

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**POROVNÁNÍ ÚROVNĚ VYBRANÝCH
GYMNASTICKÝCH DOVEDNOSTÍ U DĚTÍ
PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Michaela Kaimová

Učitelství pro mateřské školy

Vedoucí práce: Mgr. Gabriela Kavalířová, Ph.D.

Plzeň, 2024

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně
s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni dne

.....
vlastnoruční podpis

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala vedoucí mé bakalářské práce Mgr. Gabriele Kavalířové, Ph. D. za její odborné vedení, konzultace, vstřícnost, trpělivost a cenné rady.

Dále bych chtěla poděkovat své rodině za trpělivost a podporu při psaní bakalářské práce.

Mé díky patří také všem zúčastněným dětem z Plzeňských mateřských škol a jejich učitelkám, bez nich by tato bakalářská práce nemohla vzniknout.

Obsah

SEZNAM ZKRATEK	3
ÚVOD.....	4
1 CÍL A ÚKOLY PRÁCE	5
1.1 CÍL PRÁCE	5
1.2 ÚKOLY PRÁCE	5
1.3 HYPOTÉZY	5
2 CHARAKTERISTIKA PŘEDŠKOLNÍHO OBDOBÍ.....	6
2.1 TĚLESNÝ VÝVOJ	7
2.2 MOTORICKÝ A POHYBOVÝ VÝVOJ	7
2.3 VÝVOJ POZNÁVACÍCH PROCESŮ	9
2.3.1 Vnímání	10
2.3.2 Paměť.....	10
2.3.3 Myšlení.....	11
2.3.4 Fantazie.....	11
3 GYMNASTIKA	13
3.1 CHARAKTERISTIKA GYMNASTIKY	13
3.2 DĚLENÍ GYMNASTIKY	14
4 GYMNASTIKA V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ.....	17
4.1 GYMNASTICKÉ POMŮCKY	19
4.1.1 Gymnastické nářadí	19
4.1.2 Gymnastické náčiní	20
5 NÁVAZNOST NA RVP PV	23
6 METODIKA PRÁCE	26
6.1 VÝZKUMNÁ METODA.....	26
6.1.1 Převaly – „Palačinky“	26
6.1.2 Kolébka ze sedu do sedu – „Vajíčko“	27
6.1.3 Kolébka ze dřepu do dřepu – „kolébka“.....	27
6.1.4 Kolébka s dotykem dlaní u hlavy – „kolébka vzad“	28

6.1.5	Kotoul vpřed – „klubíčko“	28
6.1.6	Stoj na lopatkách – „svíčka“	29
6.1.7	Váha předklonmo – „holubička“	30
6.1.8	Přemet stranou – „hvězda“	30
6.1.9	Přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed – „švihadlo“	31
6.1.10	Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo – „klokan“	31
6.1.11	Přechod přes lavičku s překračováním překážek – „Čáp“	32
6.2	VÝZKUMNÝ SOUBOR	32
6.3	ORGANIZACE VÝZKUMU A SBĚR DAT	35
7	VÝSLEDKY A DISKUZE.....	36
7.1	VÝSLEDKY POSUZOVANÝCH DOVEDNOSTÍ.....	36
7.2	OVĚŘENÍ HYPOTÉZ	49
	ZÁVĚR.....	51
	RESUMÉ.....	52
	SUMMARY	53
	SEZNAM LITERATURY	54
	SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ A DIAGRAMŮ	57
	PŘÍLOHY.....	I

SEZNAM ZKRATEK

- MŠ – Mateřská škola
- FIG – Fédération Internationale de Gymnastique – Mezinárodní gymnastická federace
- RVP PV – Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

ÚVOD

V současné době je velmi diskutovaným tématem pohyb u dětí. Rozvoj pohybových schopností a dovedností u dětí již od předškolního věku má klíčový význam pro jejich celkový fyzický, psychický a sociální rozvoj.

Výuka základních gymnastických dovedností v rámci běžných činností v mateřské škole není obvyklá, i přestože gymnastika přispívá k rozvoji rovnováhy, síly, koordinace a flexibility u dětí. Důvodem mohou být nedostatečné znalosti a vědomosti ze strany pedagogů a následně s tím spojená nezkušenost s dopomocí při výuce gymnastických dovedností. Dalším problémem často bývají malé a nepřizpůsobené prostory ve třídě v mateřské škole, přestože by rády učitelky výuku gymnastiky s dětmi vyzkoušely. Myslím si, že důvodem je také strach dětí, které nejsou zvyklé takové dovednosti provádět.

Základní pohybové dovednosti u dětí předškolního věku dosahují již poměrně dobré úrovně, proto bychom neměli brát na lehkou váhu jejich sílu a schopnosti. Mateřská škola, jakožto první vzdělávací instituce, značně ovlivňuje motorický vývoj dítěte a jeho přístup k pohybovým aktivitám. Pedagog může ve velké míře přispět k vytvoření pozitivního vztahu dítěte k pohybu a významně ovlivnit svou prací jeho budoucí úroveň tělesné zdatnosti.

Gymnastika podporuje rozvoj koordinace, učí správnému držení těla, posiluje a protahuje svaly a také připívá ke zvládnutí i dalších pohybových dovedností. Když zkoumáme základní gymnastické dovednosti, můžeme u dětí sledovat průběh jednotlivých cviků a následně je porovnat a vyhodnotit. Zajímavým přínosem může být i porovnání výsledků mezi jednotlivými mateřskými školami.

1 CÍL A ÚKOLY PRÁCE

1.1 CÍL PRÁCE

Cílem mé bakalářské práce je zjištění a porovnání úrovně vybraných gymnastických dovedností u dětí předškolního věku.

1.2 ÚKOLY PRÁCE

- s využitím posuzovacích škál zjistit úroveň vybraných gymnastických dovedností dětí předškolního věku z vybraných mateřských škol z Plzně
- porovnat úroveň posuzovaných gymnastických dovedností dětí předškolního věku (konkrétně ve věku 5-7 let) z jednotlivých mateřských škol
- porovnat úroveň posuzovaných gymnastických dovedností u děvčat a chlapců
- porovnat výsledky mateřských škol se sportovním zaměřením a mateřských škol bez sportovního zaměření

1.3 HYPOTÉZY

Na základě cíle práce stanovuji následující hypotézy:

- H1: Předpokládáme, že děti z 54. mateřské školy se sportovním zaměřením budou mít ve více než 50 % posuzovaných gymnastických dovednostech lepší úroveň než děti z mateřské školy bez sportovního zaměření.
- H2: Předpokládáme, že dívky budou mít ve více než 50 % posuzovaných gymnastických dovedností lepší úroveň než chlapci.

2 CHARAKTERISTIKA PŘEDŠKOLNÍHO OBDOBÍ

Předškolní období taktéž nazýváno věkem mateřské školy lze definovat od dovršení třetího roku života dítěte až po ukončení šestého roku života. Konec předškolního období je dán nejen fyzickým věkem dítěte, ale také sociálním, a to v podobě nástupu do školy. Jedním prvopočátečním milníkem předškolního období je postupné uvolňování vázanosti dítěte na rodinu a převážně potřeba matky při většině činnosti. Během předškolního období se mění sebeuvědomění. V útlém věku je na úrovni prudkých a bouřlivých projevů a během předškolního období se dostává do popředí převážně sebeuvědomění sjednocující a ucelené podoby, což vede ke značnému individuálnímu rázu v psychice dítěte. Z hlediska psychiky je dítě v mateřské škole podstatně odolnější a zdatnější, než jaké bylo do tří let. Avšak stále je jejich myšlení vázáno na subjektivní dojem a aktuální situaci. Významným posunem v předškolním období a zároveň charakteristickým předpokladem pro nástup do školy je popisováno uvědomění a překonání této bariéry a nynější etapy v myšlení (Vágnerová, 2000).

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) je typickou činností pro předškolní věk hra. Hra ve srovnání s prací je považována za něco příjemného, veselého, dobrovolného a uspokojivého. Na rozdíl od práce, která může být příjemná i nepříjemná. Hra je pro dítě především prvkem spontánnosti. Přináší mu radost, podněcuje tvořivost, lepší porozumění neobvyklých situací a podnikavost (iniciativnost).

Dle Langmeiera a Krejčířové (2006) lze definovat předškolní věk již od samého počátku narození dítěte, někdy i uváděno včetně prenatálního vývoje, až po začátek školní docházky. Takto charakterizované rozsáhlé pojetí má svou praktickou hodnotu při formulaci sociálních i vzdělávacích opatřeních pro děti před jejich povinnou školní docházkou. Avšak nese si i svá rizika a úskalí. Nabádá k vyhýbání se nepřiměřenému porovnávání vývojových potřeb dětí v prvních šesti letech jejich života. Zároveň dochází ke snižování či dokonce ignorování významných rozdílů mezi batolaty a dětmi od tří do šesti let na rozdíly pouze kvantitativní rázu.

„Předškolní období má dvě rozmezí, která jsou dána novým sociálním zařazením dítěte. Na samém začátku, mezi třetím a čtvrtým rokem, je to vstup do mateřské školy a na

konci, po dovršení šestého roku, nástup do základní školy.“ (Šimíčková – Čížková, 2008, s. 68)

2.1 TĚLESNÝ VÝVOJ

Po celou dobu předškolního období dochází k celkové změně tělesné konstituce dítěte. Vytrácí se i typická zakulacenost neboli baculatost, která byla vytvořena již v předchozím období a nyní je nahrazena štíhlostí těla. Ke konci předškolního věku můžeme hovořit o jakémisi období vytáhlosti neboli „periodě růstu“. Avšak stále dochází k určitým disproporcím těla, v poměru s velikostí hlavy má dítě kratší končetiny a delší trup (Šimíčková – Čížková, 2008).

Značný podíl na rozvoji jemné motoriky nese osifikace zápěstních kůstek, kdy kosti dítěte nejsou ještě zdaleka tak pevné a tvrdé jako kosti dospělého člověka. Naopak kosti jsou měkčí a pružnější, výhodou tedy je, že při pádech a úrazech takřka nedochází k výskytu zlomenin. Osifikační proces se ukončuje zhruba okolo sedmého roku života dítěte. V důsledku pružnosti kostí u dítěte se mohou dostavit onemocnění ortopedického původu, jako například pokles klenby chodidel či deformace páteře. Nicméně dodržáním správné výchovy u dítěte se lze těmto problémům vyhnout (Šulová, 2019).

Průměrná výška dítěte od tří do šesti let se pohybuje okolo 95 až 120 cm, tepová frekvence je v rozmezí 90 až 110 tepů za minutu, zatímco průměrná váha uvádí rozmezí okolo 14 až 21 kg. Již na počátku předškolního období lze z výšky dítěte odvodit jeho dosavadní výšku v dospělosti. U tříletých chlapců představuje jejich výška zhruba 53 % jejich konečné dospělé výšky, u děvčat je to pak 57 %. Ve třech letech jsou nohy stále jakoby křivé a rostou mnohem rychleji než ruce, avšak ke konci předškolního období má tělo proporce dospělého člověka (Allen, Marotz, 2002).

2.2 MOTORICKÝ VÝVOJ

Dle Šimíčkové-Čížkové (2008) je pohyb stále považován za nejpřirozenější potřebu dítěte. Během předškolního věku dochází ke značnému rozvoji mozkové kůry, který

podporuje psychický vývoj dítěte, tudíž se mění i pohybové funkce. V závislosti těchto procesů můžeme říct, že období předškolního věku prochází značným zdokonalováním a zlepšováním pohybů, dochází k rozvoji koordinace a hrubé motoriky. Na počátku předškolního věku zhruba okolo 3 let je pohyb dítěte z velké části již přisuzován podobě dospělého člověka. Tříleté dítě zvládne bez pomoci chůzi do schodů i ze schodů, stejně dobře ovládá běžnou chůzi i běh, a to i v nerovném terénu. Dochází k postupné koordinaci horních a dolních končetin a k následné automatizaci chůzi.

Dítě dokáže udržet rovnováhu na jedné noze nebo přejít po úzké lavičce, lézt po žebříku, házet a kopat do většího míče (Vlčková, 2002).

V rámci jemné motoriky se rozvíjí u dětí zručnost, převážně při manipulaci s drobnými předměty, jako je tužka, příbor nebo práce se stavebnicí.

Jak uvádí Langmeier a Krejčířová (2006) tříleté dítě zakončilo etapu tím, že se naučilo chodit a napodobovat kroky po způsobu dospělých: již na velmi dobré úrovni zvládá chodit nebo běhat po rovině stejně dobře jako po nerovném terénu. Nyní přichází etapa, ve které nemusí být na první pohled zřejmé, že došlo ke změnám u dítěte, jelikož dochází ke změnám, které jsou méně nápadného charakteru, neboť se již netýkají tolik „kritických“ lidských dovedností. I přesto, tyto méně nápadné změny mají značný vliv na začlenění dítěte do kolektivu vrstevníků a jeho budoucí pozice ve společnosti ostatních dětí stejného věku, díky jeho pohybové obratnosti ve hře. Jsou významné pro další vývoj soběstačnosti dítěte.

„Vcelku bychom motorický vývoj mohli označit jako stále zdokonalování, zlepšenou pohybovou koordinaci, větší hbitost a eleganci pohybů.“ (Langmeier a Krejčířová, 2006, str. 88)

Dítě se nachází na dobré úrovni, co se týče zvládnutí všech základních lokomočních pohybů. Již samostatně ovládá pohyby související s vlastní tělesnou váhou, víceméně pohyby vyplývající z předpokladů každého člověka. Zvládá chodit, skákat, utíkat, lézt atd.

Po třetím roku nastává období, kdy se pohyby dostávají do vědomí dítěte, což je zásluha především rozvoje nervové soustavy. Dochází především ke zdokonalování a

zkvalitnění pohybové koordinace. Díky tomu jsou jednotlivé pohyby kontrolovanější, ucelenější, přesnější a stále se zdokonalují. Již dokáže velmi uvědoměle s ostatními vrstevníky pozorovat a napodobovat některé sportovní aktivity. Do popředí se dostává soustředěnost a pozornost, dítě začíná ovládat pohyby mnohem náročnější na osvojování a začíná s prvními rekreačními sporty, jako je lyžování, bruslení či jízda na kole (Šulová, 2019).

Ve třetím roce se začínají rozvíjet i dovednosti, které dítěti dříve dělaly problémy. Zvládá chytat a házet míč. Na malý okamžik udrží rovnováhu na jedné noze nebo chytá velký míč do nastavených rukou. Ovládá také skoky na místě. Rozvíjí se i jemná motorika, převážně pohyby zajišťující preciznější manipulaci s předměty.

Kolem čtyř let již zvládá chodit podle čáry namalované na zemi křídou. Nedělá mu problém lézt po žebříku, šplhat po stromech nebo na dětských prolézačkách. Dokáže poskakovat na jedné noze nebo přeskočit nízké přeskoky s dopadem na obě nohy snožmo, přestože jsou skoky ještě nepřesné.

Zhruba v pěti a šesti letech ovládá i chůzi pozpátku, našlapuje napřed na patu a pak na špičku. V rámci chůze chodí bez pomoci po schodech a střídá při tom nohy. Rovnováha se již zlepšuje, tudíž zvládá přejít kladinu bez pomoci. Některé děti zvládají udržet rovnováhu ve stoji na jedné noze po dobu deseti sekund. Chytá míč hozený ze vzdálenosti jednoho metru.

Ke konci pátého a šestého roku je chůze u dítěte plně funkční. Pohyb je stabilní, koordinovaný a vědomý (Allen, Marotz, 2002).

2.3 VÝVOJ POZNÁVACÍCH PROCESŮ

Poznávací procesy procházejí u dětí intenzivním vývojem, což jim postupně umožňuje stále hlouběji chápat okolní svět. Přesto v této fázi ještě nejsou všechny poznávací schopnosti dětí na úrovni dospělého člověka. Ačkoliv vyspělost nervové soustavy u dítěte poznáme typickými signálními rysy, které dítě značně projevuje v každé oblasti poznávacích procesů.

2.3.1 VNÍMÁNÍ

Poznávací procesy prochází v předškolním období dítěte kvalitativní změnou. Hovoříme převážně o změnách v oblasti vnímání z důvodu rostoucího věku u dítěte. Dítě v předškolním období se s odstupem času značně odprošťuje od citů, zatímco u batolat bezesporu ještě city převládaly. V rámci vnímání jednotlivých věcí již dítě pracuje s částmi, nezaměřuje se pouze na celek jako takový, ale vnímá předměty více detailněji a podrobněji. K přesnosti se dostává i zrakové vnímání, kde si dítě všímá barev, jejich odlišnosti a zkouší konkrétněji barvy pojmenovávat.

Vývojové charakteristiky se projevují také v oblasti vnímání prostoru. Dítě má sklon nadhodnocovat určité prostory z hlediska velikosti, například zahrada připadá dítěti prostorově mnohem větší než dospělému. Problémy nastávají i při samotném vnímání času. Dítě opět přeceňuje skutečné časové úseky, které vnímá výrazně déle než dospělý člověk. Potíže jsou i s orientací v budoucnosti a minulosti. Dítě uvažuje o vnímání času především pomocí každodenních rituálů a událostí, se kterými se dostává v mateřské škole běžně do styku (Trpišovská, Vacínová, 2006).

2.3.2 PAMĚŤ

Podle Trpišovské a Vacínové (2006) je paměť v tomto věku typická svojí živelností, obrazností a je tvořena převážně city. Dítě si ze všeho nejvíce zapamatuje předměty, které jsou spojené s jakýmkoliv druhem emocí. Mohou to být podněty vyvolávající u dítěte pocity radosti, smíchu, štěstí, nadšení či obdivu. Stejná reakce přichází i s negativními citovými zážitky ovlivňujícími paměť, což může být například smutek, pláč, lítost či neštěstí.

Na začátku tohoto období je paměť stále mimovolná. U dítěte dochází k zapamatování věcí na základě živelnosti, bez jakékoli předchozí snahy si konkrétní podněty úmyslně zapamatovat či uchovat je v paměti. Zhruba v druhé polovině již můžeme zaznamenat první náznaky úmyslu si zapamatovat. S touto vlastností se nadále pojí i uchování věcí v paměti bez citového prožitku, nýbrž ještě ve velmi počátečním stádiu. Co se týče paměťových procesů většinou se uskutečňují hlavně mechanicky, v důsledku zapamatování si věcí převážnou částí podle barvy, tvaru a polohy.

2.3.3 MYŠLENÍ

Období předškolního věku je zejména charakteristické pro celkový rozvoj myšlení, jde o intenzivní pokroky ve všech podobách myšlení. V předcházející etapě se rozvíjela řeč a dítě se zaměřovalo spíše na poznávání věcí kolem sebe, nyní zkoumá již vztahy a vzájemné souvislosti mezi věcmi, pracuje se všemi formami myšlení, v pojmech, ale i v úsudcích. Celkový zájem dítěte je směřovaný k původu, příčině, účelu a významu věcí. Dochází ke zlepšování jednotlivých myšlenkových operací jako je analýza, syntéza, srovnávání nebo třídění. Avšak i nadále je myšlení u dítěte typické svojí konkrétností a názorností. Zpočátku si dítě všímá pouze jedné vlastnosti daného předmětu, jelikož samotné myšlení nemá komplexní přístup. Jednoduše řečeno myšlení předškolního dítěte je typické jeho nepropojenost a útržkovitost. Například v praxi rozděluje kostky podle zelené barvy, nezávisle na jejich velikosti nebo tvaru (Trpišovská, Vacínová, 2006).

Předškolní dítě využívá egocentrického myšlení, vypomáhá si tendencí upravovat reálně okamžiky tak, aby pro něj byly co nejvíce srozumitelné a přijatelné. Má problém s přijímáním názoru druhých lidí.

2.3.4 FANTAZIE

V předškolním věku dětí se značně rozvíjí fantazie a představivost. Často se setkáváme u dětí s nepravou lží, tzv. konfabulace. Dochází ke kombinaci vzpomínek s fantazijskými představami ovlivněnými nynějšími potřebami a city dítěte (Vágnerová, 2005).

Pomocí fantazie si dítě dokáže vytvářet představy různorodých předmětů, jevů i situací, které zatím nemělo možnost zažít. Vypomáhá si převážně živou fantazií, která je využívána zejména při hrách nebo v zálibě v pohádkách. Pro dítě zůstává stále spousta věcí jako nevysvětlitelná, přestože udělalo v poznávání velké pokroky. Uvědomuje si následky věcí, avšak nedokáže si zatím vysvětlit možné příčiny těchto jevů. Nejvíce smysluplné se dětem jeví pohádky a příběhy, ve kterých uplatňují značnou míru personifikace. Tento přirozený sklon k personifikaci přisuzuje dítě příčinu takovýchto jevů za působení bytostí s charakterem tajemnosti a nadpřirozenosti. Jedná se o magické myšlení, které je více než typické v tomto věku. Velmi typické pro předškolní věk je, že dochází k uplatnění fantazie

v úlohových hrách. Dítě detailně pozoruje skutečné situace a následně je napodobuje ve hrách.

Fantazie ve srovnání s fantazií dospělého člověka se značně liší. U dětí je fantazie zejména bohatší, rozmanitější, neomezenější, a to z důvodu vytváření a vymýšlení různých imaginárních příběhů, pohádkových postav či kamarádů. U dětí dochází také k častému využívání fantazie z důvodu zaplnění nedostatků, které se typicky v jejich věku objevují. Avšak v tomto věku je zcela běžné a přirozené pro vývoj dítěte využití fantazie. Zkrátka dítě použije fantazii tam, kde si obvykle dospělý člověk dopomůže myšlením, rozumem či logickým uvažováním (Trpišovská, Vacínová, 2006).

3 GYMNASTIKA

3.1 CHARAKTERISTIKA GYMNASTIKY

Pojem gymnastika je označován mnoha způsoby. Termín gymnastika je odvozován od starořeckého slova „gymnasein“ to je cvičit nahý a „gymnastes“. Tímto slovem byl v minulosti označován člověk zabývající se zejména „vědou o tělesných cvičeních“, ale také pouhý cvičenec nebo bojovník. Samotný název se dostal do podvědomí i v severských zemích, kde je používán dodnes a nese označení všech tělesných cvičení. Specifičtější název pro širší pojetí tělesných cvičení označil Miroslav Tyrš názvem „tělocvik“ (Křištofič, 2009).

Dle Skopové a Zítka (2022) je cílem tělesné výchovy podporovat kladný vztah k pohybové aktivitě s cílem přimět jednotlivce k přijetí dlouhodobého zdravého životního stylu, který zahrnuje pravidelnou pohybovou činnost.

„Gymnastiku chápeme jako otevřený systém melodicky uspořádaných pohybových činností esteticko-koordinačního charakteru se zaměřením na tělesný a pohybový rozvoj člověka, na udržení a zlepšování zdraví.“ (Skopová, Zítka, 2022, str. 13)

Hájková a Vejražková (1994) uvádí, že gymnastická cvičení jsou charakterizována kvalitním přístupem a jsou zaměřena na pedagogické a zdravotní cíle s výrazným účinkem na kondici, zdraví, kompenzaci a relaxaci. Ačkoli jsou spíše individuálního rázu a motivace k dalšímu posunu je pravděpodobně jenom hodnocení. Gymnastické cvičení je prvkem pohybového režimu mnoha lidí, nejen zdravých, ale také lidí s oslabeným pohybovým aparátem, rozdílného věku, pohlaví či odlišného nadání a výkonu.

„Gymnastika je druhem pohybové činnosti lidí, zaměřených na rozvoj koordinačních schopností a na estetické působení, prožívání a vnímání této činnosti.“ (Hájková, Vejražková, 1994, str. 8)

Podle Křištofiče (2009) není gymnastika pouhým systémem tělesné výchovy nebo souborem cvičení, ale fenoménem, který může formovat životní styl jedince, naplňovat jeho potřeby, a je zároveň ovlivňován nároky společnosti na jednotlivce, včetně jeho fyzické kondice a výkonnosti. Snažíme se gymnastiku chápat jako otevřený soubor, který má za cíl

pozitivně podporovat a rozvíjet pohybové činnosti v důsledku jejich projevu na kultivaci člověka.

Gymnastiku lze charakterizovat jako otevřený a komplexní systém pohybových činností, který systematicky rozvíjí koordinační a kondiční schopnosti jednotlivce. Zároveň zdokonaluje a klade důraz na estetiku pohybu (Kyselovičová et al., 2011).

3.2 DĚLENÍ GYMNASTIKY

Dělení gymnastiky z hlediska jejího pojetí se u různých autorů liší.

Kyselovičová et al. (2011) v současnosti společně s mezinárodním gymnastickým hnutím, kterým je nyní oficiální představitel Mezinárodní gymnastická federace (Fédération Internationale de Gymnastique = FIG). Současně FIG rozlišuje tři základní gymnastické skupiny sportů:

- Gymnastika pro všechny
- Olympijské sporty (sportovní gymnastika mužů, sportovní gymnastika žen, moderní gymnastika, skoky na trampolíně)
- Neolympijské sporty (sportovní akrobacie, sportovní aerobik)

Dle Perečinské (2000) rozdělujeme gymnastiku na všeobecnou a gymnastické sporty, které se dále dělí na olympijské sporty a hraniční gymnastické sporty. Všeobecnou gymnastiku dělíme na:

- Základní gymnastika,
- Kondiční gymnastika,
- Rytmická gymnastika,
- Kompenzační gymnastika (gymnastické programy a zdravotní gymnastika).

Skopová a Zítko (2022) uvádí, že víceméně veškeré druhy a směry gymnastiky se vzájemně ovlivňují a prolínají. Přiklání se k názoru vymezení gymnastiky do dvou hlavních skupin z hlediska obsahu a účelu cvičení na:

1. Gymnastické sporty (sportovní gymnastika, moderní gymnastika, skoky na trampolíně, sportovní akrobacie, sportovní aerobik, TeamGym (Euroteam), aerobik fitness družstev, akrobatický rokenrol, fitness jednotlivců, estetická skupinová gymnastika)
2. Druhy gymnastiky, ty dále dělíme na tři podkategorie:

Základní gymnastika – hlavním cílem je optimální vývoj jedince, udržení tělesné zdatnosti a kladné ovlivnění zdraví jedince. Její obsah je prolínán do většiny vzdělávacích programů všech typů škol a své opodstatnění má i při všestranném tělesném a pohybovém rozvoji člověka.

- a) Cvičení prostná – soubor jednoduchých cvičení, především pohybů, poloh těla a jeho částí prováděná převážně jednotlivcem. Polohy těla dále můžeme dělit na postoje, kleky, sedy, lehy a podpory.
- b) Cvičení s náčiním – prohlubují účinnost jednotlivých prováděných cviků a dodávají jim pestrost a originalitu. Mohou jimi být švihadla, tyče, plné míče, činky, gummy, expandery a další. Základem pro cvičení s náčiním jsou dobře zvladatelné polohy a pohyby cvičení na prostných.
- c) Cvičení na náradí – velmi běžným typickým náradím používaným v základní gymnastice jsou lavičky, žebřiny, žebříky, žíněnky a šplhadla, jinými mohou být kruhy, hrazdy, bedny či kladiny.
- d) Užité cvičení – tento pojem označuje cvičení, které jsou převážně pro tělo přirozené. Radíme sem různě druhy chůze, běhů, skoků, házení, lezení, šplhání, ale i překonávání překážek.
- e) Akrobatická příprava – skupina zaměřená zejména na cvičení zpevňovací, odrazová, doskoková, podporová, rotační a rovnovážná.

f) Cvičení z oblasti hudebně pohybových vztahů – součástí základní gymnastiky je propojení vztahu hudby a pohybu, který vede prohloubení a zvětšení prožitku z cvičení.

g) Pořadová cvičení.

Aerobik – jedná se o specifický druh gymnastiky, kde dochází ke spojení pohybové aktivity a hudby. Největší důraz je kladen na vytrvalostní schopnosti při zachování estetiky samotného pohybového kroku. Dalšími charakteristickými prvky aerobiku jsou: osobnost lektora, intenzita provádění cvičení, choreografie, styl, tempo hudby a prostředí.

Rytmická gymnastika – metoda s velmi propracovaným obsahem hudebně pohybové výchovy se zaměřením na gymnastiku. Vztah hudby a pohybu je v rytmicke gymnastice účinným spojením. Podpora pohybové tvořivosti společně s propojením hudby při cvičení podněcuje k tvorbě vymyšlení vlastních originálních pohybů, jejich kombinaci a dochází až k jisté improvizaci spojování pohybových prvků.

Křištofič (2009) dělí rytmicke gymnastiku dle obsahu na čtyři oblasti, jimiž jsou:

- hudebně pohybová výchova (počítací doba, metrum, tempo a rytmus),
- cvičení bez náčiní (chůze, běh, taneční kroky, skoky, obraty, vlny, rotace, rovnovážné tvary),
- cvičení s náčiním (švihadlo, míč, obruč, kužele, stuha, závoj),
- taneční výchova (různé taneční techniky, styly, druhy tanců).

4 GYMNASTIKA V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ

Vrchovecká (2020) doporučuje při výuce gymnastických cvičení rozdělit děti do menších skupinek, ideálně po 4 až 5 členech, a zajistit odpovídající počet stanovišť s dostatečným prostorem kolem každého z nich. Správně umístěná stanoviště jsou klíčová pro kvalitní cvičení a minimalizaci rizika srážek mezi cvičenci. Učitel by měl vybírat pro děti z jednoduchých průpravných cvičení nebo her, které nejsou pro děti náročné na provedení.

Gymnastická cvičení mají odlišný vliv na různé věkové skupiny. U dětí předškolního věku mohou být cíle výrazně specifické. Především se snažíme klást důraz na výrazný prožitek z dané pohybové činnosti a zprostředkovat dětem všestrannou pohybovou zkušenost. Prožitek z daného gymnastického cviku vede k dosažení objektivního cíle u dětí. Samotný prožitek z pohybové činnosti nemusí u dítěte nastat ihned. Pocit prožitku nastává tehdy, pokud odpovídá pohybová činnost subjektivním potřebám a zároveň požadavkům aktuálního cvičícího (Hercig, Harvánek, 1996).

Dle Hájkové a Vejražkové (1994) je u dětí předškolního věku mnohem efektivnější metoda zapojení kratších a intenzivnějších intervalů cvičení, doplněná motivací dětí a častými odpočinkovými pauzami. Kombinace těchto přístupů zaručuje účinnější využití jejich energie.

„Nejvhodnější formou činností je hra. Vhodná jsou napodobivá cvičení, více se zaměřujeme na rozvoj jemné motoriky manipulačními a uchopovacími cvičeními, dítě se dobře učí jednoduchým pohybům komplexního i analytického charakteru.“ (Hájková, Vejražková, 1994, str. 20)

Gymnastiku lze považovat za jednu z důležitých aktivit při zlepšování pohybových dovedností a celkového zdraví dětí prostřednictvím posilování kondice. Gymnastické aktivity jsou založeny na základních pohybových dovednostech. Pravidelné cvičení gymnastiky přispívá k vývoji kosterní hmoty u dětí, což má důležitý dopad na jejich pohybové schopnosti v průběhu pozdějšího života dětí. Gymnastická cvičení nám pomáhají rozvíjet vytrvalost, sílu a mají značný význam pro rozvoj svalové koordinace a pružnosti dítěte. Pravidelná podpora dětí v učení se pohybovým dovednostem má pozitivní vliv na

jejich pohybové schopnosti, které se rozvíjí mnohem rychleji, než by se v jejich věku očekávalo (Erol, 2022).

Podle Svatoně (1992) již v pěti letech dochází k příznivým změnám ve vývoji dítěte, které podporují jeho schopnost aktivně vnímat, naslouchat a reagovat na cílené pohybové aktivity. U dětí předškolního věku je na první pohled zřejmé, že jejich radost z pohybu je více než velká. Až tak zřejmé, že rádo opakuje jakékoliv druhy pohybu. Nejefektivnější způsob, jak se naučit gymnastickým, či jiným dovednostem je učení se nápodobou (imitací). Děti ocení, pokud prostředí, ve kterém mohou projevit svůj vlastní pohybový výkon bude obklopeno různými barvami, doplněno rytmickou hudbou a přiměřenými pochvalami od učitele.

Dle Šimůnkové (2011) je důležité, aby předškolní dítě zažívalo při pohybové přípravě pocitu nadšení, a to především z vlastního pohybu, potěšení ze zvládnutí úkolu zaměřeného na obratnost a v neposlední řadě také radost z her. Zásadním prvkem v nácviu pohybových dovedností je i prostředí, ve kterém dítě vykonává dané cvičení. Důležitost tkví v převaze pozitivních zkušeností a zážitků, které si dítě odnáší vlivem správného a vhodného prostředí.

„Předškolní věk je důležitým obdobím pro vytvoření předpokladů pro rozvoj pohybové gramotnosti. Sportovní přípravu chápeme jako počátky vědomého řízení pohybů vlastního těla. Pohybová gramotnost se podílí na připravenosti jedince k pohybu, který přináší jednotlivci uspokojení, naplňuje jeho biologické potřeby, podporuje zdravý způsob života a vytváří podmínky pro pěstování celoživotního kladného vztahu k pohybu.“ (Stafford, 2005, in Šimůnková, 2011, str. 135)

Dvořáková (2006) představuje gymnastiku jako individuální sport, který vychází z obratnostních schopností, dynamické síly a pohyblivosti. Gymnastika se zaměřuje zejména na ovládnutí těla a na uvědomělou kultivaci pohybu. Autorka z hlediska obsahu vycházejícího z gymnastických cvičení pro děti předškolního věku doporučuje využívat:

- základní pohyby částí těla a změny poloh,
- zpevnění a uvolnění těla,
- cvičení rovnováhy,

-
- akrobatická cvičení,
 - cvičení s využitím gymnastického náradí,
 - cvičení s náčiním.

Werner (2012) doporučuje řadit gymnastické cviky alespoň jednou týdně do programu dětí v rámci zlepšení jejich fyzické aktivity. Zároveň popisuje potřebu posílení svalů a kostí u dětí, čímž docílíme zapojením cvičení právě z oblasti gymnastiky. Samotné plánování gymnastiky by mělo být zahrnuto v kurikulu mateřské školy, později i ve výuce na základní škole. Zařazení gymnastických cviků do plánů tělesné výchovy vyžaduje organizaci dětí do menších skupinek nebo případnou individuální práci s dítětem. Vždy platí, že pedagog musí mít řádně nastudovaný daný gymnastický cvik či dovednost tak, aby mohl hodnotit výkon dítěte, případné chyby a reagovat na ně.

4.1 GYMNASTICKÉ POMŮCKY

V mateřské škole můžeme využívat širokou škálu gymnastických pomůcek. Tyto pomůcky přinášejí zejména různorodost a zpestření v rámci vzdělávací nabídky upravené pro děti. Každá učitelka má svůj vlastní výběr pomůcek, které jsou k dispozici v její třídě, a které jsou přizpůsobeny aktuálnímu tématu vzdělávacího obsahu. Tyto pomůcky nejen zpříjemňují cvičení, ale také prohlubují pochopení dané problematiky ze strany dětí. V mateřské škole lze pracovat s různými druhy gymnastických pomůcek, které dělají cvičení zajímavějším a zároveň umožňují dětem naučit se novým dovednostem s humorem a radostí.

4.1.1 GYMNASTICKÉ NÁRADÍ

Gymnastického náradí je využíváno především jako různě obtížných překážek, které děti předškolního věku překonávají. Pedagogové často zařazují tato náradí do překážkových drah, což je oblíbená aktivita mezi dětmi v mateřské škole. Nejčastěji v mateřské škole užíváme lavičky, žebřiny, švédské bedny, žebříky a trampolíny. V současnosti se setkáváme i s netradičními druhy náradí, jako jsou například balanční desky a různé pěnové překážky (stavební bloky). I tato náradí jsou v dnešní době mezi dětmi velmi oblíbená.

4.1.1.1 Lavička

Samotná lavička je v mateřské škole hojně využívána zejména kvůli své všestrannosti. Lze ji využít pro cvičení rovnováhy, chůze, lezení, plazení, přitahování nebo přeskokování. Můžeme ji použít jako stanoviště v rámci překážkové dráhy. Zaháknutím lavičky za žebřiny v nakloněné rovině zvyšujeme obtížnost překážky. Cvičení na lavičce mohou dětem přiblížit pomocí přirovnání k určitému zvířeti, jako například překračování destiček na lavičce mohou dětem přirovnat k čápovi brodícímu se ve vodě (Dvořáková, 2006).

4.1.1.2 Žebřiny

Každá mateřská škola nemusí být vybavena tímto gymnastickým náradím. Žebřiny jsou oblíbeným gymnastickým náradím u dětí předškolního věku, protože podporují rozvoj pohybových schopností – obratnosti, síly a rovnováhy. Děti je využívají k lezení vzhůru, dolů nebo stranou. Z hlediska bezpečnosti vždy musíme umístit pod žebřiny žíněnku a dodržovat dostatečný prostor pro případný seskok z žebřin. Žebřiny také mohou sloužit jako stanoviště v rámci překážkových drah (Kyselovičová et al., 2011).

4.1.1.3 Trampolína

Při práci s trampolínou je důležité dodržovat určité postupy, které pedagog stanoví v rámci bezpečnosti dětí. Vždy musí dohlížet na samotné skákání dítěte na trampolíně a v případě nutnosti zasáhnout. Zároveň musíme zajistit dostatečný prostor okolo trampolíny a bezpečný dopad v podobě žíněnky při seskoku. Při skákání na trampolíně je zásadní, aby bylo dítě dostatečně zpevněno. Využíváme ji zejména při menších skupinkách dětí či individuálně. Pro některé děti mohou být zařazeny obměny základních skoků, jako je skrčení přednožmo nebo roznožení (Dvořáková, 2006).

4.1.2 GYMNASTICKÉ NÁČINÍ

Gymnastické náčiní je v mateřské škole mnohostranně využíváno pro podporu pohybové aktivity u dětí. Při práci s náčiním dochází k drobné manipulaci a k následnému rozvoji jemné motoriky. Každý druh náčiní má své specifické vlastnosti, které podporují různé pohybové dovednosti a přispívají k celkovému rozvoji dítěte. V mateřských školách

se často setkáváme s tradičním gymnastickým načiním, jako jsou švihadla, stuhy a stužky, míče a míčky, obruče nebo tyče. Z hlediska zájmů a potřeb dětí v mateřské škole můžeme zaregistrovat i méně tradiční pomůcky, což mohou být plyšové hračky, balónky, peříčka či výrobky dětí (Dvořáková, 2006).

4.1.2.1 Švihadlo

Švihadlo je jedním z nejoblíbenějších a nejrozšířenějších náčiní pro cvičení v mateřských školách. Zpravidla ho řadíme mezi běžně dostupné gymnastické náčiní. Jeho všestrannost umožňuje začlenění do různých aktivit a lze ho zařadit do všech částí cvičební jednotky. Švihadlo je u dětí oblíbené zejména při hrách v kruhu, děti rády točí se švihadlem a přeskakují ho, což rozvíjí jejich koordinaci a pohybovou zručnost. Švihadlo lze využít jak individuálně, tak ve dvojicích, ale i ve skupinkách. Velmi časté je využití švihadla k přeskakování, např. přeskok na místě, směrem vpřed, vzad, snožmo, střídání nohou, na jedné noze, s meziskokem či bez meziskoku. Dlouhá švihadla lze zapojit k posilování svalstva pomocí přetahování. Naopak krátká švihadla přepůlená na půl či čtvrt délky lze použít k protažení svalů (Skopová, Zítka, 2022).

4.1.2.2 Obruč

Obruč je dalším oblíbeným náčiním, které nabízí mnoho cvičení a her pro děti. Větší obruče lze položit na zem a využít je k různým lokomočním pohybům, a to např. přeskakování z obruče do obruče snožmo, po jedné noze, prolézání atd. Menší rozměr obruče lze využít ke kutálení, pohánění, vyhazování a chytání, k roztáčení na zemi a kroužení kolem částí těla. Je možné využít okraj obruče k vyplňování vnitřního prostoru určitými předměty, například plastovými víčky.

4.1.2.3 Stuha či stužka

Stuha či stužka jsou výborným náčiním pro cvičení doprovázené hudbou. S pomocí hudebního doprovodu mohou děti se stuhou tancovat, poskakovat, běhat nebo s ní jen pohybovat na místě či v prostoru do rytmu hudby. Kratší stuhu mohou děti držet v ruce a vytvářet různé obrazce ve vzduchu, podpoříme tak představivost a fantazii u dětí. S delší stuhou mohou děti běhat, zatímco za nimi bude vznikat vlající stuha. Položené stužky na zemi pak mohou sloužit k překračování a přeskakování, což vede ke zlepšení rovnováhy.

Pomocí vícero stuh lze vytvořit na zemi kruh a úkolem dětí bude, co nejpřesněji položit jedno chodidlo za druhým na položenou stuhu na zemi (Dvořáková, 2006).

5 NÁVAZNOST NA RVP PV

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání (RVP PV) je kurikulárním dokumentem zabývající se výchovou, vzděláváním a péčí dětí předškolního věku v mateřské škole. Tento pedagogický dokument vymezuje hlavní požadavky, podmínky, pravidla pro institucionální vzdělávání předškolních dětí a očekávané výsledky vzdělávání. Dále obsahuje vzdělávací cíle, obsah, klíčové kompetence, metody a formy práce.

RVP PV umožňuje mateřským školám rozvíjet vzdělávání u každého dítěte v rozsahu jeho individuálních potřeb a využívat různé metody a formy vzdělávání. Zakládá si na principu akceptace přirozených vývojových specifík u dětí, vychází ze skutečných a aktuálních potřeb dítěte.

V rámci RVP PV jsou vymezovány základní vzdělávací oblasti, které jsou dále konkretizovány do pěti vzdělávacích oblastí:

1. Dítě a jeho tělo – biologická oblast
2. Dítě a jeho psychika – psychologická oblast
3. Dítě a ten druhý – interpersonální oblast
4. Dítě a společnost – sociálně-kulturní oblast
5. Dítě a svět – enviromentální oblast

Každá oblast v RVP PV je zaměřena na konkrétní vzdělávací obsah. Přestože se jednotlivé oblasti od sebe odlišují, všechny se vzájemně prolínají, ovlivňují, podmiňují a stále odkazují na přítomnost a důležitost všech oblastí. Je tedy důležité, aby při vzdělávání dětí docházelo k propojování jednotlivých vzdělávacích oblastí a využívání v praxi pro komplexnější, přirozenější a ucelenější vzdělávání.

V každé oblasti jsou vzájemně propojovány tři kategorie, jedná se o dílčí cíle (záměry), vzdělávací nabídku a očekávané výstupy (předpokládané výsledky). Dílčí cíle představují to, co by měl pedagog u dítěte podporovat a sledovat během předškolního vzdělávání. Vzdělávací nabídka prezentuje souhrn praktických i intelektových činností a

očekávané výstupy lze společně s dílčími cíli považovat za výsledek toho, co dítě na konci předškolního období dokáže.

V rámci pohybových schopností a gymnastických dovedností řadíme obsah do oblasti Dítě a jeho tělo, tedy do oblasti biologické. Hlavním záměrem pedagoga je podporovat růst a neurosvalový vývoj dítěte, dále podpora fyzické a psychické pohody, zlepšovat jeho tělesnou i pohybovou zdatnost a podporovat rozvoj jeho manipulačních i pohybových dovedností. V této oblasti je zahrnuta také sebeobsluha dítěte (RVP PV, 2021).

Dílčí vzdělávací cíle:

- „*uvědomění vlastního těla*
- *rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé i jemné motoriky (koordinace a rozsahu pohybu, dýchání, koordinace ruky a oka apod.), ovládání pohybového aparátu a tělesných funkcí*
- *rozvoj a užívání všech smyslů*
- *rozvoj fyzické a psychické zdatnosti*
- *osvojení si věku přiměřených praktických dovedností*
- *osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě*
- *osvojení si poznatků a dovedností důležitých k podpoře zdraví, bezpečí, osobní pohody. i pohody prostředí*
- *vytváření zdravých životních návyků a postojů základů zdravého životního stylu“*

(RVP PV, 2021, str. 15)

Vzdělávací nabídka

Do vzdělávací nabídky RVP PV řadíme lokomoční pohybové činnosti (chůze, běh, skoky, poskoky, lezení), nelokomoční pohybové činnosti (změny poloh a pohybů těla na místě) a jiné činnosti (základní gymnastika, turistika, sezonní činnosti, míčové hry apod.) Dále sem patří manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, pomůckami apod., zdravotně zaměřené činnosti, smyslové a psychomotorické hry. Náleží sem konstruktivní a grafické činnosti, hudební a pohybové hry a činnosti, pracovní a sebeobslužné činnosti (osobní hygiena, stolování, oblékání). Dále činnosti zaměřené k poznávání lidského těla, činnosti k ochraně zdraví a v neposlední řadě relaxační a odpočinkové činnosti.

Očekávané výstupy

Ke konci předškolního období by mělo dítě zvládnout základní pohybové dovednosti a prostorovou orientaci v různorodém prostředí. Dále by mělo zvládnout vnímat a rozlišovat pomocí všech smyslů, ovládat koordinaci ruky a oka, jemnou motoriku a především zvládnutí sebeobsluhy. Mělo by dokázat pojmenovat části těla, některé orgány a znát jejich funkce, umět rozlišit, co prospívá zdraví a co naopak škodí, mít povědomí o významu péče, o čistotu a zdraví a o některých způsobech ochrany osobního zdraví a bezpečí.

Rizika

V rámci RVP PV jsou popsána rizika, které mohou nastat při práci pedagoga. Na všechna možná rizika by měl být pedagog připraven, umět na ně reagovat a snažit se je co nejvíce eliminovat. Mohou se vyskytnout rizika spojená s denním režimem nevyhovujícím fyziologickým dětským potřebám, nedostatečný respekt k individuálním potřebám dětí či omezování samostatnosti dítěte při pohybových činnostech. Vždy by měl pedagog respektovat rozdílné tělesné a smyslové předpoklady, vhodně se chovat v prostředí mateřské školy, správně zvolit vhodný prostor pro pohybové činnosti a dostatečně si připravit prostředí s odpovídajícím náčiním a nářadím.

6 METODIKA PRÁCE

V této kapitole se budu zabývat výzkumným souborem a metodou výzkumu. Dále zde popíšu organizaci sběru dat a jejich analýzu.

6.1 VÝZKUMNÁ METODA

Hlavní výzkumnou metodou pro tvorbu této práce bylo strukturované pozorování a odborné posuzování. Ke zjištění a porovnání úrovně gymnastických dovedností jsem využila 4-5 bodovou Likertovu hodnotící škálu, která byla převzata z bakalářské práce Leitlové (2022), jako prostředek k porovnání mnou získaných dat.

Posuzované dovednosti

K porovnání úrovně gymnastických dovedností a ke splnění cíle bakalářské práce byly zvoleny následující gymnastické dovednosti: převaly, kolébka ze sedu do sedu, kolébka ze dřepu do dřepu, kolébka s dotykem dlaní u hlavy, kotoul vpřed, stoj na lopatkách, váha předklonmo, přemet stranou, přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed, výskok na nízkou překážku a seskok snožmo a přechod přes lavičku s překračováním destiček (Leitlová, 2022).

6.1.1 PŘEVALY – „PALAČINKY“

Charakteristika: Převaly jsou zaměřené na akrobacii, konkrétně na rotační cvičení a zpevnění celého těla.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Připravíme 2 žíněnky v řadě. Dítě lehne na záda, vzpaží se a provede sérii převalů nazývaných „válení sudů“ po celé délce jedné žíněnky a zpět. Udrží tělo v pevné pozici, s nohama při sobě.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb

-
- 2 – Provedls chybami (nezpevněné tělo, nohy nejsou u sebe)
 - 3 – Nezvládl vůbec
 - 4 – Odmítl cvik provést

6.1.2 KOLÉBKA ZE SEDU DO SEDU – „VAJÍČKO“

Charakteristika: Kolébka ze sedu do sedu je zaměřená na akrobacii.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Na zem připravíme žíněnky, abychom usnadnili provedení cviku. Dítě začíná ve výchozí pozici sezení s nohama skrčenýma, pažemi obejmeme kolena, skloní hlavu s bradou na hrudi. Poté provede pohyb kolébání, kdy se nakloní zpět a poté se vrátí do výchozí pozice sezení s nohama skrčenýma.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (nedostatečné sbalení, nedostatečný švih)
- 3 – Nezvládl vůbec
- 4 – Odmítl cvik provést

6.1.3 KOLÉBKA ZE DŘEPU DO DŘEPU – „KOLÉBKA“

Charakteristika: Kolébka ze dřepu do dřepu je zaměřená na akrobacii.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Na zem připravíme žíněnky, na kterých budou děti cvičit. Dítě začíná z výchozí pozice dřepu, pažemi obejmeme kolena a skloní hlavu s bradou směrem k hrudníku. Následně provede kolébku vzad a zpět do pozice dřepu.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (nedostatečné sbalení, nohy od sebe, pomalý, neplynulý pohyb, při návratu do dřepu opora dlaní o žíněnku)
- 3 – Nevládl vůbec
- 4 – Odmítl cvik provést

6.1.4 KOLÉBKA S DOTYKEM DLANÍ U HLAVY – „KOLÉBKA VZAD“

Charakteristika: Kolébka s dotykem dlaní u hlavy je zaměřená na akrobacii.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Připravíme na zem žíněnku. Dítě začíná ze sedu skrčmo, ruce položí k uším, dlaně směřují ke stropu, lokty směřují směrem vpřed a následně provede kolébku, při které položí dlaně vedle uší a poté se vrací zpět do sedu skrčmo.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (nedostatečné sbalení, nohy od sebe, neohnuté zápěstí, lokty nesměřují vpřed)
- 3 – Nevládl vůbec
- 4 – Odmítl provést

6.1.5 KOTOUL VPŘED – „KLUBÍČKO“

Charakteristika: Kotoul vpřed je zaměřený na akrobatická – rotační cvičení.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Připravíme dvě žíněnky v pořadí za sebou. Začínáme z výchozí pozice dřepu, ruce položíme směrem vpřed na žíněnku, předkloníme hlavu, bradu na hrudník, sbalíme tělo

a nohama se odrazíme (nohy jsou natažené, následně pokrčené). Jakmile se dostaneme hlavou pod úroveň těla, začneme rotovat tělem vpřed. Pokračujeme v rotaci dokud nejsou nohy zpět na zemi, dostáváme se do výchozí pozice dřepu, ze které se zvedáme do stoje špatného s rukama předpaženými.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s drobnými chybami (staví se na hlavu, nedostatečné sbalení, špatně postavené dlaně)
- 3 – Provedl s hrubými chybami (staví se na hlavu, nedostatečné sbalení, špatně postavené dlaně, nohy jsou od sebe, při koncovém zvedání si dopomáhá rukama)
- 4 – Nevládl vůbec
- 5 – Odmítl cvik provést

6.1.6 STOJ NA LOPATKÁCH – „SVÍČKA“

Charakteristika: Stoj na lopatkách je zaměřený na akrobacii –zpevnění těla.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Dítě začíná z výchozí pozice vleže na zádech, poté zvedne nohy společně s boky a pomocí rukou podepře hýždě. Dolní končetiny jsou propnuté a směřují ke stropu, v této pozici dítě chvíli setrvá a následně se vrací do výchozí pozice.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (pokrčené nohy, nohy od sebe)
- 3 – Nevládl vůbec
- 4 – Odmítl cvik provést

6.1.7 VÁHA PŘEDKLONMO – „HOLUBIČKA“

Charakteristika: Váha předklonmo je zaměřená na rovnováhu.

Pomůcky: Žádné

Průběh testu: Najdeme si místo s dostatečným místem okolo sebe k provedení cviku. Začínáme ze stoje, poté zanožíme povýš, pomalu postupujeme tělem do předklonu a dolní zanoženou končetinu zvedáme co nejvýše. V předklonu chvíli setrváme a následně se vracíme do původního stoje.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (nedostatečně zpevněné tělo, pokrčená stojná dolní končetina, trup není v rovině se zanožovanou končetinou)
- 3 – Nezládl vůbec
- 4 – Odmítl cvik provést

6.1.8 PŘEMET STRANOU – „HVĚZDA“

Charakteristika: Přemet stranou je akrobatický prvek, který je zaměřen na rotační přípravu.

Pomůcky: Žíněnka, či gymnastický koberec

Průběh testu: Výchozí pozice je stoj přednožný s odrazovou nohou (pravou) a vzpažení povýš, následně dochází k výkroku a náklonu vpřed. Technickým základem pohybu je dynamické zanožení švihové (levé) nohy, předklonem a otočením trupu o 45 stupňů před položením pravé a poté levé ruky v dostatečné vzdálenosti ve směru pohybu s následným odrazem pravé nohy. Plynule přeneseme hmotnost těla na levou paži a následně dopadem na švihovou (levou) nohu z odrazem z obou paží se vracíme do výchozí pozice stoje rozkročného. Ruce i nohy by mely být v jedné přímce (Vrchovecká, 2020).

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb

-
- 2 – Provedl s chybami (dohmaty a došlapy nejsou v jedné přímce, nezpevněné paže, pokrčené nohy, špatné postavení rukou – prsty nesměřují k sobě)
 - 3 – Nezvládl vůbec
 - 4 – Odmítl cvik provést

6.1.9 PŘESKOK ŠVIHADLA SNOŽMO KROUŽENÍM VPŘED – „ŠVIHADLO“

Charakteristika: Přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed je cvičení s náčiním a je zaměřeno na odrazovou přípravu.

Pomůcky: Švihadlo

Průběh testu: V prostoru třídy, či tělocvičny si najdeme vhodné místo s dostatečným prostorem kolem sebe k provedení cviku. Švihadlo si chytáme obouruč za konce za zády a kroužením švihadla vpřed nohama snožmo přeskochíme. Cvik lze několikrát zopakovat, pokud to dítě zvládne.

Hodnotící škála:

- 1 – Přeskočil
- 2 – Nepřeskočil
- 3 – Odmítl cvik provést

6.1.10 VÝSKOK NA NÍZKOU PŘEKÁŽKU A SESKOK SNOŽMO – „KLOKAN“

Charakteristika: Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo je zaměřená na akrobatickou přípravu – odrazovou a doskokovou.

Pomůcky: Nízká překážka (molitanová kladina, či molitanová kvádr vysoký 15-25 cm), žíněnka

Průběh testu: Dítě začíná ve stoji před překážkou, odrazem snožmo na ni vyskočí a následně seskočí směrem vpřed na žíněnku. Při doskoku je mírný podřep, doskok je přes špičky nikoli na paty.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (odraz není snožmo, doskok na paty, doskok není do podřepu)
- 3 – Nezvládl vůbec
- 4 – Odmítl cvik provést

6.1.11 PŘECHOD PŘES LAVIČKU S PŘEKRAČOVÁNÍM PŘEKÁŽEK – „ČÁP“

Charakteristika: Přejchod přes lavičku s překračováním překážek je zaměřený na rovnováhu a koordinaci pohybu.

Pomůcky: Lavička, překážky (destičky 20 cm vysoké)

Průběh testu: Připravíme si destičky (vysoké 20 cm), které rozmístíme na lavičku ve vzdálenosti 35 cm do sebe. Dítě překračuje destičky, přičemž střídá levou a pravou dolní končetinu a tělo drží ve vzpřímené poloze. Shození destičky, nepravidelné střídání nebo nestřídání dolních končetin a nevzpřímený trup je bráno jako chyba.

Hodnotící škála:

- 1 – Provedl sám, bez chyb
- 2 – Provedl s chybami (shození destičky, nestřídání nohou, nevzpřímený trup)
- 3 – Nezvládl vůbec
- 4 – Odmítl cvik provést

6.2 VÝZKUMNÝ SOUBOR

Výzkumným souborem byly záměrně vybrány děti předškolního věku, konkrétně ve věku 5-7 let. Do výzkumu byly zapojeny 4 mateřské školy z Plzně.

Jedná se o tyto mateřské školy:

- 54. mateřská škola se sportovním zaměřením
- 7. mateřská škola
- 87. mateřská škola
- 23. mateřská škola

Tabulka 1 – Výzkumný soubor

MŠ	DÍVKY	CHLAPCI	CELKEM
54.MŠ	1	11	12
7.MŠ	10	6	16
87.MŠ	7	7	14
23.MŠ	9	8	17
CELKEM	27	32	59

Celkem se výzkumu zúčastnilo 59 dětí předškolního věku, z toho 27 dívek a 32 chlapců (tabulka 1).

54. MŠ se sportovním zaměřením

Mateřská škola se nachází v Plzni, konkrétně na Doubravce v ulici Staniční. Tato mateřská škola se zaměřuje na sport a vede děti již od nástupu do ukončení předškolního vzdělávání záměrně ke sportovním aktivitám. Kapacita mateřské školy je 208 dětí se zajištěním celodenního provozu pro děti. Organizace provozu mateřské školy je rozdělena na 4 pavilony po 8 třídách. Pracují zde kvalifikované učitelky, převážně se specializací pro tělesnou výchovu.

Výzkumu se zúčastnilo celkem 12 dětí, z toho 1 dívka a 11 chlapců.

7. MŠ

Tato mateřská škola se nachází uprostřed panelové zástavby, v okrajové části sídliště Košutka. Je tvořena dvěma areály, hlavní budova se skládá celkem z šesti tříd, přičemž součástí je také odloučené pracoviště ve Žlutické ulici, kde najdeme čtyři třídy. Mateřská škola je vybavena velkou zahradou, která je doplněna různými dětskými prvky, převážně ze dřeva. Děti se pravidelně účastní kurzu bruslení, plavání a využívají prostory tělocvičny v nedaleké základní škole.

Výzkumu se celkem v této MŠ zúčastnilo 16 dětí, z toho 10 dívek a 6 chlapců.

87. MŠ

Mateřská škola se nachází v Plzni, v části Bolevec. Kapacita MŠ je 224 dětí a je tvořena čtyřmi dvoupodlažními pavilony, které disponují dohromady 8 třídami. V roce 2022 byla zřízena v mateřské škole také z původního wellness tělocvična pro potřeby dětí v MŠ a pro případně aktivity. Součástí areálu je zahrada, která je osázená stromy a keři a slouží především k volné hře dětí.

V této MŠ se výzkumu zúčastnilo celkem 14 dětí, z toho 7 dívek a 7 chlapců.

23. MŠ

Tato mateřská škola je v Plzni, v klidném prostředí na Slovanech naproti základní škole. Celkem je v MŠ kapacita pro 136 dětí. Areál je tvořen 6 třídami, společně také s odloučeným pracovištěm „Šeříkovka“, kde se nachází další 2 třídy. Mateřská škola je vybavena prostornou vlastní zahradou, kterou využívá většinu času. Je velmi spjata s ekologickou výchovou a řídí se mottem „Příroda může existovat bez člověka, ale lidé bez přírody ne.“

Výzkumu se zúčastnilo celkem 17 dětí, z toho 9 dívek a 8 chlapců.

6.3 ORGANIZACE VÝZKUMU A SBĚR DAT

Veškeré posuzované dovednosti byly provedeny v mateřských školách v Plzni u dětí předškolního věku, a to během měsíců března a dubna. Po telefonické domluvě s vedením MŠ jsem se domluvila s konkrétními učitelkami na termínu vhodném pro návštěvu mateřské školy. Během návštěvy v MŠ jsme společně s učitelkou ve třídě zajistily potřebné nářadí a náčiní k výzkumu.

Samotný výzkum proběhl v dopoledních hodinách v době řízené činnosti. Předem jsem se domluvila s učitelkami, jaká forma výuky bude nejlepší, abych co nejméně narušila chod třídy.

Pro lepší organizaci jsem vždy pracovala s menší skupinkou dětí, ostatní děti byly v druhé místnosti a plnily úkoly připravené od učitelek. Před samotným výzkumem jsem se s dětmi seznámila, představila jsem se a stručně dětem vysvětlila, co budou dělat. Poté následovalo krátké rozcvičení, zahřátí a poučení o bezpečnosti. Daný cvik jsem dětem vždy řádně předvedla a zdůraznila jsem případné chyby.

Děti měly vždy dva pokusy k provedení, z nichž ten lepší byl zaznamenán. Do předem připravených tabulek vytvořených v Microsoft Excel jsem zapisovala konkrétní výsledky dětí. Všechny výkony dětí byly zaznamenány v podobě čísla a pohlaví dítěte tak, aby bylo vše co nejvíce anonymní.

7 VÝSLEDKY A DISKUZE

7.1 VÝSLEDKY POSUZOVANÝCH DOVEDNOSTÍ

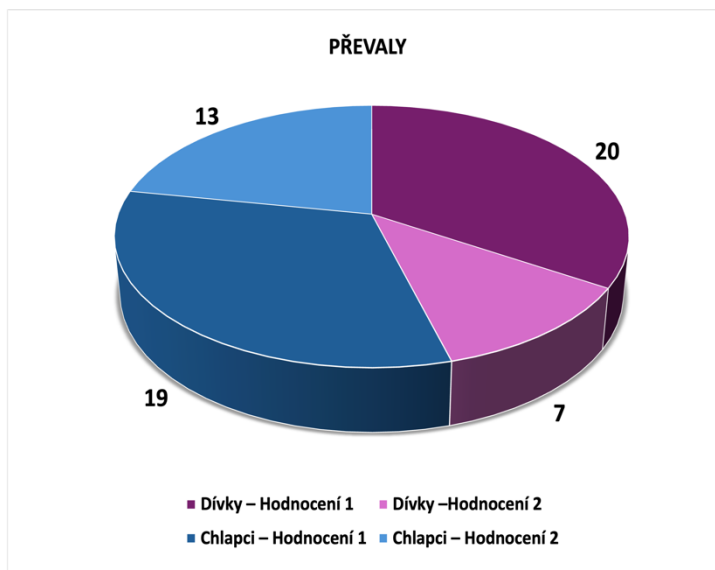
V této části budou popsány výsledky dětí v jednotlivých gymnastických dovednostech. Nejdříve vypočtu medián pomocí programu Microsoft Excel u všech mateřských škol (tabulka 2), následně vypočtu medián u souborů dívek a chlapců (tabulka 3).

Tabulka 2 – Medián jednotlivých gymnastických dovedností MŠ

	Palačinky	Vajíčko	Kolébka	Kolébka vzad	Klubíčko	Svíčka	Holubička	Hvězda	Švihadlo	Klokan	Čáp
54.MŠ	1	2	2,5	2	2	1,5	1	3	2	1,5	1
7.MŠ	1	2	2	1	1	2	1	3	1	1	1
87.MŠ	1	1	2	1,5	2	1	1	2	1,5	1	1
23.MŠ	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2

Tabulka 3 – Medián jednotlivých gymnastických dovedností u dívek a chlapců

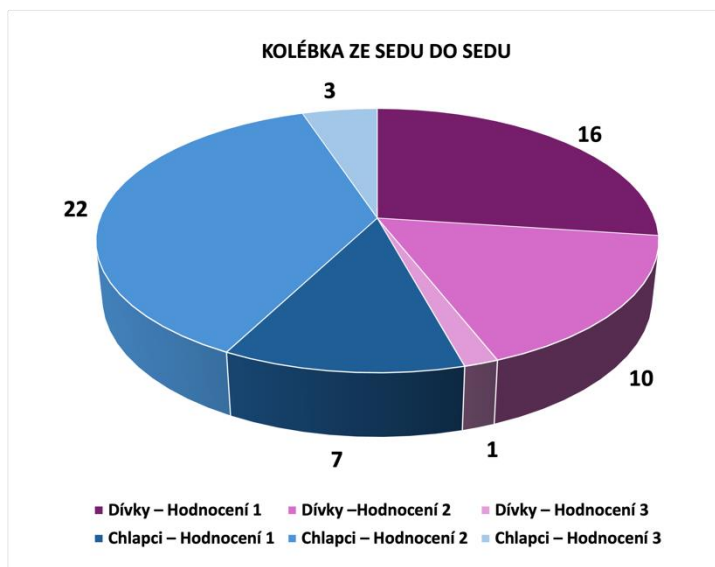
	Palačinky	Vajíčko	Kolébka	Kolébka vzad	Klubíčko	Svíčka	Holubička	Hvězda	Švihadlo	Klokan	Čáp
Dívky	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1
Chlapci	1	2	2	2	2	1,5	1	3	2	1	1



Graf 1 – Převaly

V grafu 1 jsou rozděleny výsledky podle pohlaví dívek a chlapců, následně podle dosaženého hodnocení v dané gymnastické dovednosti, tedy v převalech. Zde dosahovala obě pohlaví hodnocení 1, tedy bezchybného provedení a hodnocení 2, tedy provedení s chybami. Nejčastěji se vyskytovala chyba nezpevněného těla. V grafu 1 lze vidět, že bezchybného hodnocení dosáhlo 20 dívek a 19 chlapců. Naopak provedení s chybami dosáhlo 7 dívek a 13 chlapců.

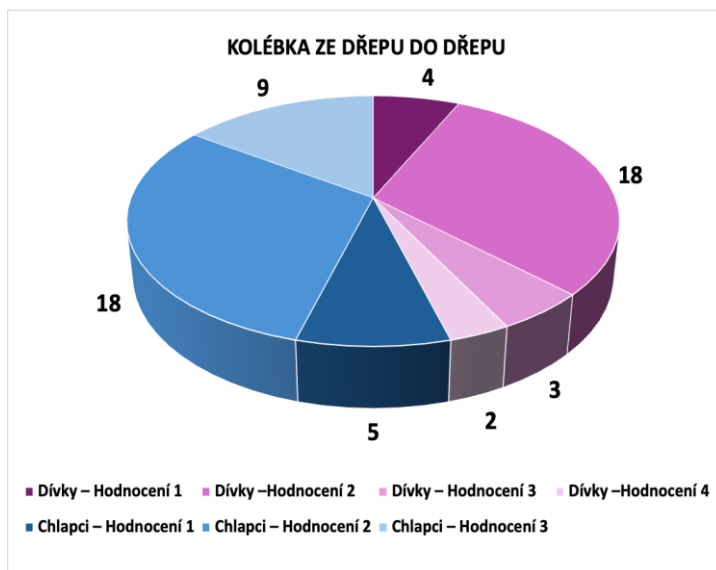
Dle mediánu (tabulka 2) si vedla v převalech nejhůře 23. mateřská škola, ostatní mateřské školy dosáhly stejného hodnocení. Obě pohlaví dosáhla dle mediánu (tabulka 3) stejného hodnocení.



Graf 2 – Kolébka ze sedu do sedu

Graf 2 ukazuje výsledky v kolébce ze sedu do sedu. Zde můžeme vidět, že obě pohlaví prováděla kolébku ze sedu do sedu v hodnotící škále 1 až 3, tedy od bezchybného hodnocení až po celkové nezvládnutí dovednosti. V grafu 2 jsme zaznamenali, že 16 dívek a 7 chlapců provedlo kolébku ze sedu do sedu bezchybně. Hodnocení s chybami, konkrétně nedostatečné sbalení a švih dosáhlo 10 dívek a 22 chlapců, zatímco 1 dívka a 3 chlapci nedokázali cvik vůbec provést.

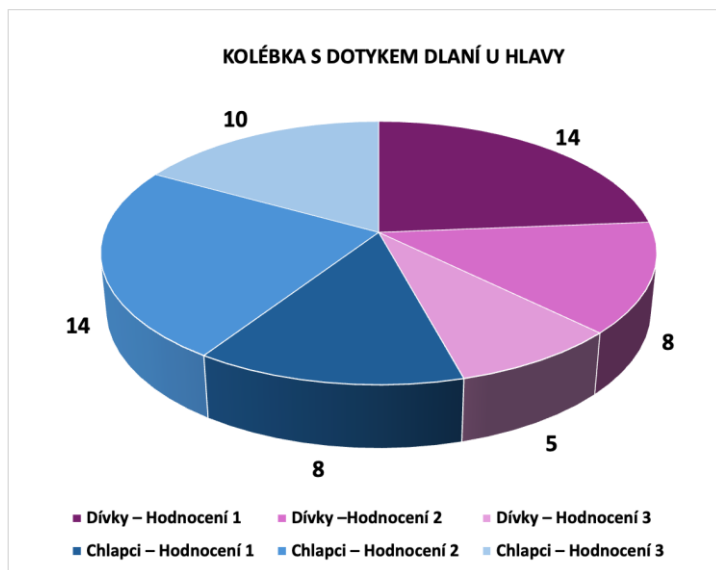
V rámci mediánu (tabulka 2) si nejlépe vedla 87. mateřská škola, ostatní mateřské školy dosahovaly totožného hodnocení. V porovnání dívek a chlapců dle mediánu (tabulka 3) byly dívky lepší než chlapci.



Graf 3 – Kolébka ze dřepu do dřepu

Zde nám graf 3 ukazuje výsledky kolébky ze dřepu do dřepu. Lze si všimnout znatelně horších výsledků než u kolébky ze sedu do sedu, konkrétně u dívek dosahovalo hodnocení dokonce čísla 4. Chlapci se pohybovali v hodnotících škálách od 1 do 3, obě pohlaví se při návratu do dřepu nejčastěji dopouštěla chyby opírání se dlaněmi o žíněnku. Bezchybného hodnocení dosáhli 4 dívky a 5 chlapců, hodnocení s chybami provedlo 18 dívek a stejně tak i chlapců. Naopak kolébku ze dřepu do dřepu nezvládli 3 dívky a 9 chlapců a 2 děvčata odmítla cvik provést.

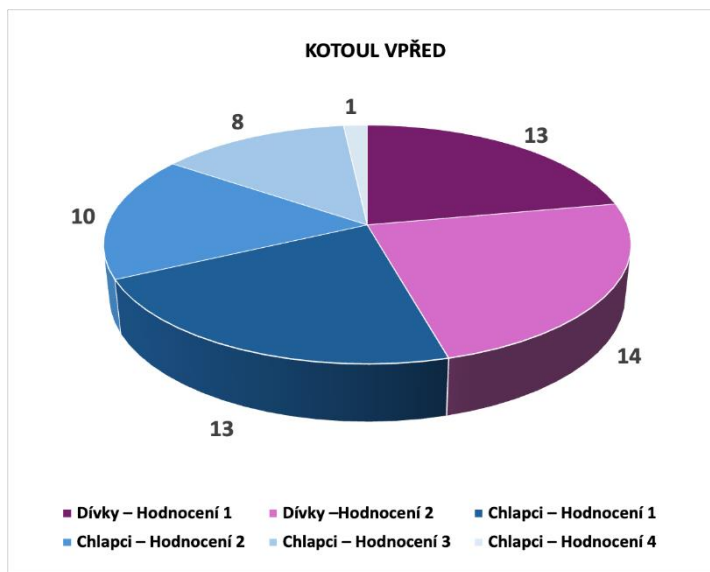
Dle mediánu (tabulka 2) si s nejhorším hodnocením vedla 54. mateřská škola, ostatní mateřské školy byly s hodnocením stejně. Porovnání hodnocení dívek a chlapců dle mediánu (tabulka 3) si obě pohlaví vedla stejně.



Graf 4 – Kolébka s dotykem dlaní u hlavy

V grafu 4 vidíme výsledky kolébky s dotykem dlaní u hlavy. V porovnání s kolébkou ze dřepu do dřepu byla tato kolébka pro děti snazší. Avšak v rámci hodnocení jsou výsledky podobné. Kolébku s dotykem dlaní u hlavy nezvládlo 5 dívek a 10 chlapců, častým důvodem bylo celkové neudržení dlaní u hlavy. Hodnocení 2, tedy provedení s chybami, provedlo 8 dívek a 14 chlapců, častá chyba byla nesměřující lokty vpřed a neohnuté zápěstí s dlaněmi vzhůru. Bezchybného hodnocení dosáhlo 14 dívek a 8 chlapců. Avšak udržet dlaně a lokty ve správné poloze bylo pro všechny děti obtížné. Myslím, si, že důvodem mohou být malé zkušenosti dětí tohoto způsobu kolébky.

Ve výsledcích dle mediánu (tabulka 2) si nejhůře vedla 23. mateřská škola, další místo obsadila 54. mateřská škola. Ostatní mateřské školy, tedy 7. mateřská škola a 87. mateřská škola měly výsledky podobné. Jak už bylo v předešlém odstavci zmíněno, tak i dle mediánu (tabulka 3) byly dívky v kolébce s dotykem dlaní u hlavy šikovnější než chlapci.

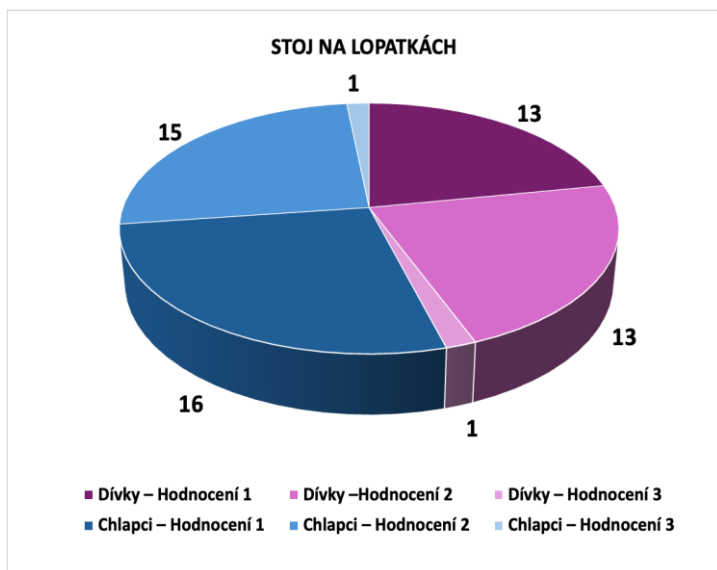


Graf 5 – Kotoul vpřed

V grafu 5 můžeme vidět, že u kotoulu vpřed byly v hodnocení lepší dívky než chlapci. Celkově bych řekla, že kotoul vpřed v porovnání s předchozími kolébkami zvládly děti nejlépe, přestože je zde mnoho detailů, které si dítě musí při provedení uvědomit. Dívky i chlapci dosáhli bezchybného hodnocení ve stejném poměru (13 dívek a 13 chlapců). Kotoul vpřed s drobnými chybami provedlo 14 dívek a 10 chlapců, zde častou chybou bylo stavení se na hlavu. Hrubší chyby v provedení mělo 8 chlapců, nejčastěji se chlapci opírali rukama o žíněnku, nohy byly od sebe a opět se stavěli na hlavu. Pouze jeden chlapec nezvládl kotoul vpřed vůbec.

Kotoul vpřed zvládla nejlépe dle mediánu (tabulka 2) 7. mateřská škola, další zúčastněné mateřské školy byly s výsledky nastejno. I přesto, že v hodnocení v grafu 5 byly dívky lepší s výsledky než chlapci, v závěrečné hodnocení dle mediánu (tabulka 3) byla obě pohlaví s výsledky vyrovnaná.

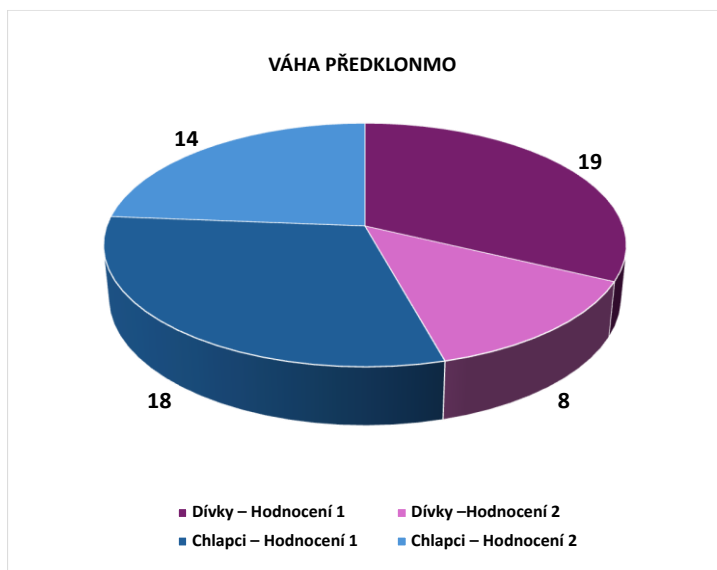
Kotoul vpřed testovala i Hasilová (2020) u dětí z tří různých základních škol z 8. tříd. Použila čtyřbodovou hodnotící škálu. Celkový počet zúčastněných dětí byl 99, z toho 54 chlapců a 45 dívek. Bezchybného hodnocení dosáhlo celkem 45 chlapců a 35 dívek.



Graf 6 – Stoj na lopatkách

Poměrně zdařilé výsledky jsem zaznamenala u stoje na lopatkách (graf 6). Na první pohled je patrná převaha hodnocení 1, tedy provedení cviku bez chyby, jak u dívek, tak chlapců. Konkrétně se jedná o 13 dívek a 16 chlapců. Taktéž 13 dívek dosáhlo hodnocení 2, tedy provedení s chybami. Stoj na lopatkách s chybami provedlo celkem 15 chlapců. Pouze jedna dívka a taktéž jeden chlapec nedokázali provést cvik vůbec.

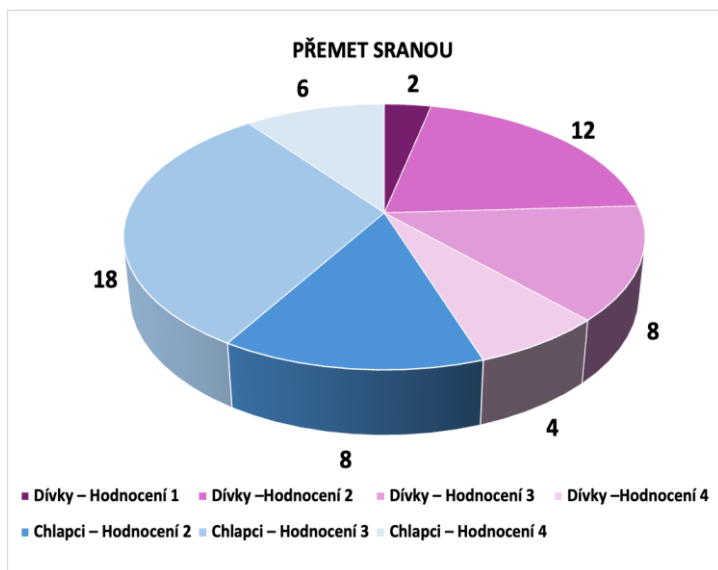
Zde si nejlépe vedla 87. mateřská škola (hodnocení 1), s minimálním rozdílem ji následovala 54. mateřská škola (hodnocení 1,5). Tabulka 3 ukazuje konečné výsledky dle mediánu ve stoji na lopatkách dívek a chlapců. Výsledky chlapců byly o něco málo lepší než výsledky dívek.



Graf 7 – Váha předklonmo

V grafu 7 lze vidět podrobné výsledky u váhy předklonmo. Zde obě pohlaví dosahovala hodnocení 1 až hodnocení 2, tedy od bezchybného hodnocení po hodnocení s chybami. Na první pohled je zřejmé, že dívky ani chlapci neměli větší problémy s provedením tohoto cviku. Zcela bezchybného hodnocení dosáhlo 19 dívek a 18 chlapců. Chyby, které se vyskytovaly nejčastěji, bylo nezpevněné tělo a pokrčení dolních končetin, těch se dopustilo 8 dívek a ve větším počtu 14 chlapců.

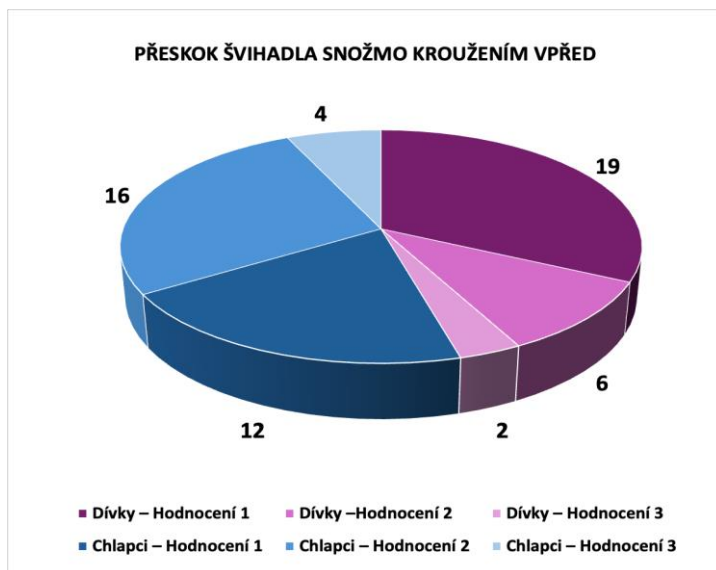
Tabulka 2 ukazuje výsledky porovnání jednotlivých mateřských škol, dle mediánu nejhůře váhu předklonmo provedly děti z 23. mateřské školy. Ostatní mateřské školy dosahovaly totožných výsledků. Stejně tak ukazuje tabulka 3 totožný medián dívek a chlapců (hodnocení 1).



Graf 8 – Přemet stranou

Z grafu 8 lze vyčíst, že přemet stranou byl pro obě pohlaví velmi obtížný. Očekávala jsem, že tato dovednost nebude pro děti jednoduchá, přesto mě překvapilo nízké hodnocení 4 – odmítnutí provedení cviku, a to u 4 dívek a 6 chlapců. Ostatní děti přemet stranou provedly, většinou s chybami. Téměř u všech dětí však převažoval strach z provedení cviku. Bezchybného hodnocení dosáhly pouze 2 dívky. Provedení s chybami se dopustilo celkem 12 dívek a 8 chlapců, nejčastěji se vyskytovaly chyby, jako jsou nezpevněné nohy, pokrčené paže a špatné postavení rukou na podložce. 8 dívek a 18 chlapců se cvik pokusilo provést, nicméně neúspěšně, tedy jejich provedení odpovídalo hodnocení 3 – nezvládnutí cviku.

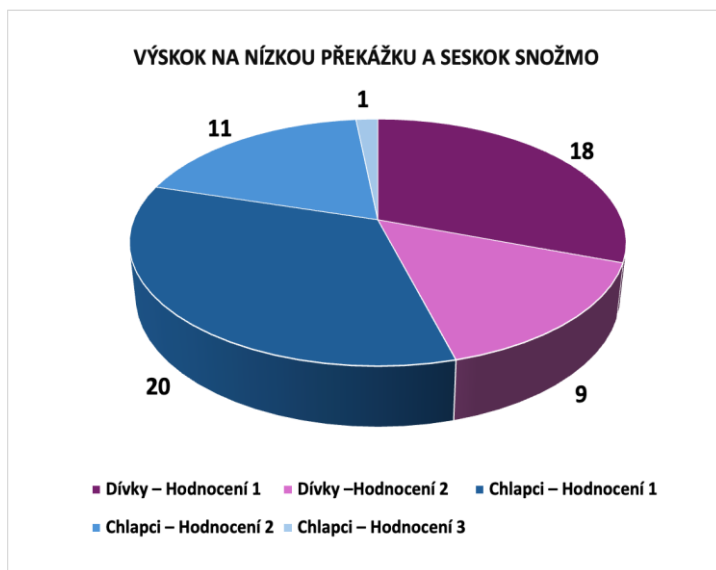
V tabulce 3 lze zaznamenat dle mediánu, že dívky v přemetu stranou byly o něco lepší v porovnání s chlapci. Dle mediánu v tabulce 2 dopadla v s výsledky nejlépe 87. mateřská škola (hodnocení 2), ostatní mateřské školy dosahovaly totožných výsledků (hodnocení 3).



Graf 9 –Přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed

Přeskok švihadla je znázorněn v grafu 9. Bezchybného hodnocení při přeskoku švihadla dosáhlo celkem 19 dívek a 12 chlapců. Následně 6 dívek a 16 chlapců se o přeskok švihadla pokusilo, nicméně se jim, bohužel, tento cvik nepodařilo provést (hodnocení 2). Spousta dívek a chlapců, kteří se pokusili o přeskok švihadla, se dopouštěli chyb v podobě špatného držení švihadla. Zároveň velice stěžejní pro děti bylo pochopit, že švihadlo musí být za nimi a točit musí směrem vpřed. Celkem 2 dívky a 4 chlapci odmítli provedení cviku. Sama nedokážu odhadnout příčinu odmítnutí cvik provést.

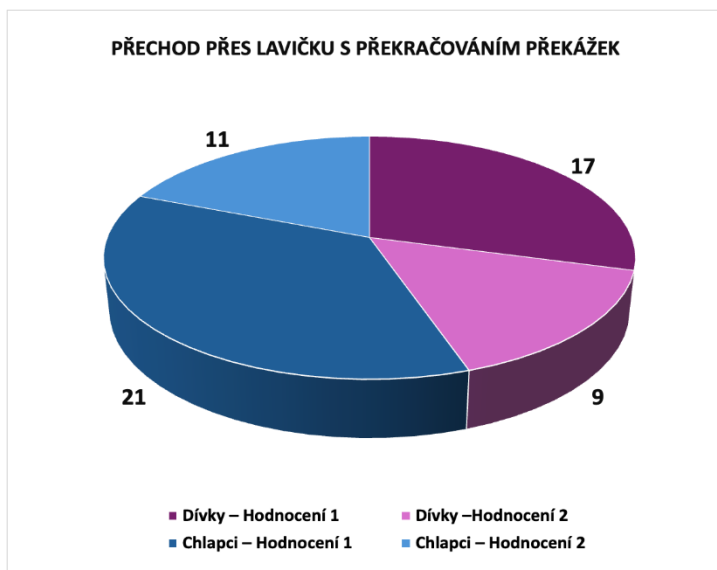
Dle mediánu v tabulce 2 dosahovala nejlepších výsledků (hodnocení 1) 7. mateřská škola, o nepatrně horší výsledek (hodnocení 1,5) měla 87. mateřská škola a následně s totožným hodnocením 2 skončily 23. a 54. mateřská škola.



Graf 10 – Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo

Lze můžeme zaznamenat poměrně zdařilé výsledky, jak u dívek i chlapců. V grafu 10 vidíme, že 18 dívek a 20 chlapců zvládlo výskok na nízkou překážku a seskok snožmo zcela bez chyb. Zaznamenali jsme také u dívek i chlapců hodnocení 2, tedy provedení s chybami, jimiž nejčastěji byl doskok na paty a odraz nikoli snožmo ale z jedné nohy. Takto výskok provedlo 9 dívek a 11 chlapců, pouze 1 chlapec dovednost vůbec nezvládl.

Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo nebyl pro děti nijak zvláště obtížný, nicméně nejlepších výsledků (hodnocení 1) dle mediánu v tabulce 2 dosahovala 7. a 87. mateřská škola, dále 54. mateřská škola a dle mediánu s nejhorším výsledkem (hodnocení 2) 23. mateřská škola. Dívky i chlapci dosáhli dle mediánu totožných výsledků (tabulka 3).



Graf 11 – Přejchod přes lavičku s překračováním překážek

V grafu 11 vidíme, že 17 dívek a 21 chlapců dosáhlo bezchybného hodnocení. Provedení s chybami, tedy hodnocení 2, provedlo 9 dívek a 11 chlapců. Přejchod přes lavičku s překračováním překážek nedělal dětem nijak velké obtíže, nejčastěji se u dětí vyskytovaly chyby, jako je nevzpřímený trup nebo nestřídání levé a pravé nohy.

Tabulka 2 dle mediánu ukazuje výsledky mateřských škol, přechod přes lavičku s překračováním překážek nejhůře zvládla 23. mateřská škola, ostatní mateřské školy dosahovaly totožných výsledků (hodnocení 1). Dle mediánu v tabulce 3 obě pohlaví měla v této gymnastické dovednosti stejné výsledky (hodnocení 1).

Všechny 4 zúčastněné mateřské školy z Plzně měly odlišné výsledky ve vybraných gymnastických dovednostech. Dle mého pozorování si nejlépe vedla 87. mateřská škola, hned na počátku zde byl vidět značný zájem dětí o provedení jednotlivých gymnastických dovedností. Děti velmi pěkně spolupracovaly, naslouchaly instrukcím a do cvičení šly s velkým nadšením. Velmi dobře si vedla také 7. mateřská škola, kde bylo zřejmé, že děti mají ke sportu blízko a v jejich denním režimu MŠ pohyb nechybí.

Celkově mě mile překvapily výsledky od všech dětí. Myslela jsem si, že hodnocení bude výrazně horší a jednotlivé gymnastické dovednosti nebudou chtít děti vůbec zkusit. Výsledky dětí dopadly nejhůře u přemetu stranou, což jsem očekávala. Ovšem zaznamenala jsem také 2 dívky, které provedly přemet stranou bez chyb, což mě mile překvapilo. Myslím si, že horší výsledky v této dovednosti jsou způsobeny strachem dětí z obtížného provedení, kterým dovednost na první pohled působí, a také celkovou nezkušeností a neznalostí tohoto cviku u dětí v mateřské škole.

Naopak nejlépe hodnocenými dovednostmi byl výskok na nízkou překážku a seskok snožmo a přechod přes lavičku s překračováním destiček. Myslím si, že zde výsledky hodně ovlivnila znalost pomůcek, s překážkami a lavičkami pracují učitelky častěji a děti mají možnost si je vyzkoušet.

7.2 OVĚŘENÍ HYPOTÉZ

H1: Předpokládáme, že děti z 54. mateřské školy se sportovním zaměřením budou mít ve více než 50 % posuzovaných gymnastických dovednostech lepší úroveň než děti z mateřské školy bez sportovního zaměření.

Tato hypotéza byla vyvrácena. Celkem z jedenácti posuzovaných dovedností měla 54. mateřská škola se sportovním zaměřením pouze u tří posuzovaných dovedností (konkrétně se jedná o převaly, váhu předklonmo a přechod přes lavičku s překračováním překážek) totožné výsledky s ostatními mateřskými školami. V žádné dovednosti nedosáhla lepších výsledků než ostatní mateřské školy.

Celkem se výzkumu zúčastnilo 59 dětí, z toho 27 dívek a 32 chlapců. Konkrétně u 54. mateřské školy se sportovním zaměřením se jednalo o 12 dětí (pouze 1 dívka a 11 chlapců). Myslím si, že menší počet dětí zúčastněných z 54. mateřské školy mohl ovlivnit výsledky, a tím pádem i hypotézu číslo 1.

H2: Předpokládáme, že dívky budou mít ve více než 50 % posuzovaných gymnastických dovedností lepší úroveň než chlapci.

I tato hypotéza byla vyvrácena. Z tabulky 3 je patrné, že dívky dosáhly pouze u 4 z 11 posuzovaných gymnastických dovedností lepších výsledků než chlapci. Konkrétně se jedná o dovednosti: kolébka ze sedu do sedu, kolébka s dotykem dlaní u hlavy, přemet stranou a přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed. U 6 z 11 posuzovaných dovedností byly výsledky u obou pohlaví totožné.

V rámci ověření hypotéz pracovala Leitlová (2022) ve své práci taktéž s hypotézou 2. Výzkumným souborem byly 4 mateřské školy z Plzně a celkem posuzovala 66 dětí předškolního věku, z toho 28 dívek a 38 chlapců. Dle výsledků vypočtených pomocí mediánu u dívek a chlapců byla hypotéza vyvrácena. Žádná z dívek nedosáhla ve výsledcích lepší gymnastické úrovně než chlapci. Naopak chlapci byli dokonce v 5 dovednostech lepší než dívky.

Dle výzkumu studie autorů Gerodimos, Karadimou a Pollatou (2005) nejsou rozdíly u dívek a chlapců v předškolním věku až tak výrazné. Studie se zúčastnilo 95 předškolních dětí, z toho 50 dívek a 45 chlapců. Věk dětí se pohyboval od 5 do 6 let. Ke studii byla použita

testovací baterie, která zahrnovala následující motorické dovednosti: běh, cval, poskakování, skok, horizontální skok a skluz. Po vyhodnocení testu nebyly zjištěny žádné rozdíly u dívek a chlapců, kromě skluzu, kde dívky dosahovaly výrazně lepších výsledků než chlapci.

Se stejným názorem se shoduje autorka Hermová (1994), která uvádí, že existují biologické rozdíly mezi mužem a ženou, které ovlivňují motorický vývoj a výkonnost. Nicméně tyto rozdíly jsou především významné před předpubertou a možná i v období puberty. Dále naznačuje, že rozdíl v motorickém vývoji je spíše důsledkem pohybové výchovy dívek a chlapců než biologických rozdílů. Závěrem se domnívá, že dívky a chlapci předškolního věku jsou schopni dosáhnout podobných motorických výkonů.

ZÁVĚR

Cílem mé bakalářské práce bylo zjistit a porovnat úroveň vybraných gymnastických dovedností u dětí předškolního věku v mateřských školách. Výzkumný soubor tvořily děti ve věku 5-7 let ze čtyř mateřských škol z Plzně. Posuzováno bylo 11 gymnastických dovedností, pomocí již existujících posuzovacích škál. 1

Očekávala jsem, že děti v hodnocených dovednostech dopadnou hůře, ale byla jsem mile překvapena, že většinu gymnastických dovedností děti předškolního věku zvládaly. Tento výzkum by mohl být pro učitele mateřských škol motivací a povzbuzením k začlenění gymnastických dovedností do běžného režimu pohybových aktivit předškolních dětí v mateřské škole. Gymnastika je jedním ze sportů, který nám přináší mnoho výhod, jako je správné držení těla, posilování a protahování svalů, pomáhá nám rozvíjet vytrvalost, sílu a má značný význam pro rozvoj svalové koordinace. Chtěla bych pedagogům ukázat, že gymnastické cviky nemusí být vždy obtížné, časově náročné, ale lze je předávat dětem jednoduše a hlavně s důrazem na pozitivní prožitek.

Cíl mé bakalářské práce byl splněn, ačkoli obě stanovené hypotézy byly vyvráceny. Předpokládala jsem, že děti z mateřské školy se sportovním zaměřením budou mít ve více než 50 % posuzovaných gymnastických dovednostech lepší úroveň než děti z mateřských škol bez sportovního zaměření. Zde byl výsledek jednoznačný, jelikož překvapivě v žádné z dovedností nedosáhla mateřská škola se sportovním zaměřením lepších výsledků než ostatní mateřské školy. V hypotéze 2 jsem předpokládala, že dívky dosáhnou u 50 % posuzovaných dovedností lepších výsledků než chlapci. I zde byla hypotéza vyvrácena, nicméně výsledek zde nebyl až tak markantní jako u hypotézy 1.

Vzhledem k tomu, že publikací zaměřených na zjištění stupně zvládnutí gymnastických dovedností u dětí předškolního věku je dostupných velmi málo, rozhodla jsem se inspirovat bakalářskou prací od Leitlové (2022) a vytvořit práci se stejným tématem, aby tato problematika byla více zmapována. Bylo by přínosné, kdyby se tomuto tématu věnovali i další autoři, aby mohlo v budoucnu dojít k případnému porovnání dětí z různých mateřských škol, a to i z dalších měst a krajů.

RESUMÉ

V teoretických východiscích práce se zaměřuji na charakteristiku předškolního období a s tím spojeného tělesného a motorického vývoj dítěte. Dále rozepisuji kapitola zaměřenou na vývoj poznávacích procesů. Výzkum je cílen na gymnastické dovednosti, a proto následující kapitola je věnována charakteristice gymnastiky, jejímu dělení a především charakteristice gymnastiky v předškolním vzdělávání a návazností na RVP PV.

Práce je zaměřena na úroveň vybraných gymnastických dovedností u dětí předškolního věku. Do výzkumu byly zapojeny čtyři mateřské školy z Plzně. V praktické části jsou popsány posuzovací škály hodnocených gymnastických dovedností, celkové výsledky v jednotlivých dovednostech, které jsou vypočteny pomocí mediánu jak pro jednotlivé mateřské školy, tak pro dívky a chlapce. Výsledky týkající se zvládnutí každé gymnastické dovednosti jsou graficky znázorněny.

SUMMARY

In the theoretical background of the thesis I focus on the characteristics of the preschool period and the associated physical and motor development of the child. I also discuss the chapter on the development of cognitive processes. The research focuses on gymnastic skills and therefore the following chapter is devoted to the characteristics of gymnastics, its division and especially the characteristics of gymnastics in preschool education and the links to the RVP PV.

The thesis focuses on the level of selected gymnastic skills in preschool children. Four kindergartens from Pilsen were involved in the research. The practical part describes the assessment scales of the assessed gymnastic skills, the overall results in each skill, which are calculated using the median for each kindergarten, as well as for girls and boys. The results regarding mastery of each gymnastic skill are graphically presented.

SEZNAM LITERATURY

ALLEN, K. Eileen a MAROTZ, Lynn R, 2002. *Přehled vývoje dítěte od prenatálního období do 8 let*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-614-4.

ČERNÁ, Lenka; KABEŠOVÁ, Hana a DOBRODINSKÁ, Miroslava, 2019. *Učíme se učit gymnastiku: základy gymnastiky*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E Purkyně v Ústí nad Labem. ISBN 978-80-7561-225-0.

DVOŘÁKOVÁ, Hana, 2007. *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7290-298-9.

DVOŘÁKOVÁ, Hana, 2006. *Pohybové činnosti pro předškolní vzdělávání*. Praha: Dr. Josef Raabe. ISBN 80-86307-27-1.

HÁJKOVÁ, Jana a VEJRAŽKOVÁ, Dobromila, 1994. *Základní gymnastika*. 1994. Praha: Karolinum. ISBN 80-7066-895-4.

HERCIG, Stanislav a HARVÁNEK, Ladislav, 1996. *Repetitorium gymnastiky*. Plzeň: Západočeská univerzita. ISBN 80-7082-259-7.

HERM, Sabine, 1994. *Psychomotorické hry: 92 her zaměřených na motorický rozvoj dětí v mateřské škole*. Praha: Portál. ISBN 80-717-8018-9.

LANGMEIER, Josef a KREJČÍŘOVÁ, Dana, 2006. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 80-247-1284-9.

LANGMEIER, Josef; KREJČÍŘOVÁ, Dana a LANGMEIER, Miloš, 2002. *Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie*. 2. vyd. Praha: H & H. ISBN 80-7319-016-8.

KRIŠTOFIČ, Jaroslav. *Gymnastika*, 2009. 2. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1733-6.

KRIŠTOFIČ, Jaroslav, 2003. *Gymnastika*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0661-5.

KYSELOVIČOVÁ, Oľga; HIŽNAYOVÁ, Kristína; KRNÁČOVÁ, Adriána a RUPČÍK, Ľuboš, 2011. *Základná gymnastika*. Bratislava: ICM AGENCY. ISBN 978-80-89257-42-3.

PAVLAS, Ivan a VAŠUTOVÁ, Maria, 1999. *Vývojová psychologie I: pro studenty učitelství a vychovatelství*. Ostrava: Ostravská univerzita. ISBN 80-7042-153-3.

SKOPOVÁ, Marie a ZÍTKO, Miroslav, 2022. *Základní gymnastika*. 4., upravené vydání. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-5386-0.

SVATONĚ, Vratislav, 1992. *Gymnastika metodicky a hrou: metodické listy akrobatické a nářadové gymnastiky pro děti mladšího školního věku: metodická příručka pro učitele základní školy*. Kdo si hraje, nezlobí. Olomouc: Hanex. ISBN 80-900925-4-3.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka, 2008. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-2141-4.

ŠULOVÁ, Lenka, 2019. *Raný psychický vývoj dítěte*. Třetí vydání. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-4479-0.

TRPIŠOVSKÁ, Dobromila a VACÍNOVÁ, Marie, 2006. *Ontogenetická psychologie*. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně. ISBN 80-7044-792-3.

VÁGNEROVÁ, Marie, 2005. *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0956-8.

VRCHOVECKÁ, Pavlína, 2020. *Základy gymnastické přípravy dětí: herní pojetí gymnastiky*. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-1284-5.

MALMBERG, Eric, 1999. *Gymnastics fun and games*. Champaign: Human Kinetics. ISBN 0-88011-710-9.

MITCHELL, Debby; DAVIS, Barbara a LOPEZ, Raim, 2002. *Teaching FUNDamental gymnastics skills*. Champaign: Human Kinetics. ISBN 0-7360-0124-7.

Online zdroje:

LEITLOVÁ, Lenka, 2022. *Posouzení úrovně gymnastických dovedností u dětí předškolního věku*. Online, Bakalářská práce, vedoucí Kavalířová Gabriela Mgr. Ph.D. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni. Dostupné z: https://dspace5.zcu.cz/bitstream/11025/50086/1/Bakalarska_prace_Lenka_Leitlova_fina_lni_.pdf. [cit. 2024-02-21].

EROL, Sadettin, 2022. An Investigation of the Basic Gymnastics Program in Preschool Children in Terms of Motor Development. Online. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*. 2022-02-26, roč. 16, č. 2, s. 438-441. Dostupné z: <https://doi.org/10.53350/pjmhs22162438>. [cit. 2024-04-20].

POLLATOU, Elisana; KARADIMOU, Konstantina a GERODIMOS, Vasilios, 2005. Gender differences in musical aptitude, rhythmic ability and motor performance in preschool children. Online. *Early Child Development and Care*. Roč. 175, č. 4, s. 361-369. ISSN 0300-4430. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/0300443042000270786>. [cit. 2024-04-27].

ŠIMŮNKOVÁ, Iveta a NOVOTNÁ, Viléma, 2011. Sportovní příprava moderních gymnastek v předškolním a mladším školním věku. Online. *Studia sportiva*. Roč. 5, č. 2, article 2, s. 133-140. ISSN 2570-8783. Dostupné z: <https://journals.muni.cz/studiasportiva/article/view/7363/6994>. [cit. 2024-02-28].

WERNER, Peter H.; WILLIAMS, Lori H. a HALL, Tina J., 2012. *Teaching Children Gymnastics*. Online. 3rd ed. United States: Human Kinetics. ISBN 978-1-4504-1092-2. Dostupné z: https://books.google.cz/books?id=m1cuB_q_PewC&printsec=frontcover&hl=cs&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false. [cit. 2024-03-05].

Sportovní gymnastika Metodika nácviku základních gymnastických prvků pro učitele tělesné výchovy a začínající trenéry. Online. BAGO, Gustav a HEDBÁVNÝ, Petr. Dostupné z: <http://home.pf.jcu.cz/~base/index.php/>. [cit. 2024-03-07].

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ

Tabulka 1 – Výzkumný soubor	33
Tabulka 2 – Medián jednotlivých gymnastických dovedností MŠ	36
Tabulka 3 – Medián jednotlivých gymnastických dovedností u dívek a chlapců	36
Tabulka 4 – Výsledky 54. mateřské školy.....	I
Tabulka 5 – Výsledky 87. mateřské školy.....	I
Tabulka 6 – Výsledky 23. mateřské školy.....	II
Tabulka 7 – Výsledky 23. mateřské školy.....	II
Graf 1 – Převaly.....	37
Graf 2 – Kolébka ze sedu do sedu	38
Graf 3 – Kolébka ze dřepu do dřepu.....	39
Graf 4 – Kolébka s dotykem dlaní u hlavy.....	40
Graf 5 – Kotoul vpřed.....	41
Graf 6 – Stoj na lopatkách	42
Graf 7 – Váha předklonmo	43
Graf 8 – Přemet stranou.....	44
Graf 9 – Přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed	45
Graf 10 – Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo	46
Graf 11 – Přejít přes lavičku s překračováním překážek	47
Obrázek 1a, b – Převaly.....	III
Obrázek 2a, b – Kolébka ze sedu do sedu	IV
Obrázek 3a, b – Kolébka ze dřepu do dřepu.....	V

Obrázek 4a, b – Kolébka s dotykem dlaní u hlavy	VI
Obrázek 5a, b – Kotoul vpřed.....	VII
Obrázek 6a, b – Stoj na lopatkách	VIII
Obrázek 7a, b – Váha předklonmo	IX
Obrázek 8 – Přemet stranou.....	X
Obrázek 9a, b – Přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed	XI
Obrázek 10a, b – Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo	XII
Obrázek 11a, b – Přechod přes lavičku s překračováním překážek	XIII

PŘÍLOHY

Příloha 1 – Celkové výsledky jednotlivých MŠ

Tabulka 4 – Výsledky 54. mateřské školy

DÍTĚ	MŠ	Palačinky	Vajíčko	Kolébka	Kolébka vzad	Klubíčko	Svíčka	Holubička	Hvězda	Švihadlo	Klokan	Čáp
Dívka	54.MŠ	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1
Chlapec	54.MŠ	2	1	3	3	2	2	1	3	1	1	2
Chlapec	54.MŠ	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	1
Chlapec	54.MŠ	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	2
Chlapec	54.MŠ	2	2	3	2	4	2	2	4	2	2	1
Chlapec	54.MŠ	2	2	3	2	3	1	1	3	1	1	1
Chlapec	54.MŠ	1	2	3	1	3	2	1	3	3	1	1
Chlapec	54.MŠ	1	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1
Chlapec	54.MŠ	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1
Chlapec	54.MŠ	1	3	3	2	1	2	2	4	3	3	2
Chlapec	54.MŠ	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2
Chlapec	54.MŠ	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2
Medián celkem		1	2	2,5	2	2	1,5	1	3	2	1,5	1
Medián dívky		1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1
Medián chlapci		1	2	3	2	2	2	1	3	2	2	1

Tabulka 5 – Výsledky 87. mateřské školy

DÍTĚ	MŠ	Palačinky	Vajíčko	Kolébka	Kolébka vzad	Klubíčko	Svíčka	Holubička	Hvězda	Švihadlo	Klokan	Čáp
Dívka	87.MŠ	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1
Dívka	87.MŠ	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1
Dívka	87.MŠ	1	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2
Dívka	87.MŠ	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Dívka	87.MŠ	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
Dívka	87.MŠ	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1
Dívka	87.MŠ	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1
Chlapec	87.MŠ	1	2	2	1	1	1	1	3	2	1	1
Chlapec	87.MŠ	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1
Chlapec	87.MŠ	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
Chlapec	87.MŠ	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	1
Chlapec	87.MŠ	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2
Chlapec	87.MŠ	1	2	1	2	2	1	1	3	2	1	1
Chlapec	87.MŠ	1	2	2	2	3	2	1	4	2	1	1
Medián celkem		1	1	2	1,5	2	1	1	2	1,5	1	1
Medián dívky		1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1
Medián chlapci		1	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1

Tabulka 6 – Výsledky 23. mateřské školy

DÍTĚ	MŠ	Palačinky	Vajičko	Kolébka	Kolébka vzad	Klubičko	Svíčka	Holubička	Hvězda	Švihadlo	Klokán	Čáp
Dívka	23.MŠ	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	2
Dívka	23.MŠ	2	1	4	3	2	2	2	4	2	2	1
Dívka	23.MŠ	1	1	4	3	2	3	2	4	3	2	2
Dívka	23.MŠ	2	3	2	1	2	1	2	2	2	1	1
Dívka	23.MŠ	2	2	3	2	2	1	2	3	1	2	2
Dívka	23.MŠ	1	2	3	2	2	2	2	4	1	1	1
Dívka	23.MŠ	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	2
Dívka	23.MŠ	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	2
Dívka	23.MŠ	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2
Chlapec	23.MŠ	1	2	1	2	3	2	1	4	2	1	2
Chlapec	23.MŠ	2	2	2	2	1	1	1	3	1	2	1
Chlapec	23.MŠ	2	1	2	3	1	1	2	3	1	2	2
Chlapec	23.MŠ	1	2	3	3	2	2	2	3	2	1	1
Chlapec	23.MŠ	2	2	2	3	1	1	1	3	2	1	1
Chlapec	23.MŠ	2	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2
Chlapec	23.MŠ	1	3	2	1	3	2	1	3	2	2	2
Chlapec	23.MŠ	1	2	3	3	1	2	2	4	1	1	2
Medián celkem		2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2
Medián dívky		2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2
Medián chlapci		1,5	2	2	3	1,5	2	1,5	3	2	1,5	2

Tabulka 7 – Výsledky 23. mateřské školy

DÍTĚ	MŠ	Palačinky	Vajičko	Kolébka	Kolébka vzad	Klubičko	Svíčka	Holubička	Hvězda	Švihadlo	Klokán	Čáp
Dívka	7.MŠ	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1
Dívka	7.MŠ	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1
Dívka	7.MŠ	1	1	2	1	2	2	1	3	1	1	1
Dívka	7.MŠ	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	2
Dívka	7.MŠ	1	2	2	2	2	1	1	3	1	1	1
Dívka	7.MŠ	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1
Dívka	7.MŠ	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2
Dívka	7.MŠ	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	1
Dívka	7.MŠ	1	1	2	1	1	2	1	3	3	2	1
Dívka	7.MŠ	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1
Chlapec	7.MŠ	2	2	2	3	1	3	1	3	1	1	1
Chlapec	7.MŠ	1	2	2	3	1	2	2	3	1	1	1
Chlapec	7.MŠ	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1
Chlapec	7.MŠ	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	1
Chlapec	7.MŠ	1	2	2	2	2	1	1	3	2	1	1
Chlapec	7.MŠ	1	2	2	2	1	2	2	3	2	1	1
Medián celkem		1	2	2	1	1	2	1	3	1	1	1
Medián dívky		1	1,5	2	1	1	2	1	2,5	1	1	1
Medián chlapci		1,5	2	2	2	1,5	2	2	3	1,5	1	1

Příloha 2 – Fotodokumentace

Obrázek 1a, b – Převaly



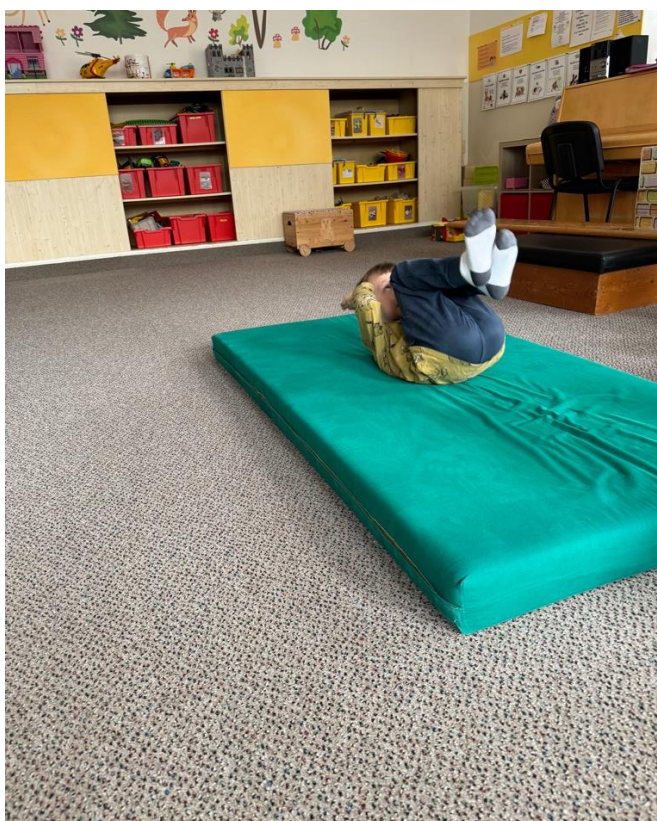
Obrázek 2a, b – Kolébka ze sedu do sedu



Obrázek 3a, b – Kolébka ze dřepu do dřepu



Obrázek 4a, b – Kolébka s dotykem dlaní u hlavy



Obrázek 5a, b – Kotoul vpřed



Obrázek 6a, b – Stoj na lopatkách



Obrázek 7a, b – Váha předklonmo



Obrázek 8 – Přemet stranou



Obrázek 9a, b – Přeskok švihadla snožmo kroužením vpřed



Obrázek 10a, b – Výskok na nízkou překážku a seskok snožmo



Obrázek 11a, b – Přechod přes lavičku s překračováním překážek



Souhlas se zpracováním osobních údajů pro zpracování dat do bakalářské práce

Tímto souhlasím se zpracováním osobních údajů pro bakalářskou práci týkajících se odborného porovnávání a testování vybraných gymnastických dovedností u dětí předškolního věku za účelem použití získaných výsledků do odborné kvalifikační práce.

Mezi zpracované osobní údaje dětí mohou patřit:

- Křestní jméno
- Věk dítěte
- Výsledky gymnastických testů a jejich porovnání

Zpracování osobních údajů dětí bude probíhat na základě souhlasu jejich zákonných zástupců, který bude získán prostřednictvím informovaného souhlasu.

Zpracovala:
MICHAELA KAIMOVÁ
ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI
Pedagogická fakulta
Obor: Mateřská škola, 3.ročník
Telefonní číslo: + 420 734 408 630

.....
.....
.....
.....
.....
.....

V Plzni dne 29.2. 2024