

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

**FAKULTA PEDAGOGICKÁ
CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU**

**TEMATICKÉ POHYBOVÉ HRY PRO DĚTI MLADŠÍHO
ŠKOLNÍHO VĚKU
DIPLOMOVÁ PRÁCE**

Kateřina Kociánová

Učitelství pro základní školy, obor Učitelství pro I. stupeň ZŠ

Vedoucí práce: Mgr. Petra Kalistová

Plzeň 2023

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

Plzeň, 25. dubna 2023

.....

vlastnoruční podpis

RÁDA BYCH PODĚKOVALA MGR. PETŘE KALISTOVÉ ZA VEDENÍ PRÁCE, ZA JEJÍ ODBORNÉ RADY, PŘIPOMÍNKY A CENNÉ RADY, KTERÉ PŘISPĚLY K VYPRACOVÁNÍ TĚTO DIPLOMOVÉ PRÁCE A TAKÉ ZA VSTRĚCNÝ A OCHOTNÝ PŘÍSTUP PŘI KONZULTACÍCH.

OBSAH

OBSAH	4
ÚVOD	5
1 CHARAKTERISTIKA DĚTÍ MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU.....	6
1.1 TĚLESNÝ VÝVOJ.....	6
1.2 PSYCHICKÝ VÝVOJ.....	7
1.3 POHYBOVÝ VÝVOJ	9
1.4 SOCIÁLNÍ VÝVOJ.....	10
2 KOOPERATIVNÍ A SKUPINOVÉ VYUČOVÁNÍ, TÝMOVÁ VÝUKA	12
2.1 KOOPERATIVNÍ VÝUKA.....	12
2.2 SKUPINOVÁ VÝUKA.....	13
2.3 TÝMOVÁ VÝUKA.....	14
3 VÝZNAM POHYBU	16
4 DÍTĚ A HRA.....	17
4.1 POHYBOVÉ HRY A AKTIVITY	18
4.1.1 Realizace pohybových her	19
4.1.2 Zájem dětí o pohybovou aktivitu	21
5 MOTIVACE A ZÁŽITKY	22
6 TĚLESNÁ VÝCHOVA NA 1. STUPNI ZÁKLADNÍ ŠKOLY	24
6.1 RÁMCOVÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM	26
7 ZÁKLADNÍ ŠKOLA KOMENSKÉHO 17, DOMAŽLICE	27
8 CÍL A ÚKOLY PRÁCE.....	29
9 PRAKTICKÁ ČÁST.....	30
9.1 METODIKA PRAKTICKÉ ČÁSTI.....	30
9.2 POHYBOVÉ HRY: AVATAR	30
9.3 POHYBOVÉ HRY: SHERLOCK HOLMES.....	34
9.4 POHYBOVÉ HRY: SONIC	38
9.5 POHYBOVÉ HRY: MINECRAFT.....	42
10 DISKUSE.....	45
ZÁVĚR.....	55
RESUMÉ	56
SEZNAM LITERATURY.....	57
SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ.....	60
SEZNAM PŘÍLOH.....	I

ÚVOD

Téma diplomové práce jsem si vybrala z několika důvodů. Jedním z důvodů bylo, že druhým rokem učím na prvním stupni základní školy, kde mým předmětem je i tělesná výchova. Učila jsem tělesnou výchovu ve všech ročnících prvního stupně, měla jsem tedy možnost vidět, jaký mají děti vztah ke sportu, jaké vytvářejí sociální skupiny, jak v nich komunikují a řeší problémy. U některých dětí jsem viděla nechuť se zúčastnit jakékoliv pohybové aktivity, jiné tvořily stále stejné skupiny a komunikace mezi dětmi byla urážlivá až vulgární. Po době Covidu – 19, kdy byly školy zavřené, lidé (děti) se nesměli stýkat, nesměli chodit ven, byla po návratu do lavic snižená motivace dětí (nejen) k pohybu a snižená sociální interakce v třídním kolektivu jedním z dalších důvodů výběru tématu.

Nejvýznamnějším důvodem byl můj kladný vztah ke sportu. Tím, že jsem již jako malá sportovala, rodina mě vedla ke sportu, jsem si pohyb zamilovala a nyní je každodenní součástí mého života. Jsem zastánce toho, vést děti k pozitivnímu vztahu ke sportu nebo jakýmkoliv pohybovým aktivitám. Díky různým modernizacím, technologiím se životní styl lidí změnil. Místo chůze lidé využívají dopravní prostředky, místo trávení času venku jsou lidé na telefonech nebo u televizí.

Diplomová práce se tedy zabývá tematickými pohybovými hrami pro děti mladšího školního věku. Témata jsem se snažila vybrat taková, aby pro děti na prvním stupni základní školy čili pro děti od 6–11 let, byla známá a zajímavá. Tím jsem chtěla docílit větší motivace a zájmu se pohybovat. Proto jsem vymýšlela hry na témata: Avatar, Sonic, Sherlock Holmes a Minecraft. Zařadila jsem hry, které jsou soutěžního i nesoutěžního charakteru a dají se zrealizovat ve vnitřním i venkovním prostředí.

V teoretické části nejprve charakterizují tělesný, psychický, pohybový a sociální vývoj dětí v mladším školním věku, jednotlivé vývoje budu brát v úvahu při vytváření her. Dále se zaměřím na skupinové, kooperativní vyučování a týmovou výuku, kde zmíním výhody a nevýhody jednotlivých vyučovacích forem. Teoretická část bude také obsahovat kapitulu o významu pohybu u dětí a jak je důležité zařazení her v životě dítěte. Přiblížím předmět tělesná výchova a pro realizaci her seznámení se základní školou.

V praktické části popíši jednotlivé hry, uvedu ročník, ve kterém hra bude realizována, pomůcky, prostředí a motivaci. Následně vyhodnotím výsledky ankety v grafech.

1 CHARAKTERISTIKA DĚTÍ MLADŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU

V diplomové práci se zabývám tematickými pohybovými hrami pro děti mladšího školního věku, proto je třeba zmínit jednotlivé charakteristické vlastnosti dětí v tomto období. V následující kapitole se tedy budu zabývat biologickým, psychickým, pohybovým a sociálním vývojem, který pro mě bude základním kritériem při tvorbě her.

Období mladšího školního věku se označuje také jako střední dětství. Střední dětství trvá přibližně od 6 do 11 let věku. V tomto období můžeme pozorovat výrazné změny. Dítě, které dosud zvládalo základy sociálních vztahů, regulace emocí a základy logiky se stává dítětem, které dokáže řešit složitější sociální vztahy a abstraktní problémy. Změny se týkají také tělesného a pohybového vývoje. *„Střední dětství můžeme chápat jako období, které dává dětem příležitost rozvinout své kompetence, zájmy a zdravý pocit důvěry, že mohou zvládnout a řídit svůj svět (Blatný, 2016, str.85).“*

Mladší školní věk můžeme dělit na raný školní věk, který trvá od šesti do osmi let. Tohle období je charakteristické změnou prostředí a vývojovými změnami, které souvisejí ve vztahu ke škole. Druhé období, na které se mladší školní věk rozděluje je střední školní věk. To trvá od devíti do dvanácti let, kdy dítě přechází na druhý stupeň základní školy. V tomto období dochází ke změnám, které se týkají hlavně sociálního a biologického vývoje (Klementa a Malá, 1985).

1.1 TĚLESNÝ VÝVOJ

Pro tělesný vývoj v tomto období jsou charakteristické změny tělesných proporcí. Tím, že není kostra plně vyvinuta a osifikace probíhá pomalu, se dětem prodlužují zejména dolní končetiny (Jansa a kolektiv, 2018). Na rozdíl od předškolního věku, lze zaznamenat pomalejší, přesto rovnoměrný nárůst váhy a výšky. Děti vyrůstají okolo 5 cm, přibírají okolo 2,5 kg ročně. Viditelný je také intenzivní rozvoj svalstva rukou. To je zapříčiněno osvojováním základních návyků psaní. I přesto, že se vyvíjejí velké svalové skupiny, se děti snadno unaví a pracují neekonomicky. Mají velmi nestálý krevní tlak a tep, při výkyvech se srdeční činnost poměrně rychle vrátí do normálního stavu (Mužík, 1993). Výraznější změny probíhají u dívek přibližně od deseti let a u chlapců od jedenácti let. Od tohoto věku u dětí

nastupuje rychlé růstové tempo, které se nazývá dospívání neboli puberta (Klementa a Malá, 1985).

Je nutné vnímat individuální rozdíly mezi dětmi. U některých dětí se již na začátku školní docházky může objevit nadváha nebo obezita. Na druhé straně naopak podváha (Dvořáková a Engelthalerová, 2017). Zejména učitelé tělesné výchovy by s tím měli počítat při vymýšlení obsahu vyučovací jednotky.

Rubáš (1997) uvádí, že ovlivňování tělesného vývoje dětí pohybovými hrami by pro ně mělo být komplexní. Rozvíjet by se měl celý organismus, všechny funkční systémy. Nejdůležitější je centrální nervová soustava, oběhová a dýchací soustava, myšlení a rozumový vývoj. Vůči velké proměnlivosti situací ve hře je potřeba dostatečného rozvoje v nervové oblasti.

Motivace dětí k pohybovým aktivitám v tomto věku je celkem bezproblémová. Intenzita pohybu a různých pohybových aktivit s časem klesá. Dříve velmi častý spontánní pohyb vystřídají koordinovanější a promyšlenější postupy. Chlapci na konci tohoto období v hrách upřednostňují bojovnost, dobrodružnost, dívky naopak upřednostňují cit a ladnost (Jansa a kolektiv, 2018). Intenzita může klesat z důvodu sezení ve školních lavicích, při nadměrném sezení u počítače/televize a také se k tomu řadí důvod, že děti v pubertálním věku začínají mít jiné zájmy. Přesto jsou pohybové aktivity skvělým kompenzačním prostředkem.

1.2 PSYCHICKÝ VÝVOJ

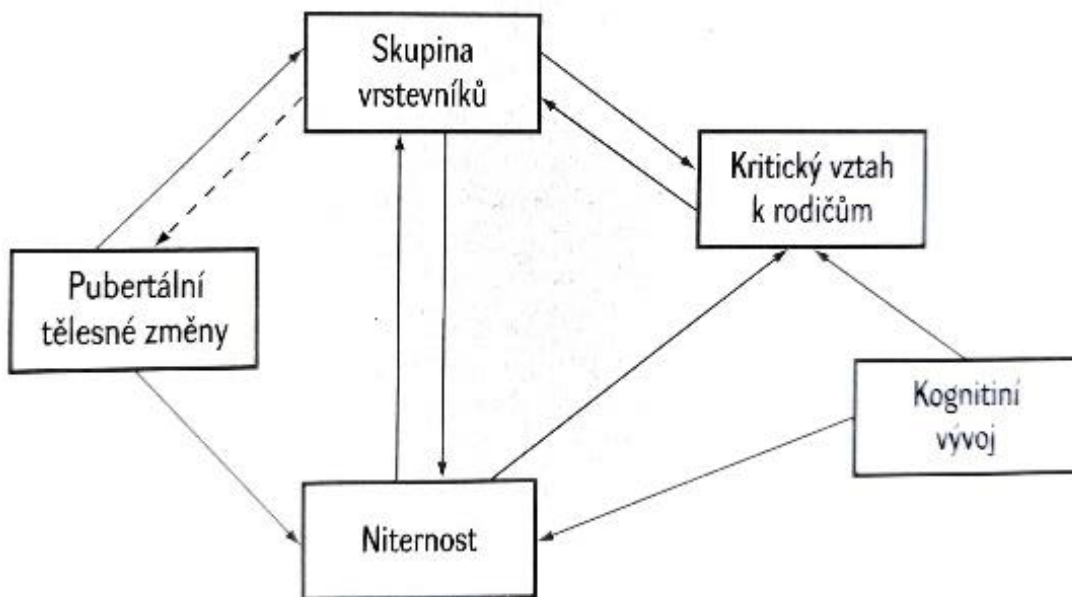
Psychický vývoj je ovlivněn dvěma hlavními faktory. Nejprve mají na vývoj psychiky vliv biologické faktory (tělesný vývoj), brzy se k tomu připojují také sociální faktory (vedení, nároky) (Říčan, 2005). V tomto období jsou důležité dvě fáze, a to fáze vstupu do školy (do společnosti) a fáze kritičnosti. Děti přechází od hry k důležité činnosti, kterou je učení. K tomu se přidávají nové normy, pravidla a autorita učitele. Na konci mladšího školního věku v dítěti roste kritičnost hodnocení jevů a podnětů ze sociálního prostředí (Fialová a Rychtecký, 1998). Psychická činnost dítěte se rozvíjí výchovně vzdělávacím způsobem (Klementa a Malá, 1985). Děti v tomto období jsou v tzv. střízlivém realismu. To znamená, že děti, které navštěvují stále mateřskou školu, jsou hodně ovlivňovány svojí fantazií a přáními a od nich se odvíjí jejich jednání a myšlení. Na druhé straně již dospívající děti (děti ve střízlivém realismu) chtějí to, co by mělo být „správné“ (Langmeier a Krejčíková, 2006).

Od 1.třídy jsou každý den vystavovány silnému psychickému vývoji. Musí se rozhodovat, co je správné a co ne, jsou vystavovány problémům, které musí řešit s ostatními spolužáky. Všímají si odlišnosti od ostatních, vnímají detaily. Myšlení je v tomto období založené na realitě.

Se vstupem do středního dětství se u dětí zvyšuje schopnost udržet pozornost. Z původních 7-10 minut se během docházky na 1.stupeň základní školy stává 10-15 minut (Jansa a kolektiv, 2018). Současně se zlepšuje také paměť, což je podmínkou ve vzdělávání. Většinou se v tomto období poznají děti, které trpí poruchou pozornosti (Blatný, 2016). Podle Piageta (1999) teprve až do sedmi let je dítě schopno logických operací. Stále se to ovšem týká konkrétních věcí a jevů, které si sedmi leté dítě zvládne představit. Až od jedenácti let dítě zvládne vyvozovat závěry i bez konkrétních představ. Dítě je schopno chápat tzv. identitu a zvrátnost a spojit je do různých myšlenkových operací. Dokáže ovlivnit konkrétní věc tím, že ji celkově změní nebo se k ní vrátí zpět (Langmeier a Krejčíková, 2006).

Důležitou složkou ve středním dětství jsou emoce, které s narůstajícím věkem dítě dokáže lépe rozpoznávat a regulovat. Snadněji dokáže zvládnout konflikty a psychicky náročné situace. Jsou-li děti vedeny k užívání volného času aktivnější formou, snáze projevují smysl pro čest, kamarádství, pravdu a spravedlnost. Na těchto úrovních jsou již schopny empatie (Jansa a kolektiv, 2018). Proměny probíhají také ve vyjadřování emocí. Podle Blatného (2016) se emoce dětí přibližují k požadovaným normám. Tato stránka osobnosti je nejvíce ovlivňována z rodiny a více než třetinu emočních projevů lze vysvětlit charakteristikami rodičů.

Psychologickou hodnotou pohybových her je samozřejmě fakt, že jedinec se má lépe a raději vykonává činnost, při které se cítí dobře. Právě pohybové aktivity by měly u jedince vyvolávat příjemné pocity, klidnou a pohodovou atmosféru a pozitivní myšlení. Hlavními pozitivy pohybových aktivit psychického významu je motivace. Dále je to prožitek, potěšení, volnost a svoboda, emoce, spolupráce, pestrost.



Obrázek 1: Faktory psychického vývoje (Říčan, 2005, str.263)

1.3 POHYBOVÝ VÝVOJ

Před šestým rokem života nejsou děti zvyklé dlouhodobě sedět u nějaké práce. Nástupem do školy se razantně změní život každého jedince. Z volnějšího předškolního režimu přechází na striktní režim vyučovacích hodin a přestávek, při kterých se požaduje určitá aktivita, pozornost a kázeň. Nástupem do školy se změní vztah práce a hra. V předškolním vzdělávání tomu ještě tak není, tam se práce a hra prolínají.

Když nepočítáme tělovýchovné chvílky, musí děti vydržet minimálně 4 vyučovací hodiny sedět. Při nichž se zvyšuje riziko špatného držení těla, což vede k různým vadám. K tomu přispívá i nedostatečný pohyb a přetěžování (Mazal, 2000). Výzkumy tvrdí, že až 50 % dětí má po prvním ročníku školní docházky problémy s držení těla. Je to způsobeno tím, že je v kostech stále dost chrupavkovité tkáně a tím jsou kosti měkké a pružné. Nejčastěji to bývají problémy v oblasti lopatek a břišní stěny (Dvořáková a Engelthalerová, 2017). Do hodin tělesných výchov by se tudíž měly zařazovat různá kompenzační cvičení.

Během celého období mladšího školního věku se významně rozvíjí jemná a hrubá motorika. Do osmi let je to z hlediska motoriky období neklidu a neekonomických pohybů. Poté se pohyby dětí stávají přesnější a ekonomičtější a od jedenáctiletého dítěte můžeme očekávat koordinaci pohybů téměř stejných jako u dospělého člověka. Zaznamenáváme rovnoměrné

změny v pohybové rychlosti a vytrvalosti u chlapců i u dívek. Rozdíly ve výkonnosti jsou v důsledku rozdílných dispozic. Nemůžeme tedy děti srovnávat mezi sebou v jedné třídě, vývoj se může lišit až o dva roky. Učitel tělesné výchovy tohle musí respektovat a nepožadovat od dětí stejnou úroveň dovedností a výkonů (Dvořáková a Engelthalerová, 2017) a (Donnelly a Mueller a Gallahue, 2003).

Děti v mladším školním věku dokáží snést větší zatížení, které následně dokáží regulovat, tedy střídat odpočinek se zátěží. Největší rozdíly mezi dívkami a chlapci jsou v síle v horní polovině těla. Na konci tohoto období jsou děti schopny i koordinčně náročnějších aktivit (Fialová a Rychtecký, 1998). Utvářejí se vhodné podmínky pro nacvičování, zdokonalování a upevňování pohybových dovedností.

1.4 SOCIÁLNÍ VÝVOJ

Pro děti je škola (už i mateřská škola) významným prostředím pro socializaci. Po rodině je to druhým nejdůležitějším místem. Dítě získává nové zkušenosti a dovednosti, které jsou požadované v dnešní společnosti. Škola ovlivňuje i budoucí profesní volbu žáků, se kterou souvisí úspěšnost ve škole (Klementa a Malá, 1985).

Sociální vývoj probíhá průběžně. Děti jsou ovlivňovány různými sociálními skupinami. Jejich působení má různý vliv a každá sociální skupina je něčím odlišná.

Co se týká reakcí dítěte na dítě, tak se liší než reakce dítěte na dospělého člověka. Děti jsou si blíže svým chováním, vlastnostmi, zájmy i postavením. Proto se děti navzájem snadněji naučí sociálním reakcím, jako je například spolupráce, pomoc druhým, soutěživost a soupeřivost. Učí se solidaritě a rozpoznávají nové sociální role. Během osmého až desátého roku života vrcholí socializace týkající se „typických“ ženských a mužských dovedností (Langmeier a Krejčíková, 2006).

Již v předškolním věku pozorujeme u některých dětí více dominance než u jiných. Ve školním věku se tyto rozdíly prohlubují a mohou vést až k panovačnému nebo agresivnímu chování. Děti již v tomto věku dokáží regulovat své emoce, a tím se soustředit na svoji činnost, jednat záměrně a podle plánu. Schopnost emoční seberegulace je ovlivňována podle toho, jak je dítě přijato v dané skupině. Dítě, které má lepší sebekontrolu, je ve skupině lépe přijato než dítě, které je impulzivní a dráždivé. To bude skupinou odmítáno.

Vznikají přátelství, která jsou založena na společných koníčcích, vlastnostech i obdivu. Postavení a role dětí se začínají projevovat a jsou často ovlivňována tělesnou stavbou a výkonností. (Langmeier a Krejčíková, 2006).

2 KOOPERATIVNÍ A SKUPINOVÉ VYUČOVÁNÍ, TÝMOVÁ VÝUKA

Tím, že aktivity v praktické části budou založené na spolupráci a komunikaci mezi dětmi, tak se v této kapitole budu zabývat kooperativním, skupinovým vyučováním a týmovou výukou. Zmíním, proč by se tyto typy vyučování měly více zařazovat do vyučovacích hodin. Uvedu jejich výhody a nevýhody.

Kooperativní a skupinové vyučování je jedna z organizačních metod, které můžeme, jakožto učitelé, realizovat během výuky. Kucková (2008) ve své práci píše, že organizační forma výuky je způsob uspořádání vyučování. To znamená utvoření prostředí a organizace žáků i učitele během výuky. Během příprav na vyučování si tedy lze vybrat z několika organizačních forem, výuka individuální, individualizovaná, frontální, párová, diferencovaná, projektová, týmová, otevřená a již zmiňovaná skupinová a kooperativní výuka. Skupinová, kooperativní a týmová forma výuky je postavena na vzájemné komunikaci a důvěře. Žáci musí být schopni řešit problémy, které ve skupině mohou nastat, musí respektovat ostatní účastníky skupiny, měli by si vzájemně pomáhat, radit si a provádět kontrolu nad sebou samým i ostatními.

2.1 KOOPERATIVNÍ VÝUKA

„Kooperační struktura existuje tehdy, když žáci chápou, že mohou dosáhnout svého cíle tehdy a jen tehdy, když i ostatní žáci, s kterými jsou spojeni v úkolové situaci, dosáhnou také svého cíle (Kasíková, 2010, str.29)“.

Kooperativní výuku můžeme brát jako typ skupinové výuky. Při tomto typu výuky je důležité, aby žáci vnímali propojení s ostatními spolužáky. Záleží na pochopení toho, že žák nemůže uspět, pokud neuspějí i ostatní ve skupině. Podporujeme žáky vytyčením společného cíle, který musí zvládnout celá skupina. Jedinci zodpovídají za své výkony ve skupině, které jsou následně hodnoceny (Kasíková, 2010).

Hodiny tělesné výchovy jsou často koncipovány ve stylu příkazovém. Ten se dá ale snadno přetřansformovat na styl pro děti více motivující a podporující vzájemnou spolupráci. Při zařazení kooperace v tělesné výchově se žáci snaží o dosažení co nejlepšího výsledku prostřednictvím spolupráce a komunikace.

Mazal (2000) ve své knize popisuje kooperativní hry jako nesoutěživé pohybové aktivity, které u dětí plní velmi významně výchovný potenciál. V kooperačních hrách by děti neměly mít pocit strachu z neúspěchu nebo selhání. Tyto hry by měly posilovat důvěru mezi dětmi, podporovat sebepřijetí a stimulovat k další činnosti.

Čtyři základní součásti kooperačních her

První součástí je kooperace, kdy jsou žáci zvláštní jednotka, každý hráč je jejím členem a nějak přispívá do dění ve skupině. Další součástí je přijetí, akceptování a souhlas. Žák musí být ve skupině přijat. Případné odmítnutí vede ke snížení sebedůvěry a žák neprožije pocit štěstí. Začlenění, které souvisí s pocitem přijetí. Žák touží po začlenění, chce být nápomocný a součástí skupiny. Jako poslední je radost, potěšení. Žák během kooperačních her pociťuje radost, příjemné zážitky a prožitky.

2.2 SKUPINOVÁ VÝUKA

Skupinová výuka je další z organizačních forem, které můžeme zařadit do výuky. Jedná se o rozdělení žáků ve třídě do menších skupin. Většinou učitelé přechází z frontální výuky právě na skupinovou. Bohužel učitelé ale skupinovou organizační formu do výuky moc nezařazují. Tímto vyučováním se dají skvěle rozvíjet a upevňovat klíčové kompetence, a to zejména kompetence k řešení problémů, kompetence sociální, občanské a komunikativní. Daná forma má mnoho kladů, které převyšují zápory a úskalí.

Skupinová výuka napomáhá ke zvýšení aktivity žáků při učení, zvyšuje jejich sebevědomí a samostatnost. Další výhodou je zapojení všech žáků skupiny, kdy učitel musí brát v úvahu individualitu a řešit začlenění žáků slabších, pomalejších, ostýchavějších. Skupinové činnosti žákům pomáhají rozvíjet komunikační dovednosti, žáci musí řešit vzniklé problémy, snadněji se naučí odpovědnosti a schopnosti ustupovat. Při zapojení všech žáků má učitel čas kontrolovat jednotlivé skupiny či se připravit další aktivitu (Sitná, 2009).

Nevýhodou činnosti ve skupinách je nerovnoměrná práce účastníků. Šikovnější žáci pracují, ostatní se nezapojují. S tím souvisí nadměrný hluk a mnohdy zhoršená organizace práce.

Skupinová výuka v tělesné výchově se realizuje s využitím diferenciací. Žáci se dělí podle pohlaví, výšky, úrovně pohybových schopností a stupně jejich zvládnutí apod. Tím lze

docílit, že se z přímého vedení žáků stane nepřímé vedení žáků. Rozdělením do jednotlivých se dosáhne aktivní spolupráce, rozvoji komunikace mezi dětmi a zlepšení sociálních vztahů. Zároveň se tím podpoří přijímání zodpovědnosti.

Důležitou podmínkou ve sportovních činnostech je sociální vnímání a komunikace mezi jednotlivci. Sociální vnímání je chápáno jako jednání a chování jedince v průběhu činnosti. Je ovlivněno individuálními zkušenostmi a psychickými stavy. Tím, že se jedinci ve skupině více poznávají a vzájemně na sebe působí, tvoří základ pro kvalitní výkon. Struktura skupin je tvořena systémem rolí, pozic a vzájemných vztahů, které ovlivňují sociální klima ve skupině. Pro skupiny ve sportu, pohybových hrách je častá role vůdce, který ovlivňuje skupinovou činnost. Mohou se vyskytovat i další role, např. role černé ovce, nebo role obětího beránka (Jansa a kolektiv, 2018).

2.3 TÝMOVÁ VÝUKA

Pro objasnění, co je to tým, lze použít definici od Brookse, který uvádí: *„Tým je určitý počet lidí s komplementárními dovednostmi, kteří slouží stejnému účelu, směřují ke stejnému výkonnostnímu cíli a mají stejný přístup, přičemž sdílí vzájemnou zodpovědnost (Brooks, 2003, str.74)“*. Aby fungování týmu bylo efektivní je potřeba najít jedince, kteří spolu chtějí pracovat a zároveň pracovat na sobě, chtějí dodržovat pravidla, respektovat ostatní a podávat co nejlepší výsledky. Základní charakteristikou týmu je, že všichni chtějí dosáhnout stejného cíle, táhnou za jeden provaz, týmy konkurují mezi sebou, členové si silně důvěřují, komunikace probíhá otevřeně. Jak poznat správně a efektivně fungující tým? Typickými znaky je příjemná, uvolněná atmosféra, probíhá mnoho diskusí, v nichž se zapojuje každý, úkol nebo cíl skupiny je správně chápán, členové týmů se nebojí přijít s nápadem a každý se svobodně vyjadřuje (Kohoutek, 1998). Fungující tým lze poznat nejen skvělým výkonem nebo výsledkem činnosti, ale také tím, že jde o rozvoj schopností a dovedností jedinců. Samozřejmě pro správně fungující tým musí být splněny určité podmínky. Podle Hermochové jsou to *„jasně formulované cíle; přiměřená vnitřní struktura; členové týmu připraveni k úkolu; klima podporující spolupráci; podpora a uznání „zvenčí“ a kompetentní vedení (Hermochová, 2006, str.26).“*

Pro dosažení efektivně fungujícího týmu, se používají tyto základní techniky. Icebreakers, což jsou krátké aktivity, které jsou řazeny většinou na začátek. Dynamics jsou složitější úkoly, které vyžadují spolupráci, plánování a nemají jednoznačné řešení. Terénní strategické týmové hry, které mají různý charakter, délku i formu. Lanové překážky obsahují lana napnutá mezi stromy. Outdoorové sporty, sem patří různé orientační běhy, lezení aj. Členové se zde musí spoléhat na ostatní. Konstrukční skupinové úkoly, kde jde o konstrukci různých staveb (plavidel, budov, mostů). Komunikační programy obsahují hry, které jsou většinou řešitelné společně. Programy na podporu důvěry, které jsou krátké a jsou to techniky na podporu důvěry. Poslední jsou kreativní programy (umělecké), je to velmi náročný program pro všechny členy (Svatoš a Lebeda, 2005).

Práce v týmu je veškerá činnost jedince ve spolupráci s dalšími jedinci, je určitým způsobem řízena a koordinována. Aby tato práce mohla být nazývána prací týmovou, musí se členové respektovat, spolupracovat, musí být schopni se dohodnout, přijmout a realizovat kompromis. Všechny tyto dovednosti bychom mohli označit jako týmové dovednosti, které v průběhu života zdokonalujeme (Mühleisen, Oberhuber, 2008). Hlavní týmovou dovedností je komunikace. Musí být efektivní, což znamená, že jedinci musí být ochotni aktivně naslouchat, musí být schopni informace vyhodnocovat. Další již zmíněnou dovedností je spolupráce. Spolupráce týmu by se dala charakterizovat jako proces, kdy se tým snaží dosáhnout stejného cíle. Mnohdy není vnímána jako faktor efektivní práce, i když člověk pracující sám nemusí být v tu chvíli nejvýkonnější. Podstatou spolupráce v týmu je otevřenost, důvěra, poctivost, spolehlivost (Horváthová, 2008). Dohodnutí a přijímání kompromisu nebo rozhodování ve skupině lze rozvíjet. Správné a efektivní rozhodování je závislé na spolupráci týmu. Nejčastější metodou bývá hlasování, při které ale dochází k zastínění některých nápadů. Již méně používané metody jsou bodovací škály, kritéria (Václavičová, 2016).

Výhody týmové práce jsou, že týmy bývají tvořivější, zvyšuje se originalita a ochota k riziku. Práce v týmu vede k uspokojení řady potřeb, má výchovný dopad, účast jedince motivuje a rozvíjí. Samozřejmě má týmová práce také svá negativa. Členové mohou přeceňovat vlastní tým, může vznikat stereotypní pohled na ostatní nebo je zde možnost vysokého rizika a nezranitelnosti (Bedrnová, Nový, 1998).

3 VÝZNAM POHYBU

Jedním z hlavních a nejdůležitějších benefitů pohybu nebo pohybových činností v lidském životě je zdraví. Světová zdravotnická organizace definuje zdraví jako „stav fyzické, psychické, duchovní, sociální a estetické pohody (Dvořáková a Engelthalerová, 2017, str.12)“. Z této definice nám tedy vyplývá, že zdraví neznamená jen absenci nemoci.

Pohyb ovlivňuje a je ovlivňován všemi systémy těla, svalovým, podpurným, dýchacím, nervovým, trávicím, vylučovacím, lymfatickým i rozmnožovacím. Ovlivňuje se růst svalů, jejich stavba i funkce, ty se následně přestavují a zvyšují svoji odolnost. Stejnému procesu podléhají také vnitřní orgány. Díky pohybu zvyšují svoji funkci a schopnost odolávat náročným podmínkám. Pohyb je v závislosti s úrovní organismu, což je rychlost metabolismu, tělesná zdatnost a výkonnost. Rozdíly mezi jedinci jsou velké, proto musíme na každého nahlížet individuálně (Dvořáková a Engelthalerová, 2017). Rychtecký a Fialová (1998) uvádí, že pohyb je potřebou funkčně – vrozenou. Tato potřeba je aktivována podněty z centrální nervové soustavy, ale i z pocitů ztuhlosti, křečí.

Zahájením povinné školní docházky se omezuje pohyb dítěte na minimum. Spontánní pohyb se vytrácí a přichází řízená pohybová aktivita, která je někdy omezena jen na tělesnou výchovu. Vztah k pohybu/ke sportu má základ v raném dětství a pro rozvíjející se organismus je základní potřebou. Již v prvním roce života si dítě vytváří určitý vztah k tomu, co je podle nejbližšího okolí dobré a co je považováno za nedobré. Z toho tedy vyplývá, že si dítě utvoří kladný vztah k pohybové aktivitě v prostředí, ve kterém je daná aktivita prováděna a pozitivně hodnocena (Slepička a spol, 2009). Stejně je tomu i u starších dětí, dospívajících a dospělých.

Bohužel, potřeba pohybu v průběhu růstu klesá. Školní nebo pracovní povinnosti většinou neobnáší zvýšenou tělesnou aktivitu (Dvořáková a Engelthalerová, 2017).

4 DÍTĚ A HRA

„Hra vzniká z vnitřní potřeby a významně působí na život dítěte jak v oblasti kognitivní, tak v oblasti sociální. Silným spouštěcím mechanismem pro hru je radost z činnosti v tom rozsahu a formě, ve které se svojí úrovní zralosti dítě nachází. Dítě hru nerealizuje vědomě proto, aby se něco naučilo, ale činí to, protože ho to zajímá, těší a chce něco konkrétního prozkoumat.“ (Koťátková, 2005, s. 19)

Neexistuje pouze jedna správná definice pro hru. Každý autor si vytvoří svoji definici hry. Nejčastěji se lze dočíst, že se jedná o aktivitu, která je pro jedince zábavou, prožitkem, učením, ale i určitou volností, pohodou a zkrácením si dlouhé chvíle. Člověk při ní nesleduje cíl užitek, ale prožitek. Je to činnost prováděna spontánně, má za následek tvorbu osobnosti, emoce, rozvoj motoriky a uvolnění agrese. Ve větším slova smyslu je hra součástí života člověka po celou dobu. V dětství, dospívání a později dospělosti měníme pomocí hry samy sebe i své okolí a mnohdy je to více, než si uvědomujeme. Člověk se při hře uvolní, napětí, se kterým do hry přišel se stává řešitelným. Dochází k vyřešení rozporů mezi vyhráváním a prohráváním. Hry jsou založeny na demokratickém přístupu, kdy každý hráč dostane možnost konání (Mazal, 2000).

Ve školství je hra významným prostředkem výchovy. Pro dítě a jeho zdravý vývoj je hra nutná. V období 6-7 let je hra stále ještě symbolická, později dítě začíná mít více snahu vyhrávat, dává přednost složitějším hrám a přechází od symbolické hry ke konstruktivní. Díky lepší sociální adaptivnosti si dítě již nemá potřebu zkreslovat realitu a nově se v hrách objevuje reálná skutečnost. (Langmeier a Krejčíková, 2006). Jedinec při nich vstupuje do různých sociálních rolí, ve kterých se učí funkcím v sociálním prostředí. Vnímá sebe jako objekt v něčem odlišný od ostatních, vnímá role ostatních dětí (Mazal, 2000).

Prvním charakteristickým rysem hry je výzva. Ta často nutí účastníky používat postupy, které se v běžném životě nepoužívají. Nejčastěji to bývají fyzické, sociální, kreativní, psychologické a emotivní výzvy. Dalším důležitým rysem je přitažlivost. Hra musí být pro jedince něčím zajímavá, přitažlivá. Hlavní roli v tom hraje motivace. Ta může zajímavost hry výrazně zvýšit. Dalším rysem, který je důležitý pro toho, kdo hru připravuje, je věková skupina. Některé aktivity mají složitá pravidla, probíhají v nepřehledném terénu nebo je při ní potřeba určitá úroveň dovedností. Potom tyto hry nejsou vhodné pro mladší děti, nýbrž

pro středoškoláky, vysokoškoláky nebo dospělé. Charakteristikou nesmírně důležitou je fyzická, psychická a emocionální bezpečnost. Žáci jsou často vyzýváni, aby při hře vystoupili z komfortní zóny, přičemž se zvyšuje riziko újmy. V neposlední řadě jsou hry charakteristické pravidly a někdy také speciálním místem/časem (Franc a spol.,2007).

Třídění a klasifikaci her lze provádět z několika hledisek. Neexistují doposud žádná platná kritéria. Každý z autorů třídí hry podle vlastních pravidel.

4.1 POHYBOVÉ HRY A AKTIVITY

Pohybovou aktivitu lze popsat jako „*množinu všech pohybových aktů a aktivit, souhrn veškerého pohybového chování a jednání v určitém (delším) časovém období (Dvořáková a Engelthalerová, 2017, str.17).*“ Do těchto aktivit řadíme tělocvičné aktivity, které jsou označovány jako obsah tělesné výchovy a tělesná cvičení, což jsou aktivity pro fyzické zdokonalování člověka.

Činnostmi, kterými dosáhneme určité úrovně, pozitivně ovlivňují psychiku jedince, zvyšují sebedůvěru a snižují deprese. Prováděné pohybové činnosti v sociálních rolích nutí jedince se přizpůsobovat, přijímat nové postoje a sociální dovednosti. Snažíme se, aby jedinci při pohybových hrách zažívali příjemné pocity, prožitky, pohodu. Vnímání tohoto při hře vede k intenzivnějšímu prožitku a motivuje k zopakování činností. Současně se upevňují sportovní dovednosti a návyky. Zlepšování sociální úrovně a sociálních vazeb tedy bereme jako významné plus pohybových aktivit (Mazal, 2000).

Pohybové hry a aktivity jsou považovány jako jeden z nejdůležitějších faktorů pro podporu zdraví jedince. Děti mladšího školního věku by měly mít až 90 minut pohybové aktivity denně. S tím platí, že by daná aktivita měla být alespoň střední intenzity. Není nutno provádět aktivitu po celých 90 minut, je možné rozdělit aktivity do určitých částí po 10 minutách. Oficiálně by měli být žáci zapojeni do řízených aktivit alespoň 3 – 4x týdně. To zahrnuje i tělesnou výchovu, při které bychom měli dbát důraz na všestranný pohybový rozvoj (Dvořáková a Engelthalerová, 2017). Důležité je si uvědomit, že si děti v tomto období budují kladný vztah k pohybovým aktivitám, tvoří základní návyk potřeby pohybu, posilují vznik sportovní orientace. Hry jsou podávány nenásilně, nekonfliktně a pohodově, což ke vzniku ideálně přispívá.

Pohybové hry nejsou věkově omezeny, mohou se jich účastnit jak děti, tak i dospělí. Jestli účastníci projeví zájem, mají čas a prostor, lze hru uskutečnit. Existuje několik klasifikací od různých autorů. (Rubáš, 1997) ve své knize uvádí dělení, které se nejvíce hodí do zpracování diplomové práce.

1. Hry s nestálým pohybem – často se mění herní situace, jednání žáků je volnější
2. Hry s obsahem stálým – aktivity se soutěživým charakterem
3. Hry s náplní lokomočních cvičení
4. Hry s náplní manipulačních cvičení

Velmi častým kritériem klasifikace pohybových her a aktivit je prostředí. Aktivity nejčastěji probíhají v terénu, na hřišti, v tělocvičně. V daném prostředí se dále dělí na hry běžecké, skokanské, hra s házením nebo bojové hry.

Důležitým aspektem pohybových her je osobnost vedoucího, učitele. Ta se prolíná při předem promyšlených postupů a kroků. Vedoucí během her ovlivňuje formování osobností, rozvíjí morální vlastnosti, působí na jedince z hlediska výchovného. To obnáší respektování pravidel, respektování ostatních účastníků, vedoucího (Rubáš, 1997).

4.1.1 REALIZACE POHYBOVÝCH HER

Rubáš (1997) zmiňuje, jaké faktory jsou nejdůležitější při výběru pohybové hry. Jedním z prvních faktorů je typ vyučovací jednotky. Učitel si musí předem rozmyslet, jestli chce motivační, procvičovací, seznamovací, opakovací, nácvičnou nebo kontrolní vyučovací jednotku. Dále by si měl určit cíl hodiny. Chce cíl vzdělávací, výchovný nebo zdravotní? Chce hrou motivovat žáky k dalším výkonům? Chce snížit nebo zvýšit jejich aktivitu, fyzickou zátěž? Chce podpořit kooperaci a komunikaci ve skupině nebo jen zařadit do hodiny tělesné výchovy to, co děti mají rády? Výběr cíle hodiny musí být v souladu s metodami, formami apod. Dalším důležitým faktorem je, kdy učitel chce v hodině tělesné výchovy hru zařadit. V souvislosti s věkem dětí a jejich zatížením si lze vybírat ze tří částí: úvodní, hlavní, závěrečná. Při přípravě pohybové hry je důležité si promyslet, pro jakou věkovou skupinu je aktivita určena, jaké jsou individuální zvláštnosti účastníků, jaké je jejich pohlaví a celkový počet

jedinců. Hry pro děti mladšího školního věku budou méně obtížné než u dětí na druhém stupni či dospělých. Dále je důležité se zaměřit na to, jaké jsou prostorové možnosti, tudíž jestli hru uskutečnit uvnitř v tělocvičně nebo venku na hřišti, v parku apod. Od toho se odvíjí výběr a množství pomůcek. Výběr pomůcek závisí na základě vybraného prostoru, počtu účastníků a podle vybavenosti školy.

S výběrem aktivit je také důležité brát v úvahu několik zásadních kroků. První zásadou je, že pohybová hra by měla navazovat na předchozí aktivity, lze např. využít pomůcky z pohybové aktivity během rušné nebo průpravné části. Dále popis hry, pravidel a organizace by měl probíhat v co nejkratším čase. Děti příliš dlouhé popisování nudí a nedávají pozor. Dále, co je důležité a týká se to celkově výuky ve škole (nejen her) je to, že se daná aktivita (hra) nepovede. Učitel by neměl být překvapen, měl by s tím počítat. Pokud to lze, měl by vymyslet alternativu. S tím souvisí i fakt, že většinu her lze upravit podle místa konání, počtu účastníků, času. Poslední zásadu, kterou by měl učitel využívat častěji (nejen ve hře) je pozitivní hodnocení žáků, a to během aktivit i po jejich ukončení. Žák to vnímá jako motivaci k další činnosti.

Již při vlastním provedení se hra rozděluje do několika částí. První je zahájení hry, které se oznamuje domluveným signálem. Může být slovní, akustický nebo optický. Druhou částí je průběh hry, který je ovlivňován řadou skutečností například: samotná příprava pohybové hry, připravenost účastníků, motivaci, bezpečnosti apod. Předposlední částí je doba trvání hry a poslední část ukončení (Rubáš, 1997).

Každá pohybová hra/pohyb s sebou nese určitou míru rizika. Nikdy nelze říci, že je daná hra/aktivita bezpečná. Tato riziková situace obvykle nevznikne pouze z jedné chyby, ale předchází ji několik chyb. Nejčastějšími faktory vzniku rizikových situací je spěch. Ten zažíváme každý, patří ke každodennímu životu. Pohybové aktivity by měly být naplánované tak, aby zúčastnění měli dostatek času. Velmi často se stává (nejen při pohybových aktivitách), že chce jedinec za daný čas stihnout co nejvíce, poté se ale dostává do časové tísně. Druhým faktorem je únava, nepozornost nebo nekázeň. Ta často přichází ke konci aktivit. Je následkem fyzického, psychického zatížení, potřebného při aktivitě. S únavou souvisí také nepozornost. U dětí nastává velmi často riziko takové, že nedělají, co mají. Je potřeba děti dostatečně namotivovat, aby neměly potřebu hledat jinou aktivitu. Posledním faktorem je přeceňování. Velmi snadno se dají přecenit schopnosti a síla a podcenit

příprava. Nyní uvedu některá z bezpečnostních pravidel. Vedoucí by měl před začátkem všechny seznámit s pravidly, měl by účastníky důkladně připravit na aktivity (rozcvičit), měl by respektovat aktuální stav jedince, nenutit ho, samozřejmě by měl mít připravenou lékárničku a mít zkontrolované pomůcky (Svatoš, Lebeda, 2005).

4.1.2 ZÁJEM DĚTÍ O POHYBOVOU AKTIVITU

V období od 9-11 věku dítěte roste pohybová vnímavost. Ta je podpořena získáváním nových dovedností a znalostí. Motorický projev se stává přesnější, proto je toto období vhodné k rozvoji obratnosti a pohyblivosti. Přesnější motorickou činností děti zvládají základy sportů (Slepička a spol, 2009).

Na prvním stupni základní školy si začínají utvářet zájmy, které obsahují také ty sportovní. Jsou podníceny vrozenou potřebou pohybu a tendencí stát se členem nějaké skupiny (Fialová a Rychtecký, 1998). Důležité je děti do sportovních aktivit nenutit, mohlo by to vést k opačnému účinku a to, že by mohly ztratit motivaci danou aktivitu provádět. Konkrétně vnitřní motivace k pohybu oddaluje únavu a pomáhá se soustředit.

Pohybovými aktivitami, které musejí být vhodně zvolené, rozvíjíme u dětí sebevědomí, sebehodnocení a sebepojetí. Děti jsou v tomto věku hodně citlivé, proto aktivity, ve kterých se necítí dobře nebo jsou stále neúspěšní, budou odmítat (Dvořáková a Engelthalerová, 2017). Stejně to bude u aktivit, mezi kterými nebudou mít dostatek času na odpočinek nebo nebudou na sebe logicky navazovat (Dovalil a Choutková, 1988). Pohybové aktivity většinou probíhají ve skupinách, dítě v nich nabývá dojmu potřeby, musí s ostatními komunikovat a spolupracovat. Jsou velmi výrazným motivačním prvkem a podněcují v dítěti radost z pohybu. Při takovýchto pohybových aktivitách samozřejmě také vznikají přátelské vztahy (Dvořáková a Engelthalerová, 2017).

5 MOTIVACE A ZÁŽITKY

Motivaci můžeme charakterizovat několika způsoby. Podle Hanuš a Chytilová (2009) je motivace příčinou nějaké pohybu, má za důsledek změnu stavu, je to důvod, díky kterému jsme učinili rozhodnutí. Je to sledování vnitřních procesů člověka za účelem řízení, aktivování a udržení chování. Nejvíce vystihující definici považuji tuto: „*Motivace je proces zvnitřněného zdůvodnění potřeby učícího jedince se učit (Sitná, 2009, str.18)*“. S motivací úzce souvisí motivy a potřeby. Motivory lze charakterizovat jako důvody našeho chování a jednání. Potřeby jsou děleny na primární. Do kterých patří biologické a sociální potřeby a sekundární, což je sebeuplatnění, zodpovědnost, sebeprosazení (Jansa a kolektiv, 2018).

Je to jedna z nejdůležitějších oblastí osobnosti člověka. U každého jedince je motivací jiná skutečnost. Slouží jako aktivace jedince (žáka) k lepším (učebním) výkonům, k překonávání problémů. Při utváření motivace musíme myslet na několik zásad. Důležité je vědět cíl, obsah vyučovací jednotky a věk dětí, pro které je motivace určena. Při nedodržení těchto zásad může mít motivace opačný účinek – vyvolá nezájem, odpor. Taková motivace je poté nazývána negativní a je nejčastěji projevována frustrací. Lze ji poznat tak, že se žák nudí, má strach, což vede k neefektivní práci, k nezájmu chodit do školy. Každý učitel by měl myslet na to, že velmi významně ovlivňuje motivaci, klima třídy a školy (Hanuš a Chytilová, 2009).

Motivace se dělí na vnitřní, vnější, krátkodobou a dlouhodobou. Vnitřní motivace vychází z vnitřního zájmu žáka. Žák se chce učit, chce získávat nové znalosti, je si vědom, že získané vědomosti jsou pro něj užitečné a přínosné. Tento žák neočekává žádnou vnější odměnu. Pokud je žák řízen vnější motivací, tak se neučí proto, že by chtěl získávat nové znalosti, ale proto, že mu to bylo nařízeno. Jako vnější motivaci považujeme klasifikaci, odměny a tresty. Krátkodobá motivace je specifická právě pro děti na základních školách. Je intenzivnější a silnější, ale vydrží kratší dobu. Dlouhodobá motivace se vyskytuje u starších jedinců a vyžaduje určitou míru cílevědomosti (Sitná, 2009).

Zážitek můžeme definovat jako: „každý duševní jev, který jedinec prožívá: vnímání, myšlení, představivost; vždy vnitřní, subjektivní, citově provázaný; zdroj osobní zkušenosti, hromadí se celý život a skládá jedinečné duševní bohatství každého člověka (Hartl, Hartlová, 2010, str.690)“.

Zážitky jsou stavěny na konkrétních neočekávaných podmínkách nebo situacích, které jsou následně zpracovávány do podoby vědomostí, zkušeností a využívány v budoucnosti. Každý zážitek, který jedinec prožívá, je ovlivněn zážitky předchozími a současně ovlivňuje to, jaké budou prožitky v budoucnosti. Osobnost člověka se vlivem zážitků vyvíjí. Tento vývoj neprobíhá pouze ve škole, ale probíhá v každodenním životě. Ve škole by učitelé měli vybírat takové zážitky, které mohou mít na dítě pozitivní vliv. Hanuš a Chytilová ve své knize zmiňují: „Ať už chceme metodou zážitkového učení vyučovat jakýkoli předmět, musíme vybírat materiály a témata, která souvisejí se zážitky ze života. Měli bychom vycházet z předešlých zážitků, které můžeme aplikovat na nynější a následné zážitky, abychom dosáhli nějakého růstu a rozvoje (Hanuš & Chytilová, 2009, s. 38)“.

Zážitky tedy můžeme získat při jakékoliv dobrodružně pohybové aktivitě (výlet do přírody), patří sem také netradiční pohybové hry v tělocvičně (využití nového náradí a pomůcek). Získáváme je i v situacích, při kterých mohou nastat určitá rizika, nebezpečí nebo napětí. Zážitky celkově podporují u dětí změny v osobnosti a v chování. Podporuje se také rozvoj empatie, hodnocení sebe i druhých, spolupráce, komunikace.

6 TĚLESNÁ VÝCHOVA NA 1.STUPNI ZÁKLADNÍ ŠKOLY

Tělesnou výchovou můžeme rozumět cílevědomou výchovnou a vzdělávací činností, která působí na tělesný a pohybový vývoj člověka, upevňuje jeho zdraví, zvyšuje tělesnou zdatnost a pohybovou výkonnost, podílí se na utváření pozitivního vztahu jedince k pohybové aktivitě (Vilímová, 2009).

Na prvním stupni je počet vyučovacích hodin tělesné výchovy v poměru dvě hodiny za týden. Stejně tomu tak je i na druhém stupni. Vyučování probíhá podle možností školy buď na hřišti nebo v tělocvičně. Některé školy mají možnost využití posilovny, dopravního hřiště, bazénu, zimního stadionu. Děti se učí základnímu osvojení pohybových a obratnostních dovedností. Učí se poznávat a bezpečně manipulovat s náčiním a nářadím. Jedinci se snaží spolupracovat, zvládat různé role a překonávat sebe samotné. Příprava učitele na hodinu tělesné výchovy by měla splňovat očekávané výstupy školy. *„Vyučovací činnost učitele tělesné výchovy je chápána jako druh sociálního chování (Mužík, 1993, str.8)“*. Oblasti, které velmi ovlivňují úspěšnost práce učitele, jsou jeho kvalifikační předpoklady, pedagogické schopnosti a osobní vlastnosti. Schopnosti souvisí s jeho zájmy, činnostmi, emocemi, vnímáním apod. Řadí se mezi ně didaktická schopnost, percepční schopnost, schopnosti výrazové a komunikativní, organizační a akademické (Vilímová, 2009).

Děti se v tělesné výchově učí poznávat své pohybové možnosti a jejich účinek na tělesnou zdatnost a zdraví. Žáci se podporují a individuálně hodnotí s ohledem na jejich tělesné předpoklady. Je velmi důležité děti v tělesné výchově pozitivně motivovat a posuzovat je na základě individuálního přístupu. Tím si tak snadněji navodí pozitivní emoce, začnou aktivity prožívat nenuceně a stoupne celková zábavnost tělesné výchovy (Dvořáková a Engelthalerová, 2017).

Vyučovací hodiny se podle úkolu a metod dělí na hodiny smíšené, jednoduché, aplikační, zvláštní. Struktura je rozdělena na tři části. Jako první je část úvodní, která se následně dělí na organizační a rušnou. Tato část má důležitý význam, děti zde přechází z tradičního školního prostředí do tělovýchovného zařízení, kde platí jiná pravidla a je zde kladen větší důraz na bezpečnost. Úkolem této části je připravit žáky na zatížení. V organizační části je typický nástup, pozdrav, navození atmosféry motivací a sdělení cílů. Poté na řadu přichází

rušná část neboli zahřátí organismu. Důležité je, aby se žák neunavil, pouze zahřál. Doba trvání této části by měla být 3-5 minut. Následuje průpravná část hodiny, která zahrnuje průpravná a všeobecná cvičení. Ta by měla dítě připravit na činnost v hlavní části hodiny. Doba trvání této části by měla být zhruba 6-12 minut. Vyučovací jednotka pokračuje hlavní částí, ve které se realizují nejobtížnější úkoly. V prvních 10 minutách se doporučuje zařadit nácvik nových pohybových dovedností, po nich činnosti s rychlostně silovými požadavky. Ke konci hlavní části je doporučeno zařadit opakování pohybových dovedností nebo rozvoj vytrvalostních schopností. Maximální doba hlavní části by neměla překročit 30 minut. V závěrečné části je vhodné zařazovat kompenzační cvičení. Cílem této části je zklidnění organismu po absolvované zátěži. V naprostém závěru vyučovací jednotky by mělo proběhnout zhodnocení průběhu hodiny. Při hodnocení na žáky nahlížíme individuálně a nezapomínáme je pochválit (Vilímová, 2009).

Cíle v tělesné výchově jsou převážně postojové. Jsou formulovány tak, aby dítě vedly k pozitivním a uvědomělým postojům v pohybových aktivitách. Žáci poznávají účinky daných činností. Přispíváme k tomu, aby dítě pohybové činnosti provádělo i mimo tělesnou výchovu, při svém volném čase, při svých zájmech. Celkově bychom mohli říci, že za hlavní cíl považujeme pozitivní ovlivňování pohybové gramotnosti dítěte. Pohyb můžeme zařadit nejen do hodin tělesné výchovy. Zvláště u dětí mladšího školního věku by se měly během vyučování nebo před vyučováním objevovat tělovýchovné chvílky či pohybově – rekreační přestávky. V dnešní době je stále oblíbenější tzv. učení v pohybu, kam můžeme zařadit běhací diktáty a běhací počítání (Dvořáková a Engelthalerová, 2017).

Žáci by při přechodu na 2.stupeň základní školy měli mít splněné následující úkoly. Měli by mít vytvořenou základní představu o významu tělesné výchovy, projevat nenucenou chuť k pohybu. Měli by mít vytvořeny základní návyky při poranění, mít dostatečně rozvinutou kapacitu organismu, měli by znát zásady bezpečnosti a základní terminologii. Měli by si uvědomovat a umět poznat zásadní chyby při cvičení, s tím souvisí chápání a ovládnutí základní techniky cviků, kterou jsou zaměřené především na správné držení těla (Mužík, 1993).

6.1 RÁMCOVÝ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

Předmět tělesná výchova je spolu s předmětem výchova ke zdraví řazen do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Celá tato oblast učí žáky poznávat hodnotu zdraví, seznamuje s podněty, které pozitivně ovlivňují zdraví jedince. V oboru tělesné výchovy se zaměřuje na poznání vlastních pohybových možností a zájmů. Výstupy z tělesné výchovy jsou rozděleny na dvě období (RVP, 2021).

V prvním období se děti učí spolupracovat při pohybových dovednostech, učí se zvládat pohybové činnosti a chce se v nich zlepšovat, učí se zásadám bezpečnosti při vstupu do tělocvičny, na hřiště a při používání jednotlivých náčiní a nářadí. Chápe zásady hygieny (převlečení do úboru, umytí rukou). Žák si osvojuje povely a pokyny při praktických ukázkách učitele a následně na ně správně reaguje, chápe, proč je výhodné zařazovat pohyb do každodenního života (RVP, 2021).

V druhém období je požadováno, aby se dítě více zapojovalo v realizaci her, aby projevilo více samostatnosti a vůle pro zlepšení své zdatnosti. Rozšiřuje si znalosti v oblasti názvosloví náčiní a nářadí, které je v hodinách představeno a používáno. Zkouší tvořit vlastní pohybové aktivity. Tím, že děti mají již vžitá názvosloví, jsou schopny provést cvik a reflektovat ho, se procesy učení stupňují v obtížnosti (RVP, 2021).

V rámcovém vzdělávacím programu jsou také zmíněny taneční průpravy, základy gymnastiky, atletiky a sportovních her, rytmické a kondiční formy, netradiční hry. Škola by měla zajistit pro žáky pohybové činnosti i mimo tělocvičnu, měla by zajistit absolvování plaveckého, bruslařského a lyžařského kurzu (RVP, 2021).

7 ZÁKLADNÍ ŠKOLA KOMENSKÉHO 17, DOMAŽLICE

Tím, že má praktická část diplomové práce bude realizována na základní škole Komenského 17 v Domažlicích, Vám ji v následující kapitole představím. Součástí kapitoly bude charakteristika platného školního vzdělávacího programu z roku 2022.

Základní škola je situována v centru Domažlic. Stojí vedle nově zrekonstruovaného domažlického pivovaru. Budovy jsou historické, v dřívějších dobách se škola dělila na chlapeckou a dívčí. Během zhruba 10 let škola proběhla rekonstrukcí. Vyměnila se všechna okna, byla postavena plynová kotelna, sportovní hala, hřiště. Změna se týkala také sociálních zařízení jak na 1., tak na 2.stupni. V poslední době se postupně, po malých krocích, rekonstruuje školní jídelna. Velké, vzdušné a čisté prostory vytvářejí pro žáky, učitele a nepedagogické pracovníky příjemné prostředí. Z celkové kapacity základní školy 1050 žáků, ji nyní navštěvuje více jak 900 žáků. Kapacita školní družiny je 210 žáků, což jednoznačně nestačí. V minulém roce, kdy se na základní školu Komenského přihlásil rekordní počet žáků do prvních tříd, je kapacita družin malá. Kapacita školní jídelny je 2000 jídel. Do naší školy chodí na obědy i lidé z blízkých kanceláří. Před několika lety se jídla vozila i na druhou základní školu v Domažlicích [Základní škola Komenského 17, 2023].

Škola se zaměřuje na příjemnou atmosféru, na zlepšení komunikace nejen mezi dětmi v jednotlivých třídách, ale i vztahy mezi ročníky. Dále se škola soustředí a podporuje zlepšování/udržování vztahů pracovníků školy a v neposlední řadě se soustředí na individuální přístup, rozvoj a podporu jednotlivých žáků [Základní škola Komenského 17, 2023].

Základní školu Komenského 17 navštěvují děti nejen z Domažlic, ale dojíždějí také z nedalekých obcí (Babylon 10 minut od Domažlic, Česká Kubice 16 minut od Domažlic). Autobusové nádraží je hned vedle základní školy. V nejméně frekventovanější hodinu přechody blízko školy hlídá městská policie.

Školní vzdělávací program Základní školy Komenského 17, Domažlice

Školní vzdělávací program obsahuje 626 stran. Soubor je rozdělen do 5 obsáhlých částí. První část poskytuje identifikační údaje o škole. Druhá část s názvem charakteristika školy uvádí projekty, které ve škole probíhají, seznámení s pedagogický sbor, podmínky, velikost a umístění školy, vlastní hodnocení, spolupráce s rodiči a dalšími institucemi. Třetí kapitolou je charakteristika školního vzdělávacího programu. V této části je uvedeno zaměření školy, výchovně – vzdělávací strategie, jednotlivé kompetence, začlenění průřezových témat a zabezpečení výuky žáků nadaných, mimořádně nadaných a žáků se speciálně vzdělávacími potřebami. Čtvrtou částí je učební plán, kde je přehled celkových dotací. Poslední pátou částí jsou učební osnovy, kde jsou vypsány jednotlivé předměty a jejich hodnocení [ŠVP, 2021].

8 CÍL A ÚKOLY PRÁCE

Cílem diplomové práce je vytvoření souboru tematických pohybových her do hodin tělesné výchovy. Práce bude sloužit jako metodická pomůcka pro učitele, vychovatele, pedagogy volného času a vedoucí kroužků. Hry jsou vymyšlené tak, že si je může učitel modifikovat podle potřeb svých i potřeb žáků.

Úkoly práce:

- Návrh jednotlivých her a aktivit, jejich popis.
- Realizace tematických pohybových her na nižším stupni základní školy.
- Přiložení fotodokumentace z hodin tělesné výchovy během využití souboru her.
- Vytvoření ankety a zhodnocení odpovědí.

9 PRAKTICKÁ ČÁST

9.1 METODIKA PRAKTICKÉ ČÁSTI

V diplomové práci jsou uvedeny čtyři tematické celky. Výběr tématu jsem zvolila takový, aby zaujal právě děti na 1.stupni základní školy, tzn. děti od 6 - 11let. Inspirovala jsem se od samotných dětí. Při povídání s nimi se několikrát o těchto filmech/hře zmínily. Proto jsem si řekla, že to pro mě bude správná volba. Na každý tematický celek jsem vymyslela pět jednotlivých pohybových aktivit. Vždy minimálně jedna aktivita je určená pro venkovní prostředí, ostatní jsou určené pro vnitřní prostředí – tělocvičnu. Aktivity jsou pro určené pro početnější skupiny, zhruba pro 20 účastníků. Samozřejmě je lze modifikovat.

Aktivity jsou vymyšlené tak, aby se daly realizovat během 45 minut tělesné výchovy. Převážná většina jsou aktivity do hlavní části hodiny, před kterými bude úvodní část, rozcvičení. Na konci vyučovací hodiny protažení a závěrečné zhodnocení. Případné pomůcky do hlavní části hodiny budou použity i při rozcvičení.

Aktivity jsou založené na spolupráci ve skupině. U každé aktivity vypíši ročník, kde byla aktivita uskutečněna, počet účastníků, dobu trvání, pomůcky, prostorové uspořádání (prostředí) a průběh aktivity. Během aktivit vznikne fotodokumentace, kterou následně vložím do diplomové práce. Vytvořím také anketu, která bude sloužit jako hodnocení zrealizovaných pohybových aktivit. Výsledky uvedu ve pruhových a výsečových grafech. Pro výsledky z prvního ročníku zvolím pruhový graf, jelikož při zpětné vazbě děti nejvíce porozuměly tomuto typu grafu.

9.2 POHYBOVÉ HRY: AVATAR

1. AKTIVITA – PROMĚNA V AVATARA

Ročník, počet účastníků: 5.ročník, libovolný počet

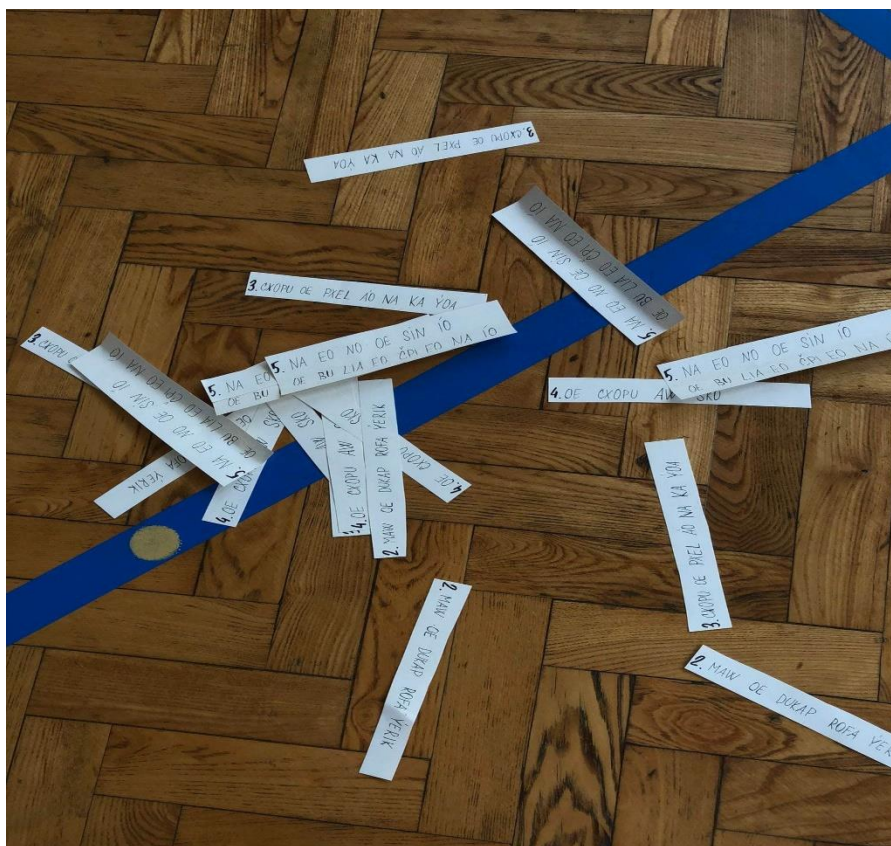
Doba trvání: 10 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: papír, tužka

Motivace: Představte si, že se ráno probudíte a je z vás Avatar. Jak vypadáte? Jak se cítíte? Jaká je první věc, kterou uděláte? To všechno se dozvíme v téhle hře.

Průběh: Rozdělíme žáky do, pokud možno, stejně početných skupin. Žáci do skupin dostanou papír a tužku. Dbáme na to, ať jsou skupiny dál od sebe, omezíme tak napovídání ostatním. Jako první úkol mají žáci popsat, jak Avatar vypadá (v 5 bodech – vysoký, modrý, copánky, ocas, nenosí oblečení,). Jeden ze skupiny vyběhne k vedoucímu, který má dané informace zašifrované v navijštině. Vezme si první šifru, běží zpátky ke svému týmu, kde všichni v týmu luští zašifrované slovo. Při delším luštění může vedoucí pomoci. Kapitán ve skupině získané informace zapisuje. Po rozluštění prvního slova, mohou běžet pro další kartičku. Po získání všech pěti bodů napíšou na papír své pocity, jak by se cítili, kdyby se proměnili v avatara.



Obrázek 2: Kartičky se zašifrovanými slovy (vlastní foto)

2. AKTIVITA – ÚTĚK PŘED POZEMŠŤANY

Ročník, počet účastníků: 1.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 10 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: rozlišovací dresy

Motivace: Jste na planetě Pandoře, procházíte se po lese, když v ten moment na vaši planetu přistanou pozemšťané a chtějí Vám ublížit. Musíte před nimi utéct.

Průběh: Žáci jsou rozděleni do dvou stejně početných skupin. Jedna skupina dostane rozlišovací dresy. Ty si dají jako „ocásky“ jako Avataři. Druhá skupina pozemšťanů se snaží Avatara chytit, utrhnout mu ocásek. Jakmile se tohle stane, z bývalého Avatara se stává pozemšťan a z pozemšťana se nasazením ocásku stává Avatar.

3. AKTIVITA – OCHRANA PLANETY PANDORY

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 20 minut

Prostředí: venkovní, hřiště

Pomůcky: krepový papír

Motivace: Planeta Pandora byla napadena pozemšťany. Úkolem domorodců je ji ochránit.

Průběh: Žáky rozdělíme na dvě stejně početné skupiny. Skupina domorodců (Avatarů) chrání svoji planetu Pandoru (hrad) před pozemšťany. Jedna skupina dostane modrý krepový papír, druhá skupina dostane hnědý. Krepový papír bude nastříhaný na proužky. Každý žák si zaváže proužek dané barvy na paži.

Skupina s modrým proužkem chrání planetu (hrad), s hnědým proužkem ji napadají. Žák se stává zajatcem druhé skupiny tím, že mu někdo strhne proužek z ruky.

4. AKTIVITA – ZÁCHRANA TULKUN

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

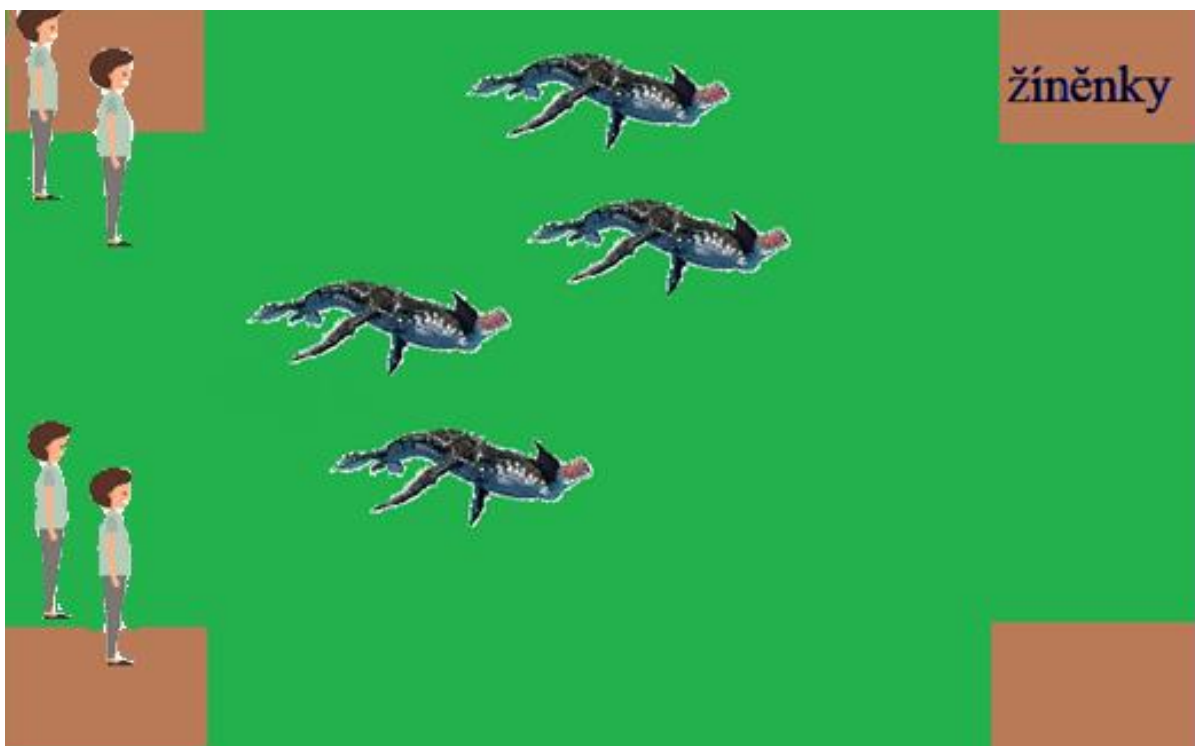
Doba trvání: 15 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: žíněnky

Motivace: Na planetu Pandoru vtrhli pozemšťané a se svými těžkými technikami se snaží ulovit Tulkun. Obyvatelé Pandory, Avataři, se rozhodli jim v tom zabránit a Tulkun chtějí zachránit. Jak to dopadne?

Průběh: Žáky rozdělíme na dvě skupiny. Jedna skupina jsou Avataři, druhá skupina jsou Tulkun. V každém rohu tělocvičny je vždy jedna žíněnka. Tulkun plavou v moři, úkolem Avatarů je zachránit Tulkun tím, že je dostanou na žíněnku. Důležitým bodem je, že se Tulkun nemohou bránit – chtějí zachránit. Jakmile jsou všechny zachráněny, časomíra se zastaví, skupiny se prohodí a proces se opakuje. Zachraňující skupině dáme čas na rozmyšlenou, jakým způsobem budou postupovat (vždy dva Avataři zachraňují jednoho Tulkun nebo si vystačí sám).



Obrázek 3: Prostorové uspořádání aktivity – ZÁCHRANA TULKUN

5. AKTIVITA – ZÁVĚREČNÝ BOJ

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 15 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: měkké míčky (minerály)

Motivace: Avataři nechtějí na své planetě Pandoře pozemšťany, kteří se jim snaží ukradnou co nejvíce minerálů. Avataři jim v tom zkouší zabránit.

Průběh: Žáky rozdělíme do dvou skupin. Jedna skupina budou pozemšťani, kteří budou na planetě Pandoře hledat vzácné minerály (míčky). Jejich protivníci budou Avataři, kteří si své minerály chrání. Avataři mají za úkol chytat pozemšťany. Když je pozemšťan chycen, musí běžet k domluvenému místu, kde vykonají trest – deset dřepů. Po vykonání trestu může opět hledat minerály.

Avataři neví, kde jsou minerály ukryté. Každá skupina si musí domluvit, jak bude při aktivitě postupovat.

9.3 POHYBOVÉ HRY: SHERLOCK HOLMES

1. AKTIVITA – JAK BY TO VYŘEŠIL SHERLOCK HOLMES?

Ročník, počet účastníků: 5.ročník, libovolný počet

Doba trvání: cca 10 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: žádné

Motivace: Sherlock Holmes byl velice chytrý a hbitý. My si dnes na Sherlocky zahrajeme. Splňte úkol a buďte nejrychlejší skupina.

Průběh: Žáky rozdělíme do několika skupin se stejným počtem žáků. Skupiny se postaví na jednu stranu tělocvičny, na povel vedoucího (učitele), který určí způsob/možnosti překonání tělocvičny, se skupiny musí dohodnout, jak to udělat. Vedoucí například řekne: Na zemi může být pouze 5 nohou, chodíme pouze po rukou...

2. AKTIVITA – PRAVDA x LEŽ

Ročník, počet účastníků: 1. ročník, libovolný počet

Doba trvání: 10 minut

Prostředí: hřiště

Pomůcky: velký nafukovací míč

Motivace: Sherlock byl známý detektiv, který vždy musel vyřešit zapeklité případy a zjistit pravdu. Vy dnes jako Sherlockové, budete také zjišťovat pravdu.

Průběh: Děti rozdělíme do dvou skupin (pokud chceme, můžeme až do čtyř skupin). Každá skupina stojí na jedné straně tělocvičny. Uprostřed tělocvičny je míč. Vedoucí pokládá dotazy: Kdo měl dnes na snídani čaj., Kdo si myslí, že je pravda $15+3=18$, apod. Pokud je to pravda, děti vyběhají k míči, seberou ho a odnesou si ho zpět k ostatním (do svého domečku). Je povoleno míč vytrhnout a běžet ke svému domečku.

3. AKTIVITA – PÁTRÁNÍ PO LOUPEŽNÍKOVI

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 20 minut

Prostředí: venkovní

Pomůcky: žádné

Průběh: Žáky rozdělíme do dvou stejně početných skupin. Každá skupina si určí svého loupežníka, kterého druhá skupina bude muset vypátrat. Členové jedné skupiny chodí po hřišti, druhá skupina stojí na krajích. Loupežník bude mít určité omezení např. zavřít oči, vypláznout jazyk, ruce v pěst. Jakmile hádající skupina řekne úkol – udělejte dřep, skákejte panáka, jděte po čtyřech, loupežník u daných aktivit musí mít zavřené oči, vypláznutý jazyk. Skupina, která dává pokyn, pozoruje druhou skupinu a pátrá po loupežníkovi. Skupina, která je v hřišti spolupracuje. Děti se mohou shlukovat, nenápadně zakrývat loupežníka. Po vypátrání se skupiny vymění.

4. AKTIVITA – ZÍSKÁVÁNÍ DŮKAZŮ

Ročník, počet účastníků: 5.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 15 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: lavičky, žíněnky, papír, indicie, švédská bedna, koza

Vypočítej příklad a podle výsledku získej popis pachatele.	Vypočítej příklad a podle výsledku získej popis pachatele.
$426 + 169 =$	$738 - 256 =$
495 - Měl/a černé vlasy	482 - Nosil/a bílou košili a klobouk.
595 - Měl/a hnědé spletené vlasy.	472 - Nosil/a šaty.
594 - Neměl/a vlasy.	488 - Nosil/a tričko a džíny.

Obrázek 4: Indicie (vlastní tvorba)

Vypočítej příklad a podle výsledku získej popis pachatele.	Vypočítej příklad a podle výsledku získej popis pachatele.
$2880 - 667 =$	$524 + 609 =$
2 203 - Neměl vousy.	1 123 - Pil vodu.
2 223 - Nenosil/a prstýnky.	1 133 - Vypadal jako pirát.
2 213 - Měl/a ve vlasech červený šátek.	1 125 - Odjel na kole.

Obrázek 5: Indicie (vlastní tvorba)

Průběh: Žáci jsou rozděleni do stejně početných skupin. V tělocvičně máme předpřipravenou opičí dráhu. Z každé skupiny běží vždy jeden, má za úkol překonat překážky, na jejichž konci vyřeší příklad a podle výsledku získají popis pachatele („Měl/a

hnědé krátké vlasy.“ „Měl/a modré tričko“...). Charakteristiku si musí děti zapamatovat, běží zpátky ke své skupině, kde daný popis načrtnou/napíší na papír. Jakmile budou mít kresbu/popis celé postavy, napíší jméno pachatele. Kontrolu provede vedoucí.

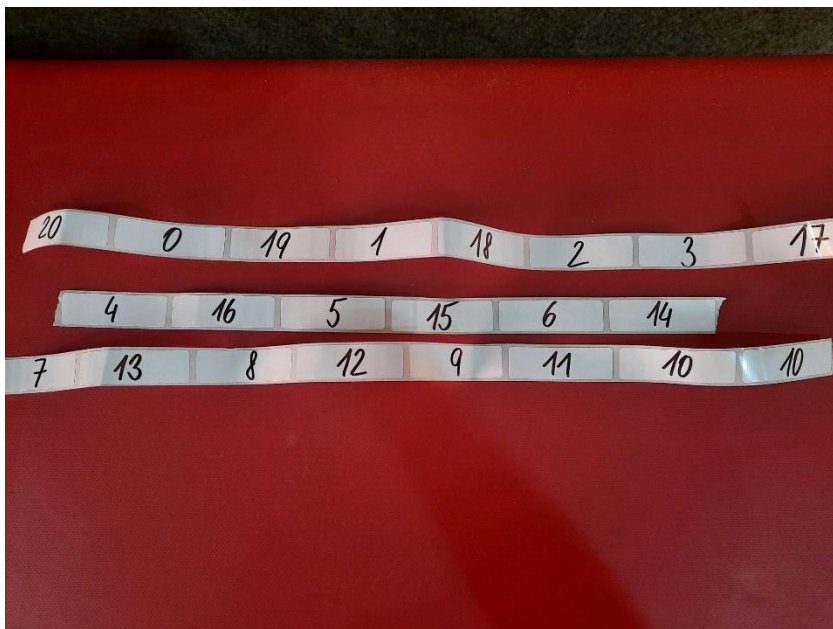
5. AKTIVITA – DVOJICE

Ročník, počet účastníků: 1.ročník, počet dělitelný dvěma

Doba trvání: 15 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: samolepící štítky



Obrázek 6: Samolepící štítky s čísly (vlastní foto)

Motivace: Sherlockovi se rozházely důkazy, které potřebuje k vyřešení případu. Pomozte mu je zase spojit do dvojic.

Průběh: Vedoucí dětem nalepí na čela čísla od 1–20. Jednotlivci mají za úkol najít k sobě číslo, které když sečtou/odečtou se svým, jim dá výsledek 10. Pro stížení podmínek může vedoucí zakázat mluvení.

9.4 POHYBOVÉ HRY: SONIC

1. AKTIVITA – SBĚR MAGICKÝCH KROUŽKŮ

Ročník, počet účastníků: 1.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 10 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: rozlišovací dresy, kloboučky, obruče

Motivace: Co má Sonic za superschopnost? Kdo se chce proměnit v Sonica?

Průběh: Žáky rozdělíme na tři stejně velké skupiny. Při rozdělování myslíme na individuální zvláštnosti žáků. Žáci ve skupinách stojí v zástupech na jedné straně tělocvičny. Na druhé straně tělocvičny jsou různě položené magické kroužky. První ze skupiny si obleče modrý dres – promění se v Sonica, běží pro jeden jakýkoliv kroužek, vrací se s ním zpět, sundá dres, předá ho dalšímu v řadě a poté se postup opakuje, dokud se neposbírají všechny kroužky.

2. AKTIVITA – PŘEKONÁNÍ DOKTORA ROBOTNIKA

Ročník, počet účastníků: 1.ročník, libovolný počet

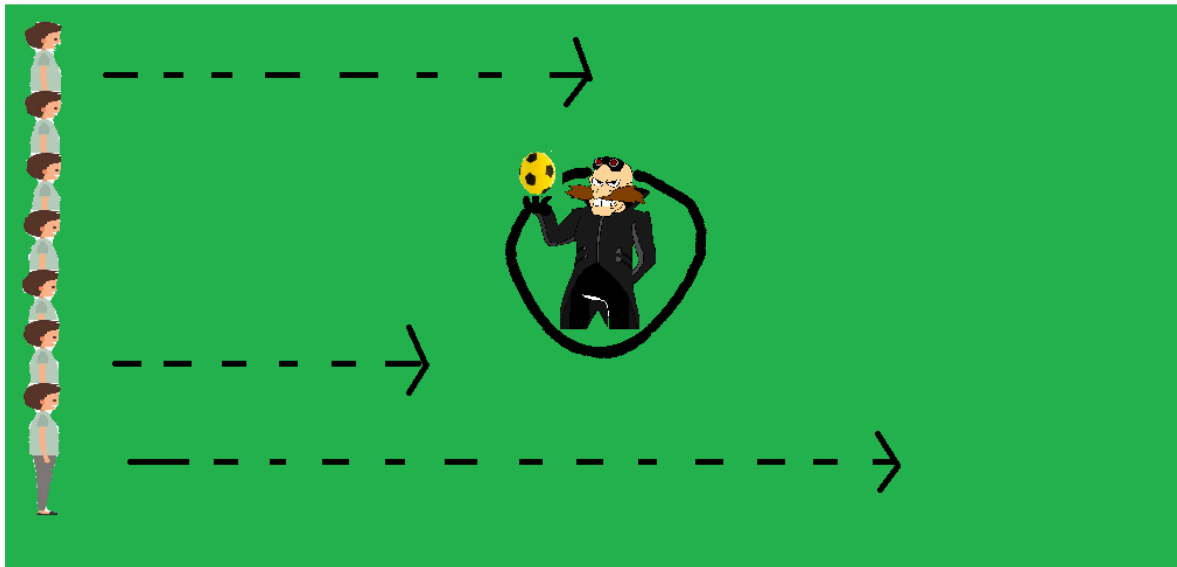
Doba trvání: 10–15 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: malé míčky, dresy/lano pro ohraničení

Motivace: Zeptáme se dětí, jestli vědí, jak se jmenoval doktor, který Sonicovi škodil. A kdo se do něj chce proměnit.

Průběh: Jeden žák v roli doktora Robotníka stojí ve vymezeném území uprostřed tělocvičny. Má k dispozici pouze jeden míč. Sonicové se okolo něj snaží proběhnout, aby je nestrefil. Ze Sonica, kterého strefí, se stává jeho pomocník. Pomocník za ním jde do vymezeného území, dostává míč a aktivita pokračuje. Děti uvnitř kruhu se musí domluvit, po kom budou střílet a kdy.



Obrázek 7: Prostorové uspořádání aktivity – PŘEKONÁNÍ DOKTORA ROBOTNIKA

3. AKTIVITA – KDO Z KOHO?

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

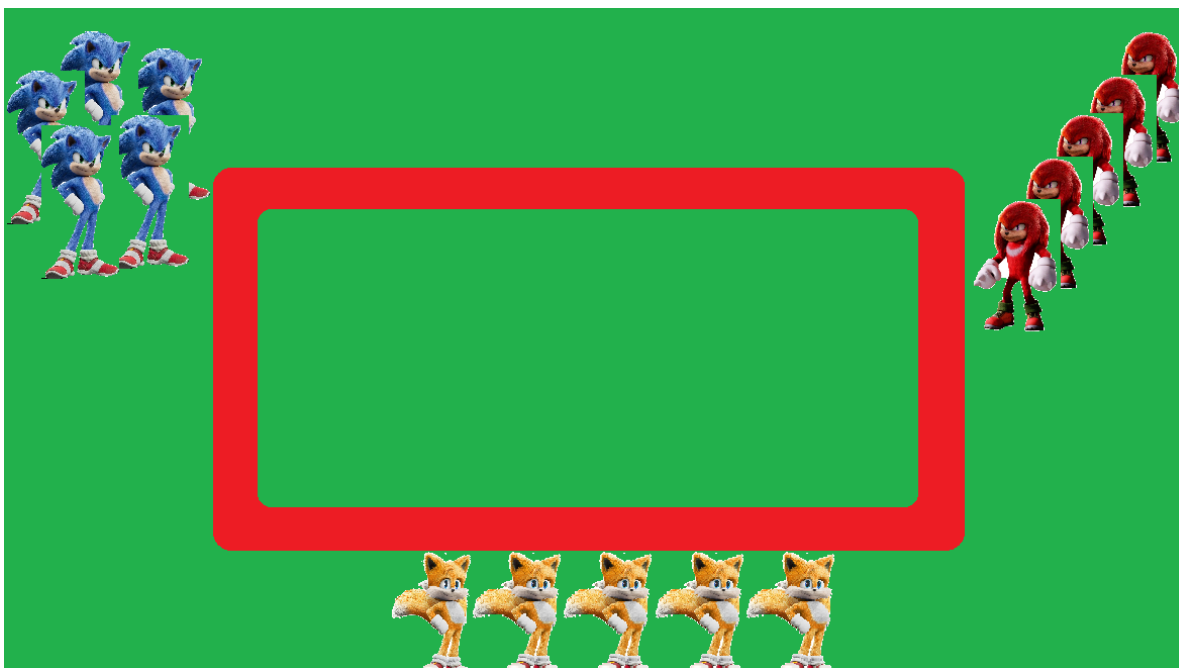
Doba trvání: 10 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: žádné

Motivace: Již víme, že Sonic měl super schopnost rychlost. Ale víme, jakou schopnost měla Ježura Knuckles a Lišák Tails?

Průběh: Děti rozdělíme do tří skupin po stejném počtu. Skupiny stojí přibližně stejně daleko od sebe. Na povel vyběhají první v pořadí, jakmile doženou žáka, který běží před nimi, dotknou se ho, ten odchází a v tu chvíli ho vystřídá z jeho skupiny další pořadí. Cílem je chytit co nejvíce členů z ostatních skupin, ale sám se ve hře udržet co nejdéle.



Obrázek 8: Prostorové uspořádání aktivity – KDO Z KOHO?

4. AKTIVITA – ZÍSKÁNÍ ZELENÉHO DIAMANTU

Ročník, počet účastníků: 1.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 10 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: zelený papírový diamant



Obrázek 9: Zelený papírový diamant (vlastní foto)

Průběh: Děti rozdělíme do dvou skupin, jedna skupina jsou Sonicové, druhá skupina jsou dr. Robotníkové. Obě skupiny stojí na stejné straně tělocvičny, zelený diamant je na druhé straně. Členové skupiny se chytí za ruce, utvoří tak dlouhého hada. Vedoucí, který stojí mezi nimi, v jednu chvíli zmáčkne dítě, které stojí po jeho pravici i levici. Děti si zmačknutí předávají až k poslednímu členovi, který vybíhá a musí získat diamant na druhé straně.

5. AKTIVITA – NA JEŽKA

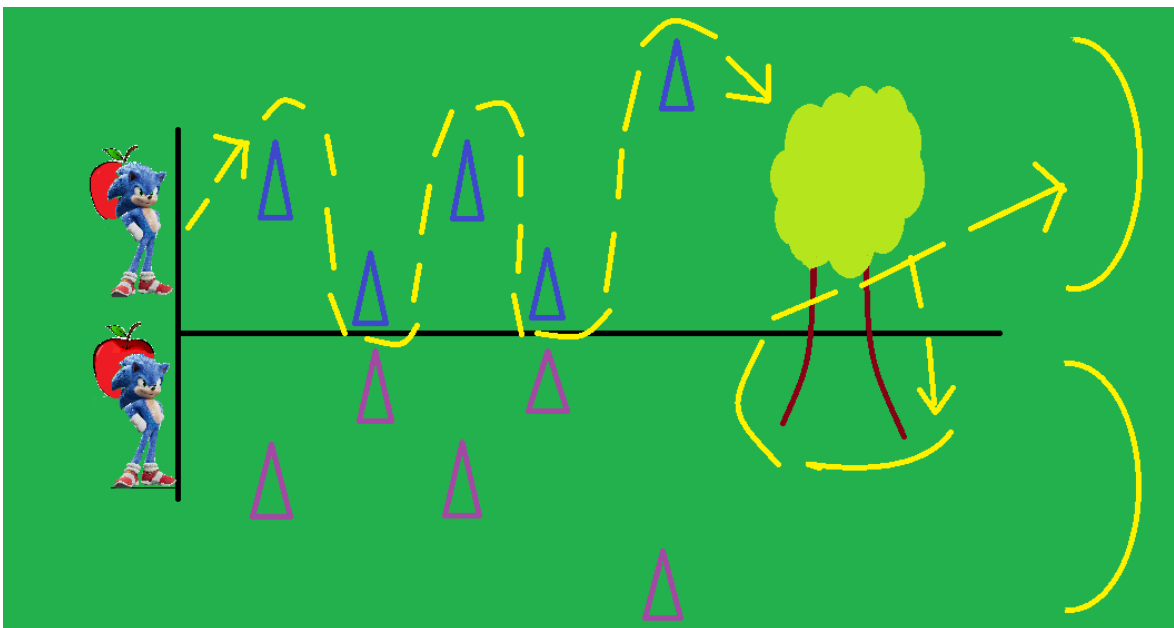
Ročník, počet účastníků: 1.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 15 minut

Prostředí: venkovní

Pomůcky: kuželi

Průběh: Žáky rozdělíme do dvou skupin. Ve skupinách se utvoří dvojice (jeden Sonic, druhý jablko). Je připraven slalom, na jehož konci je brána do jiného světa. Sonicové si vezmou jablko na záda a postaví se na startovní čáru. Na startu jsou připraveny vždy dvě dvojice (jedna z každé skupiny). Úkolem dvojice (Sonica s jablkem na zádech) je co nejrychleji zdolat slalom a proběhnout branou, v tu chvíli vyráží další dvojice z dané skupiny.



Obrázek 10: Prostorové uspořádání aktivity – NA JEŽKA

9.5 POHYBOVÉ HRY: MINECRAFT

1. AKTIVITA – SBĚR MATERIÁLU

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 10–15 minut

Prostředí: park

Pomůcky: přírodní materiál, který děti naleznou na zemi v parku

Motivace: Kdo už někdy hrál hru Minecraft? O co v té hře jde? My si dnes Minecraft zahrajeme při tělocviku.

Průběh: Žáky rozdělíme do stejně početných skupin. Své stanoviště si každá skupina vybere sama. Podmínkou je, že skupiny na sebe nesmí vidět. Skupiny chodí po parku a sbírají si materiál pro další aktivitu. Mohou sbírat cokoli (větvíčky, kamínky, listy), ale nesmějí nic lámat, trhat apod. Sebraný materiál si shromažďují na svém stanovišti.

2. AKTIVITA – STAVBA OBYDLÍ

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 20 minut

Prostředí: park

Pomůcky: sesbíraný materiál

Průběh: Po předchozím shromažďování materiálu si jednotlivé skupiny postaví domečky kdekoli v určeném území. Cílem skupiny je postavit domečky, označit si je svojí značkou (vlaječka, barevný kamínek). Obydlí může být ukryté například pod listím. Před stavěním žákům určíme podmínky. Obydlí musí být vysoká alespoň 30 centimetrů, není určené množství. Mohou se řídit heslem: Čím více, tím lépe. Na papír vypíší, kolik domečků postavili a jakou mají značku. Po uplynutí 20 minut vedoucí ohlásí konec a všichni členové skupin se k němu odeberou.

3. AKTIVITA – BOURÁNÍ OBYDLÍ

Ročník, počet účastníků: 3.ročník, libovolný počet

Doba trvání: 10 minut

Prostředí: park

Pomůcky: žádné

Průběh: Druhá a třetí aktivita na sebe navazují. Po uplynutí času, během kterého skupiny stavěly svá obydlí, se opět všichni sejdou u vedoucího. Ten rozdá pokyny pro další aktivitu.

Během této aktivity skupiny chodí ve vyznačeném území a hledají domečky zbylých skupin, aby je mohly zničit. Jakmile domeček najdou, vezmou si z něj značku skupiny, zbourají ho a pokračují dál. Cílem skupin je zničit co nejvíce obydlí v určitém čase. Po uplynutí doby se opět sejdou u vedoucího, kde se vše vyhodnotí a dozví se výsledky.

4. AKTIVITA – OCHRANA POSTAVENÉ VĚŽE

Ročník, počet účastníků: 3. ročník, libovolný počet

Doba trvání: 15–20 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: florbalové hole, lepicí páska, míče

Průběh: Žáky rozdělíme do skupin po čtyřech až pěti členech. Jedna skupina dostane míče, druhá skupina bude mít za úkol chránit věž. Cílem skupiny s míči je srazit věž v co nejkratším čase, druhá skupina má za cíl uchránit vlastním tělem věž před létajícími míči. Po uplynutí 5 minut se skupiny vystřídají. Za každé zbourání věže se útočící skupině připočítává jeden bod.

Žáci v jednotlivých skupinách se musí dohodnout na způsobu, kterým se budou snažit věž zbourat nebo naopak, jak budou svoji věž chránit.

5. AKTIVITA – HRA O PŘEŽITÍ

Ročník, počet účastníků: 1. ročník, libovolný počet

Doba trvání: 20 minut

Prostředí: tělocvična

Pomůcky: lavičky, žíněnky, malé měkké míčky

Motivace: Po postavení svého domečku zjistíte, že jste si jej postavili v nepřátelském území. Na druhém konci louky uvidíte domeček nepřátel. Chcete jejich domeček zbourat, ale zároveň musíte přežít.

Průběh: Dvě skupiny si postaví na protějších stranách tělocvičny domeček. Po dostavění si každé dítě vezme míč a stojí u svého domečku. Na písknutí začnou vybíjet nepřátelskou skupinu. Úkolem členů skupin je nenechat se vybit a shodit střechu nepřátelského domečku.

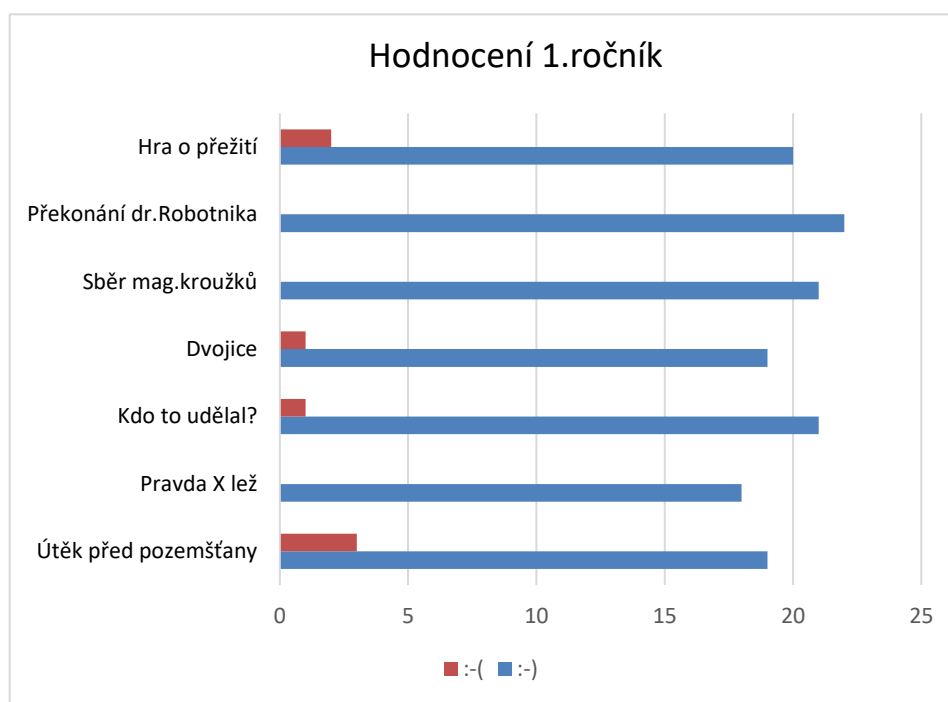
10 DISKUSE

Aktivity byly uskutečněny v hodinách tělesné výchovy na základní škole v Domažlicích. Největším problémem, který mi stěžoval podmínky pro splnění venkovních aktivit bylo nepříznivé počasí.

Vybraná témata se ukázala jako adekvátní k věkovým skupinám i k individuálním zvláštnostem dětí. Samotné děti poté přicházely s nápady, jak aktivity upravit a zlepšit. Pro lepší představu jsem k popisu aktivit přidala animaci a využila jsem fotodokumentace.

Ze všech uskutečněných pohybových aktivit jsem si vedla zápisky. Zaznamenávala jsem si prvotní reakce dětí na vysvětlenou pohybovou aktivitu a jejich aktivitu v průběhu. U většiny dětí jsem v průběhu viděla nadšení a zájem se zapojit. V ročnících, které jsem si vybrala pro praktickou část diplomové práce, jsem dříve učila, takže jsem věděla, kdo jaký je, s kým se baví více a s kým méně. Tyto informace jsem využila při tvorbě skupin. Snažila jsem se, aby skupiny byly rovnoměrně rozděleny, aby skupinu tvořili žáci, kteří se jinak spolu nebaví. Při rozdělování jsem zaznamenala občasnou „neochotu“ být ve skupině právě s tímto žákem/žákyň. Jakmile jsem děti dostatečně namotivovala, popovídala si s nimi o daném tématu (např. o Sonicovi), jsem najednou viděla úplně jiné nasazení. Dle mého názoru ve skupinách spolupracovali skvěle, komunikace s ostatními ve skupině také nebyl větší problém.

V 1.ročníku jsem vzhledem k čtenářským a psacím možnostem zvolila jiný způsob hodnocení aktivit než u dětí v 3. a 5.ročníku. Využila jsem pruhový graf, který byl při zpětné vazbě dětem nejjasnější. Žákům jsem rozdala mazací tabulky, na které malovali buď usměvavého nebo smutného smajlíka podle toho, jak se jim aktivita líbila. Hodnocení probíhalo tak, že jsem jim popsala hru, oni namalovali smajlíka, ukázali tabulku a já jsem si vedla bodové hodnocení. Poté jsem se ptala, co se jim konkrétně na aktivitách líbilo/nelíbilo. Hodnocení se zúčastnilo 23 dětí. Ty, které se nezúčastnily dané aktivity, nehlasovaly.



Graf 1: Hodnocení za 1.ročník

Odpovědi na otázky: Co se vám konkrétně líbilo/nelíbilo?

Byla to sranda.

Líbilo se mi vybíjení Soniců.

Bavilo mě být jako Sonic.

Líbily se mi otázky, které jste dávala při hře Pravda x lež.

Bylo to moc krátké.

Nelíbilo se mi chování V.....

Byl jsem unavený a nechtěl jsem běhat.

K..... vůbec nespocoval a neposlouchal, co má dělat.

Z hodnocení 1.ročníku, kde jsem třídní učitelkou, mám radost. Celkově bych hry hodnotila jako úspěšné. Smutného smajlíka jsem viděla hned 3x na tabulce od ukrajinského žáka. Hry Pravda x lež a překonání dr.Robotníka jsme hráli od té doby několikrát. Na dětech bylo vidět, že tyto dvě hry je opravdu nadchly.

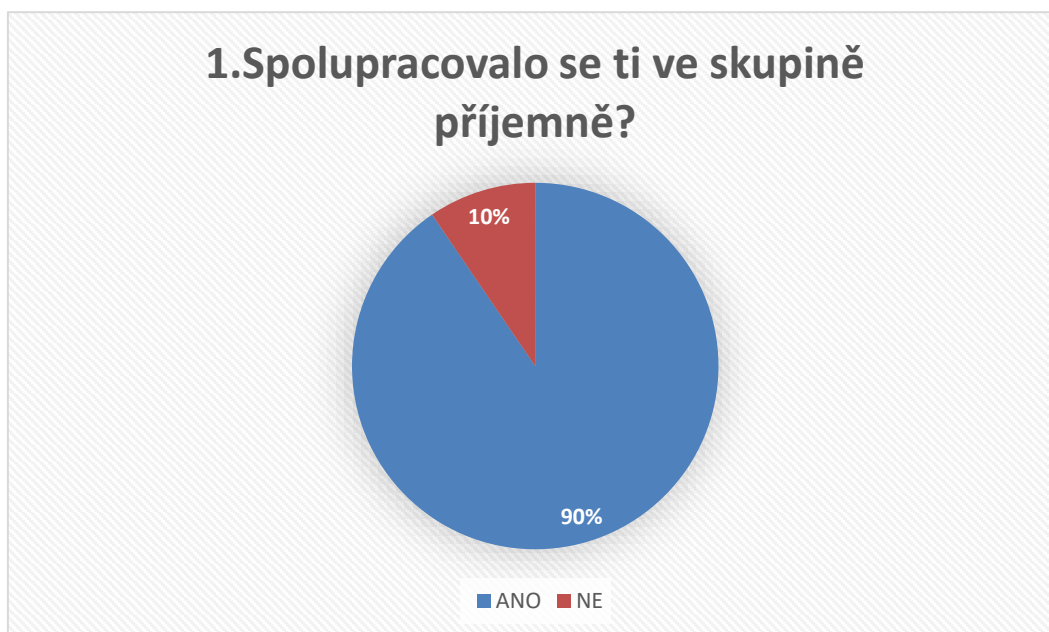
V 3. a 5.ročníku jsem po skončení hodin tělesných výchov, které jsem vedla já a ve kterých jsem uskutečnila zmíněné pohybové aktivity, rozdala anketu. Anketa byla tvořena z pěti otázek. Pokud děti nechtěly, nemusely se podepsat. Vyplnění ankety trvalo zhruba pět minut.

Otázky, které jsem v anketě uvedla:

1. Spolupracovalo se ti ve skupině příjemně?
2. Dokázali jste se ve skupinách domluvit nebo byly nějaké problémy? Jaké?
3. Myslíš, že ti hry pomohly v komunikaci s ostatními?
4. Změnil/a by si něco na uskutečněných aktivitách?
5. Seřaď aktivity/hry od té, co tě bavila nejvíce po tu, co tě bavila nejméně. Zkus napsat, proč tomu tak bylo.

Výsledky anket jsem zpracovala do grafů, které jsem rozdělila po ročnících.

Nejprve jsem hodnocení provedla ve 3. ročníku. Žáků je ve třídě 24, bohužel na tělesné výchově vždy někdo chyběl. Ankety se zúčastnilo 21 dětí.



Graf 2: Otázka 1 (3.ročník)

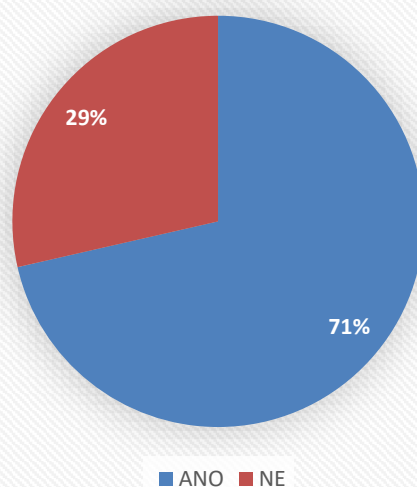
Odpovědi na tuto otázku jsem čekala. Negativně odpověděli dva žáci z Ukrajiny, kteří bohužel vůbec neumí česky. Hry v průběhu pochopili, ale komunikace mezi ostatními ze skupiny neprobíhala a otázkám také nerozuměli.



Graf 3: Otázka 2 (3.ročník)

Vyskytly se problémy, které jsem očekávala. Dva žáci, kteří se ocitli spolu v jedné skupině se zpočátku hry, KDO Z KOHO? nedokázali dohodnout, vzala jsem si je stranou od skupiny, a ještě jednou jim vysvětlila, jak by měla fungovat spolupráce. Oba to pochopili a hra mohla začít.

3. Myslíš, že ti hry pomohly v komunikaci s ostatními?



Graf 4: Otázka 3 (3.ročník)

S výsledkem tohoto grafu jsem celkem spokojena. Žáci se ve skupině mezi sebou bavili, dokázali spolupracovat. Po týdnu od této ankety jsem se ptala jejich třídní učitelky, jestli se ve třídě nějak změnil vztahy mezi dětmi. Potvrdila mi, že se velmi zlepšily vztahy mezi chlapci – tráví spolu více času o přestávkách, nepošťuchují se. Mezi dívkami dosud nezaznamenala větší rozdíly.

4. Změnil/a by si něco na uskutečněných aktivitách?

Vypíši všechny odpovědi a určím počet, pokud se nějaké opakovaly.

Nic. (9x)

Chtěl/a bych, aby hra byla delší. (3x)

Chci, aby se hry naučila naše paní učitelka a mohli jsme je hrát znovu.

Chtěl/a bych to hrát častěji. (2x)

Chtěl/a jsem být ve skupině s(4x)

Aby mě ... poslechl a mohli jsme vyhrát.

Chtěl bych méně běhací hry.

5.Seřad' aktivity/hry od té, co tě bavila nejvíce po tu, co tě bavila nejméně. Zkus napsat, proč tomu tak bylo.

Žákům se podle ankety nejvíce líbila hra: KDO Z KOHO. Důvody, proč na první místo daly právě tuto hru, se u poloviny třídy shodovaly. Děti své rozhodnutí okomentovaly tak, že mají rády film Sonic, byly na něm v kině, již několikrát ho viděly doma a na počítači hrají hru Sonic. Zbytek dětí komentoval tím, že si u hry nejvíce zaběhaly a zasoutěžily. Dále se hry neshodovaly, každému se líbila jiná. U hry OCHRANA POSTAVENÉ VĚŽE byly důvody umístění takové, jaké jsem čekala. Většina dětí odpověděla, že hru Minecraft hraje. Zvláště odpověď od jednoho chlapce mě k této hře pobavila, stálo v ní: „Nečekal jsem, že paní učitelka vůbec Minecraft zná“. U hry ZÁVĚREČNÝ BOJ bylo nejvíce odpovědí, že se bály, aby spolužák z druhé skupiny nějak nezranily. Hra ZÁCHRANA TULKUN získala rozporuplné odpovědi. Buď se dětem hra velmi líbila, zasmály se u ní, hezky spolupracovaly nebo děti vůbec nebavila a záchrana Tulkun (dítěte) byla pro ně fyzicky náročná.

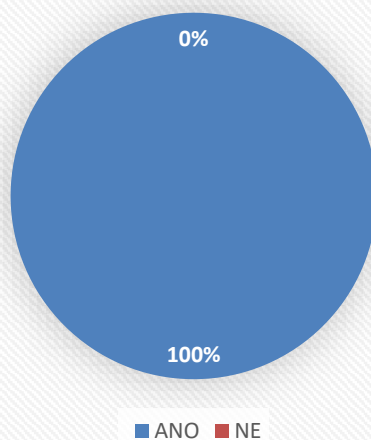
Stejně otázky, které jsem položila v anketě 3.ročníku, jsem dala i dětem z 5.ročníku. Do třídy chodí celkem 23 dětí. Hodnocení se zúčastnilo 22 dětí.



Graf 5: Otázka 1 (5.ročník)

Toto hodnocení mě velmi potěšilo. Když jsem minulý rok v této třídě učila, tak jsem viděla, že děti mezi sebou mají opravdu hezké vztahy, pomáhaly si, spolupracovaly. Jsem ráda, že tento rok se nic nezměnilo.

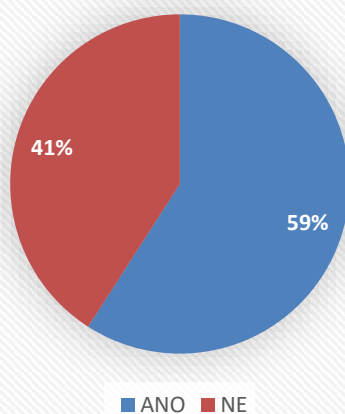
2. Dokázali jste se ve skupinách domluvit nebo byly nějaké problémy? Jaké?



Graf 6: Otázka 2 (5.ročník)

Toto hodnocení souvisí s tím předchozím. Při odevzdávání ankety se mi dva kluci přiznali, že při hře JAK BY TO VYŘEŠIL SHERLOCK HOLMES? měli mezi sebou menší rozpor, ale zvládli ho vyřešit a průběh hry to nijak neovlivnilo.

3. Myslíš, že ti hry pomohly v komunikaci s ostatními?



Graf 7: Otázka 3 (5.ročník)

Ti, kteří u této otázky odpověděli ne, mě potěšili odpovědí. Odpověděli touto možností, protože si myslí, že už se s ostatními spolužáky baví hodně, nemají mezi sebou problémy a hry jim už více nemohly pomoci. Ti, kteří odpověděli ano, potvrdili, že se s ostatními baví ještě více než předtím.

4.Změnil/a by si něco na uskutečněných aktivitách?

Odpovědi na tyto otázky se ve většině shodovaly s hodnocením 3.ročníku. Vypíši všechny odpovědi a určím počet, pokud se nějaké opakovaly.

Nic bych nezměnil/a. (15x)

Chci to hrát častěji.

Chtěl/a bych lepší počasí, abychom si mohli zahrát venkovní hry. (2x)

Nic bych nezměnila, ale chtěla bych více skupinových aktivit.

Při hledání osoby bych chtěl těžší příklady. (2x)

Nic bych nezměnila, líbilo se mi spolupracovat.

5.Seřaď aktivity/hry od té, která tě bavila nejvíce po tu, která tě bavila nejméně. Zkus napsat, proč tomu tak bylo.

První místo na seznamu získala hra: JAK BY TO VYŘEŠIL SHERLOCK HOLMES. Děti uvedly, že se u ní nejvíce pobavily a zasmály. Podle mého bylo při této hře vidět, že si děti opravdu rozumí, mají příjemný kolektiv a dokáží skvěle spolupracovat. Aktivita s nimi probíhala svižně a bez problémů. Druhé a třetí místo se již u dětí neshodovalo. Ke hře PROMĚNA V AVATARA děti uvedly důvody, že film Avatar několikrát viděly, je pro ně zajímavý, akční/sci-fi/fantasy, a to děti v tomto věku rády. Zároveň uvedly, že je bavilo luštění v navijštině a běhání pro nové papírky. U hry ZÍSKÁVÁNÍ DŮKAZŮ děti bavila opičí dráha. S vyřešením příkladů neměly problém, řekla bych, že pro ně byly až jednoduché. Všechny skupiny vyřešily správně a dostaly se k popisu hledané osoby. Vybrala jsem známou postavu, u které je popis jednoznačný a děti v 5.ročníku ji jistě znají. Když správně vypočítaly, získaly charakteristiku osobu – Měl/a hnědé spletené vlasy, nosil/a bílou košili a klobouk, měl/a ve vlasech červený šátek, vypadal jako pirát. Všechny skupiny zjistily, že se jedná o Jacka Sparrowa.

ZÁVĚR

Cílem této diplomové práce bylo vytvoření souboru tematických pohybových her pro děti mladšího školního věku. Docílit jsem také chtěla větší motivace a zájmu dětí sportovat (pohybovat se), zvláště kvůli pandemické situaci, kdy pohyb a setkávání bylo značně omezeno. Bohužel pro některé děti je tělesná výchova jedinou možností pohybu.

Poznatky, které jsem uvedla v diplomové práci potvrdily, že je důležité vycházet z vývojových charakteristik dětí mladšího školního věku, aby mohly být vytvořeny odpovídající podmínky. Děti mají přirozeně rády pohyb, ale existuje mnoho faktorů, které jejich zájem ovlivňují. Získané znalosti ukazují, že je příprava na hodinu tělesné výchovy důležitá. Nelze vést výuku ledabyle, hrát stále stejné hry a cvičení. Je nutná všeobecná příprava a mít didakticky zvládnuté plánování, jelikož učitel ovlivňuje pohybový vývoj u každého dítěte.

Všechna témata v teoretické části se prolínala a následně ovlivňovala praktickou část. V praktické části jsem uvedla celkem 20 pohybových aktivit na různá témata, u kterých jsem uvedla ročník, pomůcky, motivaci a jednoduše popsala průběh hry. Aktivity nejsou náročné na přípravu a neobsahují žádné speciální pomůcky. Všechny vymyšlené aktivity lze modifikovat pro jiné ročníky.

Myslím, že tento soubor tematických pohybových aktivit může pomoci nejen začínajícím pedagogům zlepšit motivovanost, socializaci a komunikaci dětí, ale je určen i pro starší pedagogy, kteří nemusí zaregistrovat tato témata a mohou jim pomoci udělat své hodiny netradiční a zajímavé. Při realizaci jsem zaznamenala zájem o vymyšlené pohybové aktivity od dalších kolegyně.

RESUMÉ

Diplomová práce s názvem tematické pohybové hry pro děti mladšího školního věku. Prezentuje zařazení spolupráce do předmětu tělesná výchova. Práce je rozdělena na dvě části.

V teoretické části se věnujeme charakteristickým zvláštnostem dětí od 6 - 11let, významu pohybu a motivací ke sportu. Dále popisujeme výhody a nevýhody skupinových vyučovacích forem. Praktická část je soubor pohybových aktivit určených pro zlepšení spolupráce a komunikace mezi dětmi. Aktivity jsou tematicky zaměřené.

SUMMARY

The thesis entitled Thematic Movement Games for Children of Younger Age presents the inclusion of cooperation in Physical Education. The work is divided into two parts.

The theoretical part focuses on the characteristic peculiarities of children from six to eleven years of age, the importance of movement and motivations for sport.

Furthermore, the thesis describes the advantages and disadvantages of group teaching forms. The practical part is a set of exercise activities designated to improve cooperation and communication among children. Activities are thematically focused.

SEZNAM LITERATURY

- BLATNÝ, M. *Psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Karolinum, 2016. ISBN: 978-80-246-3462-3.
- BERDNOVÁ, E., I. NOVÝ A KOL. *Psychologie a sociologie řízení*. Praha: Management Press, 1998. ISBN 8072610643.
- BROOKS, I. *Firemní kultura*. Brno: Computer Press, 2003. ISBN 8072267639.
- DONNELLY, F. C. a MUELLER, S. a GALLAHUE, D. *Developmental physical Education for all children*. USA: Wallsworth, 2003. ISBN 978-1-4504-4157-5.
- DVOŘÁKOVÁ, H. a ENGELTHALEROVÁ, Z. a kolektiv. *Tělesná výchova na 1.stupni základní školy*. Praha: Karolinum, 2017. ISBN: 978-80-246-3308-4.
- FRANC, D., ZOUNKOVÁ, D., MARTIN, A. (2007). *Učení zážitkem a hrou*. Brno: Computer Press, 2007. ISBN 978-80-251-1701-9.
- HARTL, P., H. HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál, 2010. s. 690. ISBN 978-80-7367-686-5.
- HANUŠ, R., CHYTILOVÁ, L. *Zážitkově pedagogické učení*. Praha: Grada Publishing, 2010. ISBN 978-80-247-2816-2.
- HERMOCHOVÁ, S. *Teambuilding*. Praha: Grada, 2006. 26 s. ISBN 80-247-1155-9.
- HORVÁTHOVÁ, P. *Týmy a týmová spolupráce*. Praha: ASPI, 2008. ISBN 978-80-7357-930-4.
- JANSA, P. a kolektiv. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 2018. ISBN 978-80-246-3986-4.
- KASÍKOVÁ, H. *Kooperativní učení, kooperativní škola*. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-712-1.
- KLEMENTA, J., H. MALÁ. *Biologie dětí a dorostu*. Praha: SPN, 1985. ISBN 14-288-85.
- KOHOUTEK, R. *Základy sociální psychologie*. Brno: CERM, 1998. ISBN 80-7204-064-2.
- KOŤÁTKOVÁ, S. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada, 2005. s 19. ISBN 80-247-0852-3.
- LAGMEIER, J. a KREJČÍKOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2006. ISBN: 80-247-1284-9.

- MAZAL, F. *Pohybové hry a hraní*. Olomouc: Hanex, 2000. ISBN 80-85783-29-0.
- MUŽÍK, V. *Didaktika tělesné výchovy pro 1. stupeň základní školy*. Brno: Masarykova univerzita, 1993. ISBN: 80-210-0338-3.
- MÜHLEISEN, S., OBERHUBER, N. *Komunikační a jiné měkké dovednosti: soft skills v praxi*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2662-5.
- PIAGET, Jean, INHELDER, Bärbel. *Psychologie dítěte*. Přeložila Eva VYSKOČILOVÁ. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-608-X.
- RUBÁŠ, K. *Pohybové hry*. Plzeň: ZČU, 1997. ISBN 80-7082-371-2.
- RYCHTECKÝ, A. a FIALOVÁ, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum-nakladatelství Univerzity Karlovy, 1998. ISBN: 80-7184-659-7.
- ŘÍČAN, P. *Psychologie: příručka pro studenty*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-923-2.,
- SITNÁ, D. *Metody aktivního vyučování*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-246-1.
- SLEPIČKA, P. a kol. *Psychologie sportu*. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-1602-5.
- SVATOŠ, V., LEBEDA, P. *Outdoor trénink pro manažery a firemní týmy*. Praha: Grada publishing, 2005. ISBN 80-247-0318-1.
- VÁCLAVIČOVÁ, K. *Teambuilding. Návrh programu zaměřeného na rozvoj týmových dovedností pracovní skupiny*. Bakalářská práce. Brno. 2016
- VILÍMOVÁ, V. *Didaktika tělesné výchova*. Brno: MU, 2009. ISBN 978-80-210-4936-9.

INTERNETOVÉ ZDROJE

- FALTÝN, J. a kolektiv. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. [Online] Praha MŠMT: 2021.
- GOŠOVÁ, V. *Motivace. Rvp* [online]. Praha: Národní pedagogický institut, 2011 [cit. 2023-04-11]. Dostupné z: https://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/M/Motivace
- KUCKOVÁ, Miluše. *Od skupinové ke kooperativní výuce* [online]. Brno, 2008 [cit. 2023-01-26]. Dostupné z:

[https://clanky.rvp.cz/wpcontent/upload/prilohy/2640/od skupinove ke kooperativni vyuce.pdf](https://clanky.rvp.cz/wpcontent/upload/prilohy/2640/od_skupinove_ke_kooperativni_vyuce.pdf) . Závěrečná. Národní institut.

O škole [online]. Domažlice, 2021 [cit. 2023-02-08]. Dostupné z: <https://zskom17.cz/o-skole/>

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1: Faktory psychického vývoje (Říčan, 2005, str.263)	9
Obrázek 2: Kartičky se zašifrovanými slovy (vlastní foto)	31
Obrázek 3: Prostorové uspořádání aktivity – ZÁCHRAN TULKUN	33
Obrázek 4: Indicie (vlastní tvorba).....	36
Obrázek 5: Indicie (vlastní tvorba).....	36
Obrázek 6: Samolepící štítky s čísly (vlastní foto).....	37
Obrázek 7: Prostorové uspořádání aktivity – PŘEKONÁNÍ DOKTORA ROBOTNIKA	39
Obrázek 8: Prostorové uspořádání aktivity – KDO Z KOHO?.....	40
Obrázek 9: Zelený papírový diamant (vlastní foto)	40
Obrázek 10: Prostorové uspořádání aktivity – NA JEŽKA	41

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1: Hodnocení za 1.ročník	46
Graf 2: Otázka 1 (3.ročník).....	47
Graf 3: Otázka 2 (3.ročník).....	48
Graf 4: Otázka 3 (3.ročník).....	49
Graf 5: Otázka 1 (5.ročník).....	50
Graf 6: Otázka 2 (5.ročník).....	51
Graf 7: Otázka 3 (5.ročník).....	51

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č.1: Fotodokumentace z realizovaných aktivit

Vedení základní školy a rodiče dětí na fotografiích byli seznámeni s tématem této diplomové práce. Pro zpracování praktické části jsem dostala souhlas k fotodokumentaci a k následnému zveřejnění fotografií.

Aktivita: Proměna v Avatara



Aktivita: Útěk před pozemšťany



Aktivita: Záchrana Tulkun





Aktivita: Závěrečný boj



Aktivita: Jak by to vyřešil Sherlock Holmes



Aktivita: Získávání důkazů



Aktivita: Dvojice



Aktivita: Sběr magických kroužků



Aktivita: Překonání doktora Robotníka



Aktivita: Kdo z koho



Aktivita: Získání zeleného diamantu



Aktivita: Ochrana postavené věže



Aktivita: Hra o přežití

