6. Řízení pohybových dovedností a tělesné výchovy v mateřské škole a v předškolním věku. Vyučovací činnosti učitele v TV. Postupy a metody, styly.

# Metody realizace pohybových činností (Dvořáková 2009)

Činnosti mají svůj výchovný dopad především tehdy, když jsou spojeny s emocemi a prožitky. Snahou pedagoga je, aby to byly emoce a prožitky pozitivní. Proto s odklonem od příkazového řízení se pedagog stává spíše facilitátorem, pomocníkem, spoluhráčem a činnosti jsou dětem nabízeny především prostřednictvím **vhodných podmínek**, **nabídkou pomůcek** a **činností**, vždy za pomoci **motivace a nápodoby** (tedy ukázky), ale i jako **problém a výzva,** a nejčastěji jako **hra,** do níž jsou předchozí metody zcela přirozeně začleněny. Například chodit po čáře jako po provaze je motivované cvičení, ale ve hře na auta čáry představují ulice, po kterých se jezdí. Jiným příkladem je čarování, které děti zakleje do zvířátek, ale skutečnou hrou je hra „Honzo vstávej!“, kdy děti užívají pohybu zvířátek podle pravidel hry.

Volná nabídka pomůcek k experimentaci a volné hře je důležitá i pro rozvoj samostatnosti, tvořivosti a dodržování pravidel. Nabídka činností v částečně, nebo plně řízené činnosti (didaktický styl s nabídkou) je dalším prostředkem nejen pro vzbuzení zájmu, ale zejména pro respektování individuálních předpokladů jednotlivých dětí.

Důležitou a častou metodou je dramatizace, která děti motivuje k dané činnosti a podporuje jejich prožitek. Velmi působivé je propojení pohybu s říkadly, zpěvem a hudbou, tedy s hudební výchovou. Od věci není ani spojení s výchovou výtvarnou.

V práci pedagoga je nutné, aby dokázal vytvořit optimální podmínky, jež by děti vedly k samostatnému objevování a cvičení. Tedy navozování spontánní aktivity dětí pomůckami a vhodným prostorem, vytváření situací, které provokují k řešení pohybových úkolů jako zajímavých problémů. Takové přístupy se velmi dobře osvědčily např. při využití pomůcek a nářadí (poradit si vlastním způsobem s pomůckou, překonat vlastním způsobem překážku apod.).

PVP PV stanovuje, že předškolní vzdělávání má probíhat v ucelených částech ve vztahu k tématu, v tzv**. integrovaných blocích**. Jejich obsah je tvořen různorodými činnostmi z jednotlivých oblastí vzdělávacího obsahu RVP PV. Lze říci, že se dané téma zkoumá a osvětluje pomocí různých pohledů a různých činností – rozhovoru, prohlížení a čtení knížek, pohybem, výtvarnou činností, zpíváním, nebo hudbou. Je proto důležité nacházet vhodná a nenásilná propojení při využívání pohybových činností k daným tématům.

Je také důležité dokázat využít i **neplánované situace**, které každodenně a běžně nastávají a ve kterých se projevuje flexibilita učitelky.

Dalším důležitým faktorem je vždy **způsob komunikace**, a to při všech praktických činnostech i mimo plánované aktivity. Důležité je zvyknout si na „rovnou“ komunikaci mezi učitelkou (dospělým) a dětmi, důležitá je též schopnost obou stran naslouchat. Je nutné, aby názory dětí byly přijímány vážně a vstřícně a aby se problémové situace neřešily příkazově, nýbrž diskuzí (to samozřejmě neznamená, že pravidla nebudou důsledně dodržována – rávě naopak, ale postupně vedeme děti k jejich pochopení a tím i přijetí).

## V komplexním výchovně-vzdělávacím procesu v mateřské škole se pohybové činnosti a s nimi i cíle RVP PV realizují:

1. Spontánními aktivitami a ve spontánně vzniklých situacích
2. Záměrným vytvářením podmínek
3. Zcela či částečně řízenými činnostmi

### Spontánní aktivity

Rozsah, obsah a intenzitu spontánní pohybové aktivity ovlivňuje především:

* PROSTOR: Prostor musí být dostatečný – pohyb venku, či v tělocvičně – prostor, který by respektoval potřeby dětí. Je důležité příliš děti neomezovat (vstup na prolézačky, prostor vymezený pro jednu třídu na školní zahradě)
* POSTOJ UČITELKY: Učitelky by nijak neměly dávat najevo (ani výrazem tváře), že se jim nelíbí přílišné běhání či hlasitost, pokud jde jen o jejich pocity. Samozřejmě je nutné zachovat předem domluvená pravidla, která vycházejí z bezpečnosti.
* POMŮCKY: Ovlivňují výběr aktivit, dostatečně podnětné pomůcky rozšiřují způsoby pohybu a učení se novým dovednostem. Poté mají jejich činnosti významně poznávací funkci -> různé nápady, nové hry, spolupráce.

### Záměrné vytváření podmínek

Poskytováním prostoru a volbou pomůcek učitelka vytváří širší či užší podmínky k pohybu:

* Větší či menší prostor
* Využívání nářadí či zahradních prvků (prolézaček)
* Pomůcky

Tyto podmínky může záměrně a plánovitě měnit a tím vést děti ke zvyšování zdatnosti, ke zlepšování manipulačních dovedností a k překonávání strachu

* Zvětšuje prostor pro spontánní hru
* Volí členitý terén a podněcuje hry v něm
* Nabízí postupně další a obtížnější pomůcky (obruče, švihadla, chůdy, míče různých velikostí...)
* Podněcuje ke složitějšímu využití prolézaček
* Někdy poskytuje zabezpečení (záchranu, dopomoc).
* Navštěvuje i jiná hřiště s jinou nabídkou terénu a prolézaček.

Stálá nabídka pomůcek a vybavení prostoru podporuje další a další děti, aby se postupně odvážily vyzkoušet nějakou dovednost, kterou už jiné, třeba starší nebo odvážnější děti dobře ovládají. Proto je důležité jednotlivé děti sledovat a vnímat jejich individuální pokroky, povzbuzovat je a všímat si jejich úspěchů, poskytnout jim vhodnou dopomoc, když je třeba, ale do činností je nenutit, až k nim samy dorostou.

### Řízené pohybové aktivity

Je třeba mít dostatečnou zásobu her, motivací a podnětů.

Učitelka podněcuje k pestřejšímu využití pomůcek, nářadí, prolézaček příkladem, otázkami, ukázkou aj. Ve věkově smíšených skupinách se volba činností zdá být nejobtížnější. Pro každou činnost děti přiměřeně motivujeme, ale nenutíme je. Tím je často naplněn přirozený výběr, kdy činnost, která je pro dítě nepřiměřená (obtížná nebo jednoduchá) a tedy i nepřitažlivá, si dítě nevybere, chce dělat něco jiného, nebo se jen dívat. Učitelka také může na základě svých informací o dětech vytvořit skupiny s podobnou úrovní. Takovým menším skupinám, nebo i jednotlivcům nabídne různé činnosti, podle jejího názoru přiměřené a rozvíjející

## Způsoby řízení aktivity

Řídit je možné:

1. HROMADNĚ aniž by děti byly nuceny či omezovány:
   1. Celá skupina dětí hraje společně jednoduché pohybové hry podle pokynů učitelky
   2. Je možné vést společnou rozcvičku - FRONTÁLNĚ
   3. Hromadně je také řízena překážková dráha - PROUDOVĚ
2. SKUPINOVĚ – různámi způsoby:
   1. Skupiny tvoříme **uvnitř pohybových činností** (uvnitř pohybového celku), důvodem je možnost rychlejšího střídání dětí a kratší prostoje, pokud je nedostatek pomůcek a nářadí
      1. **Každá skupina má určenou činnost**, skupiny se pak vymění, např. jedna skupina si hraje s míčem, druhá se učí lézt po šikmé lavičce s dopomocí učitelky
      2. **Nabídneme několik činností** a děti se rozdělí podle vlastního zájmu, např. nabídneme švihadla, míče a kuželky, trampolínu (kde pomáhá učitelka), děti si zvolí, co chtějí zkoušet, po určité době děti svoláme a znovu jim dáme šanci si vybrat, tedy se vystřídat.
   2. Skupiny tvoříme pro různé činnosti, důvodem je snížení počtu dětí ve skupině (např. vzhledem k nedostatečnénu prostoru, nebo nedostatku pomůcek):
      1. Jedna skupina cvičí, druhá dokončuje výtvarnou práci, potom se mohou vystřídat, obsah pohybových činností může být stejný nebo různý (např. mladší a starší děti).
   3. Skupiny tvoříme vzhledem k různým předpokladům dětí:
      1. Posunutá čára, od které se hází
      2. Možnosti různě provést úkol, říkáte dětem, jak je která možnost obtížná a mohou si vybrat
      3. Mladším dětem pomáháte (třeba s padákem) starším už ne

RVP PV a některé alternativní programy vždy zdůrazňují individualitu dítěte a také individuální přístup a individuální učení dítěte. Důležitý a podstatný je výklad těchto pojmů a jejich převedení do praxe. Vyčleňování dětí pro individuální práci musí být prováděno velmi citlivě. Je to nejvhodnější např. ráno, než se děti sejdou, nebo po obědě. Individuální práce by měla být pravidelná, aby si na ní dítě zvyklo a počítalo s ní. Individuální péče spočívá v tom, že jsme ochotni každému dítěti věnovat svou pozornost a že i ve skupinových a společných činnostech každé dítě vnímáme jako individualitu s jeho individuálním prožíváním činností, situací, vzdělávání.

## Učitelka plánuje pohybové činnosti k cíli:

* INDIVIDUÁLNÍMU: zachraňuje při hře na honičku i nesmělá holčička
* SKUPINOVÉMU: Záchrana pomocí vrčení jako logopedické cvičení pro skupinu dětí s problémy s výslovností
* HROMADNÉMU: Všechny děti zlepšují svou fyzickou kondici

Hra na honičku se zachraňováním: koho se dotkne čaroděj, ten se stane pejskem a ve vzporu klečmo čeká na vysvobození. Vysvobodí jej kamarád, který si také klekne do vzporu klečmo a pořádně zavrčí – vrrr.

# Pedagogické zásady v TV

Didaktické zásady podle J. A. Komenského – doporučuje je, aby se vyučování stalo efektivním. Některé z nich se používají dodnes.

1. Názornost – čím více smyslů zapojíme, tím více ji podržíme v paměti
2. Trojrozměrný model – (jestliže není možné zajistit reálii)
3. Obraz
4. Soustavnost
5. Posloupnost
6. Aktivita žáka
7. Vliv dětské skupiny – jedinec se učí od ostatních
8. Zásada individuálního přístupu
9. Zásada demokratičnosti – právo vzdělávat se mají všichni

V současnosti didaktickými zásadami rozumíme nejobecnější pravidla didaktického procesu, která musí být respektována, jestliže má být vzdělávací proces účinný. Mezi nejčastěji uváděné didaktické zásady patří:

1. **Zásada přiměřenosti a individuálního přístupu**

Nutno zohlednit věk, zdravotní stav, pohybovou zkušenost, vstupní úroveň pohybových schopností a dovedností. (Čím mladší žáci, tím pestřejší formy výuky, kratší vyučování, konkrétnější učivo)

1. **Zásada uvědomělosti a aktivity**

Vnitřní zájem cvičence, uvědomění si podstaty a záměru prováděných činností. (Žák rozumí tomu, čemu se učí, zná cíl a smysl učební činnosti)

1. **Zásada postupnosti**

Požadavek postupu: Jednoduché → složité, blízké → vzdálené, konkrétní → abstraktní, obecné → zvláštní.

1. **Zásada soustavnosti (systematičnosti) a cílevědomosti**

Promyšlené a cílevědomí řazení učiva.

1. **Zásada trvalosti**

Upevnění, pochopení učiva, budování předpokladů k aplikaci učiva v aktuálních podmínkách. (Pohybová paměť.)

1. **Zásada názornosti**

Vzájemné propojení informačních zdrojů k vytvoření pohybové představy. Názornost je prostředkem, nikoliv cílem.

1. **Zásada spojení teorie s praxí**

Spojení teoretické (informační) roviny s praktickou (činnostní).

# Základní postupy (metody nácviku)

Vyučovací metoda je záměrné, plánovité uspořádání učiva, vyučovacích činností učitele a učebních činností dítěte, aby za daných podmínek bylo co nejefektivněji dosaženo cíle vyučování.

**Mojžíšek je podle způsobu předávání dělí na:**

* **Verbální**
* **Názorné (demonstrační) – ukázka, obrázek**
* **Praktické – vlastní praxe, cvičení**

Tyto metody se vzájemně prolínají ve vyučovacím procesu, přičemž každá z nich nebývá v některé fázi na větším významu. Samozřejmě nejdůležitější pro učení je vlastní praktické cvičení dítěte, kterému by mělo být věnováno nejvíce času.

Z hlediska průběhu vyučovacího procesu se pak jedná o metody:

* **Seznamující** s úkolem (motivační a instrukční činnosti učitele)
* **Nacvičené, zdokonalovací a zpevňovací** (fixační) metody
* Metody zajištující a oceňující pokroky v učení – **diagnostické a hodnotící**

V mladším věku dětí se klade důraz na demonstrační metody oproti verbálním, ty jsou spíše motivačního charakteru.

Ukázka by měla být co nejpřesnější a nejnázornější, bez chyb, přímá (provedená učitelem), nepřímá (provedena dítětem, obrázkem,…). Děti vnímají i zvuk, a proto rytmus kroků, odrazů, úderů míče jsou důležitou informací pro učení, kterou dítě vnímá, aniž ji zdůrazňujeme. Pohyb je možné zpomalit (manipulace s dítětem), zdůraznit určitý bod pohybu- je ale nutné si dát pozor aby se dítě nesoustředilo pouze na jeden bod a nepominulo celek.

Po seznámení s úkolem je důležitá volba postupu nácviku, která vyplývá z náročnosti a charakteru pohybové dovednosti (diskrétní, kontinuální,…) a podle věku a úrovně dětí.

* **Komplexní postup** je nácvikem vcelku. Je nejčastějším postupem u nejmenších dětí vzhledem k jednoduchosti úkolu, ke komplexnímu vnímání a schopnosti nápodoby. Pozitivem je jasná představa o výsledku, negativem možnost přehlédnout chybu při nácviku.
* **Analyticko- syntetický postup** člení dovednost na části, které jsou samostatně nacvičovány. Je možný pouze u dovedností, které nejsou kompaktní (sériové, kontinuální), a proto je lze rozčlenit na jednotlivé úkony: rozběh- odraz-výskok, kolébka a položení dlaní pro kotoul vzad, pohyb nohou a pohyb paží u plavání. I přes nácvik po částech je potřeba, aby děti znaly cíl učení, proto je nutné předvést pohybovou dovednost vcelku, pak až lze nacvičovat jednotlivé části. Pozitivem je možnost správného nácviku jednotlivých částí, je nutné si však uvědomit, že část pohybu, která je nacvičována, nemá stejné podmínky při nácviku jako ve svém komplexu. Často pak dochází k problémům při pokusu o spojení naučených částí pohybu- k plató efektu až propadu v učení, na které musí učitel reagovat další motivací. Důležité je, aby nácvik jednotlivých částí nevyl fixován příliš dlouho jako samostatná dovednost, spojování je pak složitější.
* **Synteticko- analytický postup** je kombinace obou předcházejících. Při celkovém nácviku může vzniknout problém- ten je pak možné zvlášť nacvičovat a věnovat se mu a pak ji znovu vložit do celku. Abychom vytvořili správné podmínky, používáme podpůrné prostředky, jako je šikmá plocha pro kotouly, nebo odraz na výmyk, čára na zemi vymezující směr kutálení míče, nadlehčovací pomůcky ve vodě. Za takovýto prostředek lze považovat i dopomoc učitele, je ale důležité tyto prostředky včas odstranit, než se stanou součástí dovednosti, se kterou již dítě počítá a nemůže se bez ní obejít.
* Ke zdokonalení a upevnění dovednosti slouží metoda opakování pohybového úkolu, a to koncentrovaně, nebo disperzně (metody časové a prostorové strukturace):
* **Koncentrované cvičení v bloku** znamená, že pohybová dovednost je opakována koncentrovaně za sebou (např. přeskok přes nářadí v družstvu, kdy děti stále opakují tento cvik). Byl prokázán rychlejší pokrok v krátkodobém učení. Je obvykle využívána pro první seznámení s úkolem. Poskytuje dítěti opakování v krátkém časovém sledu a vytvoření základní představy o pohybu a učiteli poskytuje práce v málopočetném družstvu možnost individuálního přístupu k dětem v korigování chyb.
* **Disperzní – rozptýlené cvičení** znamená, že vyučovaná pohybová dovednost je vřazena mezi další pohybové dovednosti. Zařazení nacvičované dovednosti do překážkové dráhy mezi ostatní činnosti nutí děti vybavovat si „pohybový program“ dané dovednosti vždy znovu. Byl prokázán pozitivní vliv v dlouhodobém učení na retenci (zapamatování) dovednosti.
* Často opakovanou chybu u většiny dětí lze předvést metodou kontrastu špatného a správného provedení. Pozor u malých dětí není dobře vyvinuta diferenciace ve vnímání podobných tvarů, mohou proto naopak fixovat špatné provedení. Kontrast lze použít u starších dětí, nebo při výrazném rozdílu.
* Metody manipulace se zatížením jsou metody užívané především v oblasti ovlivňování kondice. Jedná se o metody:
* **Trvalého zatížení –** delší činnost při stejné intenzitě – běh, překážková dráha
* **Střídavého zatěžování a odpočinku –** vhodná pro silová a rychlostní cvičení, kdy je vyžadována maximální intenzita
* **Intervalového zatěžování,** kde je promyšlena a stanovena délka zátěže a odpočinku v závislosti na cíli tréninku
* Diagnostické metody jsou důležitým zdrojem informací pro učitele o pokrocích dítěte v učení, jsou podkladem pro plánování, pro korekce vlastní práce, pro volbu dalších metod. Na druhé straně jsou informací i pro děti a většinu starších dětí výsledky a vzájemné srovnávání motivují k výkonu. Význam výsledků však nelze přeceňovat ani mezi dětmi a již vůbec ne rodiči v mladším věku dětí. Diagnostické metody dělíme, na:
* **Vstupní** – získání informace o úrovni dětí, jejich předpokladech, podklad pro diferenciaci, pro plánování
* **Průběžné** – učitel sleduje stále reakci dětí na jeho požadavky, koriguje učební program
* **Konečná** – finální, je zhodnocením určitého období, cyklu, tematického okruhu
* Diagnostické metody jsou v běžném procesu užívány jako nestandardizované (sledování, pozorování, rozhovor, bodování)
* Nestandardizované metody vycházejí z konkrétní praxe, vytváří si je sám učitel a slouží mu běžně k hodnocení dětí v probíraném učivu.
* Standardizované metody mají striktně stanovená pravidla (metodiku) provedení a hodnocení, aby je bylo možné užít pro srovnání různých skupin i v časovém posunu. Musí být objektivní, spolehlivé a validní (platné). Jsou základem vědeckých informací v oblasti TV dětí.
* Diagnostika je podkladem pro hodnocení, které lze vyjádřit slovně, pomocí bodů nebo známkou. Průběžné hodnocení je prostředkem zdokonalování v pohybových dovednostech. Finální hodnocení zakončuje určitou etapu. Hodnocení by nemělo uzavírat dítěti cestu ke zlepšení, vždy by proto mělo obsahovat povzbudivý podnět. Vzhledem k různým tělesným i psychickým předpokladům dětí jsou pro hodnocení a známkování zásadní individuální předpoklady (individuální karty, individuální zlepšení a snaha dítěte), ne vzájemné srovnání dětí s různými předpoklady.

# Styly – didaktické styly

(Dvořáková – Didaktika, str.68-69)

Základem pedagogické práce je respektování obecných **pedagogických zásad**, které jsou aplikovány v procesu tělesné výchovy. Mezi základní patří zásady zajímavosti a přitažlivosti, názornosti, postupnosti, přiměřenosti, soustavnosti, trvalosti, vlastní aktivity a uvědomělosti dítěte. Jejich aplikace v tělesné výchově je zřejmá a provází běžnou praxi.

Moderní vyučování podporuje především vlastní aktivitu dítěte spolu s podněcováním jeho individuality. Proto je kritizován dosavadní způsob práce, který se vyznačoval dominantní úlohou učitele, kdy dítě plnilo zadané úkoly, a mentálně a psychicky mohlo zůstat pasivní. Přitom je známo, že to, co dítě samo objeví, si zapamatuje mnohem trvaleji než to, co je mu předáno jako hotová informace. V této souvislosti se mluví o tzv. Heuristických metodách vyučování.

Heuristické metody jsou založeny na řešení problémů, a to na základě na sebe navazujících kroků (algoritmů) nebo s volným řešením. I u nejmenších dětí lze uplatnit tyto metody. Děti jsou stavěny před řadu problémů běžně a stálá pomoc dospělého omezuje jejich aktivitu, ale i sebedůvěru. Volba možnosti, jak překonat překážku může spočívat na dětech, může být stanoven cíl, ne způsob jeho dosažení. Děti samozřejmě vycházejí z toho, co umí, s čím se již setkaly. Jedná se pak o induktivní učení na základě podobnosti či odlišnosti situací.

Pro praxi tělesné výchovy bylo zpracováno „spektrum didaktických stylů“. Jsou to uzavřené celky vyučovacího procesu, ve kterých mohou být různě změněny a určeny vzájemné vztahy mezi učitelem a dítětem, i kompetence, které ve vyučování a učení učitel nebo děti získávají. Toto spektrum pokrývá chování učitele od dominance k integraci, a tím zvyšuje aktivitu dítěte a efektivnost vyučování i učení.

* V **příkazovém stylu** rozhoduje učitel o obsahu, zahájení i konci činnosti, jejím rytmu, organizaci a hodnotí výsledky. Dítě pouze plní zadané úkoly (např. rozcvička).
* **Praktický styl** umožňuje dětem si při učitelem stanoveném obsahu a organizaci volit začátek a konec i vlastní tempo činnosti (zadané úkoly v družstvech dětí plní samostatně), učitel se uvolňuje od organizování k sledování, poskytování zpětné informace a korekce.
* **Reciproční styl** předává hodnotící kompetence na určené děti – děti hodnotí dovednosti svých kamarádů – musí dokázat rozeznat správné a špatné provedení. Nutná je prvotní dobrá instrukce i ukázka techniky provedení a upozornění na možné chyby. Učitel pak neopravuje cvičící, je konzultantem hodnotících dětí.
* **Styl s nabídkou** spočívá ve stanovení různě obtížných úkolů v nacvičované dovednosti a poskytuje dětem možnost výběru přiměřeného stupně náročnosti, postupovat od jednoduššího k obtížnějšímu, volit individuálně zajímavou činnost. Styl obsahuje sebehodnocení a je zřejmé, kteří žáci mají nízké či vysoké aspirace.
* **Styl se sebehodnocením** vede k uvědomělému přístupu ke svým dovednostem a výkonům. Dětem je ponechán čas na cvičení a dosahování určitých dílčích dílů a zhodnocení dílčích kritérií. Součástí mohou být i dlouhodobější „domácí úkoly“. Tento styl je vhodný také při dlouhodobém sledování a opakované aplikaci, kdy může být podkladem konečného hodnocení.
* **Styl s řízeným objevováním** podporuje myšlenkovou aktivitu dětí, kdy učitel pomocí promyšlených otázek dovede děti k nalezení řešení úkolu (jiné způsoby překonání překážky, jiné způsoby přihrávky nebo obrany). Velmi se osvědčuje zpětně při hledání příčin neúspěchu ve hře, nezvládnutí činnosti apod.
* **Styl se samostatným objevováním** znamená nastolení problému a jeho individuální řešení dětmi. Přestože se jedná o didaktický styl určený spíše starším školákům, v nejjednodušší podobě je možné jej aplikovat i u nejmenších dětí (obvykle je stanoven cíl, nikoli způsob jeho dosažení: samostatně zvolit, jak překonat překážku).