

# SEMINÁŘ č.5

## ➤ PREZENTACE NA ZADANÉ TÉMA :

( psychomotorické hry – Martin Polách, Martina Lerchová,  
hračka jako prostředek osobnostního rozvoje -Vít  
Koplík, Veronika Čuňočková)

## ➤ VEDENÍ HER :

( hry pro posílení psychické odolnosti – Jiří  
Krchňák, Milan Jandek,

a didaktické hry- Roman Rudolecký, Andrea Rosenberková)

# PSYCHOMOTORIKA

- je propracovaná vědní disciplína, spadající pod vědní obor kinantropologie.
- pojem vyjadřuje úzkou spojitost a vzájemný vliv psychiky a motoriky člověka (jedná se o pohybovou aktivitu, která je zaměřena na prožitek z pohybu a která vede k poznávání vlastního těla, okolního světa i prožitku z pohybových aktivit).
- využívá pohybu jako výchovného prostředku, ke svému působení využívá jednoduché herní činnosti, činnosti s nářadím a náčiním, kontaktní prvky, prvky muzikoterapie i relaxační techniky (nesoustřeďuje se jen na rozvoj pohybových schopností nebo tělesnou zdatnost, ale i na psychickou stránku osobnosti).
- především v dětském věku rozvoj motoriky ovlivňuje rozvoj vnímání, představ, myšlení, poznání, tedy kognitivní oblasti.

# „Cílem psychomotoriky „

- je prožívání radosti z pohybu, ze hry a z tělesných cvičení a vytvoření tzv. bio – psycho – socio – spirituální pohody člověka,
- je získat co nejvíce zkušeností vnímání a pohybu ze tří oblastí:
  1. oblasti vlastního těla – poznat své tělo, vytvořit si mapu těla, poznat funkci jeho celku i jednotlivých částí, chápat nejen pohybové schopnosti, ale i prožívat různé pocity a city a vyjadřovat je pohybem. Naučit se přijímat tělo takové, jaké je.
  2. oblasti materiální – seznámit se s prostředím, s předměty, s jejich vlastnostmi, možnostmi a jejich využitím.
  3. oblasti společenské – poznat společenské prostředí, poznávat druhé, jejich city, pocity a přání (nejdříve navazovat kontakty, komunikovat, spolupracovat, v závěru pomáhat druhým i za cenu potlačení sebe sama).

# Psychomotorika jako výchova pohybem spolupracuje s :

- pedagogikou,
- psychologii (kladně ovlivňuje emocionální stránku osobnosti),
- sociologií (zasahuje do interakce jedince s kolektivem, vede ke spolupráci, komunikaci, kontaktu),
- fyziologií (posiluje fyzickou zdatnosti),
- etikou (učí odpovědnosti za druhého, poctivosti při hře a pomoci),
- estetikou (napomáhá k vnímání krásy pohybu) .

# Psychomotorická cvičení

- využívají se ve všech věkových kategoriích od předškolního věku až po osoby starší,
- mají velké uplatnění u cvičenců zdravých i u jedinců zdravotně oslabených a méně pohybově nadaných,
- nejčastěji používanou technikou psychomotoriky je hra (napomáhá k rozvoji dětské osobnosti přirozeně, nenásilně, podněcuje k seberealizaci, má silný emotivní účinek).

# Běžně využívané pomůcky při

psychomotorických hrách:

- vozíky,
- šátky, švihadla,
- tyče, kelímky,
- míče, nafukovací balónky,
- šlapadla, chůdy,
- velká plachta a padák
- PET vršky, štěrchadla,
- koberečky, deky, noviny,
- cyber válec - novinkou mezi psychomotorickými pomůckami .

# Didaktické zásady psychomotoriky:

- vlastní **začátek hodiny** probíhá v kroužku kolem učitele, v sedu na lavičkách nebo na zemi.
- **učitel nepřikazuje** - stojí stranou nebo pomáhá a radí tam, kde je třeba (tento postup vyžaduje dobrou přípravu učitele).
- **nepospíchá se** - spěch nedovoluje prožitek a narušuje pohodu.
- hravost, **zábavnost a pestrost** charakterizují celý výchovný proces.
- první **pomůcky** by měly být dynamické a nenáročné na ovládní.
- učitel **obměňuje** co nejvíce situace se stále stejnou pomůckou a nabízí nové varianty.
- **neúspěchy** při zacházení s určitým náčiním **jsou cenné** - právě při pohybu s ním se po prvním negativním výsledku cvičenec naučí, že musí některé své pohyby usměrnit.
- posuzování pohybových **pokroků** by se mělo odehrávat jen na úrovni každého cvičence, **ne v porovnání** s ostatními.
- závěr hodiny se opět odehrává ve společném seskupení – vzájemné povídání o prožitých aktivitách

# Skladba cvičební jednotky:

- přivítání v kruhu kolem učitele
- rušná, zahřívací část (honičky aj.)
- průpravná část – cvičení s náčiním nebo nářadím, první pomůcky by měly být nenáročné na ovládání, postupně náročnost zvyšujeme
- relaxace – jednotlivci nebo ve dvojicích, za doprovodu slova učitele, hudby, bez pomůcek nebo s pomůckami
- rozhovor o prožitcích v kruhu kolem učitele



- „*Psychomotorické hry* se od běžných her odlišují zejména použitím netradičních pomůcek, ale i tím, že zde není vítězů ani poražených. Vítězové jsou všichni, kteří se těchto her zúčastňují“.
- „Je vhodné kombinovat psychomotorické činnosti tak, aby některé obsahovaly nácvik s novým nářadím nebo náčiním, jiné kruhový provoz nebo překážkové dráhy, a vše aby prolínaly soutěže a hry.“
- Psychomotorických her lze s úspěchem využívat v kterékoli části hodiny TV (tedy v rušné, průpravné i závěrečné části hodiny).

# Hra a hračka

## jako prostředek osobnostního rozvoje

- hra je význačným rysem dětského duševního života, při ní se vytváří a projevuje osobnost dítěte,
- útlé dětství je věkem hry v pravém slova smyslu (hra malých dětí rozvíjí poznání zevního světa, vztahy k věcem a lidem a později tvůrčí fantazii), ve školním věku žije dítě střídavě v oblasti práce a hry (větší dítě se ve hře učí vyvíjet fyzické a duševní úsilí a ukáznuje se přijímáním pravidel dětského kolektivu, v němž má možnost rozvíjet svou iniciativu, odpovědnost a organizační schopnosti), a v dospělosti je hra zatlačena do pozadí prací,

# Dětská hra

## má několik vývojových období

- V prvních dvou letech si dítě hraje samo (pozorování, manipulace s hračkami) a nevšímá si okolí.
- V třetím roce si již hraje raději mezi ostatními dětmi, je jejich činností stimulováno, i když si hraje i nadále samo.
- Ve čtvrtém roce silně vzrůstá zájem o ostatní děti. Dítě napodobuje ve hře jiné děti a účastní se společně s nimi určité činnosti, aniž dochází ke skutečné spolupráci.
- Od pátého roku nastává období skupinových her, kde mladší děti mívají ve hře zatím stejné úkoly, u starších se však již objevuje dělba úloh a úkolů.
- Od desátého roku nabývá hra mnohem přísnějších kolektivních forem a postupně se stává hrou sportovní, tj. spojuje se s určitými tělovýchovnými cíli, pravidly.

# Dělení her

## I. Hry individuální:

- hry manipulační (kostky, kbelíček),
- hry destruktivní (rozebírání věcí),
- hry konstruktivní (vystřihování, modelování),
- hry úlohové (na maminku, na doktory).

## II. Hry skupinové:

- bez skutečné spolupráce (na honěnou),
- se stejnými úlohami (na schovávanou),
- s různými úlohami (na vojáky).

# Hlavní zásady her :

- **správná organizace hry** (někteří rodiče chybně tím, že se o hru svých dětí vůbec nestarají-jestliže si děti hrají, jak chtějí a kdy chtějí, trpí jejich hra jednotvárností nebo končí na překážkách, které děti nemohou samy odstranit, jiní rodiče naopak věnují hře nadměrnou pozornost- ustavičně se dětem do hry vměšují a nakonec je odsuzují do role pasivních diváků, skutečně hrát si může s dítětem zase jen dítě, třetí druh rodičů zahrnuje děti množstvím hraček- děti přebíhají bez zájmu od jedné hračky k druhé, u žádné nevydrží a nakonec se nudí nebo své hračky kazí a rozbíjejí ),
- musíme dbát na to, aby **dítě nepřebíhalo od jedné činnosti k druhé**, ale aby se dovedlo s jednou hračkou zaměstnávat stále déle a déle.
- **nejcennější jsou hry tvořivé**, které mají s prací společné to, že mají určitý cíl a vedou k trvalému výsledku činnosti (kreslení, modelování).

# Definice hračky

- Předmět ke hře dětí i dospělých
- Slouží k:
  - Upoutání pozornosti
  - Zabavení
  - Rozvíjení motorických schopností
  - Rozvíjení psychických schopností



# Typy hraček

## ➤ Osvojení sociálních návyků

- Plyšové hračky
- Panenky
- Domácí mazlíčci

## ➤ Vzdělávací hračky

- Stavebnice z písmen
- Obrázkové knížky
- Leporelo

## ➤ Hračky rozvíjející pohybové schopnosti

- Švihadlo
- Různé typy míčů
- Žonglovací pomůcky



➤ Hračky na rozvoj myšlení

- Hlavalamy
- Stolní hry – šachy, dáma



➤ Hračky na rozvoj fantazie a kreativity

- Stavebnice
- Pastelky + papír



➤ Hračky pro rozvoj trpělivosti

- Puzzle
- Hudební nástroj



# Hračka

- od druhého měsíce věšíme nad postýlku různé barevné a lesklé předměty,
- od čtvrtého měsíce je snižujeme tak, aby je dítě mohlo uchopit- a brzy mu je pak vkládáme do rukou,
- jakmile se dítě dovede převrátit na bok, klademe hračky před ně a vedle něho- tím stimulujeme rozvoj jeho pohyblivosti,
- kolem šestého měsíce dovede dítě uchopit prsty malé předměty (kostka, kulička)- musíme děti stále hlídat, aby si je nestrkalo do úst,
- až do devátého měsíce se dítě dovede zaměstnávat v téže době jen jednou hračkou a teprve v posledním čtvrtletí si dovede hrát s dvěma, později i s více hračkami současně (klepe jedním předmětem o druhý, staví dvě kostky na sebe, vkládá kuličku do misky).

# Hračky

## po 1.roce života (období hraček )

- nejvhodnější hračkou druhého roku jsou kostky- na nich dítě cvičí pohyby rukou a prstů, používá jich ke konstruktivním hrám (věž, most, vláček), a skládá je podle předlohy,
- nejcennější hračkou je hmota (plastelina, písek, papír),
- na druhém místě jsou hračky polohotové (stavebnice, omalovánky, vystřihovánky) ,
- a na posledním místě teprve hračky hotové (panenky, vozíčky, autíčka, knížky s obrázky (leporela), cenné pro rozvíjení řeči a poznávání zevního světa atd.) ,
- důležité je, aby si s hračkami dítě skutečně **hrálo**- aby vymýšlelo, stavělo, kombinovalo a nepřebíhalo od hračky k hračce, od jednoho nedokončeného úkolu k druhému.

# Jaká má hračka být?

- **Měla** by podněcovat pohybový, smyslový, rozumový a citový vývoj dítěte.
- **Měla** by žádoucím směrem rozvíjet jeho společenské postoje a napomáhat k vytváření dobrých návyků.
- **Měla** by podněcovat a vhodně usměrňovat jeho fantazii.
- **Měla** by být hygienicky nezávadná a pokud možno bezpečná.
- **Měla** by být i vkusná, pěkná, vzhledná. A ovšem měla by i něco vydržet, neboť cílem podivuhodné dětské zvědavosti je "podívat se dovnitř" a "dostat se věcem na kloub", přičemž dětské ruce jsou mimořádně nenechavé.

# Co má hračka rozvíjet?

- **motoriku** – hračka má dítě lákat k pohybu, k jeho jistotě a eleganci.
- **smyslové vnímání** – hračka stimuluje rozvoj sluchu, zraku a hmatu, podporuje soustředění, cit pro barvu a tvar.
- **poznání** – hračka simuluje nedostupnou skutečnost.
- **myšlení a řeč** – hračka vybízí ke komunikaci, rozvíjí fantazii i myšlení.
- **city** – hračka má vyvolávat libost barvou, zvukem, tvarem, materiálem, variabilitou.
- **vůli** – dítě si svou hračku vyžaduje a brání.
- **sociální vztahy** – hračka motivuje a vybízí ke spolupráci.
- **povahové rysy** – hračka podporuje soustředění, stanovuje určitý řád či pravidla.

# Úkol na seminář č. 6

( 9.5. a 16.5. 2011 )

## ➤ Příprava prezentace na zadané téma

( **pohybové hry jako zábavný prostředek rozvoje dovedností** – Roman Rudolecký, Andrea Rosenberková,

**fyziologický účinek pohybové hry** – Tereza Slaníková, Jiří Krchňák

## ➤ Příprava her

( **hry pro rozvoj zdravé osobnosti** – Marek Lipnický, Jiří Střípek

**a kreativně-kooperační pohybové hry** – Jan Šubrt )