

# **Netradiční pohybové hry v edukačních činnostech v mateřské škole.**

Valentina Vítková

---

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: **Valentina Vítková**  
Osobní číslo: **H17770**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Učitelství pro mateřské školy**  
Forma studia: **Kombinovaná**  
Téma práce: **Netradiční pohybové hry v edukačních činnostech v mateřské škole**

### Zásady pro vypracování

Zpracování rešerše a studium odborné literatury zaměřené na uplatnění pohybových her v edukačních činnostech v mateřské škole.  
Vymezení teoretických východisek o možnostech využití tradičních i netradičních pohybových her v mateřské škole.  
Vypracování sady netradičních pohybových her pro děti předškolního věku.  
Realizace a ověření sady netradičních pohybových her ve vybrané mateřské škole.  
Evaluace projektu, její závěry a doporučení pro praxi mateřských škol.

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

### Seznam doporučené literatury:

Byl, J. (2014). *Physical Education for Homeschool, Classroom, and Recreation Settings: 102 Games with Variations*. Human kinetic.  
Košátková, S. (2015). *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada.  
Mazal, F. (2007). *Hry a hraní pohledem ŠVP*. Olomouc: Hanex.  
Ottomanská, V. (2019). *Když se řekne ROZCVIČKA: Pohybové aktivity pro předškolní děti*. Praha: Portál.  
Růžička, I. (2013). *Netradiční sportovní hry*. Praha: Portál.  
Suhr, A. (2019). *100 zábavných pohybových her*. Praha: Portál.  
Thorova, K. (2015). *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál.

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. Roman Božik, Ph.D.**  
Ústav školní pedagogiky

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

Mgr. Libor Marek, Ph.D.  
děkan

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

## 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 .....

.....

*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 též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení 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, užije-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 vzdělávacího 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 přihlédá k vyšší výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## **ABSTRAKT**

Tématem bakalářské práce jsou netradiční pohybové hry v edukační činnosti v mateřské škole. Na začátku práce se zaměřuji na jednoduché seznámení se systémem školství v ČR. Součástí vzdělávání je i edukační činnost. Snažím se přiblížit čtenáři obsah edukační činnosti v mateřské škole. Dále se v bakalářské práci lehce dotknu témat motorického vývoje dítěte, rozvoje pohybových dovedností a schopností. Pohybový vývoj je propojen s procesem poznávání.

Další kapitola je zaměřena na pohybovou hru a význam samotných her v edukační činnosti. Zabývat se budu pohledem na hru a základním členěním her podle některých významných autorů. Následuje seznámení s významem slov tradiční a netradiční, díky čemuž mohu navázat na praktickou část.

V praktické části se budu zabývat sadou pohybových her, které jsou dle mého názoru netradiční. Dovolím si sestavit a rozpracovat sadu netradičních pohybových her, kterou následně budu ověřovat v mateřské škole.

**Klíčová slova:** edukační proces, pohybová schopnost, koordináční schopnosti, motorický vývoj, rozvoj koordináčních schopností, netradiční sportovní hry, netradiční hra, lokomoční dovednosti

## **ABSTRACT**

The theme of this bachelor thesis is non-traditional movement games in educational activities in kindergarten. At the beginning of the thesis I focus on simple introduction to the education system in the Czech Republic. Educational activities are a part of education. My main effort is to bring the content of educational activities in kindergarten closer to the reader. Furthermore, in the bachelor thesis, I slightly mention the motor development of the child. Development of motor skills and abilities. Movement development is connected with the process of cognition.

The next chapter is focused on the movement game. The importance of games themselves in the educational activities. I will deal with the view of the game and the basic classification of games according to some important authors. Then I will introduce the

meaning of the words traditional and non-traditional. In consequence to that I can build on the practical part.

In the practical part I will focus on a set of movement games, which are unconventional in my opinion. I try to set up and elaborate a set of non-traditional movement games, which I will subsequently verify in kindergarten.

Keywords: educational process, motor ability, coordination skills, motor development, development of coordination skills, non-traditional sports games, non-traditional game, locomotor skills

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



# OBSAH

|   |           |
|---|-----------|
| <b>ÚVOD</b> .....   | <b>11</b> |
| <b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....  | <b>13</b> |
| 1.1 RVP PV .....  | 14        |
| 1.2 EDUKAČNÍ PROCES .....   | 15        |
| 1.2.1 Uspořádání dne.....   | 15        |
| <b>2 VÝVOJ DÍTĚTE</b> .....   | <b>17</b> |
| 2.1 POHYBOVÝ VÝVOJ DÍTĚTE.....  | 17        |
| 2.1.1 Pohybový vývoj do jednoho roku .....                            | 17        |
| 2.1.2 Pohybový vývoj do dvou let .....                                | 18        |
| 2.1.3 Pohybový vývoj do tří let.....                                  | 18        |
| 2.1.4 Pohybový vývoj do pěti let .....                                | 19        |
| 2.1.5 Pohybový vývoj do ukončení předškolního věku .....              | 19        |
| 2.2 POHYB JAKO DOMINANTNÍ VÝVOJOVÁ ČINNOST .....                      | 19        |
| <b>3 HRA</b> .....  | <b>22</b> |
| 3.1 POHYBOVÁ HRA .....  | 22        |
| 3.2 KLASIFIKACE HER .....   | 23        |
| 3.3 VÝZNAM POHYBOVÝCH HER V EDUKAČNÍCH ČINNOSTECH.....                | 25        |
| 3.3.1 Příprava a realizace hry .....                                  | 26        |
| <b>4 NETRADIČNÍ POHYBOVÉ HRY</b> .....                                | <b>28</b> |
| 4.1 TRADICE.....  | 28        |
| 4.2 NETRADIČNÍ POHYBOVÉ HRY A ČINNOSTI.....                           | 28        |
| 4.3 NETRADIČNÍ POMŮCKY .....  | 29        |
| 4.4 ROZVOJ ORIENTACE V PROSTORU PROSTŘEDNICTVÍM NETRADIČNÍCH HER..... | 32        |
| <b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....  | <b>34</b> |
| <b>5 SADA NETRADIČNÍCH POHYBOVÝCH HER</b> .....                       | <b>35</b> |
| 5.1 TÉMA APLIKAČNÍ PRÁCE.....   | 35        |
| 5.2 ZDŮVODNĚNÍ VÝBĚRU APLIKAČNÍ PRÁCE.....                            | 35        |
| 5.3 CÍLE APLIKAČNÍ PRÁCE .....  | 36        |
| 5.4 CÍLOVÉ KOMPETENCE.....  | 36        |
| 5.5 VZDĚLÁVACÍ OBSAH .....  | 36        |
| 5.6 VĚK DĚTÍ.....   | 37        |
| 5.7 ČASOVÉ PARAMETRY (TRVÁNÍ, FREKVENCE) .....                        | 37        |
| 5.8 PRŮBĚH PROGRAMU/NÁCVIKU .....                                     | 37        |
| 5.9 POMŮCKY, MATERIÁL .....   | 37        |
| 5.10 PROSTŘEDÍ, MÍSTO.....  | 38        |

|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| 5.11     | ASISTENCE (UČITELKY, RODIČE) .....             | 38        |
| 5.12     | SUBJEKTY PROGRAMU .....                        | 38        |
| 5.13     | EVALUACE PROGRAMU.....                         | 38        |
| <b>6</b> | <b>CHARAKTERISTIKA MATEŘSKÉ ŠKOLY .....</b>    | <b>39</b> |
| <b>7</b> | <b>NETRADIČNÍ POHYBOVÉ HRY - PŘEHLED.....</b>  | <b>40</b> |
| <b>8</b> | <b>SADA NETRADIČNÍCH POHYBOVÝCH HER.....</b>   | <b>43</b> |
| 8.1      | HRA Č. 1 - BARVY V LESE.....                   | 43        |
| 8.2      | HRA Č.2 - ŽIVÝ KRIKET .....                    | 45        |
| 8.3      | HRA Č. 3 - NA MYŠKU.....                       | 47        |
| 8.4      | HRA Č. 4 – MNOHONOŽKA.....                     | 49        |
| 8.5      | HRA Č. 5 – NA VEVERKY .....                    | 51        |
| 8.6      | HRA Č. 6 – NA DĚDKA .....                      | 53        |
| 8.7      | HRA Č. 7 – NA MEDVĚDA.....                     | 55        |
| 8.8      | HRA Č. 8 – KOŠÍKOVÁ .....                      | 57        |
| 8.9      | HRA Č. 9 - SLEPÁ BÁBA .....                    | 59        |
| 8.10     | HRA Č. 10 - NA SCHOVÁVANOU.....                | 61        |
|          | <b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>          | <b>65</b> |
|          | <b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....</b> | <b>67</b> |
|          | <b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>                    | <b>68</b> |
|          | <b>SEZNAM TABULEK.....</b>                     | <b>69</b> |
|          | <b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>                      | <b>70</b> |

## ÚVOD

Během výběru tématu své bakalářské práce jsem se rozhodovala podle toho, co je mi blízké. Od začátku své praxe v mateřské škole, jsem preferovala pohybové aktivity a výtvarné činnosti a proto jsem se tedy rozhodla, že téma mé bakalářské práce se bude týkat pohybových her. Velmi se mi líbila myšlenka netradičních pohybových her. Sama kladu vysoký důraz na přirozený rozvoj pohybových dovedností u dětí v mateřské škole. Nejvhodnější a nejvíce využívaná metoda je metoda hry.

Můj osobní názor je, že dnešní doba dětem poskytuje nespočet podnětů a technologický rozvoj jde kupředu, na úkor dítěte. Hlavně v oblasti pohybového rozvoje dětí. Sama se pohybuji v prostředí, kdy děti mají možnost mít tablet nebo počítač. Často se tedy stává, že rodiče nemají potřebu s dětmi chodit ven, do přírody, na procházky. Netvrdím, že takto to funguje ve všech rodinách. Z praxe mám ovšem potvrzené, že děti po odchodu z mateřské školy domů, často tráví svůj čas u počítače, telefonu či tabletu.

Mnoho dětí má problém v zásadních pohybových dovednostech. Samozřejmě jsem si vědoma faktu, že na rozvoj pohybových dovedností má vliv osobní vývoj jedince. Každý jedinec má jiné tempo růstu, rozvoje a dozrávání. Vývoj nemůžeme urychlit.

V bakalářské práci se budu věnovat přiblížení edukační činnosti a budu se zabývat skutečnou realizací těchto činností ve vybrané mateřské škole. Zaměřím se na vývoj dítěte od útlého věku, až po věk předškolního dítěte. Právě to bude má cílová skupina, s kterou budu realizovat praktickou část bakalářské práce.

Pokusím se přiblížit metodu hry, která se dle mého názoru převážně využívá v edukačních činnostech v mateřských školách. Hra je pro dítě nejpřirozenější formou rozvoje schopností, dovedností a kompetencí.

V sadě netradičních pohybových her, vidím velký přínos pro děti. Přirozeným a atraktivním způsobem budu u dětí podporovat rozvoj pohybových schopností a dovedností v prostředí přírody. Pokusím se vytvořit netradiční pohybové hry. Posouzení netradičnosti sady her je na mém osobním pojetí. S danou mateřskou školou jsme se shodly, že díky prostředí, které jsem vybrala k realizaci her, můžeme považovat pohybové hry za netradiční.

**Poděkování**

V úvodu své bakalářské práce bych chtěla poděkovat za cenné rady, čas a odborné vedení mé bakalářské práce PhDr. Romanovi Božíkovi, Ph.D. Dále bych ráda poděkovala kolektivu učitelů z mateřské školy, kde jsem realizovala praktickou část bakalářské práce, za ochotu a dohled při realizaci netradičních pohybových her. Díky také patří i vedení mateřské školy kde pracuji, za to že mi umožnilo uskutečnit studium na vysoké škole.

V neposlední řadě bych ráda poděkovala své rodině za podporu, kterou mi během celého studia projevovala.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 PŘEDŠKOLNÍ VZDĚLÁVÁNÍ A EDUKAČNÍ PROCES

Český vzdělávací systém je charakterizován a realizován na základě rámcového vzdělávacího programu. Všechny školy si postupně vytvářejí školní vzdělávací programy, které se opírají o RVP. Tyto programy jsou závazné pro každou instituci od roku 2005.

V roce 2005 došlo k částečné terminologické úpravě Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání a od 1. září 2007 se musely všechny mateřské školy zařazené do rejstříku škol, začít vzdělávat podle vlastního školního vzdělávacího programu (Šmelová, & Prášilová, 2018).

Mateřské školy jsou součástí vzdělávacích institucí zaměřené na předškolní vzdělávání. Dříve byly mateřské školy vymezovány spíše jako výchovné zařízení pro děti, ale dle školského zákona jsou v současnosti součástí školství (Šmelová, & Prášilová, 2018).

Mateřské školy jsou určeny dětem ve věku od 3 do 6 let. V současné době se naskytla možnost dřívějšího nástupu do mateřské školy, avšak záleží na fungování samotné instituce. Některé děti mohou mít odklad školní docházky, tudíž zůstávají v mateřské škole déle.

*„Dle školského zákona se s účinností od 1. 9. 2016 předškolní vzdělávání organizuje pro děti ve věku zpravidla od 3 do 6 let, nejdříve však pro děti od 2 let. Tato věta se s účinností od 1. 9. 2020 mění takto: Předškolní vzdělávání se organizuje pro děti ve věku od 2 do zpravidla 6 let.“* (RVP PV, 2018).

### 1.1 RVP PV

*„Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (dále také RVP PV) je závazný kurikulární dokument, který vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro institucionální vzdělávání dětí předškolního věku.“* (Průcha, & Kořátková, 2013, s. 77).

Rámcový vzdělávací program pracuje se čtyřmi cílovými kategoriemi. Stanovuje cíle v podobě výstupů a záměrů, na úrovni obecné a oblastní. Ze schématu, které obsahuje RVP PV, systému vzdělávacích cílů víme, že cílové kategorie spolu souvisí a jsou vzájemně provázány. Vzdělávací cíle formulované jako záměry, v úrovni obecné, jsou cíle rámcové. Součástí rámcových cílů je například rozvíjení dítěte, učení a poznání, dále osvojení hodnot a získání osobnostních postojů. V úrovni oblastní jsou to dílčí cíle biologické, psychologické, interpersonální, sociálně-kulturní a environmentální. (Šmelová, & Prášilová, 2018)

Všechny mateřské školy mají povinnost vytvářet si Školní vzdělávací program (dále ŠVP). Tak je to zakotveno v zákoně a všechny mateřské školy, které mají ŠVP jsou zapsány v rejstříku Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Třídní vzdělávací program (dále TVP) si sestavují učitelé sami, v návaznosti a v souladu se školním vzdělávacím programem. Ačkoliv je TVP samostatný dokument konkrétního učitele, není na škodu, aby se učitelé ve třídě spolupodíleli na tvorbě plánu. Třídní vzdělávací plán bývá většinou tvořen na jeden týden. Toto období je ideální, neboť učitel pracuje s tím, co děti umí a znají. Na základě dovedností a schopností stanovuje své cíle (Šmelová, & Prášilová, 2018).

Vyzkoušela jsem si tvorbu měsíčního vzdělávacího programu a ten se mi jevil jako nevhodná varianta. Jelikož se učitel snaží dítě vzdělávat systematicky a průběžně, je plánování obsáhlejších programů neadekvátní.

## 1.2 Edukační proces

Pedagogika je věda, která se zabývá permanentní a celoživotní výchovou dětí, mládeže i dospělých jedinců. Pedagogika je také předmět vzdělávání, na pedagogických fakultách, který připravuje učitele na budoucí povolání. (Průcha, Walterová & Mareš, 2013).

Pedagogika má mnoho definic. Další definicí je, že je to obor zabývající se edukací a edukační realitou. Součástí edukační reality je i edukační proces. Můžeme také říci, že edukační proces je činnost lidí, kdy dochází k učení subjektu, kterému je zprostředkováván určitý druh informace.

Učitel si v rámci denních činností stanovuje učivo, které bude dětem předávat. Učivo chápeme jako vzdělávací nabídku, která slouží jako prostředek či způsob k dosažení konkrétních očekávaných výstupů. Očekávaným výstupem jsou dovednosti, schopnosti, vědomosti a postoje, které u dítěte znamenají posun. Očekávané výstupy můžeme hodnotit. V každém týdenním vzdělávacím programu, si učitel musí sám sestavit vzdělávací cíle. Učitel vytváří podnětné prostředí, díky němuž dosahuje očekávaných výstupů napříč celým týdnem. Dítě se rozvíjí díky všem činnostem, ať už spontánním nebo řízeným (Průcha, 2002).

### 1.2.1 Uspořádání dne

Pohybové činnosti a hry, jsou nedílnou součástí edukační činnosti v mateřské škole. Je na volbě učitele, jaké zvolí činnosti, a kdy je bude realizovat. Závisí to na záměrech a

cíli konkrétního dne. Učitel stanovuje cíle na celý týden v rámci týdenního vzdělávacího programu.

Veškeré činnosti, které děti během dne dělají, máme rozdělené časově. Samozřejmě je časový harmonogram spíše orientační. Učitel si plánuje činnosti na konkrétní den. Všechno ale závisí od okolností a konkrétního dne.

Každý den jsou v rámci dopoledních programů zařazeny volné a spontánní aktivity, cvičení a kreativní tvoření, dále pak činnosti rozvíjející schopnosti a v neposlední řadě spontánní a řízená činnost, která byla dříve označována jako zaměstnání.

Pohybové aktivity by měly být praktikovány každý den. Pohybový rozvoj totiž souvisí také s rozvíjením smyslů a poznáváním nového okolí. Pohybové hry mohou být použity v průběhu celého dne. Nejčastěji se využívají během ranního cvičení. Při plánování pohybových her, vychází učitel z toho, co už děti zvládají, a postupně se snaží zařazovat hry složitější, nové i náročnější. Hra však musí vždy dítě zaujmout. Pokud motivace a samotná hra dítě nezaujme, pohybové dovednosti, které mají být hrou rozvíjeny, nebudou rozvinuty.

Každý den v mateřské škole a činnosti, které si učitel naplánuje, by měly být podnětné a záživné. Děti musí zažít radost z pobytu v mateřské škole. Učitelé by měli denní program plánovat z pohledu dětí, tak aby byl pro děti atraktivní. Není na škodu se s dětmi domlouvat na průběhu dne a plánovat aktivity společně s nimi. To zajistí motivovanost a radost z činností (Šmelová, Prášilo, & kol. 2018).



## 2 VÝVOJ DÍTĚTE

Pohybové dovednosti mají charakter instrumentální. Díky pohybu dítě snadněji poznává. Tudíž můžeme pohybové dovednosti označit jako prostředek. Pro dítě je poznávání, respektive přiblížení k poznávanému, snadnější. Základy pohybových kompetencí se u dítěte objevují dávno před narozením. „*Pohyb je nejvíce spojen s fyzickou stránkou, ale v dětském věku propojuje celou osobnost dítěte*“ (Dvořáková, 2000). Pro nenarozené dítě mají pohybové kompetence charakter spíš reflexní. Dítě nám tak dává najevo, že existuje. Dítěti umožňuje pohyb větší rozsah poznávání a jejich motorické funkce slouží k manipulaci s předměty. Rozvoj motoriky, jde ruku v ruce s poznáváním a emočním prožíváním a může být podpořen zvědavostí. Důležité jsou i kladné emoční prožitky. Horší variantou je, pokud motorika není podpořena pozitivními emočními prožitky, může dojít k zbrzdění rozvoje (Godfield, 2000).

### 2.1 Pohybový vývoj dítěte

#### 2.1.1 Pohybový vývoj do jednoho roku

V této podkapitole bych se ráda věnovala pohybovému vývoji dětí. Konkrétně od období kojence až po předškolní věk dítěte. Můj názor je takový, že pokud se chceme věnovat tématu, musíme se nejprve seznámit s vývojem dítěte.

První pohybová a poznávací schopnost je snaha dostat tělo do vhodné polohy. Poloha by měla být taková, která dítěti usnadní zrakové i sluchové vnímání. Poté nastává období poznávání pomocí funkce ruky. Zhruba ve 2. měsíci se rozvíjí koordinace pohybů ruky. Pomocí rukou si dítě může podat věci, které má zájem poznávat. Jak už pomocí úst, tak pomocí zrakového vnímání poznává konkrétní předměty. Období 3. měsíce věku dítěte je o odhadování vzdálenosti. Dítě se zaměřuje na předměty, které si přeje uchopit a poznat. Postupem času začíná být koordinace ruky a úst přesnější. K tomuto posunu dochází v období kolem 4. měsíce (Vágnerová, 2012).

Když dítě zvládne polohu v sedě, může poznávat svět z pozice, kde krásně vidí. To znamená, že zraková percepce se rozvíjí lépe v poloze sedu, než v poloze v lehu. Zpravidla to bývá v období kolem 6-7 měsíce. Postupně se rozvíjí dominantní funkce ruky, dále koordinace pohybu obou rukou, což můžeme pozorovat u pohybu předávání hračky z jedné ruky do druhé. Po 9. měsíci dítě bere věci do rukou. Konkrétně mezi palec a ukazováček. Objevuje se klíšťový úchop (Thorová, 2015).

Začátek samostatné lokomoce probíhá přibližně mezi 9. a 12. měsícem, obdobím lezení. Poté nastává období chůze. Ta je závislá na rozvoji schopnosti udržet rovnováhu, zvládnout vzpřímenou polohu, schopnost vnímat vzdálenost, hloubku a v neposlední řadě na senzomotorické koordinaci. Úchop a manipulace, tyto schopnosti slouží k přímému poznávání okolního světa, i k usnadnění zrakové percepce. První poznávání dítěte je ústy (Vágnerová, 2012).

### **2.1.2 Pohybový vývoj do dvou let**

Na začátku tohoto vývojového období si dítě postupně osvojuje lezení, zatím ale jen po kolenou. Lezení je hlavní pohybová aktivita. Dítě se tímto způsobem pohybuje v prostoru. Postupem času se dítě samo dokáže během prvního a druhého roku postavit a samostatně chodit. Chůze ze začátku může být vratká a nejistá, ale časem se však uspořádá. Když má dítě dva roky, mnohdy dokáže zdolat schody i bez pomoci a přidržení. V období mezi prvním a druhým rokem začínají i první pokusy o běh. Můžeme to spíše přirovnat k rychlejší chůzi, než samotnému běhu. Po druhém roce dítě začíná běhat. Tento druh pohybu dítě ještě úplně neovládá a může se stát, že nedokáže zpomalit nebo zastavit. Do tří let dítěte provádíme s dětmi poskoky, protože sami tento pohyb ještě neovládají. Pokrok přichází po třetím roce (Vágnerová, 2012; Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999).

### **2.1.3 Pohybový vývoj do tří let**

Mezi druhým a třetím rokem si dítě chůzi osvojí. Dokáže jít do schodů a při cestě ze schodů vždy prisouvá druhou nohu. Zlepšuje se chůze v nerovném terénu, zvládá chůzi mezi překážkami a dokáže se orientovat a pohybovat v prostoru. Běh se rozvíjí až od třetího roku a rozvoj probíhá po celé období předškolního věku. Při běhu dochází k jakési letové fázi. To znamená, že v určitou chvíli se země nedotýkáme ani jednou částí našeho těla. Když má dítě tři roky, pomalu zvládá fázi letu. Pohybové hry na velkém prostoru jsou vhodné právě pro rozvoj běhu. U lezení a skákání dochází taktéž k posunu. Dítě dokáže lézt ve vzporu dřepmo na rovině, po šikmé i zvýšené ploše a dokáže prolézt pod překážkou i tunelem. Skok do výšky představuje pro děti tohoto věku ještě stále obtíž, ale skok do dálky je pro ně snadný. Dítě dokáže už skákat i na jedné noze (Vágnerová, 2012; Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999).

### 2.1.4 Pohybový vývoj do pěti let

Ve věku od čtyř do pěti let u dětí dochází k velkému posunu, ve všech pohybových oblastech. Dítě se zvládne plazit po zádech, například pod překážkou dále pak zvládají lezení a přisouvání se na lavičce, avšak některé děti v tomto období mohou mít s tímto problémem. Co se týká chůze, děti dokáží chodit a měnit plynule tempo chůze. Neměl by být problém ovládnout chůzi v nerovných terénech, nicméně obtížná může být pro dítě chůze v zadaném rytmu. Celkově se dětem ve všech oblastech pohybového rozvoje zlepšuje koordinace těla. Jak v chůzi, tak v běhu. Běh je jistější, prodlužuje se letová fáze a dítě dokáže ovládat tempo a směr běhu. Zvládne rozlišit skok vysoký, skok do dálky a skok z vyvýšené plochy (Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999).

### 2.1.5 Pohybový vývoj do ukončení předškolního věku

Ukončení předškolního věku se odvíjí od toho, kdy dítě ukončí předškolní docházku a nastoupí do základní školy. Obvykle jde o časové období kolem 6. roku dítěte, není to však pravidlem. Některé děti mají odklad školní docházky a do školy nastupují až v sedmi letech. Z pohybové stránky předpokládáme, že dítě dokáže v tomto období zvládnout lezení vzad i vpřed. Dokáže se pohybovat na zemi i na podložce a zvládá i pohyb mezi překážkou. Zvládne se plazit, přelézat, podlézat překážky a chůze už je téměř dokonalá. Dítě by nemělo mít problém chodit do rytmu, zdolávat překážky, měnit tempo chůze, orientovat se při chůzi v prostoru aj. Před koncem tohoto období už dítě zvládá běh jak sám, tak ve dvojici. Ovládá i správné držení těla, to samé platí i u skákání. Dítě zvládne skákat na místě i v prostoru, za chůze i během běhu. Dokáže skákat do dálky i do výšky. Dokonce dokáže skákat do hloubky a do tanečního rytmu (Vágnerová, 2012; Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999).

## 2.2 Pohyb jako dominantní vývojová činnost

Pohyb můžeme vnímat jako dominantní činnost. Pomocí pohybu dítě objevuje, získává dovednosti a pohybové schopnosti. Prostřednictvím pohybu dítě uspokojuje své vnitřní potřeby. Poznává jaké má možnosti a v jaké se zrovna nachází vývojové etapě. U dítěte předškolního věku bývá rozvoj pohybových dovedností spojován s vnímáním rozumovým i smyslovým (Vágnerová, 2012).

Při rozvíjení pohybových dovedností záleží na posloupnosti pohybových etap dítěte. Dítě si jednotlivé pohybové dovednosti rozvíjí přirozeně v závislosti na tom, v jakém se nachází tělesném, vývojovém a duševním stádiu. S rozvojem pohybu souvisí i celkový vývoj organismu. Záleží na tom, zda je nervový systém dostatečně zralý. Důležitá je i osifikace kostí, množství svalové hmoty a funkce vnitřních orgánů. Lokomoci rozvíjíme postupně, a tím se dítě zdokonaluje v jednoduchých pohybových úkonech. Variuje je a úroveň pohybových dovedností se zlepšuje. Pokud má dítě dostatek pohybu, rozvoj je přirozenější. Důležitý faktor je kladné a podnětné prostředí, dalším faktorem je genetický základ. Není potřeba dítě do pohybových činností nutit. Snažit se urychlovat pohybový vývoj je zbytečné. Není-li podnětné prostředí, může být vývoj negativně ovlivněn. Pokud se v takovém případě objeví problémy, je dobré obrátit se na pomoc odborníka. Každé dítě je jiné a má své tempo rozvoje. Rychlost osvojení nových pohybových, ale i jiných dovedností, se dětí liší.

Pohybový vývoj se u dětí liší. Není vhodné porovnávat děti se staršími dětmi nebo s dospělými. Pro dítě může být porovnávání frustrující a pedagog může mít zkreslený pohled na úroveň pohybových dovedností dítěte (Vágnerová, 2012).

Nesmíme zapomínat, že tempo růstu a vývoje pohybových dovedností, je u každého dítěte jiné. Můžeme říct, že nejrychlejší období růstu u dítěte je období prenatální. Dalším obdobím, kdy u dítěte dochází k poměrně rychlému růstu a postupnému pohybovému zlepšování, je období od 1 roku. Do 3 let u dítěte proběhne mnoho proporčních i vývojových změn. Jednou z významnějších změn je růst a prodloužení končetin. Nedostatečný vývoj svalů může mít vliv na způsob chůze. Chůze má charakteristické znaky. Prvním znakem je to, že při chůzi je jedna noha stále na zemi. Dalším charakteristickým znakem je rychlost chůze. Odvíjí se od tempa chůze a od vzdálenosti kroků (Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999).

*„Chůze je přirozený cyklický pohyb, při kterém je zapojena většina svalstva v těle.“*  
(Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999, s. 44)

Dalším obdobím je období předškolního věku, na které se zaměřuji. Vývoj u dětí má daný směr. Nejdříve probíhá u dítěte růst od hlavy až k patám. Tento vývoj nazývá paní Lisá a Kňourková jako růst cefalokaudální. Růst proximodistální je růst od centra těla, ke konečkům prstů. Nejdříve se dítě rozvíjí v oblasti hrubé motoriky. Začíná to u velkých pohybů končetin, postupně přes menší části těla. První se dítě naučí pohyby paže. Pohyby dolních končetin jsou koordinované až poté (Vágnerová, 2012; Borová, & Trpišová, & kol. 1998).

V období předškolního věku, se u dětí zase proporce končetin mění. Také proporce hlavy trupu. Roste svalová hmota a těžiště těla se posouvá. Tyto změny ovlivňují způsob pohybu. Pro děti nastává nový vývojový proces. Musí se naučit své tělo ovládat. Proces probíhá pozvolna. Pokud si dítě ve školce volí samo aktivity, volí tak, aby se cítilo komfortně. Nikdy si nezvolí aktivitu, na kterou nestačí, nebo takovou, při které by mělo negativní pocity (Thorová, 2015).

## 3 HRA

### 3.1 Pohybová hra

Co je to vlastně hra? Jak bychom mohli hru charakterizovat? Odpovědí je více, protože pro každého je hra něco jiného. Základ bude stejný, avšak každý hru popíše jinak. Hru můžeme považovat za prostředek, díky kterému se učíme novým věcem a můžeme se odreagovat a užívat si spontánně volný čas. Je divadelní hra hra jako taková? Je hra na klavír hra? Nebo třeba karetní hra prší? Fotbal, tenis, volejbal je hra. Hra má mnoho definicí.

Jedna z nich, je poněkud starší, ale neméně výstižná definice od Johana Huizinga, který žil v letech 1872 – 1945. Definice hry dle pana Huizinga zní takto: *„Podle formy tedy můžeme hrou souhrnně nazvat svobodné jednání, které je míněno ‚jen tak‘ a stojí mimo obyčejný život, ale které přesto může hráče plně zaujmout, k němuž se dále nepřipíná žádný materiální zájem a jímž se nedosahuje žádného užitku, které se uskutečňuje ve zvlášť určeném čase a ve zvlášť určeném prostoru, které probíhá řádně podle určitých pravidel a vyvolává v životě společenské skupiny, které se rády obklopují tajemstvím nebo které se vymaňují z obyčejného světa tím, že se přestavují za jiné.“* (Huizing, 1971, s. 24-25).

Z této definice hry se ale nabízí hned první otázka. Hrou, že se nedosahuje užitku? Hra samotná má užitek v tom, že se díky ní může dítě odreagovat a uvolnit se. Vezměme například seznamovací hry, které se využívají na začátku nového školního roku v mateřské škole nebo při příchodu nových dětí do mateřské školy. Díky hře se může dítě uvolnit v novém prostředí. Během hry dojde k odreagování a uvolnění a v tom vidím velký přínos. Hra i samotný cíl hry, mohou být velmi užitečné. S definicí od pana Huizinga se úplně neztotožňuji (Huizing, 1938).

Chápu hru jako výchovný prostředek (pokud budeme mluvit o hře v předškolním vzdělávání) díky němuž dítě poznává svět, může formovat a rozvíjet své vlastní estetické i mravní postoje ke světu. Díky hře rozvíjí své schopnosti, dovednosti, potřeby i zájmy. Pokud při vzdělávání využíváme hru je práce s dětmi pestřejší.. (Jůva, 1999)

Jedna z dalších definic hry je od pana Miloše Zapletala, který se hrou zabývá. Sepsal mnoho knih a sbírek o hrách. Dle něj je hra aktivní a dynamický proces, který zaměstnává v menší nebo větší míře tělesné a duševní schopnosti člověka a současně je cvičí a rozvíjí. Má významné místo v životě, bez ohledu na vývojový stupeň, kterým právě člověk prochází. Podle Zapletala ve hře nesmí chybět dynamika a aktivita. Pokud chápeme

aktivitu jako určitou činnost, kterou provádíme svévolně a dobrovolně a za určitým cílem, nesmí aktivita chybět v žádné hře. Bez aktivity, nemá hra význam. Když nejsem aktivní, tak jakákoliv činnost mě nebude bavit a naplňovat. (Jirásek, 1983)

Na dětskou hru se dá pohlížet z mnoho úhlů pohledu. V současné době existuje mnoho teorií, které se dětskou hrou specificky zabývají. Hra může být způsob, jak procvičit prakticky všechny složky vývoje. (Jirásek, 1983)

*„Děti s běžnou potřebou motoriky, kterých je v populaci většina, se z pohybu a jeho hrových možností těší, vyhledávají je a prokazují schopnosti se pohybem v nejrůznějších variantách přirozeně učit“.* (Kořátková, 2005, s. 25)

Definice s významem pojmu hra je mnoho. Důvodem je zřejmě to, že se ještě nepodařilo vymyslet definici či vystihnout pojem tak, aby obsahoval všechny podstatné informace, a byl přijat všemi.

Hra je určitý proces. Samotný proces hry má být zábava, cíl hry musí dítě zaujmout a motivovat. Hra by měla být svobodná, pokud bychom dítě do hry nutily, tak užitek, jak už jsem dříve zmiňovala, by byl asi nulový. Pokud se dítě do hry ponoří a naplno si ji užívá, lehčeji dosáhne cíle a prožitek bude intenzivnější. Zkušenost ze samotné hry bude trvalá.

V mateřské škole se pomocí hry, mohou děti učit novým věcem. Učí se novým dovednostem a schopnostem. Hra by měla mít svá pravidla i náležitosti. Vývojová psychologie seznamuje, odhaluje zákonitosti a pravidla hry. Hra je přirozenou součástí života. (Šmelová & Prášilová, 2018)

Když se zaměříme na hru v předškolním věku, můžeme zmínit J. Piageta. Podle něj se dítě mezi 2. a 7. rokem nachází v tzv. stádiu symbolické hry. V symbolické hře dítě využívá ke hře různé věci. Věci slouží jako symbol skutečných předmětů. Může to být kuchyňská pomůcka nebo hračka (Piaget & Inhelderová, 2007).

### 3.2 Klasifikace her

V dnešní době máme mnoho odborné literatury zaměřené na dělení her. Hry můžeme rozdělit podle místa nebo typu činnosti, podle počtu hráčů, podle věku dětí, časové náročnosti i jiných hledisek. (Opravilová, 2004)

Když bychom chtěli rozdělit hru podle Matouška a Touše (1970), dělili bychom hry na dvě základní kategorie:

- Hry jednotlivců

- Hry skupinové

Další rozdělení podle Matouška a Touše (1970), by bylo zaměřeno právě na děti předškolního věku:

- Hry námětové
- Hry pohybové
- Hry konstruktivní

Pohybové hry, sice netradiční, na které se budu zaměřovat, můžeme dále dělit na hry rozdělené podle místa, kde hru budeme hrát, nebo podle toho, na jaký se zaměřujeme cíl v oblasti pohybu. Cílem může být například rozvoj obratnosti, rychlosti nebo výkonu.

Kdybych se zaměřila na místo, kde pohybové hry můžou probíhat, zmínila bych pana Zapletala (1995). Hry rozdělil na tři skupiny:

- Hry v přírodě
- Hry v klubovně
- Hry na hřišti a tělocvičně

Mnoho her není možné je začlenit pouze do jedné kategorie. Dle paní Opravilové (2004), můžeme dělit hry na základní kategorie. První kategorií jsou hry tvořivé a hry volné. Ty se často objevují v edukační činnosti. Druhou kategorií jsou hry s pravidly. Každá hra by měla mít určitá pravidla. Děti si v mateřské škole hrají volné nebo spontánní hry a sami si určují pravidla hry mezi sebou. Vidíme nebo mnohdy zaslechneme fráze typu: „Takhle to hrát nemůžeš. Ty to hraješ špatně. Ty podvádíš, já s tebou nebudu kamarád“.

Paní Opravilová ve své publikaci (2004) uvádí další dělení her:

- Hry podle pohlaví
- Hry místa (hry v interiéru nebo v exteriéru)
- Hry podle počtu hráčů
- Hry podle věku
- Hry podle typu činností (napodobovací, fiktivní, dramatizující a konstruktivní)
- Hry podle schopností (smyslové, pohybové, intelektuální a speciální)

*„Pohyb je znamením života. I když jsme jen zdánlivě v klidu, provádíme dechové pohyby, dochází k cirkulaci krve, k srdečním stahům a dalším pohybům našeho těla. V lidském pohybu je harmonicky propojena složka fyzická, duševní (mentální) i duchovní, a to v individuální podobě a v individuálních vztazích k okolnímu světu.“*



(Mužík, & Krejčí, 1997, s. 4).

### 3.3 Význam pohybových her v edukačních činnostech

Zaměříme-li se na hru v samotném edukačním procesu, je vhodné zmínit definici od Průchy, Walterové a Mareše, kteří definují hru jako činnost, která se výrazně liší od práce i od učení. Člověk se celý život zabývá hrou, avšak hra má v předškolním věku specifické postavení – je vůdčím typem činnosti ( Průcha, Walterová & Mareš, 2013).

Hra převládá nad ostatními činnostmi. Tuto definici najdeme v Pedagogickém slovníku. Hru můžeme chápat jako činnost, která je vykonávána z vnitřních potřeb dítěte. V edukačním procesu hra vzniká spontánně nebo jako řízená činnost. Měla by dítěti přinášet radost a uspokojení vnitřních potřeb. Z pohledu učitele je hra, způsob jak si osvojit dovednosti zábavnou formou. Během hry získává dítě dovednosti pomocí sluchu, zraku a hmatu. Hra je způsob, jak se seznámit s prostředím, které dítě obklopuje. Pohybové hry mají rozvíjet jak celé tělo, tak i jemnou motoriku dítěte a v mateřské škole slouží jako cesta k poznání kamarádů. Rozvíjí sociální dovednosti, kooperativní schopnosti i týmovou práci (Vágnerová, 2012).

Díky hře si dítě může upevnit vztahy s vrstevníky, kamarády z mateřské školy, v útlém věku si dítě pomocí hry s rodiči osvojuje řeč. Během hry si děti upevňují také sebevědomí a cílevědomost. Mnohdy má dítě v mateřské škole strach z neznámého, avšak nemusí se to týkat pouze pohybových her. Jsou v novém prostředí, ve kterém se necítí komfortně a právě pomocí her, ať už seznamovacích nebo pohybových, dítě navazuje nové vztahy a pomalu si zvyká na fungování v novém prostředí (Vágnerová, 2012).

Důležitý je výběr hry. Jako první si musí učitel zvolit cíl hry, nicméně mohou nastat situace, kdy se stane, že učitel daný cíl nenaplní. Není to problém, ale nemělo by to být pravidlem. Cílem učitele může být úmysl procvičit konkrétní dovednost. Vždy přihlížíme k věkové kategorii dětí. Cíl hry by měl v souladu s obsahem hry.

Díky hře se učitel u dítěte zaměřuje na rozvíjení v oblasti orientace v prostoru, obratnosti, reakcí a rychlosti. Důležitá je koordinace samotných pohybů, manipulace s pomůckami, reakce na zrakový signál a sluchové vnímání. Neméně důležitá je odvaha, tvořivost, sociální dovednosti a schopnosti. (Borová, Trpišovská, Skoumalová, & Smejkalová, 1999).

Motivace u pohybových her je způsob, jak děti zaujmout. Zvědavost a touha si hrát, zkusit něco nového a atraktivního, jsou důvody, proč dítě spolupracuje. Děti by během her měly mít možnost odpočinku. (Sigmundová, Sigmund, & Šnoblová, 2012).

Dnešní doba je uspěchaná. Technologie se posouvají dopředu velkou rychlostí. Dnešní děti, jakoby se s technologiemi narodily. Dokáží využívat telefony a počítače, i jiné technologie od útlého věku. Právě proto by neměl pohyb v edukačním procesu chybět. Pohybové hry jsou pro děti lákavou formou, způsobem jak se dítě může pohybově rozvíjet. Klíčovým obdobím pro dítě je období dětství a dospívání. V tomto období se kontinuálně s psychomotorickým a biologickým vývojem vytváří a formuje vztah k pohybovým aktivitám. Pravidelná účast dětí v řízených a volnočasových pohybových aktivitách má příznivý vliv na následné realizování pohybových aktivit v dospělosti (Sigmundová, Sigmund, & Šnoblová, 2012).

### 3.3.1 Příprava a realizace hry

Při přípravě pohybových her, které zařazujeme do edukačního procesu, by měl učitel mít předem připravené prostředí, strategie a metodiku nebo návod. Není pravidlem, že hru nemůžeme uskutečnit bez přípravy. Ale mohlo by se stát, že učitel nesplní cíle, které si stanoví (Růžička, Růžičková & Šmíd, 2013).

Pohybové hry například běhací, bychom neměli realizovat, pokud nemáme dostatečný a zabezpečený prostor, bez předmětů, které by dítě mohly rozptylovat. Dalším faktorem je časový harmonogram. Časový harmonogram může představovat jak přípravu hry, vysvětlení pravidel a realizace hry, tak jen samotnou pohybovou hru. Pokud se jedná o novou hru, je dobré princip dětem vysvětlit a názorně ukázat. Potom si můžeme s dětmi udělat zkušební kolo. Tím si ověříme, zda pochopily, o co ve hře jde (Růžička, Růžičková & Šmíd, 2013).

Jakou roli hraje při hře učitel? Podle paní Svobodové (2010) má učitelka více rolí. Učitelka může zastávat roli pozorovatele, iniciátora, pomocníka nebo tzv. vedoucího hry. Pomocník je tam od toho, aby děti navedl na správný směr, avšak samotnou hru nenarušuje. Pozorovatel do hry také nezasahuje, pouze přihlíží na hru zvenčí. Iniciátor dětem nabízí hru se skrytým záměrem, konkrétně se vzdělávacím záměrem. Pedagog, který hru řídí, je tzv. vedoucí hry.

Na co nesmíme před hrou zapomenout, je příprava pomůcek a určení pravidel hry. Jak každodenní život, tak i hra má svá pravidla. Učitel může nechat prostor na dotazy. Pravidla volí učitel s ohledem na věk dětí a měla by zajistit, že se děti nezraní a hra bude férová. Ať už jde o hru týmovou nebo hru kde dítě hraje samo za sebe, pravidla zajistí férový průběh hry a musí platit pro všechny děti bez výjimky.

Kromě obeznámení dětí s pravidly, je důležité, aby si učitel ke každé hře zvolil konkrétní cíle. Cíle by měly být konkretizované, dosažitelné, pochopitelné a snadno ověřitelné (Růžička, Růžičková & Šmíd, 2013).

*„V pohybových aktivitách je zakomponován i základ pozitivního životního stylu a zdraví dětí. Probíhá v nich motorické učení, které podporuje rozvoj senzomotoriky a rozumového vyzrání, které jsou zdrojem naplnění základní lidské potřeby pohybu a potřeby seberealizace“ (Průcha, Kořátková, 2013, s. 108)*

## 4 NETRADIČNÍ POHYBOVÉ HRY

### 4.1 Tradice

Abych se pokusila vysvětlit samotný význam sousloví netradiční pohybové hry, musím si uvědomit co je v dnešní době tradiční. Co je to tradice.

Tradice, rituály, zvyky, to všechno provází člověka od dávných časů. Tradice držely rodinu pospolu a předávaly se z rodiny na rodinu už od pradávna. Postupem času se tradice, rituály a zvyky měnily. Lidé měli tradice a rituály spjaté s vírou, přírodními jevy a mýty. Tradice postupně mizely, i když některé tradice stále vykonáváme a každý kdo tradice dodržuje, zná jejich podstatu. Právě v předškolním věku je vhodný čas na seznámení se zvyky a tradicemi. Ideální je využít formu hry. Pomocí hry děti můžeme seznámit zábavnou formou se zvyky naší kultury (Machalíková, Winter, 2017).

### 4.2 Netradiční pohybové hry a činnosti

Pokud budeme mluvit o tradici jako o faktu, můžeme tvrdit, že každá hra vycházela z konkrétního období vývoje člověka. Jak po stránce tělesné a duševní, tak po stránce historické. Pokud toto tvrzení dáme ke konkrétnímu příkladu, tak například pohybové hry s míčem se v různých historických obdobích lišily (Machalíková, Winter, 2017).

Důkazem může být obraz z 16. století. Malíř Pieter Brueghel, namaloval jeden obraz z cyklu „Dětské hry“, kde můžeme vidět stovky dětí, jak si hrají s různým náčiním. Obraz působí jako taková encyklopedie pohybových her roku 1560. (Příloha 1.)

Obraz je ukázkou tehdejších pohybových her, které v dnešní době mohou být považovány za netradiční. Například hra skákání žabáků přes „živé kameny“, prohazování čepic mezi nohama rozkročeného kamaráda, závody s hnací obručí a jiné. Některé pohybové hry se dochovaly až dodnes. Hru „Na ďáblův ocas“ můžeme znát jako hru „Na vláček“. Hra je v současnosti několikanásobně obměněná. Známostou hru „Na babu“ můžeme vidět i na obraze výše zmiňovaného malíře. Znamená to tedy, že se hra dochovala až do současnosti. Z historického hlediska stojí za zmínku i hra, která pochází z dob Vikingů. Kubb. Hra se dochovala a my ji můžeme znát jako „Špalíkovanou“ (Volfová, Kolovská, 2009).

V dnešní době jsou situace a možnosti pro učitele tak rozsáhlé, že jen těžko můžeme argumentovat tím, co je v mateřských školách tradiční a netradiční. Například pro klasickou městskou mateřskou školu můžou být pohybové hry v lese netradiční, vzhledem

k tomu, že les není obvyklé místo každodenního pobytu venku. Pokud jde o lesní mateřské školy, hry v lese nejsou v edukační činnosti nic netradičního (Volfová, Kolovská, 2009).

Pod pojmem netradiční hry si každý představí něco jiného. Další autor popisuje netradiční hry jako takové, které:

- jsou nové a jsou vymyšlené na základě jiných her, jsou alternativy a obměny klasických her,
- vznikly využitím nových netradičních pomůcek, obměnou klasického prostředí,
- mají jiná pravidla a cíl než původní hra,
- nejsou až tak známé a rozšířené,
- nejsou typické pro naši krajinu,
- neobjevují se v učebních normách,
- nebo jsou změněny a přizpůsobeny věku (Valjent, 2005).

### 4.3 Netradiční pomůcky

Netradiční pohybové hry mohou využívat specifické pomůcky. Pomůcek je na trhu nespočetně velké množství. Abychom udělali pohybové hry netradiční, můžeme využít například gymnastický míč. Pokud nemáme k dispozici gymnastický míč, můžeme využít například rehabilitační míč. Míč je velmi častou pomůckou při cvičení a při pohybových chvilkách v mateřských školách, hry s míčem mají hluboké kořeny. Her s míčem máme mnoho. Netradiční sportovní hry jako florbal, basketbal, fotbal, baseball a další míčové sporty, můžeme variovat a přizpůsobit na úroveň dětí v mateřské škole. Pravidla hry se dají upravit podle pohybových možností a dovedností dětí. K míčovým hrám můžeme využít různé typy míče. Může využít například plastové malé míčky, papírové koule, molitanové míče nebo „hakysák“. Můžeme být kreativní a jako míč využít například molitanovou kostku (Volfová, Kolovská, 2009).

Pohybové hry s míčem mohou být zajímavější, pokud vyměníme míč za jinou pomůcku. Kreativní alternativa je využití lesních plodů. Můžeme využívat například žaludy nebo kaštiny. Při závodních hrách můžeme také využívat lesní plody a předávání štafety bude pro děti zajímavější. Děti si během závodění mohou předávat kaštiny, mohou je posílat po zemi nebo s nimi házet, plody nám nahradí míč. Je mnoho možností, co se dá dělat s kaštanem (Volfová, Kolovská, 2009).

Tradiční náčiní můžeme ve školce využívat každý den a mnoho mateřských škol je využívá. Většina školek disponuje základním náčiním jako obruče, kladina, lavička, žebřiny, kužely, švihadla, švédská bedna, polykarповé stavebnice a jiné. Zajímavé pohybové hry můžeme realizovat například s ringo kroužky. Hra ringo je týmová hra, kde se hází měkký kroužek přes síť. My ho můžeme využít jak na házení, tak například na předávání štafety či posílání po zemi. Poslouží nám ke hře i ke cvičení. Využívat můžeme i létající talíř neboli frisbe. Zajímavé pro děti by mohlo být využití míče, který se používá při hře zvané indiacca. Míč je vyplněný pilinami a je pokrytý ptačím peřím. Pro děti by byl vhodný v tom ohledu, že je lehký. Samotná hra by se dala variovat na úroveň dětí v předškolním věku. Indiacca je síťová hra na způsob volejbalu a házené a dala by se transformovat do prostředí mateřské školy (Bartůněk, 2001)

Další netradiční pomůckou je interkrosová hůl a míček. Hra interkros je vhodná pro dětské týmy. Proto bych ji využila i v mateřské škole. Podle dispozice mateřské školy bych doporučila i pohybovou hru, kterou znám z praxe v období studia střední školy. Pokud tedy má mateřská škola dostatečné prostory, může se seznámit s hrou, která se jmenuje kin-ball. Ke hře je potřeba pouze balóněk a barevně odlišená družstva.

V praktické části bakalářské práce, jsem realizovala netradiční sportovní hru, která byla populární už ve 13. století. Hra se jmenuje kriket. Je jedním z nejpůvodnějších sportů této doby. Zajímavostí je, že v posledních letech se kriket realizuje i v halové podobě také u nás v republice. Hru jsem upravila pro děti tak, aby se zapojily, co nejvíce to bude možné. Každý si vyzkouší hru, jež rozvíjí mentální vytrvalost, sílu a spolupráci (Růžičková, Růžička, & Šmíd, 2013).

Velmi tradiční hrou jsou kuželky, ty jistě mají k dispozici v každé mateřské škole. I tato hra se dá ale variovat tak, aby byla zajímavá a netypická. Zkuste vyzkoušet vytvořit živé kuželky. Oproti kuželkám můžeme realizovat v mateřské škole i jiné netradiční pohybové hry. Napadá mě hra zvaná netball, ringet, bago, bowling, curling, kabaddi. Hru kabaddi můžeme také znát jako hru „Na lupiče“. Zajímavá a jednoduchá hra pro děti může být i petanque nebo lesní golf. Další hru, která by se dá s dětmi realizovat, jsou kuličky. V praxi bychom mohly také k hrám využívat také látkové nebo papírové stuhy (Bartůněk, 2001).

Dalším způsobem obměny klasické pohybové činnosti a hry, je využití jógy, kdy namísto klasické rozcvičky můžeme využít jednoduché jógové pozice, které děti zvládnou. Jóga je skvělý způsob jak můžeme rozvíjet pohybové dovednosti. Může sloužit jako rozcvička. Jóga je cvičení nejen pohybové ale i duševní. Dle mého názoru jsou vhodnou

variantou do mateřských škol jógové karty pro začátečníky. Pozice jsou tam přehledně popsány tak, aby popis pochopily i děti v mateřské škole.

Když jsem byla v předškolním věku, nejlepší hrou pro mě bylo lezení na strom na zahradě mateřské školy. Touto hrou jsem se nechala inspirovat i v praktické části. Dovolím si tvrdit, že hra, kde lezeme na strom, by mohla být považována za netradiční.

#### 4.4 Rozvoj orientace v prostoru prostřednictvím netradičních her

Dítě v předškolním věku má jiné chápání prostoru než děti v mladším adolescentním věku. Vnímá prostor egocentrickou perspektivou. Předměty, které jsou blízké, se mohou zdát větší, kdežto předměty, které jsou vzdálenější, vidí jako malé a podcení jejich vzdálenost. Prostorové vztahy děti posuzují podle toho, jak vnímají prostor. Proto je pro ně odhadování prostorových vztahů složitější. Rozvíjet orientaci v prostoru můžeme právě netradičními hrami. Pokud ke hře budeme využívat netradiční pomůcky nebo předměty, budou si děti při hře osvojovat i další oblasti prostorového vnímání, například odhadování vzdálenosti mezi předměty. Pro děti je obtížné odhadnout vzdálenost mezi dvěma předměty. Dáme-li mezi dva předměty například další menší předmět, popleteme jim hlavu. Vzdálenost se jim bude zdát menší než ve skutečnosti bude. Při honících hrách v prostředí lesa mají děti možnost učit se orientaci v prostoru. V praxi totiž budou například odhadovat vzdálenost mezi dvěma stromy (Vágnerová, 2012).

Zhruba ve třech letech získává dítě první zkušenost s prostorovou orientací. Vytváření představ o prostoru a pojmenování prostorových vztahů je dlouhodobý proces. Postupný vývoj se odráží v jednotlivých krocích vnímání prostoru. Oslabení prostorového vnímání se může odrážet v obtížnějším získávání pohybových dovedností a může mít vliv na sebeobsluhu a samostatnost. Pohyb a vnímání prostoru jdou spolu ruku v ruce. Vnímání prostoru je také úzce propojeno s vnímáním času. V předškolním věku, dovedou děti bez větší problémů rozlišovat polohu nahoře a dole. Větší problém dělá orientace v polohách vpravo a vlevo. Do tohoto stádia prostorové orientace ještě nedošly. Velkou roli hraje zrání dítěte a biologické mechanismy i lateralizace mozku (Bednářová, & Šmardová, 2007).

Prostorové vnímání je ovlivněno zkušenostmi dětí. Využití her je ideální způsob na rozvíjení všech oblastí prostorového vnímání. Proto je vhodné využívat netradiční pomůcky. Takové, na které nejsou děti zvyklé z běžného života. Během her se snažíme, aby dítě dokázalo rozlišit a identifikovat tvar bez ohledu na jeho polohu, pozadí či překrytí (Pardel, 1983).

Prostorové vnímání zahrnuje vnímání tvaru, hloubky a pohybu v prostoru. Dítě se postupně rozvíjí v jednotlivých oblastech vnímání prostoru.

##### 4.4.1 Oblasti vnímání prostoru:

- Pojmy nahoře/dole. (Dítě chápe, že prostor okolo něj je nějak uspořádaný.)
- Předložkové vazby na, do, v. (Dítě chápe, že hračky mají své místo.)



- Orientaci v prostoru, níže/výše, vpředu/vzadu.
- Předložkové vazby před, za, nad, podle, vedle, mezi.
- Vnímání prostoru, konkrétně daleko/blízko.
- Rozvoj každodenní orientace - cesta do školky, do obchodu.
- Pozice dítěte první/poslední, uprostřed, prostřední, předposlední.
- Vnímání prostoru hned před/hned za, vpravo/vlevo na vlastním těle a vpravo/vlevo umístění předmětu.
- Další oblast prostoru vpravo nahoře/dvě kritéria (Šimonek, 1995).

Prostorově orientační schopnost bychom mohli pojmenovat jako pocit v prostoru. Ten nám umožňuje hodnotit přesně prostorové vztahy, učit se adekvátně měnit postavení a pohyby těla v prostoru. Rozvoj orientace v prostoru je podmínkou pro rychlé vnímání a reagování na prostorové podmínky prostředí. Díky této schopnosti, dokáže dítě rychle a přesně zachytit důležité informace pohybové činnosti (Šimonek, 1995).

Význam má tzv. periferní vidění, které umožňuje proces orientace v prostoru zpřesnit.

*„Periferní vidění nás informuje o tom, co se děje před námi, pomáhá nám orientovat se při chůzi a zaznamenává pohyb v našem okolí. Pro periferní vidění není důležitá ostrost vidění, ale jeho rozsah. Za normálních okolností je tento rozsah u zdravých lidí téměř shodný a označujeme jej jako zorné pole.(Hutýrová, 2007, s. 11).“*

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 SADA NETRADIČNÍCH POHYBOVÝCH HER

Cílem mé bakalářské práce s názvem Netradiční pohybové hry v edukačních činnostech v mateřské škole, je vypracovat sadu netradičních pohybových her. Pohybové hry jsou realizovány v nejmenované mateřské škole v Olomouckém kraji. Sada netradičních pohybových her obsahuje 10 netradičních pohybových her, které budou realizovány v rámci edukační činnosti v dané mateřské škole.

Tyto hry jsou ověřovány mou osobou a další učitelkou z mateřské školy. Sada netradičních her byla realizována v lese vedle dané školky. Na základě prostředí jsem volila téma sady netradičních her - Hrajeme si v lese a na louce. Každá pohybová hra je časově nenáročná, proto je dle mého názoru vhodná na procházku do lesa, na louku nebo do přírody. K některým hrám potřebujeme pomůcky. Snažila jsem se volit takové, které by nemělo být obtížné vzít si sebou na výlet nebo vycházku do lesa. Nebude zapotřebí sebou tahat velké pytle s náčiním. K hrám budeme potřebovat pomůcky, jež nejsou dle mého názoru tak tradiční. U každé hry jsem se snažila, aby se dalo využít nenáročných pomůcek. Smyslem bylo, vzít co přijde pod ruku a vyrazit na výlet do lesa, nebo na louku.

Při tvoření sady netradičních pohybových her jsem čerpala ze své praxe v mateřské škole. Inspiraci jsem našla také v publikacích pro učitele mateřských škol, jako jsou například publikace Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte od paní Dvořákové. (2002)

### 5.1 Téma aplikační práce

Téma mé aplikační sady jsem zvolila na základě netradičního prostředí, kde budu hry realizovat. Všechny hry jsou přizpůsobeny tak, aby se daly realizovat v lese a na louce. Téma sady her jsem nazvala - Hrajeme si v lese a na louce.

### 5.2 Zdůvodnění výběru aplikační práce

Mateřská škola, ve které jsem sadu netradičních her realizovala, se nachází v Olomouckém kraji. Všude v okolí mateřské školy jsou lesy, pole a louky. Sama mateřská škola využívá prostornou přírodu v okolí k edukačním činnostem. Rozhodla jsem se vypracovat sadu netradičních pohybových her, které budou netradiční právě využitím prostředí v okolí mateřské školy. Jelikož je velmi složité vymezit co je v dnešní době tradiční, a co ne, sada her bude využívat pomůcek, které můžeme považovat za netradiční. Ačkoliv nemohu říct, že by mateřská škola netrávila dostatek času venku, díky

aplikačnímu typu práce se čas strávený venku může prodloužit, nebo využít jiným způsobem.

### 5.3 Cíle aplikační práce

Cílem aplikační práce je navrhnout, zrealizovat, ověřit a zhodnotit sadu netradičních pohybových her, které se zaměří na tělesný rozvoj a rozvoj orientace v prostoru. Prostřednictvím sady netradičních her budeme rozvíjet i edukační cíle.

#### EDUKAČNÍ CÍLE:

- Rozvíjet pohybové dovednosti dítěte a prostorovou orientaci.
- Podporovat schopnosti pro rozvoj celkové koordinace těla.
- Seznámit děti s netradičním prostředím, kde budou hry realizovány.
- Využívat některé netradiční pomůcky ke hře.

### 5.4 Cílové kompetence

Cílové kompetence vycházejí z RVP PV, oblast dítě a jeho tělo:

- Dítě si uvědomí si vlastní tělo.
- Bude rozvíjet pohybových schopností a zdokonalovat dovednosti v oblasti hrubé i jemné motoriky.
- Zvládne ovládání pohybového aparátu a tělesných funkcí.
- Bude rozvíjet fyzické i psychické zdatnosti. (RVP PV, 2018)

### 5.5 Vzdělávací obsah

Při tvorbě vzdělávacího obsahu jsem vycházela z cílů RVP PV. Po dobu dvou měsíců, jsem v mateřské škole realizovala sadu netradičních pohybových her, uzpůsobených prostředí, které pro běžnou státní mateřskou školu nejsou až tak tradiční. Prostředím bude les a louka v okolí mateřské školy. Sada netradičních pohybových her, rozvíjí kompetence v oblasti Dítě a jeho tělo.

Po dobu dvou měsíců jsem realizovala sadu netradičních her, které se zaměřují na pohybové dovednosti a jejich rozvoj. Sada her se skládá z 10-ti pohybových her, které jsem se snažila vymyslet a inspirovala se hrami svého dětství a dětství mých kolegyně v mateřské škole. Hry jsou zaměřeny jak na hrubou, tak i jemnou motoriku. Některé hry jsou

zaměřené na soutěž, další jsou alternativní variace honících her a jiné jsou pro jednotlivce. Hry pro jednotlivce jsou myšleny jako hry, kde hraje každý sám za sebe, ačkoliv budeme ve velké skupině. Třikrát týdně jsme se v rámci pobytu venku vydali na vycházku, a realizovali hry. Ve školce jsme informovali rodiče, o pravidelných výletech, aby dětem přizpůsobili oblečení a obuv. Pomůcky potřebné ke hrám jsem si nosila sebou.

## 5.6 Věk dětí

Aplikační práci jsem realizovala s dětmi předškolního věku. Nejmladší dítě je ve věku 5 let a nejstarší děti, jsou ty děti s odkladem školní docházky ve věku 7 let.

## 5.7 Časové parametry (trvání, frekvence)

Sada her byla realizována v časovém rozmezí deseti týdnů. S realizací jsem začala na konci listopadu, poslední týden v listopadu. Každá hra má trvání cca 15 minut. Sada her byla realizována třikrát týdně, v rámci pobytu venku.

## 5.8 Průběh programu/nácviku

V průběhu dvou měsíců jsem v mateřské škole v Olomouckém kraji realizovala sadu netradičních pohybových her. Každá hra byla realizována celkem dvakrát. Každý týden jsme si vysvětlili a zahráli jednu hru. Vždy v konkrétní den, jsme se se třídou vydali na předem dané místo. Když jsme dorazili na předem stanovené místo, měly děti možnost se nejdříve proběhnout a seznámit se novým prostředím. Po uplynutí stanovené doby volna, jsem si děti svolala k sobě a pověděla jim, co budeme dnes dělat. Dětem jsem vysvětlila pravidla nové hry. Děti byly velmi šikovné po celou dobu realizace her. Pouze jednou se stalo, že měly více dotazů, než obvykle. Tato hra byla v praxi pro děti složitější. U každé hry jsme realizovaly zkušební kolo, abych se přesvědčila, zda děti chápou pravidla.

## 5.9 Pomůcky, materiál

Pomůcky k jednotlivým hrám jsem volila tak, aby nebylo obtížné nosit je na místo realizace. Využívala jsem drobné i větší pomůcky. Některé jako gymnastický míč jsem měla z mateřské školy, jiné jsem si sehnala sama.

Při realizaci netradičních pohybových her jsem využila kuličky, košíček, kriketovou pálku, dětskou hokejku, malý míček, plastové duté míčky, provázek, zvoneček, řehtačka, bubínek, píšťalku. Dále jsem využívala drobné předměty jako mušličky, kamínky, vršky

od pet lahví, rehabilitační míč, švihadlo, lano nebo provaz, tenisové míčky, koš nebo nůši, papíry, kužely, šátky, plastové tyče, padák a demonstrační obrázky.

### **5.10 Prostředí, místo**

Realizace sady her probíhala v lese nebo na louce v okolí mateřské školy. Les se nachází nedaleko Mateřské školy. Terén nebyl rovný, měl mnoho překážek v podobě pokácených stromů a pařezů. Louka se nachází od školky zhruba 15 minut chůze. Je to velký rozlehlý prostor o velikosti menší tělocvičny.

### **5.11 Asistence (učitelky, rodiče)**

Při realizaci sady her jsem využívala asistence učitelky ve třídě předškoláků. Důvodem bylo to, že svou třídu zná už tři roky, tudíž jsem mohla využívat její znalosti o dětech. Zнала limity a klady dětí v oblasti pohybu a velký plus byl v tom, že mi učitelka vždy poradila, které dítě může zkusit první názornou ukázkou, při konkrétní hře. Všechny hry učitelka realizovala s dětmi. Já tak mohla pozorovat a hodnotit průběh.

### **5.12 Subjekty programu**

Třída je smíšená, z hlediska pohlaví. Děti je celkem ve třídě je 24 dětí ve věku od 5 let do 7let. Ve třídě jsou děti předškolního věku společně s dětmi s odkladem nástupu do 1. Třídy základní školy. Procentuálně je 75 procent kluků, tedy 18 chlapců a zbytek děvčata.

Třída je pohybově nadaná, zvyklá na častý pobyt venku v rámci edukačních činností.

### **5.13 Evaluace programu**

Po aplikaci sady netradičních pohybových her, budu hodnotit svými slovy celkový průběh realizace her. Zhodnotím, jak jsou hry pro děti složité a jestli je samotná hra nadchla. Dále se zaměřím a zhodnotím, případné limity her i to, jak se děti zapojovaly a jestli měly zájem hrát. Celkové zhodnocení bude vycházet z mého pozorování.

## 6 CHARAKTERISTIKA MATEŘSKÉ ŠKOLY

Mateřská škola se nachází v malé obci v Olomouckém kraji. Mateřská škola je státní institut, který spadá pod základní školu. Ředitelka mateřské školy a základní školy má kancelář v budově základní školy, mateřskou školu řídí učitelka.

Mateřská škola je rozdělena na dvě budovy. Starší budova a nově postavená budova. Ve starší budově se nachází dvě třídy. V nové budově se nachází jedna třída pro nejmenší děti. Tuto budovu navštěvují děti ve věku 2-3 let. Budova a třída je přizpůsobena pro nejmenší děti. V nové budově mateřské školy nejsou schody, proto byla zvolena jako budova pro nejmenší děti. Starší budova, kam chodí děti ve věku od 4 do 6 let, popřípadě 7 let, je patrová budova. Mateřská škola se nachází na prvním patře budovy. Vedle školky se nachází knihovna, kterou děti z mateřské školy pravidelně navštěvují. Mateřská škola má tedy tři třídy. Třída dětí ve věku 2-3 roky, v oddělené části školky. Druhou třídu navštěvují děti ve věku 3-4 roky. Třetí je třída s dětmi ve věku 5-6 let, tedy předškoláci. Toto věkové rozdělení není pravidlem.

Hry budou netradiční v tom smyslu, že budou probíhat v lese nebo na louce v Olomouckém kraji, nedaleko mateřské školy. Děti jsou zvyklé trávit čas venku. Mateřská škola poměrně často pořádá takzvané turistické výlety. Nejčastěji se s dětmi chodí na Sv. Kopeček u Olomouce. Děti jsou zvyklé na delší procházky, a pobyt venku. Turistické výlety bývají pořádány převážně od jara do podzimu. To však neznamená, že by děti přes zimu netrávily čas venku. Pravidelně jednou za dva týdny se s dětmi učitelky vydávají na výlet i v období zimy.

Třída, se kterou budu realizovat sadu her, bude třída předškolních dětí. Ve třídě jsou děti ve věku od 5 let do 7let. Ve třídě je 24 dětí. Osm dětí má odklad školní docházky. Třída je pohybově zdatná.

Třída předškoláků má třídní učitelku a třídního učitele. Vždy jeden z nich bude u realizace jednotlivých her. Třídní učitelé znají své děti mnohem lépe než já. Proto budu využívat jejich poznatků o dětech, aby odhalovala silné a slabé stránky dětí, a mohla je využívat během realizace her.

## 7 NETRADIČNÍ POHYBOVÉ HRY - PŘEHLED

Tabulka 1 – Přehled her

| Název hry:   | Téma:                        | Cíl:  | Kompetence:   | Pedagogická strategie:   | Místo:         |
|--------------|------------------------------|---|---|--|----------------|
| Barvy v lese | Hrajeme si v lese a na louce | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvoj motoriky.</li> <li>2. Vytvoření zdravých návyků.</li> </ol>  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uvědomění si nástrah a nebezpečí.</li> <li>2. Chápe význam pohybových aktivit.</li> </ol>   | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> kolíčky, košíček</p>            | Les            |
| Živý kriket  |                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšovat koordinaci ruka oko.</li> <li>2. Podporovat správné držení těla.</li> </ol>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uvědomí si různorodost prostředí, kde tráví čas.</li> <li>2. Dokáže spolupracovat a respektovat ostatními dětmi.</li> </ol>                               | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> míček, kriketová hůl</p>        | Louka          |
| Na myšku     |                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšovat koordinaci celého těla.</li> <li>2. Rozvíjet správnou techniku lezení a podlézání.</li> </ol>   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pracuje se svým tělem a dokáže ho ovládat.</li> <li>2. Získanou dovednost (trpělivost) uplatní v dalších praktických situacích.</li> </ol>                | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> provázek, zvonečky</p>          | Les            |
| Mnoho-nožka  |                              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podporovat schopnost reagovat na zvukový signál.</li> <li>2. Rozvíjet schopnost orientovat se v prostoru.</li> <li>3. Rozvíjet schopnosti přizpůsobovat se podmínkám vnějšího prostředí i jeho změnám.</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Orientuje se v novém prostoru.</li> <li>2. Rozpoznává slabé a silné stránka</li> <li>3. Rozvíjí schopnost přizpůsobovat se podmínkám a změnám.</li> </ol> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> řehtačka, píšťalka, bubínek</p> | Les nebo louka |



|            |  |  |   |   |                |
|------------|--|--|---|---|----------------|
| Na veverky |  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet hbitost, obratnost.</li> <li>2. Zlepšovat manipulační dovednosti.</li> </ol>                                      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšuje si jemnou motoriku a zvládne chytit drobný předmět do dlaně.</li> <li>2. Dítě se dokáže při hledání předmětů orientovat v prostoru.</li> </ol> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> kamínky, oříšky, mušlička</p>                | Louka nebo les |
| Na dědka   |  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet koordinační schopnosti a obratnost dětí.</li> <li>2. Zlepšovat lokomoční schopnosti a upevnit techniku</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Procvičí si rovnováhu a flexibilitu celého těla. (Most, strom).</li> <li>2. Zlepší si pohybové výkony, dřepu a skákání panáka.</li> </ol>               | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> overball, gymnastický, rehabilitační míč</p> | Louka          |
| Na medvěda |  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zvládnout posílit svaly celého těla.</li> <li>2. Zlepšovat lokomoční dovednosti.</li> </ol>                                | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšení schopností orientovat se v prostoru.</li> <li>2. Zlepšení dovedností v oblasti pohybu, běhu mezi překážkami.</li> </ol>                        | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> zvuk, signál, švihadlo nebo provaz</p>       | Les            |
| Košíková   |  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet motorické schopnosti. Hod obloukem.</li> <li>2. Upevnit lokomoční schopnosti.</li> </ol>                          | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšení koordinace pohybu ruka a oko.</li> <li>2. Koordinuje své pohyby a zvyšuje rozsah pohybů.</li> </ol>  | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> papíry, koš, kšandy</p>                      | Les            |
| Slepá bába |  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Upevňovat lokomoční dovednosti, rychlá chůze.</li> <li>2. Podporovat spolupráce dětí.</li> </ol>                           | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dokáží spolupracovat s kamarádem a vytváří si návyk pomoci druhým.</li> <li>2. Dětským způsobem odhaluje spolupráci.</li> </ol>                         | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> kužely, tyčky, šátky.</p>                    | Louka          |

|                       |  |   |   |  |       |
|-----------------------|--|---|---|--|-------|
| <b>Na schovávanou</b> |  | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Zvládnout napodobit pohyb jednotlivých zvířat.</li><li>2. Zvládnout reagovat na zrakové podněty.</li></ol> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Reaguje na zrakový podnět bez upozornění učitelky.</li><li>2. Dokáže dodržovat pravidla hry a hru si užít.</li></ol> | <b>Organizační forma:</b> řízená činnost<br><b>Metoda:</b> hra<br><b>Pomůcky:</b> padák, obrázky zvířátek A4 | Louka |
|-----------------------|--|---|---|--|-------|

## 8 SADA NETRADIČNÍCH POHYBOVÝCH HER

### 8.1 Hra č. 1 - Barvy v lese

Tabulka 2 – Barvy v lese

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet jemnou motoriku. (Úchop kolíčku)</li> <li>2. Vytvářet zdravé životní návyky a postoje, jako základ zdravého životního stylu.</li> <li>3. Rozvíjet prostorovou orientaci.</li> </ol>   |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uvědomuje si nástrahy a nebezpečí ve spojení s přírodou.</li> <li>2. Rozlišuje, co zdraví prospívá a co mu škodí, má povědomí o důležitosti péče o zdraví; ví, proč je důležité jíst zdravě a zná význam pohybových aktivit.</li> <li>3. Chápe, že je součástí životního prostředí.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> kolíčky, košíček</p>  |
| <b>Časový rámec</b>          | 10 až 15 minut   |
| <b>Místo</b>                 | Les  |

**Popis hry:** Když se ocitneme v lese nebo na louce, nabízí se nám netradiční prostor na rozdíl od herny v mateřské škole. Děti dostanou každý jeden kolíček, který si připnou na libovolný kus oblečení. Kolíčky do lesa přinese učitelka. Dětem kolíčky rozdává až na místě, které vybrala jako vhodné pro běhání v lese. Dětem zadá jednoduchý úkol a řekne krátkou básničku. Děti po dokončení básničky vyběhnou a hledají barvu, kterou učitelka řekla. Barvu mohou hledat jak v lese, tak na oblečení svých kamarádů. Děti nesmí kolíček připínat na sebe. Každý z nich si pomocí hry vyzkouší běh v nerovném terénu, seznámí se s prostředím a procvičí si orientaci v terénu.

**Motivační básnička:** *Žil byl jeden kolíček velký jako malíček.*

*Měl moc rád barvičky. Hádejte jaké, dětičky?*

*Měl rád barvu (libovolná barva, kterou řekne učitelka).*

**Realizace hry:** Do lesa jsme si sebou vzali kolíčky, počet kolíčků odpovídal počtu dětí. Před realizací hry jsem v mateřské škole kolíčky označila značkami dětí. Prvním úkolem dětí bylo, že na začátku vycházky dostaly svůj kolíček a ten měly bezpečně dopravit až do lesa. V batůžku jsem měla náhradní kolíčky, izolepu a značky všech dětí. Nečekaně se ale podařilo jednomu chlapci kolíček ztratit a proto jsem na místě jeden kolíček vyrobila. Pravidla děti pochopily. Společně jsme si řekli motivační básničku, kterou jsem během hry říkala já. Kdo chtěl, tak mě doprovodil. Dětem se dařilo kolíčky vždy připnout. Tato hra byla podle mě nejjednodušší ze sady her.

**Sebereflexe:** Děti jsou zvyklé běhat po rovném terénu bez překážek. Proto jsem zvolila tento netradiční terén pro běh. Ve výsledku dětem terén nedělal vůbec žádný problém, a tak si myslím, že jsem naplnila cíl podpory lokomočních schopností. Při seznamování dětí s motivační básničkou pár dětí špitalo a nedávalo pozor. Velká část dětí se ale snažila odříkávat básničku se mnou. Druhý cíl, rozvoj jemné motoriky, byl naplněn. Děti se každodenně setkávají s úchopem, tudíž jim nedělalo problém manipulovat s kolíčkem.

**Doporučení pro pedagogy:** Z počátku si jasně vysvětlit pravidla hry, zkusit s dětmi zrekapitulovat pravidla a zjistit zda pravidlům porozuměly. Doporučila bych vzít kolíčky do košíčku a vzít zásoby, pro případ, že by ho děti někde ztratily.

## 8.2 Hra č.2 - Živý kriket

Tabulka 3 – Živý kriket

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce  |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 6 (7) let   |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšovat koordinaci ruka oko.</li> <li>2. Podporovat správné držení těla.</li> </ol>                                       |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uvědomí si různorodost prostředí, kde tráví čas.</li> <li>2. Dokáže spolupracovat a respektovat ostatními dětmi.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> kriketová pálka, nebo hokejka, míček, provázek</p>                       |
| <b>Časový rámec</b>          | 10 až 15 minut  |
| <b>Místo</b>                 | Louka   |

**Popis hry:** Hru můžeme hrát s dětmi ve dvou variantách. První variantou je hra, jako soutěž na rychlost. Rozdělíme děti do dvou skupin a ve skupinách určíme dva kapitány. Kapitán dostane palici na kriket a míček. Ostatní děti se rozestaví libovolně, například do tvaru písmena U. Mezi sebou budou mít dostatečné mezery. Postaví se rovně a rozkročí nohy a z dětí se stanou branky, kterými bude muset míček projít. První začínají kapitáni. Jejich úkolem bude pomocí pálky odrazit míček, aby prošel mezi nohama prvního dítěte, tedy naší pomyslnou brankou. Kapitán musí míček dostat všemi brankami. To znamená, že míček musí projít mezi nohama všech dětí, v daném družstvu. Jakmile kapitán dostane míček skrz všechny živé branky, vymění si místo s první živou brankou. Dítě, které předtím stálo jako první branka, musí také zvládnout dostat míč všemi živými brankami. Když se dostane na místo odkud začínal, vymění si hráč místo s druhou živou brankou. Takto se vystřídají všechny děti v týmu. Hra končí, když na stanovišti bude stát kapitán. Každý si vyzkouší dělat živou branku a zahrát v česku netradiční hru, kriket. Družstvo, které bude mít na stanovišti kapitána prvního, vyhrává.

Druhá varianta: Hra má stejná pravidla, ale děti nebudeme dělit na dvě skupiny a vybírat kapitána. Hru bude hrát každé dítě samo za sebe. Zvolíme dítě, které bude začínat, ostatní děti se postaví libovolně v prostoru a budou dělat živé branky. Branky se během hry nesmějí hýbat. V této variantě hry, si děti nebudou vyměňovat místa. Postup je takový, že první hráč, který zdolá všechny branky, se promění v poslední živou branku. Pálku a míček

nechá ležet vedle sebe. První živá branka se mění v dítě, které rychle běží pro pátku a míč a vrátí se na místo před dítě, které stálo za ním. Každé dítě, které dostane míček skrz všechny živé branky, zůstane za poslední brankou. Takto se děti všechny prostřídají. Abychom dětem pomohly, můžeme v obou variantách hry využít provázek, kterým zvýrazníme trajektorii, kudy musí míček projít.

**Realizace hry:** Úplně první pokus hru hrát, byl časově náročnější na vysvětlení. Děti s odkladem školní docházky měly menší problémy s pochopením než ty 5 leté. Hru jsme realizovali na louce nedaleko mateřské školy. Velkým negativem byly povětrnostní podmínky, které nám některé momenty hry znepříjemňovaly. Některé děti měly obtíže trefit do míčku i do živé branky. Mladším dětem hra dělala problém. Začaly se v ní zlepšovat, až když jsme ji hrály po 4. Jiným dětem stačilo hru zahrát dvakrát a bez problému hru zvládly. Jak mi potvrdila třídní učitelka, hra měla úspěch u dětí, které jsou pohybově nadanější. Pro děti, které navštěvují sportovní kroužky nebo sokol, byla hra velmi snadná.

**Sebereflexe:** Hru jsem zvolila na základě možností mateřské školy. Hra kriket, která je k dispozici, není tak oblíbená a proto jsem se rozhodla udělat živý kriket, který by mohl zaujmout. Dle mého názoru, hra zaujala více děvčata. Měla jsem dojem, že chlapce hra bavila, jen když hráli s pátkou. Jeden z úkolů, dělat živé branky, chlapce nenadchl. Realizaci hry vnímám jako zábavnou. Hru bych doporučila i menším dětem. Hra je vhodná pro čtyřleté děti, které jsou pohybově nadané.

**Doporučení pro pedagogy:** Pokud budete hru hrát jako závodní hru na družstva, doporučovala bych nejdříve udělat zkušební závod. Některé děti měly problém s pochopením pravidel. Pokud máme menší počet dětí, je vhodnější druhá varianta. To znamená, bude jen jeden tým a tím se podpoří týmová práce.

### 8.3 Hra č. 3 - Na myšku

Tabulka 4 – Na myšku

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 6 (7) let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšovat koordinaci celého těla.</li> <li>2. Rozvíjet správnou techniku lezení a podlézání.</li> </ol>                                    |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pracuje se svým tělem a dokáže ho ovládat.</li> <li>2. Získanou dovednost (trpělivost) uplatní v dalších praktických situacích.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> provázek, zvonečky.</p>   |
| <b>Časový rámec</b>          | 20 – 30 minut  |
| <b>Místo</b>                 | Les  |

**Popis hry:** Děti si vyzkouší být malou myškou, která běhá tiše po lese.

V lese si z provázků připravíme překážkovou dráhu mezi stromy. Děti budou mít za úkol zdolat překážkovou dráhu, aniž by se provázku dotkly jakoukoliv částí těla. Provázek můžeme navázat libovolně, samozřejmě tak, aby děti dokázaly mezi provázky prolézat. Podle úrovně dětí, můžeme provázkovou překážkovou dráhu udělat třeba i těžší a to tak, že na pár místech provázkové prolézačky přivážeme zvonečky, které zacinkají, pokud se někdo dotkne provázku. Tato hra je vhodnější pro menší skupinku dětí, avšak není to pravidlem. Děti se střídají jeden po druhém. I čekáním, až přijde na řadu, se dítě učí být trpělivé. Pokud děti zvládnou prolézt prolézačku bez zazvonění nebo dotknutí provázku, zaslouží si potlesk. Pokud by se náhodou během prolézání dotkly, vysvětlíme jim, že se nic neděje, ale budou stát 10 vteřin na jedné noze jako holubička. I splnění tohoto úkolu si zaslouží potlesk. Potlesk pro děti bude odměna i vnitřní motivací.

**Průběh hry:** Do lesa jsme si donesly přírodní motouz. Třídní učitelka mi pomohla mezi stromy nachystat provázkovou dráhu. Na dráhu jsme připevnily tři zvonečky. Děti vytvořily za sebou špalík a po jednom si zkoušely prolézt dráhu. Na začátek jsem jim ukázala jak prolézat potichu jako myška. Cílem bylo, aby se děti zklidnily a protáhly celé

tělo. U dívek převážně nebyl problém. Děvčata byla ohebná a prolézaly pomalu. Chlapci měly trochu problém, jelikož byli zbrklí a chtěli provázkovou dráhu rychle prolézt. Velká část chlapců rozezvonila zvonečky. Během prolézání, jsem dětem připomněla, že nejde o závod, ale o splnění úkolu. Velký problém měla šestiletá holčička, která trpí obezitou.

**Sebereflexe:** Hra byla pro děti velmi atraktivní, soudím tak na základě zájmu o opakování. Některé děti se během hry snažily předbíhat kamarády, aby si to mohly znovu zkusit. Úroveň hry byla pro děti předškolního věku přiměřená. Dovoluji si říct, že by hru zvládly i mladší děti, se kterými můžeme hru hrát i bez zvonečku.

**Doporučení pro pedagogy:** Hra je ideální v menší skupině dětí. Všechny děti se prostřídají a intervaly mezi čekáním nebudou tak dlouhé. Pokud bychom ale hru hráli s větší skupinkou, podporujeme děti v tom, aby se naučily být trpělivé a ohleduplné ke svému okolí.



## 8.4 Hra č. 4 – Mnohonožka

Tabulka 5 - Mnohonožka

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podporovat schopnost reagovat na zvukový signál.</li> <li>2. Rozvíjet schopnost orientovat se v omezeném prostoru.</li> <li>3. Rozvíjet schopnosti přizpůsobovat se podmínkám vnějšího prostředí i jeho změnám.</li> </ol>           |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Orientuje se v novém prostoru.</li> <li>2. Rozpoznává slabé a silné stránky (v matematických dovednostech, sluchovém vnímání).</li> <li>3. Rozvíjí schopnost přizpůsobovat se podmínkám vnějšího prostředí i jeho změnám.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> řehtačka, píšťalka, bubínek</p>   |
| <b>Časový rámec</b>          | 10 až 20 minut   |
| <b>Místo</b>                 | Les nebo louka   |

**Popis hry:** Ke hře nepotřebujeme žádné speciální pomůcky, stačí jen prostorná louka, eventuálně les. Hra není časově náročná. S dětmi si zahrajeme na housenku mnohonožku. Princip spočívá v obměně klasické běhací hry. Děti budou podle pokynu běhat, skákat, chodit pozpátku. Na předem domluvený signál, se děti musí zastavit. Učitelka řekne číslo od 1 do 10, což bude počet nožiček u housenky. Pokud řekneme číslo 6, úkolem dětí je seběhnout se do skupinek tak, aby pomyslná housenka, kterou vytvoří, měla 6 nohou. Housenku mohou vytvořit tak, že se postaví za sebe do řady nebo jen udělají malou skupinku. Pokud učitelka po domluveném signálu řekne liché číslo, je úkolem dětí se domluvit, kdo bude stát na dvou nohách a kdo jenom na jedné. Očekáváme, že dvě děti budou stát normálně a jedno dítě bude stát jenom na jedné noze. Kamarádi ve skupince ho podpírají.

**Motivace:** „Kdo z vás viděl někdy stonožku? Co kdybychom zkusili, jaké je to mít víc nožiček než máme? Jako stonožka (dětem můžeme vysvětlit, že stonožka nemá sto nohou). Kdo z vás by si chtěl zkusit novou hru?“

**Průběh hry:** Děti hru znají v jiném provedení. Než jsme si samotnou hru zahráli, snažili jsme se pochopit princip hry na nečisto. Vysvětlili jsme si počítání nohou a děti si zkoušely v klidném tempu vytvořit mnohonožku. Děti velmi rádi běhají a u toho křičí, tudíž na začátku hry neslyšely pokyn. Hru jsem musela zastavit a znovu jsme si s dětmi zopakovali pravidla. Domluvili jsme se, že je důležité, aby mě slyšely. Jeden problém nastal v momentu, kdy bylo potřeba udělat mnohonožku s menším počtem nohou. Ve třídě jsou tři nerozlučné kamarádky, které velmi špatně nesly, že během hry nemohly být neustále spolu.

**Sebereflexe:** Inspiraci hry na mnohonožku jsem čerpala z klasické hry molekuly. Hru jsem se snažila přizpůsobit úrovni předškolních dětí a během hry jsem usoudila, že hra není vhodná pro mladší děti. Děti předškolního věku hru zvládly a podařilo se mi naplnit všechny cíle. Určitě bych hru doporučila dětem na prvním stupni.

**Doporučení pro pedagogy:** Doporučila bych si hru nejdříve vyzkoušet jen na nečisto. Po zaznění signálu navrhuji tvořit mnohonožku společně, aby si děti hru osvojily. Důležité bude využívat jako zvukový signál něco hlasitého, osvědčil se zvuk řehtačky. Hru je vhodnější hrát na prostorné louce než v lese.

## 8.5 Hra č. 5 – Na veverky

Tabulka 6 – Na veverky

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet hbitost, obratnost. Naučit se chytat.</li> <li>2. Zlepšovat manipulační dovednosti.</li> </ol>  |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšuje si jemnou motoriku a zvládne chytit drobný předmět do dlaně.</li> <li>2. Dítě se dokáže při hledání předmětů zorientovat v prostoru.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> víčka od pet lahví, mušličky, oříšky, kamínky</p>   |
| <b>Časový rámec</b>          | Časová náročnost hry je nízká, hra se hraje od 5 minut. Když děti hru zvládají, mohou hrát až do té doby než to děti přestane bavit.   |
| <b>Místo</b>                 | Les nebo louka   |

**Popis hry:** Děti hrají každý sám za sebe. Než začneme hrát, zvolíme variantu, že si děti pomůcky najdou sami. Na vybraném místě se zastavíme a řekneme jim, že máme pro ně nachystanou hru.

**Motivace:** „*Já jsem si pro vás kamarádi nachystala zajímavou hru. Ale je tu jeden problém. Ke hře potřebujeme něco malého. Kde jen bychom našly něco malého?*“ Snažíme se děti namotivovat, aby přišly na to, že v lese je kolem nich plno pomůcek ke hře. Můžou to být kamínky nebo malé kousky větvičky, ideální velké 2 až 3 centimetry. Vhodná je malá šiška nebo plod stromu. Druhá variantou hry je, že pomůcky si přineseme z mateřské školy. Pravidla hry jsou totožná v obou variantách přípravy pomůcek. Tuto hru můžeme hrát jak v lese, tak na louce. Každý bude mít 4 pomůcky ve velikosti 2 – 3 centimetry.

**Popis hry:** Každé dítě by mělo mít 4 kamínky nebo jinou pomůcku, kterou si našlo nebo dostalo. Děti si stoupnou na pomyslná stanoviště tak, aby děti měly mezi sebou prostor na rozpětí natažených rukou. Každé dítě drží v dominantní ruce jeden kamínek. Zbylé

kamínky si položí před sebe na zem. Začneme tak, že pravou rukou dítě vyhodí kamínek do vzduchu. Párkrát si vyzkoušíme jen vyhazování a chytání kamínku. Když si děti osvojí hod a chycení drobného předmětu, můžeme pokračovat. Cílem hry je, aby dítě během doby, kdy vyhodí drobný předmět nebo kamínek do vzduchu, druhou rukou zvedlo ze země jeden předmět z nachystané hromádky. Nejdříve zvednou jeden předmět. Komu se to podaří, může zkusit sebrat i další. Dominantní rukou vyhodí zase kamínek do vzduchu, než kamínek chytí, musí vzít ze země druhý kamínek.

**Realizace hry:** Hru jsme si zahráli v lese. Každé z dětí si našlo něco malého na házení. Dětem jsem vysvětlila pravidla a ukázala jsem jim, co budou dělat. Chytit kamínek se mi v tu chvíli nepovedlo. Proto jsem děti vyzvala, aby mě porazily a zkusily předmět, který našly, chytnout. Hru jsem byla nucena za chvíli ukončit. Pro děti byla složitá.

**Sebereflexe:** Tato hra byla zvolena pro děti v předškolním věku. V praxi se ukázalo, že jsem hru nastavila velmi složitě i pro děti, které jsou pohybově velmi nadané. Když jsme hru hráli, nepodařilo se skoro nikomu kamínek chytit. Operativně jsem se snažila pravidla hry měnit. Cíle hry nebyly naplněny. Hru bych určitě doporučila starším dětem.

**Doporučení pro pedagogy:** Princip hry je poněkud složitější. Ovšem nevidím důvod, proč by si děti hru nemohly vyzkoušet. Hru bych doporučila už z toho hlediska, že ne vždy se nám v životě všechno podaří. Děti mohou na tomto příkladu pochopit, že mnohdy je potřeba trénovat a nikdo učený z nebe nespádl.

## 8.6 Hra č. 6 – Na dědka

Tabulka 7 – Na dědka

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet koordinační schopnosti. Rozvíjet obratnost dětí.</li> <li>2. Zlepšovat lokomoční schopnosti. Upevnit techniku dřepu, skákání panáka.</li> </ol> |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Procvičí si rovnováhu a flexibilitu celého těla. Například most nebo strom.</li> <li>2. Zlepší si pohybové výkony.</li> </ol>                            |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> overball, gymnastický nebo rehabilitační míč</p>  |
| <b>Časový rámec</b>          | 10 až 20 minut   |
| <b>Místo</b>                 | Louka  |

**Popis hry:** Hra bude probíhat na prostorné louce nedaleko mateřské školy. Děti budou hrát alternativní verzi klasické hry „Na babu“. Prostředí dětem nabízí velký prostor a pobyt na čerstvém vzduchu. Babu nebude mít nikdo z dětí, nýbrž balón, který si sebou musíme vzít. Můžeme využít overball, gymnastický nebo rehabilitační míč. S dětmi si určíme hranice, kam až můžou běžet. Na louce, ideálně rovné, bude učitelka posílat po zemi míč mezi děti. Pokud se balón dítěte dotkne, musí udělat jednu jógovou pozici, kterou mu zadá učitelka. Zadávat budeme zadávat tři pozice. Letadlo, most a strom.

**Motivace:** „Děti, kdo z vás hrál někdy hru Na babu? Já znám ještě lepší hru. Co kdyby vás chytal tento míč? Myslíte, že mu dokážete utéct? Co kdybychom to šli zkusit?“

**Realizace hry:** Hru jsem realizovala na podzim, v listopadu. Počasí bylo dostačující. Jako první důležitá věc byla obeznámit rodiče s realizací sady her, která bude následující měsíc probíhat. Na rodičích bylo, aby dětem přizpůsobili oblečení na ven.

Při realizaci jsme si nejdřív zahráli hru „Na babu“. Hra trvala pár minutek, poté jsem děti zastavila a navrhla jim alternativu hry s míčem. Vysvětlili jsme si, co se stane, když se jich míč dotkne. Nejdříve jsme společně zkusili všechny tři povely. Potom jsme začali hrát. Pravidla hry nebyla pro děti náročná, jen občas přeslechli pokyn učitelky a měli tendenci míč chytat a házet. Hru jsem musela přerušit a společně jsme si zopakovali pravidla. První hra byla hektická. Když jsme hru zkusili za dva dny znovu, děti už neměly problém s pravidly hry a plnily pokyny učitelky.

**Sebereflexe:** Hra byla pro děti snadná. Pokyny jsem podala tak, aby děti pochopily pravidla. Dokonce jsem si všimla, že když jsem nestihla někdy zaregistrovat kontakt s míčem, děti dělaly pokyn bez mého pobídnutí. Úroveň hry byla pro děti ideální. Myslím si, že hru by zvládly i mladší děti. Pro starší děti bych doporučila složitější pokyny a povely. Hru jsem nastavila přiměřeně věku dětí a podařilo se mi naplnit zadané cíle.

**Doporučení pro pedagogy:** Důležité je správně vysvětlit pravidla, aby děti neměly tendenci míč honit, ale aby před ním utíkaly. Před začátkem hry si děti vyzkouší pozice z jógy. Není však na škodu pozice trénovat každý den, ne jen za účelem této hry. Díky cvičení jógy si děti procvičí veškeré svaly v těle.

## 8.7 Hra č. 7 – Na medvěda

Tabulka 8 – Na medvěda

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zvládnout posílit svaly celého těla.</li> <li>2. Zlepšovat lokomoční dovednosti.</li> </ol>                                      |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšení schopností orientovat se v prostoru.</li> <li>2. Zlepšení dovedností v oblasti pohybu, běhu mezi překážkami.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> zvukový signál, švihadlo nebo delší provaz</p>                                |
| <b>Časový rámec</b>          | hra není časově náročná, hra trvá cca 5 až 10 minut  |
| <b>Místo</b>                 | Les  |

**Popis hry:** Děti mají k dispozici prostředí lesa, kde je mnoho stromů. Děti rozdělíme na medvěda a myslivce. Hru můžeme realizovat buď s jedním, nebo více medvědy. Nejvíce však začínáme s pěti. S dětmi si musíme stanovit prostor, na kterém hru budeme hrát. Hra je ideální v přítomnosti dvou učitelek. Děti chodí po lese jako malí myslivci a zrovna dnes si sebou nevezly na pochůzky po lese bambitku. Po lese chodí medvěd. Myslivci chodí po lese ve vyznačeném prostoru. Děti chodí kolem medvěda/medvědu. Vzdálenost mezi medvědem a myslivci je cca 2 -3 metry. Medvědi budou vyčkávat ve vytvořeném kruhu. Kruh vytvoříme pomocí lana nebo švihadla. S dětmi se domluvíme, jak se budou pohybovat. Začínáme vždy chůzí, aby se děti seznámily s prostorem a překážkami. Poté se pokyny mohou lišit, podle zvolených cílů. Během chůze říká učitelka dětem básničku. K této hře jsem ji vymýšlela sama. Když učitelka dořekne básničku, vydá se medvěd nebo skupina medvědu, pochyťat myslivce. Myslivec se může zachránit tak, že vyskočí na strom a udrží se nohama nad zemí. Na záchranu před medvědem stačí jen vydržet na stromě 3 vteřiny. Komu se nepodaří vydržet malou chvilku na stromě, stává se medvědem a vrací se do medvědího kruhu.

**Motivační básnička:** „*V jednom krásném lesíku, slyšel jsem zvuk puštků.*

*Na kukandu půjdu tam, do lesa já půjdu sám.*

*Snad tam není medvěd, ať nesní mě na oběd.“*

**Realizace hry:** Realizace hry na medvěda byla pro děti asi nejsložitější z celé sady. Názor se mnou sdílela i třídní učitelka dětí předškolního věku. Děti pochopily pravidla hry. Hru jsme zkusili hrát se třemi medvědy. Pravidla hry nebyla pro děti složitá a poměrně rychle se naučily krátkou básničku. Medvědi během odříkávání básničky spali na kraji lesa. Když děti odříkaly básničku, měly za úkol utéct a zachytit se na stromě. Tento úkol byl pro děti velmi složitý a zvládly ho jen tři děti, proto jsme během hry byla nucena upravit pravidla. Místo lezení na strom stačí, když dítě strom obejme. Každé dítě bude mít svůj strom.

**Sebereflexe:** Pohybová hra měla děti procvičit v celkovém posílení těla. Bohužel jsem hru zvolila nevhodně pro věkovou kategorii. Neodhadla jsem úroveň pohybových schopností dětí, proto jsem musela operativně upravit pravidla hry. Hra v původní verzi je vhodnější pro děti starší 7 let. Pro děti předškolního věku jsem upravila pravidla tak, že místo udržení se na stromě, stačí najít strom, který bude sloužit jako domeček. Děti se pokoušely obejmout strom oběma rukama. Cíl se mi bohužel nepodařilo naplnit.

**Doporučení pro pedagogy:** Pravidla hry jsou jednoduchá, avšak náplň hry je pro děti poněkud obtížná. Pokud budou děti schopné udržet se na stromě, popřípadě udržet se na větvi stromu, můžou to vyzkoušet. I přesto bych u hry doporučila změnit způsob záchrany života před medvědem.



## 8.8 Hra č. 8 – Košíková

Tabulka 9 - Košíková

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rozvíjet motorické schopnosti. Hod obloukem.</li> <li>2. Upevnit lokomoční schopnosti. Běh.</li> </ol>       |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zlepšení koordinace pohybu ruka a oko.</li> <li>2. Koordinuje své pohyby a zvyšuje rozsah pohybů.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> papíry na výrobu koulí, koš, kšand, tenisáky</p>          |
| <b>Časový rámec</b>          | 10 až 15 minut   |
| <b>Místo</b>                 | Les  |

**Popis hry:** Děti si zahrají košíkovou v prostředí lesa, kde je pro ně běh obtížnější. Jako první dětem rozdáme papíry nebo letáky na výrobu koulí. Pro větší obtížnost můžeme využívat i tenisové míčky. Na začátku hry, si ještě všichni vyzkoušíme hod vrchním obloukem. Když máme nachystané koule, vybereme jedno dítě, které dostane na záda koš. Jeho úkolem bude utíkat před kamarády, kteří ho budou honit a snažit se trefit do koše. Děti po pár minutách zastavíme, a dítě s košem na zádech obměňujeme.

**Motivace:** Jako motivaci využijeme otázky, které děti zaujmou. Budou chtít znát odpověď.

- „Co budeme děti dělat s papíry?“
- Co myslíte?
- Zkusíme si vyrobit papírové koule. Kdo z vás to svede?“

**Realizace hry:** Na začátku hry jsme si rozdali papíry a děti zkusily udělat kulatou kouli z papíru. Koule jsem měla i předpřipravené. Hru můžeme realizovat i s tenisovými míčky. Vysvětlili si, co budeme dělat a společně jsme všichni zkusili hod obloukem na koš, který ležel na zemi. Po chvilce zkoušení a nácvičku hodu jsem jim vysvětlila pravidla hry. S paní

učitelkou jsme společně vybraly dítě pohybově obratné. Děti během hry běhaly za košíkářem, a některé zapomněly házet koule do košíku.

**Sebereflexe:** Hra košíková byla pro děti poněkud složitější. Děti méně obratné, které nesly koš, měly trochu problém běhat s předmětem na zádech. Bohužel jsem tuto možnost opomenula. Můj osobní názor je, že hru jsem dětem podala tak, že se bavily. Z pozorování jsem usoudila, že tato hra byla pro děti nejatraktivnější. Některé byly schopny naplnit cíle, jiné měly problém s motorickými schopnostmi. Hod obloukem se jim nedařil. Cíle se mi podařilo naplnit z poloviny.

**Doporučení pro pedagogy:** Nejdůležitější na hře je pohyblivý koš. Důležité je dobře zvolit a upevnit ho tak, aby se dětem na zádech dobře nesl. Nejlépe, abyste nemuseli měnit vázání v závislosti na dítěti. Koš si děti předávají a upravování koše by bylo časově náročné. Pro naplnění cíle, je důležité dávat pozor, aby děti během hry nezapomněly házet horním obloukem.

## 8.9 Hra č. 9 - Slepá bába

Tabulka 10 – Slepá bába

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Upevňovat lokomoční dovednosti. Rychlá chůze.</li> <li>2. Podporovat spolupráci dětí.</li> </ol>   |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dokáží spolupracovat s kamarádem a vytváří si návyk pomoci druhým.</li> <li>2. Dětským způsobem odhaluje ohleduplnost ke kamarádům.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> kužely, tyčky, šátky nebo natrhaný kousek látky (zhruba 9 kusů)</p>                         |
| <b>Časový rámec</b>          | 15 až 25 minut   |
| <b>Místo</b>                 | Louka  |

**Popis hry:** Děti si rozdělíme na dvě družstva, počet hráčů v družstvu musí být sudý. Děti si ještě ve družstvu vytvoří dvojčky. Každý 1. hráč bude představovat slepou bábu, která potřebuje někoho, kdo jí bude vést. Každý druhý hráč v týmu bude vůdce. Vůdce si položí pravou ruku na rameno slepé báby. Děti budou muset ve dvojčkách absolvovat překážkovou dráhu, kterou vytvoříme z kuželů a plastových cvičících tyčí tak, aby se daly překážky překročit a podlézt. Družstva budou mezi sebou závodit na čas. Hra bude sice závodní, děti ale během soutěže nesmí utíkat. Důvodem je bezpečnost dětí. Role ve dvojčkách můžeme dle zájmu dětí vyměnit. Hru hrajeme jako zkoušku dětské spolupráce v jednotlivých dvojicích.

**Průběh hry:** S dětmi jsme se společně domluvili, že si půjdeme zasoutěžit a zahrát hru na louku. Pomůcky jsme sbalili sebou do batohu. Na louce nedaleko mateřské školy jsem si nachystala 2 překážkové dráhy. Ty se skládaly z vysokých kuželů, držáků a tyčí na překračování a podlézání. Každá dráha měla jednu překážku na překročení, a dvě na prolézání. Hned po připravení dráhy nastal problém v rozdělování týmu. Děti se hádaly,

kdo s kým chce a nechce být. Proto jsem využila přítomnost třídní učitelky a poprosila o rozdělení družstev. Nesnáze nastala v ten moment, kdy tři děti odmítly mít zavázané nebo dokonce zavřené oči. Situaci jsme vyřešily tak, že děti, které měly strach mít oči zavřené, byly vůdcem. V překážkové dráze hodně dětí nevedlo kamaráda, ale tlačilo. Některé dvojice měly problém domlouvat se. Největší překážkou bylo překročení, protože mnoho vůdců, minimálně pět, neřeklo o překážce včas a překážku srazili na zem. Celkově hra děti bavila. Pouze čtyři děti hra nezaujala a chtěly jít na hřiště. Hru bych doporučila dětem od 5 let a více.

**Sebereflexe:** Z mého hlediska byl první cíl naplněn bez problému. Většina dětí nemá problém s koordinací těla a během. Z pozorování jsem usoudila, že děti jsou pohybově zdatné. Hru jsem zvolila za předpokladu, že ji děti zvládnou a mé předpoklady se naplnily. Jedním z problémů byl strach některých dětí, pohybovat se se zavřenýma očima. Z mého pohledu vnímám, že se mi nepodařilo sestavovat dvojice tak, aby si děti vyhovovaly a hru zvládly. Cíle jsem zvolila vhodně a podařily se mi naplnit.

**Doporučení pro pedagogy:** Některé děti těžko snášejí zavázané oči, ať už ze strachu ze tmy, nebo z jiných důvodů a proto je důležité volit děti do dvojic tak, aby se hra dala realizovat. Hru je lepší hrát, když už děti něco podobného absolvovaly. Pro některé může být hra složitá v tom směru, že je potřeba spolupráce a důvěra mezi kamarády.

## 8.10 Hra č. 10 - Na schovávanou

Tabulka 11 – Na schovávanou

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Téma</b>                  | Hrajeme si v lese a na louce   |
| <b>Věk dětí</b>              | Děti ve věku 5 až 7 let  |
| <b>Cíl</b>                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zvládnout napodobit pohyb jednotlivých zvířat.</li> <li>2. Zvládnout reagovat na zrakové podněty.</li> </ol>           |
| <b>Kompetence</b>            | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reaguje na zrakový podnět bez upozornění učitelky.</li> <li>2. Dokáže dodržovat pravidla hry a hru si užít.</li> </ol> |
| <b>Pedagogická strategie</b> | <p><b>Organizační forma:</b> řízená činnost</p> <p><b>Metoda:</b> hra</p> <p><b>Pomůcky:</b> padák, obrázky zvířátek A4</p>                                      |
| <b>Časový rámec</b>          | 10 až 15 minut   |
| <b>Místo</b>                 | Les nebo louka   |

**Popis hry:** Děti se rozestaví vedle sebe kolem padáku. Učitelka má kartičky zvířátek, podle kterých se budou děti pohybovat. Vybereme pět zvířat, které mají specifický typ chůze, pohybování. Dětem nebudeme zvíře jmenovat, ale kartičky ukazovat a děti se budou podle karty pohybovat v kruhu. Na jedné z kartiček bude obrázek padáku. Tato karta znamená, že by se děti měly co nejdříve schovat pod padák. Pokud bychom hráli na vypadávaní, tak dítě, které vlez pod padák jako poslední, by vypadlo.

**Realizace hry:** S dětmi jsme se vydali na louku nedaleko mateřské školy. Pomůcky jsem si nesla ze školky. Hru jsme hrály s 6-ti kartami. Na pěti kartách byly obrázky zvířat, na poslední kartě byl obrázek padáku. Děti jsem nejdřív nechávala hádat, jaké jsou na obrázcích zvířata. Napodobovala jsem pohyb konkrétních zvířat a děti podle toho hádaly zvířata na obrázcích. Potom jsme si všichni pohyb vyzkoušeli. Děti chodily kolem padáku podle konkrétních tichých pokynů. Když jsem ukázala kartičku s padákem, některé děti nedávaly pozor a v ten daný moment chvíli trvalo, než jim došlo, co mají udělat. S dětmi jsme si hru zahrály dvakrát. Na podruhé už všichni dávali pozor a soustředili se na konkrétní pohyby. Nejvíce se těšily, až se budou moci schovat pod padák.

**Sebereflexe:** Hru jsem vymýšlela s ohledem na to, že jsem si přála využít padák, se kterým velmi ráda pracuji. Tato hra byla vhodně zvolená k věkové kategorii. Cíle hry byly naplněny. Složitost hry nebyla náročná, proto si dovoluji doporučit hru i mladším dětem. Hra by se dala realizovat i na jiná témata, například na téma povolání aj.

**Doporučení pro pedagogy:** Pravidla hry jsou snadná. Důležité je seznámení s obrázky a pohyby, které obrázky určují. Hra je dynamická a pro děti zajímavá v tom ohledu, že mohou s padákem, během schovávání, bláznit. Hra se dá hrát i v prostředí lesa. Místo udržení kruhu kolem padáku se děti budou pohybovat volně po prostoru. Padák bude ležet někde na místě, kde nehrozí úraz.

## 10 ZHODNOCENÍ A DOPORUČENÍ HERNÍ SADY

Sadu her jsem realizovala v mateřské škole, kde byly děti velmi hravé. To přispělo k úspěšné realizaci sady netradičních pohybových her. S dětmi jsme si byli navzájem sympatičtí a velmi dobře se mi s nimi pracovalo. Realizace sady netradičních pohybových her probíhala během 10 týdnů.

Velkou výhodou bylo prostředí, kde jsem sadu her realizovala. Děti jsou zvyklé navštěvovat prostředí lesa a louky, to znamená, že i prostředí působilo dobře na psychiku a fungování dětí. Samozřejmě i na mě. Jako velkou výhodou shledávám možnost realizovat hry venku. Dovoluji si i říct, že sada her byla netradiční, jak pomůckami, tak hlavně prostředím, kde se hry odehrávaly.

Hry byly dle mého názoru relativně vhodně nastavené pro dětí předškolního věku. Některé pětileté děti měly v určitých oblastech nedostatky. Důvodem je individuální rychlost a zralost v oblasti pohybových dovedností. Sada netradičních pohybových her by byla ideální pro děti ve věku šest a sedm let.

Při vymýšlení a sestavování sady netradičních pohybových her jsem se snažila hry tvořit na základě získaných zkušeností z praxe. Bohužel v praxi nejsem až tak dlouho. Během realizace her se vyskytly dvě negativní situace. U dvou her jsem neodhadla schopnosti dětí a nastavila cíl, který byl neadekvátní ke konkrétní třídě. Samozřejmě si nemyslím, že cíle jednotlivých her jsou nereálné. Věřím, že jiná mateřská škola s jinými dětmi bude hry realizovat bez větších problémů. Naopak se může stát, že problém dětem bude dělat něco jiného.

Během realizace her, se mnou byla po celou dobu třídní učitelka dětí. Díky ní jsem mohla dopředu znát případné nedostatky u dětí. Myslím si, že pokud bude sada her realizována v mateřské škole, je velmi důležité znát dobře děti i jejich schopnosti, případně si může každý individuálně upravit pravidla podle schopností dětí. Troufám si říct, že některé hry by mohly zvládnout i děti ve věku čtyř let.

Sadu netradičních her bych za sebe doporučila vyzkoušet. Každá hra může děti zaujmout, pokud bude motivace pro děti zajímavá.

## 11 ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce bylo navržení, sestavení a ověření sady netradičních pohybových her. Snažila jsem se vytvořit jednoduchý metodický materiál vhodný pro učitele mateřských škol. Po následné realizaci a ověření sady netradičních her, si dovoluji říct, že je vhodný také pro žáky prvního stupně základních škol. Netradiční pohybové hry jsem realizovala v lese a na louce. Podle místa realizace vzniklo téma sady netradičních pohybových her.

Hry mohou být upravovány dle pohybové úrovně a schopností dětí. Děti se díky netradičním pohybovým hrám rozvíjely v oblasti jak fyziologických, tak i v dalších oblastech. Využití pohybových her zajistí hravou formou rozvoj v oblasti kognitivní, sociální i tělesné.

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části. První je část teoretická a druhá je část praktická. V teoretické části se zaměřuji na edukační proces v mateřské škole a jak probíhá běžný den. Součástí teoretické části bakalářské práce je také kapitola, která se dotýká systému vzdělávání v České republice a Rámcovému vzdělávacímu programu pro předškolní vzdělávání. V další kapitole se věnuji pohybovému vývoji dítěte. V návaznosti na předešlou kapitolu se zabývám významem pohybových her v edukačních činnostech. Pokusila jsem se odpovědět na otázku, proč jsou hry, nejen ty pohybové, pro dítě důležitou součástí zrání a učení. Dále se věnuji hře, realizování her, typologii her podle některých autorů.

V poslední kapitole teoretické části se věnuji netradičním pohybovým hrám. Pokusila jsem se shrnout některé netradiční hry, například míčové, pálkové aj. Nastínila jsem některé informace o vybraných netradičních hrách a materiálních nárocích.

V praktické části bakalářské práce jsem vytvořila sadu netradičních pohybových her, které se odehrávají v netradičním prostředí. Využívala jsem netradiční pomůcky. Každá hra má přehlednou tabulku pro budoucí využití v praxi, doporučení pro pedagogy, i poznatky z praxe. Netradiční pohybové hry byly realizovány ve státní školce v Olomouckém kraji.



**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] Langmeier, J., & Krejčířová, D. (1998). *VSSSSývojová psychologie* (Vyd. 3.) Praha: Grada.
- [2] Matějček, Z. (2005). *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte: normy vývoje a vývojové milníky z pohledu psychologa: základní duševní potřeby dítěte: dítě a lidský svět*. Praha: Grada.
- [3] Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2013). *Pedagogický slovník* (7., aktualiz. a rozš. vyd). Praha: Portál.
- [4] Machková, E. (2007). *Metodika dramatické výchovy: zásobník dramatických her a improvizací*. Praha: Sdružení pro tvořivou dramatiku.
- [5] Pavelka, R. (1998). *69 nejlepších her pro děti venku*. Brno: MC nakladatelství.
- [6] Šottnerová, D. (2009). *Lidové tradice: původ lidových tradic, zvyky, pověry, pranostiky, říkadla a hry*. Olomouc: Rubico.
- [7] Jedlička, R., & Helus, Z. (2014). *Teorie výchovy - tradice, současnost, perspektivy*. V Praze: Karolinum.
- [8] Kračmar, B., Chrástková, M., & Bačáková, R. (2016). *Fylogeneze lidské lokomoce*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum.
- [9] Šmelová, E., & Prášilová, M. (2018). *Didaktika předškolního vzdělávání*. Praha: Portál.
- [10] Šimanovský, Z., & Šimanovská, B. (2005). *Hry pro posílení zdravé osobnosti*. Praha: Portál.
- [11] Syslová, Z., Borkovcová, I., & Průcha, J. (2014). *Péče a vzdělávání dětí v raném věku: komparace české a zahraniční situace*. Praha: Wolters Kluwer ČR.
- [12] Machková, E. (2017). *Dramatika, hra a tvořivost*. Jinočany: H&H.
- [13] Brtník, J., & Neuman, J. (2008). *Zimní hry na sněhu i bez něj: [sporty a další aktivity]* (Vyd. 3). Praha: Portál.
- [14] Mazal, F. (2000). *Pohybové hry a hraní*. Olomouc: Hanex.
- [15] Hurdová, E., Tetourová, M., & Jurkovič, P. (2013). *Hrajeme si ve školce*. Praha: Portál.
- [16] Kohout, K. (2007). *Základy obecné pedagogiky* (Vyd. 2). Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha.

- [17] Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. (Vyd. 2.) Praha: Karolinum.
- [18] Volfová, H., & Kolovská, I. (2009). *Předškoláci v pohybu 2*. Praha: Grada.
- [19] Bartůněk, D. (2001). *Hry v přírodě s malými dětmi*. Praha: Portál.
- [20] Kořátová, S. (2008). *Dítě v mateřské škole*. Praha: Grada.
- [21] Jůva, V. (1999). *Úvod do pedagogiky*. Brno: Paido.
- [22] OPRAVILOVÁ, E. (2002). *Předškolní pedagogika I.: Smysl a proměny dětství*. Liberec: Technická univerzita v Liberci.
- [23] OPRAVILOVÁ, E. (2004). *Předškolní pedagogika II. Hra*. Liberec: Technická univerzita v Liberci
- [24] MUŽÍK, V., & Krejčí, M. (1997). *Tělesná výchova a zdraví*. Olomouc: Hanex.
- [25] Inhelderová, B., & Piaget, J. (2007). *Psychologie dítěte*. Praha: Portál.
- [26] Matoušek, J., & Touš, V. (1970). *Sportovní hry část I*. Brno: rektorát UJEP Brno.
- [27] Zapletal, M., Kos, B. & Weigner, K. (1995). *Stezka zdatnosti*. Liberec: Skautské prameny.
- [28] Huizinga, J. (1971). *Homo ludens : o původu kultury ve hře*. Praha: Mladá fronta.
- [29] Sigmundová, D., Sigmund, E., & Šnoblová, R. (2012). Návrh doporučení k provádění pohybové aktivity pro podporu pohybově aktivního a zdravého životního stylu českých dětí. *Tělesná kultura*, 35(1), 9-27.
- [30] Hutýrová, I. (2007). *Zorné pole*. (Bakalářská práce). Dostupné z <[https://is.muni.cz/th/vewiu/Bakalarska\\_praca\\_-\\_Zorne\\_pole..pdf](https://is.muni.cz/th/vewiu/Bakalarska_praca_-_Zorne_pole..pdf)>
- [31] VALJENT, Z. (2005). Florbal- nejprogresivnější sportovní odvětví současnosti. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 71 (4), 38- 42.
- [32] ŠIMONEK, J. (1995). *Koordinace schopnosti. Tělesná výchova a sport*. Bratislava: FF UK.
- [33] Pardel, T. (1983). *Obecná psychologie*. Praha: SPN - Státní pedagogické nakladatelství.

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

|        |  |
|--------|--|
| RVP PV | Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání |
| ŠVP    | Školní vzdělávací program                            |
| TVP    | Třídní vzdělávací program                            |
| AJ.    | A jiné   |

## SEZNAM OBRÁZKŮ

|  |    |
|--|----|
| Obrázek 1 - Obraz z 16. století „ <i>Dětská hra</i> “: ..... | 71 |
|--|----|

**SEZNAM TABULEK**

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| Tabulka 1 – Přehled her .....    | 40 |
| Tabulka 2 – Barvy v lese .....   | 43 |
| Tabulka 3 – Živý kriket .....    | 45 |
| Tabulka 4 – Na myšku .....       | 47 |
| Tabulka 5 - Mnohonožka .....     | 49 |
| Tabulka 6 – Na veverky .....     | 51 |
| Tabulka 7 – Na dědka .....       | 53 |
| Tabulka 8 – Na medvěda .....     | 55 |
| Tabulka 9 - Košíková.....        | 57 |
| Tabulka 10 – Slepá bába .....    | 59 |
| Tabulka 11 – Na schovávanou..... | 61 |

## SEZNAM PŘÍLOH

|                         |    |
|-------------------------|----|
| Příloha 1 – Obraz ..... | 71 |
|-------------------------|----|

## PŘÍLOHA P I:

Obrázek 1 - Obraz z 16. století „*Dětská hra*“.

Autor díla: Pieter Brueghel.



Příloha 1 – Obraz