Pedagogická fakulta
Faculty of Education
Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
University of South Bohemia in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Pedagogická fakulta
Katedra výchovy ke zdraví

Bakalářská práce

Aktuální metody výuky výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově

Vypracovala: Jana Kahounová
Vedoucí práce: PhDr. Bc. Zuzana Svobodová, Ph.D.

České Budějovice 2020

Pedagogická fakulta
Faculty of Education
Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
University of South Bohemia in České Budějovice

University of South Bohemia in České Budějovice
Faculty of Education
Department of Health Education

Bachelor Thesis

Actual methodology of education in subject Health Education at primary schools in Benešov

Author: Jana Kahounová
Supervisor: PhDr. Bc. Zuzana Svobodová, Ph.D.

České Budějovice 2020

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svoji bakalářskou práci vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury. 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, a sice se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím také s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponenta práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 17.7.2020 ...……

Jana Kahounová

Poděkování

Touto cestou děkuji své konzultantce, paní PhDr. Bc. Zuzaně Svobodové, Ph.D., a panu RSDr. Jánu Mišovičovi, CSc., za cenné rady a připomínky, jež mi poskytovali v průběhu zpracovávání mé práce. Také děkuji informátorkám, které si našly čas poskytnout mi potřebné informace k mé práci.

Bibliografická identifikace

Jméno příjmení autora: Jana Kahounová

Název bakalářské práce: Aktuální metody výuky výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově

Studijní obor: Výchova ke zdraví

Pracoviště: Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Bc. Zuzana Svobodová, Ph.D.

Oponent bakalářské práce: PhDr. Zuzana Kornatovská, Ph.D., DiS.

Rok obhajoby: 2020

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá aktuálními metodami výuky výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově. Teoretická část je zaměřena na vyučovací metody, jejich klasifikaci a moderní didaktické postupy včetně praktických ukázek. Praktická část byla vytvořena pomocí polostrukturovaného rozhovoru se čtyřmi učiteli výchovy ke zdraví na základních školách. Cílem této práce je zmapovat používané metody a formy práce v daném předmětu, potvrdit nebo vyvrátit oba výzkumné předpoklady. Výzkumný předpoklad č. 1 vychází z nejznámější klasifikace metod podle Maňáka a Švece a předpokládá, že pro předmět výchova ke zdraví budou všichni dotazovaní učitelé upřednostňovat klasické metody a metody aktivizující častěji, než metody komplexní. Výzkumný předpoklad č. 2 předpokládá, že pro výuku předmětu výchova ke zdraví nebudou učiteli využívány učebnice doporučené MŠMT více než materiály vlastní tvorby a jiné odborné prameny. Oba předpoklady byly potvrzeny.

Klíčová slova: výchova ke zdraví, metody, formy výuky, zdraví, výchova

Bibliographic Identification

Name of the author: Jana Kahounová

Title of the thesis: Actual methodology of education in subject Health Education at Elementary Schools in Benešov

Field of study: Health Education

Department: Department of Health Education, Faculty of Education, University of South Bohemia, České Budějovice

Supervisor: PhDr. Bc. Zuzana Svobodová, Ph.D.

Oponent: PhDr. Zuzana Kornatovská, Ph.D., DiS.

Year of the presentation: 2020

Abstract

The bachalor thesis is dealt by the current methods of teaching health education at primary schools in Benešov. The theoretical is focused on teaching methods, their classification and modern didactic approaches including practical examples. The practical part was based on a semi-structured interviews with four teachers of health education. The objective of the thesis is to map used methods and forms of work in the given subject and confirm or confute both research assumptions. The research assumption number 1 is based on the most famous method clasification according to Maňák, Švec and assumes that all interviewed teachers will prefer classic methods and activating methods more often than complex methods for the subject of health education. The research assumption number 2 assumes that for the subject of health education won´t be more used the textbooks recommended by the Ministry of Education by the teachers than the materials of own making and other professional sources. Both research assumptions have been confirmed.

Keywords: health education, methodology, teaching forms, health, education

OBSAH

ÚVOD 9

TEORETICKÁ ČÁST 11

1 AKTUÁLNÍ METODY VÝUKY 11

1.1 Vyučovací metoda 11
1.2 Klasifikace metod 12
1.3 Moderní didaktika 14

2 AKTUÁLNÍ METODY VÝUKY – UKÁZKY 16

2.1 Slovní metoda – vypravování – aktivní zapojení žáků 16
2.2 Výklad 16
2.3 Diskuze (Rozhovor) 16
2.4 Učení z textu a vyhledávání informací 17
2.5 Skládankové učení 19
2.6 Snowballing 19
2.7 Pětilístek 20
2.8 Rounds (kolečka) 20
2.9 Myšlenková mapa 20
2.10 Metoda E-U-R 21
2.11 Inscenační metoda 22
2.12 Projektové vyučování 23
2.13 Didaktické hry 23

3 VÝCHOVA KE ZDRAVÍ NA ZÁKLADNÍCH ŠKOLÁCH 24

3.1 Výchova ke zdraví 24
3.2 Vzdělávací oblast „Člověk a zdraví“ 26
3.3 Obsah učiva VZ podle RVP ZV 27

PRAKTICKÁ ČÁST 29

4 CÍL A ÚKOL 29

4.1 Cíl práce 29
4.2 Úkoly práce 29
4.3 Výzkumné předpoklady 29
4.4 Charakteristika zkoumaného souboru 29
4.5 Popis místa výzkumného souboru šetření 30

5 METODOLOGIE 32

5.1 ORGANIZACE VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ 32
5.2 POUŽITÉ METODY 32
5.3 OTÁZKY K ROZHOVORU 33
6 DISKUZE 34
6.1 VÝUKA A VZTAH K VÝUCE VZ 34
6.2 METODY A FORMY 37
6.3 MATERIÁLY VE VÝUCE VZ 39
6.4 DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ V OBORU VZ 41
ZÁVĚR 43
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY: 45
SEZNAM GRAFŮ, OBRÁZKŮ A TABULEK 48
SEZNAM PŘÍLOH 49
PŘÍLOHA 1: INFORMOVANÝ SOUHLAS ÚČASTNÍKA VÝZKUMU 50
PŘÍLOHA 2: PROHLÁŠENÍ A SOUHLAS ÚČASTNÍKŮ S JEJICH ZAPOJENÍM DO VÝZKUMU 51
PŘÍLOHA 3: PŘEPIS ROZHOVORU S INFORMÁTOREM 1 52
PŘÍLOHA 4: PŘEPIS ROZHOVORU S INFORMÁTOREM 2 56
PŘÍLOHA 5: PŘEPIS ROZHOVORU S INFORMÁTOREM 3 60
PŘÍLOHA 6: PŘEPIS ROZHOVORU S INFORMÁTOREM 4 63

ÚVOD

Zdravý životní styl by měl být přirozeným životním programem. Každý z nás ovlivňuje své zdraví různými faktory, některými více, jinými méně. Výchova ke zdraví[1] se jako samostatný předmět objevil ve školách až na počátku 21. století a od té doby prošel různými úpravami (po obsahové i metodické stránce). Stále více se zaměřuje na mladší a předškolní děti i rodiče těch nejmenších, protože zde více než ve kterékoliv jiné oblasti platí: „Co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš." Tedy především svými osvojenými návyky, pravidly, normami, psychickou i fyzickou odolností ovlivňujeme celý svůj budoucí život. Předmět výchova ke zdraví by měl usměrňovat, rozvíjet a upevňovat znalosti žáků o zdravém životním stylu, ale také je naučit zdraví chránit. Nezáleží však jen na předmětu samotném, ale také na kvalifikovaných učitelích, vhodných metodách a aktuálních tématech.

Téma „Aktuální metody výuky výchovy ke zdraví" jsem si pro svou bakalářskou práci zvolila proto, že pracuji ve školství a díky studiu výchovy ke zdraví na VŠ se mi naskytla možnost vyučovat tento předmět i na základní škole, kde působím jako učitelka angličtiny a tělesné výchovy. Díky studiu a bakalářské práci samotné jsem si rozšířila znalosti, schopnosti i dovednosti z oblasti pedagogických a didaktických disciplín.

Cílem této práce je uspořádat a zmapovat metody využívané při výuce VZ na základních školách v Benešově. V teoretické části se zabývám klasifikací metod, které prošly dlouhým historickým vývojem. K tomuto tématu bylo napsáno nemálo publikací, liší se však pohledem jednotlivých autorů na požadavky při kategorizaci metod. Při popisu jsem vycházela ze základní klasifikace metod a forem práce podle Maňáka a Švece, kteří vytvořili kombinovaný pohled na výukové metody dle kritéria stupňující se složitosti edukačních vazeb. V oblasti zájmu této části jsou hlavně aktuální metody a formy výuky v souvislosti s předmětem VZ. Inspirací pro konkrétní příklady práce ve výuce VZ byla především odborná literatura Matuše a Bednářové. Jejich dílo s názvem Metodika výuky výchovy ke zdraví na 2. stupni základních škol z pohledu pedagogické praxe obsahuje náměty pro začínající učitele a bylo vydáno jako studijní materiál na Ostravské univerzitě. Výborným vodítkem a nepostradatelným rádcem moderního učitele je publikace doktora Roberta Čapka, který ve své publikaci Moderní didaktika předkládá ukázky různých metod výuky a aktivit pro práci s žáky. Také G. Petty podává ve své knize Moderní vyučování zajímavé návody k využívání metod

[1] Výchova ke zdraví – dále jen VZ (v souvislosti s předmětem)

pro výuku v obecné rovině, proto jsem se pokusila propojit jednotlivé praktické příklady s tématy podle RVP nebo s ukázkami z učebnic určených k výuce VZ.

Praktická část je věnována dvěma výzkumným předpokladům. Výzkumný předpoklad č. 1 řeší, jaké metody budou pro předmět VZ učiteli častěji využívány, zda klasické metody a metody aktivizující, nebo komplexní. Výzkumný předpoklad č. 2 se zaměřuje na využití materiálů pro výuku předmětu VZ. Předpokládá větší využití odborných pramenů a aktuálních informací než dostupných učebnic.

Tato práce by mohla sloužit jako studijní materiál pro začínající i pokročilé učitele, kteří chtějí získat stručný přehled metodických postupů pro výuku nebo hledají nové návody k výuce nejen předmětu VZ.

TEORETICKÁ ČÁST

1 AKTUÁLNÍ METODY VÝUKY

Správná volba a využití metod a forem výuky je ve vzdělávacím procesu velice důležitá. Ve vzdělávací oblasti Výchova ke zdraví je možné využít nepřeberné množství metod. Obecně jsou všechny metody založeny na učitelově regulaci žákova učení, což znamená, že učitel konkretizuje edukační cíle, rozpracovává učivo, plánuje navozování učebních aktivit žáků, zprostředkovává žákům potřebné informace a úlohy, kontroluje průběžné výsledky jejich učení a plánuje další průběh výuky. Před každou vyučovací hodinou by si edukátor měl uvědomit, co má být cílem hodiny, s čím chce děti seznámit a jakými cestami k cíli dojde. A tuto „cestu" je také třeba řádně naplánovat. Při volbě metod učitel respektuje vývojové zvláštnosti učení žáků. Žáci se od sebe liší svými schopnostmi, preferovanými způsoby učení, rychlostí apod. (Maňák, Švec, 2003).

1.1 Vyučovací metoda

Vyučovací metoda je cílevědomý a záměrný postup, kterým učitel reguluje učení žáků při vyučování, způsob záměrného uspořádání činnosti učitele a žáka (cesta) směřující k danému výukovému cíli, způsob uspořádání učiva ve vyučovacím procesu. Klasické výukové metody (metody výuky) je systém vyučovacích činností učitele a učebních aktivit žáků směřujících k dosažení daných edukačních cílů. Prostřednictvím výukových metod probíhá komunikace a interakce mezi učitelem a žáky, jež směřuje k dosažení edukačních cílů. Výuková metoda zprostředkovává žákům učivo, je nápomocná jejich učení, je soustavou kroků vedoucích k danému cíli. Různé výukové metody kladou odlišné nároky na aktivitu žáků, na jejich samostatnost a tvořivost (Žák, 2012).

Jednou z klíčových funkcí výukových metod je řídit (regulovat) žákovské učení tak, aby jeho výsledkem byly osvojené vědomosti a dovednosti a rozvinuté schopnosti žáků, a to v souladu s výukovými cíli, s přihlédnutím k individuálním rozdílům mezi žáky ve třídě. Učitel svou vyučovací činností (vyučováním) podněcuje – v souladu s výukovými cíli – odpovídající učební aktivity žáků. Například zaměřuje pozornost žáků na klíčové informace, vyvolává diskuzi o učivu, zadává úlohy pro samostatnou práci apod. Těmito postupy tedy navozuje učení žáků. Učením si žáci pod vedením učitele osvojují vědomosti, dovednosti, návyky, ale např. i postoje a rozvíjejí své

schopnosti. Výukové metody tedy plní především funkci informační (informovat žáka), formativní (formovat osobnosti žáka) a výchovnou, přičemž by měly být přirozené ve svém průběhu i důsledcích, použitelné v praxi, ve skutečném životě, adekvátní žákům, adekvátní učiteli. (Kalhous, Obst, 2009).

1.2 Klasifikace metod

Ve výchovně vzdělávacím procesu se setkáváme s velkým množstvím metod a forem výuky. V odborné literatuře také nacházíme mnoho různých klasifikací výukových metod. Rozličnost členění metod je vždy dána charakterem, jenž je v daném případě upřednostňován.

Na základě charakteru poznávací činnosti žáka při osvojování obsahu vzdělávání můžeme použít klasifikaci I. J. Lernera (1986).
Rozlišil:

1. informačně-receptivní metodu,
2. reproduktivní metodu,
3. metodu problémového výkladu,
4. heuristickou metodu,
5. výzkumnou metodu.

Chceme-li klasifikovat výukové metody na základě jednotlivých fází výuky, můžeme použít rozdělení L. Mojžíška (1988):

1. metody motivační neboli metody usměrňující zájem (motivační rozhovor, motivační vyprávění, uvádění příkladů z praxe, ilustrace, podněcování žáků výzvou či pochvalou),
2. metody expoziční neboli metody podání, zprostředkování učiva (monologické metody, demonstrační metody, metoda pozorování v laboratoři nebo v terénu, metody manipulační, laboratorní práce, didaktická hra, inscenační metoda, dramatizace, ilustrační metoda, kresba, problémové metody, metody samostatné práce, metody bezděčného učení),
3. metody fixační neboli metody opakování a procvičování učiva (ústní opakování, písemné opakování, opakovací rozhovor, katechetická metoda, opakovací četba, beseda k prohloubení učiva, seminární cvičení, domácí úkoly, metody nácviku dovedností),

4. metody diagnostické a klasifikační neboli metody kontroly a hodnocení (písemné zkoušky, ústní zkoušky, didaktické testy, diagnostické metody, výkonové zkoušky, diagnostické metody vědecko-výzkumného charakteru jako rozhovor, anamnéza, dotazník).

Od Mojžíška je známé také další členění – výukové metody dělí podle logického zřetele na metody analytickou, syntetickou, induktivní, deduktivní, genetickou, dogmatickou (Zormanová, 2014).

Jednou z nejznámějších a nejdéle používaných klasifikací je rozdělení metod podle J. Maňáka a V. Švece. Sami tyto metody popisují jako složité útvary, jež předpokládají různou, ale vždy ucelenou kombinaci a propojení několika základních prvků didaktického systému. Jde o rozlišení metod podle kritérií stupňující se složitosti edukačních vazeb (Zormanová, 2014).

1. Klasické výukové metody
   - 1.1. Metody slovní
     - 1.1.1. Vyprávění
     - 1.1.2. Vysvětlování
     - 1.1.3. Přednáška
     - 1.1.4. Práce s textem
     - 1.1.5. Rozhovor
     - 1.1.6. Metody názorně-demonstrační
     - 1.1.7. Předvádění a pozorování
     - 1.1.8. Práce s obrazem
     - 1.1.9. Instruktáž
   - 1.2. Metody dovednostně-praktické
     - 1.2.1. Napodobování
     - 1.2.2. Manipulování, laborování a experimentování
     - 1.2.3. Vytváření dovedností
     - 1.2.4. Produkční metody
2. Aktivizující metody
   - 2.1. Metody diskuzní
   - 2.2. Metody heuristické
   - 2.3. Metody situační
   - 2.4. Metody inscenační
   - 2.5. Didaktické hry

3. Komplexní výukové metody
    3.1. Frontální výuka
    3.2. Skupinová a kooperativní výuka
    3.3. Partnerská výuka
    3.4. Individuální a individualizované výuka, samostatná práce žáků
    3.5. Kritické myšlení
    3.6. Brainstorming
    3.7. Projektová výuka
    3.8. Výuka dramatem
    3.9. Otevřené učení
    3.10. Učení v životních situacích
    3.11. Televizní výuka
    3.12. Sugestopedie a superlearning
    3.13. Hypnopedie (Maňák, Švec, 2003)

Také další členění výukových metod inspirovali Maňák a Švec. Navrhli jej Pecina a Zormanová (2009). Jedná se o kombinovaný a upravený model z hlediska aktivity žáků. Metody slovní, názorně-demonstrační a dovednostně-praktické spojují do jedné skupiny metod zprostředkování hotových vědomostí, dovedností a návyků. Druhou skupinu metod označují jako metody aktivní práce žáků, sem řadí samostatnou práci žáků, diskuzní metody, řešení problémových otázek a úkolů, didaktické hry, metody inscenační a situační, brainstorming a brainwriting, projektovou výuku, televizní výuku, metodu kritického myšlení a další problémově orientované školní práce a vyučování. Jde však o modifikaci a kombinaci dosavadních přístupů (Zormanová, 2014).

1.3 Moderní didaktika

Výukové metody prošly dlouhým historickým vývojem spojeným s mnoha změnami v pojetí výuky, školy, výukových koncepcí. Pestré výukové metody jsou nutné pro všestranný rozvoj žáků, jsou důležitým prvkem motivace, zlepšují vztah žáků k předmětu samotnému a pro větší počet z nich mohou být zárukou úspěchu (Čapek, 2015).

Moderní metody slouží k zefektivnění práce učitele a ke zvýšení aktivity žáků. V předmětu výchova ke zdraví má navíc učitel vhodný prostor k jejich užívání z důvodu specifického učiva a výstupů (Matuš, Bednářová, 2010).

Vyučovací metody jsou vybírány na základě účelu. Široký repertoár metod umožňuje pružně reagovat na celou řadu problémů, na něž učitel při výuce narazí. Mimoto zintenzivňuje pozornost a zájem žáků. Závažnou a bohužel častou chybou je, když si učitel osvojí jednu nebo dvě metody a těch se pak drží (Petty, 2004).

Nedílnou součástí moderní didaktiky je další vzdělávání učitelů. Avšak školení nejsou většinou zaměřena prakticky a didaktických dovedností se netýkají ani vzdáleně (Čapek, 2015).

Pokud má být VZ vyučována dobře, klade na učitele při zachování všeobecných požadavků speciální nároky v podobě uplatňování vhodných metod a forem práce, neustálého doplňování si informací a všeobecného přehledu, autenticity a citlivosti v přístupu k některým tématům oboru (Matuš, Bednářová, 2010).

Smyslem a cílem vzdělávání je vybavit všechny žáky souborem klíčových kompetencí na úrovni, jež je pro ně dosažitelná, a připravit je tak na další vzdělávání a uplatnění ve společnosti (Matuš, Bednářová, 2010).

Klíčové kompetence představují souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena společnosti. Jejich výběr a pojetí vychází z hodnot obecně přijímaných ve společnosti a z obecně sdílených představ o tom, které kompetence jedince přispívají k jeho vzdělávání, spokojenému a úspěšnému životu a k posilování funkcí občanské společnosti (Jeřábek, Tupý, 2017).

Klíčové kompetence nestojí vedle sebe izolovaně, různými způsoby se prolínají, jsou multifunkční, mají nadpředmětovou podobu a lze je získat vždy jen jako výsledek celkového procesu vzdělávání. Proto k jejich utváření a rozvíjení musí směřovat a přispívat veškerý vzdělávací obsah i aktivity a činnosti, jež ve škole probíhají. V etapě základního vzdělávání jsou za klíčové považovány: kompetence k učení; kompetence k řešení problémů; kompetence komunikativní; kompetence sociální a personální; kompetence občanské; kompetence pracovní (Jeřábek, Tupý, 2017).

2 AKTUÁLNÍ METODY VÝUKY – UKÁZKY

2.1 Slovní metoda – vypravování – aktivní zapojení žáků

Učitel zadá klíčová slova, žáci z nich vytvoří příběh (výlet – bouřka – úkryt – povodeň – záchrana). Učitel vypráví část příběhu a žáci příběh dokončí – tematicky vhodné jsou příběhy ze života nebo aktuálního dění (Maňák, Švec, 2003).

2.2 Výklad

„Kdyby učit bylo totéž co vykládat, byli bychom všichni tak chytří, až by to nebylo hezké. – R. F. Mager.“ (in Petty, 2004, 114)

Výhody: Tato metoda představuje vhodný způsob vysvětlování, na rozdíl od knihy může být výklad veden na úrovni odpovídající znalostem třídy a jeho obsah lze řídit jejími potřebami, může nadchnout, nevyžaduje mnoho přípravy ani pomůcek, jde hlavně o zkušenost učitele, rychlou metodu seznamování se s látkou, osobnější metodu komunikace.

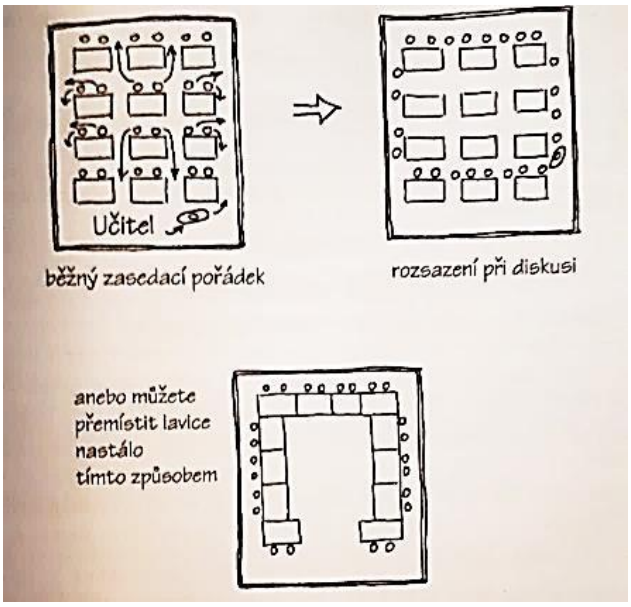
Nevýhody: Učitel postupuje se všemi žáky stejným tempem, začínající učitelé mají sklon vykládat látku příliš rychle, neexistuje zpětná vazba, může být nudný (Petty, 2004).

2.3 Diskuze (Rozhovor)

Obecně je tato metoda považována za přínosnou v těchto situacích:

1. Jestliže se vyučující potřebuje seznámit s názory a zkušenostmi žáků – příklad tématu – Vztahy mezi lidmi a formy soužití.
2. Jestliže se téma týká spíše hodnot, postojů a pocitů než výlučně faktických znalostí – příklad tématu – Seberegulace a sebeorganizace činností a chování, sebepoznání, sebepojetí.
3. V případě, kdy je potřeba, aby se žáci naučili utvářet vlastní názory a posuzovat názory ostatních (Petty, 2004) – příklad tématu – Manipulativní reklama a informace, působení sekt, reklamní vlivy (Jeřábek, Tupý, 2017).

Při diskuzi zauvažujte, jak jsou žáci rozsazeni. Je třeba, aby si vzájemně dobře viděli do obličeje. Vhodné je usazení do kruhu nebo dle plánků na obrázku .



Obrázek 1: Plánky pro usazení při diskuzi *Zdroj: Petty, 2004*

2.4 Učení z textu a vyhledávání informací

Četba by měla být aktivním procesem, kdy žáci pozorně zkoumají text. Žáci si musí vytvořit osobní významy informací. Obrázek č. 2 – pracovní list k tématu „Chráníme své bezpečí“ – ukazuje jednu z technik práce s textem, jež jsou níže popsány.

Poznámky z četby: Žáci pořizují stručný výtah, shrnutí, seznam hlavních myšlenek.

Hledání informací v textu: Žáci musí pomocí otázek určit, co je pravda, co je lež (Petty, 2004).

Čtení s porozuměním: Základní čtenářská dovednost, při níž se žáci učí s textem správně pracovat. Jde o výběr hlavních myšlenek, zaujímání vlastního stanoviska a hodnocení (Maňák, 2003).

Zpřeházené věty: Touto aktivitou se rozvíjí schopnost pro systematické a logické uspořádání informací. Aby žáci mohli text poskládat, musí informace analyzovat, srovnávat, hledat souvislosti. Metoda usnadňuje zapamatování informací tvořících text. Postup je následující: Učitel rozdá jednotlivcům nebo dvojicím obálky, ve kterých je po větách rozstříhaný text. Žáci mají za úkol si ústřižky přečíst a poskládat je tak, aby jejich sled dával smysl. Potom se seznámí s původním nerozstříhaným textem. Následuje porovnání ústřižků podle originálu, nejdříve zpaměti, v poslední fázi pak podle předlohy (Matuš, Bednářová, 2010).

Projevy šikanování ve škole nelze tolerovat. Ke všem formám násilí a agresivity bychom měli zaujmout rozhodný a odmítavý postoj. Neubližujme si navzájem.

Přečti příběh a napiš několika větami, jak by se mohl dále vyvíjet.

Petr se přestěhoval z malé vesnice do města a nastoupil do nové školy. Žije pouze s maminkou a je málo průbojný. Noví spolužáci si ho ihned začali dobírat, že je v tělocviku málo obratný, že nosí brýle, má nemoderní oblečení a celé odpoledne se doma učí. Zároveň zesměšňují jeho výsledky ve škole i hru na housle. Petr doufal, že to spolužáky časem přejde. Ale naopak, v poslední době nezůstává jen u slov. Po cestě do školy i během přestávek mu podrážejí nohy, schovávají mu pomůcky, berou mu svačinu. Spolužák Martin, který bydlí blízko Petra, by mu rád pomohl, ale bojí se ostatních kluků. Proto také mlčí…

Odpověz na následující otázky:

a) Zaslouží si Petr posměch svých spolužáků? Jak se cítí?

b) Proč se asi stal terčem násilí a agresivity svých spolužáků?

c) Jaké pocity asi zažívají spolužáci, kteří Petrovi ubližují?

d) Proč se Martin nebo někdo jiný ve třídě Petra nezastane?

e) Měl by se Petr s tím, že mu spolužáci ubližují, svěřit třídní učitelce a proč?

f) Co by se dělo ve škole, kdyby Petr oznámil, že je spolužáky šikanován?

g) Proč Petr o svém trápení neřekl doma?

h) Ocitl ses ty sám někdy v podobné situaci?

i) Co bys Petrovi poradil, aby udělal?

Obrázek 2: Pracovní list Chráníme své bezpečí *Zdroj: Marádová, 2004*

2.5 Skládankové učení

Jde o metodu kooperativního učení, kdy žák musí porozumět danému textu, zapamatovat si ho a následně přednést ostatním členům tzv. domovské skupiny. Závisí na tom, na kolik částí se dá téma vhodně rozložit (nejčastěji tři nebo čtyři). Jeden žák z každé – expert – nastuduje jednu část odborného textu. Každý žák dostane jiný, ale přibližně stejně dlouhý text. Dohromady texty tvoří ucelené téma. Po čase se žáci seskupí do tzv. expertních skupin. Zde všichni diskutují o tom, co nastudovali. Poté, již bez textové opory, se expert vrací do své domovské skupiny a učí své spolužáky. Na závěr všichni žáci vyplní učitelem připravený zápis s vynechanými klíčovými fakty (Matuš, Bednářová, 2010).

Ukázka závěrečného textu při metodě skládankového učení:

U všech dětí začínáme vždy s ……vdechy. U kojenců provádíme dýchání z úst do úst nebo do úst a ……. současně. Neprovádíme …… …… . Masáž srdce se provádí dvěma ……. . Navíc u novorozenců provádíme vždy dýchání současně z úst do úst a …. . Poměr masáže a dýchání je zde 3:… . U kojenců a novorozenců vdechujeme pouze objem úst (Matuš, Bednářová, 2010).

2.6 Snowballing

Skupinová metoda, která začíná od jednotlivce. Skupiny se postupně zvětšují, „nabalují se“.

Učivo: Výchova ke zdravému životnímu stylu

Průběh: Žáci si doma nastudují téma podle předem zadaného materiálu. Ve vyučovací hodině rozdá učitel každému žákovi pracovní list s deseti názory na význam výchovy ke zdraví. Žáci je musí samostatně seřadit od nejdůležitějšího k nejméně důležitému. Po uplynutí předem stanoveného limitu, př. 3 minuty, utvoří žáci dvojice. Porovnávají, argumentují, dohadují se a vytvářejí nový společný seznam (umění kompromisu). Dvojice se dále spojí ve čtveřice. Opět pracují na stejném úkolu, se stejným výsledkem, na němž se shodnou. Dále může učitel vyzvat žáky ke spojení po osmi. Zde záleží na počtu žáků ve třídě nebo průběhu celé hodiny. Učitel vyzve skupiny, aby si zvolily mluvčího, a ten prezentuje a zdůvodňuje výsledky své skupiny (Sitná, 2013).

2.7 Pětilístek

Žák musí zapojit své logické, jazykové a tvořivé schopnosti, jež zahrnují například analýzu, srovnávání i zobecňování. Učitel i žáci zároveň buď zjišťují, co již o tématu vědí, nebo naopak na konci hodiny reflektují, co jim z probíraného tématu připadalo nejdůležitější (Matuš, Bednářová, 2010).

2.8 Rounds (kolečka)

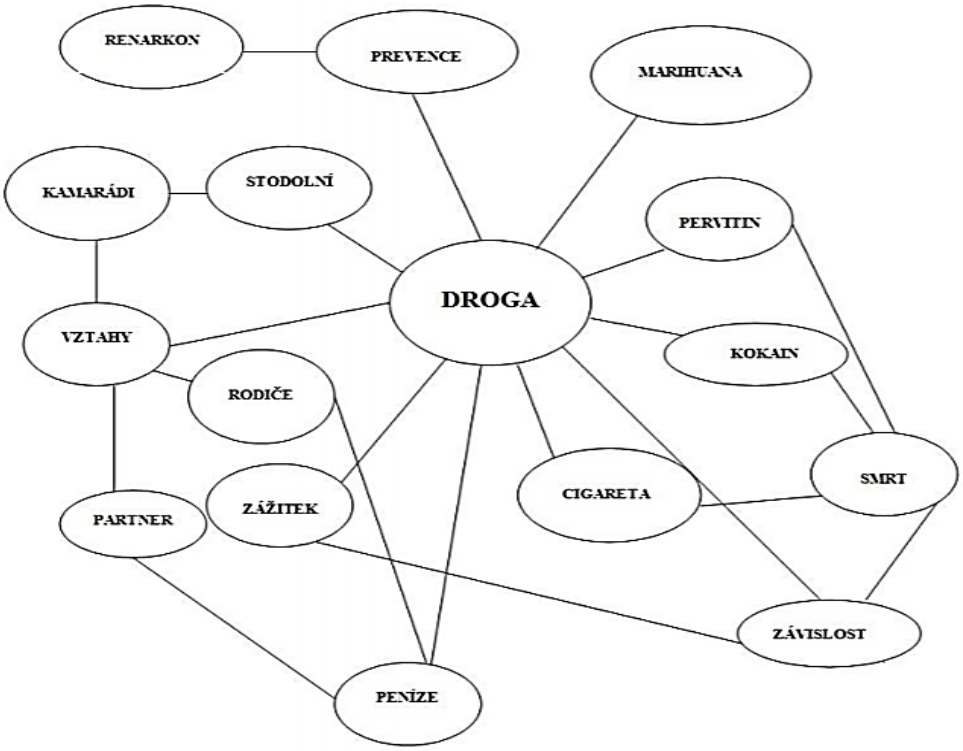
Tato metoda se zaměřuje na rekapitulaci údajů, faktů, názorů, postojů vztahujících se k zadanému tématu.

Učivo: Výživa – zásady správné výživy

Průběh: Učitel napíše téma na tabuli. Uspořádá žáky do skupin, které vytvoří kolečka, tak aby se v prostoru navzájem nerušily. Každá skupina si zvolí zapisovatele pro stručný záznam výroků členů kolečka. Žáci uvádějí příklady, odpovídají postupně, neskáčou si do řeči. Mohou si předávat nějaký předmět – tak se určuje, kdo zrovna může mluvit. Na závěr zapisovatel shrne získané odpovědi a prezentuje je učiteli (Sitná, 2013).

2.9 Myšlenková mapa

Je to vlastně jakýsi prostorově a graficky uspořádaný brainstorming, příklad ukazuje obrázek 3. Podněcuje u žáků aktivní myšlení, rozvíjejí dovednosti analýzy, třídění a syntézy a poskytuje názorné prostředky ke komunikaci a k hodnocení (Matuš, Bednářová, 2010).



Obrázek 3: Příklad myšlenkové mapy *Zdroj: (Čapek, 2015)*

2.10 Metoda E-U-R

Metoda E-U-R je aktivita, která zasahuje celou osobnost žáka. Spojuje tři oblasti myšlení: přijímání a vybavování poznatků, kritické myšlení a tvořivé myšlení. Ústředním momentem kritického myšlení je tzv. třífázový model učení – metoda E-U-R (Maňák, Švec, 2003).

Evokace – žáci si vybaví, co již znají, cílem je získat zájem dětí, motivovat.

Uvědomění – žáci aktivně zpracovávají zdroj nových informací, procházejí novou zkušeností.

Reflexe – žáci si uvědomí, co a jak se naučili.

E-U-R slouží učiteli k tomu, aby plánoval svou výuku se zachováním co nejvíce rysů přirozeného učení, jež je pro žáky nejefektivnější. Existuje samozřejmě řada dalších modelů, tento se však vyznačuje účinností a jednoduchostí. Stejně jako všechny ostatní modely ho nelze používat dogmaticky, ale tak, aby sloužil on nám, a ne učitelé jemu (Matuš, Bednářová, 2010).

Učivo: Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání – šikana

Evokace (opakování) – děti sedí v kruhu, každý žák musí během pěti sekund říci nějaký pojem související s minulým tématem, jinak vypadává.

Uvědomění – studium textu (text obsahuje projevy šikany, definice a vlastnosti agresora a oběti, návod, jak se chovat, jsme-li svědky takového jednání).
Reflexe – žáci, pracují samostatně, konfrontují nové informace se starými, na papír musí vypsat alespoň deset pojmů (Matuš, Bednářová, 2010).

2.11 Inscenační metoda

Téma: Pravidla soužití a utváření dobrých mezilidských vztahů
Úkol se vztahuje k morálním a etickým pravidlům chování žáků nejen ve třídě. Pro lepší diskuzi v závěru hodiny je vhodné využít jednoduchý pracovní list pro záznam žáka (obrázek 4). Jde o zinscenování určité známé situace (šikana, nevhodné chovní žáků v hodinách…).
Příklad inscenace: Žák/kyně A začne při hodině hlasitě komentovat výroky spolužáka/kyně B. Žáci/kyně C, D, E žáka/kyni A napomínají. Ostatní žáci/kyně se celou situací baví a hlasitě se smějí (Tupý, 2016).

Pozitivní vliv	Negativní vliv	Zdůvodnění

Obrázek 4: Pracovní list pro inscenační metodu *Zdroj: Tupý, 2016*

Řešení: Pozitivní – C, D, E napomínají A – uvědomují si narušování výuky, dávají najevo nesouhlas s porušováním základního pravidla komunikace při výuce – může být negativní v tom, že se narušení výuky prodlužuje.
Negativní – A hlasitě komentuje jiného žáka/kyni: narušuje plynulost výuky, zaujímá nevhodný postoj k žákovi/kyni B, dává nevhodný příklad ostatním, kteří se situací baví – narušuje plynulost výuky, dává nevhodný příklad ostatním, tak přispívají k nevhodnému postoji k žákovi/kyni B i k dalším žákům/kyním C, D, E (Tupý, 2016).

2.12 Projektové vyučování

Žáci jsou během klasické výuky seznámeni se zásadami zdravé výživy, s kalorickou hodnotou jídel, jejich správnou přípravou a žádoucí pestrostí stravy. Jakmile dostanou tyto základní informace, přichází na řadu zmiňovaný projekt. Jeho obsahová stránka je zaměřena na oblíbená jídla. Vzniknou pracovní skupiny po třech žácích. Skupina spolupracuje, vyhledává potřebné informace (nejde jen o název, ale také o složení, přípravu atd.). Jídla podrobí fázi kritiky z hlediska zdravé výživy. Výsledkem práce celé skupiny je jakýsi plakát s důležitými informacemi a obrázky. Závěrečná fáze probíhá formou nonverbální prezentace prací a informací. Poté každý žák dává hlas nejzdravější kuchyni. Rozšíření o mezipředmětové vztahy – typická jídla v daném státu (cizí názvy – procvičení jazyků, reálií dané země). Pokud škola vlastní místnost s kuchyňkou, je o úspěch postaráno předem. Lze se zaměřit i na jídelníček školní kuchyně (Matuš, Bednářová, 2010).

2.13 Didaktické hry

Při hodinách VZ je vhodné zařadit různé činnosti a hry pro učení sociálních dovedností. Mají funkci relaxační, ale zároveň také vzdělávací a pozorovací.

Příklad hry 1: Dvě skupiny obdrží stejný počet kostiček lega – úkolem je vybudovat věž, která bude co nejvyšší a zároveň nejlehčí. Za každý centimetr výšky věže získává tým tři body, za každou použitou kostičku jeden bod ztrácí. Jsou zvoleni dva nezávislí pozorovatelé, kteří skupiny sledují a zaznamenávají jejich postupy, pocity, vášně, systém. Jde o soutěž, proto je stanoven časový limit. Ve vzrušené atmosféře často vzniknou hádky, skupina se rozhoduje demokraticky, diktátorsky atd., skupiny si vzájemně kostičky kradou a někdy i boří věže (to pravidla nezakazují). Hra je vhodná jako úvod do tématu o skupinách, jejich vedení, způsobech rozhodování, výchovy, sebeprosazování. Na ni navazuje diskuze, jež začíná detailní zprávou obou pozorovatelů o chování skupin i jednotlivců (Petty, 2004).

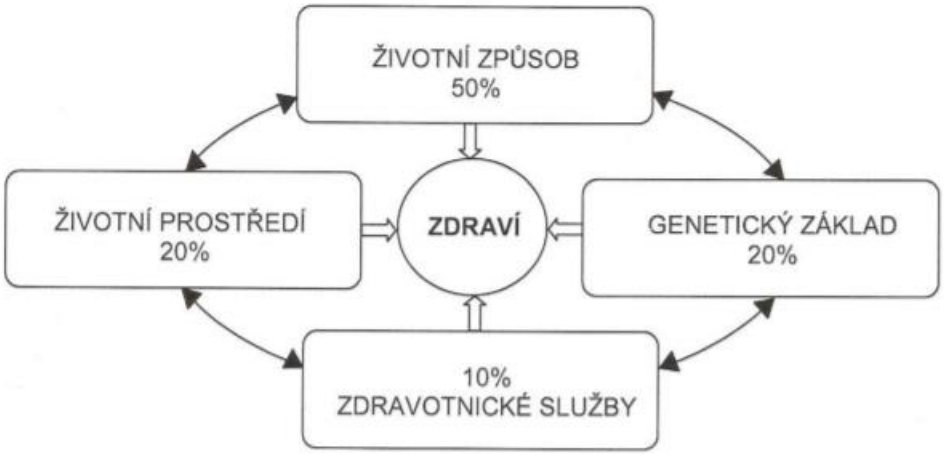
Příklad hry 2: Zásady první pomoci při určitých typech zranění – kartičková metoda (nevhodné reakce dávat stranou), pantomimické příběhy (jedna skupinka dětí předvádí postup první pomoci, druhá skupinka se pokouší popisovat) (Petty, 2004).

3 VÝCHOVA KE ZDRAVÍ NA ZÁKLADNÍCH ŠKOLÁCH

3.1 Výchova ke zdraví

Zdraví je považováno za jednu z prvořadých hodnot, podílejících se na kvalitě lidského života. Podoba zdraví je u každého člověka vlastní, jedinečná a mění se v průběhu jeho života. Dobré tělesné zdraví ještě nezaručuje, že se cítíme zdrávi, že žijeme v takových vztazích s ostatními lidmi, které nás plně uspokojují (Marádová, 2003).

Zdraví člověka je v současném pojetí utvářeno a ovlivňováno mnoha činiteli. Má mnoho aspektů, které závisí na kultuře prostředí, sociálních podmínkách, ekonomice, rozvoji lékařské vědy, ale i genetické výbavě každého jedince. Vzájemné vztahy mezi jednotlivými faktory a zdravím člověka ukazuje obrázek 5, a to i s hodnotami relativního vlivu (Machová, Kubátová, 2015).



Obrázek 5: Vzájemné vztahy determinantů zdraví a zdraví člověka Zdroj: Machová, Kubátová, 2015

Předmět výchova ke zdraví zabezpečuje dostatečné znalosti o tom, co zdraví člověka podporuje a upevňuje, ale také o tom, co mu škodí. Žákům by měl pomoci zorientovat se v současné nabídce, poptávce i rizikách, jež nynější společnost přináší. Státní zdravotní ústav uvádí definici tohoto předmětu následovně: *„Výchova ke zdraví je samostatným oborem. Je základním nástrojem podpory zdraví a prevence nemocí. Zabývá se ovlivňováním populace ke správnému způsobu života a ke změnám jednání a chování, které vyžaduje zdravotní stav jednotlivců a komunit. Je také nezbytnou součástí edukace pacientů v sekundární i terciární prevenci“* (Komárek a kol., 2019, 3).

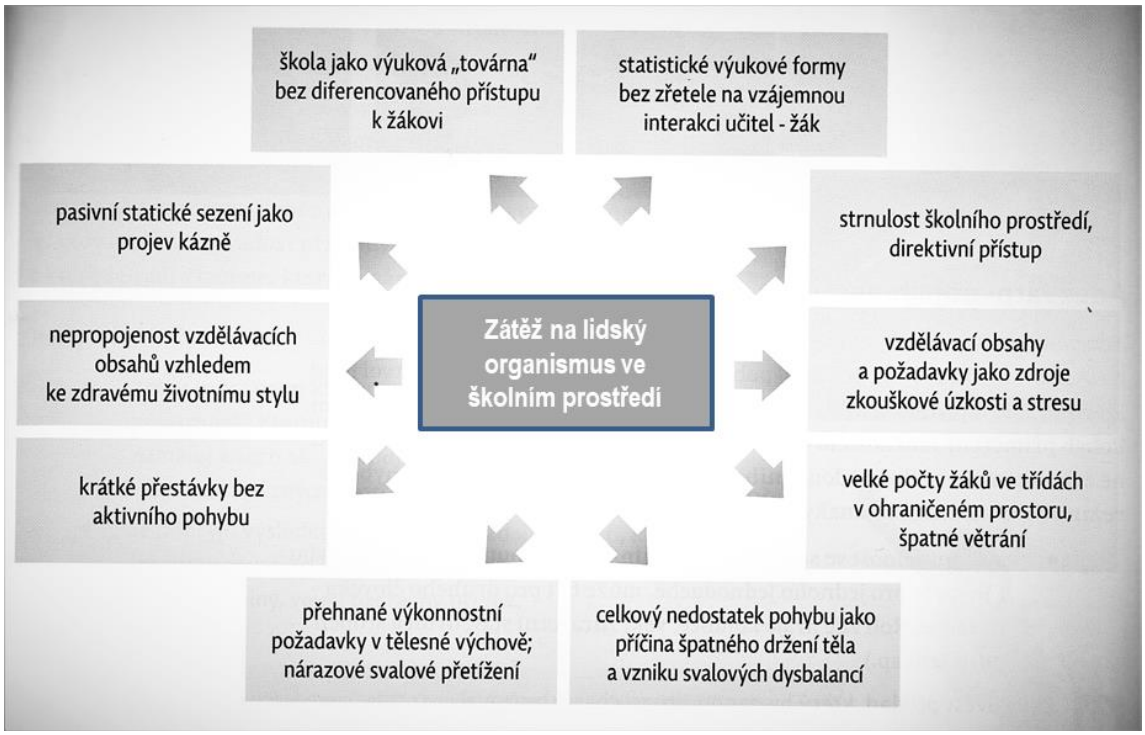
Důležité je výchovu ke zdraví pojmout jako součást života, zařadit ji do běžné výchovy dětí. Všechny děti jsou přirozeně živé, rády se pohybují nebo běhají. Cílem by mělo být, poskytnout dětem i dospělým nástroj k získání kontroly nad vlastní kondicí, pohybem, výživou, životní energií a v neposlední řadě i celkovým postojem k životu. Pozitivní vliv na celoživotní zdraví dětí zajišťují hlavně rodiče, kteří jsou pro své děti vzorem. Dospělí však dětem v pohybu často brání z důvodu bezpečnosti, například ve školách se o přestávkách omezují přirozené příležitosti k pohybu, čímž děti vlastně učíme sedavému stylu života (Galloway, 2007).

Nejmodernější technický pokrok mění kvalitu života člověka v pozitivním i negativním smyslu. Na jedné straně se výrazně snížila tělesná práce a námaha, přibyl volný čas, na druhé straně vznikl tzv. konzumní životní styl, charakteristický nedostatkem pohybové činnosti, nadměrnou konzumací potravin, i nezdravých, jejich plýtváním, opomíjením péče o životní prostředí, zneužíváním léků a omamných látek a duševní zátěží z přemíry podmětů a informací. Základním principem přenosu zdravého životního stylu do reálného života je komplexní praxe realizovaná v interakci s prostředím, kdy velmi záleží na tom, kdo a jakým způsobem je edukován a jaké je výstupní paradigma sebevýchovného potenciálu (Krejčí, Hošek, 2016).

Prostředí a režim školy jsou pro žáky a studenty velice důležité z hlediska pracovní salutogeneze. Rizika vlivu pracovní zátěže na lidský organismus ve školním prostředí ukazuje obrázek 6 (Krejčí a kol., 2017).

Tato rizika je potřeba v maximální dosažitelné míře potlačovat a minimalizovat jejich negativní důsledky (Machová, Kubátová, 2015).

Úkolem dospělých, v roli rodičů či pedagogů, je přijatelnou formou předat mladé generaci své znalosti a zkušenosti z této oblasti a ukázat jim cestu, jak dosáhnout daného cíle (Velemínský, 2012).



Obrázek 6: Schéma vlivu pracovní zátěže na lidský organismus *Zdroj: Krejčí a kol., 2017*

3.2 Vzdělávací oblast „Člověk a zdraví“

Většina lidí, především dětí, si pod pojmem „zdraví“ představí stav, kdy daného jedince nic nebolí, není nemocný nebo nevidí nežádoucí změny na svém těle. Definice zdraví podle WHO[2] z roku 1948 zní: *„Zdraví je stav úplné fyzické, psychické a sociální pohody a nejenom nepřítomnost choroby nebo poruchy funkce.“* (Velemínský, 2012, 22)

Vzdělávací oblast Člověk a zdraví přináší základní podněty pro pozitivní ovlivňování zdraví (poznatky, činnosti, způsoby chování), s nimiž se žáci seznamují, učí se je využívat a aplikovat ve svém životě. Vzdělávání v této vzdělávací oblasti směřuje především k tomu, aby žáci poznávali sami sebe jako živé bytosti, aby pochopili hodnotu zdraví, jeho ochrany i hloubku problémů spojených s nemocí či jiným poškozením zdraví. Žáci se seznamují s různými riziky, jež ohrožují zdraví v běžných i mimořádných situacích, osvojují si dovednosti a způsoby chování (rozhodování), které vedou k zachování či posílení zdraví, a získávají potřebnou míru odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví jiných. Jde tedy z velké části o poznávání zásadních životních hodnot, o postupné utváření postojů k nim a o aktivní jednání v souladu s nimi. Naplnění těchto záměrů je v základním vzdělávání nutné postavit na účinné motivaci

[2] WHO – World Health Organization – Světová zdravotnická organizace

a na činnostech a situacích posilujících zájem žáků o problematiku zdraví. Vzdělávací oblast Člověk a zdraví je vymezena a realizována v souladu s věkem žáků ve vzdělávacích předmětech výchova ke zdraví a tělesná výchova, do níž je zahrnuta i zdravotní tělesná výchova. Vzdělávací obsah oblasti Člověk a zdraví přesahuje do ostatních vzdělávacích oblastí, ty jej obohacují nebo využívají (aplikují), ale zasahuje také do života školy (Jeřábek, Tupý, 2017).

3.3 Obsah učiva VZ podle RVP ZV

Protože je zdraví důležitým předpokladem pro aktivní a spokojený život a pro optimální pracovní výkonnost, stává se poznávání a praktické ovlivňování podpory a ochrany zdraví jednou z priorit základního vzdělávání. Při výuce je třeba klást důraz především na praktické dovednosti a jejich aplikace v modelových situacích i v každodenním životě školy. Proto je velmi důležité, aby celý život školy byl ve shodě s tím, co se žáci o zdraví učí a co z pohledu zdraví potřebují (Jeřábek, Tupý, 2017).

Pro realizaci vzdělávacího obsahu, pro kvalitu a efektivitu výuky jsou nepostradatelné učebnice. Umožňují dosažení očekávaných výstupů vzdělávacích oborů vymezených rámcovými vzdělávacími programy a využití tematických okruhů průřezových témat k rozvoji osobnosti žáka vymezených rámcovými vzdělávacími programy a směřují k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí žáků. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky posuzuje učebnice a učební texty v souladu s cíli vzdělávání stanovenými školským zákonem, rámcovými vzdělávacími programy a právními předpisy. Ministerstvo uděluje a odnímá tzv. schvalovací doložku podle § 27 odst. 1 zákona č. 561/2004 Sb. Jedinou učebnicí pro výuku předmětu výchova ke zdraví na základních školách, která tuto doložku vlastní až do roku 2023, je kniha Výchova ke zdravému životnímu stylu od kolektivu Havlíková, Krejčí, Rozum, Šulová z nakladatelství Fraus vydané v roce 2017 (MŠMT, 2019)

Zpočátku musí být vzdělávání silně ovlivněno kladným osobním příkladem učitele, jeho všestrannou pomocí a celkovou příznivou atmosférou ve škole. Později přistupuje důraz i na větší samostatnost a odpovědnost žáků v jednání, rozhodování a činnostech souvisejících se zdravím. Takto chápané vzdělávání je základem pro vytváření aktivních přístupů žáků k rozvoji i ochraně zdraví. Vzdělávací předmět výchova ke zdraví vede žáky k aktivnímu rozvoji a ochraně zdraví v propojení všech jeho složek (sociální, psychické a fyzické) a učí je být za ně odpovědný. Svým

vzdělávacím obsahem navazuje na obsah vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět a přesahuje do ostatních vzdělávacích oblastí. Žáci si osvojují zásady zdravého životního stylu a jsou vedeni k jejich uplatňování ve svém životě i k osvojování účelného chování při ohrožení v každodenních rizikových situacích a při mimořádných událostech. Vzhledem k individuálnímu i sociálnímu rozměru zdraví obsahuje vzdělávací předmět výchova ke zdraví výchovu k mezilidským vztahům a je velmi úzce propojen s průřezovým tématem Osobnostní a sociální výchova. Žáci si rozšiřují a prohlubují poznatky o sobě i vztazích mezi lidmi, partnerských vztazích, manželství a rodině, škole a společenství vrstevníků (Jeřábek, Tupý, 2017).

Vzdělávací obsah předmětu je podle Jeřábka a Tupého (2017) rozvržen do šesti tematických okruhů:

1. Vztahy mezi lidmi a formy soužití.
2. Změny v životě člověka a jejich reflexe.
3. Zdravý způsob života a péče o zdraví.
4. Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence.
5. Hodnota a podpora zdraví.
6. Osobnostní a sociální rozvoj.

Odmalička se dítě musí dozvídat, proč, jak, čím a kdy může zdraví ovlivňovat (rozvíjet, chránit, ohrožovat či poškozovat – osobně nebo přičiněním jiných). K tomu může vzdělavatel či vzdělávací instituce nabízet mnoho příležitostí. Protože jde hlavně o poznávací, rozhodovací a výchovnou činnost směřující k utváření dovedností, postojů, volních vlastností, mezilidských vztahů, odpovědnosti atd., problematika zdraví se logicky stává nezbytnou součástí základního vzdělávání (Tupý, 2004).

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání v oblasti Člověk a zdraví plně koresponduje s filozofií projektu „Škola podporující zdraví“ (zvaného též „Zdravá škola“), a to již od roku 1992. Jde o široce rozběhnutou aktivitu, která má svou filozofii, centrální koordinaci činnosti, členitě rozvinutou síť spolupracovníků a spolupracovnic, demokratického ducha dobrovolné účasti a spolupráci s odborně zaměřeným mezinárodním hnutím v rámci Evropy (Křivohlavý, 2001).

Obsahem programu podpory zdraví ve škole jsou tři pilíře podpory zdraví: pohoda prostředí (věcné, sociální, organizační), zdravé učení (smysluplnost, možnost výběru a přiměřenost, spoluúčast a spolupráce, motivující hodnocení), otevřené partnerství (škola jako model demokratického společenství, škola jako kulturní a vzdělávací středisko obce) (Kubátová, Machová, 2015).

PRAKTICKÁ ČÁST

4 CÍL A ÚKOL

4.1 Cíl práce

Cílem praktické části je zjistit přístup učitelů k výuce VZ a využívání metod při výuce výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově.

4.2 Úkoly práce

- Provést obsahovou analýzu českých i zahraničních, odborných a vědeckých zdrojů a na jejich základě vypracovat teoretickou část práce.
- Zvolit vhodnou metodiku pro šetření – kvalitativní rozhovor.
- Připravit výběr informátorů.
- Sestavit otázky pro aktéry polostrukturovaného rozhovoru na základě konzultace s odborníkem na metodiku.
- Provést sběr dat.
- Analyzovat a interpretovat výsledky.
- Diskuze
- Stanovit závěr.

4.3 Výzkumné předpoklady

Výzkumný předpoklad č. 1: Předpokládám, že pro předmět výchova ke zdraví budou všichni dotazovaní učitelé upřednosňovat klasické metody a metody aktivizující častěji, než metody komplexní.

Výzkumný předpoklad č. 2: Předpokládám, že pro výuku předmětu výchova ke zdraví nebudou učiteli využívány učebnice doporučené MŠMT více než materiály vlastní tvorby a jiné odborné prameny.

4.4 Charakteristika zkoumaného souboru

Rozhodující kritéria pro výběr informátorů byly: zkušenosti s výukou předmětu výchova ke zdraví a čas a zájem konat rozhovor. Bylo osloveno celkem 6 učitelů základních škol v Benešově, ale jen 4 z nich byli ochotni podstoupit rozhovor týkající se metodických postupů v hodinách VZ. Jako důvod neúčasti na výzkumu uváděli

oslovení učitelé nedostatek času, raději by uvítali dotazníkové šetření, předmět výchova ke zdraví se na jejich škole nevyučuje jako samostatný předmět. Pro přehlednější charakteristiku informátorů slouží tabulka 1, ve které je znázorněn věk, aprobace i délka praxe aktérů.

Tabulka 1: Charakteristika informátorů

Tabulka 1	**Informátorka 1**	**Informátorka 2**	**Informátorka 3**	**Informátorka 4**
Škola	ZŠ Benešov Jiráskova 888 a SZŠ Benešov	ZŠ Benešov, Dukelská 1818	ZŠ Benešov, Dukelská 1818	ZŠ Benešov, Jiráskova 888
Věk	42 let	50 let	50 let	68 let
Aprobace	Bi, VZ	TV	Bi, VZ	Bi, Zzv
Délka praxe	18 let	28 let	31 let	42 let

Zdroj: Vlastní zpracování

4.5 Popis místa výzkumného souboru šetření

Výzkumné šetření probíhalo anonymně, odděleně, vždy v nějakém přátelském prostředí, pokud možno co nejvíce vyhovujícím aktérům - kavárna, sborovna nebo kabinet na příslušné základní škole. Základní vzdělávání je v současnosti jedinou vzdělávací etapou, které se povinně účastní každé dítě v ČR a která vytváří základ pro celoživotní učení u celé populace. Základní vzdělávání je rozděleno na 1. a 2. stupeň. Každá tato vzdělávací etapa má specifické vzdělávací cíle, odlišné metody a formy práce (MŠMT, 2001).

Město Benešov je zřizovatelem tří základních škol zaměřených na vzdělávání dětí od 6 do 15 let. Nejstarším fungujícím školským zařízením města (od roku 1888) je Základní škola a mateřská škola Benešov, Na Karlově 372. Školu navštěvuje okolo 500 žáků. Výuka probíhá v třípodlažní historické budově, která nemá bezbariérový přístup. Působí zde výchovný poradce, metodik prevence a logoped. Výchova ke zdraví se na této škole nevyučuje jako samostatný předmět ani společně s výchovou k občanství jako například na ZŠ Dukelská. Jednotlivé kapitoly a výstupy se objevují v rámci předmětů společenské vědy, etická výchova a volba povolání, v předmětu přírodopis nebo tělesná výchova. Zařízení je zapojeno do programu „Zdravá škola“, který je nedílnou součástí ŠVP, a vychází ze strategie primární prevence. Aktualizuje se každý rok a je přizpůsobena aktuálnímu stavu a potřebám školy. Některá témata výchovy ke zdraví jsou žákům prezentována formou přednášek a seminářů v Peer

programu, realizovaném studenty zdejšího gymnázia, dále přednášek pořádaných střední zdravotnickou školou, K-centrem a externími spolupracovníky, např. z řad lékařů. Škola spolupracuje s Městskou policí Benešov, Policií ČR, HZS[6] Benešov, OSPOD[7], Nemocnicí Rudolfa a Stefanie Benešov (Česák, 2018).

V třípodlažní budově v centru města sídlí Základní škola Benešov, Jiráskova 888, s kapacitou 800 žáků. Je druhou nejstarší školou ve městě Benešov (od roku 1907). Ve škole působí výchovný poradce, školní psycholog, logoped, metodik prevence a poradce pro vzdělávání. Škola nemá bezbariérový přístup, ale vlastní tzv. schodolez, který byl zakoupen pro žáka s tělesným postižením. Výchova ke zdraví se zde vyučuje jako samostatný předmět v 6. a 7. ročníku s časovou dotací 1 hodina týdně. Škola v rámci prevence spolupracuje s Městskou policí Benešov, Policií ČR, HZS Benešov, OSPOD, Magdaléna, o. p. s., Mezičas. Specifická prevence probíhá formou programu EU-DAP[8], který je určen pro 6. ročníky ZŠ. Do dalšího školního roku bude program přizpůsoben třídám prvního stupně, vyučovat zde budou vyškolené pracovnice. Škola je také zapojena do projektu „Zdravá škola“, má propracovaný minimální preventivní program (Šedivý, 2018).

„Nejmladší“ školou je Základní škola Benešov, Dukelská 1818, která byla slavnostně otevřena v roce 1982. Disponuje třemi vzájemně propojenými budovami, jedná se o tzv. školu pavilónového typu. Má částečně bezbariérový přístup. Kapacita školy je 900 žáků. Působí zde 2 výchovní poradci (zvlášť pro I. a II. stupeň), metodik prevence a školní logoped. Výchova ke zdraví se zde nevyučuje jako samostatný předmět, ale společně s výchovou k občanství. Tento předmět má zkratku VOZ a vyučuje se v každém ročníku II. stupně s časovou dotací 1 hodina týdně. Škola v rámci prevence spolupracuje s Městskou policí Benešov, HZS Benešov, OSPOD, Magdaléna, o. p. s., aj. V 1. a 6. ročníku absolvují žáci dvoudenní adaptační kurz. V 6. ročníku se žáci účastní mezinárodního programu EU-DAP s preventivní problematikou různého zaměření. Každoročně na škole probíhá Týden zdravého životního stylu, kdy se střídají sportovní aktivity, odpočinkové, relaxační aktivity, přednášky s odborníky zaměřené na zdravé stravování a bezpečnost (Procházková, 2018).

[6] HZS – Hasičský záchranný sbor.
[7] OSPOD – Orgán sociálně-právní ochrany dětí.
[8] EU-DAP – European Drug Abuse Preventation.

5 METODOLOGIE

5.1 Organizace výzkumného šetření

Učitelé byli nejprve osloveni osobním e-mailem s následujícím textem: *„Dobrý den, jmenuji se Jana Kahounová a jsem studentkou Katedry výchovy ke zdraví Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích. Ráda bych vás zapojila do šetření pro mou bakalářskou práci, jejíž téma je Aktuální metody výuky výchovy ke zdraví na základních školách a cílem je zmapování využívaných metod při výuce VZ. Pokud byste byl/-a ochoten/ochotna rozhovor poskytnout, prosím, potvrďte mi souhlas e-mailem. Domluvíme se na čase a místu, které vám budou nejvíce vyhovovat. Děkuji. S pozdravem Jana Kahounová.“* Po potvrzení e-mailu učiteli jsme si domluvili schůzku. Rozhovory probíhaly během listopadu 2019. Před rozhovorem byl každému informátorovi dán k podpisu dokument obsahující informovaný souhlas s pořizováním audio záznamu našeho rozhovoru a se základními informacemi o aktérovi (týkaly se věku, aprobace, délky praxe). Dokument je součástí této práce a označen je jako Příloha č. 1.Všichni aktéři, kteří se šetření zúčastnili, přistupovali k rozhovorům velmi pozitivně, optimisticky, vnímali situaci jako pomoc kolegyni. S informátory se znám osobně, působíme jako kolegové, kteří se setkávají při různých školních aktivitách. Při rozhovorech s informátory byly upřednostňovány předem připravené otázky.

5.2 Použité metody

Pro výzkumnou část práce jsem zvolila metodu kvalitativního přístupu. Creswell tuto metodu definoval takto: *„Kvalitativní výzkum je proces hledání porozumění založený na různých metodologických tradicích zkoumání daného sociálního nebo lidského problému. Výzkumník vytváří komplexní holistický obraz, analyzuje různé typy textů, informuje o názorech účastníků výzkumu a provádí zkoumání v přirozených podmínkách.“* (Creswell, 2003, 12)

Výsledkem je získání zkušeností, který je využitelný pro jakoukoliv tematiku. K podstatným rysům kvalitativního výzkumu patří i oboustranné porozumění mezi výzkumníkem a aktérem. Výběr aktérů v kvalitativním výzkumu se liší od kvantitativního výzkumu ve výběru účastníků reprezentujících určité téma, které je definováno cílem výzkumu (Mišovič, 2019).

Tato metoda je označována jako polostrukturovaný rozhovor (Švaříček, Šeďová, 2014).

Tento typ rozhovorů je oblíbený pro svou flexibilitu, dostupnost, pochopitelnost. Podle doktora Mišoviče je to nejefektivnější a výhodný prostředek k získání informací, jehož základem je konverzace. Umožňuje účastníkům odpovídat hovorovým jazykem (Mišovič, 2019).

Získané informace je nutné analyzovat za pomocí techniky otevřeného kódování. Během této operace jsou údaje rozebrány jako sekvence na jednotky. Jednotkou může být slovo, sekvence slov, věta, odstavec (Švářiček, Šéďová, 2007, 211).

Následuje tvorba kostry analytického příběhu, což je jednoduchý popis daných kategorií. Účelem kostry je formulovat klíčová tvrzení, na něž se během výzkumu přišlo, a to tak, aby byla soustředěna kolem ústředního jevu, který byl zkoumán (Švářiček, Šéďová, 2007)

5.3 Otázky k rozhovoru

1. Jaký máte názor na výuku předmětu výchova ke zdraví na základních školách?
2. Jaký je váš vztah k předmětu výchova ke zdraví?
3. Které metody při výuce VZ využíváte?
4. Jaké materiály využíváte k výuce VZ?
5. Jaké další nabídky dalšího vzdělávání v oboru VZ využíváte?

6 VÝSLEDKY A DISKUZE

Kvalitativní metody se dnes uplatňují v nejrůznějších oborech, a to od psychologie, antropologie, sociologie a kriminologie přes pedagogické vědy, kulturologii nebo hospodářské vědy až po veřejné zdravotnictví či ošetřovatelství a vědy o sportu (Hendl, 2005).

Ke kategorizaci jednotlivých kódů bylo použito techniky „vyložených karet“, což je nejjednodušší nadstavba otevřeného kódování. Vzniklé kategorie se uspořádají do obrazce či linky a na tomto základě se sestaví text, který je vlastně převyprávěním obsahu jednotlivých kategorií. Není však nutné, aby do celkové analýzy vstoupily všechny kategorie – lze vybrat jen některé podle míry souvislosti a vztahu k výzkumné otázce (Švářiček, Šéďová, 2007).

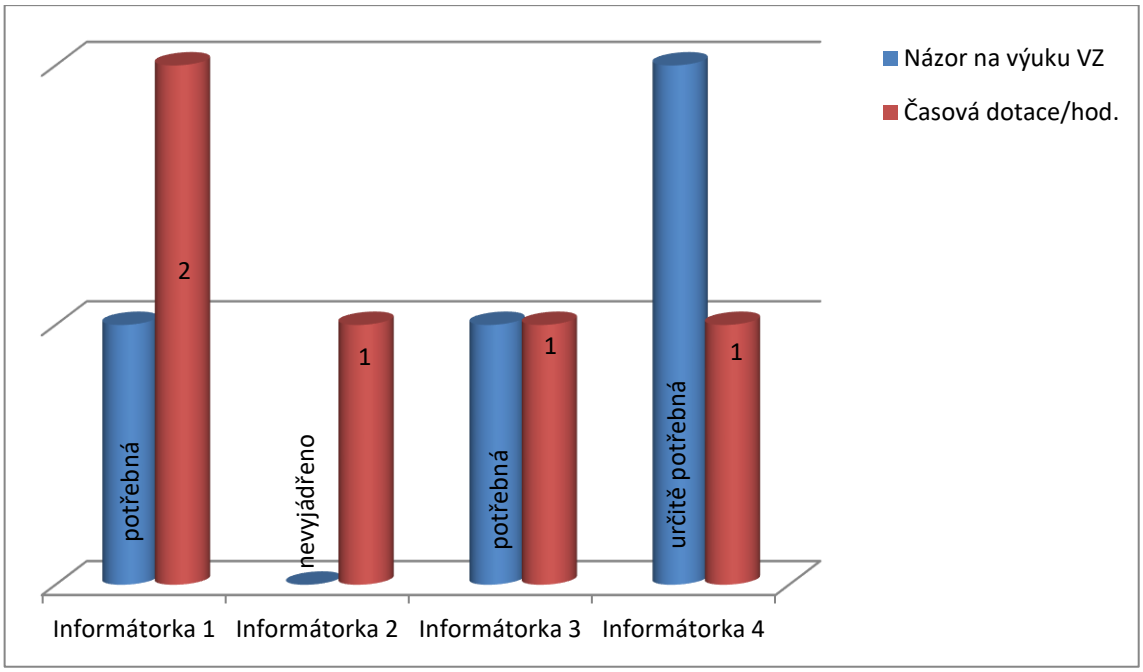
Názvy kategorií vystihují společné znaky vzniklé metodou otevřeného kódování z odpovědí všech aktérek na otázky uvedené v bodě 5.3:

1. kategorie – Výuka a vztah k výuce VZ odpovídá kódování otázek 1 (Jaký máte názor na výuku předmětu výchova ke zdraví na základních školách?) a 2 (Jaký je váš vztah k předmětu výchova ke zdraví?).
2. kategorie – Metody a formy vychází z otázky 3 (Které metody při výuce VZ využíváte?).
3. kategorie – Materiály ve výuce VZ se shodují s otázkou 4 (Jaké materiály využíváte k výuce VZ?).
4. kategorie – Další vzdělávání v oboru VZ zahrnuje otázku 5 (Jaké další nabídky dalšího vzdělávání v oboru VZ využíváte?).

Shrnutí společných znaků je vždy uvedeno v tabulkách 2–5 níže. Rozhovory byly nahrávány na záznamník a doslovně přepsány a jsou uvedeny v přílohách č. 3–6.

6.1 Výuka a vztah k výuce VZ

První kategorie „Výuka a vztah k výuce VZ“ se vztahuje k odpovědím a kódům vycházejících z otázek 1 (Jaký máte názor na výuku předmětu výchova ke zdraví na základních školách?) a 2 (Jaký je váš vztah k předmětu výchova ke zdraví?). Graf 1 znázorňuje názor informátorů na výuku výchovy ke zdraví a časovou dotaci předmětu VZ na školách. Časová dotace zde představuje 45minutovou výukovou hodinu.



Graf 1: Názor informátorů na výuku VZ a přehled časové dotace předmětu VZ na základních školách v Benešově

Vztah aktérů k předmětu výchova ke zdraví většinou souvisí s aprobací či vlastním zájmem o věc samotnou. Informátorka 1 říká: *„… sama jsem se vždy dost zajímala zejména o výživu a věci kolem návykových látek, výživy a podobně, tak jsem měla pocit, že je to ideální možnost předávat to dětem, protože v naukových předmětech není prostor k nějaké diskuzi, zatímco v těch výchovných předmětech je možnost o tom diskutovat, a tak se mi líbilo to učit.“* Informátorka 3 reaguje podobně: *„…, vždy jsem k této oblasti směřovala, baví mě to, chci šířit osvětu.“*

Neutrálně se vyjadřuje informátorka 2, která konstatuje: *„… učím Voz*[9]*, aprobaci přímo k tomuhle nemám. Učí si to každý třídní ve svý třídě.“* Informátorka 4 vyzdvihuje prostor v hodinách VZ na témata související s přírodopisem: *„Jako bych určitě tenhleten předmět ze školy neodstraňovala…, když já teď… probírám trávicí soustavu, tak já tam skutečně nemám čas probírat ňáký kalorický hodnoty, já tam nemám čas dělat zdravej a nezdravej jídelníček, tak jako jsem dělala ve výchově ke zdraví, já tam nemám čas probírat mentální anorexii a bulimii a tyhlety záležitosti. Takže když teď beru dýchací soustavu, já tam nemám čas probírat kouření, nemám tam čas probírat umělé dýchání, masáž srdce…, proto opravdu čas není.“*

Problém ve výuce vidí informátorka 1 zejména v tom, že mladá populace nepřistupuje ke svému zdraví zodpovědně. Informátorka 3 se zamýšlí nad chováním

[9] Voz – Výchova k občanství a ke zdraví

některých kolegů a kolegyň, když odměňují děti za správnou odpověď nebo pomoc ve třídě bonbónem. *„Nebo… třída… vyhraje sběr papíru, dostane za odměnu dort. To se pak špatně při hodinách VZ vysvětluje.“* Informátorky 3 a 4 se také shodují v tom, že problémem jsou rodiče – nesměrují děti k zájmu o sport, nevedou je ke koníčkům, nevnímají správně význam výuky VZ pro život svých dětí, takže je ani nepodporují v učení.

V tabulce 2 jsou shrnuty tyto společné základní znaky: výuka VZ je potřebná, časová dotace je ideální nebo dostačující, VZ se vyučuje jako samostatný předmět, nebo je rozvrstven do dalších předmětů, jako je TV, Bi, výchova k občanství a ke zdraví, relaxační a kompenzační techniky, VZ se objevuje ve všech ročnících základní školy.

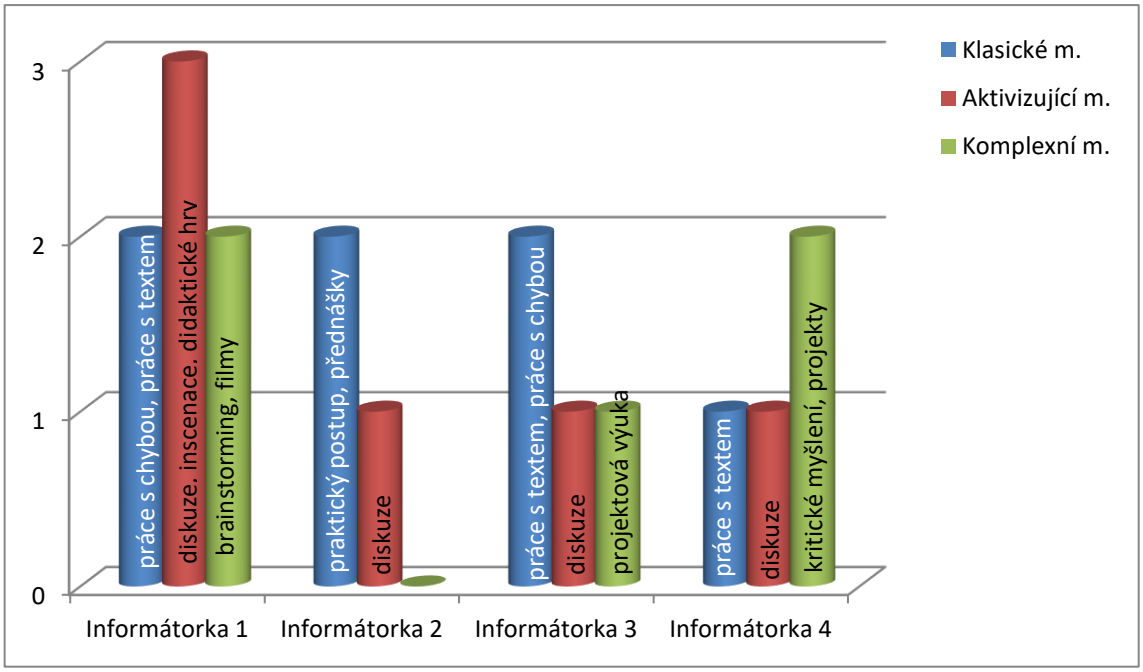
Tabulka 2: Společné znaky výuky a vztahů k výuce VZ

Tabulka 2 – VÝUKA A VZTAH K VÝUCE VZ	
INFORMÁTORKA 1	VÝUKA VZ = je potřebná, je potřeba upozorňovat na rizika, časová dotace dostačující, vyučuje se samostatně nebo v rámci biologie VZTAH K VÝUCE VZ = aprobace Bi-VZ, sama se vždy dost zajímala o výživu a věci kolem návykových látek, ideální možnost předávat to dětem, líbilo se jí to učit PROBLÉM = zejména mladá populace nepřistupuje ke svému zdraví zodpovědně
INFORMÁTORKA 2	VÝUKA VZ = od 6. do 9. třídy, jedna hodina týdně v rámci předmětů TV, výchova k občanství a ke zdraví (Voz), relaxační a kompenzační cvičení (Rkc) – dostatečné, je to krok správným směrem VZTAH K VÝUCE VZ = aprobace TV, předmět Voz vyučuje vždy třídní učitel
INFORMÁTORKA 3	VÝUKA VZ = je potřebná již od malých dětí, hlavně ji dodržovat, je rozvrstven do dalších předmětů (přírodopis, TV, OV), 1. až 9. třída, vyhovuje VZTAH K VÝUCE VZ = aprobace Bi-VZ pro II. stupeň ZŠ, vždy k této oblasti směřovala, baví ji to, chce šířit osvětu PROBLÉM = ve škole sladké odměny = rodiče nepodněcují svoje děti ke sportu, nevedou je ke koníčkům
INFROMÁTORKA 4	VÝUKA VZ = určitě potřebná, VZ se vyučuje v 6. a 7. roč. – ideální VZTAH K VÝUCE VZ = aprobace Bi-základy zemědělské výroby, výuku předmětu by rozhodně neodstraňovala, v přírodopise není čas probírat řadu věcí PROBLÉM = u rodičů se na VZ klade malý důraz, snižují hodnotu předmětu ve vztahu k dětem

Zdroj: vlastní výzkum

6.2 Metody a formy

Druhá kategorie „Metody a formy“ odpovídá analýze otázky číslo 3 (Které metody při výuce VZ využíváte?). Graf 2, přehled metod a forem výuky, vychází z nejznámější klasifikace využívaných metod podle Maňáka a Švece. Informátorky uvedly nejvíce příkladů práce s textem a chybou. Touto metodou se žák učí vyhledávat a třídit informace, zpracovává je a tím směřuje k osvojení, rozšíření i upevnění nových poznatků (Maňák, Švec, 2003).



Graf 2: Přehled metod a forem výuky VZ na základních školách v Benešově

Klasické metody jsou využívány stejně často jako metody aktivizující, navzájem se propojují. Do této skupiny řadíme metody, jež jsou součástí tradičního vyučování, většinou prezentované frontální výukou s dominantní rolí učitele (Zormanová, 2014). Podle Maňáka a Švece a jejich klasifikace metod, které jsou podrobně rozepsané v bodě 1.2 této práce, jsou aktéry nejčastěji využívány metody slovní (rozhovor, diskuze, přednáška s odborníkem, práce s textem, práce s chybou), dále pak metody názorně-demonstrační a metody dovednostně-praktické (praktické ukázky, instruktáž, napodobování). Méně často se objevují didaktické hry a inscenační metoda.

Z rozhovorů dále vyplynul jeden příklad přednášky. Maňák a Švec tuto metodu označují jako nejnáročnější slovní metodu, navíc nevhodnou pro žáky základní školy, a to z pohledu velkých nároků na jejich soustředění vůči řečníkovi/učiteli. Přednášky

jsou však vedené odborníky při návštěvách školy a vždy jsou kombinované s dalšími metodickými postupy (Maňák, Švec, 2003).

Aktivizující metody vycházejí ze žákovské aktivity, samostatnosti a samočinnosti. Typické jsou pro ně výrazná aktivita a tvořivost žáků. Informátorky popisují příklady, diskuze, didaktické hry a inscenace (Žák, 2012).

Komplexní metody akcentují provázanost výukových metod s konkrétní organizační formou. Na žáky jsou kladeny stále větší nároky a tyto metody se podílejí na tvořivosti a individualizaci (Červenková, 2013).

Na základě výzkumných dat sem řadíme brainstorming, projektovou výuku a výuku za podpory filmů. Tyto výukové metody využívají vrstevnické sociální skupinové vztahy, tzv. vrstevnické peer učení (Sitná, 2013).

Tabulka 3 uvádí společné znaky metod výuky a také některé metody uplatňované v souvislosti s určitými formami výuky.

Tabulka 3: Společné znaky metod a forem výuky

Tabulka 3 – METODY A FORMY VÝUKY	
INFORMÁTORKA 1	METODY: diskuze, argumentace, ukázky filmů, práce s textem, práce s chybou, didaktické hry, inscenace FORMY: brainstorming
INFORMÁTORKA 2	METODY: metody praktického postupu, přednášky, diskuze
INFORMÁTORKA 3	METODY: diskuze, práce s textem, práce s chybou FORMY: projektová výuka
INFROMÁTORKA 4	METODY: práce s textem, samostatný ústní projev, diskuze, vlastní úvaha FORMY: zpětná vazba, individuální přístup

Zdroj: vlastní výzkum

Aktéři zmiňují tyto: individuální přístup, zpětná vazba, brainstorming, projektová výuka. Informátorka 1 byla velmi konkrétní v popisu jednotlivých metod. Uvádí příklady argumentace, didaktických her typu AZ-kvíz, Riskuj, domino. K inscenační metodě doplňuje: *„… chce to hodně ve třídě, která je silná…, ne každej snese názor…“*

Další příklady využívaných metod uvádí informátorka 2, která je tělocvikářka a vyučuje předmět relaxační a kompenzační cvičení, kde se věnuje zdravotnímu cvičení, učí děti, aby se dokázaly samy rozcvičit a zrelaxovat před sportovními výkony a po

nich, protože se často účastní různých závodů, turnajů i sportovních kurzů. Jak sama říká: *„To pak koukaj, jak při některejch cvičeních je bolí tělo a svaly, o kterých ani nevědí, že je mají v těle. Hodně se mi osvědčila jóga. Ta mě baví a děti teda taky.“* Dále pak popisuje spolupráci s odborníky, jako jsou zaměstnanci Městské policie Benešov, zdravotní sestry, lékaři, plavčice (při předvádění postupů 1. pomoci). *„To je bavilo a mohly si to vyzkoušet,“* doplňuje.

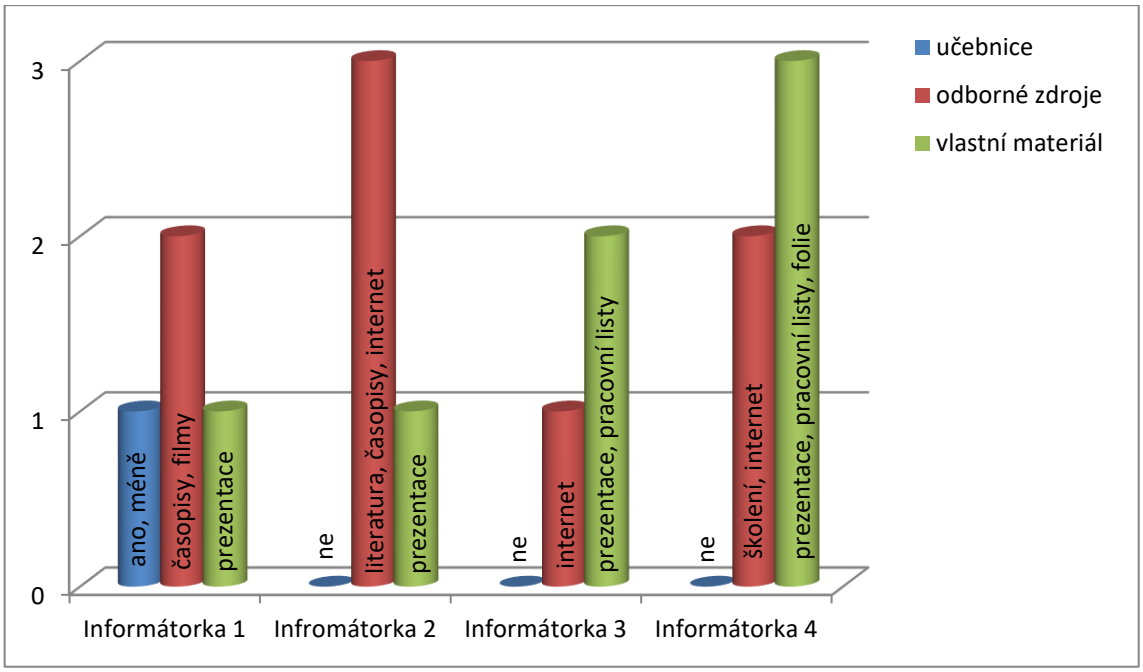
O projektové výuce se zmiňuje informátorka 3, která vyučuje kromě přírodopisu a předmětu Voz také ještě angličtinu. Proto ráda propojuje témata, pokud je to možné, v mezipředmětové vztahy. Říká: *„Spojuji hodiny. Třeba zdravě vaříme, chodíme cvičit a přitom se učíme anglická slovíčka. Snažím se co nejvíce vše propojovat s praxí. Aby si mohly vše vyzkoušet.“*

Dlouholeté zkušenosti se odrážejí v rozhovoru s informátorkou 4. Má za sebou nejdelší praxi v různých pedagogických oblastech. Pracovala jako krajská metodička na Rakovnicku. Nyní vyučuje přírodopis, ale 17 let se věnovala výuce výchovy ke zdraví na ZŠ. Kromě diskuze a ústního projevu využívala často citátů a psaní úvah, nebo žáci vytvářeli koláže na zdravou a nezdravou výživu.

Rozhodně je také důležité rozebírat se žáky dění okolo nich ve školním prostředí, třídě, zvláště pokud se objeví nějaké problémy.

6.3 Materiály ve výuce VZ

Třetí kategorie „Materiály ve výuce VZ“ odpovídá otázce číslo 4 (Jaké materiály využíváte k výuce VZ?). Všichni aktéři se shodují na tom, že učebnice nepoužívají, nebo je nemají. Graf 3, jenž zobrazuje materiální vybavení učitelů pro výuku předmětu VZ, vykazuje jednoznačné využívání vlastních materiálů, odborné literatury a prezentací před učebnicí. Ta se objevuje v rozhovoru pouze v jednom případě, a to jako podpůrný materiál.



Graf 3: Využívání materiálů ve výuce VZ

Důvody se však liší. Informátorka 1 učebnice nepoužívá často, občas jen jako podpůrný materiál. Říká: *„Já moc učebnicová nejsem.“* Informátorka 2 učebnice rezolutně odmítá. Třetí aktérka se snaží pracovat bez knih, protože je žáci mají v jiných předmětech. Že učebnice nejsou, vadilo pouze informátorce č. 4.

Z rozhovorů a shrnutí v tabulce č. 4 dále vyplývá, že jsou učitelé v praxi kreativní, sledují aktuální dění, pomáhají si navzájem s výměnou či zapůjčováním různých materiálů, ať už jde o pracovní listy, prezentace či odbornou literaturu, využívají aktuální pomůcky získané na školeních. Příkladem jsou zkušenosti informátorky 4, která začínala učit před 45 lety a hodnotí tehdejší situaci s přípravami na výuku jako velmi náročnou. Využívala zpětný projektor, fólie, pracovní listy, které musela množit na psacím stroji, vytvářela si pomůcky pro děti se specifickými poruchami učení. Nynější situaci hodnotí jako jednodušší nejen pro učitele, ale i pro žáky. Vidí v tomto ale problém, že to vede trošku k lenosti a menší trpělivosti žáků.

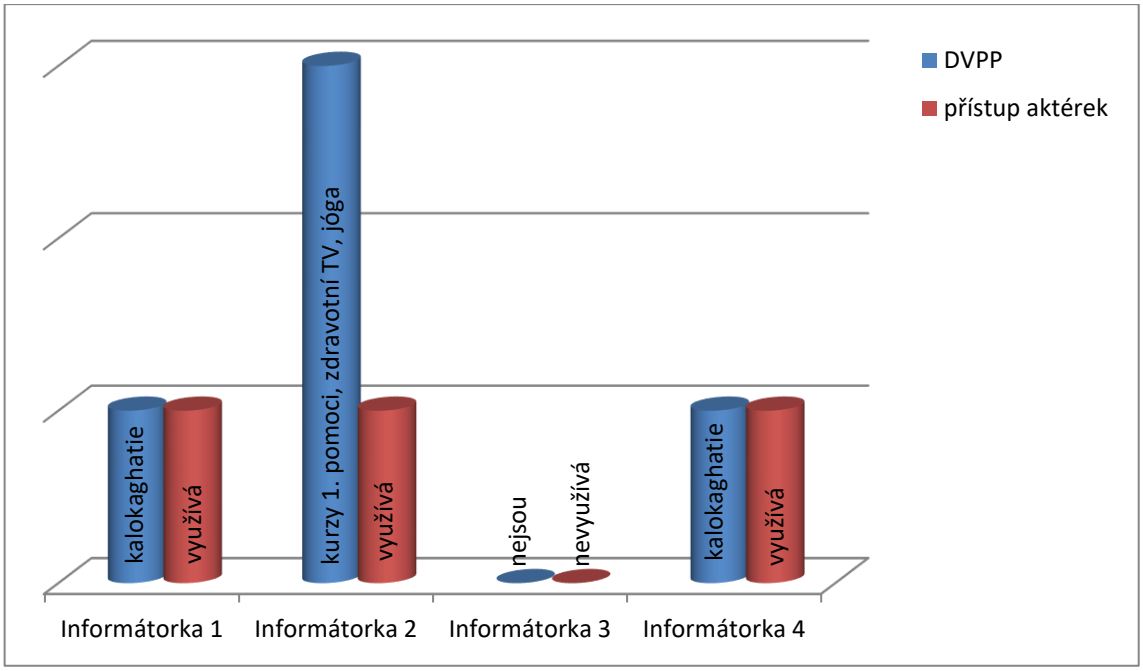
Tabulka 4: Využívání učebnic a materiálů k výuce VZ

Tabulka 4 – MATERIÁLY VE VÝUCE VZ	
INFORMÁTORKA 1	UČEBNICE: má, používá méně OSTATNÍ MATERIÁLY: ukázky z filmů, výstřižky z časopisů, prezentace ZDROJE: odborná literatura, vlastní tvorba
INFORMÁTORKA 2	UČEBNICE: nepoužívá OSTATNÍ MATERIÁLY: články z časopisů, internet ZDROJE: odborná literatura, vlastní tvorba, výměna výukových materiálů s kolegy, školení
INFORMÁTORKA 3	UČEBNICE: nemají OSTATNÍ MATERIÁLY: prezentace, pracovní listy, internet ZDROJE: vlastní tvorba, výměna výukových materiálů s kolegy
INFROMÁTORKA 4	UČEBNICE: nejsou OSTATNÍ MATERIÁLY: zpětný projektor, fólie, pracovní listy, skripta, internet, flashky, prezentace, DVD ZDROJE: vlastní, odborná literatura, školení

Zdroj: vlastní výzkum

6.4 Další vzdělávání v oboru VZ

Čtvrtá kategorie „Další vzdělávání v oboru VZ“ shrnuje otázku číslo 5 (Jaké další nabídky dalšího vzdělávání v oboru VZ využíváte?). Konkrétní nabídky následného vzdělávání pro učitele výchovy ke zdraví spolu s osobním hodnocením přínosu pro aktérky samotné ukazuje graf 4.



Graf 4: Další vzdělávání pedagogických pracovníků v oboru výchovy ke zdraví a osobní přístup aktérek.

Celkový přístup k dalšímu vzdělávání v oboru ukazuje tabulka 5. Podle aktérů jsou dostačující, a to hlavně v interakci s tělesnou výchovou, např. kurzy 1. pomoci či zdravotní tělesná výchova.

Tabulka 5: Přehled vzdělávání v oboru VZ

Tabulka 5 – DALŠÍ VZDĚLÁVÁNÍ V OBORU VZ	
INFORMÁTORKA 1	TYP: Kalokagathia – odborníci z různých oblastí, různá témata; PŘÍSTUP: omezené možnosti
INFORMÁTORKA 2	TYP: Kurzy 1. pomoci, zdravotní TV, jóga; PŘÍSTUP: využívá v interakci s TV
INFORMÁTORKA 3	TYP:„moc jich není“ PŘÍSTUP: informace, které zná, proto nevyužívá
INFROMÁTORKA 4	TYP: Kalokagathia – 3denní PŘÍSTUP: využívá

Zdroj: vlastní výzkum

Velmi pozitivně hodnotí aktérky školení kalokagathie[10], které se uskutečnilo ve spolupráci s odborníky z různých odvětví kriminalistiky, sexuologie apod. Konalo se pravidelně každý rok, trvalo 3 dny a každý specialista měl vždy vyhrazený hodinový prostor k prezentování nových informací ze své oblasti. Je patrné, že tato forma školení je velice přínosná a měla by se objevovat častěji. Některé aktérky taková školení rády využívaly i opakovaně.

Pouze informátorka 3 odpověděla na tuto otázku negativně ve smyslu, že jsou nabídky nedostatečné, a pokud nějaké jsou, nejsou pro ni aktuální. A doplňuje: *„Na školení by měli chodit spíš rodiče. Nepřipravují dětem snídaně, svačiny, je to takový nový trend. Bohužel ani ve školní jídelně není vše O. K. Tam by se to mělo směřovat.“*

Učitelé ve své kreativitě využívají i další odborné zdroje: filmy, internet, časopisy, skripta ze školení. To vše doplňují vlastní tvorbou prezentací, pracovních listů, fólií na zpětný projektor, popřípadě si je vyměňují s ostatními kolegy.

[10] Kalokagathia – tělesná a duševní harmonie a dokonalost (pozn. autora)

ZÁVĚR

Existuje mnoho forem a metod pro výuku výchovy ke zdraví. Ani jednu není možné před ostatními jednoznačně upřednostňovat, ani jednu opomíjet. Všechny mají ve výchovně vzdělávacím procesu žáků smysl. Rozmanité metody samotnou výuku výchovy ke zdraví zpestřují, činí ji zajímavou i zábavnou. Odborná literatura k tomuto tématu je velice pestrá, ale většinou vychází ze základní klasifikace výukových metod a forem práce podle Maňáka a Švece (2003).

Cílem bakalářské práce bylo zmapovat a uspořádat metody využívané při výuce výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově. Moderní doba si žádá také moderní metody, které navazují na již známé a tradiční.

Teoretická část zahrnuje výčet všech dostupných metod na základě odborných publikací a různých druhů klasifikací od Máňáka, Švece, Mojžíška či Lernera. Praktické využití některých metod jsem čerpala převážně z publikace Matuš, Bednářová (2010), která se věnuje přímo příkladům výuky výchovy ke zdraví, ale také jsem použila obecné příklady od Pettyho ve spojení s tématy podle RVP a učebnic pro výuku výchovy ke zdraví. Pro snadnější orientaci v RVP a k lepšímu plnění standardů RVP dobře slouží metodické komentáře a úlohy Jeřábka a Tupého (2017).

Cílem praktické části bylo zjistit přístup učitelů k výuce výchovy ke zdraví a využívání metod na základních školách v Benešově. Záměrem bylo oslovit všechny učitele vyučující výchovu ke zdraví na základních školách v Benešově. Pro získání informací jsem zvolila metodu kvalitativního výzkumu za pomoci polostrukturovaných rozhovorů. Výzkumu se ale zúčastnily jen 4 aktérky ze 6 oslovených vyučujících.

V práci byly stanoveny dva výzkumné předpoklady. Výzkumný předpoklad číslo 1 předpokládal, že pro předmět výchova ke zdraví budou všichni dotazovaní učitelé upřednosňovat klasické metody a metody aktivizující před metodami komplexními. Výzkumný předpoklad byl potvrzen. Klasické metody jsou využívány stejně často jako metody aktivizující, navzájem se propojují. Avšak komplexní metody zahrnující moderní postupy a metody nejsou úplně v pozadí. Výzkumný předpoklad číslo 2 uváděl, že pro výuku předmětu výchova ke zdraví nebudou učiteli využívány učebnice doporučené MŠMT více než materiály vlastní tvorby a jiné odborné prameny. Ačkoliv se zdá, že pro kvalitu a efektivitu výuky jsou učebnice nepostradatelné, poněvadž umožňují snadné dosažení očekávaných výstupů vymezených rámcovými vzdělávacími programy, informátorky se shodly, že učebnice k výuce výchovy ke

zdraví nepotřebují. Díky moderním technologiím mají učitelé lepší přístup k aktuálním informacím, než jim mohou učebnice poskytnout. I tento výzkumný předpoklad byl potvrzen.

Cíl bakalářské práce týkající se přístupu učitelů k výuce VZ, využívání aktuálních metod a materiálů při výuce výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově byl splněn.

Bakalářská práce však také otvírá mnoho příkladů pro další šetření, například hlouběji prozkoumat další možnosti vzdělávání pro učitele výchovy ke zdraví, propojení výchovy ke zdraví s jinými souvisejícími předměty (občanská výchova, tělesná výchova, přírodopis apod.) a praktické ukázky. Dále by bylo vhodné zkoumat přístup rodiny k výuce výchovy ke zdraví na základních školách a zaměření na výchovu ke zdravému životnímu stylu v rodinách samotných. Protože práce potvrzuje tezi, že výuka výchovy ke zdraví je na základních školách velmi potřebná, lze snad očekávat i v budoucnosti rozpracování problematiky metod její výuky i v další odborné literatuře, která by dále mohla pomoci zkvalitňovat pedagogickou přípravu učitelů tohoto předmětu a snad i samotnou výuku v praxi.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

CRESWELL, J. W., 2003. *Research design, qualitative, quantitative and mixed methods approaches,* 2nd ed. Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications. ISBN 0-7619-2441-8.

ČAPEK, R., 2015. *Moderní didaktika: lexikon výukových a hodnoticích metod*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3450-7.

ČERVENKOVÁ, I., 2013. *Výukové metody a organizace vyučování.* Ostrava: PdF OU. ISBN 978-80-7464-238-8.

ČESÁK, S., 2018. *Výroční zpráva školy školní rok 2017–2018* [online]. Benešov: ákladní škola a mateřská škola Benešov, Na Karlově 372 [cit. 2019-01-26]. Dostupné z: http://www.zsbnkarlov.cz/prilohapdf/vyrocni%20zprava%202017-2018.pdf

GALLOWAY, J., 2007. *Děti v kondici ...zdravé, šťastné, šikovné.* Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2134-7.

HENDL, J., 2005. *Kvalitativní výzku.* Praha: Portál. ISBN 80-7367-040-2.

JEŘÁBEK, J., TUPÝ, J., 2017. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. Praha: MŠMT ČR, 2017, č.j. MSMT-28603/2015.

KALHOUS, Z., OBST, O., 2009. *Školní didaktika*. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-571-4.

KOMÁREK, L. a kol., 2019. *Výchova ke zdraví, strategie, metody a hodnocení* [online]. Praha: Státní zdravotní ústav [cit. 2019-07-24]. Dostupné z: http://www.szu.cz/modul-1

KREJČÍ, M. a kol., 2017. *Výchova ke zdravému životnímu stylu*. Plzeň: Fraus. ISBN 978-80-7489-358-2.

KREJČÍ, M., HOŠEK, V., 2016. *Wellness*. Praha: Vysoká škola tělesné výchovy a sportu Palestra. ISBN 978-80-271-0010-1.

KŘIVOHLAVÝ, J., 2001. *Psychologie zdraví.* Praha: Portál. ISBN 80-7178-551-2.

LERNER, I. J., 1986. *Didaktické základy metod výuky.* Praha: SPN.

MACHOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D., 2015. *Výchova ke zdraví*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5351-5.

MAŇÁK, J., 2003. *Nárys didaktiky*. 3. vyd., Brno: Masarykova univerzita. ISBN 80-210-3123-9.

MAŇÁK, J., ŠVEC, V., 2003. *Výukové metody*. Brno: Paido. ISBN 80-731-5039-5.

MARÁDOVÁ, E., 2003. *RODINNÁ VÝCHOVA, Zdravý životní styl 1*. 2. vyd. – dotisk. Praha: Fortuna. ISBN 80-7168-712-X.

MATUŠ, V., BEDNÁŘOVÁ P., 2010. *Metodika výuky výchovy ke zdraví na 2. stupni základních škol z pohledu pedagogické praxe – náměty pro začínajícího učitele.* Ostrava: PdF OU. ISBN 978-80-7368-434-1.

MIŠOVIČ, J., 2019. *Kvalitativní výzkum se zaměřením na polostrukturovaný rozhovor.* Praha: Slon. ISBN 978-80-7419-285-2.

MOJŽÍŠEK, L., 1988. *Didaktika. Teorie vzdělání a vyučování.* Praha: SPN.

MŠMT ČR, 2001. *Národní program rozvoje vzdělávání v České republice: Bílá kniha.* Praha: Tauris. ISBN 80-211-0372-8.

MŠMT ČR, 2013. *Směrnice náměstka ministra pro vzdělávání MŠMT k postupu a stanoveným podmínkám pro udělování a odnímání schvalovacích doložek učebnicím a učebním textům a k zařazování učebnic a učebních textů do seznamu učebnic*. Praha: MŠMT ČR, č. j. MSMT-34616/2013.

MŠMT ČR, 2019. *Seznam učebnic pro základní, střední a speciální vzdělávání*. [online]. Praha: MŠMT ČR [cit. 2020-02-15]. Dostupné z: https://www.msmt.cz/vzdelavani/skolstvi-v-cr/schvalovaci-dolozky-ucebnic-2013

PERNICOVÁ, H., 2004. Výchova ke zdraví v učebních osnovách ŠVP. In: *Rvp.cz* [online]. 5. 10. 2004 [cit. 2019-09-03]. Dostupné z: https://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/114/vychova-ke-zdravi-v-ucebnich-osnovach-svp.html/

PETTY, G., 2004. *Moderní vyučování*. 3. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-978-X.

PROCHÁZKOVÁ, H., 2018. *Výroční zpráva o činnosti školy ve školním roce 2017/2018*. [online]. Benešov: ZŠ Benešov, Dukelská 1818 [cit. 2019-01-25]. Dostupné z: https://www.zsben.cz/dokumenty/vyrocka2018.pdf

SITNÁ, D., 2013. *Metody aktivního vyučování: spolupráce žáků ve skupinách*. 2. vyd. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0404-6.

ŠEDIVÝ, P., 2018. *Výroční zpráva o činnosti školy za školní rok 2017/2018* [online]. Benešov: ZŠ Jiráskova [cit. 2019-01-26]. Dostupné z: http://www.zsjiraskova.cz/upload//seda/2018_19/vyrocni_ zprava_2017_2018.pdf

ŠVAŘÍČEK, R., ŠEĎOVÁ, K., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.

TUPÝ, J., 2004. Začlenění problematiky zdraví do základního vzdělávání – poznámky nejen ke vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. In: *Rvp.cz* [online]. 1. 9. 2004 [cit. 2020-01-17]. Dostupné z: https://clanky.rvp.cz/clanek/c/zvha/78/zacleneni-problematiky-zdravi-do-zakladniho-vzdelavani---poznamky-nejen-ke-vzdelavaci-oblasti-clovek-a-zdravi.html/

TUPÝ, J., 2016. *Výchova ke zdraví – Metodické komentáře a úlohy ke Standardům pro základní vzdělávání*. Praha: NÚV. ISBN 978-80-7481-175-3.

VELEMÍNSKÝ, M., 2012. *Klinická propedeutika.* 6. vyd., České Budějovice: Zdravotně sociální fakulta, Jihočeská univerzita. ISBN 978-80-7394-360-8.

ZORMANOVÁ, L., 2012. *Výukové metody v pedagogice: tradiční a inovativní metody, transmisivní a konstruktivistické pojetí výuky, klasifikace výukových metod.* Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4100-0.

ZORMANOVÁ, L., 2014. *Obecná didaktika: pro studium a praxi.* 1. vydání, Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4590-9.

ŽÁK, V., 2012. *Metody a formy výuky*. Praha: NÚV. ISBN 978-80-87063-61-3.

SEZNAM GRAFŮ, OBRÁZKŮ A TABULEK

Seznam grafů

Graf 1: Názor informátorů na výuku VZ a přehled časové dotace předmětu VZ na základních školách v Benešově 35
Graf 2: Přehled metod a forem výuky VZ na základních školách v Benešově 37
Graf 3: Využívání materiálů ve výuce VZ..... 40
Graf 4: Další vzdělávání pedagogických pracovníků v oboru výchovy ke zdraví a osobní přístup aktérek. 41

Seznam obrázků

Obrázek 1: Plánky pro usazení při diskuzi 17
Obrázek 2: Pracovní list Chráníme své bezpečí 18
Obrázek 3: Příklad myšlenkové mapy 21
Obrázek 4: Pracovní list pro inscenační metodu 22
Obrázek 5: Vzájemné vztahy determinantů zdraví a zdraví člověka..... 24
Obrázek 6: Schéma vlivu pracovní zátěže na lidský organismus..... 26

Seznam tabulek

Tabulka 1: Společné znaky výuky a vztahů k výuce VZ..... 36
Tabulka 2: Společné znaky metod a forem výuky..... 39
Tabulka 3: Využívání učebnic a materiálů k výuce VZ 41
Tabulka 4: Přehled vzdělávání v oboru VZ 42

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1: Informovaný souhlas účastníka výzkumu 50

Příloha 2: Prohlášení a souhlas účastníků s jejich zapojením do výzkumu 51

Příloha 3: Přepis rozhovoru s informátorem 1 52

Příloha 4: Přepis rozhovoru s informátorem 2 56

Příloha 5: Přepis rozhovoru s informátorem 3 60

Příloha 6: Přepis rozhovoru s informátorem 4 63

Příloha 1: Informovaný souhlas účastníka výzkumu

Informovaný souhlas účastníka výzkumu:

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se zásadami etické realizace výzkumu[11] Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu v rámci bakalářské práce.

Název projektu: Aktuální metody výuky výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově
Řešitel projektu: Jana Kahounová
Název pracoviště: Katedra výchovy ke zdraví Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích
Vedoucí práce: PhDr. Bc. Zuzana Svobodová, Ph.D., telefon katedra: +420 389 033529 e-mail: svobodz@tf.jcu.cz
Cíl šetření: Zmapování přístupu učitelů základních škol v Benešově k výuce VZ

Popis šetření: Šetření bude probíhat formou polostrukturovaného rozhovoru v době a místě, které si aktér sám zvolí. Rozhovor bude nahráván pomocí záznamového zařízení. Informace z rozhovoru budou použity pouze a jenom pro potřeby této bakalářské práce. Jako řešitelka projektu se zavazuji, že v BP bude uveřejněn jen věk, aprobace a délka praxe informátora, bez jména a pohlaví. Zapojení do šetření je ze strany aktéra dobrovolné. Aktér má možnost kdykoliv rozhovor přerušit a odstoupit od dalšího šetření bez udání důvodu.

…….

datum a podpis řešitele projektu

[11] Všeobecnou deklarací lidských práv, nařízením Evropského parlamentu a Rady (EU) č. 2016/679 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů a o zrušení směrnice 95/46/ES (obecné nařízení o ochraně osobních údajů) a dalšími obecně závaznými právními předpisy *(jimiž jsou zejména Helsinská deklarace přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964, ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013), zákon č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zákon o zdravotních službách), ve znění pozdějších předpisů, zejména ustanovení jeho § 28 odst. 1, a Úmluva na ochranu lidských práv a důstojnosti lidské bytosti v souvislosti s aplikací biologie a medicíny: Úmluva o lidských právech a biomedicíně publikované pod č. 96/2001 Sb. m. s., jsou-li aplikovatelné).*

Příloha 2: Prohlášení a souhlas účastníků s jejich zapojením do výzkumu

Prohlášení a souhlas účastníků s jejich zapojením do výzkumu

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl/a možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal/a jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl/a jsem poučen/a o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí resp. mého dítěte.

Jméno a příjmení účastníka:…….

Datum narození:……

Adresa trvalého bydliště účastníka:…….

Podpis účastníka: ……

Délka praxe:…….…….

(Uveďte v případě, že je účastník výzkumu mladší 18 let:)

Jméno a příjmení zákonného zástupce: ……

Datum narození:……

Adresa trvalého bydliště zákonného zástupce: …….

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi:…….

Podpis zákonného zástupce:……

Příloha 3: Přepis rozhovoru s informátorem 1

ŘEŠITEL (dále jen Ř)
„Začínáme rozhovor k bakalářské práci na téma Aktuální metody výuky výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově. Souhlasíš s tím, aby byl náš rozhovor nahrávaný?“

INFORMÁTOR (dále jen I)
„Ano, souhlasím.“

R: „Děkuji. První otázka tedy je – Jaký máte názor na výuku předmětu výchova ke zdraví, jako všeobecně?“

I: „Domnívám se, že VZ je potřebná, protože zejména mladá populace nepřistupuje ke svému zdraví zodpovědně, takže je potřeba je upozorňovat na rizika, která jsou. A k tomu ten předmět VZ slouží, a myslím si, že je dobře, že je.“

Ř: „Dobře, děkuju. Co vás vedlo k tomu, abyste vyučovala předmět VZ?“

I: „Já mám jednak vystudovanou biologii a v době počátku studia VZ právě začínala, takže jsem si ji k tomu zvolila jako obor. A protože sama jsem se vždy dost zajímala zejména o výživu a věci kolem návykových látek, výživy a podobně, tak jsem měla pocit, že je to ideální možnost předávat to dětem, protože v naukových předmětech není prostor k nějaké diskuzi, zatímco v těch výchovných předmětech je možnost o tom diskutovat, a tak se mi líbilo to učit.“

R: „Hezký, děkuju. A teď je tady otázka již přímo k těm metodám výuky, které metody při výuce VZ využíváte nejčastěji?“

I: „Tak já jsem se vždycky snažila, aby spíš se zamýšleli oni sami nad tou problematikou a aby, co možná nejvíc, z toho měli možnost diskutovat v rámci tý výuky, sami si vosahat, vozkoušet. Takže nepoužívám až tolik práce s učebnicema, ale spíš to, aby se zamysleli. Takže, hodně využívám třeba ukázky z filmů nebo pořadů. Ne

že bych pouštěla úplně celej film, na to já třeba ve výuce čas nemám, ukáži ňákou ukázku, nechám je diskutovat. Nebo jsou to takový ty pořady Jste to, co jíte apod., kdy zase dám třeba jenom ukázku toho stolu zdravýho/nezdravýho, a pak mluví na to téma. Nebo pak hodně takový ty formy argumentace, diskuze, brainstormingy. Dám nějaké diskutabilní téma, já nevím…“

Ř: „Takže by se dalo říct, že ta diskuze v hodinách převládá…“

I: „Určitě. Nebo aby se postavili na škálu kdo je pro, kdo je proti, pak ty strany šly proti sobě, sepsaly si argumenty a vzájemně teda šly do sebe, protože mi vždycky přijde lepší než jako si sednout a říct, jaký jsou pozitiva, jaký jsou negativa, tak když voni sami si je vytvoří a daj se dohromady ti, kteří jsou pro, a ty, kteří jsou proti, a pak si to teda proti sobě dají a pak už to jenom shrnu a nějakým způsobem dám dohromady. Nebo hodně práce třeba s textem. Hodně jsem využívala knížky Lanzový, která má takový ty témata bulimie, návykový látky… vemu nějaký úryvek, použiju ho, voni si ho přečtou a na to téma zase diskutujou. Nebo naopak zase udělám text, kde nechám chyby a voni mají najít, kde jsou ty chyby, a práce s chybou se hodně bere. Takže zase naopak prostě hledají, co tam je špatně, co udělal špatně, co by se teda mělo udělat, nebo vůbec, kde jsem já udělala chybu, co tam nemá bejt. Nebo pak hodně jakýkoliv hry, takový ty napodobeniny
AZ-kvízu, Riskuj, protože zase než zopakovat třeba pojmy jenom výukově, tak ideálně kartičky, dvojice napovídaj a tím vlastně definujou ty pojmy. Domino je krásný k sobě – pojem, vysvětlení, přiřazujou k sobě, jde to hezky. Nebo i takový jenom třeba poznat téma hodiny na začátku – vobrázek tlusťocha a hádejte, vo čem se dneska budeme bavit, co bude dál, protože většinou třeba nevím, aspoň u mě, je moc nebaví takový ty někde si najít, když jim dám něco najít, tak to stejně daj Google, CtrlC/CtrlV a maj to hotový. Nebo udělat reklamu. Dám tam ty věci, který poutaj, a proč je poutaj, proč davájí tyhle… Tak hodně využívám tyhle ty metody a hodně argumentace.“

Ř: „Hm, dobře, a co učebnice? Myslíš, že jsou jakoby dostačující, určitě jsi se ve své praxi setkala…“

I: „No já musím vyjít pro střední školy, kde teda moc ty učebnice pro mě tolik použitelný nejsou. Takže vím, že pro základní školy učebnice jsou, ale mně prostě

příjde, že tam je to stejně hodně vo roli toho učitele a spíš vo těch materiálech, který voni maj okolo sebe. Nevím no, já moc nejsem učebnicová. Jako podpůrnej materiál občas, když potřebuju, jo, votevřete si, co tam píšou, ale spíš si myslím, že tyhle věci, tím že jsou to výchovy, chtějí, aby je vymysleli, aby si je vosahali sami, aby řekli ty svý názory a z toho teprve vyvést nějaký důsledky, zapsání…“

Ř: „Co třeba jakoby výuka dramatem nebo inscenace, děláte to?“

I: „Taky jsem to asi párkrát zkoušela…“

Ř: „Není to tedy stěžejní…“

I: „… takový ty pocity KRÁSNA, a jak třeba procházíš, nevím, jak se tomu říká, a je stěna, která ti šeptá, když něco provedeš, jdeš a okolo každej ti řekne svůj názor, ale chce to hodně ve třídě, která je silná, protože to může…, když pak každýmu řekneš, né každej snese názor. Anebo mít na to fakt čas třeba dvě tři hodiny, aby se to ještě i s těma, co vyslechli ty špatný názory, třeba probralo. Dramatizace jak kdy…“

Ř: „A časová dotace jakoby je dostačující u vás?“

I: „No, u nás je to takový jako zkombinovaný, protože někdo to má v rámci biologie, někdo to má v rámci vyloženě předmět sólo výchova ke zdraví, takže tam, kde je ta dotace sólo výchovy ke zdraví, tam, si myslím, že je to dostačující…“

Ř: „Kolik na to mají hodin?“

I: „Mají na to 2, 1, 2, 1[12]. Takže to je docela…“

Ř: „…dost. Protože na těch základkách je teda jedna hodina, což je malý prostor. No, tak to jsi mi vlastně odpověděla i na ty materiály ve výuce, který vlastně využíváš.“

[12] 1. ročník – 2 hodiny; 2. ročník – 1 hodina, 3. ročník – 2 hodiny, 4. ročník – 1 hodina

I: „Učebnice míň, ale spíš beru takový ty…, střádám si výstřižky z časopisů, střádám si, když vidím někde film, tak ho hned stahuju, nahrávám…, jako beru, co kde je, a spíš beru ty konkrétní příklady. Samozřejmě plus prezentace, a pak to shrnout nějakou powerpointovou prezentací."

Ř: „Jasně"

I: „Pro to prvopočáteční… beru to aktuální kolem nich, když zrovna teď se řeší něco, nebo i to, co je na škole…"
Ř: „A ještě jedna otázka, jak využíváte dalších nabídek dalšího vzdávání v oboru výchova ke zdraví?"

I: „Využívala jsem kalokagathie[13], což bylo úžasný školení, nebo ono možná pořád je, dělalo se tady na institutu[14], a líbilo se mi v tom, že vlastně bylo pátek, sobotu, neděli a po hodině se tam střídaly témata všechny možný a fakt tam jezdili, jezdil tam Uzel[15], jezdili tam z centrály kriminalistický, jezdili tam fakt jako lidi a každej měl zhruba tři čtvrtě hodinu na to prezentovat, co v tý jeho oblasti se za ten rok změnilo. To, bohužel, teď se přesunulo, myslím si, že někam do Brna, do Olomouce, někam daleko, což už mě jako vodradilo, to, že je to taková dálka, takže teď už výjimečně někam jezdím, se přiznám."

Ř: „A myslíš, že je dostačující to vzdělávání, že je jakoby dost nabídek, nebo nesleduješ?¨

I: „Já se přiznám, že to tolik nesleduju, protože mám omezený možnosti, na kolik věcí můžu za rok vyjet. Ale myslím si, že furt něco je."

Ř: „Tak jo, tak to je všecko a děkuju, to jsou všechny otázky."

[13] Kalokagathia – tělesná a duševní harmonie a dokonalost
[14] Institut pro veřejnou správu – Vzdělávací středisko Benešov, Ke Stadionu 1918, 256 01 Benešov
[15] MUDr. Radim Uzel – sexuolog

Příloha 4: Přepis rozhovoru s informátorem 2

Ř: „Sešli jsme se spolu tady u tebe v kabinetě TV Základní školy Dukelská. No, máš to tady pěkný. “ (smích)

I: (smích) „Jo, tak to děkuju.“

Ř: „Na začátku našeho rozhovoru musí padnout obvyklá otázka, kvůli GDPR. Souhlasíš s nahráváním našeho povídání?“

I: „Ano, souhlasím.“

Ř: „Děkuji. My už jsme spolu o tématu výuky výchovy ke zdraví na školách mluvily několikrát, můžeš mi, prosím tě, teda říct, jak je to tady u vás?“

I: „U nás se předmět výchova ke zdraví samostatně nevyučuje. Některá témata jsou součástí tělesné výchovy, například správné držení těla, relaxační cvičení, ale nacvičujeme i takový ty techniky první pomoci nebo věci, který dřív byly součástí branné výchovy.“

Ř: „A ty vyučuješ jenom tělesnou výchovu?“

I: „Ne, ne. Učím ještě předmět relaxační a kompenzační cvičení (Rkc – pozn. autora). To je volitelnej předmět, kde se věnujeme třeba metodám správného rozcvičení a strečinku. Protože vlastně tady na škole máme třídu s rozšířenou výukou TV, něco jako sportovka. Děti, které do ní chodí, většinou dělají nějaký sport, hokej, atletiku, fotbal, judo a tak. Jsou třeba jednostranně zaměřený a zatížený, tak se tady aspoň můžeme pověnovat technikám k nápravě držení těla, nebo cvičíme jógu. No a vlastně ještě učím výchovu k občanství a ke zdraví. Tam jsou zařazená také nějaká témata z VZ. Ale aprobaci přímo k tomuhle nemám. Učí si to každý třídní ve svý třídě. Máme to od šestky do devítky jednu hodinu tejdně.“

Ř: „Aha, a myslíš, že je to dostatečné? Teď myslim jako pro výuku témat výchovy ke zdraví, jestli to stačíte probrat.“

I: „Jo, mně to stačí.“

Ř: „No a co si vůbec o tomhle předmětu myslíš? Je dobře, že se vyučuje? Protože na některých školách, třeba u nás, je jak samostatný předmět.“

I: „No, tak určitě. Myslím, že je to krok správným směrem. Kolikrát ty děti nevědi, co dělat, když je bolej záda, když si natáhnou sval, dostanou křeč… No a my jak s nima jezdíme docela často po závodech, turnajích nebo na různý kurzy, tak potřebujeme, aby se dokázaly samy rozcvičit nebo zrelaxovat před i po výkonech. Někdy je to naučej trenéři, některý líp, některý hůř, ale pak jsou tady děti, který maj skoliózy a lordózy a další neduhy, nebo jenom blbě drží tělo a kroutěj se a ani to nevědí, rodiče to neřeší. To pak koukaj, jak při některejch cvičeních je bolí tělo a svaly, o kterých ani nevědí, že je mají v těle. Hodně se mi osvědčila jóga. Ta mě baví a děti teda taky. Dokonce někteří chodí i na kurzy, které v Benešově jsou. No a právě díky těm hodinám Rkc na to máme prostor.“

Ř: „Mluvila jsi ještě o jednom předmětu, jak že to je?“

I: „Voz.“

Ř: „Jo, to je ono. Co tam se bere?“

I: „Tak to je různý. Navazuje to na některá témata z občanky – návykové látky, šikana, domov, rodina, je to hodně propojený, výživa a tak. Nám to takhle vlastně vyhovuje, protože to můžeme operativně doplňovat a přizpůsobovat aktuálnímu dění. Hodně spolupracujeme s odborníkama z různých oblastí, třeba sem chodí přednášet preventistka z Městský policie vo drogách a bezpečnosti vůbec. Nebo 1. pomoc, lékaři, zdravotní sestry, záchranka. To máme každej rok v rámci branného dne. Ale snažíme se to dětem vždy nějak okořenit, protože jinak by je to nebavilo, kdyby to bylo každej rok stejný. Měli jsme různý ukázky sebeobrany třeba, nebo i na bazéně od plavčic záchranu tonoucího, to je bavilo a mohly si to vyzkoušet. No prostě taková ta metoda praktickýho postupu, tu využívám při výuce nejvíc. Taky děláme v rámci brannýho dne nebo adapťáku různý ukázky přežití v přírodě, jak pomoct kamarádovi, když se něco stane, a ta 1. pomoc v praxi, když nemaj třeba lékárničku.“

Ř: „To musej mít zážitky. To je fajn.“

I: „To rozhodně. Někdy jim pustim k tomu nějakej krátkej film nebo diskutujeme, jak by se zachovali v určitý situaci.“

Ř: „Takže i slovní metody.“

I: „Určitě. I prezentace. Ty jsem si tedy vytvářela sama, nebo si je půjčujeme s kolegy navzájem.“

Ř: „A co učebnice, používáte nějaký?“

I: „Ne, to vůbec. Teda aspoň já ne. Hele, víš, že já vůbec nevím, jestli nějaký na škole máme? Ale občas použiju nějaký odborný články z novin, časopisů, nebo co najdu na internetu. Někdy nám přijdou i na pracovní e-mail nějaké nabídky z různých organizací, školení nebo tak. Tak si to projdu a občas i něco použiju.“

Ř: „No vidíš, na to jsem se taky chtěla zeptat. Využíváš nabídek dalšího vzdělávání v oboru?“

I: „Myslíš jako v oboru výchovy ke zdraví, nebo všeobecně?“

Ř: „Promiň, jasně. K výchově ke zdraví.“

I: „Jo, tak když nějaký jsou, tak je využiju. Hlavně teda v interakci s tělesnou výchovou, třeba ty kurzy 1. pomoci nebo zdravotní tělesná výchova a občas ta jóga.“

Ř: „A myslíš, že toho je dost?“

I: „To nedokážu úplně posoudit. Když jedu jednou dvakrát za rok, tak mně to stačí.“

Ř: „No a co máš tedy v plánu na letošek?“

I: „Zatím nic. Ale určitě ještě něco bude.“

Ř: „Tak ať ti to vyjde a děkuji moc.“

I: „No tak snad jsem ti nějak pomohla.“

Ř: „Určitě a díky.“

Příloha 5: Přepis rozhovoru s informátorem 3

Ř: „Dobrý den. Požádala jsem Vás o rozhovor pro mou bakalářskou práci, která se zabývá tématem aktuálních metod výuky výchovy ke zdraví na základních školách v Benešově. Souhlasíte s tím, aby byl tento náš rozhovor nahráván?“

I: „Ano, souhlasím.“

Ř: „Děkuji. Já jsem se na vás dostala vlastně přes jednu vaši nejmenovanou kolegyni, a tímto tedy vlastně děkuji ještě jednou za váš čas, který jste ochotna mi věnovat, nebo vlastně tomuhle rozhovoru.“

I: „No, to je v pořádku. Chápu, jak je složité zajistit dostatek respondentů k takovýmto pracím. Sama jsem si to prožila, i když o dost dříve než vy. Ale myslím, že je to stále těžší.“

Ř: „Ano, to je. Jak jsem se dozvěděla, tak vy máte aprobaci k výuce výchovy ke zdraví, že?“

I: „Ano mám. Moje aprobace je biologie a výchova ke zdraví pro II. stupeň základních škol. Vždy jsem k této oblasti směřovala, baví mě to, chci šířit osvětu.“

Ř: „Myslíte si tedy, že je výuka tohoto předmětu důležitá?“

I: „Ano, výuka je potřebná již od malých dětí a hlavně je důležité ji dodržovat. Většinou hlásáme, že zdraví je podstatné, jak je důležité jíst zdravě, bez sladkostí. A pak vidím, jak někteří kolegové a kolegyně odměňují děti za správnou odpověď nebo pomoc ve třídě bonbónem. Nebo třeba třída, která vyhraje sběr papíru, dostane za odměnu dort. To se pak špatně při hodinách VZ vysvětluje.“

Ř: „A vyučujete oba dva předměty tady na ZŠ?“

I: „Ano a ještě k tomu také angličtinu. Ale výchova ke zdraví se u nás nevyučuje jako samostatný předmět. Většinou je rozvrstven do dalších předmětů, jako je přírodopis,

tělesná výchova nebo občanská výchova. Ale vím, že na některých školách se vyučuje. Třeba v Benešově na Jiráskovce to tak mají.“

Ř: „Ano, to je pravda. A Vám to takto vyhovuje?“

I: „Ano, vyhovuje. Tím, že máme propojeno více předmětů s výchovou ke zdraví, tak se s tím žáci setkávají vlastně od první až do deváté třídy. Začínají například na prvním stupni zdravým a nezdravým jídlem, výživovou pyramidou, mají to i v angličtině, různé potraviny, složky potravy, co by měli nebo naopak neměli, když třeba procvičujeme should / shouldn´t. V přírodopise se pak bavíme o tom, jak je důležitá pestrá strava pro správný růst kostí a svalů, když bereme pohybový aparát nebo přímo trávicí soustavu. Ale u toho zase není prostor se bavit detailně o poruchách příjmu potravy, a proto je tu opět předmět Voz, kde toto téma je v devátém ročníku. A tak je to i s návykovými látkami. Oni vědí od mala, že kouření a alkohol škodí zdraví. To je všude okolo nich, a přesto pak řešíme, že se u šesťáků najdou cigarety, nebo je i potkám mimo školu. To se pak schovávají a myslí si, že je nevidím. Bohužel velký podíl na tom mají rodiče. A samozřejmě prostředí, ve kterém se děti po vyučování pohybují. Rodiče nepodněcují svoje děti ke sportu, nevedou je ke koníčkům.“

Ř: „Úžasné mezipředmětové vztahy.“

I: „Ano, ano. Spojuji hodiny. Třeba zdravě vaříme, chodíme cvičit a přitom se učíme anglická slovíčka. Snažím se co nejvíce vše propojovat s praxí. Aby si mohli vše vyzkoušet, diskutujeme, využívám počítače, hledání informací, porovnávání zdrojů, vyhledávání chyb atd.“

Ř: „To je zajímavé. A co učebnice?“

I: „Učebnice nemáme. I tak je mají žáci pořád v jiných předmětech. Proto se snažím pracovat bez knih. Ale také používám vlastní materiály – prezentace, pracovní listy, co kde najdu, nebo si předáváme s kolegy.“

Ř: „Co materiály, informace z různých školení, vyhovují vám?“

I: „Myslíte školení v rámci předmětu výchova ke zdraví?

Ř: „Ano.“

I: „Ne, moc jich není. Pokud ano, jsou to informace, které znám. Na školení by měli chodit spíš rodiče. Nepřipravují dětem snídaně, svačiny, je to takový nový trend. Bohužel ani ve školní jídelně není vše O. K. Tam by se to mělo směřovat.“

Ř: „Myslíte to nějak konkrétně?“

I: „Ano, ale nechci se k tomu vyjadřovat. Myslím, že už to stačí.“

Ř: „Dobře, chápu. Ještě jednou velice děkuji za váš čas.“

I: „Přeji hodně úspěchů.“

Příloha 6: Přepis rozhovoru s informátorem 4

Ř: „Požádala jsem tě o rozhovor k mé bakalářské práci, která je zaměřená na aktuální metody výuky předmětu výchova ke zdraví na základních školách. Souhlasíš s tím, aby tento rozhovor byl nahráván?“

I: „Ano.“

Ř: „Děkuju. Jako dlouholetý pedagog máš určitě bohatou zkušenost i s různými metodami výuky. Můžeš mi prosím trochu popsat, jak se liší výuka dnes od dob, kdy jsi nastoupila do školství?“

I: „Tak ty základní metody jsou určitě asi stejný, že jo. Neustále třeba používám skupinový vyučování, neustále používám čtenářskou gramotnost, neustále používám zpětnou vazbu na závěr hodiny, neustále individuální přístup, protože vždycky ty děti byly některý z nějakých rodin, kde byly třeba problémy nebo byli dysgrafici, dyslektici… Je teda pravda, že jsme my (učitelé – pozn. autora) museli dříve teda dělat strašně moc i tý práce jako si doma, jo. Takže vlastně já, když jsem začínala před 45 lety, tak nebyly žádný možnosti, aby sis něco ofotil nebo… jsme to psali na psacím stroji, všechno jsme to kopírovali, dělali jsme dia rámečky (čtecí okénko pro dyslektiky – pozn. autora), který jsme si dělali sami, dělala jsem jako krajská metodička na Rakovnicku prostě pracovní listy, kdy jsem je třeba udělala sama a potom jsem je množila pro všechny školy. Bylo to vobtížný na to, kterou si tu… zpětnej projektor, já jsem měla desítky a desítky fólií, všechno na fóliích, srdce a plíce a listy a tak dál. V současný době vidím, že ty mladí učitelé mají výhodu v tom, že fakt můžou používat teda nejrůznější možnosti z internetu. My, když jsme zadali referát, tak vlastně ten žák strávil několik hodin v knihovně. Teď stačí, že si sednou k tomu internetu. Učitelé si plno věcí sami najdou, že jo, na počítači, používají interaktivní tabule, zápisy si můžou udělat na flashky. Takže si myslím, že v tomhle je to pro ty lidi jednodušší. Má to trošku nevýhodu v tom, že to vede trošku k lenosti těch dětí, že celá řada dětí už jsou líní, jak vidím, třeba úplně si jenom najít tu věc, vytisknout si jí, jako čím dál víc se jim to jako usnadňuje, tak mě překvapuje, že prostě to někdy vede, že ty žáci mají menší trpělivost, jsou zvyklí, že všecko si vokopčím.“

Ř: „Ty vyučuješ výchovu ke zdraví nebo vyučovala jsi…“

I: „Vyučovala jsem ji asi tady 17 let nebo tak nějak…“

Ř: „… a jaký máš názor na výuku předmětu, je to důležitý?“

I: „No určitě. Jako bych určitě tenhle ten předmět ze školy neodstraňovala, už vzhledem k tomu, že celá řada věcí už na ně není čas prostě v přírodopise. Takže když já teď teda vezmu, že probírám trávicí soustavu, tak já tam skutečně nemám čas probírat ňáký kalorický hodnoty, já tam nemám čas dělat zdravej a nezdravej jídelníček, tak jako jsem dělala ve výchově ke zdraví, já tam nemám čas probírat mentální anorexii a bulimii a tyhle ty záležitosti. Takže když teď beru dýchací soustavu, já tam nemám čas probírat kouření, nemám tam čas probírat umělé dýchání, masáž srdce a tak dál, proto opravdu tam čas není. Co ale mně neustále teda vadí, že jsem prožila a navštívila tolik školení, že ještě nedokázali udělat pro výchovu ke zdraví nikdo, žádné nakladatelství, učebnici.“

Ř: „Učebnici? Ty učebnice nebo vůbec materiály, které se využívají k výuce. Jaký jsi využívala?“

I: „Já jsem deset let navštěvovala tady (v Benešově – pozn. autora) na Institutu školení, které bylo vlastně pátek, sobota, neděle, to kalokagathii. A tam opravdu musím říct, že jako ty školení byly úžasný. Nám dali vždycky v závěru toho školení Dévédéčko, materiály, tak jsem prostě vodsaď nejvíc pořád čerpala. Tak jsem si udělala teda vlastní skripta, v kterých jsem čerpala právě z těch Dévédéček a z těhletěch materiálů právě z tý kalokagathie. Pak se ale ta kalokagathie tady v Benešově ale přestala, takže já mám asi deset osvědčení z tý kalokagathie a to pro mě byla taková největší škola, a pochopitelně ten obor přírodopis, který mám.“

Ř: „Stála jsi vlastně u zavádění výchovy ke zdraví do školy, ne?“

I: „Ne, ne, to jsem nestála, to tady byla kolegyně, která sice byla chemikářka, a právě k doplnění úvazku měla tady výchovu ke zdraví. Protože ono vlastně nejdříve to byla rodinná výchova, pak se vlastně ta rodinná výchova zrušila, pak se to přecentrovalo na tu výchovu ke zdraví. No ale jsou školy, kde vůbec ta výchova ke zdraví není, jsou

školy, který jí mají jako dotaci šestý až devátý ročník, no a my tady máme a my jsme se i na tom tak dohodli, že ta šestka, sedmička je ideální.“

Ř: „A jaké teda metody při výuce výchovy ke zdraví jsi využívala?“

I: „Tak já jsem hodně, asi proto, že jsem už ta starší generace, tak já jsem hodně tedy využívala ústní projev, diskuzi, prezentace… Hodně jsem používala různé citáty, třeba „domov je nejcennější“, a pak teda vo tom domově psali vlastní úvahu. Nebo koláž na zdravou výživu, nebo koláž na nezdravou výživu, nebo třeba různý takový i scénky jsme si připravili… A ještě jestli bych se mohla vrátit k jedný věci, si myslím, že se jí klade u rodičů velice malý důraz. A to jako vidím jako to nejhorší. Protože v šesté třídě jsem měla několik negativních reakcí od rodičů, že co to je za předmět, k čemu ten předmět je, že snad si žák umí vyčistit zuby, že si snad umí učesat, že si snad umí tohle. Takže opravdu, ty děti, když mi psaly anonymně svůj názor na tu výchovu ke zdraví, tak říkaly, že ty první měsíce je hlavně strašně srazili v tý výuce rodiče. Teprve třeba za určitou dobu, když viděli obsahově, že tam jde fakt o výživu, že tam jde o pohlavní nemoci, že tam opravdu jsou věci, který pro život potřebuje.“

Ř: „To je hezký. Asi tě už nebudu zdržovat, děkuju, a ňákou ještě věc, kterou jsme zapomněli nebo kterou by ses třeba chtěla zeptat ty mě?“

I: „No já mám jenom to, že učíš mou vnučku a učíš jí výborně.“

Ř: „Aha, děkuju,“ (smích) „děkuju moc, děkuju. Tak to je milý.“