |
| Lucka | 2 | 4 | To je moc sladký. |
| Petřa | 1 | 4 | |
| Adélka | 1 | 5 | |
| Valča | 1 | 5 | |
| Průměr | 1,6 | 4,3 | |

6.5 PÁTEK

CO NÁM ZBYLO?

Dnes děti budou opět samostatně vytvářet mandaly. Dostanou mnou předem připravená vystřižená kolečka, ke kterým si mohou vybrat pastelky. Tvary uvnitř mandaly si samostatně vytvoří a posléze je vybarví podle své individuality. Tato forma práce je zvolena právě proto, abychom zjistili, jak pozorné byly děti v minulých dnech a jaké poznatky si odnesly z předchozích činností.

Viz. Příloha V.

MATERIÁL: Papír, pastelky, fixy

MÍSTO: Mateřská škola

Očekávané kompetence:

- Dítě aplikuje svoje poznatky o mandalách prostřednictvím samostatné tvorby celé mandaly.
- Po celou dobu práce s mandalou bude soustředěné.
- Dítě procvičí dlouhodobou paměť.
- Dítě procvičí jemnou motoriku

VÝSLEDEK:

| Jména | Největší soustředění | Nejmenší soustředění | Dětské řeči |
|---------|----------------------|----------------------|-------------------------|
| Adriana | 1 | 5 | Nevím, jak to vypadalo. |
| Filip | 2 | 1 | To je smajlík. |
| Kuba | 1 | 4 | Udělám ji vlasy. |
| Mája | 4 | 3 | |
| Lucka | 2 | 2 | |
| Peťa | 1 | 5 | |
| Adélka | 1 | 5 | |
| Valča | 2 | 7 | |
| Průměr | 1,75 | 4 | |

Výsledek a prezentace projektu:

Didaktické vyhodnocení projektu: V rámci mého výzkumu jsem zjistila, že dětská koncentrace je největší při začátku činnosti, ale při tvoření ji rychle ztrácí. Průměrná doba největšího soustředění dětí nepřesáhla tři a půl minuty. Po pěti minutách zcela ztrácely pozornost (viz tabulky). Mandalas začaly postrádat svůj význam a děti je považovaly pouze za emotikony nebo omalovánky. Vývojová psychologie od Marie a Lidmily Vágnerových říká, že dvouleté děti by se měly dokázat soustředit pět minut, pětileté dítě až minut dvanáct. V případě mého projektu jsem pracovala s dětmi ve věku od 5-6 let. Nejvíce záleželo na tom, jakou činnost děti dělaly a jak se činnost bavila. Největší pozornost měly u tvoření z přírodnin, naopak nejmenší u zdobení perníčků. Co se týče pozornosti, tak žádné z dětí neudrželo pozornost více než šest minut. Práci sice dokončily, ale s odbíháním a menšími přestávkami.

Vysvětluji si to tím, že děti nejsou cvičeny v technikách meditace v průběhu celého roku.

Závěr

Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit, zda se soustředění dětí předškolního věku zvýší pomocí pedagogické práce s mandalami. Pracovala jsem s osmi dětmi v mateřské škole Častrov. V teoretické části práce jsem se postupně věnovala tématům: Mandaly, vývojově psychologický pohled na dítě předškolního věku s ohledem na koncentraci a mateřská škola a její podpora koncentrace v kurikulárních dokumentech.

V praktické části jsem na ně navázala vlastním didaktickým projektem, ve kterém jsem pozorovala soustředění dětí v mladším školním věku při práci s mandalami. Zjistila jsem, že soustředění při práci spíše klesalo, než se zvyšovalo (děti udržely pozornost mezi 1-3 minutou, po páté minutě už pozornost dětí rapidně klesala). Děti přistupovaly k mandalám spíše jako k omalovánkám, pracovním činnostem, než jako k něčemu, co by je vedlo ke ztišení, zklidnění a k soustředěné pozornosti.

Seznam zdrojů

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

BRAUEN, Martin. *Mandala: posvátný kruh tibetského buddhismu*. Přeložil Miroslav KRŮTA. Praha: Volvox Globator, 1998. ISBN 80-7207-145-9

BSTAN-DZIN-RGYA-MTSHO. *O Tibetu a tibetském buddhismu*. Praha: Panorama, 1992. ISBN 80-7038-263-5

DAHLKE Ruediger, *Mandaly léčí : terapie mandalou*, Olomouc:Fontána, 2011. ISBN 978-80-7336-628-5

DAHLKE Rudiger, *Mandaly světa:Kniha meditací a malování*, Praha:Pragma,1999. ISBN 80-7205-605-0

ELIADE, Mircea. *Obrazy a symboly: Esej o magicko - náboženských symbolech*. Brno: Computer press, 2004. ISBN 80-722-6902-x

FONTANA, David. *Psychologie ve školní praxi: [příručka pro učitele]*. Praha: Portál, 1997. ISBN 80-7178-063-4

GAUDING Madonna, *Mandaly od A do Z*, Praha: Metafora, 2012. ISBN 978-80-7359-322-3

GEISSELHART, Roland R. a Christiane HOFMANN-BURKART. *Trénink paměti a koncentrace: praktické techniky, cvičení, příklady a testy*. Praha: Grada, 2006. Poradce pro praxi. ISBN 80-247-1654-2

JUNG, Carl Gustav. *Mandaly: obrazy z nevědomí*. Přeložil Eva BOSÁKOVÁ. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1998. ISBN 80-85880-17-2

LAGMEIER Josef a KREJČÍKOVÁ Dana. *Vývojová psychologie*. Grada Publishing, 1998. ISBN 80-7169-195-x.

LOKŠA Jozef a LOKŠOVÁ Irena. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Portál 1999, ISBN 80-7367-176-X

MUCHOVÁ, Ludmila. *Cíle a cesty: metody, cíle a prostředky vyučování z pohledu obecné didaktiky pro učitele náboženství* Olomouc: Matice cyrilometodějská, 1996

MUCHOVÁ, Ludmila. *Úvod do náboženské pedagogiky*. Matice cyrilometodějská, 1994

Najbrtová Kristina, ŠÍPEK Jiří, *Projektivní metody v psychologické diagnostice*, Portál s.r.o.XLS, 2017, ISBN 9788026212607

ROESELVÁ, Věra. *Námět ve výtvarné výchově*. Praha: Sarah 1995, ISBN 80-238-3744-3

SVOBODOVÁ, Eva. *Vzdělávání v mateřské škole: školní a třídní vzdělávací program*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-774-9

ŠMELOVÁ Eva, SOURALOVÁ Eva a PETROVÁ Alena, *Společenské aspekty inkluze*, Nakladatelství Univerzita Palackého v Olomouci, 2017. ISBN 978-80-244-4911-1

VÁGNEROVÁ Marie, VÁGNEROVÁ Lidmila. *Psychický vývoj dítěte a jeho variabilita*. Praha: Karolinum, 1992. ISBN 80-7066-384-7

Velká kniha technik učení, tréninku paměti a koncentrace. Přeložil Zuzana VESELÁ. Praha: Grada, 2009. ISBN 978-80-247-3023-3

Abstrakt

Rozvoj koncentrace dětí předškolního věku pomocí pedagogického využití práce s mandalami.

Klíčová slova: Koncentrace, soustředění, mandaly, didaktické úkoly, mateřská škola, předškolní věk, rozvoj, motivace

Práce se zabývá mandalami a jejich vlivem na koncentraci dětí předškolního věku. Je rozdělená na část teoretickou a praktickou. V teoretické části se zabývá mandalami, jejich významem co se týče barev, tvarů, jejich historií. Dále se zabývá vývojem dětí předškolního věku a jak k jejich rozvoji koncentrace přihlíží kurikulární dokumenty. Praktická část obsahuje didaktické úkoly, které byly dělané a sledované právě v mateřské škole, kde byla pozorována dětská koncentrace.

Abstract

Development of Concentration in Pre School Children by Means of Pedagogical Use of Mandalas

Key words: concentration, mandalas, didactic tasks, kindergarten, preschool age, development, motivation

This thesis deals mandalas and their influence on concentration in preschool-age children. It is divided into a theoretical and a practical part. The theoretical part presents mandalas, their history, colours and meanings. It also deals with the development of children's concentration and curricular documents devoted to children's concentration. The practical part contains didactic activities done by children in a kindergarten, where we observed children's concentration.

Přílohy

Fotografie jsem pořídila se souhlasem rodičů i se souhlasem mateřské školy v Častrově.

Příloha I.



Příloha II.





Příloha III.



Příloha IV.



Příloha V.

