

# **Cvičení dětí s rodiči jako podpora práce učitele v mateřské škole**

Bc. Klára Jugasová

---

Bakalářská práce  
2020



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav školní pedagogiky

Akademický rok: 2019/2020

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(projektu, uměleckého díla, uměleckého výkonu)

Jméno a příjmení: **Klára Jugasová**  
Osobní číslo: **H17811**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Učitelství pro mateřské školy**  
Forma studia: **Prezenční**  
Téma práce: **Cvičení dětí s rodiči jako podpora práce učitele v mateřské škole**

### Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium literatury o komunikaci s dítětem v rodině a v mateřské škole.  
Vymezení teoretických východisek zaměřených na interakce s dítětem v rámci tělovýchovných činností v mateřské škole.  
Návrh tělovýchovného projektu zaměřeného na poznávání interakcí rodiče s dítětem.  
Realizace a ověření tělovýchovného projektu v mateřské škole.  
Evaluace tělovýchovného projektu a formulace doporučení pro praxi mateřských škol.

Rozsah bakalářské práce:  
Rozsah příloh:  
Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

#### Seznam doporučené literatury:

Kotátková, S. (2014). *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet* (2., rozš. a aktualiz. vyd.). Praha: Grada.  
Majercíková, J. (2015). Sporné aspekty úzkých vztahov rodiny a školy na začiatku vzdelávania. *Studia Paedagogica*, 20(1), 29-44.  
Sobotková, I. (2012). *Psychologie rodiny* (3. vyd). Praha: Portál.  
Uhrová, R. (2010). *Cvičení dětí s rodiči*. Praha: Grada.  
Volná, K. (2015). *Mámo, táto, cvičte se mnou!*. Olomouc: Rubico.  
Wechsler, K. (2013). *303 preschooler-approved exercises and active games: ages 3-5*. Alameda CA: Hunter House Inc., Publishers.

Vedoucí bakalářské práce: **Mgr. et Mgr. Viktor Pacholík, Ph.D.**  
Ústav školní pedagogiky

Datum zadání bakalářské práce: 4. října 2019  
Termín odevzdání bakalářské práce: 30. dubna 2020

U

1

L.S.

---

Mgr. Libor Marek / Ph.D.  
děkan

---

doc. PaedDr. Adriana Wiegerová, Ph.D.  
ředitelka ústavu

Ve Zlíně dne 27. listopadu 2019

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně .....  
21.4.2010

.....  
11

*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:*

*(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.*

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být i též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlášení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užíje-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlíádně k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce má teoreticko-aplikační charakter. Zabývá se společným cvičením dětí předškolního věku a rodičů. Cílem práce bylo vytvořit tělovýchovný projekt, který bude sloužit jako nástroj podpory práce učitele v mateřské škole. Teoretická část blíže objasňuje pojmy rodiny a jejich funkcí, cvičení dětí s rodiči jako formu vzájemné spolupráce rodiny a mateřské školy, vztah rodiny a mateřské školy s ohledem na spolupráci rodiče a učitele. Zaměřuje se na komunikaci mezi rodičem a dítětem. Stručně se zmiňuje o pohybových dovednostech a schopnostech dítěte předškolního věku s ohledem na RVP PV. Praktická část obsahuje didakticky orientovaný projekt, jehož náplní jsou tělovýchovné jednotky zaměřující se na společné cvičení dětí a rodičů. Na základě realizace tohoto projektu ve vybrané mateřské škole a následné evaluace je zpracováno doporučení pro realizaci společných cvičení dětí a rodičů s ohledem na podporu práce učitele v MŠ zaměřenou na komunikační styl využívaný rodiči.

Klíčová slova: interakce rodič a dítě, tělovýchovná jednotka, komunikační styl, hrubá motorika, pohybové dovednosti, komunikační strategie

## **ABSTRACT**

The bachelor thesis has theoretical and application character. It deals with preschool children exercising with their parents. The aim of this work was to create a physical education project that will serve as a tool to support the work of a nursery school teacher. The theoretical part closely explains concepts of family and their functions, children exercising with their parents as a form of mutual cooperation between the family and the kindergarten and the relationship between the family and the kindergarten while taking into account the cooperation of parents and teachers. It focuses on communication between parent and a child. It briefly mentions motor skills and abilities of preschool children with regard to FEP PE. The practical part contains a didactically oriented project, which contains PE units that focus on joint exercising of children and their parents. Based on the implementation of this project in the selected nursery school and subsequent evaluation, a recommendation for the implementation of joint exercises of children and their parents with regards to the work support of the kindergarten teacher is elaborated focused on communication style used by parents.

Keywords: parent-child interaction, physical education unit, communication style, gross motor skills, movement skills, communication strategy

## **Poděkování**

Ráda bych tímto poděkovala vedoucímu mé bakalářské práce Mgr. et Mgr. Viktoru Pacholíkovi, Ph. D., za odborné vedení mé bakalářské práce, cenné připomínky a rady. Dále bych také chtěla poděkovat rodičům, kteří se účastnili projektu za vstřícnost a ochotu. V neposlední řadě bych ráda poděkovala mé rodině a mému budoucímu manželovi za podporu a pomoc při studiu.

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

## OBSAH

<b>ÚVOD.....</b>	<b>10</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>11</b>
<b>1 INTERAKCE RODIČ A DÍTĚ.....</b>	<b>12</b>
1.2 KOMUNIKACE MEZI RODIČEM A DÍTĚTEM .....	14
1.3 KATEGORIZACE RODIN Z HLEDISKA JEJICH FUNKČNOSTI.....	17
1.4 FUNKCE RODINY.....	18
<b>2 RODINA A MATEŘSKÁ ŠKOLA.....</b>	<b>19</b>
2.1 SPECIFIKA VZTAHU RODINY A MATEŘSKÉ ŠKOLY .....	19
2.1.1 Výhody úzkých vztahů rodiny a školy.....	20
2.1.2 Rizika spojená s úzkým vztahem mezi rodinou a školou .....	21
2.2 RODINY, RODIČE A JEJICH VZTAH KE ŠKOLE .....	22
<b>3 CVIČENÍ RODIČŮ S DĚTMI JAKO FORMA SPOLUPRÁCE RODINY A ŠKOLY .....</b>	<b>25</b>
3.1 POHYB A DÍTĚ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU .....	25
3.2 POHYBOVÉ DOVEDNOSTI .....	26
3.3 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI.....	27
3.4 VÝVOJ DÍTĚTE PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU VE VZTAHU K POHYBOVÝM ČINNOSTEM.....	28
3.5 RVP PV A POHYBOVÉ ČINNOSTI.....	28
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST.....</b>	<b>33</b>
<b>4 TĚLOVÝCHOVNÝ PROJEKT – CVIČENÍ DĚTÍ A RODIČŮ.....</b>	<b>34</b>
4.1 CÍLE PRAKTICKÉ ČÁSTI.....	34
4.2 ZDŮVODNĚNÍ POTŘEBY PROJEKTU.....	34
4.3 POPIS PROJEKTU .....	35
4.4 CHARAKTERISTIKA DĚTÍ A RODIČŮ.....	36
<b>5 REALIZACE TĚLOVÝCHOVNÉHO PROJEKTU.....</b>	<b>37</b>
5.1 TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 1 .....	37
5.1.1 Průběh výstupu.....	38
5.1.2 Závěrečné shrnutí .....	40
5.1.3 Sebehodnocení .....	41
5.1.4 Hodnocení učitelky .....	41
5.2 TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 2 .....	42
5.2.1 Průběh výstupu.....	42
5.2.2 Závěrečné shrnutí .....	45
5.2.3 Sebehodnocení .....	45
5.2.4 Hodnocení učitelky .....	46



5.3	TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 3 .....	46
5.3.1	Průběh výstupu.....	47
5.3.2	Závěrečné shrnutí .....	49
5.3.3	Sebehodnocení .....	49
5.3.4	Hodnocení učitelky .....	50
5.4	TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 4 .....	51
5.4.1	Průběh výstupu.....	51
5.4.2	Závěrečné shrnutí .....	54
5.4.3	Sebehodnocení .....	54
5.4.4	Hodnocení učitelky .....	54
5.5	TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 5 .....	55
5.5.1	Průběh výstupu.....	55
5.5.2	Závěrečné shrnutí .....	58
5.5.3	Sebehodnocení .....	58
5.5.4	Hodnocení učitelky .....	59
5.6	TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 6 .....	60
5.6.1	Průběh výstupu.....	60
5.6.2	Závěrečné shrnutí .....	61
5.6.3	Sebehodnocení .....	62
5.6.4	Hodnocení učitelky .....	62
5.7	TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 7 .....	63
5.7.1	Průběh výstupu.....	63
5.7.2	Závěrečné shrnutí .....	65
5.7.3	Sebehodnocení .....	65
5.7.4	Hodnocení učitelky .....	65
5.8	TĚLOVÝCHOVNÁ JEDNOTKA Č. 8 .....	66
5.8.1	Průběh výstupu.....	67
5.8.2	Závěrečné shrnutí .....	68
5.8.3	Sebehodnocení .....	69
5.8.4	Hodnocení učitelky .....	69
<b>6</b>	<b>EVALUACE – ROZHOVORY S RODIČI (HODNOCENÍ) .....</b>	<b>70</b>
<b>7</b>	<b>EVALUACE – ROZHOVORY S UČITELKAMI (HODNOCENÍ) .....</b>	<b>75</b>
<b>8</b>	<b>INTERPRETACE ZÍSKANÝCH DAT PROJEKTU .....</b>	<b>79</b>
<b>9</b>	<b>DOPORUČENÍ PRO PRAXI.....</b>	<b>82</b>
	<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>83</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>84</b>
	<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK .....</b>	<b>86</b>
	<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>87</b>
	<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>88</b>
	<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>89</b>

## ÚVOD

Současná moderní společnost přináší velké změny ve všech směrech. K primární socializaci dítěte dochází v rodině. Pokud se tedy orientujeme na vztah rodiče a dítěte, můžeme si povšimnout proměny výchovného stylu rodičů. Jsou zde patrné dvě základní proměny, rodiče nevěnují dětem tolik času, je to způsobeno časovou náročností zaměstnání rodičů, touha po ekonomické zabezpečení rodiny s čímž je spojena i druhá proměna. Dochází k individualizaci dítěte, snaha dítěti dopřát vše, čeho rodiči nebylo dopřáno, nepřeborné množství aktivit atd.

S čímž je spojena i práce učitele v mateřské škole dále pak je MŠ, dochází zde k sekundární socializaci dítěte. Dítě se adaptuje na nová pravidla a podmínky. Snaží se respektovat a vnímat novou autoritu – učitele. Pro učitele v MŠ je velmi důležité rozpoznat vzájemný vztah rodiče a dítěte. Vzájemný vztah rodiče a dítěte se promítá i do chování dítěte v MŠ. Díky rozpoznání vztahu rodiče a dítěte, komunikačních stylů a technik, které rodič používá může učitel lépe pracovat s dítětem, dochází k efektivnější komunikaci mezi dítětem a učitelem.

V současné době mnohé MŠ nevyužívají různých možností např. společných akcí dětí a rodičů, projekty atd., které by jim právě blíže přiblížily vztah rodiče a dítěte. V této bakalářské práci se poukazuje na fakt, že je velmi důležité rozpoznávat vzájemné interakce mezi rodičem a dítětem. V teoretické části jsou vymezeny stěžejní pojmy zahrnující komunikaci mezi rodičem a dítětem, kategorizaci rodiny z hlediska její funkčnosti a také funkci rodiny. Dále pak specifika vztahu rodiny a MŠ, blíže pak vztah rodiny a MŠ jejich výhody a rizika spjatá s úzkým vztahem rodiny a školy. V poslední kapitole je vymezeno cvičení dětí s rodiči jako forma vzájemné spolupráce rodiny a MŠ s ohledem na pohybové schopnosti a dovednosti dětí předškolního věku, také rámcový vzdělávací program předškolního vzdělávání vymežující pohybové činnosti.

V praktické části je aplikačně zpracován a evaluován tělovýchovný projekt, který slouží jako podpora práce učitele v MŠ. Tato podpora práce učitele se zaměřuje na komunikační styl, který rodič při komunikaci s dítětem využívá.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 INTERAKCE RODIČ A DÍTĚ

Pro mou bakalářskou práci je velmi důležité vzhledem k výběru tématu vymezit pojem rodiny a její funkce, jelikož rodina utváří jedince a jeho osobnost již od narození a znalost rodiny a její funkčnosti či dysfunkčnosti je stěžejní. Dále pak se v této kapitole zaměřím na komunikaci mezi rodičem a dítětem, stěžejní je komunikační styl, který rodič využívá.

Problematikou a vymezení pojmu rodina se zabývá mnoho odborných textů a publikací. Zcela jednoznačná a vše objímající definice pojmu rodina neexistuje, jelikož výzkum rodiny zasahuje do několika vědních disciplín jako např. sociologie, pedagogika a další. Proto lze rodinu definovat různě.

Dle definice sociologické encyklopedie je rodina původní a nejdůležitější společenská skupina a instituce, která je základním článkem sociální struktury a základní ekonomickou jednotkou, jejímiž hlavními funkcemi je reprodukce trvání lidského biologického druhu a výchova, resp. socializace<sup>1</sup> potomstva, ale i přenos kulturních vzorů a zachování kontinuity kulturního vývoje (Jandourek, 2012).

Průcha vymezuje rodinu jako: „*Nejstarší společenskou instituci. Plní socializační, ekonomické, sexuálně – regulační, reprodukční a další funkce. Vytváří určité emocionální klima, formuje interpersonální vztahy, hodnoty, postoje, základy etiky a životního stylu. Z hlediska sociologického je formou začlenění jedince do sociální struktury.*“ (Průcha, 2003).

Rodina je teoretická kategorie i praktická zkušenost, která s určitou intenzitou a různým způsobem promítá do života každého z nás. O tom, jaký je člověk dnes se významnou mírou zasloužila jeho rodina. V systému rodiny je důležité zaměřit pozornost i na význam dětství, změřeni se na jeho sociální rozměr, význam role dítěte, který je ve vývoji rodinného života nenahraditelný (Majerčíková, 2012).

Irena Sobotková cituje ve své publikaci Psychologie rodiny také více definic rodiny, mimo jiné i definici Možného: „*Rodina je dnes vnímána současně v řádu světa ji obklopujícího jako instituce racionální, pragmatická, funkčně vertikálně hierarchizovaná a kulturně omezující a současně jako zvláštní soukromý svět autenticity, spontaneity, přirozené rovnosti a emocionality.*“ (Možný in Sobotková, 2003).

---

<sup>1</sup> Socializace – jedná se o celoživotní proces, v jehož průběhu si jedinec osvojuje specificky lidské formy chování a jednání, jazyk, poznatky, hodnoty, kulturu a začleňuje se tak do společnosti (Průcha, 2013).

Nakonečný definuje rodinu jako primární malou skupinu, která je sociologicky charakterizována jako společenská instituce tvořící důležitý stavební kámen lidské společnosti, neboť plní řadu významných společenských funkcí, kromě jiných se v ní uskutečňuje také primární socializace dítěte (Nakonečný, 2009).

Závěrem lze říci, že pro dítě je rodina nenahraditelným faktorem v jeho vývoji. V rodině dochází k primární socializaci dítěte po narození. Rodina formuje osobnost dítěte a také plní různé funkce mezi ty nejdůležitější patří biologická, respektive reprodukční funkce, socializační, ekonomická, emocionální (podrobněji o funkcích rodiny v kapitole 1.4).

## 1.1 Současná rodina

V této kapitole budou vymezeny znaky současné rodiny, jak je dítě vnímáno současnými rodiči pro lepší pochopení vývoje vztahu mezi rodičem a dítětem, také zmapován historický exkurz vývoje a proměny funkcí rodiny. V době pravěku byla rodina vnímána jako základní stavební jednotka, velmi významná byla vazba matky s dítětem. Ženy v této době zaujímaly specifické místo, jelikož byly oslavovány za jejich schopnost reprodukce, hlavní funkcí rodiny proto byla funkce reprodukční. Starověká společnost se lišila od pravěké, hlavní funkcí manželství bylo zplození syna jako pokračovatele rodu, žena se většinou zdržovala doma a starala se o chod domácnosti. Řecká společnost vnímala jako nejdůležitější ekonomickou funkci rodiny. Ve středověké společnosti je patrný nástup křesťanství, které se promítalo i do rodinných vztahů. Proměny úlohy muže je patrná, muž chránil rodinu, ale také pečoval o společné děti. Zdálo by se, že jsou zde patrné známky rovnocenného partnerství, které je časté v současné době. Nýbrž žena ve středověké společnosti zastávala spíše submisivní roli. Antická společnost se v mnohém podobala té středověké. Novověk je charakterizován nástupem průmyslové revoluce, žena se snaží prosadit ve společnosti svá práva. Postavení otce v rodině se měnilo, ryze patriarchální rodiny se začaly rozpadat. V rodině se začala projevovat citová empatie morální podpora mezi partnery. Nástup tovární výroby způsobil, že do továren byly přijímány ženy i děti, povinná školní docházka však omezila pohyb dětí na trhu práce.

Rodiče si pomalu začali uvědomovat, že vzdělání dítěte je nositelem nového, vyššího sociálního statusu. V 19. století masové rozšíření školství potvrdilo podporu dítěte jako jedince odlišeného od dospělého, nejen ve fyzických dispozicích, ale i v myšlení, prožívání schopnostech či potřebách (Majerčíková, 2012).

V návaznosti na historický vývoj vnímání rodiny, lze za základní znak současné rodiny vnímat pojem privátní individualizace. Což znamená vymanění se, z jakých si pout historických tradic, možnost rozhodovat se sám za sebe, volit si, nést odpovědnost za své rozhodnutí. Rizikem tohoto trendu současné rodiny je bezohlednost, snaha prosadit se na úkor druhých. Proto se také přidává i společenská kontrola, která přispívá k omezení těchto negativních jevů. Projevuje se to zejména formulací zákonů o povinné péči. V současné době rodičovství většině lidí přináší velké životní naplnění, ale také velkou ekonomickou zátěž. Velmi časté jsou v dnešní době rodiny, které se rozhodnou mít jedno dítě, či vůbec žádné. Dochází k odkládání mateřství, počet tzv. straších matek, rod od roku stoupá. Velmi častým jevem je neúplná rodina, což znamená jeden rodič s dítětem/děťmi (Možný in Helus, 2015).

Žena během dvacátého století získala značnou nezávislost, a to jak osobní, tak i finanční a společenskou. Velmi moderním se také ukázal životní styl singles<sup>2</sup>.

V naší zemi se zhruba od 70. let dvacátého století dochází k překonání společenského odsuzování spojeného s rozvodem. V současnosti mnoho odborníků tvrdí, že je velmi důležitá péče o děti a jejich výchova v tradičním smyslu, pokud je pomínuta hmotná stránka.

## 1.2 Komunikace mezi rodičem a dítětem

Mezi jednu z nejvýznamnějších interakcí mezi rodičem a dítětem patří komunikace. V následující kapitole se budou shrnuty styly a techniky komunikace mezi rodičem a dítětem, také pravidla komunikace v jednotlivých vývojových obdobích dítěte. Komunikace mezi rodičem a dítětem je stěžejní a je prostředkem k naplňování cílů a základních funkcí rodiny (kapitola 1.4). Komunikace může působit jako kompenzační faktor, pokud jedna z funkcí rodiny, selhává, také působí jako protektivní prvek, díky kterému může rodina projít období, které pro ni není zrovna příznivé. V mé práci se snažím o rozpoznání vztahu mezi rodičem a dítětem s ohledem na styl, techniky komunikace, které rodič využívá.

### 1. Styly komunikace

*Pasivní styl komunikace* – spočívá v tom, že samotný rodič je nekomunikativní. A v mnoha případech to učí i své děti.

---

<sup>2</sup>Singles – jedná se o životní styl, kdy si jedinec vybírá život o samotě. Věnuje tak více času své kariéře, zálibám atd.

V důsledku to znamená, že dítě neumí vyjádřit své pocity, emoce, přání či nesouhlas. Učí dítě, jak by se mělo správně chovat v daných situacích, avšak nedokáže určit, zda si dítě danou činnost přeje dělat, zda s ní souhlasí. Tento styl se může projevit v pozdějším pubertálním věku, kde se může projevit větším vzdorem a odporem k činnostem. Rodič tímto stylem učí dítě přizpůsobovat se, nechávat si názory pro sebe vyvolává tak v dítěti vnitřní rozpor, dítě nemusí s názory souhlasit, ale je zvyklé nevyjadřovat se.

*Agresivní styl komunikace* – ve většině případů dítě, které se snaží, komunikovat agresivním stylem zná ze strany svých rodičů tvrdost, nebo přehnanou přísnost. Znakem může být také nevyrovnanost, rodiče neprojevují dítěti lásku či ho až přehnaně rozmazlují.

*Asertivní styl komunikace* – rodiče své dítě učí upřímnosti a odpovědnosti. Učí ho, jak se má mít rádo, jak se má chovat k druhým lidem, jak je mít rádo a respektovat je (Špaňhelová, 2009).

## 2. Techniky komunikace

*Kompliment* – jiným slovem pochvala, za to, co dítě nebo i rodič udělali dobře. Jedná se o konkrétní sdělení toho, co si rodič myslí. Rodiče by měli komplimenty používat již od té doby, co se jim narodí dítě, avšak vždy by měli komplimenty užívat pravdivě a jednoznačně. Děti tím učíme pozitivnímu myšlení, a to vzhledem k své osobě tak i ostatním.

*Žádost* – jedná se o způsob komunikace, kdy rodič požaduje něco po dítěti a měl by se tak zamyslet jakým způsobem tuto žádost dítěti předává. Člověk, který žádost používá, by se měl soustředit na dítě, beze slov můžeš, nemůžeš a bez použití tázací věty.

*„Ne“, odmítnutí žádosti* – odmítání znají děti velmi dobře, velmi důležité ze strany rodiče je, aby si uvědomil, že děti většinou přebírají vzor od svých rodičů. Proto se k dětem chovejme, tak jak se chováme k sobě navzájem. Snažme se o to respektovat jejich aktuální stav.

*Podávání kritiky* – kritika je velmi důležitá pro život dítěte. Pro pravidlo kritiky platí, že vždy kritizujeme, co dítě udělalo, kritizujeme tak určitou věc či čin, ale v žádném případě nekritizujeme dítě. Pokud se jedná o kritiku, rodič by měl použít jinou intonaci hlasu, dítě by tak mělo poznat, že se „něco“ děje.

*Přijímání kritiky* – po podání kritiky by mělo přijít přijetí, omluva. Dítě by nemělo používat výmluvy a rodič by je neměl přijímat.

Je také důležité, aby se rodič k dané věci nevracel, formou výčitky či připomenutí události. Pokud se tedy dítě omluví, měl by průběh dne pokračovat plynně dál. Také platí pravidlo 1:1, pokud dojde ke konfliktu mezi otcem a dítětem, matka by se do této věci neměla plést.

Závěrem rodič by si měl u jakékoliv komunikace uvědomovat, že on je ten, kdo je pro dítě příkladem. On určuje pravidla a styl vzájemného soužití a respektování jeden druhého (Špaňhelová, 2009).

### 3. Pravidla komunikace v jednotlivých vývojových obdobích dítěte

*Prenatální období* – dítě se nachází v břiše matky, matka by měla dítěti sdělovat co děje, co zrovna prožívá.

*Novorozenecké období* – jedná se o důležitý start do života rodiny, o první měsíc života dítěte. Dítě velmi dobře vnímá atmosféru v rodině. Dítě již umí rozeznat výraz ve tváři, umí rozeznat veselost, úsměv, smutek, překvapení atd. Důležité v tomto období je slovo, novorozenec samozřejmě nerozumí významu, ale rozezná intonaci, zbarvení. V tomto období se učí rodič a dítě navzájem poznávat. Učí se vnímat jednotlivé signály.

*Kojenecké období* – období života v rozmezí od 1 do 12 měsíců života dítěte. Je důležité především mluvit o tom, co dítě dělá, jak se chová, v čem dělá pokroky. Snažíme se dítě povzbuzovat. V tomto období se dítě učí naslouchat, na konci 9. měsíce už dítě rozumí, co znamená ne, ano. Prožitky radosti sdělené ze strany rodiče dítěti jsou velmi důležité, dítě se tak učí radovat, učí se pozitivnímu vnímání světa.

*Batoletí období* – jedná se o období věku od 1 do 3 let. Je velmi důležité v tomto období mluvit o věcech, které se kolem něj dějí. Vše komentovat a upozorňovat na jednotlivé jevy, které se kolem dítěte vyskytují. V tomto období se nám začínají odkrývat povahové rysy dítěte. Dítě se snaží prosadit svoji individualitu. Rodič dává najevo dítěti jasně a zřetelně, jaké věci jsou povoleny a jaké ne. Rodič také využívá prvky neverbální komunikace, kdy dítěti svým výrazem v obličeji jasně ukazuje, co si právě myslí. Důležité aspekty komunikace v tomto období jsou konkretizace – komunikace je tak díky tomu pro dítě jasnější. Velmi důležitá je důslednost, a to jak v chování, tak i v komunikaci.

*Předškolní věk* – jedná se o období od 3 do 6 let věku dítěte. Dítě více komunikuje a často požaduje vysvětlení situace či jevu, objasnění, proč a zdůvodnění jak.



Dítě si v tomto věku vytváří určité vzorce chování, nápodobou podle toho, co vidí. Často je důležité vysvětlit dítěti význam slova i hanlivého, pokud dítě význam slova zná, nemá potřebu jej v budoucnosti používat. Také je důležité rozvíjet u dítěte zdravé sebevědomí, a to především slovně. V tomto období je velmi důležité používat pozitivní komunikaci. V tomto období je také velmi důležité vyprávění, které rozvíjí fantazii dítěte a také vysvětlování daných jevů, souvislostí, které dítě v tomto věku vnímá. V náročné situaci – smrt, konflikty rodičů by mělo dítěti být jasně, stručně a krátce sděleno co se děje (Špaňhelová, 2009).

### 1.3 Kategorizace rodin z hlediska jejich funkčnosti

V následující kapitole budou vymezeny kategorie rodin z hlediska jejich funkčnosti na jejichž základě lépe následně rozpoznat interakce mezi rodičem a dítětem.

*Rodina stabilizovaně funkční* – jedná se o rodiny, které zajišťují dětem všechny funkce uvedené výše.

*Funkční rodiny s přechodnými, více či méně závažnými problémy* – jedná se o rodiny s problémy, vždy je však dokážou vyřešit a vesměs se pozitivně rozvíjejí a upevňují. Těchto typů je velké množství a jsou velmi časté. Problémy jsou často způsobeny vnějšími vlivy či osobními rozpory a selháními. Ohrožení rodiny si, ale její členové uvědomují a v krizové fázi se snaží svým úsilím dát věci do pořádku. Hodnota rodiny je předními hodnotami jejich členů.

*Rodiny problémové* – jedná se o rodiny, které mají problémy, a také je zproblematizováno plnění jejich funkcí. Členové těchto rodin čelí krizi a hrozí rozpad rodiny. Vyuvíjejí úsilí dát věci do pořádku, hledají pomoc, která je ale účinná jen dočasně. Častou variantou je rozchod a hledání alternativ, jak uspořádat záležitosti, tak aby dítě trpělo minimálně.

*Rodiny dysfunkční* – rodiny, jejichž funkce jsou vážně a dlouhodobě narušeny. Situace v rodině se vymkla natolik, že jsou vážně ohroženy i děti samotné. Vystává nutnost zásahů vnějších institucí, rodina ale vždy nechápe učiněná opatření. Příkladem jsou rodiny zatížené alkoholismem.

Rodiny zatížené psychickými či jinými poruchami, které demoralizují společné soužití. Rozchod rodičů zanechává v těchto případech na dětech traumatické a dlouhodobě působící následky (Helus, 2015).

*Rodiny afunkční* – rodina neplní vůči dítěti svůj účel a dítě vysloveně ohrožuje. V rodině se hromadí různé patologické projevy, kde nezáměr o dítě přerůstá v nevráživý postoj vůči dítěti samému. Těchto rodin je u nás evidováno méně než 1 % (Matějček, 1992).

## 1.4 Funkce rodiny

V této kapitole budou vymezeny funkce rodiny. Jedná se o funkce, které rodina plní vůči svým příslušníkům, ale také vůči celé společnosti, funkce materiální, výchovné i emocionální jsou naplňovány skrze vzájemnou komunikaci rodinných příslušníků. Prostřednictvím komunikačních prvků se rodiče snaží např. překlenout ekonomické dopady špatné životní situace, snaží se různými komunikačními styly a strategiemi vychovávat své děti a také se snaží díky komunikačním technikám dodávat dítěti pocit bezpečí, emoční podporu atd.

Možný přisuzuje rodině následující funkce:

1. Funkce reprodukční – jedná se o naplnění sexuálního a rodičovského instinktu. Pokračování a podpora života rodiny skrze plození dětí. Společnost pro svůj rozvoj potřebuje stabilní reprodukční základnu.
2. Funkce materiální (ekonomicky – zabezpečovací) – zajišťuje především hmotné zabezpečení všech příslušníků rodiny. Z pohledu společnosti se jedná o zapojení do ekonomického systému společnosti – výrobní i nevýrobní sféra.
3. Funkce výchovná (socializační) – rodiče působí na své dítě a snaží se tak formovat jeho osobnost, hodnotové orientace, formuje se vlastní já. Z pohledu společnosti se dítě učí přizpůsobovat životu ve společnosti, osvojovat si návyky a způsoby chování v běžné společnosti.
4. Funkce emocionální (ochranná) – zajišťuje citovou podporu, pocit uznání a soužití pro své členy. Zajištění zázemí pro dítě, dopřát mu pocit bezpečí, zajištění ochrany (Možný, 2002).

## 2 RODINA A MATEŘSKÁ ŠKOLA

Výsledky mého projektu by měly sloužit jako podklad pro následnou práci učitelkám MŠ. Lepší spolupráce mezi učitelkou a rodičem, by měla směřovat k lepšímu rozvoji dispozic dítěte. Učitel, který zná rodinné prostředí dítěte, lépe chápe projevy dítěte, je schopen na ně rychleji reagovat a pracovat s dítětem s ohledem na výchovné prvky jeho rodiče (Koťátková, 2014).

Vztah s rodinami dětí je důležitým aspektem fungování každé školy. Objevuje se zde jakási všeobecná shoda, že budování a posilování spolupráce obou stran, jak rodičů, tak i samotné instituce je prospěšný pro dítě. Tento přístup je založen na přesvědčení, že integrovaný postup školy a rodiny je efektivní pro samotnou školu, rodiče, a především podporuje úspěch dětí, které navštěvují danou mateřskou školu. Uplatnění myšlenky o dobré spolupráci školy a rodiny v podmínkách mateřské školy je založeno především na tom faktu, že dítě před nástupem povinné školní docházky a v průběhu zvykání si na podmínky povinného vzdělávání potřebuje pro svůj úspěšný rozvoj návaznost v obou prostředích a lidech v nich. Promítá se to i do míry zapojení rodičů do záležitostí školy, která se snižuje s narůstajícím věkem dítěte. Se silnými vztahy školy a rodiny souvisí i různá dilema týkající se především profesní identity a autonomie učitelů, postavení a funkce rodičů a socializačních úloh školy (Majerčíková, 2015).

Rodina a škola jsou v sociálním vztahu, který je určitou formou společenského styku s téměř přesně určeným obsahem. Tento vztah je přirozeně modifikovaný aktivním chováním samotných rodičů a učitelů. Interakce mezi nimi je základem a také předpokladem jejich dalšího rozvoje. Je založená na vzájemném styku rodičů, dětí a učitelů, během kterého dochází k podmiňování a ovlivňování jejich činností a očekávání činností následujících (Zich, 1979).

### 2.1 Specifika vztahu rodiny a mateřské školy

Vztah školy a rodiny v předškolním vzdělávání disponuje specifickými, které vychází především z toho, jaký je věk dítěte, který je jedním z aktérů vzájemného vztahu. Od něj se poté odvíjí frekvence a obsah kontaktů mezi oběma stranami. Hlavním specifickým znakem mateřské školy a rodiny je každodenní kontakt učitelky a rodiče dítěte. Možnost denně navzájem komunikovat otvírá široký prostor rodiče informovat, motivovat a podněcovat ke spolupráci.

Samotný vstup do mateřské školy je velkou změnou nejenom pro dítě, ale také pro samotné rodiče. Sdílení emocí, naplňování potřeb a neprožité osobní interakce v rodině před nástupem dítěte do mateřské školy, předpovídají, že zájem rodičů a dětí a jejich účinkování v mateřské škole bude velký. Ochota a chuť spolupracovat je odrazem jejich snahy ulehčit tak dítěti adaptaci na nové podmínky, stejně tak zpětnou vazbou jejich zájmu bude nastavit další podmínky budoucího pokroku dítěte (Petrogiannis, Penderi in Epstein in Syslová & Majerčíková, 2014).

Další autoři upozorňují na to, že spolupráce rodiny a MŠ se musí budovat. Mateřská škola se snaží o to, aby udržela pozitivní klima, podněcuje různými způsoby zájem rodiny o dění v mateřské škole, nabízí k nahlédnutí výchovně vzdělávací programy pro děti, do kterých mohou rodiče do určité míry zasahovat – MŠ má v ŠVP obsažena pravidla a plán spolupráce rodiny a školy na daný školní rok (Syslová, 2016).

Základním východiskem je tedy především ochota rodiče aktivně se podílet na životě a rozvoji nového prostředí pro své dítě. Jak tento potenciál dokáže mateřská škola pro všechny strany účelně a efektivně využít je už je jen na mateřské škole samotné. V tomto směru se očekává od učitelů, že to budou právě oni, kteří najdou nové strategie a postupy, jak se s rodiči efektivně spolupracovat. Na tomto základě je postavena i má bakalářská práce, kdy pomocí poznání vztahu konkrétního rodiče a dítěte, dojde následně ve výchovně – vzdělávacím procesu ke zvolení lepších strategií a následně pak efektivnější spolupráci.

### **2.1.1 Výhody úzkých vztahů rodiny a školy**

V následující kapitole bude zmíněna koncepce Epsteina z roku 1995, která pojímá spolupráci školy a rodiny jako „překrývající se sféry vlivu“. Odkazuje se na více kontextů, které konfrontují jak rodinu, školu i komunitu, v které se nachází. Podle této koncepce se dítě naučí víc, když rodiče, učitelé a další členové komunity plní společné cíle a úlohy při učení dětí a žáků spolupracují, jednoznačně potvrzuje opodstatněnost spolupráce rodiny a školy (Epstein in Syslová & Majerčíková, 2014).

Výhody úzkých vztahů školy a rodiny mají dopad na všechny zúčastněné aktéry. Co se týče dětí, se efektivnost spolupráce odrazí v jejich budoucí školní úspěšnosti, a také může působit preventivně proti možným problémům spojených se školou. Učitel a škola mohou využívat rodičovské zdroje, ať už jsou to zdroje finanční, nebo profesní. Mohou také společně vytvářet vzdělávací obsahy, které kontroverzně vstupují mezi obě instituce, učitelé se také mohou podílet na řešení problémů v rodině tak, aby si ulehčili vlastní výchovně – vzdělávací působení.

Na straně rodičů přináší úzká spolupráce příležitost lépe porozumět dění ve škole, hlouběji a lépe poznat osobnost dítěte. Efektivněji s ním o škole komunikovat. Také mohou rodiče jistým způsobem vytvořit síť a rozvíjet mezi sebou podpůrné vztahy, které umožňují efektivní kontakty a výměnu zkušeností, které získali během rodičovství. Úplné naplnění ideální spolupráce je v edukační realitě provázáno nevyváženými postoji učitelů a rodičů k sobě navzájem. Takovéto postoje a z nich pramenící problémy mohou být důsledkem toho, že jsou v pedagogickém diskurzu<sup>3</sup> méně reflektované i sporné aspekty provázející tyto vztahy. Důležité je uvažovat i o tom, že úzce laděné vztahy mohou některé ze zúčastněných stran omezit či znevýhodnit (Majerčíková, 2012).

### 2.1.2 Rizika spojená s úzkým vztahem mezi rodinou a školou

Vztah školy a rodiny může být problematizovaný skrz sílu a charakter socializačních vlivů školy a rodiny. Jelikož socializační vliv školy a rodiny je odlišný v mnoha směrech. Úspěšnost socializace se odvíjí i od míry toho, jak je dítě schopno se přizpůsobovat novým věcem, dějům a prostředí, dle pak jak je schopné přijmout a být přijato. Síla socializace ve škole je postavena na tom, že dítěti je skrz médium školy zprostředkována ostatní společnost a kultura. Při vstupu dítěte do školy se dosah socializačních mechanismů rodiny stává nedostatečný. Emocionalita a intimita primární socializace, která probíhá v rodině, se ve škole rozšiřuje o prvky neosobních vlivů, často z hlediska dítěte pojmáno jako nátlakové vlivy, dodržování pravidel, která jsou platná pro všechny členy společnosti. Můžeme pozorovat rozdílné podmínky, které vytváří rodina, vzniká spontánně, její členové mají subjektivní zájem na naplňování svých potřeb a společných cílů. Jsou spojeni vazbami, pro které je charakteristická především emoční vazba. Na rozdíl od školy, kde se jedná o veřejnou socializaci nikoliv o intimní. Zprostředkované hodnoty a způsoby konání univerzální v sociálních a veřejných kontextech, škola vytváří pro socializační proces prostředí emocionálně odlehčené. Nicméně škola i rodina kopírují strukturu světa, ve kterém, budou žít děti jednou jako dospělí a samostatní jedinci.

V rámci socializačního procesu je pro dítě velmi důležitý dospělý, a to především rodič a učitel. V mateřské škole se od nich očekává socializační vliv, který je diferencovaný. Tento indikátor následně zásadním způsobem ovlivňuje možnosti společného postupu do školy a rodiny.

---

<sup>3</sup> Pedagogický diskurz – závazná společenská pravidla vědění a jednání v oblasti výchovně-vzdělávací, která se postupem času vyvíjí.

Úlohy rodičů a učitelů jsou různé, učitel se zaměřuje specificky na potřeby vzdělávání a je zodpovědný za všechny děti ve vymezeném prostředí školy, proto by úlohy učitele měly být objektivní, nezávislé a racionální. Při plnění daných úloh by měli využívat poznatky a schopnosti, kterými by měly přispívat k podpoře dítěte.

Přístup rodiče je vázán na zájem o vlastní dítě, emocionální návaznost, zodpovědnost za dítě, které je nepřetržitě. V chování rodiče je patrná zaujatost, a dokonce i iracionalita ve vztahu s vlastním dítětem a v komunikaci s učitelem o svém vlastním dítěti.

Sbližováním prostředí školy a rodiny, může být dítěti zúžená příprava na postupné přijímání a osvojování si zručností potřebných pro fungování v širších sociálních podnětech a s veřejným prostředím, ve kterém se v budoucnu ocitne. Rozdíly v socializačním prostředí jsou patrné, stírání rozdílů mezi těmito dvěma prostředími, srovnávání různých norem, které jsou užívány rozličně v rodině a ve škole, následky při jejich porušování, splynutí jazyka a komunikačních rovin využívaných jak ve škole, tak v rodině může negativně ovlivnit další sociální vývoj dítěte. Splynutí obou prostředí, nepřiměřené propojení lidí, kteří se v těchto prostředích pohybují, spojení se rodiče a učitele může vést k postavení dítěte versus dospělí, přílišná přítomnost rodiče ve škole, která je doprovázena otevřeností školy vůči rodiči může být nebezpečná.

Zachování charakteristických specifík pro školu a rodinu je velmi důležité. Udržení si rozdílů obou prostředí je významné pro dítě, které se díky těmto rozdílům v obou prostředích nachází nové sociální role, rozvíjí interpersonální vztahy, které využívá jak ve škole, tak i v rodině. Rozvíjí se u něj schopnost vnímat společnost a pravidla v ní a vytvářet postupně odstup od sebe samého. V dnešní rozmanité společnosti právě oddělení těchto dvou rovin školy a rodiny pomáhá jedinci orientovat se a rozlišovat sociální role, které jedna či druhá rovina přináší. Současné prosazování individualizace však přináší i tlak na současné vzdělávání, rodič více motivuje dítě, snaží se více zasahovat do vzdělávacího procesu, chce, aby jeho dítě mělo ty nejlepší podmínky vzdělávání, které přispějí k jeho rozvoji a také rozvoji celé jeho osobnosti (Majerčíková, 2012).

## 2.2 Rodiny, rodiče a jejich vztah ke škole

Rodiče jsou velmi důležitou součástí školy, jsou v ní každý den přítomní a učitel s nimi musí komunikovat a reagovat na ně. Do života a chodu školy se zapojují různou mírou. Dochází k diskuzím, které tvrdí, že působení rodičů ve škole může mít i negativní dopad.

### **Riziko exkluzivity**

Pochybnosti vztahující se k angažovanosti a zapojení rodičů jsou postavené na tom, že není možné ve škole vytvořit podmínky a situace, v rámci, kterých jsou navrhované a realizované také možnosti pro spolupráci do kterých jsou zapojeni všichni rodiče.

Jakmile dojde k tomu, že se nezapojují všichni rodiče, ale pouze někteří, otevírá se možnost, že dojde k znevýhodnění dětí nespolupracujících rodičů. Vychází se z předpokladu, že zapojení rodičů je posuzováno jako faktor školní úspěšnosti dítěte, mnozí rodiče si myslí, že jakmile nebudou zapojeni, tak to jejich dítě ovlivní a znevýhodní. Rodičovské zapojení tedy sebou nese i riziko exkluzivity, což znamená, že úspěch dítěte je podmíněn účastí rodiče ve škole. Úzká spolupráce školy a rodiny může být pro některé rodiče konkurenční, nebo naopak, může mít motivační funkci, kdy rodič bude pozitivně motivován se školou a učiteli spolupracovat v rámci rozvoje svého dítěte (Majerčíková, 2012).

### **Neutralizace sociálního zázemí rodiče**

Je velmi obvyklé, že se v jedné třídě rodiče a rodiny velmi liší. Ideální úzká spolupráce jako by závisela na tom, že i rodiče a rodiny jsou z různých sociálních tříd. Jakmile učitel používá jednotný přístup ke všem, může to vést k neúspěšné spolupráci a důsledkům mající význam pro rodiny samotné. Ideální spolupráci lze pojmout i jako projekt, v němž se otevírá nabídka různých možností, matky s nižším vzděláním budou pomáhat s jednoduššími úkoly, kdežto rodiče ze střední třídy budou součástí školské rady. Toto může vést i k riziku, kdy některé skupiny rodičů mohou být limitovány představami, obzvláště spojenými s problémem jejich způsobilosti participovat na vzdělávání (Majerčíková, 2012).

Šed'ová (2009) uvádí, že většina rodin není schopna naplnit partnerský model spolupráce školy a rodiny. Jelikož nejsou schopni produkovat a sdílet svůj sociální a kulturní kapitál, který by následně mohli vyměnit ve svém vztahu se školou. Proto je velmi důležité neustále rozlišovat postoje rodičů ke škole, učitelům, vzdělávání, jako možnosti a schopnosti, jakým se mohou podílet na dění ve škole (Šed'ová, 2009).

### **Koncept příliš mnoho**

Rodiče jsou některými učiteli považováni za původce problémů, s kterými je potřeba se vypořádat, ne jako s rovnocennými partnery, kteří sdílí své zájmy a odpovědnost za edukační proces. Mimo nespolupracující rodiče a znevýhodněné rodiče, se objevuje skupina rodičů, kteří spolupracující až příliš. Učitelé často hovoří o rodičích, kteří se zapojují nadměrně, myslí si, že ví o vzdělávání svého dítěte více než učitel samotný a tím tak podrývají autoritu učitele. Tento koncept se týká především rodičů, kteří jsou z pohledu učitelů příliš průbojní, zainteresovaní a až příliš kontrolující a kritičtí k učebnímu stylu učitele. Tento koncept přináší mnoho problémů mezi učitelem a rodiči (Majerčíková, 2012).

Závěrem této kapitoly vyplývá, že role učitele a rodiče sehrává v životě dítěte významnou roli. Úlohy každého z nich se však liší, nicméně učitel by měl při plnění svých úloh využívat poznatky, které budou přispívat k podpoře rodiče.



### 3 CVIČENÍ RODIČŮ S DĚTMI JAKO FORMA SPOLUPRÁCE RODINY A ŠKOLY

Jedná se o formu společného cvičení rodičů a dětí, které pozitivně ovlivňuje jak děti, tak i rodiče. Děti i rodiče spolu navazují a prohlubují společný vztah, snaží se lépe vnímat jeden druhého. Cvičení dětí a rodičů je prověřenou variantou společných pohybových činností rodičů a dětí, kde se pozitivně rozvíjí jak psychický stav dítěte, který je propojen s emocionální oporou dítěte rodičem, ale i fyzickým rozvojem ke kterému dochází prostřednictvím přirozeného propojení společných cvičení dětí a rodičů a také při společných pohybových hrách (Borová, 2006).

#### 3.1 Pohyb a dítě předškolního věku

Pohyb je pro děti velmi důležitý, jedná se o jeden z nevyhnutelných předpokladů přirozeného tělesného vývoje, upevňování zdraví a zdravých návyků, postupné zvyšování tělesné zdatnosti, ale i pro jejich další sociální rozvoj (Kaplan, Bartůněk, & Neuman, 2015).

Dvořáková uvádí, že pohyb je: *„Prostředkem seznamování se s prostředím, prvním učením, jak ovládnout své tělo, jak si poradit se svým okolím a tím nabýt potřebné zkušenosti. Pohyb je prostředkem, jak vyjádřit sebe sama a komunikovat s ostatními. Je také prostředkem získávání sebevědomí, hodnocení sebe samého, vzájemného srovnávání, pomáhání si, soupeření a spolupráce.“* (Dvořáková, 2011).

Pohyb je neoddělitelnou částí života od okamžiku početí až do momentu konce života. Zkušenosti dítěte s pohybem hrají významnou roli při utváření jeho osobnosti, jeho emocionálního rozvoje (Goddard Blythe, 2012).

Tělesná stránka dítěte a duševní rovina jsou neoddělitelné složky a vývoj jedné složky navazuje na druhou a podmiňují její rozvoj. Správné zapojení svalů má vliv na správné fungování nervových center, které souvisí s učením (Kleplová & Pilná, 2011).

Jednou ze základních biologických potřeb dítěte předškolního věku je objevování světa právě díky pohybu. Úroveň pohybových dovedností souvisí s možnostmi provádět je a procházet různými vývojovými podobami.

Pohybové činnosti a možnost tělesného zatěžování souvisí s tělesným vývojem. Jak nadále zmiňuje Dvořáková: „*Dítě předškolního věku prochází velmi výrazným biologickým a fyziologickým vývojem. S tím je spojena funkční úroveň orgánů těla a rozvoj pohybových schopností a dovedností. Zanedbání nebo omezení tohoto vývoje může brzdit celkový rozvoj dítěte a bránit využití jeho psychického a intelektuálního potenciálu*“ (Dvořáková, 2011).

### 3.2 Pohybové dovednosti

Pohybové dovednosti nejsou vrozené, jsou to učením získané předpoklady. Při učení se pohybovým dovednostem se rozvíjí jak vnímání vlastního těla, úroveň a kvalita pohybu, orientace v prostoru, vnímání různé intenzity pohybu. V mateřské škole je potřeba se zaměřit na uvědomělé ovládání vlastního těla, jeho pohybů a nabídnout tak dětem co největší množství možností pohybových dovedností. K tomu je potřeba vytvářet prostorové podmínky, obměňovat vybavení v mateřské škole, a to různými pomůckami a náradím. Na základě pozorování se zaměřit na individuální práci s dítětem, zaměřit se na problémové oblasti a snažit se neustále zlepšovat, neopomíjet ani oblasti, které se zdají jako bezproblémové.

Volfová a Kolovská mezi pohybové dovednosti řadí:

**Nelokomoční pohyby** – polohy těla, pohyby na místě a pohyby částí těla. Děti se tak seznamují s různými polohami těla a učí se je tak správně napodobit. Také poznávají různé části svého těla.

- Vnímání a ovládání vlastního těla – vnímání sebe samého, orientace na svém těle, zapojení všech smyslů.
- Rovnováha – trénink rovnováhy je prospěšný pro posílení svalového aparátu, který zajišťuje vzpřímené držení těla.

**Lokomoční pohyby** – co se týká významu slova lokomoce, jedná se vždy o pohyb z místa na místo. Řadíme sem poskoky, lezení, chůzi, běh atd.

- Lezení – vývojově první lokomoční dovednost. Zprvu vratké, nekoordinované, velmi rychle však dítě leze velmi rychle.
- Chůze a běh – chodit začíná dítě během prvního roku života, o běh se pokouší mezi prvním a druhým rokem. Běh se řadí mezi nejpřirozenější činnosti dítěte předškolního věku. Raná chůze i běh se vyznačují krátkými kroky, širokou stopou. Postupně se prodlužuje krok a zužuje stopa.

**Manipulační dovednosti** – u manipulačních dovedností se jedná především o to vyzkoušet si, co daný předmět dovede, jak se s ním zachází a k čemu je dobrý. Pro děti je to velmi přitažlivé, ovládat různé pomůcky, zkoušet k čemu jsou (Volfová & Kolovská, 2008).

### 3.3 Pohybové schopnosti

Pohybové schopnosti lze zjednodušeně definovat jako vrozený vnitřní předpoklad k pohybové činnosti. Lze také říci, že se jedná o schopnost, která je vysoce ovlivněna dědičností, ale zároveň také možnostech uplatnění během života. Pohybové schopnosti jsou základem pro zvládnutí pohybových dovedností v určité kvalitě.

Mezi pohybové schopnosti řadíme:

**Silové schopnosti** – umožňují zvládat své tělo a pohybovat jím, snažit se překonávat i odpor. Silová schopnost je závislá na svalových vláknech.

**Vytrvalostní schopnosti** – dávají předpoklad vytrvat v pohybové činnosti delší dobu. Může se jednat o lokální vytrvalost, kdy je zapojeno omezené svalstvo, nebo se jedná o celkovou vytrvalost, zde je zapojeno velké množství svalů. Optimální pro rozvíjení vytrvalostních schopností je možnost volného pohybu v dostatečném prostoru a také vhodnými pomůckami jako jsou míče, lana, obruče atd.

**Rychlostní schopnosti** – jedná se o schopnost provést pohyb, co nejrychleji. Řadíme zde rychlost reakční a rychlost akční – rychlost provedení různých pohybů. Tato schopnost je spojená s funkcí nervové soustavy a mozku. V průběhu předškolního věku dozrává nervová soustava, proto rychleji reaguje dítě šestileté než tříleté.

**Pohyblivostní schopnosti** – jiným slovem také flexibilita, pohyblivost v kloubech, jejich rozsah. Předškolní děti nemají zcela dorostlé a zpevněné klouby. V mateřské škole je vhodné zařadit různá protahovací cvičení.

**Koordinační schopnosti** – schopnost ovládnout své tělo, naučit své tělo rychle novou dovednost. Propojení centrální nervové soustavy s nervosvalovým řízením. Řadíme zde schopnost rytmickou, orientace v prostoru. Dobrá koordinační schopnost vede ke snadnějšímu učení se novým dovednostem (Syslová, 2008).

### 3.4 Vývoj dítěte předškolního věku ve vztahu k pohybovým činnostem

V průběhu prvního roku se dětské tělo vyvíjí velmi rychle. Ve třech letech je pro dítě typická batolecí proporcionální postava, což znamená krátké končetiny a kulovitý trup s vystouplým břichem. Hlava je velká k poměru těla. Mezi čtvrtým a šestým rokem dochází k růstovému spuru, tělo se začíná vytahovat. Hlava se, zda menší k poměru těla. Celkově postava získává proporce dospělého člověka.

Kosti nejsou u dětí předškolního věku ostifikovány. Nejsou dokončena kloubní spojení a zpevnění vazy a kloubními pouzdry není úplné. V době růstového spuru se vyvíjí intenzivnější větší svalová hmota, což dává předpoklad pro lepší rozvoj hrubé motoriky. Je nutno v tomto věku zavádět přiměřené pohybové aktivity a tím tak předcházet funkčním disproporcím.

Co se týče funkčnosti vnitřních orgánů, je třeba zmínit systém srdečně cévní a dýchací systém. Jejich objem je relativně malý a při zátěži se nezvětšuje. Díky tomu, děti zvládají zátěž trvajících delší dobu při vysoké intenzitě než zátěž maximální. Dozrávání mozku u dětí předškolního věku přispívá ke kvalitě řízení pohybu, jež rozvíjí rovnováhu, rytmičnost atd.

Psychický rozvoj dítěte, dítě předškolního věku je egocentrický, psychika je labilní z hlediska pozornosti a emocí. Převažuje u něj vzrušivé chování. Kolem tří let se u dítěte rozvíjí sebeuvědomění provázané sebezpozorováním, snahou po samostatnosti a vzdorovitým chováním. Dítě je do jisté míry schopno porovnávat své chování s ostatními a také je schopno hodnotit sebe samo (Duranková, Surmanková, & Pavúk, 2018).

### 3.5 RVP PV a pohybové činnosti

Tato podkapitola je velmi důležitá, jelikož aplikační část je tvořena pro děti předškolního věku, proto se snažím pohybové činnosti navázat na rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání, dále pak jen RVP PV. Obecně je RVP PV rozdělen na cíle předškolního vzdělávání, kam řadíme rámcové cíle a klíčové kompetence, dále nám pak RVP PV vymezuje vzdělávací oblasti, podmínky předškolního vzdělávání, vzdělávání dětí se speciálními vzdělávacími potřebami, vzdělávání nadaných, dětí od dvou do tří let, zásady pro zpracování školního vzdělávacího programu, dále pak jen ŠVP, kritéria souladu ŠVP a RVP PV a povinnosti učitele mateřské školy.

Zaměřím se na pohybové činnosti předškolních dětí, které jsou obsaženy v jednotlivých oblastech RVP PV, a pokusím se poukázat na provázanost mezi jednotlivými oblastmi. Také se budu snažit vyzdvihnout, proč je zrovna daná oblast důležitá a jakým způsobem je možno ji ve společném cvičení dětí a rodičů rozvíjet.

### **Dítě a jeho tělo**

Hlavním záměrem této oblasti je oblast biologická, jedná se především o podporu zdravého růstu a nervosvalového vývoje dítěte. Také přinášet dítěti fyzickou pohodu s čímž úzce souvisí i pohoda psychická. Zlepšovat tělesnou zdatnost, pohybovou a zdravotní kulturu dítěte. Podporovat rozvoj pohybových a manipulačních dovedností, učit dítě sebeobsluze, vést jej ke zdravým životním návykům a postojům.

Vzdělávací nabídka zahrnuje lokomoční pohybové dovednosti, manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty a pomůckami atd. Tyto činnosti se snažíme použít i při společných pohybových činnostech dětí a rodičů, kdy rodič vstupuje do role „pomocníka“, díky tomu dochází k prohlubování vztahu mezi rodičem a dítětem, rozvoji komunikačních prostředků a další.

Zdravotně zaměřené činnosti, cviky vyrovnávací, protahovací a další. Hry zaměřené na psychomotorický a smyslový rozvoj dítěte. Hudebně pohybové hry, činnosti zaměřené na poznávání lidského těla a jeho částí. Činnosti relaxační a pohodové. Všechny tyto činnosti a hry také uplatňujeme při tvorbě aplikační části práce, kdy se snažíme hry přizpůsobovat kooperaci s rodičem (RVP PV, 2018).

### **Dítě a jeho psychika**

Hlavním záměrem této oblasti je podporovat duševní pohodu, psychickou zdatnost a odolnost dítěte vůči vnějším vlivům. Právě ve společném cvičení dětí a rodičů, rodič vstupuje do role „pomocníka“, „motivátora“, kdy se snaží být dítěti na blízku při případném neúspěchu, snaží se ho motivovat k dalším činnostem, pozitivně hodnotí své dítě. Dochází také k podpoře rozvoje intelektu, řeči a jazyka a poznávacích procesů a funkcí, sebepojetí, kreativity a sebevyjádření. Úlohou učitele je také stimulovat osvojování a rozvoj vzdělávacích dovedností a povzbuzovat dítě v dalším učení, poznávání a rozvoji.

Tato oblast zahrnuje tři podoblasti, a to jazyk a řeč, poznávací schopnosti a funkce představivosti a fantazie, myšlenkové operace a sebepojetí, city a vůle (RVP, 2018).

*Jazyk a řeč*

Mohlo by se na první pohled zdát, že tato oblast s pohybovými činnostmi nesouvisí, nýbrž opak je pravdou. Mluvení je motorická činnost, díky cvičení jemné motoriky se snažíme ovládnout svá mluvidla díky tomu i řeč. V návaznosti na cvičení dětí a rodičů je tato činnost velmi důležitá, jelikož dítě se učí také nápodobou. Při společném opakování básně spolu s rodičem se dítě učí správně vyslovovat, slova se učí také napodobovat tancem či dramatizací pohybů. Rodič dítě pozitivně motivuje ke správné výslovnosti slov. Součástí her bývají i říkadla, kde si děti cvičí jak výslovnost, tak i rytmus řeči. Při pohybových hrách často vysvětlujeme pravidla, obvykle to vede k otázkám či odpovědím, kde se dítě snaží formulovat své myšlenky a smysluplně se vyjadřovat, při objevování témat s rodičem se dítě snaží o rozvoj diskuze (Dvořáková, 2011).

Vzdělávací nabídka zahrnuje rytmické hry, řečové a sluchové hry, samostatný mluvní projev. Vyprávění, přednes, komentování toho, co vidělo či zažilo. Poslech příběhů a pohádek (RVP PV, 2018).

*Poznávací schopnosti a funkce, představivost a fantazie, myšlenkové operace*

Cíle této podoblasti je možno naplňovat prostřednictvím právě pohybových činností, v pohybových hrách se uplatňují aspekty řešení problémů, a právě také jejich uplatnění při cvičení s rodiči či samostatně. Např. při společném cvičení dětí a rodičů, kdy úkolem je předat míč rodiči, dítě analyzuje situaci, jakým způsobem je nejlepší předání apod. (Dvořáková, 2011).

Vzdělávací nabídka zahrnuje spontánní hry, volné hry s materiálem a předměty, hry zaměřené na procvičování paměti, námětové hry a činnosti, konkrétní operace s materiálem, přímé pozorování přírodních a kulturních jevů v okolí dítěte, motivovanou manipulaci s předměty a zkoumání jejich vlastností (RVP PV, 2018).

*Sebepojetí, city, vůle*

Pohybové činnosti nabízí nepřeberné množství možností pro posílení sebepojetí a sebevědomí, stejně tak jako pro jeho snížení. Je velmi úzce spjato s úspěchem a hodnocením, ve cvičení rodičů a dětí je právě rodič důležitým prvkem, kdy dítěti dodává sebevědomí, snaží se ho pozitivně motivovat, ale i objektivně hodnotit.

Při případném neúspěchu, rodič motivuje dítě a dodává mu sebedůvěru k další činnosti (Dvořáková, 2011).

Vzdělávací nabídka obsahuje spontánní hry, činnosti zajišťující radost, veselí a pohodu. Hry pro rozvoj vůle, vytrvalosti a sebeovládání, činnosti přiměřené silám a schopnostem dítěte a úkoly s viditelným cílem a výsledkem, v nichž může být dítě úspěšné, cvičení v projevování citů, dramatické činnosti, estetické a tvůrčí aktivity (RVP PV, 2018).

### **Dítě a ten druhý**

Hlavním záměrem této oblasti je podporovat rozvoj v interpersonální oblasti, což znamená podporovat utváření vztahů, což se právě potvrzuje ve společném cvičení dětí a rodičů, kdy se snažíme proniknout do vztahu rodič a dítě a společným pohybovým cvičením i posilovat jejich společný vztah, a to i s učitelem, také s ostatními dětmi i dospělými, obohacovat vzájemnou komunikaci a zajišťovat pohodu těchto vztahů (RVP PV, 2018).

Z hlediska pohybových činností se tato oblast zaměřuje na sociální rozvoj dětí. Hry, které vytvářejí situace pro vnímání a respektování druhých, dodržování určených pravidel v samotné hře nebo při orientaci a pohybu v prostoru. Tyto situace se tak stávají modelovými pro život (Dvořáková, 2011).

Vzdělávací nabídka obsahuje běžné komunikační aktivity dítěte s druhým i s dospělým, sociální a interaktivní hry, hraní rolí, společenské hry, kooperativní činnosti ve dvojicích či skupině, modelové situace, při nichž se dítě učí respektovat druhého, právě na tuto oblast jsme se zaměřili v aplikační práci, kdy se dítě snaží spolupracovat jak s učitelem, tak s rodičem tak i s ostatními dětmi a rodiči, snaží se je respektovat a řešit případné problémy. Hry a situace, kde se dítě učí chránit soukromí a bezpečí své i druhých (RVP PV, 2018).

### **Dítě a společnost**

Hlavním záměrem této oblasti je uvést dítě do společnosti ostatních lidí a snažit se dítě seznámit s pravidly soužití s ostatními lidmi právě ve společném cvičení dětí a rodičů se snažíme skloubit to, aby dítě umělo pracovat jak se svým rodičem tak i ostatními dospělými a snažilo se respektovat a projevovat úctu k potřebám ostatních dětí, uvést je do světa materiálních a duchovních hodnot, do světa kultury a umění, pomoci dítěti osvojit si potřebné dovednosti, návyky i postoje a umožnit mu aktivně se podílet na utváření společenské pohody ve svém sociálním prostředí (RVP PV, 2018).

V této kapitole pohybové činnosti nabízejí spolupráci ve skupině, vytváření vztahů. Také díky pohybovým činnostem dochází ke spolupráci s kamarádem, skupinou vzájemné propojení, ale i soupeření. Díky pohybovým činnostem se dítě učí prožívat společný či individuální úspěch, hrát fěr podle pravidel, učí se morálním hodnotám.

Získání kulturně – estetických dovedností lze zprostředkovat v individuální rovině skrze sebezpečí, vnímání těla, tvořivost v pohybu. Je velmi důležité respektovat přiměřené pohybové dovednosti, respektovat jejich předpoklady a možnosti (Dvořáková, 2011).

Vzdělávací nabídka obsahuje různorodé společenské hry, tvůrčí činnosti pohybové, dramatické, literární. Přípravy společných zábav a slavností jako jsou sportovní akce, kulturní programy, aktivity přibližující dětem pravidla vzájemného styku. Hry a praktické činnosti uvádějící dítě do světa lidí, jejich občanského života a práce. Aktivity přibližující dítěti svět kultury a umění a umožňující mu poznat rozmanitost kultur (RVP PV, 2018).

### **Dítě a svět**

Hlavním záměrem této oblasti je založit u dítěte environmentální povědomí, elementární poznatky o okolním světě a jeho dění a o vlivu člověka na životní prostředí – cvičení dětí a rodičů se snažíme vést s dětmi diskuze na témata, rozvíjet jejich povědomí ve všech směrech. Snažíme se o otevřený a odpovědný postoj dítěte k životnímu prostředí (RVP PV, 2018).

Tělovýchovné aktivity a pohybové aktivity jsou každodenní součástí života, a proto se uplatňují i v této vzdělávací oblasti. Dítě si během života utváří vztah k určitému místu, kraji. Pocit sounáležitosti s určitým místem lze podporovat výlety, návštěvami památek, túrami po krajině atd. Na výletech a túrách se dítě seznamuje s krajinou, rostlinami, zvířaty. Děti se učí, jak se chovat v přírodě, jak pečovat o přírodu. Přírozenou cestou se tak dozvídá o přírodním prostředí a vhodné péči o něj. Pomocí pohybových činností se tak dítě přizpůsobuje vývoji v prostředí v rámci ročních období. V současné době se v našich mateřských školách objevují čím dál tím více děti různých národností, a to hlavně díky migraci, zesilující globalizaci. Proto bychom měli respektovat různá kulturní prostředí, využíváme nové poznatky a snažíme se je zprostředkovat ostatním dětem. Do této oblasti řadíme také kulturní a sportovní akce v městech a obcích. Snažíme se dětem zprostředkovat i celosvětové události jako jsou olympijské hry a další významné události, dětem se snažíme přiblížit jejich význam a tradici (Dvořáková, 2011).

Vzdělávací nabídka obsahuje pozorování blízkého okolí a života v něm, aktivity zaměřené na praktickou orientaci v obci či městě, hry a aktivity na téma dopravy, přirozené a zprostředkované poznávání přírodního okolí, kognitivní činnosti, praktické činnosti na jejich základě se dítě seznamuje s různými přírodními i umělými látkami a materiály, ekologicky motivované hry, smysluplné činnosti přispívající k péči o ŽP (RVP PV, 2018).



## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 TĚLOVÝCHOVNÝ PROJEKT – *CVIČENÍ DĚTÍ A RODIČŮ*

Praktická část se zaměřuje na cvičení dětí a rodičů, ve kterých se snažím rozpoznat interakce mezi rodičem a dítětem předškolního věku navštěvující mateřskou školu. Cvičení jsou rozdělena do 8 výstupů. Téma každé jednotky je spojeno se zvolenou pomůckou. Každý výstup je rozdělen na motivační část, kdy dětem a rodičům představím téma, následuje nácvik básně spojený s pohybem a poté průpravná část, která se skládá z posilovacích cvičení, cvičení s různými druhy pomůcek, cvičení tematická. Závěrečná část obsahuje protahovací cviky dětí a rodičů a závěrečnou chvíli, kdy si dítě vždy vybralo jedno pomůcku a rodič a dítě tak měly možnost tuto pomůcku využít spolu. Jako motivační prvek slouží králík (Obr. 1), po cvičení si ho vždy jedna dvojice odnese domů, snažím se o docílení toho, aby se děti soustředily na činnost a aby králík působil motivačně v případné ztrátě chuti ke cvičení. Po ukončení lekce jsem provedla sebehodnocení a poté reflexi, a to formou rozhovoru s rodiči a po měsíci od ukončení tělovýchovného projektu jsem provedla následně i rozhovor s dvěma učitelkami mateřské školy.

### 4.1 Cíle praktické části

Za cíle praktické části jsem stanovila:

- navrhnout tělovýchovný projekt cvičení rodičů s dětmi zaměřující se na rozpoznání vztahu rodič-dítě (komunikační styl)
- zrealizovat tělovýchovný projekt ve vybrané mateřské škole
- provést sebehodnocení vlastního výstupu (zápisy pozorování)
- reflexe tělovýchovného projektu formou rozhovorů s rodiči, učitelkami mateřské školy
- evaluovat tělovýchovný projekt a formulovat závěrečná doporučení pro praxi mateřské školy

### 4.2 Zdůvodnění potřeby projektu

Pro učitele v mateřské škole je velmi důležité rozpoznat vzájemný vztah rodiče a dítěte. Vzájemný vztah rodiče a dítěte se promítá i do chování dítěte v mateřské škole. Díky rozpoznání vztahu, může učitel lépe pracovat s dítětem, dochází k efektivnější komunikaci mezi dítětem a učitelem, dítě lépe reaguje na pokyny, strategie učitele.

V současné době mnohé mateřské školy nevyužívají různých možností např. společných akcí dětí a rodičů, projekty atd., které by jim právě blíže přiblížily vztah rodiče a dítěte.

### 4.3 Popis projektu

Tělovýchovný projekt je zaměřen na rozpoznání interakcí mezi rodičem a dítětem. Cvičení je rozděleno do 8 tělovýchovných jednotek, při každé jednotce je využita cvičební pomůcka. Každá jednotka je tvořena motivační částí, průpravnou a závěrečnou. Tento tělovýchovný projekt byl ověřen v dané mateřské škole ve Zlínském kraji, konkrétně v tělocvičně, kterou ke své činnosti využívá jak MŠ, tak i ZŠ. Jednotky se konaly každou středu, od 16:30 do 17:30 hod. Návrh projektu, příprava jednotek, následná realizace v dané MŠ a poté evaluace souboru cvičení a následná zpětná vazba od rodičů a učitelek dané mateřské školy trvala 6 měsíců. Každá lekce trvala v průměru 60 minut.

Stručný přehled tělovýchovného projektu:

#### **Téma tělovýchovných jednotek:**

1. Opičí dráha
2. Padák
3. Gymnastický míč
4. Míč
5. Koberec
6. Balanční podložka – gymball Donut
7. Kruhy
8. Švihadlo

#### **Cíle projektu z pohledu učitele:**

Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem.

Rozpoznávat interakce mezi rodičem a dítětem (komunikační styl).

Rozvíjet hrubou motoriku u dítěte formou společného cvičení s rodičem.

#### **Cíle projektu z pohledu dítěte:**

Vytvářet si na základě společného cvičení pozitivní vztah k rodiči i učiteli.

Porozumět pokynům učitele a rodiče.

Označit cvičební pomůcky a porozumět jejich využití při cvičení.

#### **Cíle z pohledu rodiče:**

Rozvíjet spolupráci s dítětem a učitelem.

Prohlubovat komunikační dovednosti s dítětem.

Seznámit se s různými cvičebními pomůckami a jejich využitím.

#### **Organizační formy projektu:** frontální vyučování

**Metody:** vztahující se ke každé tělovýchovné jednotce zvlášť.

**Pomůcky a prostředky:** vztahující se ke každé tělovýchovné jednotce zvlášť.

### **4.4 Charakteristika dětí a rodičů**

Nabídka cvičení dětí s rodiči byla na začátku měsíce září vyvěšena v prostoru mateřské školy ve Zlínském kraji. Do tohoto cvičení se celkem přihlásily čtyři dvojice dětí a rodičů. Ve všech případech se cvičení účastnily matky. Dvě z matek byly na mateřské dovolené s mladšími dětmi. Ostatní dvě matky docházely do zaměstnání.

Dvě děti měly 3 roky, ostatní dvě měly 4 roky. Cvičení se účastnili tři chlapci a jedno děvče. Děti mladšího věku byly méně komunikativní, trvalo několik lekcí, než jsme se společně seznámili a děti byly více otevřené a komunikovaly i semnou. Mým hlavním cílem bylo právě díky projektu rozpoznat vztah mezi rodičem a dítětem, jakým způsobem matka komunikuje a jedná se svým dítětem.

Děti i matky dělaly činnosti s chutí a rády se zapojovaly do nabízených činností a cvičení. Postupem děti byly zvyklé na ostatní matky, a tak docházelo i ke společným cvičením a aktivitám, velmi dobře se mi pracovalo s matkami, které mi po skončení každé jednotky rády poskytly zpětnou vazbu.

Tabulka č.1: Specifikace dětí a rodičů navštěvující cvičení

<b>Matka</b>	<b>Dítě</b>
<b>Matka č. 1 (zaměstnaná)</b>	Chlapec (mladší bratr, 3 roky)
<b>Matka č. 2 (mateřská dovolená)</b>	Chlapec (jeden mladší a jeden starší sourozenec, 4 roky)
<b>Matka č. 3 (zaměstnaná)</b>	Dívka (jedináček, 3 roky)
<b>Matka č. 4 (mateřská dovolená)</b>	Chlapec (mladší bratr, 4 roky)

## 5 REALIZACE TĚLOVÝCHOVNÉHO PROJEKTU

V této kapitole budu podrobně popisovat tělovýchovný projekt, který obsahuje sadu 8 tělovýchovných jednotek. Obsah jednotlivých tělovýchovných jednotek bude obsahovat cíle z pohledu učitele, dítěte a rodiče, téma, které každá jednotka obsahuje je vždy spojeno s pomůckou charakteristikou pro dané cvičení. Podrobný popis výstupu – motivační část cvičení, poté část průpravná a závěrečná. Zároveň vždy zhodnotím vlastní výstup, také se budu snažit zachytit komunikační styl využívaný rodiči, dále pak hodnocení učitelky po skončení každé jednotky. Po skončení projektu, budou realizovány rozhovory se čtyřmi matkami a také rozhovory se dvěma učitelkami, které se zúčastnily tělovýchovných projektu.

### 5.1 Tělovýchovná jednotka č. 1

Tabulka č.2: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 1

<b>Téma</b>	<b>Opičí dráha</b>
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seznámit rodiče a děti se cvičebními pomůckami.</li> <li>- Rozvíjet spolupráci mezi rodičem a dítětem – společné cvičení.</li> <li>- Podporovat efektivnější komunikaci mezi rodičem a dítětem – pokyny, demonstrace cvičení, hodnocení společných cvičení.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem i s učitelem.</li> <li>- Prohlubovat komunikační dovednosti s dítětem.</li> <li>- Seznámit se s prostředím a cvičebními pomůckami.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem i učitelem.</li> <li>- Rozvíjet komunikaci s rodičem – pokyny, hodnocení.</li> <li>- Seznámit se s prostředím tělocvičny MŠ a cvičebními pomůckami.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Demonstrace, diskuze, rozhovor, pozorování
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: říkanka Pomůcky: kužely, tunel, míče, kužely, trampolína, žebřiny

### 5.1.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

Rodičům a dětem jsem na začátku první hodiny přiblížila cíl mého tělovýchovného projektu, co se budu snažit podporovat a rozvíjet a rodičům nastínila co nás v tělovýchovných jednotkách čeká. Představila jsem jim králíka Boba, které, si ho po každé lekci odnese jedna dvojice domů, bude ho hlídat a starat se o něj. Králík Bob slouží jako motivační prvek pro dítě, které se snaží, aby na konci každé lekce právě, ono mohlo Boba mít doma. Poté jsme přešli k říkance – Dráček, která je vždy propojena s pohybovou činností, které se účastní jak rodič, tak i dítě, říkanka je uvedena níže v textu. Jelikož se jednalo o podzimní období, říkanka byla zaměřena na pouštění draků.



Obrázek č. 1 – motivační maskot (králík Bob)

#### **Dráček**

Letí dráček, letí,  
za ním kluci, za ním, děti!  
A všichni se hrnou ven,  
křičí jeden po druhém.

Utvoříme s dětmi kruh, chytíme se za ruce a v rytmu říkanky se otáčíme a zrychlujeme, chodíme po směru hodinových ručiček. Poté se pustíme, držíme se jen s dítětem. Otáčíme se a poté se děti střídají a zkouší se točit ve dvojici buď ve dvojici s rodičem jiného dítěte, stále opakujeme říkanku.

U sloky – všichni se hrnou ven, se pustíme a všechny děti se musí schovat v domečku u svého rodiče.

Poslední sloka křičí jeden po druhém – dítě zvedneme, a pokud to jde, pomalu s ním zatočíme. Dítě je teď jako dráček (Uhrová, 2010).

Průpravná část:

Pro úvodní hodinu jsem zvolila opičí dráhu, před samotnou hodinou jsem připravila jednotlivá stanoviště, kdy si rodiče s dětmi zkoušeli různé pomůcky, seznamovaly se s prostředím. Využívali jsme kužely, tunel, žebřiny, míče a trampolínu. Cílem této úvodní tělovýchovné jednotky bylo zaměřit se na spolupráci mezi rodičem a dítětem a seznámení s prostředím a různými druhy pomůcek.



Obrázek č. 2 – komunikace mezi rodičem a dítětem, názorná ukázka



Obrázek č. 3 – rodiče spolupracují s dětmi, děti šplhají po žebřinách (rodiče zajišťují bezpečí)



Obrázek č. 4 – ukázka prostředí (opičí dráha)

#### Závěrečná část:

Dítě má možnost si vybrat pomůcku a tu s rodičem využít (Obr. č. 5). Poté jsme si společně sedli do kruhu, kdy jsem děti pochválila za jejich práci a poděkovala jsem i rodičům. Děti jsem obdarovala nálepkami a jedna z dvojic si odnesla domů Boba na víkend, aby se o něj přes víkend starala.



Obrázek č. 5 – výběr libovolné pomůcky

#### **5.1.2 Závěrečné shrnutí**

Při úvodní básni se děti moc nesoustředily, měly problém vnímat říkanku. Zaujal je však králík Bob, kterého si na konci cvičení chtěl každý z nich odnést domů. Poté jsme přešli plynule k části průpravné, vždy jsem se snažila o názornou ukázkou, co se na každém stanovišti bude dít, rodiče velmi pozorně poslouchaly a motivovaly děti. Každé stanoviště absolvovaly společně s dítětem. Jen v jedné dvojici se stalo to, že většinu stanovišť vynechali a věnovali se trampolíně, kterou si dítě chtělo vytáhnout. Matka ustoupila přání dítěte (matka č. 1), jedná se o znak *pasivní komunikace*.



### 5.1.3 Sebehodnocení

První jednotku hodnotím kladně, snažila jsem se první hodinou nastínit, jak bych chtěla, aby další lekce probíhaly. Při úvodní motivaci jsem měla dát větší důraz na opakování básně, poměrně rychle jsem od básně upustila, což hodnotím negativně. Opičí dráhu jsem zvolila úměrně věku dětí, velmi se mi líbila motivace rodičů a jejich spolupráce jak s dítětem, tak i semnou, docházelo k názorným ukázkám, tak i k tomu, kdy maminka beze slov, čekala, jak si dcera poradí (matka č. 3) – *pasivní styl komunikace*. To, že jsem do závěrečné části zařadila volný výběr pomůcky, hodnotím pozitivně, jelikož děti začaly ztrácet pozornost. Velmi pozitivně hodnotím i zařazení motivačního maskota.

### 5.1.4 Hodnocení učitelky

Úvodní lekce byla zajímavá, velmi se mi líbily obměny opičí dráhy. Z hlediska časového rozmezí, si paní učitelka počínala s tím, že děti měly cvičení rychle hotové, byla nucena improvizovat, ale oceňuji její snahu o improvizaci a zaplnění času. Aktivity byly zaměřeny na spolupráci rodičů a dětí, což bylo klíčové. Bylo to pro mě velmi zajímavé nahlédnout, jak rodiče pracují s dětmi z mé třídy. Překvapila mě pozitivně skladba jednotky, která měla strukturu. Pozitivně hodnotím, že se děti i rodiče měli možnost seznámit s různými druhy pomůcek i prostředím tělocvičny, což bylo i cílem úvodní hodiny. Učitelka při úvodu měla více říkanku opakovat a snažit se i o větší dramatizaci, kterou jsem postrádala v úvodu.

## 5.2 Tělovýchovná jednotka č. 2

Tabulka č.3: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 2

Téma	Padák
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – prostorová orientace.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem – společná cvičení s říkankou, manipulace s padákem.</li> <li>- Seznámit děti a rodiče s cvičební pomůckou – padákem.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při pohybových činnostech, manipulace s padákem.</li> <li>- Rozvíjet komunikační dovednosti – vysvětlování principu her a společných cvičení.</li> <li>- Seznámit se s manipulací padáku.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při pohybových činnostech.</li> <li>- Rozvíjet komunikaci s rodičem– kladení otázek, porozumění pokynů.</li> <li>- Seznámit se s novou pomůckou (padákem).</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Demonstrace, diskuze, rozhovor, pozorování
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: říkanka, padák Pomůcky: lavičky, barevné pytle, švihadlo, barevné míčky, lano

### 5.2.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

Druhou hodinu jsem začala představením tématu, kterému se budeme v lekci věnovat. Téma bylo podzim, dětem jsem kladla otázky: co se děje na podzim? Proč padá listí? Poté jsme přešli k říkance, která je jako v lekci č. 1 propojena s pohybem – Prší, prší.

Po říkance jsme přešli k cvičení s obručemi, které bylo také součástí motivační části. Jelikož nám napršelo, na zem jsme položili obruče a skákali jsme do kaluží.

Poté jsme se bavili o tom, které zvíře žije u vody a skáče. Děti došly na to, že žába, skákaly jako žáby. A poté jsme obruče využily jako deštníky, chodily jsme po špičkách a obruče držely nad hlavou, aby na nás nepršelo.

**Prší, prší**

Prší, prší, jen se leje,  
kam koníčky pojedeme,  
pojedeme na luka,  
až kukačka zakuká.

Kukačka už zakukala,  
má panenka zaplakala,  
kukačko, už nekukej,  
má panenko, neplakej.

Prší, prší, jen se leje,  
kam ty koně postavíme,  
postavte je, kam chcete,  
já se držím děvčete.

Prší, prší do zahrádky,  
já se držím Marijánky,  
postavte je pod oknem,  
jen když mi dva nezmoknem.

**Popis cvičení:**

Na první dvě sloky běháme s dítětem, které je koníček a místo uzdy použijeme obruč, může být i švihadlo. Drží ho za ruce před sebou, my stojíme za dítětem a držíme konec obruče, švihadla. Spolu s opakováním říkanky pomalu pobíháme po prostoru.

Na další sloky se chytíme s dítětem za ruce a několikrát ho otočíme, snažím se, aby dítě vnímalo rytmus říkanky. Děti také rytmus vytleskávají s pomocí rodiče (Uhrová, 2010).

**Průpravná část:**

Do druhé jednotky jsem zařadila, pomůcku padák, kdy děti opět napodobovaly déšť. Děti se pohybovaly po padáku za doprovodu tleskání, pomalé tleskání – začátek deště, poté rychlé zrychlující se déšť a pak déšť ustal, děti se zastavily a dřeply si – tleskání přestalo. Také jsme manipulovaly s míčem a snažily se o to, aby nám nevypadl z padáku. Poté jsme si procvičovaly barvy a udělaly si z padáku schovávanou, kde jsme pak rodiče „překvapily“.

Následně pak jsme rozdělávali barevné míčky podle barvy, kdy činnost probíhala ve dvojici s rodičem. Na závěr jsme se snažili o koordinaci těla (posílení středu těla), rovnováhu pomocí chůze po laně a lavičce.



Obrázek č. 6 – manipulace s padákem



Obrázek č. 7 – chůze po lavičce

#### Závěrečná část:

Dítě má možnost si opět vybrat pomůcku a tu s rodičem využít (Obr. č. 8). Poté jsme si, společně sedli do kruhu a zhodnotili jsme společně průběh hodiny, co jsme se naučily, co se rodičům a dětem líbilo. Děti jsem pochválila za jejich práci a poděkovala jsem i rodičům. Obdarovala jsem každé z dětí sladkostí a jedna z dvojic si odnesla domů Boba na víkend, aby se o něj přes víkend starala.



Obrázek č. 8 – výběr libovolné pomůcky (balanční podložka – Gymball Donut)

### 5.2.2 Závěrečné shrnutí

Při úvodní motivaci jsem vybrala dětem známou říkanku. Rodiče se přidávali, což bylo pozitivní. Při básničce se jeden chlapec rozběhl a šel si hrát s připravenými pomůckami, matka dala synovi volnou ruku. Po chvíli ho zavolala, reagovala klidným hlasem. Syn se vrátil k činnosti, poté se to opakovalo. Matka opět pokračovala v klidném vysvětlování (matka č. 2) – *asertivní styl komunikace*, matka se snaží respektovat dítě, ale snaží se i o to, aby dítě bylo odpovědné za své činy a činnost. Při chůzi po lavičce se chlapec začal vztekat, že činnost dělat nechce, matka reagovala zvýšením hlasu a chytla dítě za paži (matka č. 4) – *agresivní styl komunikace*. Padák všechny děti zaujal, a to i včetně rodičů, dobře vnímaly rytmus a při schovávání se rodičům, byly velmi šťastné a moc je to zaujalo. Při závěrečném vybírání libovolné hračky byly děti nesoustředěné, přebíraly a začaly si vytahovat různé hračky, matka č. 1 a 3 jim to dovolily beze slov – *pasivní styl komunikace*, a ostatní dvě jim to zakázaly klidným a vyrovnaným hlasem, dítě pochopilo a vybralo si jen jednu hračku – *asertivní styl komunikace*.

### 5.2.3 Sebehodnocení

Velmi dobře jsem z mého pohledu zařadila úvodní motivaci, kdy říkanku znali jak děti i rodiče, proto se s radostí zapojovaly. Velmi dobře hodnotím i průpravná cvičení s padákem. Pro příště bych chtěla pomůcky chystat postupně, a ne před lekcí, jelikož to děti zbytečně rozptyluje. Pro příští lekci jsem se rozhodla nezahrnovat již závěrečný výběr, pro příště bych chtěla zařadit společná jógová cvičení. Děti při závěrečném výběru byly nerozhodné, anebo si vybíraly všechno a postupně vytahovaly všechny pomůcky. Pro příště se chci zaměřit na lepší komunikaci s rodiči.

### 5.2.4 Hodnocení učitelky

Úvodní motivace probíhala lépe oproti minulé jednotce. Učitelka se snažila více dramatizovat, zapojila i pomůcku, která byla v jednotce stěžejní. Diskuze na dané téma byla pro děti z mého pohledu nezáživná, rodiče museli děti upoutat, aby věnovaly pozornost. Příště bych dopředu nechystala pomůcky, děti to rozptylovalo. Práce s padákem velmi dobrá i obměny. Děti i rodiče to velmi bavilo. Motivaci učitelky hodnotím pozitivně. Závěrečný výběr pomůcky bych pro příště vynechala.

## 5.3 Tělovýchovná jednotka č. 3

Tabulka č.4: Didaktické zacílené tělovýchovné jednotky č. 3

<b>Téma</b>	<b>Gymnastický míč</b>
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – společné cvičení s rodičem na gymnastickém míči.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem – říkanka s pohybem, hra, jóga.</li> <li>- Podporovat děti a rodiče při práci s cvičební pomůckou (cvičení na gymnastických míčích).</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při pohybových činnostech, cvičení na velkém míči, chůze po lavičce.</li> <li>- Rozvíjet komunikační dovednosti – vysvětlování principu her, správná poloha těla při protahovacích cvičeních atd.</li> <li>- Seznámit se s možnostmi cvičení s dítětem na velkém míči.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při pohybových činnostech, cvičení na velkém míči, chůze po lavičce.</li> <li>- Rozvíjet komunikaci s rodičem – kladení otázek, porozumění pokynů.</li> <li>- Seznámit se s cvičením na velkém míči.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Rozhovor, diskuze, demonstrace, pozorování, vyprávění, hra
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: říkanka, gymnastický míč Pomůcky: lavičky, podložky, žíněnka

### 5.3.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

V rámci třetí jednotky se budu věnovat tématu zdraví. Dětem a rodičům toto téma představím, dětem kladu otevřené otázky: „Co jí, aby byly zdravé? Co se děje, když mají chřipku? Co je to bacil?“. Poté jsme jako každou hodinu přešli k básni, která je spojena s pohybem a spolupráci s rodičem.

Po říkance spojené s pohybem a spolupráci s rodičem jsme se přesunuli k pohybové hře na bacily a léky, dvě děti byly bacily, a když se dotkly někoho, musel si lehnout, jako když odpočíváme, když jsme nemocní a čekaly na záchranu od léku – další dvě děti, které měly za úkol zachránit nemocné. Následně jsme se přesunuly k části průpravné.

#### **Kašel**

Hrozný kašel, jsi mě našel.

Na nohy zima

a v nose rýma.

Ještě jednou dýchnu,

potom hrozně kýchnu.

#### Popis cvičení s říkankou

Cvičíme v sedu, ruce si dáme před ústa a napodobujeme kašel, předkláníme se.

Klepeme nohama v sedu. Vytřepáváme nohy, ruce a celé tělo. Poté dítě podlézá rodiče, společně poskakují a opakují říkanku s pohybem (Uhrová, 2010).

#### Průpravná část:

Do jednotky číslo. 3, jsem zařadila gymnastický míč, kde se děti společně s rodiči věnovaly společnému cvičení. Děti se po míči válely po břiše, poté po zádech rodič přidržel a houpal dítě. Poté společně rodič i dítě seděli na míči, bubnovali do míče, skákali v sedu vzpřímeném. Následně jsme se přesunuli k lavičce, kde jsme na lavičce zkoušeli přitahování po břiše a také v sedu a následně i na zádech pomocí rukou a nohou. Využili jsme také žíněnku, kde děti zkoušely válení sudů.



Obrázek č. 9 – cvičení dětí a rodičů na velkém míči



Obrázek č. 10 – přitahování na bříše



Obrázek č. 11 – přitahování na zádech



### Závěrečná část:

Do závěrečné části jsme zvolila zklidnění a vnímání vlastního těla. Relaxační cvičení na žíněnce. Každé dítě si lehlo a snažilo se otáčet na svého rodiče. Poté jsem zařadila prvky jógy pro děti, polohy – velbloud a lev (Dvořáková, 2016). Následně jsme se s rodiči domluvily, že bychom na další lekci uspořádaly karneval, děti by přišly v maskách. Poté si jedna dvojice odnesla králíka Boba.

### **5.3.2 Závěrečné shrnutí**

Při úvodní motivaci se děti zapojovaly, už si zvykly na režim, kdy začínáme básničkou, velmi se na ni těší. Rodiče už ztratili ostych, takže se zapojují a s dětmi říkanku opakují a společně s opakováním říkanky, cvičí. Zkoušela jsem i otevřené otázky do kterých se děti také zapojovaly. (Matka č. 4) po většinu času doplňovala chlapce, pokud ihned nereagoval – *agresivní styl komunikace*. Hra na bacily všechny děti bavila a projevovaly nadšení. Při cvičení na velkých míčích chlapec nechtěl spolupracovat, běžel ihned k lavičce. (Matka č. 1) nereagovala žádným způsobem, nechala dítě samotné u lavičky, ostatní cvičily. Poté jak si chlapec všiml, že je tam sám vydal se zpět na gymnastický míč – *pasivní styl komunikace*. Když mohly děti skákat, nebo je rodiče houkali na míči, byly děti velmi šťastné. Velmi se jim líbilo bubnování do míče. Děti si cvičení na lavičkách velmi oblíbily, takže jsem si myslela, že budou rády i dnes. Velmi se jim líbí nabírání vody, kdy se mohou držet rodiče a využívat ho jako oporu.

Do závěrečné části jsem zařadila zklidnění, relaxační cvičení na žíněnce a poté prvky jógy pro děti, což děti velmi bavilo. Rodiče se ostýchali na začátku, ale poté co viděli děti, jak jsou šťastné, s chutí se zapojili. Velmi dobře děti a rodiče spolupracovali při cvičení na žíněnce, kdy se dítě snažilo relaxovat, a protáhnou a poté se dítě a rodič vyměnilo.

### **5.3.3 Sebehodnocení**

Jelikož se mi i minule osvědčila úvodní motivace, zavedla jsem říkanku i dnes, což se ukázalo jako velmi pozitivní. Jako pozitivní hodnotím cvičení na velkých míčích. V průběhu jsem zjistila, jak děti baví zvukový podnět – bubnování do míče, čehož jsem poté využila a improvizovala. U cvičení na lavičkách jsem také improvizovala, jelikož jsem věděla, že mi zbývá ještě čas.

Zařadila jsem těžší prvek přitahování na zádech, a nakonec to sklidilo úspěch.

Kriticky musím zhodnotit, že dnešní lekci se mi nepovedlo naplánovat z časového hlediska. Proto jsem nakonec zařadila válení sudů. Jóga bavila jak rodiče, tak i samotné děti.

Využívala jsem při cvičení knížku, kterou bych pro příště vynechala, jelikož zbytečně narušovala pozornost dětí, jinak si myslím, že děti i rodiče na mě velmi dobře reagovaly i na poznámky, jak cvičení zlepšit, jak držet správnou polohu. Domluvili jsme se také na společném tématu na příští hodinu, což hodnotím také velice kladně.

#### **5.3.4 Hodnocení učitelky**

Na dnešní hodině hodnotím kladně použití gymnastických míčů. Jednalo se o zajímavou činnost. Pomůcky opět odváděly pozornost, proto bych pro příště doporučila vytahovat až na dané cvičení, nebo dětem jasně určit pravidla předem. Jógové cvičení bylo i pro mě samotnou překvapení v pozitivním slova smyslu. Kladně hodnotím zklidnění dětí na závěr. Časové rozmezí dnes učitelka splnila, i když cvičení doplnila o cvičení na žíněnce, což jak zmínila po jednotce, neměla v plánu. Cvičení na sebe navazovaly, nedocházelo k prodlevám.

## 5.4 Tělovýchovná jednotka č. 4

Tabulka č.5: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 4

Téma	Míč
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – prostorová orientace, tanec s rodičem, sběr barevných míčů.</li> <li>- Seznámit děti a rodiče s technikou hodů míčem.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem – pohybové činnosti.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při úkolech v rámci tématu Karneval – sbírání barevných míčků, slalom s tyčí, skákání na míči, hod na cíl, tanec.</li> <li>- Rozvíjet komunikační schopnosti – vysvětlování principu stanovišť, kontrola správného úchopu náčiní, kontrola správnosti provedení.</li> <li>- Seznámit se s technikou hodů – házení na cíl.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při úkolech v rámci tématu Karneval sbírání barevných míčků, slalom s tyčí, skákání na míči, hod na cíl, tanec.</li> <li>- Prohlubovat komunikaci s rodičem – kladení otázek, porozumění pokynů, rozvíjení diskuze.</li> <li>- Seznámit se s technikou hodů – házení na cíl.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Rozhovor, vyprávění, diskuze, demonstrace, pozorování.
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: písnička, slalom Pomůcky: barevný míč, skákací míč, tyč, kužely

### 5.4.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

Na čtvrtou lekci jsme se s rodiči domluvili týden předem na tématu Karneval. Děti přišly v kostýmu. S rodiči a dětmi jsme si sedli do kruhu a společně jsme si představili všechny masky, které se sešly na hodině. Motivační část jsme začali tancem na písničky z pohádek. Poté jsem dětem vyprávěla příběh a vysvětlila jim, že musíme splnit 4 úkoly, pokud je splníme, čeká nás na konci odměna.

Průpravná část:

Snažila jsem se do tématu Karneval zařadit hlavní pomůcku – míč, doplněnou různými formami, aby to pro děti bylo zajímavější a pestřejší. V prvním úkolu jsem z lana udělala velký rybník, do něhož jsem nasypala barevné míčky, jako barevné rybičky a děti měly za úkol rybičky roztrždit podle barev (Obr. č. 12). Další úkol byl za pomoci dřevěné tyče, na kterou děti navlékly barevnou rouru, prokličkovat slalom (Obr. č. 13). Poté se třefovaly na cíl, seznamovali s technikami hodů (Obr. č. 14) a nakonec skákaly na skákacím míči (Obr. č. 15).



Obrázek č. 12 – třídění barevných míčků (rybiček) podle barvy



Obrázek č. 13 – přenášení barevné roury a slalom



Obrázek č. 14 – házení balónku na cíl



Obrázek č. 15 – skákání na skákacím balónu

#### Závěrečná část:

Do závěrečné části jsme zvolila vzhledem k tématu hodnocení a pochvalu pro všechny účastníky Karnevalu. Každé dítě si odneslo diplom za účast a sladkou odměnu za kostým. Na závěr jsem opět zvolila tanec rodičů s dětmi na písni z pohádek. Poté si opět jedna dvojice odnesla králíka Boba.

### 5.4.2 Závěrečné shrnutí

Při úvodní motivaci byly děti zpočátku nesvé. (Matka č. 2) si přivedla s sebou bratra a chlapec se před ním předváděl, nebyl na to zvyklý, nechtěl z počátku spolupracovat. V úvodu jsme si sedli do kruhu, kde jsme si představili masky, což se dětem i rodičům líbilo. Poté jsem dětem vysvětlila princip toho, jak budeme společně plnit úkoly.

Chlapec (matka č. 2) s dívkou (matka č. 3) se srazili. Chlapec, kterého doprovázel bratr, nechtěl spolupracovat, prvního úkolu se nezúčastnil. Při prvním stanovišti děti a matky spolupracovaly. Pouze jedna dvojice (matka č. 4) nechala chlapce, aby stanoviště plnil sám. Házení na cíl se dětem velmi líbilo i rodičům, jelikož dítě vždy projevovalo radost, pokud se strefilo na cíl. Taktéž tomu bylo i u skákání na míči (matka č. 2 a matka č. 1) pomáhaly dětem, ostatní dvě matky nechaly děti, aby si to vyzkoušely samy jen v případě žádosti o pomoc od dítěte, matky zasáhly.

### 5.4.3 Sebehodnocení

Byla jsem velmi spokojena s výběrem tématu, na kterém jsem se s rodiči, shodli hodinu předem. Projevilo se to i na celkové atmosféře. Společný tanec bych pro příště nezařazovala, případně bych zvolila lepší formu, kdy rodič více spolupracuje s dítětem. Lépe bych si tanec připravila. Dnešní lekci jsem zvládla časově, s čímž jsem spokojená. Rozmanitost úkolů (stanovišť) velmi oslovila rodiče. Pomůcky a stanoviště jsem si sice nachystala předem jako minule, ale děti jsem předem instruovala, že budeme úkoly plnit postupně, což respektovaly. Závěr a ocenění dětí se také povedlo. Daří se mi s rodiči navazovat hodiny od hodiny lepší vztah, což také hodnotím pozitivně.

### 5.4.4 Hodnocení učitelky

Tato jednotka byla velice zábavná. Rodiče byli velmi kreativní při výrobě kostýmů. Šlo vidět, že se na cvičení těšily i oni samotní až ukážou připravený kostým. Rozmanitost úkolů byla zajímavá, ale neřekla bych, že hlavní pomůckou byl míč. Pomůcky byly vytaženy předem, nicméně učitelka dětem předala pokyny, které respektovaly.

## 5.5 Tělovýchovná jednotka č. 5

Tabulka č.6: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 5

<b>Téma</b>	<b>Koberec</b>
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – chodník se stopami – prostorová orientace, pohybové cvičení – klouzačka.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci s rodičem – házení míče ve dvojici, cviky na koberci).</li> <li>- Podporovat děti a rodiče při práci se cvičebními pomůckami – cvičení na koberci.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při cvičení – cvičení na koberci, házení a posílání míče, chodník se stopami.</li> <li>- Rozvíjet komunikační dovednosti – vysvětlování, jak správně provádět cviky, diskuze na téma zima, pokyny.</li> <li>- Seznámit se s možnostmi využití různých pomůcek při spolupráci s dítětem – cvičení na koberci.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při společných cvičeních – cvičení na koberci, házení a posílání míče, chodník se stopami.</li> <li>- Prohlubovat komunikaci s rodičem – kladení otázek, porozumění pokynů, rozvíjení diskuze na téma zima.</li> <li>- Seznámit se s možností využití různých pomůcek při spolupráci s rodičem – cvičení na koberci.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Diskuze, vyprávění, demonstrace, pozorování.
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: říkanka, chodník se stopami, Pomůcky: míč, vytisknuté obrázky, koberec

### 5.5.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

Pátou lekcí jsem se zaměřila na téma zima, kdy jsme si povídali společně o zimních sportech, co se děje v zimě, co nosíme v zimě. Po předchozí diskuzi s rodiči jsem vložila i třídění tvarů, s kterými dle jejich názorů měly děti problémy.

K tématu zima jsme přidala i říkanku spojenou s pohybem, která slouží ke spolupráci mezi rodičem a dítětem – říkanka spojená s pohybovou činností: Klouzačka. Poté jsme přešli

k části průpravné, kde jsme využili cvičební pomůcku – koberec. Snažila jsem se o koordinaci těla a nohou, rozvoj rovnováhy a soustředění dítěte.

#### Průpravná část:

V průpravné části jsem zařadila cvičení na koberci (Obr. č. 16) – chůze v dřepu, trakař, plazení se, podlézání pod tyčí (Volná, 2015). Poté jsme přešli společně k chodníku ze stop (Obr. č 17), koordinace oka a ruky, nebo nohy. Následně jsme přešli k přihrávkám rodiče a dítěte, házení míče mezi rodičem a dítětem (technika hodů), to samé v sedu a mezi nohama.

#### **Klouzačka**

Mráz už zasklil všechny louže,  
kdo má nohy, ten se klouže,  
neleká nás ani pád,  
správný kluk se nesmí bát.

Dětem dáme dva listy papíru, na které se postaví.

Děti se na koberci zkoušejí klouzat jako na lyžích, rodič dítě přidržuje a společně opakují báseň (Uhrová, 2010).



Obrázek č. 16 – cvičení na koberci





Obrázek č. 17 – chodník ze stop



Obrázek č. 18 – posílání míče

#### Závěrečná část:

Do závěrečné části jsem zvolila společné cvičení dětí a rodičů na koberci, uvědomění si vlastního těla, relaxaci a zklidnění (Obr. č. 19). Každé dítě si odneslo sladkou odměnu, nakonec hodiny se rozvinula mezi rodiči i diskuze o sourozencích, o tom, kdy plánují další dítě, jak to doma zvládají děti atd. Děti měly možnost si nakonec zaskákat na trampolíně.



Obrázek č.19 – vnímání vlastního těla, protažení

### 5.5.2 Závěrečné shrnutí

Při úvodní motivaci se děti společně s rodiči zapojovali do říkanky. Poté i do diskuze na téma zimních sportů. Rodičům se velmi líbilo, že jsem dětem přinesla tvary, které měly třídít, jelikož jsme se v předchozí hodině bavily společně, že se to po dětech vyžaduje na preventivní prohlídce u dětské lékařky, což pro mě byla velmi zajímavá informace.

Činnost na chodníku ze stop rodiče hodnotili negativně, jelikož děti měly činnost rychle hotovou i negativně hodnotili také výběr materiálu chodníku ze stop – klouzalo to, papír dětem klouzal pod nohama. Avšak je zaujala část na koberci, jelikož dle jejich slov jsou zvyklí na tento typ cvičení a cvičí ho i doma. Matka č.4 byla velmi smutná, že její syn neumí ještě kotoul, docházelo i ke kritice, že její syn to ještě neumí a ostatní už ano – *agresivní styl komunikace, podávání kritiky*. Matka č. 3 nehodnotila dceru při výkonu, i když se jí ptala, jak to zvládla. Matka nereagovala – *pasivní styl komunikace*. Rodiče pozitivně hodnotili část na koberci, kdy se děti uklidnily a relaxovaly, společně s rodiči prováděly protahovací cviky.

### 5.5.3 Sebehodnocení

Velmi dobře se mi s rodiči pracovalo při úvodní říkance, dle mého názoru jsem zvolila lehkou říkanku, která zaujala a zapojovala jak děti, tak i rodiče. Pro příště bych vynechala chodník ze stop, který byl nevhodně zvolen. Nebo bych lépe vysvětlila pravidla, aby činnost nebyla tak rychle hotová. Možná bych i stopy z papíru připevnila na podložku. Pozitivně hodnotím svou motivaci vůči rodičům i dětem, kdy jsem se snažila jak rodiče i děti motivovat k činnostem. Snažila jsem se také *matce č. 4* vysvětlit, že každé dítě je

jiné, doporučila jsem jí podpůrné cviky, díky kterým by se mohla spolu se svým dítětem posouvat. V závěrečné části se mi líbila diskuze, kdy mě rodiče přijali a také se zajímali o můj obor, co si myslím o kvalitě mateřské školy, ve které se projekt prováděl, jaký dopad mají sourozenci na jejich děti.

#### **5.5.4 Hodnocení učitelky**

V této jednotce musím hodnotit pozitivně, že konečně byla primárně využita jedna pomůcka, která byla předem zvolena koberec. Bohužel časové rozmezí nebylo dnes naplněno, hodina končila asi o 10 minut dřív. Cvičení na koberci podporovalo spolupráci rodiče a dítěte. Hodnotím kladně závěrečnou relaxaci. Chodník se stopami hodnotím pozitivně, nýbrž negativně vysvětlení rodičům ze strany učitelky. Proto byla činnost velmi rychle ukončena. Oceňuji i diskuzi, která proběhla, jde vidět, že i samotní rodiče se začínají otvírat a komunikace mezi učitelkou je lepší.

## 5.6 Tělovýchovná jednotka č. 6

Tabulka č.7: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 6

<b>Téma</b>	<b>Balanční podložka – gymball Donut</b>
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – cvičení na gymball Donut, práce s překážkami a kužely.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem – posílání gymball Donut, cvičení na gymball Donut.</li> <li>- Podporovat společnou práci dětí a rodičů při manipulaci s pomůckami – gymball Donut.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při pohybovém cvičení – cvičení na gymball Donut.</li> <li>- Prohlubovat komunikační dovednosti s dítětem (povídání si o částech těla k čemu nám slouží apod, motivační prvky.)</li> <li>- Seznámit se s cvičebními pomůckami a jejich využití při cvičení s dítětem – gymball Donut.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při cvičeních zaměřených na hrubou motoriku – kužely, překážky, cvičení na gymball Donut.</li> <li>- Prohlubovat komunikaci s rodičem – diskuze na téma – moje tělo, porozumět pokynům učitele a dítěte, hodnocení.</li> <li>- Podporovat koordinaci těla a rovnováhu při využití cvičebních pomůcek při spolupráci s rodičem – gymball Donut.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Demonstrace, pozorování, diskuze, rozhovor.
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: písnička na téma tělo Pomůcky: balón, obruče, kužely, donutball. tunel, rádio

### 5.6.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

V této tělovýchovné jednotce jsem se zaměřila na téma moje tělo, kdy jsme si v úvodní motivaci povídali o částech našeho těla. S dětmi jsme se nejdřív protahovali a pojmenovávali si na sobě různé části těla, s kterými zrovna cvičily. Poté tyto části těla ukazovaly na své mamince.

Na konec jsme si společně povídali o tom, k čemu nám slouží ruce, nohy, hlava a další. Společně jsme si pak také zatancovaly na píseň hlava, ramena, kolena, palce.

Průpravná část:

Následně jsme poté přešli ke cvičení na gymball Donut, houpání na břiše, na zádech, sed podporující rovnováhu a správné držení těla. Následně pak různá stanoviště. Skákání do kruhu, obíhání kužele, prolézání tunelem, přeskokování překážek (Obr. č. 20).



Obrázek č. 20 – skákání do kruhu (nápodoba rodiče)

Závěrečná část:

V závěrečné části jsem se snažila opět o relaxaci a celkové zklidnění dětí. Proto jsem opět gymball Donut, rodič a dítě si posílali navzájem (Obr. č. 21). Poté jsme hodinu společně zakončili v kruhu, kde jsme s rodiči také zhodnotili průběh hodiny a práci dětí.



Obrázek č. 21 – společné cvičení na balanční podložce – gymball Donut

### 5.6.2 Závěrečné shrnutí

Při úvodní motivaci jsem chtěla změnu, místo básně jsem zvolila písničku spojenou s pohybem, což děti bavilo. Děti znaly základní části lidského těla, jako jsou hlava, ruce, nohy.

Některé neznaly koleno, loket. (Matka č. 2 radila svému synovi, totéž i matka č. 1) – *agresivní styl komunikace*. Ostatní dvě se snažily napovědět třeba jen první písmeno a kladně dítě hodnotily i v případě neúspěchu – *asertivní styl komunikace*.

Během průpravné části se rodiče zapojovali, snažili se demonstrací pohybů, které jsem jim ukázala, dítě motivovat i kriticky hodnotit. Všechna stanoviště jsem absolvovala společně s dětmi. Dětem se velmi líbilo prolézání tunelu, obíhání okolo kužele. Závěrečná část sloužila ke zklidnění, což se nepovedlo. Děti se po „donutech“ válely, nesoustředily se. V dalších hodinách bych volila jinou pomůcku, jelikož děti už s pomůckou pracovaly a nebyla pro ně až tak přitažlivá.

### 5.6.3 Sebehodnocení

Velmi dobře děti reagovaly na zvolenou písničku, jelikož ji většina znala a bavilo je i propojení tance s hudbou. Snažila jsem se děti chválit v případě správného pojmenování těla, v případě nesprávného jsem se snažila podněcovat je k další práci a motivovat je. Pro příště bych části těla vytiskla, aby se dětem i rodičům pracovalo ještě lépe.

Z časového hlediska bych měla mít připravené ještě jedno stanoviště, zvolila bych chůzi po laně. Jelikož jsme skončili dřív, než bylo v plánu. Také jsem se při závěrečném hodnocení snažila vysvětlit *matce č. 2 a matce č. 1*, aby daly dětem prostor při aktivitách, aby dětem daly prostor projevovat svůj názor, nechaly je zkoušet a také je pozitivně hodnotily a velmi důležitá je i motivace, která je pro sebedůvěru dítěte důležitá, k čemuž se také vázalo závěrečné hodnocení v kruhu. Jak jsem již zmínila v závěrečném shrnutí, při závěru práce s donutballem bych více upřesnila pokyny, aby se děti více na závěr hodiny uklidnily, nebo bych zvolila úplně jinou pomůcku, či relaxační cvičení bez pomůcky.

### 5.6.4 Hodnocení učitelky

Velmi kladně hodnotím propojení tématu s cvičením. Pojmenovávání části těla, následné opakování. Líbila se mi iniciativa učitelky, kdy se snažila rodičům vysvětlit, že dítě potřebuje i svůj prostor a čas, na to, aby přišlo na postup, aby se dítě snažilo přijít na řešení a vedli ho tak k větší samostatnosti. Otevřená komunikace mezi učitelkou a rodiči je také velmi přínosná. Závěr hodiny se rozpadl, jelikož nebyla učitelka striktní a neměla přesně vymezena pravidla. Časové rozmezí bylo splněno.

## 5.7 Tělovýchovná jednotka č. 7

Tabulka č.8: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 7

<b>Téma</b>	<b>Kruhy</b>
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – přitahování na kruzích, houpání na kruzích.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem – pohybová cvičení na kruzích, jóga.</li> <li>- Podporovat práci dětí a rodičů při manipulaci s pomůckami (kruhy).</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při rozvoji hrubé motoriky – houpání na kruzích.</li> <li>- Prohlubovat komunikační dovednosti s dítětem – motivace, diskuze na téma zvířata v lese.</li> <li>- Seznámit se s pomůckami a jejich využití při cvičení s dítětem – kruhy.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při cvičeních zaměřených na hrubou motoriku – kruhy.</li> <li>- Prohlubovat komunikaci rodičem – diskuze na téma – moje tělo, porozumět pokynům učitele a dítěte.</li> <li>- Seznámit se s možností využití různých pomůcek při spolupráci s rodičem – kruhy.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Hra, diskuze, demonstrace, pozorování
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: Stopy zvířat Pomůcky: kruhy, tyče, švédská bedna

### 5.7.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

V motivační části této jednotky jsem se zaměřila na zvířata, které lze najít v lese. Obecně toto téma je velmi oblíbené dětmi. Přinesla jsem si obrázky zvířat, která žijí v lese – medvěd, srnka, jelen, prase divoké a další a jejich stopy, ale také jiných zvířat, která do lesa nepatří. Děti hledaly zvířata, které můžou vidět v lese společně s rodičem, který zastával funkci „pomocníka“. Poté jsme přešli k části průpravné.

Průpravná část:

V průpravné části jsme se věnovali pohybovému cvičení na téma – zvířata. Děti společně s rodiči hráli na zvířata. Cvičili různé polohy a cviky zvířat. Poté jsme se věnovali cvičení kruzích (Obr. č. 22). Kde se děti houpaly buď samy, nebo ve spolupráci s rodičem. Rodič pomáhal dítěti, když se dítě houpalo v sedu. Následně pak přelézání švédské bedny s dopomocí rodiče (Obr. č. 23).



Obrázek č. 22 – cvičení na kruzích s dopomocí rodiče



Obrázek č. 23 – přelézání švédské bedny s dopomocí rodiče

Závěrečná část:

Na závěr tělovýchovné jednotky jsem připravila jógové cvičení pro rodiče i děti (Dvořáková, 2016). Poté jsme opět společně s rodiči hodinu zhodnotili v kruhu a jedna dvojice si odnesla králíka Boba (Obr. č. 1).



### 5.7.2 Závěrečné shrnutí

Při úvodní motivaci se děti snažily se spolupracovat s rodičem. Jednalo se o velmi oblíbené téma dětmi. Matka č. 2 se mě ptala na radu, jelikož její syn neumí písmeno K, poradila jsem ji logopedická cvičení a ujistila ji, že do pozdější školního věku se může vše zlepšit, ale nesmí nic podcenit. Při třídění zvířat opět docházelo k pozitivní motivaci, chlapec (matka č. 3) se vztekal, takže si v půlce činnosti sedl na lavičku a nespolečně pracoval, matka se z počátku snažila nátlakem ho přinutit – *agresivní styl komunikace*, ale poté ho nechala a když na něj netlačila, se po chvíli přidal zpět k nám – *pasivní styl komunikace*.

Pohybová cvičení na téma zvířata se dětem i rodičům líbila, většinu z nich znali, jako jsou kočka, lezení po čtyřech jako pes, rak a další jiné. Proto bych pro příště zvolila méně známé pohybová cvičení. Velmi se dětem i rodičům líbilo cvičení na kruzích a přelézání švédské bedny, což hodnotily (*matka č. 2 a 4*) jako velmi zajímavou činnost. Poté také jógová cvičení, která také souvisela s námětem zvířat, rodiče už jógová cvičení znali, ale v této jednotce jsem přidala i prvky dramatizace, čehož se rodiče zprvu ostýchali.

### 5.7.3 Sebehodnocení

Úvodní motivace této tělovýchovné jednotky se povedla, nicméně pro větší zajímavost bych pro příště zahrнула i zvukové efekty, kdy bych se snažila i o rozvoj sluchového vnímání dítěte. U úvodní motivace jsme se opět snažila o motivaci dětí i rodičů, což hodnotím také kladně, také to že jsem mezi zvířata lesní zařadila i jiná zvířata domácí a jiná. Velmi si cením toho, že mi *matka č. 2* projevila důvěru a měla otázky týkající se logopedické prevence.

Jak jsem již zmínila v předchozí části závěrečného hodnocení, pro příště bych zvolila jiná zvířata, pro děti nová zvířata, která se vážala k pohybovému cvičení.

Jógová cvičení jsem přizpůsobila tak, aby byl zapojen jak rodič, tak i dítě, což také hodnotím pozitivně. Ze začátku mě negativně zaskočil ostych rodičů, který se postupně vytratil, což zmiňovali i rodiče při závěrečném hodnocení.

### 5.7.4 Hodnocení učitelky

Jde vidět, že vztah učitelky i rodičů se upevňuje. Obracují se na ni i s odbornými dotazy, což je rozhodně pozitivní. Líbí se mi témata, která jsou vždy provázána jednotkami. Snaží se o jakousi strukturu provázanost. Slouží k motivaci. Co bych vytkla je, že činnosti na kruzích se rodiče s dětmi věnovali poměrně krátce, i když to byla hlavní pomůcka. Také zde bylo menší zapojení rodičů. Určitě bych doporučila být více kreativní při činnosti

s kruhy. Jógové prvky se mi líbí, dle mého názoru i rodičům a hlavně dětem, pozitivně hodnotím motivaci učitelky. Postupně učitelka ztrácí ostych, snaží se pozitivně motivovat, povzbuzovat i pozitivně kritizovat. Časové rozmezí s pomůckou bylo krátké.

## 5.8 Tělovýchovná jednotka č. 8

Tabulka č.9: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 8

<b>Téma</b>	<b>Švihadlo</b>
<b>Cíle z pohledu učitele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rozvíjet u dětí hrubou motoriku – cvičení se švihadlem.</li> <li>- Prohlubovat spolupráci mezi rodičem a dítětem – pohybové cvičení s říkankou, hra se švihadlem.</li> <li>- Podporovat děti a rodiče při společné práci s pomůckami – švihadlo, třídění květů, gymnastický míč, rytmická pomůcka.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu rodiče</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s dítětem při pohybových cvičeních – cvičení se švihadlem, rytmizace.</li> <li>- Prohlubovat komunikační schopnosti s dítětem (říkanka spojená s pohybem, vysvětlování, základní pokyny).</li> <li>- Seznámit se s pomůckami a jejich využití při cvičení s dítětem.</li> </ul>
<b>Cíle z pohledu dítěte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spolupracovat s rodičem při cvičeních zaměřených na orientaci v prostoru – třídění (sbírání dle barvy).</li> <li>- Prohlubovat komunikační schopnosti s rodičem – opakování básně, porozumění pokynům rodiče.</li> <li>- Seznámit se s možností využití různých pomůcek při spolupráci s rodičem.</li> </ul>
<b>Organizační forma</b>	Frontální vyučování
<b>Metody</b>	Demonstrace, rozhovor, diskuze, pozorování, hra
<b>Prostředky a pomůcky</b>	Prostředky: říkanka, vytisknuté květy Pomůcky: gymnastický míč, rytmické pomůcky, švihadlo

### 5.8.1 Průběh výstupu

#### Motivační část:

V motivační části jsme opakovali říkanku spojenou s pohybem, která byla zaměřena na spolupráci rodiče a dítěte. Uvedena je níže a má spojitost s vítáním jara. Dále jsme se pak, třídili květy podle barvy (Obr. č. 24). Poté jsme přešli k části průpravné.

#### **Slunce**

Slunce volá na sněženku,

podívej se, jak je venku!

Slunce volá do oken,

Děti haló, pojd'te ven!



Obrázek č. 24 – sbírání květů a třídění dle barev

#### Průpravná část:

V průpravné části jsme se věnovali cvičením na gymnastických míčích, poté jsme využili i rytmiizační pomůcky, rodič přidržel míč a dítě pomocí dřevěných paliček napodobovalo zvuk jarního deště (Obr. č. 25). Poté jsme si zahráli hru na semínko a rodič představoval vláhu. Děti běhaly po tělocvičně, vítr je rozfoukával a poté se usadily v zemi a čekaly na vláhu (rodiče) a sluníčko (rodič), aby mohly vyrůst v květinu (Wechsler, 2013).

Následně pak využilo pomůcku švihadlo, kdy si každé dítě udělalo se švihadlo domeček a běhalo kolem, rodič strážil tento domeček a dítě se snažilo dostat dovnitř. Poté jsme švihadlo napnuli a s pomocí rodiče dítě chodilo po švihadle, udržení rovnováhy.



Obrázek č. 25 – ukázka rytmiizace na velký míč

### Závěrečná část:

V závěrečné části jsme se věnovali chůzi po lavičkách, uvědomění si vlastního těla, rovnováha, koordinace těla. Chůzi po lavičce dítě vykonávalo v doprovodu rodiče. Poté došlo ke zhodnocení lekce v kruhu a následně celého projektu formou polostrukturovaného rozhovoru s rodiči. Rodičům i dětem jsem závěrem poděkovala za práci a za jejich vstřícnou spolupráci.

### **5.8.2 Závěrečné shrnutí**

Při úvodní motivaci rodiče opakovali nahlas a děti se přidávaly k rodičům. Při pohybovém cvičení se rodiče zapojovali, ale spíše v sedu. Poté jsme přešli k třídění květů a sbírání, tato činnost děti velmi bavila. Všechny už uměly poznat barvy – červená, bílá, žlutá. Oranžová barva některým působila problémy, ale i tak matky děti motivovaly. *Matka č. 4* zvýšila na syna hlas, když donesl špatnou barvu, ale jednalo se z mého pohledu spíše o momentální stav, než že by matka jednala se synem takto opakovaně. Jelikož už, když přicházela, měla špatnou náladu – *agresivní styl komunikace*. Hra na semínka a vodu (sluníčko) je velmi bavila jak rodiče, tak i děti. Díky pozorování dětí jsem zjistila, že se jim velmi zalíbily zvukové podněty, proto jsem je zařadila i do poslední tělovýchovné jednotky. Tato aktivita se osvědčila. Děti projevovaly také nadšení a radost z pohybu, při hře se švihadlem a následně pak chůzi po švihadle. V závěru jsme činnost opět v kruhu na podložkách zhodnotili a poté jsme ještě zhodnotili celý projekt pohledem rodičů, níže zjištěné závěry budou uvedeny v kapitole č. 6.

### 5.8.3 Sebehodnocení

V úvodní motivaci mě mrzí, že se rodiče více nezapojili pohybem a spíše seděli a jen pouze rukama napodobovali daný pohyb. Hodnotím to svou špatnou motivací. V případě třídění barev jsem se snažila o motivaci, aby mi děti pomohly roztřídit tyto květy pomocí barev. Také rodiče se zapojovali a pozitivně motivovali děti k práci. Hra na semínka se velmi povedla, snažila jsem se o to, aby se rodiče i děti do hry ponořily, což se povedlo. Možná pro příště bych ke hře pustila zvuky přírody pro větší autentičnost, ale není výhradně nutné. Rytmizace na velkém míči za pomoci rytmických nástrojů, byla úspěšná, ale příště bych zapojila i zpěv jednoduché písně, což mě upozornili i rodiče. Při chůzi po lavičce jsem vždy dětem i rodičům ukázala názornou demonstraci, co budeme cvičit. Tato forma byla pro rodiče i děti nejlepší, jak se ukázalo i v následném hodnocení.

### 5.8.4 Hodnocení učitelky

Téma poslední jednotky se mi líbilo. Hodnotím provázanost, líbí se mi se, že vždy úvodní motivace souvisela s následným průpravným cvičením. Sbíráni květů podle barev bylo zdouhavé a rodiče se moc nezapojovali, tato aktivita moc nesouvisela s podporou spolupráce mezi rodičem a dítětem. Cvičení se švihadlem k tématu moc nezapadalo. Cvičení s hlavní pomůckou švihadlem bylo krátké. Nicméně aktivity hodnotím jako zajímavé. Hodina končila o něco dříve, jelikož následovalo hodnocení rodiči a rozhovor s učitelkou. Na závěr bych řekla, že mi tento projekt přiblížil mé děti, viděla jsem, jak rodiče komunikují s dětmi, jak k nim přistupují. Hodně mě to obohatilo.

## 6 EVALUACE – ROZHOVORY S RODIČI (HODNOCENÍ)

Hodnocení rodičů bylo realizováno formou polostrukturovaných rozhovorů, které byly prováděny po skončení poslední tělovýchovné jednotky v rámci projektu. Délka každého rozhovoru se pohybovala přibližně okolo 15 minut. Vytvořila jsem jednotlivé kategorie, na které jsem s rodiči vedla rozhovory:

*Zajímavost tělovýchovného projektu* – jedná se o atraktivnost projektu, zda projekt splnil očekávání. Zda byl projekt zajímavý jak pro rodiče, tak i pro dítě.

*Přiměřenost zvolených aktivit* – zda byly aktivity vhodně zvoleny, jestli byly přiměřeny věku dětí. Zda se rodiči zdály náročné, či spíše jednoduché pro jejich děti.

*Spolupráce rodiče a dítěte* – zda projekt podporoval spolupráci rodiče a dítěte, aktivity a činnosti, zda byly zvoleny tak, aby podporovaly spolupráci rodiče s dítětem.

*Poutavost jednotlivých cvičení, aktivit* – jedná se o zajímavost a nápaditost jednotlivých aktivit. Zda byly aktivity pro rodiče nové, nebo spíše stereotypní. Zda byly aktivity pro děti přitažlivé a projevovaly zájem o aktivity.

*Volba pomůcek* – jedná se o rozmanitost zvolených pomůcek, jestli učitelka využívala různé pomůcky. Cviky, které zvolila, jestli byli zajímavé a nabízeli prostor k různému využití.

### **MATKA č. 1**

#### **Zajímavost tělovýchovného projektu**

Projekt cvičení dětí s rodiči mi přišel velmi zajímavý, proto jsem se do něj i přihlásila. Náplň hodin dokonce předčila i mé očekávání, velmi se mi líbilo propojení básní, říkanek s pohybem. Také témata pro děti byla velmi zajímavá.

#### **Přiměřenost zvolených aktivit věku dětí**

Myslím si, že aktivity byly vhodně zvoleny k věku dětí.

#### **Spolupráce rodiče a dítěte**

Ano většina cvičení byla vždy spojená se spoluprací mě a dítěte, některé aktivity děti vykonávaly samy a my jsme pouze dohlížely, nebo je chválily, ale myslím, že to nebylo vůbec na škodu, že děti pracovaly u mála cvičení i samostatně a my jsme byli jako „motivátoři“. Také se mi hodně líbilo, že při zapojení rodiče a dítěte jsme se i my rodiče protáhli nebo proběhli.

### **Poutavost jednotlivých cvičení, aktivit**

Jednotlivá pohybová cvičení byla jiná, než na které jsme byli zvyklí v jiných typech zařízení, jak jsem již zmiňovala aktivity, i činnosti byly zajímavé a velmi se mi líbilo propojení básničky, poté kruhové cvičení (jednotlivá stanoviště) a relaxace. To hodnotím asi nejvíce kladně.

### **Volba pomůcek**

Každou hodinu jsme měli připravenou jinou pomůcku, s kterou jsme pracovali, což se mi velmi líbilo.

### **MATKA č. 2**

#### **Zajímavost tělovýchovného projektu**

Bylo to pro mě zajímavé i pro mého syna hodně se do cvičení těšil a také se těšil, že bude mít doma králíka Boba, to jsme zažily poprvé a fakt se vždycky snažil, když věděl, že ho bude moct mít doma. Mrzí mě, že naše školka nemá takové cvičení v nabídce, moc rádi bychom jej navštěvovali.

#### **Přiměřenost zvolených aktivit věku dětí**

Aktivity byly zvoleny dle věku dětí, některé byli sice těžší a mohla být i nějaká lehčí varianta, ale zase na druhou stranu aspoň jsme měli cíl a věděli jsme, jak se zlepšovat.

#### **Spolupráce rodiče a dítěte**

Velmi si toho vážím, že jsem s ním mohla strávit více času a přijde mi, že to náš vztah více posílilo. Teď se věnuju hodně mladšímu bráškoví, a proto mě i mrzelo, že na syna nemám až tolik času. Vždycky jsem se do cvičení těšila, že si společně zařadíme a budeme mít čas jen pro sebe.

### **Poutavost jednotlivých cvičení, aktivit**

Některé aktivity už jsme znali, proto syn nevěnoval tolik pozornosti. Řekla bych, že některé cvičení byly hodně známé možná by to chtěly, nějakou obměnu, ale většinu jsme neznali a taky jsme pak zkoušeli i doma – třeba cvičení na velkém míči, co nám p. učitelka ukázala to jsme zkoušeli i doma, jak nás to bavilo, a to i jógu, jelikož syn, má problémy se zády s držetím těla tak to zkoušíme i doma a moc nás to baví.

### **Volba pomůcek**

Vždycky jsme se těšili, co přinesete za pomůcku. Každou hodinu byla jiná, což se nám velmi líbilo. Byly i netradiční jako třeba ta modrá, kulatá (donutball), to jsme viděli poprvé, a to bylo hodně zajímavé. Vždy byly připraveny pomůcky, které doma většinou nemáme, což taky hodnotím jako velké plus.

### **MATKA č. 3**

#### **Zajímavost tělovýchovného projektu**

Dlouho jsem přemýšlela, že budu s dcerou navštěvovat nějaké cvičení, kde budeme cvičit spolu. Chci se jí naplno věnovat. Proto i před samotným začátkem projektu pro mě byl zajímavý a hned jsem věděla, že ho budu s dcerou navštěvovat. Bylo to pro mě velmi zajímavé, některé cvičení jsem vůbec neznala, a to už jsem toho prostudovala hodně, protože s dcerou taky doma cvičíme. Líbilo se mi, že bylo na výběr velké množství pomůcek a připraveno mnoho aktivit.

#### **Přiměřenost zvolených aktivit věku dětí**

Má dcera má 3 roky, některé cviky byly těžší, ale nemyslím si, že nějak obzvlášť. Ba naopak se mi líbilo, že když bylo těžší cvičení byla jsem dceři vždy na blízku, abych ji pomohla. Ale jak jsem již zmiňovala, cvičím doma s dcerou a myslím, že i podle toho, co jsem četla a co vím, byly cviky přiměřeny věku dětí a jejím vývojovým schopnostem.

#### **Spolupráce rodiče a dítěte**

Proto jsem do projektu přihlásila, chtěla jsem docílit toho, že budu vědět, jak s dcerou správně cvičit a také tím, že už chodím do práce, tak abychom byly více spolu. Moje očekávání se splnilo, byla různá cvičení a aktivity, které byly zaměřeny na spolupráci. Velmi se mi líbilo i to, když děti spolupracovaly s jiným rodičem nebo s jiným dítětem.

#### **Poutavost jednotlivých cvičení, aktivit**

Dcera se vždy velmi těšila, jak už jsem říkala, něco jsme znaly, ale bylo to jiné. Líbilo se mi propojení společných básní s pohybem, také pak jak jsme pracovaly každou hodinou s jinou pomůckou a mohly jsme si tak vyzkoušet různé pomůcky, různé typy cvičení. A jóga ta byla skvělá, dcera se po ní vždy zklidnila. Zvířata, která jsme se u Vás naučily, cvičíme i doma.



### **Volba pomůcek**

Každou hodinu jsme vyzkoušeli jinou pomůcku, pomůcky byly rozmanité. Něco překvapilo i mě samotnou, zkoušela jsem i já sama poprvé některé pomůcky. Pro děti byly zajímavé tak i pro nás rodiče. Po tomto cvičení jsme si i některé pomůcky koupily domů, třeba ten modrý balón (donutball), velký míč máme doma, ale teď známe více cviků a víme, jak na něm lépe společně cvičit.

### **MATKA č. 4**

#### **Zajímavost tělovýchovného projektu**

Velmi se mi to líbilo, kamarádka (matka č. 2) mi nabídla, zda nechci navštěvovat tento projekt s ní, prvně jsem váhala, jelikož mám doma ještě jedno dítě, ale nakonec jsem to chtěla zkusit. Bylo to pro mě přínosné, a hlavně pro syna, doma cvičíme i s menším bráškou. Syn má problémy s pohybem, běháním i proto jsem tento projekt zvažovala a byl pro mě zajímavý, abych mu i já mohla pomoci při společném cvičení. Snažím se syna doma motivovat, ale někdy se mu prostě nechce. Tady když viděl, že cvičí i jiné děti tak mu to moc pomáhalo.

#### **Přiměřenost zvolených aktivit věku dětí**

Pro mého čtyřletého syna bylo cvičení naprosto vhodně zvoleno. V případě, že jsme si nebyli jistí, jak pohyb provádět, vždy nám byla paní učitelka k ruce a pomáhala nám a ukazovala jak správně na to. Nejvíce se mi líbilo, že jsme to mohli zkusit i doma.

#### **Spolupráce rodiče a dítěte**

Se synem se nám moc dobře spolupracovalo, občas se „sekl“, ale to je podle mě normální věc. Líbilo se mi, že jsme měli možnost si vyzkoušet různé druhy spolupráce. Třeba u básničky po mě opakoval, snažil se dobře vyslovit. Někdy jsme zkoušeli i to třídění barev, tak to se snažil sám, a když nevěděl, společně jsme se poradili, nebo třeba ty tvary a tak. A pak společné cvičení na koberci s pomůckami, s rodiči i jinými dětmi (třeba při podlézání).

**Poutavost jednotlivých cvičení, aktivit**

Když jsme přišli domů, museli jsme pak ještě druhý den cvičit znova. Tak moc se to synovi líbilo. Některé ho třeba až tak nezaujaly, tak to šlo vidět i na hodině, byly příliš zdlouhavé.

Ale jakmile ho něco chytlo, chtěl to opakovat pořád dokola, třeba když jsme cvičili s míči. To by nejraději celou hodinu nedělal nic jiného i třeba lavička, ta se mu taky moc líbila.

**Volba pomůcek**

Pomůcky byly každou hodinu jiné, což bylo super. Taky nebyly až tak časté, některé jsme zkoušeli opravdu poprvé. Líbilo se mi, když bylo více „stanovišť“ – opičí dráha různé pomůcky za sebou, to bych ocenila nejvíc. Občas jsme měli na práci s pomůckou málo času, což hodnotím negativně.

## 7 EVALUACE – ROZHOVORY S UČITELKAMI (HODNOCENÍ)

Hodnocení učitelkami bylo taktéž realizováno formou polostrukturovaných rozhovorů, které byly prováděny s odstupem jednoho měsíce, aby učitelky byly schopny zhodnotit, zda získané poznatky z projektu byly využitelné v praxi. Délka každého rozhovoru se pohybovala přibližně okolo 20 minut. Vytvořila jsem také jednotlivé kategorie, na které jsem s učitelkami vedla rozhovory:

*Skladba jednotek* – zda byly jednotky dobře sestaveny. Zda měly jasnou strukturu, zda byly kreativně a zajímavě voleny hry. Zda na sebe v jednotlivých jednotkách činnosti navazovaly. Zda podle učitelky měla každá jednotka systém.

*Zaměření jednotek* – zda zvolená pomůcka hrála důležitou roli v jednotlivých jednotkách. Zda byly lekce zaměřeny různě a zajímavě, nebo spíše stereotypně. Zda byly jednotky zaměřeny na spolupráci rodiče a dítěte. Jak učitelky hodnotí zaměření každé lekce.

*Náplň jednotek* – jak podle učitelky byly jednotky nápadité. Jak učitelka hodnotí obsah lekcí.

*Přiměřenost zvolených aktivit* – zda byly aktivity z hlediska učitelky přiměřeny věku dětí, zda se jí zdály jednodušší či složitější pro věkovou skupinu navštěvující tento projekt.

*Přínos pro učitelku a její následnou práci s dětmi* – zda poznatky, které byly učitelce předány, byly pro ni přínosné. Zda to v určitém směru ovlivnilo její následnou práci.

*Využitelnost projektu v praxi* – zda poznatky, učitelka využila i při své práci v praxi. Zda byly aplikovatelné na skupinu dětí, se kterou pracuje v dané MŠ.

### UČITELKA č. 1

#### **Skladba jednotek**

Dle mého názoru byly lekce velmi dobře sestaveny. Dobře si to paní učitelka nastavila, tuším, že to byla vždy báseň, poté diskuze na téma, práce s pomůckou a zklidnění. Díky tomuto systému si na to rodiče i děti zvykli a věděli, co bude následovat. Také pozitivně oceňuji zajímavost a provázanost lekcí. Pozitivně hodnotím zásobu her a aktivit, které byly připraveny, šlo poznat, že byly lekce promyšlené a předem připravené.

### **Zaměření jednotek**

Každá lekce se zaměřovala na určitou práci s pomůckou. Většinou jedna pomůcka provázela jednu jednotku, což hodnotím pozitivně. Stalo se, i že nějaká pohybová hra, nebo aktivity úplně nezapadaly do tématu dané jednotky, to hodnotím negativně. Občas také rodič spíše dohlížel na dítě, než že by spolupracovali.

### **Náplň jednotek**

Jednotky byly velmi zajímavé a rozmanité svým obsahem. Některé aktivity byly zdlouhavé a málo poutavé pro děti, složitější pravidla. Některé taky byly málo zaměřené na spolupráci rodiče a dítěte. Každou hodinu byla použita jiná pomůcka, učitelka velmi dobře komunikovala s rodiči a ukazovala jim přesně jak správně cviky provádět, co dělají špatně a co dobře. Motivační králík byl velmi dobrým prvkem, který děti respektovaly a snažily se o jeho „získání“. Jóga pro děti byla zajímavá i pro mě samotnou, velmi dobrý relaxační prvek.

### **Přiměřenost zvolených aktivit**

Aktivity byly zvoleny přiměřeně věku dětí. Také byly vhodně zvoleny vzhledem k zaměření na spolupráci rodiče a dítěte.

### **Přínos pro učitelku a její následnou práci s dětmi**

Tento projekt a poznatky z něj získané byly pro mě velmi přínosné. Jelikož všechny děti navštěvující tyto jednotky, také chodí do mé třídy. Bylo pro mě i zajímavé vidět, jak rodič pracuje s dítětem, dají se opravdu díky tomu poznat různé typy rodičů a vyjasnily se mi i různé reakce dětí a jejich postupy chování díky tomuto projektu a „poznámkám“ učitelky, které nám předala (viz. Příloha III, pozn. autorky). Jako negativum hodnotím to, že se projektu účastnila menší skupina dětí.

### **Využitelnost projektu v praxi**

Projekt mi velmi pomohl, jsem nová učitelka v mateřské škole. Díky poznámkám paní učitelky, která s dětmi a rodiči pracovala, jsem pochopila, že u některých dětí nemá cenu je nutit do činnosti, jelikož nejsou na to zvyklí od rodičů, že je lepší jim dát prostor a oni se tak zapojí sami. U jiného zase vím, že je nutné mu vše názorně ukázat, jelikož je také zvyklí z domácího prostředí, také vím, že dítě, které se vzteká a protestuje, zkusí to, co zkusí na rodiče. A mnohé další poznatky, které mi opravdu pomohly.

Negativně hodnotím, jak jsem říkala malou skupinu, proto si myslím, že je to spíše aplikovatelné na nějakou akci nebo projekt pro rodiče, děti a učitele. Uvažuji i o tom, zda bych neoslovila paní ředitelku s nápadem, že bych kroužek cvičení rodičů a dětí nabídla i v naší mateřské škole.

## **UČITELKA č. 2**

### **Skladba jednotek**

Myslím si, že jednotlivé lekce byly sestaveny dobře. Líbilo se mi, jak to na sebe navazovalo, skladba lekce byla velmi dobrá. Motivace na dané téma, říkanka spojená s pohybem, kdy rodič cvičil s dítětem, což bylo velmi dobré, nebo diskuze na nějaké téma ke kterému se vztahovala celá lekce, občas to bylo moc obecné, dala bych více času na to, aby děti mohly odpovídat samy, ale to se musí naučit i rodiče dát dětem prostor.

Velmi kladně hodnotím to, že bylo připraveno mnoho různých cvičení, a to třeba jen s jednou pomůckou, různé obměny. Učím už léta praxe, ale některá cvičení jsem viděla poprvé, což mě velmi obohatilo.

### **Zaměření jednotek**

Každá hodina byla zaměřena na práci s určitou pomůckou. To se mi líbilo, že vždy se rodič a dítě soustředili každou hodinu na určitou pomůcku. Jednotky podporovaly spolupráci rodiče a dítěte. Občas musela paní učitelka i improvizovat vzhledem k tomu, že nějaká předem připravená aktivita byla kratší, méně poutavá, než čekala, ale myslím, že vždy reagovala dobře a uměla se situaci přizpůsobit.

### **Náplň jednotek**

Jak jsem už říkala, hodně mě to překvapilo. Kolik cviků a různých obměn cvičení měla paní učitelka připraveno. Postupem času šlo i vidět, že si více věří. Byla si jistější. Náplň lekce, když to shrnu, byla velmi bohatá, šlo vidět, že každá hodina byla promyšlená a připravená. Co hodnotím negativně je, že u některých aktivit byl rodič spíše jako dozor, takže nepodporovaly spolupráci rodiče a dítěte, ale bylo jich minimum. Jsem ráda, že jsem viděla i společnou jógu pro rodiče a děti, to jsem viděla prvně a velmi se mi to líbilo.

### **Přiměřenost zvolených aktivit**

V této skupině byly spíše děti mladší, občas nějaké činnosti byly podle mě spíše pro starší děti, ale paní učitelka se snažila reagovat, a když viděla, že něco bylo příliš těžké, tak se snažila o lehčí variantu.

### **Přínos pro učitelku a její následnou práci s dětmi**

Poznámky od paní učitelky byly velmi přínosné. Měla jsem možnost díky tomu, lépe pochopit určité projevy chování dětí, které navštěvovaly toto cvičení.

Lépe jsem pak volila strategie, jak s dětmi jednat, když jsem lépe znala komunikační styl, který používá rodič. Velmi mi to pomohlo, jelikož děti opravdu reagovaly na určitý styl komunikace, který používá jejich rodič a lépe tak poté reagovaly na mě, když jsem věděla, jakým stylem a strategií přistupovat k dítěti. Obvykle rodiče vidím při příchodu a poté odchodu, samozřejmě i na schůzkách, ale nikdy jsem neměla možnost takhle blíž poznat styl, jaký rodič používá. Velmi mě to oslovilo.

### **Využitelnost projektu v praxi**

V podstatě už jsem odpověděla v předchozí otázce. Projekt byl pro mě velmi užitečný, myslím, že je velmi důležité znát i prostředí, kde dítě vyrůstá. Mrzí mě, že v naší mateřské škole nepořádáme více akcí, kde bychom mohli rodiče a děti poznat lépe. Vidět, jak rodič komunikuje s dítětem. Třeba společné opékání nebo něco takového jednorázové akce, by nám pomohly nahlédnout do rodinného prostředí. Vráťím se zpět k projektu, velmi se projekt líbil a rozhodně je velmi přínosný pro praxi. Netýká se pouze jen cvičení, ale různých akcí, jak jsem říkala, kde lze lépe rozpoznat styl komunikace mezi rodičem a dítětem. Ráda bych se i trochu zkritizovala, jelikož předtím jsem na určité děti používala jiný styl komunikace, než jsou zvyklí od rodičů, a proto bych řekla, že občas vázla spolupráce mezi mnou a dítětem. Občas jsem na ně „tlačila“, což nepřinášelo „žádné ovoce“. Po následně realizaci tohoto projektu se mi rozhodně pracovalo s dětmi lépe.

## 8 INTERPRETACE ZÍSKANÝCH DAT PROJEKTU

Tabulka č.10: Srovnání hodnocení jednotlivých matek

Kategorie	Matka č. 1	Matka č. 2	Matka č. 3	Matka č. 4
<b>Zajímavost tělovýchovného projektu</b>	+ propojenost + zajímavost zvolených témat	+ zajímavost projektu + motivační prvek	+ kvantita připravených aktivit + množství pomůcek	+ přínos skrz další zásobu cviků
<b>Přiměřenost zvolených aktivit věku dětí</b>	+ přiměřeno věku dětí	- Některé aktivity těžší	- aktivity těžší	+ pomoc učitelky
<b>Spolupráce rodiče a dítěte</b>	+ činnosti zaměřeny na spolupráci rodiče a dítěte +role motivátora	+ čas strávený se synem	+ splnění očekávání + práce i s jinými dospělými	+ spolupráce při výslovnosti básně + různé druhy spolupráce
<b>Poutavost jednotlivých aktivit, cvičení</b>	+ originalnost	- některé aktivity méně poutavé + nové cviky + jóga	+ propojenost aktivit +jóga + aplikovatelnost i v domácím prostředí	- zdlouhavé aktivity (ztráta zájmu) + aplikovatelnost v domácím prostředí
<b>Volba pomůcek</b>	+ každou jednotku jiná pomůcka	+ netradiční pomůcky	+ rozmanitost pomůcek + nové druhy pomůcek	- krátký čas na práci s pomůckou + pomůcky se neopakovaly

Komentář: V tabulce č. 10 jsem sumarizovala polostrukturované rozhovory prováděny s matkami po skončení projektu. Matky se ve svých odpovědích na jednotlivé oblasti víceméně shodly. Jsou zde zmíněna pozitivita projektu, tak i negativa. Převážně pozitivní hodnocení přisuzují dobrému vztahu mezi mnou a účastnicemi, bližší kontakt a důvěra se odrazil i v závěrečném hodnocení projektu, což na jednu stranu mohlo negativně ovlivnit výsledky projektu. V kategorii zajímavosti projektu se matky shodly na propojenosti jednotlivých částí, převážná zajímavost jednotlivých témat. Také rozšíření nabídky cviků a aktivit, množství využívaných pomůcek. V kategorii přiměřenosti některé matky se shodly, že byly činnosti těžší, ocenily také pomoc učitelky. V následující kategorii spolupráce rodiče a dítěte se matky shodly, že projekt splnil účel a jejich očekávání. Také ocenily různé druhy spolupráci, který tento projekt nabízel.

Poutavost aktivit, v této kategorii matky ocenily originálnost, propojenost, zaujala je jógová cvičení a také aplikovatelnost cviků v domácím prostředí. Jako negativum této kategorie, méně poutavé aktivity, zdlouhavé. V kategorii volba pomůcek se shodly na tom, že byly využity netradiční pomůcky. Negativum krátký čas pro práci s pomůckou.

Tabulka č.11: Srovnání hodnocení učitelek

Kategorie	Učitelka č. 1	Učitelka č.2
<b>Skladba jednotek</b>	+Systém + Zajímavost + Zásoba her	- obecné, větší specifikace tématu + skladba lekce - málo času
<b>Zaměření jednotek</b>	+ jedna pomůcka, jedna lekce - aktivita nezapadla do tématu - některé aktivity nebyly zaměřeny na spolupráci	+ obměny cvičení + bohatost lekce - méně poutavé aktivity + podpora spolupráce rodiče a dítěte
<b>Náplň jednotek</b>	- zdlouhavé některé hry, složitější pravidla + motivační prvek + jóga - některé aktivity nepodporovaly spolupráci	+ bohatost cvičení + připravenost +jóga - rodič jako pomocník, ne spolupracovník
<b>Přiměřenost zvolených aktivit</b>	+ zvoleno přiměřeně věku dětí	- některé činnosti spíše pro starší + reakce (vytvoření lehčí varianty)
<b>Přínos pro učitelku a její následnou práci</b>	+ vyjasnění znaků chování dětí + přínos - malá testovaná skupina	+ lepší styl komunikace + jiné strategie s určitými dětmi + lepší práce s dítětem
<b>Využitelnost projektu v praxi</b>	- spíše akce pro rodiče s dětmi + znalost komunikačního stylu +práce s dítětem	+ lepší komunikace + znalost rodinného prostředí + lepší práce s dětmi, které se účastnily projektu

Komentář: V tabulce č. 11 jsem sumarizovala polostrukturované rozhovory, které byly prováděny s učitelkami zhruba měsíc po skončení projektu. V kategorii skladby jednotek se učitelky shodly na zajímavé skladbě jednotek. Co se týká zaměření jednotek jasně viděly negativum v tom, že některé aktivity byly málo poutavé, nebyly přímo na spolupráci zaměřeny což, je v kontrastu s odpovědí rodičů. Naopak pozitivně viděly to, že lekce byly bohaté na pomůcky a hry. V náplni jednotek se shodly na tom, že je pozitivně zaujala jóga.



Jako jasné negativum viděly obě v tom, že některé z aktivit nebyly přímo zaměřeny na spolupráci rodiče a dítěte. Aktivity podle nich byly přiměřeny věku dětí, až na některé což hodnotila jedna z učitelek negativně.

Zároveň však uvedla, že učitelka byla schopná reagovat a snažila se o lehčí variantu. Přínos pro učitelku a její následnou práci, obě učitelky hodnotily projekt jako jasný přínos pro praxi i pro ně samotné. Jedna učitelka viděla negativum v malé testované skupině. Využitelnost projektu v praxi, téměř se opakovaly jako v předchozí kategorii. Díky projektu lepší komunikační styl s dětmi, které se účastnily projektu. Lepší znalost rodinného prostředí, jako negativní viděla jedna z učitelek to, že díky malému vzorku, je projekt spíše aplikovatelný na různých akcích pro rodiče a děti. Obě se shodly na následné lepší práci s dítětem.

## 9 DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Tento tělovýchovný projekt je určen učitelkám mateřských škol. Tělovýchovný projekt slouží ke společnému cvičení dětí a rodičů, díky nimž lze lépe rozpoznat interakce mezi dítětem a rodičem. Je aplikovatelný pro děti od 3 do 6 let věku. Je také vhodný pro větší cvičební skupinu, zhruba 10 rodičů a 10 dětí. Příprava, realizace a evaluace trvala celkem 6 měsíců. Samotná realizace v mateřské škole 3 měsíce. Soubor tělovýchovných jednotek lze použít i nezávazně na sobě.

Tento projekt je možné přetvořit a realizovat ho v jiné formě s ohledem na podporu práce učitele v MŠ – různé akce pro rodiče a děti, projekty vytvořené pro rodiče a děti, kde se učitel bude snažit rozpoznat interakce mezi rodičem a dítětem, seznámí se blíže s rodinným prostředím dítěte, bude se snažit rozpoznávat komunikační styl rodiče. K tomuto účelu byla i vytvořena na základě odborné literatury a mých poznatků z tohoto projektu pro potřeby učitelů MŠ doporučení, kde jsou charakterizovány komunikační styly, s kterými se učitel může v praxi setkat (Příloha II, III).

Při všech výstupech je velmi důležité mít činnost přesně naplánovanou, pomůcky připravovat postupně, aby děti věnovaly pozornost vždy právě jedné aktivitě. Předem si zjistit, jaké pomůcky jsou k dispozici a s kterými se bude moci pracovat. Je taktéž důležité mít v zásobě i různé obměny práce s pomůckou. Hry mít poutavé pro děti i rodiče, primárně podporující spolupráci rodiče a dítěte. Zvolené aktivity mít ve více variantách, které budou mít jak jednodušší verzi, tak i složitější pro různé věkové skupiny. Závěr jednotky vždy zakončit klidovým či relaxačním cvičením a hodnocením v kruhu. Velmi bych doporučila zapojit motivační prvek, který bude sloužit k lepší soustředěnosti a motivaci dítěte.

Během jednotlivých tělovýchovných jednotek budou postupně rodiče více sdílní a otevření, budou Vám dávat možnost nahlížet do jejich rodinného prostředí, budou s Vámi řešit také strategie, které využívají ve své výchově. Budou také více patrné komunikační styly, které rodič při komunikaci s dítětem využívá. Je velmi důležité s těmito informacemi zacházet diskrétně, snažit se být pro rodiče rádcem, pomocníkem a motivátorem. Je také důležité zachovat si i určitý odstup, nenechat si příliš zasahovat do své práce, být si jistý a vymezit si předem pravidla a hranice mezi rodičem, dítětem a učitelem.

## ZÁVĚR

Jedním z mých cílů mé bakalářské práce bylo sumarizovat teoretické poznatky o problematice interakcí mezi rodičem a dítětem, což zahrnuje hlavně charakteristiku pojmů jako je komunikační styl, komunikační strategie. Vztah rodič a dítě vzniká již při narození dítěte, kdy rodič značně ovlivňuje osobnost dítěte. Dítě se také přizpůsobuje komunikačnímu stylu vnímaného primárně od rodiče. Pro učitele je velmi důležité porozumět rodinnému prostředí dítěte, jelikož v mateřské škole dochází k sekundární socializaci. Proto je také důležité sumarizovat teoretické poznatky z oblastí vztahu rodiny a mateřské školy. Dítě přichází do nového prostředí, snaží se přizpůsobit novým podmínkám a prostředí, které mateřská škola přináší. A jako poslední v rámci tohoto projektu sumarizovat teoretické poznatky cvičení dětí s rodiči s ohledem na vývoj dítěte, pohybové dovednosti a schopnosti dítěte předškolní věku.

Sumarizováním poznatků tak vytvořit tělovýchovný projekt, který bude zaměřen na společné cvičení dětí a rodičů a bude sloužit učiteli následně v podpoře při jeho práci v praxi mateřské školy. Při přípravě aktivit pro děti a rodiče, jsem musela brát ohled na věkové rozlišení dětí účastníci se tohoto projektu vzhledem k jejich vývojovým předpokladům, podmínky, které nabízí prostor mateřské školy. Hry, které obsahuje tělovýchovný projekt, jsou většinou vymyšlené mé vlastní hry. V málo případech jsou čerpány z odborné literatury zaměřující se na spolupráci rodiče a dítěte. V případě jednotlivých cvičení s pomůckou jsem čerpala z odborné literatury.

V rámci jedinečnosti mého projektu jsem se snažila pro podporu práce učitelů vytvořit doporučení (Příloha II, III), která budou sloužit pedagogům v praxi a je obecně platná. Tato doporučení jsou vytvořena na základě odborné literatury a mých poznatků v rámci projektu. Měla by sloužit jako podpora práce učitele v MŠ.

Jak jsem již zmiňovala, mnohé mateřské školy nevyužívají prostor pro realizaci společných akcí s rodiči. Nemají tak možnost poznat, jakým způsobem rodič pracuje se svým dítětem. Je velmi důležité tyto projekty, akce a další formy zaměřené na spolupráci rodičů a dětí realizovat. Jelikož díky nim máme právě šanci lépe poznávat rodiny, zlepšovat vztah jak s dětmi, tak i s rodiči. Zefektivňovat naši práci, najít tu správnou cestu k dítěti, a hlavně pochopit to proč a jak se dítě a chová, co nám ve skutečnosti svým chováním chce říct.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] Duranková, S., Surmanková, E., & Pavúk, A. (2018). *Biology of children, adolescents and school hygiene*. Warszawa: Wydawnictwo Rhetos.
- [2] Dvořáková, A. (2016). *Hravá jóga pro děti*. Praha: Grada Publishing.
- [3] Dvořáková, H. (2011). *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]* (Vyd. 2., aktualiz.). Praha: Portál.
- [4] Dvořáková, H. (2012). *Pohybové činnosti v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe.
- [5] Goddard Blythe, S. (2012). *Dieťa v rovnováhe: pohyb a učenie v ranom detstve*. Inštitút psychoterapie a socioterapie.
- [6] Helus, Z. (2015). *Sociální psychologie pro pedagogy* (2., přepracované a doplněné vydání). Praha: Grada
- [7] Jandourek, J. (2012). *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Praha: Grada.
- [8] Kořátková, S. (2014). *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet* (2., rozš. a aktualiz. vyd). Praha: Grada.
- [9] Kleplová, V., & Pilná, D. (2011). *Cvičíme doma s tím, co doma máme*. ANAG.
- [10] Majerčíková, J. (2012). *Profesijní zdatnost' (self-efficacy) studentů učitelstva a učitelů spolupracovat' s rodiči*. Bratislava: Univerzita Komenského.
- [11] Majerčíková, J. (2012). *Rodina s předškolákem: Výskum rodin s deťmi predškolského veku*. Bratislava: Univerzita Komenského.
- [12] Matějček, Z. (1992). *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. SPN.
- [13] Možný, I. (2002). *Sociologie rodiny* (2. vyd). Praha: Sociologické nakladatelství.
- [14] Nakonečný, M. (2009). *Sociální psychologie*. Praha: Academia.
- [15] Pospíšilová, Z., & Poláčková, P. (2009). *Pohyb s říkadly pro nejmenší: pro děti od 6 týdnů do 5 let*. Praha: Grada.
- [16] Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2013). *Pedagogický slovník* (7., aktualiz. a rozš. vyd). Praha: Portál.
- [17] Sobotková, I. (2012). *Psychologie rodiny* (3. vyd). Praha: Portál.

- [18] Syslová, Z. (2016). *Proměna mateřské školy v učící se organizaci*. Praha: WoltersKluwer.
- [19] Špaňhelová, I. (2009). *Komunikace mezi rodičem a dítětem: styly a techniky komunikace, komunikace rodiče ve vztahu k dítěti, vývojová období dítěte, komunikace v náročných situacích*. Praha: Grada.
- [20] Uhrová, R. (2010). *Cvičení dětí s rodiči*. Praha: Grada.
- [21] Volfová, H., & Kolovská, I. (2008). *Předškoláci v pohybu*. Praha: Grada.
- [22] Volná, K. (2015). *Mámo, táto, cvičte se mnou!* Olomouc: Rubico.
- [23] Wechsler, K. (2013). *303 preschooler-approved exercises and active games: ages 3-5*. Alameda CA: Hunter House Inc., Publishers.
- [24] Zich, F. (1979). *Co víte o současné sociologii: základní pojmy současné marxistické sociologie*. Praha: Horizont.

Elektronický sborník:

- [25] Národní ústav pro vzdělávání: RVP PV. In. <http://www.nuv.cz/t/rvp-pro-vseobecne-vzdelavani>

Elektronický článek:

- [26] Majerčíková, J. (2015). Sporné aspekty úzkých vztahů rodiny a školy na začátku vzdělávání. *Studia Paedagogica*, 20(1), 29-44.
- [27] Šedřová, K. (2009). Tiché partnerství: vztahy mezi rodiči a učitelkami na prvním stupni základní školy. *Studia Paedagogica*, 14(1), 27-52.
- [28] Syslová, Z., & Majerčíková, J. Jako učitelky mateřských škol vnímají svou profesní zdatnost, spolupráci s rodiči. In Poláchová, Vašátková, Jana, Kaněčková, Dvořáková, Eva. *Pedagogický výzkum: Spojnice mezi teorií a praxí*. Olomouc: Gevak, 2014. s. 47-58, 12 s. ISBN 978-80-86768-90-8. [info](#)
- [29] Syslová, Z. Jak ovlivňuje připravené prostředí školy rozvoj klíčových kompetencí. In *Sborník ze VI. Otevřené konference SKAV*. Praha: SKAV, 2008

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

MŠ	Mateřská škola
RVP PV	Rámcový vzdělávací program předškolního vzdělávání
ŠVP	Školní vzdělávací program
ŽP	Životní prostředí

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

Obrázek č. 1 – motivační maskot (králík Bob).....	38
Obrázek č. 2 – komunikace mezi rodičem a dítětem, názorná ukázka.....	39
Obrázek č. 3 – rodiče spolupracují s dětmi, děti šplhají po žebřinách (rodiče zajišťují bezpečí).....	39
Obrázek č. 4 – ukázka prostředí (opičí dráha).....	40
Obrázek č. 5 – výběr libovolné pomůcky.....	40
Obrázek č. 6 – manipulace s padákem.....	44
Obrázek č. 7 – chůze po lavičce.....	44
Obrázek č. 8 – výběr libovolné pomůcky (balanční podložka – Gymball Donut).....	45
Obrázek č. 9 – cvičení dětí a rodičů na velkém míči.....	48
Obrázek č. 10 – přitahování na břicho.....	48
Obrázek č. 11 – přitahování na zádech.....	48
Obrázek č. 12 – třídění barevných míčků (rybiček) podle barvy.....	52
Obrázek č. 13 – přenášení barevné roury a slalom.....	52
Obrázek č. 14 – házení balónku na cíl.....	53
Obrázek č. 15 – skákání na skákacím balónu.....	53
Obrázek č. 16 – cvičení na koberci.....	56
Obrázek č. 17 – chodník ze stop.....	57
Obrázek č. 18 – posílání míče.....	57
Obrázek č. 19 – vnímání vlastního těla, protažení.....	58
Obrázek č. 20 – skákání do kruhu (nápodoba rodiče).....	61
Obrázek č. 21 – společné cvičení na balanční podložce – gymball Donut.....	61
Obrázek č. 22 – cvičení na kruzích s dopomocí rodiče.....	64
Obrázek č. 23 – přelézání švédské bedny s dopomocí rodiče.....	64
Obrázek č. 24 – sbírání květů a třídění dle barev.....	67
Obrázek č. 25 – ukázka rytmizace na velký míč.....	68

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka č.1: Specifikace dětí a rodičů navštěvující cvičení.....	36
Tabulka č.2: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 1 .....	37
Tabulka č.3: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 2 .....	42
Tabulka č.4: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 3 .....	46
Tabulka č.5: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 4 .....	51
Tabulka č.6: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 5 .....	55
Tabulka č.7: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 6 .....	60
Tabulka č.8: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 7 .....	63
Tabulka č.9: Didaktické zacílení tělovýchovné jednotky č. 8 .....	66
Tabulka č.10: Srovnání hodnocení jednotlivých matek.....	79
Tabulka č.11: Srovnání hodnocení učitelek.....	80



## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha P I: Souhlas rodičů

Příloha P II: Obecná charakteristika komunikačních stylů rodičů

Příloha P III: Ukázka komunikačních stylů zúčastněných rodičů

## **PŘÍLOHA P I: SOUHLAS RODIČŮ**

Souhlasím/ nesouhlasím se zveřejněním svých fotografií .....a fotografií mého syna/ dcery ..... v bakalářské práci s názvem „Cvičení dětí s rodiči jako podpora práce učitele v mateřské škole“ studentky Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, obor – učitelství pro mateřské školy, Bc. Kláry Jugasové.

Výsledky a fotografie z tělovýchovného projektu budou sloužit výhradně k mé bakalářské práci. Rodič i matka budou v projektu popisovány obecným označením.

V:

Dne:

Podpis:

## PŘÍLOHA P II: OBECNÁ CHARAKTERISTIKA KOMUNIKAČNÍCH STYLŮ RODIČŮ

Styly komunikace	Znaky	Doporučení pro práci s dítětem
<b>Pasivní styl komunikace</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rodiče spíše nekomunikativní</li> <li>- nevyjadřují přání ani pocity</li> <li>- poučuje dítě, ale už nevnímá, zda s tím dítě souhlasí</li> <li>- vyhýbání se pohledu do očí</li> <li>- při konfliktu volí cestu úniku</li> </ul>	<p>Snažit se řešit s dětmi situaci na rovinu. Dítě pochválit, povzbuzovat a dodávat mu pocit bezpečí. Pozitivně motivovat. Nechat dítě projevit svůj názor, dát mu prostor vyjádřit se. Učit děti pohledu z očí do očí. Učit děti postavit se problémové situaci a umět je vyřešit – neutíkat před problémy. Užívat klidný projev, snažit se situaci komentovat. Učit dítě popisovat své emoce. Nepoužívat agresivní styl, či nátlak.</p>
<b>Agresivní styl komunikace</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Neprojevují dítěti lásku ani jej nerozmazlují</li> <li>- Rodič jedná s dítětem přísně</li> <li>- Dítě si vynucuje hodnocení, ostatní nerespektuje a ignoruje</li> <li>- Dítě bojuje za každou cenu</li> <li>- Dítě dává najevo svou nadřazenost</li> </ul>	<p>Snažit se dítěti projevovat lásku, ne přehnanou a jen za předpokladu, zda vás dítě k sobě pustí. Dítě pozitivně hodnotit, ale jen v reálné situaci. Ne když si to dítě vynutí. Pozitivně kritizovat. Dát dítěti se vyrovnat i s negativním hodnocením. Nabídnout mu pomoc, jiná řešení. Učit dítě prosociálnímu chování, respektu. Učit dítě oceňovat ostatní, hodnotit pozitivně jak sebe, tak i ostatní. Učit dítě spolupráci. Ukázat dítěti, kdo je nadřazený a určit si jasná pravidla. Vymezit si respekt. V případě potřeby zvýšit hlas – dítě je zvyklé na tento postup.</p>
<b>Asertivní styl komunikace</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rodiče děti učí odpovědnosti a upřímnosti</li> <li>- Rodič učí dítě respektu a lásce</li> <li>- Umí řešit konfliktní situace</li> <li>- Pohled z očí do očí</li> </ul>	<p>Jedná se o styl komunikace, od kterého se můžou ostatní jen učit. Jedná se o nejlepší možný styl komunikace. V tomto případě doporučuji tento styl podporovat a rozvíjet. Připravovat dítěti podnětné prostředí. Upevňovat správné řešení konfliktních situací. Jednat upřímně a podávat věci na rovinu.</p>

## PŘÍLOHA P III: UKÁZKA KOMUNIKAČNÍCH STYLŮ ZÚČASTNĚNÝCH RODIČŮ

Rodič	Komunikační styl	Poznámky
<b>Matka č. 1</b>	Pasivní styl komunikace	Většinou s dítětem málo komunikuje. Převážně ho vůbec nehodnotí. Snaží se mu „pomáhat“, právě v situacích kdy, by ho měla nechat vyjádřit. Dítě neumí řešit konflikty, snažit se s ním komunikovat o problémech. Vysvětlovat a poskytnout mu prostor.
<b>Matka č. 2</b>	Asertivní styl komunikace, občas agresivní komunikace (vysoká motivovanost)	U většiny pohybových činností, dávala dítěti prostor, aby si našlo svůj postup. Snažila se s ním jednat na rovinu a upřímně. Ptala se a zajímala se o možnosti rozvoje dítěte. Občas až s agresivním prvkem – přehnaně, radila dítěti. V oblasti vyslovování mu nedala prostor vyjádřit se.
<b>Matka č. 3</b>	Pasivní styl komunikace, občas agresivní komunikace – v případě, když si nevěděla rady. (únik)	V případě, že si matka nevěděla rady. Používala agresivní styl komunikace. Na dítě to neplatilo, když nechala dítě, ono se samo vrátilo k činnosti. Nevyvíjet tlak, uvědomuje si plně důsledky svých činů. Komunikovat po „vychladnutí“ dítěte.
<b>Matka č. 4</b>	Agresivní styl komunikace	Matka při většině činnosti dítě doplňuje, při neuposlechnutí pokynu reaguje spíše zvýšením hlasu, při špatném splnění taktéž. Dodávat mu odvalu při činnostech. Dát mu možnost volby. Oceňovat ho a pozitivně motivovat. V případě konfliktu vymezit jasně pravidla.