

# K pohybové gramotnosti vlastní aktivitou dítěte

HANA DVOŘÁKOVÁ

***Pohyb od raného věku rozvíjí nejen tělo, ale i schopnost řešit různé situace. Pohybová gramotnost umožňuje ovládat vlastní tělo, prostor a materiální svět, socializovat se a využívat pohybové dovednosti k podpoře a udržení vlastního zdraví i k dalšímu osobnímu rozvoji. Mnohým pohybovým dovednostem a s tím spojeným znalostem a zkušenostem, které vedou k pohybové gramotnosti a schopnosti zvládat nejen své tělo, ale i materiální a sociální okolí, se dítě učí v mateřské škole. Tím, jakým způsobem dítě učíme, můžeme tlumit nebo podporovat jeho vlastní aktivitu v tomto procesu.***

Nejvíce se dítě naučí vlastním objevováním, tím, na co si přijde samo. Platí to i pro pohybové dovednosti a zkušenosti. Nelze však zcela opomenout **učení nápodobou**, které je důležité pro učení složitějších dovedností a tehdy, kdy by si dítě mohlo zafixovat chybné návyky. Jedná se pak např. o válení sudů s protaženým tělem, výskok na překážku do vzporu klečmo, kotoul, plavání apod. Proto bývá učení nápodobou hlavním a převažujícím způsobem vyučování, kdy pomoc a podpora dospělého zvládnutí dovednosti zcela jistě urychluje. Ale opomíjeno bývá typické učení raného věku pomocí experimentování, tedy operační podmiňování a senzomotorické učení (Sedláková, 2004, Čáp, Mareš, 2001), které vychází z potřeby a aktivity dítěte a poskytuje tak možnosti využít i jiné techniky učení. Většinu základních dovedností dítě tak může získat jen tím, že má příležitost je provádět – chodit a běhat v terénu z kopce do kopce, vylézat na žebřík (postupně samo vylézá bez přísunů rukou a nohou), ovládat různé předměty s různými vlastnostmi (míče, míčky, balónky, šátky, kroužky, obruče...).

V současném světě jsou však tyto příležitosti omezené, učitel nebo jiný dospělý (rodiče, cvičitelé) musí většinou tyto příležitosti nacházet a často i vytvářet z umělých pomůcek a dětem je nabízet nebo přímo jim ukazovat, co dělat, a to i tam, kde by to nebylo nutné. Abychom podpořili vlastní aktivitu dětí a tím i jejich učení, je dobré nezapomínat na jiné způsoby učení, kdy **umožníme dětem experimentovat nebo rozhodovat se či samostatně řešit jednoduché pohybové úkoly**. Kromě vytváření podmínek pro experimentování k tomu mohou napomoci vyučovací styly dle Mostona a Ashworth (1990), které byly vyzkoušeny a ověřeny v mateřské škole. Uvedeme si příklady pro podporu aktivity dětí při učení se pohybovým dovednostem.

Podpořit vlastní zkušenosti dětí i rozvoj jejich poznávání prostoru a pomůcek a jejich vlastností je možné, jak už bylo uvedeno, především vytvářením podmínek a umožněním

zkoušet samostatně některé pohybové úkony. Příkladem toho může být možnost lézt samostatně na vybrané stromy na zahradě, možnost volné hry na záměrně zvoleném místě s terénními nerovnostmi a přírodními překážkami. Ve třídě či jiném prostoru školy vytvořit z náradí a pomůcek šikmé a přiměřeně zvýšené plochy pro volnou hru a záskoky s různými pomůckami, se kterými děti mohou volně manipulovat. Pokud tyto pomůcky budou pestré a budou mít různé vlastnosti, děti se naučí, že je třeba je i různými způsoby ovládat. Nejobvyklejším příkladem je pingpongový míček nebo gumový hopík a vedle nafukovací balónek. S každým je nutné manipulovat jinak. K různým druhům a velikostem míčů je možné přidat některé pomůcky na jejich ovládání – páčky, tyčky, při dodržování určitých pravidel i třeba hokejky. Stejně i kruhy a kroužky, závoje, stužky... Z pozorování činností dětí s těmito pomůckami nebo v daném terénu pak je možné mnohé vyčíst pro řízené činnosti, dohánět to, co děti ještě nezvládají, rozvíjet jejich nápady a přidávat další.

Vyučovací (didaktické) styly podle Mostona a Ashworth byly aplikovány a využity v českých školách (Dobry, 1992; Mužík, 1997; Dvořáková, 2012) a jsou seřazeny do spektra, kde je postupně vyžadováno více aktivity od dítěte a učitel naopak svou aktivitu omezuje.

Prvním stylem je **styl příkazový**, kdy vše určuje učitel a dítě pouze cvičí. Jasným příkladem je rozcvička na počítání, cvičení aerobiku apod., kdy je určeno nejen to, jak se má dítě pohybovat, ale i začátek, tempo a konec cvičení. V mateřské škole se tento způsob řízení nevyskytuje příliš často. Ani rozcvičení není striktně rytmizované. S většími požadavky na přesnost a synchronní provedení se setkáme např. při hudebně pohybové činnosti a třeba také při nácvičku na besídku. Je na učitelce, jak přísně vyžaduje přesnost pohybů, a to především ve vztahu k věku dětí a jejich vyspělosti. Někdy méně přesnosti lépe respektuje dětský věk a je přirozenější.