



Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta

Bakalářská práce

2010

Pavlína Priclová



Pedagogická fakulta Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích

Katedra pedagogiky a psychologie

Režim dne dítěte v předškolním věku

Daily routine of a pre-school child

Bakalářská práce

Pavlína Priclová

Specializace v pedagogice – Učitelství pro mateřské školy

Vedoucí bakalářské práce

Mgr. Eva Svobodová

České Budějovice 2010



Děkuji vedoucí bakalářské práce Mgr. Evě Svobodové za ochotné vedení mé bakalářské práce a také za všechny její rady, názory, připomínky a metodické vedení práce.

Prohlašuji, že jsem předkládanou bakalářskou práci vypracovala zcela samostatně a výhradně s použitím citované a použité literatury.

Pavlína Priclová

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě - v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

23.3.2010

Pavlína Priclová



Anotace

Téma, které jsem si zvolila pro svou bakalářskou práci, považuji v současné době za velmi aktuální. Myslím, že pro každé dítě je důležité, aby mělo jistý řád. Je dokázáno, že řád dává dětem klid, jistotu a pocit bezpečí. S určitým režimem je vhodné začít již od narození.

Ve své bakalářské práci jsem se zaměřila na režim dne a jeho význam pro děti předškolního věku. Hledala jsem odpověď například na otázku : Co režim dne přináší dětem? Usnadňuje určitý řád práci předškolním pedagogům? V praktické části jsem využila metodu dotazníku, který byl určen rodičům dětí předškolního věku. Dále se v praktické části zaměřuji na různá uspořádání režimů dne v odlišných mateřských školách.

Svoji bakalářskou práci doplním o přílohy s fotkami dětí v různých částech režimu dne.



Annotation

I consider the theme of this bachelor work to be very current in these days. I mean that it is very important for each child to have a stable daily regime which helps them to feel, safe, certain and confident. It is the best to get to used to a specific daily regime since the birth.

In my bachelor work I have focussed on the daily regime of children at pre-school age. I have tried to answer the questions what the stable daily regime brings the children and if it can help teachers in various pre-school institutions make their work easier. In the practical volume of this work I worked with a questionnaire and I state some sorts of a daily regime.

Some photoes showing children in their daily activities have been attached.



Úvod.....	7
-----------	---

I. Teoretická část

1. Režim dne.....	8
2. Rozdílný temperament dětí.....	10
3. Jak rozumíme dětem.....	12
4. Co by měl obsahovat denní program dítěte.....	14
5. Předškolní věk.....	15
5.1. Charakteristika předškolního věku.....	15
5.1.1. Vývoj motoriky.....	15
5.1.2. Řeč.....	15
5.1.3. Smyslové vnímání.....	16
5.1.4. Paměť.....	17
5.1.5. Představy.....	17
5.1.6. Myšlení.....	17
5.1.7. Vůle.....	17
5.1.8. Socializace.....	17
5.2. Mateřská škola a dítě.....	19
5.3. Hra a učení.....	21
5.4. Cesta k samostatnosti	22
6. Ochrana zdraví dětí a význam pobytu na čerstvém vzduchu.....	24
7. Potřeby podle Maslowa.....	25
8. Pohled na mateřskou školu podle Prof. PhDr. Zdeňka Matějčka, CSc.....	28
9. Požadavek na režim dne z RVP PV – analýza podmínek vzdělávání.....	29
10. Rituály a jejich význam pro dítě.....	31
10.1. Rituály a potravní chování.....	33
10.2. Usínací rituály.....	35



II. Praktická část

2.1. Dotazník pro rodiče - jak vidí rodiče režim dne.....	37
2.1.1. Vyhodnocení dotazníku.....	39
2.2. Ukázky režimů dne a jejich porovnání.....	43
2.2.1. Ukázky ranních rituálů, pozdravení.....	55
 Závěr.....	 60
Seznam použité a citované literatury.....	61
Přílohy.....	62



Úvod

Smyslem mé práce je zmapovat režim dne v mateřských školách. Jak se k této problematice staví rodiče dětí? Jaký řád mají děti ve svých rodinách? Potvrdit moji hypotézu, že většina rodin dětem pevný režim nevytváří. Ráda bych došla k závěru, že děti mají nastavený určitý režim, pravidla a rituály a že jim také vyhovují. Chtěla bych se také přesvědčit o tom, že organizace dne dítě nijak neomezuje. Kladla jsem si otázky, zda má dítě s určitým režimem dostatek času na hru, na seberealizaci, na samostatné rozhodování, prostor samo pro sebe. Zda není učitelem nebo rodičem nuceno do něčeho, co mu nepřináší radost, co ho neuspokojuje.

Ve své práci bych chtěla také upozornit na různé možnosti organizace dne předškolního dítěte. Pokusím se stanovit podmínky pro organizaci dne dětí v mateřské škole. V praktické části práce budu mapovat formy organizace dne v mateřské škole a popíši nejčastěji praktikované rituály v mateřské škole a v domácím prostředí. Zajímala jsem se také o to, jak moc se organizace dne liší ve vybraných mateřských školách. Jaké mají děti zažité rituály a jak na ně reagují.



I. Teoretická část

1. Režim dne

„Lidská přirozenost je svobodná, miluje činnost z vlastní vůle a děsí se nucení. Tak chce být vedena k tomu, k čemu směřuje a nechce být vlečena, strkána, nebo nucena.“

Jan Amos Komenský

Režim dne je organizace života v čase, která se vyvíjí a proměňuje v závislosti na potřebách dítěte. Jeho principem je opakování určitých situací a zvyklostí ve více či méně pravidelných časových intervalech a jeho součástí jsou rodinné či společenské rituály. Rituály dříve řídily celý život, pěstují se ve všech kulturách a dodnes je v určité formě pěstují všichni lidé.

Režim dne je zcela v moci rodičů, měl by být v souladu s režimem a navazovat na něj v mateřské škole. Děti se režim dne musí naučit velmi brzy. Literatura uvádí, že ve věku od jednoho a půl do dvou let. (NIESEL, R., GRIEBEL, W. (2005): *Poprvé v mateřské škole*. Portál, Praha,)

Pro rozvoj každého dítěte jsou velice důležité jeho potřeby. Jsou charakteristické, jako uvědomění si určitého nedostatku, nebo nadbytku něčeho. Známe různé potřeby: jídla, spánku, určitých podmínek vnějšího prostředí. Rituály, které vytvářejí režim dne, jsou vlastně prostředkem k naplňování potřeb dítěte.

S vývojem dítěte se začíná zvyšovat okruh jeho potřeb. Potřeba poznávat svět, stýkat se s lidmi, potřeba hygieny, hraček... Vlivem dnešního shonu se projevuje u dětí nedostatek lásky a kontaktu s lidmi. Právě uspokojení pocitu jistoty a bezpečí je potřeba věnovat největší pozornost. Je důležitá např. četba pohádek, společné procházky. Dopouštíme se chyby, pokud necháváme dítě sledovat často televizi samostatně. Nerozvíjí se potom u něho kulturní rozhled a dítě není ani citově uspokojeno. Dítě potřebuje neustále poznávat a vstřebávat nové dojmy. V předškolním věku se přiměřeně objevuje i potřeba seberealizace a uznání. Uznání totiž podmiňuje duševní pohodu.



Účelem režimu dne je pravidelné opakování činností, kterými se vytvářejí dynamické stereotypy. Dítě přijme nutnost vykonávat jednotlivé úkoly v denním režimu. Je důležité, aby vnitřně přijalo prvky režimu dne a aby k nim nepřistupovalo s donucením. Dítě vždy potřebuje vědět, proč tu činnost dělá. Ze začátku mu můžeme s plněním režimu dne pomáhat, po čase už jen přihlížíme. Všechny činnosti provádíme v klidu a v pohodě. Dítěti škodíme, když je režim ve volných dnech příliš volný a nepravidelný.

Je-li režim dne správně sestaven v rodině a dodržován, má ve výchově dítěte mimořádný význam. Nedodržování časového vymezení např. na spánek, vstávání, večeře, má nepříznivý vliv na dítě. Dítě je po celém dnu v mateřské škole unaveno, a proto jsou důležité klidné chvíle v rodině plné pohody, které pomáhají dítěti získat rovnováhu. Režim dne v rodině má být přiměřený věku a měl by se podle něho upravovat. Musíme si uvědomit, že režim není cíl, ale prostředek k dosažení výchovného cíle.

Konečným výsledkem je to, že je dítěti příjemně střídavě v mateřské škole a v rodině. Dítě se na střídání těší a je citově uspokojováno a tím má dobrý základ pro utváření správného životního stylu.

Režim dne je soubor norem, jimiž je organizován životní proces, a to v určitém čase na určitém místě a z určitého hlediska. Je to organizace života v čase, která se vyvíjí a proměňuje v závislosti na potřebách dítěte. Nemělo by to být pouze s ohledem na potřeby dospělých, ale měly by být naplněny potřeby dítěte.



2. Rozdílný temperament dětí

Režim dne by měl vyhovovat temperamentu dítěte. U dětí můžeme pozorovat rozdíly v temperamentu už od narození. Projevují se odlišným způsobem chování. (EINONOVÁ, D. (1998): *Rozvoj osobnosti*. Fragment)

Typ : Nenáročný

- vyrovnaná nálada bez kolísání
- umí se docela snadno přizpůsobit
- na zklamání reaguje klidně
- je otevřené všemu novému

K tomuto typu můžeme zařadit přibližně polovinu dětí.

Typ : Pasivní

- dítě je v nových situacích zdrženlivé
- přizpůsobování trvá delší dobu
- na zklamání reaguje klidnějším způsobem, není prudký
- dítě můžeme označit jako „plaché“

K tomuto typu můžeme zařadit jednu až dvě desetiny dětí.

Typ : Nedůtklivý

- sklony ke špatné náladě
- na nové situace reaguje stažením se do pozadí
- špatně se přizpůsobuje změnám
- prudké citové reakce
- je velmi živé, aktivní, nepozorné
- může být spojeno i s hyperaktivitou

K tomuto typu můžeme zařadit jednu až dvě desetiny dětí.



Třetina dětí se nedá zařadit do žádné z těchto skupin. Rodiče i učitelé musí rozdílné typy temperamentu akceptovat a brát ohled na individualitu dítěte.

Každé dítě je jiné, a proto potřebuje režim dne alespoň částečně přizpůsobit svojí osobě. Myslím tím např. nenutit děti do činností, pokud nemají chuť. Pokud jsou živé, nechat je se vyřádit. Režim dne nemusí být pořád stejný. Je závislý na potřebách dítěte, které vyplývají jak z temperamentu, tak z vývojových zvláštností předškolního období.



3. Jak rozumíme dětem

V životě člověka je předškolní období velmi důležitá a citlivá etapa. Mimo jiné z toho důvodu, že se utváří základy dětské osobnosti po všech stránkách. Dítě si osvojuje základní mechanismy lidského styku a dorozumění si, základy sebeobsluhy, estetického vnímání, rysy charakteru atd. Samozřejmě se formují i vztahy k přírodě, lidem a okolnímu světu. K tomu, abychom děti úspěšně vedli a mohly jim uspořádat režim dne podle jejich potřeb, je důležité porozumět jejich světu a pochopit jejich vlastnosti a zvláštnosti.

Dětské chování ovlivňuje jak věk, tak i individualita každého dítěte. Většina rodičů nemá pedagogicko – psychologické vzdělání, ale nejcennější je jejich láska a cit, který z pravidla vede rodiče k dobrému rozhodnutí.

Z tělesného hlediska se děti v předškolním věku rychle rozvíjí. Rostou, přibývají na hmotnosti, rozvíjí se i pohyb. Ve 3. roku života je dítě již vcelku samostatné, obratnější, ovšem pořád vykonává některé zbytečné a nepotřebné pohyby. Pomalu ustupuje batolecí baculatost a vyzrává kostra, svaly i nervový systém. U dětí pozorujeme výraznou pohyblivost. Mají velkou zálibu třeba jen v obyčejném poskakování. Při malé pomoci se dítě samo oblékne, vykoná hygienické potřeby a postará se o své osobní věci. Drobnější předměty mu mohou upadnout, nemá ještě dovyvinutou jemnou motoriku. Mnohonásobné opakování jednoho pohybu má svůj význam a je pro předškolní dítě typické. To, že dítě neustále s něčím manipuluje, má velký význam pro jeho intelektuální rozvoj. Činnost mu umožňuje poznávat svět. Ve hře se zdokonaluje např. řeč, myšlení nebo paměť.

Tímto jsme narazili na to, že v období kolem třetího roku je slovní zásoba okolo 2000 slov. Dítě se už dorozumí v běžných životních situacích, umí se jednoduše vyjádřit. Ve výslovnosti zůstávají drobné zbytky patlavosti. Jak se řeč rozvíjí, závisí na prostředí dítěte, a proto je velmi důležité s dítětem hodně mluvit.

K osvojování poznatků a dovedností potřebujeme paměť. Předškoláci velmi dobře ovládají mechanickou, zatímco logická paměť je v počátcích. Rozptylování je od 4. let věku nahrazováno větší soustředěností. Začínají se objevovat fantazijní prvky a proplétají se s myšlením. Může se stát, že je pro dítě pravdou i to, co by si přálo. Proto mají také děti tolik rády pohádky. Velkou část dětského projevu ovládají city, dítě je jimi ovládáno. Má již mnoho prožitků. Zná radost, zlost, přátelství, nepřátelství...



Výrazným rysem předškoláka je, že se považuje za střed vesmíru. Všichni a všechno je tu pro něj. Nelze tedy očekávat, že bude ustupovat, nebo něčemu porozumí, je egocentrické. My ho k tomu ovšem trpělivě musíme vést, abychom nevychovali sobeckou bytost.

Dalším rysem je konkrétní myšlení, ale i celkové myšlení a představy. Dítěti se např. vysvětlování v obecné rovině zdá nesrozumitelné. Pochopí pouze konkrétní, časové a místní vztahy, protože žije tady a teď. Nezná minulost ani budoucnost. Pro předškoláky je také typická personifikace věcí a jevů. Záleží na tom, abychom děti citlivě přivedli do reality. Vráťme se k citovosti dítěte. V tomto věku si můžete všimnout, že dítě spíše vycítí, co má dělat, než aby to chápalo.

Výrazným rysem dětství je také labilita, rozkolísanost citů, postojů a nálad. Dítě se často mění. Chvilu se směje, potom pláče. Souvisí to s nedozráním mechanismů. Proto je nutné přistupovat s nároky na dítě citlivě.

„Předškolní období se dá považovat za školu charakteru, protože se dítě formuje nejen v postojích k okolí a v citech, ale také k vzájemnému styku s lidmi.“ (6. str. 128) Důležitou úlohou rodiče je vychovávat dítě k nesobeckosti. Pro všestranný rozvoj dítěte je také důležitá estetizace prostředí. Je důležité být dítěti příkladem ať už ve stolování, jazykovém projevu, upravenosti...

Také vnitřně má být domov plný trpělivosti, lásky a spravedlnosti ke všem členům rodiny.



4. Co by měl obsahovat denní program dítěte

Z vývojových zvláštností vyplývají potřeby dítěte jako např. vývoj motoriky nebo potřeba pohybu. V režimu dne by měl být prostor pro dostatek pohybu, tedy volný pobyt venku na čerstvém vzduchu, dostatek volného pohybu ve třídě i řízené pohybové činnosti. Dále prudký rozvoj řeči a potřeba prostoru pro naslouchání a sdělování (večerní povídání s dítětem, vyprávění zážitků cestou do či z mateřské školy, v MŠ si najít čas pro vzájemné naslouchání a vyprávění...)

V domácím prostředí platí to, že děti samy by si měly nést alespoň částečně odpovědnost za svůj volný čas. Je pouze na nich, zda se rozhodnou ho zaplnit, nebo se nudit. Pokud tuto možnost dítě nemá, omezuje to jeho přirozený vývoj osobnosti a nemůže si ověřit své schopnosti. Čím více má dítě pevně stanovené činnosti, tím víc ho stresuje moment, kdy nic nemusí. Dítě by mělo mít možnost se samo rozhodnout, co ho baví a co chce dělat ve volném čase. Děti mají právo se někdy nudit, protože i z nudy často vznikne dobrý nápad.

Je však důležité věnovat dítěti alespoň jednou denně svou intenzivní pozornost. Není důležitá délka tohoto rituálu, ale pravidelnost. V jaké části dne se tento rituál děje, je zcela na rodiči, či dítěti, ale je velice důležitý pro jejich vzájemný vztah.



5. Předškolní věk

Předškolní věk vymezujeme od 3 do 6 let, respektive do nástupu dítěte do školy. V tomto období nastupuje většina dětí do 1. vzdělávací instituce a tím se jim zcela změnil režim dne. Toto období je někdy nazýváno obdobím věku mateřské školy.

5.1 Charakteristika předškolního věku:

5.1.1. Vývoj motoriky:

Dítě už by mělo umět chodit a pohybovat se jak po rovině, tak po nerovnoměrném terénu, mělo by umět chodit do schodů i ze schodů bez držení. Rozvíjí se pohybové hry a dítě má koordinované pohyby.

Ve 4 letech by mělo umět skákat, lézt po žebříku, skočit z nízké lavičky, umět házet míčem, stát na jedné noze. Mělo by se umět samostatně oblékat a obout boty (ne všechny), umět si umýt ruce, pod dohledem se samo koupat, utřít si zadeček.

Dítě si začíná hrát s kostkami, hraje si s různými materiály (hlína), kreslí. Od 3 let už by mělo umět v kresbě čáry směřovat horizontálně i vertikálně. Ve 4 letech už by mělo zvládnout křížek, v 5 letech napodobit čtverec a v 6 letech napodobit trojúhelník.

V průběhu tohoto období roste schopnost vyjádřit kresbou vlastní představu (3 roky – dítě něco načmárá a pak to pojmenuje), ve 4 letech – realističtější kresba postavy (hlavonožec), v 5 letech by měla být kresba detailnější (hlava, trup, ústa, oči, nos, ruce, nohy) a končetiny by měly být znázorněny čarami, v 6 letech znázornění plastičnosti (oblečení, vlasy, uši, ruce a nohy plastické)

5.1.2. Řeč:

Řeč se zdokonalí a zvětší se slovní zásoba. Ve 3 letech je slovní zásoba nedokonalá, děti hlásky zaměňují, vynechávají nebo zaměňují s jinými hláskami. Objevuje se dětská patlavost.

Ve 4-5 letech se řeč zdokonalí a dětská patlavost by měla vymizet. V 6 letech by neměla být znatelná dětská patlavost (výjimka výměna dentace a vlivu vady řeči.)

Logopedické vady mohou být způsobeny vadou jazykové uzdičky- špatná pohyblivost jazyka, rozštěp patra, zduřená nosní mandle, vady na hlasívkách, špatné postavení zubů. Dále



mohou být výše uvedené vady způsobeny špatným mluvním vzorem, špatným zacházením s dechem nebo stresovým prostředím.

Ve věku 4-5 let se vyhraňuje stranová orientace, tedy lateralita, což je dominantní převaha párových orgánů.

lateralita může být:

- úplná pravostranost (dominantní pravá část)
- méně souhlasná pravostranost (3 pravé , 1 levá)
- ambidextrie (orgány jsou na polovině, 2 pravé, 2 levé)
- méně souhlasná levostranost (3 levé, 1 pravá)
- úplná levostranost (dominantní levá část)

Rozvíjí se slovní zásoba (v 6 letech dítě umí 3000-4000 slov)

(VÁGNEROVÁ, M. (2005): *Vývojová psychologie I.* Karolinum, Praha) a charakteristický je tzv. dětský slovník. V řeči se objevují chyby (řeč předbíhá myšlení, řeč zaostává za myšlením, vady v oblasti výslovnosti.) Je vhodné, aby dítě před nástupem do školy mělo logopedické vady odstraněny. Jedinou výjimkou je výměna dentace.

5.1.3. smyslové vnímání:

zrak

Na počátku předškolního období dokáže dítě rozlišit 4 základní barvy, ale ještě si je občas plete, neumí je dostatečně pojmenovat. V 5 letech by mělo již barvy znát, dokáže rozlišit i sytost barvy a vzdálenost a velikost předmětů. Ke konci období rozlišuje i tvary.

sluch

Zdokonaluje se a dítě jemněji a přesněji rozlišuje jednotlivé podněty. (bouřka, vítr, motor, zvířata)

vnímání času

Nedokáže přesně vnímat časové úseky a často časové úseky přeceňuje, dítěti čas většinou ubíhá pomaleji než dospělému.



5.1.4. Paměť:

Začíná se rozvíjet a podílí se na tom vytváření CNS a vědomá regulace. Paměť je plastická (stopy a spoje po různých zážitcích se vytváří rychle.) Stopy a spoje v rámci paměti jsou dočasné (uplatňuje se krátkodobá paměť.) V tomto období je paměť neúmyslná. První projevy úmyslné paměti se začínají projevovat až na konci tohoto období. Paměť je zároveň většinou mechanická a logická se objevuje až na konci období.

5.1.5. Představy:

Dítě si záměrně tvoří obrazy osob, věcí a jevů, se kterými přišlo do kontaktu (rozvíjí se rozsah představ a začínají být přesnější a stabilnější.) Nerozvíjí se pouze pamětní, ale i fantazijní představy. Dítě si u fantazijních vytváří takové představy, které nejsou podloženy reálnou skutečností (oživuje věci kolem sebe.) Děti si často vymýšlejí a vlastní fantazií doplňují svou hru. Na základě vývojových představ se také objevují lži.

5.1.6. Myšlení:

Dostává se na vyšší úroveň, což je způsobeno zdokonalováním druhé signální soustavy. Dítě dokáže analyzovat, syntetizovat, srovnávat a zobecňovat. Dokáže utvářet pojmy, soudy a úsudky. V oblasti myšlení je dítě velmi aktivní. Období „druhých otázek“, začíná postihovat souvislosti a vztahy.

Nastává pojmové myšlení, ale je zde řada nepřesností (nepřesnost pojmů, předčasné zobecňování.) V předškolním věku je myšlení konkrétní a názorné, ale objevuje se také tvořivé myšlení.(dítě vytváří originální nápady a řešení při hrách)

5.1.7. Vůle:

Je velice kolísavá, podstatné jsou jasné a blízké cíle.

5.1.8. Socializace:

Se zkvalitňováním rozumového vývoje se zkvalitňuje rozvoj vztahu k osobám, věcem a jevům, které ho obklopují (dokáže vyjádřit radost, smutek, hněv, strach, zklamání...)

Pro vytváření vztahů jsou důležité citové zážitky, které jsou motivací pro vznik citů. Rozvíjí se jak city nižší, tak city vyšší. Děti jsou velmi spontánní a proto je třeba je někdy usměrňovat.



U dítěte se rozvíjí aspirační úroveň (míra nároků dítěte na sebe samého-ctižádost.)

Rozvíjí se na konci předškolního období a projevuje se zejména touhou po uznání, úspěchu a uplatnění. Podněcuje aktivitu dítěte a rozvíjí jeho kladné vlastnosti. Důležité je, abychom ji u dětí podporovali, ale musíme dávat pozor na přeceňování dítěte. Pokud je nízká, dítě je v různých aktivitách bržděno a vyhýbá se náročnějším úkolům. Dítě se v tomto období kromě rodiny a ostatního příbuzenstva dostává do nového sociálního prostředí, do mateřské školy, kde se kromě vrstevníků setkává s novými autoritami, s učiteli. Učitel je velmi důležitou složkou pro rozvoj dítěte. Setkává se také s vrstevníky, s kterými vytváří kamarádské vztahy. Rodiče by měli vůči svému dítěti uplatňovat správné výchovné styly, aby dítě mělo možnost rozvinout svou osobnost a aby se následně mohlo zapojit do dané společnosti. V rámci socializace je důležité dítě poučit, jak se chovat k cizím lidem.

Věk rychlého vývoje schopností a učení. Kulturní i duševní vzestup se rozvinul tak, že není zvláštností, když se dítě ve 4 letech naučí číst. Může se naučit plavat, hrát na nástroj. Je těžké najít hranici, aby dítě nebylo „přetíženo“, ale naopak bylo po stránce duševní „nasyceno“. To může zjistit buď matka, nebo učitelka mateřské školy, která se na výchově v předškolním věku podílí. Dítě ji to dá dostatečně najevo. Mateřská škola je pro dítě velice příznivá zvláště, když nemá sourozence. Dítě se učí vycházet s dětmi. Pomáhá, když jsou spolu ve třídě děti různého věku, protože mladší se učí od starších a starší se naopak učí pomáhat a ochraňovat mladší. Je dobré, když si učitelka zjistí od matky, jak je na tom dítě se vztahy k ostatním dětem. Velký vliv na dítě má v této době také činnost okolí. Otec se stává životním učitelem a jeho výchova navazuje na citovou výchovu matky. Velmi důležité jsou pro dítě tělovýchovné hry ať už v MŠ, nebo v rodině. Mateřská škola rozvíjí dítě cíleně a všestranně.

Rituály v předškolním věku by měli být prospěšné

- v odpoutávání od nejbližších
- v lepším zvládnutí strachu
- v přizpůsobení se kamarádům
- v rozvoji vnímání reality



5.2. Mateřská škola a dítě

Vstup dítěte do mateřské školy má zvláštní význam pro jeho rozvoj. Čas strávený v mateřské škole je důležitý úsek života dítěte, má vlastní výchovné poslání a vyplňuje velkou část režimu dne. Na mateřskou školu nelze pohlížet jako na předstupeň před školní docházkou.

V MŠ jsou na dítě kladeny nové požadavky, v prostředí, které se velmi liší od důvěrně známého domova :

- rodiče nejsou k dispozici
- jedna autorita pro všechny děti
- vytvoření důvěry k nové osobě
- rozvíjení nových vztahů se skupinou dětí
- učení se novým pravidlům (např. hračka patří všem)
- nový denní režim

Některé děti přistupují k nové situaci s radostí a těší se, jiné jsou stydliví, bojí se. Každé dítě je jiné. Některé je rychlejší, jinému ta samá činnost trvá déle. Adaptace může trvat i několik měsíců. Ukončená adaptace znamená, že se dítě pohybuje samostatně a sebevědomě, uzavírá přátelství, využívá šance, které mu MŠ přináší.

Jak se dítě chová během adaptace

- 1) orientuje se
- 2) chová se jako pozorovatel a spíše vyčkává
- 3) hra není intenzivní a trvalá
- 4) doma nevypráví o MŠ, nebo málo
- 5) asi po 2. týdnu si začne hledat místo ve skupině (možné konflikty)
- 6) může se projevovat únava
- 7) do MŠ nemusí jít vždy s chutí, což do adaptace patří

Na adaptaci potřebuje každé dítě svůj čas.



Jak své dítě podpořit?

Nějaká doba bez rodičů v minulosti je pro děti dobrá příprava na mateřskou školu. Všechny příležitosti, které mateřská škola nabízí, je dobré využít – besídky, dny otevřených dveří aj. Je nutné mít k mateřské škole důvěru, která je důležitá a je dobře ji dát dítěti najevo. Na nejasnosti se má každý právo zeptat učitelky.

Důležitým předpokladem pro adaptaci dítěte je předvídatelnost toho, co ho čeká. Myslím tím např. návyk na dochvilnost při přivádění a vyzvedávání dětí do MŠ. Připravenost dítěte na MŠ je ovlivněna také tím, zda v rodině současně nedochází k větším životním změnám. (např. narození sourozence, stěhování atd.) Každá informace, kterou poskytne rodič učitelce je vítaná a pomůže zvolit správný přístup k dítěti.

Co rodiče?

Rodiče by se měli smířit s tím, že přesně neví, co zrovna dítě dělá, cítí, nebo si myslí. Připravit se na to, že část dne jsou bez něho. I rodiče potřebují čas na přivyknutí si na jiný režim. Učí se důvěřovat svému dítěti i učitelce.

Od rodičů se očekává, že:

- budou rozvíjet důvěru k mateřské škole
- akceptovat, že jeho dítě je jedním mezi ostatními ve skupině
- budou podporovat všechny děti a jejich zájmy



5.3. Hra a učení

Osou předškolní výchovy a režimu dne by měla být hra. Je to ten nejlepší způsob, jak může dítě postupně zvládat předpoklady k rozvoji všeho, co k životu do budoucna potřebuje. Tvořivá hra, situační učení a experimentace dávají dítěti příležitost k prožitku, vyjádření vlastní představy o světě a vztahu k němu, uplatnění zájmu a zkušenosti. Ovšem nestačí, když děti necháme za našeho dozoru hrát si. Existují různé herní programy, na kterých si dítě hraje buď pod přímým vedením dospělého, nebo pomocí rozfázovaných programových kroků. Pravdou ovšem je, že si dítě na mnohé přijde samo a strukturované materiály jsou mu předkládány buď předčasně, nebo zbytečně.

Dítě se ve hře v individuálním tempu učí, zkouší, hledá a přemýšlí. V případě, že to jde až příliš pomalu, připravujeme dítěti podmínky, aby získávalo zkušenost rychleji. Samozřejmostí je, že hra je dobrovolná a spontánní. Dítěti musíme k herním aktivitám poskytovat široký prostor, v němž se může samostatně pohybovat. Učitelka mateřské školy se musí snažit o to, aby prostřednictvím učebních situací vytvářela podmínky k tomu, aby se nahodile získané zkušenosti postupně skládaly v logické a funkční vztahy, síť vzájemných souvislostí, v základ osnovy budoucího poznátkového systému. S trochou nadsázky můžeme říci, že : „Jak si teď dítě hraje, tak se bude později učit.“ (3. str. 32) Hra ovlivňuje učební návyky, které jsou nezbytné pro správný režim dne. Dítě by mělo mít možnost hrát si spontánně, abychom mohli zjistit, co ho baví a podněcovat ho v oblastech, které by spontánně nerozvíjelo.

Předškolní vzdělávání je důležité nejen proto, že zahrnuje vzdělávací i výchovné aspekty, ale týká se i kultivace a rozvoje dítěte v celé jeho širší osobnosti. Metodou předškolní výchovy zůstává hra a situační a prožitkové učení, které je vzdálené od tradičního školsky pojatého verbálního vyučování.



5.4. Cesta k samostatnosti

Nezávislost je u dítěte velice důležitá, protože posiluje sebedůvěru a sebeúctu. „Já můžu“ zní určitě lépe než „já nemůžu“ a obzvlášť, když to všichni kolem umí. Jsou chvíle, kdy se každému dítěti líbí být závislý na rodiči, zvláště když vyžaduje jeho pozornost. Možnost jednat samostatně ale žádné dítě neodmítne. Důležitým předpokladem nezávislosti je zvládnout sebeobslužné úkony jako: obléct se, umýt se, najíst, dojít si na toaletu. To vše ovšem bez předchozího pobízení. Jestliže bude dítě vždy čekat na pokyn, dost těžko v životě bez rodičů obstojí. Kamarádi ani učitelé mu později jeho režim dne organizovat nebudou a na přehnanou péči doplatí dítě.

Mezníky na cestě k samostatnosti:

3-4 roky

- Dítě se běžně umyje, vyčistí si zuby, obleče se a svlékne, poměrně čistě se dokáže najíst, napije se z šálku, vyndá a uklidí si po sobě hračky.
- Pod dohledem dospělé osoby by mělo být schopné dotáhnout činnost až do konce. (např. vytřít podlahu v koupelně)
- Své pocity a potřeby by mělo umět vytvářet slovy.

4-6 let

- Dítě by si mělo umět zorganizovat svou hru.
- Mělo by být schopné přijít s aktivním návrhem na nějakou činnost
- Kompletně se oblékne, vykoupe, vyčistí zoubky a umí mazat a krájet nožem (kromě tuhého masa)
- Mělo by být připraveno na to, že stráví delší část dne bez rodiče

Jak se dítě učí pomáhat?

Domácí práce obvykle dospělé nebaví, ovšem pro dítě jsou hrou a rozptýlením.



Předškolní dítě aktivity obohacují:

1) Úklid hraček

- vzájemná interakce (vzájemné působení lidí na sebe)
- spolupráce (umožňuje předvídat)
- praxe pro školu (začátek, průběh a konec)
- ochota pracovat a potěšit druhé

2) Nákupy

- seznamuje se s pojmem počtu (nákup vyndá a třídí)
- cvičí pozorovací schopnost

3) Úklid domácnosti

- podpoříme dítěti sebevědomí

4) Příprava jídla

- základ matematických dovedností
- třídění a porovnávání

(PAVLAČOVÁ, M., LOKAJÍČEK, Z. (1993): *Rodičům předškolních dětí*. Ped.ústav, Olomouc)



6. Ochrana zdraví dětí a význam pobytu na čerstvém vzduchu

Všeobecně se ví, že období předškolního věku má mimořádnou důležitost při utváření základů zdraví, výkonnosti každého lidského jedince a režimu dne. Každé dítě si přináší do mateřské školy jistý základ celkové výkonnosti, zdravotní fond i základ pracovních schopností. Většina dětí přichází do většího styku s kolektivem, a tím i s dětskými nakažlivými chorobami až v předškolním zařízení. Je důležité zvyšovat odolnost jednotlivých dětí, protože tím se snižuje pravděpodobnost onemocnění nejenom u jedinců, ale i celého kolektivu. Oslabené dítě nejen snadno a opakovaně onemocní, ale má i sníženou schopnost koncentrace.

Ochranou proti nemocem jsou i základní hygienické návyky. Důležité je také správné vytápění a větrání. Pobyt dětí venku pozitivně ovlivňuje jejich organismus. Rušný pohyb vyvolává u dětí zvýšenou potřebu kyslíku, což se projevuje jak živější akcí srdeční, tak i prohloubeným dýcháním. Pobyt venku snižuje výrazně pravděpodobnost přetížení organismu dítěte zárodky nemocí. Jak tedy zajistíme dostatečný styk dětí s ovzduším v mateřské škole? Nejprve je nutné hned ráno prostory vyvětrat. Poté po dvou hodinách v průběhu celého dne. Okna by určitě měla být otevřena před ranním cvičením, před pohybovými aktivitami a odpoledním spánkem. V mateřské škole by měl být pobyt dětí venku samozřejmostí, ovšem pokud to počasí dovolí.



7. Potřeby podle Maslowa

princip pyramidy potřeb – když není pyramida splněna, nemůže nastat učení a nejsou naplněny potřeby.

Abraham Maslow: Pyramida potřeb

Potřeba řádu vyplívá především z 1. a 2. patra

1.patro: Fyziologické potřeby

Zásady pro naplňování potřeby odpočinku

Na spaní jsou vhodné paravany mezi lůžky. Každé dítě by mělo mít svůj prostor, pocit bezpečí, symbol domova a klid. Pokud dítě nechce spát, může si v posteli prohlížet knížky. Je lepší spát jenom v pyžamu bez kalhotek. Ve třídě mít kolem 20°C, zvlhčovače...podle hygienických předpisů.

Zásady pro stravování

Nezakrýváme jídlo pod jiným názvem, to je jedno z pravidel stravování. Dále chválíme zdravou stravu a vždy jíme s dětmi. Není dobré dávat dětem na talíř zbytečně moc jídla, protože mají pocit, že ho nemohou sníst. Použít potraviny při činnostech by mělo být běžné. Dětem o potravinách poskytujeme pravdivé informace. Jídlo je vždy pěkně upravené. Jíme ve vhodném a klidném prostředí.

Dalším důležitým pravidlem je, že jídlo nemusíme jíst, ale nikdy o něm nemluvíme ošklivě.

Vylučovací potřeba

Dítě musí mít na vylučování klid. V mateřské škole by měla být na pět dětí jedna toaleta. Pro větší intimitu dítěte je dobré dát mezi toalety paravany. Dítě by mělo mít možnost si kdykoliv dojít na WC.

Pohyb v MŠ

Alespoň jedenkrát denně by se měla objevit tepová frekvence min. na 160 tepů, to znamená dát dětem dostatek prostoru k volnému pohybu, denně s nimi cvičit, umožnit pohyb v přírodě...



Sexuální potřeby

Každé dítě potřebuje zjistit, jak vše je. Jak vypadá holčička a jak kluk. Poté znázorňují pohlaví na kresbách a sami si je pojmenovávají. Měli bychom dětem uvádět správné názvy.

2.patro: Jak naplňovat potřebu bezpečí

Prostor

Bezpečný nábytek, neklouzavý povrch, vše bezpečné, vyznačit kam děti mohou. Dětem se líbí intimní prostory, koutky-mohou si vytvořit svůj svět

Pedagog

Nevyšetřujeme, dítě se nikdy nepřizná. Kdo to udělal, ať to uklidí, nežalujte. Poté dítě pochválím.

Pravidla

Pravidla musí být smysluplná. Měly by je dodržovat všichni včetně učitelky. Děti by měly vědět, co se stane, když se pravidla poruší. Neexistují-li hranice, dostává dítě strach, který se snaží ohlušit.

př.

U jídla můžeme mluvit, ale tak, abychom nikoho nerušili.

Pravidla jsou dána bez záporu-děti je lépe pochopí

Když říkáme samá negativa, poskytujeme návod, co se dělat nemá, ale neříkáme, co se dělat má!

Pojmenováváme pocity

Na pravidla by si děti měli s pomocí přijít samy.

př.

Spory a hádky řešíme domluvou.



Pravidla by měla obsáhnout 6 oblastí:

- 1) To, aby dítě neublížilo samo sobě
- 2) To, aby dítě neublížilo druhému
- 3) Aby dítě neublížilo dospělým
- 4) Aby neničilo věci
- 5) Neublížovalo přírodě ani zvířatům
- 6) Dát dítěti možnost orientovat se v čase – ranní pozdravení

př.

Dobrý den, dobrý den – pokyvování

Dneska máme krásný den – pokyvování

Ruce máme na tleskání - tleskáme

Nohy zase na dupání - dupáme

Dobrý den, dobrý den – pokyvování

Dneska zlobit nebudeme – kývání hlavou zleva doprava

Příklady pravidel:

- 1) Nemluvíme ošklivě o jídle
- 2) Co si půjčím, vrátím na svoje místo
- 3) Co rozlijeme, to po sobě utřeme
- 4) Pomáháme kamarádům
- 5) Domlouváme se o hračku
- 6) Co není moje, nemůžu si vzít domů
- 7) Nemusíš jíst vše, ale můžeš ochutnat
- 8) Neposmíváme se ostatním



8. Pohled na mateřskou školu podle Prof. PhDr. Zdeňka Matějčka, CSc.

Aby mohlo malé dítě vůbec přežít, potřebuje být obklopeno takzvaně „svými“ lidmi. Je v jejich moci, protože samo je bezmocné. Jeho lidi začínají život dítěte a záleží pouze na nich, jaký bude jeho vstup do prvního stádia života, tedy dětství.

Prof. Matějček říká, že : „Jesle by si děti samy nikdy nevymyslely, ale mateřskou školu určitě ano, protože ji prostě potřebují.“ (1. str. 47)

Předškolní dítě potřebuje mít vztah s druhými dětmi a překročit hranice rodinného kruhu. Jak si můžete povšimnout, v mateřské škole jsou děti šťastné, neboť připravuje půdu pro přátelské vztahy. Dítě v mateřské škole poznává, co je běžné a normální, ale i odlišné. V mateřské škole se dítě kultivuje a civilizuje. Utváří si základní hygienické i společenské návyky, učí se toleranci a úctě k druhým a nesmíme opomenout to, že čemu dítě učíme, se musí naučit správně. Je jisté, že co se dítě jednou naučí a zapamatuje, se později špatně odstraňuje. Ráda bych zmínila psychologickou poučku, kterou Prof. Matějček často a rád cituje. Ta říká, že tam, kde se máme rádi, děláme jeden druhému radost bez zásluhy a odpouštíme si bez odčinění.

Pevně doufám, že mateřská škola je tím prostředím.



9. Požadavek na režim dne z RVP PV – analýza podmínek vzdělávání

1) věcné podmínky

- mateřská škola musí mít dostatečně velké prostory
- děti se samy mohou podílet na výzdobě budovy
- na mateřskou školu navazuje zahrada
- vybavení mateřské školy musí odpovídat počtu

2) životospráva

- děti mají k dispozici plnohodnotnou a vyváženou stravu
- musí být zajištěný pravidelný denní rytmus, ovšem flexibilní, aby se mohl přizpůsobit potřebám dítěte
- děti musí být každodenně venku
- respektujeme individuální potřeby dětí např. aktivitu, spánek, odpočinek

3) psychosociální podmínky

- děti se cítí v mateřské škole spokojeně a bezpečně
- dítě, které nově přijde do mateřské školy, má právo na adaptaci
- pedagog respektuje potřeby dětí
- všechny děti mají stejné postavení ve třídě

4) organizace

- denní řád dítěte musí být dostatečně pružný
- děti v mateřské škole nacházejí soukromí, bezpečí a klid
- děti mají dostatek času pro spontánní hru
- děti mají svoje soukromí
- všechny aktivity podněcují děti k vlastní aktivitě



5) personální a pedagogické zajištění

- specializované služby o děti se speciálními vzdělávacími potřebami
- odborná kvalifikace všech pracovníků
- pedagogové jednají v souladu se společenskými pravidly a pedagogickými zásadami výchovy a vzdělávání předškolních dětí



10. Rituály a jejich význam pro dítě

Rituály jsou doajista součástí režimu dne. Co je to rituál? Komunitní kruh, ranní pozdravení, vítání rána písničkou či říkankou, povídání u svíčky, zvyky před spaním nebo jídlem, podání ruky, zkrátka vše, co se pravidelně opakuje, nazýváme rituál. Každý rituál přináší dítěti něco jiného, avšak všechny dávají dítěti pocit jistoty, řád, možnost uplatnění, pocit sounáležitosti, ukotvení v čase, vytváření prosociálních vztahů atd. Některé rituály vytvářejí samy o sobě morální normu, která se zvnitřňuje při opakování.

K lidskému životu vždy patřily a patří rituály, neboť umisťují do lidského života body, které nám dávají řád, pocit bezpečí a harmonizaci času. Kvůli své opakovatelnosti pracují jako stabilizátory chování. Ostatním byly dány nové obsahy a některé rituály nově vznikly. Říká se, že kdo kontroluje, jak probíhají sociální rituály, kontroluje společnost. Každá rodina si vytváří své vlastní rituály, které mají významnou hodnotu pro utváření skupinové identity a posilují identitu individuální. Není pochyb, že úroveň vztahů v rodině ovlivňuje naše psychické i somatické zdraví. Rituály nám ujasňují vzájemné vztahy a utvrzují vlastní role v celku. Terapeut J. Špitze tvrdí, že : „Pro stabilní rodinné soužití je důležité nejen rituály přejímat a dodržovat, ale také je bez výčitek umět měnit.“ (8. str. 67) Zdravá funkční rodina umí nacházet různé formy společně tráveného času se svými různě starými dětmi. Rituály by měly dodržovat všichni členové rodiny.

Pozorujeme-li děti, které mají mnohem blíže k nevědomí a k citům než dospělí, uvidíme, že naprosto samozřejmě svým vlastním způsobem pěstují rituály. Musíme jim pouze ponechat volnost a nezakazovat jim jejich jednání proto, že nám připadá nesmyslné.

(KAUFMANNOVÁ-HUBEROVÁ,G.,1998)

Při těžkostech dítěte může být dosazena jako rituál pohádka. Protože právě ona hraje velkou roli v životě dítěte. Líčí vývojové kroky, jak jdou v životě dítěte za sebou. Barvitá řeč pohádek děti velice oslovuje. Každý strach, nebo nejistota je zažehnána tím, že se dítě promítne do pohádkových postav. Dobrý konec pohádky u dítěte podpoří pozitivní síly, které dítě potřebuje k překonání strachu a nejistoty.

Příklady rituálů v mateřské škole



Velké kolo uděláme,
na nikoho nečekáme.
Kdo si s námi nechce hrát,
může vedle tiše stát.

Dobrý den, dobrý den,
dneska máme krásný den.
Ručičky jsou na tleskání
a nožičky na dupání.
Dobrý den, dobrý den,
dneska zlobit nebudem.

Ajtata, Ajtata,
máme krátký kaťata.
Jako z vody rosteme,
krásný den si přejeme.



10.1. Rituály a potravní chování

V současné době, kdy probíhá socializace, se nám doslova před očima mění náš známý sociální svět. Svět hodnot a tradic. Materiální závislosti, vyvazování se z rodinných svazků, to vše přináší na jedné straně novou kvalitu svobody, ale na straně druhé ztrátu tradičních hodnot a zcela nový druh sociální vázanosti. Vše provází ztráta stability, nebo oslabení síly rituálů. Dítě se v takovémto světě začíná ztrácet. Je to neoznačený svět, dítěti v něm chybí záchytné body, a pokud je najde, nemůže se o ně opřít. Tato dezintegrace může být příčinou pozdějšího neuspokojivého chování dětí školního věku. Děti mohou „sklouzávat“ k rituálům vytvářeným vrstevníky, které mohou skrývat nebezpečí pro další vývoj dítěte.

Ráda bych rozkryla smysl a dosah rituálního chování.

V poslední době jsme v moderních rodinách svědky vyhasínání jednoho z nejdůležitějších a nejtradičnějších rodinných rituálů, a to pojídání hlavních jídel dne u jednoho stolu. Symbol stolu byl odpradáвна jediným místem v domě, kde se rodina měla možnost sejít. Sejit se u stolu mělo velký význam. Stůl vytváří prostor pro debaty, sdělování, poučování atd. Dává oporu a každému zároveň poskytne vlastní soukromý prostor. Pro upevňování rodinných vztahů a vytvoření jedinečné atmosféry je důležitá rodina, která se pravidelně schází alespoň u jednoho denního jídla. Společné jídlo dává každému členu rodiny možnost v klidu prohodit události dne, svěřit své obavy, radosti i stesky. Členové rodiny si navíc dávají najevo svůj emoční vztah k druhým a ověřují si emoční naladěnost jeden k druhému. Společné jídlo se stává jedním z mezníků dne. Dítěti je za přítomnosti ostatních dána možnost např. obhájit své postoje, omluvit se atd. U stolového rituálu si dítě neustále ověřuje, že patří do rodiny a že ho mají všichni rádi. V atmosféře, která je uvolněná jídlem, může říci něco, z čeho má strach, obavy. Za přítomnosti celé rodiny může získat spojení pro podporu svých přání. Naopak kolektivní odmítnutí nemusí být tak bolestné a může vést k přehodnocení stanoviska.

U stolu a u jídla mají rodiče větší možnost diagnostikovat. Sledují způsob pojídání pokrmu i množství zkonsumovaného jídla. Nechutenství či odmítání jindy oblíbených jídel může signalizovat změny ve vnitřním životě dítěte.

Čas jídla je také odjakživa signálem, že se musí vše přerušit. Rytmus společné konzumace učí dítě plánovat a rozvrhovat si aktivity dne. Rituál stolu vede ke schopnosti dodržovat a vytvářet režim a řád. Plní kontrolní funkci, zamezuje toulání dítěte a zjišťuje jeho stav. Poslední



dobou mizí stolový rituál postupně z našeho života. Důsledkem může být již zmíněná individualizace či osvobození se od řádu. Jedním z důvodů zanikání společného sezení u stolu je rozdíl chutí jednotlivých členů rodiny. Na jedné straně jsou stravovací návyky generačně předávány, ale na straně druhé mají rodiče jiné preference a averze, než děti. Lidem v dnešní době mnohdy chybí ekonomický diktát, který dříve často rozhodoval o skladbě jídelníčku. Možnost jednotného jídelníčku rozbíjí též současný trh s potravinami, různé kuchařské recepty, nebo návody, jak zdravě jíst.

Dalším důvodem je rozbití tradičního rozvrhu stravování, tedy: snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře. Jí se, když má člověk čas, když se nudí, má chuť. Další možností může být neochota členů rodiny být tím, kdo by obsloužil ostatní. Kvůli tomu, že jíme, kdy se nám zlíbí a kdy máme čas, opouštíme, možná i nevědomě ohromnou sílu stolu, která nás stmeluje. Opouštíme místo, kde jsme zažívali, lásku, starostlivost, jistotu i bezpečí. V rodinných rituálech není jiný, který by ho nahradil. Předškolní věk je období, kdy se tvoří pevný vztah k jídlu, a proto od rituálu stolu nesmíme upustit.

Př.

Byla jedna sestřička,

a ta měla bratříčka.

U jednoho stolu,

potkali se spolu.

Za ruce se chytili,

dobrou noc si popřáli.



10.2. Usínací rituály

Je důležité hned od začátku naučit své dítě před usnutím relaxovat a zavést určitá pravidla. Je nutné si ujasnit, že čas strávený v posteli, je určen jen na spaní. Předpokládá se, že má dítě pravidelný pohyb a danou dobu, kdy chodí spát a kdy vstává. Alespoň půl hodiny před spaním by mělo být dítě v klidu. To znamená nehrát videohry, nesledovat televizi atd.

Pro vytvoření správného spánkového návyku je zapotřebí zavést pevný spánkový režim. A platí, že čím dříve to učiníme, tím lépe. Pevný uspávací rituál může být například sestavený z koupání, oblékání pyžamka, pití, pohádky na dobrou noc, poté může přijít přikrytí, uložení mazlíčka a polibek.

V mnoha rodinách zdomácněl nějaký „příběh na dobrou noc“. Pokud se příběh stane rituálem, měl by se vyprávět každý večer, ať už se stalo cokoli. Ať dítě zlobí, jak chce, netrestáme ho ztrátou rituálu. Teprve pak odkrývá člověk jeho pravou hodnotu.

Př.

Spi, panenka, zavři očka,

podívej se, spinká kočka.

Spinká vláček, spinká míček,

spinká celý pokojíček.

Slunce také půjde spát,

bude se mu o nás zdát.



II. Praktická část

Stanovení předpokladů:

např.:

1. Předpokládám, že denní režim v rodině nemají všechny děti stejný. Jako metodu ke zjištění použiji dotazník.
2. Předpokládám, že režimy jednotlivých MŠ si jsou navzájem hodně podobné. Využiji metodu komparace informací z internetových stránek.
3. Domnívám se, že rituály jsou běžnou součástí života dětí v mateřských školách.



2.1. Dotazník pro rodiče – jak vidí rodiče režim dne

Dobrý den, chtěla bych Vás požádat o vyplnění dotazníku, který je součástí mé bakalářské práce na téma: Režim dne dítěte předškolního věku. Cílem dotazníku je zjistit, zda je současný režim dne dostatečně pružný a zda vyhovuje dítěti.

Prosím o zaškrtnutí pouze jedné vyhovující odpovědi.

1) Kolik hodin tráví denně Vaše dítě v mateřské škole?

- a) více než 4 hodiny b) více než 6 hodin c) více než 8 hodin

2) Myslíte si, že má v mateřské škole Vaše dítě dostatek času na volnou hru?

- a) ano b) ne c) nevím

3) Spí Vaše dítě v mateřské škole?

- a) ano b) ne c) občas

4) Je Vaše dítě doma zvyklé čistit si po obědě zuby?

- a) ano b) ne c) občas

5) Navštěvuje vaše dítě v mateřské škole nějaký kroužek?

- a) ano b) ne c) pouze mimo mateřskou školu

6) Kolik času tráví Vaše dítě po příchodu z mateřské školy venku?

- a) více než 30 min b) více než 1 hod c) více než 2 hodiny



7) Kolik času tráví Vaše dítě denně u počítače či televize

- a) více než 30 min b) více než 1 hod c) více než 2 hodiny

8) Co dělá Vaše dítě ve volném čase nejraději?

- a) jezdí na kole b) hraje si c) maluje d) dívá se na televizi

9) Je Vaše dítě zvyklé na odpolední svačinu?

- a) ano b) ne c) občas

10) Dívá se Vaše dítě na Večerníček?

- a) ano b) ne c) občas

Pokud ne, zdůvodněte

11) V kolik hodin chodí Vaše dítě obvykle spát?

- a) po 19 hod b) po 20 hod c) po 21 hod

12) Myslíte si, že Vašemu dítěti režim dne v mateřské škole vyhovuje?

- a) ano b) ne c) udělal/a bych to jinak – zdůvodněte

Děkuji za ochotu, dotazník je přísně anonymní a slouží pouze k výzkumným účelům.

S pozdravem

Pavλίna Priclová



2.1.1 Vyhodnocení dotazníku

Výše uvedený dotazník jsem dala do 4 mateřských škol. A to do Studené, Jindřichova Hradce – mateřská škola Jáchymova a do Českých Budějovic – mateřská škola Zeyerova a Nerudova.

Do každé mateřské školy jsem umístila 10 dotazníků. Vždy 5 do jedné třídy a nechala jsem na posouzení pani učitelek, komu z rodičů ho dají.

Výsledky : mateřská škola Studená

Příjemně mne překvapilo, že se většina dětí dívá na večerníček, že chodí poměrně brzy spát, jsou zvyklé na odpolední svačinu. Trochu nepříjemně, že nikdo si není zvyklý čistit zuby po obědě.

Výsledky : mateřská škola Jáchymova – Jindřichův Hradec

Překvapilo mě, že poměrně dost dětí chodí na nějaký kroužek, potom, že docela dost dětí ve školce nespí po obědě. Jenom polovina dětí sleduje pravidelně večerníček.

Výsledky : mateřská škola Zeyerova - České Budějovice

Překvapilo mne, že 2 respondenti si nejsou jisti dostatkem času na volnou hru a 2 si dokonce myslí, že ji mají děti nedostatek. Většina dětí respondentů spí po obědě v mateřské škole. Hodně dětí navštěvuje v mateřské škole nějaký kroužek. 2 děti z 10 se ve svém volném čase nejraději dívají na televizi. Část dětí není zvyklá na odpolední svačinu a někteří svačí jenom někdy. Zaujalo mě, že 1 respondent uvedl, že nevlastí televizi.

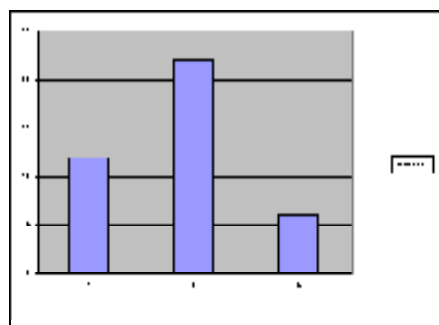
Výsledky : mateřská škola Nerudova - České Budějovice – zatím nemám dotazníky

Zaujalo mne, že 1 respondent není spokojen s režimem v mateřské škole a že poměrně málo dětí navštěvuje v mateřské škole kroužek. Je dobře, že se většina dětí dívá na večerníček.

Vyhodnocení dotazníků v grafu

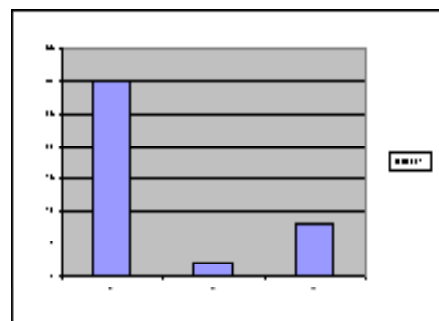
1. Kolik hodin tráví denně Vaše dítě v mateřské škole?

a	b	c
12	22	6



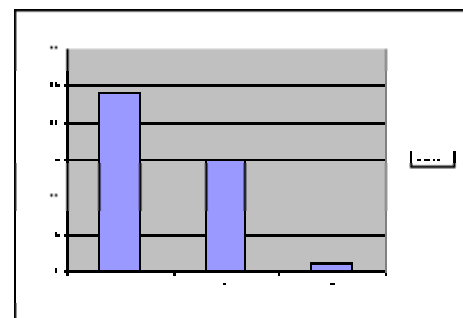
2. Myslíte si, že má v mateřské škole Vaše dítě dostatek času na volnou hru?

a	b	c
30	2	8



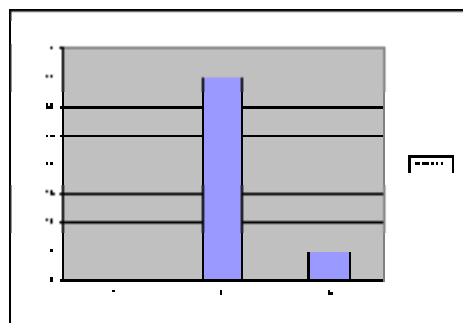
3. Spí Vaše dítě v mateřské škole?

a	b	c
24	15	1



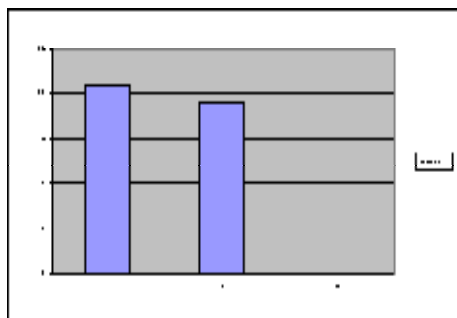
4. Je Vaše dítě zvyklé čistit si po obědě zuby?

a	b	c
0	35	5



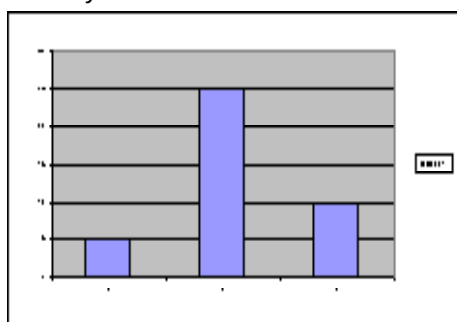
5. Navštěvuje Vaše dítě v mateřské škole nějaký kroužek?

a b c
21 19 0



6. Kolik času tráví Vaše dítě po příchodu z mateřské školy venku?

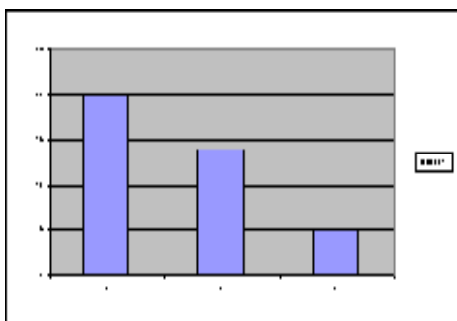
a b c
5 25 10



7. Kolik času tráví Vaše dítě u počítače či televize?

a b c
20 14 5

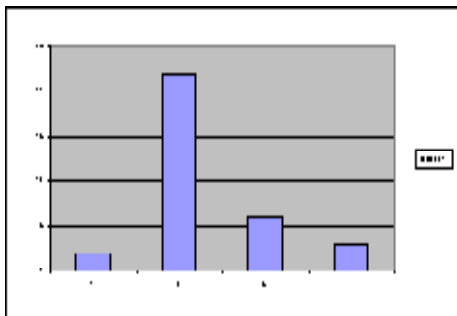
1 respondent označil více odpovědí



8. Co dělá Vaše dítě ve volném čase nejraději?

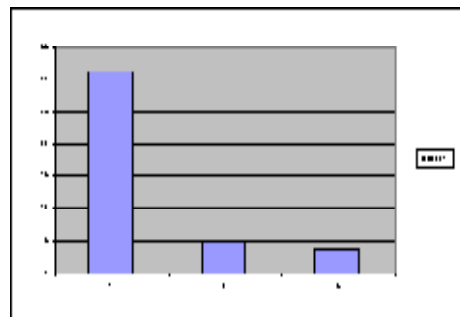
a b c d
2 22 6 3

7 respondentů označilo více odpovědí



9. Je Vaše dítě zvyklé na odpolední svačinu?

a	b	c
31	5	4

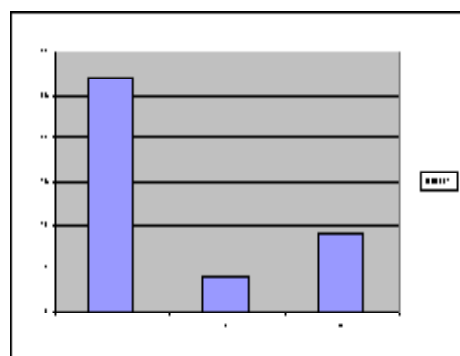


10. Dívá se Vaše dítě na večerníček?

a	b	c
27	4	9

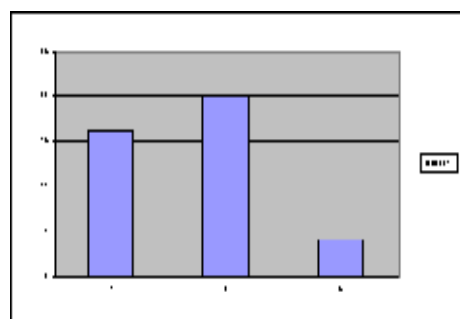
Pokud ne, zdůvodněte -

- : nemáme televizi
- : vždy na něj zapomeneme
- : nemá zájem, hraje si
- : dívá se na DVD pohádku dle svého výběru



11. V kolik hodin chodí Vaše dítě obvykle spát?

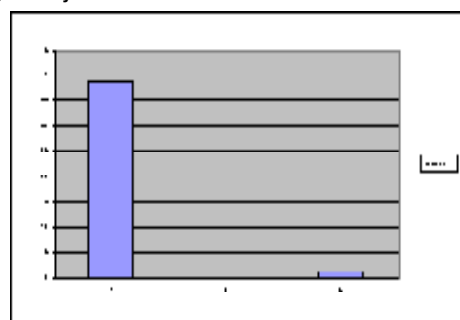
a	b	c
16	20	4



12. Myslíte, že Vašemu dítěti režim dne v mateřské škole vyhovuje?

a	b	c
39	0	1

zdůvodněte: zkrátit dobu poledního spaní
(dítě chodí spát ve 22:00)





2.2. Ukázky režimů dne

Uspořádání dne v Mašince

6,15 – 7,45 Příchod do mateřské školy

6,15 – 10,00 Hry dle přání dětí, řízené činnosti, záměrné i spontánní učení ve skupinách a individuálně, individuální péče o děti, čas pro cvičení a další pohybové aktivity

8,45 – 9,30 Čas pro svačinu

10,00 – 12,00 Pobyt venku

V 1. třídě od 9,45 do 11,45

12,00 – 12,30 Čas pro oběd

V 1. třídě od 11,45 do 12,15

12,30 – 13,00 Odchod domů po obědě

13,00 – 14,30 Odpočinek, odpolední zájmové činnosti, záměrné i spontánní učení ve skupinách a individuálně, individuální péče o děti

14,30 – 15,00 Čas pro svačinu

15,00 – 16,15 Odchod domů, hry dle přání dětí ve třídě nebo na školní zahradě



Uspořádání dne v Mateřské škole Novoborská

Režim dne je z organizačních důvodů mateřské školy částečně stanoven pro každou třídu, učitelky jsou povinny přizpůsobovat režim aktuálním potřebám dětí. V mateřské škole je dostatečně dbáno na soukromí dětí. Mají možnost uchýlit se do klidného koutku a neúčastnit se společných činností.

- e) Nástup dětí – dle potřeb rodičů, pozdější příchody (po 8,00h) předem hlásit, rodiče musí dítě osobně předat učitelce. Při vstupu dítěte do mateřské školy je uplatňován individuální adaptační režim.
- i) Spontánní hry – od příchodu dětí do pobytu venku a po odpoledním odpočinku probíhají řízené činnosti učitelek ve vyváženém poměru, se zřetelem na individuální potřeby dětí.
- m) Didakticky cílené činnosti – probíhají v průběhu celého dne formou individuální, skupinové či kolektivní práce učitelek s dětmi, vycházejí z potřeb a zájmů dětí.
- r) Pohybové aktivity – denně zdravotně zaměřené cvičení (vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová, relaxační) a pohybové hry – průběžně pohybové chvílky a hudebně pohybové činnosti – denně dostatečné zařazování pohybu při spontánních hrách a pobytu venku.



Schéma dne Mateřská škola Loosova, Brno

6,30 – 8,30 příchod dětí, činnosti a hry dle výběru dětí, individuální práce

8,30 – 9,50 úklid hraček, přesnídávka, řízené i spontánní činnosti dětí, tvořivé činnosti

9,50 – 10,00 hygiena, oblékání

10,00 – 11,45 pobyt venku

11,45 – 12,30 hygiena, oběd

12,30 – 13,00 odchod domů po obědě

12,30 – 14,30 čištění zoubků, hygiena, převlékání, klid na lůžku, starší děti popř. po 13,30 hry a činnosti dle vlastního výběru

14,30 – 15,00 oblékání, hygiena, svačinka

Do odchodu dětí domů hry, tvořivé činnosti, práce s předškoláky apod.

Příklad zpracování režimu dne v MŠ

6,30 – 7,30 scházení dětí, ranní hry dle volby a přání dětí

7,30 – 9,00 ranní hry

: didakticky zacílené činnosti (záměrné i spontánní učení) ve skupinách a individuálně

: individuální péče o děti se specifickými vzdělávacími potřebami = reedukační a kompenzační speciálně pedagogická péče

: individuální rehabilitační péče

: jazykové chvílky

: smyslové hry



9,00 - 9,30 ranní cvičení

9,30 – 10,00 hygiena, svačina

10,00 – 12,00 pobyt venku

12,00 – 12,30 hygiena, oběd

: náhradní nespací aktivity

: děti se specifickými vzdělávacími potřebami individuální, reedukační a
kompenzační péče speciálně pedagogická, logopedická péče, rehabilitační péče

13,30 – 14,00 hygiena, svačina

14,00 - 16,00 odpolední zájmové činnosti dětí



Režim dne Mateřská škola Polešovice

Je přizpůsoben podmínkám mateřské školy, respektuje dobu příchodu a odchodu dětí, jejich věkové zvláštnosti. Je volný, pevně je stanovena pouze doba stravování.

Spontánní hry – Probíhají po příchodu dětí od 6,30 hod do 8,45 hod, při pobytu venku a v odpoledních hodinách před odchodem domů (dle potřeb, věku a schopností dětí)

V této době probíhá i postupná ranní svačinka, děti 2 a 3 třídy se obsluhují samy, berou si porci podle chuti, dolévají si nápoj, uklízejí nádobí. Děti 1. třídy jsou obsluhovány. Děti mají denně před pobytem venku ještě připravenou zeleninu nebo ovoce.

Činnosti řízené pedagogem – Probíhají denně v odpoledních hodinách podle potřeb, věku a schopností dětí. Ty se dle vlastního zájmu řízených činností zúčastňují. Výchovná činnost probíhá individuálně, ve skupině nebo s celou třídou dle cílů a záměrů Rámcového programu pro předškolní vzdělávání.

Pohybové aktivity – Mateřská škola je vybavena pro tyto činnosti náradím a náčiním. Využívána k těmto aktivitám je i školní zahrada. Pohybové aktivity probíhají v průběhu celého dne:

Dopoledne – zdravotně zaměřené činnosti s náčiním, slovem nebo hudbou, pohybové hry, psychomotorické hry a prvky jogy, zaměřené na relaxaci

Pobyt venku – řízené a spontánní pohybové činnosti, sportovní a pohybové hry

Odpoledne – pohybové chvílky, hry, hudebně pohybové činnosti

Pobyt venku – Je organizován mezi 9,45 – 11,45 hod. dle věku, počasí a stavu ovzduší. V letních měsících je provoz přizpůsoben tak, aby byly činnosti přenášeny ven od ranních činností. Pobyt venku může být zkrácen nebo zcela vynechán při mimořádně nepříznivých klimatických podmínkách a při vzniku smogové situace. Je využíváno pobyt venku i nejbližší okolí Mateřské školy.



Odpočinek – Vychází z individuálních potřeb dětí. Od 12,00 do 14,00 hod. děti odpočívají při čtení i reprodukováné pohádce. Děti nemusejí spát, mají možnost si na lehátko vzít svoji oblíbenou hračku (mazlíčka). Vždy mohou uspokojit samostatně své hygienické potřeby. Odpočinek zkracujeme dle potřeb dětí. Děti, které nespí, mohou vstát dříve a věnovat se nabízeným činnostem ve třídě i prohlížení časopisů, společenské hry, kreslení, apod. Tyto aktivity jsou organizovány tak, aby nerušily děti s potřebou spánku nebo odpočinku. Důležitá je celková pohoda, přátelská atmosféra.

Stravování – Strava je připravována v základní škole a převážena do mateřské školy v nerezových várnících. Děti jsou při jídle vedeny k samostatnosti. Pomazánky jsou vyráběny těsně před distribucí svačinek. Teplota vydávaných jídel nesmí klesnout pod 70 C. Strava je připravována podle hygienických norem a receptur.

Pitný režim – Od 6,30 hodin mají děti v každé třídě po celý den pití, které podle potřeby doplňuje provozní pracovnice, která se stará rovněž o mytí nádob k pitnému režimu. Nápoje se obměňují: ovocné čaje, vitaminové nápoje, šťávy.



Waldorská MŠ Studánka

Uspořádání dne

Den je časová jednotka mající svůj řád. Je typickým rytmickým střídáním spontánních a řízených činností.

06,30 – 08,15

Příchody dětí do MŠ, jejich spontánní hraní a povídání jak s kamarády, tak s učitelkami. Po uklizení hraček následuje ranní kroužek

08,15 – 08,45

Ranní kroužek – část dne, kde se prolíná hudba, tanec, rytmus, paměť, estetika, pozornost, smyslové vnímání, fyzická obratnost, vnímavost dětí, schopnost učit se, schopnost potlačit nedočkavost, orientace v prostoru, řeč... a to vše zakomponované do pásma, které odpovídá tématickému celku. Cílem je nejen zušlechťovat schopnosti dětí, ale také zprostředkovat jim náladu doby, která nás všechny obklopuje, aby mohly celý rok vědoměji zažít.

08,45 – 09,15

Hygiena.

Ranní svačinka – doprovázená zapálením svíce a společnou průpovědí na začátku a také společným poděkováním a zhasnutím svíce na konci. Pro tuto chvíli jsou v ranním kroužku určeni pomocníci, kteří mají na starosti chystání stolečků a také jejich úklid včetně roznášení jídla. Je to velice vážený úkol, podporující sociální cítění jak pomocníků, tak ostatních dětí, které se učí trpělivosti, ale také společenským rituálům jako je poděkování za službu. Zahajovací i koncový rituál je právě v dnešní době to, co chybí a přitom tolik pomáhá uklidnění, koncentraci, vyznačení hranic, kde něco končí a něco jiného začíná.



09,15 – 09,45

Jednotlivé činnosti podle dne v týdnu (malování, pečení, voskování, volná kresba).

09,45 – 11,45

Pobyt venku

11,45 – 12,15

Oběd – opět s úvodním i závěrečným rituálem.

Vlastní průběh oběda je více individuální, jak ve velikosti porcí, tak v čase, který dítě potřebuje. Tolerujeme, pokud dítě nějakou potravinu odmítá a postupně se snažíme nabízet vše.

12,15 – 12,30

Předávání dětí odpovědné osobě (ponejvíce rodičům), pokud jdou děti po obědě domů.

12,45 – 13,00

Odpočinek

Pohádka a zpívání.

Odpočinek začíná opět rituálem, který má stejný účinek jako ten před jídlem. Součástí je pohádka – vždy vybraná s ohledem na období, ve kterém je vyprávěna.

13,30 – 14,00

Individuální práce

1. tkaní
2. vyšívání polštářků
3. šití kapsičky
4. výroba deštné hole
5. šití míčku
6. šití rybičky



Množství výrobků je odvislé od schopností jednotlivých dětí.

14,00 – 14,30

Svačina.

14,30 – 15,45

Volná hra.

Je nutno počítat s tím, že při nejlepší vůli někdy nevyjde časový harmonogram dodržet naprosto přesně.



Mateřská škola Oty Synka

Uspořádání dne

6,00 – 8,45

- tvořivé činnosti a hry dětí
- tělovýchovné chvílky
- komunikace dětí s učitelkou
- realizace plánovaných činností
- tvůrčí realizace nápadů dětí
- každodenní „rituály“
- individuálně plánované činnosti

8,45 - 9,15

- svačina

9,15 - 9,40

- pokračování, či dokončení činností

9,40 – 11,40

- příprava na pobyt venku, pobyt venku

11,40 – 14,30

- hygiena, oběd, literární chvílky, odpolední odpočinek

14,30 - 14,50

- svačina

14, 50

- tvořivé činnosti a hry dětí
- individuální plánované činnosti



Režim dne je závazný pouze pro čas stanovený na jídlo, pobyt venku a odpolední spánek – odpočinek. Ostatní činnosti přizpůsobuje učitelka zájmu dětí, zajímavým činnostem a konkrétním podmínkám ve třídě. Rozvrh výchovných složek není pevně stanoven, vychází z přání dětí a vzniklých situací.

V letním období se pobyt venku prodlužuje, ve dnech s nepříznivým ovzduším nebo špatným počasím se zkracuje na pobyt na terase nebo se nahrazuje náhradní činností v MŠ.



Porovnání režimů dne

Ráda bych porovнала některé režimy dne. Je jasné, že rozdíly v běžných mateřských školách jsou nepatrné. Mnoho se neliší až na to, že v některé mateřské škole jsou zvyklí na čištění zubů po jídle a v jiných ne. Někde děti spí a jinde pouze odpočívají. Do některých školek je strava dovážena, jinde mají k dispozici svoji kuchyň. Mezi mateřské školy s odlišným režimem dne patří dozajista alternativy. Zaujala mne Mateřská škola Začít spolu která je odlišná tím, že děti pracují v centrech aktivit, mají mnohdy asistentku, častěji dělají komunitní kruh.

V Polešovické mateřské škole mají zavedeny prvky jógy. Řízená činnost je přesunuta až na odpolední hodiny, ráno chodí děti ven.

Ve Walfdorské mateřské škole svačí děti u zapálené svíce, věnují se např. šití, tkaní vyšívání...

Církevní mateřská škola je méně známá, ale podle mého názoru se o mnoho neliší od té mateřské školy, co známe. Dělají ranní kruhy, Oslavují narozeniny a svátky, vítají se a loučí...Jisté je, že jsou více zaměřeni na církevní svátky a na víru. Režim dne je podobný.

Myslím si, že prostoru pro volnou hru a seberealizaci dítěte je alespoň podle těchto režimů dne v mateřské škole dostatek.



2.2.1 Ukázky ranních rituálů, pozdravení

Mateřská škola Tovačov

Komunitní kruh

Děti se hned ráno scházejí poprvé společně v ranním komunitním kruhu na koberci uprostřed třídy. Cílem tohoto seskupení je vést děti k tomu, aby si při vzájemném sdílení zážitků naslouchaly, aby se seznámily s tématem dne, a s tím, co všechno budou ten den dělat. Na tom, jak se všichni budou svolávat se domluvily děti spolu s učitelkami ve třídě.

Signálem pro svolávání dětí do kruhu je motivační píseň:

Písnička ke svolávání kamarádů:

„Děti, děti, pojd'te sem, dokola se sednem.
Za ruce se uchopíme, vzájemně se pozdravíme,
popřejem si, ať máme všichni hezký den.“

Děti se v kruhu usadí, chytanou se s kamarády za ruce a pozdraví se.

Rituál v ranním kruhu:

Dobré ráno, dobrý den,
u Koťátek si popřejem.
Pohladíme kamarády,
budeme se mít všichni rádi.

- sedíme v kruhu, držíme
- se za ruce s kamarády
- navzájem se pohladíme
- a na sebe usmějeme



Kruh symbolizuje partnerství všech členů, nikdo není nadřazený ani podřazený. Kruh je symbolem rovnosti. Děti se navzájem přivítají, pozdraví, podají si ruce. Záleží vždy, na jakém úvodním rituálu se společně domluví. Vzájemné dotyky působí velmi pozitivně na psychiku a rozvoj sociálních vztahů mezi dětmi.

Při vzájemném sdílení je vhodné pravidlo

„KDYŽ JEDEN MLUVÍ, OSTATNÍ NASLOUCHAJÍ“.

Uplatňování tohoto pravidla je zviditelněno tím, že hovořící dítě má v ruce nějaký předmět (kamínek, míček, plyšovou hračku), který jim pomůže překonat počáteční nejistotu při mluvení. Ostatní vědí, že teď mluví kamarád a oni naslouchají. Každé dítě má příležitost mluvit a nebo tuto příležitost odmítnout. Vzájemné sdílení je důležitým prvkem pro psychohygienu (rozvoj empatických dovedností a k posílení pocitu sounáležitosti mezi všemi dětmi). Přijetí ostatními dětmi napomáhá vhodnému sebepřijetí a rozvoji sebeúcty. Tím vším děti poznávají sami sebe, získávají důležité sociální zkušenosti a učí se vycházet s lidmi.

Metodický portál, rvp

Popis ranního rituálu:

Každý den začínáme po volné hře stejným rituálem. Sedíme společně v kruhu, postupně každý mile pohladí svého kamaráda a pozdraví jej „Ahoj“. Paní učitelka sedí společně s dětmi v kruhu.

Poté následuje společný pozdrav „*Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen, dnešní den je...pondělí, co nám týden nadělí?*“ Učitelka pokračuje veršovaným přehledem plánovaných her a činností. Děti mají za úkol poznat, na co si budeme hrát a mají možnost se k tomu vyjádřit, popřípadě nabídnout návrh dalších her a činností, které by rády s ostatními hrály. Pondělní rituál odhalí dětem téma celého týdne, ostatní dny jsou oddělovány. Každý den má jiné základní říkadlo:



Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen. Dnešní den je pondělí - co nám týden nadělí?

Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen. Dnešní den je úterý - co nám dnešek nadělí?

Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen. Dnešní den je středa - cvičení je třeba.

Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen. Dnešní den je čtvrtek - z díry leze krtek.

Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen. Dnešní den je pátek - máme všichni svátek.

Příklad úterního rituálu - Téma „Jak žije les“

„Dobré jitro, dobrý den, usmívej se stále jen, dnešní den je úterý, co nám asi nadělí?“

Verše k motivaci (metodický postup)

Barvy z lesa přinesené,

obrázky jsou vyvedené,

mechová je chaloupka

pro šnečky i holoubka.

(ráno si děti mohly v ateliéru nalepovat „listáčky“, pozorovaly lupou, kdo žije v mechu, jak mech kvete)

Řekneme si nápady,

co nás rychle napadly:

„Povězte mi děti dnes,

co znamená slovo LES?“

(asociace - co všechno tě napadne, když se řekne LES)?

Lalala a lalalali,

písničky se zpívaly,

o zvířátkách, o lese

co si liška ponese?

(zazpíváme si písničky o lese)



*Liška, šiška, pampeliška,
zabloudila v lese myška,
ten, ten, ten - vyvede ji ven!
- zahrajem si na zvířátka!
(rozpočítáme se, kdo bude mít vedoucí úlohu)
Všimly jste si milé děti,
co pod stromem je za smetí?
(prohlížení publikací o lese)*

*Copak roste na dubu,
na smrku a na keři?
Který strom má dutinku
pro datlí rodinku?
Postavíme les!
(les vytvoříme z přírodnin)*

*Kaštánky už čekají,
děti je dnes sbírají.
Sbírají je pro zvířátka,
aby byla zima krátká,
aby nikdo neměl hlad,
netrápil ho z hladu chlad.
(pod naší rozhlednou jsou jírovce - sbíráme pro zvířátka kaštany, pozorujeme, posloucháme, čicháme, ohmatáváme LES)*

Dle situace můžeme ranní rituál zaměnit za pantomimu, hádanku, písničku, asociační kolečko (P1), truhlu plnou nápadů, hry mimikry (P2), hrami s prvky muzikoterapie, tancem nálad apod.

Po verších je prostor pro děti, vyjadřují se k danému tématu, navrhují případné změny. Společně si určíme postup a stanovíme potřebná pravidla a pak už si „jen“ hrajeme. Rituály jsou potřebné stejně jako pravidla, která vnášejí do dění řád a vzájemnou pohodu bez



konfliktů. Děti mají rituály rády, těší se na ně, každý den je stejný a přece jiný, neopakovatelný, zajímavý.

Poznámky

P1 - Asociační kolečko - vždy souvisí přímo s tématem, je výborným „detektorem“ dosažených znalostí, slovní zásoby a prožitků dětí. Jednoduchá otázka předpokládá od dětí jednoduchou, co nejrychlejší odpověď - vyvolané asociace.

Příklad: „Co všechno tě napadne, když řeknu slovo - radost?“. Děti odpovídají rychle, nejstarší děti často používají i abstraktní pojmy.

P2 - Hry mimiker - nápodoba. Děti se mohou proměnit v živé i neživé bytosti (známe z tvořivé dramatiky).



Závěr

Podařilo se mi zmapovat režim dne v některých mateřských školách. Došla jsem k závěru, že rodičům režim dne dětí vyhovuje. Moje domněnka, že rodiče dětem pevný režim nevytváří, byla předčasná. Je to zcela individuální.

Z grafů vyplývá, že ve většině rodin je režim dne v pořádku. Děti mají nastavený režim, pravidla, rituály, ale i čas na hru a prostor samy pro sebe. S výsledkem své práce jsem spokojená, ač musím poukázat na to, že děti tráví poměrně času u televize a počítače. Z dotazníku také vyplývá, že děti nejsou zvyklé, si doma po obědě čistit zuby. Osobně si myslím, že to není nutné ani typické.

Co se týká mateřských škol, mám dojem, že by režim dne mohl být ještě pružnější, i když ve srovnání s tím, jaký byl režim v předchozích letech, je dnes pro děti jistě dostačující. Měla jsem možnost nahlédnout do materiálů z předešlých let a konzultovat je s paní učitelkou Plachou. Dříve byly děti i paní učitelky příliš svázané režimem té doby. Nemohly příliš uplatňovat svou vlastní tvořivost a nápady v běžných denních činnostech.

Dnešní doba dává učiteli možnost seberealizace a podporuje jeho tvořivost. Doufám, že i nadále budeme vycházet z potřeb našich dětí.



Seznam použité a citované literatury

1. MATĚJČEK, Z. (2000): *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Portál, Praha, (143 S.)
2. EINONOVÁ, D. (1998): *Rozvoj osobnosti*. Fragment, ISBN 80-7200-518-9
3. NELEŠOVSKÁ, A. SVOBODOVÁ, J. (2003): *Pedagogická praxe*. Olomouc, ISBN 80-224-0684-5
4. NIESEL, R. GRIEBEL, W. (2005): *Poprvé v mateřské škole*. Portál, Praha,
5. ŠVEJCAR, J. (1994): *Péče o dítě*. Agem, Praha,
6. PAVLAČKOVÁ, M. LOKAJÍČEK, Z. (1993): *Rodičům předškolních dětí*. Olomouc,
7. KOLÁRIKOVÁ, Z. PUPALA, B. (2001): *Předškolní a primární pedagogika*. Portál, ISBN 80-7178-585-7
8. KAUFMANNOVÁ-HUBERTO VÁ, (1998): *Děti potřebují rituály*. Portál, Praha, ISBN 80-7178-203-3
9. SVOBODOVÁ, E. (2007): *Obsah a formy předškolního vzdělávání*. ČUČB, České Budějovice
10. MERTIN, V. GILLERNOVÁ, I. (2003): *Psychologie pro učitelky mateřské školy*. Portál, Praha, ISBN 80-7178-799
11. VÁGNEROVÁ, M. (2005): *Vývojová psychologie I*. Karolinum, Praha, ISBN 80-246-0956-8
12. VÚP, (2004): *Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání*. Praha,
13. SVOBODOVÁ, E. (2007): *Prosociální činnosti v předškolním vzdělávání*. Raabe, Praha, ISBN: 80-86307-39-5
14. MATĚJČEK, Z. (2008): *Co děti nejvíce potřebují*. Portál, Praha, ISBN 978-80-7367-504-2
15. KAST-ZAHN, A. (2008): *Jak naučit děti pravidlům*. Computer Press, Brno, ISBN 978- 80-251-2042-2

Internetové stránky

www.ulekare.cz/clanek/spi-vase-dite-jako-princezna-na-hrasku-10969

<http://www.planovanirodiny.cz/view.php?cisloclanku=2006010203>

<http://old.rvp.cz/clanek/147/3207>

<http://www.ms-loosova.cz/info.php>

www.msno voborska.cz

<http://www.ms-masinka.cz/provoz.php>

<http://www.ms polesovice.cz>

Přílohy



- ranní cvičení



- ranní hry u stolečků



- řízená činnost, komunitní kruh



- oběd



- odpočinek po obědě