

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

**FAKULTA PEDAGOGICKÁ
CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU**

HRY V PŘÍRODĚ PRO DĚTI PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU
BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Nikola Titlová
Učitelství pro mateřské školy

Vedoucí práce: Mgr Petra Kalistová

Plzeň 2018

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

V Plzni, 28. května 2018

.....
vlastnoruční podpis

Děkuji Mgr. Petře Kalistové za odborné vedení, cenné rady a čas, který mi věnovala při tvoření mé závěrečné bakalářské práce. Velké poděkování také patří paní učitelce Jiřině Odvodyové z MŠ Horšovský Týn, kde jsem realizovala praktickou část své práce a dětem z této MŠ za skvělou spolupráci.

ZDE SE NACHÁZÍ ORIGINÁL ZADÁNÍ KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.

OBSAH

1	ÚVOD	2
2	CÍLE A A ÚKOLY PRÁCE	3
3	TEORETICKÁ ČÁST	4
3.1	DÍTĚ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU	4
3.1.1	Tělesný vývoj.....	4
3.1.2	Pohybový vývoj	5
3.1.3	Sociální vývoj.....	6
3.1.4	Emoční a citový vývoj.....	7
3.2	HRA	9
3.2.1	Dělení her	11
3.2.2	Příprava a správná organizace hry	14
3.3	POBYT V PŘÍRODNÍM PŘOSTŘEDÍ	15
3.3.1	Pobyt v přírodním prostředí dle RVP PV	17
3.3.2	Pobyt v přírodním prostředí dle legislativy	19
3.3.3	Pobyt na školní zahradě.....	20
3.3.4	Bezpečnost při hře v přírodním prostředí	21
3.3.5	Ochrana přírody a dětí při hrách	22
4	PRAKTICKÁ ČÁST	23
	VODNÍCI.....	24
	LESNÍ ŠKATULATA	25
	POPELÁŘI.....	26
	ŽABÁCI.....	27
	JE VŠECHNO SPRÁVNĚ?.....	29
	PIRÁTSKÝ POKLAD.....	30
	LESNÍ ARCHITEKTI	32
	POHÁDKOVÁ DRÁHA	33
	ŽRAVÁ PŘÍŠERA.....	35
	ZÁCHRANA POSLEDNÍHO PTÁKA DODO.....	36
	PŘÍRODNÍ VĚŽ.....	38
	KRVELAČNÍ KOMÁŘI	39
	LESNÍ SCHOVÁVANÁ.....	41
	KAMENOŽROUT	43
4.1	AUTOEVALUACE.....	44
5	DISKUZE.....	45
6	ZÁVĚR.....	46
7	RESUMÉ	47
8	SEZNAM LITERATURY.....	48
9	SEZNAM OBRÁZKŮ.....	51

1 ÚVOD

Současný životní styl je největší hrozbou pro pobyt venku, který je pro děti tak důležitý. Rodiče jsou v neustálém spěchu a zavaleni prací, a tak už nechtějí nebo nemohou trávit čas s dětmi venku. Děti mnohdy neznají ani cestu do školky, protože kvůli časovému presu rodičů se všude pohybují autem. Pohyb je tak u dětí velice omezený a kolikrát se jim do větší pohybové aktivity ani nechce. Děti tedy nemají základní návyk přirozeného pohybu zabudovaný z domova.

Problémem mohou být i místa, kde se školky nachází. Přestože naše krajina nabízí širokou škálu využití pobytu venku – lesy, parky apod., mnoho školek se, zejména ve větších městech, nachází uprostřed sídlišť, kde nemají tak velkou možnost přírodu využívat. Děti jsou tedy odkázané na pobyt na školní zahradě, což pro ně může být časem jednotvárné. V některých případech může být problémem i pohodlí pedagoga, který nenabídne dětem aktivity a nechá venkovní pobyt pouze na nich samotných. Je důležité vhodně kombinovat nabízené aktivity a volnou hru.

Přestože pobyt v přírodě je pro děti velice prospěšný, doba trávená venku se neustále zkracuje, trávíme víc času v interiérech a tím se odcizujeme přírodě. Realizace her ve venkovním prostředí je přitom zábavným propojením hraní a vzdělávání, kdy využíváme nejen hračky a pomůcky ze školky, ale hlavně přírodní materiály, které zapojují všechny smysly dítěte.

Cílem je připravit poutavý soubor her pro děti předškolního věku s ukázkou a nabídkou možností, které může být inspirací pro příjemně strávený čas ve venkovním prostředí, nejen pro učitele, ale i pro rodiče s dětmi.

Formou her a různých zábavných činností postupně učíme děti poznávat venkovní prostředí a získávat návyky, jak se v takovém prostředí chovat.

2 CÍLE A A ÚKOLY PRÁCE

Cíl práce

Cílem bakalářské práce je ukázat možnosti her ve venkovním prostředí pro děti předškolního věku se zaměřením na pobyt v přírodě a ochranu životního prostředí.

Úkoly práce

1. Charakteristika pohybových aktivit v přírodě pro děti předškolního věku.
2. Vytvoření souboru her, aktivit a činností v přírodě pro děti předškolního věku.
3. Autoevaluace k vytvořenému souboru her.

3 TEORETICKÁ ČÁST

3.1 DÍTĚ PŘEDŠKOLNÍHO VĚKU

Jako období předškolního věku bývá nejčastěji považován poslední rok dítěte v mateřské škole před zahájením povinné školní docházky. Ovšem toto období probíhá již od tří do cca šesti let, toto období není ukončeno věkem, ale sociálně, tedy nástupem dítěte do základní školy.¹

„Období předškolní je nejpozoruhodnější etapou vývoje lidského jedince, spojuje vše, co bylo u dítěte vrozeno s tím, co se výchovou a učením stane zlatým mostem k budoucí dospělé osobnosti. Je to doba, na kterou si již v dospělosti vzpomínáme, ke které se vracíme, která zanechává v naší paměti již mnohé stopy.“²

3.1.1 TĚLESNÝ VÝVOJ

V tomto období u dítěte dochází k celkové změně tělesné konstituce a velkému zrychlení růstu, přibývají nejen na výšce, ale i na váze. Výška v tomto věku je zhruba kolem 90-120 cm a váha se pohybuje mezi 15-25 kg. Nárůst váhy se zpomaluje, dítě za rok průměrně přibere 2-3 kg a růst se naopak zrychluje, dítě vyrostne o 5-10 cm. K růstu dochází u dlouhých kostí a také výrazně přibývá svalová hmota. Děti jsou tím pádem schopné intenzivnějšího tělesného pohybu. V tomto věku je tedy nesmírně důležitý pravidelný režim – pravidelnost spánku, bědní, jídla, zábavy, povinností a odpočinku.

„Dítě se vytahuje, pokračuje osifikace kostí, i když kosti ještě nejsou dost tvrdé a pevné. Vzrůstá výkonnost vnitřních orgánů - srdce, plic. Nervová soustava se rozvíjí pomaleji, zdokonaluje se spíš její stavba a funkce, a pracovní schopnost nervových buněk.“³ K nárůstu do délky je charakteristický zejména konec předškolního věku, kdy

¹ MATĚJČEK, Zdeněk. *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte: normy vývoje a vývojové milníky z pohledu psychologa : základní duševní potřeby dítěte : dítě a lidský svět*. Praha: Grada, 2005, s. 138. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-0870-6.

² LISÁ, Lidka. *Vývoj dítěte a jeho úskalí*. Praha: Avicenum, 1986, s. 68. ISBN 08-084-86.

³ VAŠINA, Lubomír a Jozef KURIC. *Obecná a ontogenetická psychologie pro učitele*. Brno: Masarykova univerzita, 1985, s. 34. ISBN 55-009A-85.

dochází k prodloužení horních i dolních končetin. Těto etapě se často nazývá období „vytáhlosti“. Dále se rozvíjí příčná klenba nohy, pokračuje osoifikace kostry a také dochází k dokončení prořezávání mlečných zubů, které už pomalu nahrazují zuby druhé. Pro toto období hrozí nebezpečí ortopedických poruch a kosterních onemocnění, nejvíce ohrožena je páteř. Je tedy důležité, aby si dítě neosvojilo špatné pohybové stereotypy, jejichž získávání je pro tento věk také typické. Prevencí je nutnost pravidelné pohybové aktivity a občasné protažení. Také je tu riziko kýly, tudíž by se děti měly vyhnout zvedání těžkých předmětů.

Přeměna těla v tomto období je pro dítě fyzicky i psychicky velice náročná, je proto dobré, aby dítě mělo pestrý, zdravý a vyvážený jídelníček, který pomáhá k utváření obranyschopnosti a zároveň, aby sloužil jako vedení ke správným stravovacím návykům i do budoucna.⁴

3.1.2 POHYBOVÝ VÝVOJ

Pohyb je pro dítě nejpřirozenější potřebou. Dítě je v tomto období již dobře pohybově vybaveno, v rámci pohybového a motorického vývoje také dokáže mnohem lépe koordinovat své pohyby. Hrubá motorika, jemná motorika a celková lokomoce se neustále zdokonalují. Dítě začíná být hbitější a jeho pohyby jsou elegantnější. Horní končetiny, dolní končetiny i trup jsou čím dál více obratnější. Chodí rovně a dokáže i na vteřinu stát na jedné noze, s přibývajícím věkem skáče po jedné noze, poté se dokáže odrazit a vyskočit.

Zvládnutí hrubé motoriky je nesmírně důležité pro plný rozvoj dítěte. Dovednosti, kterými rozvíjíme tuto oblast, jsou pro dítě potřebné k získání sebedůvěry, emoční stability, vnitřní sebekontroly, prohloubení samostatnosti a ke zdokonalení koordinace pohybů. Pohybem také posilujeme správný růst, vývoj kostí, kloubů a svalů. Naopak skrze pohyb se i dítěte snižuje stres, agrese nebo napětí.⁵

⁴ Předškolní období: Význam předškolního období pro správný vývoj dítěte. *Psychopradna.cz* [online]. Dolany, 2009 [cit. 2018-05-28]. Dostupné z: <https://www.psychopradna.cz/cz/clanky/predskolni-obdobi/72.html>

⁵ DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Sportujeme s nejmenšími dětmi*. 2. Velké Bílovice: TeMi CZ, 2009, s. 24-136. ISBN 978-80-87156-26-1.

Je tedy důležité, aby dítě mělo dostatek aktivních pohybových činností, ty totiž vedou k zdravějším návykům v oblasti stravování a spánkového režimu. Pokud dítě tyto činnosti neupevňuje, může docházet až k sociálním obtížím jako stranění se lidí apod. Čím více je dítě pohyblivé, tím je jeho styk s okolím větší a to má vliv na získávání zkušeností a také na rozumovou vyspělost.⁶

Také je důležité, aby dítě začalo upevňovat koordinované pohybové návyky v rané fázi vývoje, později by totiž pro ně zvládnutí těchto dovedností obtížnější. Navíc děti v předškolním věku téměř nemají zábrany strachu, takže se velice snadno naučí pohyb, tudíž je nutné, abychom jej záměrně rozvíjeli a stimulovali. Také je důležitý správný vzor, později se těžce přeučuje.

U dítěte se první vyvíjí cyklické pohyby, to znamená, že je pro něj snazší pohyb, který má pravidelně se opakující strukturu (např. jízda na kole). Poté se vyvíjí pohyb acyklický, pro který je charakteristické zakončení provedením dané struktury (např. výmyk). Děti se zpravidla naučí pohyb jako celek, zkoordinují chybu podle výsledku a pak pohyb opakují. Je důležité zatěžovat dítě krátkodobě, ale s velkou intenzitou, poté dochází k nástupu rychlé regenerace sil.⁷

3.1.3 SOCIÁLNÍ VÝVOJ

Pro dítě je stále nejvýznamnější rodinné prostředí, kde získává primární socializaci. Rodina, hlavně matka a otec jsou pro dítě oporou a ochranou před vnějším světem, mají v nich jistotu a důvěru. To jaká harmonie panuje v rodině ovlivňuje chování předškolního dítěte, kterému se jeho model jeho rodiny ukotví v paměti a je velice pravděpodobné, že v budoucnu bude jednat stejně nebo alespoň podobně.

Proces socializace zahrnuje tři vývojové aspekty. Prvním je tzv. vývoj sociální reaktivity – jedná se o vývoj rozlišných emočních vztahů k lidem v bližším, ale i vzdálenějším společenském okolí. Druhým je vývoj sociálních kontrol a hodnotových

⁶ BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 2. vydání. Brno: Edika, 2015, s. 7-8. ISBN 978-80-266-0658-1.

⁷ FINOVÁ, Iva. *Vývoj dítěte od 3 do 6 let. Raabe: společně pro kvalitní vzdělávání* [online]. Praha: Dr. Josef Raabe [cit. 2018-05-29]. Dostupné z: <http://www.raabe.cz/blog/vyvoj1/>

orientací. V této fázi si jedinec na základě příkazů a zákazů udělovaných od dospělých utváří normy, které přijímá za své. Posledním vývojovým aspektem je osvojení sociálních rolí. To znamená osvojování takových vzorů chování, které se od jedince očekávají ostatními členy společnosti a to ve vztahu k jeho věku, pohlaví a společenskému postavení.⁸

V předškolním období je pro dítě důležitý kontakt s vrstevníky, jehož potřeba narůstá. Od vztahu s dospělým se vztah s vrstevníkem zásadně liší, hlavně v tom, že u vrstevníka dítě ztrácí pocit jistoty. Když je dítě pouze ve styku s dospělými, nemá šanci se naučit pomáhat slabšímu, soupeřit se stejně schopnými nebo řešit konflikty. Aby tuto změnu dítě zvládlo, musí mít určitou úroveň stability a osobní vyrovnanosti. Mezi vrstevníky dochází postupně k rozdělení a specifikování sociálních rolí. V dětské skupině se také rozvíjí soupeřivost, ale i schopnost spolupracovat. Jedinci se ve skupině učí jak uplatnit své schopnosti a jak se prosadit mezi ostatními. Mezi vrstevníky se učí i mnoho dalšího, co pro ně bude do budoucna důležité, proto bychom jim měli umožnit být ve styku se svými vrstevníky. Přesto jsou děti raději ve společnosti dospělých, kterými mohou klást zvědavé otázky, protože dospělý vždycky umí odpovědět, vše vysvětlit a také ukázat něco co ještě neznají, něco nového.

V socializačním procesu mají důležitou roli hry a jejich různé typy, které rozvíjí osobnost dítěte po všech stránkách. Třeba u symbolických her dítě získává zkušenosti se sociálními rolemi, odstraňujeme díky nim komunikační bariéry a hlavně umožňují plnit dětská přání.⁹

3.1.4 EMOČNÍ A CITOVÝ VÝVOJ

V počátcích tohoto období se dítě cítí jako „střed vesmíru“ pro své okolí, jeho přirozeností je sobeckost a egocentrismus. Očekává, že se každý bude podržovat výhradně jeho potřebám a tužbám. Proto je důležité, abychom děti vedli k citové kontrole,

⁸ HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Praha: Grada, 2006, s. 93-95. Pro rodiče. ISBN 9788024714240.

⁹ KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014, s. 12-141. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4435-3.

aby postupně docházelo ke stabilizaci citů, dítě bylo méně vzrušivé a aby obecně city byly vyrovnanější a trvalejší. K prohloubení a rozšíření citových vztahů nám opět pomáhá hra, která dítě uspokojuje a umožňuje dítěti prožít nové city. Tím nejdůležitějším je radost, která se projevuje smíchem a tělesnou aktivitou, s přibývajícím věkem také vyjadřuje radost slovně.

Mezi další city, které dítě projevuje je přirozeně láska – k matce, ale i k sourozencům, kde se může projevit i dávka žárlivosti. Objevuje se i strach, který je nejčastěji vyvolán neznámem – neznámí lidé nebo zvířata. Jako jiná forma strachu se může objevit i úzkost, kterou může zapříčinit tma nebo náhlý silnější zvuk, pak dítě hledá útěchu v náruči blízkých. Tomu zabráňujeme postupným seznamováním s okolím, čím více s okolím bude dítě v kontaktu, tím lépe pozná a pochopí co se kolem něj přirozeně děje a omezí se tak množství předmětů či jevů, které v dítěti vyvolávali strach nebo úzkost.

Dítě začíná objevovat smysl pro humor, kdy chápe zábavné momenty a umí samo žertovat.¹⁰

S citovým vývojem souvisí také počátky chápání morálních hodnot, kdy dítě dokáže rozlišit co je dobré a co naopak špatné. Nástrojem k pochopení může sloužit hra, kdy se zlo trestá a dobré skutky jsou odměněny.

V předškolním věku se začíná rýsovat také osobnost dítěte, jejíž rysy se projevují především v citových procesech dítěte a jeho společenských vztazích. Formují se i tzv. intelektuální city, které se projevují v touze poznávat nové věci a získat nové poznatky.

Projevují se i prvky rozvíjející se vlastní vůle. S vyspělostí dítěte narůstá i síla vůle, kterou dokáže projevit a tudíž se stupňují i požadavky kladoucí výchova, kterou v tomto období také můžeme stupňovat.

Začínají vznikat sociální vztahy, které se vážou na osoby, ale i předměty, děje a situace. Ke konci předškolního období se dítě učí hodnotit své chování, umí již

¹⁰ TITZOVÁ, Diana, Kateřina STRAKOVÁ a Eva DEBNÁROVÁ. Dítě v předškolním věku. *VEMESTE.CZ* [online]. Olomouc, 2010 [cit. 2018-05-25]. Dostupné z: <http://www.vemeste.cz/2011/04/dite-v-predskolnim-veku/>

zakomponovat kritičnost a tím pádem můžeme pozorovat přítomnost rozvíjejícího se mravního vědomí.¹¹

Dítě začíná chápat a slovně pojmenovávat své emoce, které jsou doplněny o hlasové a pohybové projevy. Dospělý má tak za úkol emoce pojmenovat, vysvětlit a usměrňovat skrze nějaké příklady. Je důležité, abychom byli trpěliví a učit dítě základům empatie a prosociálního chování.

Emocionální prožívání je v předškolním období charakteristické velkými výkyvy. Postoje a hodnocení dospělých ovlivňují sebepojetí dítěte a jsou do určité míry závislé na vývoji sociálních kontrol. Sociální kontroly jsou společenské normy neboli hranice chování v dané společnosti, a hodnoty, ať už materiální nebo kulturní, které jsou cílem chování dítěte. K soužití s normami dochází skrze proces, kdy dítě prožívá pocit viny při porušení nějakého pravidla. Pocit viny ukazuje, že se dítě dokáže samo negativně zhodnotit zpočátku s vnější dopomocí dospělého, poté se objevuje autoregulace.¹²

3.2 HRA

Historie hry sahá až k Platónovi, který jako první ve svých zákonech uvádí, jak u malých dětí hru podněcovat. Kromě J. A. Komenského, který hru považuje krásnou přípravu k vážným věcem, a J. J. Rousseauho, kteří hru zmínili také dříve, se pak setkáváme s teoretickými úvahami o hře a její důležitosti až v 19. století. Filozof Herbert Spencer považoval hru za projev zvláštní vrozené síly a energie, kterou dítě potřebuje vybit nepřetržitou aktivitou jako je skákání, běhání a válení. Později, ve 20. století Sigmund Freud chápal hru jako možnost, skrze kterou může proniknout hlouběji do lidské osobnosti a zároveň jako prostředek k léčbě duševních nemocí.¹³

¹¹ *INFORMATORIUM 3-8: Jak podporovat emocionální vývoj dětí.* Ilona Gillernová, 2010.

¹² TÁBORSKÁ, Hana a Iva BAJGAROVÁ. Charakteristika vývoje dítěte předškolního věku. *VEMESTE.CZ*[online]. Olomouc, 2010 [cit. 2018-05-25]. Dostupné z: <http://www.vemeste.cz/2011/05/charakteristika-vyvoje-ditete-predskolniho-veku/>

¹³ OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. 1. Praha: Grada, 2016, s. 84. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5107-8.

Hra je forma činnosti, která je pro dítě nejpřirozenější a my dospělí bychom jí měli podporovat v co největší míře. Hra jako taková má mnoho podob – existují hry, kterými rozvíjíme jemnou motoriku, to jsou hry manipulační, pak jsou hry pohybové, jimiž můžeme uvolňovat napětí, procvičovat tělesné funkce a uspokojovat přirozenou potřebu pohybu. Aby si dítě osvojilo nějakou roli, máme hry napodobovací.

Hru můžeme považovat za základní psychickou potřebu dítěte, a nejen dítěte. I dospělý člověk občas potřebuje uvolnit mysl, zrelaxovat tělo nebo se jen pobavit a skrze hru je to z pravidla vždycky možné. U dítěte nám navíc hra může posloužit jako ukazatel vývojové úrovně, ve které se dítě nachází a můžeme tak sledovat a porovnávat případné vývojové abnormality.

Hra je také důležitým dorozumívacím prostředkem, kterým se dítě učí a duševně vzrůstá. Je činností spontánní a improvizovanou a odráží se v ní vlastní zkušenosti, dítě tak skrze ni zkoumá a objevuje svět.¹⁴

Hra je využívána v psychologické klinické praxi jako léčebná metoda. Hra totiž uvolňuje napětí, řeší konfliktní situace a především se díky hře dítě učí. V předškolním období hry rozlišujeme na hry s pravidly a hry volné. Volné hry si děti kompletně organizují, vymýšlí a nakonec i realizují samy. Mezi tyto hry můžeme zařadit hry pohybové, konstrukční i námětové. Tyto hry jsou jakousi reprodukcí skutečnosti, která může být skutečností jen v očích dítěte, nikoliv reálnou. Dítě si danou skutečnost (její souvislosti a vztahy) upravuje dle svých představ.

Ke konci předškolního věku dítě umí odlišit co je hra a co práce. Dítěti již nestačí „jako prát“ nebo „jako uklízet“. Už chce reálně vykonávat určité situace. Otázky ve stylu: „Už máš hotové své povinnosti?“ nebo později po příchodu ze školy: „Už máš hotové úkoly?“ téměř hned po příchodu domů, dítěti opravdu nepomáhají, spíše škodí. Děti zpravidla odpovídají, že nemají. Poté následuje okamžitá reakce rodičů: „Nejdřív práce a až potom

¹⁴ KROUPOVÁ, Iva a Petra KUSNIERZOVÁ. Důležitost hry v předškolním věku. *VEMESTE.CZ* [online]. Olomouc, 2010 [cit. 2018-05-25]. Dostupné z: <http://www.vemeste.cz/2012/03/dulezitest-hry-v-predskolnim-veku/>

zábava.“ V některých případech může pak docházet ke špatnému přístupu k práci nebo školním povinnostem.¹⁵

3.2.1 DĚLENÍ HER

Hry je možné rozdělit podle několika různých kritérií, protože žádná z her není zaměřena pouze na jednu činnost.

Roger Callois na přelomu padesátých a šedesátých let 20. století rozdělil hru do čtyř kategorií podle toho, co dítě zazívá a pojmenoval je řeckými názvy:

agón (soutěž, zápas)

Zahrnuje takové hry a činnosti, jejichž hlavní náplní je soutěž (např. fotbal, ale i dáma). Předpokládanými prvky k vítězství nad soupeřem je pozornost a kázeň. Vítězství můžeme ovlivnit jejich přípravou a cvičením.

alea (kostka, náhoda)

Hry, jejichž principem je náhoda nebo štěstí. Jsou to losování, loterie nebo výherní automaty, které mají naprogramovanou určitou konfiguraci. Hráč nemá příliš velkou možnost ovlivnit vítězství, protože nehraje proti jinému hráči, ale proti osudu nebo náhodě. Není tedy možné tento typ hry nacvičit. Tyto hry často vedou k závislosti, tzv. gamblerství, které může být nebezpečné.

mimikry (předstírání, maska)

U tohoto typu hry využíváme rolí, které jsou možností výstupu z každodenní reality a může být doprovázena různými vizuálními znaky (např. kostýmy). U mimiker hodně pracuje fantazie a je jen na nás jak budeme vynalézaví a jak s ní naložíme.

ilinx (závrat')

¹⁵ PLEVOVÁ, Irena. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999, s. 68-72. ISBN 9788070679531.

Zde jsou zahrnuté veškeré dětské pohybové hry, adrenalinové sporty nebo atrakace na poutích. Tento typ her se projevuje matením mysli nebo psychickým chaosem a následným stavem uvolnění.

Toto dělení se v praxi příliš nevyužívá, protože jsou hry, které můžeme zařadit do více než jedné kategorie (např. můžeme provádět adrenalinový sport, přičemž současně může hrát roli náhoda).

Další dělení her, které je založené na prostředí, kde se hry hraje, stanovil Miloš Zapletal (1995) pro svou „Velkou encyklopedii her“. Dělení je založené na prostředí, kde se hry hrají a podle toho jsou vydané jednotlivé díly:¹⁶

- Hry v přírodě
- Hry v klubovně
- Hry na hřišti a tělocvičně
- Hry ve městě a na vsi

V publikaci „Zlatý fond her“ (2008), na které spolupracoval Miloš Zapletal a Jan Neuman nalezneme další třídění:¹⁷

- Hry pohybové, v nichž se uplatňuje rychlost, síla, obratnost a vytrvalost.
- Hry zaměřené na intelektové dovednosti, cvičící paměť, pozornost, smysly a vynalézavost.
- Psychologické hry sloužící především k sebepoznání.
- Kombinované hry, při nichž se uplatní celá osobnost, jak svaly, tak intelekt, vůle a cit.

¹⁶ Dělení her. *Závodivé pohybové aktivity a činnosti pro zdokonalení herních činností jednotlivce v basketbalu* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2012 [cit. 2018-06-27]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fsps/js13/pohyb/web/pages/deleni-her.html>

¹⁷ ZAPLETAL, Miloš a Jan NEUMANN. *Zlatý fond her: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Praha: Portál, 1990, s. 8. ISBN 978-80-7367-506-6.

Toto dělení her bylo nedostačující a s publikací „Zlatý fond her II“ se objevilo přesnější dělení her. Hry jsou rozděleny podle výchovných cílů:¹⁸

- Hry na rozvoj intelektu (rozdívějí paměť, smyslové vnímání, pozornost, důvtip, logické myšlení, taktiku, atd.).
- Hry na rozvoj tvořivosti (rozdívějí představivost, fantazii, originální a netradiční postupy apod.).
- Hry na rozvoj sociálních dovedností (rozdívějí komunikaci, improvizaci, kooperaci, týmovou spolupráci, empatii, atd.).
- Hry na rozvoj motoriky a pohybových dovedností (rozdívějí rychlost, sílu, vytrvalost, obratnost).
- Hry na rozvoj vůle (rozdívějí trpělivost, sebeovládání, odvalu a psychickou vytrvalost).
- Hry na rozvoj sebepečetí (rozdívějí poznání sebe sama, sebevěřeu, samostatnost, bourají předsudky).
- Hry kombinované (uplatňuje se a prověřuje celá osobnost).
- Speciální hry (u těchto her nejde o rozvoj osobnosti, ale používají se k jiným účelům např. na rozechřátí, navození atmosféry, pobavení, uvolnění).

Rozdělené jsou i sportovní hry, které rozdělili Tůma a Tkaldec (2004):¹⁹

- Brankové hry – body jsou získávány dopravením předmětu do cílového prostoru
- Síťové hry – body jsou získávány chybou soupeře nebo dopravením společného předmětu k soupeři, který nemá možnost předmět vrátit zpět
- Pálkovací hry – body jsou získávány přebíháním met do cílového prostoru

¹⁸ HRKAL, Jan a Radek HANUŠ. *Zlatý fond her II: výběr her a programů připravených pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2011, s. 15-30. ISBN 80-7178-153-3.

¹⁹ TŮMA, Martin a Jiří TKADLEC. *Hry s míčem pro děti*. Praha: Grada, 2004, s. 10. Děti a sport. ISBN 80-247-0707-1.

Dalším autorem, který rozdělil sportovní hry je Táborský, který dělení provedl dle několika různých hledisek – dle hrací plochy, dle počtu hráčů a dle způsobu pohybu hráčů.²⁰

Existuje mnoho dalších dělení, např. podle Argaje (2004), který dělí hry do celků nebo Peříč (2004), který člení hry podle sezonního využití a na rozvoj různých dovedností.

3.2.2 PŘÍPRAVA A SPRÁVNÁ ORGANIZACE HRY

Správná příprava a úspěšná realizace hry úzce souvisí s bezpečností, kdy je nutné, aby pedagog zvolil vhodné prostředí pro hru – zvolil adekvátní terén, vzal v potaz roční dobu a počasí, které se může změnit a pedagog je tak nucen zvolit nějakou alternativu, vybrat vhodné pomůcky, které předem zkontoloval a posoudil zda jsou bezpečné. Také je pro úspěšnou realizaci důležité vzít v úvahu počet hráčů, jejich zkušenosti a věk. Pokud se hra odehrává v náročnějším terénu, je vhodné si předem projít trasu nebo zkonrolovat prostor, který si předem i vymežíme hranicemi.

Pro pedagoga může být příprava hry časově náročná, někdy doba přípravy může přesáhnout i celkové trvání hry, ale je nesmírně důležité, aby byla hra důkladně promyšlená a připravená. I pedagog při přípravě musí nechat pracovat fantazii a představit si jak bude hra asi probíhat, co se při ní bude dít a jaké přinese dětem zážitky. Usnadní to přesné vymezení pravidel, objevení potencionálního nebezpečí či určení konkrétních cílů.

Před začátkem hry musí být pedagog schopný děti vhodně namotivovat, vzbudit v nich chuť a zájem se hry účastnit a udržovat jejich pozornost. Uvedení hry můžeme provést mnoha způsoby, ať už dramatizací nebo navázáním na předchozí probíraná témata, která nám pomůže navodit zvědavost u dětí. Můžeme si pomoci i poutavým nebo tajemným názvem hry. Vysvětlíme dětem pravidla jednoduše a srozumitelně, aby je pochopily, a můžeme provést jednu hru jako zkušební pro ucelení pravidel. V pravidlech nesmí chybět jasně vyznačené území, začátek a ukončení hry.²¹

²⁰ TÁBORSKÝ, František. *Sportovní hry: sporty známé i neznámé*. Praha: Grada, 2004, s. 11-15. Děti a sport. ISBN 9788024708751.

²¹ ZAPLETAL, Miloš. *Zlatý fond her*. Praha: MF, 1990, s. 11-12. ISBN 8020401202.

Pravidla je nevhodné v průběhu hry měnit, ale někdy je nezbytně nutné tak učinit. V ten okamžik musí být změna pro děti srozumitelná a opodstatněná.

Následuje případně rozdělení do skupin. Pokud chceme hru zrealizovat úspěšně, je důležité zvolit vhodné rozdělení dětí do skupin nebo týmů. Dělení můžeme provádět mnoha způsoby – losováním, rozpočítadlem, ale nejefektivnější je rozdělit děti tak, aby byli vyrovaně fyzické síly nebo aby rozdělení splňovala určitá kritéria. Volíme vždy hru, kterou máme dobře připravenou a máme k ní všechny potřebné pomůcky a je vhodná či přizpůsobená všem účastníkům. Hráče v první řadě hrou rozehrájeme a navodíme herní atmosféru tak, aby hra postupně gradovala. Hru je možné v jejím průběhu modifikovat například změnou herního prostoru nebo na základě nápadu samotných dětí.

Učitel dá pokyn k zahájení hry a od té chvíle je jeho úkolem sledovat správný průběh hry, dodržování pravidel a bezpečnosti a v neposlední řadě chování dětí. Učitel může v rámci hry zastupovat více rolí – vedoucí, rozhodčí, ale může se stát i spoluhráčem.

Při dokončení hry dá učitel povel. Poté je vhodné vyhlásit výsledky, určit případného vítěze a provést hodnocení, kterému mohou přispět i děti.²²

3.3 POBYT V PŘÍRODNÍM PŘOSTŘEDÍ

Pobyt venku byla neodmyslitelná součást našeho dětství. Přišli jsme ze školy, odhodili batoh a běželi ven. Bylo jedno jaké bylo počasí, byli jsme venku, hráli hry, skákali po stromech a užívali jsme si to. Dnes by na to rodiče svým dětem řekli: „Nesmíš tam lézt, protože bys upadl“, „Nesmíš, protože nemáme čas/spěcháme.“, „Nesmíš, protože by ses umazal.“, „Nesmíš, protože by sis roztrhl kalhoty.“

V této době se děti v dost velké míře odcizují přírodě a jejich venkovní pobyt se čím dál tím více zkracuje. Děti tráví čas více v interiérech – ve školce, herně, doma a mezi těmito místy se pohybují autem. Odcizování přírodě a způsob života trávený převážně v sedě, u počítače apod. s sebou přináší obezitu, deprese a další poruchy. Pobyt v přírodě je dnes spíše luxusem.

²² BARTŮŇEK, Dušan. *Hry v přírodě s malými dětmi: hry a cvičení v přírodě pro děti ve věku od 4 do 8 let*. Praha: Portál, 2001, s. 12-14. ISBN 8071785393.

Příroda znamená pro každého něco jiného. Třeba dítě z pražského sídliště zná nejvíce městské parky, okolí škol a zkrátka to, co v přírodu uměle přeměnil člověk, ale i tak si odtud můžou brát zkušenosti a prožitky. Děti z vesnic to mají v tomto ohledu výrazně jednodušší, prakticky v přírodě žijí – mají les za domem, okolo louky, rybníky, které mohou využít k hraní kdykoliv.

Většina mateřských škol se snaží dohnat to, co rodiče v důsledku uspěchané doby zanedbali a snaží se trávit co nejvíce času venku. Vznikají dokonce tzv. lesní školky, kde děti tráví venku celý den. Tyto školky jsou bohužel velice nákladné a nemůže si je dovolit každý. I v mateřských školách velice záleží na přístupu učitele, jak pojme pobyt venku. Může být učitel, který denně vypustí děti na zahradu ke školce, což pro děti začne být brzy stereotypní. Pak jsou učitelé, kteří dokážou připravit zábavný a poučný program na pobyt venku, který dětem něco dá a baví je. Děti si na základě správného vedení dokáží utvořit i svůj venkovní program, není nutné je vést vždy.

Existuje mnoho výzkumů, které dokazují jak je pobyt v přírodě prospěšný a jak ohromný je jeho dopad na člověka. Je také jeho základní potřebou, která dítěti umožňuje dostatek pohybu, hraní, poznávání a experimentování. Podle výzkumů mají děti, které jsou více spjaty s přírodou lepší environmentální citění a jsou méně nemocné. V přírodě se dítě názorně učí o změnách v ročních obdobích, mohou pozorovat nejrůznější jevy, rostliny i zvířata. Příroda i léčí, v druhé polovině 20. století se začala rozvíjet celá řada metod terapií – zoorehabilitace, aromaterapie apod.²³

„Děti, které jsou více v kontaktu s přírodou, jsou méně nemocné, stresované a méně agresivní . Jsou lépe připravené na neočekávané zvraty života. Pobyt v přírodě může být mocným lékem chorob jako poruchy pozornosti, deprese a další nemoci. Právě tak, jako dítě potřebuje dobrou výživu a dostatek spánku, potřebuje i kontakt s přírodou.“²⁴

²³ DANIŠ, Petr. *Děti venku v přírodě: ohrožený druh?* [online]. Praha: TEREZA, 2016, s. 21-25 [cit. 2018-06-01]. ISBN 978-80-87905-10-4. Dostupné z: [https://www.mzp.cz/C1257458002F0DC7/cz/deti_venku_priroda_ohrozeny_druh/\\$FILE/OFDN-MZP_Deti_venku%20v_prirode-29112016.pdf](https://www.mzp.cz/C1257458002F0DC7/cz/deti_venku_priroda_ohrozeny_druh/$FILE/OFDN-MZP_Deti_venku%20v_prirode-29112016.pdf)

²⁴ LOUV, Richard. *Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder*. Rev., 1st pbk. ed. Chapel Hill, NC: Algonquin Books of Chapel Hill, 2005, s. 34. ISBN 9781565125223.

„Výzkumy prokazují, že by děti měly strávit hrou venku významnou část dne, a že pobyt v přírodě má důležité důsledky pro fyzické a emocionální zdraví dětí. Přesto bohužel rodiče často chápou trávení času v parku jako pouhou zábavu, ne jako něco, co by děti měly dělat každý den.“²⁵

V roce 2009 vypracovala společnost England Marketing průzkum pro britskou organizaci Natural England, který zjistil, *“že jen 10 % dnešních dětí si hraje v lese, oproti 40 % v předchozí generaci. 84 % dospělých se domnívá, že měli v dětství více volnosti hrát si venku, než mají dnešní děti. Stejný názor má 94 % dospělých z generace dnešních prarodičů.“²⁶*

3.3.1 POBYT V PŘÍRODNÍM PROSTŘEDÍ DLE RVP PV

RVP PV neboli Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání je dokument ministerstva školství podle něhož musí od roku 2007 všechny mateřské školy tvořit své školní vzdělávací programy. Učitelé tak tvoří programy dle svých zkušeností a opírají se při tom na plnění RVP, který vymezuje hlavní požadavky, podmínky a pravidla pro vzdělávání. Učitelé tak nejsou vázání na klasické osnovy, kde bylo jasně dáno, co je třeba s dětmi probrat, ale zaměřuje se na dovednosti, které mají děti zvládat.

RVP PV pracuje se čtyřmi cílovými kategoriemi: stanovuje cíle v podobě záměrů a cíle v podobě výstupů, a to nejprve v úrovni obecné a následně pak v úrovni oblastní. Konkrétně se jedná o tyto kategorie:

rámcové cíle – vyjadřující univerzální záměry předškolního vzdělávání

1. Rozvíjení dítěte, jeho učení a poznání

2. Osvojení hodnot

²⁵ PRISK, Catherine. Army of 20,000 Volunteers needed to boost outdoor play. *BBC News* [online]. United Kingdom: BBC, 2012 [cit. 2018-06-01]. Dostupné z: <https://www.bbc.com/news/education-16651141>

²⁶ Výzkumy - děti v přírodě. *Čtyřlístek* [online]. Mariánské lázně, 2015 [cit. 2018-06-01]. Dostupné z: <http://www.ctyrlistekml.cz/hlavni-projekty/ctyrlistek-prirodni-skolka/vyzkumy-o-pobytu-deti-v-prirode/>

3. Získání osobnostních postojů

klíčové kompetence – představují výstupy, resp. obecnější způsobilosti, dosažitelné v předškolním vzdělávání

1. kompetence k učení
2. kompetence k řešení problémů
3. kompetence komunikativní
4. kompetence sociální a personální
5. kompetence činnostní a občanské

dílčí cíle – vyjadřují konkrétní záměry příslušející té které vzdělávací oblasti

1. biologické
2. psychologické
3. interpersonální
4. sociálně-kulturní
5. environmentální

dílčí výstupy – dílčí poznatky, dovednosti, postoje a hodnoty, které dílčím cílům odpovídají

1. biologické
2. psychologické
3. interpersonální
4. sociálně-kulturní
5. environmentální

Pobyt venku a s ním spojené hry v přírodě naplňují cíle z každé zmiňované oblasti. Děti zdokonalují své pohybové dovednosti, učí se zdravému životnímu stylu, rozvíjí schopnost komunikace, fantazie, smyslového vnímání atd.

Formou hry se děti učí respektovat určitá pravidla, ale i druhé. Mimo to se učí ovládat své emoce, rozvíjejí vůli a odpovědnost, rozšiřují své sebevědomí a sebedůvěru, a osvojují si morální hodnoty. Hry v přírodním prostředí napomáhají k vytvoření kladného vztahu k přírodě a její ochraně, a zároveň se skrze hry o přírodě učí.

Mateřské školy stanovují dobu na pobyt venku okolo dvou hodin. Doba strávená venku je individuálně upravována mateřskými školami na základě mimoškolních akcí a hlavně na počasí. V zimních měsících se doba strávená venku zkracuje při příliš vysokých mrazech a naopak v letních měsících jsou děti chráněny před sluncem v poledne, kdy je nejsilnější. Pokud je lehký déšť, není nutné zůstat v prostorách školky. Výjimku tvoří silný déšť nebo výrazně zhoršená smogová situace. To může být také sporné, protože smog se dostává i do interiérů.²⁷

3.3.2 POBYT V PŘÍRODNÍM PROSTŘEDÍ DLE LEGISLATIVY

Legislativní dokumenty, které se vztahují na pobyt předškolních dětí venku, mají formu zákonů a vyhlášek.

Vyhláškou č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých, kterou vydává Ministerstvo zdravotnictví v dohodě s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a Ministerstvem práce a sociálních věcí jsou určeny konkrétní rozměry a jsou stanoveny podmínky pro venkovní plochy.

Dále určuje délku pobytu venku na 2 hodiny dopoledne a v odpoledních hodinách závisí na délce pobytu dětí ve školce. Délku pobytu lze v zimních a letních měsících měnit s ohledem na venkovní teplotu. V letním období se pobyt přizpůsobuje tak, aby děti byly

²⁷ Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007, s. 9-13 [cit. 2018-06-03]. Dostupné z WWW:<http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf>.

ve stíněných místech. Pobyt venku může být zkrácen nebo úplně vynechán při nepříznivých klimatických podmínkách nebo při vzniku smogové situace.

S ohledem na bezpečnost dětí je dáno vyhláškou, že ředitel stanoví počet pedagogů tak, aby na jednoho připadlo 20 dětí z běžných tříd, kde při výjimečných situacích může navýšit počet o osm dětí nebo 12 dětí ze speciálních tříd, kde může navyšovat nejvýše o jedenáct dětí.

Když se konají pobyty v přírodě nebo výlety, ředitel určuje počet pedagogických pracovníků tak, aby zajistil jejich výchovu, bezpečnost a ochrana zdraví.

Vyhláška zahrnuje i lesní mateřské školy, kde uděluje povinnost, aby byl zabezpečen dostatek pitné vody, v bezprostřední blízkosti musí být hygienické zařízení s toaletou a tekoucí pitnou vodou. Zázemí lesní školky musí být čisté a v takovém stavu, aby neohrožovalo zdraví dětí. Také musí mít možnost ochránit děti před nepříznivými klimatickými podmínkami.²⁸

3.3.3 POBYT NA ŠKOLNÍ ZAHRADE

Školní zahrada je nedílnou součástí pobytu venku. V případě školek v centrech měst, obehnanými sídlišti mnohdy jednou z mála možných variant, jak trávit čas na čerstvém vzduchu. Školní zahrada plní hned několik funkcí, které děti mohou prožívat:

rekreační – děti zde mohou aktivně i pasivně odpočívat, nasávají čerstvý vzduch a mají větší možnost svobodného pohybu než v interiérech MŠ

relaxační – děti zde mohou odbourávat napětí, a to tím, že dělají v rámci možností veškeré činnosti, které chtějí a které je baví

sociální – děti jsou zde v interakci s dětmi a učitelkami z jiných tříd, minimalizuje se tak stres z poznávání nových osob

²⁸ Vyhláška č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých [online]. [cit. 2018-06-03]. Dostupné z: <https://www.tzb-info.cz/pravni-predpisy/vyhlaska-c-410-2005-sb-o-hygienicky-ch-pozadavcich-na-prostory-a-provoz-zarizeni-a-provozoven-pro-vychovu-a-vzdelavani-deti-a-mladistvych>

výuková – děti se zde učí kladnému vztahu k přírodě, rozvíjí kreativitu

tělocvičná – děti mají větší možnost pohybu než v interiérech a naučí se pohybovat i v terénu, ne jen v tělocvičně

Určitě je vhodné pobyt na zahradě kombinovat i s procházkami a kombinovat volnou hru na zahradě s určením nějaké činnosti.²⁹

3.3.4 BEZPEČNOST PŘI HŘE V PŘÍRODNÍM PROSTŘEDÍ

Dodržování bezpečnostních pravidel je nedílnou součástí hraní. Situace, které mohou být nebezpečné, ať už po stránce fyzikální, sociální nebo emocionální musíme umět předvídat. Při přesunech ve skupině dvaceti a více dětí jdou dvě učitelky a to tak, že jedna učitelka jde na začátku zástupu a druhá na jeho konci. Děti jsou vybaveny reflexními vestami a dopravním terčíkem pro přecházení na neoznačených místech. Učitelka má vždy přehled o tom, kde a jak se děti pohybují a průběžně kontroluje jejich počet.

Ve chvíli, kdy je dětem umožněn volný pohyb v prostoru, je nutné tento prostor v první řadě zkontrolovat, případně odstranit nebezpečné předměty. Při použití pomůcek je musíme řádně zkontrolovat, aby byli v pořádku a nemohli nikomu ublížit. Pokud jsme v prostoru, kde nelze odstranit potenciální nebezpečí (např. Když jsme u vody a hrozí tak riziko pádu do ní) seznámíme děti s možností rizika a vyznačíme herní plochu tak, aby se děti nepohybovaly přímo u nebezpečného místa.³⁰

Pedagog musí být vždy připraven na případné úrazy a mít u sebe lékárničku, kterou pravidelně kontroluje. Také musí být vybaven mobilním telefonem s kontakty na rodiče, které by musel v případě potřeby využít. Pokud má dítě abnormální zdravotní stav, je nutné, aby tento stav probral pedagog s rodičem a eventulelně si s ním uměl poradit. V dnešní době se velmi často objevují nejrůznější alergie, jejichž příznaky musí pedagog

²⁹ Školní zahrada. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2018-06-25]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0koln%C3%AD_zahrada

³⁰ NEUMANN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Vyd. 6. Praha: Portál, 2011, s. 12-15. ISBN 978-80-7367-910-1.

poznat a umět okamžitě reagovat, ať už změnou prostředí, použít léky nebo vyhledat lékařskou pomoc.

Děti samotné vedeme k tomu, aby chápali důležitost bezpečnosti. Jelikož není možné dítě odstříhnout od všech možných rizik a hlavně to pro dítě není ani přínosné, učíme je, aby dokázaly situaci samy vyhodnotit a dokázaly přemýšlet o případných následcích svého jednání.³¹

3.3.5 OCHRANA PŘÍRODY A DĚTÍ PŘI HRÁCH

Při hrách je nutné dbát na to, abychom přírodu nijak neohrožovali nebo nepoškozovali. Je tedy důležité, abychom dětem vysvětlili, jak se mají chovat a my měli přehled, co kde děti dělají. Musíme myslet i na bezpečnosti dětí, volíme tedy i vhodné prostředí, např. honičky nehrajeme u vody nebo v květinových zahradách. V místech, kde se vyskytují stromy nebo keře s plody, dbáme na to, aby je děti nejedli. Pokud se jedná o jedlé plody (např. lesní jahody) vysvětlíme dětem, že ty jíst můžou a zároveň vysvětlíme, proč jiné jíst nemohou.

Před pobyt venku je důležité zkontrolovat vybavení dětí – vhodná obuv, vhodné oblečení podle aktuálního počasí. Stejná pravidla platí i pro učitele, který musí zvolit vhodné vybavení i pro sebe. Pokud pobyt v přírodě vyžaduje přesuny, dbáme na pravidla silničního provozu, do kterých děti také zasvětime.

Děti při hraní v přírodě získávají povědomí o přírodě a tom jak se k ní chovat a my jim v tom nenásilnou formou pomáháme. Ukazujeme její krásy a využití. V neposlední řadě vysvětlíme, jak se k přírodě chováme – nekřičíme, abychom nerušili zvěř, nevyhazujeme odpadky a vše co si přineseme si i odneseme, neničíme rostliny apod.

³¹ BARTŮNĚK, Dušan. *Hry v přírodě s malými dětmi: hry a cvičení v přírodě pro děti ve věku od 4 do 8 let*. Praha: Portál, 2001, s. 9. ISBN 8071785393.

4 PRAKTICKÁ ČÁST

Přestože existuje velké množství publikací, které jsou zaměřené na hry a činnosti v přírodě, dnes se většina těchto aktivit přesouvá do tělocvičen, hern apod. Ze svého dětství nedokážu představit, že bychom jakékoliv hry hráli v interiérech. Veškeré naše činnosti se odehrávali na loukách, polích, zahradách, v lesech. To je dnes vzácností. Přírodě se odcizujeme a potřeba být venku v přírodě je stále větší nutností. Osobně je pro mě tento stav nepochopitelný, prakticky celé své dětství jsem trávila venku. Příroda nám nabízí tolik možností a námětů ke hrám. A ve chvíli, kdy nám dojde fantazie, je v nabídce tolik zajímavých publikací, které nám nabízí další aktivity.

Například knihy Zlatý fond her nebo Velká encyklopedie her mi byly velkou inspirací. Mnou sestavený soubor her slouží nejen jako inspirace, ale i jako připomenutí již známých her s možností upravení her nebo návrhu úplně nových her.

Všechny hry obsažené v souboru jsou vhodné pro děti jakéhokoliv věku, ale pro účel své práce jsem zaměřila na realizaci s dětmi předškolního věku. Využila jsem možnost v rámci praxí, jež jsem díky tomu velice obohatila, a také následné docházení do MŠ jakožto výpomoc.

Hry, které nalezneme v souboru, mají za cíl rozvíjet dítě po všech stránkách. Hraní těchto her v přírodním prostředí učí děti poznávat a ochraňovat přírodu, rozvíjet pohybové dovednosti. V sociální sféře rozvíjí komunikaci, spolupráci a týmového ducha.

VODNÍCI

Počet dětí: 18

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 10-15 minut

Prostředí: les, školní zahrada, louka

Pomůcky: kbelíky, voda, naběračky

Cíle: rozvoj pohybových dovedností (rychlost a obratnost), koordinace pohybů, spolupráce

Popis činnosti:

Vyznačíme start a cíl pro dvě družstva a to tak, že na start umístíme kbelík s vodou a k cíli umístíme prázdný kyblík. Vzdálenost mezi kbelíky bude pět až sedm metrů. Zkontrolujeme, aby byli kbelíky s vodou pro obě družstva stejně naplněné.

Poté rozdělíme děti do družstev – ideálně tak, aby byly stejně rozložené síly a věk dětí, a aby byl v každém družstvu stejný počet dětí.

Obě družstva se postaví na start. Děti, které půjdou z družstev první, dostanou naběračku. Hra začíná tak, že dítě nabere z prvního kbelíku vodu a snaží se jí co nejvíce a co nejrychleji přenést k cíli a vylít vodu z naběračky do prázdného kbelíku. Poté dítě běží zpět a předává naběračku dalšímu dítěti. Tento postup se opakuje, dokud nebude první kbelík prázdný.

Vyhrává to družstvo, které bude mít plnější kbelík.

Modifikace:

Hru můžeme ztížit tím, že na přenášení můžeme použít lžice a budeme určovat vítěze pouze dle plnosti kbelíku.

Další možnou úpravou je použití pouze jednoho kbelíku s vodou, vyznačení a vyznačení startu provázkem. Každé dítě přiběhne ke kbelíku a bude snažit jedním

nabráním lžící vycáknout co nejvíce vody. V horkých dnech můžou děti cákat i po sobě. Vítěz by byl ten, kdo bude mít v kratším čase prázdný kbelík.

Reflexe:

Využili jsme krásného počasí a voda létala všude kolem, děti v tu chvíli byly ve svém živlu, řádily a maximálně si to užívaly. Zpočátku si děti neuvědomovaly, že hra není až tolik na rychlost, ale o tom kdo bude mít plnější kyblík, bylo tedy nutné to dětem připomenout, že nemusí spěchat, ale jde o přesnost pohybů, aby nevylévaly vodu.

LESNÍ ŠKATULATA

Počet dětí: 18

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 10-15 minut

Prostředí: les

Pomůcky: barevný krepový papír

Cíle: rozvoj pohybových dovedností (rychlost, obratnost a postřeh), koordinace pohybů, orientace v prostoru

Popis činnosti:

Označíme několik stromů a to tak, že je obmotáme barevným (ideálně červeným nebo žlutým) krepákem. Označíme stejný počet stromů, jako máme dětí.

Děti se na zvukový signál rozběhnou po předem vyznačeném prostoru v lese, mezi označenými stromy. Určíme ještě jeden zvukový signál, který bude znamenat ukončení běhu a chycení se jednoho z označených stromů. Postupně budeme barevné krepáky ubírat, aby po každé hře někdo vypadl. Kdo vypadne jde stranou a pomáhá odebírat krepové papíry

Hra končí ve chvíli, kdy zbyde poslední dítě, které se stává vítězem.

Modifikace:

U této hry můžeme provést úpravu tak, že už od začátku bude označený o jeden strom méně a vždy jedno dítě přebývá. Pak můžeme zvolit formulaci „Škatulata, batulata, hejbejte se z místa na místo“, kterou pronese právě přebývající dítě. Ostatní děti se rozběhnou od svých stromů a hledají jiný volný, nesmí se však vrátit k původnímu stromu. Kdo si nestihne vybrat strom, jde do prostoru a říká formulaci.

Aby hra byla vzdělávací, můžeme si povědět něco o stromech kolem (listnaté, jehličnaté, pojmenovat apod.). Poté můžeme hru ztížit tím, že určíme, ke kterým stromům mohou běžat (tzn. pouze k listnatým/jehličnatým apod.)

Reflexe:

Je vhodné si předem najít vhodné místo, aby bylo kolem dostatek stromů, nebyli daleko od sebe, ale zároveň, aby kolem nich byl dostatečný prostor k pohybu.

Děti podobnou hru znaly, takže hned po zkušební hře plně pochopily pravidla. Hra byla pro děti zábavná, ale některé, hlavně mladší děti hůře snášely vyřazení ze hry.

POPELÁŘI

Počet dětí: 10

Věk dětí: 5-6 let

Čas: 10-15 minut

Prostředí: les

Pomůcky: různé předměty nepatřící do lesa

Cíle: rozvoj pohybových dovedností (rychlost), koordinace pohybů, orientace v prostoru, rozvoj krátkodobé paměti, třídění, usuzování

Popis činnosti:

Na úvod si s dětmi popovídáme, jaké předměty do lesa patří, a které ne. Předem si připravíme hrací plochu, kde poschováváme různé předměty, tak aby bylo zřetelné, že v lese nemají co dělat (hračka, PET láhev apod.)

Poté děti rozdělíme do dvou stejně rozdělených družstev. Když máme děti rozdělené, vypustíme je na herní plochu, kde bude jejich úkolem najít a zapamatovat si co nejvíce předmětů. Určíme si časový limit, při jehož vypršení dáme dětem signál, aby se vrátily. Poté jde každé družstvo k jedné paní učitelce a děti postupně říkají, co našly. Paní učitelka zapíše na papír všechny předměty, které si děti zapamatovaly. Vyhrává družstvo, které si zapamatovalo nejvíce předmětů.

Modifikace:

Obdobnou variantu hry jsem sama hrála ve svém dětství. Tato varianta byla vhodná pro mladší školní věk, byla k ní potřebná schopnost čtení. Byl připraven seznam s pochovávanými předměty, které družstva hledala. Předměty nebylo nutné si zapamatovat, ale při jejich nalezení se rovnou nosili na hromádku příslušného týmu. Předměty byli různě obodované. Když byly všechny předměty nalezeny, sečetly se body a vyhrálo to družstvo, které mělo nejvíce bodů.

Reflexe:

Opět je dobré si předem vytipovat hrací plochu a ohraničit ji, aby nebyla příliš velká. Všechny děti ohromně bavilo hledat předměty. Starší děti si i dobře pamatovaly, co našly, mladší si pamatovaly méně. Zpočátku měly problém nevykřiknout, kde a co našly, ale po chvíli se do hry plynule dostaly.

ŽABÁCI

Počet dětí: 14

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 5-10 minut

Prostředí: louka, školní zahrada

Pomůcky: provaz na vyznačení startu

Cíle: rozvoj pohybových dovedností (obratnost), koordinace pohybů, rozvoj odrazové síly

Popis činnosti:

Vyznačíme si dvě místa pro start na stejné úrovni. Hrací plochu zvolíme takovou, aby měla rovný terén. Poté děti rozdělíme do dvou vyrovnaných družstev.

První dítě z každého družstva vyskočí od startovací čáry snožmo (žabákem). Snaží se doskočit co nejdál. Tam kam doskočí zůstane stát a přichází k němu další dítě, které je na řadě. Stoupne si na místo doskoku prvního dítěte a odtud skáče. Takto hra pokračuje, dokud nedoskáče celé družstvo.

Vítězem se stává to družstvo, které doskáče nejdál.

Modifikace:

Hru je možné upravit tak, že vyznačíme start i cíl a děti hrají na rychlost. Snaží se tedy doskočit co nejdál, ale zároveň se musí rychle střídát. Kdo doskáče do cíle jako první, je vítězem.

Také je možné hrát hru s předměty (např. šišky, oblázky). První dítě hodí šišku co nejdál, druhé dítě k ní doskáče žabáky a hází šišku dál, takhle hra pokračuje, dokud se neprostrídají všichni ve skoku i hod. Kdo bude dál, vyhrává.

Reflexe:

Na úvod je dobré vyzkoušet skok snožmo nanečisto. Děti hra bavila, ale byla příliš krátká, takže jsme vyzkoušeli i modifikaci hry. U té je dobré si před hrou vyzkoušet hod do dálky, my jsme tak neučinili a některé děti tak házely kamínek do stran nebo šikmo, takže hod musely občas zopakovat. Některé starší děti měly tendenci podvádět a nenápadně odsouvat kamínek dál.

Bylo hezké pozorovat jak se v dětech při této hře probudila soutěživost, vzájemně se podporovaly a fandily si.

JE VŠECHNO SPRÁVNĚ?

Počet dětí: 10

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 5-10 minut

Prostředí: les, louka, školní zahrada

Pomůcky: žádné

Cíle: rozvoj krátkodobé paměti, postřehu

Popis činnosti:

Všechny děti utvoří kruh. Doprostřed se postaví dvě děti, které si ostatní děti stojící v kruhu důkladně prohlédnou a zapamatují si, co mají na sobě apod. Po skončení časového limitu určeného k zapamatování děti odchází. Po odchodu si něco vymění, sundají nebo naopak přidají (např. vymění trička, jedno dítě uváže mikinu kolem pasu, sundají ponožky apod.). Aby byla hra více zasazená do přírody, děti používají k změnám i přírodniny, se kterými se mohou i původně ukázat a pak vyměnit.

Po změně a uplynutí krátkého časového limitu se děti vracejí do kruhu. Které dítě si první všimne změny, střídá děti uvnitř kruhu. Takto se děti střídají, dokud se nevystřídají všechny nebo dokud je hra baví.

Modifikace:

Hra se dá ztížit tím, že budou něco měnit děti v kruhu. Určí se jedno nebo dvě děti, které odejdou. Následně zbylé děti v kruhu provedou nějakou změnu, později i více změn. Po uplynutí časového limitu se děti vrátí a hádají, co se na kom v kruhu změnilo.

Čím více dětí je v kruhu nebo čím více změn provedeme, tím je hra obtížnější.

Podobnou variantu můžeme hrát i s předměty, které si děti prohlédnou a zapamatují. Pak se předměty schovají, případně se nějaký odebere nebo přidá a děti hádají co chybí nebo naopak přebývá.

Reflexe:

Hra byla pro děti velice zábavná, občas i humorná, protože některé děti vymýšlely legrační změny. Tyto změny byly nejrychleji schopné najít starší děti, takže se na mladší ani nedostávalo. Po několika kolech jsme dali prostor k hádání jen těm mladším. Možnou variantou by bylo i rozdělit děti a vytvořit dva kruhy.

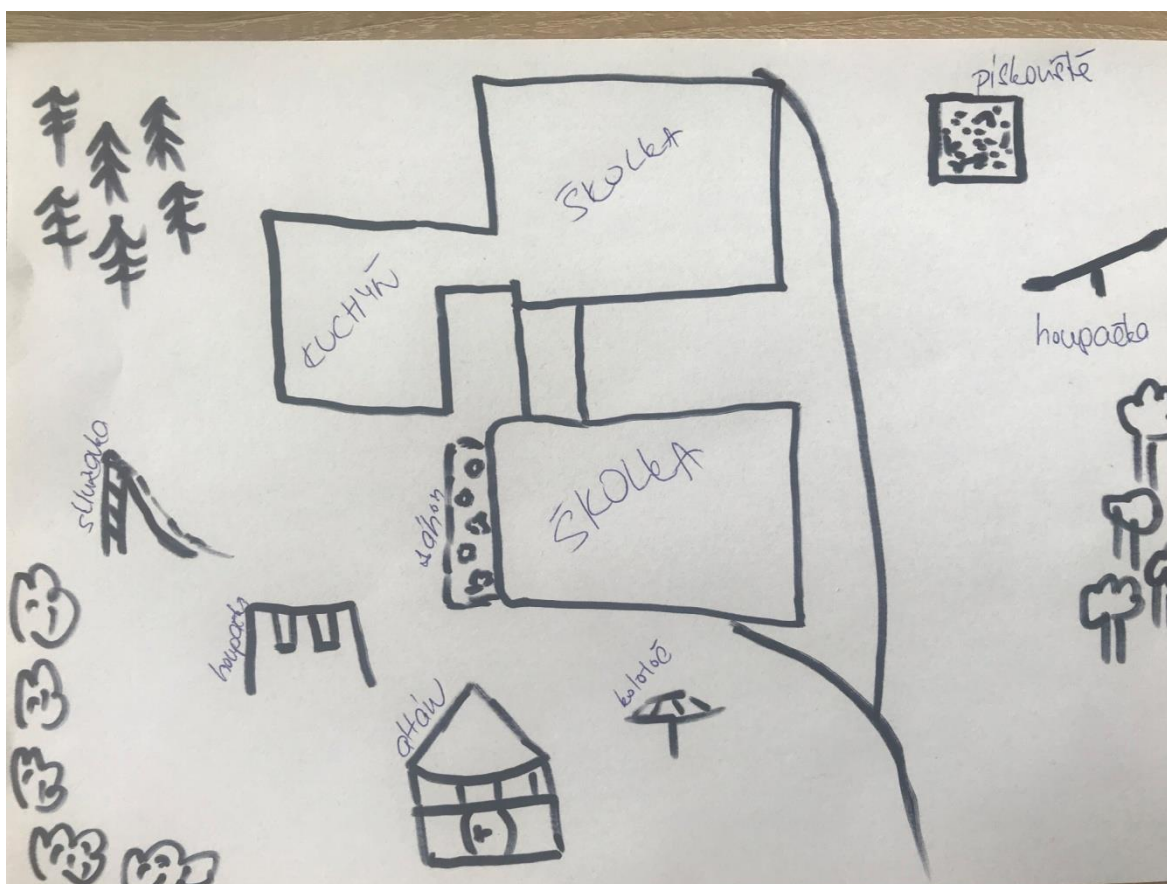
PIRÁTSKÝ POKLAD**Počet dětí:** 12**Věk dětí:** 5-6 let**Čas:** 20-30 minut**Prostředí:** les, školní zahrada, park**Pomůcky:****Cíle:** rozvoj orientace v prostoru a v rovině, rozvoj spolupráce**Popis činnosti:**

Na úvod zvolíme vhodné místo, které se bude dobře zakreslovat na mapu, nejlépe školní zahradu. Paní učitelka připraví mapku. Děti si vymyslí svá pirátská jména a postaví si z věcí kolem sebe pirátskou loď, kterou také mohou pojmenovat.

Následuje hledání pokladu. Na mapku jsou vyznačené všechny body, které děti dobře poznají – prolézačka, stromy a další specifické body v zahradě. Na mapě zvýrazníme jeden záchytný bod, např. prolézačku. Tam děti najdou další indicii k nalezení pokladu. Můžeme zvolit nějaký předmět, který dětem napoví, kde hledat nebo zvolíme hádanku, kterou dětem přečteme. Takto vybereme tři místa, která nakonec povedou k nalezení pokladu. Poklad může být drobná sladká odměna.

Ukázka indicií: Všude samý písek, ale poušť to není. – Další indicie je v pískovišti. Plod ze stromu/keře. – děti hledají strom/keř, na kterém plod roste. V čem posílají námořníci na moři vzkazy? – V láhvi, další indicie bude ukryta v láhvi. V láhvi se ukrývá

rozstříhaný obrázek, po jeho složení získáme místo, kde je ukrytá další indicie (houpačka). Jsem hladký, jsem sladký, jsem zelený, pomohly jste mi na svět a v pohádce na mně spala princezna. – Hrášek, další indicie je v záhonu, kde děti zasadily hrášek.



Obrázek 1

Modifikace:

Hru můžeme ztížit počtem stanovišť, která povedou do cíle. Také je možné rozdělit děti do dvou družstev, aby proti sobě bojovali, kdo najde poklad první. Můžeme umístit i na jednotlivá stanoviště nějaké předměty, které děti budou ukrývat do svých lodí. Tyto předměty si v průběhu hry musí hlídat, protože jim je piráti z druhého družstva mohou ukrást.

Hru je možné protáhnout pirátskou bitvou, kdy po sobě budou dva týmy házet papírové koule ze svých lodí. Po signálu určující konec hry se stane vítězem ten, kdo bude mít na svém území méně koulí.

Reflexe:

Děti hra opravdu bavila, chtěly jí i zopakovat. Malým kamenem úrazu byla orientace v mapce, která byla pro děti zpočátku obtížná na pochopení. Ale opět netrvalo dlouho a většina začala mapu chápat. Samotné hádanky také zvládaly bez obtíží. Děti si radily a pomáhaly. Hru jsme prodloužili o bitvu, která děti nadchla a několikrát se opakovala. Navíc si samy připravily papírové koule, takže si procvičily i jemnou motoriku.

LESNÍ ARCHITEKTI**Počet dětí:** 20**Věk dětí:** 3-6 let**Čas:** 10-15 minut**Prostředí:** les**Pomůcky:** žádné**Cíle:** rozvoj orientace v prostoru, fantazie a kreativity**Popis činnosti:**

Rozdělíme děti do čtyř až pěti družstev. V lese vyznačíme plochu, ve které se smí pohybovat. Poté družstva rozdělíme a vypustíme na herní plochu, aby vybraly vhodné místo pro stavbu domečku pro skřítky. Na hledání vhodného místa určíme časový limit, po jeho uplynutí svoláme děti zpět a obejdeme s družstvy místa, která si vybrala. Před stavbou je totiž nutné schválit „pozemek“.

Poté děti mohou začít stavět, smí využívat pouze přírodní materiály (klacíky, měch, šišky apod.). Dětem zdůrazníme, že nic netrháme, sbíráme přírodniny pouze ze země. Opět určíme časový limit na stavbu, po jeho uplynutí svoláme děti zpátky a společně si obejdeme jejich stavby. Se skupinami obejdeme všechny stavby a každá skupina si svou stavbu okomentuje a popíše ostatním. Vyhodnotíme, která stavba se nám líbí nejvíc a proč.

Modifikace:

U této hry je další možností nerozdělovat do týmů nebo zvolit pouze dva větší týmy a pokusit se postavit co největší stavbu. Stavbu, která už nebude pro skřítky, ale mohli bychom v ní klidně přespát my. Také můžeme zadat nějaká kritéria – stavba musí mít střechu, abychom nezmokli apod. Na závěr oceníme v případě týmu větší nebo propracovanější stavbu nebo stavbu, která bude lépe splňovat daná kritéria.

Reflexe:

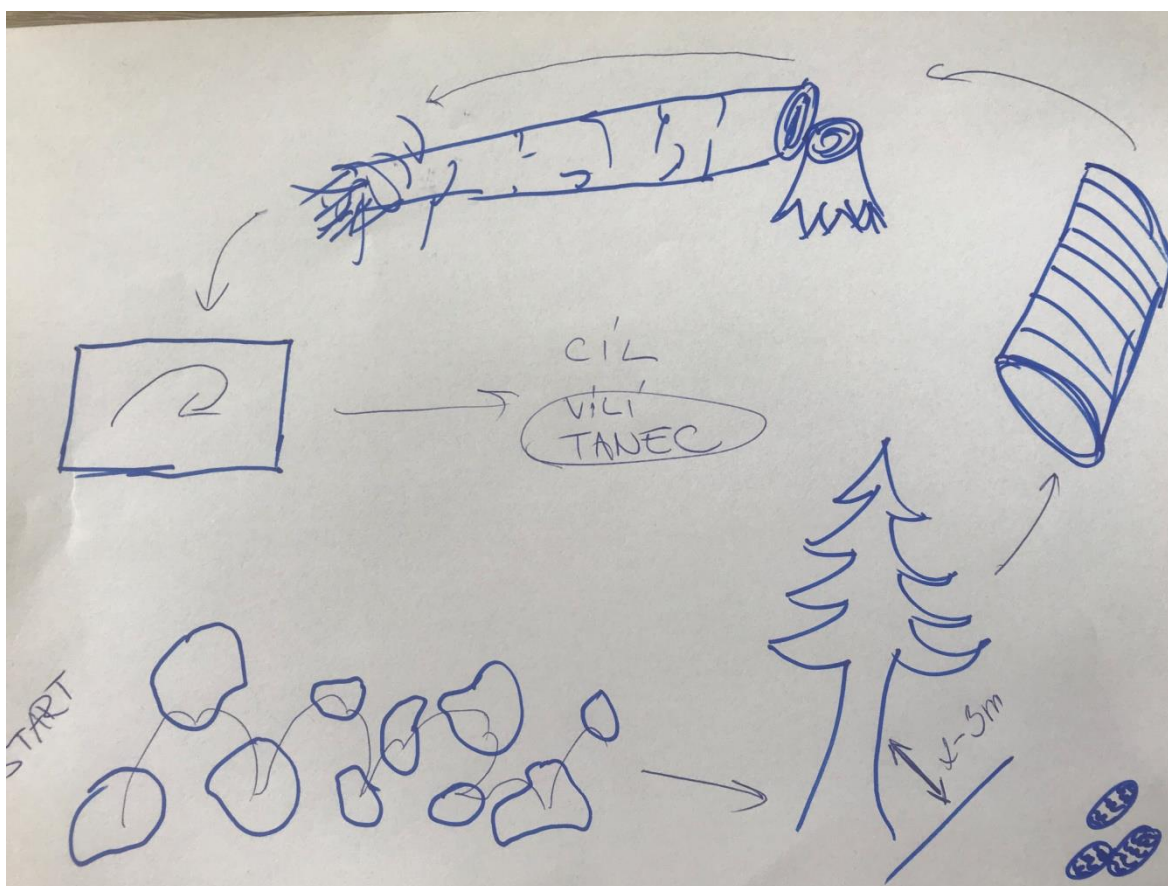
Hra je jednoduchá a většina dětí už někdy takovou činnost dělala, nebyl tedy žádný problém s její realizací. Děti si také užívaly představování svého výtvoru a přidávaly hezký komentář.

POHÁDKOVÁ DRÁHA**Počet dětí:** 18**Věk dětí:** 3-6 let**Čas:** 15-20 minut**Prostředí:** les**Pomůcky:** tunel, vystřižené kameny z papíru, žíněnka**Cíle:** rozvoj obratnosti, koordinace pohybů, orientace v prostoru**Popis činnosti:**

Připravíme dráhu, kterou děti budou absolvovat. Každá její část vysvobodí nebo pomůže pohádkové bytosti.

Začínáme cestou k vodníkovi, kterému ponesou pentličku. Musí se k němu dostat přes kameny, které obklopuje močál – kameny vystříháme z kartonu, po kterých se děti budou pohybovat, pokud se netrefí nebo sklouznou, musí jít od začátku. Na konci dají vodníkovi pentličku a pokračují dál k princezně. Princeznu unesl zlý drak, kterého se

zbavíme jen tak, že najdeme tři šišky a alespoň 2x trefíme strom, který symbolizuje draka (přípevníme na strom obrázek). Dál cesta pokračuje k Budulínkovi, k tomu se dostaneme tak, že podležeme kořeny a prolezeme norou – noru bude symbolizovat tunel. Poté se děti přesouvají k loupežníkům, kteří ukradli králův poklad. K nim se dostaneme tak, že projdeme po vyvráceném kmeni stromu, ale když už se k nim blížíme, musí jít děti po špičkách, aby je loupežníci nespátřili a neslyšeli. Na konec jdeme k vílám, ke kterým se dostane jen ten, kdo udělá kotoul. Komu se kotoul povede, ocitá se na vílím paloučku, kde vílám ukáže vílí tanec a tak je osvobodí.



Obrázek 2

Modifikace:

Dráhu je možné upravovat libovolně podle probíraného tématu nebo podle prostředí, které máme k dispozici.

Reflexe:

Příprava dráhy vyžaduje náročnější přípravu, děti s ní mohou pomoci. Před prolézáním dráhy je dobré děti namotivovat, my jsme probírali pohádky, takže jsem děti namotivovala záchranou pohádkových bytostí.

ŽRAVÁ PŘÍŠERA

Počet dětí: 15

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 15-20 minut

Prostředí: louka, hřiště, zahrada

Pomůcky: krepový papír/bavlna

Cíle: rozvoj obratnosti, koordinace pohybů, orientace v prostoru

Popis činnosti:

Namotivujeme hru příběhem o příšeře, která se objevila na Zemi a požívá lidské maso. Zbavit se jí můžeme jen tak, že jí postupně vytrháme všechny chlupy.

Vymezíme si herní prostor. Následně určíme jedno dítě jako příšeru nebo ji může v první hře ztvárnit paní učitelka. Příšera má k sobě přilepené (je možnost i opatrně přišpendlit) proužky krepového papíru. Ostatní děti se snaží tyto proužky, které symbolizují chlupy, vytrhat. Ale pozor! Příšera se může bránit. Pokud příšera drží dítě déle než tři vteřiny, dítě je sežráno. Můžeme dětem poradit, aby lovily ve smečkách. Pro příšeru je naopak lepší chytat osamělé děti.

Hra končí ve chvíli, kdy je příšera zbavena všech chlupů nebo ve chvíli, kdy jsou sežrány všechny děti. Hru opakujeme, příšeru si vyzkouší ztvárnit někdo jiný. Děti pomohou s přípravou příšery samostatným lepením chlupů.

Modifikace:

Hru můžeme upravit přidáním ještě jedné příšery nebo možností vracet děti do hry. Děti by se mohly vracet do hry v případě, že se od příšery vyprostí do časového limitu nad výše uvedené tři vteřiny, maximálně do pěti vteřin, nad pět vteřin už je dítě sežráno a nemůže se do hry vrátit. Tato varianta bude obtížnější na uhlídání.

Také je možnost hrát na týmy, vyhrál by ten, který nasbírá více krepáku, respektive jejichž délka bude po spojení nejdelší.

Můžeme upravit i podmínky vítězství, a to tak, že použijeme různobarevné krepové papíry a každá barva bude mít jinou bodovou hodnotu.

Reflexe:

Děti se mi povedlo velmi dobře namotivovat příběhem o příšeře. Ještě než jsme začali hrát, děti se hrozně těšily na příšeru. Chvilími bylo těžké počítat vteřiny, protože se děti do hry vložily s velkým nadšením. Osvědčila se spíše úprava hry ve skupinách, která byla mnohem zajímavější a dynamičtější.

ZÁCHRANA POSLEDNÍHO PTÁKA DODO

Počet dětí: 16

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 20-25 minut

Prostředí: louka, zahrada

Pomůcky: barevné provázky, šišky, obruč, plyšák

Cíle: rozvoj trpělivosti, přesnosti hodů, rozvoj spolupráce

Popis činnosti:

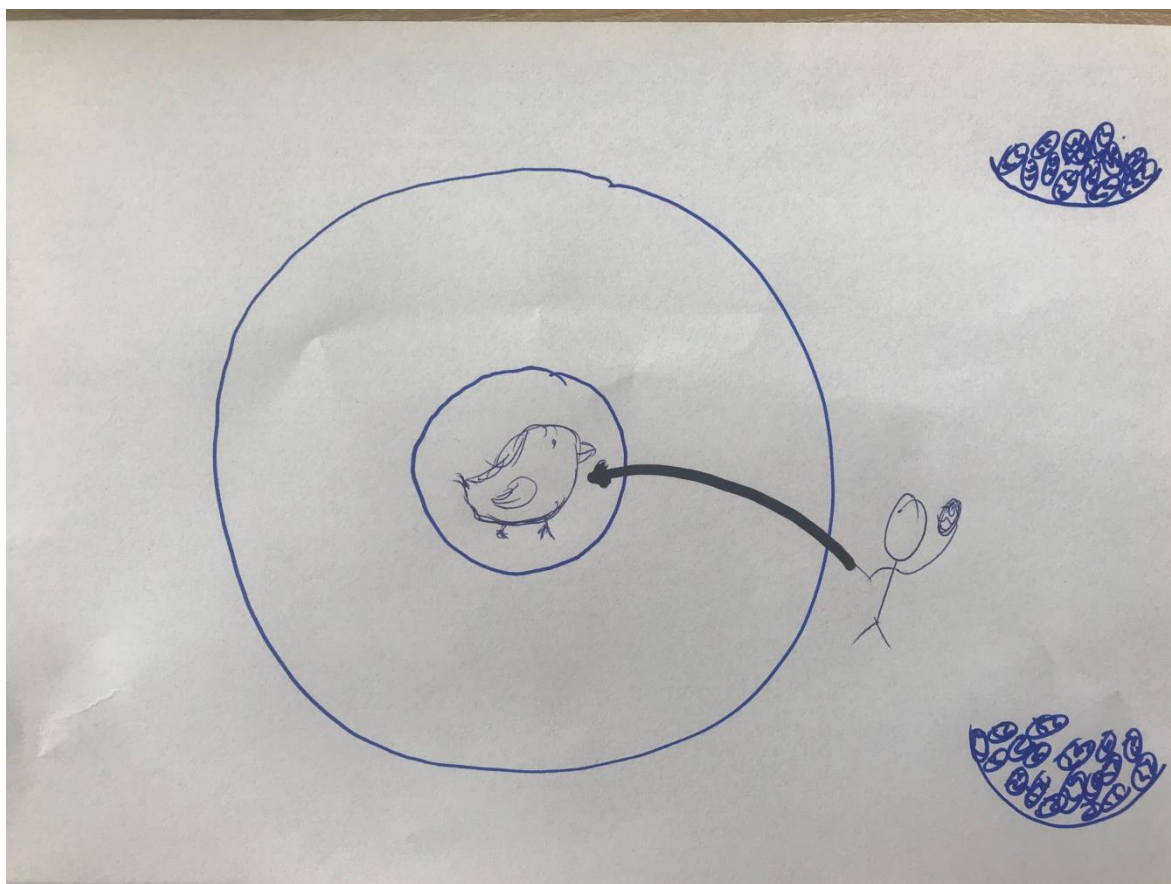
Hru na před začátkem namotivujeme – Na naší Zemi žil pták zvaný dodo, který se živil ovocem. Tento pták kdysi již vyhynul, ale nám se podařilo najít poslední žijící druh. Dodo hnízdí na zemi v trávě a my tak máme velkou šanci ho odchytit a následně odnést

odborníkům k záchraně. Dodo je sice plaché zvíře, ale také není příliš chytrý. Máme tedy jedinou možnost jak ho odchytit. Překrmíme ho ovocem, počkáme, až usne a odneseme ho.

Děti rozdělíme do družstev a vypustíme do lesa, kde budou mít za úkol nasbírat ovoce pro ptáka (šišky). Pak se se zásobami přesuneme na louku. Týmy si připraví na vzdáleném místě zásobu ovoce a paní učitelka ho označí barevnými provázky, aby bylo poznat, kdo dodá více nakrmil. Vytvoříme velký kruh, který bude značit ptačí teritorium. Uvnitř tohoto kruhu vložíme obruč, do které posadíme ptáka (plyšák).

Hra začíná. Děti se snaží z vnějšího kruhu házet ovoce do kruhu menšího, ale nesmí narušit jeho teritorium, jinak by se vyplašil. Je určen časový limit, kdy děti musí naházet co nejvíce šišek do hnízda, ale do zásobárny si mohou běžat vždy pouze pro jeden kus ovoce.

Po uplynutí časového limitu dáme dětem signál a spočítáme si, kdo dodá víc nakrmil. Vyhrává družstvo, které bude mít v hnízdě více šišek.



Obrázek 3

Modifikace:

Pokud je menší množství dětí nebo máme jen starší děti, nemusí se hrát na týmy, ale mohou hrát jednotlivci sami za sebe. Hru je možné modifikovat podle probíraného tématu jinou motivací (např. záchrana pohádkové bytosti před drakem)

Reflexe:

Příprava byla časově náročnější, je dobré děti zapojit i do přípravy. Mohou si sami označit šišky barevnými provázky, procvičí si při tom barvy a jemnou motoriku. Hra jinak děti bavila a velice je zajímal pták dodo, o kterém jsme si na jejich přání následující den povídali více.

PŘÍRODNÍ VĚŽ

Počet dětí: 20

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 10-15 minut

Prostředí: les

Pomůcky: lepenka, přírodniny

Cíle: rozvoj orientace v prostoru, fantazie a kreativity

Popis činnosti:

Vyznačíme si v lese herní prostor. Následně rozdělíme děti do družstev po čtyřech až pěti členech. Každé družstvo dostane k dispozici pouze lepenku. Určíme dětem časový limit.

Před začátkem hry děti upozorníme na bezpečnost – nemácháme a nešermujeme klackem, lepenku používáme pouze na věž apod.

Dáme signál začínající hru a děti vypustíme do lesa. Jejich úkolem je za pomoci pouze lepenky a přírodnin postavit co nejvyšší věž. Postupně v průběhu stavění děti

upozorňujeme na zkracující se časový limit. Po jeho uplynutí zastavíme stavění a společně přeměříme komu se podařilo postavit nejvyšší stavbu, tento tým se stává vítězem.

Modifikace:

Hru je možné ztížit tím, že neumožníme používat lepenku a necháme děti, aby si poradily jen s přírodninami. Také je možné ztížení tím, že určíme přesný počet přírodnin, které děti mohou použít (např. 20). Je možnost hrát i v interiéru a použít lepenku a špejle.

Reflexe:

Výsledné stavby byly překvapující, některým družstvům se podařilo postavit až dvoumetrové stavby. Pak se jim líbilo popisování přírodnin, které na stavbu použily a popisování postupu.

KRVELAČNÍ KOMÁŘI

Počet dětí: 14

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 10-15 minut

Prostředí: les

Pomůcky: žádné

Cíle: rozvoj orientace v prostoru, obratnosti, pozornosti

Popis činnosti:

Navodíme kempingovou atmosféru krátkou motivací. Všichni určitě známe, jak otravný je komáří bzúčení (zvuk si zkusíme) a jak nás to ruší, když jsme třeba pod stanem a chce se nám spát. My si teď zkusíme být jako komáři a jako jeden unavený cestovatel, který se touží vyspat.

Určíme jedno z dětí jako spáče, ostatní jsou komáři. Následně vyznačíme herní plochu, kde se všichni budou pohybovat. Spáči zavážeme oči a obrníme ho plácačkou

(např. ručník s uzlem na konci), kterou se brání před komáry. Upozorníme toto dítě na opatrnost, aby někomu neublížil. Ostatní děti jsou tedy komáři, kteří po zahájení hry bzučí a snaží se spáče sosáčkem bodnout – bodance děti provádí dotekem prstem, ale pozor, mohou být plácnuti. Samotné bodnutí také není jen tak, nasávat mohou pouze dva komáři najednou. Proto děti před samotným bodnutím musí spáče dvakrát obletět do kola a tím zkontrolovat, jestli může bodnout, jestli nenasává víc komárů. Komáři skutečně létají – nezapomínáme na náznak a pohyb křídel. K plácnutí nemusí dojít jen při bodnutí, ale i při poletování kolem. Jakmile jsou plácnuti, je po nich a vypadávají.

Paní učitelka pozoruje hru a zapisuje kdo rozdal nejvíc bodanců. Po uplynutí stanoveného časového limitu hra končí a nejúspěšnější komár vyhrává a střídá spáče.

Modifikace:

Hru můžeme komárům ztížit tak, že jim určíme časový limit (např. 3 vteřiny), kdy musí být zapíchnutí do spáče. Pokud limit nedodrží, bodnutí se nepočítá. Také v tomto limitu mohou být plácnuti a vypadnout tak ze hry. Naopak spáčům můžeme hru zjednodušit tím, že určíme více spáčů. Mají pak větší šanci na výhru, která v původní variantě není možná.

Reflexe:

Děti nejvíc bavila role bzučících komárů, občas byl problém, že nikdo nechtěl střídát spáče. Po zkušební hře, která trvala 4 minuty, jsem tento limit zkrátila pouze na minutu, protože role spáče, který plácá po slepu, je v tak dlouhém limitu dost náročná. V průběhu hry také bylo nutné přidat pravidlo, protože děti stály u spáče a opakovaně do něj píchaly prstem. To se po změně nepočítalo, komár vždy musel na chvíli odlétnet. Měla jsem strach, že děti budou nepopatrné při plácání, ale respektovaly pravidla a nikomu se nic nestalo.

LESNÍ SCHOVÁVANÁ

Počet dětí: 14

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 20-25 minut

Prostředí: les

Pomůcky: klubko provázku, šátek

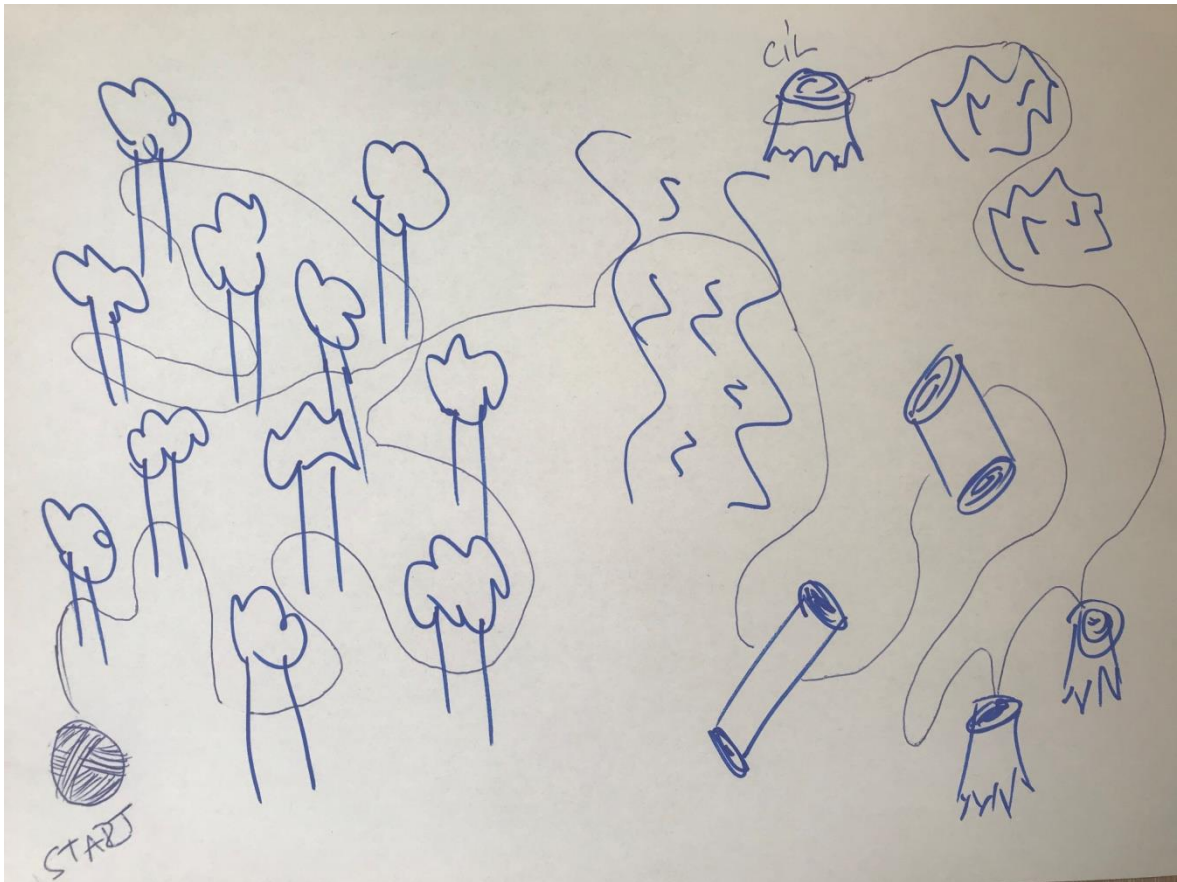
Cíle: rozvoj orientace v prostoru, obratnosti, spolupráce

Popis činnosti:

Předem si projedeme trasu, abychom určili zda je k aktivitě vhodná. Poté trasu vyznačíme provázkem. Na jednom jeho konci bude cíl, kam ummístíme nějakou odměnu.

Provázek obmotáváme zajímavou trasou – proplétáme kolem stromů, keřů, podlézáme spadlé kmeny, přeskakujeme potoky. Druhý konec provázku značí start, odkud budou děti vyrážet.

Děti postupně vyráží po jednotlivcích na trasu. Kdo dojde do cíle, vezme si z pokladu odměnu a čeká na ostatní.



Obrázek 4

Modifikace:

Můžeme děti rozdělit do dvojic, ideálně starší děti s mladšími. Mladšímu se zavážou oči a vyrazí po provázku do cíle, starší dítě radí a jistí. Poté se děti mohou prostřídat. Další obměnou je jednoduchá a krátká trasa bez překážek, kterou projdou po slepu všichni.

Reflexe:

Více se osvědčila trasa ve dvojicích, děti bavila více. Některé děti měly strach jít po slepu, ale starší děti je dokázaly uklidnit a projít trasu bez pochybení. Našlo se pár dětí, které vykukovaly zpod šátku a trasu si tak ulehčily.

KAMENOŽROUT

Počet dětí: 12

Věk dětí: 3-6 let

Čas: 10-15 minut

Prostředí: louka, pole

Pomůcky: nasbírané kameny

Cíle: rozvoj obratnosti, vytrvalosti a motoriky

Popis činnosti:

Před začátkem hry pošleme děti do vyznačeného území pro deset různých kamenů. Mohou hledat jakékoliv kameny, jen jeden musí být zploštělý. Až budou mít všechny děti nasbíráno, rozdělíme je do dvojic. Všechny dvojice si najdou své místo a rozloží si kameny naproti sobě do jedné dlouhé řady. Mezi řadami nechají prostor cca půl metru. Poté se děti vymění. Jejich úkolem je, položit kamínek na hřbet ruky a postupně ubírat protihráči kameny z jeho řady. Kamínek mu nesmí spadnout. Začíná jeden z hráčů, když kamínek spadne, pokračuje druhý hráč. Takto hra pokračuje dokud jeden z hráčů neodebere všechny kameny. Vítězem je ten, kdo první odebere všechny kameny.

Modifikace:

Hru je možné ztížit zavázáním očí nebo přidáváním kamenů po pádu zploštělého kamene z ruky. Hru jsme ještě doplnili o tvořivou část – děti si vybraly kámen, ideálně největší a nejhezčí, a na závěr na něj namalovaly obrázky.

Reflexe:

Hra se dětem líbila. Byla nutná asistence starších dětí při hledání kamenů. Mladší děti byly při samotné hře málo obratné a netrpělivé. U některých jsem pozorovala počínající vztek, že jim kámen stále padá. Některým stačilo vysvětlit, že nejde o rychlost, ale o přesné a pomalé pohyby.

4.1 AUTOEVALUACE

Soubor her se mi tvořil velice dobře. Mimo literatury mi mnohdy byly inspirací hry a jejich modifikace z mého dětství. Sama hru a i pobyt v přírodě vnímám jako velmi podnětný prvek pro zdravý rozvoj dítěte. Snažila jsem se zahrnout co možná nejvíce vzdělávacích cílů, aby se děti při realizaci her nejen rozvíjely v různých oblastech, ale aby poznávaly a učily se novým věcem. Také jsem se skrze hry snažila, aby si osvojovaly různé hodnoty a získávaly osobností postoje nejen ve vztahu k přírodě. Myslím si, že všechny vzdělávací cíle, které jsem si stanovila byly naplněny.

K realizaci her jsem využila možnosti docházet do mateřské školy v Horšovském Týně, kde jsem s vybranou skupinou dětí spolupracovala. Naše spolupráce byla od začátku velmi kladná. Děti hrály hry s nadšením, chutí a obrovským západem. Mnohdy ztrácely pojem o čase a nechtěly hru ukončovat. Díky tomu považuji svůj soubor her za zdařilý.

Občas bylo nutné zasáhnout do her a pozměnit nebo zjednodušit pravidla, protože jsem neodhadla specifika skupiny. Jednou byl také nutný zásah paní učitelky z MŠ, která se mi snažila pomoci zdokonalit motivaci dětí. I tak ale musím konstatovat, že jsem motivací k hrám měla zpracovanou dobře a na dětech bylo vždy před zahájením činnosti vidět, že se na ni těší.

Hry jsem si vždy připravovala dopředu a snažila se promyslet a představit si jejich průběh, kdy jsem občas sama narazila na nějaké úskalí. Při samotné realizaci se tak většinou nestávalo.

5 DISKUZE

Realizace všech her proběhla úspěšně a v pozitivním duchu. Děti hrály všechny hry s nadšením a velkou chutí, občas nechtěly hru ani ukončit nebo ztrácely pojem o čase. To považuji za ukazatel spokojenosti dětí.

Občas bylo nutné hru trochu pozměnit a přizpůsobit specifické skupině hráčů. Někdy dokonce přišly s návrhem na modifikaci děti samy, takže jsme hru hrály i podle jejich přání.

Za úspěšnou realizaci považuji i to, že děti při hraní neztrácely pozornost, a to ani ty nejmenší. Venkovní hry si je absolutně získaly. Děti se skrze hraní venku přiblížily k přírodě a jejímu poznání, uspokojily přirozenou potřebu pohybu a čerpaly čerstvý vzduch.

Hraní v přírodě je cesta jak se naučit trávit čas v přírodě a děti později v dospělosti budou přírodu vyhledávat k relaxaci, provozování pohybových činností nebo k načerpání energie a hlubšímu poznávání.

6 ZÁVĚR

Hry, které jsem volila, jsou využitelné k mnoha příležitostem, můžeme je hrát na louce, zahradě, v lese nebo na hřišti, ale je možné, za nepříznivého počasí, hry modifikovat i interiéru. Inspirací pro vytvoření souboru mi byly níže uvedené publikace a internet.

Každá hra obsahuje také reflexi, skrze kterou jsem chtěla ukázat spokojenost nebo případnou nespokojenost dětí a obecné postřehy z realizované hry. Bohužel mi nebylo umožněno použít fotografie z realizace, a tak jsem některé hry doplnila alespoň o nákresy z plánování hry.

Všechny hry v souboru jsou směřované do venkovního prostředí, kde je pohyb pro děti velice důležitý. Hry neměly sloužit pouze jako zábava, ale zároveň měly být naučné právě k přírodnímu prostředí, umožnit dětem poznávat a rozvíjet jejich schopnosti a dovednosti v mnoha dalších oblastech. Například je hry měly vést k rozvoji spolupráce, komunikace se svými vrstevníky, ale také k rozvoji pohybových dovedností a psychické vyrovnanosti.

V teoretické části popisují předškolní dítě a jeho vývoj v několika oblastech. V oblasti tělesného a pohybového vývoje, sociálního vývoje, ale i zaměřila jsem se i na vývoj emoční a citový, který je v předškolním vzdělávání rovněž důležitý. Všechny tyto oblasti jsou spolu úzce spojené a je důležité všechny přirozeně rozvíjet právě hrou a pobytem v přírodě.

Dále popisují hru jako takovou – co hra vlastně je, jaký je její význam a uvádím několik možností dělení her. Také popisují jak hru připravit, zorganizovat a úspěšně realizovat. Zvlášť popisují i samotný pobyt v přírodě a jeho význam a důležitost ať už podle odborníků, dle RVP, ale také dle legislativy. Nedílnou součástí je i seznámení s bezpečností dětí při hraní venku a také ochrana přírody.

7 RESUMÉ

The aim of my thesis is to prepare entertaining and educational set of games for preschool children. The theoretical part involves development of preschool child in some areas, the characteristics of the game and basic informations about playing and protecting nature.

The primary purpose of games is staying in nature. This set can serve as an inspiration for teachers or for parents nad give tips how they can spend time with their children outside. This games can alson serve as a template for creating new games or their modifications.

8 SEZNAM LITERATURY

Literatura

1. BARTŮNĚK, Dušan. *Hry v přírodě s malými dětmi: hry a cvičení v přírodě pro děti ve věku od 4 do 8 let*. Praha: Portál, 2001, 160 s. ISBN 8071785393.
2. BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta ŠMARDOVÁ. *Diagnostika dítěte předškolního věku: co by dítě mělo umět ve věku od 3 do 6 let*. 2. vydání. Brno: Edika, 2015, 212 s. ISBN 978-80-266-0658-1.
3. DOLEŽALOVÁ, Edita a Alena KUČEROVÁ. *Hry v přírodě a s přírodou*. Praha: Mladá fronta, 2004. Žijeme s dětmi. ISBN 80-204-1142-9.
4. DVOŘÁKOVÁ, Hana. *Sportujeme s nejmenšími dětmi*. 2. Velké Bílovice: TeMi CZ, 2009, 170 s. ISBN 978-80-87156-26-1.
5. HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Praha: Grada, 2006, 160 s. Pro rodiče. ISBN 9788024714240.
6. HRKAL, Jan a Radek HANUŠ. *Zlatý fond her II: výběr her a programů připravených pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2011, 168 s. ISBN 80-7178-153-3.
7. KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014, 256 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4435-3.
8. LISÁ, Lidka. *Vývoj dítěte a jeho úskalí*. Praha: Avicenum, 1986, 276 s. ISBN 08-084-86.
9. LOUV, Richard. *Last child in the woods: saving our children from nature-deficit disorder*. Rev., 1st pbk. ed. Chapel Hill, NC: Algonquin Books of Chapel Hill, 2005, 390 s. ISBN 9781565125223.
10. MATĚJČEK, Zdeněk. *Prvních 6 let ve vývoji a výchově dítěte: normy vývoje a vývojové milníky z pohledu psychologa : základní duševní potřeby dítěte : dítě a lidský svět*. Praha: Grada, 2005, 182 s. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-0870-6.
11. NEUMANN, Jan. *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Vyd. 6. Praha: Portál, 2011, 325 s. ISBN 978-80-7367-910-1.
12. OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. 1. Praha: Grada, 2016, 220 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5107-8.
13. PLEVOVÁ, Irena. *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999, 185 s. ISBN 9788070679531.

-
14. TŮMA, Martin a Jiří TKADLEC. *Hry s míčem pro děti*. Praha: Grada, 2004, 112 s. ISBN 80-247-0707-1.
 15. VAŠINA, Lubomír a Jozef KURIC. *Obecná a ontogenetická psychologie pro učitele*. Brno: Masarykova univerzita, 1985, 234 s. ISBN 55-009A-85.
 16. ZAPLETAL, Miloš a Jan NEUMANN. *Zlatý fond her: hry a programy připravené pro kurzy Prázdninové školy Lipnice*. Praha: Portál, 1990, 160s. ISBN 978-80-7367-506-6.

Internetové zdroje

17. Dělení her. *Závodivé pohybové aktivity a činnosti pro zdokonalení herních činností jednotlivce v basketbalu* [online]. Brno: Masarykova univerzita, 2012 [cit. 2018-06-27]. Dostupné z:
<https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fsps/js13/pohyb/web/pages/deleni-her.html>
18. FINOVÁ, Iva. Vývoj dítěte od 3 do 6 let. *Raabe: společně pro kvalitní vzdělávání* [online]. Praha: Dr. Josef Raabe [cit. 2018-05-29]. Dostupné z:
<http://www.raabe.cz/blog/vyvoj1/>
19. PRISK, Catherine. Army of 20,000 Volunteers needed to boost outdoor play. *BBC News* [online]. United Kingdom: BBC, 2012 [cit. 2018-06-01]. Dostupné z:
<https://www.bbc.com/news/education-16651141>
20. KROUPOVÁ, Iva a Petra KUSNIERZOVÁ. Důležitost hry v předškolním věku. *VEMESTE.CZ* [online]. Olomouc, 2010 [cit. 2018-05-25]. Dostupné z:
<http://www.vemeste.cz/2012/03/dulezitest-hry-v-predskolnim-veku/>
21. NOVOTNÝ, Michael. Hry v přírodě. *Metodický portál* [online]. Praha: Národní ústav pro vzdělávání [cit. 2018-06-26]. Dostupné z:
<https://clanky.rvp.cz/clanek/s/P/9529/HRY-V-PRIRODE.html/>

Předškolní období: Význam předškolního období pro správný vývoj dítěte. *Psychoporadna.cz* [online]. Dolany, 2009 [cit. 2018-05-28]. Dostupné z:
<https://www.psychoporadna.cz/cz/clanky/predskolni-obdobi/72.html>

-
22. Školní zahrada. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2018-06-25]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/%C5%A0koln%C3%AD_zahrada
23. TÁBORSKÁ, Hana a Iva BAJGAROVÁ. Charakteristika vývoje dítěte předškolního věku. *VEMESTE.CZ*[online]. Olomouc, 2010 [cit. 2018-05-25]. Dostupné z: <http://www.vemeste.cz/2011/05/charakteristika-vyvoje-ditete-predskolniho-veku/>
24. TITZOVÁ, Diana, Kateřina STRAKOVÁ a Eva DEBNÁROVÁ. Dítě v předškolním věku. *VEMESTE.CZ* [online]. Olomouc, 2010 [cit. 2018-05-25]. Dostupné z: <http://www.vemeste.cz/2011/04/dite-v-predskolnim-veku/>
25. *Vyhláška č. 410/2005 Sb. o hygienických požadavcích na prostory a provoz zařízení a provozoven pro výchovu a vzdělávání dětí a mladistvých* [online]. [cit. 2018-06-03]. Dostupné z: <https://www.tzb-info.cz/pravni-predpisy/vyhlaska-c-410-2005-sb-o-hygienickych-pozadavcich-na-prostory-a-provoz-zarizeni-a-provozoven-pro-vychovu-a-vzdelavani-deti-a-mladistvych>
26. Výzkumy - děti v přírodě. *Čtyřlístek* [online]. Mariánské lázně, 2015 [cit. 2018-06-01]. Dostupné z: <http://www.ctyrlistekml.cz/hlavni-projekty/ctyrlistek-prirodni-skolka/vyzkumy-o-pobytu-deti-v-prirode/>

Ostatní zdroje

27. DANIŠ, Petr. *Děti venku v přírodě: ohrožený druh?* [online]. Praha: TEREZA, 2016, s. 21-25 [cit. 2018-06-01]. ISBN 978-80-87905-10-4. Dostupné z: [https://www.mzp.cz/C1257458002F0DC7/cz/deti_venku_priroda_ohrozeny_druh/\\$FILE/OFDN-MZP_Deti_venku%20v_prirode-29112016.pdf](https://www.mzp.cz/C1257458002F0DC7/cz/deti_venku_priroda_ohrozeny_druh/$FILE/OFDN-MZP_Deti_venku%20v_prirode-29112016.pdf)
28. *INFORMATORIUM 3-8: Jak podporovat emocionální vývoj dětí*. Ilona Gillernová, 2010
29. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007, s. 9-13 [cit. 2018-06-03]. Dostupné z WWW:<http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2009/12/RVPZV_2007-07.pdf>.

9 SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1	31
Obrázek 2	34
Obrázek 3	37
Obrázek 4	42