

# **Tvorba zájmového kroužku pro děti předškolního věku: Pohybové aktivity s prvky lidového tance**

Hana Danajovičová, DiS.

---

Bakalářská práce  
2016



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav školní pedagogiky

akademický rok: 2015/2016

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Hana Danajovičová, DiS.**  
Osobní číslo: **H130293**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Učitelství pro mateřské školy**  
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Tvorba zájmového kroužku pro děti předškolního věku:  
Pohybové aktivity s prvky lidového tance**

Zásady pro vypracování:

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury z oblasti taneční výchovy v mateřské škole.**

**Vymezení teoretických východisek zaměřených na analýzu zařazení pohybové výchovy v kurikulu mateřské školy.**

**Zpracování projektu zaměřeného na pohybovou přípravu s prvky lidového tance pro děti předškolního věku.**

**Ověření projektu ve vybrané mateřské škole.**

**Zpracování reflexe a doporučení pro praxi mateřských škol.**

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**BLATÍČKOVÁ, Eva. Metodika a didaktika taneční výchovy. Praha: Univerzita Karlova, 2004. ISBN 80-7290-166-4.**

**DVOŘÁKOVÁ, Hana. Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte: Tělesná výchova ve vzdělávacím programu mateřské školy. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-693-4.**

**HÁJEK, Bedřich; HOFBAUER, Břetislav a Jiřina, PÁVKOVÁ. Pedagogické ovlivňování volného času: Trendy pedagogiky volného času. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0030-7.**

**HOWARD, Justine a Karen, MCINNES. Essence of play a practice companion for professionals working with children and young people. New York: Exeter, 2013. ISBN 978-0-415-67808-7.**

**LANGMEIER, Josef a Dana, KREJČIŘÍKOVÁ. Vývojová psychologie. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1284-9.**

**MAZAL, Ferdinand. Pohybové hry a hraní. Olomouc: Hanex, 2000. ISBN 80-85783-29-0.**

**ŠVANDOVÁ, Lenka. Taneční výchova pro předškolní děti. Praha: NIPOS-ARTAMA, 2007. ISBN 978-80-7068-210-4.**

Vedoucí bakalářské práce:

**doc. PaedDr. Adriana Wiegerová, PhD.**

Ústav školní pedagogiky

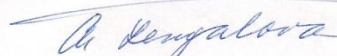
Datum zadání bakalářské práce:

**14. ledna 2016**


Termín odevzdání bakalářské práce:

**27. dubna 2016**

Ve Zlíně dne 14. ledna 2016

  
doc. Ing. Anežka Lengálová, Ph.D.  
děkanka



  
doc. PaedDr. Adriana Wiegerová, PhD.  
ředitelka ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 22. 4. 16



.....

*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:*

*(1) Vysoká škola nevdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.*

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlázení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlídá k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce se vztahuje k zájmové činnosti dětí v předškolním věku. Cílem bylo vytvořit program pohybových aktivit s prvky lidového tance, jeho ověření v reálném prostředí a následná evaluace. Teoretická část blíže objasňuje a definuje pojem volný čas a zájmovou činnost obecně, ale také v pojetí mateřské školy. Stručně se zmiňuje o vývoji a jeho zvláštostech vůči pohybovým aktivitám dětí v předškolním věku.

V aplikační části jsou shrnuty údaje, které byly zjištěny pomocí dotazníkového šetření po ukončení programu. Výsledkem jsou metodická doporučení pro pedagogické působení při vedení zájmového kroužku této věkové skupiny.

Klíčová slova: zájmová činnost, pohybové aktivity, dítě předškolního věku

## **ABSTRACT**

This bachelor thesis focuses on presenting the possibilities of extracurricular activities of preschoolers. In the center of attention there is a creation of physical activities program with folk dance elements, its validation in a real environment of working with preschoolers and subsequent evaluation. In the theoretical part, the author clarifies and defines the concept of leisure and extracurricular activities in general and also presents extracurricular activities in a kindergarten position. It also characterizes the development of preschoolers and its specialties related to physical activities of preschoolers. The practical part compiles a leisure time club project and also evaluates one. In result I created a methodological recommendation for pedagogical influence during an extracurricular activities teaching of preschoolers.

Keywords: extracurricular activities, physical activities, preschooler

Tímto si dovoluji poděkovat doc. PaedDr. Adrianě Wiegerové, PhD., za odborné vedení, cenné rady a ochotu při zpracovávání mé bakalářské práce.

Velké poděkování patří i celé mé rodině za shovívavost a trpělivost v průběhu celého mého studia.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.



## OBSAH

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ÚVOD .....</b>  | <b>10</b> |
| <b>I TEORETICKÁ ČÁST .....</b>   | <b>11</b> |
| <b>1 VOLNÝ ČAS .....</b>   | <b>12</b> |
| 1.1 VOLNÝ ČAS U DÍTĚTE PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU .....   | 12        |
| 1.2 ZÁJMOVÁ ČINNOST.....   | 13        |
| 1.2.1 Druhy zájmové činnosti .....   | 13        |
| 1.2.2 Formy zájmového vzdělávání .....   | 13        |
| <b>2 ZAŘÍZENÍ PRO ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU.....</b>   | <b>15</b> |
| 2.1 STŘEDISKA VOLNÉHO ČASU .....   | 15        |
| 2.2 MATEŘSKÁ CENTRA .....  | 15        |
| 2.3 NESTÁTNÍ NEZISKOVÉ ORGANIZACE.....   | 15        |
| 2.4 SOUKROMÁ ZAŘÍZENÍ .....  | 15        |
| 2.4.1 Druhy zájmových zařízení .....   | 15        |
| <b>3 ZÁJMOVÁ ČINNOST V MATEŘSKÉ ŠKOLE.....</b>   | <b>17</b> |
| 3.1 VÝHODY ZÁJMOVÉ ČINNOSTI V MATEŘSKÉ ŠKOLE .....   | 17        |
| 3.2 RIZIKA ZÁJMOVÉ ČINNOSTI V MATEŘSKÉ ŠKOLE .....   | 18        |
| <b>4 CHARAKTERISTIKA DÍTĚTE PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU VE VZTAHU<br/>K ADEKVÁTNÍ VOLBĚ ZÁJMOVÉHO KROUŽKU.....</b> | <b>19</b> |
| 4.1 MOTORICKÝ VÝVOJ.....   | 19        |
| 4.2 KOGNITIVNÍ VÝVOJ .....   | 19        |
| 4.3 EMOČNÍ VÝVOJ.....  | 20        |
| 4.4 SOCIALIZACE .....  | 20        |
| <b>II PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>   | <b>21</b> |
| <b>5 PROGRAM POHYBOVÝCH AKTIVIT.....</b>   | <b>22</b> |
| 5.1 CHARAKTERISTIKA PROGRAMU.....  | 22        |
| 5.2 OBSAH PROGRAMU .....   | 23        |
| 5.3 OBSAHOVÁ NÁPLŇ A PRŮBĚH PROGRAMU.....  | 25        |
| 5.3.1 Taneční den č.1.....   | 25        |
| 5.3.2 Taneční den č.2.....   | 29        |
| 5.3.3 Taneční den č.3.....   | 32        |
| 5.3.4 Taneční den č.4.....   | 35        |
| 5.3.5 Taneční den č.5.....   | 40        |
| 5.3.6 Taneční den č.6.....   | 44        |
| 5.3.7 Taneční den č.7.....   | 48        |
| 5.3.8 Taneční den č.8 – ukázková hodina.....   | 51        |
| 5.3.9 Taneční den č.9.....   | 53        |
| 5.3.10 Taneční den č.10.....   | 56        |
| 5.3.11 Taneční den č.11.....   | 60        |
| 5.3.12 Taneční den č.12.....   | 64        |
| 5.3.13 Taneční den č.13.....   | 66        |
| 5.3.14 Taneční den č.14.....   | 69        |
| 5.3.15 Taneční den č.15 – taneční představení .....  | 71        |



|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| <b>6</b> | <b>EVĀULACE PROGRAMU .....</b>                 | <b>73</b> |
| 6.1      | VÝSLEDKY PRŮZKUMU .....                        | 73        |
| 6.2      | SHRNUTÍ .....                                  | 78        |
| <b>7</b> | <b>DOPORUČENÍ PRO PRAXI .....</b>              | <b>79</b> |
|          | <b>ZÁVĚR .....</b>                             | <b>80</b> |
|          | <b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>         | <b>81</b> |
|          | <b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK.....</b> | <b>83</b> |
|          | <b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>                    | <b>84</b> |
|          | <b>SEZNAM TABULEK A GRAFŮ .....</b>            | <b>85</b> |
|          | <b>SEZNAM PŘÍLOH .....</b>                     | <b>86</b> |

## ÚVOD

Kroužky, volnočasové aktivity a zájmová činnost jsou v dnešní době už i u dětí předškolního věku velmi často zmiňovaným tématem mezi rodiči, ale i pedagogy. Mateřské školy, centra volného času i další instituce nabízejí velké množství těchto aktivit. Rodiče tak při výběru vhodné činnosti pro svou ratolest, často reagují na společenský tlak a snaží se je rozvíjet a stimulovat již od útlého věku. Nutno říci, že pohyb a pohybová aktivita k předškolnímu období neodmyslitelně patří a rozvíjení pohybových dovedností vede později u dítěte ke schopnosti aktivně trávit svůj volný čas. Zájmové kroužky by měly dále zdokonalovat schopnosti a zájmy dítěte, které jsou v první řadě podporovány již v rodině, neboť dítě předškolního věku svůj volný čas tráví nejčastěji hrami, které již dobře zná. Velký důraz by měl být, ze strany rodičů, kladen především na kvalitu provedení a způsob práce s dětmi v zájmovém kroužku, ale mnohdy tomu tak není. Mnohdy i samotní rodiče své děti nepřímou podporují v nečinnosti, kupříkladu vzhledem k pracovní vytíženosti či jiným povinnostem. Na druhou stranu se mohou objevit i takoví rodiče, kteří ve snaze podporovat dítě již v nejtětlejším věku, jej zahrnou velkým množstvím aktivit, které však u dítěte mohou vést k negativním následkům, jako je stres, nervozita či přetížení.

V teoretické části se proto zmíním o významu volnočasových aktivit pro děti předškolního věku. Zaměřím se nejen na teoretická východiska dané problematiky, ale i praktickou ukázkou zájmového kroužku, který se věnuje pohybovým aktivitám této věkové skupiny a jeho přenesení do reálného prostředí.

Cílem bakalářské práce je představit, zrealizovat a ověřit projekt konkrétního zájmového kroužku pro děti předškolního věku, který byl vytvořen na základě skrytého přání, přiblížit těmto dětem, nejen krásu tanečního lidového umění, ale vzbudit v nich i touhu být jeho součástí. Zároveň by měl být oporou či možnou inspirací při vedení zájmového kroužku s tímto zaměřením, neboť obsahuje mnoho námětů k pohybovým aktivitám dětí, které se opírají o taneční lidové umění oblasti Valašska.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 VOLNÝ ČAS

Charakterizovat a vyložit pojem volný čas, lze mnoha způsoby. I odborná literatura se v tomto směru různí. Dle Průchy (2009) lze volný čas definovat jako opak práce nutné k vykonání povinností a doby nutné k načerpání nových sil. Jinak řečeno jedná se o čas či dobu, ve které si svobodně a dobrovolně volíme způsob jejího využití.

Můžeme zde tedy zařadit odpočinek, zábavu, zájmovou činnost či vzdělávání, dobrovolnou společensky prospěšnou činnost, ale i časové ztráty spojené s uvedenými činnostmi. Naopak zde s pohledu dětí nemůžeme řadit vyučování a s ním spojené činnosti, sebeobsluhu, povinnosti spojené s chodem domácnosti či rodiny atd. Smysluplné trávení volného času je pro dítě nesmírně důležité a společnost by měla mít zájem na tom, jak děti tento čas tráví. Není na místě se domnívat, že výchovu ve volném čase je schopna zajistit pouze rodina. Způsob trávení volného času se samozřejmě mění v závislosti na aktuální dění či kultuře.

V současné době se však i volný čas stává obětí komerce a vzdělávací cíle nebo kultivace osobnosti dítěte jde v takových případech mnohdy stranou. Podle Pávkové (2008) by pedagogické ovlivňování volného času mělo podporovat aktivitu dětí a mládeže, poskytovat prostor pro spontaneitu, uspokojování potřeb, seberealizaci, podporovat sociální kontakty a v neposlední řadě poskytovat pocit bezpečí a jistoty.

### 1.1 Volný čas u dítěte předškolního věku

Pokud se zaměříme na definování pojmu volný čas u dětí předškolního věku, vhodným vyjádřením by se stala hra. Ta je pro dítě příležitostí poznávat vztahy a vzájemnost kolem sebe, učí je respektu k druhému a v neposlední řadě ovlivňuje a zkvalitňuje sociální chování. V tomto období si dítě samo určuje aktivity, kterými volný čas naplní a nejčastěji při výběru zohledňuje právě své potřeby a zájmy. Nutno podotknout, že výběr závisí od aktuální nabídky, která je ovlivněna dalšími faktory jako například materiálním či sociálním zajištěním, prostorem atd. Způsob využití může být dítěti samozřejmě i nabídnut, ať už jiným dítětem či dospělým. Rozhodujícím faktorem je pak při výběru příjemný a radostný zážitek z aktivity či činnosti. U aktivit, které probíhají pravidelně pod záměrným či strukturovaným vedením jiné osoby, je nutné sledovat přetrvávající zájem dítěte. V případě, že tento zájem po čase ochabne či úplně vymizí a pro dítě se tak pravidelná docházka stane povinností, nemůžeme aktivitu řadit do volného času dítěte. Při tvorbě nabídky zájmových aktivit pro děti, je tedy třeba myslet na to, že kroužky dětem vybírají především rodiče,

přičemž může dojít k tomu, že u rodiče převládne jistá ctižádostivost a tím bude potlačen celkový zájem dítěte.

## 1.2 Zájmová činnost

*„Zájmové činnosti chápeme jako cílevědomé aktivity zaměřené na uspokojování a rozvíjení individuálních potřeb, zájmů a schopností. Mají silný vliv na rozvoj osobnosti i na správnou společenskou orientaci.“* (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008).

Zájmovou činnost lze dle Průchy (2009) definovat jako *pěstování a rozvíjení specifických sklonů, zájmů a koníčků v zařízeních pro výchovu mimo vyučování, jako součást neformálního vzdělávání; či v individuálních činnostech jednotlivců jako součást informálního vzdělávání*

### 1.2.1 Druhy zájmové činnosti

Zájmovou činnost můžeme dle Pávkové (2008) dělit do několika kategorií.

- krátkodobá, dočasná a trvalá
- jednostranná a mnohostranná
- hluboká a povrchní
- aktivní a receptivní
- žádoucí a nežádoucí

Další dělení je podle obsahu. Zde se zmíníme pouze o oblasti esteticko-výchovné, ve které se vůči skutečnosti uplatňuje estetický vztah. V rámci těchto aktivit dochází k rozvíjení a kultivaci výtvarného, literárního, dramatického, hudebního a hudebně pohybového projevu a v neposlední řadě dochází i rozvoji tvořivosti, kultury chování a vkusu.

### 1.2.2 Formy zájmového vzdělávání

Vyhláška Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy 74/2005 Sb. § 2 definuje formy zájmového vzdělávání takto:

- a) příležitostnou výchovnou, vzdělávací, zájmovou a tematickou rekreační činností nespojenou s pobytem mimo místo, kde právnická osoba vykonává činnost školského zařízení pro zájmové vzdělávání,*
- b) pravidelnou výchovnou, vzdělávací a zájmovou činností*

- c) táborovou činností a další činností spojenou s pobytem mimo místo, kde právnická osoba vykonává činnost školského zařízení pro zájmové vzdělávání,*
- d) osvětovou činností včetně shromažďování a poskytování informací pro děti, žáky a studenty, popřípadě i další osoby a vedení k prevenci sociálně patologických jevů,*
- e) individuální práci, zejména vytvářením podmínek, pro rozvoj nadání dětí, žáků a studentů, nebo*
- f) využitím otevřené nabídky spontánních činností.*

## **2 ZAŘÍZENÍ PRO ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ V PŘEDŠKOLNÍM VĚKU**

### **2.1 Střediska volného času**

Jsou řazeny do sítě školských zařízení, ale svou širokou zájmovou působností zajišťují volnočasové aktivity i pro děti předškolního věku. Zájmové činnosti jsou zde poskytovány pod odborným pedagogickým vedením a to formou příležitostnou, ale i pravidelnou. (Pávková, 2008)

### **2.2 Mateřská centra**

Jsou provozována neziskovými organizacemi a jejich cílem je podpora rodiny ve společnosti. Je tedy určena dětem, rodičům, ale i jiným rodinným příslušníkům. Svou činností přispívá k prevenci patologických jevů v rodině. Pro rodiče s dětmi pořádá celou řadu vzdělávacích, uměleckých i sportovních aktivit, tvořivých dílen i pravidelných kurzů. (Sít mateřských center, 2009)

### **2.3 Nestátní neziskové organizace**

Mezi ty celorepublikově, ale i celosvětově nejznámější řadíme Skaut a Sokol. Některé další organizace mohou mít jen místní či krajskou působnost. Principem těchto organizací je sdružování dětí, mládeže a dospělých se stejnými zájmy.

Dětem předškolního věku je určen především Sokol, jehož zakladatelem byl dr. Miroslav Tyrš, který si kladl za cíl rozvoj duševní, morální i tělesné stránky člověka. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008)

### **2.4 Soukromá zařízení**

Jsou zřizovány na základě živnostenského oprávnění a jsou většinou založeny na komerčním základě. Hovoříme o organizátorech či provozovatelích zájmových a volnočasových aktivit, jako například výtvarné, pohybové nebo hudební činnosti, ale zajišťují také hlídání dětí. (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2008)

#### **2.4.1 Druhy zájmových zařízení**

Zájmová činnost jak uvádí Pávková (2008) bývá nejčastěji realizována v kroužcích, souborech, klubech či kurzech. Za kroužek považujeme menší zájmový útvar, který svou činnos-



tí cílí k obohacení členů uvnitř tohoto útvaru (např. taneční kroužek, čtenářský kroužek). Více členů a závaznější charakter má soubor, který se svou činností, na rozdíl od kroužku, veřejně prezentuje. Zde řadíme například divadelní soubor, taneční soubor, pěvecký soubor a další. Útvar, kde převažuje receptivní činnost a volnější organizační struktura je klub. Poměrně kratší délku trvání než předchozí zmíněné, tedy většinou méně než jeden rok, má kurz, jehož cílem je osvojení si určitého druhu dovedností.

### 3 ZÁJMOVÁ ČINNOST V MATEŘSKÉ ŠKOLE

Dle Smolíkové (2005) vznikaly zájmové kroužky v mateřských školách zejména proto, že dříve pracovaly podle jednotného vzdělávacího programu a nebyla tedy jiná možnost jak se odlišit. V současné době, byť si každá mateřská škola vytváří vlastní individuální program je stále trend realizovat nejrůznější zájmové aktivity, které většinou kopírují přání a požadavky rodičů.

Někteří autoři jako například Smolíková (2005) či Svobodová (2010) se dokonce domnívají, že nabízením volnočasových aktivit mateřská škola naznačuje chyby a nedostatky ve vzdělávacím programu.

Realizace zájmového kroužku může probíhat dvěma způsoby. První variantou je zajištění provozu z vlastních řad, tedy pedagogy z dané mateřské školy či rodiči. Druhou variantou může být společnost nebo firma zabývající se poskytováním volnočasových aktivit. Zde je důležité podotknout, že ředitel je povinen sledovat kvalitu nabízených služeb a učitelé v průběhu kroužku zajišťují dětem pedagogický dozor, neboť jsou na rozdíl od osob vedoucích aktivitu, zodpovědné jak za děti, tak jejich bezpečnost.

Tomanová (2000) je názoru, že v případě zajišťování kroužku pedagogickými pracovníky mateřské školy, je nutno vyzvednout jejich všestrannost, neboť aktivity provozují ve většině případů ve svém volném čase, mimo své pedagogické povinnosti a na rozdíl od externích pracovníků děti dobře znají, mají zvládnutou metodiku práce s touto věkovou skupinou a jsou schopni děti dostatečně a správně motivovat.

#### 3.1 Výhody zájmové činnosti v Mateřské škole

Stručné shrnutí výhod a kladů, které zájmové kroužky nabízí dětem předškolního věku:

- Pokud je zájmová aktivita zařazena mimo hlavní výchově vzdělávací činnost, může sloužit jako doplněk předškolního vzdělávání (Špačková, 2006)
- Vzhledem k převaze žen na pozici pedagoga, se zde jeví možnost přivést do mateřské školy mužskou roli v podobě externího lektora (Petrů-Kicková, 2005)
- Práce v menší skupině umožňuje rozvoj nadaných dětí či dětí s určitým vzdělávacím problémem, což může vést k jeho eliminaci (Vrkoslavová, 2008)
- Významný je preventivní aspekt, předcházející nudě a nečinnosti, která může vést k delikventnímu chování (Těthalová, 2003)

### 3.2 Rizika zájmové činnosti v Mateřské škole

Stručné shrnutí rizik a nevýhod zájmové činnosti v MŠ:

- V případě externího lektora může dojít ke ztrátě důvěry a zájmu ze strany dítěte, vzhledem k nesprávným metodickým postupům či komunikaci s malými dětmi (Těthalová, 2008)
- Nadměrné přetěžování dětí, které se v tomto věku adaptují na nové prostředí mateřské školy
- Zaměření kroužků se může jevit příliš jednostranně, například kroužky jen pro nadané a talentované děti (Svobodová, 2010)

Nutno shrnout, že zařazení zájmové činnosti do programu mateřské školy si volí každá instituce, dle svého uvážení. Rozhodujícím faktorem by měl být ŠVP a volnočasové aktivity dětí, by jej měly jen dále rozvinout.

## 4 CHARAKTERISTIKA DÍTĚTE PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU VE VZTAHU K ADEKVÁTNÍ VOLBĚ ZÁJMOVÉHO KROUŽKU

Poslední kapitola má za úkol přiblížit věkové zvláštnosti a odlišnosti dítěte v předškolním věku, blíže tedy v období 3-6 let. Z pohledu dítěte je toto období důležitou etapou vývoje, ve kterém se nejedná pouze o přípravu na vstup do povinné školní docházky, ale také přípravu na budoucí život dospělého. Uvědomění si těchto poznatků a jejich aplikace do praxe nám umožní lépe respektovat omezení, která se v jednotlivých etapách předškolního věku mohou vyskytnout.

### 4.1 Motorický vývoj

Není potřeba uvádět zde veškerý výčet dovedností a schopností v oblasti hrubé a jemné motoriky, které by dítě v daném období mělo zvládnout. Zmíníme pouze ty, které jsou významné při tvorbě a přípravě pohybových aktivit.

Dítě se v předškolním období vyznačuje poměrně velkou pohybovou aktivitou. Vyžaduje jistou mnohostrannost a pestrost pohybu. Tělesný růst se zpomaluje, dochází k osifikaci kostry a rozvoji svalstva. Dochází také ke zdokonalení svalové koordinace.

Bednářová a Šmardová (2007) například uvádí, že tříleté dítě je schopno skočit sounož, překročit nízkou překážku či na krátký čas udržet rovnováhu na jedné noze. Kolem tří a půl až čtyř let přeskočí čáru. Ve věku čtyř až pěti let přejde dítě po čáře, poskakuje na jedné noze, umí chodit po mírně zvýšené ploše, chodí pozpátku a při chůzi našlapuje nejprve na patu a poté na špičku. Dovede se také dotknout rukama prstů na noze, aniž by pokrčilo kolena. V šesti letech by mělo být schopné přeskočit sounožní nízkou překážku.

Podle Langmeiera a Krejčířové (2006) je dítě ve věku tří let z hlediska hrubé motoriky schopné chodit a běhat jak po rovině, tak i po nerovném terénu a jen zřídka kdy spadne. Ve věku čtyř až pěti let umí dítě velmi dobře utíkat, skákat, poskakovat, vydrží déle ve stoji na jedné noze. Další vývoj pohybových schopností již není tak markantní. Jedná se spíše o zdokonalení a zpřesnění pohybů, pohybové koordinace a hybnosti.

### 4.2 Kognitivní vývoj

Úroveň vnímání a představivosti je v tomto období stále ještě nepřesná. Dle Hájka (2008) je dítě ke konci předškolního období schopné rozpoznat výšku tónu či různý rytmus, ale například vnímání prostoru je obtížné. Myšlení, jak uvádí Gillernová (2003) je těsně vázá-

no na vnímané a představované. Dochází tedy k rozvoji názorného intuitivního myšlení, přičemž je dítě myšlenkově vázáno na to, co aktuálně vidí. S tím souvisí i převaha krátkodobé a mechanické paměti. Až mezi 5. a 6. rokem se začíná objevovat paměť dlouhodobá. Za zmínku stojí i pozornost, která je nestálá a je tedy velmi důležité střídat činnosti, tak aby pro děti byly neustále zajímavými. Dítě dokáže udržet pozornost a soustředit přibližně 10 až 15 minut, z čehož vyplývá, že pokud chceme s dětmi pracovat efektivně je potřeba jim podávat jednoznačné a stručné informace či instrukce, zvolit vhodnou motivaci a respektovat jejich potřeby.

### 4.3 Emoční vývoj

Citové prožívání dítěte předškolního věku je velmi intenzivní, avšak proměnlivé, což znamená, že v jedné chvíli se dítě směje a za okamžik pláče. Celkově lze však říci, že se projevuje větší emoční stabilitou a vyrovnaností, než v předchozích vývojových etapách. Velmi charakteristická je dobrá nálada, smysl pro humor a celkové prožívání radosti ze spontánních činností, které vedou k uspokojení jejich potřeb.

Vágnerová (2012) také uvádí, že dochází k rozvoji emoční inteligence (dítě zvládá částečně ovládat citové prožívání). Začíná chápat míru nejbližší budoucnosti, projevuje tedy schopnost anticipace (dokáže se na něco těšit nebo se naopak něčeho obávat). Objevují se vztahové emoce, jako například láska, soucit, sympatie či nesympatie.

### 4.4 Socializace

Rodina a rodinné prostředí jsou pro dítě stále nejdůležitějším prostředím. Mateřská škola či zájmový kroužek, napomáhá v sociálním rozvoji především kontaktem s vrstevníky. Dítě se ve společnosti druhých učí vzájemné interakci a spolupráci. Předpokladem k takové samostatnosti je zvládnutí určitého stupně komunikace a způsobu chování.

Dle Langmeiera (2006) si děti osvojují schopnost vést, přimět druhého na svou stranu či se ve skupině podřídit. Vzrůstá samozřejmě i soupeřivost, která se projevuje především ve hře. Dítě je ale i naopak citlivější vůči druhým a snaží se jim porozumět.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 PROGRAM POHYBOVÝCH AKTIVIT

### 5.1 Charakteristika programu

Program pohybových aktivit, který nese název „Z vesela od podzimu do léta“ je naplňován prostřednictvím zájmového kroužku, který je zastřešován střediskem volného času Alcedo ve Vsetíně, kde jsou situovány volnočasové aktivity dětí věkových skupin 0 – 18 let.

Lidová kultura je součástí nás všech a i program pohybových aktivit vychází z toho, že pokud chceme u dětí podpořit kladný vztah nejen k tradičním projevům společnosti, ale i pohybu samotnému, je nutné začít již v útlém věku. Zde se tedy předškolní věk jeví, jako správná volba.

Hlavními důvody k vytvoření programu pohybových aktivit, byla plynulá návaznost mezi vytvořeným projektem a možností vstupu dětí do dětských folklórních souborů, zdokonalení pohybových dovedností, celkové zlepšení fyzické kondice, pocit radosti při setkávání s vrstevníky, kteří mají stejný zájem a v neposlední řadě, umožnění dětem blíže se seznámit s dětským folklórem na Valašsku pomocí pohybových činností a lidové slovesnosti.

Program je uskutečňován v prostorách tělocvičny střediska volného času Alcedo, která je vybavena nástěnnými zrcadly a pomůckami (žíněnky, lavičky, overbally a jiné). Financování je plně zajištěno účastníky programu. Jednotlivé taneční dny jsou vedeny dvěma proškolenými tanečními pedagogy, tak aby byla zajištěna i bezpečnost dětí. Byly vytvořeny 3 skupiny s počtem 20 dětí ve věku 3 – 6 let. Realizováno bylo celkem 15 tanečních dnů pro každou skupinu.



## 5.2 Obsah programu

Tab. č.16 – Obsah programu

| Taneční dny | Téma  | Cíl  | Metody  | Kompetence   | Pomůcky                              |
|-------------|---|--|---|--|--------------------------------------|
| 1.          | Seznámení   | Seznámit se s pravidly práce v kroužku<br>Seznámit děti vzájemně<br>Vytvářet pozitivní a přátelskou atmosféru<br>Poznávat jednotlivé části těla  | Rozhovor<br>Vysvětlování<br>Demonstrace<br>Hra  | Děti umí pravidla práce v kroužku<br>Děti se vzájemně se znají   | Míček<br>Hudební nahrávky            |
| 2.          |   |  |   | Děti projevují radost ze setkání s ostatními<br>Děti znají části těla - hlava, ramena, kolena...   |                                      |
| 3.          |   | Prohloubit vzájemné poznání<br>Poznávat části těla a rytmicky je rozlišit<br>Pohybem reagovat na pokyny<br>Aktivizovat mluvidla a vést ke správné artikulaci<br>Soustředit se na rytmus a jeho udržení   | Vysvětlování<br>Demonstrace<br>Hra  | Děti spontánně navazují dětská přátelství<br>Děti znají části těla a rytmicky je umí rozlišit<br>Děti si uvědomují střed těla a zachovávají jeho správné držení<br>Děti umí zpívat píseň "A jak sa ty ovečky"          | Text písně<br>Hudební nahrávky       |
| 4.          | Základní polohy   | Pohybem reagovat na pokyny<br>Zachovávat správné držení těla v poloze sed zkrřížmo, stoj spatný<br>Rozvíjet pocit souměřitosti se skupinou<br>Rozvíjet spolupráci dětí ve skupině  | Vysvětlování<br>Demonstrace<br>Hra  | Děti si uvědomují střed těla a zachovávají jeho správné držení v poloze sed zkrřížmo, stoj spatný<br>Děti umí přijmout pozitivní hodnocení i případný neúspěch   | Papírová srdíčka<br>Hudební nahrávky |
| 5.          |   |  | Rozhovor<br>Vysvětlování<br>Hra   | Děti dokáží spolupracovat s ostatními<br>Děti jsou schopné přijmout prohru   | Papírová srdíčka<br>Hudební nahrávky |
| 6.          | Taneční kroky   | Osvojit a upevnit si základní pohybové dovednosti<br>Dle pokynů přizpůsobit jednotlivé pohyby<br>Rozvíjet rytmické cítění<br>Zvládnout princip přirozené chůze, přisuněného kroku, poskočného kroku, evalu bokem, chůze přes patu - valašský krok<br>Rozvíjet a prohlubovat soustředění se na vykonávanou činnost<br>Rozvíjet orientaci v prostoru | Rozhovor<br>Vysvětlování<br>Demonstrace   | Děti ovládají správné držení těla při chůzi a její propojení s hudbou<br>Děti zvládají orientaci v prostoru<br>Děti umí pochodovat do rytmu<br>Děti jsou schopné se bezpečně pohybovat v prostoru s ohledem na ostatní | Hudební nahrávky                     |
| 7.          |   |  | Vysvětlování<br>Demonstrace   |  | Hudební nahrávky<br>Květiny z papíru |
| 8.          |   |  | Vysvětlování<br>Demonstrace<br>Hra  | Děti jsou schopné se bezpečně pohybovat v prostoru s ohledem na ostatní<br>Děti jsou schopné se adekvátně soustředit   | Hudební nahrávky<br>Květiny z papíru |
| 9.          | Upevnit si získané pohybové dovednosti<br>Seznámit se s párovým držením<br>Dovolit ostatním dětem přiměřený dotykový kontakt a přijmout jej<br>Vytvářet mezi dětmi bližší vazby | Vysvětlování<br>Demonstrace<br>Hra   | Děti umí pohybově rozčlenit fáze evalu bokem, chůze přes patu<br>Děti umí taneční krok - eval, chůze přes patu - pojmenovat<br>Děti zvládají sladit daný pohyb s rytmem hudby | Hudební nahrávky<br>Papír<br>Pastelka  |                                      |
| 10.         |   |  | Děti ovládají párové držení - za ruce, za lokty<br>Děti dokážou být na určitou dobu v blízkém kontaktu s druhým   | Hudební nahrávky<br>Papír<br>Pastelka  |                                      |
| 11.         | Taneční choreografie  | Záměrně si zapamatovat taneční variace a prostorové změny 2. a 3. části choreografie "Na jahody"<br>Naučit se text a osvojit si melodii písně "A vy staré papuče"<br>Rozvíjet schopnost vyjádřit či prezentovat získané dovednosti   | Rozhovor<br>Vysvětlování<br>Demonstrace   | Děti umí reagovat a propojit taneční kroky s hudbou<br>Děti se umí samostatně rozhodnout o vykonávaných činnostech   | Text písně<br>Hudební nahrávky       |
| 12.         |   |  | Rozhovor<br>Vysvětlování  | Děti vnímají vymezený taneční prostor a zvládají se v něm orientovat<br>Děti jsou schopné vzájemně spolupracovat k dosažení kýženého výsledku  | Barevné stuhy<br>Hudební nahrávky    |

|     |                    |  |   |   |                                  |
|-----|--------------------|--|---|---|----------------------------------|
| 13. |                    | Záměrně si zapamatovat taneční variace a prostorové změny 1. a 4. části choreografie "Na jahody"<br>Naučit se text a osvojit si melodii písně "Šlo děvčátko na jahody"                     | Rozhovor<br>Vysvětlování<br>Demonstrace | Děti umí reagovat a propojit taneční kroky s hudbou<br>Děti se umí samostatně rozhodnout o vykonávaných činnostech<br>Děti umí zpívat píseň "Šlo děvčátko na jahody"  | Text písně<br>Hudební nahrávky   |
| 14. |                    | Rozvíjet kultivovaný projev při přednesu básni či říkadel  | Vysvětlování<br>Demonstrace             | Děti vnímají vymezený taneční prostor a zvládají se v něm orientovat<br>Děti správně intonují a vyslovují text říkadel<br>Děti jsou schopné vzájemně spolupracovat k dosažení kýženého výsledku   | Barevné stuh<br>Hudební nahrávky |
| 15. | Taneční vystoupení | Zvládnout spolupráci s ostatními při přípravě k tanečnímu vystoupení<br>Zvládnout propojit jednotlivé části choreografie "Na jahody"<br>Pozitivně prožívat úspěch vlastní, ale i ostatních | Rozhovor                                | Děti si vzájemně pomáhají<br>Děti vnímají vymezený taneční prostor a zvládají se v něm orientovat<br>Děti umí text říkadel, zpívat písně a propojit je s jednotlivými tanečními variacemi<br>Děti projevují spontánní radost z odvedeného úkolu | Hudební nahrávky                 |

### 5.3 Obsahová náplň a průběh programu

#### 5.3.1 Taneční den č. 1

Tab. č. 2 – Taneční den č. 1

|                              |   |        |       |       |
|------------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Prvního tanečního dne se zúčastnilo celkem 14 dětí. Většina dětí přišla dobře naladěná, do kroužku se těšila. U třech dětí se objevil pláč, zřejmě způsobený odloučením od rodičů. V průběhu aktivit se všechny děti uklidnily a více či méně se zapojovaly do společných činností. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlanců                      |   | 2      | 3     | 1     |
| dívek                        | 2   | 2      | 4     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Pravidla zájmového kroužku; Pohybová hra „Viju, viju věneček“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> Správné držení těla v poloze sed zkřížmo   |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> přísuný krok  |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Zklidnění; opakování jmen; Pohybová hra: „Teď dáme ruku sem“  |        |       |       |

#### Úvodní část

- Pravidla zájmového kroužku

#### Popis:

- Vcházet pouze do vyhrazených prostor tanečního sálu a tím předcházet zranění svému i jiných
- Dodržovat hygienické návyky a před začátkem zájmového kroužku si v doprovodu rodičů zajít na toaletu
- Bez zábran a přirozeně komunikovat, avšak neskákat si do řeči a to jak vůči kamarádovi, tak vůči dospělému, který právě hovoří

Průběh: K seznámení se s pravidly, které platí v zájmovém kroužku, jsem zvolila usazení se do kruhu, který nám značí jistou pospolitost a sounáležitost všech ve skupině. S dětmi jsme si jednotlivá pravidla vysvětlili, případně názorně ukázaly a následně jsem se snažila jim dávat příklady, abych si ověřila, že pravidlům dobře rozumí. Se stejnými pravidly byli seznámeni i rodiče, aby nedošlo k nějakému nedorozumění.

Reflexe: Myslím si, že je ještě brzy hodnotit, zda výše uvedená pravidla budou fungovat či nikoliv. V průběhu aktivit bude vhodné, když se nastavená pravidla jednou za čas dětem ožíví.

- Pohybová hra „Viju, viju věneček“

Popis: Děti se libovolně rozmístí po tanečním prostoru. Učitel obchází prostor a za doprovodu říkadla si za sebe řadí jednotlivé děti, ty se společně chytají za ruce a tvoří dlouhý zástup.

Průběh: Děti jsem vyzvala k rozmístění se do prostoru tak, aby všechny měly kolem sebe dostatek místa. Na místě si mohly dřepnout, sednout či kleknout, dle svého uvážení. Poté jsem začala obcházet jednotlivé děti a chůzi jsem doprovázela říkankou: „Viju, viju věneček, ze všech našich dětiček. Jaké jméno máš?“. Zastavila jsem se u jednoho z dětí a zeptala se jej na jméno. Dítě se představilo, společně jsme se chytli za ruce a kráčeli k dalším dětem. Postupně se nám tak představily všechny zúčastněné děti.

Reflexe: Jednalo se o úplně první setkání a vzájemné představení, proto byl na některých dětech vidět ostych a obava při vyslovení vlastního jména. Některé děti naopak projevovaly zvědavost a nadšení, proto jsem nejprve přistupovala k dětem, na kterých stud nebyl poznat, aby všechny ostatní děti viděly, že není třeba se ničeho obávat. Tři děti své jméno vyslovit nechtěly, do čehož jsem je samozřejmě nenutila a respektovala jsem jejich volbu.

### **Průpravná část**

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; předklon, hlava schoulená ke končetinám; ruce v protažení viz. Obr.č.1
  - b) sed zkřížmo; rovná záda, paže volně podél těla či opřená o kolena – rozsvěcujeme světýlko viz. Obr.č. 2
  - c) dřep; rovná záda; přenášíme váhu těla na přední část špiček a zpět – doplněno o rytmické říkadlo:

„Houpy, houpy, kočka snědla kroupy“

„Kořata se hněvala, že jim taky nedala“.

Obr. č. 1 - sed zkřížmo s protažením



Obr. č. 2 - dřep



**Průběh:** Společně s dětmi jsem vytvořila kruh, aby všechny děti dobře viděly nejen na mě, ale i já na ně. Postavení do jednotlivých poloh jsem nechala na dětech, zatím formou nápodoby, abych zjistila dosavadní pohybové zkušenosti a dovednosti dětí. Následně jsme se společně podíleli na správném provedení daných poloh. U prvních dvou poloh jsem se snažila děti motivovat formou světýlka, které si v bříšku rozsvítí, kdykoliv se napřímí, ramena budou tahat mírně vzad, hlavou jako by se chtěly dotknout stropu, ale stále musí vidět před sebe. Poté jsem děti požádala, aby si zkusily dřepnout. Opět jsem je nechala, aby se do polohy dostaly samostatně. Posléze jsme společnými silami polohu uvedli do správného postavení. Aktivita byla doplněna o rytmičné říkadlo.

**Reflexe:** Na většině dětí bylo vidět zaujetí při vykonávání jednotlivých cvičení. Bylo nutné u všech dětí upozornit na nedostatky při jejich provádění. Zajímavé bylo sledovat, jak se některé děti soustředěně a usilovně snažily polohu provést správně. Využila jsem příležitosti a snažila jsem se zorientovat v dovednostech jednotlivých dětí, z důvodu zařazení dalších aktivit a zároveň sledovala jejich soustředěnost. Poslední poloha, některým dětem činila potíže, bylo nutné ji i několikrát opravit s cílem správného provedení.

### **Hlavní část**

- Taneční kroky – přísunný krok bez pravidelného pérování

**Popis:** Z počátku trénujeme jen jako přisouvání jedné nohy ke druhé tak, aby děti pochopily rytmus tanečního kroku. Děti se postaví do řady, pravým bokem k tanečnímu prostoru. Na první dobu unoží pravou nohu a na dobu druhou levou nohou zpět přinoží k pravé.

**Průběh:** Vyzvala jsem děti, aby se postavili do řady a zkusily si rozsvítit světýlko v břiše (motivace ke správnému držení těla). Poté jsem jim vysvětlila a zároveň ukázala princip

přísunného kroku. K lepší orientaci v rytmickém členění jednotlivých částí kroku, dětem dopomohlo říkadlo, které se děti velmi rychle naučily.

„Had leze z d'úry, vystrkuje kňúry, za ním leze hadice, má červené střevíce“.

Společně jsme tímto způsobem přešly vyhrazený taneční prostor. V průběhu bylo nutné děti opravovat ve způsobu držení těla a správném rytmickém členění kroku.

Reflexe: Opět bylo vidět zaujetí pro danou činnost. Některé děti, princip přísunného kroku pochopily velmi rychle. U některých jsem dopomohla tím, že jsem je chytila za ruce, naproti sobě a taneční krok jsem prováděla současně s nimi. Přísunný krok jsme pak zkusili ještě s vykročením na levou nohu.

### Závěrečná část

- Hra s míčkem

Popis: Děti posadíme do kruhu v sedu zkřížmo. Připravíme si menší pěnový míček. Předem si určíme pravidla, kterým směrem a komu budeme míček posílat.

Průběh: Požádala jsem děti, zda by si se mnou nechtěly zopakovat jména kamarádů, se kterými jsem se dnes seznámila. Když souhlasily, posadili jsme se do společného kruhu a já jsem dětem vysvětlila, že míček budeme posílat dalšímu kamarádovi v momentě, kdy řekne své křestní jméno. Aby děti princip lépe pochopily, začala jsem hru já.

Reflexe: I v této hře, bylo nutné respektovat u některých dětí fakt, že své jméno nechtěly říci. Přičítám to tomu, že některé děti mohou být bázlivější a snad se v příštích tanečních dnech osmělí. Většina ostatních dětí se do hry zapojila aktivně.

- Pohybová hra – „Teď dáme ruku sem“

Tuto hru zařazujeme na konci každého tanečního setkání, je to zároveň i signál o konci hodiny a poděkování za aktivní přístup. V průběhu dalších tanečních dnů nebudu již tuto hru detailněji popisovat.

Popis: Vytvoříme kruh a jednotlivé části našeho těla (např. pravou ruku), které nás momentálně napadnou, směřujeme dovnitř kruhu, poté ven z kruhu a opět dovnitř kruhu. Následuje otočení dítěte do rytmu o 360° a 5 poskoků s potleskem.

Průběh: Vzhledem k tomu, že děti již stály v kruhu, nebylo nutné je jinak přemísťovat. Hru jsem uvedla tím, že jsem začala zpívat a zároveň ji doprovázela pohybem. „Teď dáme ruku sem, teď dáme ruku sem, teď dáme ruku sem a tak s ní zatřesem. Uděláme ruty šuty malou

rotaci, ať máme legraci“. Po chvíli se ke mně přidaly skoro všechny děti. Z jednotlivých částí těla jsem vybrala ruku, břicho a hlavu.

Reflexe: Některé děti se zpočátku jen dívaly a nepřidaly se. Zřejmě pak zafungoval dav a až na jednoho chlapce tancovaly všechny děti s velkou radostí. V závěrečné části hry, kdy děti vyskakují s potleskem, se chlapec rozplakal. Bylo tedy nutné jej uklidnit. Dětem jsem poděkovala za příjemnou atmosféru a hru jsem ukončila.

### 5.3.2 Taneční den č. 2

Tab. č. 3 – Taneční den č. 2

|                             |   |        |       |       |
|-----------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí</b> | Tanečního dne se zúčastnilo celkem 14 dětí. Tři děti, stejně jako v předchozím setkání, vcházely do tanečního sálu s pláčem. Za spolupráce s rodiči se nám podařilo je poměrně rychle uklidnit. Na ostatních dětech bylo vidět, že se na aktivity těší. O uplynulých činnostech mluvily pozitivně a s nadšením. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>          | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlanců                     |   | 4      | 3     |       |
| dívek                       | 1   | 2      | 4     |       |
| <b>Úvodní část:</b>         | Pohybová hra „Viju, viju věneček“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>      | <u>Nácvik poloh:</u> Správné držení těla v poloze sed zkřížmo, stoj spatný  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>         | <u>Taneční kroky:</u> přísunný krok   |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>      | Zklidnění; dechová cvičení; opakování jmen; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“  |        |       |       |

#### Úvodní část

- Pohybová hra „Viju, viju věneček“

Popis: Děti se volně rozmístí po tanečním prostoru. Učitel obchází prostor a za doprovodu říkadla si za sebe řadí jednotlivé děti, ty se společně chytají za ruce a tvoří dlouhý zástup.

Průběh: Požádala jsem děti, aby se rozmístily po prostoru, tak aby kolem sebe měly prostor. Opět jsem nechala na jejich rozhodnutí, zda si dřepnou, sednou či kleknou. Poté jsem je začala obházet a současně i přednášet říkadlo: „Viju, viju věneček, ze všech na-



ších dětiček. Jaké jméno máš?“. Zastavila jsem se u jednoho z dětí a zeptala jsem se na jméno. Dítě se představilo, společně jsme se chytli za ruku a kráčeli jsme k dalším dětem. Postupně jsme obešli všechny děti.

Reflexe: Aktivita byla opakováním z předchozího setkání. Když jsem děti obcházela a některé z nich jméno nechtělo říct, vyzvala jsem je, že jim pomůžu a jméno řekneme společně. Dvě děti se i přesto jméno ostýchaly říci. V průběhu činnosti se pár dětí přidalo i s přednesem říkadla, což mě celkem potěšilo.

### Průpravná část

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; předklon, hlava schoulená ke končetinám; ruce v protažení
  - b) sed zkřížmo; rovná záda, paže volně podél těla či opřená o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - c) sed s protaženými končetinami; rovná záda – doplněno o rytmické cvičení - prstem ťukáme na danou část těla  
„Hla – va, ťuk – ťuk...“  
„Ko – le – no, ťuky – ťuk...“
  - d) dřep; rovná záda; přenášíme váhu těla na přední část špiček a zpět
  - e) stoj rozkročný; natažené dolní končetiny; hlava v protažení – „rozsvěcujeme světýlko“
  - f) dřep; hlava schoulená ke končetinám, ruce podél těla

Průběh: Děti jsem vyzvala k volnému rozmístění po tanečním prostoru. Vysvětlila jsem jim, že když bude hrát hudba, mohou se volně pohybovat po prostoru, jakmile hudba přestane, každý si najde svoje místo, tak aby měl kolem sebe dostatek prostoru. V průběhu hudby jsem nechala na dětech, zda budou poskakovat, běhat, kráčet atd. Jakmile hudba přestala, vyzvala jsem děti, aby provedly polohy postupně, jak je uvedeno výše. Vždy jsem aktivity prováděla s nimi, aby měly možnost vizuální kontroly. Zopakovali jsme aktivity i z předchozího setkání, kdy jsem děti zase obešla a uvedla do správného držení.

Reflexe: Zopakovali jsme aktivity z předešlého setkání. Většina dětí již činnosti prováděla s minimální dopomocí a správně. U stoje jsme se opět zdržely jen krátce, ale snažila jsem se, aby cvičení děti prováděly správně.

### Hlavní část

- Taneční kroky – přísunný krok bez pravidelného pérování

Popis: Z počátku trénujeme jen jako přisouvání jedné nohy ke druhé tak, aby děti pochopily rytmus tanečního kroku. Děti se postaví do řady, pravým bokem k tanečnímu prostoru. Na první dobu unoží pravou nohu a na dobu druhou levou nohou zpět přinoží k pravé.

Průběh: Nejprve jsem požádala děti, aby se rozmístily volně po prostoru a představily si, že mají na nohách brusle. Poté jsem jim dala prostor, aby vyzkoušely jak „brusle“ jezdí v tanečním prostoru. Děti tak začaly napodobovat pohyb jako při bruslení, který nám simuluje techniku přísunného kroku. Následně jsem je požádala, aby se postavily do řady, a společně jsme si přísunný krok, za doprovodu říkadla zopakovali.

Reflexe: „Bruslení“ bez ledu děti bavilo a ještě to přispělo k pochopení správné techniky. V průběhu opakování samotného přísunného kroku, bylo nutné děti usměrňovat v provedení a správnému postavení.

### Závěrečná část

- Hra s míčkem

Průběh: Požádala jsem děti, aby vytvořily kruh. Když souhlasily, posadili jsme se do společného kruhu a já jsem dětem vysvětlila, že míček budeme posílat dalšímu kamarádovi v momentě, kdy řekneme postupně své křestní jméno. Aby děti princip lépe pochopily, začala jsem hru já.

Reflexe: Stejně jako u úvodní hry, bylo nutné respektovat u některých dětí fakt, že své jméno nechtěly říci. Přičítám to tomu, že některé děti mohou být bázlivější a snad se v příštích tanečních dnech osmělí. Většina ostatních dětí se do hry zapojila aktivně.

- Dechová cvičení

Průběh: Děti jsem vyzvala, aby si lehly na zem a úplně se uvolnily. Poté jsem požádala, aby si položily ruce na břicho a sledovaly, jak se ruce zvedají a naopak klesají. Soustředili jsme se na správné dýchání a jeho provedení. Následně jsem děti vyzvala, aby se nadechly nosem a v bříšku si nafoukly balónek, který jsme společně se samohláskou ŠŠŠ vyfoukly.

Reflexe: V průběhu aktivity jsem děti obcházela, abych zkontrolovala správné provedení činnosti. Většina dětí s cvičením neměla obtíže a tato aktivita je bavila.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

Reflexe: Hru hrály všechny děti. Bylo vidět nadšení ve tváři a jejich radost při posledních výskocích. Některé děti už dokonce i zpívaly společně se mnou.

### 5.3.3 Taneční den č. 3

Tab. č. 4 – Taneční den č. 3

|                              |  |        |       |       |
|------------------------------|--|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Zúčastnilo se celkem 10 dětí. Polovina dětí byla z tanečního dne omluvena pro nemoc. Na některých dětech bylo poznat, že jim v tělocvičně chybí nový kamarád. Některé z nich do tělocvičny nadšeně vběhly a hned mě začaly vyprávět, co dělaly předchozí den. Žádné z dětí nepřišlo s pláčem. Jedna dívka měla mírné omezení ve formě dlahy na ruce. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky   | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      |  | 3      | 2     |       |
| dívek                        | 1  | 2      | 2     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Píseň „A jak sa ty ovečky“; Pohybová hra „Vymění se všichni“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> Správné držení těla v poloze sed zkřížmo, stoj spatný   |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> pochod   |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Protážení; dechová cvičení; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“   |        |       |       |

#### Úvodní část

- Píseň „A jak sa ty ovečky“ (pochází z Lužné u Vsetína)

Popis: Děti posadíme do polohy v kleku, tak aby hrudník byl do široka rozevřený a děti tak mohly volně dýchat. Nejprve se společně naučíme text písně, který posléze doplníme o melodii.

1. A jak sa ty ovečky na tem vršku pasú,  
a jak sa ty céřečky na ty chlapce třasú.
2. Enom sa vy ovečky na tem vršku paste.  
enom sa vy céřečky na ty chlapce třaste.

Průběh: Děti jsem požádala, aby si sedly do půlkruhu. Zkontrolovala jsem, zda všechny správně sedí, případně některé opravila. Společně jsme se naučily text písně a vysvětlili si

obsah písně a slova, kterým děti nerozuměly. Já jsem vždy část sloky přednesla a děti ji po mě opakovaly. Za doprovodu klavíru jsme píseň doplnily i o melodii. Naučenou píseň jsme ještě jednou zopakovali.

Reflexe: V textu písně se objevuje dialekt (valašský), který bylo nutné dětem vysvětlit. Z počátku se jim celkem pletla slova na konci sloky v první a druhé sloce. Vytvořili jsme si pomůcku, že nejdříve se na ovečky jen díváme a potom na ně voláme, aby se dětem slova nepletla. Některé děti měly problém s intonací i s rytmikou.

- Pohybová hra „Vymění se všichni“

Popis: Děti se posadí do kruhu. Učitel vyvolává: „Vymění se všichni ti...“. Vždy k formuli přidá například: něco modrého, červené tričko atd. Ty děti, které na sobě danou věc, barvu či cokoliv jiného mají, si co nejdříve vymění místo ostatními dětmi, které danou věc vlastní také. V jednu chvíli může učitel říci: „Vymění se všichni“.

Průběh: Požádala jsem děti, aby se posadily do kruhu a vysvětlila jsem jim, pravidla hry. Z počátku jsem volila jen barvy, poté i věci.

Reflexe: Hru děti velmi rychle pochopily. Bylo zajímavé sledovat, jak se navzájem pozorují a sledují, kdo vyběhne. Občas se stalo, že jsem musela děti upozornit, že danou věc či vlastnost mají taky, aby se rozutekly.

### Průpravná část

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; předklon, hlava schoulená ke končetinám; ruce v protažení
  - b) sed zkřížmo; rovná záda, paže volně podél těla či opřená o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - c) sed zkřížmo; rovná záda; paže spojeny prsty nad hlavou „vajíčko“
  - d) dřep; rovná záda; přenášíme váhu těla na přední část špiček a zpět
  - e) stoj rozkročný; natažené dolní končetiny; hlava v protažení – „rozsvěcujeme světýlko“
  - f) dřep; hlava schoulená ke končetinám, ruce podél těla

Průběh: Společně s dětmi jsme vytvořili kruh. Postavení do jednotlivých poloh jsem opět nechala na dětech, teprve poté jsme podpořila správné provedení daných poloh. Cvičením v sedu zkřížmo s rukama nad hlavou evokujeme v dětech pocit, že si do vajíčka schovaly ptáčka, který vyletí, když vajíčko praskne. Učitel vysloví citoslovce: „Ťuk“ a následně

rozpaží do široka ruce, které volně klesají k zemi a doplní zvukem, jako když pípá malý ptáček. Zopakovali jsme aktivitu z předchozího setkání, kdy jsem děti zase obešla a uvedla do správného držení. Poslední aktivita byla stoj rozkročný. Děti jsem nechala, aby se do polohy postavily samy, a posléze jsem opravila chybná provedení. Aktivita byla doprovázena hudbou.

Reflexe: Jednalo se o opakování z předchozího setkání. Aktivita s ptáčkem ve vajíčku děti velmi bavila. Bylo zábavné sledovat, jak je činnost vede automaticky ke správnému postavení v sedu křížmo a ještě se u toho i dobře baví.

### **Hlavní část**

- Taneční kroky – pochod

Popis: Procvičujeme v chůzi, kdy děti zvedají kolena do úrovně kyčlí. Váhu těla přenášíme z jednoho chodidla na druhé. Zvednutá noha je volně v protažení.

Průběh: Děti jsem rozmístila volně po prostoru a motivovala je chůzí vojáků. Souhlasily, že si na vojáky zahrajeme taky. Za doprovodu písně „Tluče bubeníček“ jsme začali společně pochodovat po tanečním prostoru. Upozorňovala jsem děti na správné provedení chůze, neboť některé z nich měly tendence tělo přibližovat ke kolenům. Následně jsem děti upozornila, že v momentě, kdy se hudba zastaví, zůstanou stát i ony.

Reflexe: Melodie sama o sobě evokuje pochodovou chůzi, takže jsem dávala pozor, jak cvičení dětem jde. V průběhu jsem děti postupně usměřňovala v jednotlivých pohybech. Obměnou byla chůze se zastavením. Zde jsem si všímala správného provedení i ve stoji spatném, aby nebyl příliš přepjatý ani uvolněný.

### **Závěrečná část**

- Protažení

Průběh: Děti si tak jak byly rozmístěné v prostoru, lehly na záda a motivací, jako by je někdo natahoval na pružinku, daly ruce do protažení za hlavu a současně protáhly i špičky u nohou. Chtěla jsem docílit toho, aby zapojily všechny svaly na těle. Poté někdo pružinku pustil a ta se celá smrštila. Děti se zabalily do klubička – hlavu přitáhly ke kolenům. Cvičení jsme ještě dvakrát zopakovali.

Reflexe: Vše jsem doprovázela pohybem, aby měly děti jistotu, že cvičení provádí správně. U některých dětí bylo potřeba upřesnit správné postavení a zapojení všech svalů. Některé

děti, měly tendence pohyb doprovázet i zvuky, ale vyzvala jsem je k tichosti, aby se mohly soustředit i ostatní.

- Dechová cvičení

Průběh: Děti jsem vyzvala, aby si lehly na zem a úplně se uvolnily. Poté jsem požádala, aby si položily ruce na břicho a sledovaly, jak se ruce i břicho zvedá a naopak klesá. Soustředili jsme se na dýchání a jeho provedení. Následně jsem děti vyzvala, aby se nadechly nosem a v bříšku si nafoukly balónek, který společně se samohláskou ŠŠŠ vyfoukly tak, jako by se rozjížděla mašina.

Reflexe: V průběhu aktivity jsem děti obcházela, abych zkontrolovala správné provedení činnosti. Většina dětí se cvičením neměla obtíže.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

Reflexe: Hru hrály všechny děti. Bylo vidět nadšení v tváři a radost při posledních výskocích. Některé děti už dokonce i zpívaly společně se mnou.

#### 5.3.4 Taneční den č. 4

Tab. č. 5 – Taneční den č. 4

|                              |   |        |       |       |
|------------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Na tanečním dnu bylo přítomno 17 dětí. Proti předchozímu setkání bylo možné sledovat vzniklá přátelství, a jak se děti těší z toho, že se vidí. Jednomu chlapci se do tělocvičny nechtělo, vzala jsem si jej tedy do náručí a společně jsme odešli za ostatními. Neplakal, ale byl takový mrzutý. Po úvodním vyplnění docházky se zklidnil. Celkově panovala dobrá atmosféra. Děti si navzájem sdělovaly zážitky a především děvčata si ukazovala nové sukně. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      | 1   | 4      | 3     | 1     |
| dívěk                        |   | 3      | 4     | 1     |
| <b>Úvodní část:</b>          | Píseň „A jak sa ty ovečky“; Pohybová hra „Srdíčka“  |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> stoj na špičkách   |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> pochod; přísuný krok s pravidelným pérováním  |        |       |       |

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>Závěrečná část:</b> | Pohybová hra „Vymění se všichni“; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“ |
|------------------------|--|

### Úvodní část

- Píseň „A jak sa ty ovečky“

Průběh: Posadila jsem děti do půlkruhu. Společně jsme si zopakovali text písně a následně ji za doprovodu klavíru zazpívaly. Když jsme text opakovali, opět se objevily obtíže s jednotlivými slokami. Dětem jsem připomněla pomůcku, kterou jsme si vytvořili při předchozím setkání. Když jsme píseň poprvé dozpívali, rozdělila jsem skupinu na chlapce a dívky, s tím, že první sloku zpívaly děvčata a druhou chlapci.

Reflexe: Při opakování textu jsem byla překvapená, kolik dětí si slova zapamatovalo. Obtíže nastaly jen ve skloňování, ale to jsme ihned napravili. Do společného zpěvu se zapojily všechny děti. Když jsem pak skupinu rozdělila, měly některé děti tendence pozorovat při zpěvu ostatní a samy pak nezpívaly. Po upozornění se přidaly ke skupině.

- Pohybová hra „Srdíčka“

Popis: Z barevného papíru (červený, bílý a žlutý) si vystříháme srdíčka o velikosti přibližně 7 – 8cm. Ze čtyř stejně barevných, k sobě poskládaných srdíček vzniká květina, je tedy na nás, kolik srdíček vystříháme. Děti rozdělíme na dvě družstva o stejném počtu a určíme jim místo, kde mohou srdíčka skládat. Všechna srdíčka rozložíme na místo vzdálenější od obou skupin adekvátně k věku dětí. Určíme si čas, po který mohou děti srdíčka skládat, nejlépe kratší hudební nahrávka. Jakmile začne hudba hrát, mají všechny děti za úkol běžet na místo, kde jsou srdíčka rozložena, vzít pouze jedno, jakékoliv barvy a odnést je na místo určené dané skupině ke skládání. Vše se opakuje, dokud nedohraje hudba. Jakmile melodie dozní, nikdo už srdce nesbírá a skupiny mají čas poskládat květiny, které v průběhu hry sestavit nestihly. Vyhrává družstvo s větším počtem květin.

Průběh: Požádala jsem děti, aby se rozdělily do dvou skupin o stejném počtu. Při rozdělování jsem jim pomohla, aby obě skupiny byly přiměřeně silné, vzhledem k lichému počtu dětí. Vysvětlila jsem dětem pravidla a určila každé skupině jejich místo, kde mohou květiny skládat. Když hra začala, obcházela jsem obě družstva, abych mohla sledovat, jak spolu děti ve skupinkách komunikují a spolupracují. Po skončení melodie jsme společně spočítali počty květin. Hru jsme ještě jednou zopakovali. Všem vítězům jsem podala ruku a poblahopřála.

Reflexe: V průběhu hry jsem musela některé děti upozornit na to, že běží vždy jen pro jedno srdíčko, které přináší na určené místo. Ve skupinách se vyčlenily děti, které květiny jen skládaly, tak aby byly barevně stejné. Menší děti srdíčka nosily a měly tendence nosit vždy srdíčka jen jedné barvy. Byly pak překvapené, že když se opět vrátily na místo, kde se srdíčka skládaly, to jejich, které přinesly nejprve, už bylo poskládané do květiny a to které opět přinesly, chtěly přidávat k těm ostatním, čímž by porušily pravidla. Při druhé hře, jsem si všimla, že především starší děti už se domlouvaly, které barvy mají přinést. Bylo zajímavé sledovat, jak si děti všimají okolí kolem sebe, neboť do sebe nikdo nevrazil a s nadšením čekají při počítání květin. Když jsem pak dětem blahopřála, na některých bylo vidět, že nevědí, kterou ruku mají podat. I to shledávám jako přínos, že si osvojí pravidlo při podání ruky.

### Průpravná část

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; rovná záda, paže volně podél těla či opřená o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - b) sed zkřížmo; rovná záda; paže spojeny prsty nad hlavou „vajíčko“
  - c) sed; rovná záda; protažené končetiny; špičky směřují vpřed; u špiček rytmicky střídáme ohýbání a napínání nártu  
Máme špičky jak šavličky. Jako růžky, jako nůžky.  
(ohýbání a napínání nártu)  
„Trky, trky, šmiky, šmiky, zahrajem si na čertíky“.  
(ohýbání a napínání nártu)  
„Hopsa, hejsa, skáky, skáky.“  
(pochodujeme na místě)  
„Zahrajem si na bubáky.“  
(dřep s výskokem)
  - d) stoj spatný s pravidelným pérováním v kolenou; rovná záda; paže podél těla
  - e) stoj spatný s výpony; rovná záda; paže volně podél těla



Průběh: Společně s dětmi jsme vytvořili kruh. Po zadání jednotlivých poloh jsem u některých dětí upřesnění formulovala už jen slovně, jen některým jsem musela dopomoci. Následovala aktivita, při které měly děti za úkol ohýbat nárt. Nejprve jsem všechny děti obešla v základním postavení, tedy v protažení nártu, aby si měly děti čas uvědomit požadovanou polohu. Poté jsem je vyzvala, aby nárt ohnuly, a opět jsem všechny obešla. Zároveň jsem je upozornila na protažení těla vzhůru, aby se nepředkláněly či nezakláněly. Při dřepu s výskokem jsem si všímala, jak se děti odrážejí. Aby měly děti čas si uvědomit polohu těla při přísunném kroku s pravidelným pérováním, než k ní přidáme pohyb, zařadila jsem aktivitu pouze ve stoji. Vysvětlila jsem dětem, že je to stejné, jako bychom si chtěli sednout na židli a hned zase vstaly. Postupně jsme pohyb zrychlovali. Poslední aktivita je průpravou k chůzi na špičkách. Snažíme se dětem evokovat, že mezi nártou drží malinký míček, který nesmí pustit. Tím dosáhneme, že při výponu nebude dětem mezi nártou vznikat otvor, čímž by docházelo k chybnému provedení cviku. Děti se pohybují do rytmu říkadla.

Reflexe: První dvě aktivity měly za úkol upevnit již osvojené polohy. Aktivita s ohýbáním nártů se dětem líbila a bylo vidět, jak čekají, než přijde část s dřepem a výskokem. Bylo však nutné kontrolovat správné provedení, aby si děti neosvojily chyby. Stejně tomu tak bylo i u následující činnosti, tedy průpravě na přísunný krok s pravidelným pérováním. Některé děti měly tendence se předklánět či naopak zaklánět. U poslední aktivity, jsem dětem nejprve ukázala správné provedení, aby měly opět vizuální kontrolu. Poté jsem je postupně obcházela, abych tak předešla chybnému osvojení.

### **Hlavní část**

- Taneční kroky – pochod

Průběh: Děti jsem rozmístila volně po prostoru a opět jsem k motivaci zvolila chůzi vojáčků. Na začátku jsem k doprovodu zvolila klavír a opět píseň „Tluče bubeníček“, protože jsem požadovala změny v rytmu. Vyzvala jsem děti, aby začaly v rytmu hudby pochodovat v tanečním prostoru. Postupně se hudba zrychlovala a zpátky zpomalovala. Když jsem viděla, že v rychlejším tempu, už to některé děti svádí k výskoku, zvolila jsem opět nahrávku a děti upozornila, že v momentě, kdy uslyší tlesknutí, změní se pochod na poskok. Při dalším tlesknutí přejdou opět z poskoku na pochod.

Reflexe: V úvodu jsem se zaměřila na provedení pochodové chůze, aby přechod do poskoku byl plynulý a přirozený. Některé děti jsem musela upozorňovat na dostatečné zvedání

kolen, které jim při poskoku posléze pomohou. V druhé části jsem se zaměřila na konkrétní děti, které byť v přirozené hře poskok používají, nyní jim činil obtíže.

- Taneční kroky – přísunný krok s pravidelným pérováním

Popis: Jedná se o propojení přísunného kroku a vlastního pérování v kolenou. Krok je dobré procvičovat samostatně, ne v kruhu neboť každé dítě zpočátku postupuje různě dlouhými kroky a docházelo by tak k nepříjemným střetům.

Průběh: Všechny děti jsem požádala, aby se usadily na zem. K aktivitě jsem zvolila postup, kdy jsem si vzala vždy jedno dítě, podala jsem mu ruce a přísunný krok jsme si vyzkoušely společně. V momentě kdy zvládalo rytmus přísunného kroku, způsob pérování a správné držení, nechala jsem jej činnost dokončit samostatně.

Reflexe: Očekávala jsem, že ostatní děti, které aktuálně činnost nevykonávaly, se začnou nudit, proto jsem měla vymyšlenou i variantu, kdy by se všechny děti chytly za ramena, aby cítily rytmus pérování a krok bychom procvičovali současně, to se však nestalo. Většina dětí pozorně sledovala a všímala si ostatních, jak jim aktivita jde. Bylo nutné dávat pozor na správné a vzosné držení těla. Mnoho dětí mělo tendence dívat se na nohy a tím se příliš předklánět.

### **Závěrečná část**

- Pohybová hra „Vymění se všichni“

Průběh: Vyzvala jsem děti k usazení do kruhu. Upozornila jsem je na hru, která bude následovat. Pro ujištění jsem všem zopakovala pravidla. Tentokrát jsem nevolila pouze barvy oblečení, ale například i barvu vlasů či očí.

Reflexe: Když jsem řekla, která hra bude následovat, měly některé děti tendence si kontrolovat, co mají na sobě a co mají na sobě ostatní. Některé děti si již záměrně sedaly vedle sebe. V průběhu hry se stejně, jako v předchozím setkání, a to především u menších dětí stávalo, že si neuvědomují barvu očí či vlasů, takže jsem je musela upozornit, aby se do hry mohly zapojit.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

Reflexe: Hry se zúčastnily všechny děti. Tentokrát jsem zapojila i hlasovou intonaci, to když jsme do a vně kruhu dávali ucho. Děti totiž měly tendence z projevu radosti, příliš křičet. Některé to však nevydržely a křičely poslední část písně i přesto.

## 5.3.5 Taneční den č. 5

Tab. č. 6 – Taneční den č. 5

|                              |  |        |       |       |
|------------------------------|--|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Pátého tanečního dne se zúčastnilo 13 dětí. Proti předchozímu setkání bylo možné sledovat vzniklá přátelství, a jak se děti těší z toho, že se vidí. Jednomu chlapci se do tělocvičny nechtělo, vzala jsem si jej tedy do náručí a společně jsme odešli za ostatními. Neplakal, ale byl takový mrzutý. Po úvodním vyplnění docházky se zklidnil. Celkově panovala dobrá atmosféra. Děti si navzájem sdělovaly zážitky a především děvčata si ukazovala nové sukně. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky   | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      |  | 4      | 2     |       |
| dívek                        |  | 3      | 4     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Pohybová hra „Srdíčka“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> stoj na špičkách; dřep  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> přísuný krok s pravidelným pérováním; poskočný krok  |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Uvolnění; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“   |        |       |       |

Úvodní část

- Pohybová hra „Srdíčka“

Průběh: Papírová srdíčka jsem rozložila na podlahu asi pět metrů od dětí. Ještě předtím jsem požádala děti, aby se pokusily rozdělit do družstev se stejným počtem dětí. Opět se nám sešel lichý počet dětí, takže jsem jim pomohla, aby obě skupiny byly stejně silné. Z minulého setkání jsem dětem osvěžila pravidla hry a určila místo, kde mohou srdíčka skládat. Po začátku hry jsem jen dohlížela na průběh a aktivitu dětí. Po skončení melodie jsem dětem dopomohla poskládat zbylé květiny a společně jsme nasbírané kytky spočítali.

Reflexe: Když jsem vytáhla složku s nastříhanými srdíčky, děti hned začaly jásat. Docela mě to potěšilo. Ještě jsem ani neřekla, aby se rozdělily do družstev a někteří už se chytali, že budou soutěžit společně. Jakmile začala hrát hudba, děti se rozutekly a jeden s chlapců

upadl na zem. Nic vážného se nestalo, ihned vstal a pokračoval s ostatními. Po skončení hudby a spočítání všech květin jsme zjistily, že zvítězila obě družstva.

### Průpravná část

- Návčik poloh:
  - a) sed pokrčmo chodidla spojená; rovná záda, ruce se opírají o chodidla; kolena hmitají
  - b) sed pokrčmo levá noha před pravou; rovná záda; paže se opírají vzad
  - c) sed pokrčmo pravá noha před levou; rovná záda; paže se opírají vzad
  - d) sed; rovná záda; protažené končetiny; špičky směřují vpřed; u špiček rytmicky střídáme ohýbání a napínání nártu
  - e) dřep; rovná záda; přenášíme váhu těla na přední část špiček a zpět
  - f) stoj spatný s pravidelným pérováním v kolenou; rovná záda; paže podél těla
  - g) stoj spatný s výpony; rovná záda; paže volně podél těla

Průběh: Děti jsem uvedla do kruhu a požádala jsem je, aby se posadily tak, že si chodidla opřou o sebe a rukama je přitáhnou k zadečku a začnou hmitat kolena nahoru a dolů. Snažila jsem se je motivovat pocitem motýla, který létá z kytky na kytku a shání nektar. Poté si na jednu kytku sedne a může odpočívat. To byl signál, aby děti přestaly hmitat a snažily se kolena přitáhnout k zemi. Poté jsem je požádala, aby mě ukázaly, kde mají palec u nohy, patu atd. Všechny části, které byly jmenovány, jsme pomocí protažení dolní končetiny v kolenou pohladily (suny vpřed a vzad). Následovala cvičení, která byla opakováním z předchozích setkání. Děti jsem v jednotlivých polohách pouze usměřňovala a vedla ke správnému provedení.

Reflexe: První dvě aktivity byly nově zařazené a bylo tedy nutné děti seznámit s jejich provedením. Pokud děti sedí v kruhu, velmi nám pomůže vizuální kontrola a následné upravení pozice. Děti s jednotlivými cvičeními, neměly větší problém. Při poznávání jednotlivých částí chodidla nastal nejen u menší, ale i u větších dětí problém. Chodidlo jsme totiž rozdělili ještě na patu, špičku a bříška prstů. Bylo zajímavé sledovat, jak se děti soustředily, když jsem řekla, že je zkusíme pohladit. Všechny se toho jaly tak, že začaly chodidlo hladit rukama. O to zajímavější bylo, když jsem řekla, že je pohladíme pomocí podlahy. Příjemným zpestřením byla aktivita spojená s rytmickým říkadlem. Musela jsem však dávat pozor na provedení cviku, neboť se u některých dětí stalo, že se více soustředily na

závěrečnou část říkadla a měly tendence odbývat úvodní cvičení. Ostatní aktivity probíhaly bez větších obtíží.

### **Hlavní část**

- Taneční kroky – přísunný krok s pravidelným pérováním viz. Obr. č.3

**Průběh:** Postavila jsem děti do řady, pravým bokem k tanečnímu prostoru. Nejprve jsem je vyzvala ke správnému postoji a poté jsme si společně na místě zopakovali pravidelné pérování v kolenou. Poté jsem je upozornila, že k němu přidáme i přísunný krok. Celý pohyb jsem doplnila opět rytmickou říkankou, která dětem pomůže k respektování rytmu při rozdělení jednotlivých fází tanečního kroku.

„Naša Kačka, ta je skúpá. (pravidelné pérování v kolenou)

„Houpy, houpy, houpy. (přísunný krok s pravidelným pérováním)

„Nerada sa sama húpá. (pravidelné pérování v kolenou, na místě)

„Houpy, houpy, houpy. (přísunný krok s pravidelným pérováním)

**Reflexe:** Po zopakování pravidelného pérování na místě, jsem dětem ukázala, co bude následovat. Opět jsem upozornila na správné držení těla. Při vykonávání aktivity, jsem pohyb předváděla před dětmi, až při opakování jsem děti obcházela a opravoval případné nedostatky – postavení těla, rytmus atd.

Obr. č.3 – přísunný krok s pravidelným pérováním



- Taneční kroky – poskočný krok

Popis: Poskočný krok a odrazy při něm jsou pružné, chodidla jsou uvolněna a celý trup je vynášel lehce do výšky. Průpravou k poskočnému kroku je pochod, který přirozeně přechází do poskoku.

Průběh: Nejprve jsme zopakovali z předchozího setkání cvičení, při kterém se děti po prostoru pohybují pochodem a při tlesnutí jej změni na poskok a zpět. Poté jsem děti rozdělila na dvě části s tím, že jedna polovina si sedla zkřížmo na zem a druhá polovina měla za úkol se poskočným krokem pohybovat kolem dětí. Při tlesnutí se skupiny vyměnily.

Reflexe: Bylo nutné na začátku zopakovat přechod z pochodu do poskočného kroku, aby si děti uvědomily, z čeho poskočný krok vyplívá. Zde byl prostor pro upravení případných nedostatků. Při druhé aktivitě jsem se soustředila mimo jiné i na vnímavost dětí vůči prostoru.

### Závěrečná část

- Uvolnění

Průběh: Vyzvala jsem děti, aby si lehly čelem k zemi, tak aby měly dostatek místa kolem sebe. Děti jsem obešla, abych je uvedla opět do správného postavení. Ruce do protažení, propnuté špičky, kotníky u sebe. Následovala relaxace tak, že si děti chodidla přitáhly rukama k hýždím. Opět bylo nutné dodržet určitá pravidla – kolena u sebe, ruce položeny na nártach. Poté se děti otočily na záda, spojily chodidla o sebe, kolena zevnitř, ruce podél těla. Celé uvolnění provázela klidná hudba. Nyní jsem obcházela děti, pokud bylo potřeba, opravila jsem správné provedení, ale především jsem využila situace a bavila jsem se s dětmi o jednotlivých tanečních krocích. Co musejí dodržovat za postavení, na co si musejí dávat pozor atd.

Reflexe: Při počátečním uvolnění, byl na některých dětech vidět neklid, který se postupně vytratil. Některé děti jsem musela požádat, aby si mezi sebou udělaly více prostoru ke cvičení. Když jsem se pak ptala dětí na jednotlivé taneční kroky, byla jsem potěšena, kolik si toho děti pamatují a že ví, co je v kterém kroku důležité.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem

Reflexe: S kolegou jsme se domluvily, že hru pojmem tak, že se budou děti stěhovat z místa na místo. Začala jsem tím, že jsem nohy dala směrem k jednomu rohu tělocvičny.

Děti tak musely běžet až za mnou. Poté kolega pokračoval v druhém rohu a v tomto duchu se nesla celá hra. Děti se velmi nasmály a čekaly, kam vyrazíme, aby mohly utíkat za námi.

### 5.3.6 Taneční den č. 6

Tab. č. 7 – Taneční den č. 6

|                              |   |        |       |       |
|------------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Celkem bylo přítomno 14 dětí. Některé děti byly omluveny pro nemoc. Dvě děti přišly se smutnou náladou a moc se jim do tělocvičny nechtělo. Jedna maminka se vyjádřila, že dítě ve školce nespalo a je zřejmě unavené. Druhá maminka řekla, že bude holčička nejspíš nemocná, proto je tak nevrlá. Obě děti jsem si převzala s tím, že jsem maminky požádala, aby setrvaly po dobu kroužku v šatně, kdyby bylo potřeba děti uklidnit nad naše síly. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlanců                      | 2   | 3      | 3     |       |
| dívček                       | 1   | 3      | 2     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Pohybová hra „Housátka zobky“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> chůze na špičkách  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> přísuný krok s pravidelným pérováním; poskočný krok   |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Pohybová hra „Vrány“; Uvolnění; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“  |        |       |       |

#### Úvodní část

- Pohybová hra „Housátka zobky“

Popis: Jedná se o pohybovou hru, která má za cíl zopakovat si jména kamarádů. Děti se posadí buď do kruhu, nebo mohou všechny na jedno místo. Učitelka začne kráčet a zpívat melodii písně. Postupně vytváří kruh.

„Housátka zoby, na dvoře drobky,

málo nás, málo nás pojd', Aničko mezi nás“.

Místo jména dosadí vždy jméno dalšího dítěte. Jména může vyvolávat učitelka nebo dítě, které se do kruhu přidá.

Průběh: Po úvodním zapsání docházky, kdy děti sedí na jednom místě, jsem postupně začala vyvolávat jednotlivé děti k sobě do kruhu. Výhodou bylo, že jména Tomáš, Tereza a Adéla se ve skupině objevily dvakrát, takže hra netrvala příliš dlouho. Děti velmi rychle pochopily princip hry.

Reflexe: V případě, že bych musela volat všech čtrnáct dětí samostatně, zřejmě by se hra po chvíli pro děti stala nudná, ale dalo by se to vyřešit tím, že v jednom momentě do kruhu zavolám všechny zbývající děti. To se ale nestalo. Všimla jsem si, že některé děti mají problém s chůzí v kruhu. Mají tendence dítě před sebou přebíhat, místo, aby se řadilo za něj. Po upozornění a upřesnění pohyb upravily, ale po chvíli jej opět opakovaly. Bylo to upozornění pro mě, abych se na chůzi v kruhu více soustředila.

### **Průpravná část**

- Návčik poloh:
  - a) sed pokrčmo chodidla spojená; rovná záda, ruce se opírají o chodidla; kolena hmitají
  - b) sed pokrčmo levá noha před pravou; rovná záda; paže se opírají vzad
  - c) sed pokrčmo pravá noha před levou; rovná záda; paže se opírají vzad
  - d) sed; rovná záda; protažené končetiny; špičky směřují vpřed; u špiček rytmicky střídáme ohýbání a napínání nártu
  - e) stoj spatný s výpony; rovná záda; paže volně podél těla

Průběh: Vzhledem k předchozí aktivitě jsem děti pouze vyzvala, aby se usadily na zem do sedu pokrčmo s chodidly opřenými o sebe. Opět jsme si zahráli na motýly. Ptala jsem se dětí, které rostlinky znají a podle výčtu, jsme si na každou sedly. To byl signál k odpočinku a přitažení kolen k podlaze. V zápětí jsme si zopakovali jednotlivé části chodidla, které je potřeba, aby si děti zafixovaly pro budoucí chůzi přes patu. Poté jsme zopakovali již upevněné polohy, pouze jsem zkontrolovala jejich provedení. V návaznosti na poslední aktivitu jsem požádala děti, aby vstaly a zkusily se po prostoru pohybovat po špičkách. Dávala jsem pozor, aby cvičení prováděly správně, tzn., aby nedocházelo k vytáčení kotníků, aby dodržovaly vznosné držení těla atd. Ptala jsem se, které zvířátko, když pochoduje, se chová velmi tiše a které naopak hlasitě. Většina dětí odpověděla myš a slon. Zvířata



jsme doplnili do říkadla a to spojili s pohybem. S rytmickou pravidelností jsme střídali pravou a levou nohu.

„Když jdou myši po plyši, tak je nikdo neslyší“. (chůze po špičkách; tichý hlas. doprovod)

„Když jdou sloni v pralese, každý strom se otřese“. (dupot; hlasitý doprovod)

**Reflexe:** Cílem úvodní části je, aby si děti osvojily způsob protažení, před jakoukoliv pohybovou aktivitou. Proto jsou do této pasáže voleny činnosti, které se zaměřují na části těla, které při dalších činnostech budeme nejvíce využívat. Jednotlivá cvičení se mohou opakovat, ale vždy by měla být prováděna správně. Průpravná část v tomto tanečním dnu byla tedy opakováním toho, co už děti znají a zároveň potvrzením, že si pohyb osvojily správně. V některých případech bylo třeba ještě upozornit na drobné chyby.

### **Hlavní část**

- Taneční kroky – přísunný krok s pravidelným pérováním

**Průběh:** Na začátku aktivity jsem děti postavila opět do řady, abychom měli čas si zopakovat prvek z minulého setkání. Děti stály pravým bokem k tanečnímu prostoru a za doprovodu rytmického říkadla prošly tanečním prostorem, přísunným krokem s pravidelným pérováním. Poté jsem děti vyzvala, aby se rozmístily po prostoru. V případě, že bude hrát rychlá hudba, samostatně se v běhu pohybují po tělocvičně, jakmile začne hrát rytmická hudba, vytvoří mezi sebou libovolnou dvojici a přísunným krokem se pohybují v samostatném kroužku, tak, že se chytí naproti sobě za ruce. Po přechodu hudby se opět pustí a během se pohybují po prostoru.

**Reflexe:** Úvodní část, tedy přísunný krok jsme několikrát zopakovali. S některými dětmi jsem musela jít opět samostatně, aby činnost prováděly správně. Druhou část jsem zvolila záměrně, abych zjistila, jak umí děti reagovat na změnu hudby a taky, jak se dokážou soustředit na danou činnost, čímž byla kroková změna. Některým dětem činil problém přechod do přísunného kroku. Měly tendence spíše poskakovat.

- Taneční kroky – poskočný krok

**Průběh:** Děti jsem rozdělila na dvě poloviny. Jednu jsem usadila do sedu zkřížmo na zem, tak aby kolem sebe měly dostatek místa. Zopakovali jsme aktivitu, kdy děti poskočným krokem poskakují kolem sedícím dětí a při tlesknutí se vymění. Poté jsem se pokusila oba kroky propojit. Společně s dětmi jsme vytvořili kruh. Na melodii písně „A jak sa ty oveč-

ky“ jsem vytvořila krátkou variaci, kterou jsem dětem nejprve ukázala a poté jsme se jí společně naučili.

7x přísunný krok vpravo, 14x poskočný krok vpravo.

Stejnou variaci jsme zopakovali i do druhé strany.

Reflexe: Když jsem obě skupiny rozdělila, snažila jsem si všimat, jak si děti s poskočným krokem poradily, případně jsem dopomohla v drobných nesrovnalostech. Vytvořenou variaci jsme se nejprve naučili a poté jsem požádala děti, aby k tanci připojily i zpěv. Bylo nutné připomenout dodržování tanečního postavení i kroku, neboť v momentě, kdy děti začaly i zpívat, taneční krok měl tendence se vytrácet.

### Závěrečná část

- Pohybová hra „Vrány“

Popis: Jedná se o pohybovou hru, při které se děti učí respektovat taneční prostor, orientaci v prostoru a reakci na signál. Děti se pomocí běhu pohybují v prostoru, přičemž reagují na hudební doprovod.

Průběh: Snažila jsem se motivovat děti k tomu, že nyní se z nich staly vrány, které mají velká křídla, létají po poli a hledají něco k snědku. V případě, že hrála plynulá hudba bez rytmického vymezení, mohly se volně pohybovat po prostoru. Jakmile začala hrát hudba s vymezeným rytmem, zaujaly děti pozici v dřepu s oporou pro ruce a pohybovaly se v rytmu hudby v podřepu. Vše se opakovalo, dokud děti princip hry dostatečně nepochopily.

Reflexe: Při volném pohybu v prostoru, měly děti tendence pohybovat se především v kruhu, což však nebylo účelem. Musela jsem tedy dětem vysvětlit, že každá vrána si hledá svoji cestu, kde by našla něco k snědku. V poloze dřep, zase některé děti nedodržovaly správné postavení a svou váhu přenášely na celá chodidla, místo na pološpičky. Vyžadovalo to tedy neustálou kontrolu nad způsobem provedení.

- Uvolnění

Průběh: Děti si lehly na záda a opět jsem použila motivaci s pružinkou, kterou někdo natahuje a zase pouští.

Reflexe: Když byly děti v poloze protažení, snažila jsem se je obejít, abych zjistila, zda nedochází k chybnému provedení. Některé děti při protažení nezapojily například nártý či protažení až do konečků prstů.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

Reflexe: Tentokrát jsem zvolila části těla: loket, koleno, hlava a zadek. Při poslední partii se děti velmi nasmály a závěrečnou část písně nezpívaly, ale skoro řvaly. Těší mě, když vidím, že odcházejí s úsměvem na tváři. Před odchodem jsem dětem rozdala ještě pozvánku pro rodiče, na ukázkovou hodinu.

### 5.3.7 Taneční den č. 7

Tab. č. 8 – Taneční den č. 7

|                              |   |        |       |       |
|------------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Celkem se tanečního dne zúčastnilo 16 dětí. Celková nálada v kroužku je přátelská. Děti se na sebe navzájem těší. Dnes mně dokonce jedna holčička přinesla další obrázek. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      | 2   | 4      | 3     | 1     |
| dívek                        | 2   | 3      | 1     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Pohybová hra „Vrány“; rytmická cvičení „Holka modrooká“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> sed rozkročný  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> chůze přes patu - průprava  |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Pohybová hra „Květiny“; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“  |        |       |       |

#### Úvodní část

- Pohybová hra „Vrány“

Průběh: Dětem jsem od minulého setkání oživila princip hry. Snažila jsem se v nich evokovat, že jsou vrány, které si chtějí najít něco k snědku. Když hrála hudba plynule, mohly si létat volně po taneční prostoru, v okamžiku když hrála hudba rytmicky, dřeply si a v rytmu hudby pochodovaly. Vše se opakovala. Posléze jsme změnily způsob pohybu. Tentokrát se mohly pohybovat opět libovolně, když ale hudba přestala hrát, musely zůstat stát “štronzo“.

Reflexe: Cílem hry byla podpora rytmického cítění a reakce na vnímanou hudbu. Menším dětem činilo „štronzo“ trochu problém a i někteří kluci, měli tendence se jakoby posouvat ke kamarádovi, který zrovna stál opodál.

- Rytmická cvičení „Holka modrooká“

Popis: Ve známé melodii „Holka modrooká“ si vybereme slova, která v písni poté rytmicky vytleskááme dle slabik.

Průběh: Děti jsem posadila do půlkruhu, opět pro vizuální kontrolu. V písni jsme si určily slova: holka, u potoka či v potoce. Poté jsem dětem vysvětlila, že v momentě, kdy v písni uslyší vybraná slova, pokusí se je rytmicky vytleskat. Nejprve jsem ji, vytleskávání ukázala. Následoval zpěv doprovázený potlesky. V případě, že slova v písni nezněla, děti netleskaly.

Reflexe: První zpěv s doprovodem byl opravdu jen jako ukázka toho, co se od dětí očekává. Když jsme zpívaly podruhé, byla úspěšnost daleko vyšší, ale stále se našly, především mladší děti, které měly tendence vytleskávat neustále pravidelný rytmus. Byl to signál pro mě, že jsem nejspíše zvolila na začátek těžkou variantu.

### **Průpravná část**

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; rovná záda; paže volně podél těla či opřené o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - b) sed zkřížmo; zakulacená záda; čelo opřené o chodidla či podlahu; paže v protažení
  - c) sed rozkročný; rovná záda; paže opřené před tělem
  - d) sed rozkročný (končetiny se neopírají o podlahu); rovná záda; paže v rozpažení „hvězdička“
  - e) sed skrčmo; končetiny u těla „klubko“

Průběh: Nejprve jsme uvolnily kyčle a celkově navodili atmosféru k dalším činnostem. S dětmi jsem zopakovala princip vznosného držení těla, ale zároveň i protažení. Zvolila jsem aktivitu, při které děti stále sedí v „tureckém sedu“, ale celkově zakulatí záda, tak že se čelem dotýkají podlahy či chodidel, záleží na individuálním rozsahu dětí. Poté jsem dětem řekla, že se z nás stanou sluníčka. Posadili jsme se do sedu rozkročného. Nohy představovaly paprsky. Bylo nutné dbát na to, aby děti nevtáčely špičky, ale naopak aby smě-

řovaly vzhůru či do protažení v nártu. Zároveň jsem se soustředila na vznosné držení těla – rovná záda, hlava v protažení, aby nedocházelo k nežádoucímu prohnutí. Poté jsem děti vyzvala, aby rozpažily ruce a zeptala jsem se jich, co jim to připomíná. Některé řekly sluníčko, panáček či hvězdička. Zvolili jsme tedy hvězdičku. Ukázala jsem dětem další aktivitu, kterou byl sed skrčmo, tak, že končetiny byly přitaženy k tělu a neopíraly se o podlahu. Poté jsme zkusili stejné provedení jen v rozpažení paží a roztažení končetin. Opět je nutné dbát na nežádoucí prohnutí v zádech.

Reflexe: Bylo zajímavé sledovat, jak se děti snaží, najít si svůj způsob, jak cvičení provést. Musím uznat, že velmi působí pozitivní pochvala. Děti pak mají tendence se předhánět, kdo cvik provede lépe a to nejen děvčata, ale i chlapci. Postupně si lze všimnout, jak se které dítě vyvíjí a osvojuje si jednotlivé prvky a polohy.

### Hlavní část

- Taneční kroky – chůze přes patu – průprava

Popis: Z počátku se jedná pouze o nácvik chůze po patách, který postupně přechází v našlapování na patu a dokročení chodidlem.

Průběh: Nejprve požádáme děti o volnou chůzi po prostoru. Poté je vyzveme k chůzi po špičkách a následně po patách. Chtěla jsem, aby si uvědomily jednotlivé části chodidla v pohybu. Vše doprovázela rytmická hudba. Poté jsem dětem předvedla následující aktivitu a vyzvala jsem je, aby se postavily do dvou zástupů. Bylo snazší s dětmi pracovat individuálně, než poté opravovat chybné provedení, kterého jsem si v davu nevšimla. Děti měly za úkol našlápnout na patu a chodidlem došlápnout, tak aby vydalo zvuk „Ťap“. Tímto způsobem přešly taneční prostor. Aktivitu jsme několikrát zopakovali a poté jsme zkusili cvičení provést společně v jedné řadě.

Reflexe: Do rytmu hudby jsem dětem jen oznamovala, která chůze bude následovat. Snažila jsem se všimnout si, jak které děti reagují a zda správně. Opět to vede k tomu, že daný pohyb nejenže vykonávají, ale dokážou ho i pojmenovat. Občas se totiž stane, že daný pohyb děti zvládnou v přirozené hře, ale v momentě kdy si krok rozložíme a definujeme si jednotlivé jeho části, děti nad tím začnou přemýšlet a činnost nezvládnou nebo zvládnou v delším časovém úseku. Druhá aktivita dětem velmi bavila. Především ta část, kdy jsme šli v řadě všichni společně a „ťapali“ jsme chodidly o zem.

**Závěrečná část**

- Pohybová hra „Květiny“

**Popis:** Předem si připravíme z papíru vystřižené tvary květiny bez stonku. Každé dítě dostane jednu květinu, kterou si umístí volně do prostoru a stoupne si na ni. Dbáme na to, aby děti kolem sebe měly dostatek místa. Když začne hudba hrát, děti se v běhu pohybují mezi květinami. Jakmile hudba přestane, snaží se co nejrychleji postavit na libovolnou květinu, která je k nim nejbližší. Postupně květiny odebíráme, až nám zůstane jedna jediná. Dítě, které si květinu ubrání se stává vítězem.

**Průběh:** Dětem jsem rozdala papírové květiny a požádala jsem je, aby je roznesly na naši taneční louku. Některé děti jsem musela přesunout, aby měly kolem sebe dost prostoru. Vysvětlila jsem jim pravidla hry a poučila o bezpečnosti. Z klavíru se ozvala hudba a děti se rozutekly. Když hudba přestala, všechny děti, se postavili na květinu. Zatím jsem nechala všechny květiny, abych se přesvědčila, že děti pravidla chápou správně. Postupně jsem ubírala nejen po jedné, ale i po více kusech. Zvítězila dívka.

**Reflexe:** I přes vysvětlení pravidel, se objevily děti, které se chtěly vrátit právě na tu květinu, kterou si na podlahu položily, čímž se stalo, že ze hry vypadly. Byla to v podstatě dvojitá prohra. U jednoho dítěte se tak objevily slzy, ale jednalo se spíše o vztek než zklamání. Děti chtěly, abychom hru zopakovaly, a zde jsem si všimla, že i po druhé než jsem děti upozornila, měly tendence se vracet na tu „svoji“ květinu.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

**Reflexe:** Vzhledem k tomu, že nás druhá hra s květinami o něco zdržela, stihli jsme pouze jednu část těla, a to ruku. I děti samotné byly překvapené, jak rychle hra začala a také skončila. Dětem, které chyběly minulé setkání, jsem ještě rozdala pozvánky pro rodiče, na ukázkovou hodinu.

**5.3.8 Taneční den č. 8 – ukázková hodina**

Tab. č. 9 – Taneční den č. 8 – ukázková hodina

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Charakteristika dětí</b> | Celkem se při ukázkové hodině sešlo 18 dětí a 31 rodičů či jiných rodinných příslušníků. Některé děti se v přítomnosti rodičů odmítaly zúčastnit společných aktivit, ale celkově panovala pohodová atmosféra. Rodiče se těšili a vypadali nedočkavě a stejné pocity sdílely i děti. |
|-----------------------------|---|

|                    |   |        |       |       |
|--------------------|---|--------|-------|-------|
|                    | Při aktivitách bylo těžší udržet pozornost dětí. I v průběhu činností se některé děti odpojily a sedly si k rodičům. Nakonec jsme aktivity prováděly se 14 dětmi. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b> | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců            | 2   | 4      | 3     | 1     |
| dívek              | 2   | 3      | 3     |       |

**Průběh:** Úkolem ukázkové hodiny bylo předvést rodičům ne ucelené představení, jak mnozí očekávali, ale dovednosti, které děti za uplynulých sedm týdnů získaly. Průběh setkání probíhal stejně jako předchozí dny. Jen jsem všechny činnosti doprovázela mluveným slovem, abych rodičům objasnila, čeho daným pohybem chceme dosáhnout a v čem dětem pomůže v budoucích činnostech. Na úvod jsem zvolila pohybovou hru „vrány“, ve které mohly děti ukázat práci s rytmem a reakci na signál. Současně jsem vysvětlila rodičům, že si děti zdokonalují i celkovou koordinaci v prostoru a respektování ostatních dětí. Poté jsme zvolili aktivity na podlaze, které slouží k protažení jednotlivých částí těla. Opět jsem vysvětlovala rodičům, proč je důležité dbát na správné provedení, aby nedocházelo k pozdějším zraněním. Děti předvedly sed zkřížmo – rozsvěcování světýlka a vajíčko. Dále jsme společně procvičili špičky a ukázaly nácvik na taneční dřep. Plynule jsme přešly k ukázce tanečních kroků, které si děti doposud osvojily. Začali jsme poskočným krokem. Děti jsem rozdělila na dvě skupiny. Jedna se posadila na podlahu a druhá se v rytmu hudby pohybovala mezi nimi. Po tlesknutí se obě skupiny vyměnily. Následovala ukázka přísunného kroku. Zde jsem zvolila variantu krokové variace v kruhu na píseň „A jak sa ty ovečky“. Rodičům jsem objasnila, že přísunný krok patří mezi základní kroky, ze kterých poté vychází další složitější krokové varianty a je tedy nutné, aby děti ovládaly nejprve právě zmíněný přísunný krok. Celé setkání jsme zakončili pohybovou hrou „Květiny“, která rodičům ukázala, jak se děti umí vyrovnat s prohrou či naopak výhrou. Nesměla samozřejmě chybět ani signalizační hra „Teď dáme ruku sem“. Na úplný závěr jsme měli pro děti připraveny balíčky se sladkostmi, které byly označeny perníčkem s iniciály křestního jména dětí.

**Reflexe:** Na počátku jsem viděla v rodičích nadšení, neboť očekávali, že děti vystoupí s ucelenou choreografií. Když se tak nestalo, bylo znatelné mírné zklamání, které ale v zápětí vystřídalo zaujetí vůči popisovaným aktivitám. I rodiče dětí, které s námi cvičit nechťely, děti přemlouvaly, protože chtěli vidět, jak si vedou ony. Po skončení setkání za

námi rodiče přicházeli, že na setkání přišli s jinou představou, ale že jsou nadšeni z naší práce a určitě to jejich očekávání předčilo. Musím se přiznat, že to mě hřeje na srdci. Je to odměna za vykonanou práci, která není vždy jednoduchá. Dokonce jedna maminka, která pracuje na rehabilitačním oddělení, prohlásila, že je to úžasné cvičení, ze kterého si určitě vezme inspiraci.

### 5.3.9 Taneční den č. 9

Tab. č. 10 – Taneční den č. 9

|                              |  |        |       |       |
|------------------------------|--|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Tanečního setkání se zúčastnilo 8 dětí. Mnoho dětí bylo omluveno pro nemoc. Po jejich příchodu jsme se bavili o uplynulém setkání, o kterém děti mluvili s nadšením. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky   | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapečů                     |  | 2      | 2     | 1     |
| dívek                        |  | 2      | 1     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Rytmická cvičení „Holka modrooká“; Pohybová hra „Kuba řekl“  |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> sed rozkročný; výskoky  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Taneční kroky:</u> chůze přes patu – průprava, cval   |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Pohybová hra „Květinky“; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“  |        |       |       |

#### Úvodní část

- Rytmická cvičení „Holka modrooká“

Průběh: Děti jsem opět usadila do půlkruhu. Slova v písni, která jsme si určili v předchozí hodině, jsme jen zopakovali, tedy: holka, u potoka či v potoce. Dětem jsem ještě připomenula princip rytmičkého vytleskávání. Následoval zpěv doprovázený potlesky. V případě, že slova v písni nezněla, děti netleskaly.

Reflexe: Nyní, když jsme činnost opakovali, všimla jsem si, že se děti daleko více na text soustředí. Mnoho dětí spoléhalo na vizuální oporu. Některé činnosti zvládly velmi přesně.

- Pohybová hra „Kuba řekl“

Popis: Pravidla jsem uzpůsobila mým potřebám, to znamená, že děti ze hry nevypadávají na základě, chybně provedeného povelu. Učitel vyvolává v našem případě, vybrané polo-



hy, do kterých se děti dle povelu staví. Hra slouží ke kontrole, zda děti umí prvky správně rozpoznat.

Průběh: Děti jsem vyzvala, aby se rozmístily volně po prostoru. Poté jsem začala vyvolávat jednotlivé prvky: sed zkřížmo, dřep s oporou, stoj spatný, běh, atd. Jednotlivé prvky jsem náhodně střídala.

Reflexe: Všimla jsem si pohotových reakcí dětí na vyřčené povelu. Zároveň jsem kontrolovala, soustředěnost dětí na danou činnost, aby nedocházelo k tomu, že daný prvek jen tak odbijí a ihned přejdou do dalšího povelu. Menší děti často kontrolovaly pohledem na starší děti, zda prvek provádějí správně.

### Průpravná část

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; rovná záda; paže volně podél těla či opřená o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - b) sed zkřížmo; zakulacená záda; čelo opřené o chodidla či podlahu; paže v protažení
  - c) sed rozkročný; rovná záda; paže opřené před tělem
  - d) sed rozkročný (končetiny se neopírají o podlahu); rovná záda; paže v rozpažení „hvězdička“
  - e) sed skrčmo; končetiny u těla „klubko“
  - f) výskoky z místa

Průběh: Předchozí aktivita umožnila dětem volně se pohybovat po prostoru, proto jsem je v tomto rozmístění nechala, jen jsem je požádala, aby se posadily čelem ke mně. Zopakovali jsme prvky z předchozích setkání, aby se ujistila, že jednotlivá provedení správně chápou. V průběhu jsem obcházela mezi nimi, abych poopravila vzniklé nedostatky. Nově jsem zařadila výskoky z místa. S dětmi jsme vytvořili kruh čelem dovnitř kruhu a postavili se do stoje spatného. Vysvětlila jsem jim, v čem bude spočívat další aktivita. Společně vytleskáme tři doby. Přesněji počítáme: raz, dva tři a činnost doplňujeme potleskem. Poté se odrazíme z obou chodidel, naposledy se odráží palce u nohou. Při doskoku je postup opačný. Nejprve dopadají špičky a poté chodidlo. V dětech se snažíme evokovat tichý dopad, například špendlíkem, který když padne na podlahu, není slyšet. Výskoky směřujeme vzhůru a vpřed. V momentě kdy se dostaneme do středu kruhu, vyzkoušíme stejný postup, jen zády zpět.

Reflexe: Aktivitu, které jsem s dětmi opakovala z předchozích tanečních dnů, již děti zvládají velmi hezky. I provedení jednotlivých prvků je čím dál přesnější. Výskoky, jsou součástí každodenního pohybu dětí, proto bylo nutné upravit naučené chyby, jako například odražení se z plných chodidel a stejný dopad. Nedbalost při držení těla atd.

### **Hlavní část**

- Hra „Tichá pošta“

Popis: Děti si sednout do zástupu, tak aby se dítěti před sebou dívaly na záda. Dítě, které před sebou nikoho nemá, dostane pastelku a papír. Učitelka prvnímu dítěti nakreslí na záda například kruh. A postupně každé dítě nakreslí tomu před sebou, co cítilo, když mu dítě sedící za ním kreslilo na záda. Když pošta dojde k poslednímu dítěti, které má před sebou papír a pastelku, nakreslí na něj, co cítilo, při kreslení na záda.

Průběh: Vyzvala jsem děti, aby si sedly do zástupu za sebe tak, že dosáhnou prstem kamarádovi před sebou na záda. Poté jsem před dítě, které před sebou nemělo nikoho, položila papír a pastelku. Objasnila jsem dětem pravidla a zeptala se, zda tomu děti rozumí. Když odpověděly ano, nakreslila jsem prvnímu dítěti na záda kruh. Postupně kresba procházela přes všechny děti a poslední dítě na papír nakreslilo spirálu. Hru jsme zopakovali se stejným obrazcem. Na papíru vznikla šestka.

Reflexe: Nešlo ani tak o to, co poslední dítě nakreslí na papír, jak spíše o to, že děti nebudou mít obtíže při fyzickém kontaktu s ostatními dětmi. Na některých totiž bylo vidět, že kreslí ostatním na záda zlehka. Netuším, zda se jednalo o opatrnost či jistý ostych. Brala jsem to jako upozornění, že některým dětem nemusí být bližší kontakt s ostatními příjemný.

- Taneční kroky – chůze přes patu – průprava

Průběh: Aktivitu jsem zopakovala stejně, jako v předchozím setkání. Požádala jsem tedy děti o volnou chůzi po prostoru. Poté následovala chůze po špičkách a po patách, opět za doprovodu hudby. Vyzvala jsem děti, aby si vytvořily dvojice a chytli se za ruku. Ve dvojicích jsem děti postavila do jedné řady a zopakovala jsem jim princip chůze přes patu s následným došlápnutím na chodidlo. Určili jsme si rytmus, který děti při aktivitě měly respektovat. Poté děti postupně procházely tanečním prostorem. Následně jsme činnost doplnili o říkadlo „Naša Kačka“.

Reflexe: Výhodou byl menší počet dětí, takže byla možnost se více soustředit na jednotlivá provedení. Držení za ruce, bylo pro děti první setkání se s párovým držením. Nebylo na dětech poznat, že by někomu činilo obtíže podat druhému dítěti ruku. Některým dětem už šel krok poměrně pěkně. Chůze přes patu, kterou posléze doplníme o pravidelné pérování, patří mezi ty složitější taneční kroky a dětem trvá delší dobu, než jej dostatečně pochopí.

- Taneční kroky – cval

Popis: Jedná se ve své podstatě o přísuný krok, který doplníme o výskok.

Průběh: Děti jsem požádala, aby vytvořily kruh a chytily se za ruce. Nejprve jsme zopakovali samotný přísuný krok, který jsme poté doplnili o výskok. Ukázala jsem dětem správné provedení kroku a upozornila je na nedostatky, kterých by se mohly dopustit. Například nedokročení jedné končetiny ke druhé, vytáčení chodidel do směru atd. Poté jsme se chytli všichni za ruce a cval si vyzkoušeli.

Reflexe: I přes upozornění se drobné chyby vyskytly, ale vše jsme se ihned pokusili napravit.

### Závěrečná část

- Pohybová hra „Květiny“

Průběh: Děti si mezi sebou rozdali papírové květiny a už jsem nemusela ani hovořit, samostatně je rozložili po taneční ploše. Na úvod jsem jim řekla, že nyní mohou běžet, ale že postupně jim budu zadávat krok, kterým se mezi květinami budou pohybovat. Na konci hry zvítězil chlapec.

Reflexe: Vzhledem k tomu, že již znají poskočný krok a cval, rozhodla jsem se dětem určovat krok, kterým se mohou pohybovat. Tím jsem se pokusila upevnit získané dovednosti a především jsem se opět ujistila, že daný taneční krok zvládají i pojmenovat.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

Reflexe: Tentokrát děti samotné vybíraly části těla, které chtěly ve hře použít.

### **5.3.10 Taneční den č. 10**

Tab. č. 11 – Taneční den č. 10

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Na taneční den se dostavilo celkem 10 dětí. Mnoho dětí bylo opět omluveno pro nemoc. Jeden z chlapců svou docházku do kroužku |
|------------------------------|---|

|                        |  |        |       |       |
|------------------------|--|--------|-------|-------|
|                        | ukončil, vzhledem k prodělanému úrazu nohy a následné dlouhodobé rehabilitaci.                         |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>     | 3 roky   | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                |  | 3      | 2     | 1     |
| dívek                  |  | 3      | 1     |       |
| <b>Úvodní část:</b>    | Pohybová hra „Kuba řekl“   |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b> | <u>Nácvik poloh:</u> výskoky s otočením  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>    | <u>Taneční kroky:</u> chůze přes patu s pravidelným pérováním; párové držení – za ruce, za lokty; cval |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b> | Pohybová hra „Tichá pošta“; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“   |        |       |       |

### Úvodní část

- Pohybová hra „Kuba řekl“

Průběh: Rozmístila jsem děti volně po prostoru a řekla jsem jim, která činnost bude následovat. Poté jsem začala vyvolávat jednotlivé prvky: běh, cval, dřep s oporou, stoj spatný atd. Prvky jsem náhodně střídala.

Reflexe: Hru jsem zvolila jako formu zahřátí před následujícími činnostmi. Jednalo se zároveň i o opakování již osvojených prvků. Některým dětem vybrané polohy ještě činní obtíže, ale je to dáno i tím, že při setkáních se nesejdou vždy všechny děti, čímž vzniká delší pauza v procvičování.

### Průpravná část

- Nácvik poloh:
  - a) sed zkřížmo; rovná záda; paže volně podél těla či opřená o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - b) sed zkřížmo; zakulacená záda; čelo opřené o chodidla či podlahu; paže v protažení
  - c) sed rozkročný; rovná záda; paže opřené před tělem
  - d) sed rozkročný (končetiny se neopírají o podlahu); rovná záda; paže v rozpažení „hvězdička“
  - e) sed skrčmo; končetiny u těla „klubko“

- f) výskoky z místa
- g) výskoky s obraty o 90°; 180°, 360°

Průběh: Děti jsem usadila do kruhu a společně jsme zopakovali prvky, které děti již dobře znají a jsou nutné k protažení vybraných svalových skupin. Děti jsem vždy jen obešla, a pokud to bylo nutné, opravila chybné provedení. Poté jsme přešli k výskokům. Nejprve jsme zahřáli končetiny pravidelným pérováním s postupným zvedáním pat od podlahy. Následovala činnost, z předešlého setkání, tedy tři tlesknutí a výskok směrem do středu kruhu. Jakmile jsme měli aktivitu dokončenou, upozornila jsem děti, že nyní si výskok zkusíme s otočením. Všechny děti jsem obešla a ukázala jim, na kterou stranu se budou otáčet. Zvolila jsem pravotočivou vytáčku. Jako hudební doprovod jsem zvolila píseň „Šla Nanyňka do zelí“. Na první dobu tři tlesknutí, na druhou dobu následuje odraz a měkký dopad. Nejprve jsme procvičili čtvrt obraty a poté jsme přidali půl obraty. Jak zpestření jsme vyzkoušeli i obrat o celou vytáčku a zkusili jsme krátkou variaci se čtyřmi čtvrt obraty a poskočný krokem po směru kruhu, právě na melodii „Šla Nanyňka do zelí“. Dbala jsem na správné držení těla, na zpevnění dolních končetin při odraze i dopadu a především na způsob odrazu.

Reflexe: Nyní, když už děti většinu cvičebních poloh znají, je průběh jednotlivých setkání daleko hladší a je tedy čas věnovat se i dalším dovednostem, které si děti mohou osvojit. Těmi jsou například výskoky s obraty. Bylo to něco nového, ale děti se z činnosti velmi těšili.

### **Hlavní část**

- Taneční kroky – chůze přes patu s pravidelným pérováním

Průběh: Děti jsem požádala, aby se postavili do řady, a nejprve jsme zopakovali pouze chůzi přes patu, opět k uvědomení si používaných a potřebných částí chodidla. Vyzvala jsem děti, aby si vytvořily dvojice a chytli se za ruku. Ve dvojicích se opět postavily do řady a zopakovali jsme princip chůze přes patu s následným došlápnutím na chodidlo. Poté děti postupně procházely tanečním prostorem za doprovodu rytmického říkadla „Naša Kačka“. Při dalším opakování jsme zařadili i pravidelné pérování v kolenu spojené s chůzí přes patu. Poté jsem děti požádala, aby vytvořili další dvojice, a společně jsme si ukázali párové držení za lokty. Děti při něm stály pravými boky k sobě a ruce měly zaklesnuté v loktech. Současně jsme si i vyzkoušeli valašský krok, právě v tomto držení.

Obr. č. 4 – párové držení za ruce I



Obr. č. 5 – párové držení za ruce II



**Reflexe:** V menším počtu dětí, byla opět možnost se věnovat podrobněji vzniklým nedostatkům. Děti měly možnost seznámit se s párovým držením, které později využijeme v choreografii. Držení za lokty jim činilo mírné obtíže, neboť měly tendence se chytat pravým a levým bokem k sobě, čímž stály obě děti vedle sebe a taneční kroky, by tak nemohli provést. V průběhu aktivit, jsem zkoušela zjistit, zda děti jednotlivé kroky rozeznají.

- Taneční kroky – cval

**Průběh:** Společně s dětmi jsme vytvořili kruh a zopakovali jsme si nejprve samotný přísunný krok. Poté jsme zopakovali taneční variaci na melodii „A jak sa ty ovečky“. Dále jsem požádala děti, aby se opět postavili do řady a chytily se za ruce. Cval jsme procvičovali ve dvojicích, aby měly děti možnost opory.

**Reflexe:** Osvojený taneční krok, děti celkem zvládly. Jen jsem dohlížela a upozorňovala na dostatečné dokročení nohou při doskoku a vytáčení špiček do směru kroku. Tyto obtíže se u dětí vyskytovaly nejčastěji.

### **Závěrečná část**

- Hra „Tichá pošta“

**Průběh:** Děti jsem vyzvala, aby si sedly do zástupu za sebe, taky aby dosáhly kamarádovi před sebou na záda. Poté jsem opět před dítě, které před sebou nemělo nikoho, položila papír a pastelku. Dětem jsem zopakovala pravidla a následně jsem prvnímu dítěti na záda nakreslila spirálu. Záměrně jsme volila nepřerušovaný a plynulý pohyb. Postupně kresba

procházela přes všechny děti. Poslední dítě na papír nakreslilo spirálu. Hru jsme zopakovali, tentokrát s domečkem. Nakreslila jsem tedy čtverec a na něm střechu. Na papíru vznikl hlavonožec.

**Reflexe:** Nyní, když už děti pravidla hry měly dostatečně osvojené a již znaly průběh hry, nebyla na žádném z nich znát jistá obava z fyzického kontaktu. Děti se při hře chovaly tiše a netrpělivě čekaly, až na ně dojde řada.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

**Reflexe:** Do hry jsme dnes zapojili i jazyk, což děti trochu zaskočilo, ale náramně se bavily, když jsme text písni kvůli vyplazenému jazyku nemohli přezpívat. Zvolila jsem i oči, u kterých děti nevěděly, jak s nimi mohou hýbat a tak bylo komické pozorovat, jak různě mrkají a koulí očima. Bavily se i ony samotné.

### 5.3.11 Taneční den č. 11

Tab. č. 12 – Taneční den č. 11

|                              |  |        |       |       |
|------------------------------|--|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Celkem se tanečního setkání účastnilo 15 dětí. Dvě nejmladší děti přišly do kroužku po delší odmlce a měly tedy trochu problém se začlenit mezi ostatní, co týkalo tanečních kroků. Musela jsem pro ně tedy volit snazší varianty a kolegu jsem poprosila, aby se jim více věnoval. S ostatními dětmi jsme pokračovali beze změny. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky   | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      | 1  | 4      | 2     | 1     |
| dívek                        | 1  | 3      | 3     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Píseň „A vy staré papuče“, Pohybová hra „Na Kokša“;  |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> výskoky s obraty  |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Nácvik choreografie:</u> 2. a 3. část   |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Pohybová hra „Na strýca“; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“   |        |       |       |

### Úvodní část

- Píseň „A vy staré papuče“

#### Popis:

- 1) A vy staré papuče, ono to nic netluče!

A jak by to tlúklo, je to samé sukno!

Průběh: Děti jsem posadila do půlkruhu. Nejprve jsme se společně naučili text písně, který jsme posléze, za doprovodu klavíru, doplnili o melodii. Píseň jsme ještě jednou zazpívali.

Reflexe: Text písně je krátký a jednoduchý. Pouze jsme si vysvětlili, co znamená slovo sukno. I melodie k písni je jednoduchá, takže děti neměly problém si píseň zapamatovat.

- Pohybová hra „Na Kokša“

Popis: Jedná se o honičku, která je doprovázena mluveným slovem. Děti stojí v zástupu, přičemž jedno z dětí, je vždy čelem k zástupu a probíhá mezi nimi slovní výměna. Začíná dítě stojící před zástupem, zástup společně odpovídá.

„Kokeš“

„Co chceš“

„Masa“

„Jdi do lesa“

„Nemám klůča“

„Vypošťaj si od zadního strýca“

Na poslední slova vyběhá dítě, které stojí čelem k zástupu. Samo si volí stranu, kterou kolem zástupu poběží. Dítě, které stojí poslední v zástupu, vyběhá ve stejný moment a snaží se utéci. Musí však dodržet to, že běží pouze kolem zástupu vpřed, aby se co nejrychleji dostalo na začátek zástupu. Pokud se střetnou, dítě, které stálo čelem k zástupu, se řadí na začátek a dítě, které bylo chyceno, se postaví čelem k němu. Pokud se nepotkají, dítě, které stálo čelem, se vrací na své místo a dítě, které stálo poslední v řadě, se nyní postaví na začátek zástupu.



Průběh: Děti jsem postavila do zástupu a pokusila jsem se jim vysvětlit pravidla. Poté jsem přestoupila k praktickému znázornění. Hru jsme si nejprve prošli společně, jednak proto, aby si děti osvojily text, ale také proto, aby pochopily princip hry. Když jsme se přesunuli k samotné hře, text jsem přeřikávala společně s dětmi. Činnost jsme několikrát zopakovali, aby se děti prostřídaly.

Reflexe: Nejprve jsme si s dětmi vysvětlily slova, kterým v textu nerozuměly. Poté jsme si vyzkoušely samotnou honičku. Některé děti, měly tendence obíhat celý zástup dokola nebo dokonce odbíhat mimo zástup. Po několika opakováních princip pochopily. Potíže jim činil pouze text, ale věřím, že se jednalo pouze o problém s dialektem.

### **Průpravná část**

- Návčik poloh:
  - a) sed zkřížmo; rovná záda; paže volně podél těla či opřená o kolena – „rozsvěcujeme světýlko“
  - b) sed zkřížmo; zakulacená záda; čelo opřené o chodidla či podlahu; paže v protažení
  - c) výskoky z místa
  - d) výskoky s obraty

Průběh: Děti jsem nechala posadit do kruhu. Po celkovém protažení, jsem zařadila opět výskoky s obraty. Zopakovali jsme si variaci na melodii „Šla Nanyňka do zelí“.

Reflexe: V průběhu protahovacích cvičení bylo nutné se věnovat menším dětem, které kroužek delší dobu nenavštěvovaly, aby došlo k nápravě chybných provedení. Výskoky neprováděly s obratem, ale pouze na místě, čelem do kruhu. Ostatní děti se zapojovaly aktivně a pohotově reagovaly na pokyny při procvičování jednotlivých prvků.

### **Hlavní část**

- Návčik choreografie

Popis: Choreografie je inspirována dětskými hrami na Valašsku. Na začátku se děti scházejí na jevišti a představují sběr plodin: jahody a maliny. Poté si melodickou řečí ukazují, co nasbíraly, rozhovor plynule přechází v hru na „Ptáčku jak zpíváš“. Zde napodobují nejrůznější druhy ptáku a jejich řeč převádí do lidské řeči. Následuje tanec, kdy děvčata vytvoří dva menší kroužky po stranách jeviště a chlapci jeden velký kruh ve středu. Poté jeden z chlapců zakřičí „Na strýca“. Jedná se o honičku, při které jedno z dětí leží čelem k zemi a

ostatní kolem vytvoří kruh. Následuje hra „Na Kokša“ po jehož skončení zazní hvízdnutí a děti začínají tancovat závěrečný tanec „Mysliveček“. Poté zástupem odcházejí pryč z jeviště.

Průběh: Jednotlivým dětem jsem určila role ptáků, které budou představovat, a postupně jsme se seznamovali s textem. Ten jsme posléze doplnili i o charakteristický pohyb. Následovala taneční variance, kdy děti vytvořily tři kroužky, děvčata a chlapci samostatně. Chlapci rytmicky vydupávali první dobu (12 dob), přičemž pochodovali po kruhu, následoval poskočný krok. Děvčata měla naopak přísunný krok (8 dob) do jedné strany a poté do druhé, následoval zase poskočný krok. Po skončení tance jsem určila chlapce, který zakřičí „Na strýca“ a lehne si čelem k zemi na podlahu. Následovala hra na strýca. Nejprve jsme si vysvětlili pravidla a poté jsem vybraného chlapce upozornila, že vzhledem k choreografii, bude honit další vybranou dívku, aby hra na jevišti netrvala dlouho. Osvojení textu jsem nechala až do závěrečné části. Naposledy jsme si zopakovali hru „Na Kokša“. Opět jsem vybrala děti, které hru začnou a budou přednášet text. Děti vytvořily zástupy dva. Celou pasáž jsme si po jednotlivých částech zopakovali. Nakonec jsme si společně zopakovali ještě píseň „A vy staré papuče“.

Reflexe: Vzhledem k tomu, že jednotlivé části, jsme si postupně osvojovali již v průběhu předchozích tanečních dnů, probíhala práce s dětmi plynule. Děti se zvládli naučit střední část choreografie, ke které posléze připojíme i začátek a konec. Ve skupině byly i starší děti, které se staly tahouny skupiny, a mohla jsem se spolehnout, že menším dětem poradí a tak se i dělo.

### Závěrečná část

- Pohybová hra „Na strýca“
  - 1) Umřel nám strýc, nezanechal nám nic.  
Enom jednu podkovičku, aj tu strčil pod lavičku.  
Nebudem mu zvonit', až nás bude honit'!

Průběh: Nejprve jsme se naučili text písně a doplnili ji o melodii. Rozpočítadlem jsem vybrala jedno dítě, které si lehlo čelem na zem a hru „Na strýca“ jsme si zahráli ještě jednou. Děti kolem ležícího dítěte vytvořily kruh, chytly se za ruce a volně po kruhu kráčely do rytmu. Po dozpívání písně měly samy možnost určit si, koho dohoní. Aby se děti prostřídaly, hru jsme několikrát zopakovali.

Reflexe: Mohlo by se znát, že textu v dnešním tanečním dnu je mnoho, ale ze zkušenosti vím, že děti s osvojením nemají problém, neboť jsou texty krátké a jednoduché. Při příštím setkání se opět v průběhu nácviku choreografie s textem setkají. Nyní jsem se snažila dávat pozor na správné vyslovování a intonaci hlasu.

- Pohybová hra „Ted’ dáme ruku sem“

Reflexe: Opět se nám stalo, že nám vyšel čas pouze na jednu část těla. Vybrala jsem zadek, neboť u toho se děti nejvíce nasmějí.

### 5.3.12 Taneční den č. 12

Tab. č. 13 – Taneční den č. 12

|                              |  |        |       |       |
|------------------------------|--|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Celkem bylo přítomno 12 dětí. Docházku dětí v tomto směru shledávám jako nevýhodu, neboť při nácviku choreografie je dobré, když by se tanečních dnů zúčastnil, vždy co největší počet dětí k plynulému propojení všech částí. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky   | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      | 1  | 2      | 3     |       |
| dívek                        | 1  | 3      | 2     |       |
| <b>Úvodní část:</b>          | Píseň „A vy staré papuče“, Pohybová hra „Na Kokša“;  |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b>       | <u>Nácvik poloh:</u> leh na břicho   |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>          | <u>Nácvik choreografie:</u> 2. a 3. část   |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b>       | Pohybová hra „Barevné stuhy“; Pohybová hra „Ted’ dáme ruku sem“  |        |       |       |

#### Úvodní část

- Píseň „A vy staré papuče“

Průběh: Děti jsem usadila do půlkruhu a společně jsme si zopakovali text písně. K procvičení rytmického citění, jsem zvolila vytleskávání rytmu na 1. dobu. Píseň za doprovodu klavíru a rytmického vytleskávání jsme si společně zazpívali.

Reflexe: Po zopakování textu jsem dětem předvedla, jaký způsobem doprovodíme zpěv tleskáním. Po tlesknutí na první dobu, dáme ruce na druhou dobu od sebe, jako bychom

otevírali například knihu. Dětem to pomůže při respektování jednotlivých dob. Text dětem nečil žádný problém

- Pohybová hra „Na Kokša“

Průběh: Než jsme se přesunuli z půlkruhu do dvou zástupů, nejprve jsme si všichni zopakovali text, který se objevuje ve hře „Na Kokša“. Poté jsem děti rozdělila do dvou zástupů. Měla jsem štěstí, že zrovna děti, které se minulého setkání účastnily a určila jsem je i v choreografii k hraní této hry, byli přítomny. Hru jsme si tedy mohly zahrát tak, jako se objevuje i v připravovaném čísle.

Reflexe: Využila jsem toho, že byly děti přítomny a určila jsem právě je. Pomohlo nám to k upevnění pravidel, která děti posléze využijí i na jevišti.

### **Průpravná část**

- Návčik poloh:
  - a) leh na břicho; ruce podél těla

Průběh: Nejprve jsme provedli protahovací cvičení, při kterých jsme si zopakovali vznošené držení těla v poloze sed, následné uvolnění. Poté jsem děti požádala, aby si lehly na břicho, tak že se čelo dotýká země, ruce jsou podél těla. Zatažením hýžd'ových svalů a protažením špiček, děti motivujeme, jako by byly provázek, který se natahuje do dálky. Dále jsme provedli protažení dolních končetin v sedu i ve stoji.

Reflexe: Při provádění lehu na břicho je nutné dbát na to, aby děti dokázaly zapojit hýžd'ové svaly a nevytáčely kotníky. Špičky směřují rovnoběžně vpřed. Nesmí docházet ani k vytáčení hlavy. Páteř je v celé délce v protažení. Je nutné činnost opakovat po kratších intervalech, neboť děti nevydrží tak dlouho v napětí.

### **Hlavní část**

- Návčik choreografie

Průběh: Nejprve jsem zkontrolovala přítomnost dětí, které byly v předchozím setkání určeny k hraní jednotlivých rolí. Za jednoho chlapce, který křičel „Na strýca“, jsem musela zaskočit. Ptáky, které představovaly děti a nebyly přítomny, jsme nyní vynechali. Děti jsem postavila do půlkruhů a řekla jsem, že si zopakujeme část choreografie, kde se představují jednotliví ptáčci. Poté jsem s každým dítětem zvlášť prošla jeho roli včetně pohybu. Stejným způsobem jsme postupovali i v dalších částech doposud osvojené choreografie.

Reflexe: Překvapilo mě, že některé děti, tedy především děvčata si pamatovala, jak jde choreografie za sebou. Byla jsem samozřejmě hlavní nápovědou, ale spolupráce fungovala i mezi dětmi. Starší děti, napovídaly mladším, kde se mají postavit a co mají říkat či zpívat. Choreografii jsme ještě jednou zopakovali

### Závěrečná část

- Pohybová hra „Barevné stuhy“

Popis: Předem si připravíme na papíru v řadě nakreslené barevné puntíky větší velikosti, které se budou různě barevně střídat. Dále si nachystáme stejně barevné stuhy, které budou i ve stejném počtu, jako jsou zakresleny na papíru. Předlohu s puntíky umístíme pár metrů od startovacího pole dětí. Děti rozdělíme do dvou skupin a dáme jim k dispozici barevné stuhy. Jejich úkolem je vždy jednotlivě doběhnout k předloze, zjistit barvu stuh, která je v pořadí, doběhnout zpět stuhu správné barvy vyzvednout a položit nataženou před předlohu. Místo stuh můžeme použít i barevné PET vršky. Vyhrává to družstvo, které jako první poskládá celou řadu předkreslených puntíků.

Průběh: Děti jsem rozdělila do dvou družstev o stejném počtu a vysvětlila jsem jim pravidla. Poté jsem předvedla způsob, jakým stuhy budou před předlohu klást. Upozornila jsem ještě jednou na to, že běží vždy jen jeden z družstva, až v momentě kdy doběhne zpět bez stuh, vybíhá další hráč. Z počátku měly děti problém vydržet, než ostatní doběhnou. Některé se i dvakrát vracely, aby se ujistily, že vzaly správnou barvu. Nakonec pravidly všichni pochopili. Starší děti si dokonce pamatovaly i barvu, která bude následovat a kamarádovi, který šel po nich, poradily, když si nevěděl rady. Hra byla příjemným odpoutáním pozornosti od nacvičované choreografie.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

Reflexe: Tak jako již v předchozích setkáních jsem nechala děti, aby si samy zvolily části těla, které budeme ve hře používat. Předháněly se v tom, kdo část těla zvolí.

### 5.3.13 Taneční den č. 13

Tab. č. 14 – Taneční den č. 13

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Při tanečním setkání bylo přítomno 15 dětí. Docházku dětí v tomto směru shledávám jako nevýhodu, neboť při nácvičce choreografie je dobré, když by se tanečních dnů zúčastnil, vždy co největší počet dětí |
|------------------------------|--|

|                        |   |        |       |       |
|------------------------|---|--------|-------|-------|
|                        | k plynulému propojení všech částí.                        |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>     | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                | 1   | 3      | 3     | 1     |
| dívek                  | 1   | 3      | 3     |       |
| <b>Úvodní část:</b>    | Píseň „Šlo děvčátko na jahody“, Pohybová hra „Na strýca“; |        |       |       |
| <b>Průpravná část:</b> | <u>Nácvik poloh:</u> leh na břicho                        |        |       |       |
| <b>Hlavní část:</b>    | <u>Nácvik choreografie:</u> 1. a 4. část                  |        |       |       |
| <b>Závěrečná část:</b> | Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“                          |        |       |       |

### Úvodní část

- Píseň „Šlo děvčátko na jahody“

#### Popis:

- 1) Šlo děvčátko na jahody, zablúdilo v lese.  
Potkalo tam bednáříčka, co obrůčky nese.
- 2) A ty milý bednáříčku, já ťa pěkně prosím.  
Okuj ty ně puténečku, co já ráda nosím.

Průběh: Děti si posedaly do půlkruhu a společně jsme se naučili text písně. Vždy jsem nejprve text přednesla a děti jej po mě opakovaly. Poté jsme text spojili s melodií. Celou píseň jsme zopakovali ještě jednou.

Reflexe: V textu se objevují slova, kterým děti nerozuměly, proto jsme si nejprve objasnili jejich význam, ale i správnou výslovnost.

- Pohybová hra „Na strýca“

Průběh: Rozpočítadlem jsem vybrala dítě, které bude představovat prvního „strýca“. Ostatní děti kolem něj vytvořily kruh a za zpěvu písně do rytmu pochodovaly. Opět si mohly samy zvolit, které dítě budou honit. Aby se děti prostřídaly a zároveň i zahrály, hru jsme ještě dvakrát zopakovali.

Reflexe: Když jsem začala přeríkávat rozpočítadlo, bylo na dětech vidět, jak chtějí, aby byly vybrány právě ony. Na některých bylo vidět i zklamání, když řada nepřišla na ně.

V průběhu jeden chlapce upadl na zem, ale nic vážného se nepříhodilo. Nechala jsem jej, aby si na chvíli odpočinul a poté se k nám zpátky přidal.

### **Průpravná část**

- Návčik poloh:
  - b) leh na břicho; ruce podél těla

**Průběh:** Po úvodním protažení v poloze sed zkřížmo a rozkročmo, jsem opět zařadila i leh na břicho, tentokrát s protažením vzhůru, při kterém dochází k protažení páteře. Uvedla jsem děti do správné polohy na břicho. Poté jsme protáhly ruce do vzpažení a v dětech jsem se snažila evokovat pocit toho, že jsou hadi, kteří zvedají své tělo vzhůru. Upozornila jsem na to, že nesmí docházet k záklonu hlavy.

**Reflexe:** Průpravnou část již děti berou jako samozřejmou součást každého setkání, vždy se proto snažím zapojit novou polohu, která by děti vedla k rozvoji pohybových schopností. Je však nutné neustále opakovat i ty, které mají děti již pevně zakotveny. U polohy leh na břicho, je nutné dávat pozor na to, aby nedocházelo k vytáčení páteře či jiným nedostatkům.

### **Hlavní část**

- Návčik choreografie

**Průběh:** Úvodní část choreografie začínají dvě děvčata. Určila jsem tedy dvě starší děvčata, která na jevišti vcházejí jako první za zpěvu písně. Při druhé části první sloky, se k nim přidává zbytek děvčat a všechny napodobují sběr jahod. Děvčat jsem se tedy nejprve zeptala, zda již někdy jahody sbírala. Následně jsme si předvedly, jak takový sběr probíhá. Na druhou sloku se přidávají i chlapci a ti naopak sbírají maliny. Otázku jsem položila úplně stejně, jen jsem se zeptala na sběr malin. Opět jsme si ukázali, jak bude sběr probíhat. Celou úvodní část, jsme si vyzkoušely za doprovodu klavíru, společně se zpěvem. Ještě před tím, jsem děti upozornila, že na poslední sloku se všichni sejdou v přední části jeviště, kde si poté posedají. Když jsme píseň propojili s tancem, postoupili jsme dál k části choreografie, kde si děti ukazují plody, které nasbíraly. Jednotlivým dětem jsem určila jejich role. Vše jsme ještě jednou zopakovali.

**Reflexe:** První část čísla si děti zapamatovaly velmi rychle. Bylo vidět, že se starší děti soustředí na píseň, aby nezapomněly dojít do středu jeviště, než píseň skončí. Mladší děti se k nim automaticky přidaly. Zábavné bylo sledovat, jak se děti do sběru opravdu vžily.

Ochutnávaly, vyměňovaly si je navzájem. Při nácviu jednotlivých rolí, kdy si děti plody ukazují, bylo nutné dát opět pozor na správnou výslovnost, aby děti významu porozuměly.

- Tanec „Mysliveček“

**Popis:** Jedná se o párový figurální tanec, v držení za lokty a za ruce. Dvojice se postaví do párového držení za lokty a valašským krokem se společně obchází. Poté následuje pasáž se čtyřmi cvaly a třemi poskoky, nejprve do jedné a poté do druhé strany.

**Průběh:** Vzhledem k tomu, že všechny taneční kroky, které se v tanci vyskytují, děti již znají, vysvětlila jsem, které taneční kroky použijeme a propojila jsem je s melodií, aby jim osvojení šlo snáze. Poté jsme si tanec zkusili společně zatancovat. V průběhu jsem opravovala drobné chyby v postavení.

**Reflexe:** Zde zužitkujeme schopnost dětí pojmenovat jednotlivé taneční kroky, neboť se již nemusíme zdržovat s jejich ukázkou. Děti dobře vědí, co který krok znamená. Důležitá je nyní návaznost tance s melodií a jejich vzájemné propojení. To některým dětem činilo potíže. Pomohla jsem si tím, že jsem do dvojice spojila děti, které propojení zvládaly a ty, kterým to činilo lehké obtíže. Navzájem si pomohly a podržely se.

### **Závěrečná část**

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

**Reflexe:** Nyní jsme opět zvolili variantu, kdy jsme se přemísťovaly po tělocvičně a děti nás následovaly. Je zábavné sledovat, že byt' je hra zapojována při každém setkání, děti si v ní vždy najdou něco, co je velmi pobaví.

### **5.3.14 Taneční den č. 14**

Tab. č. 15 – Taneční den č. 14

|                              |   |        |       |       |
|------------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Při tanečním setkání bylo přítomno 16 dětí. V předchozím setkání jsem dětem vysvětlila, že to dnešní setkání je poslední před očekávaným vystoupením. Mnoho dětí projevilo nadšení, ale i jisté obavy, neboť věděly, že při představení nebudou přítomni jen rodiče, ale i cizí lidé. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      | 1   | 3      | 3     | 1     |
| dívček                       | 1   | 3      | 4     |       |



|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>Úvodní část:</b>    | Píseň „Šlo děvčátko na jahody“                                 |
| <b>Průpravná část:</b> | Opakování osvojených poloh                                     |
| <b>Hlavní část:</b>    | Vzájemné propojení choreografie                                |
| <b>Závěrečná část:</b> | Pohybová hra „Barevné stuhy“; Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“ |

### Úvodní část

- Píseň „Šlo děvčátko na jahody“

Průběh: Za doprovodu reprodukované hudby jsme si s dětmi zopakovali píseň „Šlo děvčátko na jahody“. Děti přitom seděly opět v půlkruhu.

Reflexe: Text dětem nečil žádné potíže, dokázaly správně intonovat i dodržovat rytmus. Upozorňovala jsem pouze na hlasitost při zpěvu, která měla tendenci upadat.

### Průpravná část

Průběh: Požádala jsem děti, aby se rozmístily volně po prostoru a vysvětlila jsem jim, že jakmile začne hrát hudba, pohybují se v běhu ve vymezených prostorách tělocvičny. Jakmile se hudba zastaví, každý si najde svoje místo. V době, kdy hudba nehrála, jsme si postupně zopakovali již osvojené polohy, které slouží k protažení jednotlivých svalových partií.

Reflexe: Vzhledem k tomu, že se jednalo o poslední hodinu, při které jsme se s dětmi sešli, zvolila jsem trochu jinou variantu, než na kterou byly obvykle zvyklé. Propojila jsem část, při které se děti během zahřály s částí protahovací. Při jednotlivých polohách jsem už jen kontrolovala správné provedení. V případě, že tomu tak nebylo, stačilo pouze slovní upozornění na nedostatek.

### Hlavní část

- Vzájemné propojení choreografie

Průběh: Pomocí židliček, jsem vytvořila pomyslné hlediště, aby měly děti představu, jak to v den představení bude vypadat. Zároveň jsem domluvila i možnost vyzkoušet si choreografii přímo na jevišti, nejprve jsem však chtěla zopakovat a propojit jednotlivé části v místě, kde to děti dobře znají. Když jsme zopakovali jednotlivé části, pokusili jsme se je vzájemně propojit. Celou choreografii jsme ještě jednou zopakovali. Poté jsme se přesunuli na místo, kde bude představení probíhat. Jeviště jsem dětem nejprve ukázala a vysvětlila

jsem jim, odkud budou přicházet a kam odcházet. Současně jsem jeviště i označila, aby se mohly děti lépe orientovat. Celou choreografií, za doprovodu hudby jsme si zopakovali na jevišti ještě jednou.

**Reflexe:** Zpočátku bylo propojení jednotlivých částí trochu kostrbaté, ale postupně děti přicházely na to, že se jedná pouze o spojení částí, které už dobře znají. Starší děti mě v tom velmi pomohly, ale musím přiznat, že i ty menší děti byly šikovné, jen jim delší dobu trvalo, než se zorientovaly. Když jsme s nácvikem skončili, měla jsem z toho dobrý pocit a ten jsem se snažila přenést i na děti.

### **Závěrečná část**

- Pohybová hra „Barevné stuhy“

**Průběh:** Aby si děti od choreografie odpočinuly, zařadila jsem opět hru s barevnými stuhami. Dětem jsem jen osvětlila pravidla, se kterými se již seznámily, a požádala jsem je, aby se rozdělily do dvou družstev. Každému jsem určila startovací místo a poskytla jim barevné stuhy. Současně jsem položila i předlohy ke kladení barevných stuh.

**Reflexe:** První hra byla spíše k osvěžení pravidel, ale při druhém opakování se děti velmi snažily. Abych byla spravedlivá, hru jsme zopakovali ještě jednou a nakonec byli vítězové všichni.

- Pohybová hra „Teď dáme ruku sem“

**Reflexe:** Při dnešním setkání jsem zvolila vybrané části těla, ale obměnila jsem hru v tom, že děti musely pracovat s výškou hlasu a hlasitostí. To znamená, že například ruku, jsme zpívaly tenkým hláskem, nohu naopak hlubokým atd. Opět jsme se hodně nasmáli.

### **5.3.15 Taneční den č. 15 – taneční představení**

Tab. č. 16 – Taneční den č. 16

|                              |   |        |       |       |
|------------------------------|---|--------|-------|-------|
| <b>Charakteristika dětí:</b> | Taneční představení veřejnosti představilo 17 dětí. Nervozita na dětech nebyla vidět, naopak bylo to nadšení a nedočkavost, když viděli nejen rodiče, ale i ostatní cizí návštěvníky. |        |       |       |
| <b>Počet dětí:</b>           | 3 roky  | 4 roky | 5 let | 6 let |
| chlapců                      | 2   | 4      | 2     | 1     |
| dívek                        | 2   | 3      | 3     |       |

Popis: Taneční představení se konalo v polovině února, přesněji 12. 2. 2016. Průběh představení byl pod taktovkou střediska volného času Alcedo a jednalo se o ukázkou činnosti, jednotlivých tanečních oborů. Současně s námi tedy vystoupilo ještě dalších 62 dětí, z jiných žánrových oblastí.

Průběh:

Společně s dětmi a rodiči, jsme se setkali přibližně hodinu před začátkem představení. Byl to čas určený k přípravě a koncentraci všech zúčastněných. Nejprve jsme se šli všichni podívat na jeviště, kde budeme vystupovat, abychom je označili značkami, pro snazší orientaci dětí. Technické podpoře jsem předala CD nosič s nahrávkami, abych si ověřila, že vše bude fungovat, jak má. Vyzkoušeli jsme si vybrané pasáže z choreografie a poté se odebrali do šatny, kde jsme měli určené místo k převleku. Rodičům jsem rozdala, dětem určené krojové součásti a současně jsem jim poradila, jak do něj děti mají obléci. Kroje pro děti byly zapůjčeny z dětského folklórního souboru Ondrášek z Brna. Poté jsem děvčátkům, dle délky vlasů, zapletla jeden či dva copy, které jsem ozdobila barevnými stuhami. Chlapci měli přípravu v tomto směru jednodušší. Oblékly si pouze kalhoty a halenu. Všechny děti měly při představení bosé nohy, nyní se však pohybovaly v pantoflích. Poté jsme si společně zazpívali písně, které se objevují v choreografii a zopakovali jsme si párový tanec „Mysliveček“. Jeden z členů organizačního tým nás mezitím přišel informovat, že nastal čas, kdy budou děti vystupovat. Společně jsme se tedy odebrali k místu jeviště. Pro větší bezpečnost dětí, jsem požádala dva členy organizačního tým, zda by v čase vystoupení nemohly stát za plentami jeviště v případě, že by nastala nějaká nečekaná situace. Po zaznění úvodní přede hry děti vystoupily na jeviště. V průběhu nebylo potřeba do představení nijak zasahovat, děti choreografii zvládly samostatně. Po jejím skončení jsme se odebrali zpátky do šatny, kde jsme pro děti měli připravenou odměnu ve formě sladkostí a dětského šampaňského.

Reflexe: Víc než děti jsem nervozitu pocítovala já, ale věděla jsem, že za žádných okolností ji nesmím nechat znát. Průběh příprav i představení probíhal bez komplikací a tak jsem nakonec byla spokojená z odvedené práce. Pro děti byly odměnou sladkostí a šampaňské, pro nás jejich radost a ten široký úsměv. Spokojenost jsem cítila i na straně rodičů, kteří nám po skončení představení přišli poděkovat předáním květiny.

## 6 EVAULACE PROGRAMU

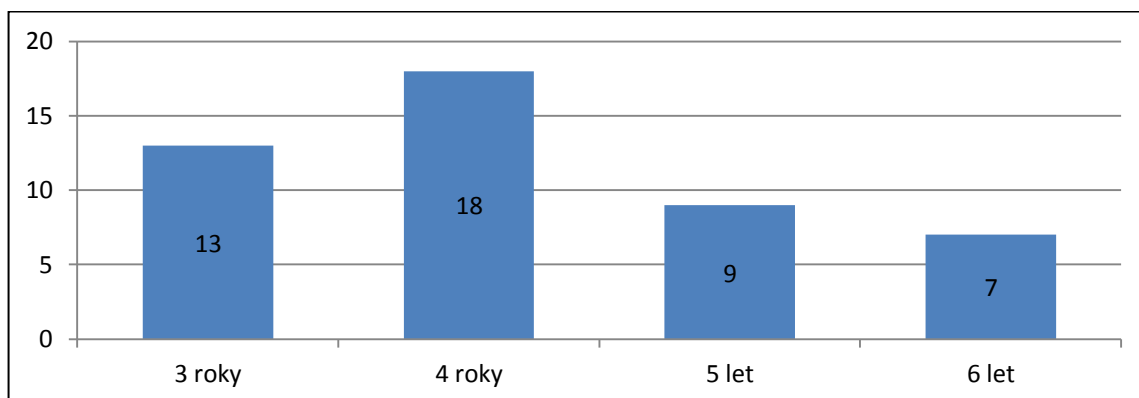
Výsledky průzkumu, který byl proveden na základě dotazníkového šetření, poskytují zpětnou vazbu a popisují hodnocení a názory rodičů na program jako celek, jeho organizační stránku, ale i přínos či možná rizika pro dítě. Celkem bylo rozdáno 60 dotazníků, přičemž návratnost byla 47 dotazníků.

### 6.1 Výsledky průzkumu

Otázka č. 1: Věk Vašeho dítěte:

Otázka zjišťovala věk dítěte, které se zúčastnilo zájmového kroužku. Ten je určen dětem 3 – 6 let a zúčastnily se ho všechny věkové kategorie. Nejpočetnější skupinou byly děti 4leté.

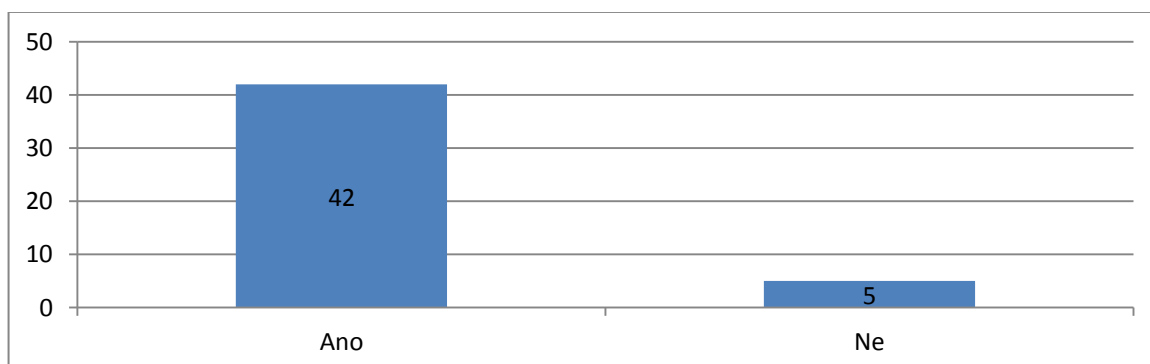
Graf č. 1: Věk Vašeho dítěte



Otázka č. 2: Navštěvuje Vaše dítě mateřskou školu:

V otázce bylo možné odpovědět pouze ANO či NE. Z odpovědí vyplývá, že převážná většina dětí navštěvuje mateřskou školu.

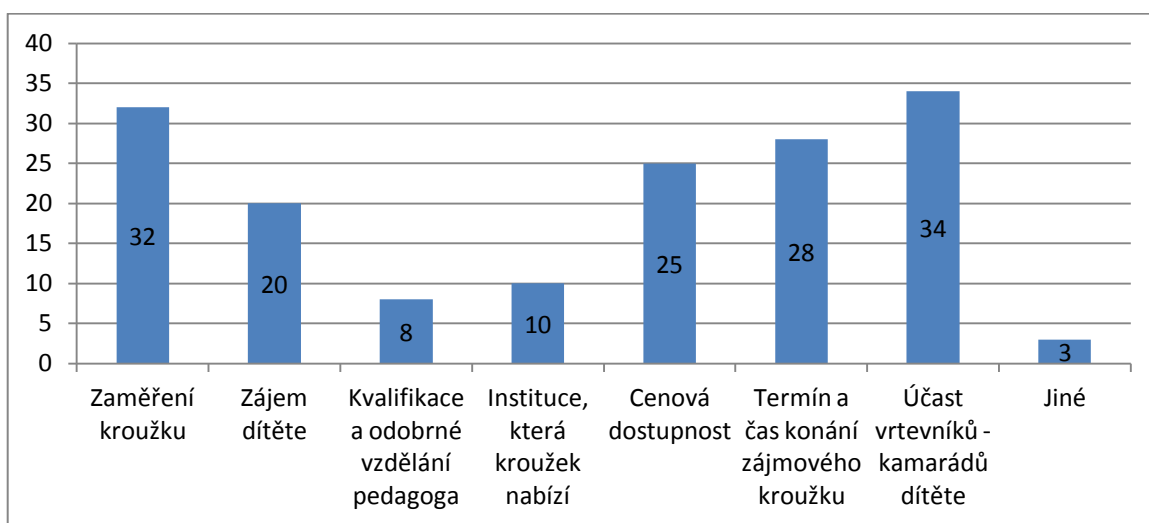
Graf č. 2 - Docházka do MŠ



Otázka č. 3: Na základě čeho jste vybírali zájmový kroužek pro své dítě:

V této polootevřené otázce, měli respondenti možnost zaškrtnout maximálně 3 odpovědi, vzhledem k faktu, že při rozhodování mohlo hrát více faktorů hlavní roli. Největší počet odpovědí, tedy 34 získala účast vrstevníků, kamarádů v zájmovém kroužku a 32 respondentů považovalo za důležité zaměření kroužku. V odpovědích jiné, se objevily tyto názory: Ve skupině je menší počet dětí a učitel tak má možnost individuálního přístupu. Kroužek mě doporučila kamarádka.

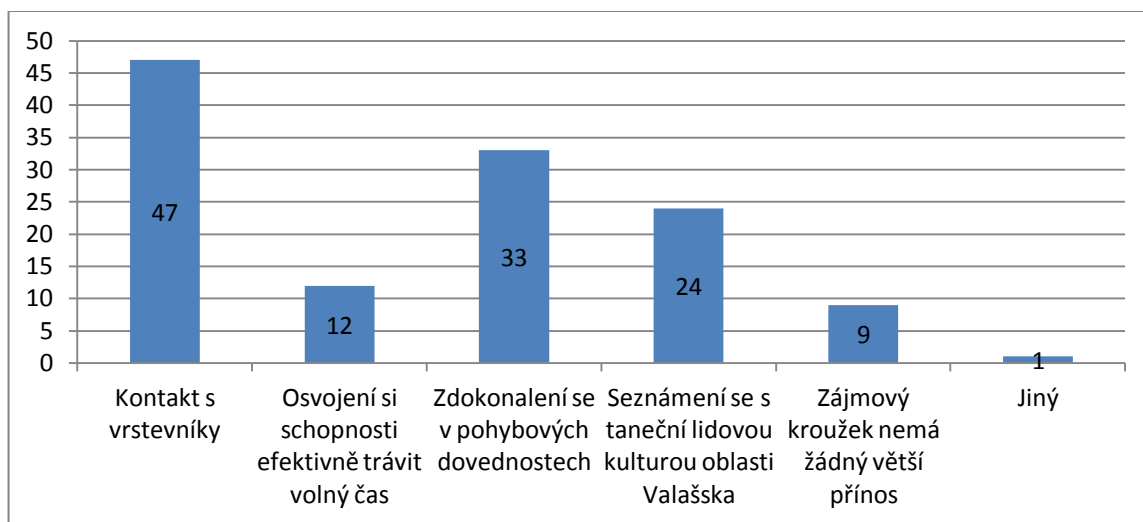
Graf č. 3 - Preference při výběru



Otázka č. 4: Za nejdůležitější přínos pro mé dítě v zájmovém kroužku považují:

Stejně jako v předešlé otázce, byla možnost označit více odpovědí. Pro většinu dotazovaných se jako nejdůležitější jeví kontakt s vrstevníky. I zde byla možnost vyjádřit jiný názor, který se týkal především zdokonalení se v komunikativních dovednostech.

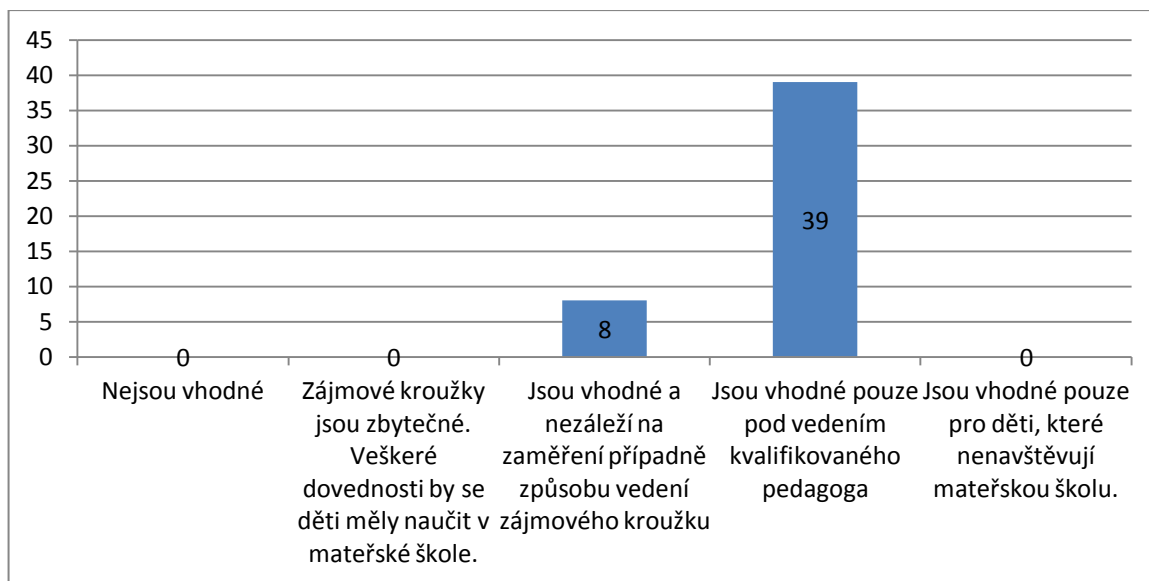
Graf č.4: Přínos zájmového kroužku pro dítě



Otázka č. 5: Které tvrzení nejlépe vystihuje Váš názor na zájmové kroužky se zaměřením na pohybové aktivity pro děti předškolního věku:

Jednalo se o otázku uzavřenou, respondent měl možnost označit pouze jednu odpověď. Cílem otázky bylo zjistit názory rodičů na zájmové kroužky určené dětem předškolního věku. Z pěti možných odpovědí využili dotazovaní pouze dvou. Nejčastěji a to v 39 odpovědích, se objevoval názor, že kroužky jsou vhodné, ale pouze pod vedením kvalifikovaného pedagoga. 8 respondentů se domnívá, že není důležité zaměření ani způsob vedení zájmového kroužku.

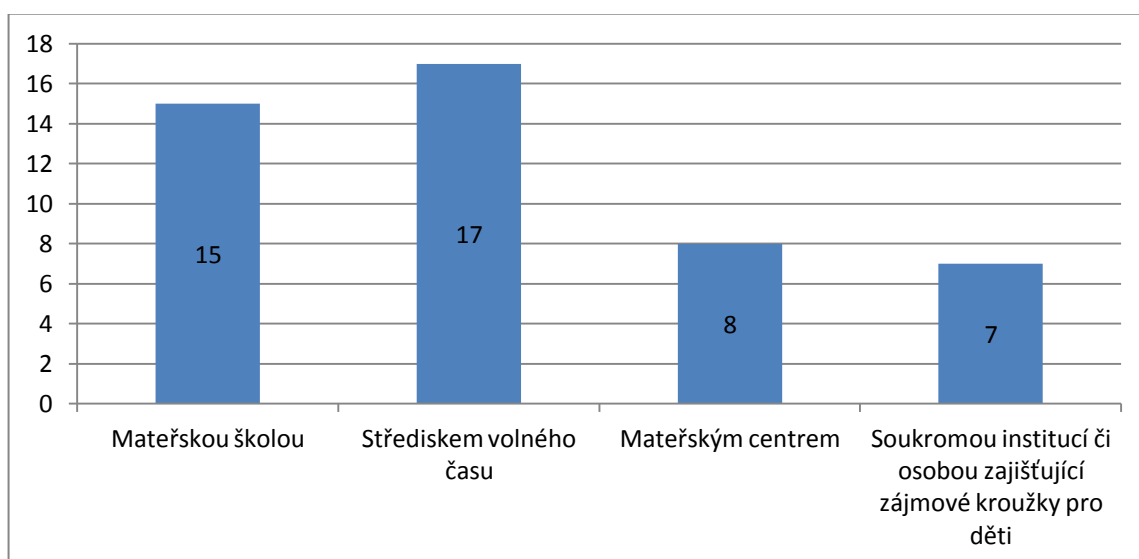
Graf č. 5: Názor na zájmové kroužky pro děti předškolního věku



Otázka č. 6: Kvalitní zájmové kroužky se zaměřením na pohybové aktivity pro děti předškolního věku, jsou dle mého názoru ty, které jsou organizovány:

Otázka byla opět uzavřená, s možností označit pouze jednu odpověď, a zjišťovala názory rodičů na kvalitu provedení zájmového kroužku ve vybraných organizacích. Z odpovědí není zcela jednoznačné, že by rodiče dávali přednost výhradně jedné organizaci. Nejčastěji se objevovaly názory na kvalitní provedení zájmového kroužku v mateřské škole a středisku volného času.

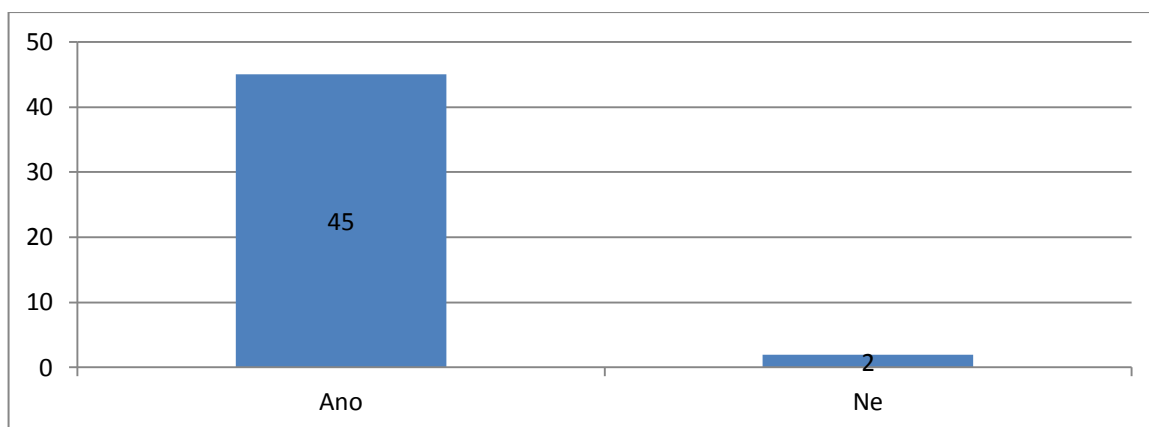
Graf č. 6: Organizace s nejkvalitnějším způsobem vedení zájmového kroužku



Otázka č. 7: Byly jste spokojeni s celkovou organizací zájmového kroužku, který Vaše dítě navštěvovalo? (průběh jednotlivých hodin, oznamování změn, přístup pedagoga atd.)

Respondenti měli možnost odpovědět na otázku ANO či NE. V případě, že odpověděli NE, byli vyzváni k uvedení negativ, která ve způsobu organizace shledali. Pouze dva rodiče uvedli nespokojenost s celkovou organizací. První odpověď zněla takto: Nelíbilo se mně, že jsem nemohl být přítomen v hodinách. Druhá odpověď: Oznámení o zrušení kroužku v daný den, bych ocenila s větším předstihem. Jsem samoživitelka a nejsem schopná si operativně zařídit hlídání. Ostatní respondenti byli s celkovou organizací zájmového kroužku spokojeni.

Graf č. 7: Spokojenost s celkovou organizací zájmového kroužku



Otázka č. 8: Máte nějaký další názor, připomínku či námět k zájmovému kroužku, který Vaše dítě navštěvovalo?

Poslední otázka v dotazníku byla pro respondenty nepovinná a dávala možnost vyjádřit svůj názor, připomínku či námět k další realizaci daného zájmového kroužku, který jejich dítě navštěvovalo. Možnost vyjádřit se otevřenou odpovědí využilo 6 rodičů.

Jednotlivé odpovědi:

- Líbí se mně přístup obou pedagogů a jsem ráda, že se nejedná pouze o učitelku, ale je zde v zastoupení i muž. Syn do kroužku chodil rád a určitě uvažuji o jeho zápisu i v příštím roce. Jediné co bych na kroužku uvítala je více akcí, kde by děti mohly prezentovat svou snahu a píli v kroužku.
- Cením si Vaší práce s dětmi. Zájmových kroužků pro děti 3-6 let je spousta, ale tento je svým přístupem jiný.



- Uvítal bych možnost přítomnosti rodičů nejen na ukázkových hodinách.
- Oceňuji Vaši práci a čas, který dětem věnujete. Dcery se do kroužku těší. Doma si tancují, zpívají písničky a jsem ráda, že je nemusím nutit.
- Věříme, že kroužek bude probíhat i v příštím roce, abych mohla přihlásit i mladšího syna.
- Líbí se mně propojenost s dětskými folklórními soubory, neboť ty děti přijímají až v pozdějším věku a to mě přijde pozdě děti učit něco nového. Zde se naučí první základy, na kterých pak mohou stavět. Vážím si vašeho elánu a radosti z práce s dětmi.

## 6.2 Shrnutí

Zájmový taneční kroužek se těšil oblibě nejen u rodičů, ale i u dětí. Z dotazníkového šetření vyplynulo, že rodiče považují zájmové kroužky pro děti předškolního věku za důležité. Stejně jako většina rodičů jsem toho názoru, že kvalitní vedení zájmových aktivit, dává dobrý základ pro všestranný rozvoj dítěte. Dle mého mínění pak nezáleží na tom, zda je kroužek organizován mateřskou školou či střediskem volného času, ale záleží na kvalifikovanosti, odbornosti a přístupu pedagoga, který kroužek vede. Další výhodou zájmového kroužku shledávám ve zdokonalování se dítěte v konkrétních vybraných dovednostech. Všeobecný základ mohou získat v mateřské škole, a pokud mají předpoklady pro určitou danou oblast, mohou zvolit právě zájmový kroužek k prohloubení těchto dovedností. Dalším důležitým aspektem je, že se děti učí efektivně trávit svůj volný čas, jehož naplnění si do budoucna budou volit samy.

## 7 DOPORUČENÍ PRO PRAXI

Z výsledků, které vyplívají z dotazníků pro rodiče, lze konstatovat, že volnočasové aktivity dětí předškolního věku, jsou žádaným artiklem. Jednotlivá cvičení a pohybové aktivity, jsem měla možnost vyzkoušet si v praxi a musím konstatovat, že dětem přinášely potěšení a radost. V mnoha mateřských školách jsou všeobecně pohybové aktivity často opomíjeny nebo jsou zařazovány méně, než dostatečný a správný tělesný vývoj vyžaduje. Přitom lze říci, že zapojení těchto činností, mnohdy nevyžaduje ani zdlouhavou přípravu. Důležité je zajistit místo, kde se pohybové aktivity budou odehrávat, především z hlediska bezpečnosti. Ta by u dětí měla být na prvním místě, ať už se tedy činnosti budou odehrávat v prostředí mateřské školy či jinde. Zařazení pohybových aktivit tohoto typu, do programu dětí, doplňuje jejich spontánní pohyb o pohyb cílený, který má za úkol procvičit vždy vybrané svalové skupiny. Děti se tak zároveň učí i daný pohyb pojmenovat, neboť na základě schopnosti pojmenovat vykonávaný prvek či krok, můžeme navazovat složitější krokové variace, které k tanci jistě patří. Pokud se budeme soustředit na provedení jednotlivých činností, je důležité zdůraznit, že odstraňování chybně osvojených dovedností, je zdlouhavý proces, proto mu raději předcházíme. V praxi jsem se setkala s mnoha přístupy, jak děti seznámit s lidovým tancem a tanečním uměním všeobecně. Zastávám ten názor, že nejdůležitější je děti naučit správnému držení těla, základním tanečním krokům a ty posléze jako mozaiku skládat do složitějších tanečních variací.

## ZÁVĚR

Vypracovaná bakalářská práce měla za cíl seznámit čtenáře s tématem pohybových aktivit dětí předškolního věku, které v sobě nesou prvky lidového tance. V teoretické části byly nabídnuty vybrané kapitoly, které se opíraly o odbornou literaturu a vztahovaly se k dané problematice. Praktická část se pak zaměřovala na konkrétní nástin aktivit, vhodných k provedení v reálném prostředí.

**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] ALLEN K., Eileen., Lyn R. MAROTZ., 2002. *Přehled vývoje dítěte od prenatálního období do 8 let*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-614-4
- [2] BEDNÁŘOVÁ, Jiřina., Vlasta ŠMARDOVÁ., 2007. *Diagnostika dítěte předškolního věku*. Brno: Computer Press. ISBN 978-80-251-1829-0
- [2] CO JSOU MATEŘSKÁ CENTRA. [www.materska-centra.cz](http://www.materska-centra.cz) [online] ©2009 [cit. 2014-01-03]. Dostupné z: <http://www.materska-centra.cz/sit-mc-v-cr/co-jsou-mc/>
- [3] ČESKO. Sbírnka zákonů č. 74 ze dne 9. února 2005 o zájmovém vzdělávání. In: Sbírnka zákonů České republiky. 2005, Částka 20. ISSN 1211-1244.
- [4] DOČKAL, Vladimír., 2005. *Zaměřeno na talenty aneb Nadání má každý*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny. ISBN 80-7106-840-3.
- [5] HÁJEK, Bedřich., Břetislav, HOFBAUER a Jiřina, PÁVKOVÁ., 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času: současné trendy*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-473-1.
- [6] JELÍNKOVÁ, Zdenka., 1977. Vsetín
- [7] KOŤÁTKOVÁ, Soňa., 2005. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi*. Praha: Grada. ISBN 80-247-0852-3.
- [8] LANGMEIER, Josef., Dana, KREJČÍŘOVÁ., 2006 *Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd.* Praha: Grada,. ISBN 80-247-1284-9.
- [9] MERTIN, Václav., Ilona, GILLERNOVÁ., 2003. *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-627-8.
- [10] OKRESNÍ SBOR PRO OBČANSKÉ ZÁLEŽITOSTI., 1984. *U potoka roste kvítí*. Vsetín
- [11] PÁVKOVÁ, Jiřina., 2008. *Pedagogika volného času*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-423-6.
- [12] PETRŮ – KICKOVÁ, Pavla., *Zájmové kroužky v MŠ*. Informatorium. 2005. č. 9. ISSN 1210-7506.
- [13] PRŮCHA, Jan., Eliška, WALTEROVÁ a Jiří, MAREŠ., 2009. *Pedagogický slovník*. Nové, rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-647-6.

- [14] SMOLÍKOVÁ, Kateřina., 2005. *Žádný strach ze školního vzdělávacího programu*. Informatorium. č. 7. ISSN 0323-1879.
- [15] SPOUSTA, Vladimír a kol., 1996. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-1274-9.
- [16] SVOBODOVÁ, Eva a kol., 2010. *Vzdělávání v mateřské škole: Školní a třídní vzdělávací program*. Praha: Portál. ISBN 978- 80-7367-774-9.
- [16] ŠPAČKOVÁ, Renata., 2006. *Potřebujeme kroužky v mateřské škole?* Informatorium. č. 4. ISSN 1210-7506
- [17] ŠVANDOVÁ, Lenka., 2007. *Taneční výchova pro předškolní děti*. Praha. NIPOS-ARTAMA Národní informační a poradenské středisko pro kulturu. ISBN 978-80-7068-210-4.
- [18] TĚTHALOVÁ, Marie., 2003. *A co děti, mají si kde hrát?* Informatorium. č. 1, ISSN 1210-7506.
- [19] TĚTHALOVÁ, Marie., 2008. *Nabitý program, nebo pohoda?* Informatorium. č. 5, ISSN 1210-7506.
- [20] TOMANOVÁ, Dana., 2000. *Nabídka volnočasových aktivit v mateřské škole*. In Socialia 2000, Mládež a volný čas. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 80-7041-760-9.
- [21] VÁGNEROVÁ, Marie., 2012. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum. ISBN 978- 80-2462-153-1.
- [22] VRKOSLAVOVÁ, Marie., 2008. *Patří kroužky do mateřské školy?* Informatorium. ISSN 1210-7506.
- [23] VÝZKUMNÝ ÚSTAV PEDAGOGICKÝ., 2006. *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha: Tauris. ISBN 80-87000-00-5.

## SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

MC Mateřské centrum

MŠ Mateřská škola

SVČ Středisko volného času

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

|   |    |
|---|----|
| Obr. č.1 - sed zkřížmo s protažením.....              | 27 |
| Obr. č.2 – dřep.....                                  | 27 |
| Obr. č.3 – přísunný krok s pravidelným pérováním..... | 42 |
| Obr. č.4 – párové držení za ruce I.....               | 59 |
| Obr. č.5 – párové držení za ruce II.....              | 59 |

**SEZNAM TABULEK A GRAFŮ**

|  |    |
|--|----|
| Graf č.1 – Věk Vašeho dítěte.....  | 73 |
| Graf č.2 – Docházka dítěte do MŠ.....  | 73 |
| Graf č.3 – Preference při výběru.....  | 74 |
| Graf č.4 – Přínos zájmového kroužku pro dítě.....                              | 75 |
| Graf č.5 – Názor na zájmové kroužky pro děti předškolního věku.....            | 76 |
| Graf č.6 – Organizace s nejkvalitnějším způsobem vedení zájmového kroužku..... | 76 |
| Graf č.7 – Spokojenost s celkovou organizací zájmového kroužku.....            | 77 |
| Tab. č.1 – Obsah programu.....   | 23 |
| Tab. č.2 – Taneční den č.1.....  | 25 |
| Tab. č.3 – Taneční den č.2.....  | 29 |
| Tab. č.4 – Taneční den č.3.....  | 32 |
| Tab. č.5 – Taneční den č.4.....  | 35 |
| Tab. č.6 – Taneční den č.5.....  | 40 |
| Tab. č.7 – Taneční den č.6.....  | 44 |
| Tab. č.8 – Taneční den č.7.....  | 48 |
| Tab. č.9 – Taneční den č.8 – ukázková hodina.....                              | 51 |
| Tab. č.10 – Taneční den č.9.....   | 53 |
| Tab. č.11 – Taneční den č.10.....  | 56 |
| Tab. č.12 – Taneční den č.11.....  | 60 |
| Tab. č.13 – Taneční den č.12.....  | 64 |
| Tab. č.14 – Taneční den č.13.....  | 66 |
| Tab. č.15 – Taneční den č.14.....  | 69 |
| Tab. č.16 – Taneční den č.15 – taneční představení.....                        | 71 |



## SEZNAM PŘÍLOH

P I Dotazník pro rodiče

P II Fotodokumentace

## PŘÍLOHA P I: DOTAZNÍK PRO RODIČE

### Dotazník pro rodiče



Vážení rodiče,

ráda bych Vás touto cestou požádala o vyplnění následujícího dotazníku, jehož úkolem je zjištění Vašich názorů na zájmový kroužek Valášek, který Vaše děti navštěvovaly. Zjištěné informace budou sloužit k vyhodnocení zájmu o aktivitu, případně její zkvalitnění. Dotazník obsahuje 8 otázek které, pokud není uvedeno jinak, vyžadují vždy jen jednu odpověď. Volná pole, prosím, doplňte. Pokud kroužek navštěvovalo více jak jedno z Vašich dětí, vyplňte dotazník pouze u jednoho z nich.

Děkuji Vám za spolupráci

Danajovičová Hana

*Taneční pedagog*

1. Věk Vašeho dítěte.

3roky

4roky

5let

6 let

2. Navštěvuje Vaše dítě mateřskou školu?

ANO

NE

3. Na základě čeho jste vybírali zájmový kroužek pro své dítě?

**(lze zaškrtnout maximálně 3 odpovědi)**

- Zaměření kroužku
- Zájem dítěte
- Kvalifikace a odborné vzdělání pedagoga
- Instituce, která kroužek nabízí
- Cenová dostupnost
- Termín a čas konání zájmového kroužku
- Účast vrstevníků – kamarádů dítěte
- Jiné.....

4. Za NEJDŮLEŽITĚJŠÍ přínos pro mé dítě v zájmovém kroužku považuji:

**(lze zaškrtnout více odpovědí)**

- Kontakt s vrstevníky
- Osvojení si schopnosti efektivně trávit volný čas
- Zdokonalení se v pohybových dovednostech
- Seznámení se s taneční lidovou kulturou oblasti Valašska

- Zájmový kroužek nemá žádný větší přínos
- Jiné.....

5. Které tvrzení nejlépe vystihuje Váš názor na zájmové kroužky se zaměřením na pohybové aktivity pro děti předškolního věku.

- Nejsou vhodné
- Zájmové kroužky jsou zbytečné. Veškeré dovednosti by se děti měly naučit v mateřské škole.
- Jsou vhodné a nezáleží na zaměření, případně způsobu vedení zájmového kroužku
- Jsou vhodné pouze pod vedením kvalifikovaného pedagoga
- Jsou vhodné pouze pro děti, které nenavštěvují mateřskou školu.

6. Kvalitní zájmové kroužky se zaměřením na pohybové aktivity pro děti předškolního věku, jsou dle mého názoru ty, které jsou organizovány:

- Mateřskou školou
- Střediskem volného času
- Mateřským centrem
- Soukromou institucí či osobou, zajišťující zájmové kroužky pro děti

7. Byly jste spokojeni s celkovou organizací zájmového kroužku, který Vaše dítě navštěvovalo? (průběh jednotlivých hodin, oznamování změn, přístup pedagoga atd.)

- ANO
- NE, protože.....  
.....

8. Máte nějaký další názor, připomínku či námět k zájmovému kroužku, který Vaše dítě navštěvovalo?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## PŘÍLOHA P II: FOTODOKUMENTACE

