

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

Využití testové baterie MOBAK 3 ve volnočasových aktivitách dětí na 1. stupni ZŠ

(bakalářská práce)

Vypracoval: Robin Petrák

Studijní obor: Tělesná výchova – základy společenských věd se zaměřením na vzdělávání

Vedoucí práce: doc. Mgr. Jana Vašíčková, PhD.

Olomouc 2021

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení: Robin Petrák

Název bakalářské práce: Využití testové baterie MOBAK 3 ve volnočasových aktivitách dětí na 1. stupni ZŠ.

Pracoviště: Katedra společenských věd v kinantropologii

Vedoucí: doc. Mgr. Jana Vašíčková, PhD.

Rok obhajoby: 2021

Abstrakt: V práci jsme se zabývali úrovní pohybové kompetence dětí mladšího školního věku za využití testové baterie MOBAK 3. Cílem bylo tedy zjistit úroveň pohybových schopností a dovedností u dětí mladšího školního věku. Testování dětí probíhalo v průběhu dvou dnů na příměstském táboře v Olomouci v létě roku 2020. Testování se zúčastnilo celkem 40 dětí, z toho 28 chlapců a 12 dívek. První den jsme testovali disciplíny z oblasti s pomůckou a druhý den z oblasti vlastním tělem. Zjistili jsme, že nikdo nevykazoval nízkou úroveň pohybové kompetence, výsledky v oblasti pohyb bez pomůcky vykazovaly větší úspěšnost, testované dívky měly o trochu lepší výsledky než chlapci, nejvíce bodů děti získaly v testu „změna směru“ a nejméně v testech „hod na terč“ a „skákání přes švihadlo“.

Klíčová slova: Mladší školní věk, pohyb, pohybová aktivita, pohybová dovednost, pohybová schopnost, MOBAK

Souhlasím s půjčováním závěrečné práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Autor's first name and surname: Robin Petrák

Title of the bachelor thesis: Use of the MOBAK 3 test battery in leisure activities of primary school children

Department: Department of social sciences in kinanthropology

Supervisor: doc. Mgr. Jana Vašíčková, PhD.

The year of presentation: 2021

Abstract : Thesis deals with the level of motor competence of children of younger school age using the test battery MOBAK 3. The aim is to determine the level of motor abilities and skills in children. The testing of children took place over two days at a suburban camp in Olomouc in the summer of 2020. A total of 40 children took part in the testing, including 28 boys and 12 girls. On the first day, disciplines from the area with aids were tested, and on the second day from the area with their own body. It was found that no one showed a low level of motor competence, the results in the field of movement without aids were more successful, the tested girls had slightly better results than boys, the children got the most points in the "change of direction" test and the least in the "target throw" tests. and "skipping rope".

Keywords: younger school age children, movement, physical activity, physical skill, physical ability, MOBAK test battery

I agree the thesis paper to be lent within the library service

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuhle závěrečnou písemnou práci vypracoval samostatně pod vedením paní doc. Mgr. Jany Vašíčkové, PhD. Veškeré použité podklady, ze kterých jsem čerpal informace, jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

V Olomouci, dne 30. dubna 2021

.....

Poděkování

Tímto bych chtěl poděkovat paní doc. Mgr. Janě Vašíčkové, PhD. Za cenné rady v průběhu psaní bakalářské práce. Také bych chtěl poděkovat rodině a všem kamarádům, kteří mě v průběhu psaní podporovali.

Obsah

1. Úvod	7
2. Přehled poznatků	8
2.1. Mladší školní věk	8
2.2. Pohybová aktivita	9
2.3. Pohybová schopnost	10
2.4. Pohybová dovednost	11
2.5. Testová baterie MOBAK	13
2.6. Cvičení obsažené v baterii	14
2.6.1. Test pohybu s pomůckou	15
2.6.2. Test pohybu vlastním tělem	16
3. Cíle a úkoly práce	18
3.1. Hlavní cíl	18
3.2. Dílčí cíle	18
3.3. Úkoly práce	18
3.4. Výzkumné otázky	18
4. Metodika	19
4.1. Charakteristika výzkumné skupiny	19
4.2. Postup testování	19
4.3. Příprava stanovišť	19
4.4. Průběh testování	20
5. Výsledky	21
5.1. Výsledky všech účastníků	21
5.2. Výsledky – pohyb s pomůckou	23
5.4. Výsledky chlapců a dívek – rozdělení podle pohlaví	30
5.5. Shrnutí	35
6. Diskuse	37
7. Závěry	39
8. Souhrn	40
9. Summary	41
10. Referenční seznam	42
11. Seznam příloh	45

1. Úvod

Pohyb je pro každého člověka každodenní součástí od narození až po pokročilejší věk. Každý z nás je ovšem zvyklý na různou pohybovou aktivitu. Někdo je méně aktivnější, někdo zase pohybem žije. Aktivní pohyb také znamená pro každého něco jiného. Někdo si vybaví sportovní oddíly a tréninky 5x týdně, pro někoho to znamená jít na procházku jednou, dvakrát týdně. Bohužel však máme mezi sebou i jedince, pro které pohyb skoro vůbec neexistuje. Čím dál více se rozšiřující problém obezity u mladistvých je velkým problémem dnešní doby. Je pak na svědomí každého z nás, jestli za to alibisticky viníme právě tu dnešní uspěchanou moderní dobu.

Pohyb je důležité rozvíjet již v hodně mladém věku. Na základních školách je mnohdy tělesná výchova jediným zdrojem pohybu dítěte, protože děti zkrátka ke sportu již nemají takovou zálibu, jakou měli v dřívějších dobách. Mnohem radši sednou za obrazovku k počítači nebo k tabletu, než aby si šli někam zasportovat. Důsledkem toho může být nízká pohybová kompetence a pohybová úroveň dětí. K zjištění úrovně kompetencí existují různé motorické testy. Jedním z nich je testová baterie MOBAK.

Testová baterie MOBAK má celkem 3 podoby. Každá podoba má stejný základ a zvyšuje se jen náročnost disciplín. Tato bakalářská práce se zaměřuje na zjištění pohybových dovedností dětí mladšího školního věku pomocí testové baterie MOBAK 3. Baterie obsahuje komplex 8 pohybových cvičení, která se dělí následně na dvě oblasti, oblast pohybu s pomůckou a oblast pohybu vlastním tělem. Testovou baterii jsme využili na příměstském táboře, kde jsme v průběhu dvou turnusů naměřili data, ty následně vyhodnotili a porovnali s obdobnými studiemi. Testování mohlo proběhnout díky zapůjčení potřebného náčiní od partnerské Katedry tělesné výchovy a výchovy ke zdraví Pedagogické fakulty na Masarykově univerzitě v Brně.

2. Přehled poznatků

2.1. Mladší školní věk

Školní věk lze z hlediska výuky rozdělit (ve shodě s Matějčkem, 2003 a Vágnerovou, 1996) do tří období: raný školní věk, střední školní věk a starší školní věk. Raný školní věk trvá až do prvních dvou let školy a jeho hlavními charakteristikami jsou změny životních podmínek a adaptace na školní podmínky. Střední školní věk trvá přibližně 3 roky (od 8–9 let do 11–12 let, resp. do známek prvního dospívání s průvodními psychickými projevy). Z pohledu školy se jedná o třetí až pátý ročník 1. stupně základní školy. Můžeme to také nazvat obdobím přípravné na pubertu. Starší školní věk zahrnuje období prepuberty a vlastní puberty. Z pohledu školy se jedná o období, kde dítě přechází na 2. stupeň základní školy (od 11–12 let) a trvá do ukončení povinně školní docházky (cca do 15 let).

V literatuře můžeme často narazit na pojem mladší školní věk. Tento pojem je často nejednotně považován za raný školní věk nebo raný i střední školní věk zároveň, resp. docházka na 1. stupeň základní školy. Tímto pojmem tedy myslíme děti ve věkovém období od vstupu do školy do 11–12 let (Švingalová, 2006).

Mladší školní věk nazval Langmeier (1991) věkem střízlivého realismu. Dítě má tendenci rozumět všemu realisticky, což se později odráží v jeho myšlenkách, mluvě, činnostech atd. Na druhou stranu můžeme říct, že se jedná o tzv. realismus naivní, tedy záleží na tom, co mu jeho rodiče a zejména učitel sdělí. Kritický realismus se objevuje až na konci středního školního věku, ve kterém se objevuje kritičtější postoj k autoritám.

Aby byl další vývoj dítěte zdárný, tak je velmi důležité, aby si dítě v tomto období vytvořilo pozitivní sebehodnocení. Děti, které nejsou schopny plnit očekávání svých rodičů (ovšem často velmi nereálná), jejichž prospěch ve škole není nejlepší nebo se nedokážou aktivně a pohodlně přizpůsobit školnímu režimu mívají často sklony k nízkému sebehodnocení (Švingalová, 2006).

Mladší školní věk definuje očekávané fyzické, emoční a mentální schopnosti u dětí ve věku od 6 do 12 let. Děti v tomto věku mají většinou plynulé a silné motorické schopnosti. Avšak v čem se od sebe děti mohou lišit může být vytrvalost, koordinace pohybu, rovnováha a fyzická zdatnost. Mezi dětmi tohoto věkového rozmezí budou velké rozdíly ve výšce a

hmotnosti. Je důležité uvědomit si, že genetika, stejně jako výživa a cvičení, mohou ovlivnit růst dítěte (Feilgeman, 2016).

Formování lidského těla začíná okolo 6. roku. Sedavé návyky u dětí školního věku jsou spojeny s rizikem obezity a srdečních onemocnění později v dospělosti. Děti této věkové kategorie by měly dostat minimálně 1 hodinu fyzické aktivity denně (Markdante, 2019).

2.2. Pohybová aktivita

Jedním ze základních projevů každého živočicha, tedy i člověka je pohyb. Je řízen složitým systémem centrální, periferní a vegetativní nervové soustavy odstředivými a dostředivými drahami. Velice složitě činnosti umožňuje každému živočišnému organismu právě tento integrovaný systém zpětných vazeb. Schopnost verbálních představ všech pohybových aktivit se navíc vyskytuje u člověka díky druhé signální soustavě (Balatka, 2004).

Pohybovou aktivitu definuje (Carpensen, et al., 1985) jako kterýkoliv tělesný pohyb, který zabezpečuje kosterní svalstvo vedoucí ke zvýšení celkového energetického výdeje. Obecně tvoří 15–40 % z celkového energetického výdeje jedince (Bouchard et al., 1994).

Psotta (2003) uvedl, že pojem pohybová aktivita je jedním ze základních pojmů kinantropologie. Obecně se věří, že pohybová aktivita má komplexní charakter, který je určen vzájemnými vazbami biologické, psychické, psychomotorické a sociální stránky člověka. Pohybová aktivita je cíle směrnou, účelově zaměřenou činností, která může mít funkci adaptační stimulace k rozvoji psychomotorických dovedností a fyzického zdraví. V některých případech ovlivňuje také duchovní oblast člověka a podporuje proces socializace včetně interiorizace etických a estetických norem. Pohybová aktivita je proto předmětem zkoumání v různých kinantropologických podoborech. Pohybová aktivita musí být vždy nutně spojena s aktivitou kosterního svalstva, což se odráží ve zvýšeném energetickém výdeji. Monitorování a hodnocení pohybové aktivity se využívá jak v kinantropologickém výzkumu, tak v tělovýchovné a sportovní praxi.

2.3. Pohybová schopnost

Pohybová schopnost a dovednost spolu úzce souvisí. Každý pojem ale znamená něco jiného a je důležité si tyto pojmy blíže definovat.

Jedna z definicí pohybové schopnosti může znít dle profesora psychologie Schmidta (1991) jako vrozená vlastnost, která nám pomáhá v motorických a kognitivních aktivitách. Dále zdůrazňuje, že všichni lidé se rodíme se všemi pohybovými schopnostmi. To, co nás ovšem rozlišuje od ostatních je to, jestli se u nás daná schopnost projeví výrazněji než u ostatních. Za následek to potom má různé výsledky při plnění různých zadání ve smyslu výkonnosti.

Burton a Miller (1998) popsali pohybovou schopnost jako určité obecné vlastnosti nebo rysy člověka, které jsou předpokladem pro dané pohybové dovednosti. Nedají se v průběhu života modifikovat zkušenostmi a praxí a také se nedají odnaučit, tedy můžeme říct, že jsou stálé.

Pohybová schopnost je pojata jako systém organismu, kterým se rozumí komplex vybraných vlastností člověka, spojených podle určitého pohybového úkolu a má za funkci jeho plnění. Za subsystémy jsou považovány vlastnosti organismu. Tyto vlastnosti prezentují receptorické, kosterně svalové, oběhové, metabolické, termoregulační a další funkce. Pohybovému úkolu odpovídá vstupní úkolová informace různé povahy, která je snímaná odpovídajícími receptory. Příčinou všeho je správná posloupnost a zapojení do činnosti nastavení požadované intenzity (Čelíkovský, 1990).

Pohybové schopnosti rozdělujeme do tří skupin, duševní, kognitivní a tělesné, Další schopnosti můžou být speciální, do kterých se řadí hudební, sportovní, výtvarné, aj. (Měkota, 2005).

Pohybové schopnosti spolu s pohybovými dovednostmi tvoří nedílnou součást lidské motoriky, díky které má organismus schopnost provést zadaný pohybový úkol různého druhu. Za důležitý fakt se považuje tvrzení, že dominantní základ není jen biologický, ale i motorický. Definice tak obsáhlého pojmu jako je schopnost může postihnout jen jeho hlavní stránky. Je neúplná a je potřeba ji doplnit. Pohybové schopnosti jedince v určitém ohledu limitují ve výkonu. Konkrétně se můžeme bavit například o koordinačních schopnostech, které limitují krasobruslaře v určitém stupni složitosti a obtížnosti figur, které zvládne. Tyto velké

meziosobní rozdíly ve výsledcích se vysvětlují rozdílnou úrovní schopností. Tedy předpoklady, které příčinně určují pohybové činnosti (Čelikovský, 1990).

Pohybové schopnosti také limitují kompetenci. Starší lidé zažívají určitý pokles úrovně některé ze schopností. To má za následek, že lidem v pokročilém věku se snižuje kvalita života, a tedy i soběstačnost. Dále u schopností můžeme definovat „*potencialitu*“ a „*vysokou míru předpokladů pro zdokonalování*“. Potencialita je jen možnost. Jedná se o geneticky získanou vysokou úroveň určité schopnosti, např. rychlostní schopnost. V budoucnu ale nedává žádnou jistotu stát se výborným sprinterem. Pokud jde o vysokou míru předpokladů dítěte, v průběhu vývinu na sebe dítě upozorní ve srovnání s ostatními velkým pokrokem. Bavíme se o čase, který je potřebný k naučení konkrétní dovednosti, např. plavecký styl. U pohybového talentu je malý s porovnáním s „*antitalentem*“, který se často danou dovednost ani nenaučí (Měkota, 2005).

2.4. Pohybová dovednost

Definice pohybové dovednosti se často chybně zaměňuje nebo ztotožňuje s definicí pohybové schopnosti, avšak jsou zde určité rozdíly. Dovednost je tedy učením opakovaný pohyb sloužící ke správnému a úspěšnému vykonání pohybového úkolu (Měkota, 2007).

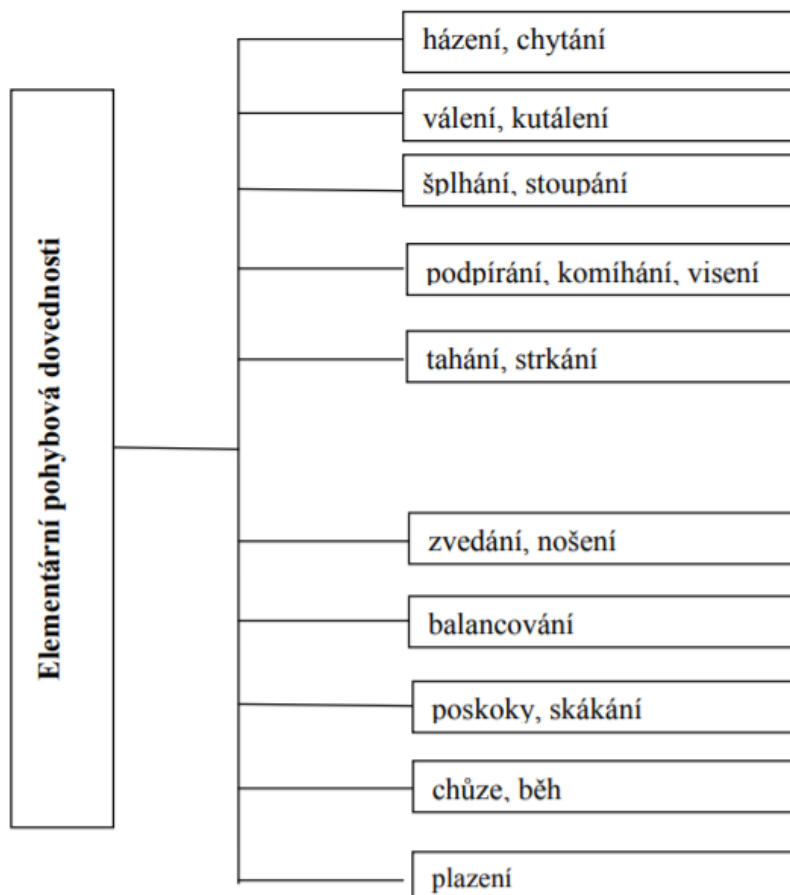
Definice z dalších zdrojů se vesměs shodují. Podle Čelikovského (1990), Periče (2004), Beleje (2001) a dalších se taktéž jedná o motoricky správně provedený pohyb. Dovednost je získána cvikem v procesu učení, průběžně procvičována, automatizována až dojde k úplnému osvojení. Opakováním si jedinec upevňuje danou činnost pro co nejlepší provedení a pokud možno s co nejmenším energetickým vynaložením.

Autoři se také shodují, že předpoklad pro činnost není to samé jako činnost samotná. V praxi to potom znamená, že je důležité rozeznávat dovednost (běhat, plavat) a samotnou činnost (běhání, plavání).

Pohybové dovednosti můžeme dělit hned několika způsoby. Jedním z nich je dělení dle Velenského (2008). Ten dovednosti dělí na otevřené a uzavřené. Otevřené dovednosti jsou takové, kde se v průběhu činnosti mění podmínky a člověk se na ně tedy nemůže dopodrobna připravit. Podněty, které ovlivňují výsledný výkon, záleží na právě vykonávaném sportu. Například v basketbale na jedince působí hned několik proměnných, a tedy se na něj nejde

detailněji připravit a můžeme říct, že dovednosti jsou dle této klasifikace otevřené. Naopak dovednosti uzavřené jsou ty, které jsou relativně stálé a při kterých se nemění prostředí, ve kterém jsou vykonávány. Nejčastějšími sporty, kde můžeme vidět uzavřené dovednosti jsou gymnastika nebo některé disciplíny v atletice. Další dělení přinesl Měkota (2007), který dovednosti rozděluje hned na několik typů. Konkrétně jde o jemné a hrubé, otevřené a uzavřené, diskrétní, sériové a kontinuální. Perič a Dovalil (2010) rozdělili dovednosti na primární pohybové a sportovní.

Mezi základní pohybové dovednosti řadí Měkota a Cuberek (2007) házení a chytání, kutálení, zvedání a nošení, šplh, balancování, plazení, skákání, běh a chůze. Na základě všech definic dostupných v literatuře byl vytvořen seznam základních elementárních dovedností. Tento seznam zůstává však stále otevřený a neustále se aktualizuje, kvůli stále novým sportovním hrám a aktivitám. Tento výčet elementárních základních dovedností podávají Schnabel a Thies (1993):



Obrázek 1 Elementární rozdělení pohybových dovedností (Schnabel & Thies, 1993).

2.5. Testová baterie MOBAK

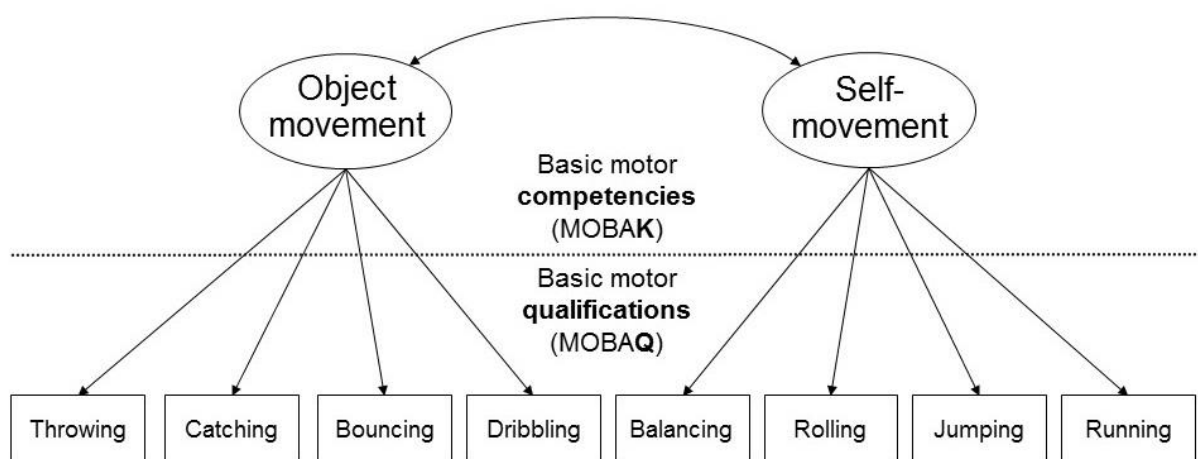
Tak jako v každém předmětu ve škole se tvůrci vzdělávací politiky zabývají otázkou dosažených výsledků. V procesu vzdělávání má každý předmět poskytnout určité ověřitelné, daty podložené důkazy o tom, že je žák schopen dosáhnout určitých kompetencí za daný časový úsek. V tělesné výchově je nezbytné vytvářet nástroje hodnocení, které nehodnotí žáka jen podle kvantity, tj. jakých výsledků dosahují v určitých disciplínách, ale které budou hodnotit žáky i na základě kvalitativního hodnocení, tj. zabývání se samotným správně provedením pohybové aktivity tedy úrovně motorických schopností žáka. MOBAK je mezinárodní testová baterie, která byla vytvořena právě pro tenhle účel pro jednotlivé ročníky prvního stupně na základních školách.

Testová baterie MOBAK, v originále „Motorische Basiskompetenzen“, je soubor cvičení, které jsou sestaveny tak, aby měřili pohybovou kompetenci žáků na prvním stupni základní školy. Jedná se o mezinárodní projekt, který vznikl ve Švýcarsku, konkrétně na Univerzitě v Basileji. Zakladateli projektu jsou Dr. Christian Herrmann a Dr. Harald Seelig. Do projektu se v současnosti aktivně zapojilo již 13 evropských států, konkrétně jimi jsou Lucembursko, Švýcarsko, Německo, Rakousko, Belgie, Řecko, Itálie, Litva, Portugalsko, Slovensko, Slovinsko, Švédsko a Česká republika. V České republice je zajištěna spolupráce díky Katedře tělesné výchovy a výchovy ke zdraví z Pedagogické fakulty Masarykovi univerzity v Brně.

MOBAK má tři různé úrovně. Jsou jimi MOBAK 1, MOBAK 3 a MOBAK 5. Každá úroveň je určena pro jinou věkovou skupinu. MOBAK 1 a 3 jsou primárně určeny dětem na 1. stupni ZŠ a MOBAK 5 je orientován pro druhý stupeň ZŠ. Základem pro všechny kategorie je soubor osmi pohybových cvičení, které by měl žák ve svém věku dokázat ovládat. Náročnost cvičení se stupňuje s kategorií. Celý soubor cvičení se dělí na dvě oblasti. Máme zde 4 cvičení s pomůckou (hod na terč, chytání míče, driblíng s míčem a vedení míče) a 4 cvičení bez pomůcky (kotoul, přeskok přes švihadlo, rovnováha na kladině a slalomový běh).

2.6. Cvičení obsažené v baterii

Na základě teoreticko-kompetenčních úvah (Hartig & Klieme, 2006; Weinert, 2001) se na základní motorické kompetence pohlíží jako na kontextově závislé a funkční dispozice výkonu, které se mohou vyvinout ze situačně specifických požadavků v kultuře sportu a cvičení. Umožňují správu motorických požadavků, jsou udržitelně lehce se naučí a zohledňují předchozí zkušenosti. Nejsou to samotné výkony (např. Házení, chytání, odražení, driblování), které tvoří základní motorické kompetence, ale spíše základní dispozice výkonu, která je nutná k řešení určitých typů úkolů. Výkonové chování, pozorovatelné výkony sportovního jednání, je to, čemu říkáme základní motorická kvalifikace. Mohou být formulovány jako příkazy typu „dělat“ (např. „Umí házet“, „umí chytit“) a vytvořit základ pro nepřímo pozorovatelné základní motorické kompetence (Herrmann et al. 2016; Herrmann & Seelig, 2017).



Obrázek 2 Model kompetenční struktury (Herrmann & Gerlach, 2014)

Model struktury kompetence zobrazený na obrázku výše specifikuje vztah mezi (manifestní) základní motorickou kvalifikací (MOBAQ) a (latentní) základní motorickou kompetencí (MOBAK).

Ve srovnání s motorickými dovednostmi a schopnostmi se základní motorické kompetence (např. bezpečná manipulace s míčem, sebevědomé pohyby vlastního těla, Herrmann, Gerlach & Seelig, 2015) vztahují k výsledkům a funkční zvládnutí motorických požadavků a úkolů (např. házení na cíl). Přitom základní motorické kompetence popisují kontrolní funkci, která zahrnuje přiměřené využití motorických schopností a dovedností. Z teoretického hlediska lze konstrukt základních motorických kompetencí považovat za

dodatek ke konstrukcím motorických schopností a motorických dovedností, které dosud převládaly ve sportovní vědě (Gerlach, et al. 2017; Herrmann, et al., 2016).

2.6.1. Test pohybu s pomůckou

Testová baterie MOBAK 3 je rozdělena na dvě oblasti, jimiž jsou cvičení s pomůckou a cvičení vlastním tělem. Všechna tato cvičení si podrobně popíšeme.

1. Házení

Cíl: Hodit míček na terč od čáry ze stanovené vzdálenosti.

Požadavky: Trefit terč, a přitom nepřeslápnout vyznačenou čáru.

Hodnocení: Dítě má 6 pokusů, počítá se počet zásahů. Za 0-2 zásahy obdrží 0 bodů, 3-4 zásahy 1 bod, 5-6 zásahů 2 body.

Stanoviště: Potřebujeme 6 míčků s průměrem 65 mm. Vyznačená čára, kterou dítě nesmí překročit, je vzdálená 3 m od terče. Terč má průměr 40 cm a je připevněn na stěně lepící páskou ve výšce 1,3 m (od země k spodnímu okraji terče).

2. Házení a chytání

Cíl: Vyhození míče do vzduchu směrem dopředu před první čárou a chycení míče za druhou čárou.

Požadavky: Dítě musí být alespoň jednou nohou na druhé čáře nebo za druhou čárou v době, kdy chytne míč ve vzduchu.

Hodnocení: Dítě má 6 pokusů, počítá se počet chycení. 0-2 chycení 0 bodů, 3-4 chycení 1 bod, 5-6 chycení 2 body.

Stanoviště: Potřebujeme 1 míč s průměrem 16 cm. Vyznačené čáry jsou od sebe vzdálené 1,5 m.

3. Odrážení/driblování míče

Cíl: Dítě má za úkol driblovat s míčem ve vyznačeném území kolem překážek tam a zpět bez toho, aniž by ztratilo kontrolu nad míčem.

Požadavky: Dítě musí driblovat územím mezi překážkami pravou nebo levou rukou, nesmí balón nést, ztratit nebo opustit vyznačené území.

Hodnocení: Dítě má 2 pokusy, přičemž za každý správně provedený pokus má bod.

Stanoviště: Potřebujeme 1 basketbalový míč velikosti 3 s průměrem 17 cm. Dále vyznačené území o velikosti 7,5 m x 1,4 m. V území dále máme 4 překážky, které jsou 70 cm široké ve vzdálenosti 1,5 m. Na konci území leží kužel, který značí konec dráhy.

4. Vedení míče

Cíl: Dítě má za úkol vést balón nohou ve vyznačeném území kolem překážek tam a zpět bez toho, aniž by ztratilo kontrolu nad míčem.

Požadavky: Dítě musí vést balón jen nohou, pohyb musí být plynulý a konstantní a nesmí ztratit kontrolu nad míčem.

Hodnocení: Dítě má 2 pokusy, přičemž za každý správně provedený pokus má bod.

Stanoviště: Potřebujeme 1 fotbalový míč velikosti 4. Dále vyznačené území o velikosti 7,5 m x 1,4 m. V území dále máme 4 překážky, které jsou 70 cm široké ve vzdálenosti 1,5 m. Na konci území leží kužel, který značí konec dráhy.

2.6.2. Test pohybu vlastním tělem

5. Rovnováha

Cíl: Balanc na dlouhé lavičce tam a zpět přes upevněné překážky.

Požadavky: Dítě musí plynule přejít lavičku s překážkami tam a zpět pozpátku bez toho, aniž by spadl. Překážky musí být překročeny a nejsou povoleny přísuny.

Hodnocení: Dítě má 2 pokusy, přičemž za každý správně provedený pokus má bod.

Stanoviště: Potřebujeme 1 lavičku dlouhou 4 m, vysokou přibližně 40 cm o šířce okolo 10 cm. Na lavičce jsou přidělané dvě překážky přibližně 17 cm x 6 cm.

6. Kotoul

Cíl: Kotoul vpřed začínajíc odrazem na díl švédské bedny.

Požadavky: Dítě musí předvést plynulý kotoul, který začne odrazem z obou nohou na díl švédské bedny. Nesmí se převalit stranou nebo přes rameno.

Hodnocení: Dítě má 2 pokusy, přičemž za každý správně provedený pokus má bod.

Stanoviště: Potřebujeme dva díly švédské bedny o délce 1,5 m, výšce 40 cm a šířce 50 cm. Na vrchní část švédské bedny dáme jednu gymnastickou žíněnku a za švédskou bednu druhou gymnastickou žíněnku kvůli bezpečnosti.

7. Skákání přes švihadlo

Cíl: Přeskok přes švihadlo na místě.

Požadavky: Dítě skáče na místě 20 sekund bez přerušení přes švihadlo. Skákání musí být plynulé, bez chyb a zastavení se. Styl je bez omezení.

Hodnocení: Dítě má 2 pokusy, přičemž za každý správně provedený pokus má bod.

Stanoviště: K této disciplíně potřebujeme jen švihadlo a stopky.

8. Změna pohybu

Cíl: Změna směru pohybu v běhu a cval stranou.

Požadavky: Dítě běží po vyznačené dráze vpřed nebo stranou plynule a bez zastavení se.

Hodnocení: Dítě má 2 pokusy, přičemž za každý správně provedený pokus má bod.

Stanoviště: Potřebujeme 4 kužely, pomocí kterých vytvoříme obdélník 2 m x 4 m. Krátké strany a diagonály obdélníku jsou vyznačeny páskou po kterých dítě běží.

3. Cíle a úkoly práce

3.1. Hlavní cíl

Hlavním cílem bakalářské práce bylo využití testové baterie MOBAK 3 pro zjištění úrovně pohybových schopností a dovedností u dětí mladšího školního věku.

3.2. Dílčí cíle

- Srozumitelné seznámení všech účastníků letního volnočasové kempu s jednotlivými cvičeními.
- Zajištění správnosti prováděných testů.
- Vyhodnocení výsledků všech účastníků.
- Srovnání výsledků s obdobnými studiemi v Evropě.

3.3. Úkoly práce

- Nastudovat příručku testové baterie MOBAK 3.
- Nastudovat odbornou literaturu.
- Zajistit si výzkumné pomůcky pro jednotlivé cvičení.
- Získat souhlas od zákonných zástupců k měření a zpracování dat.
- Realizovat jednotlivé disciplíny, zpracovat a porovnat naměřená data.

3.4. Výzkumné otázky

- **VO1:** Jakých bodů dosáhnou děti v testové baterii?
- **VO2:** Která z oblastí dopadne lépe, s pomůckou nebo bez pomůcky?
- **VO3:** Jaké konkrétní cvičení dopadne nejlépe a nejhůře?
- **VO4:** Celkové výsledky budou mít lepší chlapci nebo dívky?

4. Metodika

4.1. Charakteristika výzkumné skupiny

Testovány byly skupinky dětí, které se účastnily příměstského tábora v Olomouci. Probandi byli ve věku od 8 do 9 let, konkrétně se jednalo o 28 chlapců a 12 dívek. V každé skupince bylo vždy 20 dětí. Zákonní zástupci probandů byli informováni hned první den příměstského tábora a všichni byli seznámeni s cílem a průběhem měření, obeznámeni s anonymitou jejich dat a všichni souhlasili a podepsali informovaný souhlas (Příloha 1). Zároveň byli upozorněni na to, že mohou kdykoli od testu dobrovolně odstoupit. Studie byla schválena etickou komisí FTK UP pod číslem 70/2020.

4.2. Postup testování

Jednotlivá měření probíhala o letních prázdninách roku 2020 v prostorách dětského koutku Amazonie v Olomouci. Při měření mi pomohly dvě kolegyně. Na měření jsme si vyčlenili dva dny, vždycky po odpoledním klidu. Na měření jsme měli 2 hodiny. Čas byl dostačující. Jeden den jsme prováděli testy z oblasti pohybu s pomůckou a druhý den testy z oblasti pohybu vlastním tělem. V dětském koutku jsme měli dostatek místa na provádění všech potřebných testů. Pomůcky potřebné pro testování, tj. žonglovací míčky, míč na driblink a vedení míče, terč, měřicí pásmo mi byly zapůjčeny od pana Mgr. J. Vrbase, PhD. z katedry tělesné výchovy a výchovy ke zdraví na MU v Brně. Zbylé pomůcky, tj. žíněny, švihadlo, kužely, kladinu nabízel dětský koutek.

4.3. Příprava stanovišť

Začali jsme házením míčků na terč a házením a chytáním míče v pohybu. Na stěnu jsme umístili kruhový terč do výšky 1,30 m od spodního okraje. Terč měl průměr 40 cm. Od terče jsme změřili pásmem vzdálenost 3 m a nalepili na zem pásku, od které děti házeli a nesměli přešlápnout. Každé dítě mělo 6 pokusů, počítaly se úspěšné pokusy. Na druhém stanovišti jsme nalepili na zem dvě čáry vyznačené páskou ve vzdálenosti 1,5 m od sebe a nachystali zde

míč. Každé dítě mělo 6 pokusů na splnění, počítaly se úspěšné pokusy. V obou cvičeních byl max. počet bodů 2. Za 1-2 úspěšných pokusů bylo 0 bodů, za 3-4 úspěšných pokusů byl 1 bod a za 5-6 úspěšných pokusů byly 2 body.

Dále jsme děti testovali v disciplínách driblování a vedení míče ve vyznačeném koridoru (7,5 m x 1,4 m) s překážkami 70 cm široké a ve vzdálenosti 1,5 m od sebe. V obou disciplínách měli děti celkem dva pokusy, přičemž za každý úspěšný pokus dostali jeden bod. V každé disciplíně byl tedy maximální počet bodů 2.

Druhý den jsme testovali děti bez pomůcky, tedy pohyb vlastním tělem. Jako první jsme začali s testem kotoulu a testem rovnováhy. Příprava stanovišť byla jednoduchá. Na prvním stanovišti jsme nachystali dva díly švédské bedny a na tu dali žíněnku, druhou žíněnku jsme dali kvůli bezpečnosti za švédskou bednu. Na druhém stanovišti jsme nachystali kladinu vzhůru nohama s dvěma překážkami vzdálené 1 m od začátku a od konce lavičky. Na oba testy měli děti 2 pokusy, přičemž se počítaly úspěšné pokusy a maximální zisk byl tedy za obě cvičení 4 body.

Pro poslední dva testy jsme potřebovali švihadlo, kdy děti měly bez přerušení skákat 20 sekund a na druhém stanovišti jsme testovali změnu směru při běhu, kde jsme páskou na zemi vytvořili obdélník (2 m x 4 m), na každém rohu jsme umístili kužel a diagonálně jsme propojili páskou.

4.4. Průběh testování

Děti jsme rozdělili do 2 skupin po 20. Každá skupina vždy byla na jednom stanovišti a pak se navzájem vyměnili. První den jsme testovali disciplíny z oblasti pohyb s pomůckou a druhý den disciplíny z oblasti pohyb vlastním tělem. Já jsem byl vždy u jednoho stanoviště a dvě kolegyně u stanoviště druhého. Před každým testem jsme vždy všem dětem vysvětlili co nejjednodušeji a nejsrozumitelněji průběh testu a správné provedení testu, poté jsme názorně předvedli, jak by to mělo správně vypadat a zeptali se všech, jestli to pochopili. Během testování jsme já i moje kolegyně zapisovali výsledky do formulářů (Příloha 2). Každý den trvalo testování přibližně 60 min.

5. Výsledky

Testování se celkem zúčastnilo 40 dětí, z toho 28 chlapců a 12 dívek. Jména ani žádné další citlivé údaje dětí nejsou v práci nikde uvedena kvůli ochraně osobních údajů (viz. *Nářízení evropského parlamentu a rady EU 2016/679 ze dne 27. dubna 2016*). Výsledky testování byly zpracovány pomocí deskriptivní statistiky. Z výsledků můžeme zjistit, jestli si lépe vedli chlapci, nebo dívky. Věk, pohlaví, tělesná výška a hmotnost byly údaje dostačující. Dle výsledků zpracovaných do přehledných tabulek můžeme zjistit nejlepší a zároveň nejhorší výsledky a taktéž průměrné výsledky všech účastníků nezávisle na pohlaví. Dále můžeme sledovat rozdíly mezi výsledky chlapců a výsledky dívek.

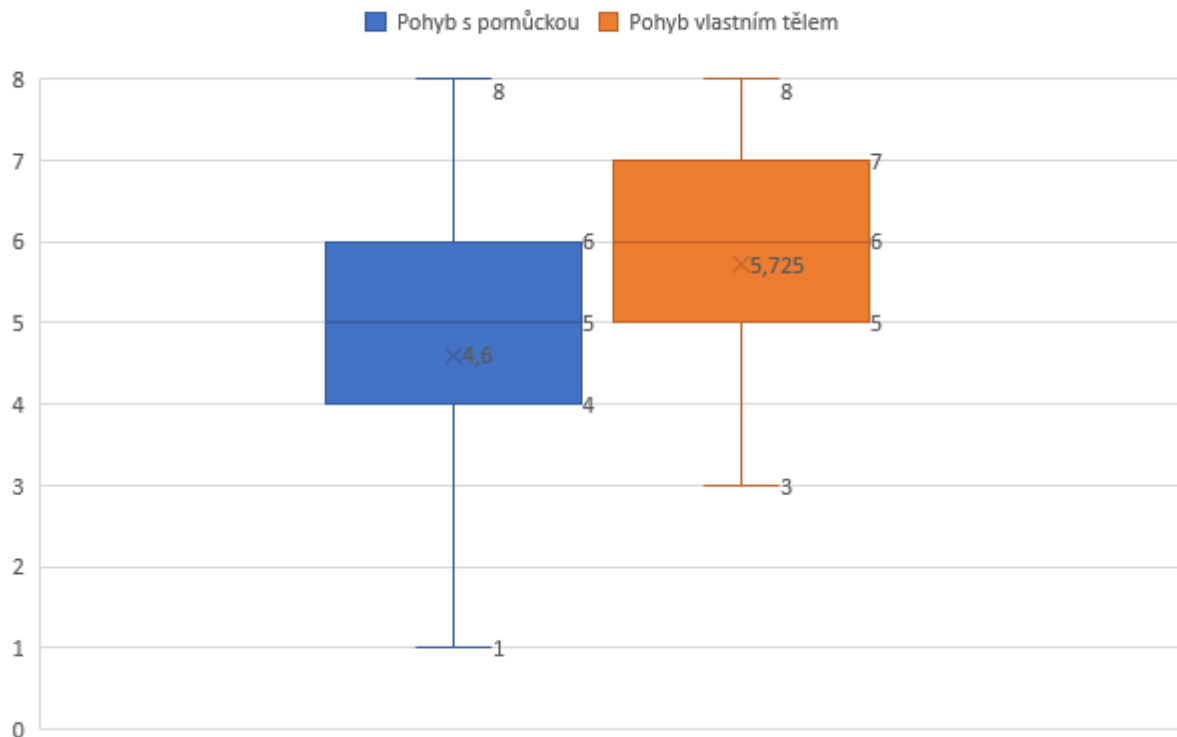
5.1. Výsledky všech účastníků

Tabulka 1

Poměrné zastoupení dětí (n=40) v jednotlivé kategorii podle počtu získaných bodů

Počet bodů	Počet dětí	Procentuální zastoupení
0	0	0 %
1	0	0 %
2	0	0 %
3	0	0 %
4	0	0 %
5	1	2,5 %
6	1	2,5 %
7	1	2,5 %
8	5	12,5 %
9	8	20 %
10	5	12,5 %
11	7	17,5 %
12	6	15 %
13	3	7,5 %
14	1	2,5 %
15	1	2,5 %
16	1	2,5 %

V Tabulce 1 jsou zaznamenány výsledky všech dětí, které se testování zúčastnily. Minimální počet bodu 0 nezískalo ani jedno dítě a maximální počet bodů 16 získalo jen jedno dítě. Poslední sloupec vyjadřuje procentuální vyjádření úspěšnosti dětí. Z Tabulky 1 můžeme vypočítat, že největší zastoupení bodů je od 8 do 12. Nejvíce dětí získalo 9 bodů.



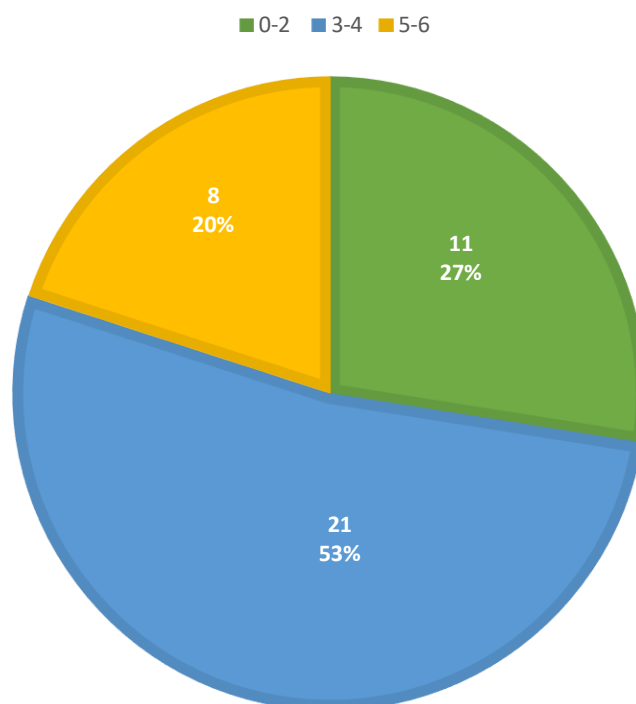
Obrázek 3. Krabicový graf hodnocení disciplín pohyb s pomůckou a pohyb vlastním tělem (n=40)

Jak je již z krabicového grafu na Obrázku 1 patrné, disciplíny z oblasti pohybu vlastním tělem dopadly lépe než disciplíny z oblasti pohybu s pomůckou. Průměrně děti získaly o jeden bod více v oblasti pohybu vlastním tělem než v oblasti pohyb s pomůckou. Největší bodové zastoupení v oblasti disciplín pohybu s pomůckou bylo od 4 do 6 bodů. V disciplínách pohybu vlastním tělem to bylo od 5 do 7 bodů.

5.2 Výsledky – pohyb s pomůckou

A) Výsledky – házení na terč

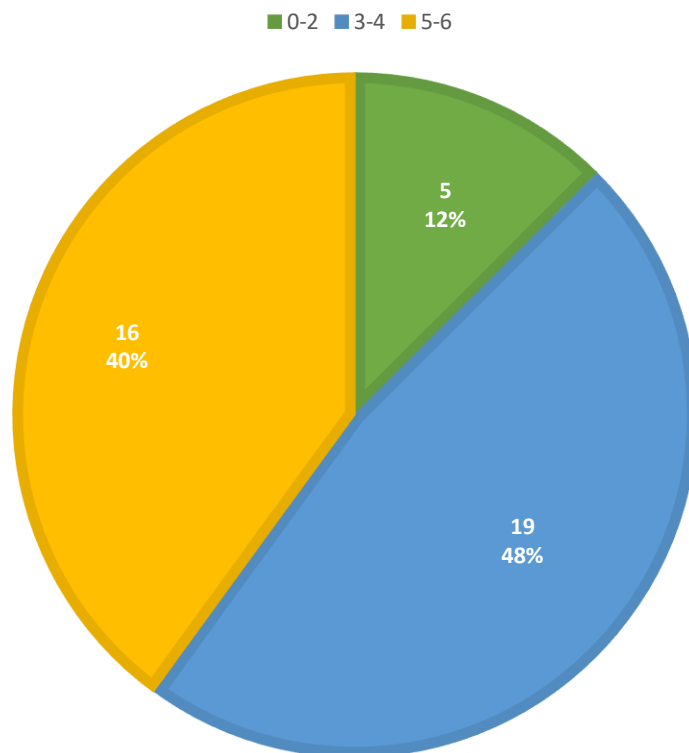
V disciplíně „*hod na terč*“ mohly získat děti 0–2 bodů, dle úspěšnosti. Největší počet dětí trefilo terč 3–4krát. Jedenáct dětí nezískalo ani jeden bod, a naopak osm dětí získaly body dva. Dvacet jedna dětí získalo 1 bod.



Obrázek 4. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost hodů v disciplíně házení na terč, vyjádřena v %, (n=40)

B) Výsledky – házení a chytání míče

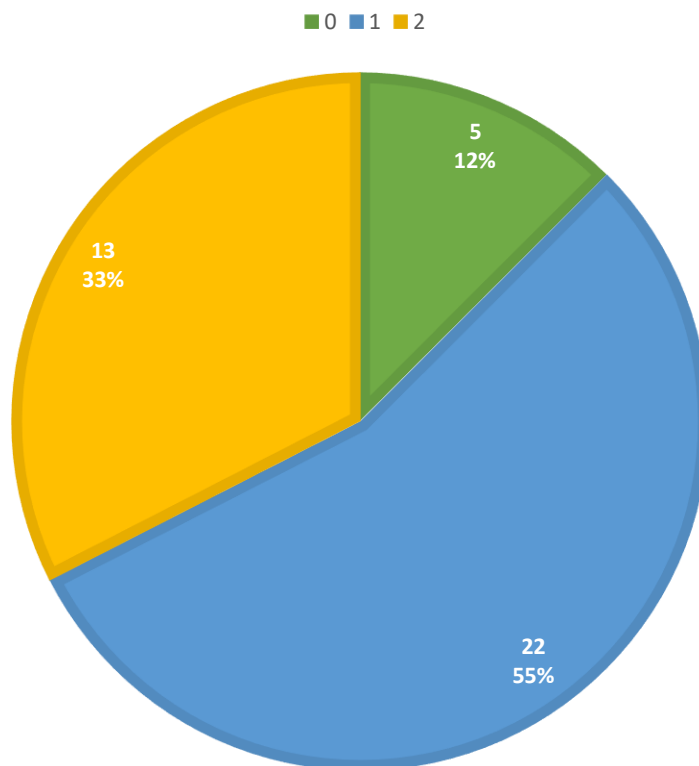
V disciplíně „*házení a chytání míče*“ mohly získat děti 0–2 bodů, dle úspěšných pokusů. Za 0–2 úspěšných pokusů získaly 0 bodů, za 3–4 získali 1 bod a za 5–6 získali 2 body. Nejvíce dětí, tj. 19, získalo 1 bod, jen o 3 méně dětí získalo 2 body a jen 5 dětí nezískalo ani jeden bod.



Obrázek 5. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost v disciplíně házení a chytání míče ve vzduchu, vyjádřena v %, (n=40)

C) Výsledky – vedení míče

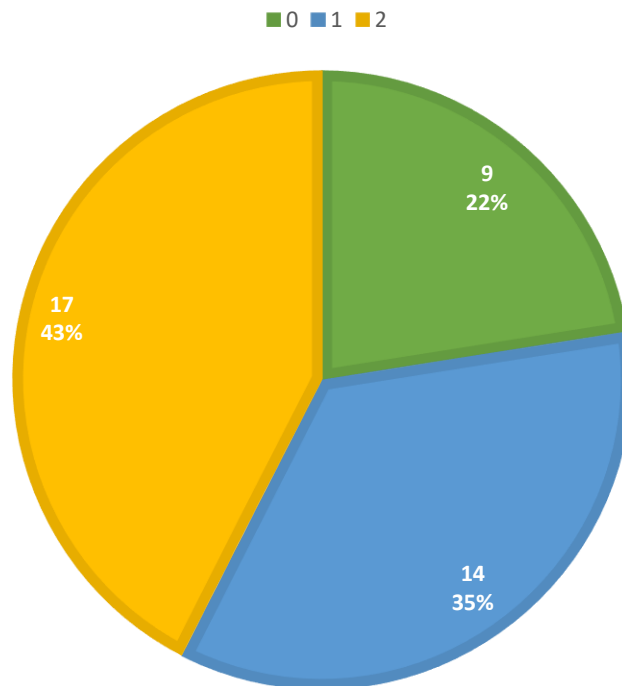
V disciplíně „vedení míče“ mohly děti získat 0-2 body, dle úspěšných pokusů. Nadpoloviční většina, tj. 22 dětí získalo jeden bod. 13 dětí získalo 2 body a jen 5 dětí nezískalo ani jeden bod.



Obrázek 6. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost v disciplíně vedení míče, vyjádřena v %, (n=40)

D) Výsledky – driblink s míčem

Poslední disciplína z oblasti disciplín s pomůckou byla „*driblink s míčem*“. Jednalo se o disciplínu, kde děti dosáhly poměrně rovnoměrně rozložených výsledků. Děti opět mohly získat 0-2 bodů, v závislosti na úspěšných pokusech. Nejvíce dětí, tj. 17 získalo 2 body, 14 dětí získalo 1 bod a 9 dětí nezískalo ani jeden bod.

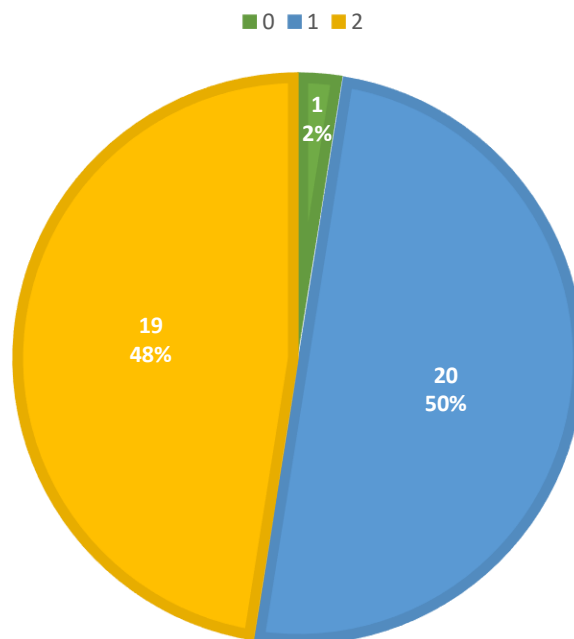


Obrázek 7. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost v disciplíně driblink s míčem, vyjádřena v %, (n=40)

5.3. Výsledky – pohyb vlastním tělem

A) Výsledky – rovnováha

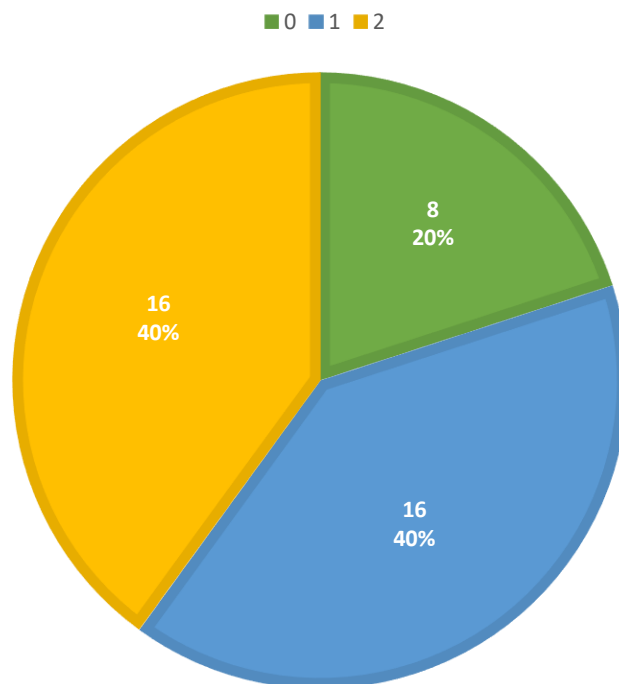
První disciplína „*rovnováha*“ v oblasti bez pomůcky rozdělila děti na téměř identické dvě poloviny. Jedna polovina dosáhla na 2 body a druhá polovina pouze na jeden bod. Jen jedno dítě nezískalo ani jeden bod. Jednalo se taky o jednu z nejjednodušších disciplín.



Obrázek 8. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost v disciplíně rovnováha, vyjádřena v %, (n=40)

B) Výsledky – kotoul

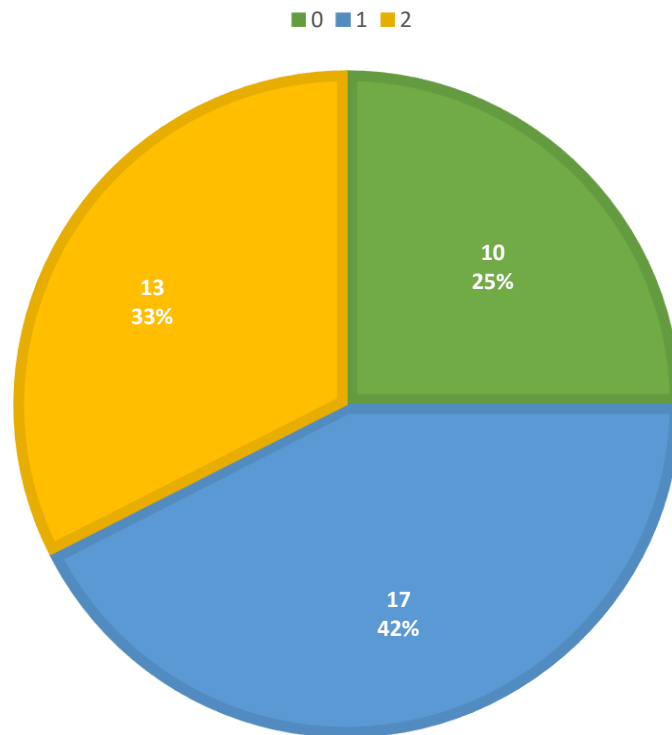
V disciplíně „kotoul“ byly výsledky opět skoro rovnoměrné. Děti, které získali dva body neměli s kotoulem absolutně žádný problém. Ti, kteří získali pouze jeden bod ve většině případů získali bod až na druhý pokus. Jedna pětina nebyla schopna provést kotoul správně a nezískali tedy ani jeden bod.



Obrázek 9. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost v disciplíně kotoul, vyjádřena v %, (n=40)

C) Výsledky – skákání přes švihadlo

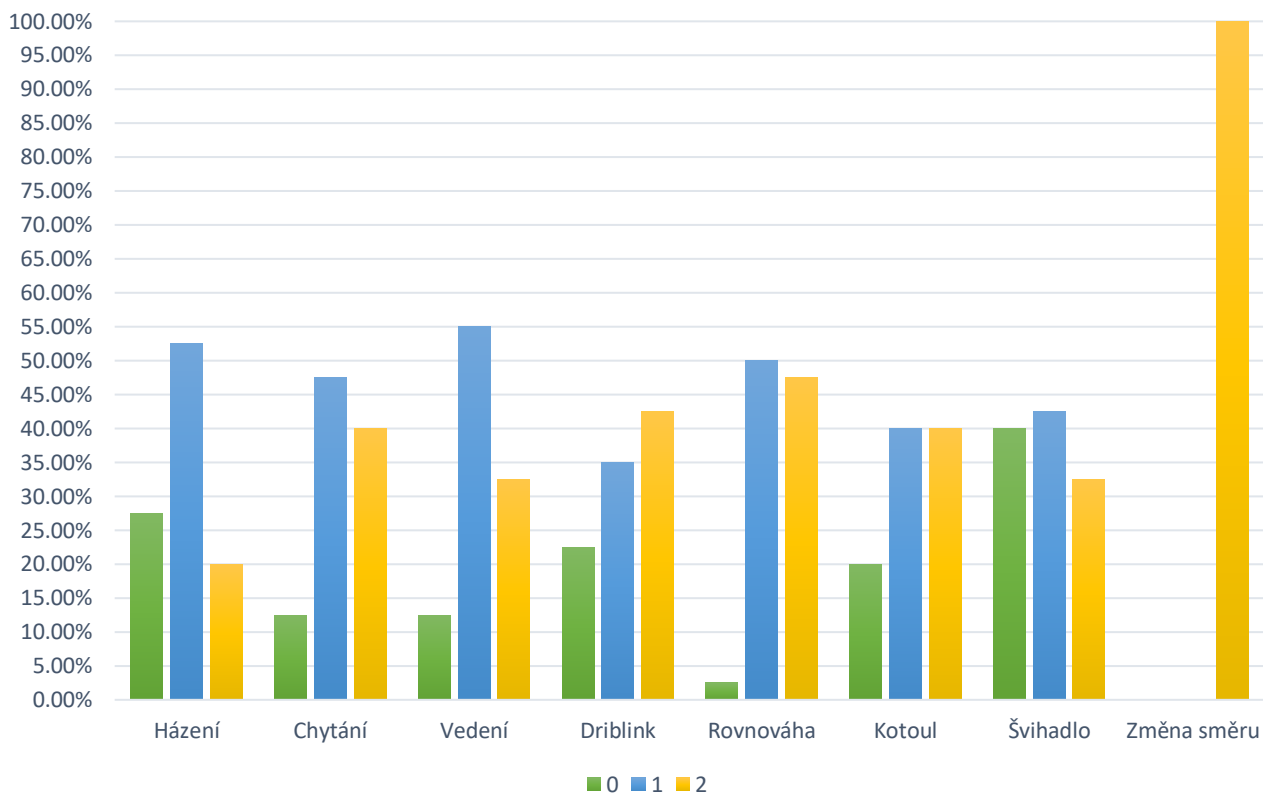
V disciplíně „skákání přes švihadlo“ byly výsledky opět poměrně rovnoměrné. Skoro třetina nesplnila disciplínu vůbec. Druhá třetina získala bod jeden a zbývající získali body dva. Jednalo se o disciplínu, kde děti získali nejvíce rovnoměrné výsledky co se bodů týče.



Obrázek 10. Výšečový graf vyjadřující úspěšnost v disciplíně skákání přes švihadlo, vyjádřena v %, (n=40)

D) Výsledky – změna pohybu

Poslední disciplína „*změna pohybu*“ byla nejjednodušší ze všech disciplín. Disciplínu splnili všichni bez problému dvakrát po sobě.

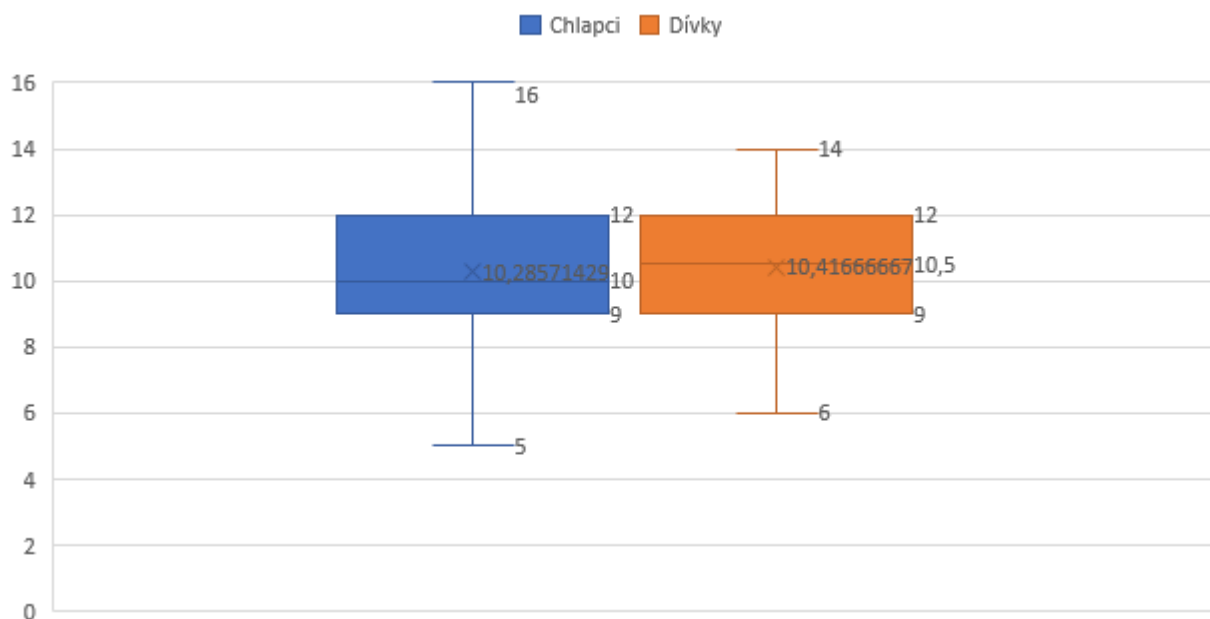


Obrázek 11. Sloupcový graf porovnávající jednotlivé disciplíny MOBAK 3-4, vyjádřena v %, (n=40)

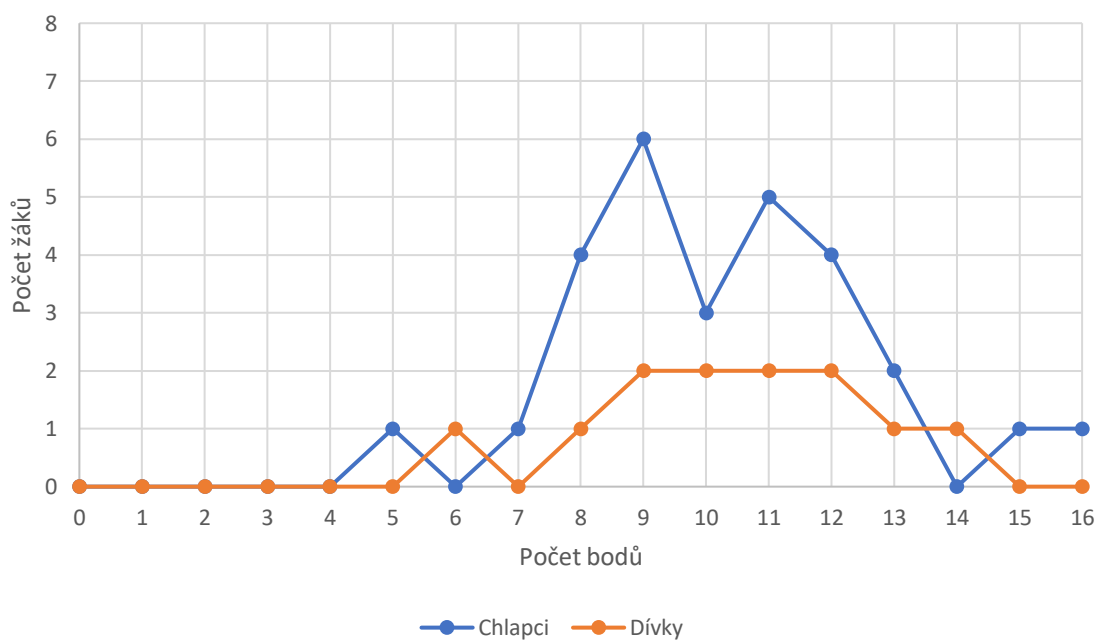
V grafu na Obrázku 11 výše pozorujeme úspěšnost dětí v závislosti na disciplíně. Nejúspěšnější byly děti ve „změně směru“. Disciplína, ve které získali děti nejvíce pouze jeden bod byla „vedení míče“. „Přeskok přes švihadlo“ byla disciplína, kde děti nejvíce získaly 0 bodů. Oblast disciplín vlastním tělem se jevil jako úspěšnější. Nejvyrovnanější disciplína v závislosti na rozložení bodů byl „přeskok přes švihadlo“.

5.4. Výsledky chlapců a dívek – rozdělení podle pohlaví

V další části jsme porovnávali výsledky chlapců a dívek jak celkově za všechny disciplíny dohromady, tak podle oblasti disciplín s pomůckou a bez pomůcky.

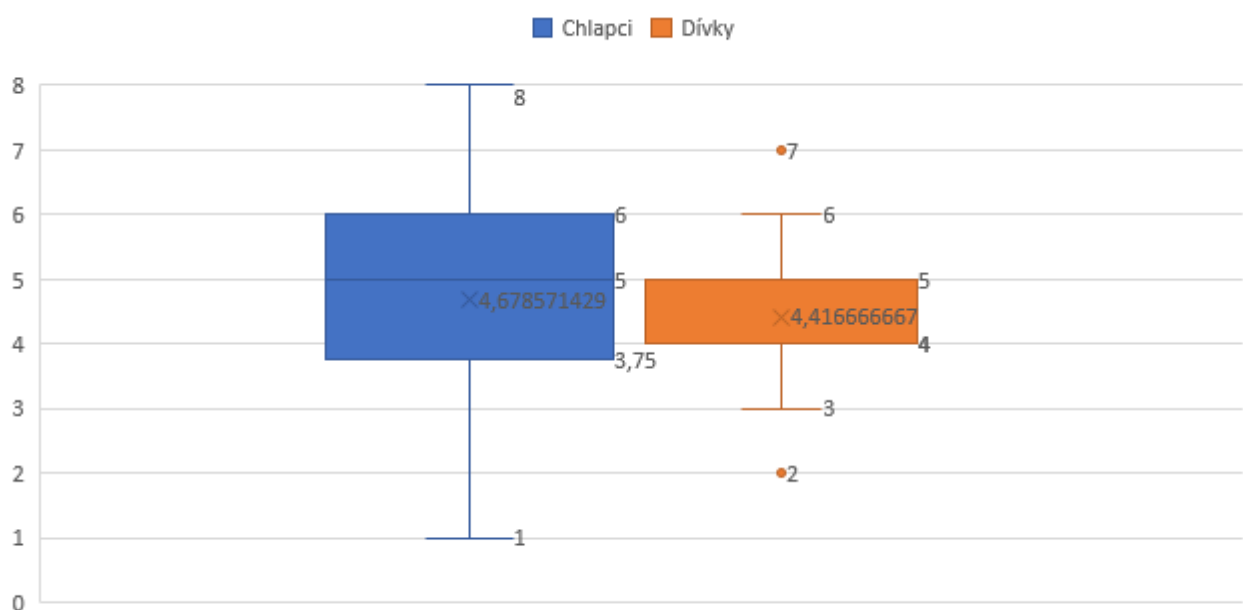


Obrázek 12. Srovnání výsledků MOBAK 3-4 v závislosti na pohlaví (chlapci = 28, dívky =12)

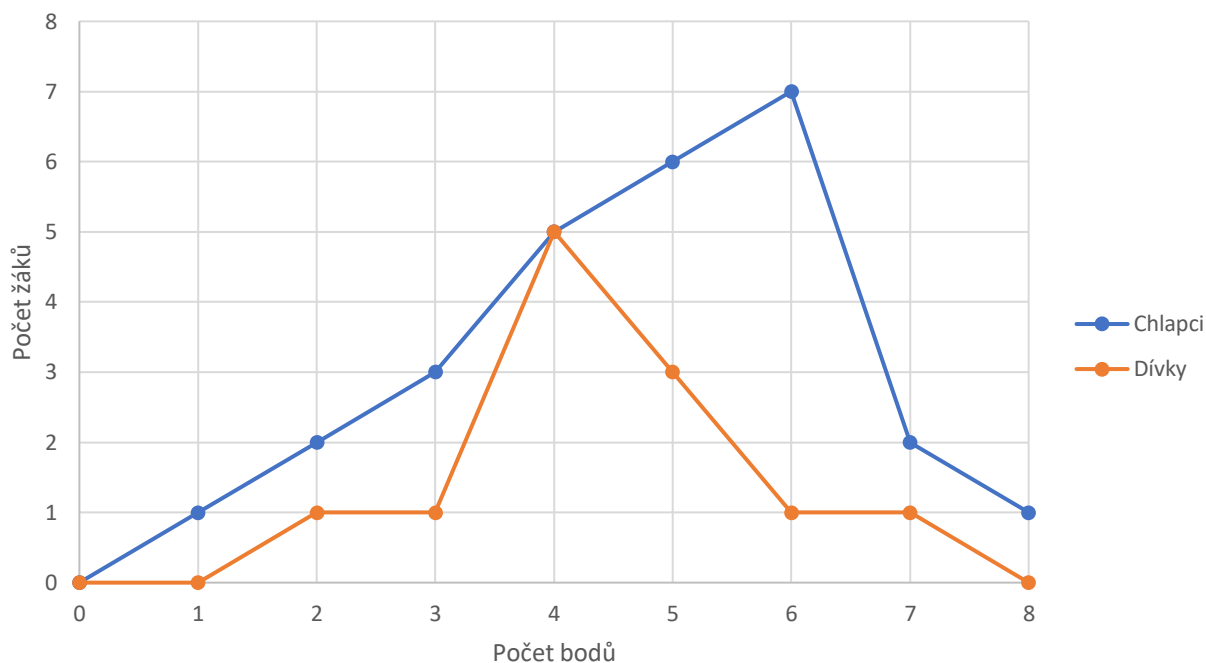


Obrázek 13. Počet žáků na počet získaných bodů dle pohlaví (chlapci = 28, dívky = 12)

Z výše uvedených grafů můžeme pozorovat (Obrázky 12 a 13), jak si vedli chlapci a dívky v testové baterii MOBAK 3. Grafy zaznamenávají jednotlivé výsledky chlapců a dívek a v krabicovém grafu také můžeme vidět průměrnou hodnotu chlapců a dívek. Žádný z účastníků nezískal celkově méně než 5 bodů. Naopak maximální počet bodů získal jen jeden chlapec. Z krabicového grafu si můžeme všimnout, že dívky byly v průměru celkově o něco málo úspěšnější než chlapci. Jejich průměrná hodnota je 10,4 zatímco u chlapců činí průměrná hodnota 10,2. Nejvíce chlapců získalo 9 bodů. Dívky měli největší zastoupení v bodovém rozmezí 9-12 bodů.

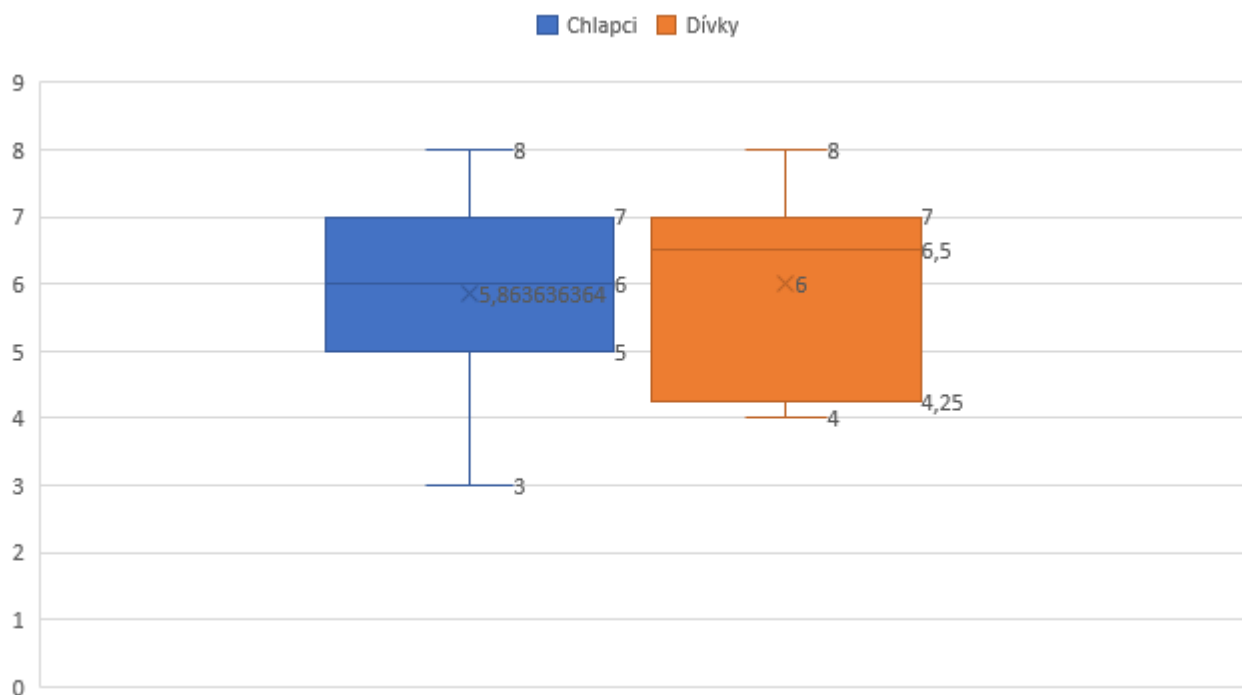


Obrázek 14. Výsledky disciplín s pomůckou dle pohlaví (chlapci = 28, dívky =12)

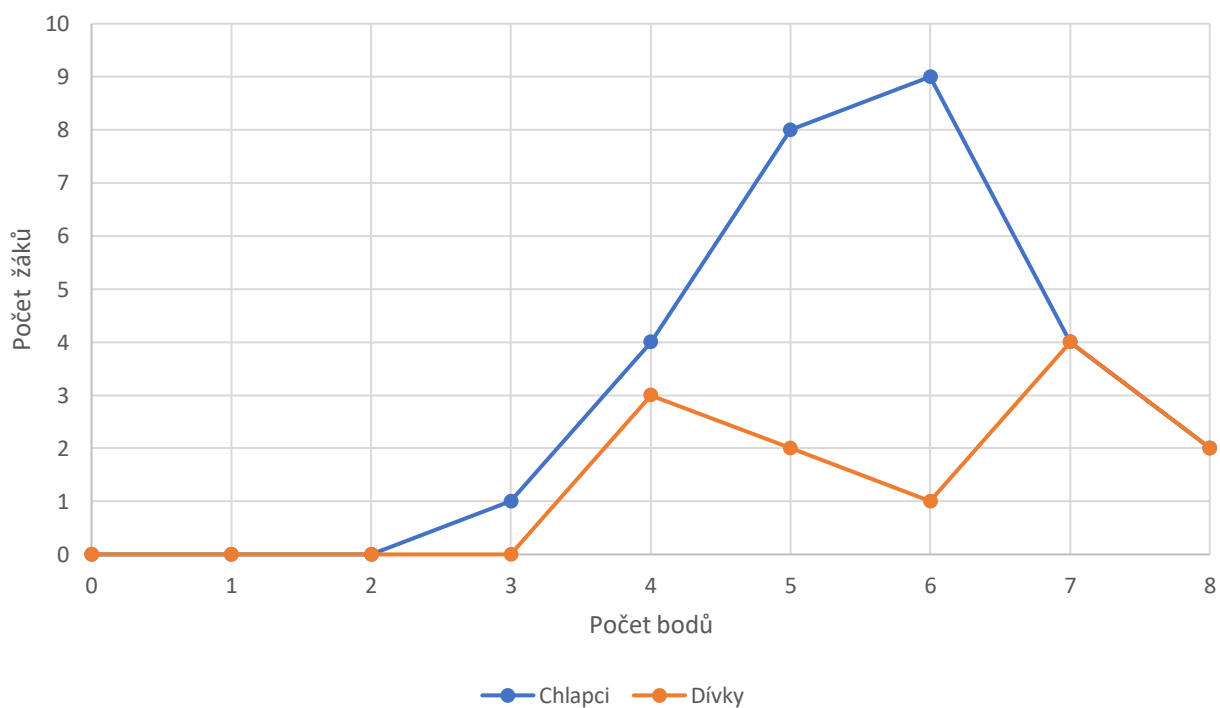


Obrázek 15. Počet žáků na počet bodů v disciplínách s pomůckou (chlapci = 28, dívky = 12)

Bodové rozpětí disciplín s pomůckou bylo 0-8 bodů. V disciplínách s pomůckou si lépe vedli chlapci, kdy průměrně získali 4,6 bodů. Dívky získali průměrně 4,4 bodů. Maximálního počtu 8 bodů získal jen jeden chlapec. Nejvíce bodový zisk za dívky byl 7 bodů. Žádný z chlapců či dívek nezískal 0 bodů. Nejvíce chlapců získalo 6 bodů a nejvíce dívek získalo 4 body.



Obrázek 16. Výsledky disciplín bez pomůcky dle pohlaví (chlapci = 28, dívky = 12)



Obrázek 17. Počet žáků na počet bodů v disciplínách bez pomůcky (chlapci = 28, dívky = 12)

Bodové rozpětí disciplín bylo opět 0-8 bodů. V disciplínách bez pomůcky si lépe vedli dívky, kdy získaly průměrně 6 bodů. Chlapci získali průměrně 5,8 bodů. Oblast disciplín bez pomůcky dopadly o poznání lépe než oblast disciplín vlastním tělem. Maximálního počtu 8 bodů dosáhly 2 dívky a 2 chlapci.

5.5. Shrnutí

V celé 5. kapitole jsme se věnovali vyhodnocení výsledků naměřených při testování dětí mladšího školního věku pomocí testové baterie MOBAK 3. Výsledky byly zpracovány pomocí deskriptivní statistiky. V jednotlivých odstavcích byly shrnuty všechny informace, které jsme z měření dosáhli. Celkově se testování zúčastnilo 40 dětí, z toho 28 chlapců a 12 dívek. Testování probíhalo na příměstském táboře v Olomouci celkem 2 týdny. V bakalářské práci byly zkoumány 4 výzkumné otázky, jejichž odpovědi byly slovně popsány a graficky znázorněny.

První výzkumnou otázkou byla, jakých bodů dosáhnou děti v testové baterii. Žádné z dětí nezískalo celkově méně než 5 bodů. Nejvíce bodů 16 získalo jen jedno dítě. Největší bodové zastoupení bylo od 8 do 12 bodů. Dále jsme chtěli porovnat mezi sebou oblasti disciplín s pomůckou a oblast vlastním tělem. Zjistili jsme, že oblast disciplín vlastním tělem dopadl o poznání lépe než oblast disciplín s pomůckou, kdy v oblasti disciplín vlastním tělem získali děti průměrně 5,7 bodů, zatímco v oblasti disciplín s pomůckou to bylo průměrně 4,6 bodů.

Poté jsme vyhodnocovali jednotlivé disciplíny nejprve v oblasti s pomůckou a následně v oblasti vlastním tělem. Výsledky v disciplínách bez pomůcky byly bodově poměrně vyrovnanější než jednotlivé výsledky disciplín s pomůckou. Celkově nejlépe dopadla disciplína „*změna směru*“, kdy tuhle disciplínu jednoznačně zvládli všichni účastníci na 100 %. Mohli bychom tedy polemizovat o obtížnosti této disciplíny. Nejhorší výsledky můžeme pozorovat v disciplínách „*házení na terč*“ a „*skákání přes švihadlo*“.

Jako poslední nás zajímalo porovnání výsledků mezi chlapci a dívky. Nejdříve jsme porovnali celkové výsledky, kde dívky získali průměrně o něco málo víc bodů než chlapci. Dívky získali průměrně 10,4 bodů, zatímco chlapci získali průměrně 10,2 bodů. Poté jsme vyhodnotili jednotlivé výsledky dle pohlaví v disciplínách s pomůckou a v disciplínách bez pomůcky.

V disciplínách s pomůckou si vedli lépe chlapci, kdy získali průměrně 4,6 bodů, zatímco dívky získali pouze 4,4 bodů. Za chlapce byl nejnižší počet bodů 1 a za dívky byl nejnižší počet bodů 2. Maximálního počtu bodů 8 získal jen jeden chlapec. Jen jedna dívka získala největší počet bodů 7. Výsledky v oblasti bez pomůcky dopadly podstatně lépe. Průměrná hodnota chlapců byla 5,8 bodů. U dívek to byla průměrná hodnota 6 bodů. V disciplínách bez pomůcky nezískali chlapci méně než 3 body a dívky méně než 4 body. Maximálního počtu 8 bodů dosáhly dvě dívky a dva chlapci.

6. Diskuse

V poslední řadě jsme srovnali výsledky s obdobnými studii v Evropě. Ve výzkumu, který realizoval Kraus (2017), hodnotí výsledky naměřené z České republiky a Švýcarska. V jeho studii proběhlo měření v České republice celkem u 302 dětí (n= 302, 133 chlapců a 169 dívek). V Švýcarsku bylo otestováno celkem 323 dětí. V obou studiích byly vytvořeny stejné podmínky se stejnými pomůckami. Výsledky byly vyhodnoceny a popsány stejnou statistickou metodou. Ve většině případů můžeme pozorovat podobné výsledky. Největší bodové zastoupení bylo ve studii od Krause (2017) od 6 do 10 bodů. Výsledky v disciplínách s vlastním tělem dopadly lépe než disciplíny s pomůckou v obou studiích. Nejhorších výsledků také dosáhli v disciplínách „házení na terč“ a „přeskok přes švihadlo“. Studenti ze Švýcarska dosáhli o mnoho lepších výsledků v disciplíně „driblink“. Také se shodujeme, že u některých disciplín by mohli být upraveny podmínky pro zvýšení náročnosti. K využití testové baterie existují i návodné karty, jak náročnost zvyšovat, a to na základě časového presu, či změn, které je didakticky vhodné posléze ve školní tělesné výchově provádět.

Ve výzkumu od Herrmanna a Carcama (2020), zkoumali úroveň pohybových kompetencí u dětí ze 14 základních škol v Chile (n= 1785, 970 chlapců a 815 dívek). V jejich studii využívali všechny testové baterie MOBAK 1-5. Děti v 1. a 2. třídě (n=559, 276 chlapců a 283 dívek) se testovali pomocí baterie MOBAK 1, děti v 3. a 4. třídě (n=496, 301 chlapců a 195 dívek) pomocí testové baterie MOBAK 3 a děti v 5. a 6. třídě (n=730, 392 chlapců a 338 dívek) pomocí testové baterie MOBAK 5. Struktura disciplín v jednotlivých úrovních baterie byla stejná, měnila se jen náročnost. Při porovnání výsledků ze stejných úrovní, tedy MOBAK 3, jsme došli ke stejným či podobným závěrům. Chlapci dosáhli lepších výsledků v oblasti s pomůckou a dívky v oblasti vlastním tělem. Dále pro děti z Chile byla nejtěžší disciplína „přeskok přes švihadlo“ a nejllehčí „změna směru“. Autoři porovnávali výsledky s obdobnými studii z Německa (Herrmann, et. al., 2019), Švýcarska (Herrmann, et. al., 2015), a Portugalska (Quitério, et. al., 2018). Vykazovali všeobecnou nižší úroveň pohybových kompetencí u dětí v Chile s porovnávanými studii, zejména v 5. a 6. třídě.

V další české studii od Trávníčka, Vlčka, Vrbase a Nykodýma (2016) ověřovali autoři testovou baterii pohybových dovedností MOBAK na vybraných základních školách Jihomoravského kraje v České republice. Na základě měřených dat (n=357) zjistili, že se jejich

výsledky také shodují s výsledky v ostatních evropských zemích. Celkem otestovali 357 dětí 1.–5. tříd. Z jejich výsledků vyplývalo, že testované děti dopadly lépe v oblasti s vlastním tělem. Také v této studii dopadli chlapci lépe v disciplínách v oblasti s pomůckou a dívky v oblasti s vlastním tělem. Nejlepších výsledků dosáhli děti v 5. ročníku. Pouze v první třídě vyzorovali zastoupení všech bodových hodnot a konstatovali, že čím vyšší třída, tím lepší výsledky. Ideálnímu procentuálnímu rozložení bodových hodnot se blížila pouze 1. a 2. třída.

7. Závěry

- Nikdo z testovaných nevykazoval nízkou úroveň pohybových kompetencí.
- Testované dívky měly o trochu lepší výsledky než chlapci.
- Výsledky v oblasti pohyb bez pomůcky vykazovaly větší úspěšnost.
- Nejméně bodů děti získaly v testech „Hod na terč“ a „Skákání přes švihadlo“
- Nejvíce bodů děti získaly v testu „změna směru“.
- Bylo by žádoucí upravit podmínky u některých testovaných disciplín podle aktuální úrovně testovaných účastníků, což by ale znamenalo nemožnost porovnat výsledky mezinárodně.

8. Souhrn

V této bakalářské práci jsme se zabývali úrovní pohybových kompetencí u dětí mladšího školního věku. Jako nástroj jsme využili testovou baterii MOBAK. Hlavním cílem bylo zjištění úrovně pohybových schopností a dovedností u dětí. Výzkumný vzorek tvořil 40 dětí ve věku 8–9 let. Dílčím cílem bylo potom vyhodnocení jednotlivých výsledků a následná komparace s obdobnými studii.

V teoretické části jsme definovali základní pojmy, s kterými bylo nutno se seznámit. Dále jsme charakterizovali mladší školní věk, vymezili rozdíl mezi pohybovou schopností a pohybovou dovedností, stručně popsali testovou baterii MOBAK a jejich 8 cvičení, které tvoří obsah dvou oblastí. První oblast je pohyb s pomůckou a druhá oblast pohyb bez pomůcky tedy pohyb vlastním tělem. Každá část obsahuje 4 cvičení, za které je možnost dostat dohromady max 8 bodů.

V praktické části jsme se věnovali vyhodnocení výsledků. Výsledky byly vyhodnoceny vždy u všech dětí a posléze v jednotlivých dílčích částech testové baterie. Zjistili jsme, že si děti vedly lépe v oblasti pohybu vlastním tělem, a že konkrétně nejlépe dopadla disciplína „změna směru“, kterou zvládly všechny děti na 100 %. Nejhůře dopadla disciplína hod na terč a přeskok přes švihadlo. Následovalo vyhodnocení výsledků chlapců a dívek, kde si celkově lépe vedly dívky, ale nutno říct, že jen o minimální rozdíl. V poslední řadě jsme srovnali naše naměřené výsledky s výsledky obdobných studií, kde jsme narazili na velmi podobné výsledky.

9. Summary

In this bachelor thesis we dealt with the level of motor competencies in children of younger school age. We used the MOBAK test battery as a tool. The main goal was to determine the level of motor abilities and skills in children. The research sample consisted of 40 children aged 8-9 years. The partial goal was then the evaluation of individual results and subsequent comparison with similar studies.

In the theoretical part, we defined the basic concepts with which it was necessary to get acquainted. We also characterized the younger school age, defined the difference between motor ability and motor skills, briefly described the MOBAK test battery and their 8 exercises, which form the content of two areas. The first area is movement with an aid and the second area is movement without an aid, ie movement with one's own body. Each part contains 4 exercises, for which it is possible to get a maximum of 8 points.

In the practical part, we focused on the evaluation of results. The results were evaluated in all children and then in the individual parts of the test battery. We found that the children performed better in the area of movement with their own body, and that the discipline of "change of direction", which all children managed 100%, was the best. The discipline of throwing a target and jumping rope was the worst. This was followed by an evaluation of the results of boys and girls, where girls did better overall, but it must be said that only a minimal difference. Lastly, we compared our measured results with results from similar studies, where we found similar results.

10. Referenční seznam

- Balatka, J. (2004). *Pohybová aktivita v primární prevenci vzniku kardiovaskulárních onemocnění u obyvatel České republiky*. Hradec Králové: Gaudeamus.
- Belej, M. (2001). *Motorické učenie*. Prešov: Přešovská univerzita.
- Bouchard, C., Shephard, R. J., & Stephens T. (1994). *Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Burton, A. W., & Miller, D. E. (1998). *Movement skill assessment*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Carpensen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definition and distinctions for health-related research. *Public Health Reports, 100*, 126-131.
- Čelikovský, S. (1990). *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. (3rd ed.) Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Čelikovský, S. (1997). *Teorie pohybových schopností*. Praha: Univerzita Karlova.
- Feigelman S. (2016). *Nelson textbook of pediatrics*. Philadelphia: Elsevier.
- Gerlach, E., Herrmann, C., Jekauc, D., & Wagner, M. O. (2017). Diagnostik motorischer Leistungsdispositionen. In U. Trautwein & M. Hasselhorn (Eds.), *Jahrbuch der pädagogisch-psychologischen Diagnostik, Tests & Trends, Band 15. Begabungen Und Talente (pp. 145-158)*. Gottingen: Hogrefe.
- Hartig, J., & Klieme, E. (2006). Kompetenz und Kompetenzdiagnostik. In K. Schweizer (Eds.), *Leistung und Leistungsdiagnostik (pp. 128-136)*. Heidelberg: Springer.
- Herrmann, C., & Gerlach, E. (2014). Motorische Basiskompetenzen in der Grundschule. Pädagogische Zielentscheidung und Aufgabenentwicklung. *Sportunterricht, 63* (11), 322–328.
- Herrmann, C., Gerlach, E., & Seelig, H. (2015). Development and validation of a test instrument for the assessment of basic motor competencies in primary school. *Measurement in*

Physical Education and Exercise Science, 19(2), 80–90. doi: 10.1080/1091367X.2014.998821

- Herrmann, C., Gerlach, E., & Seelig, H. (2016). Motorische Basiskompetenzen in der Grundschule: Begründung, Erfassung und empirische Überprüfung eines Messinstruments. *Sportwissenschaft*, 46(2), 60–73. doi: 10.1007/s12662-015-0378-8
- Herrmann, C., Seelig, H., Ferrari, I., & Kühnis, J. (2019). Basicmotor competencies of pre-schoolers: construct, assessment and determinants. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49(2), 179–187.
- Herrmann, C., & Carcamo-Oyarzun, J. (2020). Construct validity of the MOBAK test battery for the assessment of basic motor competencies in primary school children. *Revista Espanola de Pedagogia*, 276(2), 291–308.
- Kraus, J. (2017). *Výsledky testové baterie MOBAK 3 naměřené v České republice ve srovnání se Švýcarskem*. Diplomová práce, Pedagogická fakulta, Masarykova Univerzita, Brno.
- Langmeier, J. (1991). *Vývojová psychologie pro dětské lékaře*. Praha: Avicenum.
- Marcdante, K. J. (2019). *Nelson essentials of pediatrics*. Philadelphia: Elsevier.
- Matějček, Z. (2003). *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál.
- Měkota, K. (2005). *Motorické schopnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Měkota, K., & Cuberek, R. (2007). *Pohybové dovednosti – činnosti výkony*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Perič, T. (2004). *Hry ve sportovní přípravě dětí*. Praha: Grada.
- Perič, T., & Dovalil, J. (2010). *Sportovní trénink*. Praha: Grada.
- Psotta, R. (2003). *Analýza interminentní pohybové aktivity (se zvláštním zřetelem ke sportovním hrám)*. Praha: Karolinum.
- Quitério, A., Martins, J., Onofre, M., Costa, J., Mota Rodrigues, J., Gerlach, E., & Herrmann, C. (2018) Mobak 1 assessment in primary physical education: Exploring basic motor competences of portuguese 6-Year-Olds. *Perceptual and Motor Skills*, 125(6), 1055–1069.

- Schmidt, R. A. (1991). *Motor learning a performance. From principles to practice*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Schnabel, G., & Thiess, G. (1993). *Lexikon Sportwissenschaft*. Berlin: Sport und Gesundheit Verlag.
- Trávníček, M., Vlček, P., Vrbas, J., & Nykodým, J. (2016). Pilotní ověření testové baterie pohybových dovedností MOBAK jako součást kurikula sportovních her ve školní tělesné výchově. *Studia sportiva*, 10(2), 164–176.
- Švingalová, D. (2006). *Úvod do vývojové psychologie*. Liberec: Technická univerzita.
- Vágnerová, M. (1996). *Vývojová psychologie 1*. Praha: Karolinum.
- Velenský, M. (2008). *Pojetí basketbalového učiva pro děti a mládež*. Praha: Karolinum.
- Weinert, F. E. (2001). Vergleichende Leistungsmessungen in Schulen – eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In F. E. Weinert (Ed.), *Leistungsmessungen in Schulen* (pp. 17–31). Weinheim: Beltz.

11. Seznam příloh

1. Informovaný souhlas
2. Protokol testové baterie MOBAK 3
3. Vyjádření etické komise FTK UP

Příloha 1. Informovaný souhlas

Informovaný souhlas

Studie: Využití testové baterie MOBAK pro zjištění pohybových kompetencí dětí mladšího školního věku

Jméno dítěte:

Rok a měsíc narození:

Účastník/zákonný zástupce byl do studie zařazen pod číslem:

1. Já, níže podepsaný zákonný zástupce souhlasím s účastí mého dítěte ve studii.
2. Byl jsem podrobně instruován o cíli studie, o jejích postupech a o tom, co se od mého dítěte očekává. Beru na vědomí, že prováděná studie je výzkumnou činností.
3. Porozuměl jsem tomu, že účast svého dítěte ve studii mohu kdykoliv přerušit či odstoupit. Účast dítěte ve studii je dobrovolná.
4. Při zařazení do studie budou osobní data dítěte uchována s plnou ochranou důvěrnosti dle platných zákonů ČR. Je zaručena ochrana důvěrnosti osobních dat. Při vlastním provádění studie mohou být osobní údaje poskytnuty jiným než výše uvedeným subjektům pouze bez identifikačních údajů, tzn. anonymní data pod číselným kódem. Rovněž pro výzkumné a vědecké účely mohou být osobní údaje poskytnuty pouze bez identifikačních údajů (anonymní data) nebo s mým výslovným souhlasem.
5. S účastí dítěte ve studii není spojeno poskytnutí žádné odměny.
6. Porozuměl jsem tomu, že jméno mého dítěte se nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii. Já naopak nebudu proti použití výsledků z této studie.

Datum:



Podpis zákonného zástupce:

doc. Mgr. Jana Vašíčková, Ph.D.

Školitel a spoluřešitel projektu

Příloha 3. Vyjádření etické komise FTK UP



Fakulta
tělesné kultury

Vyjádření Etické komise FTK UP

Složení komise: doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D. – předsedkyně
Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.
doc. MUDr. Pavel Maňák, CSc.
Mgr. Filip Neuls, Ph.D.
Mgr. Michal Kudláček, Ph.D.
prof. Mgr. Erik Sigmund, Ph. D.
Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph. D.

Na základě žádosti ze dne 13.5.2020 byl projekt bakalářské práce

autor: **Robin Petrák**

s názvem **Využití testové baterie MOBAK pro zjištění pohybových kompetencí dětí mladšího školního věku**

schválen Etickou komisí FTK UP pod jednacím číslem: **70 /2020**

dne: **10. 7. 2020**

Etická komise FTK UP zhodnotila předložený projekt a **neshledala žádné rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnicemi pro výzkum zahrnující lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu etické komise.

za EK FTK UP
doc. PhDr. Dana Štěrbová, Ph.D.
předsedkyně

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury
Komise etická
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc

Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
třída Míru 117 | 771 11 Olomouc | T: +420 585 636 009
www.ftk.upol.cz