

## **OBSAH:**

Publikácia je rozdelená do šiestich, na seba plynule nadväzujúcich častí. Z hľadiska využiteľnosti v podmienkach materských škôl v Slovenskej republike sú veľmi cenné najmä 1., 3., 4., 5. a 6. časť.

Časť **Pohybové činnosti v materskej škole** pomocou príkladov a výkladu ozrejmuje, ako celostne rozvíjať dieťa prostredníctvom pohybových činností. Poskytuje základné informácie o vývoji telesnej stránky detí od narodenia, o vývine kostí a vnútorných orgánov, o vývine pohybových schopností detí, vývine psychiky a motoriky dieťaťa. Obsahuje aj zdôvodnenie, prečo niektoré cviky nemožno v predškolskom veku realizovať a obsahuje aj náčrt organizácie pohybových činností.

Časť **Dítě a jeho telo** prináša obsah pohybových činností (konkrétne cvičenia) a metodiku nácviku konkrétnych pohybových zručností (hrubej a čiastočne aj jemnej motoriky) detí predškolského veku. Táto časť je najcennejšia. Obsahuje aj metódy rozvoja zmyslového vnímania (v súvislosti s pohybom), metódy rozvíjania pohybových schopností (sila, vytrvalosť, rýchlosť, pohyblivosť a obratnosť) a rozvíjania telesnej zdatnosti. Pozornosť venuje aj hudobno-pohybovej výchove, rozvíjaniu základov športových zručností (atletických činností, športových hier, gymnastických činností, prípravy na plávanie, zimných športov), ako aj podpore zdravia a telesnej a psychickej zdatnosti dieťaťa (vrátane množstva príkladov konkrétnych cvikov zameraných na hornú a dolnú časť trupu, ako aj na nohy a chodidlá). Súčasťou tejto časti sú nielen metodické postupy známe už mnoho rokov a publikované vo viacerých publikáciách, ale aj nové odporúčania a postupy.

V tejto časti sa osobitná pozornosť venuje rozvíjaniu zručností spojených so zmenami základných polôh tela a pohybmi jednotlivých častí tela, pretože čím lepšie ovláda dieťa svoje telo tým lepšie ho vie aj riadiť. Neoddeliteľnou súčasťou rozvoja celkovej pohyblivosti je rozvíjanie základných lokomočných pohybov (chôdze, behu, skokov (poskokov), lezenia a plazenia; získate a prehĺbite si poznatky o metodike ich nácviku a zdokonaľovania. Dozviete sa o mnohých teoretických poznatkoch a získate prehľad o praktických príkladoch na rozvíjanie manipulačných zručností (hádzania, chytania, kopania, ovládania predmetu iným predmetom (napr. pálkou, raketou, tyčou).

Veľmi hodnotnou je i časť **Metody realizácie pohybových činností ako aj časť Pohybové činnosti ve školním vzdelávacím programu** (obsahuje mnoho odporúčaní a rád so zameraním na činnosti, podmienky – časové, priestorové, materiálne, personálne a sociálne; poukazuje aj na riziká spojené s realizáciou pohybových činností; dozviete sa o možných spôsoboch poskytovania spätnej väzby, evalvácie, diagnostiky a hodnotenia úrovne pohybového rozvoja detí).

Posledná časť **Pohybové činnosti v integrovaném bloku** obsahuje ukážku integrovaného bloku, projektu „Kto som“, v ktorom sú zvýraznené najmä pohybové činnosti, pričom ostatné činnosti súvisiace s témou, sú tiež spomenuté, no v podstatne menšom rozsahu.

Publikácia poskytuje veľa podnetov na pochopenie nezastupiteľnosti kvalifikovaného rozvoja pohybových schopností a zručností detí predškolského veku v spojitosti s rozvojom ostatných stránok osobnosti detí.