

# Realizace pohybových aktivit v předškolním vzdělávání

## Physical Activities Realising in Preschool Education

*Iva Kouřilová, Hana Janošková*

### Abstrakt

**Cíl sdělení:** Cílem příspěvku je posoudit a porovnat český Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání se zdravotními doporučeními pro pohybový režim dětí a s realitou pohybového vzdělávání v praxi mateřských škol.

**Strukturace výkladu:** Východiskem pro porovnání je vzdělávací obsah Rámcového vzdělávacího programu pro předškolní vzdělávání a přímé pozorování pohybové aktivity dětí v mateřských školách. Pozorovány byly třídy v běžné mateřské škole a v mateřské škole zapojené do programu Mateřská škola podporující zdraví. Objem řízených a neřízených pohybových aktivit byl sledován metodou přímého pozorování a měření času.

**Zjištění:** Bylo zjištěno, že celkový objem pohybových aktivit ve sledovaných mateřských školách odpovídá požadavkům na optimální pohybový režim dětí. Objem zaznamenaných řízených pohybových aktivit v poměru ke spontánním pohybovým činnostem je nevyvážený a zřejmě nestačí k plnění kvalitativních požadavků na pohybové vzdělávání dětí.

**Závěry:** Na základě provedeného pozorování lze doporučit, aby také řízeným pohybovým aktivitám byla v mateřských školách věnována pozornost a vymezen odpovídající časový prostor, který dostatečně podpoří zvládnutí pohybových dovedností, které by odpovídalo věku a nárokům na pohybové vzdělávání předškolních dětí.

**Klíčová slova:** mateřská škola, předškolní vzdělávání, pohybový režim dětí, spontánní pohybové aktivity, řízené pohybové aktivity, pohybové vzdělávání

### Abstract

**Objective of the work:** The aim of the work is to assess and compare the Czech Framework Education Programme for Preschool Education with health recommendations for the physical activity regimen of children with the reality of physical education in the everyday practice of kindergartens.

**Structure of the work:** The starting point lies in evaluating the content of the Framework Education Programme for Preschool Education and directly observing the physical activity of children in kindergartens. Classes were observed in a regular kindergarten as well as in a kindergarten involved in the Health-Promoting Kindergarten programme. Both controlled and uncontrolled physical activities were monitored by direct observation and time measurement.

**Findings:** It was found that the bulk of physical activities in the monitored kindergartens correspond to the requirements for the optimal physical activity regimen of children. However, the whole extent of THE controlled physical activities is not balanced and probably does not meet the quality requirements for physical education of the children.

**Conclusions:** Based on the observations, it can be recommended that controlled physical activities should also be given attention in kindergartens and adequate time space should be allocated to sufficiently support the mastery of movement skills appropriate to the age and psychical education requirements of preschool children.

**Key words:** Kindergarten, pre-school education, physical activity regimen of children, spontaneous physical activities, controlled physical activities, physical education

## Úvod

Pohybový vývoj jedince koresponduje s volbou pohybových aktivit v závislosti na motorických schopnostech a dovednostech. U dětí v raném věku se rozvíjí především hrubá motorika. V předškolním věku následně dochází k nástupu vývoje jemné motoriky a její rozvoj pokračuje až do dospělého věku.

Kurikulární dokumenty v České republice tento vývoj člověka akceptují a snaží se rozvoj motoriky podporovat.

V našem příspěvku se zaměříme na motoriku a pohybové vzdělávání dětí v předškolním věku.

Preprimární vzdělávání odpovídá tradičnímu českému termínu předškolní výchova, který je od roku 1997 nahrazen termínem předškolní vzdělávání, a to v souladu s mezinárodní standardní klasifikací ISCED<sup>1</sup> (Horká & Syslová, 2011). Podle této klasifikace se jedná o úroveň ISCED 0, která zahrnuje vzdělávací programy určené pro děti předškolního věku. Od školního roku 2016/2017

je předškolní vzdělávání organizováno pro děti zpravidla od 3 do 6 let, nejdříve však pro děti od 2 let.

Součástí předškolního vzdělávání je také pohybové vzdělávání a působení na rozvoj motoriky dítěte pomocí spontánních i řízených pohybových aktivit. Na pohybové vzdělávání v mateřských školách (dále MŠ) je zaměřen náš příspěvek, kde jsme se pokusili pomocí výzkumné sondy doložit, jak je pohybové vzdělávání dětí realizováno v praxi MŠ.

## Východiska

Předškolní vzdělávání je vymezeno Rámcovým vzdělávacím programem pro předškolní vzdělávání (dále jen RVP PV). Následně si jednotlivé MŠ, jak známo, vytvářejí vlastní školní vzdělávací programy (dále jen ŠVP), v nichž se RVP PV konkretizuje podle realizačních podmínek jednotlivých MŠ. Každodenní režim v MŠ by tedy měl poskytovat dostatečnou časovou dotaci pro spontánní i řízené pohybové aktivity, tj. pro pohybové vzdělávání dětí. Dvořáková (2011, s. 92) k pohybu dítěte podotýká: „Pokud mu nebude dána možnost pohybovat se, projeví se to v celém jeho chování; pokud tato deprivace bude dlouhodobější, projeví se v nevratných změnách, jak na fyziologické úrovni organismu, tak i na psychice jedince a v jeho sociálních vztazích.“ Pro děti je tedy pohyb nezbytnou životní potřebou.

RVP PV (2018) v sobě zahrnuje vzdělávací oblasti, které přímo podněcují

k zařazení témat podporujících pohybové vzdělávání a pohybový režim dětí. Takovou vzdělávací oblastí je především oblast „Dítě a jeho tělo“. Dílčí vzdělávací cíle, které jsou v této oblasti uvedeny, jsou přímo zacíleny na „rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé i jemné motoriky (koordinace a rozsahu pohybu, dýchání, koordinace ruky a oka apod.), ovládnutí pohybového aparátu a tělesných funkcí“. (RVP PV 2018, s. 15). Další vzdělávací cíle se nezaměřují pouze na rozvoj pohybu, ale spojují pohyb s celkovým všestranným vývojem dítěte. Jako příklad můžeme uvést „rozvoj fyzické i psychické zdatnosti; osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě; vytváření zdravých životních návyků a postojů jako základů zdravého životního stylu“ (RVP PV 2018, s. 15).

Součástí RVP PV je široké spektrum pohybových aktivit. Jednotlivé činnosti reflektují rozvoj jemné i hrubé motoriky dítěte. Obecnost tohoto dokumentu pak poskytuje prostor pro volbu aktivit v rámci ŠVP a vzdělávací nabídka přináší různé činnosti (pohybové, psychomotorické, hudební...). Pro vývoj dětí v předškolním věku je důležité, že RVP PV klade důraz na lokomoční pohybové činnosti (chůze, běh, skoky a poskoky, lezení), nelokomoční pohybové činnosti (změny poloh a pohybů těla na místě) i jiné činnosti (základní gymnastiku, turistiku, sezonní činnosti, míčové hry apod.). Dále jsou uvedena zdravotně orientovaná cvičení

<sup>1</sup> ISCED (International Standard Classification of Education) je mezinárodní standardní klasifikace vzdělání pod záštitou OSN, která slouží pro zařazování vzdělávacích aktivit definovaných v programech a následně kvalifikací do mezinárodně uznávaných skupin. Základní pojmy a definice v klasifikaci ISCED jsou sestaveny tak, aby byly mezinárodně platné a zahrnovaly širokou škálu vzdělávacích systémů. Klasifikace vzdělávání byla zavedena sdělením Českého statistického úřadu s účinností od 1. ledna 2014.

(vyrovnávací, zpevňovací, protahovací, uvolňovací, dechová, relaxační) a také různé druhy her (psychomotorické, smyslové, hudebně pohybové).

Tato nabídka aktivit je široká a měla by směřovat k splnění očekávaných výstupů, které jsou představeny v další části RVP PV. Především se jedná o správné držení těla, překonávání překážek, manipulaci s míčem nebo dalším sportovním náčiním a náradím. Dále je mimo jiné k pohybovým aktivitám uvedeno: „vědomě napodobovat jednoduchý pohyb podle vzoru a přizpůsobit jej podle pokynu“ (RVP PV 2018, s. 16). Tento očekávaný výstup přímo poukazuje na potřebu řízených nebo částečně řízených pohybových aktivit v rámci MŠ. Stejně tak gymnastická, zdravotně orientovaná cvičení nebo hry psychomotorické, smyslové, hudebně pohybové, míčové by měly být rozvíjeny spontánně i řízeně v rámci odpovídajícího pohybového režimu dětí. V RVP PV v části Podmínky předškolního vzdělávání je uvedeno: „Poměr spontánních a řízených činností je v denním programu vyvážený, a to včetně aktivit, které mateřská škola organizuje nad rámec běžného programu.“ (RVP PV, 2018, s. 33). V praxi MŠ by tedy měl být realizován srovnatelný objem řízených a neřízených (spontánních) pohybových aktivit.

Požadavek na srovnatelný objem řízených a spontánních pohybových aktivit by měl také souviset s přirozenou potřebou pohybu, kdy celkový objem spontánních pohybových aktivit zabírá u předškolních dětí často několik

hodin denně. Autorka Dvořáková (2011) původně nerozlišuje řízenou a spontánní pohybovou aktivitu, avšak uvádí, že dítě potřebuje denně alespoň 5 hodin pohybu. Z této potřeby by měly vycházet představy o práci s dětmi a jejich každodenním pohybovém režimu. Tento požadavek může být konkretizován doporučením pro objem pohybových a nepohybových aktivit dítěte, které by měly být v průběhu dne vyrovnané (Mužík, Šeráková & Janošková, 2019).

### Cíl výzkumného šetření

Cílem výzkumného šetření je ověřit pomocí výzkumné sondy pohybový režim dětí i objem spontánních a řízených pohybových aktivit v praxi MŠ. Součástí cíle je porovnání požadavků RVP PV s praktickou realizací pohybového režimu dětí v běžné MŠ a v MŠ zapojené do programu Mateřská škola podporující zdraví. Z uvedeného cíle plynou tyto výzkumné otázky:

- Odpovídá realizace pohybových aktivit ve sledovaných MŠ požadavkům na vhodný pohybový režim dětí?
- Je poměr spontánních a řízených pohybových aktivit ve sledovaných MŠ vyvážený?

### Metodika

Realizace pohybové složky RVP PV byla posuzována pomocí případových studií dvou tříd MŠ. Pozorován byl týdenní program v běžné MŠ a současně v MŠ

zapojené do programu Mateřská škola podporující zdraví. V každé MŠ byla pozorována jedna třída.

Ve výzkumné sondě jsme se zaměřili na celkový objem pohybových aktivit během pobytu dětí v MŠ, ale také na poměr řízených a neřízených (spontánních) pohybových aktivit. Tento poměr může signalizovat úroveň pohybového vzdělávání v MŠ. Objem pohybových aktivit byl sledován metodou přímého pozorování s evidencí časových proporcí řízených a neřízených pohybových aktivit. Učitelky byly o cílech pozorování informovány jen rámcově. Realizován a pozorován byl běžný pohybový režim dětí.

Výzkumné šetření trvalo v každé výše uvedené třídě jeden týden (5 všedních dnů) během jarního období. Výsledky byly zapisovány do záznamových archů vytvořených pro tento účel, kde byl uváděn čas strávený spontánní nebo řízenou pohybovou aktivitou dětí v dopoledních i odpoledních hodinách. Každý den byl pozorován pobyt dětí v MŠ po dobu 390 minut (tj. 6,5 hodiny). Dopolední bylo pozorováno vždy 270 minut a odpoledne 120 minut.

Do řízených pohybových aktivit byly zařazeny činnosti, které dětem nabízely a řídily učitelky sledovaných MŠ. Jednalo se například o drobná cvičení bez pomůcek a s pomůckami, překážkové dráhy, jednoduchá gymnastická cvičení, básničky s pohybem, písničky s tancem a další. Spontánní pohybová aktivita zahrnovala veškerý samovolný pohyb dětí, mezi

kteřím byl počítán i pohyb při hrách na koberci, například s autíčky, panenkami, kostkami a podobně. Vycházky byly posuzovány podle toho, zda obsahovaly řízené činnosti. Za pohybové aktivity nebyly považovány klidové činnosti dětí, jako je například práce u stolečku, stravování a samozřejmě odpočinek na lůžku.

Třída, která je součástí běžné MŠ, si zvolila název Květinky. Tato třída je věkově smíšená a navštěvuje ji celkem 24 dětí ve věku od 2 do 5 let. Teprve nedávno došlo v této MŠ k novému přerozdělení dětí do tříd, přičemž všechny předškolní děti byly zařazeny do jiné třídy. Výzkumného šetření se neúčastnily dvě děti, které po celý příslušný týden chyběly. Děti mají na starosti dvě kvalifikované učitelky MŠ a jedna asistentka pedagoga, která ve třídě spolupracuje na vzdělávání chlapce se speciálními vzdělávacími potřebami.

Třída, která je zapojená do programu Mateřská škola podporující zdraví s Montessori programem, se nazývá Primary. Třída je věkově smíšená s dětmi od 3 do 6 let. Ve třídě je zapsáno celkem 20 dětí, ale některé děti nenavštěvují MŠ každý den. Přítomno bylo vždy maximálně 15 dětí a 2 kvalifikované učitelky MŠ. Ve třídě aktuálně není žádné dítě se speciálními vzdělávacími potřebami nebo individuálním vzdělávacím plánem. Třída působí velmi klidným dojmem, což je pravděpodobně způsobeno nižším počtem dětí a také respektujícím a vstřícným přístupem pedagogů. Vzhledem k menší-

**Tabulka 1.** Výskyt pohybových aktivit (PA) v běžné MŠ v minutách

	Celková měřená doba	Dopolední PA		Odpolední PA		PA za den celkem		
		spontánní	řízené	spontánní	řízené	spontánní	řízené	celkem
Pondělí	390	160	20	18	0	178	20	198
Úterý	390	153	15	20	0	173	15	188
Středa	390	133	10	21	0	154	10	164
Čtvrtek	390	123	20	14	0	137	20	157
Pátek	390	158	15	16	0	174	15	189
<b>Průměr</b>	<b>390</b>	<b>145,4</b>	<b>16,0</b>	<b>17,8</b>	<b>0,0</b>	<b>163,2</b>	<b>16,0</b>	<b>179,2</b>

mu počtu dětí se zdejší učebna jeví jako dostatečně prostorná i pro pohybovou aktivitu dětí.

## Výsledky

Na základně popsané výzkumné sondy byly zjištěny níže uvedené výsledky pohybové aktivity dětí v MŠ, které pro lepší přehlednost uvádíme v popisných tabulkách

### Pohybová aktivita v běžné mateřské škole

Ve třídě Květinčky se děti ve sledovaném týdnu pohybovaly v průměru denně 179,2 minuty, což je téměř 3 hodiny denně (tabulka 1). Převahu měly dopolední pohybové aktivity, které v pondělí dosáhly 180 minut. V odpoledních hodinách nepřesáhly pohybové aktivity 20 minut. V odpoledních hodinách se během

pozorovaného týdne nevyskytly řízené pohybové aktivity ani jednou. Rozložení pohybových aktivit v průběhu týdne bylo vcelku rovnoměrné a pohybovalo se od 198 minut v pondělí (maximum) po 157 minut ve čtvrtek (minimum).

Spontánní pohybové aktivity v běžné MŠ zcela převažovaly nad řízenými pohybovými aktivitami, které v průměru probíhaly jen 16 minut denně a nepřesáhly během jednoho dne dobu 20 minut (tabulka 2). Spontánní pohybové aktivity zabíraly v průměru 91,1 % času věnovaného pohybovým aktivitám, kdežto řízené pohybové aktivity se vyskytovaly jen 8,9 % času celkové pohybové aktivity dětí. Z celkové pozorované doby 390 minut denně však bylo v průměru 45,9 % času věnováno pohybovým aktivitám a 54,1 % času ostatním nepohybovým aktivitám. Toto zjištění je v souladu s požadavkem na poměr pohybových a nepohybových aktivit v předškolním věku dětí, který by

**Tabulka 2.** Poměr spontánních a řízených pohybových aktivit (PA) v běžné MŠ v % času

	PA za den (v minutách)			Podíl PA z celkové měřené doby 390 minut (v % času)			Poměr spontánních a řízených PA (v % času)	
	spontánní	řízené	celkem	spontánní	řízené	celkem	spontánní	řízené
Pondělí	178	20	198	45,6	5,1	50,8	89,9	10,1
Úterý	173	15	188	44,4	3,8	48,2	92,0	8,0
Středa	154	10	164	39,5	2,6	42,1	93,9	6,1
Čtvrtek	137	20	157	35,1	5,1	40,3	87,3	12,7
Pátek	174	15	189	44,6	3,8	48,5	92,1	7,9
<b>Průměr</b>	<b>163,2</b>	<b>16,0</b>	<b>179,2</b>	<b>41,8</b>	<b>4,1</b>	<b>45,9</b>	<b>91,1</b>	<b>8,9</b>

měl být přibližně v poměru jedna ku jedné (Mužík, Šeráková & Janošková, 2019).

Můžeme tedy konstatovat, že pozorovaná běžná MŠ plnila v pohybovém režimu dětí požadavek na poměr pohybových a nepohybových aktivit, ale podíl řízených pohybových aktivit byl zcela nedostatečný.

### Pohybová aktivita v mateřské škole podporující zdraví

Spontánní pohybová aktivita v třídě Primary dosahovala ve sledovaném týdnu v průměru 219 minut denně, což je více než tři a půl hodiny denně (tabulka 3). Převahu měly dopolední pohybové aktivity, ale také v odpoledních hodinách dosáhly pohybové aktivity průměrné hodnoty 47,2 minut za den. Rozložení pohybových aktivit v průběhu týdne bylo vcelku rovnoměrné a pohybovalo se od

235 minut v pondělí (maximum) po 198 minut ve středu (minimum).

Spontánní pohybové aktivity v MŠ podporující zdraví (podobně jako v běžné MŠ) zcela převažovaly nad řízenými pohybovými aktivitami, které v průměru probíhaly jen 15 minut denně a nepřesáhly během jednoho dne dobu 25 minut (tabulka 4). Spontánní pohybové aktivity zabíraly v průměru 93,2 % času věnovaného pohybovým aktivitám, kdežto řízené pohybové aktivity se vyskytovaly pouze v 6,8 % času celkové pohybové aktivity dětí. Z celkové pozorované doby 390 minut denně však bylo v průměru 56,2 % času věnováno pohybovým aktivitám a 43,8 % času nepohybovým aktivitám. Toto zjištění je opět v souladu s požadavkem na poměr pohybových a nepohybových aktivit v předškolním věku dětí, který by měl být přibližně vyrovnaný (RVP PV, 2018, s. 8)

**Tabulka 3.** Výskyt pohybových aktivit (PA) v MŠ podporující zdraví

	Celková měřená doba	Dopolední PA		Odpolední PA		PA za den		
		spontánní	řízené	spontánní	řízené	spontánní	řízené	celkem
Pondělí	390	170	0	45	20	215	20	235
Úterý	390	155	15	43	0	198	15	213
Středa	390	163	0	35	0	198	0	198
Čtvrtek	390	163	0	38	15	201	15	216
Pátek	390	168	25	40	0	208	25	233
<b>Průměr</b>	<b>390</b>	<b>163,8</b>	<b>8,0</b>	<b>40,2</b>	<b>7,0</b>	<b>204,0</b>	<b>15,0</b>	<b>219,0</b>

**Tabulka 4.** Poměr spontánních a řízených pohybových aktivit (PA) v MŠ podporující zdraví (v % času)

	PA za den (v minutách)			Podíl PA z celkové měřené doby 390 minut (v % času)			Poměr spontánních a řízených PA (v % času)	
	spontánní	řízené	celkem	spontánní	řízené	celkem	spontánní	řízené
Pondělí	215	20	235	55,1	5,1	60,3	91,5	8,5
Úterý	198	15	213	50,8	3,8	54,6	93,0	7,0
Středa	198	0	198	50,8	0,0	50,8	100,0	0,0
Čtvrtek	201	15	216	51,5	3,8	55,4	93,1	6,9
Pátek	208	25	233	53,3	6,4	59,7	89,3	10,7
<b>Průměr</b>	<b>204,0</b>	<b>15,0</b>	<b>219,0</b>	<b>52,3</b>	<b>3,8</b>	<b>56,2</b>	<b>93,2</b>	<b>6,8</b>

### Porovnání sledovaných mateřských škol

Sledovaná mateřská škola podporující zdraví se od běžné mateřské školy odlišuje především celkovým objemem pohybových aktivit v režimu dne (tabulka 5). Děti v MŠ podporující zdraví se v průmě-

ru pohybují přibližně o 40 minut denně déle než děti v běžné MŠ. V obou MŠ je přesto plněn požadavek na rovnoměrné zastoupení pohybových a nepohybových aktivit v režimu dne.

Podíl řízených pohybových aktivit je v obou sledovaných MŠ srovnatelný

**Tabulka 5.** Porovnání objemu pohybových aktivit (PA) v běžné MŠ a v MŠ podporující zdraví

	Průměrné hodnoty PA za den (v minutách)			Podíl PA z celkové měřené doby 390 minut (v % času)			Poměr spontánních a řízených PA (v % času)	
	spontánní	řízené	celkem	spontánní	řízené	Celkem	spontánní	řízené
Běžná MŠ	163,2	16,0	179,2	41,8	4,1	45,9	91,1	8,9
MŠ podporující zdraví	204,0	15,0	219,0	52,3	3,8	56,2	93,2	6,8

a pohybuje se pouze okolo 15 minut za den, což je méně než 10 % času věnovaného pohybovým aktivitám. V tomto ukazateli pohybové aktivity není plněno doporučení RVP PV, že „poměr spontánních a řízených činností v denním programu má být vyvážený...“ (RVP PV, 2018, s. 33).

V obsahu pohybových aktivit v obou sledovaných MŠ bylo představeno široké spektrum pohybových činností na rozvoj jemné i hrubé motoriky. Tyto činnosti by však měly být rovnoměrně rozvíjeny spontánními i řízenými aktivitami, aby docházelo k žádoucímu procesu pohybového učení. Po analýze naměřených hodnot a zhodnocení projektovaného kurikula vyplývá, že pohybové činnosti jsou rozvíjeny především spontánními aktivitami.

### Diskuse

Autorka Dvořáková (2011) uvádí, že pohyb by u dětí měl dosahovat alespoň

5 hodin denně. Do této doby se však započítává také doba strávená mimo MŠ. Pokud naše výzkumná sonda potvrdila, že v programu MŠ jsou pohybové aktivity zastoupeny v průměru více než 3 hodiny denně, můžeme konstatovat, že požadavky na objem pohybových aktivit sledované MŠ splňují.

Autoři Janošková, Šeráková a Mužík (2018) se shodují se Sigmundem a Sigmundovou (2011), že organizované, tj. řízené pohybové aktivity by měly být alespoň 60 minut denně. Tento požadavek však sledované MŠ nesplňují. Rovněž vzdělávací obsah RVP PV klade důraz na vyvážený poměr řízených a spontánních činností dětí v MŠ. Z naší výzkumné sondy vyplývá, že tato rovnováha činností není dodržována. Aktuálně nám není známo, že by se v zahraniční dosud publikované výzkumy zabývaly řízenými a neřízenými pohybovými aktivitami v MŠ. V tomto smyslu může být naše výzkumná sonda originální. Problematikou se zabývá také Culková a Franco-

vá (2020). Autorky se na rozdíl od naší sondy zaměřují na lesní mateřské školy a dětské lesní kluby.

Miklánková (2009, s. 82) na základě rozsáhlého výzkumu konstatovala, že „pobyt v mateřské škole patří z pohledu celotýdenní pohybové aktivity dětí k nejméně kvalitním úsekům dne.“ Autorka však připouští, že pobyt v MŠ nemůže být naplněn pouze pohybovými aktivitami. Naše výzkumná sonda výrok Miklánkové z hlediska objemu pohybových aktivit nepotvrdila, ale je třeba zdůraznit, že spontánní pohybová aktivita může plnit pouze požadavky na pohybový režim dětí, avšak nezajistí kvalitu vzdělávání v oblasti pohybových dovedností a pohybových činností. Opakované měření výkonů v rámci základních dovedností běhu, skoku a hodů s odstupem 33 let (Dvořáková, 2014) ukázalo zhoršení dětí ve skoku a hodů, tedy v dovednostech, které je třeba děti učit. Zjištění, že v rámci režimu dne je v MŠ věnována většina času spontánním pohybovým aktivitám, považujeme proto z hlediska pohybového vzdělávání za negativní poznatek. Toto šetření bylo zaměřeno pouze na objem pohybových činností, zásadní je však postoj učitelky či učitele, podmínky, podpora aktivit, a další aspekty, které však nebyly zjišťovány.

## Závěry

Podle námi zjištěných výsledků je aktuální RVP PV vhodně nastaven pro rozvoj motoriky a pro žádoucí pohybový režim

i pro pohybové vzdělávání dětí v MŠ. Široká nabídka činností uvedených v RVP PV poskytuje možnost začlenit pohybové aktivity do režimu dne v MŠ a zároveň RVP PV klade důraz na vyváženost spontánních a řízených činností.

V obou třídách uvedených v tomto příspěvku se celková doba pohybových aktivit velmi blížila, respektive překračovala požadavky na vhodný pohybový režim dětí. Výrazně delší čas (okolo 90 % času celkové pohybové aktivity) však byl věnován spontánním pohybovým aktivitám než řízeným pohybovým činnostem. Je tedy diskutabilní, zda je dostatečně plněna kvalitativní stránka pohybového vzdělávání dětí v MŠ.

Z RVP PV vyplývá, že učitel či učitelka má nabízet co nejširší škálu pohybových dovedností a podporovat jejich zvládnutí dětmi jako předpoklad pro rozvíjející se pohybovou gramotnost. Tyto dovednosti děti získávají jak ve spontánních činnostech, tak především v řízených, kde lze předcházet fixaci chyb.

Naše měření spontánních a řízených pohybových aktivit vycházelo z doporučení uvedeném v RVP PV o vyváženosti poměru spontánních a řízených aktivit. Syslová a Štěpánková (2019) uvádí pojem nepřímě řízené činnosti, které z našeho pohledu podporují rozvoj pohybové gramotnosti dětí. V RVP PV však termín nepřímě řízené činnosti ani pohybová gramotnost nejsou reflektovány. V zahraničí se pohybovou gramotností zabývá řada autorů např. Whitehead (2010), Tremblay a Lloyd (2010), Mandigo,

Francis, Lodewyk a Lopez (2009). U nás se touto problematikou zabývá např. Čechovská a Dobrý (2010), Vašíčková (2016), Roučka (2013). Mužik, Šeráková a Janošková (2019) uvádějí, že formování úrovně pohybové gramotnosti by mělo být přiměřené jednotlivým věkovým kategoriím. Z toho vyplývá, že i u dětí v předškolním věku se nejedná jen o kvalitu pohybu, ale také o vědomosti, zkušenosti, uvědomělé a bezpečné provádění pohybových aktivit při uplatňování osvojených dovedností. Na druhou stranu základní pohybové dovednosti jsou jedním ze základních elementů pohybové gramotnosti a ty lze podporovat právě nepřímě řízenými činnostmi.

Uvědomujeme si, že výsledky výzkumné sondy nelze zobecnit. Na základě našich zkušeností z pedagogických praxí v MŠ i na základě poznatků uvedených v tomto příspěvku si však dovoluujeme konstatovat, že námi zdokumentovaná

realizace pohybových aktivit může mít obecnější platnost. Proto doporučujeme podle podmínek jednotlivých MŠ více a lépe vyvážit poměr nejen spontánních a řízených pohybových aktivit, ale zařazovat ve velké míře nepřímě řízené činnosti (Krejčová, Kergerová a Syslová, 2015). Na základně uvedených doporučení a jejich konfrontaci s výsledky šetření se domníváme, že moderní vzdělávací metody inklinující k nepřímě řízeným činnostem by mohly vést k rozvoji pohybové gramotnosti.

## Poděkování

Tento příspěvek vznikl s podporou projektu specifického výzkumu MUNI/A/1490/2020 „Výzkum kurikula tělesné výchovy a výchovy ke zdraví pro předškolní a mladší školní věk“ realizované na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity.

## Literatura

- Culková, D., & Francová, L. (2020). Sonda do pohybové aktivity dětí ve státních mateřských školách, v lesních mateřských školách a v dětských lesních klubech. *Tělesná kultura*, 43(1), 16-25.
- Čechovská, I., & Dobrý, L. (2010). Význam a místo pohybové gramotnosti v životě člověka. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 76(3), 2-5.
- Dvořáková, H. (2011). *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]*. Praha: Portál.
- Dvořáková, H., & Kopřivová, V. (2014). *Růst a motorická výkonnost předškolních dětí v roce 2010 a v generačním posunu*. Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta.
- Horká, H., & Syslová, Z. (2011). *Studie k předškolní pedagogice*. Masarykova univerzita.

- Janošková, H., Šeráková, H., & Mužík, V. (2018). *Zdravotně preventivní pohybové aktivity* (2018). Masarykova univerzita.  
Dostupné z [https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/pedf/js18/pohybove\\_aktivity/web/index.html](https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/pedf/js18/pohybove_aktivity/web/index.html)
- Krejčová, V., Poche Kargerová, J., & Syslová, Z. (2015). *Individualizace v mateřské škole*. Portál.
- Mandigo, J., Francis, N., Lodewyk, K., & Lopez, R. (2009). Physical literacy for educators. *Physical and Health Education Journal*, 75(3), 27–30.
- Miklánková, L. (2009). *Environmentální stimuly v pohybové aktivitě dětí předškolního věku*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Mužík, V., Šeráková, H., & Janošková, H. (2019). *Abeceda pohybové aktivity dětí* (2019). Masarykova univerzita. Dostupné z <http://is.muni.cz/elportal/?id=1549777>
- Roučka, L. (2013). *Pohybová gramotnost*. Diplomová práce. Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Praha
- RVP PV (2018) *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání* Praha: MŠMT
- Sigmund, E., & Sigmundová, D. (2011). *Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Syslová, Z., & Štěpánková, L. (2019). Organizační formy v mateřské škole podporující individualizované, skupinové a kooperační učení. In J. Kropáčková, M. Čapek Adamec & Z. Syslová (eds.). *Metodika předškolního vzdělávání zaměřená na didaktické aspekty práce s dětmi* (1), 46–55. Dostupné z: <https://pages.pedf.cuni.cz/sc1/files/2020/02/Methodika-PV.pdf>
- Tremblay, M., & Lloyd, M. (2010). Physical literacy measurement: The missing piece. *Physical and Health Education Journal*, 76(1), 26-30.
- Vašíčková, J. (2016). *Pohybová gramotnost v České republice*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Whitehead, M. (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse*. London: Routledge.

**Mgr. Iva Kouřilová**

**PaedDr. Hana Janošková, Ph.D.**

Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

Masarykova univerzita

[iva.kouril@gmail.com](mailto:iva.kouril@gmail.com)

[janoskova@ped.muni.cz](mailto:janoskova@ped.muni.cz)