

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ

CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**VYUŽITÍ HIPOTERAPIE V MATEŘSKÉ ŠKOLE**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**Sára Brabcová**

*Studijní program: Předškolní pedagogika*

*Studijní obor: Učitelství pro mateřské školy*

Vedoucí práce: Mgr. Věra Knappová, Ph.D.

**Plzeň 2023**

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

V Plzni, 1. června 2023

.....  
vlastnoruční podpis

## Poděkování

Děkuji Mgr. Věře Knappové, Ph.D. za mnoho cenných rad, trpělivost a vstřícnost při vedení této bakalářské práce. Dále děkuji Mgr. Lucii Klánové, DiS. a Evě Trubačové za odborné rady v oblasti hiporehabilitace. Mé díky patří také všem pracovníkům jezdecké stáje Radčice, z. s. a kolegyním i rodičům dětí navštěvující školku Na Zelené Louce za ochotu a spolupráci.

## OBSAH

SEZNAM ZKRATEK .....	6
ÚVOD .....	7
1 HIPOTERAPIE .....	8
1.1 VZTAH ČLOVĚKA A KONĚ .....	8
1.2 VÝZNAM KONÍ V PRŮBĚHU VĚKŮ .....	8
1.2.1 Moderní pojetí koně ve vztahu k člověku .....	9
1.3 DEFINICE HIPOTERAPIE.....	10
1.4 HISTORIE HIPOTERAPIE.....	10
1.4.1 Historie hipoterapie v ČR.....	11
1.5 ROZDĚLENÍ HIPOREHABILITACE .....	12
1.5.1 Hipoterapie v ergoterapii a fyzioterapii .....	13
1.6 HIPOREHABILITACE V PEDAGOGICKÉ A SOCIÁLNÍ PRAXI .....	13
1.6.1 Hipoterapie v psychiatrii a psychologii.....	14
1.6.2 Parajezdectví .....	14
1.7 KŮŇ V HIPOTERAPII .....	15
1.7.1 Anatomie a chod koně.....	15
1.7.2 Kůň a jeho etologie.....	16
1.7.3 Výběr koně pro hiporehabilitaci .....	16
1.7.4 Výcvik koně.....	17
1.8 ČLOVĚK V HIPOTERAPII.....	18
1.8.1 Klientela.....	18
1.8.2 Terapeutický tým.....	18
2 PŘEDŠKOLNÍ DÍTĚ A MATEŘSKÁ ŠKOLA .....	20
2.1 PŘEDŠKOLNÍ VĚK.....	20
2.2 ROZVOJ PŘEDŠKOLNÍHO DÍTĚTE V MATEŘSKÉ ŠKOLE.....	20
2.2.1 Rozvoj pohybové oblasti.....	21
2.2.2 Rozvoj rozumové oblasti .....	22
2.2.3 Rozvoj osobnostní oblasti.....	23
2.2.4 Rozvoj sociální oblasti.....	24
2.2.5 Rozvoj environmentální oblasti .....	25
2.2.6 Rozvoj hry v mateřské škole .....	25
3 PRAKTICKÁ ČÁST .....	27
3.1 CÍL PRÁCE .....	27
3.2 ÚKOLY PRÁCE.....	27
3.3 METODIKA PRÁCE .....	27
3.4 ZÁKLADNÍ VYBAVENÍ KONĚ.....	28
3.5 METODY VEDENÍ KONĚ .....	29
3.6 METODY NASEDÁNÍ, SESEDÁNÍ A JIŠTĚNÍ.....	30
3.7 APLIKACE HIPOTERAPIE V JEZDECKÉM CENTRU.....	32
3.7.1 Charakteristika jezdecké stáje Radčice.....	32
3.7.2 Polohy na koni .....	33
3.7.3 Cviky na koni.....	36
3.7.4 Využití návštěv hiporehabilitačního centra v předškolním vzdělávání .....	43
3.8 APLIKACE HIPOTERAPIE V MATEŘSKÉ ŠKOLE .....	43
3.8.1 charakteristika mateřské školy.....	43
3.9 NÁVŠTĚVA TERAPEUTICKÝCH MINIHORSES .....	44

---

3.9.1	Charakteristika minihorses Dianky a Topinky.....	44
3.9.2	Využití minihorses v předškolním vzdělávání.....	45
3.10	NÁVŠTĚVA KONÍ V RÁMCI TEMATICKÝCH BLOKŮ .....	46
3.10.1	Charakteristika koní.....	46
3.10.2	Tematický blok – Svatý Martin .....	47
3.10.3	Využití návštěv koní v rámci tematických bloků v předškolním vzdělávání .....	49
	DISKUSE .....	50
	ZÁVĚR.....	51
	RESUMÉ .....	53
	SUMMARY .....	54
	SEZNAM LITERATURY .....	55
	INTERNETOVÉ ZDROJE .....	57
	SEZNAM OBRÁZKŮ .....	58
	PŘÍLOHY .....	60

## SEZNAM ZKRATEK

ČHS – Česká hiporehabilitační společnost

DMO – dětská mozková obrna

et al. – a další

HTFE – hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii

HPP – hipoterapie v psychiatrii a psychologii

HPSP – hipoterapie v pedagogické a sociální praxi

HR – hiporehabilitace

HT – hipoterapie

JS – jezdecká stáj

např. – například

př. n. l. – před naším letopočtem

RVP PV – Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání

z. s. – zapsaný spolek

## Úvod

Obor hiporehabilitace má v dnešní době velký dosah a zahrnuje různé metody práce. Tato práce se věnuje popisu možného využití hipoterapie a jejích prvků v mateřských školách. Při výběru tématu bakalářské práce jsem vycházela z osobních zkušeností pedagoga, ale také jezdce, klienta a asistenta v hipoterapii. Mým cílem bylo tyto dvě problematiky propojit a nalézt způsob, jak efektivně zahrnout hipoterapii a prvky aktivit pomocí koní do prostředí mateřské školy, kde působím jako pedagog.

Práce je rozdělena na dvě části. Část teoretická shrnuje dosavadní poznatky o oboru hipoterapie a hiporehabilitace. Zaměřuje se na roli koně a roli člověka a jejich vzájemné působení na sebe v této terapii. V dalších kapitolách teoretických poznatků je pak vysvětlen vývoj předškolního dítěte a vliv a působení mateřské školy na tento vývoj.

V praktické části jsou vytvořeny metodické postupy v hipoterapii, které je možné v mateřské škole aplikovat. Metodický zásobník aktivit se opírá o mé osobní zkušenosti při jejich realizaci. Vychází z odborných publikací a cenných rad odborníků v hipoterapii.

## 1 HIPOTERAPIE

### 1.1 VZTAH ČLOVĚKA A KONĚ

Vztah člověka a koně je budován po celá tisíciletí. Znalost historického vývoje koní a navazování vztahu člověka a koně nezbytným prvkem pro aplikaci léčebných a preventivních praktik pomocí koní (Hollý, Hornáček, 2005).

### 1.2 VÝZNAM KONÍ V PRŮBĚHU VĚKŮ

Vývoj prapředků koňovitých se pohybuje více než šedesát milionů let nazpět. Prvopočátek vývoje moderního koně je znám před více než milionem let (Gordon-Watson, Lyon, Montgomery, 2013). Zřejmé je, že evoluce rodu homo probíhala bok po boku s koněm. Pravěký člověk, zpočátku pouze sběrač, přicházel k takové potravě, kterou našel, ať už se jednalo o potravu rostlinnou či zanechanou mršinu. Zde sehrál kůň ve vývoji člověka významnou roli. Stal se podnětem pro lidskou mysl a pro zapojení rozumu. První druhy rodu homo se stávají brzy nejen sběrači, ale také lovci. Je zřejmé že právě kůň byl jedním ze zvířat, které pravěký člověk lovil. O významnosti koňovitých pro naše prapředky svědčí jejich vyobrazování pomocí kreseb. Známým artefaktem se staly například jeskynní malby ve španělské Altamiře, italské Grottě Paglicci, sibiřské Kapově jeskyni. Z nálezů je zřetelné, že kůň měl pro člověka významnou symbolickou a náboženskou hodnotu.

Koňovití se řadí až mezi poslední domestikované druhy. Nejprve byl k užitku ve formě tahu a nošení nákladů i jízdě využíván skot, později až osli a poloosli (Hollý, Hornáček, 2005). Domestikace koní před cca 4000 let př. n. l. přinesla lidem velkou změnu a úlevu. Postupem času začali lidé chápat široké využití těchto zvířat. Plnila pro ně roli obživy, dopravy ale také duchovní roli. Koně díky své rychlosti a vytrvalosti podstatně ulehčili člověku cestování a umožnili mu rozšířit své pole působnosti. Poté, co bylo zhruba 3500 let před naším letopočtem v Mezopotámii vynalezeno kolo, nabyl chov koní také obchodního významu (Gordon-Watson, Lyon, Montgomery, 2013). Využití koní v bitvách je známo od starých kmenů Chetitů, přes asyrské Hyksósy až po Egyptskou říši. Ve starověku bylo vlastnictví koně jakýmsi znamením úspěchu, bohatství a společenského postavení. Kůň se stal nedílnou součástí mytologie a náboženství. Koně v řecké mytologii vyobrazovali vznešené role, podtrhující ctnosti svých majitelů. Například *„okřídlený Pegasos byl velmi populární. Byl to vůbec první kůň, syn Poseidóna a mořské příšery Medúzy. Pomohl Bellerophontovi zdolat Chiméru, příšeru*



*chrlicí oheň. Když doletěl na Olymp, nosil hromy a blesky pro neméně populárního Dia. Když se stal nakonec koněm básníků, stal se nesmrtelným.*“ (Hollý, Hornáček, 2005, s. 25)

Neméně známý je pak kůň Alexandra Velikého – Bukefalos, jehož věrné služby a přátelství ocenil panovník čestným pochováním, pomníkem a založením města Bukefalos. Převelice uctívaným tvorem se kůň stal na Arabském poloostrově, kde se jeho významná role podtrhuje v Koránu.

Ve středověku význam a symbolika koní jen nabírá na své síle. Umění zacházení s koněm se stalo důležitou hodnotou středověkých rytířů (Hollý, Hornáček, 2005). Vízdalová poukazuje na fakt, že ve středověkém válečném tažení byla více než nezbytná vzájemná důvěra mezi rytířem a jeho koněm (Velemínský a kolektiv autorů, 2007).

Po návratu koní na severoamerický kontinent se velmi brzy stal důležitým společníkem indiánů, kteří koně využívali pro lov, válčení, ale také v šamanismu.

### **1.2.1 MODERNÍ POJETÍ KONĚ VE VZTAHU K ČLOVĚKU**

Kůň vstoupil do našich dějin a do našeho povědomí jako symbol žádoucích a ceněných vlastností. Jeho symbolický význam je přenesen i do dnešních dnů. Jak je uvedeno v předchozí kapitole, význam koně se pro člověka v průběhu věků mění. Dnes již s postupujícím vývojem techniky člověk koně nepotřebuje k těžké práci, ve vojenství ani k dopravě (Gordon-Watson, Lyon, Montgomery, 2013). Jeho využití se tím zužuje zejména na rekreační, sportovní a léčebné účely. Co však zůstává neměnné je významná symbolika koně. I v dnešní době při setkání s tímto impozantním tvorem je v člověku vzbuzována velká škála emocí. Kůň na nás působí majestátně, symbolizuje rychlost, sílu, svobodu a moudrost (Velemínský a kolektiv autorů, 2007). Touha vnímat a porozumět chování a vlastnostem koní dala na počátku minulého století vzniknout tzv. horsemanshipu, jakémusi respektujícímu přístupu ke koni. Z historie víme, že koně v rukou člověka často také strádali a byli využíváni k účelům, dnes již vnímaným jako nehumánní. Významný průkopník v horsemanshipu s Čechách, Václav Bořánek (2008, s. 14) definuje horsemanship jako „*duchovní a filosofické přesvědčení, že kůň je cítící tvor s oprávněnými potřebami, inteligencí a emocemi.*“ Horseman využívá to, co je pro koně přirozené, a to komunikaci pomocí těla. Řeč těla je v koňském stádě stěžejní, a i mikro pohyby člověka jsou pro koně velmi lehce čitelné (Bořánek, 2008). Kůň tak dokáže velmi dobře charakterizovat emoce, nálady a charakter člověka. Nastavuje nám jakési zrcadlo,

do kterého když pohlédneme, můžeme lépe porozumět nejen koním, ale také sami sobě (Velemínský a kolektiv autorů, 2007).

### 1.3 DEFINICE HIPOTERAPIE

V odborných publikacích najdeme mnoho definic hipoterapie. Jednu z nich nabízí Hollý a Hornáček v publikaci Hipoterapie, léčba pomocí koně (2005, s. 11). Zde je hipoterapie definována jako *„rehabilitační metoda, která využívá komplexní působení koně na člověka. Je nejrozšířenější formou animoterapie – léčby využívající působení zvířat na člověka.“*

Obecnou definici hipoterapie nalezneme také v publikaci Základy hipoterapie:

*„Hipoterapie je interaktivní, komplexní, facilitační inhibiční metoda, využívající vzájemného působení dvou různých biologických druhů, člověka a koně, v léčebně rehabilitačním procesu, především v oblasti fyzioterapie, ergoterapie, psychoterapie, logopedie, sociální rehabilitace.“* (Hermannová, Münichová, Nerandžič a kolektiv, 2014, s. 15)

Nerandžič a Calta ve své publikaci citují slova primáře Lubomíra Zahrádky, prvního předsedy České hiporehabilitační společnosti (Zahrádka, 1995 in Hermannová, Münichová, Nerandžič a kolektiv 2014, s. 14) *„Hiporehabilitace je metoda, která využívá přenosu pohybu koňského hřbetu na člověka. Je to pokus o soulad pohybu koně a člověka. Hipoterapii a sportovní jízdu handicapovaných není možné zaměnit, společného mají pouze koně. Je to podobné spojení jako plavání a vodoléčba, kde je společná pouze voda.“*

Obecně je slovo hipoterapie užívané ve spojení se všemi aspekty léčebně rehabilitačního procesu. Jeho terminologie se v průběhu věků měnila. Aktuální terminologii nalezneme na webových stránkách České hiporehabilitační společnosti.

### 1.4 HISTORIE HIPOTERAPIE

Většina odborných publikací se shoduje na faktu, že prvním průkopníkem léčebného jezdeckví se stal v 17. století Thomas Sydehman. O století později Friederich Hoffman již popisuje léčebný přínos pohybu koňského hřbetu na lidské tělo (Nerandžič, 2006). Zmínky o léčebných pokusech pomocí koně se však vyskytují mnohem dříve. Již císař říše římské, Marcus Aurelius, ve své knize „Hovory se sebou“ uvádí, že mu jeho lékař Galenos z Pergamonu přikázal jízdu na koni (Hollý, Hornáček, 2005). Také jihoameričtí indiáni využívali koňských chodů k rehabilitaci srdce a plic (Nerandžič, 2006). Významné informace o přínosu koňského

chodu ve formě kroku přináší v druhé polovině 18 století J. C. Tissota (Velemínský a kolektiv autorů, 2007). Trojdimenzionální charakter pohybu jezdce na koni poprvé popsal v témže období prof. S. T. Quellmalz. Jeho popis zůstává platným i dnes.

Pokusy o náhradu tohoto jedinečného pohybu byly učiněny v 19. století. Uměle vytvořený pohyb pomocí přístrojů se však ukázal jako nefunkční (Hermannová, Münichová, Nerandžič a kolektiv, 2014). Jízda na koni sehrála svoji roli i v obou světových válkách, kde byla využívána k rehabilitaci poraněných vojáků.

Významným přelomem vedoucím ke vzniku moderní hipoterapie byly úspěchy tělesně handicapované dánské jezdkyňe Lis Hartelové. Později se podílela na založení vůbec prvního hiporehabilitačního centra na světě (Hermannová, Münichová, Nerandžič a kolektiv, 2014). Hipoterapie se velmi rychle začala rozšiřovat téměř do celé západní a severní Evropy a do USA. Dnes ji můžeme rozdělit na dvě odvětví. Hipoterapii zaměřující se především na jezdecký sport pro handicapované nalezneme ve státech Anglie, Francie, Kanadě a USA. Státy střední Evropy – Švýcarsko, Německo, Rakousko, a právě také Česko a Slovensko staví svoji koncepci spíše na léčebných principech jízdy na koni.

#### **1.4.1 HISTORIE HIPOTERAPIE V ČR**

Není tajemstvím, že jízdu na koni k udržení své tělesné i fyzické kondice využíval již náš první československý prezident T. G. Masaryk. Dle jeho slov „*je to nejrychlejší tělocvik. To se cvičí najednou celé tělo, ruce, nohy, plíce, srdce – jen to zkuste!*“ (Hollý, Hornáček, 2005, s. 15)

Cílené pokusy o léčebné využití koně v České republice se objevují už v 50. letech minulého století. Tou dobou byly léčebné účely cíleny na poruchy pohybového aparátu lidí po DMO. Pan doktor Karel Lewit a jeho dcera Helena Lewitová pomohli uskutečnit první kroky v realizování hipoterapie v naší zemi. Vůbec prvním otevřených střediskem pro moderní hipoterapii se stal Hucul club ve Zmrzlíku u Prahy, pár let poté se hipoterapii povedlo realizovat také v Chuchelné u Opavy. Svoji cestu k hipoterapii popisuje MUDr. Lia Vašíčková, Ph.D.: Hipoterapie byla v socialistickém Československu věcí téměř neznámou, praxe, a tudíž i výzkumy nebyly žádné, dostupnost zahraničních zdrojů velmi mizivá. S vidinou, že bude moci rehabilitaci na koni nabídnout svým pacientům, nastoupila paní doktorka Vašíčková v roce 1987 do Gottwaldovy dětské léčebny pohybových poruch v Luži (dnes Hamzova odborná

léčebna). To se také podařilo a již o rok později se realizovala první jízda na koni v nedaleké vesnici. Kvůli nedostatku informací byla hipoterapie zpočátku velkou neznámou. Pacienti nenasedali na koně z rampy, ani nejezdili na dečce s obříšníkem, zpočátku bylo k terapii využíváno obyčejné jezdecké sedlo, pomocí jehož na koně pacienti také nasedali. To vše vyvíjelo a měnilo až s nabývajících zkušenostmi. I tak však paní doktorka Vašíčková zaznamenávala u svých pacientů zlepšení v mnoha směrech. Paní doktorka mimo to také publikovala několik článků o hipoterapii do tehdy jediného dostupného časopisu o koních s názvem „Jezdectví“. Zde taky v roce 1990 umístila inzerát, poptávající lidi se zájmem zapojit se do hipoterapie (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021). Spojení celé řady odborníků z oblasti lékařství, terapie a rehabilitace dalo v roce 1991 vzniknout České hiporehabilitační společnosti. Ta se opírala o zkušenosti v hipoterapii ze zahraničí, na jejichž základě školila také své zaměstnance.

Za 32 let své existence zaznamenala tato organizace výrazný posun. Bylo provedeno mnoho výzkumů, které prokazují účinnost hipoterapie. Mnozí odborníci z řad ČHS publikovali velmi přínosné publikace pro širokou veřejnost. Byly otevřeny vůbec první kurzy hipoterapie školící odborně nové pracovníky v oboru (Hermannová, Münichová, Nerandžič, 2014). Díky tomu se hiporehabilitační základna stále rozrůstá a obohacuje o nové členy a střediska, nabízející kvalitní hiporehabilitaci pro své klienty.

*„Sdružuje lékaře, fyzioterapeuty, pedagogy, jezdecké instruktory, veřejnost a současné špičky v oboru podílejících se na školeních.“* (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021, s. 184)

## 1.5 ROZDĚLENÍ HIPOREHABILITACE

Hiporehabilitace je nadřazeným pojmem pro všechny způsoby využití koní v terapii. Aktualizovanou terminologii uvádí na svých webových stránkách Česká hiporehabilitační společnost (dále jen ČHS). Hiporehabilitace je dle cíle působení koně na pacienta členěna do těchto sekcí:

- Hipoterapie v ergoterapii a fyzioterapii
- Hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi
- Hipoterapie v psychiatrii a psychologii

- Parajezdectví

### 1.5.1 HIPOTERAPIE V ERGOTERAPII A FYZIOTERAPII

Bicková (2020, s. 202) popisuje hipoterapii v ergoterapii a fyzioterapii (dále jen HTFE) takto: „*Hipoterapie je fyzioterapeutická metoda využívající jako léčebný prostředek speciálně připraveného koně, konkrétně pohyb jeho hřbetu v kroku. Tento pohyb je střídavý, rytmický a cyklicky se opakující.*“ Pohyb koně je trojdimenzionální: pohybuje se v rovině horizontální, sagitální a frontální. Hřbet koně tak vytváří pro jezdce balanční plochu, které se jezdec musí přizpůsobit. Při jízdě receptory vysílají do mozku signály, na které je tělo jezdce nuceno reagovat. Aktivují se tak svaly a klouby a zlepšuje se orientace v prostoru (Nerandžič, 2006). Quadrupevní chůze koně, ačkoliv má jiný charakter než bipední chůze člověka, nabízí člověku s omezením hybnosti značné náhrady lidské chůze. Pánev i trup má totiž při jízdě na koni podobné charakteristiky, jako při lidské chůzi (Hollý, Hornáček, 2005). HTFE tak nabízí zlepšení motorických funkcí pacienta, prevenci špatných posturálních stereotypů (Nerandžič, 2006).

Pro HTFE je stěžejní kombinovat ji s vyhovující fyzioterapií. Vhodnými klienty pro HTFE jsou klienti s neurologickými onemocněními, s neurovývojovými poruchami, se strukturálními ortopedickými vadami i funkčními poruchami pohybového aparátu. Využití má také u některých typů urogynekologických obtíží.

### 1.6 HIPOREHABILITACE V PEDAGOGICKÉ A SOCIÁLNÍ PRAXI

„*Hiporehabilitace v pedagogické a sociální praxi (dále HPSP) představuje metodu pedagogiky, speciální pedagogiky, sociální pedagogiky a sociální práce.*“ (Bicková, 2020, s. 171) Kůň má v terapii charakter motivační a sociálně aktivační.

Kromě samotné jízdy na koni využívá tato metoda samotného kontaktu s koněm. Klient se koně dotýká, vodí ho na vodítku, čistí jej. Kromě toho se pohybuje v prostředí stájí a výběhu, kde jsou nastavená jasná pravidla, která klient musí dodržovat. Musí spolupracovat s ostatními členy terapie. Všechny tyto aktivity si kladou za cíl rozvoj sociálních schopností a dovedností klienta.

HPSP je vhodnou metodou pro každého. Kůň zlepšuje stav psychiky a působí pozitivním vlivem na celou řadu problémů. Pomáhá například lidem s poruchami učení či chování, lidem s mentálním, fyzickým nebo smyslovým handicapem kde pomáhá v navazování sociálních

kontaktů. Využit HPSP mohou však také senioři, dospělí a děti běžné populace. Těm nabízí rozvoj prosociálního chování a nabytí sebejistoty (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021). Člověk při setkání s tak majestátním zvířetem jako je kůň pociťuje celou škálou emocí, které se nedají ovládat vůlí. Emoce se projevují instinktivně. Pokud se jedná o pozitivní emoci, člověk má tendenci se zvířeti zalíbit a intuitivně se tak snaží jednat tak, aby se zvířeti co nejvíce přiblížil. To se může stát pozitivní lekcí do života dítěte, které se pokusí nově získanou dovednost přenést i do společenského života. Jeho vnímavost vůči zvířeti se přenesou do praxe v sociálních kontaktech mezi lidmi, kde díky zkušenosti projeví větší vnímavost a empatii (Velemínský a kolektiv, 2007).

### 1.6.1 HIPOTERAPIE V PSYCHIATRII A PSYCHOLOGII

*„Hipoterapie v psychiatrii a psychologii (dále HPP) patří mezi integrativní směry psychoterapie, je součástí komplexních postupů např. v léčbě duševních nemocí.“* (Bicková, 2020, s. 172)

HPP je v celé škále podobná HPSP. K terapii využívá stejné podmínky, prostředí i metody práce. Je však mnohem komplikovanější a významnou roli v ní hraje vzájemný kontakt člověka, terapeuta a koně. Kůň v terapii působí nejen jako aktivační a motivační prvek, ale také jako spoluterapeut. Kůň je stádní zvíře (stejně tak jako člověk) a proto v něm klient může najít značnou útěchu. Kůň totiž na rozdíl od člověka nehodnotí vnější podobu člověka, zajímá ho pouze jeho chování k němu. To může nabídnout člověku jakési zrcadlo ke způsobům jeho chování a napomůže ke korekci postojů k okolí a vnímání sama sebe. V prostředí koně získá klient snáze důvěru v terapeuta a terapie může být tak mnohem účinnější.

HPP pomáhá klientům s duševními chorobami. Pomáhá zlepšit psychický stav lidí v těžkých životních situacích, po traumatech, dokáže navodit relaxační stav pro ty, kteří žijí v hektickém životním tempu. Je možné skloubit ji i s jinými druhy terapií jako například rodinná terapie, gestalt terapie a mnoho dalších (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021).

### 1.6.2 PARAJEZDECTVÍ

*„Parajezdectví představuje volnočasové jezdecké aktivity upravené pro osoby se zdravotním znevýhodněním nebo se specifickými potřebami.“* (Bicková, 2020, s. 172)

Jedná se o dosud jedinou sportovní disciplínu, která umožňuje závod hendikepovaných jezdců a jezdců zdravých. U nás v České republice pod záštitou České jezdecké federace nalezneme paradrezuru a paravoltiž. Je možné realizovat je výkonnostně a vrcholově, ale také pouze rekreačně. K parajezdectví se využívají různé pomůcky dle omezení jezdce a dle konkrétní disciplíny. Mezi ně kromě paradrezury a paravoltiže patří také parawestern a paravozatajství. Pokud jezdec realizuje parajezdectví vrcholově, je nutné, aby před vstupem do soutěže byl jezdcem klasifikován jako hendikep. Možnost sportovat na koni mají tak pohybově i mentálně omezení lidé (Bicková, 2020).

## 1.7 KŮŇ V HIPOTERAPII

Základní znalosti hipologie jsou pro výkon hipoterapie, kdy je hlavním prvkem právě vztah člověka a koně, stěžejní (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021).

### 1.7.1 ANATOMIE A CHOD KONĚ

Základní potřebou pro výkon hipoterapie je především znalost anatomie koní a chodů. V průběhu věků se anatomie domestikovaného koně příliš nezměnila. Všechny druhy Equus caballus mají stejnou stavbu těla i stejný počet chromozomů. Svalstvo v horní části končetin upínající se na páteř v kombinaci s lehkostí vazů a svalů v dolní části končetin činí koně silného a rychlého. Právě spodní šlachovité a vazivové části končetin jsou nejnáchylnější částí koňského těla (Gordon-Watson, Lyon, Montgomery, 2013). Silná kostra koně se skládá z kostí a chrupavek, plně dozrává okolo 6 roku života koně, kdy může být kůň plně využíván pro jízdu (Bicková, 2020).

Správné proporce a postura koní výrazně ovlivňuje jejich výkonnost a vytrvalost. Rychlost koně se měří dle délky kroku, což je jeden ze čtyř základních chodů. Mezi koňské chody zařazujeme krok, klus, cval a trysk (galop). Důležitým a jediným využívaným chodem v hiporehabilitaci je krok. Je chodem nejpomalejším a také stěžejním pro hipoterapeutické využití koně. Krok má čtyři fáze. „*Pokud krok začíná levou zadní, pohybují se nohy takto: levá zadní, levá přední, pravá zadní, pravá přední.*“ (Gordon-Watson, Lyon, Montgomery, 2013, s. 32) Právě zadní končetiny dávají impulz k pohybu, který zachytí přední končetiny koně a posunou jeho tělo vpřed. Rytmicky se střídá pohyb končetin, což je shodné s rytmičným střídáním končetin u člověka. Ačkoliv je kůň kvadrupedální a člověk bipedální, jejich chůze má v mnoha prvcích podobný charakter (Hermannová, Münichová, Nerandžič, 2014).

### 1.7.2 KŮŇ A JEHO ETOLOGIE

Kůň je od přírody stádní tvor. Ve volné přírodě se koně sdružují do menších či větších stád, ve kterých je jednoznačná hierarchie. I domácí koně přirozeně k tomuto vrozenému chování inklinují (Gordon-Watson, Lyon, Montgomery, 2013). Přirozené chování vysvětluje horseman Monty Roberts (2002): Hlavní komunikační formou v koňském stádě je řeč těla. Právě ta po celá tisíciletí zajistila přežití tohoto druhu. Zvukové projevy používají koně ve volné přírodě minimálně, domestikovaní koně jej již využívají ve značné míře více, avšak řeč těla je stále dominantním prvkem jejich komunikace.

Stádo se skládá z vůdčího hřebce, který má za úkol nejen rozšiřovat populaci stáda, ale také stádo ochraňovat. Ostatní hřebci se okolo dvou let od stáda oddělí a zakládají vlastní skupiny mladých hřebců, kde budují své postavení ve stádě. Zpočátku si hrají, ale také bojují. Stěžejní roli ve stádě hraje vůdčí klisna, která je jakousi „matkou“ všech. Udržuje klid a řád ve stádě, usměrňuje konflikty a vyhání neposlušné členy ze stáda. To vše se děje prostřednictvím gest. Vyhnání ze stáda je pro koně velkým trestem, jelikož v případě útoku predátora je pro přežití nutné být jeho součástí. Vyhnání se tak pro koně stává velkou životní lekcí (Velemínský a kolektiv autorů, 2007).

Při útoku predátora je pro koně nejsilnější formou obrany útek. V přírodě byl totiž kořistí, obklopenou predátory. Pomocí tichých gest si koně ve volné přírodě dávali varovná znamení signalizující příchod nepřítele. Útok volí kůň až jako poslední možnost. Prvotně volí vždy útek. Člověk je však založen úplně opačně a v případě nebezpečí volí opačný postoj – tedy boj. Je tedy důležité pochopit, že bojem a silou si člověk u koně přízeň nezíská. Naopak je zapotřebí vytvářet partnerský vztah (Roberts, 2002).

### 1.7.3 VÝBĚR KONĚ PRO HIPOREHABILITACI

Výběr koně pro terapeutické účely je důležitý zejména proto, že role pacienta je jiná než role jezdce. Pacient je při jízdě na koni pasivní, má jiné reakce než zdravý jezdec. Ne každý kůň splňuje parametry a vlastnosti k hipoterapeutickým účelům (Hermannová, Münichová, Nerandžič, 2015).

*„Výběr koně pro hiporehabilitaci ovlivňuje:*

*Složení klientů (věk, hmotnost).*



*Terapeutický okruh (specializace).*

*Metodika terapie.“*

(Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021, s. 140)

Principem HTF a HTE je především přenos signálu z koňského hřbetu do lidského mozku, tudíž je mechanika pohybu koně více než stěžejní. Zřetel se bere na tělesné parametry koně – výšku a délku, šířku hřbetu. Kritériem je také pravidelnost a rytmičnost, délku a frekvenci kroku koně. Při hipoterapii je také nutné, aby byl kůň spolehlivým a klidným partnerem. Také proto hraje důležitou roli při HTE a HTF také jeho temperament a charakter.

V HPP a HPSP naopak mechanika pohybu koně nehraje až tak důležitou roli. Důležitým aspektem při výběru koně jsou jeho charakterové vlastnosti. Ten je částečně ovlivněn geneticky, především ale prostředím a výchovou, se kterou se kůň setkal v hříběcím věku. Každý klient má jiné individuální potřeby, k jejichž naplnění je výběr koně směřován. Přesné parametry a charakteristiky koně tak nejsou definovány. Důležité však je, aby byl kůň klidný, trpělivý a ochotný pracovat stejným způsobem i několikrát denně, např. nechat se od klientů čistit či jezdit.

Není určené konkrétní plemeno, které by bylo pro hiporehabilitační účely nejvhodnější (Bicková, 2020). ČHS v současné době nabízí licenci pro připravené koně pro hiporehabilitace. V současné době složilo tyto specializační zkoušky mnoho plemen koní a také kříženců, kteří nyní slouží účelům hiporehabilitace (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021). Kritérium pro výběr koně je také jeho věk a pohlaví. Zralost koně je důležitá po fyzické i psychické stránce. Páteř koně je zcela zralá v 6 letech, učit se základním dovednostem však může kůň již od hříběcího věku. Pro účely hiporehabilitace jsou vybírány zejména klisny a valaši, kvůli nevyzpytatelnému chování hřebců v přítomnosti klisen (Bicková, 2020). Pro účely psychoterapie a pedagogického a sociálního učení se využívají koně velkého věku, poníci, ale také miniaturní koně (minihorses).

#### **1.7.4 VÝCVIK KONĚ**

Prvotním krokem ve výcviku koně je jeho základní výcvik. Hermannová a Špatný se ve výcviku koní využívaných pro hiporehabilitaci řídí výcvikovým systémem sestaveným Patterm Parellim (Hermannová, Münichová, Nerandžič, 2014). Tento systém se podobně jako systém

metod Montyho Robertse opírá o nenásilnou formu výcviku koně pomocí partnerského přístupu.

Pro účely hiporehabilitace je však nutný navazující speciální výcvik. U koně podporuje dovednost stání u rampy, voditelnost, pravidelnost kroku i tzv. „soumarská“ schopnost, zajišťující neměnné chování koní i v nepohodlných situacích. Při výcviku koně určeného pro psychoterapii se zaměřujeme také na aktivity ze země a jezditelnost koní. Při výcviku trenér navozuje různé situace, které by v realitě mohly nastat: například nestabilitu či pád klienta, na různé druhy tlaků, nebo také setkání s neznámými předměty: např. s deštníky nebo dopravními prostředky.

## **1.8 ČLOVĚK V HIPOTERAPII**

Člověk je nedílnou součástí hipoterapie. V průběhu hipoterapie však lidé zaujímají různé role, které do hipoterapie zasahují různými způsoby.

### **1.8.1 KLIENTELA**

Hipoterapii vyhledává a využívá celá škála klientů. V současné době lze hipoterapii využívat z preventivních důvodů v jakémkoliv věku. Hipoterapie ve fyzioterapii a ergoterapii můžou využívat klienti již od 2 měsíců. HTF a HTE umožňuje aplikaci hipoterapii ke stimulaci pohybových a posturálních funkcí již od dvou měsíců. Hlavní indikce HTF a HTE je zejména v ortopedii a neurologii. Zřetel je třeba brát na kontraindikace, které je nutné vyvodit ze zdravotního stavu jedince a měl by je posoudit lékař a fyzioterapeut před zahájením terapie. HPSP lze provádět s pedagogickými účely téměř u kohokoliv. V rámci sociální intervence je tato terapie vhodná pro klienty se sociálním znevýhodněním a v těžkých životních situacích. V rámci HTP je indikací u nemocných předepisována ošetřujícím lékařem, tedy většinou psychiatrem, u dětí je pak třeba vyšetření v pedagogicko-psychologické poradně (Česká hiporehabilitační společnost, z. s. 2021).

### **1.8.2 TERAPEUTICKÝ TÝM**

Kvalifikační předpoklady personálu jsou důležitým předpokladem pro vykonávání kvalitní hiporehabilitace. Stejně tak jako jsou důležité specializační zkoušky HR koní, také odborné proškolení personálu je nutné (Bicková, 2020).

Hermannová (1998) popisuje roli lékaře u handicapovaných pacientů jako klíčovou. I když není lékař u hipoterapie přítomen, lékařská intervence je stěžejní. Do terapie přímo zasahují samotní terapeuti. Dle cíle terapie se zaměření terapeutů mění (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021).

V hiporehabilitačním týmu má hlavní zodpovědnost terapeut. (Hermannová, Münichová, Nerandžič, 2014). V každém oboru HR se této role ujímá jiný odborník. Kvalifikovaný ergoterapeut/fyzioterapeut před zahájením HTFE provádí vstupní prohlídku klienta, na jejíž základě vybírá vhodné způsoby její aplikace. Stanovuje délku hipoterapie, polohu na koni, volí vhodného koně a způsoby jištění na koni. Důležité jsou také průběžné a výstupní kontroly (Bicková 2020).

Instruktor v HPSP nabízí klientovi vhodné a bezpečné prostředí. Je seznámen s přirozeným chováním koní a dokáže předvídat jejich chování. Na základě potřeb klienta stanovuje výběr vhodného koně a aplikuje vhodné metody a formy práce s ním. Muže jím být pedagog, speciální pedagog či člověk s jiným vzděláním v sociálně-zdravotní oblasti (Česká hiporehabilitační společnost, z. s. 2021). Také logoped má v této problematice svoji roli. Rytmičtý pohyb přenášený na pacienta podporuje správné dýchání, které ovlivňuje artikulační a fonační složku řeči (Hermannová, Münichová, Nerandžič, 2014).

Pro provádění HTPP je vyžadováno příslušné vzdělání v lékařském oboru psychiatrie či klinické psychologie. Odborný dohled nad HTPP může též provádět psychiatrická sestra s doplněným kurzem HPP.

Cvičitel pro parajezdectví trénuje parajezdce či paravoltižera. Pro výkon tohoto povolání je nutné složení akreditovaných cvičitelských/trenérských zkoušek.

Mezi další role v HT týmu patří také cvičitel koní pro HR, vodič koně a asistent (Bicková 2020).

Kvalita hiporehabilitace závisí na absolvování speciálního kurzu pod vedením ČHS (Česká hiporehabilitační společnost, z. s., 2021). Odborníci musí dodržovat právní a legislativní podmínky pro poskytování HR a dodržovat bezpečnostní opatření (Bicková, 2020).

## 2 PŘEDŠKOLNÍ DÍTĚ A MATEŘSKÁ ŠKOLA

### 2.1 PŘEDŠKOLNÍ VĚK

Průcha a Kořátková (2013) klasifikují předškolní věk do dvou částí. Mladší školní věk je obdobím od narození do tří let a zahrnuje fázi kojeneckou a batolecí. Od tří let do zahájení školní docházky hovoříme o starším předškolním věku.

V tomto věku nastupují děti do mateřské školy, kde se setkávají s novými lidmi a podněty. *„Je to období stále se zvětšující samostatnosti, objevování světa mimo domov, období kolektivních her. Dítě se učí novým dovednostem, při kterých se zdokonalují mimo jiné jejich manipulační dovednosti. Dítě získává stále větší obratnost, jistotu.“* (Vyskotová, Macháčková, 2013, s. 33) Jedná se o významné období života, kde dochází velkému rozvoji nervových spojení (Poláková, 2019). Eric Erikson popisuje předškolní věk za iniciativní období, které se projevuje aktivitou, činorodostí a spoluprací (Erikson, 1950 in Thorová, 2015).

### 2.2 ROZVOJ PŘEDŠKOLNÍHO DÍTĚTE V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Patřičný rozvoj dítěte může významně podpořit pobyt v mateřské škole. Z hlediska vývojové psychologie dává kvalitní mateřská škola podnět k rozvoji osobnostních, sociálních a kognitivních dovedností (Kuchařová et al., 2009, in Thorová, 2015).

Z výzkumů vyplývá, že návštěva kvalitních mateřských škol pozitivně ovlivňuje rozvoj schopností a dovedností dětí. Jedná se o vůbec první setkání dítěte se vzdělávací institucí a také první odloučení od rodičů. To vede dítě k větší samostatnosti (Poláková, 2019).

Dle RVP PV (2021) podporujeme v mateřské škole rozvoj dítěte pomocí těchto oblastí vzdělávání:

- Dítě a jeho tělo (biologická oblast)
- Dítě a jeho psychika (psychologická oblast) – do této oblasti zahrnujeme
- Dítě a ten druhý (inter-personální oblast)
- Dítě a společnost (socio-kulturní oblast)
- Dítě a svět (environmentální oblast)

V rámci těchto oblastí podporujeme celkový rozvoj osobnostních, rozumových, pohybových, sociálních a environmentálních dovedností, a to nejčastěji formou hry, která v předškolním věku sehrává důležitou roli.

### 2.2.1 ROZVOJ POHYBOVÉ OBLASTI

Pohybové schopnosti a dovednosti na začátku a na konci předškolního období zaznamenávají velký rozdíl, především také kvůli měnícím se tělesným proporcím (Průcha, Kořátková, 2013). V batolecím věku jsou pro dítě typické kulovité tělesné proporce a krátké končetiny. To se začíná měnit okolo čtvrtého roku dítěte, kdy se tělo začíná protahovat a končetiny rostou. Kostra dítěte ještě není plně dovyvinuta. Kostí jsou měkké, neosifikované (Dvořáková, 2011). Klouby vykazují zvýšený rozsah, vazivový aparát ještě není zcela zpevněn (Kučera, Kolář, Dylevský, et. al, 2011). Svaly dítěte obsahují větší množství vody a nejsou schopny vynaložit velkou sílu. Velké svalové skupiny se v tomto věku vyvíjí rychleji a podporují tak vývoj hrubé motoriky. Zajímavá je činnost srdečního a dýchacího systému. Tepová i dechová frekvence se velmi rychle zvyšuje. Je proto vhodnější volit pro děti dlouhodobější a mírnější zátěž než zátěž intenzivní a krátkodobou (Dvořáková, 2011). Také činnost mozku se v předškolním věku významně rozvíjí. Hátlová (Kučera, Kolář, Dylevský, et al., 2011, s. 13) popisuje vývoj mozku v předškolním věku takto: „*Je dokončena myelinizace pyramidových drah, dozrávání některých funkcí mozečku (rovnovážné schopnosti).*“

Ve třech letech při příchodu dítěte do MŠ ještě není propojena kvalita pohybu s koordinací. Proto některé děti v tomto věku ještě nezvládají plynulou chůzi po schodech a při pohybové aktivitě může docházet k úrazům. Ve čtyřech letech je již koordinace dítěte na lepší úrovni. Nabyté pohybové dovednosti děti rády opakují a procvičují. Velkou roli hrají vrstevníci, se kterými své pohybové dovednosti sdílí a společně vymýšlejí pohybové hry s jednoduchými pravidly. Značnou pohybovou aktivitu projevují děti při prozkoumávání nového prostředí MŠ a jejího okolí.

U nejstarších dětí mají nabyté pohybové dovednosti široké využití. Pohyby jsou přesnější, koordinovanější, ladnější a jsou cíleně využívány k napodobování např. různých sportů. Začíná se objevovat porovnávání s vrstevníky a současně s tím také soutěživost (Průcha, Kořátková, 2013).

Se zahájením povinné školní docházky je totiž spojen výrazný pokles pohybových aktivit. Proto je důležité v předškolním věku položit správné základy pro pohybové dovednosti a aktivity. Pohybové dovednosti nalézají v prostředí kvalitní mateřské školy vhodnou stimulaci, protože jsou zařazeny do běžných denních činností. (Kučera, Kolář, Dylevský, et al., 2011) Děti, které navštěvují mateřskou školu, mají možnost denně realizovat pohybové aktivity uvnitř i venku při spontánní činnosti, s využitím rozmanitých pomůcek. Také řízeně provozují cvičení, které fixují správnou posturu, posilují svaly i podporují krevní oběh. V mateřské škole je jim také nabízena celá škála nejrůznějších sportů, které si mohou vyzkoušet a později provozovat (Průcha, Kořátková, 2013).

S rozvojem pohybových dovedností souvisí také rozvoj jemné motoriky. Dítě se učí manipulaci s nejrůznějšími náčiními. Učí se stříhat, jíst příborem, zapínat zip a knoflíky, házet a chytat míč, používat tužku a štětec, nebo stavět ze stavebnic a mnoho dalšího. Vyvíjí se lateralita ruky, která je jednoznačná v pěti letech. Oblast grafomotoriky dosahuje v předškolním věku fáze, kdy se dítě připravuje na psaní ve škole pomocí kresby, grafomotorické nápodoby a vybarvování (Thorová, 2015).

### **2.2.2 ROZVOJ ROZUMOVÉ OBLASTI**

Pro rozvoj inteligence je nutné nabídnout dětem podnětné prostředí. To ovlivňuje nejen dostatek kvalitních předmětů, ale také příjemná atmosféra, pocit bezpečí a jistoty a také dostatek odpočinku (Bäcker-Braun, 2014). Rozvoj rozumové oblasti odborně označujeme jako rozvoj kognitivních procesů. Do tohoto rozvoje začleňujeme vnímání, paměť, myšlení, představy, řečové dovednosti, vůli a emoce. Vývoj této oblasti v předškolním věku je velmi významný proces (Průcha, Kořátková, 2013).

Vnímání je zaměřeno na celek. Dítě se zaměřuje na objekty, které jej zaujmou. Začíná zrakově a sluchově diferenciovat. V prostoru se dosud orientuje velmi omezeně, stejně jako v čase. Čas vnímá velmi subjektivně pouze ve vztahu sám k sobě a k nadcházejícím poutavým činnostem (Šulová, 2010).

Paměť má v předškolním věku převážně podobu bezděčnou. Po pátém roce dítěte se začíná vyvíjet paměť záměrná. Dítě si pamatuje informace mechanicky, což je předpokladem pro snadné přijímání informací. Konkrétní podoba paměti je pro dítě předškolního věku specifická. Dítě si mnohem snáze zapamatuje situace, které prožilo než

situace, které pouze slyšelo z vyprávění. Paměť v předškolním věku je také spíše krátkodobého charakteru.

Myšlení probíhá v předškolním věku zejména na základě vnímání pomocí smyslů. Pracuje na základě zrakových vjemů. Dítě ještě nedokáže provádět logické operace, proto tuto fázi myšlení označujeme jako prelogickou (Thorová, 2015). V myšlení předškolního dítěte se značně odráží egocentrismus. Dítě vše vidí jen ze svého úhlu pohledu a automaticky předpokládá, že takto přemýšlejí i ostatní. Kromě egocentrismu má myšlení v předškolním věku i další specifika, jako je značný vliv fantazie na nazírání světa, antropomorfismus (polidšťování neživého), prezentismus, (chápání situací v přítomnosti), a jiné. To vše se mimo jiné odráží např. také v dětské kresbě (Šulová, 2010).

V předškolním věku se s nástupem do mateřské školy také výrazně zlepšují řečové dovednosti. Dítě užívá řeč zejména ke komunikaci, v níž se zlepšuje aktivní i pasivní složka řeči. Také kognitivní složka řeči se v tomto období výrazně vyvíjí. Dítě si pomocí mluveného slova dokáže představit i některé objekty, které nejsou v jeho zkušenosti, ale má o nich jen základní znalosti. Řeč také dítěti tohoto věku slouží k expresivitě a vyjádření emocí, prožitku a potřeb. Typickým znakem v řeči dítěte je tzv. regulační řeč, kterou dítě využívá k regulaci svého chování. Vysvětluje si pomocí ní různé jevy, které jsou mu nejasné. Po pátém roce dítěte získává regulační řeč vnitřní podobu (Šulová, 2010).

### **2.2.3 ROZVOJ OSOBNOSTNÍ OBLASTI**

Uvědomování si sebe sama začíná zhruba od dvou let, kdy dítě začíná rozlišovat sama sebe od jiných osob. Začne užívat zájmena „já“ a „moje“ a vyjadřuje tak své vlastnictví. Svět chápe v egocentrickém pojetí jen ze svého úhlu pohledu, to se mění až kolem 4-5 roku, kdy je schopno o světě uvažovat i z jiných perspektiv. S rozlišením sama sebe od ostatních je spojen nový přísun sociálních dovedností, které se dítě musí naučit. Vznikají situace s vrstevníky či dospělými, kdy je dítě vystavováno reakcím ostatních na jeho činnost. Tím si přirozeně fixuje žádoucí a nežádoucí chování. Později nastupuje užívání sebehodnotících emocí, které podporují rozvoj svědomí, morálky i sebeúcty (Thorová, 2015).

Aby se u dítěte vyvíjela emoční inteligence, je třeba na tento rozvoj klást důraz, stejně jako jej klademe na rozvoj jiných druhů inteligencí. Dítě je třeba od malička vést ke správnému vnímání a pojmenování emocí a současně tím také jejich zvládnutí. Na důležitost

rozvoje emoční inteligence poukazuje Poláková (2019). Vnímání a rozlišování svých emocí, ať už pozitivních, negativních či mezilidských, vede k utváření sebedůvěry a důvěry ve své okolí, což má zásadní vliv na harmonický život. S emocemi úzce souvisí také prožívání stresu. Stres je do jisté míry pozitivním faktorem, který motivuje děti k činnosti, v přílišné formě však brání racionálním a kreativním procesům. Je proto třeba na děti nevyvíjet velké množství tlaku, vystavovat ho kontaktu s násilím, které je dnes již běžně dostupné v různých formách moderních technologií. Jako prevence ke zvládnutí stresu významně přispívají různé druhy relaxací, pobyt v přírodě, nebo jakýkoliv přirozený pohyb. Velmi důležitým faktorem pro dítě je také správný vzor, od kterého přejímá korektní vzorce nastavení vůči emocím a stresu (Poláková, 2019).

#### 2.2.4 ROZVOJ SOCIÁLNÍ OBLASTI

*„Vývoj psychomotoriky, mentální a duševní vývoj úzce souvisí s vývojem dítěte v oblasti sociální.“* (Šmelová, Prášilová a kolektiv, 2018, s. 35) Na důležitost vzdělávat dítě v oblasti sociální poukazuje Koťátková (2008). Rozvíjet mezilidské vztahy, schopnosti a dovednosti v oblasti sociální je stejně podstatné, jako například v oblasti intelektuální. Tento rozvoj je v mateřské škole stimulován. Prosociální chování je rozvíjeno situačně nebo záměrně v oblastech přátelství, tolerance, dělení se, pomáhání si, zpětné vazby na chování druhého, spolupráce a odpovědnosti.

Proces socializace předškolního dítěte můžeme chápat ve třech rovinách. První z nich je sociální reaktivita, která se zlepšuje s nárůstem sociálních kontaktů. Dítě v mateřské škole nabývá nových rolí, kromě dosavadního kontaktu s rodiči, prarodiči a sourozenci se setkává také se svými vrstevníky (Šulová, 2010). Poprvé je viditelná výrazná heterogenita mezi dětmi. Děti se odlišují věkem, pohlavím, mateřským jazykem, temperamentem, ale také ve schopnostech a případnými handicapami. Děti se tak přirozeně setkávají s rozdílností společnosti již v mateřské škole (Šmelová, Prášilová a kolektiv, 2018).

Druhou rovinou, která se v předškolním věku výrazně rozvíjí je sociální kontrola. Dítě je nuceno přijímat nová pravidla společenského chování a sociální normy. Neméně důležitou rovinou je pak osvojování sociálních rolí. Role osvojené v rodinném prostředí pak dítě aplikuje i mimo něj, např. si hraje s panenkou, kdy je dítě v roli matky. Nárůst rolí



pozorujeme při setkání s vrstevníky. Kontakt s nimi výrazně zasahuje i do jiných oblastí rozvoje dítěte – do roviny kognitivní, motorické i emocionální (Šulová, 2010).

Z hlediska vývojové psychologie hraje v předškolním věku významnou roli egocentrismus. Po nástupu do mateřské školy prochází dítě velkou změnou. *„Ve společnosti ostatních dětí se učí zvládat svůj egocentrismus, uvědomovat si potřeby ostatních dětí a prosazovat svá přání sociálně vhodným způsobem.“* (Thorová, 2015, s. 392)

### 2.2.5 ROZVOJ ENVIRONMENTÁLNÍ OBLASTI

Odmalička děti jeví zvědavost a zájem poznávat tento svět a přírodu kolem něj prostřednictvím všech smyslů. Pro jejich bádavost je třeba utvořit podnětné prostředí, kde se mohou zabývat sbíráním, pozorováním a zkoušením. Později toto základní seznamování s přírodou přechází v zájem objevovat analyticky nejrůznější souvislosti a zákony, které nám příroda nabízí. Kromě poznávání nejrůznějších struktur a tvarů nabízí příroda také významný podnět k rozvoji emocí. Děti zažívají v přírodě pocity strachu, odvahy či úspěchy a neúspěchy (Bäcker-Braun, 2014). Na význam environmentální výchovy poukazuje Jančaříková (2013). Ta popisuje roli prostředí ve výchově dítěte jako roli tzv. „třetího učitele“ (hned po roli rodiny a učitele). Příjemné prostředí ovlivňuje pozdější život dítěte, a to z hlediska environmentální citlivosti, ale i v nalezení spokojenosti a štěstí.

Ačkoliv by měl být pobyt v přírodě přirozenou součástí lidského života, a tudíž i součástí života předškolního dítěte, v dnešní době dochází vzhledem k rozvoji moderních technologií a hraček k výraznému odcizování od přírody. Tomu se chceme v předškolním věku vyvarovat, a proto je nutné dětem poskytovat adekvátní prostředí. Ideálním prostředím pro poznávání přírody v MŠ může být např. zahrada. Také zařazení tzv. zelených terapií, mezi něž zařazujeme také hipoterapii, je vhodným nástrojem. Dle slov autorky: *„Kontakt s vhodně vybranými, klidnými a zdravými zvířaty je pro předškolní děti velice přínosný.“* (Jančaříková, 2013, s. 12)

### 2.2.6 ROZVOJ HRY V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Hra v předškolním věku hraje významnou roli. Při příchodu dítěte do mateřské školy nabývá však zcela nového rozměru. V první řadě je prostředí školky vybaveno jinými hračkami, než se kterými se dítě běžně setkává doma. Je tak obklopeno novou řadou didaktických pomůcek, který mu dávají podnět ke hře. Důležitým zlomem ve hře je také

samotný příchod do dětského kolektivu. Dětská skupina přirozeně vybízí dítě k interakce a na řadu přichází napodobování, inspirace druhými, společné učení, vznik nových rolí, a to vše prostřednictvím hry. Hra starších dětí je stále obsáhlejší a propracovanější.

V mateřské škole nalezneme hry volné, iniciované učitelkou ale takové hry s didaktickým cílem. Hra je významným prostředkem, díky kterému se dítě učí. V rámci iniciované hry a hry s jasným didaktickým cílem hraje jasnou roli pedagog, který určuje vzdělávací cíle, pomůcky, pravidla i způsob realizace (Průcha, Kořátková, 2013).

### **3 PRAKTICKÁ ČÁST**

#### **3.1 CÍL PRÁCE**

Cílem bakalářské práce je sumarizovat poznatky o možném využití hipoterapie v mateřské škole a uvést metodický zásobník využitelný u dětí tohoto věku.

#### **3.2 ÚKOLY PRÁCE**

Realizace hiporehabilitační intervence pro skupinu dětí předškolního věku.

Realizace a evaluace činností zahrnujících hipoterapii.

Zpracování metodiky práce s hipoterapií v prostředí mateřské školy.

#### **3.3 METODIKA PRÁCE**

Ke splnění cíle práce jsem využila poznatků ze své jezdecké praxe, zkušeností z oblasti hipoterapie z pozice klienta, asistenta v hiporehabilitaci a také jako vedoucího hiporehabilitačních táborů. V rámci naplnění cíle práce bylo realizováno deset návštěv mateřské školy v JS Radčice z. s., která dětem nabízí službu v hipoterapii. Zde jsem kromě pozorování a provádění hipoterapie s dětmi měla možnost pravidelné konzultace s fyzioterapeutkou, pod jejímž odborným vedením byly lekce prováděny. Při aplikaci poloh a cviků v hipoterapii jsem se kromě konzultací s fyzioterapeutkou opírala také o poznatky a doporučení z odborné literatury, zejména pak o publikace Hermannové, Münichové a Nerandžiče (2014), Jiskrové (2010) a dalších. Při tvorbě metodiky jsem čerpala metodických příruček České hiporehabilitační společnosti, z. s., zejména pak metodiku nasedání, sesedání a jištění v hipoterapii (2015), metodiku nasedání, sesedání a jištění v psychoterapii (2015) a aktivitách pomocí koně a z metodiky vedení koní v hiporehabilitaci (2015).

Ke splnění vytyčených úkolů práce jsem navázala spolupráci s majitelkou terapeutických minihorses, kteří se věnují aktivitám pomocí koní a hiporehabilitaci v pedagogice a sociální praxi. S její pomocí jsem sestavila několik aktivit pomocí koně, které jsme následně v MŠ realizovali.

Další zvolenou metodou práce byla práce s koňmi bez specializačních zkoušek, kteří prošli základním výcvikem a jsou povahou velmi spolehliví a citliví vůči dětem. Ty jsem

využila k realizaci hipoterapie a aktivit pomocí koní v rámci různých tematických integrovaných bloků. Zde jsem působila v roli pedagoga i jezdce na koni. K této metodě jsem využívala vlastních zkušeností v oblasti jezdeckví, hipoterapie i pedagogiky a také odborné supervize instruktorky jezdeckví, která se mnou tyto návštěvy realizovala. Na základě těchto tematických návštěv jsem vytvořila s pomocí metod a forem dle Maňáka (2003) navazující činnosti, které jsem po jejich realizaci evaluovala.

Všechny fotografie a obrázky využitě k popisu metodiky jsou autorské a jsou pořízeny na můj mobilní telefon iPhone nebo na mobilní telefony mých kolegyně Xiaomi Redmi Note a Samsung.

### 3.4 ZÁKLADNÍ VYBAVENÍ KONĚ

K hipoterapii bylo využíváno tohoto vybavení.



Obrázek 1 - stájová ohlávka



Obrázek 2 - provazová ohlávka s vodítkem



Obrázek 3 - westernové sedlo



Obrázek 4 - podsedlová deka a obřišník



Obrázek 5 - uzdečka a oštěže

### 3.5 METODY VEDENÍ KONĚ

Způsoby vedení v hipoterapii se opíraly o metodickou příručku sestavenou Českou hiporehabilitační společností (2015). K hipoterapii v mateřské škole byly užívány metody zobrazené na následujících obrázcích. Zejména pak metoda vedení koně u hlavy za oštěž na uzdečce či za vodítko na stájové či provazové ohlávce.



Obrázek 6 – vedení u hlavy na ohlávce a uzdečce



Obrázek 7 – vedení za koněm na lonžích

### **3.6 METODY NASEDÁNÍ, SESEDÁNÍ A JIŠTĚNÍ**

Příručku pro nasedání, sesedání a jištění v hiporehabilitaci nabízí Česká hiporehabilitační společnost (2015). Pro hipoterapii v MŠ byly využity metody zobrazené na obrázcích 8 až 11. Využito bylo nasedání a sesedání s dopomocí, které je však možné jen u použití sedla a u vzrůstově větších dětí. Ostatní děti byly do sedel vysazovány učitelkou či asistentem u koně. Jištěny byly děti ze strany koně rukou za zád, stehno či holeň.



Obrázek 8 - nasedání ze země s pomocí



Obrázek 9 - sesedání na zem s dopomocí



Obrázek 10 - jištění za holeň



Obrázek 11 - jištění za záď

### 3.7 APLIKACE HIPOTERAPIE V JEZDECKÉM CENTRU

Jednou z možností, která se pro mateřské školy nabízí, je návštěva hiporehabilitačního centra v dostupné vzdálenosti. Pro realizace hipoterapie jsem kontaktovala nedalekou jezdeckou stáj v Radčicích.

Velkým benefitem hipoterapie v prostředí jezdecké stáje je profesionální a odborný přístup fyzioterapeuta. Fyzioterapeutka Mgr. Lucie Klánová, DiS. zaujímala ke každému dítěti individuální a profesionální přístup. Děti se na koni střídají po 20 minutách čistého času. Před jízdou určí fyzioterapeut polohy, ve kterých dítě hipoterapii provádí. Většinou děti jezdily v balančním samostatném sedu. U každého koně asistuje doprovod v podobě pedagoga z MŠ, či asistenta, se kterými děti prováděly různé cviky na koni. Zásobník použitých poloh a cviků nalezneme v následujících kapitolách.

#### 3.7.1 CHARAKTERISTIKA JEZDECKÉ STÁJE RADČICE

Jezdecká stáj Radčice, z. s. je jezdecká stáj v blízkosti Plzně založená roku 2011. Hipoterapie má zde dlouholetou tradici, v provozu je již od samého založení jezdeckého centra. Hipoterapii v současné době provozuje 3x týdně. Věnuje se zejména hipoterapii dětí od 1 roku s tělesným, smyslovým či kombinovaným postižením. Své služby však nabízí široké veřejnosti a jejich klientela je rozmanitá. Kromě jednotlivých lekcí hipoterapie nabízí jezdecká stáj také hiporehabilitační pobyty ve formě letních příměstských táborů. Také zde je odborný dohled fyzioterapeutů a pracovníků stáje, dále pak také asistentů a vedoucích. Na pětidenním táboře se děti zaměřují nejen na samotnou hipoterapii, ale také na různé aktivity pomocí koní, např. jejich čištění, krmení, sedláni a jinou péči.



Kromě hipoterapie nabízí jezdecká stáj výcvikové lekce pro všechny kategorie jezdců. Jezdecká školka nabízí jezdecký výcvik dětí již od 4 let.

Hlavním cílem jezdecké stáje je tvorba harmonického vztahu mezi koněm a jezdcem. Jejím mottem je: *„Nepřetěžovat koně, aby šlo o vzájemnou spolupráci mezi jezdcem a koněm.“*

(Oficiální webové stránky JS Radčice, dostupné z: <https://www.jsradcice.cz/> )

### 3.7.2 POLOHY NA KONI

Základní složkou hipoterapie je polohování klienta. Se základními principy polohování nás seznamuje Jiskrová (2010). Polohy se řídí aktuálním stavem, mírou hybnosti a vzpřímenosti dítěte a jeho případným postižením. U dětí v mateřské škole je tedy cíleno spíše na podporu správného držení těla a rozvoje motorických dovedností. Při jejich popisu jsem vycházela z publikace od Jiskrové (2010) a také z cenných rad a konzultací s fyzioterapeutkou Mgr. Lucíí Klánovou, DiS.

#### Sed

Základní polohou v hipoterapii je sed. Od klasického sedu se však liší zejména tím, že jezdec, na rozdíl od klienta, zaujímá na koni aktivní sed. Sed pro hipoterapii je charakteristický svou rovnovážností. Proto jej nazýváme sed balanční. Dítě se při jízdě snaží udržet těžiště v jedné rovině a tím na koni udržet rovnováhu. Když se při jízdě koňský hřbet pohybuje, mění se plocha, se kterou je dítě v kontaktu. Pohyby koňského hřbetu se přenášejí na lidskou pánev a celý osový skelet a zajišťují terapii v této oblasti.

Dítě usazujeme na koně ve směru jízdy těsně za madla, kterých se dítě může chytit.

#### Poloha asistovaný sed

V této poloze nesedí dítě na koni samostatně, ale je mu poskytnuta opora fyzioterapeutem. Fyzioterapeut asistuje dítěti zezadu a napomáhá udržení vzpřímené polohy dítěte. Tuto polohu realizujeme u dětí, které mají takovou poruchu hybnosti, že nejsou na koni schopny vykonávat samostatný sed s držením. S takovým případem se v běžné mateřské škole setkáme jen zřídka. Využít ji však můžeme také u dětí, které mají problém s udržení rovnováhy, nebo se na hřbetu koně se při samostatném sedu bojí. Je

však třeba brát na vědomí, že asistovaný sed je náročnější formou terapie nejen pro terapeuta, ale především pro koně.

Během hipoterapeutických lekcí MŠ v jezdeckém centru nebyla tato poloha využívána.

### **Poloha sed s držením**

Dítě v této poloze sedí na koni obkročmo, samostatně, přidržováno je ze země fyzioterapeutem či asistentem. Samo se drží madel na obříšniku, který je umístěn těsně za kohoutkem koně. Zde má kůň své těžiště, proto je důležité dítě posadit do co největší blízkosti madel. Polohu je vhodné využívat u dětí, které jsou zdravé, popřípadě je jejich hybnost zachována a úroveň vzpřímení dovoluje tuto polohu provést. Je důležité zvolit vhodnou šířku koně, aby dítěti bylo umožněno dostatečné roznožení.



Obrázek 12 - poloha sed s držením

### **Poloha pytel (indián)**

V této poloze položíme dítě kolmo přes hřbet koně, končetiny dítěte volně visí. Jedná se o vhodnou pozici pro celkové protažení a vzpřímení (např. u dětí, kteří nejsou schopni plného vzpřímení). Při této poloze se také velmi dobře uvolňuje bederní páteř. Provedení u dětí vidíme na fotografii.



Obrázek 13 - poloha pytel

### Poloha v obráceném sedu

Dítě v této poloze usadíme na koně v obráceném sedu – pohled směřuje na zád koně. Dítě usadíme do takové polohy, aby se rukama mohlo opřít o madla či o hřbet koně. Tato poloha je náročnější a je dobré ji vykonávat po předchozí stimulaci pomocí polohy vleže na břiše proti směru s oporou o zád koně. Náročnost pozice se může projevit na rychlé únavě, v tom případě je vhodné přejít zpět do jednodušších pozic, přímo se nabízí právě přechod do relaxační polohy lehu proti směru jízdy.



Obrázek 14 - poloha v obráceném sedu

### Poloha vleže na břiše proti směru jízdy s oporou o zád koně

Dítě v této poloze uložíme na břicho proti směru jízdy koně. Hlavu dítěte položíme uchem na zád koně. Tato poloha má dvě varianty provedení. V první variantě horní i dolní končetiny dítěte volně visí dolů kolem těla koně. Ve variantě druhé si dítě položí ruce na předloktí a hlava je ve vzpřímené poloze. Poloha je vhodná ke stimulaci peristaltiky, pozitivně stimuluje kontrolu držení hlavy a bipedální lokomoci dolních končetin. Příznivým vlivem této polohy je také její relaxační a uvolňující charakter.

Po konzultaci s fyzioterapeutkou Mgr. Lucií Klánovou, DiS. jsme tento cvik s dětmi z mateřské školy neprováděli. Využívá se totiž spíše u miminek a batolat, které ještě nejsou schopny vzpřímeného sedu.

### **Poloha leh na břicho po směru jízdy**

Dítě usadíme na koně ve směru jízdy, poté se dítě předkloní až do polohy lehu. Ruce jsou volně svěšené, popřípadě se nabízí cvik obejmutí, kdy může dítě obejmout krk koně. Tato poloha je nejen uvolňující. Je vhodné ji zařazovat na začátek terapií k seznámení s koněm, ale i v průběhu terapie kde působí relaxačně. Poloha ve formě objetí velmi významně stimuluje emoce dítěte.



Obrázek 15 - poloha leh na břicho po směru jízdy

### **3.7.3 CVIKY NA KONI**

Cviky na koni se dají využívat ve chvíli, kdy chceme u dítěte podpořit nějakou další dovednost či schopnost. V první řadě je důležité, aby se již dítě vedle koně i na koni cítilo bezpečně, aby bylo uvolněné a pobyt v přítomnosti koně a na koni mu působily radost. Poté je možné zařadit některé cviky podporující dovednosti v oblasti motoriky, prostorové orientace, kooperativních aktivit, stimulující emoce, sebedůvěru, smysly, řeč a mnoho dalšího. Záleží čistě na fantazii pedagoga a na jeho cílech. Při cvicích již není nutná přítomnost fyzioterapeuta.

U předškolních dětí je důležité, stejně jako u všech řízených činností, cviky poutavě představit a motivovat tak děti k jejich provedení. Některým dětem je dostačující už pouhá přítomnost koně – vzbuzuje v nich pocit sebedůvěry a potřebu zkoumání a překonávání

svých možností. Jiné děti potřebují motivaci stimulovat vnějším způsobem, za pomoci příběhů, říkanek, představ a her. Proto k cvikům nabízí tato metodika také popis vhodné motivace.

### **Cvik žonglování**

Cvik je vhodným prvním krokem u dětí, kteří se obávají opuštění opory madel. Dítěti můžeme nabídnout hru na žongléra, který ruce pozvedne do malé výšky nad úroveň madel. Postupně se může předloktí procvičit, následně otočit a napodobovat pohyby žonglování. Dítě zvedá střádavě pravou a levou ruku. Do rukou také můžeme uchopit skutečný míček, který nám pomůže si hru lépe představit.



Obrázek 16 - cvik žonglování

### **Cvik zavázání tkaničky**

Jedná se o náročnější cvik, který většinou vykonávají ty nejstarší děti. Princip cviku spočívá ve vychýlení těžiště směrem k zemi. Cvik vychází opět ze základní polohy v sedu, nohy nemění svoji polohu. Nejjednodušší variantou tohoto cviku, kterou zvládají i nejmladší předškolní děti je předklon jednostranný, např. snaha dotknout se pravou rukou pravé špičky boty. Obtížnější variantou je varianta do kříže, kdy se dítě předklání např. pravou rukou k levé noze. Volná ruka se v těchto variantách přidržuje madla. Pokud dítěti obě varianty nedělají problém, lze přistoupit také k třetí variantě, tedy k cviku zavazování tkaniček. V tomto případě se vždy obě ruce předklánějí k jedné noze, ani jedna ruka se nejistí madla a dítě vynakládá značné úsilí. Asistence dospělé osoby je nutná. Cvik můžeme provádět za chůze i v zastavení.



Obrázek 17 – cvik zavázání tkaničky

### **Cvik jízda se zavřenýma očima**

Cvik významně posilující důvěru mezi koněm, dítětem a pedagogem, který dává dítěti pocit jistoty a bezpečí. Pro některé děti velmi náročný, je vhodné ho provádět v relaxačních polohách, např. v objetí, či v lehu na břicho proti směru jízdy, kdy je dítě na koni více uvolněno. Také v základní pozici v sedu je tento cvik vyhovující. Tělu se tak naskytne příležitost vnímat pohyby na koni prostřednictvím celého těla, a dát prostor také jiným smyslům nežli zraku, který přejímá většinu vjemů z okolí. Děti můžeme motivovat např. tím, že nás jízda na koni tak unavila, že si na jeho hřbetě na chvíli zdřímneme. Pro efektivitu cviku je nutné dítě ubezpečit, že jsme u něj a je bezpečné oči zavřít. Můžeme ho před zahájením cviku chytit za jednu ruku. Vhodné je cvik provádět nejprve v klidu, pokud dítěti nepůsobí potíže, můžeme koně převést do kroku.



Obrázek 18 -cvik jízda se zavřenýma očima

### **Cvik objetí**

Cvik vycházející z hipoterapeutické polohy leh na břicho ve směru jízdy má velmi podobné provedení. Dítě se břichem položí přes madla na krk koně a ruce položí na jeho

plec. Pokud se dítě cítí bezpečně, může zavřít oči a vnímat harmonický krok koně. Cvik bývá silně spojen s emocemi – dítě vnímá rytmus, teplo a povrch koňské kůže, což působí příznivě na jeho psychiku.



Obrázek 19 - cvik objetí

### **Cvik vzpažení**

Tento uvolňující cvik můžeme použít např. ve spojení s motivací trhání jablíček či hrušek, ale také při zdravení sluníčka. Ruce dítě vzpaží symetricky. Lze volit různé časové úseky, kdy bude mít dítě ruce ve vzpažení. Na tomto cviku lze také dobře procvičovat samostatný pohyb pravé a levé paže – chvíli může trhat jablka pouze pravá paže, chvíli pouze levá paže.



Obrázek 20 - cvik vzpažení

### **Cvik upažení**

Navazujícím cvikem na cvik vzpažení může být cvik upažení. K motivaci lze využít např. letící letadlo, které musí udržet svá křídla pevně v rovině. Cvik výborně posiluje horní končetiny. Modifikací tohoto cviku může být také rotace v upažení (letadlo zatáčí), mírné

úklony (letadlo se naklání), nebo mírný předklon (letadlo začíná klesat). Modifikace jsou dobrým způsobem, jak u dítěte ještě více stimulovat udržení rovnováhy na koňském hřbetě.



Obrázek 21 - cvik upažení

### **Cvik podrbání na ohonu**

Jedná se o rotační cvik s mírným záklonem, pro dítě poměrně náročný. Důležitá jsou u tohoto cviku madla. Jednou rukou se dítě přidrží madla, poté postupně rotuje směrem ke koňskému ohonu. Dítě na koňský zadek nejdříve ruku položí, chvíli ji může mít pouze položenou, poté může procvičit prsty a koně podrábat. Dítě motivujeme tím, že koníka chceme na zádi pohladit, případně že ho otravuje moucha a chceme ho podrábat. Poloha nohou odpovídá základnímu sedu.



Obrázek 22 - cvik podrbání na ohonu

### **Cvik podrbání za ušima**

Cvik podrbání za ušima je cvik vycházející opět ze základní pozice v sedu. Dítě se na koni předkloní, nohy zůstávají ve svěšené a uvolněné poloze. Dítě vzhledem ke svým



proporcím na uši nedosáhne. Některé děti právě dosažení až k uším velmi motivuje a vytahují se velmi intenzivně. U tohoto cviku dochází k uvolnění páteře v bederní oblasti a zároveň k protažení a aktivaci hýždí a zadní strany stehen. Cvik je opět spojen s emocemi – dítě je v kontaktu s koňskou hřívou, kterou si v průběhu cviku může hladit, případně se jí držet.



Obrázek 23 - cvik podrbání za ušima

### **Cvik kreslení do srsti**

Kreslení do srsti je výborným způsobem, jak ještě více podpořit navázání kontaktu mezi koněm a dítětem. Dítě dotykem vnímá povrch a teplotu koňské kůže. Tím dochází ke smyslové stimulaci nervového systému. Navíc dítě využívá plochu srsti jako kresebnou plochu. Díky této aktivitě můžeme podpořit dovednosti dítěte v oblasti jemné motoriky.



Obrázek 24 – cvik kreslení do srsti

### **Cvik dámský sed**

Přípravou pro rovnovážně náročnější cviky je cvik nazvaný dámský sed. Tento cvik je vhodný provádět počátku v zastavení, zvládají ho spíše starší předškolní děti. Provedení

pozice vychází ze základního obkročného sedu. Dítě se přidržuje madel a jednu nohu přehazuje přednožením k noze druhé. Poté můžeme přivést koně do chodu a dítě si může vyzkoušet jízdu v tomto druhu sedu. Tento cvik chtějí provádět zejména dívky, které si v této poloze hrají na princezny.



Obrázek 25 - cvik dámský sed

### **Cvik kolotoč**

Mezi cviky vhodnými pro děti je právě tento cvik nejnáročnější. Cvik provádíme při zastavení koně. Začínáme podobným postupem jako u provedení cviku dámského sedu. Základní pozicí je pozice obkročného sedu, poté dítě přendá přednožením nohu přes krk koně tak, aby obě dolní končetiny směřovaly na jeden bok koně, poté přecházíme opět do sedu obkročného, tentokrát však proti směru jízdy. To samé opakujeme také na druhý bok koně. Finální pozicí je opět pozice základního obkročného sedu po směru jízdy. V jednotlivých polohách můžeme koně převést do chodu, jízda bokem vyvíjí tlak na dutinu břišní a stimuluje činnost trávicího traktu.



Obrázek 25 - cvik kolotoč

### **3.7.4 VYUŽITÍ NÁVŠTĚV HIPOREHABILITAČNÍHO CENTRA V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ**

Aplikace tohoto způsobu hipoterapie má zcela největší přínos v oblasti pohybové. Děti na koni vykonávaly různé polohy, které výborně stimulovaly jejich pohybový aparát. U některých dětí bylo pravdu zřetelné již pouhým pohledem, jak se jejich tělo na koni přizpůsobovalo, hledalo rovnováhu a nacházelo správné držení těla. Do dvacetiminutové hipoterapie byly také zařazovány různé cviky, podporující motorické dovednosti dětí v oblastech hrubé motoriky, jemné motoriky a grafomotoriky. Také přínos v oblasti rozumové a osobnostní není zanedbatelný. Děti se na hipoterapii vždy těšily a při jízdě komunikovaly s asistentem a následovaly jeho instrukcím. Environmentální oblast jsme přirozeně rozvíjeli pobytem na čerstvém vzduchu a kontaktu s živým zvířetem.

## **3.8 APLIKACE HIPOTERAPIE V MATEŘSKÉ ŠKOLE**

Další z možností využití hipoterapie v mateřské škole je vedle návštěvy hiporehabilitačního centra či jezdecké stáje také jejich návštěva koní v konkrétní mateřské škole. Výhodou této metody je, že dětská skupina nemusí využívat placenou dopravu, většinou bývá tato varianta tedy méně finančně náročná. Další z výhod je možnost přizpůsobení aktivit v prostředí, které je dětem známo a ve kterém se cítí jistě a bezpečně. Pozitivním atributem může být také pobyt s koňmi přímo v přírodě, nikoliv pouze v jízdárenském areálu. Nevýhodou je pak omezená nabídka této služby na trhu. I přesto není nemožná.

### **3.8.1 CHARAKTERISTIKA MATEŘSKÉ ŠKOLY**

Mateřská škola, ve které byla hipoterapie realizována je umístěna na okraji Plzně. Jedná se o mateřskou školu věnující se ve výuce dle principům Montessori pedagogiky. MŠ je vybavena dvěma plnohodnotnými třídami po dvanácti dětech. V každé třídě působí dva pedagogové. Já osobně působím jako pedagog ve třídě Hvězdiček, kam jsem na plný pracovní poměr nastoupila v září roku 2021, avšak jako brigádník a praktikant jsem do MŠ docházela již od začátku školního roku 2020.

Exteriér mateřské školy je velmi rozmanitý. V bezprostřední blízkosti nalezneme smíšený les, rozlehlou louku a také vodní nádrž.

Pedagogové v MŠ jsou aktivní a výuku se dětem snaží zprostředkovávat zejména prožitkovou metodou. Proto organizují mnoho exkurzí i návštěv, díky kterým si děti danou tematiku lépe vstřebají.

Vedení MŠ bylo otevřené také mému návrhu realizovat návštěvu koní. Tato návštěva a aktivity s ní související byly realizovány v prostředí lesů a na louce v blízkosti MŠ.

### **3.9 NÁVŠTĚVA TERAPEUTICKÝCH MINIHORSES**

Jednou z variant zařazení hipoterapie v mateřské škole je realizace tzv. minihorse terapie.

#### **3.9.1 CHARAKTERISTIKA MINIHORSES DIANKY A TOPINKY**

V rámci splnění cíle práce jsem navázala kontakt s paní Evou Trubačovou a jejím partnerem, kteří vlastní dva terapeutické mini koně Topinku a Dianku. Navštěvují jednotlivce, domovy důchodců, ale také dětské skupiny, školy a školky. U každé skupiny se zaměřují na cíle a potřeby dané skupiny. Ve spolupráci s pedagogy a zdravotníky pak sestavují program. Tento program byl sestaven ve spolupráci s paní Evou Trubačovou a přizpůsoben možnostem a potřebám dětí předškolního věku. Koně strávili ve školce jedno listopadové dopoledne, během kterého jsme stihli několik aktivit.

S dětmi jsme se na příjezd mini koní připravovali tak, že jsme si v komunitním kruhu povídali o tom, jak se v prostředí koní chováme, vyprávěli jsme si příběh paní majitelky a zmiňovali důvod, proč k nám mini koníci vlastně přijedou. Spontánně navazovala kresba obrázku pro paní Evu.

Poté jsme na příjezd mini koní čekaly venku na louce. Následovalo seznamování s oběma klisnami v podobě hlazení, krmení a objímání. Po cca 15 minutách jsme se vydali na zhruba hodinovou procházku s Diankou a Topinkou. Děti se v průběhu procházky střídaly u obou koníků. Mohly si je hladit, drbat je, ale především si mohly vyzkoušet jejich vedení.

Klisny měly ohlávky, na kterých byly připevněny dvě vodítka. Jedno z vodítek drželo v ruce dítě a manipulovalo tak s koněm. Mohlo si vyzkoušet jeho zastavení či např. překročení překážky. Druhé vodítko bylo určeno k jištění a v ruce jej držel vždy jeden z majitelů na opačné straně koně.

Po skončení procházky jsme se přemístili zpět na louku, kde probíhala ukázka dovedností v podobě přeskakování překážky, prolézání pneumatiky a lonžování. Děti si s oběma klisnami mohly dovednosti vyzkoušet.

Jelikož byly děti o návštěvě koní informovány předem, mnoho z nich k této příležitosti přinesly mrkve pro koníky. Paní Eva dětem nejdříve ukázala správný a bezpečný způsob krmení koní. Děti se techniku velmi rychle naučily a poté krmily mini koníky již bez nutné asistence. Dotyk vlhké a teplé tlamy zvířete některé děti přiměl i k hlasitému smíchu.

Na závěr mohly děti klisny hladit, objímat, česat či vodit po louce. Každé dítě zvolilo variantu, která mu vyhovovala. Paní Eva nám také ukázala cvik „pusinka“, který ovládala kobyla Dianka. Ta na povel našpulila pysky a dotkla se s nimi na požadované místo. Tento cvik u dětí vytvářel opět pozitivní emoce.

Návštěva mini koníků probíhala velmi uvolněně a spontánně. I když byl program předem domluven, paní Eva s koníky se přizpůsobovaly požadavkům učitelek i dětí. Na dětech byla po celou dobu návštěvy viditelná řada pozitivních emocí. Živější děti přítomnost koní velmi zklidnila, pasivnější děti naopak přiměla k aktivitě a k zapojení do činností. Všem dětem byla velmi příjemná především jemná a teplá srst obou mini kobytek.

Průběh minihorse terapie je vidět na obrázcích 26-36, které jsou umístěny v příloze.

### **3.9.2 VYUŽITÍ MINIHORSES V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ**

Realizace minihorse terapie byla stěžejní ve všech oblastech předškolního vzdělávání. Děti díky procházce s Diankou a Topinkou podporovaly lokomoční složku motoriky. Rozumová a osobnostní složka vzdělávání byla stimulována díky mnoha aktivitám s koňmi – děti musely přijmout bezpečnostní pravidla, zapamatovat si je a řídit se jimi. Během celé návštěvy překonávaly svůj strach, ale také pociťovaly příjemné pocity při kontaktu s koňmi. Rozvoj environmentálních dovedností probíhal při samotném pobytu v lese a také při kontaktu se mini koníky, kdy se děti učily, jak ohleduplně a citlivě se ke zvířatům chovat. To vše prostřednictvím prožitkového učení.

### 3.10 NÁVŠTĚVA KONÍ V RÁMCI TEMATICKÝCH BLOKŮ

Další možností, jak začlenit prvky hipoterapie do mateřské školy je zařazení prvků aktivit s koňmi ve formě hry. Pokud nemají koně specializační zkoušky pro vykonávání hiporehabilitace, není možné tyto aktivity považovat za odbornou terapii. V případě využití tohoto typu koní je stěžejní, aby byli koně zvyklí na vykonávání tohoto typu činnosti. Dále je nutné, aby MŠ navázala s majitelem koní fungující legislativní podmínky pro výkon této aktivity.

V této práci nalezneme zpracovaný a realizovaný integrovaný blok „Svatý Martin“.

#### 3.10.1 CHARAKTERISTIKA KONÍ

Koně, se kterými mateřská škola absolvovala jízdy a aktivity jsou klisny Anie a Viktorie. Tyto klisny jsou zkušené a spolehlivé. Před realizováním návštěv byly smlouveny legislativní podmínky pro bezpečné provedení těchto aktivit. Činnosti byly vždy realizovány pod vedením zkušené majitelky koní. Obě kobyly jsou zvyklé na děti a tento druh činností.

Jelikož se stáj koní vyskytuje v poměrně dostupné vzdálenosti od mateřské školy, návštěv jsme realizovaly hned několik, vždy v rámci nějakého tematického celku. Návštěvy byly organizované mnou jako praktikantkou při souvislých praxích, později již jako pedagoga v mateřské škole Na Zelené Louce. Realizovány byly tři tematické celky: „Indiáni na koních“, „Rytíři na koních“ a „Svatý Martin.“ V této bakalářské práci je podrobně zpracován tematický celek „Svatý Martin“.

Díky osobnějším přístupům a opakovaným návštěvám získaly děti k oběma kobylám poměrně silný vztah. Znájí jejich jména, oslovují je, nebojí se k nim přistoupit blíže, krmit je nebo na ně sednout a vykonávat různé činnosti. Stejně tak navázaly kontakt a komunikaci s jejich majitelkou. Cítit se bezpečně a jistě jim zajišťovala také má osobní přítomnost pro ně známé učitelky, tentokrát však v roli jezdce. Výhodou bylo také možné pojetí jízdy na koni v rámci hry, které je obecně považováno mnohými terapeuty v hiporehabilitaci za velmi výhodné. Tyto výhody popisuje Hermannová, Münichová, Nerandžič (2014).

Všechny aktivity v rámci tematických bloků byly realizovány na louce u MŠ za dozoru minimálně dvou pedagogických osob.

Klisny jsou k vidění na obrázcích 37 a 38 v přílohách.

### 3.10.2 TEMATICKÝ BLOK – SVATÝ MARTIN

Jedním z témat, do kterých bylo vhodné zařadit aktivity s koněm a jízdu na koni byl integrovaný blok svatý Martin. Celý týden jsme se ve třídách věnovali legendě o svatém Martinovi a jeho příjezd na bílém koni byl velkým závěrem celého týdne.

#### **Příprava činnosti**

Pedagogická příprava se opírá o RVP PV (2021) a o metody klasifikace dle Maňáka (2003).

Formy klasifikace: řízená činnost, frontální, individuální,

**Metody dle Maňáka (2003):** metody slovní – vyprávění, rozhovor; metody názorně-demonstrační – pozorování, instruktáž; metody dovednostně-praktické – napodobování, manipulování; metody inscenační, frontální výuka, individuální výuka; metody specifické – prožitkové učení, práce s příběhem, situační učení,

**Dílčí cíle dle RVP PV (2021):** rozvoj pohybových dovedností, rozvoj environmentální oblasti, rozvoj komunikačních dovedností, rozvoj kooperativních dovedností, rozvoj emocí, rozvoj předčtenářských dovedností (zapamatování si legendy o svatém Martinovi), rozvoj prosociálních dovedností (dítě se dokáže ztvárnit roli žebráka)

**Konkrétní cíle:** dítě se zvládne udržet v sedle, dítě se zvládne řídit pravidly chování v blízkosti koní, dítě si vzpomene aspoň na jednu aktivitu prováděnou v rámci integrovaného bloku, dítě komunikuje se svatým Martinem, odpovídá mu na otázky, dítě ztvární roli žebráka a pokusí se sehrát legendu se svatým Martinem, dítě zazpívá píseň o svatém Martinovi

**Plánované činnosti:** Hned po dopolední svačině bude probíhat program se svatým Martinem na louce. Svatý Martin dětem řekne legendu o sobě a zahraje si ji s nimi. Poté si děti koně pohladí, vyčistí a povoží se na něm.

#### **Realizace a evaluace činnosti:**

Děti s učitelkami se hned po dopolední svačině odebraly na louku před školkou, kde vyhlížely svatého Martina na koni. Martinovo koně ztvárňovala klisna Anie a svatého Martina její majitelka. Děti uvítaly svatého Martina občerstvením v podobě svatomartinských rohlíčků, které den předem ve školce pekly. Svatý Martin za to dětem vyprávěl legendu o sobě, předal jim světélko, které podle legendy předal také žebrákovi.

Děti si s ním poté legendu mohly zahrát a Martin jim za odměnu předal polovinu svého pláště.

Poté svatý Martin děti povozil na svém koni a za odměnu ho děti nakrmily mrkvemi a vyčistily kartáči. Na závěr děti zazpívaly Martinovi naučenou píseň „Už Martin na bílém koni“. Martin jim za to předal malé dárečky v podobě kartiček s nakresleným bílým koněm.

Velkým úkolem, kterým jsme svatého Martina pověřili bylo předání našeho dopisu Ježíškovi, který jsme s dětmi ve školce vytvořili.

Celý dopolední program probíhal poměrně podle plánů. Děti napjatě poslouchaly legendu, kterou svatý Martin vyprávěl. Mladší děti spíše přihlížely, nejstarší děti naopak se svatým Martinem vřele komunikovaly, ptaly se na otázky a také se neostýchaly legendu si s Martinem zahrát. Děti zajímalo, proč Martin přijel na hnědém koni, nikoliv na bílém podle legendy. Nakonec se společně se svatým Martinem dobrali k řešení, že sníh ještě nenapadl a kůň zbělá, až sníh napadne. Žádné z dětí se koně nebálo, všichni si jej rádi pohladily. Velmi je pak bavila práce s kartáči, kterým mohli koně podrbat. Všechny děti se na koni svezly. Silným zážitkem bylo pro děti to, že od Martina obdržely kartičku s nakresleným koněm, což nebylo plánované, svatý Martin je přivezl jako překvapení. Některé z dětí si ji ještě několik dní nosily s sebou do školky.

Druhý den probíhalo shrnutí celého svatomartinského týdne. Nejdříve jsme si všechny aktivity zopakovali a poté měly děti za úkol říci, která činnost je nejvíce bavila a proč. Většina dětí poukazovala na návštěvu svatého Martina. O zážitku mluvily děti ještě několik týdnů.

Realizace činnosti je zobrazena na obrázcích 39 až 47

### **Navazující činnosti**

V případě této mateřské školy se jednalo o hlavní bod programu, završující celotýdenní tematický blok svatý Martin, během kterého probíhalo mnoho činností. Lze ji však zařadit i jako úvodní aktivitu a následně navázat dalšími činnostmi. V rámci tématu jsme realizovali např. zpěv písně o sv. Martinkovi, kterou jsme Martinovi na závěr návštěvy zazpívali, nebo jsme např. pekli tradiční martinské rohlíčky.



### **3.10.3 VYUŽITÍ NÁVŠTĚV KONÍ V RÁMCI TEMATICKÝCH BLOKŮ V PŘEDŠKOLNÍM VZDĚLÁVÁNÍ**

Využití těchto návštěv jsme našli ve všech oblastech vzdělávání, a to především prostřednictvím metody hry a prožitkového učení. Díky jízdě na koni byl podporován rozvoj pohybové oblasti v hrubé motorice, jemné motorice i grafomotorice. Při aktivitách na koni se rozvíjely pohybové dovednosti, ale také dovednosti sociální, zejména pak kooperativní dovednosti mezi vrstevníky. Děti se též učily novým znalostem o určitém tématu pomocí prožitkového učení, čímž byl značně podpořen rozumový rozvoj. Osobnostní rozvoj spočíval opět v nalézání a překonávání svých hranic a v uvědomování si svých emocí v přítomnosti koní.

## DISKUSE

V rámci naplnění úkolů práce jsem kontaktovala fyzioterapeutku Mgr. Lucii Klánovou, DiS., působící jako odborný fyzioterapeut v jezdecké stáji Radčice. Po konzultaci jsem s mateřskou školou realizovala deset návštěv této jezdecké stáje, kde probíhala hiporehabilitační intervence za odborného dozoru fyzioterapeutky. Po konzultaci s Mgr. Lucií Klánovou, DiS. jsem vytvořila sborník poloh a cviků, zahrnující popis provedení, jejich vliv na předškolní dítě a možné způsoby motivace u předškolních dětí. Výhodou této intervence byla právě odborná péče pracovníků centra, kteří k dětem přistupovali individuálně. Jednotlivé cviky a polohy jsou také zachyceny na fotografiích.

Úkolem práce byla také realizace a evaluace činností zahrnující hipoterapii a následné zpracování metodiky práce s hipoterapií v MŠ. Pro naplnění těchto úkolů jsem se spojila s paní Evou Trubačovou, majitelkou dvou mini koní. Po vzájemné domluvě byl realizován dopolední program s aktivitami s koňmi v okolí mateřské školy. Velký význam této metody je v navázání bližšího a osobnějšího kontaktu mezi koněm a dítětem a také realizace návštěvy v prostředí, které je pro dítě známé a bezpečné.

Naplnění úkolů bylo realizováno také prostřednictvím návštěv dvou koní v rámci tematických bloků v MŠ. Podrobněji je v práci popsána dopolední návštěva svatého Martina na koni, která je součástí tematického bloku „Svatý Martin“. Tento tematický celek byl metodicky zpracován a zahrnuje konkrétní pedagogické cíle, využití metody a formy a popis realizace a následné evaluace. Nabízí také navazující činnosti pro práci v MŠ. Integrace koní do tematických celků ve vzdělávání v mateřské škole je výborným způsobem, jak zařadit do výuky metodu prožitkového učení.

Ve všech případech děti ke koním přistupovaly zpočátku opatrně, ale brzy si na jejich přítomnost zvykly a projevovaly pozitivní emoce.

Ke všem aktivitám jsou k dispozici fotografie, zachycující jejich provedení.

## ZÁVĚR

Hipoterapie zaznamenává v této době velký rozmach a je čím dál tím častěji využívaná terapeuty k rehabilitaci svých klientů. Je škoda nevyužít tento druh terapie také k preventivním účelům, jelikož její účinky jsou dalekosáhlé.

Cílem bakalářské práce bylo sumarizovat poznatky o možném využití hipoterapie v mateřské škole. Práce postihuje řadu možných způsobů využití tohoto druhu terapie právě u předškolních dětí. V dnešní době moderních technologií děti tráví stále méně času aktivním pohybem v přírodě. Hipoterapie ve specializovaném středisku jezdecké stáje pod vedením zkušeného fyzioterapeuta nabízí nejen pobyt v přírodě, ale především podporuje pohybový rozvoj předškolního dítěte. Jízda na koni stimuluje pohybový aparát a podporuje správné držení těla, čímž preventivně působí na možný vznik posturální odchylky a jiných zdravotních problémů. Kromě stimulace korektního držení těla má však řadu dalších pozitivních faktorů, např. relaxační účinky.

Jízdu na koni a aktivity s koňmi lze velmi účinně zařadit také do činností přímo v prostředí v mateřské školy. Bakalářská práce poukazuje na způsoby, jak pobyt s koňmi navázat na tematické bloky a efektivně využít přítomnosti koní k rozvoji dětí v mateřské škole. Aktivity s koňmi lze využít rovněž ke stimulaci rozvoje v oblasti pohybové, a to nejen k rozvoji hrubé motoriky, ale také jemné motoriky i grafomotoriky. Rozvoj rozumové a osobnostní složky je podporován zejména skrze metodu prožitkového učení. V přítomnosti koně zažívá dítě mnoho vjemů a emocí, které se učí vnímat, vstřebávat a pojmenovávat. To mu napomáhá v poznání sebe samého a k překonávání vlastních hranic a budování sebedůvěry. Plnohodnotně můžeme pobyt u koní využít také k prosociálnímu a kooperativnímu učení, lze využít potenciálu třídního kolektivu a při aktivitách s koňmi podněcovat děti k vzájemné spolupráci. V blízkosti koní je třeba seznámit se s určitými pravidly a způsoby chování, které je třeba přijmout a aplikovat. Děti se také při vedení mini koní učily, jak s nimi citlivě zacházet jako s dalším živým tvorem. To vše dětem přispívá nejen k rozvoji sociálních dovedností, ale také k rozvoji environmentálního citění.

Důležitým poznatkem této práce je, že lze pobyt a aktivity s koňmi pojmut formou hry. To je více než žádoucí, jelikož je pro dítě předškolního věku stěžejním prvkem jeho rozvoje.

Na závěr je třeba říci, že záleží na každém pedagogovi a jeho kompetencích, jak co nejlépe využít ve vzdělávacím procesu prostředí koní. Nutné je přizpůsobit se prostředí mateřské školy a možnostem, které jsou v jejím okolí dostupné. Jasně však je, že nabídka možných aktivit s koňmi v mateřské škole je více než uspokojivá a že koně a jejich vlastnosti nabízejí ve vzdělávání, výchově i rozvoji předškolního dítěte řadu benefitů.

**RESUMÉ**

Tématem této bakalářské práce je postihnoutí možností využití hipoterapie a aktivit s koňmi mateřské školy. V první části práce jsou shrnuty informace týkající se hipoterapie, historie hipoterapie ve světě i u nás, role člověka a koně a jejich vzájemné ovlivňování v tomto druhu terapie. První část se dále zabývá prostředím mateřské školy a jejím vlivem na rozvoj rozumových, osobnostní, pohybových, environmentálních a sociálních dovedností a také hry.

Druhá část této bakalářské práce se zabývá sumarizací poznatků o možné aplikaci hipoterapie a aktivit s koňmi v prostředí mateřské školy. Tato část zahrnuje popis hiporehabilitačních intervencí v jezdeckém centru pod vedením fyzioterapeuta, dále pak možnosti zapojení minihorse terapie a návštěv koní v rámci tematických celků do mateřské školy. Výsledkem realizace je tvorba metodického zásobníku, kde jsou shrnuty vhodné způsoby využití hipoterapie a aktivit s koňmi v mateřské škole.

## **SUMMARY**

The topic of this bachelor's thesis is the possibility of using hippotherapy and equine-assisted activities in the kindergarten. The first part of the thesis summarizes information related to hippotherapy, the history of hippotherapy in the world and in the Czech Republic, the role of a human and a horse, and their mutual influence in this kind of therapy. The first part also describes the environment of the kindergarten and its impact on the development of mental, motoric, environmental, and social skills of preschool children, along with an effect on their playing.

The second part of this thesis deals with the summarization of knowledge regarding the possible application of hippotherapy and equine-assisted activities in kindergarten. This part includes a description of hipporehabilitation interventions in an equestrian center under the guidance of a physiotherapist, as well as the possibility of engaging in minihorse therapy and visits of horses within thematic units in a kindergarten.

The result of the implementation is the creation of a methodological set that summarizes the appropriate ways of using hippotherapy and activities with horses in the kindergarten.

**SEZNAM LITERATURY**

BÄCKER-BRAUN, Katharina. *Rozvoj inteligence u dětí od 3 do 6 let*. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4798-9.

BICKOVÁ, Jaroslava, ed. *Zooterapie v kostce: minimum pro terapeutické a edukativní aktivity za pomoci zvířete*. Praha: Portál, 2020. ISBN 978-80-262-1585-1.

BOŘÁNEK, Václav. *Horsemanship: přirozené jezdectví*. Vyd. 3. Oldřiš: Harmony, 2008. 91 s. ISBN 978-80-903484-1-7.

ČESKÁ HIPOREHABILITAČNÍ SPOLEČNOST, z. s. *Historie hiporehabilitace a ČHS*. Vyd. 1. Hostivice: Baron, 2021. ISBN 978-80-88121-66-4.

DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: [tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy]*. Vyd. 2., aktualiz. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-819-7.

GORDON-WATSON, Mary, Russel LYON a Sue MONTGOMERY. *Kůň: historie chovu, plemena, péče o koně, jezdecký výcvik*. 2. vyd. Přeložil Vladimír MOTYČKA. Praha: Fragment, 2013. ISBN 978-80-253-1972-7.

HERMANNOVÁ, Hana, Dana MÜNICOVÁ a Zoran NERANDŽIČ. *Základy hipoterapie*. Praha: Profi Press, 2014. ISBN 978-80-86726-57-1.

HOLLÝ, Karol a Karol HORNÁČEK. *Hipoterapie: léčba pomocí koně*. Ostrava: Montanex, 2005. *Kůň v životě člověka*. ISBN 80-7225-190-2.

JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina a Magdaléna KAPUCIÁNOVÁ. *Činnosti venku a v přírodě v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, c2013. *Komplexní metodiky jednotlivých oblastí předškolního vzdělávání*. ISBN 978-80-7496-071-0.

JISKROVÁ, Iva, Vladimíra CASKOVÁ a Tereza DVOŘÁKOVÁ. *Hiporehabilitace*. Brno: Mendelova univerzita v Brně, 2010. ISBN 978-80-7375-390-0.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola*. Praha: Grada, 2008. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1568-1.

KUČERA, Miroslav, Pavel KOLÁŘ a Ivan DYLEVSKÝ. *Dítě, sport a zdraví*. Praha: Galén, c2011. ISBN 978-80-7262-712-7.

- MAŇÁK, Josef a Vlastimil ŠVEC. *Výukové metody*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-039-5.
- NERANDŽIČ, Zoran. *Animoterapie, aneb, Jak nás zvířata léčí: praktický průvodce pro veřejnost, pedagogy i pracovníky zdravotnických zařízení a sociálních ústavů*. Praha: Albatros, 2006. Albatros Plus. ISBN 80-00-01809-8.
- POLÁKOVÁ, Petra. *Jak rozvíjet pohyb, emoce a smysly: pozorné a spokojené dítě*. Praha: Grada, 2019. ISBN 978-80-271-0760-5.
- PRŮCHA, Jan a Soňa KOŤÁTKOVÁ. *Předškolní pedagogika: učebnice pro střední a vyšší odborné školy*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0495-4.
- ROBERTS, Monty. *Průvodce nenásilným výcvikem koní: celoživotní zkušenosti muže, který naslouchá koním*. Ilustroval Jean ABERNETHY. V Praze: Ikar, 2005. ISBN 80-249-0584-1.
- ŠMELOVÁ, Eva a Michaela PRÁŠILOVÁ. *Didaktika předškolního vzdělávání*. Praha: Portál, 2018. ISBN 978-80-262-1302-4.
- ŠULOVÁ, Lenka. *Raný psychický vývoj dítěte*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1820-3.
- THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0714-6.
- VELEMÍNSKÝ, Miloš. *Zooterapie ve světle objektivních poznatků*. České Budějovice: Dona, 2007. ISBN 978-80-7322-109-6.
- VYSKOTOVÁ, Jana a Kateřina MACHÁČKOVÁ. *Jemná motorika: vývoj, motorická kontrola, hodnocení a testování*. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4698-2.



**INTERNETOVÉ ZDROJE**

Česká hiporehabilitační společnost [online]. ČHS, z. s.: 1991. 2015-2022. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/>

Jezdecká stáj Radčice, z. s. [online]. Plzeň: 2023. Dostupné z: <https://www.jsradcice.cz/>

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání 14–27. Praha: MŠMT, 2021. [cit. 2023-3-15]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/file/56051/>

Metodika nasedání, sesedání a jištění v psychoterapii pomocí koní a aktivitách pomocí koní [online]. ČHS, z. s. Brno: 2015. [cit. 2023-3-13]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/produkty/metodika-nasedani-sesedani-a-jisteni-v-avk-a-ppk/>

Metodika nasedání, sesedání a jištění v hipoterapii. ČHS, z. s. Brno: 2015[cit. 2023-3-13]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/produkty/metodika-nasedani-sesedani-a-jisteni-v-hipoterapii/>

Metodika vedení koní v hiporehabilitaci [online]. ČHS, z. s. Brno: 2015[cit. 2023-3-13]. Dostupné z: <https://hiporehabilitace-cr.com/produkty/metodika-vedeni-koni-v-hiporehabilitaci/>

## SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 - stájová ohlávka .....	28
Obrázek 2 - provazová ohlávka s vodítkem .....	28
Obrázek 3 - westernové sedlo.....	29
Obrázek 4 - podsedlová deka a obříšník.....	29
Obrázek 5 - uzdečka a otěže .....	29
Obrázek 6 – vedení u hlavy na ohlávce a uzdečce .....	30
Obrázek 7 – vedení za koněm na lonžích .....	30
Obrázek 8 - nasedání ze země s pomocí.....	31
Obrázek 9 - sesedání na zem s dopomocí.....	31
Obrázek 10 - jištění za holeň .....	31
Obrázek 11 - jištění za zád' .....	32
Obrázek 12 - poloha sed s držením .....	34
Obrázek 13 - poloha pytel .....	35
Obrázek 14 - poloha v obráceném sedu.....	35
Obrázek 15 - poloha leh na bříše po směru jízdy .....	36
Obrázek 16 - cvik žonglování.....	37
Obrázek 17 – cvik zavázání tkaničky .....	38
Obrázek 18 -cvik jízda se zavřenýma očima .....	38
Obrázek 19 - cvik objetí .....	39
Obrázek 20 - cvik vzpažení .....	39
Obrázek 21 - cvik upažení .....	40
Obrázek 22 - cvik podrbání na ohonu .....	40
Obrázek 23 - cvik podrbání za ušima .....	41
Obrázek 24 – cvik kreslení do srsti .....	41
Obrázek 25 - cvik dámský sed.....	42
Obrázek 25 - cvik kolotoč .....	42
Obrázek 26 - vybarvování obrázku koně.....	60
Obrázek 27 - seznámení s minihorses .....	60
Obrázek 28 - vedení koně dětmi.....	60
Obrázek 29 - vedení koně dětmi.....	61
Obrázek 30 - dovednost prolezení pneumatikou .....	61
Obrázek 31 - dovednost přeskočení klády.....	61
Obrázek 32 - ukázka správného krmení z ruky .....	62
Obrázek 33 - krmení z ruky .....	62
Obrázek 34 - mazlení s koníky .....	62
Obrázek 35 - zaplétání copánků .....	63
Obrázek 36 - poslouchání srdce koně.....	63
Obrázek 37 - klisna Anie .....	63
Obrázek 38 - klisna Viktorie .....	64
Obrázek 39 – příjezd svatého Martina.....	64
Obrázek 40 – legenda o svatém Martinovi.....	64
Obrázek 41 – předávání světla.....	65
Obrázek 42 – seznamování s koněm .....	65
Obrázek 43 – čištění koně .....	65

Obrázek 44 – jízda na koni .....	66
Obrázek 45 – předávání dárků .....	66
Obrázek 46 – dopis pro Ježíška .....	66
Obrázek 47 – pečení martinských rohlíčků .....	67

PŘÍLOHY



Obrázek 26 - vybarvování obrázku koně



Obrázek 27 - seznámení s minihorses



Obrázek 28 - vedení koně dětmi



Obrázek 29 - vedení koně dětmi



Obrázek 30 - dovednost prolezení pneumatikou



Obrázek 31 - dovednost přeskočení klády



Obrázek 32 - ukázka správného krmení z ruky



Obrázek 33 - krmení z ruky



Obrázek 34 - mazlení s koníky



Obrázek 35 - zaplétání copánků



Obrázek 36 - poslouchání srdce koně



Obrázek 37 - klišna Anie



Obrázek 38 - klisna Viktorie



Obrázek 39 – příjezd svatého Martina



Obrázek 40 – legenda o svatém Martinovi





Obrázek 41 – předávání světla



Obrázek 42 – seznamování s koněm



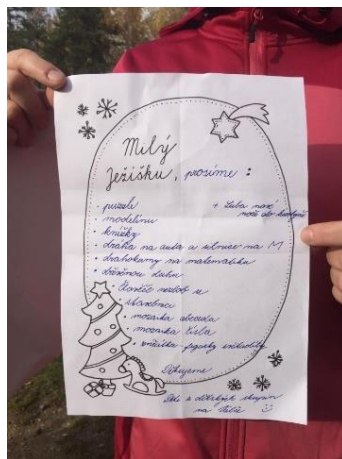
Obrázek 43 – čištění koně



Obrázek 44 – jízda na koni



Obrázek 45 – předávání dárků



Obrázek 46 – dopis pro Ježíška



Obrázek 47 – pečení martinských rohlíčků