

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI  
PEDAGOGICKÁ FAKULTA  
Katedra primární pedagogiky

**DIPLOMOVÁ PRÁCE**

Žaneta Nejdlová DiS.

**VYUČOVACÍ HODINA TV NA 1. STUPNI ZŠ  
Z POHLEDU UČITELE A ŽÁKA**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a na základě literatury a pramenů uvedených v použitých zdrojích.

V Olomouci dne: 23.2.2021

.....  
Žaneta Nejdlová

Děkuji paní doc. PhDr. Ludmile Miklánkové, Ph.D. za odborné vedení a poskytnutí konzultací při zpracování mé diplomové práce.

# OBSAH

<b>ÚVOD</b>	6
<b>TEORETICKÁ ČÁST</b>	8
1. Počátky a současnost školní tělesné výchovy ve výchovně vzdělávacím procesu	8
2. Člověk a zdraví	14
3. Specifika výchovně-vzdělávacího procesu ovlivňující učitele a žáka v rámci tělesné výchovy	17
3.1 Specifika ovlivňující žáka v tělesné výchově	17
3.2 Faktory ovlivňující činnost učitele v tělesné výchově	19
3.3 Specifika práce s žáky z hlediska typů postižení	20
4. Vzdělávání učitelů tělesné výchovy v České republice	22
4.1 Osobnost učitele	23
4.2 Principy, požadavky a nároky efektivního vyučování	24
5. Vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy	27
5.1 Současné pojetí činností učitele ve školní TV	34
6. Vyučovací hodina tělesné výchovy	38
6.1 Cíle vyučovací hodiny tělesné výchovy	38
6.2 Typologie vyučovací hodiny tělesné výchovy	39
6.3 Didaktické formy uplatňované ve vyučovací hodině tělesné výchovy	41
<b>PRAKTICKÁ ČÁST</b>	44
1. Cíle výzkumu, výzkumné otázky a úkoly práce	44
1.1 Cíle výzkumu	44
1.2 Výzkumné otázky	44
1.3 Úkoly práce	45
2. Metodika práce	46
2.1 Charakteristika výzkumného souboru	47
3. Výsledky	49
4. Diskuse	81
5. Závěry	84
6. Souhrn	87
7. Summary	87
8. Přehled literatury a dalších zdrojů	88

9. Seznam obrázků	108
10. Přílohy	94

## ÚVOD

Dnešní uspěchaná doba, která je plná nejmodernějších technologií, neustálého stresu, touhy po bohatství a úspěchu a v neposlední řadě kriminality už v dětském věku na nás všech postupně zanechává negativní následky. Ohrožuje to nejcennější, co máme, naše zdraví.

Je třeba se zamyslet nad skutečností, kolik z nás si ke snídani nezapne televizi, v autě nepustí rádio, nebo když přijde domů, nezasedne k počítači s cílem ihned zjistit aktuální situaci na Facebooku nebo Twitteru. Někdy jsme tam až do večera! Nejrůznější technologie nás zcela pohlcují a v podstatě nahrazují osobní kontakt i mezilidské vztahy.

V současné době už většina dětí nepotřebuje trávit čas venku v přírodě, hrát s ostatními vrstevníky například na honěnou, na schovávanou, skákat gumu, panáka nebo dokonce házet kuličky do důlku, které jsou dnes už více méně historií. Některé děti se s pohybovými aktivitami a samotným pohybem setkávají bohužel až na základní škole v rámci povinné tělesné výchovy. Stále více učitelů se právě na základních školách setkává u žáků s obezitou a dalšími zdravotními riziky, které děti ohrožují jak po stránce fyzické, tak i psychické v důsledku narušení jejich osobnosti.

Zdravý životní styl, s ním spojená přiměřená pohybová činnost, je závislý na mnoha okolnostech. Určitou roli hraje správná a vyvážená životospráva, genetické dispozice, zdravotní stav nebo ochota sportovat. Podstatnou roli však představuje především přístup rodičů ke zdravému a zodpovědnému životu svých dětí už v jejich raném věku.

Pro svou diplomovou práci jsem si zvolila téma, které nese název „Vyučovací hodina TV na základní škole z pohledu učitele a žáka. Na tento předmět jsem se na 1. stupni ZŠ vždy velmi těšila, protože mám ke sportu a pohybovým činnostem už od svého dětství velmi kladný vztah. Také velmi ráda vzpomínám na svou třídní učitelku a zároveň vyučující tohoto předmětu, která byla pro mě velkým vzorem.

Cílem mé diplomové práce je zjistit oblíbenost tělesné výchovy u žáků a zároveň zhodnotit, jak současnou školní tělesnou výchovu vnímají její pedagogové. Také se zaměřuji na průběh, náplň a využití jednotlivých řídicích stylů v hodinách tělesné výchovy. Samozřejmě nejoblíbenější pohybové aktivity učitelů a žáků, jejich pestrost, kreativita a aktivita v rámci hodin bude též předmětem mého zkoumání.

Teoretická část popisuje stručný přehled historie tělesné výchovy, její počátky až po zavedení tohoto předmětu do škol. Dále se věnuji problematice zdraví v souvislosti se školní tělesnou výchovou a jejími cíli, či Rámcovému vzdělávacímu programu na základních školách. Také popisují osobnost učitele, jeho kompetence i jeho schopnosti motivace ve

vztahu k žákům. Didaktické formy uplatňované ve vyučovacím procesu TV či vyučovací činnosti učitele TV v rámci výchovně vzdělávacího procesu byly rovněž předmětem mé diplomové práce.

Praktickou část tvoří samotný výzkum, který probíhal dotazníkovým šetřením. Dotazníky byly rozdány učitelům tělesné výchovy i jejich žákům a jejich odpovědi byly zpracovány a vyhodnoceny. Pro výzkum byli zvoleni žáci i učitelé prvního stupně základních škol.

# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Počátky a současnost školní tělesné výchovy ve výchovně vzdělávacím procesu

### Starověk

V Athénách i Spartě měla výchova a péče o tělesný rozvoj jedinců významné místo. Rozdílné však byly metody k jejich dosažení. Ve Spartě šlo o výchovu vojáka prostřednictvím vojenského výcviku, otužování, tance. V Athénách usilovali o výchovu občana na základně gymnické, muziké či gramatiké. Curricula tělesných cvičení v antických vzdělávacích institucích gymnastika, tanec, atletika a částečně i hry byla chápána jako prostředek tělesného rozvoje i utváření charakteru, sebedisciplíny a odvahy. (Rychtecký, Fialová, 1998). Důležitými oblastmi pro vznik tělesné výchovy byly země tzv. dálného východu. V Číně se rozvíjel systém kong-fu (upevňování zdraví a bojového umění) a v Indii se začíná prosazovat Jóga (zdravotní cvičení a filozofie). V Řecku nabývala tělesná výchova důležitosti prostřednictvím Olympijských her a v Římě se těšily oblíbenosti zejména gladiátorské hry. (Černá, 2014).

### Středověk

Ve středověku byl „světový ideál“ rozvíjen v částečně institucionální výchově rytířů, kde byla pozornost věnována i tělesnému rozvoji. Zejména ze společenských důvodů bylo pro dvorskou šlechtu žádoucí ovládat „sedm rytířských ctností“ jako byla jízda na koni, plavání, střelba z luku, šerm, lov, hra v šachy a veršování. Později se přidal i tanec. (Rychtecký, Fialová, 1998, Černá, 2014). K tělesným cvičením se však celý středověk až na nutné výjimky staví zcela odmítavě (Hodaň, 1997).

### Renesance, Humanismus

V tomto období docházelo k návratu antické kultury hlavně v Itálii. Za nejvýznamnějšího vychovatele renesanční Itálie byl považován Vittorino Rambaldoni da Feltre, který využíval ideálu harmonické výchovy těla a ducha např. prostřednictvím výchovy v přírodě, výcviku v atletických disciplínách, plavání, či míčových hrách (Kössl aj., 2006). Francois Rabelais byl v té době nejvýznamnějším humanistou ve Francii. V díle „Gargantua a



Pantagruel“ vnáší novou představu moderní humanistické výchovy obsahující i výchovu tělesnou. V Anglii se zasloužil o šíření myšlenek humanismu Thomas More s cílem zařadit tělesnou výchovu do výchovy mládeže (Černá, 2014). Z didaktického hlediska byla významným přínosem práce španělského humanisty L. Vivese, „Jak vyučovat“, který do vzdělávacího curricula zařadil předmět „tělocvik a hry“. Zasluhou Vivese se dostala tělesná cvičení do programů jezuitských škol, nejčtenějších vzdělávacích institucí tehdejší doby. Také J. A. Komenský vycházel z přirozené potřeby pohybu dětí. Nesoustředil se pouze na starší děti. V „Informatoriu školy mateřské“ začlenil tělesná cvičení do výchovy dětí útlého věku konkrétními návody rodičům. (Fialová, 1998).

### Osvícenství a filantropismus

V raně industriální společnosti byl rozvoj tělesné výchovy spíše spojován s názory významných osobností než uskutečňovanými pedagogickými reformami. K těmto osobnostem patřili zejména J. Locke a J. J. Rousseau. J. Locke zdůraznil význam tělesné výchovy ve výchově „anglického gentlemana“ - představitele šlechty, podnikatelů, obchodníků, vojáků, námořníků. Podle Locka měla tělesná výchova předcházet výchově rozumové, přičemž hlavní důraz měl být kladen na šerm, zápas, tanec, plavání, otužování a překonávání překážek. J. J. Rousseau v pedagogickém díle „Emil – čili o výchově“ doporučoval pro dítě (bohužel jen pro chlapce) pohyb na venkově. Nabídka pohybových činností byla tvořena plaváním, jízdou na koni, během, chůzí, lezením, skoky, hody nebo šplhem. Od dítěte vyžadoval samostatnost a aktivitu. Rousseauův názor, že dítě je třeba vychovávat lidsky, radostně a v souladu s přírodou se stal základem filantropismu – lidumilství a významně přispěl v 2. polovině 18. století k dalšímu utváření školní tělesné výchovy. (Rychtecký, Fialová, 1998). Za zakladatele moderního pojetí tělesné výchovy je pokládán Guts-Muths. Jeho dílo *Gymnastik für Jugend* uspořádalo cvičení, na základě, kterého vznikla gymnastická soustava uplatňovaná ve školní tělesné výchově v západní a střední Evropě. Guts-Muths vyžadoval dobrovolnost cvičení, individuální přístup k dětem, přiměřenost zatížení, správné držení těla, cvičení se záchranou, rozmanitost cvičení. (Černá, 2014).

Na přelomu 18. a 19. století vznikly v Evropě 3 tělovýchovné systémy. Byl to anglický sport, německý turnerský tělocvik a švédský zdravotní tělocvik. Znakem anglického sportu byla charakterní a fyzicky silná osobnost – ideál gentlemana. Vznikalo mnoho sportovních odvětví např. koňské dostihy, šerm, střelba lukem, veslařské soutěže, kriket, ragby, golf. Německý turnerský tělocvik představoval základ vojenské připravenosti a cílem byla branně

tělesná příprava německého národa či nářaďový tělocvik. Severský gymnastický systém bral na zřetel stavbu a funkce lidského těla a cvičení zdravotně ověřená. (Černá, 2014).

### Vývoj TV v českých zemích

Po vzniku samostatné ČSR byla koncepce školní tělesné výchovy ovlivněna národními tradicemi spolkového tělocviku sokolského, který se v plném rozsahu nemohl dříve uplatnit. Její základem byla „Tyršova soustava“. Základ curricula (cvičení pořadová, prostná a nářaďová, atletika a hry) byl posílen o sezónní cvičení a sporty v přírodě jako bylo plavání, bruslení, sáňkování, lyžování cílené na otužování žáků. Učivo bylo pro chlapce a dívky společné, některé cviky však byly dívkám přidány, jiné byly pro ně označeny jako nevhodné.

Až po 2. světové válce se třídy ve výuce tělesné výchovy od 6. ročníku dělily pro chlapce a dívky zvlášť. V roce 1954 byly zřízeny vysoké školy pedagogické, kde byla umožněna vysokoškolská příprava středoškolských profesorek tělesné výchovy.

V padesátých letech byla tělesná výchova ovlivněna sovětským systémem tělesné kultury. V roce 1954 byly na základních i středních školách zavedeny tzv. „normativní osnovy“ tělesné výchovy s důrazem na vzdělávací a výkonnostní cíle. Žáci i učitelé plnili konkrétní úkoly v rámci výkonnostních limitů. Zdatnost školní mládeže byla sledována pomocí účasti v plnění odznaku zdatnosti. (Rychtecký, 1998).

### Školní tělesná výchova

Tělesná cvičení jsou pohybové činnosti prováděné s cílem fyzického zdokonalování člověka. Jsou to pohybové celky, které ovlivňují stav a funkce lidského organismu za určitých podmínek (Měkota, Cuberek, 2007). Smyslem pohybového vzdělání je schopnost samostatně ohodnotit úroveň své zdatnosti a řadit do denního režimu pohybové činnosti pro uspokojování vlastních pohybových potřeb i zájmů, pro optimální rozvoj zdatnosti a výkonnosti, pro regeneraci sil a kompenzaci různého zatížení, pro podporu zdraví a ochranu života. Předpokladem pro osvojování pohybových dovedností je žákův prožitek z pohybu a z komunikace při pohybu. Dobře zvládnutá dovednost pak zpětně kvalitu jeho prožitku umocňuje. V tělesné výchově je velmi důležité motivační hodnocení žáků, které vychází ze somatotypu žáka a je postaveno na posuzování osobních výkonů každého jednotlivce a jejich zlepšování.

Školní tělesná výchova patří k nejrozšířenějším formám organizovaných sportovních a tělovýchovných činností a již více než 125 let je organickou součástí výchovy a vzdělání na školách v českých zemích. Pro mnoho žáků je školní tělocvik setkáním se záměrnou

pohybovou aktivitou. Pro mnohé z nich bohužel zůstává jediným, aktivně sportovním pohybem v průběhu života. Velký podíl na výuce školní tělesné výchovy má škola a učitelé tělesné výchovy. Především na nich záleží, jak dokážou na mladou populaci efektivně zapůsobit, nejen svými vědomostmi, dovednostmi a zkušenostmi, ale především osobním příkladem v rámci povzbudivého sociálního prostředí. (Rychtecký, Fialová, 1998). Zásadním důvodem nezájmu dětí o tělesnou výchovu je právě jednotvárnost hodin. Důležité jsou tělovýchovné činnosti, kde není třeba děti do pohybu nutit, ale pouze jim poskytnout prostor pro pohybovou aktivitu a nabídnout jim netradiční pohybové aktivity např. minihry, plavání, létající talíře, skateboardy, kolečkové brusle, koloběžky.

Zvláště v dnešní mobilní době, kdy děti prosedí u svých telefonů a počítačů daleko více času než kdy předtím, je důležité je motivovat a podporovat v jakékoliv sportovní aktivitě. Je třeba žáky podněcovat k lepším výkonům a nabízet jim možnosti a nové sporty, mezi kterými si budou moci vybrat ten, který je bude bavit. Proto je tělesná výchova důležitým vyučovacím předmětem právě na základních školách. (Fialová, 2010).

V neposlední řadě se žáci v rámci školní tělesné výchovy učí vzájemně spolupracovat, přebírat odpovědnost za své zdraví i zdraví a bezpečnost svých spolužáků. Učí se přijímat prohru, rozumět férovému sportovnímu chování a respektovat pravidla.

Cílem nové tělesné výchovy je šťastný člověk mající prožitek z pohybu a komunikace v pohybu. Pokud je pohybová činnost správně chápána směřuje vždy ke zdraví člověka a pomáhá mu žít šťastně a radostně. Cílem školní tělesné výchovy je také vytvořit kladný vztah žáků k péči o své zdraví a k celoživotní pohybové aktivitě (Mužík, Krejčí, 1997).

Dále ještě můžeme tyto cíle vymezit do dílčích cílů, které autoři dělí následovně:

#### Cíle psychomotorické: Žáci

- prokazují pohybovou způsobilost v řadě pohybových činností prováděných jednotlivě i ve skupinách,
- tvořivě začleňují nové pohybové dovednosti do již osvojených pohybových celků,
- dbají o odpovídající úroveň svého zdraví s jejich individuálními předpoklady, dovedou samostatně využívat kompenzační cvičení.

#### Cíle kognitivní: Žáci

- dovedou vytvářet osobní programy denního režimu založené na principech zdravého způsobu života a na účinných metodách regenerace,
- chápou obsah pojmu zdravotně orientovaná zdatnost i zdravotní přínos pravidelné

pohybové činnosti,

- využívají osvojených pohybových dovedností pro bezpečnou a efektivní pohybovou činnost,
- prokazují dobrou orientaci a přiměřenou odbornost v několika formách pohybové činnosti sportovního charakteru.

Cíle afektivní: Žáci

- projevují během pohybové činnosti prožitek, pozitivní sebevědomí a tvořivost,
- chápou individuální rozdíly mezi jednotlivci
- oceňují přínos vztahů, které mohou být utvářeny a prohlubovány prostřednictvím pohybových činností
- projevují ducha osobní nezávislosti, odpovědnosti, čestnosti a pozitivní soutěživosti (Černá, 2014).

Struktura cílů školní tělesné výchovy

Vzdělávací cíle:

Informativní

- poznatky z tělesné kultury
- zvládnuté metody, postupy tělesného sebezdokonalování
- pravidla správné životosprávy
- určující pohybové návyky a dovednosti – běh, házení, skok, chůze
- osvojení činností z atletiky, gymnastiky, lyžování, plavání, dvou sportovních her, turistiky.
- formativní
- rozpracované základní pohybové schopnosti (síla, obratnost, rychlost, vytrvalost, rovnováha, pohyblivost)
- kvalitní pohybový projev (harmonie, přesnost, ladnost, rytmus pohybu, správné držení těla)
- senzorické a intelektové schopnosti (Vilímová, 2002)

Výchovné cíle:

### Všeobecné

- pozitivní charakterové a mravní vlastnosti (cílevědomost, iniciativa, kázeň, samostatnost, kolektivní cítění a chování, rozhodnost, odvaha)
- estetické prožívání a hodnocení, tvořivé schopnosti (zájem utvářet krásný pohyb, lidské vztahy krásné prostředí)
- vztah k přírodě a ochrana životního prostředí

### Specifické

- kladný postoj k pohybové aktivitě
- zájmy o přiměřené druhy tělovýchovné a sportovní činnosti
- tělesná zdatnost, tělesný a funkční rozvoj
- snaha o přiměřený výkon ve sportovní a tělovýchovné činnosti (Rychtecký, Fialová, 1998)

### Zdravotní cíle:

#### Kompenzační

- kompenzace jednostranné zátěže ve škole (vyrovnávací, protahovací, dechová a relaxační cvičení)
- obnovení duševních sil a pozornosti žáků

#### Hygienické

- hygienické návyky (sprcha po zátěži, cvičební úbor)
- potřeba zdravého životního stylu (zdravá výživa, dostatek pohybových aktivit v denním režimu, dostatečný spánek (Vilímová, 2002, Rychtecký, Fialová, 1998)

## 2. Člověk a zdraví

Tělesná výchova je vymezená v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání spadající do oblasti Člověk a zdraví.

Rozvíjením klíčových kompetencí u žáků je vedeme k:

- poznávání zdraví jako důležité hodnoty
- pochopení zdraví jako vyváženého stavu tělesné, duševní i sociální pohody a k vnímání radostných prožitků podpořených pohybem, příjemným prostředím a atmosférou příznivých vztahů
- poznávání člověka závislého na způsobu vlastního jednání a rozhodování, na úrovni mezilidských vztahů i na kvalitě prostředí
- získávání základní orientace v názorech na to, co je zdravé a co může zdraví prospět, i na to, co zdraví ohrožuje a poškozuje
- využívání osvojených preventivních postupů pro ovlivňování zdraví, k upevňování zdraví v každé životní situaci
- propojování činností a jednání souvisejících se zdravím se základními etickými a morálními postoji, volním úsilím chápání zdatnosti, dobrého fyzického vzhladu i duševní pohody jako významného předpokladu výběru profesní dráhy, partnerů
- k ochraně zdraví a životů při každodenních rizikových situacích i mimořádných událostech
- aktivnímu zapojování do propagace zdravotně prospěšných činností ve škole i v obci. (RVP ZV, 2017).

Učivo dle RVP ZV pro 1. stupeň

Činnosti ovlivňující zdraví

Význam pohybu pro zdraví, příprava organismu, zdravotně zaměřené činnosti, rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu, hygiena při TV, bezpečnost při pohybových činnostech.

Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

Pohybové hry, základy gymnastiky, rytmické a kondiční formy cvičení pro děti, průpravné úpoly, základy atletiky, základy sportovních her, turistika a pohyb v přírodě,

plavání, lyžování, bruslení, další pohybové činnosti.

### Činnosti podporující pohybové učení

Komunikace v TV, organizace při TV, zásady jednání a chování, pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností, měření a posuzování pohybových dovedností a zdroje informací o pohybových činnostech. (RVP ZV, 2017).

Zdraví můžeme definovat jako optimální stav duševní, tělesné a sociální pohody. Předpokladem zdraví i výchovy ke zdraví je uvědomit si, jak sami žijeme, jak vychováváme své děti a jak se snažíme o prevenci a předcházení negativním vlivům způsobujících zdravotní oslabení. Děti od 5-17 let by měly provozovat pohybovou aktivitu mírné až vysoké intenzity alespoň 60 minut denně. Dále by měly být zahrnuty činnosti posilující svaly a kosti nejméně třikrát týdně. (WHO, 2017). Dalším významným ukazatelem je vytvořit si správné životní návyky už v raném věku a důsledně dodržovat preventivní opatření.

Rodičovská péče a láska, harmonické rodinné prostředí, nekonfliktní kamarádské vztahy, vzájemná úcta a tolerance, vhodné prostředí pro využití volného času, pravidelná pohybová činnost s dostatečným pohybem v přírodě a samozřejmě správná výživa, jsou ideální podmínky pro zdravý vývoj dítěte. Dítě, které není vhodně vedeno k přiměřenému dělení času mezi povinnosti, zábavu a nezbytnou pohybovou aktivitu je obvykle poznamenáno na celý život a správné návyky pro využití volného času získává jen velmi obtížně. (Krejčí, 1997).

U dětí plní pohybová činnost i nepostradatelnou funkci socializační. Je vhodnou náplní volného času a působí jako preventivní prostředek proti nežádoucím sociálním jevům.

Mezi nejčastější negativní tendence ve výchově dítěte řadíme zejména:

- vytváření úzkostného vztahu dítěte k sobě samému, k vlastním projevům a sklonům (např. obava z vlastní chyby)
- neúměrné zdůrazňování příkazů a zákazů (striktní direktivnost)
- perfekcionismus, kdy je vyžadován ve všech ohledech perfektní výkon (negativním vyústěním může být útěk do represe, netečnosti apod.)
- traumatizování poukazováním na morální nedostatky v chování dítěte (vyvolává pocit hanby, ponížení, nepochopení)
- protekcionismus
- nedůslednost a improvizace ve výchově, kdy vychovatel mění svá rozhodnutí a postoje k různým jevům, dítě pak neví, co je vlastně správné (Helus, 1987)

Také škola je významným ukazatelem v přípravě dítěte na život. Cílem vyučovacího procesu by měla být nejen výchova a vzdělávání žáků, ale také uspokojování jejich životních potřeb prostřednictvím péče o zdraví a pohybové činnosti. Pohyb je znamením života. I když jsme zdánlivě v klidu provádíme dechové pohyby, čímž dochází k cirkulaci krve, k srdečním stahům a dalším pohybům našeho těla. Pohyb je rovněž výrazovým prostředkem člověka, jazykem jeho pocitů a nálad, prvotní formou prastaré lidské komunikace. Strnulé sezení v lavicích je již na mnoha školách považováno za nepřiměřenou zátěž pro dětský organismus. Někteří učitelé proto propojují pohybovou činnost s učební látkou jiných vyučovacích předmětů. Například v prvouce, kdy se žáci učí o částech lidského těla a stavbě páteře si mohou vyzkoušet do jakých směrů a jak je páteř ohebná a jaké je správné držení těla (Mužík, Krejčí, 1997).

V Německu, Švýcarsku a Rakousku je do škol zaváděn státem podporovaný program „Bewegte Schule“ (škola v pohybu), kdy i při sezení v učebnách je dítěti umožněna určitá pohybová činnost. Učebny jsou vybavovány nastavitelnými židlemi a lavicemi, ale také speciálními míči, na kterých žáci ve výuce sedí. Během dne mohou také měnit pracovní polohy při učení a podle potřeby zařazovat jednoduchá protahovací a relaxační cvičení. Také učebny a chodby škol jsou vybavovány pro pohybovou činnost o přestávkách koberci, trampolínkami, žebřinami, kladinkami nebo lavičkami. (Mužík, Krejčí, 1997).



### **3. Specifika výchovně – vzdělávacího procesu ovlivňující učitele a žáka v rámci tělesné výchovy**

Výchovně vzdělávací proces odhaluje aktivity a interakce mezi učitelem a žákem, které vedou k osvojení vědomostí a dovedností žáka (Maňák, Švec, 2003). Za základní formu, v níž se proces výchovy a vzdělávání ve škole uskutečňuje označujeme pojmem výuka. Pro školní výchovně – vzdělávací proces volíme označení didaktický proces, který zdůrazňuje působení učitele na žáka a žáka na učitele.

Jako součást pedagogické komunikace můžeme uvést také didaktickou komunikaci mezi učitelem a žáky i mezi žáky navzájem, v níž jsou informace předávány verbálními i neverbálními prostředky. Tak zvaná „řeč těla“ je způsob neverbální komunikace, kterou by měl ovládat a využívat každý učitel, a to nejen v tělesné výchově. „Řeč těla“ patří k základům umění komunikace s lidmi a je součástí psychologie. Kontakt očima, výraz obličeje, držení těla, gesta i tělesná blízkost, podávají informace o žákovi, se kterým učitel spolupracuje (Mužík, Krejčí, 1997).

#### **3.1. Žák a učitel v tělesné výchově**

Typicky lidské vzpřímené držení těla a lidská lokomoce jsou určujícím předpokladem motorické činnosti člověka. Proto není žádná lidská motorika bez těchto předpokladů možná (Hodaň, 1997).

Přípravenost žáka k učební činnosti, zejména splněním pohybového úkolu, rozvojem dovedností, schopností, vědomostí a postojů, je závislá na:

- pohlaví
- ontogenetickém vývoji tělesném a psychickém
- předchozích zkušenostech
- individuální motivaci k provedení úkolu
- specifické orientaci v učební situaci

Na utváření fenotypu člověka se v průběhu jeho ontogeneze podílejí tři základní faktory. Jedná se o genetický základ, vliv prostředí a výchovy a vlastní aktivita subjektu. V průběhu rozsáhlé časové etapy dítě roste, dospívá, mění se fyzicky, psychicky i sociálně (Rychtecký, 1998).

Z hlediska ontogenetického vývoje můžeme vymezit tři následující období: mladší, střední a starší školní věk. Mladší školní věk: 6 (7) - (10) 11 let prepubescence. Mladší školní

věk můžeme ještě v důsledku dlouhé vývojové etapy rozdělit do dvou následujících období: druhé dětství a prepubescence a dětství a pozdní dětství.

V oblasti somatického vývoje můžeme zaznamenat růstové změny ve výšce i hmotnosti. S přibývajícím věkem jsou však přírůstky stále menší, protože tempo růstu se s věkem jedinců zpomaluje. Rozdíly mezi chlapci a děvčaty nejsou významné. V důsledku rychlé osifikace jsou kosti a kloubní spojení velmi měkké a pružné. Snížená pohybová aktivita a neustálé sezení ve škole může vést ke vzniku svalových dysbalancí, některých deformací ve vývoji páteře, případně i dolních končetin. Také můžeme zaznamenat u některých žáků nadváhu a obezitu, a to až kolem 20 % u obou pohlaví. Proto by mělo být nedílnou součástí školní tělesné výchovy sledovat ze zdravotního hlediska základní růstové charakteristiky žáků (Suchomel, 2006). Rozdílnost ve výkonnosti z hlediska pohlaví v průběhu celého období je zřejmá, jejíž příčinou jsou rozdílné funkční dispozice žáků. Ve spontánních pohybových hrách snesou děti v tomto věku velké objemové zatížení (rychlostní, silové, vytrvalostní), které dokážou střídáním zátěže a odpočinku přirozeně regulovat. Vývoj nervové soustavy je v období šesti až sedmi let v podstatě ukončen. Při učení nových pohybových dovedností žáci vychází ze svých zkušeností z přirozené motoriky jako je běh, skoky, šplh. Počáteční problémy složitějších motorických pohybů například chytání míče rychle mizí a na konci období je žák schopen provádět i koordinčně náročné pohybové struktury.

V oblasti psychického vývoje můžeme u dětí zaznamenat dvě klíčová období. Na jeho počátku je dominantní vstup do školy a na jeho konci kritičnost. Škola zasahuje do života dítěte změnou jeho dosavadních aktivit, tzv. dítě přechází od hry k záměrné činnosti v podobě učení, a také začíná respektovat a seznamovat se s novými sociálními normami a pravidly. Může se stát, že nová autorita učitele může zastínit autoritu rodičů. Ve škole se dítě setkává se svými vrstevníky, vytváří si k nim určité interpersonální vztahy a buduje si mezi nimi své postavení v podobě pozic, statusů a rolí. Na konci tohoto období vzrůstá kritičnost a přirozená autorita dospělých se snižuje a bývá nahrazena autoritou z řad vrstevníků.

Z hlediska vývoje intelektu je mladší školní věk označován jako období konkrétní činnosti. Rozvíjí se logické operace v myšlení, dítě si osvojuje základní kulturní návyky, prohlubuje socializaci a integraci do nových skupin a přebírá stále větší odpovědnost za svoji práci. Také se začínají prohlubovat některé zájmy dětí, včetně sportovní orientace. Příliš raná aplikace tréninkových metod však může zájmy dětí v tomto věku negativně ovlivnit (Příhoda, 1977).

## 3.2 Faktory ovlivňující činnost učitele v tělesné výchově

Mezi základní principy neverbální komunikace řadíme:

### Přímý kontakt očima

Učitel i žák mají sklony odvrátit oči jinam, když se jejich pohledy setkají. Je obecně lidem nepříjemný. Od učitele se však očekává, že žáky neustále sleduje. Pravidelný oční kontakt ze strany učitele dává žákům pocit důležitosti, že jsou součástí dění v rámci vyučovací hodiny, mají snahu spolupracovat a být aktivní. Také může dojít ke zmírnění psychické bariéry mezi učitelem a žákem.

Občasné mrknutí, úsměv nebo pozitivní gesto

Stejně jako pochvala nebo jiné slovní hodnocení má povzbuzující účinek například pěst s palcem nahoru. Učitel s žáky se může domluvit na používání i jiných neverbálních signálů, které mohou upozorňovat na velký hluk v tělocvičně, nevhodné chování, či pokyny pro různé situace v pohybových hrách. Nevhodné jsou verbální signály např. „Ticho“, které bývají žákům nepříjemné, protože připomínají napomínání, hubování. Signály jsou neocenitelnou pomocí pro efektivní práci se třídou. Do jisté míry jsou pro žáky zábavné a dobře na ně reagují (Mužík, 1997).

Náměty, jak motivovat různé typy žáků ke spolupráci v hodinách TV:

1. Tichý, nejistý žák – zadávejte úkoly ve dvojicích i trojicích, poskytněte dostatek času na přípravu a získání jistoty, nežádejte od žáka bezprostřední odpovědi.
2. Upovídaný nebo dominantní žák – přidejte žákovi funkci prostřednictvím zaznamenávání nebo zapisování. Chvalte jeho ochotu spolupracovat, zdůrazněte ochotu povzbudit spolužáky.
3. Nudící se žák, žák stažený do pozadí – zaměstnejte žáka jako pozorovatele, časoměřiče, zapisovatele, ale nabídněte mu výběr z těchto činností.
4. Agresivní žák – zařaďte žáka do skupiny s učitelem, zaveďte pravidla her a soutěží, která vylučují agresivní chování. Sledujte jeho pozitivní jevy.

5. Žák „klaun“ - zaveďte diskusi o užití a zneužití humoru, umístěte žáka do skupin, které nejeví tendence stát se publikem.

6. Roztržitý žák – umístěte žáka do skupin, které nepodporují roztěkanost, oceňte každou známku pokroku (Mužík, Krejčí, 1997).

### **3.3 Specifika práce s žáky z hlediska typů postižení**

Plánování a realizace tělesné výchovy u žáků s tělesným postižením v kombinaci s různým stupněm mentálního postižení, smyslovými vadami či jinými zdravotními komplikacemi vyžadují v mnoha oblastech jiné podmínky než u běžné populace. Jedná se o heterogenní skupinu žáků, kteří vyžadují při plnění vzdělávacího oboru Tělesná výchova vysoké nároky jak na odborné kompetence učitele, tak i na podmínky školy (Šicová, 2007, Spurná, 2008). Základní právní dokument, který pomocí specifických forem a metod upravuje vzdělávání žáků se zdravotním postižením v České republice je zákon č. 561/2004 Sb, o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, tedy školský zákon (Michalík a kol, 2011).

Osoby s tělesným postižením se řadí k nejčastějšímu typu postižení u obyvatel České republiky. Současné trendy vzdělávání preferují integraci těchto žáků s tělesným postižením do škol běžného typu. V případě kombinovaného postižení, tedy tělesného a mentálního postižení jsou žáci vyučováni v základní škole pro tělesně postižené, v základní škole praktické nebo v základní škole speciální, či v základní škole speciální s rehabilitačním vzdělávacím programem (Vítková, 2008). Problematikou pohybových aktivit u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami se zabývá vědní disciplína aplikované pohybové aktivity (APA). Do aplikovaných pohybových aktivit můžeme zařadit sport, rekreaci, rehabilitaci i školní tělesnou výchovu. Aplikovaná tělesná výchova může být realizována jako integrovaná tělesná výchova (ITV) na běžných školách a dále na školách či ve třídách pro žáky se SVP v oblasti speciálního školství. Na běžných základních školách a speciálních školách je uskutečňována zdravotní tělesná výchova, která je určena pro žáky spadající do tzv. III. zdravotní skupiny a je součástí povinného tělovýchovného vzdělávání. Zdravotní tělesnou výchovu navštěvují žáci na základě doporučení lékaře a jejím cílem je zmírnění nebo odstranění zdravotního oslabení a celkového zlepšení zdravotního stavu. Žáci III. zdravotní skupiny se účastní i běžných hodin tělesné výchovy, vykonávají však cvičení, která jsou pro

ně v důsledku jejich oslabení vhodná. Pro žáky s nejtěžšími formami mentálního postižení je určená rehabilitační tělesná výchova, realizována pouze na základních školách speciálních. Jejím hlavním úkolem je pozitivně přispívat k rozvíjení hybnosti žáků (Spurná, Kudláček, 2010).

V České republice i v dalších zemích EU jsou také zachovány speciální školy dle individuálních potřeb daného žáka. Úprava vzdělávacího obsahu pro žáky s tělesným postižením nabízí volbu různých vzdělávacích postupů, odlišných metod, forem výuky a využití všech podpůrných opatření. Podpůrnými opatřeními pro potřeby ATV rozumíme vypracování individuálního vzdělávacího plánu žáka s tělesným postižením, využití kompenzačních a rehabilitačních pomůcek, zajištění služeb asistenta pedagoga a snížení počtu žák ve třídě.

Mezi požadavky na výkon povolání učitele ATV řadíme:

- zjistit výkonnostní úroveň žáků se SVP
- přizpůsobit obsah ATV individuálním potřebám všech žáků se SVP
- připravit prostředí pro výuku před příchodem žáka se SVP
- zvládat chování žáků tak, aby bylo zajištěno co nejbezpečnější učení pro všechny v ATV
- vhodným způsobem komunikovat s žáky se SVP
- hodnotit studijní pokrok žáka/žákyně se SVP ve vztahu k cílům uvedeným v jeho individuálním vzdělávacím plánu
- hodnotit efektivnost používaných strategií výuky
- spolupracovat s různými odborníky ze souvisejících oborů
- uplatňovat potřeby a práva žáků se SVP (Kudláček, Klavina, 2010)

Tělocvična a venkovní hřiště patří k prostorům, které učitelé využívají k výuce tělesné výchovy. Z důvodu začleňování speciálních terapeutických metod do hodin tělesné výchovy jsou využívány i relaxační a multisenzoriálně podněcující místnosti. K nejčastějším kompenzačním a sportovně kompenzačním pomůckám využívaných v hodinách tělesné výchovy patří vozíky, různá odrážedla, chodítka, rampy na bocciu, variabilní překážky, či handbiky a trojkolky, které jsou však finančně náročnější (Spurná, Kudláček, 2010).

## 4. Vzdělávání učitelů tělesné výchovy v České republice

Povolání učitele s jakýmkoliv zaměřením je v České republice vymezeno Zákonem o pedagogických pracovnících, který uvádí dle paragrafu 3 předpoklady pro výkon činnosti pedagogických pracovníků (<http://www.msmt.cz/dokumenty/aktualni-zneni-zakona-o-pedagogickych-pracovnicich-k-1-lednu>).

Uchazeči o studium tělesné výchovy s pedagogickým zaměřením mohou získat kvalifikované vzdělání na jedné ze tří sportovních fakult, nebo se mohou rozhodnout pro studium oborů na katedrách tělesné výchovy, které patří pod pedagogické fakulty jednotlivých univerzit. V České republice nalezneme tři univerzity, které mají svoji vlastní fakultu zajišťující obory se sportovním zaměřením. Jedná se o Fakultu tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze (FTVS), Fakultu sportovních studií Masarykovi univerzity v Brně (FSpS), Fakultu tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci (FTK). FTVS nabízí v bakalářském studiu obor tělesná výchova a sport v kombinaci s několika aprobačními předměty a také navazující magisterské Učitelství pro střední školy – tělesná výchova. Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy zajišťuje bakalářské obory prostřednictvím FTVS a v navazujícím magisterském programu zprostředkovává studijní program Učitelství všeobecně vzdělávacích předmětů pro základní školy a střední školy – tělesná výchova. Podobná forma studia je uplatňována i na FSpS a FTK, zejména u dvouoborových studijních programů. Uchazeči o studium si tedy mohou zvolit buď studium bakalářské jednooborové či dvouoborové s možností pokračovat v navazujícím magisterském studiu, nebo se mohou rozhodnout pro studium magisterské.

Ke studiu na vysoké škole se mohou přihlásit uchazeči, kteří mají dokončené úplné středoškolské vzdělání. Některé vysoké školy umožňují přijetí studenta pod podmínkou, že doloží maturitní vysvědčení nejpozději při zápisu ke studiu. Studium na vysoké škole může být zahájeno, pokud uchazeči uspějí v přijímacím řízení, které se však liší svým obsahem dle jednotlivých škol. Nutným předpokladem přijímacího řízení je splnění písemného testu obsahující otázky z oblasti teorie tělesné výchovy a sportu, biologie člověka, pravidla sportů a úspěšného zvládnutí talentových zkoušek. V rámci některých univerzit může být test obecných studijních předpokladů (OSP), motivační esej, či ústní pohovor součástí přijímacího řízení na obor tělesné výchovy. Prostřednictvím talentové zkoušky prokazují uchazeči o studium svou výkonnost v několika disciplínách. První z nich je atletika, jejíž součástí je běh na 1500 m či 100 m. Dalším okruhem testování je plavání, v rámci, kterého se plave volitelný styl (prsa, kraul, znak, motýlek) na 100 m se střemhlavým skokem. Následující disciplínou

bývá gymnastika, která zahrnuje cvičení na hrazdě a předvedení akrobatické sestavy na gymnastickém koberci. Poslední prověřovanou schopností jsou sportovní hry zastoupené volejbalem a basketbalem. Jednotlivé výkonnostní aktivity z těchto čtyř sportovních odvětví jsou hodnoceny podle bodových škál. Poslední a speciální podmínkou pro uchazeče o studium tělesné výchovy je doložení zdravotní způsobilosti, kterou prokazují lékařskou zprávou. Zprávu nejčastěji získají od tělovýchovného lékaře, jejíž obsahem jsou výsledky zátěžového testu. Dále se u uchazečů očekávají zvládnuté základy bruslení, lyžování a plavání (<https://www.vysokeskoly.cz/clanek/special-o-oborech-telesna-vychova-vzdelavani>).

#### 4.1. Osobnost učitele

*„Motivace k rozhodnutí pro učitelské povolání by měla být podložena vědomím, že žáci jsou pro učitele významnou hodnotou.“* (Mužík, 1997, s. 131). Na základních školách se můžeme setkat s pedagogy tělesné výchovy, kteří se nemusejí učit jednotlivé metody nebo styly řízení zpaměti, a přesto je jejich práce v souladu s teorií, která je popisovaná v nejruznějších odborných publikacích. Ale samozřejmě platí i výrok, že jakkoli ověřená teorie bez ochoty učitele se nad ní zamyslet a přijmout ji do své praxe zůstane jen listem popsaného papíru. Proto vždy záleží jen na samotném učiteli a na jeho předpokladech pro učitelské povolání, na jeho umění jednat s dětmi a v neposlední řadě na jeho ochotě se neustále vzdělávat a zdokonalovat (Mužík, Krejčí, 1997).

Každý učitel ve výchovně – vzdělávacím procesu i mimo něj působí na žáky svou profesionalitou. Především svou kvalifikací, odpovědností za výsledky vyučování, zkušenostmi, vědomostmi a dovednostmi. Také psychické vlastnosti, hodnotová orientace, vlastní zkušenosti, psychický stav a celková osobnost učitele má nezastupitelné místo ve vyučovacím procesu (Rychtecký, 1998). Klademe důraz zejména na následující profesní kompetence: správně pozorovat a poznávat žáka, umět formulovat jasně své požadavky i způsoby hodnocení, porozumět pohybovému projevu žáka, umět podporovat vzájemnou kladnou interakci se žáky i mezi žáky navzájem, být aktivní, podněcovat žáky ke spolupráci. Mezi nejžádanější vlastnosti lze dále považovat emocionální stabilitu, určitou ochotu riskovat, kreativitu, přijímat zodpovědnost a dovednost vytvářet kolem sebe uvolněnou atmosféru (Krejčí, 1997).

Sociální roli učitele tělesné výchovy můžeme vymezit do následujících oblastí:

- informátor (informuje, vysvětluje, poučuje)
- důvěrník (hledá příčiny jednání žáka, dokáže jej pochopit, žáci se mu svěřují)
- ukázkovatel (ukázkouje, vyžaduje poslušnost, kárá, trestá)
- motivátor (podněcuje k aktivitě, oceňuje, chválí, stimuluje)
- referent (řešení problémů přenáší na jiné, sám nezaujímá stanovisko)
- vychovatel (vzniklou situaci využívá k výchovnému zobecnění, aktualizaci, poučení, závěrům) (Svoboda, Kocourek 1987).

Obecně můžeme říct, že učitelská profese je mnohdy velmi vyčerpávající a náročná profese. Zvláště v hodinách tělesné výchovy bývá situace ještě náročnější z hlediska organizační struktury hodin, zajištění bezpečnosti žáků a zvýšených nároků na hlasový projev učitele. Pedagogové tělesné výchovy se denně setkávají s desítkami dětí nejrůznějších povah a temperamentů, jejichž snahou je žáky vzdělávat a vychovávat. Musí být neustále ve střehu a ve všech maličkostech jim být příkladem. V učitelské profesi je stále mnoho učitelů, kteří si stěžují, že nedovedou ve výuce „udržet klid“, jsou předráždění nebo vykazují některé další symptomy nervozity, které následně přenášejí na žáky a narušují didaktickou interakci ve výuce.

Z výzkumů výše uvedených autorů však vyplývá, že postoje dětí mladšího školního věku k tělesné výchově jsou převážně kladné. Také učitelé na 1. stupni ZŠ nemívají velké obtíže s autoritou, protože žáci se s učitelem často identifikují a chtějí se mu podobat (Mužik, Krejčí, 1997)

## **4.2 Principy, požadavky a nároky efektivního vyučování**

Mezi činnosti, které učitel ve výchovně – vzdělávacím procesu plní patří především činnosti výchovné, vzdělávací, řídicí a organizátorské, plánovací a projektivní, administrativní a ekonomické. Dále sem řadíme nároky na psychickou činnost, tělesné a psychické dispozice učitele (odolnost a emoční stabilita při výkonu profese učitele tělesné výchovy).

Výše uvedené nároky vyplývají:

- z psychického napětí spojeného s vysokou koncentrací a distribucí pozornosti
- z výuky žáků různých věkových stupňů s rozdílnými předpoklady
- z kombinace diferencovaných přístupů a didaktických stylů
- ze složitého rozhodování v časovém deficitu
- ze specifické interakce se žáky, kteří jsou v neustálém pohybu



Vysoká psychická náročnost učitelské profese v tělesné výchově může vést k učitelskému selhání a vyhoření. Výzkumné studii dokumentují, že až 25 % učitelů opouští školu, či přerušuje své pedagogické působení z důvodu extrémního stresu a následného učitelského vyhoření (Rychtecký, Fialová, 1998).

#### Nároky na tělesnou zdatnost a výkonnost

Tělesná zdatnost je převážně určena geneticky a během života je dále udržována a rozvíjena v rámci pohybové aktivity např. otužováním či celkovou životosprávou (Měkota, Cuberek, 2007).

Výše uvedené nároky jsou prezentovány vysokou tělesnou zátěží v průběhu vyučovacích hodin a dokonalým zvládnutím široké škály pohybových dovedností a činností. Některé dny v týdenním rozvrhu jsou pro učitele TV psychicky i fyzicky náročné, protože musí zvládnout zajistit výuku v rámci pěti až šesti hodin. Na rozdíl od učitelů jiných vyučovacích předmětů je učitel tělesné výchovy téměř po celý den na nohou. Ve vyučovacích jednotkách musí učitel často předvádět, aniž by byl dokonale rozcvičený, což může vést k jeho zranění. Učitel TV by měl být také odolný vůči některým exogenním vlivům jako jsou například chlad, povětrnostní podmínky a zejména hluk provázející vyučovací proces neustále. Hladina hluku může při některých sportovních hrách dosáhnout hodnot 60-70 dB (Rychtecký, 1998).

#### Principy efektivního vyučování:

Efektivní učitel dovede stanovit uskutečnitelné učební cíle  
Méně zkušený učitel bez ohledu na žáka si klade většinou otázku, co bude dělat ve vyučovací hodině, čím naplní vyučovací čas. Místo toho by se však měl ptát: „Čeho mají moji žáci dosáhnout? O jakou pozorovatelnou změnu v jejich chování, postojích a zájmech budu usilovat?“ Teprve až po zodpovězení výše uvedených otázek může uvažovat o strukturaci učiva, formách, metodách, prostředcích a stylech řízení.

Efektivní učitel spatřuje svoji primární funkci v promyšleném a přesném instruování žáků. Efektivní učitel by měl do výuky přicházet připraven tak, aby žáci odcházeli s vědomím, že se něco naučili. Učitelé nejsou v tělocvičně proto, aby zajistili pouhou rekreaci žáků, ale aby žáky efektivně zaměstnali vhodnou pohybovou činností (Dobry, 1988). Předpokladem dokonalého zvládnutí pohybových dovedností je jejich provádění a procvičování. Efektivní učitel by měl být proto aktivní, informovat, poskytovat pomoc, demonstrovat.

Efektivní učitel začíná každou vyučovací hodinu přehledem obsahu lekce nebo přehledem učebních cílů. Žáci chtějí na začátku hodiny vědět, co mají od výuky očekávat, aby mohli informace během výuky postupně vstřebávat. Učitel v průběhu výuky pomocí promyšlených instrukcí upozorňuje žáky na tzv. uzlové body (základní znaky správného pohybu), které jsou nezbytným předpokladem efektivního vyučování. Žáci jsou poté pozornější a umocňuje se jejich zkušenost.

Efektivní učitel předkládá instrukce, korekce a zpětné informace jasně a živě. Výkon žáků je závislý na zřetelnosti a srozumitelnosti všech informací. Význam má i kladení otázek, které pomáhá dětem dokončit a pochopit úkoly (Mužík, Krejčí, 1997). Efektivní učitelé by však neměli klást otázky, na které žáci neumějí odpovědět. Také zpětná informace, kterou poskytuje učitel žákovi během učební činnosti má velký význam. Měla by však být poskytována podmíněně. Nejlépe při pohybovém projevu žáků, kdy předvádí, že se něco naučili. Výroky jako například „dělej“, „rychleji“ nejsou v tomto případě efektivní. Neefektivní je i tzv. zpětná informace bez věcného obsahu typu „špatně“, „to nebylo ono“, „musíš se víc snažit“. Pedagog by měl žákům doporučovat informace bez vynucování okamžitého zjevného efektu, s pozitivním hodnocením a pohybovou pomocí (Svatoň, 1987).

Efektivní učitel rozpozná aktuální stav žáka a jeho způsobilost ke specifickým pohybovým činnostem. Diagnostická činnost učitele a výsledky jeho pozorování jsou základem pro individuální přístup i hodnocení žáka.

Efektivní učitel uzavírá lekci přehledem a shrnutím hlavních myšlenek. Žáci mají obvykle sklon zapamatovat si konec vyučovací hodiny zřetelněji než začátek. Efektivní učitel by proto neměl hodinu končit tradičním nástupem a pozdravem, ale také zdůraznit stěžejní body učiva, aby si žáci uvědomili, co nového se naučili (Dobrá, 1988).

## 5. Vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy

Vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy jsou významnou složkou didaktického procesu, jehož podstatou je interakce učitele a žáka, která je spojená s vyučovacími činnostmi učitele a učebními činnostmi žáka. Základem didaktického procesu z pedagogického hlediska je osvojování, zdokonalování a zpevňování činností, postojů, dovedností i sociálních norem chování žáků. Specifická činnost učitele tělesné výchovy obsahuje následující druhy činností (Vilímová, 2002).

### Spektrum didaktických stylů

„Didaktické řídicí styly vyjadřují uspořádání všech vztahů mezi učitelem a žákem i všech činností učitele a žáka během výuky s ohledem na specifické, předem určené výchovně vzdělávací cíle“ (Mužík, Krejčí, 1997, s. 36).

Všichni pedagogové by měli v průběhu vyučování školní tělesné výchovy využívat jednotlivé řídicí styly v závislosti na zvoleném učivu. Pokud pedagog TV nebude ochoten přijmout požadavek jednotlivé styly využívat, může se stát, že se jeho vyučovací činnost stane rutinní a stereotypní záležitostí. Odezvou pak může být nekázeň žáků, jejich neochota podřídit se požadavkům a příkazům učitele a následně i nižší pohybová aktivita (Mužík, Krejčí, 1997).

Příkazový řídicí styl je charakteristický tím, že pedagog vykonává veškerá rozhodnutí sám a předkládá je žákům prostřednictvím příkazu nebo požadavku. Žák plní úkol podle modelu předloženého učitelem. Někdy může být příkazový signál přenesen na hudbu, tleskání či píšťalku nebo určující rytmus pohybu. Vyučující je tedy jedinou osobou, která rozhoduje o pohybových činnostech, které budou žáci vykonávat (např. rozcvička, nácvik skoku do dálky, nácvik hodů míčkem) a také určuje sociálně emocionální klima ve výuce. Většinou je charakterizován i dobrou kázní (Vilímová, 2002).

Řídicí styl úkolový bývá také nazýván stylem praktickým, který umožňuje vytvářet nové vztahy mezi učitelem a žákem i mezi žáky navzájem. Nové vztahy jsou vytvářeny přenesením některých rozhodnutí z učitele na žáka. Například při rozcvičce si žáci mohou vybrat značku, na které budou provádět pohybové úkoly, začít cvičit, až budou připravení, zvolit si individuální tempo a intervaly mezi jednotlivými sériemi činností, případně cvičení ukončit. V rámci tohoto stylu mají žáci prostor klást učiteli otázky, aby se ujistili ve správnosti provedení cviku. Protože žáci plní pohybový úkol samostatně, učitel má tedy více času jednotlivé žáky pozorovat, upozorňovat na případné nepřesnosti cvičení, zpětně informace a povzbuzování (Sliacky, Mužík, 2013).

Řídící styl se vzájemným hodnocením bývá označován také jako styl reciproční. Podstatou tohoto stylu je, že žáci jsou rozděleni do párů nebo skupin a každému jednotlivci v páru nebo skupině je přidělena určitá role. Jeden žák cvičí a druhý pozoruje, hodnotí, pomáhá a opravuje. Například u nácviku kotoulu jeden z dvojice cvičí a druhý pozoruje výkon spolužáka. Pedagog poskytuje korekce a zpětné informace, ale především se zaměřuje na pozorovatele, kterého vyzývá, aby řekl, co pozoruje a komentuje úspěch žáka při pozorování. Žáci vstupují do role učitele a tím se učí vnímat pohybovou kvalitu a odhalovat pohybové nepřesnosti spolužáků. Tento styl je vhodné využívat v početných třídách (Vilímová, 2002).

V řídicím stylu se sebehodnocením hodnotí žáci svůj vlastní výkon. V úkolovém stylu se žáci naučili samostatně vykonávat určitou pohybovou činnost, ve stylu se vzájemným hodnocením hodnotit a poskytovat zpětné informace, což mohou všechno zúročit v následujícím stylu se sebehodnocením. Například při nácviku skoku do dálky, kdy žák doskočí by měl následně sdělit svému učiteli, kde udělal chybu a při jakém provedení skoku by mohl být úspěšnější. Žák by měl o svém výkonu přemýšlet a radit se s učitelem. Méně nadaní žáci však zvládají tuto roli obtížně. Sebehodnocení je závislé na rozvíjení kinestézie (Dobry, 1988).

Řídící styl s nabídkou dává žákovi možnost si samostatně vybrat obtížnost zadaného úkolu, rozhodnout se o počáteční výkonové úrovni, ohodnotit se, čímž dochází k výraznému přesunu rozhodnutí z učitele na žáka. V podstatě může žák stejnou úlohu buď opakovat nebo si zvolit obtížnější úlohu či úlohu lehčí. Zásadní je, že každý z těchto tří výběrů je přijatelný. Například při nácviku přeskočení si žák volí výšku nářadí, vzdálenost odrazového můstku nebo druh přeskočení. Tento styl lze využít od prvních vyučovacích hodin v 1. ročníku ZŠ (Sliacky, Mužík, 2013).

Řídící styl s řízeným objevováním velmi ovlivňuje sociální atmosféru ve výuce. Tento styl je charakteristický tím, že místo oznamovacích a rozkazovacích vět používáme vět tázacích. Vyučující by měl zvolit učivo, které žáci dobře znají, aby uměli odpovědět na otázky kladené učitelem. Styl s řízeným objevováním výrazně ovlivňuje úroveň slovního vyjadřování žáků. Při aplikaci tohoto stylu lze využít obrazový materiál „Technika pohybové činnosti“ s metodickými pokyny k jednotlivým vyobrazením. Například při nácviku přihrávků o zem klade učitel žákům postupně následující otázky: „Jaké druhy přihrávek znáte? Které přihrávků se nejčastěji používají v košíkové? Co uděláte, jestliže je váš protihráč vysoký a nedaří se vám přehodit jeho ruce?“ atd. Při realizaci řízeného objevování je důležité dodržovat zásady správného chování: nikdy neříkat předem odpověď, vždy čekat na žákovu odpověď, a pokud je správná, vždy ji kladně hodnotit (Dobry, 1988).

Řídící styl se samostatným objevováním je založen na řešení problému. Při řešení problému se od žáka očekává, že najde odpověď zcela sám. Tento styl však není ideální pro méně pohybově nadané žáky, kteří si s řešením problémových úkolů často neví rady. Po zadání úkolu zůstávají pasivní a převážně napodobují nadanější spolužáky. Proto styl se samostatným objevováním uplatňujeme spíše u pohybově a mentálně vyspělejších žáků. Příkladem řídicího stylu se samostatným objevováním může být např. gymnastická sestava, kdy žáci samostatně vytvářejí sestavu z osvojených prvků nebo pohybová tvořivost, kdy žáci individuálně vyjadřují pohybem svou náladu, představy, vzpomínky (Dobrá, 1988).

### Vyučovací postupy

Didaktické – vyučovací postupy patří k základním strategiím ve vzdělávacím procesu či tréninku. Představují jeden z hlavních aspektů ve výběru a užití jednotlivých vyučovacích metod nebo jejich kombinací. Proces rozhodování, jaký postup bude v konkrétním případě učitelem nebo trenérem aplikován, závisí především na stávající úrovni pohybových dovedností a schopností žáků či sportovců, vyučovacím obsahu, cíli vyučování a konkrétním úkolu, na nárocích na hloubku osvojení dovednosti, věku žáků a jejich pohybových zkušenostech a spolupůsobících podmínkách (Rychtecký, 1998).

Teorie vyučování v tělesné výchově navrhuje uplatnění tří základních vyučovacích postupů:

Komplexní postup se využívá při nácviku cvičení, která se vyznačují jednoduchostí, mají přirozený charakter a bylo by zbytečné je dále rozkládat. Ve vztahu k věku nachází komplexní postup uplatnění zejména u předškolních dětí, protože vnímají globálně a obtížně přijímají učivo jinak než v komplexní podobě.

Analyticko – syntetický postup spočívá v rozčlenění průběhu pohybové dovednosti na dílčí fáze, které se nacvičují zvlášť a po nacvičení se postupně skládají do výsledné pohybové dovednosti

Synteticko – analytický postup vychází z rovnocennosti obou předchozích soustav a jejich nácvik probíhá převážně souběžně. Jako příklad můžeme uvést pohybové činnosti ve sportovních hrách. (Vilímová, 2002).

Mezi faktory ovlivňující volbu komplexního vyučovacího způsobu řadíme schopnost zapamatovat si dlouhé sekvence a řadu operací, velký rozsah pozornosti a vysokou docilitu. Faktory, které ovlivňují analyticko – syntetický vyučovací způsob jsou omezený rozsah paměti, neschopnost se soustředit po delší dobu, obtíže s provedením dílčích elementů či neúspěch v komplexním postupu. (Rychtecký, Fialová, 1998).

## Vyučovací metody

„Vyučovací metoda je záměrné a cílevědomé působení učitele za aktivní součinnosti žáků ve vyučovacím procesu při řešení úkolů a dosahování plánovaných cílů vzdělávacích a výchovných“. (Sýkora, Kostková et al., 1985, s. 161). Vyučovací metodu můžeme rovněž z pohledu učitele definovat jako „záměrný výběr učiva, jeho uspořádání, i způsob interakce se žáky“. (Vilímová, 2002, s. 67). Vyučovací metody mohou být směřovány na různé vyučovací cíle. Žáky můžeme prostřednictvím těchto cílů optimálně motivovat, rozvíjet u nich proces poznávání nového učiva a rovněž fixovat a kontrolovat jejich vědomosti a dovednosti. (Rychtecký, Fialová, 1998).

Nejen v didaktice tělesné výchovy ale i v jiných vyučovacích předmětech je převážně využívána následující klasifikace vyučovacích metod:

- motivační metody
- expoziční metody
- fixační metody
- diagnostické metody

Motivační metody ovlivňují vztah žáka k učení, jeho trvalost, iniciativu a intenzitu volního úsilí v činnosti. Při jejich aplikaci vycházíme ze základního schématu tvorby motivace, tj. potřeb a incentívů. Potřeby, nebo – li vnitřní podmínky v utváření vztahu žáka k vyučovacím procesu jsou značně individuální. Jsou vymezeny biologicky (potřeba pohybu, odpočinku), sociálně (seberealizace, sociální kontakt, cíle činnosti, efektivita v jejich dosažení) i vlastní zkušeností žáka (zájmová preference, atraktivita, aspirační úroveň, hodnotová orientace). Incentivu – nabídku, pobídku ovlivňuje učitel vhodným výběrem, například aplikací odměny, utvářením příznivého sociálně – psychologického klimatu ve třídě či vhodnou organizací soutěží. Můžeme rozlišit tři odlišné přístupy učitele při utváření motivace žáků k vyučovacím procesu. Jedná se o individuální přístup zaměřený na konkrétního žáka, dále typologický přístup v rámci, kterého je společný motiv určen pro celou třídu (záleží na homogenitě třídy) a topologický přístup nabízející více různých motivů, žák si vybírá. Například pokud se žák zlepšil v učení, zvýší se jeho aspirační úroveň, žák nalézá cíle, které pro něj mají osobní smysl. (Vilímová, 2002).

Expoziční metody zajišťují předání obsahu učiva žákovi učitelem. Užívají se ve čtyřech základních přístupech:

- přímý přenos poznatků od učitele na žáka (výklad, popis, vysvětlení atd.)
- zprostředkovaný přenos pomocí názoru (ukázka, schéma, model)
- heuristickým přístupem (tvůrčí aktivita žáků, řízená i neřízená učitelem)
- metody samostatné percepční činnosti žáků

Podstatou expozičních metod je kognitivní (poznávací) činnost žáka, spojená s počátečním prováděním tělesných cvičení. Průběžným i finálním výsledkem je syntéza všech podnětů s pohybovou reakcí. (Hošek, Rychtecký a kol., 1984). Metoda přímého přenosu poznatků je závislá na vědomostech žáků. Cílem metody popisu je utváření a zpevnování pojmů. Bez pojmů by byla komunikace mezi žákem a učitelem v nácvičování obtížná a žák by o nacvičovaném pohybu nemohl přemýšlet. Metoda výkladu je spojená u žáků s aktivní tvorbou představy o pohybové dovednosti.

Metoda vysvětlení přináší většinou radu, návod či analýzu, jak postupovat v učení. Je nutná zejména u obtížnějších pohybových dovedností nebo nového učiva. K metodám zprostředkovaného přenosu patří metody demonstrační, opírající se o zrakové vnímání žáka a přispívající k vytváření představy o pohybu. Typické je imitační motorické učení. Metoda ukázky patří k nejfrekventovanějším expozičním metodám. Označujeme ji jako názornost předmětnou. Může mít charakter globální (předvedení pohybu v celku), či analyticko – syntetický (ukázku jeho částí), nebo lze využít ukázku zobrazující (kresbu, schéma, film, video). Pro heuristický přístup přenosu poznatků jsou typické metody problémové. (Rychtecký, Fialová, 1998).

Fixační metody jsou zaměřeny na upevnování, procvičování a zdokonalování již nacvičeného učiva. Při osvojování pohybových dovedností je cílem fixačních metod zejména odstranit nežádoucí souhyby, zpřesnit rytmus prováděné činnosti, zlepšit sled pohybů a jejich plynulost, zvýšit význam kinestetické kontroly a provádět cvičení s adekvátním vynaložením energie (svalové i psychické). Podstatou všech fixačních metod je podávání zpětných informací a optimalizace počtu opakování. Nároky na poskytování zpětné informace při nácvičování jsou závislé na věku žáků (mladší jedinci potřebují častěji informovat), na povaze nacvičované dovednosti (složitější dovednosti je potřeba častěji posilovat), na osobnostních vlastnostech (žáci s nízkou sebedůvěrou více podněcovat, žáci sebevědomé informovat méně často) (Rychtecký, Fialová, 1998).

Metody diagnostické (klasifikační) nám umožňují dosažené výsledky žáků hodnotit a kontrolovat. Diagnostická činnost je trvalou součástí práce učitele a rovněž průběžnou i

finální fázi vyučovacího procesu. Cílem vstupní diagnostiky je zjistit základní předpoklady žáků pro nácvik dovedností. Zařazují se do učebního plánu na začátku školního roku, před začátkem nácviku nového učiva. Může se jednat o standartní motorické testy (testování pohybových schopností), nebo o testy nestandardní, které se využívají ke zjištění úrovně zvládnutí pohybových dovedností. Výhodou těchto metod je jejich měřitelnost, která umožňuje srovnávat výkonnost žáků uvnitř třídy i s výkonností ostatní populace daného věku. (např. rozdělení žáků do družstev při lyžařském výcviku). Průběžná diagnostika prověřuje dílčí úspěšnost v učení. Podle výsledků může učitel TV sestrojít křivky učení (počet opakování, strávený čas v nácviku) a podle nich korigovat nebo měnit učební program, jeho cíle, didaktické styly, aplikované postupy či vyučovací i výchovné metody. Finální diagnostika má význam v půlroční či roční klasifikaci a požadavky finálního hodnocení by měli žáci znát již na začátku vyučovacího cyklu. (Sýkora, Kostková et al., 1985, Vilímová, 2002).

#### Didaktické zásady v tělesné výchově

Didaktické zásady můžeme definovat jako obecné požadavky ovlivňující charakter vyučování a jeho efektivitu. Zejména ve fázi plánování a přípravy vyučovacího procesu, v interakci se žáky, ve vyučovacích činnostech učitele či v aplikaci učiva nacházejí tyto zásady své uplatnění. (Černá, 2014).

Ve vyučovací jednotce tělesné výchovy by měl vyučující dodržovat především tyto zásady:

#### Zásada uvědomělosti a aktivity

Spočívá v tom, aby žáci pochopili smysl a podstatu prováděné činnosti, identifikovali se se stanovenými cíli, uplatňovali tuto zásadu při hře, při cvičeních v družstvech v rámci dodržování pravidel. Prostřednictvím této zásady by si měli také uvědomit zdravotní přínos cvičení, přístup k učební činnosti, rozpoznat chyby a být schopni pozorování a přemýšlení o činnosti. Učitel by měl žáky vést především k aktivitě, kterou může zvýšit povzbuzením, zpětnovazebním hodnocením, rozhovorem nebo soutěžením (Černá, 2014). „*Budit zájem může však jen ten učitel, který sám projevuje zájem o vyučování a obsah, jemuž vyučuje*“. (Mojžíšek, 1988, st. 47). Je třeba aktivitu chápat také z hlediska fyziologického, respektive trvalého přísunu kyslíku do centrální nervové soustavy. Vydýchaný vzduch v učebně může být u žáků hlavní příčinou únavy a malé aktivity (Mojžíšek, 1988).



### Zásada názornosti

Na základně ukázky si žáci nejlépe utvoří představy a pojmy o prováděné činnosti. Může se jednat o ukázku přímou, kterou provádí cvičenec či učitel nebo ukázku nepřímou prostřednictvím obrázku či videa. Představu o pohybu může vyučující vylepšit také pasivním pohybem, zrytmizováním (Černá, 2014). Nejde však jen o audiovizuální prožitky, ale také o názorný prožitek z radosti z poznání, touhy po objevení důkazu, o prožitek zklamání, námahy, odvahy, strachu, lásky, společné kolektivní radosti. (Mojžíšek, 1988).

### Zásada soustavnosti

Vyučující předává učivo v logické návaznosti. Jedná se o systematickou a pravidelnou práci dle celoročního plánu. Postupuje vždy od známého k neznámému, od konkrétního k abstraktnímu, od jednoduchého ke složitějšímu, od zvláštního k obecnému. Rovněž dbá na to, aby docházelo u žáků k rozvoji pohybových dovedností a schopností (Černá, 2014). Výběr vyučovacích metod by měl být volen tak, aby umožňoval žákům poznat části i celek vědeckého obsahu (Mojžíšek, 1988).

### Zásada přiměřenosti

Obsah, rozsah i obtížnost učiva musí odpovídat stupni psychického vývoje, věkovým a individuálním zvláštnostem a schopnostem žáků. Při přípravě na vyučovací jednotku musí učitel zohledňovat velké množství faktorů jako je např. věk, zdravotní stav, pohlaví, trénovanost, zájmy. Uvedené faktory musí vyučující respektovat, aby byl proces výuky bezpečný a efektivní. Z tohoto důvodu je nutná diferenciac:

- organizační (skupiny, různé třídy, školy)
- podle pohlaví
- kvantitativní (učitel vytváří skupiny podle schopností žáků)
- kvalitativní (učitel vytváří skupiny podle kvality osvojení pohybové dovednosti (Černá, 2014).

### Zásada trvalosti

Prostřednictvím této zásady si žáci zapamatují vědomosti a dovednosti a dokáží si je vybavit a použít později. Zahrnuje efektivní využití diagnostických metod, pravidelnou kontrolu výsledků práce u žáků. Utváří kladné postoje žáků k pohybové aktivitě a osvojení si zdravého životního stylu, což lze docílit jen několikaletým úsilím (Černá, 2014). Určitě nelze podcenit použití fixačních metod a metod diagnostických. V případě jakékoliv chyby v

technikách a způsobech použití vyučovacích metod je efektivita vyučování narušena (Mojžíšek, 1988).

## 5.1. Současné pojetí činností učitele ve školní TV

Činnosti učitele tělesné výchovy obsahují souhrn profesních vyučovacích i výchovných aktivit učitele a jeho osobnostních dispozic i vlastností. Učitel zprostředkovává realizaci výchovy a vzdělání na rozvoj osobnosti žáků a rovněž plánuje, řídí a hodnotí výchovně – vzdělávací proces tak, aby byl co nejvíce efektivní. Jeho dominantní role tkví ve společenské odpovědnosti za výsledky vzdělání i výchovy. (Vilímová, 2002).

Činnost učitele tělesné výchovy můžeme shrnout do následujících druhů činnosti:

- iniciační – podporování žáků, jejich motivace
- řídicí – učitel může přenést část řídicí činnosti v hodinách tělesné výchovy na samotné žáky, např. při cvičení ve skupinách, i nadále však zůstává hlavním a řídicím činitelem didaktického procesu
- výchovná – vyučující rozvíjí nejen pohybové schopnosti a dovednosti žáků, ale i formuje jejich morálně – volní vlastnosti
- organizační činnost – je důležitá z hlediska kvality hodiny, učitel musí mít dostatečné organizační schopnosti, aby udržel přiměřenou kázeň při hodinách TV, je totiž rozdíl vyučovat v učebně, na hřišti, či v tělocvičně
- diagnostická činnost – zahrnuje spravedlivé, objektivní hodnocení činnosti žáků, přesné určení chyb a návod k jejich odstranění, pochopení individuálních možností každého žáka
- pozorování – správné výsledky pozorování umožní učitelovi korekci motorického učení žáků
- činnosti analyticko – syntetické – si žádají od učitele TV umět nacvičovanou dovednost rozložit na jednotlivé metodické kroky a zase je včas spojit do celkové dovednosti
- předcvičování – vyžaduje dostatečnou fyzickou zdatnost učitele
- záchrana a dopomoc – bezpečnost, ale i pocit jistoty u žáků může zajistit pouze učitel, který ovládá „grify“ umožňující žákům nácvik dovedností zejména v počáteční fázi (Hurychová, Vilímová, 1997).

Dle současných pedagogických teorií můžeme vymežit tři odlišné přístupy k vyučování:

- výkonová pedagogika zdůrazňuje techniku a strategii ve vyučování, jehož základem je věda, myšlení a logika. Efektivitu vyučování ověřuje měřením například tělesné výkonnosti žáků
- kritická pedagogika vyzdvihuje sociální aspekty a ve vyučování klade důraz na emancipaci, dialog, kritiku a stanoviska žáků
- postmoderní pedagogika předkládá problém, zda ortodoxní přístupy výkonové i kritické pedagogiky dokáží porozumět sociálním podmínkám společnosti 21. století (Rychtecký, Fialová, 1998).

Aby byli učitelé schopni se v rámci své učitelské činnosti správně a rychle rozhodovat, musí se naučit myslet a jednat reflektivně. Toho docílí tehdy, pokud svojí učitelské profesi rozumí, mají ji rádi a nachází v ní uspokojení. Ve výchovně – vzdělávacím procesu rozlišujeme také učitelské činnosti nepřímé (strategické, plánovací) a přímé (interakční), které se vzájemně doplňují.

V rámci didaktického procesu můžeme vyučovací činnosti učitele rozdělit na následující etapy:

Přípravná etapa se vyznačuje nepřímou interakcí učitele se žáky. Pro tuto etapu je typický výběr učiva a stanovení cílů, prognóza výsledků vyučování i návrh kritérií pro hodnocení, sestavení plánu výchovně – vzdělávacího procesu. Výběr učiva vyplývá z úkolů a cílů školní tělesné výchovy, nabídky učiva v curriculum (osnovách), diagnostiky žáků či zkušeností učitele. Učitel se v rámci výběru učiva zaměřuje nejen na to, co je potřeba do učebních plánů zařadit, ale také co je pro žáky vzhledem k jejich rozvoji reálné. Konkrétní učivo se promítá do ročních a tematických plánů a rovněž přípravy na vyučovací jednotku. V tělesné výchově můžeme volit například tyto modely:

- multičinnostní – orientuje se na různé druhy typických tělovýchovných a sportovních činností
- sportovně výchovný – zaměřuje se na hlavní a oblíbené sporty
- soutěživě výkonový – není typický ve školní tělesné výchově, spíše v doplňkových nebo zájmových formách, vyžaduje částečnou specializaci
- kondiční – specializuje se na zdravotní prevenci a zdatnost
- osobnostně socializační – klade důraz na sebehodnocení, morálku, odpovědnost, dobrodružné aktivity

Rozhodnutí učitele o výběru učiva by mělo vycházet ze znalostí ontogenetických zákonitostí, ze schopností a dovedností žáků, obecných cílů školní tělesné výchovy, individuálních zvláštností a zájmů žáků. V průběhu i po ukončení vyučovaného programu (tematický okruh, roční cyklus, vyučovací jednotka) je důležité výběr učiva přehodnotit (reflexe výsledků, chování žáků, testování) (Sýkora, Kostková a kol., 1985). Prognóza vyučování je hypotézou, předpokladem výsledků budoucího pedagogického procesu. Mimo didaktických zkušeností a zhodnocení podmínek, za kterých bude vyučovací proces probíhat (materiální vybavení, počet žáků) obsahuje i náměty vyučovacích a výchovných postupů, metod či stylů. Učitel by měl rovněž předvídat obecné i individuální problémy v nácviku, vymezit klíčová místa v učení, analyzovat typické i nahodilé chyby. Také by se měl zaměřit na emocionální reakce žáků, jež jsou nutná pro vytváření příznivé atmosféry ve vyučování. Učitelovo očekávání při výuce žáků je ovlivněno jak pohlavím i věkem žáků, tak i jejich chováním a výkonností. Pozitivní nebo negativní očekávání učitele vstupuje vědomě i nevědomě do jeho interakce se žáky. Vyučující může někdy nevědomě své očekávání vysílat k žákům slovně, gesty nebo mimikou a ovlivnit tak jejich chování či úspěšnost v učení. Tento jev je v pedagogické psychologii označován jako „Pygmalion“, nebo Rosenthalův efekt. Hladina očekávání může být prostřednictvím vyučovací jednotky tělesné výchovy ovlivněna například pohlavím, atraktivitou, úsilím nebo schopnostmi žáků. V této etapě přípravy zvažuje učitel i kritéria hodnocení výsledků vyučovacího procesu. Plán vyučovacího procesu zahrnuje stanovení cílů vyučování, konkrétní vybrané učivo (nácvik pohybových dovedností), zvolení didaktického stylu (příkazový, s nabídkou), organizace vyučování (hromadné, skupinové), druh motorického učení (imitační, instrukční), rozložení nácviku v čase, zvolený vyučovací postup (komplexní), aplikaci pedagogických zásad včetně volby vyučovacích metod (motivační, expoziční), výchovné metody (odměna a trest), kritéria pro průběžnou i finální diagnostiku (klasifikace výsledků vyučovacího procesu). Výsledkem přípravné etapy je zpracovaný tematický celek, roční plán či příprava na vyučovací jednotku (Rychtecký, Fialová, 1998).

Realizace vyučování probíhá v přímé interakci mezi učitelem a žákem. Významně do ní zasahují i další činitelé. Jedná se zejména o podmínky materiální, společenské a právní, které mají sice roli podpurnou, ale významně přispívají k efektivnosti vyučování. Mimo těchto základních prvků působí na žáka ještě další vnější činitelé. Je to především rodinná výchova, která může kladnými postoji rodičů, sourozenců či prarodičů přispívat k významu pohybu, tělovýchovných činností a sportu v životě člověka. Masmédia (rozhlas, televize, tisk)

rovněž ovlivňují zejména kognitivní složku žáků a studentů k pohybové činnosti. Také kultura, literatura a filmy prezentují význam pohybu v životním stylu moderního člověka. Rovněž trenéři, cvičitelé i sportovní vzory a výkony našich sportovců mohou být podněcujícím faktorem ve formování pozitivních postojů žáků a studentů ke sportu. Prostřednictvím mezipředmětových vztahů získávají žáci vědomosti z biologie či rodinné výchovy a jsou informováni o zdravotně preventivní i sociální roli v životě člověka. V neposlední řadě jsou to lékaři a pediatři, kteří působí na mládež zejména jako aktivní prostředek v primární i sekundární zdravotní prevenci (Vilímová, 2002).

## 6. Vyučovací hodina tělesné výchovy

Tělesná výchova je povinný předmět na všech základních školách a je určena všem žákům ve všech ročnících. Základní organizační formou tohoto předmětu je vyučovací jednotka v rozsahu 45 minut. V učebním plánu všech ročníků jsou zařazeny 2 vyučovací hodiny tělesné výchovy, třetí vyučovací hodina tělesné výchovy je realizována tam, kde jsou pro ni vhodné podmínky.

Vyučovací hodina je stabilně uspořádaný systém hlavních faktorů výchovně vzdělávacího procesu a jejich vzájemných vztahů, determinovaný obsahem a cílem učiva, prostorem, kde je uskutečňován, časem, v němž je realizován, psychickou i fyzickou úrovní žáků, zkušenostmi a předpoklady učitele. (Rychtecký, Fialová, 1998). Tato organizační forma je přímo řízená učitelem, který má v tomto procesu dominantní postavení a nese plnou odpovědnost za výsledky výchovně vzdělávacího procesu (Kostková a kol., 1978).

### 6.1. Cíle vyučovací hodiny TV

Cílem vyučovacích hodin tělesné výchovy je napomáhat k plnění cílů školní tělesné výchovy a k realizování cílů výchovně vzdělávacího procesu školy. Každá vyučovací hodina TV plní určité dílčí cíle, které jsou v souladu s hlavními úkoly školní tělesné výchovy. Předmětovými cíli rozumíme zamýšlený a očekávaný výsledek, který je vyjádřen ve vědomostech, dovednostech, vlastnostech žáků, v utváření jejich postojů, názorů, hodnotové orientace a v jejich osobním vývoji (Frömel, 1983).

Mezi úkoly úvodní části vyučovací hodiny tělesné výchovy řadíme:

- formální úkol (organizační)
- výchovný úkol
- diagnostický úkol
- vzdělávací úkol
- zdravotní úkol
- psychologický úkol
- kontrolní úkol

Prostřednictvím formálního úkolu vyučující zahajuje a ukončuje vyučovací jednotku, provádí evidenci a zajišťuje ukázněný a bezpečný průběh vyučovací jednotky.

Do výchovného úkolu můžeme zařadit kladný postoj žáků k tělocvičné aktivitě, pozitivní vlastnosti osobnosti, především morální a volní, vhodné interpersonální vztahy při tělocvičné aktivitě, kladný postoj k vlastnímu všestrannému tělesnému rozvoji, aktivní uplatňování rozvíjených návyků, vědomostí, dovedností v podmínkách zájmové a spontánní tělocvičné aktivity, schopnost samostatné a tvořivé činnosti při tělocvičné aktivitě, adekvátní ukázněnost žáků učitelem.

Diagnostický cíl (kontrolní) podává informace pro úspěšný průběh vyučovací jednotky, zjišťuje tělesný a psychický stav žáků – psychickou nebo tělesnou únavu, aspirační úroveň, hyperaktivitu, kontroluje splnění úkolů z minulé vyučovací jednotky.

Vzdělávací úkol dbá na to, aby úroveň pohybových schopností, dovedností odpovídala věku a vědomostem žáků. Určuje jasný a konkrétní cíl vyučovací jednotky.

Zdravotní úkol upevňuje fyzickou a psychickou zdatnost organismu, zabezpečuje ochranu a upevňování zdraví, otužování organismu, pozitivní postoje ke zdraví, návyky správné životosprávy, hygienické a bezpečnostní požadavky a zaměřuje se na chápání tělocvičné aktivity jako nutné životní potřeby.

Psychologický úkol má za úkol motivovat žáky – navodit u žáků dobrou náladu, odreagovat žáky od předcházejících školních povinností a nastartovat psychickou připravenost žáků k dalším úkolům.

Kontrolní úkol se zaměřuje na splněné úkoly z minulé vyučovací hodiny a na hodnocení úspěšnosti žáků v učebním procesu. (Frömel, 1983).

## **6.2 Typologie vyučovací hodiny tělesné výchovy**

Z hlediska hlavních složek výchovně – vzdělávacího procesu rozlišujeme vyučovací hodiny:

- diagnostické (zahrnují i kontrolu)
- motivační (prohlubují zájem)
- expoziční (umožňují nácvik, seznamují s učivem)
- fixační (zdokonalují, upevňují)
- kontrolní

Z aspektu obsahu rozlišujeme vyučovací hodiny:

- gymnastické
- atletické

- herní
- plavecké
- úpolové

Tyto vyučovací hodiny se mohou dále podle obsahu dělit. Například herní vyučovací hodiny na vyučovací hodiny odbíjené, házené, košíkové atd.

Na základě pohlaví rozlišujeme vyučovací hodiny tělesné výchovy:

- dívčí
- chlapecké
- koedukované

Pohlavní diferenciaci je v českých školách realizována v hodinách tělesné výchovy od 2. stupně základní školy. V posledních letech se doporučuje pro některé činnosti skupina koedukovaná (tance, některé volitelné činnosti).

Z aspektu tematické četnosti rozlišujeme vyučovací hodiny:

- monotematické (jsou zaměřeny na rozvoj dovedností pomocí prostředků jednoho sportu)
- smíšené (v polytematických hodinách je zařazen obsah dvou či více sportů)

Z hlediska intencionálního (zaměření) rozlišujeme vyučovací hodiny:

- povinné tělesné výchovy
- zvláštní tělesné výchovy (zdravotní a léčebné tělesné výchovy)
- zájmové tělesné výchovy (nepovinné tělesné výchovy) (Fialová, 1998)

Na základě převažujícího zaměření rozlišujeme vyučovací hodiny tělesné výchovy:

- vzdělávací
- nácvičné
- kontrolní
- esteticky orientované
- kondiční
- sportovně orientované
- tělocvičně rekreačně orientované



- soutěžní

Podle typu a stupně školy rozlišujeme:

- vyučovací hodiny tělesné výchovy v mateřské škole
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na základní škole na 1. stupni
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na základní škole na 2. stupni
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na gymnáziu
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na střední odborné škole
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na středním odborném učilišti
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na zvláštních typech škol
- vyučovací hodiny tělesné výchovy na vysoké škole

Ve školní tělovýchovné praxi se častěji střetáváme se smíšenými formami, kterými je možné dosáhnout vhodnějšího fyziologického a psychického zatížení žáků (Frömel, 1983).

### **6.3 Didaktické formy uplatňované ve vyučovací hodině tělesné výchovy**

Ve školní tělesné výchově je využíváno různých forem práce, které vymezují rámec učebního procesu. Didaktické formy v rámci školní tělesné výchovy rozlišujeme na základní (hromadná forma, skupinová forma, individuální forma), specifické (forma doplňkového cvičení, forma variabilního provozu, forma kruhového provozu), z hlediska řízení učebního procesu (direktivní forma, zprostředkovaná forma – učební proces žáků řídí vedoucí nebo jeden z mikroskupiny žáků, samostatná forma – učební proces je veden programovým učebním postupem či úkolovou kartou).

Z širšího aspektu dělíme didaktické formy na (pevné, volné, frontální - hromadné, skupinové, individuální), z hlediska sportovního tréninku na (tréninkové formy k rozvoji fyzických výkonnostních faktorů, tréninkové formy k rozvoji motorických vlastností, schopností, tréninkové formy s technickým nebo taktickým zaměřením) (Frömel, 1983).

Hromadná, frontální forma se vyznačuje relativně stálým uspořádáním učebního procesu, při kterém řídí učitel obsahově stejnou činnost všech žáků. To znamená, že všichni žáci cvičí stejná cvičení pod vedením vyučujícího. Tento způsob řízení výuky je používán ve všech částech vyučovací hodiny, zejména při cvičení venku, při některých cvičeních

gymnastických a v hodinách herních. Vyžaduje dobrou přípravu učitele na vyučování i srozumitelný výklad požadavků. Činnost učitele a žáků může být stále sledována všemi cvičenci, a proto jejich kladné či záporné hodnocení má přímou odezvu u celé třídy (Sýkora, Kostková a kol., 1985).

Skupinová forma představuje stále uspořádání učebního procesu, při němž jsou žáci rozděleni do skupin s odlišným učebním obsahem a učitel neřídí přímo všechny žáky ve skupinách. Skupinová práce v tělesné výchově má převážně charakter práce v družstvech. Učitel většinou řídí skupiny pomocí instruovaných vedoucích, kterým stanovuje úkoly včetně vzájemného hodnocení a sebekontroly. Žáci pracují samostatněji a je v nich upevňován pocit odpovědnosti za plnění úkolů. Skupinová práce rovněž usnadňuje lepší využití cvičebních prostorů, náradí a náčiní, kterého bývá ve školách pro frontální provoz nedostatek (Frömel, 1983).

Individuální forma vykazuje uspořádání učebního procesu tak, aby v něm bylo co nejvíce využito iniciativy a aktivity žáků v tělesné výchově. Žáci jsou zapojeni do učebního procesu individuálně, pracují samostatně, nebo se v rámci jiné didaktické formy postupně střídají v učebním procesu přímo řízené učitelem tělesné výchovy. Mohou být také v rámci jiné organizační formy vyčlenění pro individuální učební proces, který je řízen například pomocí programových učebních postupů či úkolových karet. Samostatná práce žáků je výsledkem dlouhodobé součinnosti učitele a žáka, při které si žák osvojil potřebné poznatky a činnosti tak, že je schopen jich v určitých situacích samostatně využít. Protože však vyžaduje velkou míru samostatnosti žáků, jejich zvýšenou aktivitu, sebekontrolu a bezpečnost při učebním procesu, není uplatňování individuální formy ve školní tělesné výchově na žádoucí úrovni (Kostková, 1978).

Forma doplňkového cvičení představuje tělocvičnou činnost žáků, která rozšiřuje hlavní tělocvičnou činnost a vyplňuje didaktický čas, který není využit pro tělocvičnou aktivitu. Doplňková cvičení by měla přispívat k rozvoji pohybových schopností žáků, zdokonalit jednoduché tělocvičné činnosti, zajistit aktivní odpočinek, vytvářet ztížené a variabilní podmínky. Obsahem doplňkových cvičení by měla být cvičení jednoduchá, která žáci znají, cvičení nevyžadující záchranu ani dopomoc, cvičení emocionálně slabší než cvičení na hlavním stanovišti, cvičení nezvyšující hlučnost či cvičení neovlivňující bezpečnost cvičení na dalších stanovištích.

Forma variabilního provozu je zaměřená především na rozvoj tělocvičných dovedností, při nichž žáci rychle střídají tělesná cvičení na různých stanovištích. Hlavním úkolem variabilního provozu je maximálně využít didaktický čas a zapojit všechny žáky do

cvičebního procesu, zdokonalit a upevnit již osvojené tělocvičné činnosti, vytvořit podmínky pro větší kondiční zatížení žáků nebo přispět k rozvoji samostatnosti a aktivity žáků. Aplikace variabilního provozu ve vyučovací jednotce je značně závislá na návyku žáků na samostatnou činnost a ukázněnost žáků. Tato didaktická forma by měla vyplnit přibližně 10–15 minut výukové doby (Frömel, 1983).

Forma kruhového provozu je didaktická forma školní tělesné výchovy, která je zaměřená především na rozvoj pohybových schopností. Žáci v rámci kruhového provozu střídají jednotlivá tělesná cvičení a postupují po jednotlivých, zpravidla do kruhu uspořádaných stanovištích. Cílem kruhového provozu je zvýšit úroveň kondičních schopností žáků, využít didaktický čas pro tělocvičnou aktivitu, přispět k rozvoji samostatnosti žáků, či rozvíjet u žáků schopnost rychle se orientovat v měnících se podmínkách a přizpůsobovat se měnícím se tělocvičným činnostem. Řízení je podobné jako u variabilního provozu s počtem stanovišť 6–12. Z pozice cílového zaměření rozlišujeme kruhový provoz se všeobecným, diagnostickým a speciálním zaměřením. Kruhový provoz se všeobecným zaměřením je kondičního charakteru, je zapojeno co největší množství svalových partií, intervaly odpočinku se zkracují, zatížení žáků je vysoké. Kruhový provoz se speciálním zaměřením se orientuje na určité sportovní odvětví nebo je přípravou ke zvládnutí určité pohybové činnosti. Speciálně zaměřené kruhové provozy by měly předcházet koncentrovaným tematickým celkům učiva. Například před učivem z odbíjené budou zařazovány kruhové provozy se speciálním zaměřením na odbíjenou. Diagnostický kruhový provoz je zvláštní druh kruhového provozu, jehož důležitým cílem je získat informace o úrovni pohybových schopností žáků a jejich změnách (Kostková, 1978).

# PRAKTICKÁ ČÁST

## 1. Cíle výzkumu, výzkumné otázky a úkoly práce

### 1.1 Cíle výzkumu

Hlavním cílem mé absolventské práce bylo zjistit, jak je v současné době oblíbený vyučovací předmět tělesná výchova u pedagogů a žáků působících na prvním stupni základních škol. Dílčím cílem bylo posouzení interakce mezi učitelem a žákem v hodinách tělesné výchovy.

### 1.2 Výzkumné otázky

V rámci diplomové práce byly stanoveny tyto výzkumné otázky: Prostřednictvím dotazníku jsem čerpala informace, jak vnímají a posuzují žáci náplň a průběh hodin tělesné výchovy a rovněž jaký postoj zauímají ke svému učiteli tělesné výchovy. Na základě těchto informací jsem si stanovila první výzkumnou otázku.

VO1: Má u žáků kreativní přístup pedagoga TV vliv na oblíbenost předmětu TV?

VO2: Které didaktické řídicí styly jsou u vybraných učitelů nejpoužívanější z pohledu žáků?

Cílem školní tělesné výchovy je podněcovat u žáků nejen kladný vztah k péči o své zdraví, ale vytvářet také radost a prožitek z pohybových aktivit. Domnívám se, že by měli učitelé v rámci svých hodin tělesné výchovy usilovat o určitou nápaditost, kreativitu a využívat nejrůznější netradiční pomůcky. Proto jsem si stanovila třetí výzkumnou otázku.

VO3: Využívá více než 50 % ze zúčastněných učitelů ve svých vyučovacích hodinách tělesné výchovy netradiční pomůcky?

VO4: Které dovednosti z oblasti základů gymnastiky nacvičují učitelé se žáky v hodinách TV nejčastěji?

VO5: Které míčové hry v hodinách TV žáci preferují?

## 1.3 Úkoly práce

Pro dosažení cílů práce a ověření všech hypotéz byly stanoveny následující úkoly:

- studium odborné literatury týkající dané problematiky
- výběr vhodných škol pro realizaci zamýšleného srovnání
- vytvořit dotazníky pro učitele a žáky týkající se vyučovacího předmětu tělesná výchova
- uskutečnit výzkumné dotazníkové šetření
- realizovat výzkumné měření a sběr dat
- vyhodnotit získané výsledky
- ze získaných výsledků sestavit závěry pro teorii a pro praxi

## 2. Metodika práce

Pro svůj výzkum jsem si zvolila dva dotazníky, které jsem osobně sestavila. V dotazníku, který byl určen pro pedagogy tělesné výchovy na prvním stupni základních škol, jsem na základě výzkumného šetření zjišťovala celkový pohled vyučujících na hodiny školní tělesné výchovy. Pozornost jsem při získávání informací soustředila zejména na kvalitu a styl výuky a také na ochotný a kreativní přístup vyučujících, zařazovat do hodin tělesné výchovy netradiční pomůcky, materiály a moderní sportovní technologie.

Druhý dotazník byl určen pro žáky prvního stupně základních škol, tedy pro 1.-4. ročník. Na jeho základě jsem čerpala od žáků informace, týkající se jejich postojů a názorů na školní tělesnou výchovu. Především oblíbenost či neoblíbenost vyučovacích hodin školní tělesné výchovy, atmosféra v průběhu výuky, osobnost učitele a jeho vztah k žákům a samozřejmě výukové metody a styly byly předmětem mého výzkumu. Myslím si, že pro většinu dětí mladšího školního věku je pohybová aktivita přirozenou součástí jejich vývoje. Děti se rády neustále pohybují, předvádí se, a proto jakékoliv nesprávné vedení, či liknavý přístup ze strany učitele v rámci hodin školní tělesné výchovy, může u žáků nepříznivě ovlivnit jejich vztah k pohybovým aktivitám. Učitel je vždy jakýmsi vzorem pro žáky, zvláště na prvním stupni základních škol. Proto u těchto žáků předpokládám, že odpovědi vyplněné v dotazníku budou upřímné a pravdivé. Dotazníky, které jsem zpracovala přes webový portál Microsoft Forms ochotně vyplnili všichni vybraní pedagogové, tak i žáci. Celkem se na mém výzkumu účastnili pedagogové z různých základních škol a jejich žáci, a to jak kategorie dívek, tak i chlapců.

Pro zjištění odpovědí na stanovené výzkumné otázky jsem použila odpovědi na otázky z osobně sestavených dotazníků určených pro žáky a učitele. V rámci mé diplomové práce jsem si zvolila pět výzkumných otázek zaměřených na dovednosti žáků z oblasti gymnastiky, uplatňované didaktické řídicí styly, využití netradičních pomůcek, oblíbenost míčových her u žáků, a také jsem zjišťovala, jestli má u žáků kreativní přístup pedagoga TV vliv na oblíbenost předmětu TV. K první výzkumné otázce se vztahovaly otázky 5, 19, 20, 21, 22 z dotazníku pro učitele. Ke druhé výzkumné otázce se vztahovaly otázky 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20 z dotazníku pro učitele a otázky 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23 z dotazníku pro žáky. Kreativnost pedagoga jsem posuzovala zejména na základě jeho odbornosti v oblasti tělesné výchovy, citu pro hudební a taneční vnímání v rámci TV, vytváření správných návyků v péči o fyzické a psychické zdraví žáků a rozvoje psychomotoriky prostřednictvím správné koordinace pohybů a jemné motoriky.

Výzkumné šetření (dotazník) určené pedagogům a jejich žákům na prvním stupni základních škol bylo koncipováno do tří okruhů zaměřených na oblast sociálně – vztahovou, emotivní, komunikativní, zdravotní, kreativní a vzdělávací. Dotazník určený pro pedagogy obsahoval celkem 38 otázek, součástí dotazníku pro žáky bylo celkem 41 otázek. V úvodní části výzkumu jsem se dotazovala především na data týkající se vztahu respondentů k tělesné výchově, jejich názor na průběh a atmosféru vyučovacích hodin TV, uplatňované didaktické styly v rámci výuky a osobnost učitele TV. Respondenti označovali do vymezeného políčka vedle možností odpovědi pouze jednu vybranou odpověď o možnostech určitě ano, spíše ano, spíše ne, určitě ne. Ve druhé části dotazníku jsem zjišťovala, které gymnastické dovednosti (např. kotoul vpřed, přemet stranou), pohybové činnosti (např. rozcvičky, překážkové dráhy), gymnastické disciplíny (např. cvičení na švédské lavičce, šplh na tyči), či sportovní hry (např. miniházená, minifotbal) jsou v hodinách TV realizovány. V následující části označovali respondenti políčka u všech jimi vybraných možností. Například u otázky „Jakým pohybovým činnostem se věnujete v hodinách TV?“ Možnosti výběru byly honičky, překážkové dráhy, rozcvičky, míčové hry.

Cílem poslední části výzkumného šetření bylo odhalit, kterým gymnastickým dovednostem, pohybovým činnostem, gymnastickým disciplínám a sportovním hrám se žáci i pedagogové věnují v hodinách TV nejraději.

V poslední části výzkumného dotazníku značili respondenti políčka maximálně u dvou možností.

[https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=DQSIkWdsW0yxEjajBLZtrQAAAAA AAAAAAN\\_\\_v7BpddUN1dDWEVSUUJFVDhPRU40TjQ2TUdENFo0WS4u](https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=DQSIkWdsW0yxEjajBLZtrQAAAAA AAAAAAN__v7BpddUN1dDWEVSUUJFVDhPRU40TjQ2TUdENFo0WS4u)

[https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=DQSIkWdsW0yxEjajBLZtrQAAAAA AAAAAAN\\_\\_v7BpddUQ1dROTKzVjI5Wk9JQVY4QjJBRIJKNTIzRi4u](https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=DQSIkWdsW0yxEjajBLZtrQAAAAA AAAAAAN__v7BpddUQ1dROTKzVjI5Wk9JQVY4QjJBRIJKNTIzRi4u)

Shromážděné a vyplněné dotazníky od vybraných pedagogů a žáků jsem v programu Microsoft Excel vyhodnotila v podobě sloupcových grafů a tabulek, kde jsem uvedla jednotlivé četnosti všech odpovědí respondentů. V jednotlivých sloupcových grafech pak zobrazuji absolutní četnost odpovědí respondentů rozlišených na dívky, chlapce a učitele. Na základě absolutních četností jednotlivých odpovědí jsem pak zpracovala ke každému sloupcovému grafu tabulku s přepočtem na procentuální zastoupení jednotlivých odpovědí

znovu roztríděných dle odpovědí dívek, chlapců a učitelů.

Pod každý graf jsem vždy uvedla jeho slovní hodnocení a na základě určených tvrzení jsem potvrdila či vyvrátila stanovené hypotézy.

## 2.1 Charakteristika výzkumného souboru

K získávání informací v rámci výzkumného šetření jsem zvolila metodu dotazníku, tedy metodu kvantitativní. Dotazník je určen zejména ke zjištění pohledu žáka na právě realizovanou vyučovací hodinu. Pozitivum této metody spatřuji především v získávání informací od velkého počtu respondentů, které bych hůře zjišťovala například pozorováním či měřením. Výhodou dotazníků je pro respondenty rovněž vysoká míra anonymity a časová nenáročnost.

Vyšetřovaný celek reprezentovali pedagogové tělesné výchovy a jejich žáci ze základních škol ve Strážnici, v Moravském Písku a v Kyjově. Vyšetřovaný skupinový a záměrný vzorek byl složen z 11 učitelek, 1 učitele a 186 žáků, z nichž bylo 102 dívek a 84 chlapců z různých základních škol. Po telefonické dohodě s řediteli vybraných základních škol jsem prostřednictvím internetové pošty rozeslala vedoucím pracovníkům těchto škol odkaz na dotazníky určené pro žáky a učitele působících na 1. stupni ZŠ. Dotazníky byly přehledně vypracované v programu Microsoft Forms.

Z celkového počtu dívek mělo 96 dívek z TV známku výbornou, 6 dívek mělo známku horší než 1. Z celkového počtu chlapců mělo 68 chlapců z TV známku výbornou, 16 chlapců mělo známku horší než 1. Výzkumné šetření dále potvrdilo, že z celkového počtu žáků se 147 žáků, z toho 74 dívek a 73 chlapců věnuje ve svém volném čase sportovním aktivitám. Naopak 28 dívek a 11 chlapců ve vybraném vzorku uvedlo, že se žádnému sportu ve volném čase nevěnují. 66 dívek a 61 chlapců by uvítalo více vyučovacích hodin tělesné výchovy, 59 žáků by více hodin TV neuvítalo. Z celkového počtu učitelů vykonává svou pedagogickou praxi více než 10 let 9 učitelů, 3 učitelé učí méně než 10 let.

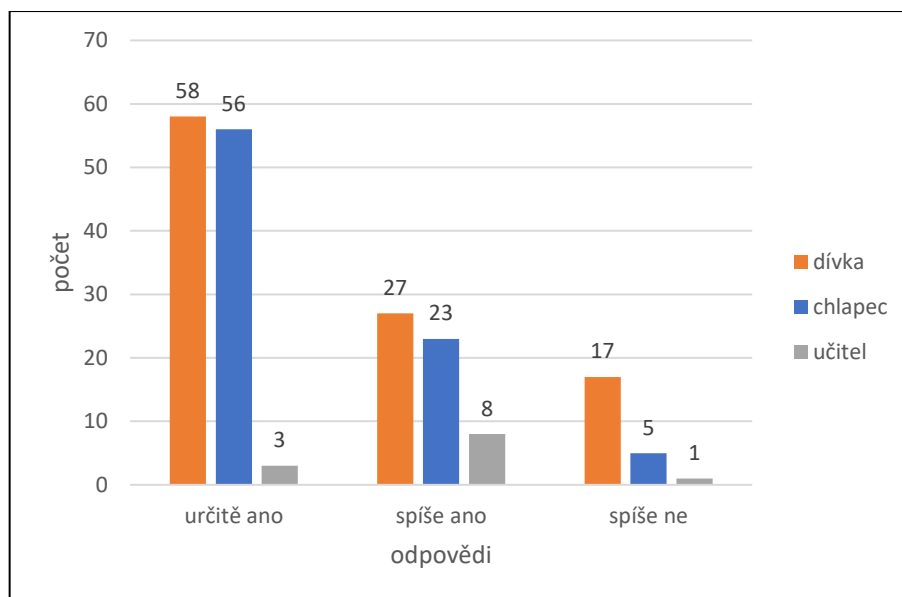


### 3. Výsledky

V následující tabulce uvádím přehled a četnost uváděných sportovních aktivit, kterým se žáci ve volném čase věnují.

Dotazník pro žáky: Otázka 3: Považuješ TV za tvůj oblíbený předmět?

Dotazník pro učitele: Otázka 3: Považujete tělesnou výchovu za Váš oblíbený předmět?

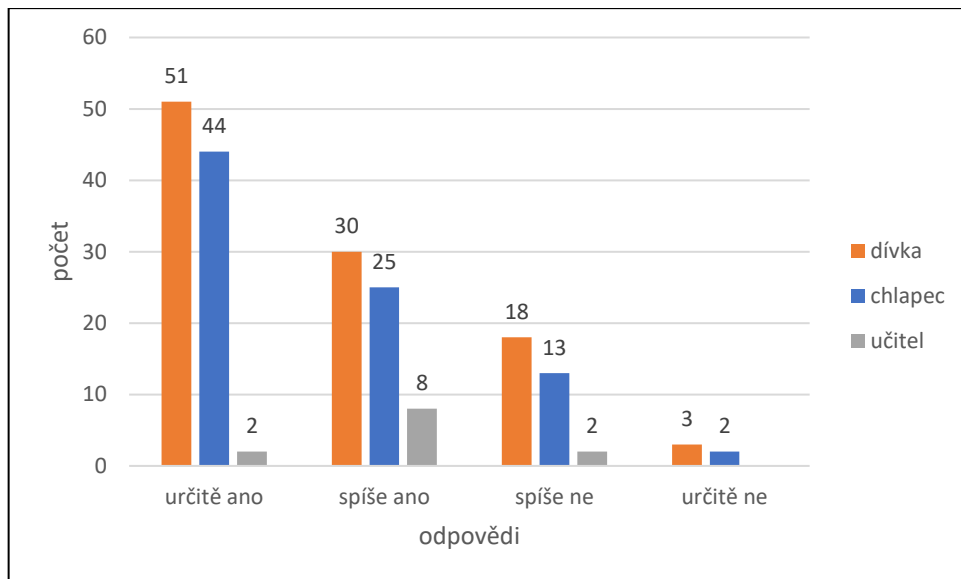


Graf č. 1 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost tělesné výchovy  
n=198

Z uvedeného grafu vyplývá, že většina pedagogů až na jednoho považují tělesnou výchovu za jejich oblíbený předmět. Kladnou odpověď „spíše ano“ se vyslovilo 66,7 % pedagogů TV. Také u převážné většiny žáků patří tělesná výchova k oblíbeným předmětům. Mezi odpověďmi dívek a chlapců jsou nepatrné rozdíly, dívky i chlapci odpovídali téměř jednoznačně. 56,8 % dívek a 66,7 % chlapců zvolilo kladnou odpověď „určitě ano“.

Dotazník pro žáky: Otázka 4: Jsou pro tebe hodiny TV zajímavé, nápadité?

Dotazník pro učitele: Otázka 4: Domníváte se, že jsou vaše hodiny TV kreativní?

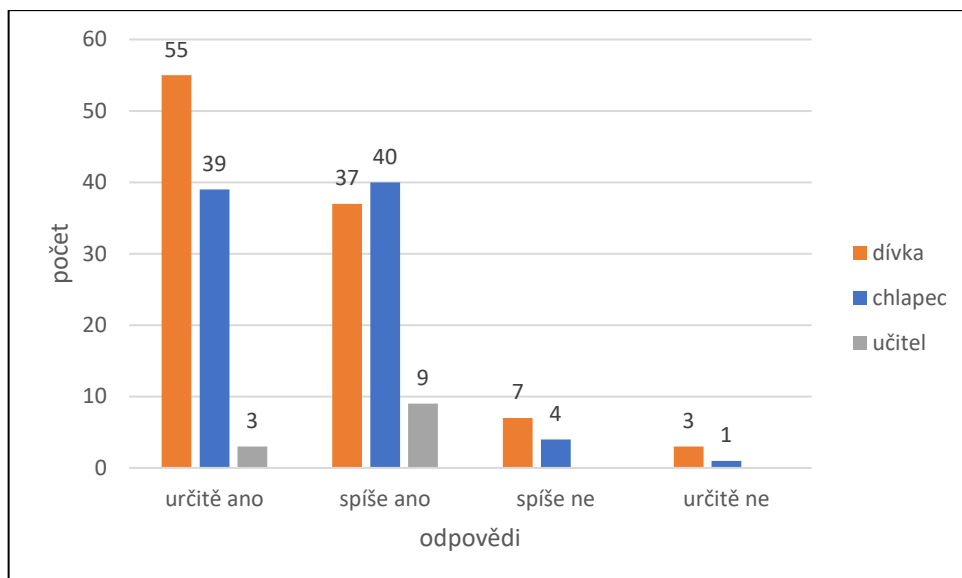


Graf č. 2 Četnost odpovědí zaměřených na kreativitu hodin tělesné výchovy  
n=198

Následující graf ukazuje, že názory pedagogů na rozmanitost a kreativitu svých hodin jsou rozdílné. Kladnou odpověď se prokázalo sice 83,3 % pedagogů, avšak pouze 16,7 % pedagogů je s nápaditostí a kreativitou svých hodin určitě spokojeno. 16,7 % pedagogů spíše nepovažuje svoje hodiny TV za nápadité a kreativní. Většině dívek a chlapců však hodiny tělesné výchovy přijdou nápadité a kreativní, odpověď „určitě ano“ uvedlo 50 % dívek a 52,4 % chlapců.

Dotazník pro žáky: Otázka 5: Má tvůj učitel TV dobré znalosti a vědomosti o tělesné výchově?

Dotazník pro učitele: otázka 5: Myslíte si, že vás žáci vnímají jako dobrého pedagoga v rámci odbornosti?

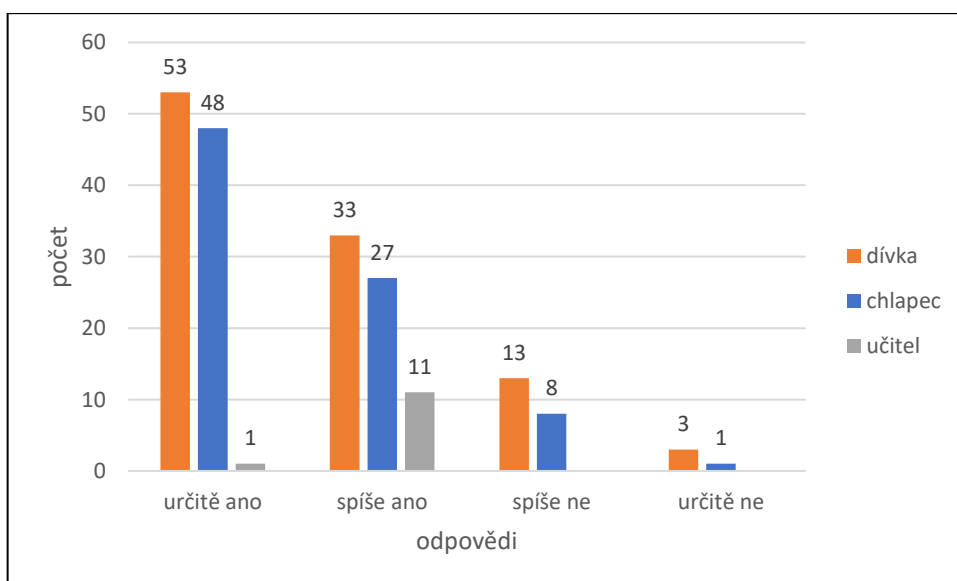


Graf č. 3 Četnost odpovědí zaměřených na odbornost učitele tělesné výchovy  
n=198

Všichni pedagogové a převážná většina dívek a chlapců reagovali na následující otázku kladnou odpovědí „určitě ano“ nebo „spíše ano“. 90,2 % dívek a 94 % chlapců považuje svého učitele tělesné výchovy za odborníka ve svém oboru. 9,8 % dívek a 6 % chlapců si myslí, že jeho vyučující tělesné výchovy nemá dobré znalosti a vědomosti o tělesné výchově.

Dotazník pro žáka: Otázka 6: Řadíš učitele TV mezi tvé oblíbené učitele?

Dotazník pro učitele: Otázka 6: Domníváte se, že jste u žáků oblíbený/á, mají vás rádi?

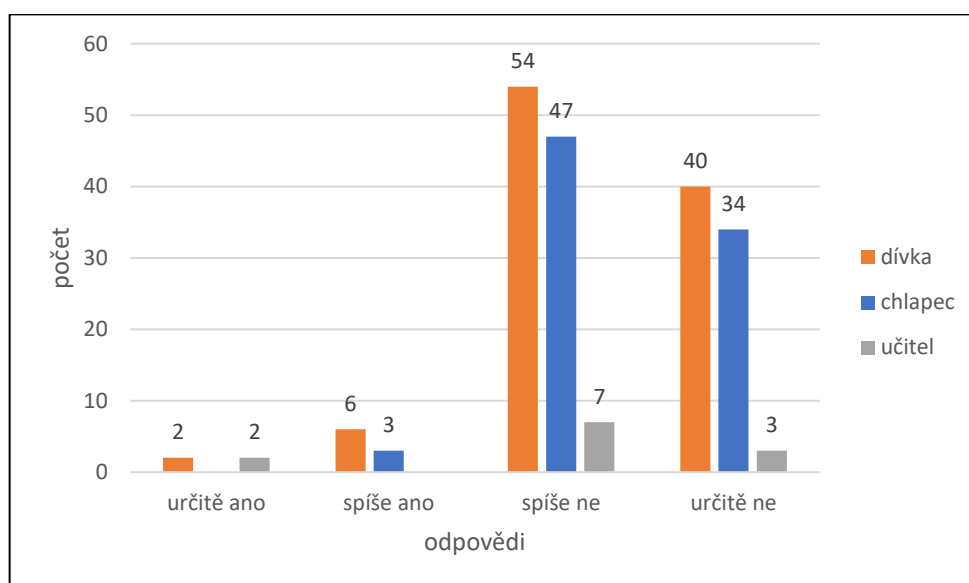


Graf č. 4 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost učitele tělesné výchovy  
n=198

Celkový počet pedagogů a většina žáků odpověděli na tuto otázku pozitivně. Prostřednictvím grafu můžeme vidět, že žádný z pedagogů si nemyslí, že by byl u žáků v rámci hodin TV neoblíbený. 84,4 % dívek a 89,3 % chlapců řadí učitele TV mezi oblíbené pedagogy. Pouze 15,6 % dívek a 10,7 % chlapců neřadí učitele tělesné výchovy mezi oblíbené pedagogy.

Dotazník pro žáka: Otázka 7: Omlouváš se často z hodin TV, nosíš omluvenky, abys nemusel/la cvičit?

Dotazník pro učitele: Otázka 7: Omlouvají se vaši žáci často z hodin tělesné výchovy, nosí vám omluvenky?

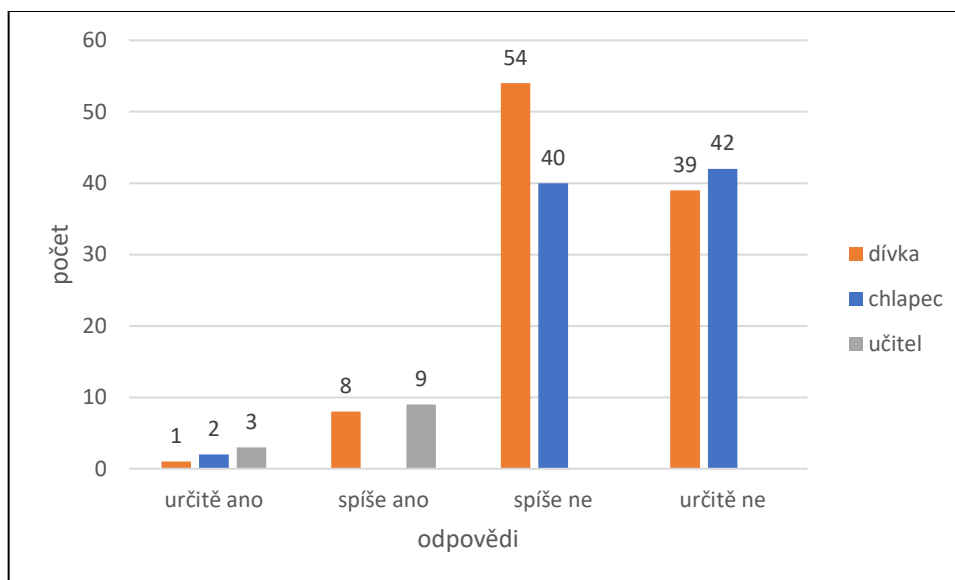


Graf č. 5 Četnost odpovědí zaměřených na časté omlouvání z hodin tělesné výchovy  
n=198

Následující graf prezentuje, že 83,3 % pedagogů uvedlo pravidelnou návštěvnost žáků v hodinách TV, 16,7 % pedagogů odpovědělo, že se žáci z hodin TV často omlouvají. Dále je patrné, že převážná část dívek tj. 52,9 % a převážná část chlapců tj. 55,9 % se spíše neomlouvá z hodin TV a 39,2 % dívek a 40,5 % chlapců se určitě neomlouvá z hodin TV.

Dotazník pro žáka: Otázka 8: Jsou pro tebe požadavky (nároky) učitele v TV obtížné?

Dotazník pro učitele: Otázka 8: Myslíte si, že dovedete odhadnout fyzické schopnosti žáků v rámci pohybových aktivit?

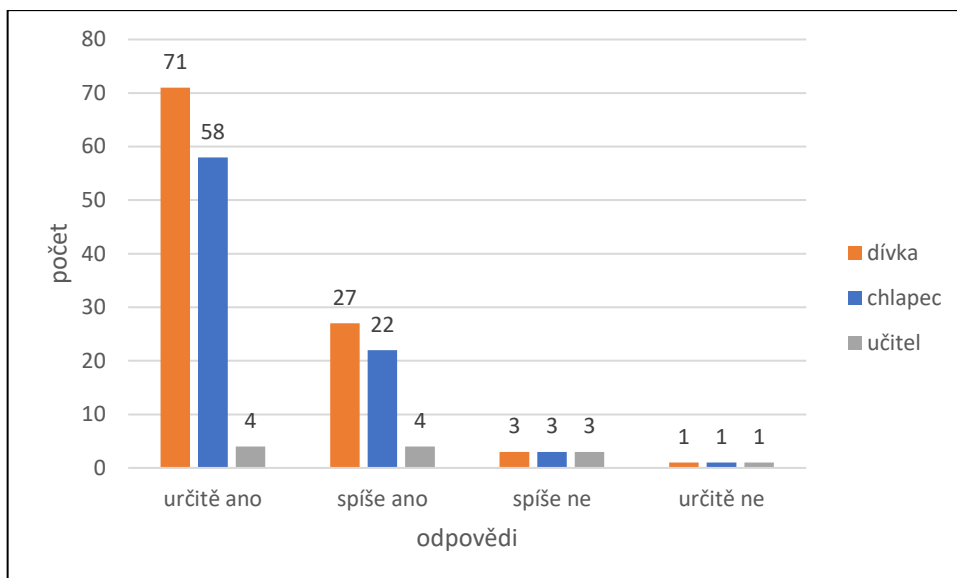


Graf č. 6 Četnost odpovědí zaměřených na požadavky (nároky) učitele v tělesné výchově  
n=198

Fyzické schopnosti žáků dokážou odhadnout dle grafu všichni pedagogové, avšak pouze 25 % pedagogů určitě ano. Odpověď „spíše ne“ a „určitě ne“ nevedl žádný z pedagogů. Rovněž převážná většina žáků tj. 91,2 % dívek a 97,6 % chlapců nepokládá nároky svého vyučujícího v hodinách TV za obtížné. 8,8 % dívek a 2,4 % chlapců shledávají cvičební nároky vyučujícího TV za obtížné.

Dotazník pro žáka: Otázka 9: Respektuješ svého učitele TV, je pro tebe autoritou?

Dotazník pro učitele: Otázka 9: Myslíte si, že je v hodinách TV obtížnější udržet u žáků kázeň, než v jiných vyučovacích předmětech?

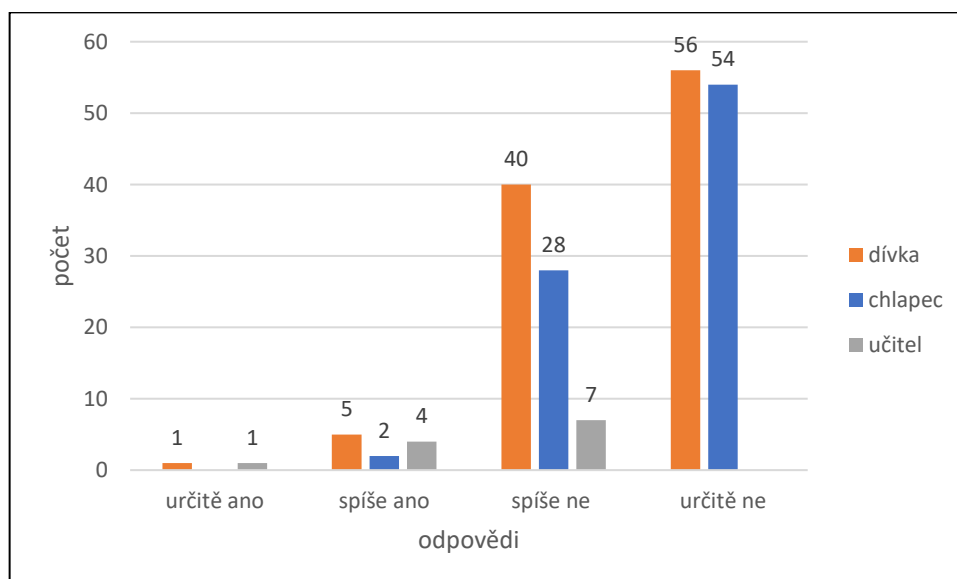


Graf č. 7 Četnost odpovědí zaměřených na autoritu učitele tělesné výchovy

Dle výsledků z grafu se 66,6 % pedagogů shodlo, že je v hodinách TV obtížnější udržet kázeň než v jiných vyučovacích předmětech, ale 33,4 % vyučujících si to nemyslí. 96,1 % dívek a 95,2 % chlapců respektuje svého učitele tělesné výchovy a pro stejný počet dívek a stejný počet chlapců (4 dívky a 4 chlapci) není vyučující TV autoritou.

Dotazník pro žáka: Otázka 10: Je pro tebe TV jako vyučovací předmět náročnější, než ostatní vyučovací předměty?

Dotazník pro učitele: Otázka 10: Shledáváte vyučovací hodiny tělesné výchovy fyzicky i psychicky náročnější než vyučovací hodiny ostatních předmětů?

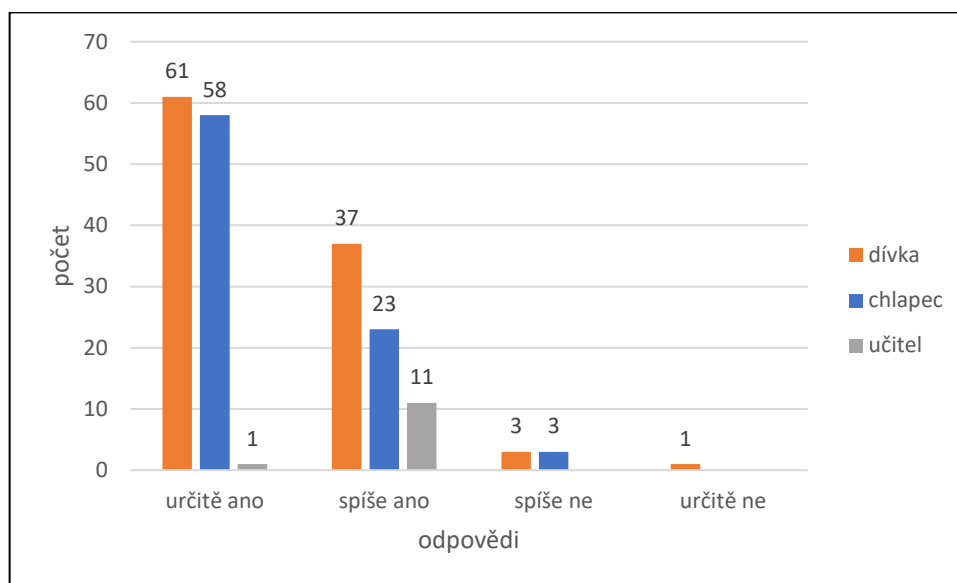


Graf č. 8 Četnost odpovědí zaměřených na náročnost vyučovacího předmětu tělesná výchova  
n=198

U následující otázky jsou odpovědi u vybraných pedagogů TV poměrně rozdílné. Necelá polovina vyučujících tj. 41,6 % uvedla, že hodiny TV jsou fyzicky i psychicky náročnější, než hodiny ostatních předmětů a druhá polovina vyučujících tj. 58,4 % s tímto tvrzením nesouhlasí. Převážná většina žáků se shoduje, že tělesná výchova není náročnější než ostatní vyučovací předměty. „Určitě ne“ uvedla zcela stejná skupina dívek i chlapců. Pro 6 dívek a 2 chlapce je TV náročnější než ostatní vyučovací předměty.

Dotazník pro žáka: Otázka 11: Provází vaše hodiny v TV dobrá nálada?

Dotazník pro učitele: Otázka 11: Myslíte si, že umíte dobře zvládat konflikty mezi žáky v hodinách TV?

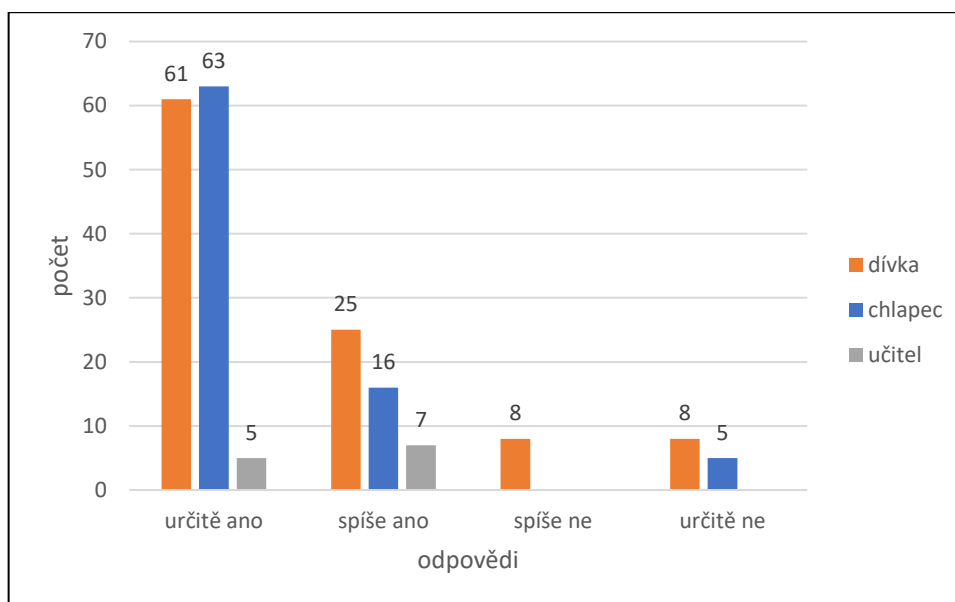


Graf č. 9 Četnost odpovědí zaměřených na atmosféru hodin tělesné výchovy  
n=198

91,7 % pedagogů uvedlo, že případné konflikty mezi žáky umí zvládat, 1 pedagog uvedl „určitě ano“. Odpověď „spíše ne“ a určitě ne“ neuvedl žádný z vyučujících. Většina dívek tj. 96,1 % a chlapců tj. 94,4 % se shodují, že v rámci jejich hodin TV panuje příjemná atmosféra, 4 dívky a 3 chlapci však stejný pocit s ostatními žáky nesdílí.

Dotazník pro žáka: Otázka 12: Hodiny TV řídí vždy učitel, rozhoduje o tom, co budete cvičit (např. při rozcvičce předcvičuje).

Dotazník pro učitele: Otázka 12: V rámci hodiny TV rozhodujete především vy o tom, jak bude probíhat hodina (např. úvodní rozcvička, nácvik hodů míčkem).



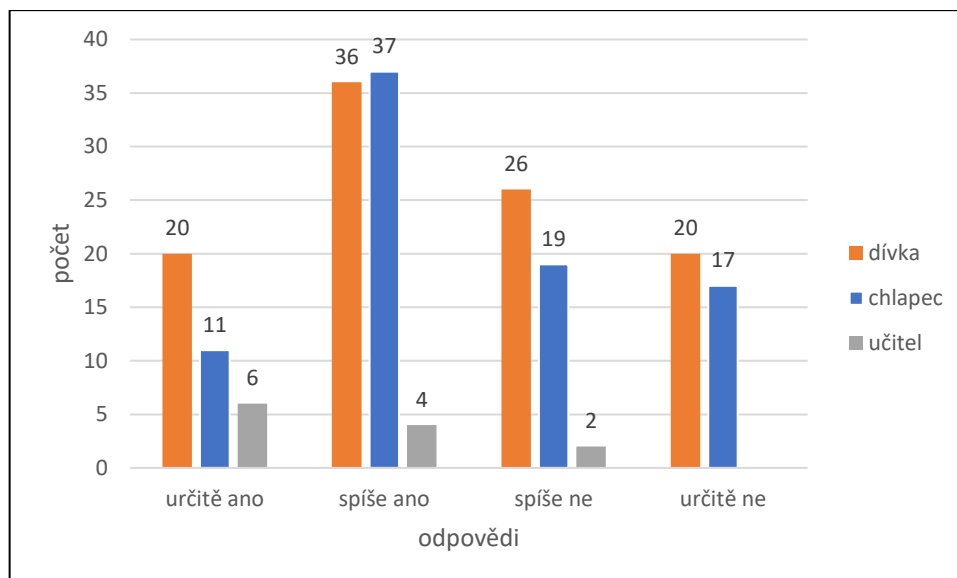
Graf č. 10 Četnost odpovědí zaměřených na využívání příkazového řídicího stylu  
n=198

Nyní se dostáváme k otázkám, které jsou zaměřené na jednotlivé didaktické řídicí styly. Jako první jsem zjišťovala, jak často je v hodinách TV praktikovaný styl příkazový. Z grafu je patrné, že se odpovědi dívek, chlapců a rovněž učitelů shodují. 90 % pedagogů uvedlo, že sami rozhodují o průběhu hodin tělesné výchovy, žádný z pedagogů nevedl „spíše ne“ ani „určitě ne“. Také většina dívek a chlapců se shodla, že hodiny TV řídí vždy vyučující, 59,8 % dívek a 75 % chlapců odpověděli „určitě ano“. 15,6 % dívek a 6 % chlapců nesouhlasí s tvrzením, že hodiny TV řídí vždy učitel. Můžeme tedy říci, že příkazový styl je často využívaným didaktickým stylem.

Dotazník pro žáka: Otázka 13: V hodině TV nás nechá učitel cvičit to, co zvládneme, umíme.

Dotazník pro učitele: Otázka 13: V rámci hodiny TV dáváte žákům prostor cvičit dle jejich individuálního tempa (např. při rozcvičce žáci cvičí, až jsou připraveni, mohou si vybrat značku pro plnění pohybového úkolu).



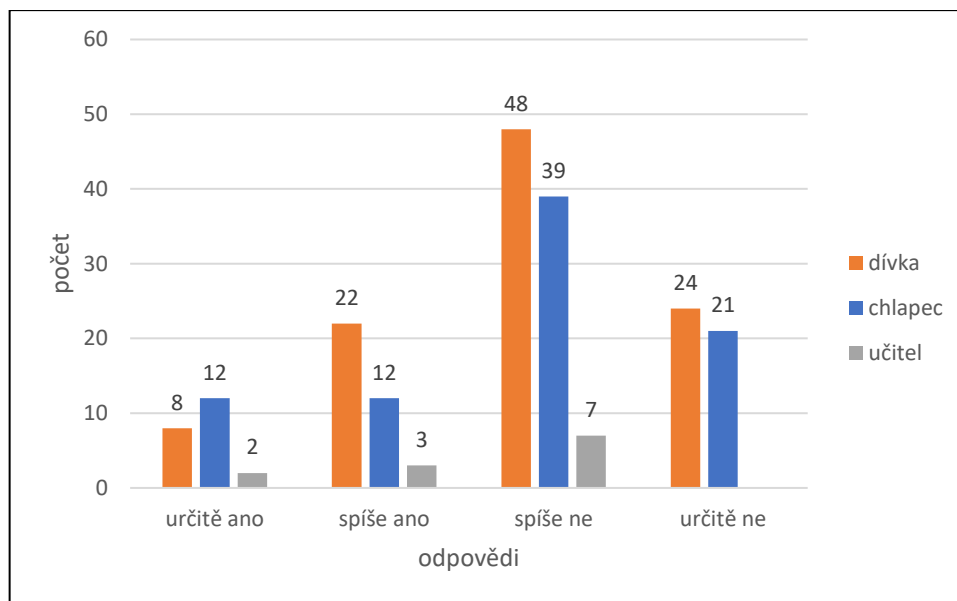


Graf č. 11 Četnost odpovědí zaměřených na využívání úkolového (praktického) řídicího stylu  
n=198

U následující otázky ověřujeme využívání stylu úkolového či praktického. Odpovědi u vybraných pedagogů už nejsou tak jednoznačné, jako u předchozí otázky. 50 % pedagogů „určitě ano“ umožňuje žákům cvičit dle jejich individuálního tempa, 33,3 % „spíše ano“ a 16,7 % „spíše ne“. Můžeme tedy říci, že příkazový styl je dle odpovědí vyučujících častěji užíván. Také odpovědi žáků jsou velmi rozdílné. Dle grafu je patrné, že větší polovina dívek a chlapců tj. 54,9 % dívek a 57,1 % chlapců může v hodinách TV cvičit co zvládne, umí. Druhá polovina dívek a chlapců tj. 45,1 % dívek a 42,8 % chlapců nemůže cvičit v hodinách TV dle svých individuálních schopností a možností.

Dotazník pro žáka: Otázka 14: Učitel TV nás nechává hodnotit se mezi sebou (např. ve dvojici při nácviku kotoulu si říkáme, co jsme udělali špatně a co dobře).

Dotazník pro učitele: Otázka 14: V rámci hodiny TV necháváte žáky hodnotit se mezi sebou (např. při nácviku kotoulu, kdy jeden žák z dvojice cvičí a druhý pozoruje, hodnotí, pomáhá a opravuje).

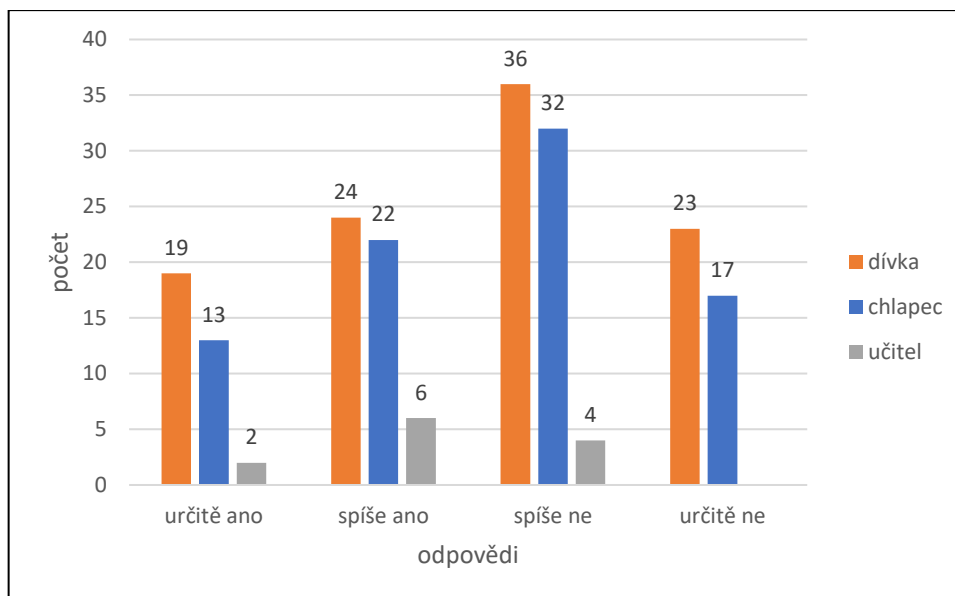


Graf č. 12 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu se vzájemným hodnocením neboli recipročního stylu  
n=198

Uvedený graf nám znázorňuje, jak často je aplikován v průběhu hodin TV styl se vzájemným hodnocením, který bývá také označován jako styl reciproční. Z grafu je zřejmé, že 58,3 % pedagogů v hodinách TV tento styl nevyužívá, 25 % pedagogů odpovědělo „spíše ano“ a 16,7 % „určitě ano“. Většina žáků se rovněž shoduje s vyučujícími. 70,6 % dívek a 71,4 % chlapců se v hodinách TV vzájemně nehodnotí, 29,4 % dívek a 28,6 % chlapců uvedlo, že tento vyučovací styl v průběhu hodin TV využívají.

Dotazník pro žáka: Otázka 15: Učitel TV se nás ptá, abychom mu sami řekli, kde jsme udělali při cvičení chybu (např. při skoku do dálky).

Dotazník pro učitele: Otázka 15: V rámci TV žáci zhodnotí svůj výkon a následně vám sdělují případné chyby a varianty nápravy prováděného cviku (např. při nácviku skoku do dálky).

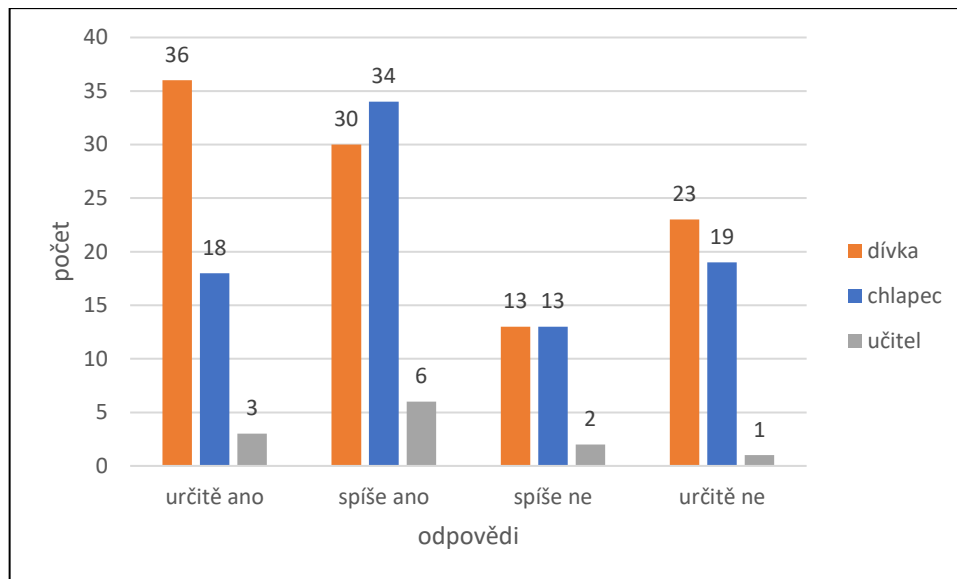


Graf č. 13 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu se sebehodnocením  
n=198

Prostřednictvím této otázky bylo zkoumáno, jak často je v rámci školní tělesné výchovy praktikován řídicí styl se sebehodnocením. Odpovědi jednotlivých pedagogů byly rozdílné. 50 % pedagogů nechá žáky „spíše ano“ zhodnotit vlastní výkon a pak sdělit vyučujícímu výsledek, ale pouze 16,7 % pedagogů odpovědělo „určitě ano“. 33,3 % pedagogů tento styl ve svých hodinách nevyužívá. Odpovědi dívek a chlapců byly rovněž rozdílné. Asi polovina žáků uvedla ve svých odpovědích „spíše ano“ či „určitě ano“ a druhá polovina žáků „spíše ne“ či „určitě ne“. Můžeme tedy říci, že někteří pedagogové tento styl ve svých hodinách praktikují celkem často a jiní jej nepoužívají vůbec.

Dotazník pro žáka: Otázka 16: V případě obtížného cvičebního úkolu si můžeme zvolit jeho lehčí variantu (např. snížit výšku kozy při přeskoku do dálky, či přiblížit odrazový můstek).

Dotazník pro učitele: Otázka 16: V rámci hodiny TV necháváte na žácích, aby si samostatně vybrali obtížnost prováděného úkolu (např. při nácvičku přeskoku přes kozu si žák volí výšku náradí, či vzdálenost odrazového můstku).

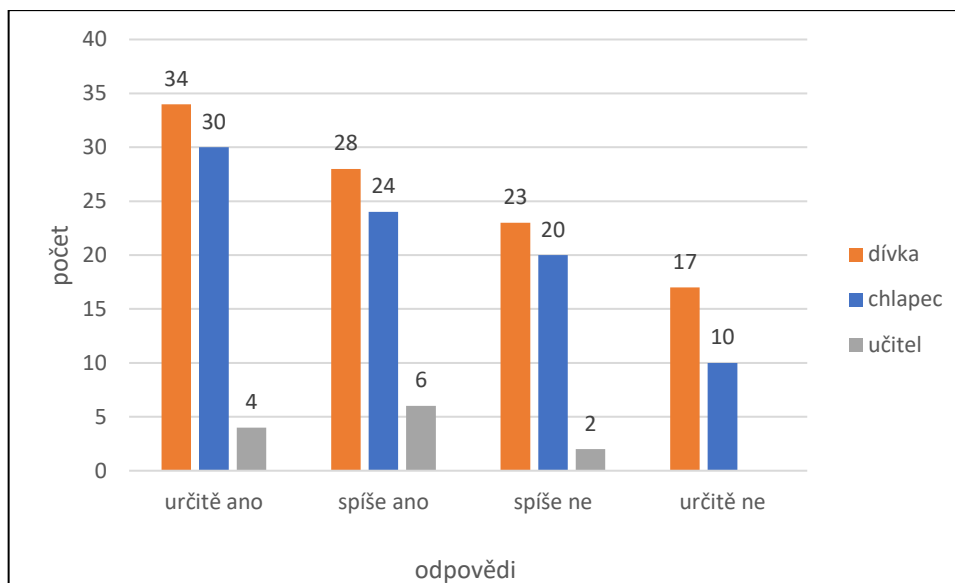


Graf č. 14 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu s nabídkou  
n=198

U této otázky hledáme odpověď, jak intenzivně je v tělesné výchově aplikován řídicí styl s nabídkou. Z grafu můžeme vidět, že odpovědi pedagogů, dívek i chlapců jsou velmi odlišné. Většina vyučujících tj. 75 % tento styl ve svých hodinách využívá a 25 % vyučujících nikoli. Také většina dívek tj. 64,7 % a většina chlapců tj. 61,9 % uvedli, že styl s nabídkou v hodinách praktikují. 35,2 % dívek a 31,8 % chlapců uvedli, že tento styl v hodinách nevyužívají. Můžeme říci, že styl s nabídkou je v rámci hodin TV aplikován velmi intenzivně.

Dotazník pro žáka: Otázka 17: Učitel TV se nás ptá na správné provedení cviku (např. Jaké druhy přihrávek znáte?)

Dotazník pro učitele: Otázka 17: V rámci hodin TV se záměrně ptáte žáků, aby sami přišli na správné provedení cviku (např. Jaké druhy přihrávek znáte? Které přihrávky se používají v košíkové?).

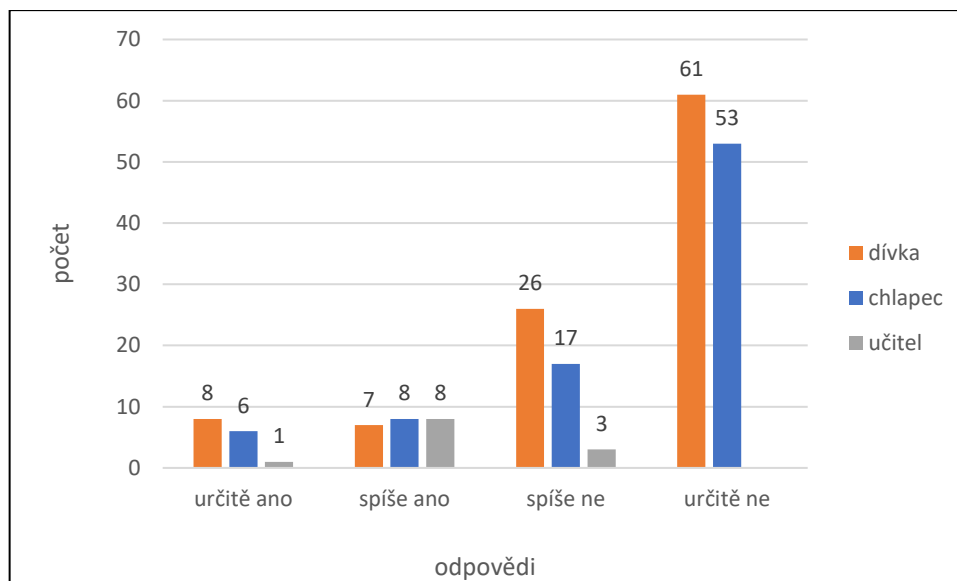


Graf č. 15 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu s řízeným objevováním  
n=198

Didaktický styl s řízeným objevováním uplatňuje ve svých hodinách 83,3 % pedagogů, 16,6 % pedagogů uvedlo „spíše ne“. „Určitě ne“ neodpověděl žádný z vybraných pedagogů. 60,8 % dívek a 64,3 % chlapců odpovědělo, že uplatňují v rámci hodin TV styl s řízeným objevováním. 39,2 % dívek a 35,7 % chlapců odpovědělo, že tento styl v hodinách TV nevyužívají. Můžeme konstatovat, že styl s řízeným objevováním je rovněž praktikovaným didaktickým stylem v hodinách tělesné výchovy.

Dotazník pro žáka: Otázka 18: V TV nacvičujeme nový cvik samostatně bez pomoci pana učitele (např. gymnastickou sestavu).

Dotazník pro učitele: Otázka 18: V rámci hodiny TV necháváte žáky, aby sami přišli na správné provedení cviku (např. při tvoření gymnastické sestavy).

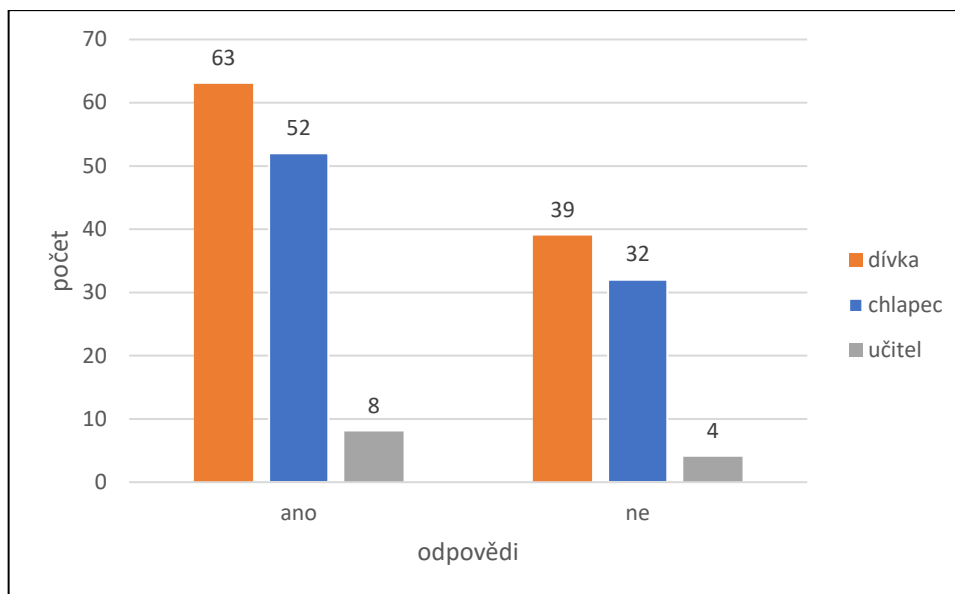


Graf č. 16 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu se samostatným objevováním  
n=198

Poslední didaktický styl, který je součástí mého zkoumání je řídicí styl se samostatným objevováním. Z výše uvedeného grafu vyplývá, že odpovědi pedagogů i žáků jsou velmi odlišné. 75 % pedagogů tento styl ve svých hodinách uplatňuje a 25 % pedagogů nikoli. Naopak převážná většina dívek i chlapců uvedla, že tento styl v rámci hodin TV nevyužívá. Můžeme se tedy domnívat, že didaktický styl se samostatným objevováním pedagogové využívají, ale žáci si to neuvědomují.

Dotazník pro žáka: Otázka 19: Cvičíte v hodinách TV při hudbě nebo s doprovodem hudebních nástrojů?

Dotazník pro učitele: Otázka 19: Zahrnujete do hodin TV cvičení s doprovodem hudebních nástrojů či s hudební reprodukcí?

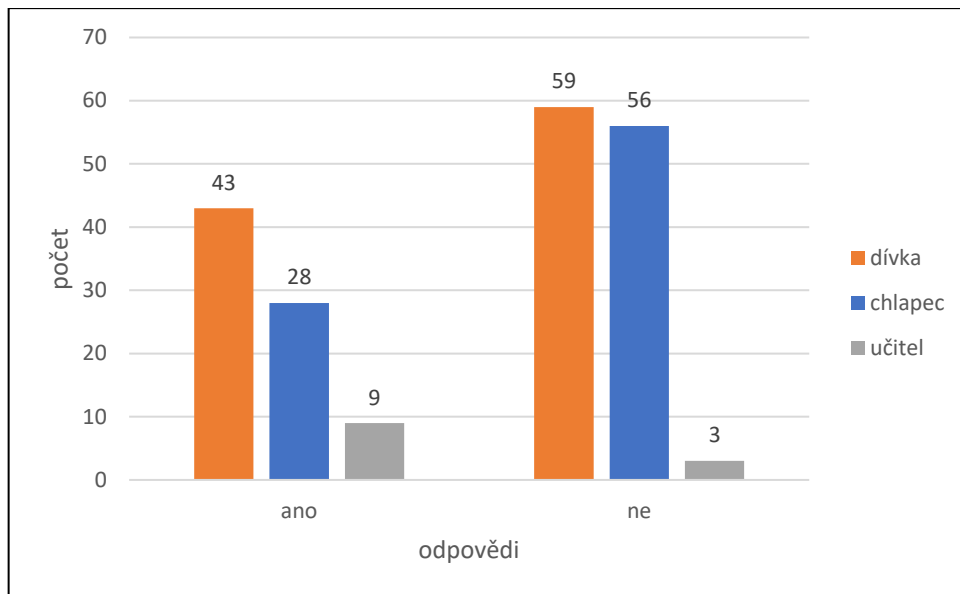


Graf č. 17 Četnost odpovědí zaměřených na uplatňování hudby v hodinách tělesné výchovy  
n=198

U této otázky se většina pedagogů, dívek i chlapců shodla, že v rámci výuky tělesné výchovy využívají hudební nástroje či uplatňují hudební reprodukci. 33,3 % pedagogů, 38,2 % dívek a 38,1 % chlapců uvedli zápornou odpověď, kdežto 61,8 % dívek, 61,9 % chlapců a 66,7 % pedagogů odpovědělo kladně. Můžeme říci, že hudba je do hodin tělesné výchovy velmi intenzivně zahrnována.

Dotazník pro žáka: Otázka 20: Učíte se v hodinách TV lidové tance? (např. mazurku).

Dotazník pro učitele: otázka 20: Učíte žáky v hodinách TV jednoduché lidové tance? (např. Měla babka čtyři jabka – mazurku).



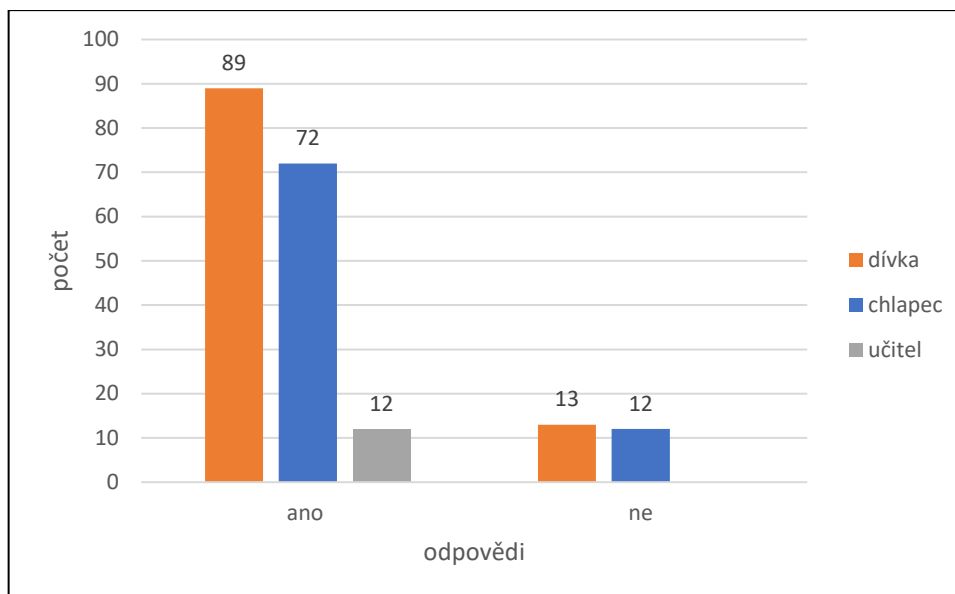
Graf č. 18 Četnost odpovědí zaměřených na zahrnování tanců do hodin tělesné výchovy  
n=198

Dle výše uvedeného grafu zahrnuje 75 % pedagogů do hodin tělesné výchovy nácvik jednoduchých lidových tanců a 25 % pedagogů nikoli. Většina žáků však ve svých odpovědích uváděla, že se v tělesné výchově tancování nevěnují. Také je z grafu zřejmé, že takto odpovídalo více chlapců. Naopak 42,2 % dívek odpovídalo, že se lidovým tancům v rámci hodin TV věnují.

Dotazník pro žáka: Otázka 21: Chodíte v hodinách TV bruslit, sáňkovat nebo lyžovat?

Dotazník pro učitele: Otázka 21: Provozujete v hodinách TV zimní sporty? (bruslení, sáňkování, lyžování).



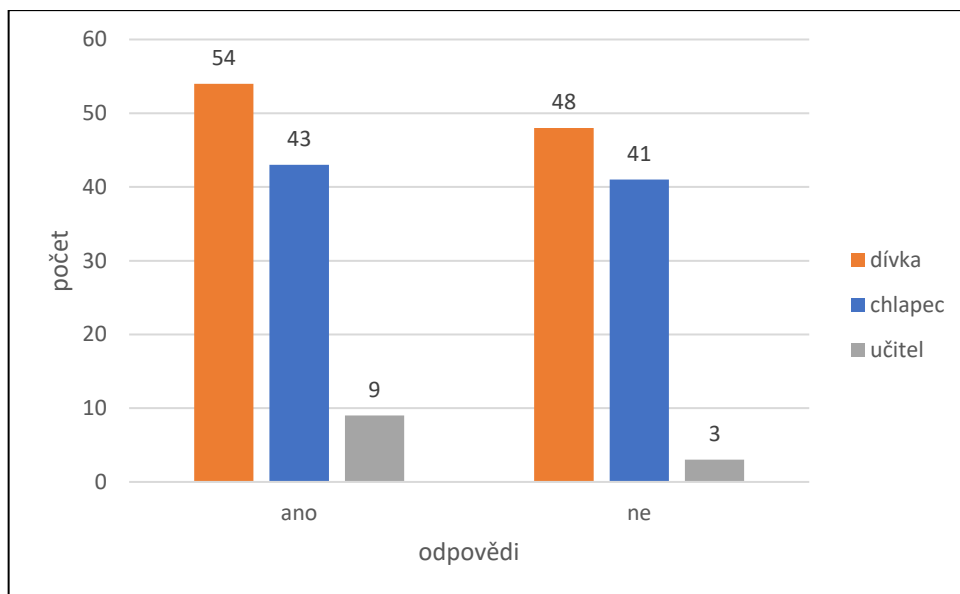


Graf č. 19 Četnost odpovědí zaměřených na zahrnování zimních sportů do hodin tělesné výchovy  
n=198

I u této otázky odpovědělo všech 100 % pedagogů, že v hodinách tělesné výchovy provozují zimní sporty. Kladně odpovědělo také 87,3 % dívek a 85,7 % chlapců. Zcela stejný počet dívek a chlapců uvedli ve svých odpovědích „ne“. Potvrdilo se, že bruslení, sáňková a lyžování jsou sporty, které se do hodin tělesné výchovy zařazují.

Dotazník pro žáka: Otázka 22: Cvičíte v hodinách TV s padákem, s novinovým papírem nebo s vršky od PET lahví?

Dotazník pro učitele: Otázka 22: Zaměřujete se v hodinách TV na psychomotorická cvičení? (hry s padákem, s novinovým papírem, s vršky od PET lahví).



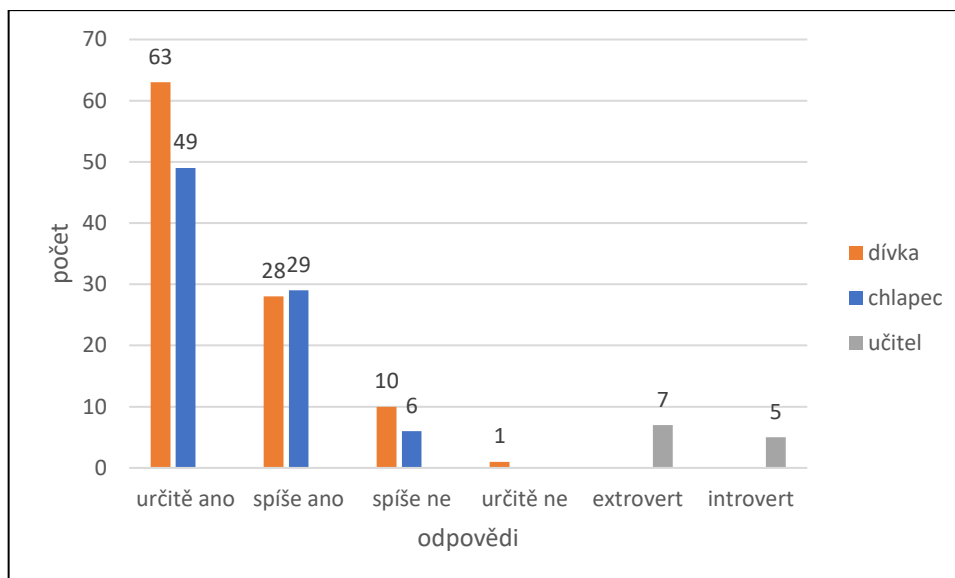
Graf č. 20 Četnost odpovědí zaměřených na zařazování psychomotorických cvičení do hodin tělesné výchovy  
n=198

75 % pedagogů ve svých odpovědích potvrdilo, že psychomotorická cvičení jsou součástí hodin tělesné výchovy. Odpovědi žáků jsou však v porovnání s odpověďmi pedagogů odlišné. Dle grafu můžeme vidět, že asi polovina dívek tj. 52,9 % a polovina chlapců tj.

51,2 % uvedla ve svých odpovědích „ano“. Zbývající necelá druhá polovina dívek tj. 47,1 % a necelá polovina chlapců tj. 48,8 % odpovídala „ne“. Můžeme říct, že na některých základních školách se pedagogové zaměřují na psychomotorická cvičení a na jiných školách nikoli.

Dotazník pro žáka: Otázka 23: Je tvůj učitel komunikativní?

Dotazník pro učitele: Otázka 23: Jaký typ temperamentu charakterizuje vaši osobnost?

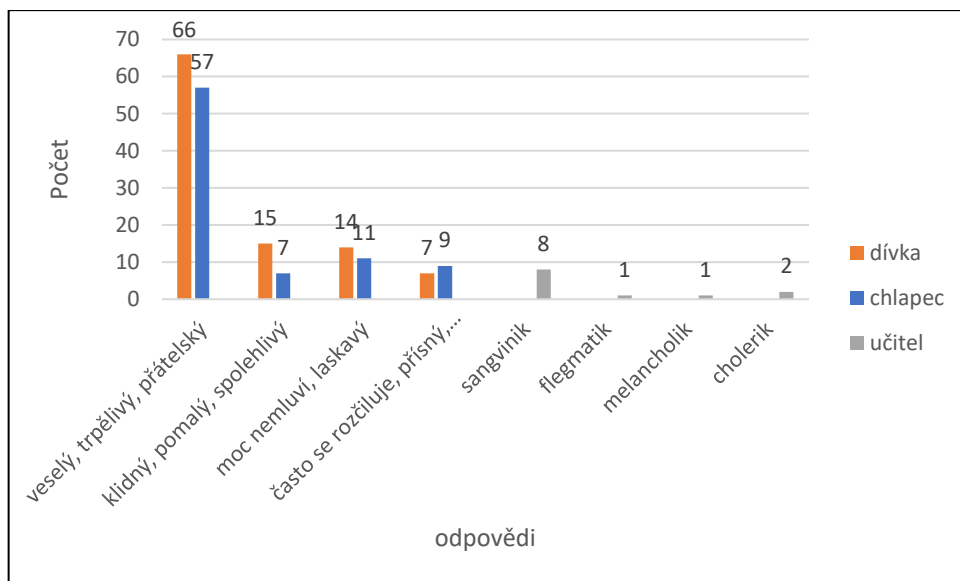


Graf č. 21 Četnost odpovědí zaměřených na komunikaci s učitelem v hodinách tělesné výchovy  
n=198

Za extroverta se považuje větší část pedagogů, tj. 58,3 % a druhá polovina pedagogů tj. 41,7 % uvedla, že je spíše introvertní typ. Výpovědi pedagogů potvrzuje rovněž většina dívek i chlapců. „Určitě ano“ odpovědělo 61,8 % dívek a 58,3 % chlapců. 10,8 % dívek a 7,1 % chlapců hodnotí svého vyučujícího tělesné výchovy jako introverta. Dle výsledků grafu však můžeme konstatovat, že polovina pedagogů vyučujících tělesnou výchovu je extrovertní typ a druhá polovina pedagogů introvertní typ.

Dotazník pro žáka: Otázka 24: Jaký je tvůj učitel TV?

Dotazník pro učitele: Otázka 24: Jaký typ temperamentu převažuje spíše u vaší osobnosti?



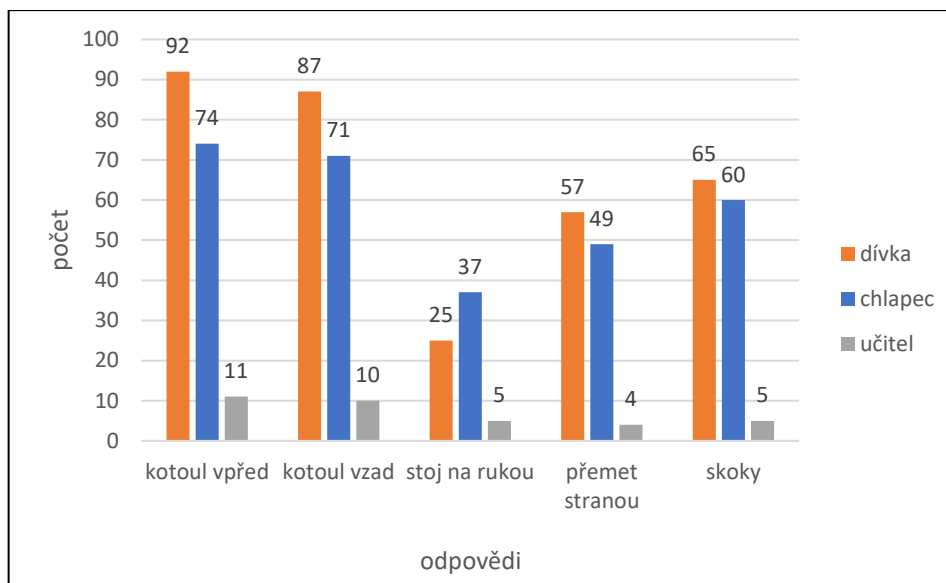
Graf č. 22 Četnost odpovědí zaměřených na osobnost učitele z hlediska temperamentu v hodinách tělesné výchovy  
n=198

Dle výsledků grafu se 66,7 % pedagogů považuje za sangvinika, 8,3 % za flegmatika a melancholika a 16,7 % za cholerika. Rovněž většina dívek tj. 64,7 % a většina chlapců tj. 67,9 % hodnotí svého vyučujícího TV jako veselého, trpělivého a přátelského. 14,7 % dívek považuje svého vyučujícího TV za flegmatika, 13,7 % za melancholika a 6,9 % za cholerika. 13,1 % chlapců vnímá svého vyučujícího TV jako melancholika, 10,7 % za cholerika a 8,3 % za flegmatika. Můžeme říct, že sangvinik je převažující typ temperamentu u většiny pedagogů tělesné výchovy.

U otázek 25-28 v dotazníku pro žáky a otázek 25-28 v dotazníku pro pedagogy volili dotazování všechny aktivity, kterým se v hodinách TV věnují.

Dotazník pro žáka: Otázka 25: Které dovednosti ze základů gymnastiky nacvičujete v hodinách TV?

Dotazník pro učitele: Otázka 25: Které dovednosti ze základů gymnastiky s žáky v hodinách TV realizujete?



Graf č. 23 Četnost odpovědí zaměřených na dovednosti ze základů gymnastiky v rámci výuky

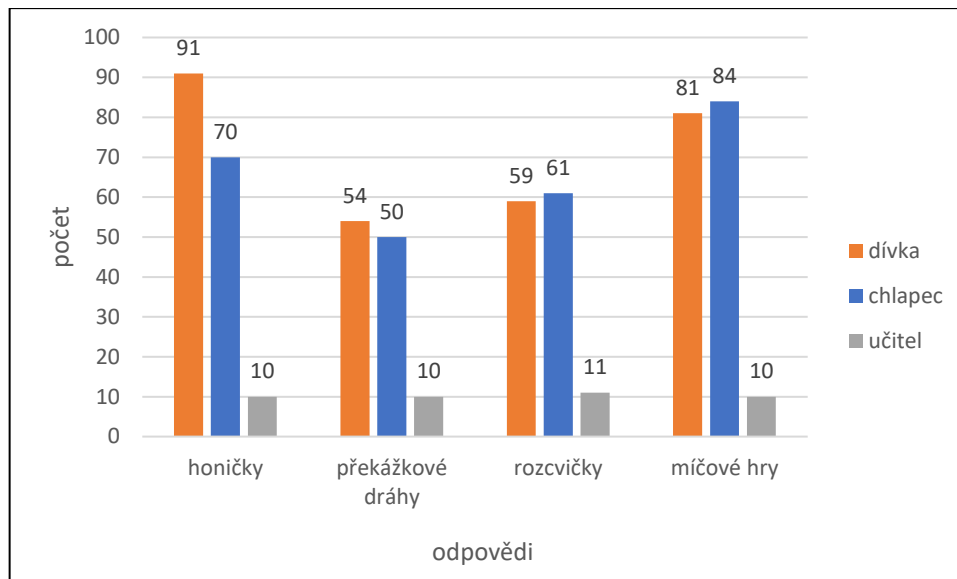
TV

n=198

Převážná část pedagogů nacvičuje v hodinách TV nejčastěji kotoul vpřed a kotoul vzad. Tuto skutečnost potvrzuje i většina dívek a chlapců. 5 pedagogů z celkového počtu nacvičuje stoj na rukou a skoky a 4 pedagogové přemet stranou. Další často uváděnou gymnastickou dovedností byly skoky (nůžkový, čertík), kterou ve svých odpovědích označilo 63,7 % dívek a 71,4 % chlapců a následně také přemet stranou. Rozdíl v odpovědích chlapců a dívek je zřejmý u gymnastické dovednosti stoj na rukou. Tuto dovednost realizuje v TV dle odpovědí 44 % chlapců a pouze 24,6 % dívek.

Dotazník pro žáka: Otázka 26: Jakým pohybovým činnostem se věnujete v hodinách TV?

Dotazník pro učitele: Otázka 26: Jakým pohybovým činnostem se věnujete v hodinách TV?

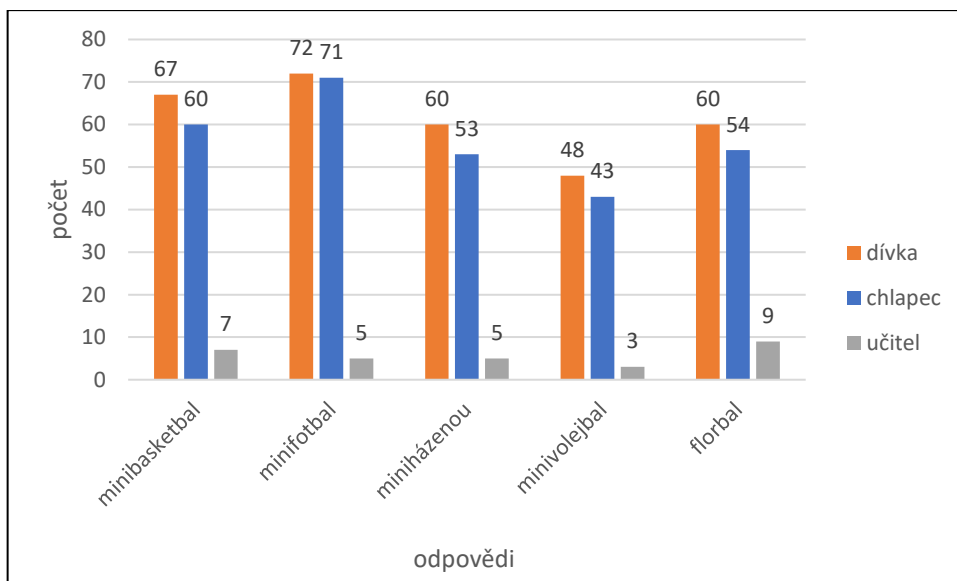


Graf č. 24 Četnost odpovědí zaměřených na pohybové činnosti v rámci výuky TV  
n=198

Následující graf ukazuje, že rozcvičky jsou nejčastěji nacvičovanou pohybovou činností v hodinách TV, které se věnuje 91,7 % pedagogů. Můžeme říct, že skoro stejně intenzivně realizují pedagogové v rámci TV honičky, překážkové dráhy, či míčové hry. Z pohledu dívek i chlapců jsou nejvíce realizovány v hodinách tělesné výchovy honičky (uvedlo 89,2 % dívek, 83,3 % chlapců) a míčové hry (uvedlo 79,4 % dívek, 100 % chlapců). Ostatním disciplínám se v hodinách tělesné výchovy dle grafu věnuje přibližně 60 % dívek a chlapců.

Dotazník pro žáka: Otázka 27: Které sportovní hry hrajete v hodinách TV?

Dotazník pro učitele: Otázka 27: Které sportovní hry hrajete v hodinách TV?

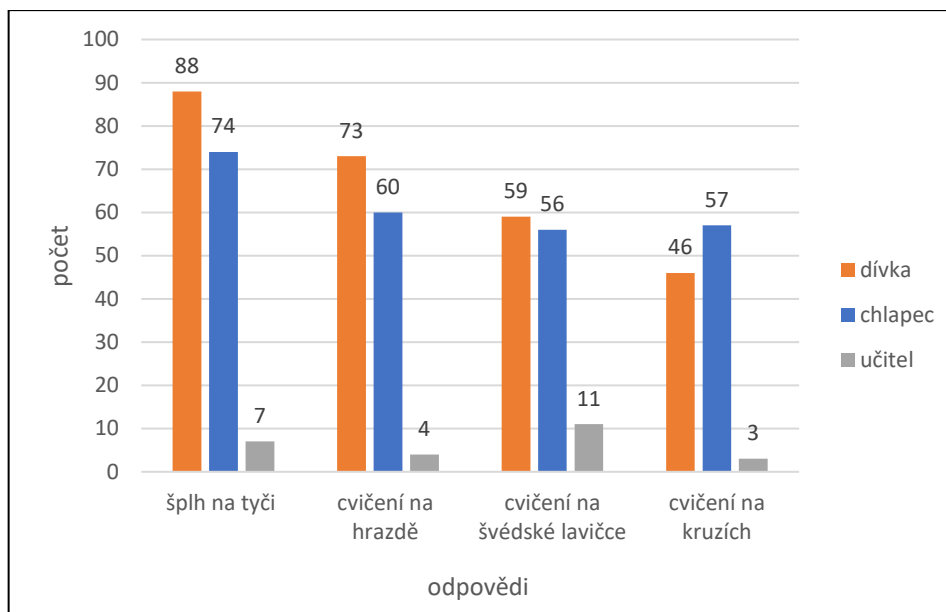


Graf č. 25 Četnost odpovědí zaměřených na sportovní hry realizované v rámci výuky TV  
n=198

75 % pedagogů se věnuje v rámci hodin TV hraní florbalu, 58,3 % minibasketbalu, minifotbal a miniházenou uvedlo 41,7 % pedagogů a minivolejbal 25 % pedagogů. Dle grafu je však patrné, že většina dívek tj. 70,6 % a většina chlapců tj. 84,5 % se věnuje v hodinách TV hraní minifotbalu. Necelých 70 % dívek a chlapců uvedlo ve svých odpovědích minibasketbal, 60 % miniházenou a florbal a 50 % minivolejbal.

Dotazník pro žáka: Otázka 28: Kterým gymnastickým disciplínám se věnujete v hodinách TV?

Dotazník pro učitele: Otázka 28: Kterým gymnastickým disciplínám se věnujete v hodinách TV?



Graf č. 26 Četnost odpovědí zaměřených na nejčastěji realizované gymnastické disciplíny v rámci výuky TV  
n=198

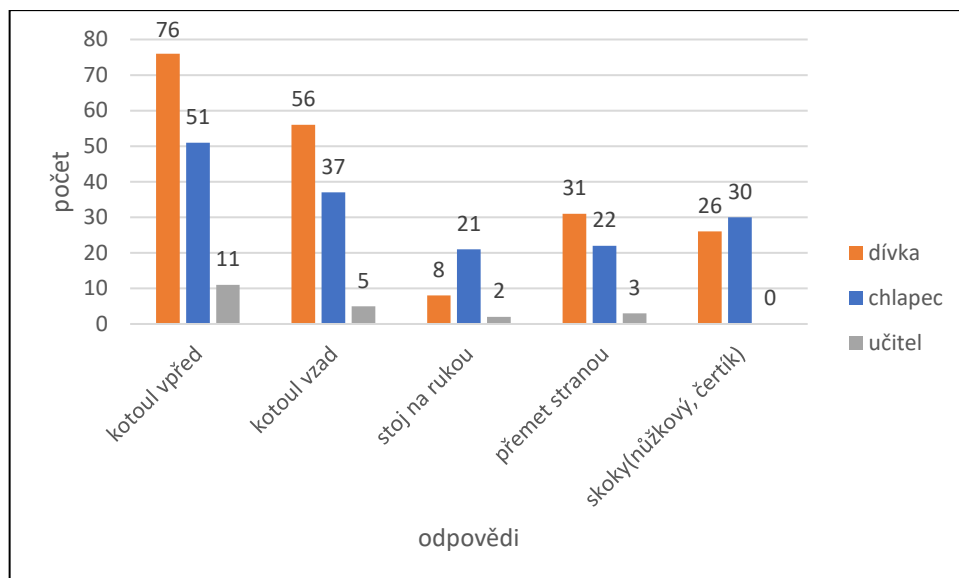
U následující otázky jsem zvolila výše uvedené gymnastické disciplíny, protože předpokládám, že jsou v rámci hodin TV nejčastěji nacvičované. Cvičení na švédské lavičce využívá v hodinách tělesné výchovy 91,7 % pedagogů. Následující realizovanou disciplínou, kterou uvedlo 58,3 % pedagogů byl šplh na tyči, dále cvičení na hrazdě a pouze 25 % pedagogů se věnuje cvičením na kruzích. Nejčastěji realizovanou gymnastickou disciplínou v hodinách TV byl z pohledu většiny chlapců (88,1 %) a dívek (86,3 %) šplh na tyči. Stejný počet dívek a chlapců (70 %) se věnuje cvičením na hrazdě a asi 60 % dívek a chlapců cvičením na švédské lavičce.

U otázek 29-32 v dotazníku pro žáky a otázek 29-32 v dotazníku pro pedagogy volili dotazovaní maximálně dvě oblíbené aktivity u každé otázky.

Dotazník pro žáka: Otázka 29: Které dovednosti ze základů gymnastiky tě baví v hodinách TV nejvíce?

Dotazník pro učitele: Otázka 29: Které dovednosti ze základů gymnastiky učíte v hodinách TV nejraději?



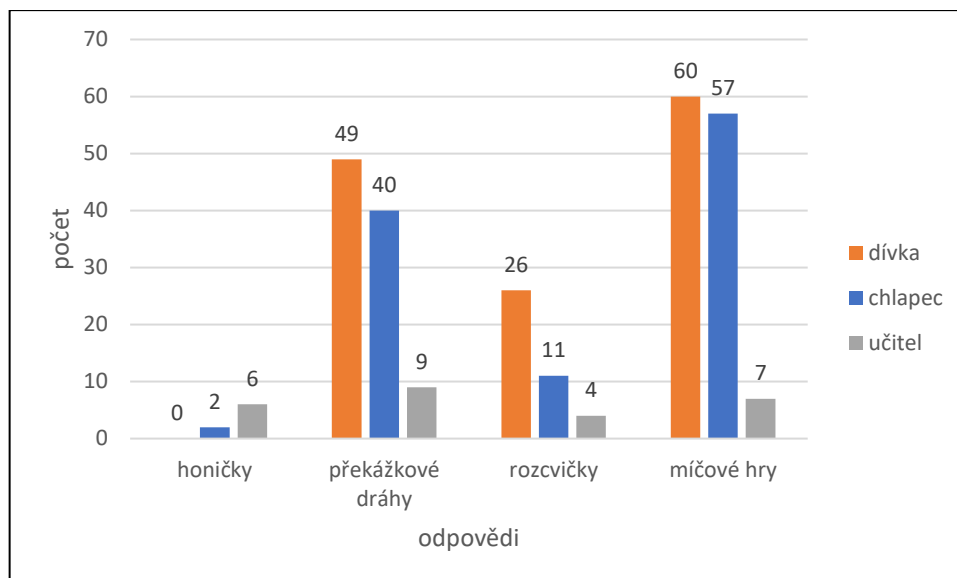


Graf č. 27 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost gymnastických dovedností v rámci výuky TV  
n=198

Většina pedagogů tj. 91,7 % vyučuje v hodinách TV nejraději kotoul vpřed, následně 41,7 % pedagogů uvedlo kotoul vzad. Za méně oblíbenou gymnastickou dovednost byl pedagogy označen přemet stranou a stoj na rukou. Skoky (nůžkový, čertík) neuvedl žádný z vybraných pedagogů. Rovněž většina žáků se shoduje s odpověďmi pedagogů a za nejoblíbenější gymnastickou dovednost považují kotoul vpřed (uvedlo 74,5 % dívek, 60,7 % chlapců) a kotoul vzad (uvedlo 54,9 % dívek, 44 % chlapců). Skoky a přemet stranou uvedlo asi 30 % žáků, stoj na rukou pouze 25 % chlapců a 7,8 % dívek.

Dotazník pro žáka: Otázka 30: Jaké pohybové činnosti tě baví v hodinách TV nejvíce?

Dotazník pro učitele: Otázka 30: Jakým pohybovým činnostem se věnujete v hodinách TV nejraději?



Graf č. 28 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost pohybových činností v rámci výuky

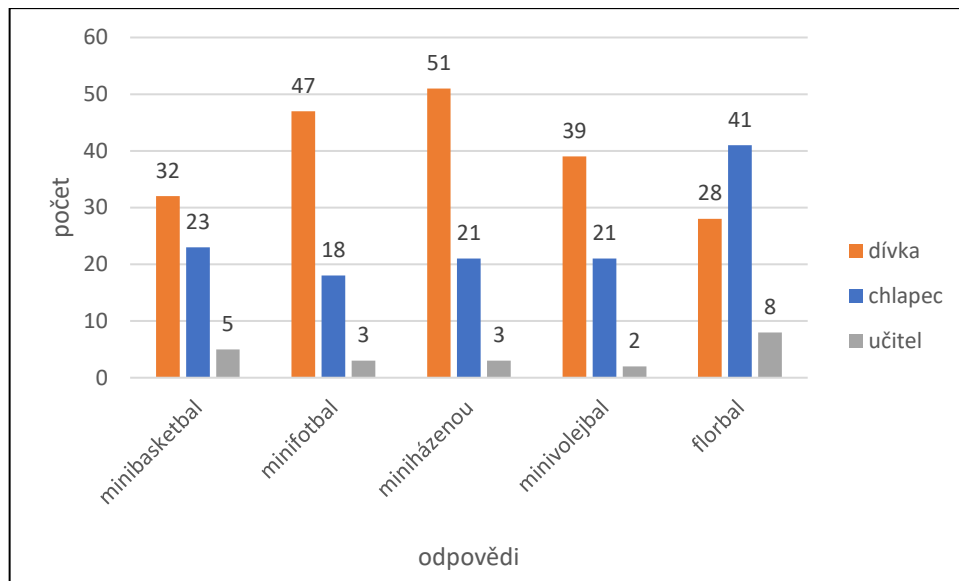
TV

n=198

Převážná část pedagogů (75 %) zvolila překážkové dráhy za nejvíce oblíbenou pohybovou činnost v rámci hodin tělesné výchovy. Mezi další oblíbené pohybové činnosti z pohledu pedagogů patřili míčové hry (58,3 %) a honičky (50 %). Tradiční rozcvičky uvedlo pouze 33,3 % pedagogů. Z pohledu dívek a chlapců jsou nejvíce oblíbené míčové hry, které označilo 67,9 % chlapců a 58,8 % dívek. Překážkové dráhy označilo asi 40 % dívek a chlapců. Tradiční rozcvičky označilo rovněž i malé procento žáků, pouze 13,1 % chlapců a 25,5 % dívek. Honičky neoznačila ve svých odpovědích žádná dívka a z chlapců to byly 2,4 %.

Dotazník pro žáka: Otázka 31: Které sportovní hry hraješ v hodinách TV nejraději?

Dotazník pro učitele: Otázka 31: Které sportovní hry hrajete v hodinách TV nejraději?

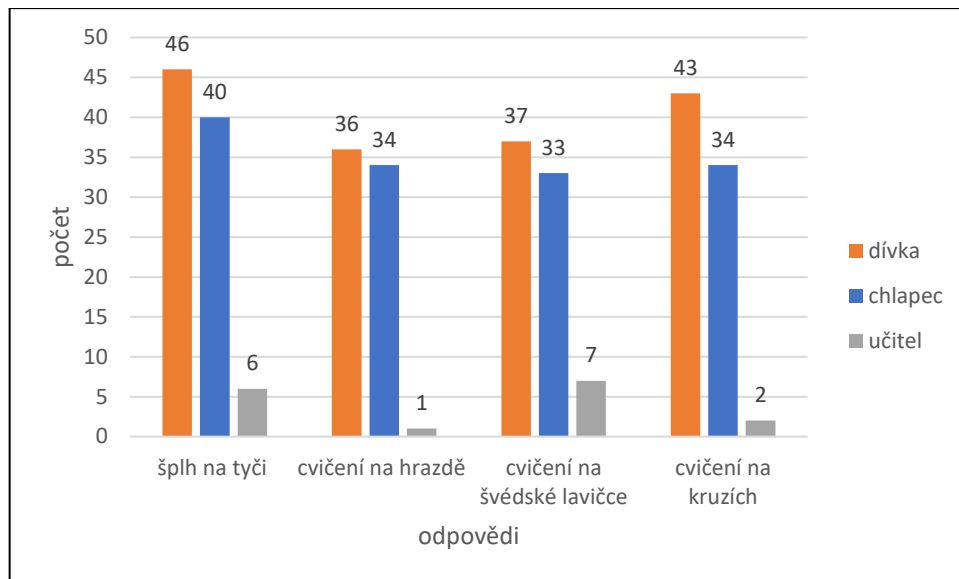


Graf č. 29 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost sportovních her realizovaných v rámci výuky TV  
n=198

Většina pedagogů hraje v hodinách TV nejraději florbal (66,7 %) a minibasketbal (41,7 %). Převážná část chlapců (66,7 %) zvolila rovněž florbal mezi nejoblíbenější sportovní hry. 50 % dívek hraje nejraději v hodinách tělesné výchovy miniházenou. Druhou nejoblíbenější sportovní hrou, kterou uvedlo nečekaně 46,1 % dívek je minifotbal. Z výsledků grafu tak můžeme říct, že fotbal je v současné době stále žádaným kolektivním sportem nejen u chlapců, ale i u dívek.

Dotazník pro žáka: Otázka 32: Jaké gymnastické disciplíny máš v hodinách TV nejraději?

Dotazník pro učitele: Otázka 32: Které gymnastické disciplíny učíte v hodinách TV nejraději?



Graf č. 30 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost realizovaných gymnastických disciplín v rámci výuky TV  
n=198

U následující otázky jsem zvolila výše uvedené gymnastické disciplíny, protože předpokládám, že jsou v rámci hodin TV nejčastěji nacvičovány.

Cvičení na švédské lavičce a šplh na tyči považuje převážná část pedagogů za nejoblíbenější gymnastické disciplíny, které v rámci hodin TV s žáky nacvičují. Možná z důvodu zvýšené bezpečnosti a náročnosti cvičení uvedlo pouze 8,3 % pedagogů cvičení na hrazdě. 47,6 % chlapců a 45,1 % dívek považuje za nejoblíbenější gymnastickou disciplínu šplh na tyči.

Druhou nejoblíbenější disciplínou u dívek je cvičení na kruzích a u chlapců rovněž cvičení na kruzích a hrazda. Cvičením na švédské lavičce se v hodinách TV věnuje necelých 40 % dívek a chlapců. Dle výsledných odpovědí můžeme říct, že všechny uvedené gymnastické disciplíny jsou u všech žáků docela oblíbené, což nemůžeme tvrdit u všech pedagogů.

Pro zodpovězení výzkumných otázek jsem použila již vyhodnocené odpovědi na otázky z dotazníků určených pro žáky a učitele, které jsem osobně vytvořila.

Výzkumní otázka č. 1

Má u žáků kreativní přístup pedagoga TV vliv na oblíbenost předmětu TV?

Odpověď na tuto otázku jsem hledala na základě srovnání odpovědí u otázek 3, 5, 19, 20, 21, 22 v dotazníku pro žáky. V dotaznících jsem vyhledala všechny žáky, jejichž odpověď na oblíbenost tělesné výchovy byla negativní. Po přešetření jejich odpovědí na výše uvedené otázky jsem získala výsledky (Tab. č. 1).

16,7 % dívek vypovědělo, že tělesná výchova nepatří mezi jejich oblíbené předměty. Z odpovědí těchto dívek jsem vyšetřila, že 29,4 % z nich nepokládá svého vyučujícího za odborníka ve svém oboru a 64,7 % dívek uvedlo, že v rámci hodin TV necvičí při hudbě nebo za doprovodu hudebních nástrojů. 58,8 % dívek dále vypovědělo, že se v hodinách tělesné výchovy neučí jednoduché lidové tance a 5,9 % dívek uvedlo, že se v průběhu hodin tělesné výchovy nevěnují zimním sportům jako je bruslení, sáňkování a lyžování. 76,5 % dívek sdělilo, že se v hodinách tělesné výchovy nevěnují psychomotorickým cvičením jako jsou například hry s padákem, s novinovým papírem nebo s vršky od PET lahví.

Z dotazovaných chlapců odpovědělo 6 %, že tělesná výchova nepatří mezi jejich oblíbené předměty. Z těchto chlapců uvedlo 40 %, že svého vyučujícího nepokládají za odborníka ve svém oboru a rovněž 40 % těchto chlapců vypovědělo, že v rámci hodin TV necvičí při hudbě nebo za doprovodu hudebních nástrojů. 80 % chlapců odpovědělo, že se v hodinách TV neučí jednoduché lidové tance a 40 % chlapců uvedlo, že se nevěnují v průběhu hodin TV zimním sportům jako je bruslení, sáňkování a lyžování. 40 % chlapců sdělilo, že se v rámci hodin TV nezaměřují na psychomotorická cvičení jako jsou například hry s padákem, s novinovým papírem nebo s vršky od PET lahví.

Na základě těchto výsledků můžeme konstatovat, že u vybraného vzorku žáků má kreativní přístup pedagoga v hodinách tělesné výchovy vliv na oblíbenost předmětu TV.

	Relativní četnost [%]	
	Dívka	Chlapec
Učitel nemá odborné znalosti (otázka č. 5)	29,4	40
Učitel nepodněcuje hudební cítění u žáků (otázka č. 19)	64,7	40
Učitel nepodněcuje taneční cítění u žáků (otázka č. 20)	58,8	80
Učitel nezahrnuje do hodin TV zimní sporty (otázka č. 21)	5,9	40
Učitel nevyužívá v hodinách TV psychomot. cvičení (otázka č. 22)	76,5	40

Tab. č. 1 Relativní četnost zastoupení jednotlivých negativních odpovědí žáků, kteří uvedli, že nemají TV v oblíbenosti

#### Výzkumná otázka č. 2

Které didaktické řídicí styly jsou u vybraných učitelů nejpoužívanější z pohledu žáků?

Aby bylo možné odpovědět na druhou hypotézu, soustředila jsem se na odpovědi u otázek 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20 v dotazníku určeném pro učitele a odpovědi u otázek 16, 17, 19, 20, 21, 22, 23 v dotazníku určeném pro žáky. Odpovědi jsou zpracovány v níže uvedené tabulce (Tab. 2). Na základě těchto odpovědí můžeme konstatovat, že u vybraného vzorku se dívky i chlapci shodují, že nejčastěji užívaným řídicím stylem je dle odpovědí žáků příkazový řídicí styl. Druhým nejužívanějším didaktickým řídicím stylem je styl s nabídkou. Jako třetí nejvíce aplikovaný styl v hodinách TV zvolili žáci didaktický styl s řízeným objevováním.

	Průměr relativních četností [%]		
	Určitě ano	Spíše ano	Kladné odpovědi Σ
Příkazový styl	67,4	21,75	89,15
Styl s nabídkou	28,35	34,95	63,3
Styl s řízeným objevováním	34,5	28,05	62,55
Praktický (úkolový) styl	16,35	39,65	56
Styl se sebehodnocením	17,05	24,85	41,9
Styl se vzájemným hodnocením	11,05	17,95	29
Styl se samostatným objevováním	7,45	8,2	15,65

Tab. č. 2 Průměr relativních četností nejpoužívanějších didaktických stylů vybraných učitelů

## TV z pohledu chlapců a dívek

### Výzkumná otázka č. 3

Více než 50 % ze zúčastněných učitelů využívá ve svých vyučovacích hodinách tělesné výchovy netradiční pomůcky.

Na zodpovězení výše uvedené výzkumné otázky jsem využila otázku 25 z dotazníku pro učitele a otázku 28 z dotazníku pro žáky. Na základě relativní četnosti odpovědí (Tab. 3) bylo zjištěno, že 75 % zúčastněných pedagogů, což potvrdila i většina žáků (104,1 %), využívá ve svých hodinách tělesné výchovy psychomotorická cvičení, tedy cvičení s padákem, s novinovým papírem či s vršky od PET lahví.

Z odpovědí na třetí výzkumnou otázku se potvrdilo, že více než 50 % ze zúčastněných učitelů využívá ve svých vyučovacích hodinách tělesné výchovy netradiční pomůcky.

	relativní četnost [%]		
	dívka	chlapec	učitel
ano	52,9	51,2	75
ne	47,1	48,8	25

Tab. č. 3 Odpovědi relativních četností pedagogů a žáků zaměřené na využívání psychomotorických cvičení v TV

### Výzkumná otázka č. 4

Které dovednosti z oblasti základů gymnastiky nacvičují učitelé se žáky v hodinách TV nejčastěji?

Na tuto výzkumnou otázku jsem použila otázku 32 z dotazníku pro žáky a otázku 29 z dotazníku pro učitele. Odpovědi jsou zpracovány v níže uvedené tabulce (Tab. 4). Tato otázka se zaměřuje na nejčastěji nacvičované dovednosti ze základů gymnastiky u dívek a chlapců. Z odpovědí bylo zjištěno, že v pořadí kotoul vpřed, kotoul vzad a skok nůžkový a skok zvaný čertík patří u žáků k nejčastěji nacvičovaným gymnastickým dovednostem. Nejméně nacvičovanou gymnastickou dovedností je stoj na rukou.

	Relativní četnost [%]		Průměr
	Dívka	Chlapec	
Kotoul vpřed	74,5	60,7	67,6
Kotoul vzad	54,9	44	49,5
Stoj na rukou	7,8	25	16,4
Přemet stranou	30,4	26,2	28,3
Skoky (nůžkový, čertík)	25,5	35,7	30,6

Tab. č. 4 Nejčastěji nacvičované dovednosti ze základů gymnastiky v rámci TV u dívek a chlapců

#### Výzkumná otázka č. 5

Které sportovní hry v hodinách TV žáci preferují?

Pro zodpovězení poslední výzkumné otázky jsem použila otázku 40 z dotazníku pro žáky. Ze všech uvedených sportovních her je v tělesné výchově u děvčat nejoblíbenější miniházená. Jako oblíbenou aktivitu ji uvedlo 50 % dotázaných. Druhá v pořadí se u děvčat umístila spíše sportovní hra preferovaná u chlapců minifotbal, kterou uvedlo 46,1 % dotázaných. Na třetím místě se situoval z pohledu dívek minivolejbal (Tab. 5).

Výrazně odlišné od děvčat byly odpovědi chlapců. Jako první se u chlapců umístila v současné době velmi atraktivní sportovní hra florbal, kterou uvedlo 48,8 % chlapců. Druhé místo obsadil minibasketbal, který ve svých odpovědích označilo 27,4 % chlapců a na třetím místě se současně umístily u chlapců sportovní hry miniházená (25 %) a minivolejbal (25 %) (Tab. 6).

	Relativní četnost [%]		
	miniházená	minifotbal	minivolejbal
Dívky	50	46,1	38,2

Tab. č. 5 Preferované sportovní hry u dívek

	Relativní četnost [%]		
	florbal	minifotbal	miniházená, minivolejbal
Chlapci	48,8	27,4	25

Tab. č. 6 Preferované sportovní hry u chlapců



## 4. Diskuse

Už je to více než rok, co Českou republiku zasáhla pandemie virové choroby covid – 19. Tato nenadálá situace výrazně zasáhla do života lidí a ztížila tak jejich obvyklý způsob života.

Z tohoto důvodu se také uskutečnila realizace mé absolventské práce, respektive vyhodnocování výsledků z dotazníků bez mé osobní účasti v hodinách na základních školách. Prostřednictvím telefonické dohody s řediteli či zástupci vybraných škol jsem však byla mile překvapená za ochotnou a vstřícnou pomoc při uskutečnění mého výzkumného šetření. Se svolením vedoucích pracovníků základních škol jsem odeslala na jejich e-mail odkaz pro přístup a spuštění dotazníků. I když jsem nemohla sledovat postoj žáků a učitelů při vyplňování odpovědí, tak věřím, že byly zpracovány pečlivě pod dohledem zkušených pedagogů, což potvrzuje i 100 % návratnost všech dotazníků.

Prostřednictvím vyhodnocených výsledků z dotazníků jsem získala spoustu údajů, které se daly předpokládat, ale našly se i takové odpovědi, které byly překvapující či neočekávané. Z pohledu budoucího pedagoga mě tyto informace z výzkumné činnosti umožnily nahlédnout na průběh hodin tělesné výchovy a blíže posoudit individuální názory a postoje žáků, které budou jistě předmětem mého dalšího působení v oblasti školství.

Již u 2. otázky jsem neočekávala, že někteří žáci ve svých odpovědích uvedou známku na vysvědčení z tělesné výchovy horší než 1. Domnívám se, že možným důvodem takového hodnocení ze strany pedagogů může být právě dnešní uspěchaná doba plná moderních technologií a s tím spojeného sedavého způsobu života dětí už v raném věku. Proto pravidelná pohybová činnost, dostatek pohybu v přírodě a správná výživa jsou faktory, které by měly být nejen u dětí prioritní. Například výzkum Fialové a kol. (2014) prokázal, že nejčastěji udělovanou známkou na vysvědčení z TV na prvním stupni ZŠ je z 90% známka 1. Rovněž u 4. otázky mě překvapilo, že z odpovědí některých pedagogů vyplynulo, že svoje hodiny tělesné výchovy nepovažují za kreativní. Z vlastní zkušenosti můžu říct, že při výuce tělesné výchovy na prvním stupni ZŠ jsem se vždy snažila zahrnovat do výuky stále nové nápady, inovace a přinášet tak žákům radost z pohybu, ke kterému vyzývá i RVP. Přitom výsledky zahraničních, ale i domácích výzkumů (Mazal, 2000, TVSM, 2001) z posledních let dokazují, že inovační a kreativní pohybové aktivity mají pozitivní vliv na vztah žáků k pohybovým aktivitám. Naopak příjemné zjištění jsem zaznamenala u 3. a 6. otázky, ve které se vyslovila většina žáků, že tělesnou výchovu považují za oblíbený předmět a také pedagogy tělesné výchovy řadí mezi oblíbené. Rovněž Adamová (2018) potvrzuje z výsledků

výzkumu, že hodiny TV mají žáci na 1. stupni ZŠ v oblibě. Uvádí však, že pro 25 % (148) žáků není vyučující TV vzorem, což může souviset s přístupem učitele a také tím, jak vede hodiny tělesné výchovy. U 7. otázky jsem předpokládala, že převážná část žáků se bude z nějakého důvodu cvičení vyhýbat, a tudíž bude nosit často omluvenky z tělesné výchovy. Moje domněnka se ovšem nepotvrdila, a to zejména v odpovědích dívek. Také mě potěšily většinové výpovědi žáků na 8. otázku, které potvrdily vnímavý a zodpovědný přístup pedagogů v přiměřeném rozvržení cvičebních úkolů v rámci individuálních schopností žáků. Také (Vilímová, 2009) uvádí, že učitel TV by měl vycházet z limitu dětských možností a náradí, pravidla, nebo čas pro cvičení přizpůsobit těmto limitům. Podle studie Jeff R. Crane a kol. (2015) je ideálním časem pro posílení motorických schopností a zájem o fyzické aktivity již mateřská škola.

V další části výzkumného šetření jsem se ptala na využívání didaktických stylů. Předpokládala jsem, že nejvíce uplatňovaným stylem v hodinách tělesné výchovy z pohledu žáků bude styl příkazový, což se také v rámci mé druhé hypotézy potvrdilo. U didaktického stylu se samostatným objevováním mě udivilo, že převážná část pedagogů uvedla, že tento styl v hodinách TV využívá, což však většina dívek a chlapců nepotvrdila. Můžeme se tedy domnívat, že pedagogové tento styl v průběhu hodin využívají, ale žáci si to zcela neuvědomují. Červenková (2017) v rámci svého výzkumného šetření uvádí u vybrané učitelky TV, že ve svých hodinách preferuje pouze styl příkazový a jiný styl z důvodu nedostatku času a potřeby osvojení velkého množství dovedností u žáků nepoužívá.

Rovněž u 20. otázky byly odpovědi žáků a pedagogů překvapivě rozdílné. Více než polovina pedagogů uvedla, že v rámci hodin tělesné výchovy nacvičuje lidové tance, což však vyvrací většina žáků, a to převážně chlapců. Můžeme tedy soudit, že u chlapců není tanec v rámci hodin TV příliš oblíbený, což ve svém výzkumu potvrzuje i Kamenická (2010). U 22. otázky jsem očekávala, že většina žáků ve svých odpovědích uvede, že hry s netradičním materiálem jsou zahrnovány do hodin TV. To se však potvrdilo pouze z části, protože polovina dívek a chlapců vypověděla, že psychomotorická cvičení v hodinách tělesné výchovy nenacvičují. Na základě těchto odpovědí můžeme usuzovat, že hry s netradičními pomůckami či netradičním náčiním jsou zařazovány do náplně hodin tělesné výchovy pouze na některých z vybraných základních škol. Sigmund a Šnoblová (2010) v rámci svého výzkumu realizovaného na 1. stupni základních škol například zjistili, že z netradičních pomůcek využívali pedagogové v hodinách TV nejvíce kolíčky na prádlo, létací talíře, overbally, malé trampolíny, PET lahve, PET víčka a textilní gumu. Tohoto výzkumu se zúčastnilo 146 učitelů tělesné výchovy z různých základních škol. Jednou z osobnostních

vlastností pedagoga je intenzivní komunikační schopnost, a to nejen se žáky. Proto jsem byla u 23. otázky překvapená, že necelá polovina pedagogů se považuje za introvertní typ. Převážný počet dívek a chlapců však vypověděl, že jejich učitel tělesné výchovy je komunikativní. Můžeme se tedy domnívat, že žáci na prvním stupni základních škol ještě neumí komunikační schopnost pedagogů zcela posoudit. Gavora (2005) vystihuje pedagogickou komunikaci jako prostředek realizace výchovy a vzdělávání prostřednictvím verbálních a nonverbálních projevů učitele a žáka. Také se většina žáků shodovala, že jejich učitelé jsou veselí, trpěliví, přátelští, což potvrdila i většina pedagogů. Také Mikulenková (2012) ve svém výzkumu předkládá, že nejdůležitější vlastností z pohledu žáků je klidný, vyrovnaný učitel s dobrými komunikačními vlastnostmi. Právě přátelská atmosféra a pozitivně smýšlející učitel předpovídají, že hodiny tělesné výchovy budou probíhat efektivně a žáci si budou už od dětství ke sportu budovat kladný vztah.

Z oblasti základních gymnastických dovedností mě překvapilo, jak málo dívek a chlapců nacvičuje v rámci tělesné výchovy stoj na rukou a jak málo pedagogů nacvičuje v hodinách TV přemetu stranou. Ryba (1996) je toho názoru, že stoj na rukou je akrobatický prvek, který je doporučován nacvičovat až ve 3. a 4. ročníku. Rovněž velmi malý počet pedagogů se věnuje gymnastickým disciplínám, mezi které patří cvičení na hrazdě a cvičení na kruzích. Slezáková (2017) ve svém šetření potvrzuje, že nácvik dovedností ze základů gymnastiky v rámci TV nemá většina pedagogů příliš v oblibě z důvodu narůstající obezity u žáků, jejich větší neobratnosti a s tím spojeného možného zranění. Z výsledků výzkumu mě udivilo, že honičky nepatří u většiny žáků mezi oblíbené pohybové činnosti. Pro zajímavost pouze 2,4 % chlapců a žádná dívka označili tuto aktivitu za oblíbenou. Rovněž rozcvičky nejsou u většiny pedagogů v hodinách tělesné výchovy preferovány, jak tomu bývalo v minulých letech. Přitom zejména v průpravné části, kdy je potřeba pohybový aparát připravit na fyzickou zátěž, je rozcvičení žádoucí (Vilímová, 2009). Z výsledků výzkumu studentek 4. ročníku Pedagogické fakulty Masarykovy Univerzity v Brně Janoškové a Šerákové, který se uskutečnil v letech 2012–2015 realizovaného na 1. stupni ZŠ vyšlo najevo, že studenti mají nedostatek metodických materiálů a námětů pro rozcvičení dětí mladšího školního věku.

Za nejoblíbenější sportovní hru realizovanou v hodinách tělesné výchovy označila většina chlapců a pedagogů stále populární florbal. Z vyhodnoceného grafu však můžeme soudit (Graf. č. 29), že ostatním sportovním hrám se pedagogové věnují jen velmi zřídka. U dívek se na první příčce v oblíbenosti umístil minibasketbal a hned za ním překvapivě minifotbal. Překvapivě proto, že fotbal je spíše chlapecká sportovní hra a já jsem moc ráda, že

i dívky mají tento druh sportu v oblibě. Pro srovnání uvádí Floreová (2012) v rámci svého výzkumu, že nejoblíbenější sportovní hrou u chlapců na 1. stupni vybrané ZŠ je fotbal a vybíjená a u dívek vítězí volejbal a vybíjená.

## 5. Závěry

Stěžejním cílem mé absolventské práce bylo zjistit, jak je v současné době oblíbený vyučovací předmět tělesná výchova u pedagogů a rovněž žáků působících na prvním stupni základních škol. K získávání informací v rámci výzkumného šetření jsem zvolila metodu dotazníku, tedy metodu kvantitativní. Vyšetřovaný celek reprezentovali pedagogové tělesné výchovy a jejich žáci ze základních škol ve Strážnici, v Moravském Písku a v Kyjově. Vyšetřovaný skupinový a záměrný vzorek byl složen z 11 učitelek, 1 učitele a 186 žáků, z nichž bylo 102 dívek a 84 chlapců z různých základních škol.

Prostřednictvím výzkumného šetření jsem dospěla k následujícím závěrům.

### Výzkumná otázka č. 1

Má u žáků kreativní přístup pedagoga TV vliv na oblíbenost předmětu TV?

Výzkumným šetřením jsem zjistila, že kreativní přístup pedagoga v hodinách tělesné výchovy má vliv na oblíbenost předmětu tělesná výchova u vybraného vzorku.

### Výzkumná otázka č. 2

Které didaktické řídicí styly jsou u vybraných učitelů nejpoužívanější z pohledu žáků?

Prostřednictvím výzkumu jsem vyšetřila, že u vybraného vzorku je podle žáků nejčastěji využívaným didaktickým řídicím stylem styl příkazový a didaktický styl s nabídkou.

### Výzkumná otázka č. 3

Využívá více než 50 % ze zúčastněných učitelů ve svých vyučovacích hodinách tělesné výchovy netradiční pomůcky?

V rámci výzkumného šetření jsem odhalila, že více než 50 % (tedy 75 %) ze zúčastněných učitelů, využívá ve svých vyučovacích hodinách tělesné výchovy netradiční pomůcky.

### Výzkumná otázka č. 4

Které dovednosti z oblasti základů gymnastiky nacvičují učitelé se žáky v hodinách TV nejčastěji?

Výzkumným šetřením jsem zjistila, že kotoul vpřed a kotoul vzad jsou nejčastěji

nacvičované dovednosti z oblasti základů gymnastiky v hodinách tělesné výchovy.

#### Výzkumná otázka č. 5

Které sportovní hry v hodinách TV žáci preferují?

V rámci výzkumného šetření jsem zjistila, že mezi nejoblíbenější sportovní hry v hodinách tělesné výchovy patří u chlapců florbal a minifotbal, U dívek je nejoblíbenější sportovní hrou miniházená a minifotbal.

Z výzkumné práce vyplývají následná doporučení pro praxi.

- Pedagogové by měli dbát v průběhu hodin tělesné výchovy na pozitivní atmosféru, předcházet možným konfliktům mezi žáky a prostřednictvím jasných, srozumitelných pokynů a vstřícného jednání navozovat u žáků radost z pohybu a pohybových aktivit.
- Pedagogové by se měli snažit naslouchat žákům a zahrnovat do hodin tělesné výchovy pohybové aktivity, které jsou z jejich pohledu oblíbené a atraktivní.
- Pedagogové by měli v rámci hodin tělesné výchovy uplatňovat netradiční sporty a pohybové hry (např. motorický padák, prolézací tunel, skákací pytel) a zahrnovat do výuky podle možností příslušné školy moderní technologie a různá aplikační zařízení (např. tablety, chytré náramky a hodinky).
- Pedagogové by měli v rámci svých hodin využívat širší spektrum didaktických řídicích stylů, snažit se více zapojovat žáky do procesu výuky TV a přenášet na ně určitou možnost rozhodování.
- Pedagogové by měli žáky v rámci učebního procesu povzbuzovat a motivovat, například prostřednictvím úspěchů slavných osobností či světových rekordů v oblasti sportu a současně využívat aktivizačních metod.
- V neposlední řadě by se měli nejen začínající pedagogové, ale rovněž pedagogové v rámci své dlouholeté praxe i nadále vzdělávat v oblasti sportu a tělovýchovy.

## 6. Souhrn

Cílem mé diplomové práce bylo zjištění, jak vnímají a posuzují pedagogové a žáci povinnou tělesnou výchovu na 1. stupni základních škol.

V práci se zabývám obsahem Rámcového vzdělávacího programu pro základní školy. Konkrétně se zaměřuji na vzdělávací oblast Člověk a zdraví, která je vymezena a realizována ve vyučovacím předmětu tělesná výchova. V teoretické části mé diplomové práce se dále zabývám vzájemnou interakcí mezi učitelem a žákem v hodinách tělesné výchovy či osobností učitele. Také jsem zjišťovala, jaká je náplň a pestrost hodin a uplatnitelnost didaktických řídicích stylů v rámci výuky. Rovněž oblíbené pohybové aktivity u žáků byly předmětem mé práce.

Výzkumné šetření, které bylo náplní praktické části, bylo realizováno formou dotazníku. Dotazníkové šetření probíhalo na vybraných základních školách, kterého se zúčastnilo 186 žáků a 12 pedagogů tělesné výchovy.

## 7. Summary

The aim of my diploma thesis was to find out how teachers and pupils perceive and assess compulsory physical education at the primary stage of Czech elementary schools.

In my work, I deal with the content of the Framework Educational Program for Basic Education. Specifically, I focus on the educational area of Humans and Health, which is defined and implemented as part of physical education. In the theoretical part of my diploma thesis, I deal with the teacher-pupil interaction in physical education classes or the personality of the teacher. I also investigated what is the content and variety of lessons, as well as the applicability of didactic styles related to management in teaching. Pupils' favorite physical activities were also the subject of my work.

The research survey, which was the content of the practical part, was carried out in the form of a questionnaire. The questionnaire survey was conducted at selected elementary schools where 186 pupils and 12 physical education teachers participated in total.

## 8. Přehled literatury a dalších zdrojů

ČERNÁ, Lenka. *Didaktika tělesné výchovy*. Studijní opora studia pro kombinovanou formu výuky. 2014. 59 stran.

DOBŘÝ, Lubomír. *Didaktika sportovních her*. 2., přeprac. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1988. 191 stran.

FIALOVÁ, Ludmila. *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1854-8.

FRÖMEL, Karel. *Vyučovací jednotka tělesné výchovy: určeno pro stud. Tělesné výchovy*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého. 1983. 235 stran.

HELUS, Zdeněk. *Vyznat se v dětech*. 1. vyd. Praha: SPN, 1987. 216 stran.

HODAŇ, Bohuslav. *Úvod do tělesné kultury*. 2., opr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 1997, 108 s. ISBN 80-7067-782-1.

HOŠEK, V., RYCHTECKÝ, A., a kol. *Psychologie sportu: rozbor psychických složek sportovního výkonu*. 1. vyd. Praha: Olympia, 1984. 202. s.

HURYCHOVÁ, A., VILÍMOVÁ, V. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Masarykova univerzita, 1997.

KÖSSL, J., ŠTUMBAUER, J., & Waic, M., *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*: Praha: Karolinum, 2006.

KOSTKOVÁ, Jarmila et al. *Didaktika školní tělesné výchovy*. 1. vyd. Praha: SPN, 1978. 195 stran.



KUDLÁČEK, M., KLAVINA, A. *Adapted physical education in school. In European standards in adapted physical activities*. Olomouc: Palacký University, 2010. Kapitola 2, s. 11-24. ISBN 978-80-244-2584-9.

MAŇÁK, J., ŠVEC, V. *Výukové metody*. Brno: PdF MU, 2003. ISBN 80-7315-039-5

MĚKOTA, Karel a CUBEREK, Roman. *Pohybové dovednosti – činnosti – výkony*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. 163 stran. Učebnice. ISBN 978-80-244-1728-8.

MĚKOTA, Karel a NOVOSAD, Jiří. *Motorické schopnosti*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého 2007. 175 stran. Učebnice. ISBN 80-244-0981-X.

MICHALÍK, J. a kol. *Zdravotní postižení a pomáhající profese*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-859-3.

MOJŽÍŠEK, LUBOMÍR. *Vyučovací metody*. 3., upr. vyd. Praha: SPN, 1988. 341 stran. Pedagogická teorie a praxe.

MUŽÍK, Vladislav a KREJČÍ, Milada. *Tělesná výchova a zdraví: Zdravotně orientované pojetí tělesné výchovy pro 1. stupeň ZŠ*. Vydání první. Olomouc: Nakladatelství Hanex, Olomouc, 1997. 144 stran. ISBN 80-85783-17-7.

PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky I.: vývoj člověka do patnácti let*. 4. vyd. Praha: SPN Československo, 1977.

RYCHTECKÝ, Antonín a Ludmila FIALOVÁ. *Didaktika školní tělesné výchovy*. 2. přeprac. vyd. Praha: Karolinum, 1998. 171 stran. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 80-7184-659-7.

SLIACKY, J., & MUŽÍK, V. *Tělesná výchova: Didaktické řídicí styly aneb od povělu k samostatnému rozhodování žáků*. vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2013.

SPURNÁ, M. *Tělocvičné aktivity osob s dětskou mozkovou obrnou při o. s. Jitro v Olomouci*. Univerzita Palackého, Olomouc, 2008. 95 s.

SPURNÁ, M., KUDLÁČEK, M. *Aplikované tělocvičné aktivity žáků s dětskou mozkovou obrnou*. Studia Sportiva. 2010, roč. 4, č. 1, s. 113-122. ISSN 1802-7679

SUCHOMEL, A. *Tělesně nezdatné děti školního věku (motorické hodnocení, hlavní činitele výskytu, kondiční programy)*. 1. vyd. Liberec, Česko: Technická Univerzita v Liberci, 2006. ISBN 80-7372-140-6.

SVATOŇ, V. *Analýza interakce mezi učitelem a žáky ve vyučovacích hodinách tělesné výchovy*. tělovýchovný sborník, 20. vyd. Praha: Olympia, 1987.

SVOBODA, B.; KOCOUREK, J. *Výzkum osobnosti a vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy*. In *Tělovýchovný sborník*. Praha: Olympia, 1987.

SÝKORA, F., KOSTKOVÁ, J. et al. *Didaktika tělesné výchovy*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1985. Učebnice pro vysoké školy.

ŠICOVÁ, Z. *Školní tělesná výchova v 7. ročníku základní školy při Ústavu sociální péče pro tělesně postiženou mládež Kociánka v Brně*. Univerzita Palackého, Olomouc, 2007. 70 s.

VILÍMOVÁ, Vlasta. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido, 2002. 103 stran. ISBN 80-7315-033-6.

*Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* [online]. Praha: MŠMT, 2017. 98-101 s. [cit. 2021-04-05].

Dostupné z file:///C:/Users/Office/AppData/Local/Temp/RVP%20ZV%202017.pdf

WHO. Physical activity [online]. c2017, [cit 2021-04-08] Dostupné <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>

MŠMT Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (2005). [online]. [cit. 2021-04-02]. Dostupné

z WWW: (<http://www.msmt.cz/dokumenty/aktualni-zneni-zakona-o-pedagogickych-pracovnicich-k-1-lednu>).

*MŠMT Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (2011)*. [online]. [cit. 2021-04-06]. Dostupné z WWW: <https://www.vysokeskoly.cz/clanek/special-o-oborech-telesna-vychova-vzdelavani>.

VÍTKOVÁ, M. *Integrativní/inkluzivní nebo segregativní vzdělávání žáků s tělesným postižením* [on-line], c. 2008 [cit. 11. 2. 2008]. Dostupné z: <http://www.svp.muni.cz/download.php?doced=552>.

## 9. Seznam obrázků

- Obr. č. 1 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost tělesné výchovy
- Obr. č. 2 Četnost odpovědí zaměřených na kreativitu hodin tělesné výchovy
- Obr. č. 3 Četnost odpovědí zaměřených na odbornost učitele tělesné výchovy
- Obr. č. 4 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost učitele tělesné výchovy
- Obr. č. 5 Četnost odpovědí zaměřených na časté omlouvání z hodin tělesné výchovy
- Obr. č. 6 Četnost odpovědí zaměřených na požadavky (nároky) učitele v tělesné výchově
- Obr. č. 7 Četnost odpovědí zaměřených na autoritu učitele tělesné výchovy
- Obr. č. 8 Četnost odpovědí zaměřených na náročnost vyučovacího předmětu tělesná výchova
- Obr. č. 9 Četnost odpovědí zaměřených na atmosféru hodin tělesné výchovy
- Obr. č. 10 Četnost odpovědí zaměřených na využívání příkazového řídicího stylu
- Obr. č. 11 Četnost odpovědí zaměřených na využívání úkolového (praktického) řídicího stylu
- Obr. č. 12 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu se vzájemným hodnocením neboli recipročního stylu
- Obr. č. 13 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu se sebehodnocením
- Obr. č. 14 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu s nabídkou
- Obr. č. 15 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu s řízeným objevováním
- Obr. č. 16 Četnost odpovědí zaměřených na využívání řídicího stylu se samostatným objevováním
- Obr. č. 17 Četnost odpovědí zaměřených na uplatňování hudby v hodinách tělesné výchovy
- Obr. č. 18 Četnost odpovědí zaměřených na zahrnování tanců do hodin tělesné výchovy
- Obr. č. 19 Četnost odpovědí zaměřených na zahrnování zimních sportů do hodin tělesné
- Obr. č. 20 Četnost odpovědí zaměřených na zařazování psychomotorických cvičení do hodin
- Obr. č. 21 Četnost odpovědí zaměřených na komunikaci s učitelem v hodinách tělesné výchovy
- Obr. č. 22 Četnost odpovědí zaměřených na osobnost učitele z hlediska temperamentu v hodinách tělesné výchovy
- Obr. č. 23 Četnost odpovědí zaměřených na dovednosti ze základů gymnastiky v rámci výuky TV
- Obr. č. 24 Četnost odpovědí zaměřených na pohybové činnosti v rámci výuky TV
- Obr. č. 25 Četnost odpovědí zaměřených na sportovní hry realizované v rámci výuky TV
- Obr. č. 26 Četnost odpovědí zaměřených na nejčastěji realizované gymnastické disciplíny

v rámci výuky TV

Obr. č. 27 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost gymnastických dovedností v rámci výuky TV

Obr. č. 28 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost pohybových činností v rámci výuky TV

Obr. č. 29 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost sportovních her realizovaných v rámci výuky TV

Obr. č. 30 Četnost odpovědí zaměřených na oblíbenost sportovních her realizovaných v rámci výuky TV

## **10. Přílohy**

Příloha č. 1 Dotazník pro žáky

Příloha č. 2 Dotazník pro učitele

## Příloha č.1

Milí žáci, milé žákyně, ráda bych vás poprosila o vyplnění následujícího dotazníku. Jeho prostřednictvím chci zjistit, jaký máte názor na vyučovací předmět tělesnou výchovu. Dotazník je anonymní, a proto nebude možné zjistit, jak odpovídáte. Do vyznačeného políčka vedle možností odpovědí označte prosím vybranou odpověď.

Děkuji za spolupráci a pravdivé odpovědi. Děkuji také pedagogům základních škol za ochotu a výpomoc žákům při vyplňování dotazníku.

1. Jsi

dívka

chlapec

2. Měl jsi na někdy na vysvědčení horší známku z TV než 1?

ano

ne

3. Považuješ TV za tvůj oblíbený předmět?

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

4. Jsou pro tebe hodiny TV zajímavé, nápadité?

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

5. Má tvůj učitel TV dobré znalosti a vědomosti o tělesné výchově?

určitě ano

spíše ano

spíše ne

- určitě ne
6. Řadíš učitele TV mezi tvé oblíbené učitele?
- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne
7. Omlouváš se často z hodin TV, nosíš omluvenky, abys nemusel/a cvičit?
- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne
8. Jsou pro tebe požadavky (nároky) učitele v TV obtížné?
- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne
9. Respektuješ svého učitele TV, je pro tebe autoritou?
- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne
10. Je pro tebe TV jako vyučovací předmět náročnější než ostatní vyučovací předměty?
- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne



11. Provází vaše hodiny v TV dobrá nálada?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

12. Hodiny TV řídí vždy učitel, rozhoduje o tom, co budete cvičit. (např. při rozvíčce předcvičuje)

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

13. V hodině TV nás nechá učitel cvičit to, co zvládneme, umíme.

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

14. Učitel TV nás nechává hodnotit se mezi sebou. (např. ve dvojici při nácviku kotoulu si říkáme, co jsme udělali špatně a co dobře).

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

15. Učitel TV se nás ptá, abychom mu sami řekli, kde jsme udělali při cvičení chybu. (např. při skoku do dálky)

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne

určitě ne

16. V případě obtížného cvičebního úkolu si můžeme zvolit jeho lehčí variantu. (např. snížit výšku kozy při přeskoku do dálky, či přiblížit odrazový můstek).

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

17. Učitel TV se nás na základě našich vědomostí ptá na správnou techniku provedení cviku. (např. Co uděláte při nácviku přihrávky, jestliže je váš protihráč vysoký a nedaří se vám přehodit jeho ruce?).

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

18. V TV nacvičujeme nový cvik samostatně bez pomoci pana učitele. (např. gymnastickou sestavu).

určitě ano

spíše ano

určitě ne

spíše ne

19. Cvičíte v hodinách TV při hudbě nebo s doprovodem hudebních nástrojů?

ano

ne

20. Učíte se v hodinách TV lidové tance? (např. mazurku)

ano

ne

21. Chodíte v hodinách TV bruslit, sáňkovat nebo lyžovat?

ano

ne

22. Cvičíte v hodinách TV s padákem, s novinovým papírem, s vršky od PET lahví nebo jinými netradičními pomůckami?

ano

ne

23. Je tvůj učitel TV komunikativní?

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

24. Jaký je tvůj učitel TV?

veselý, trpělivý, přátelský

často se rozčiluje, přísný, netrpělivý

klidný, pomalý, spolehlivý

moc nemluví, laskavý

## Oddíl 2

V následující části označte políčka u všech vámi vybraných možností.

25. Které akrobatické dovednosti nacvičujete v hodinách TV?

kotoul vpřed

kotoul vzad

stoj na ruce

přemet stranou (hvězda)

skoky (nůžkový, "čertík")

26. Jakým pohybovým činnostem se věnujete v hodinách TV?

- honičky (např. na černokněžníka)
- překážkové dráhy
- rozcvičky (cvičení s říkadly)
- míčové hry

27. Které míčové hry hrajete v hodinách TV?

- minibasketbal
- minifotbal
- miniházenou
- minivolejbal
- florbal

28. Kterým gymnastickým disciplínám se věnujete v hodinách TV?

- šplh na tyči
- cvičení na hrazdě (výmyk)
- cvičení na švédské lavičce (přeskoky, chůze, váha předklonmo)
- cvičení na kruzích

V následující části označte políčka maximálně u dvou možností.

29. Které akrobatické dovednosti tě baví v hodinách TV nejvíce?

- kotoul vpřed
- kotoul vzad
- stoj na rukou
- přemet stranou (hvězda)
- skoky (nůžkový, "čertík")

30. Jaké pohybové činnosti tě baví v hodinách TV nejvíce?

- honičky (např. na černokněžníka)

- překážkové dráhy
- rozcvičky (cvičení s říkadly)
- míčové hry

31. Které míčové hry hraješ v hodinách TV nejraději?

- minibasketbal
- minifotbal
- miniházenou
- minivolejbal
- florbal

32. Jaké gymnastické disciplíny máš v hodinách TV nejraději?

- šplh na tyči
- cvičení a hrazdě (výmyk)
- cvičení na švédské lavičce (přeskoky, chůze, váha předklonmo)
- cvičení na kruzích

## Příloha č. 2

Anketa pro učitele tělesné výchovy na 1. stupni ZŠ. Absolvování průzkumu potrvá přibližně 8 minut. Zjišťuje obsah a náplň vyučovací jednotky TV a Váš celkový pohled na tělesnou výchovu.

Vážená paní učitelko, vážený pane učiteli, jsem studentkou 5. ročníku Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, oboru učitelství pro první stupeň základních škol a speciální pedagogiky. V rámci výzkumu, který je předmětem praktické části mé diplomové práce bych chtěla zjistit, jaké tělovýchovné činnosti, metody, prostředky a didaktické styly zařazují učitelé 1. stupně ZŠ v hodinách tělesné výchovy.

Dovoluji si Vás proto požádat o vyplnění níže uvedeného dotazníku. Dotazník je anonymní a získané informace budou sloužit pouze pro potřeby diplomové práce. Do vyznačeného políčka vedle možností odpovědí označte prosím vámi vybranou odpověď. Děkuji za ochotu a spolupráci při vyplňování tohoto dotazníku.

1. Jste

žena

muž

2. Kolik let působíte jako pedagog tělesné výchovy?

méně než 10 let

více než 10 let

10-15 let

15-20 let

více než 20 let

3. Považujete tělesnou výchovu za váš oblíbený předmět?

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

4. Domníváte se, že jsou vaše hodiny TV zajímavé a kreativní?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

5. Myslíte si, že vás žáci vnímají jako dobrého pedagoga v rámci odbornosti?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

6. Domníváte se, že jste u žáků oblíbený/á, mají vás rádi?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

7. Omlouvají se vaši žáci často z hodin tělesné výchovy, nosí vám omluvenky?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

8. Myslíte si, že dovedete odhadnout fyzické schopnosti žáků v rámci pohybových aktivit?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

9. Myslíte si, že je v hodinách TV obtížnější udržet u žáků kázeň, než v jiných vyučovacích předmětech?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

10. Shledáváte vyučovací hodiny tělesné výchovy fyzicky i psychicky náročnější než vyučovací hodiny ostatních předmětů?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

11. Myslíte si, že umíte dobře zvládat konflikty mezi žáky v hodinách TV?

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

12. V rámci hodiny TV rozhodujete především vy o tom, jak bude probíhat hodina (např. úvodní rozvíčka, nácvik hodů míčkem).

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

13. V rámci hodiny TV dáváte žákům prostor cvičit dle jejich individuálního tempa (např. při rozvíčce žáci cvičí, až jsou připraveni, mohou si vybrat značku pro plnění pohybového úkolu).

- určitě ano
- spíše ano



spíše ne

určitě ne

14. V rámci hodiny TV necháváte žáky hodnotit se mezi sebou (např. při nácviku kotoulu, kdy jeden žák z dvojice cvičí a druhý pozoruje, hodnotí, pomáhá a opravuje).

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

15. V rámci hodiny TV žáci zhodnotí svůj výkon a následně vám sdělují případné chyby a varianty nápravy prováděného cviku (např. při nácviku skoku do dálky).

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

16. V rámci hodiny TV necháváte na žácích, aby si samostatně vybrali obtížnost prováděného úkolu (např. při nácviku přeskočení přes kozu si žák volí výšku nářadí, či vzdálenost odrazového můstku).

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

17. V rámci hodin TV se záměrně ptáte žáků, aby sami přišli na správné provedení cviku (např. Jaké druhy přihrávek znáte? Které přihrávky se používají v košíkové?).

určitě ano

spíše ano

spíše ne

určitě ne

18. V rámci hodiny TV necháváte žáky, aby sami přišli na správné provedení cviku (např. při tvoření gymnastické sestavy).

- určitě ano
- spíše ano
- spíše ne
- určitě ne

19. Zahrnujete do hodin TV cvičení s doprovodem hudebních nástrojů či s hudební reprodukcí?

- ano
- ne

20. Učíte žáky v hodinách TV jednoduché lidové tance? (např. Měla babka čtyři jabka - mazurku)

- ano
- ne

21. Provozuje v hodinách TV zimní sporty? (bruslení, sáňkování, lyžování)

- ano
- ne

22. Zaměřujete se v hodinách TV na psychomotorická cvičení? (hry s padákem, s novinovým papírem, s vršky od PET lahví).

- ano
- ne

23. Jaký typ temperamentu charakterizuje vaši osobnost?

- introvert
- extrovert

24. Jaký typ temperamentu převažuje spíše u vaší osobnosti?

- sangvinik
- choleric
- flegmatik

melancholik

V následující části označte políčka u všech vámi vybraných možností

25. Které akrobatické dovednosti s žáky v hodinách TV realizujete?

- kotoul vpřed
- kotoul vzad
- stoj na ruku
- přemet stranou (hvězda)
- skoky (nůžkový, „čertík“)

26. Jakým pohybovým činnostem se věnujete v hodinách TV?

- honičky (např. na černokněžníka)
- překážkové dráhy
- rozcvičky
- míčové hry

27. Které míčové hry hrajete v hodinách TV?

- minibasketbal
- minifotbal
- miniházenou
- minivolejbal
- florbal

28. Kterým gymnastickým disciplínám se věnujete v hodinách TV?

- šplh na tyči
- cvičení na hrazdě (výmyk)
- cvičení na švédské lavičce (přeskoky, chůze, váha předklonmo)
- cvičení na kruzích

V následující části označte políčka maximálně u dvou možností

29. Které akrobatické dovednosti učíte v hodinách TV nejraději?

- kotoul vpřed
- kotoul vzad
- stoj na ruce
- přemet stranou (hvězda)
- skoky (nůžkový, „čertík“)

30. Jakým pohybovým činností se věnujete v hodinách TV nejraději?

- honičky (např. na černokněžníka)
- překážkové dráhy
- rozcvičky
- míčové hry

31. Které míčové hry hrajete v hodinách TV nejraději?

- minibasketbal
- minifotbal
- miniházenou
- minivolejbal
- florbal

32. Které gymnastické disciplíny učíte v hodinách TV nejraději?

- šplh na tyči
- cvičení na hrazdě (výmyk)
- cvičení na švédské lavičce (přeskoky, chůze, váha předklonmo)
- cvičení na kruzích

## **Anotace**

Diplomová práce se zabývá pohledem učitele a žáka na povinnou tělesnou výchovu na 1. stupni základních škol. Obsah teoretické části je zaměřen zejména na vzdělávací oblast Člověk a zdraví, osobnost učitele a jeho současné pojetí ve školní TV, vyučovací hodinu TV, její cíle a typologii a rovněž vyučovací činnosti učitele TV. Výzkumné šetření v rámci praktické části probíhalo formou dotazníků určených učitelům TV a jejich žákům působících na 1. stupni základních škol.