

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury



---

Fakulta  
tělesné kultury

**ANALÝZA NÁZORŮ ŽÁKŮ 2. STUPNĚ ZŠ NA VÝUKU  
POHYBOVÝCH HER V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ**

Bakalářská práce

Autor: Jan Fojtík

Studijní program: Tělesná výchova pro vzdělávání maior / Technika a  
praktické činnosti se zaměřením na vzdělávání minor

Vedoucí práce: Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

Olomouc 2022



## **Bibliografická identifikace**

**Jméno autora:** Jan Fojtík

**Název práce:** Analýza názorů žáků 2. Stupně ZŠ na výuku pohybových her v tělesné výchově

**Vedoucí práce:** Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

**Pracoviště:** Katedra sportu

**Rok obhajoby:** 2022

### **Abstrakt:**

Bakalářská práce „Analýza názorů žáků 2. Stupně ZŠ na výuku pohybových her v tělesné výchově“ měla za cíl zjistit pomocí anonymní ankety názory žáků na pohybové hry a důležitost pohybu jakožto přirozené potřebě každého dítěte. Anonymní ankety byly rozdány žákům 2. Stupně na základní škole Tyršova 913 ve Frenštátě pod Radhoštěm.

### **Klíčová slova:**

Pohybové hry, starší školní věk, vyučovací jednotka, motivace, školní tělesná výchova

Souhlasím s půjčováním práce v rámci knihovních služeb.

## **Bibliographical identification**

**Author:** Jan Fojtík

**Title:** Analysis of the opinions of 2nd grade elementary school students on the teaching of movement games in physical education

**Supervisor:** Mgr. Jan Bělka, Ph.D.

**Department:** Department of Sport

**Year:** 2022

### **Abstract:**

The bachelor's thesis "Analysis of the opinions of pupils of the 2nd grade of primary school on the teaching of movement games in physical education" aimed to find out through an anonymous survey pupils' opinions on movement games and the importance of movement as a natural need of every child. The anonymous questionnaires were distributed to the pupils of the 2nd grade at the Tyršova 913 primary school in Frenštát pod Radhoštěm.

### **Keywords:**

Movement games, school-age, teaching unit, motivation, school physical education

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

Prohlašuji, že jsem tuto práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Jana Bělky, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 25. dubna 2022

.....

Děkuji Mgr. Janu Bělkovi, Ph.D. za odborné vedení, mnoho cenných rad a veškerý čas, který mi poskytl při zpracování mé bakalářské práce. Dále bych chtěl poděkovat celé mé rodině, která mi umožnila studovat a byla mi po celou dobu oporou.

## OBSAH

|  |    |
|--|----|
| Obsah.....                                   | 7  |
| 1 Úvod.....                                  | 9  |
| 2 Přehled poznatků.....                      | 10 |
| 2.1 Periodizace lidského věku.....           | 10 |
| 2.1.1 Starší školní věk .....                | 10 |
| 2.1.2 Motorický vývoj .....                  | 11 |
| 2.1.3 Psychický vývoj .....                  | 11 |
| 2.1.4 Tělesný vývoj .....                    | 11 |
| 2.1.5 Sociální vývoj .....                   | 12 |
| 2.2 Pohybová hra .....                       | 13 |
| 2.2.1 Rozdělení pohybových her .....         | 13 |
| 2.2.2 Příprava pohybových her.....           | 14 |
| 2.2.3 Výběr a realizace pohybové hry .....   | 15 |
| 2.2.4 Hodnocení pohybové hry .....           | 16 |
| 2.3 Motivace žáků k pohybu .....             | 17 |
| 2.3.1 Pozitivní motivace.....                | 17 |
| 2.3.2 Negativní motivace.....                | 17 |
| 2.4 Vyučovací jednotka .....                 | 18 |
| 2.4.1 Struktura.....                         | 19 |
| 2.4.2 Cíle .....                             | 20 |
| 2.5 Školní tělesná výchova .....             | 21 |
| 2.6 Dotazování .....                         | 22 |
| 3 Cíle .....                                 | 24 |
| 3.1 Hlavní cíl.....                          | 24 |
| 3.2 Dílčí cíle .....                         | 24 |
| 3.3 Výzkumné otázky .....                    | 24 |
| 4 Metodika.....                              | 25 |
| 4.1 Charakteristika výzkumného souboru ..... | 25 |
| 4.2 Popis vlastního výzkumu.....             | 26 |

|     |                                     |    |
|-----|-------------------------------------|----|
| 4.3 | Analýza odborné literatury .....    | 26 |
| 4.4 | Statistické zpracování dat .....    | 26 |
| 5   | Výsledky a diskuze .....            | 27 |
| 5.1 | Názory na tělesnou výchovu .....    | 27 |
| 5.2 | Analýza názorů na pohybové hry..... | 32 |
| 6   | Závěry .....                        | 39 |
| 7   | Souhrn .....                        | 40 |
| 8   | Summary.....                        | 41 |
| 9   | Referenční seznam .....             | 42 |
| 10  | Přílohy .....                       | 44 |



# 1 ÚVOD

Pohyb hraje v našem životě velmi důležitou roli. Má vliv na psychiku člověka, zvyšuje tělesnou zdatnost a také pomáhá se socializací. Pohyb ovlivňuje duševní, emocionální, sociální, intelektuální i tělesnou složku osobnosti. Pro zdraví člověka je tedy pohyb nezbytný.

Téma mé bakalářské práce je Analýza názorů žáků 2. stupně ZŠ na výuku pohybových her v tělesné výchově. Jelikož už od dětství se intenzivně věnuji sportu a ze všeho nejraději mám pohybové hry, tak mě velmi zajímalo, jak v dnešní době vnímají pohybové hry žáci na druhém stupni základní školy. V profesním životě bych se rád věnoval učitelstvím tělesné výchovy, a proto si myslím, že mi názory žáků budou velkým přínosem do budoucna.

V teoretické části bakalářské práce se věnuji žákům staršího školního věku. Dále se zabývám pohybovými hrami, a to od rozdělení až po hodnocení. Zaobírám se také motivací, dotazováním, vyučovací jednotkou a rovněž školní tělesnou výchovou. V následující části jsem formuloval cíle, úkoly práce a v praktické části rozebral metodiku. V závěrečné kapitole jsem shrnul a vyhodnotil výsledky.

## 2 PŘEHLED POZNATKŮ

### 2.1 Periodizace lidského věku

Spousta lékařů, biologů a pedagogů se snažilo periodizovat lidský věk do vymezených období. Nelze ale určit přesné hranice jednotlivých období. Je to dáno především etnickými, individuálními rozdíly každého jedince. Délka trvání jednotlivých životních období je jen informativní a přibližná (Riegerová, Přidalová & Ulbrichová, 2006).

#### 2.1.1 Starší školní věk

Starší školní věk, to je doba puberty, doba dospívání. Dospívání přichází v rozmezí 10. a 19. rokem u chlapců a mezi 8. až 18. rokem u dívek. Puberta u dívek nastupuje v průměru dříve a také je dříve ukončena. Někdy můžou začít pubertální změny velmi časně, jindy zase poměrně pozdě (Matějček & Pokorná, 1998).

Dle Vágnerové (2012) lze chápat dospívání jako přechodnou dobu mezi dětstvím a dospělostí. Jedná se o jednu dekádu života. V tomto období dochází u jedince k proměně osobnosti v oblastech: somatické, sociální a psychické. Celý průběh dospívání závisí na společenských a kulturních podmínkách, ze kterých společnost požaduje a očekává vztah s dospívajícím. V období dospívání by měl jedinec zvládnout vlastní proměnu.

Starším školním věkem se rozumí období, kdy se mezi žáky objevují velké výkonnostní rozdíly. Chlapci v tomto věku dosahují velké fyzické výkonnosti naopak dívky rády cvičí na hudbu a tím rozvíjí vnímání a citění pohybu (Vrchovecká, 2020).

V tomto období bývají děti různě vyspělé. Období staršího školního věku je charakterizované jako nejprudší přechod v životě. Jedná se o období plné neklidu, nejistoty i hluboké dramatické proměny duše i těla. Typické pro toto období je, že u jedince zde dochází ke komplexní proměně všech složek osobnosti. Jsou zde také značné nepoměry po stránce psychické, sociální i fyzické. U chlapců a dívek vznikají rozdílné akcelerace vývoje, ale taktéž i u stejného pohlaví. Somatický vývoj je v popředí, a tak předstihuje vývoj psychický (Langmeier & Krejčířová, 2006).

U dětí se zvětšuje kapacita paměti, a proto se v tomto období rozvíjí účinná strategie zapamatování. Děti dokážou selektovat podstatné informace, a tak se pro ně učení stává sympatičtější. Jedinec dokáže ovládat svoji pozornost a zpracovat větší množství informací. Začíná vnímat svou školní úspěšnost a mění svou motivaci k učení. Zpravidla jde o to, aby splnil nároky, které jsou nezbytné a příliš se nenamáhal (Vágnerová, 2008).

Dle Periče (2012) lze rozdělit starší školní věk na dvě fáze. Prepubertální, která končí kolem třináctého roku, a fázi puberty končící kolem roku patnáctého.

### **2.1.2 Motorický vývoj**

Charakteristickým rysem tohoto období je učení se novým pohybovým dovednostem. Rychlý růst a velká disproporce mezi jednotlivými částmi těla způsobuje značné narušení koordinace. Typické je zhoršení hlavně plynulost pohybu a schopnost přesnosti (Perič, 2012).

Pohyby, které se dítě naučí v tomto věku jsou pevnější než pohyby, které se naučí v dospělosti (Dovalil, 2009).

### **2.1.3 Psychický vývoj**

Starší školní věk patří mezi klíčová období ve vývoji psychiky. Hormonální aktivita ovlivňuje vztahy s okolím, k sobě samému i chování při sportovních aktivitách. Dochází k rozvoji abstraktního a logického myšlení a paměti. Rozvíjí se duševní aktivita, soustředěnost, zvyšuje se rychlost učení a snižuje počet nutných opakování. Nejistota a cit se často zakrývají siláctvím a hrubostí. V této fázi vývoje vznikají hluboké zájmy, které vedou k výběru budoucího povolání (Perič, 2012).

V tomto období dochází ke změnám v oblasti citového prožívání. Mezi typické projevy patří přecitlivělost, labilita, dráždivost, změny nálad a nárůst emočního zmatku. Kvůli změnám emočního prožívání se mohou děti na venek projevat nedostatkem sebeovládání a větší impulsivitou, které přispívají ke vzniku konfliktu. U častých výkyvů nálad nejsou jedinci schopni vysvětlit příčinu (Vágnerová, 2012).

### **2.1.4 Tělesný vývoj**

Z hlediska tělesného vývoje dochází k rychlému růstu hlavně u chlapců. Růstový vrchol u chlapců nastává častěji po patnáctém roce a u dívek se růst urychluje před 15. rokem. Jakmile se u dívek dostaví menstruace, růst se zpomaluje a během dvou až tří let se pak většinou zastaví. Při růstu do výšky roste především kostra. Prodlužují se dlouhé kosti končetin, roste trup a také se dokončuje definitivní velikost hlavy a proporce obličeje. Během rychlého růstu se zvyšuje také hmotnost, a proto roční váhové přírůstky jsou větší oproti dosavadním (Matějček & Pokorná, 1998).

V organismu jedinců začínají probíhat složité procesy a spousta orgánů zasahují fyziologické změny. Tyto změny mají individuálně různé tempo a rozdíly se srovnají až na konci období. Okolo

jedenácti let dochází k funkčnímu a morfologickému dozrání vestibulárního aparátu a také analyzátorů. Tyto hodnoty se blíží k hodnotám dospělého člověka (Vágnerová, 2012).

„Období rychlejšího růstu přináší vyšší náchylnost ke vniku některých poruch hybného ústrojí, pubertální věk je proto důležitý pro formování návyku správného držení těla“ (Perič, 2012, 27).

V tomto období je důležité klást důraz na pohybovou aktivitu, jelikož zvýšená tělesná hmotnost v kombinaci s nízkou svalovou hmotou způsobí u dětí snížení posturální stability. A tak je pravděpodobnější, že může snadněji dojít k pádu (Teasdale et al., 2007).

U dítěte se stává, že jeho hmotný objem bývá často nedostatečně zásoben okysličenou krví, a tak může dojít k mdlobám nebo malátnosti především u dívek. Nemění se pouze růst postavy, ale také endokrinní systém. Zmírňuje se tělesný růst a dochází k vyvažování tělesných proporcí. Rostou vnitřní orgány, svalstvo mohutní, ale růst končetin se zpomaluje. Tvar těla dostává dospělou podobu a dochází ke zlepšení pohybové koordinace vlivem harmonizace postavy. Postupně mizí neobratnost a tělesná výkonnost se v tomto období stabilizuje. V některých sportech mohou dívky dosáhnout špičkových výkonů (Zacharová & Šimíčková Čížková, 2011).

### **2.1.5 Sociální vývoj**

Dle Vágnerové (2008) je v tomto vývoji typické, i když je dítě stále fixované na rodiče, chtíč po nezávislosti. Uvolňují se citové vazby a dítě vyhledává nové vrstevnické skupiny. Například dle zájmů nebo se začínají tvořit různé party. Nejtypičtějším znakem pro sociální vývoj je navazování prvních vztahů s opačným pohlavím. Sebecit v tomto období je nevyvážený a vyvážen bude až na základě získávání zkušeností.

V tomto období se vyskytují velké sklony se uzavírat do sebe, vyhýbat se sociálním kontaktům a všímání si více sama sebe. Děti před pubertou charakterizuje spíše extrovertní povaha, touha ovládnutí skupiny či moci a snaha o stálou změnu. Následuje období, kde dochází k introvertním projevům. Děti jsou citlivější, vnímavější, utvářejí si blízké přátelství a také vztahy k opačnému pohlaví (Perič, 2012).

Jedinci odmítají se podřídit vůči autoritám a bývají proto k dospělým netolerantní a kritičtí. Dochází k redukci nadřazenosti a úpravě autority (Vágnerová, 2012).

## 2.2 Pohybová hra

„Pohybové hry z pohledu učení chápeme jako základní metodu výcviku dovedností. Návuk v nich v podstatě není možný. V průběhu hry nemůžeme opravovat pohybový projev žáků, aniž bychom narušili hru a její atmosféru“ (Mazal, 2000, 22).

Dle Votíka (2005) jsou pohybové hry např. honičky, úpolové hry, štafetové soutěže apod. Pohybové činnosti slouží k rozvoji pohybové dovednosti, rychlosti reakce a osvojování manipulace s míčem.

„Školní Tv vyžaduje od pohybových her velmi často protichůdné požadavky. Pro žáky potřebujeme hry s minimem pomůcek, neboť každá pomůcka je činností navíc a současně ztrátou času“ (Mazal, 2000, 28-29).

Pohybové hry v tělesné výchově mají obrovský vliv na rozvoj osobnosti včetně sociální integrace. Bývají často spontánní, přirozené a atraktivní. Mají také kompenzační a rekreační aspekty, proto se využívají v tělesné výchově (Dragu, 2010).

V pubertálním období jsou pohybové hry velmi žádané a mají na žáky dobrý vliv. Rozvíjí pozitivní pocity a napomáhají řešit problémy ve vztazích. Žákům je řečeno krátký, ale jasný výklad před hrou, kde je vysvětlen herní cíl. Základem je vybrat správnou pohybovou hru, aby nastartovala zájem o další pohybové aktivity (Mazal, 2007).

Pohybové hry lze využít jako užitečnou variantu pro zlepšení výkonu, problémů s pozorností a nadváhou u dětí (Chou et al., 2020).

Rozdíl mezi pohybovými a sportovními hrami je ten, že u pohybových her převažuje prožitek, kdežto u sportovních her jde především o vítězství (Mazal, 2007).

Pohybové hry výrazně přispívají k rozvoji osobnosti máme tím na mysli, že hlavním smyslem je schopnost jedince samostatně hodnotit svou úroveň zdatnosti a následně naučené pohybové dovednosti zařazovat do denního režimu (Jansa, 2012).

### 2.2.1 Rozdělení pohybových her

„Neexistuje přesná klasifikace pohybových her, podle které by bylo možné pohybové hry roztřídit. Každý autor používá svoji vlastní. Typů dělení pohybových her je celá škála a záleží na individuálním názoru jednotlivce, ke kterému druhu dělení se raději přikloní“ (Bělka, 2018, 10).

Podle Jukličkové-Krestovské (1989) lze pohybové hry rozdělit na:

- hry s obsahem manipulačních cvičení
- hry s obsahem lokomočních cvičení

- hry se specifickým zaměřením
- hry s náměty dopravní a branné výchovy

Rovný a Zdeněk (1982) rozdělují pohybové hry na:

- přihrávané – tyto hry rozvíjejí schopnost přihrávek rukou či nohou
- skokanské – jsou hry zaměřené na skákání
- odrážené – hry, které rozvíjejí schopnost odrážet míč nohama, rukama či hlavou
- honičky – hry, které podporují běžecké schopnosti
- zaháněné – jsou hry, které rozvíjejí schopnost házet předměty
- přenášečky – jsou hry zaměřené na přenášení osob či předmětů v rámci úkolů
- úpolové hry – tyto hry jsou zaměřené na přetlačování, přetahování a zápasení
- hry se zasahováním cíle – hry, kdy je cílem trefit daný cíl
- pálkovací hry – jsou hry, které učí odrážet pálkou
- překážkové hry – hry zaměřené na překonávání překážek

Rubáš (1997) rozděluje pohybové hry podle rozvoje pohybových schopností na:

- vytrvalostní pohybové hry
- rychlostní pohybové hry
- pohybové hry, které rozvíjejí silové schopnosti
- pohybové hry, které rozvíjejí obratnostní schopnosti

### **2.2.2 Příprava pohybových her**

Argaj et al. (2001) uvádí, že příprava a plánování na vyučování pohybových her je součástí krátkodobé a dlouhodobé přípravy tělovýchovného učitele na realizaci vyučování. V dlouhodobé přípravě si učitel před začátkem školního roku musí prostudovat učební osnovy tělesné výchovy a seznámit se s hlavními úlohami školy. Rozumí se tím různé druhy sportovních olympiád nebo také organizace turnajů ve sportovních či pohybových hrách. Dále by měl zkontrolovat stav učebních pomůcek, herního náčiní, náradí a různé herní konstrukce. Sestaví tematický plán a rozvrhne vyučování pohybových her na celý rok. V krátkodobé přípravě, pod kterou se rozumí příprava na konkrétní vyučovací hodinu si tělovýchovný učitel sestaví formu přípravy (nejčastěji písemnou), která obsahuje:

- Základní údaje o vyučovací hodině (pořadí hodiny, datum, třída)
- Didaktická technika a pomůcky
- Vývojově-vzdělávací cíl hodiny, který se může specifikovat – vyučovací (návik chytání a házení míče, rozvoj rychlosti) a výchovný (rozvoj morálních hodnot, aktivita, kolektivnost a četnost)
- Průběh vyučovací hodiny (část úvodní, přípravná, hlavní a závěrečná)
- Ukončení a zhodnocení hodiny

### **2.2.3 Výběr a realizace pohybové hry**

Při výběru pohybové hry musíme vycházet z potřeb školní tělesné výchovy a z nároků na realizaci. Každá pohybová hra je oproti sportovní hře originálem. Už to, že změním či zvětším prostor nebo změním počet hráčů ovlivní nebo dokonce i změni realizaci hry. Před pohybovou hrou se musí stanovit cíle a říct si proč vůbec danou hru použít. Odpovědí může být mnoho. Pohybovou hrou chci buď zvýšit nebo snížit fyzické zatížení, udržet či zvýšit aktivitu žáků, podpořit spolupráci a tvořivost dětí nebo vytvořit dobrou atmosféru žákům a příjemně strávit čas. Jakmile si povědomě odpovíme, můžeme vybírat vhodnou pohybovou hru, kterou bychom měli správně uvést a následně vést. Jedná se o seznámení hráčů s hrou, vysvětlení organizace, pravidel, správně motivovat a upozornit na bezpečnost. Učitel musí nejen k pohybové hře, ale i k průběhu přistupovat tvořivě. Také musí řešit nepředvídané změny, umět i změny přijmout, aby nenarušily hru, tolerovat fantazii žáků a improvizovat. Každá pohybová hra je v něčem specifická, některá potřebuje méně zásahů, jiná naopak více do probíhající hry. Jestliže vybereme správnou pohybovou hru a vysvětlíme její pravidla, tak nemusíme do průběhu hry vůbec zasahovat, a to je dobře (Mazal, 2007).

Ke správnému výběru pohybové hry ve školní tělesné výchově by měl učitel přihlížet na fyzický, sociální i psychický rozvoj žáka a také k jeho stavu a zájmu. Určení a výběr vhodné pohybové hry také závisí na znalostech a zkušenostech tělovýchovného učitele, a na jeho dovednostech a komunikačních a organizačních schopnostech (Bělka, 2018).

Mazal (2007) uvádí, že ke správnému výběru a realizaci pohybové hry slouží tyto faktory:

- Přípravenost učitele. Učitel by měl mít dostatečné zkušenosti, dovednosti, vědomosti, znalosti, komunikační a organizační schopnosti.
- Návaznost pohybové hry na předchozí činnost.
- Obsah pohybových her by měl odpovídat psychomotorickým dovednostem a schopnostem hráčů, počtu a podmínkám pro hru a hernímu prostoru.
- Výběr vhodných pomůcek a kvalitního náčiní.
- Popis hry, organizace a pravidla by měla být co nejstručnější.

- U různých situací je důležité měnit zatížení hráčů, upravit pravidla a zařadit do určitých funkcí hráče, které chceme ovlivnit a motivovat ke hře.
- Při nesprávně zvolené hře rychle reagovat a vybrat další hru ze zásoby her, které máme vždy u sebe.
- Obměna pohybových her. Znamená to zvolit hru podobnou. Proměna hry je důležitá změna formy i obsahu hry v ontogenezi člověka.
- Pokud je hra složitá je zapotřebí ukázka. S hráči názorně předvedeme, jak by měla být hra hrána.
- Při výběru hry musí učitel vzít v úvahu, kam pohybovou hru zařadí, kolik času má na její realizaci včetně případného prodloužení hry.
- Bezpečnost pohybové hry.

#### **2.2.4 Hodnocení pohybové hry**

Dle Mazala (2007) nám pohybová hra svým průběhem poskytuje zpětnou vazbu. Prostřednictvím her můžeme zjistit určitý stupeň úrovně vlastností a dovedností hráčů. Jestliže máme jistou úroveň zkušeností a znalostí, dokážeme si při projevu hráčů všimnout značných charakteristik a ty následně ohodnotit:

- individuální vazby mezi hráči i vztah k spoluhráčům
- chování při výhře či prohře
- úroveň pohybových dovedností
- řešení stresových situací
- snaha o zvýhodnění družstva či sebe až po porušení pravidel
- kvantita a kvalita řešení herní situace ve spolupráci nebo individuálně
- přístup k řešení herních situací, tvořivost od návrhů, zapojení se do hry, imaginace, improvizace a vytváření nových situací
- díky pohybovým hrám dokážeme se značnou jistotou určit lídra, hráče ochotného vyhrát za každou cenu, pasivního spolupracovníka, cholerika i individualistu

Zátěžové výkony a situace žáka mohou hodnotit, učitelé, rodiče, kamarádi, zdravotníci i psychologové. Ovšem je klíčové, jak danou zátěžovou situaci hodnotí samotný žák. Jelikož podle toho zpravidla na situaci reaguje. Hodnocení ostatních se totiž může lišit od hodnocení samotného žáka (Čáp & Mareš, 2001).



Dle Neumana (1998) stačí u některých pohybových her říci, zda úkol hry byl či nebyl splněn. Jiné pohybové hry vyžadují udělení bodů nebo pochvalu za kreativitu. Dle autora jako formou odměny postačí i potlesk spolužáků. Jestliže dojde k porušení pravidel a měli bychom potrestat viníka, tak můžeme například ztrátou bodů. Pokud naopak žák ve hře projeví fair play, jeho chování vyzdvihneme.

## **2.3 Motivace žáků k pohybu**

### **2.3.1 Pozitivní motivace**

„Motivaci chápeme jako souhrn hybných momentů v osobnosti a v činnosti: souhrn toho, co člověka pobízí, aby něco dělal, nebo co mu v tom zabraňuje“ (Čáp & Mareš, 2001, 145).

Sebevědomí žáků by mělo být posilováno každou vyučovací hodinou. Pro správnou motivaci je zapotřebí dobrý učitel, který dokáže udržet pozitivní kontakt s žáky, vyzdvihovat, co se žákům v hodině vydařilo a neustále je podporovat k úspěchu. Podpora a pochvala jsou hlavními klíči sebevědomí. Jestliže žák zažije neúspěch, pak by tělovýchovný učitel měl navrhnout správný postup ke zlepšení, a tím zabránit demotivaci (Sitná, 2009).

Pro zlepšení kvality vzdělání je potřeba dbát na správnou motivaci. V dnešní době mají děti motivaci a zájem v moderní technologii. Je tedy nutné zlepšit domácí základní vzdělávání, a to s využitím moderních technologií, které zvýší zájem a motivaci žáků k získávání vědomostí. Využití informačních technologií ke zvýšení zájmu žáků bude zvýšit jejich úspěšnost, motivaci a zlepšit úroveň a kvalitu vzdělávání. Je také nutné změnit charakter vztahů mezi učitelem a žákem na základní škole, který by měl záviset na individualitě a zájmech dětí (Buterin Mičič, 2021).

„Moderní věda a životní praxe dokládají stěžejní význam motivace všude tam, kde je třeba vytvořit předpoklady pro trvalejší hodnoty v chování jedince. Přitom za motivaci je považován souhrn vnitřních a vnějších faktorů aktivizujících lidské chování a prožívání směřujících k dosahování výsledků“ (Průcha, Walterová & Mareš, 2008, 127).

Jestliže učitel dokáže správně motivovat, tak u žáků dochází k posílení sebevědomí. Pro některé žáky jsou školní úspěchy velmi důležité a jsou pro ně nezbytné, jelikož jsou za ně chváleni (Nekonečný, 1997).

### **2.3.2 Negativní motivace**

Fialová (2010) tvrdí, že vedle pozitivní motivace, která pozitivně ovlivňuje jedince existuje i negativní motivace, která naopak motivaci snižuje. Mezi negativní činitele patří:

- Srovnávání – častým demotivujícím činitelem je právě srovnávání, kdy se jedinec porovnává s nejlepšími žáky
- Omezení tvořivosti a svobodného výběru – vede k nudě a k nezájmu
- Soutěživost – u žáků vyvolává stres, strach z prohry a také souvisí s pocitem neúspěšnosti
- Školní známkování
- Neprofesionalita – špatný přístup edukátora, kdy vybírá nevhodnou pohybovou aktivitu či rozdává mnoho poznámek nebo důtek, ze strany edukanta to může být nesoustředěnost nebo chození pozdě na výuku.

Řešení problému motivace ke studiu je úzce spojeno s kvalitou vzdělávání, protože nedostatek motivace negativně ovlivňuje kvalitu znalostí, brání produktivitě a jejich budoucí profesní rozvoj, podněcuje frustraci a podrážděnost žáků (Buterin Mičić, 2021).

Mezi demotivující činitel patří i autokratický styl výchovy a vyučování. Žáci se zde vyskytují v pasivní roli, převládá u nich strach z tvořivosti a učení nazpaměť. Strnulost a rigidita jsou dalšími negativními faktory, které ovlivňují motivaci k pohybu dětí. Jedná se o přísnost, strohost v jednání a konvergentní vyučování (Fialová, 2010).

## 2.4 Vyučovací jednotka

„Je základní organizační formou v TV, a to v rozsahu 45, případně 90 minut. Vyučovací jednotka je přímo řízena učitelem a je specifická svou vnitřní strukturou, tj. souhrnem částí v jejich vzájemných vztazích“ (Bělka et al., 2021, 97).

„Vyučovací jednotka je relativně stabilně uspořádaný systém hlavních faktorů výchovně-vzdělávacího procesu a jejich vzájemných vztahů, determinovaný obsahem a cílem, prostorem, časem, psychickou a fyzickou úrovní žáků, zkušenostmi a předpoklady učitele a řadou dalších didaktických skutečností“ (Vilímová, 2002, 74).

Vyučovací jednotky ve školní tělesné výchově probíhají podle předem sestaveného plánu. Zde patří stabilita žakovských skupin, povinná účast žáka v hodinách a podřízenost školských pravidel a předpisům. Vyučovací jednotku z pravidla považujeme za uzavřený a samostatný celek vzdělávacího programu. Samostatné vyučovací jednotky navazují na ty předcházející (Fialová, 2010).

### 2.4.1 Struktura

Na žáky by měla vyučovací jednotka působit komplexně. Znamená to, že z fyziologického hlediska bude zohledňovat funkční a motorický rozvoj. Současně z hlediska sociálního, společenského a psychologického dbát na rozvoji osobnosti (Fialová, 2010).

Organismus dítěte by měl být dostatečně zahřátý vždy na začátku vyučovací či tréninkové jednotky. Tím docílíme pomocí nejrůznějších honiček. Jakmile je organismus zahřátý a nechceme, aby došlo k úrazu následuje protažení hlavních svalových skupin. Poté přecházíme do hlavní části. Podle toho, jakou pohybovou schopnost chceme rozvíjet tak vybíráme zaměření například rychlost, vytrvalost, síla. Na závěr volíme cvičení na regeneraci a kompenzaci (Kirchner, Hnízdil & Louka, 2005).

Doporučená struktura vyučovací jednotky dle Fialové (2010):

- Úvodní část – nástup, seznámit s cílem hodiny, organizace (2 minuty), protažení (5 minut), dynamická část rozcvičení (5 minut).
- Hlavní část – cvičení nových pohybových dovedností (10 minut), opakování nebo kondiční cvičení – síla, vytrvalost (12 minut).
- Závěrečná část – protažení, kompenzační cvičení (8 minut), zhodnocení hodiny (3 minuty).

Bělka et al. (2021) tvrdí, že v odborných publikacích se může členění vyučovací jednotky lišit. Autoři vyučovací jednotku rozdělují do těchto částí:

Úvodní část, která zahrnuje:

- Formální část – tato část je hned na začátku vyučování a věnuje se nástupem, evidence žáků, seznámení s cílem a obsahem a také motivací. Délka trvání je 3-8 minut.
- Rušná část – v rušné části by se měly objevovat míče a specifické pohybové prvky, které se budou v hodině praktikovat. Využívají se zde pohybové prvky, které budou žáci následně používat v další tělocvičné aktivitě.

Průpravná část: má za úkol připravit žáky jak po psychické, tak i tělesné stránce na zatížení, které bude v hlavní části vyučování. Hlavním obsahem průpravné části jsou specifická průpravná cvičení. Délka této části je 5-12 minut. U žáků zde probíhá příprava pohybového systému na zátěž (prokrvení, plicní ventilace, zvýšení srdeční frekvence). Následuje dynamické protažení, aby bylo dosaženo co největší kloubní pohyblivosti. Průpravná část také zahrnuje část všeobecnou a speciální.

- Všeobecná část – tato část je hlavně orientována na plnění obecných cílů. Musí se respektovat kondiční požadavky i požadavky herních vyučovacích jednotek. Je vhodné zde používat míče.
- Speciální část – v této části se plní specifické úkoly, které vyplývají ze specifčnosti obsahu. Podle obsahu hlavní části zde probíhá speciální rozcvičení. Tato část se ve vyučování vyznačuje zařazením míčů do průpravy (např. házení, přihrávání nebo také driblink).

Hlavní část: jedná se o základ vyučovací jednotky. Na této části záleží, jaká bude úroveň celého vyučování. Délka trvání je 20-30 minut. Obsah této části je vymezen Školním vzdělávacím plánem. Hlavní struktura má tyto části, avšak nejsou vždy obsaženy všechny níže uvedené.

- Na začátku hlavní části zařazujeme nácvik nových pohybových dovedností.
- Následuje fáze, kdy probíhají rychlostní i koordinační cvičení (nejlépe s využitím míče).
- V další fázi se zařazují herní a průpravná cvičení. Slouží ke zdokonalení pohybové a herní činnosti, která koresponduje s cílem hodiny.
- V poslední části je vhodné zařadit takové cvičení, které procvičí herní dovednosti a cvičení, které zvýší aerobní kapacitu organismu. Dle délky vyučovací hodiny (45-90 minut) se zařazuje průpravná hra, utkání či kombinace obojího a to cca 15-40 minut. Jestliže je velký počet hráčů je vhodné zařadit turnajová utkání a hráče střídát v krátkých intervalech 3-5 minut.

Závěrečná část: hlavním cílem této části je uklidnit žáky, jak po psychické, tak fyzické stránce. Vyučující zhodnotí splnění cílů a formálně ukončí vyučovací jednotku. Délka trvání této části je 3-9 minut. Závěrečná část zahrnuje i část uklidňující a formální.

- Uklidňující část – tato část obsahuje, kompenzační, uklidňující, relaxační, kontrolní či soutěživý charakter. Například střelba na bránu nebo na koš.
- Formální část – v této části učitel zhodnotí hodinu, vyzdvihne klady i nedostatky žáků. Následně pochválí a motivuje žáky do další vyučovací hodiny tělesné výchovy.

## **2.4.2 Cíle**

Vilímová (2002) rozděluje vyučovací jednotku do několik důležitých cílů

- Výchovný cíl – žák by měl mít kladný vztah a postoj k vlastnímu tělesnému rozvoji a k tělocvičné aktivitě. Žák je schopen tvořivé a samostatné činnosti.

- Formální cíl – učitel musí zahájit a ukončit vyučovací hodinu. Vyučovací jednotka musí splňovat organizační povinnosti a učitel zajistí ukázněný a bezpečný průběh.
- Diagnostický cíl – učitel by měl znát psychický a fyzický stav žáků, zajistit úspěšný průběh hodiny a zkontrolovat, zda minulá hodina splňovala všechny úkoly.
- Vzdělávací cíl – vyučovací jednotka by měla zajistit a uplatnit získané návyky, vědomosti a dovednosti.
- Zdravotní cíl – vyučovací jednotka zajistí jedinci správné návyky, psychickou a fyzickou zdatnost a pozitivní postoj ke zdraví.
- Psychický cíl – od předcházejících školních povinností a nežádoucích interpersonálních vztahů je zde prostor k odreagování.
- Přípravný cíl – vyučovací jednotka připravuje žáka na zatížení.

## 2.5 Školní tělesná výchova

V České republice je tělesná výchova ve škole povinná a týká se všech dětí. Hraje důležitou a jedinečnou roli v rozvoji pohybové gramotnosti. Jestliže chceme, aby byla pohybová gramotnost co nejefektivnější, správně udržována a rozvíjena, musí být správně naplánovaná a řízena. Pokud máme učitelé, kteří jsou uvědomělí, vzdělání a pracují na kvalitní tělesné výchově, pak se díky nim zvyšuje úroveň pohybové aktivity i pohybové gramotnosti. Hlavní náplní tělesné výchovy na všech školách je, aby si žáci udrželi důvěru a sebejistotu ve své fyzické zdatnosti (Červinka, 2013).

V tělesné výchově mají učitelé jedinečnou možnost vybírat takové aktivity a příležitosti pro děti, aby bylo možné zjistit v jakých oblastech vynikají nebo naopak pomoci v aktivitách, ve kterých nejsou velmi zdatní. Netýká se to pouze jejich pohybové kompetence, ale také zde hraje velkou roli důvěra, motivace, pochopení a vědomosti. Jestliže chceme, aby byli žáci šťastní a zdraví i v dospělosti, musíme u nich rozvíjet pohybovou gramotnost, zajistit správné návyky a motivovat, aby byli pohybově aktivní i ve svém životě. To, co získají během vzdělávání, nadále využijí při cestě k dospělosti (Vašíčková, 2016).

Tělesnou výchovu můžeme chápat jako promyšlený a záměrný proces. Cílem vzdělání a výchovy je harmonický a všestranný rozvoj osobnosti. Pro pedagogiku sportu je kladen důraz na pohybové aktivity, které rozvíjí všestrannost a rozvoj zdravé osobnosti. Všestranností se rozumí složky výchovy a to mravní, pracovní, tělesnou, estetickou a rozumovou. Zaměření tělesné výchovy je především na rozvoj fyzické zdatnosti a tělesných cvičení. Pro osvojování pohybových dovedností je důležitý prožitek z pohybu. Tělesná výchova také klade důraz na režimové návyky se zřetelem k psychickému a tělesnému zdraví. Výrazně přispívá k socializaci jedince. Důležitým faktorem tělesné výchovy je ten, že dokážeme rozpoznat zdravotně oslabené žáky (Jansa, 2012).

## 2.6 Dotazování

Gavora (2000) uvádí, že dotazování je spojeno s dotazníkem. Jedná se o způsob kladení otázek, na které později dostáváme písemné odpovědi. O dotazníku se ví, že je nejfrekventovanější metodou zjišťování údajů. Frekventovanost je většinou dána lehkou konstrukcí dotazníku. Dotazník se využívá hlavně pro hromadné získávání údajů a považuje se za ekonomický výzkumný nástroj, díky kterého dokážeme při malém množství času získat mnoho informací. Ve stejném významu, jak dotazník se většinou užívá termínu anketa.

Respondenti, kteří odpovídají na dotazník či anketu odpovídají dle jejich zájmu. Rozdíl mezi dotazníkem a anketou je ve způsobu předávání anketních lístků a dotazníků respondentů a také jejich odpovědi. Anketní odpovědi získáme především od respondentů, kteří měli zájem anketu vyplnit a jejich výběr nebyl pod přímým vlivem výzkumníka. Úkol výzkumníka je ten, že předá co největší množství anketních lístků co největšímu počtu lidí. Potom záleží, kolik lidí bude ochotno odpovědět a své odpovědi vrátit tazateli. Cílem je tedy získat alespoň část lístků nazpět, aby výzkumník mohl zpracovat statické výsledky. Dotazníkové odpovědi nemusíme dostat pouze tím, že rozdáme konkrétním lidem papírový dotazník, ale také formou rozhovoru s respondenty. Výzkumník tak může ovlivnit koho bude chtít oslovit a také zájem dotyčného respondenta, který bude mít chtít vyjádřit svůj názor (Surynek & Nový, 2002).

Kladené otázky a položky musejí být srozumitelné, jasné, jednoznačné, přiměřené k věku a schopnostem respondentů. Respondent (osoba, která dotazník či anketu vyplňuje) musí pochopit význam otázky. Nepřesné formulování otázek poté vede k nejasným odpovědím. Proto se využívá pretest, který se rozdává malému souboru respondentům ještě před hlavním dotazováním, aby se zjistilo, zda jsou otázky správně položené a srozumitelné. Pretest tak odhalí chyby, které lze opravit. Tuto etapu nazýváme předvýzkum, předběžný výzkum nebo právě pretest (Čábalová, 2011).

Dle Gavora (2000) máme tyto typy otázek:

- Uzavřené otázky – uzavřené otázky jsou takové otázky, které nabízí hotové alternativní odpovědi. Respondent má pouze za úkol zakroužkovat či podtrhnout vhodnou odpověď.
- Otevřené otázky – tento typ otázek má za úkol nasměrovat respondenta na tázaný jev a neurčuje mu však přesně dané odpovědi. Respondent má tak velkou možnost odpovědí.
- Polouzavřené otázky – polouzavřené otázky požadují nejprve alternativní odpovědi a poté žádají respondenta o objasnění či vysvětlení.
- Škálované otázky – nejčastěji zde posuzujeme jiné lidi nebo jevy, škála umožňuje zjišťovat vlastnosti a charakteristiku jevu. Dotazovaný vyjadřuje své hodnocení určením konkrétní polohy na škále.

- Variabilita typů otázek – v dotazníku nemusí být za každou cenu jen jeden druh otázek. Naopak, jestliže se jedná o více typů otázek, respondentu to vyvádí ze stereotypu a zlepšuje to jeho pozornost.

## **3 CÍLE**

### **3.1 Hlavní cíl**

Hlavním cílem bakalářské práce je zjistit, názory žáků druhého stupně základní školy Tyršova 913 ve Frenštátě pod Radhoštěm na pohybové hry v tělesné výchově.

### **3.2 Dílčí cíle**

- 1) Analyzovat odbornou literaturu.
- 2) Sestavit anketu
- 3) Provést pretest
- 4) Provést anketní šetření
- 5) Analyzovat a syntetizovat získaná data

### **3.3 Výzkumné otázky**

- 1) Patří pohybové hry v tělesné výchově mezi oblíbené pohybové hry?
- 2) Jaké pohybové hry mají žáci/kyně nejraději?
- 3) Jaké pohybové hry preferují žáci/kyně podle počtu hráčů?



## 4 METODIKA

### 4.1 Charakteristika výzkumného souboru

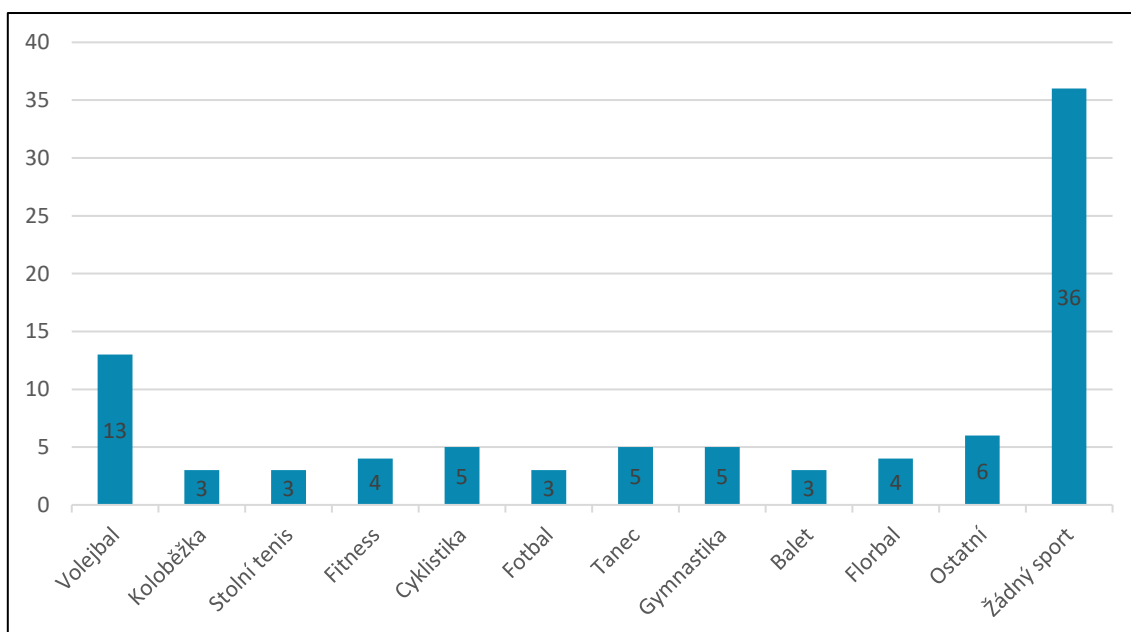
Průzkumu se zúčastnili žáci druhého stupně ve věkovém rozmezí 12-15 let ze sedmé a osmé třídy. Celkem se do projektu zapojilo 44 chlapců a 46 dívek, dohromady tedy 90 respondentů. Celkem bylo rozdáno 100 anket. Návratnost je tedy 90 %.

Ve volném čase pravidelně sportuji v oddíle. Pokud ano, jaký sport?

Obrázek 1 vykazuje kroužky, které žáci pravidelně navštěvují. Pohybová aktivita žáků 2. stupně na základní škole ve Frenštátě pod Radhoštěm je na vysoké úrovni. Celkem 54 žáků pravidelně sportuje a 36 se ve volném čase nevěnuje žádné sportovní aktivitě. Nejoblíbenějším sportem je volejbal, který navštěvují převážně dívky. Mezi ostatní patří mažoretky, horolezectví, atletika, tenis, bojové sporty, plavání a badminton.

Vogel et al. (2011) tvrdí, že pohyb je nejdůležitější součástí aktivního a zdravého životního stylu. Mnoho dětí sportuje ve sportovním klubu a některé jen rekreačně, avšak vliv na zdraví je znatelný. U dětí, které nevykonávají žádnou pohybovou aktivitu a mají nedostatek pohybu může dojít k osteoporóze, hypertenzi. Málo pohybu může také zapříčinit obezitu či kardiovaskulární onemocnění.

V dnešní době se bohužel čím dál tím více setkáváme, že většina dětí má sedavý způsob života, který nepřispívá k jejich zdravému rozvoji a vývoji. Volný čas tráví hraním počítačových her a sledováním televize. Nedostatek pohybu u dětí vyvolává snížení fyzické zátěže, špatně snášejí nezdary a neumí si poradit s komplikovanými situacemi (Kaplan et al., 2003).



Obrázek 1. Jaké sporty děti provozují.

## **4.2 Popis vlastního výzkumu**

Průzkum byl proveden na základní škole Tyršova 913 ve Frenštátě pod Radhoštěm. Ve věci výzkumu jsem oslovil ředitelku školy RNDr. Zdeňku Murasovou, která mi vyšla se vším vstříc a později byla seznámena s výsledky práce. Před průzkumem jsem rozdál na základní školu žákům sedmého a osmého ročníku 10 pretestů, díky kterým jsem zjistil chyby a následně je opravil. Byla potřeba opravit a přeformulovat otázky 1, 4 a 7. Následující průzkum (7. a 8. tříd) probíhal formou anonymní ankety vždy na začátku tělesné výchovy v tělocvičně. Aby nedocházelo ke konzultacím žáků mezi sebou, byli rozmístěni po celé tělocvičně. Anonymní anketa obsahovala 10 otázek a 2 podotázky, které žáci stihli zodpovědět do 10 minut (viz příloha). Všichni žáci byli obeznámeni a souhlasili s využitím jejich výsledků.

Anonymní anketa obsahovala otázky uzavřené, polouzavřené i otevřené. U uzavřených otázek žáci křížkovali jasné odpovědi, u kterých nebyl prostor pro vlastní vyjádření. Polouzavřené otázky požadovaly nejprve alternativní odpovědi a poté žádaly respondenta o objasnění či vysvětlení. Otázky otevřené umožnily žákům se slovně vyjádřit. Nejvíce otázek bylo využito uzavřených, které jsou jednoznačněji zpracovatelné a žáci jsou tak vedeni k jasně navrženým variantám. Cílem této anonymní ankety bylo zjistit názory žáků na pohybové hry v tělesné výchově.

Výsledky anonymní ankety jsem zaznamenal do tabulek v programu Microsoft Excel. Pomocí základních vzorců jsem určil procenta, které odpovídají výsledkům a podle nich vytvořil vypovídající grafy.

## **4.3 Analýza odborné literatury**

Odbornou literaturu jsem hledal ve fakultních knihovnách Univerzity Palackého v Olomouci. Navštěvoval jsem především knihovnu Fakulty tělesné Kultury a Zbrojnice. Dále jsem hledal elektronické informační zdroje, které poskytují přístup k informacím pro výzkum, vědu a výuku. Používal jsem Web of Science a ProQuest. Mezi klíčová slova patřila: vyučovací jednotka, motivace, školní tělesná výchova, starší školní věk, pohybová hra.

## **4.4 Statistické zpracování dat**

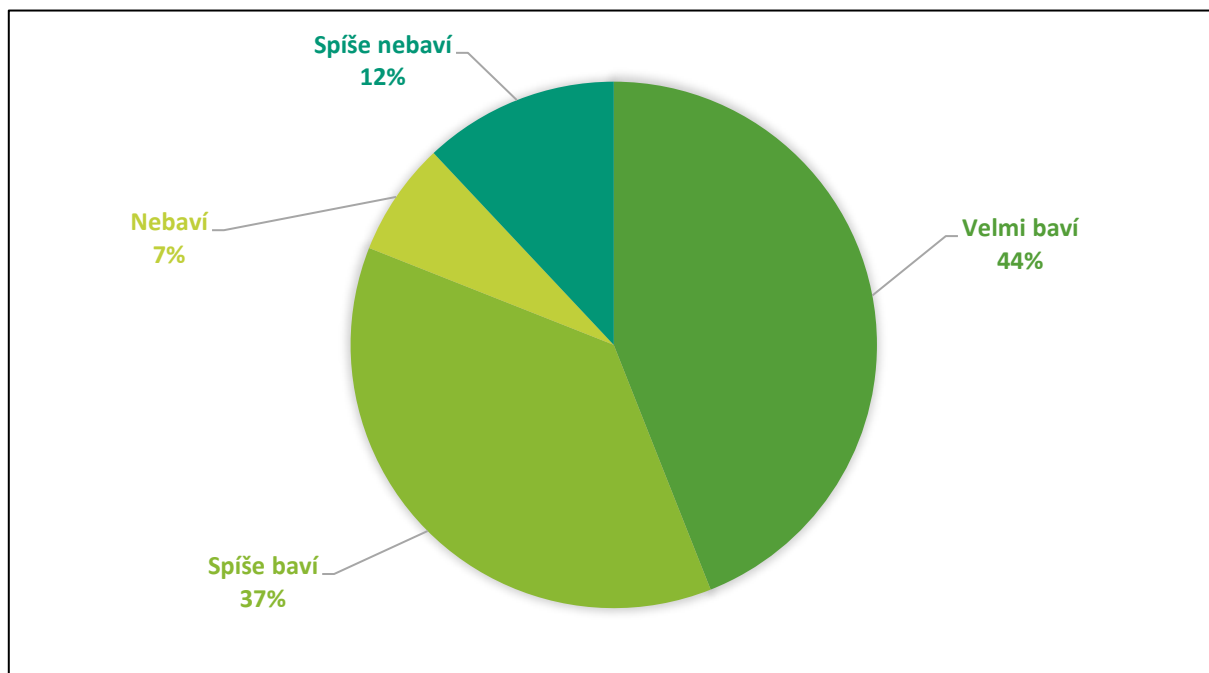
Bylo použito deskriptivní statistiky (absolutní četnost, aritmetický průměr, procentuální vyjádření).

## 5 VÝSLEDKY A DISKUZE

### 5.1 Názory na tělesnou výchovu

**Otázka:** Tělesná výchova mě:

Obrázek 2 poukazuje fakt, že žáky tělesná výchova baví. Tělesná výchova je důležitou složkou výchovy a podílí na celkovém vývoji jedince. Jsem rád, že tomu tak je a 44 % žáků tělesná výchova velmi baví.

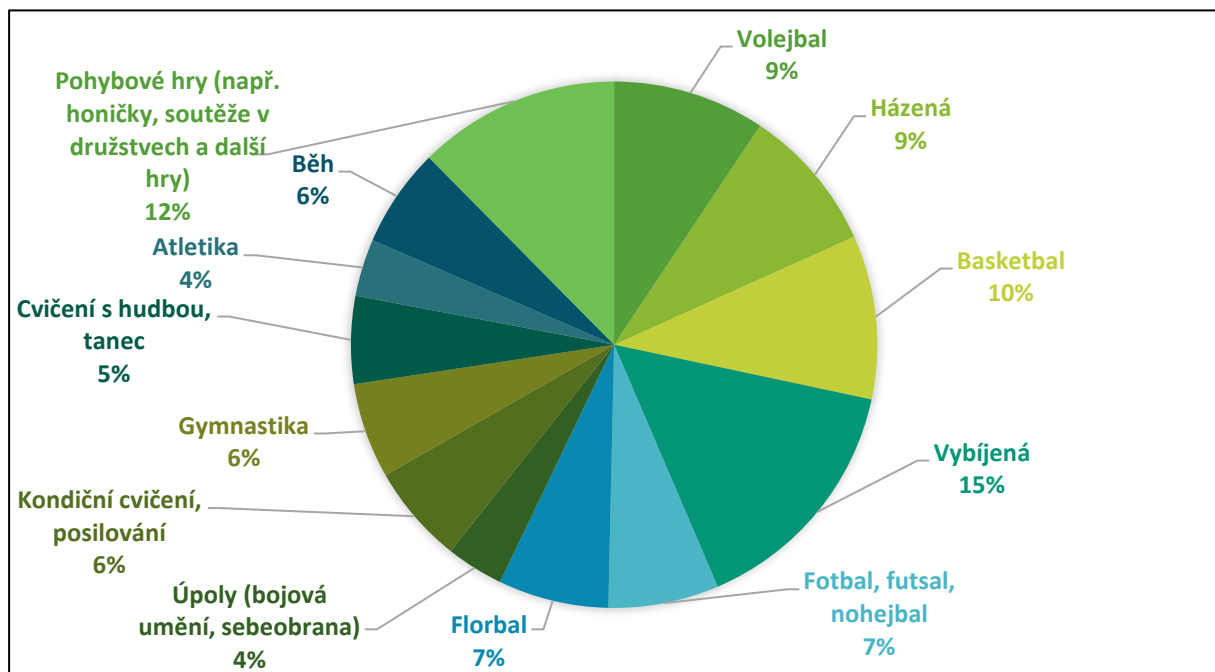


**Obrázek 2.** Jak moc tělesná výchova žáky baví.

**Otázka:** Vyber 5 pohybových aktivit, které tě v tělesné výchově baví:

Na otázku, jaké pohybové aktivity žáky nejvíce baví (obrázek 3), vyhrála vybíjená. Vybíjená je na základní škole Tyršova 913 velmi oblíbená. V tělesné výchově se hraje velmi často a škola pořádá turnaje, které si žáci pochvalují. Pohybové hry jsou taktéž velmi oblíbeny a s 12 % se umístily hned za vybíjenou. Toto velice kvitují, jelikož za mě jsou pohybové hry velmi důležité a rozvíjí u jedince zdatnost, obratnost, rychlost, a hlavně slouží k socializaci.

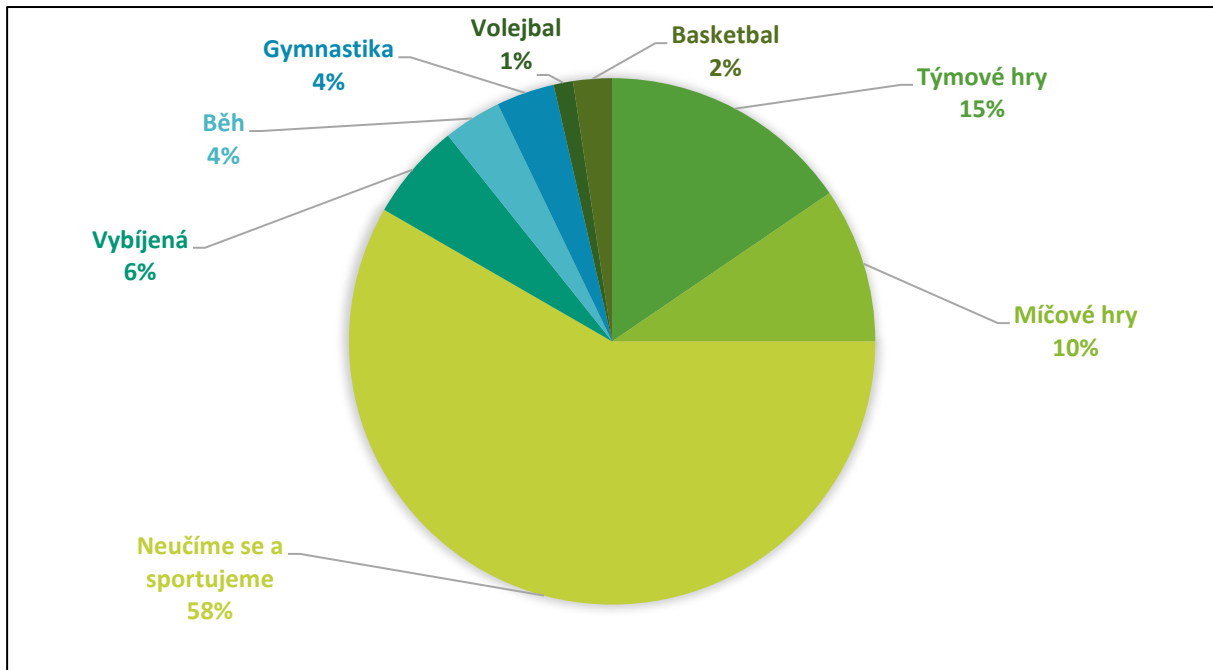
„Studenti preferují kratší výklad před hrou, jasné herní úkoly i cíl a jednoduchou, ale náročnější herní situaci. Tělesná výchova je proto oblíbeným předmětem, přičemž faktor osobnosti učitele hraje v tomto věku významnou roli“ (Mazal, 2007, 29).



**Obrázek 3.** Grafické znázornění odpovědí na otázku: „Vyber 5 pohybových aktivit, které tě v tělesné výchově baví:“.

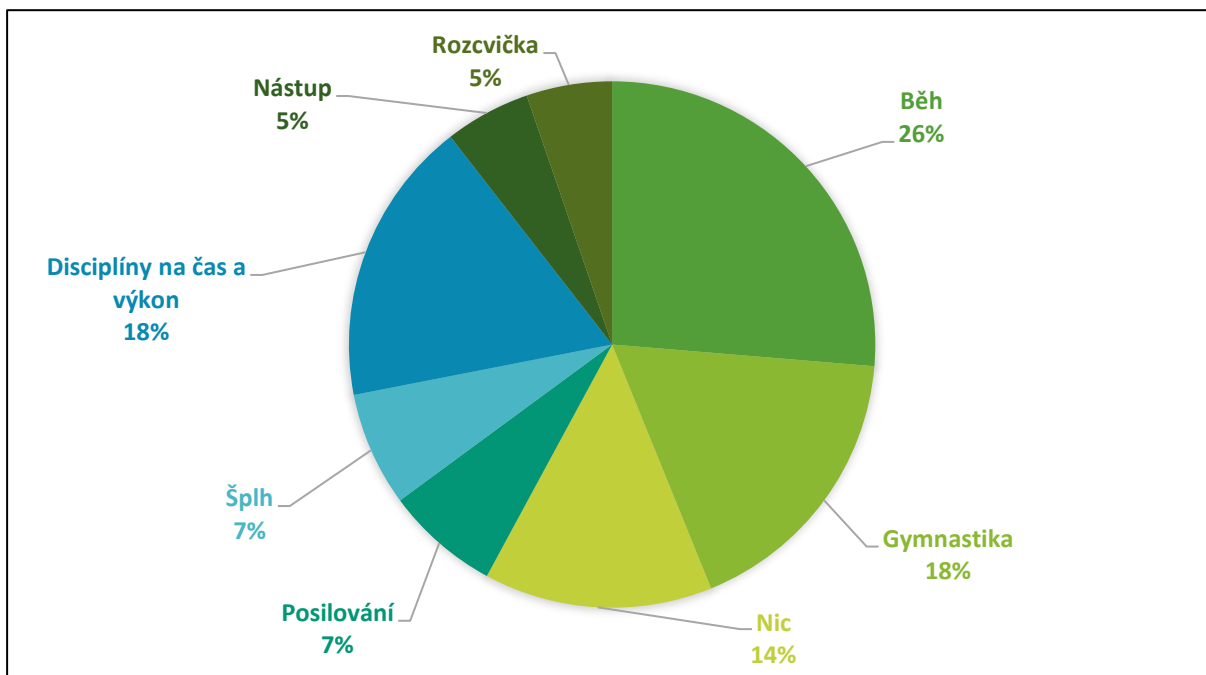
**Otázka:** Co máš v tělesné výchově rád? Co v tělesné výchově nemáš rád?

Z obrázku 4 vyplývá, že většina dětí má nejraději v tělesné výchově to, že se nemusí učit a mohou sportovat. Takhle odpověď mě vůbec nepřekvapila, protože většině dětí na základní škole se učit nechce. Dále asi 15 % dětí odpovědělo, že mají rádi týmové hry. Co mě ale překvapilo, že jen 10 % dětí rády hrají v tělocviku míčové hry. Myslel jsem, že děti budou hlasovat hlavně pro míčové hry.



**Obrázek 4.** Odpovědi na otázku, co mají v tělesné výchově žáci rádi.

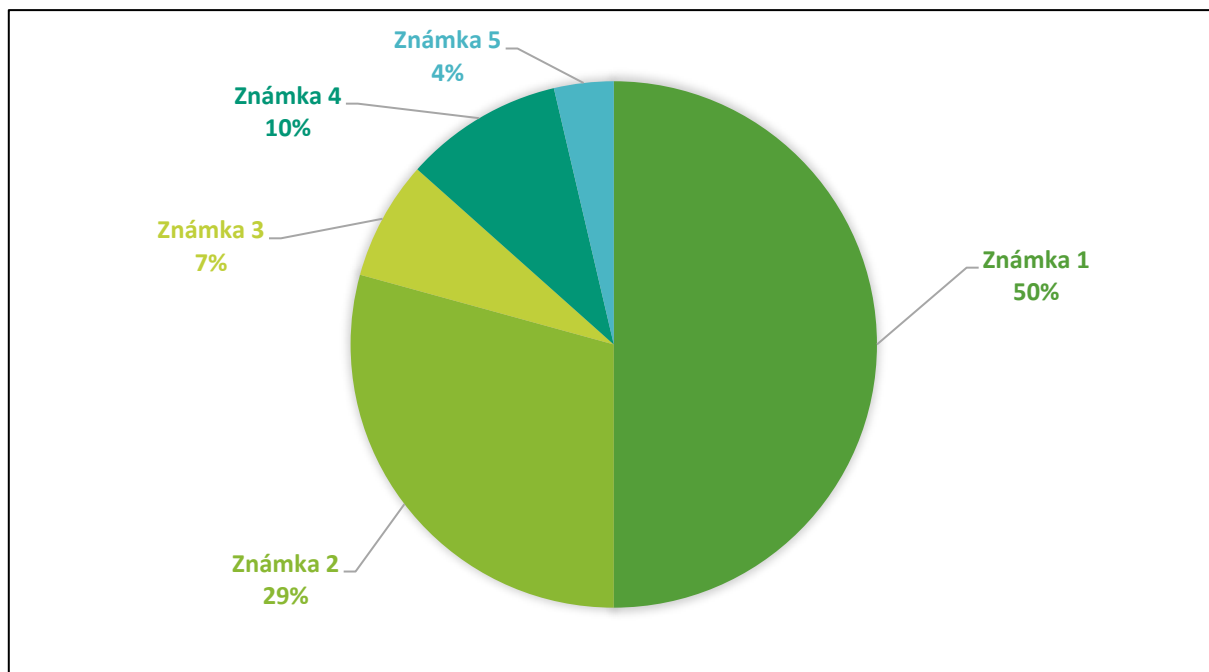
Nejméně oblíbeným sportem v tělesné výchově je pro děti běh, tím je myšleny dlouhé vytrvalostní běhy. Tuto odpověď vybralo 26 % dětí (obrázek 5). Dále děti nemají rády disciplíny na čas a výkon a stejně tak nemusí gymnastiku, která je pro ně logicky náročnější. Těšilo mne, že až 14 % dětí hlasovalo, že není nic, co by v tělesné výchově neměly rády. Naopak, myslel jsem, že více dětí nebude mít v oblibě šplh a posilování. Rozcvička a nástup dětem vadí v tělesné výchově nejméně.



**Obrázek 5.** Odpovědi na otázku, co nemají v tělesné výchově žáci rádi.

**Otázka:** Jak hodnotíš svého učitele tělesné výchovy na stupnici 1-5 (známkování jako ve škole 1 nejlepší).

Polovina dětí je naprosto spokojena se svým učitelem tělesné výchovy (obrázek 6). Známkou 2 ohodnotilo svého učitele 29 % dětí.



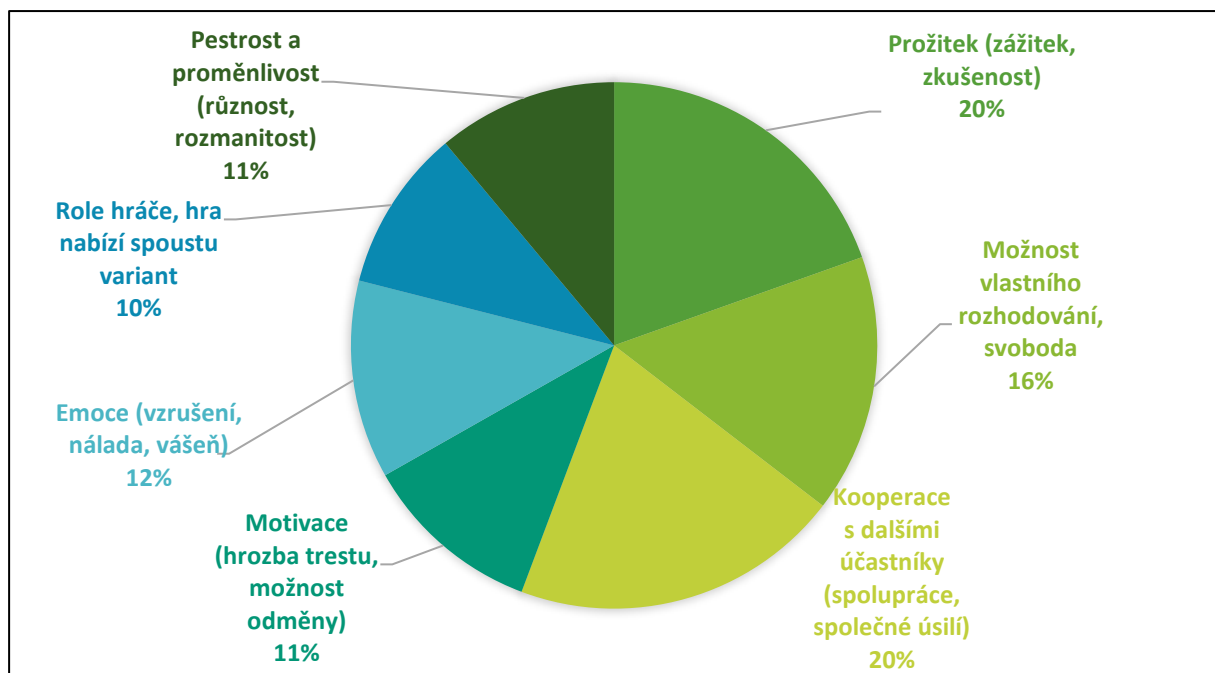
**Obrázek 6.** Jak žáci hodnotí svého učitele tělesné výchovy.

## 5.2 Analýza názorů na pohybové hry

**Otázka:** V tělesné výchově se cítím dobře, když hraji pohybovou hru, která obsahuje:

Obrázek 7 udává procentuální zastoupení pohybových her ve kterých se žáci cítí dobře. Pro 20 % dotazovaných je vhodná pohybová hra zaměřená na prožitek a kooperaci s dalšími účastníky. Žáci rádi komunikují a spolupracují s ostatními a zažívají příjemné prožitky a zkušenosti.

Pohybové hry by měly žákům zprostředkovat vlastní prožitek, pocit a sdílení sounáležitosti s ostatními. Pohybové hry u žáků rozvíjí spontánní sociální učení. Žáci se během her učí reagovat díky vlastním zkušenostem na různé situace, které nejde předem předpokládat a je třeba na ně reagovat. Nazýváme to situačním učením (Bělka, 2018).

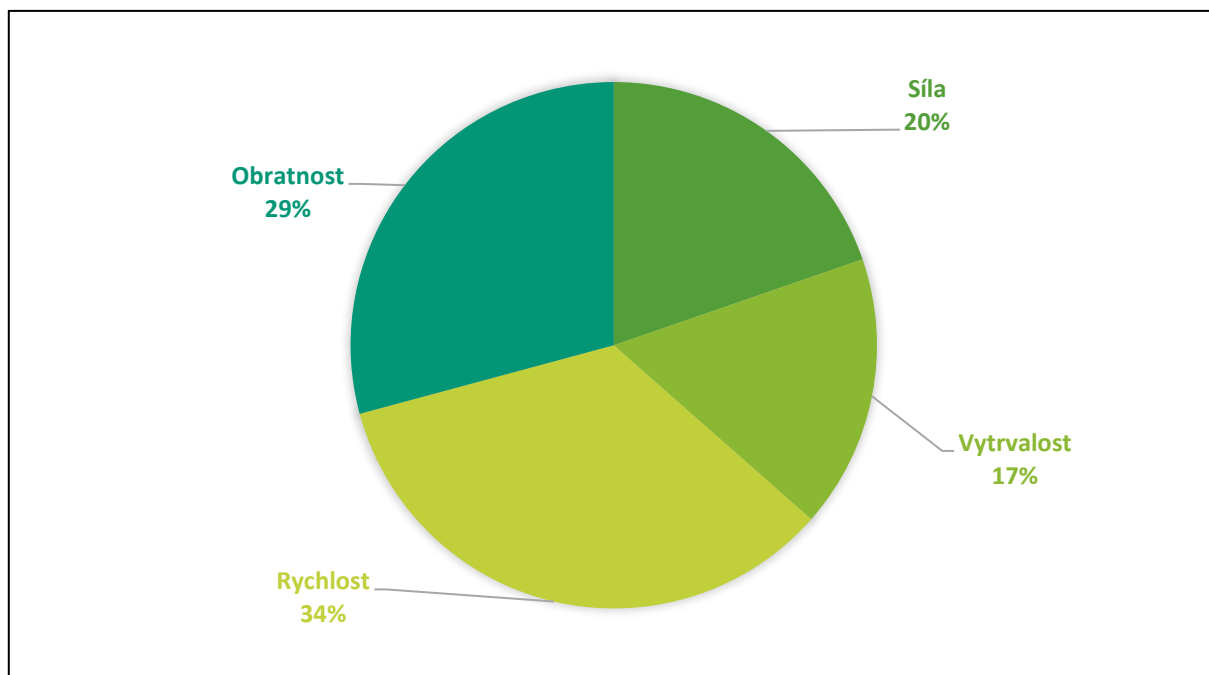


**Obrázek 7.** Grafické znázornění odpovědí na otázku: „V tělesné výchově se cítím dobře, když hraji pohybovou hru, která obsahuje:“.



**Otázka:** Vyhovují mi pohybové hry, které jsou zaměřeny na:

Na obrázku 8 můžeme vidět procentuální zastoupení žáků, jak odpovídali na otázku, jaké zaměření hry jim nejvíce vyhovuje. Největší procentuální zastoupení získaly pohybové hry zaměřené na rychlost. Tuto odpověď vybralo 34 % dětí. Nejméně oblíbené pohybové hry jsou vytrvalostní se 17 %.

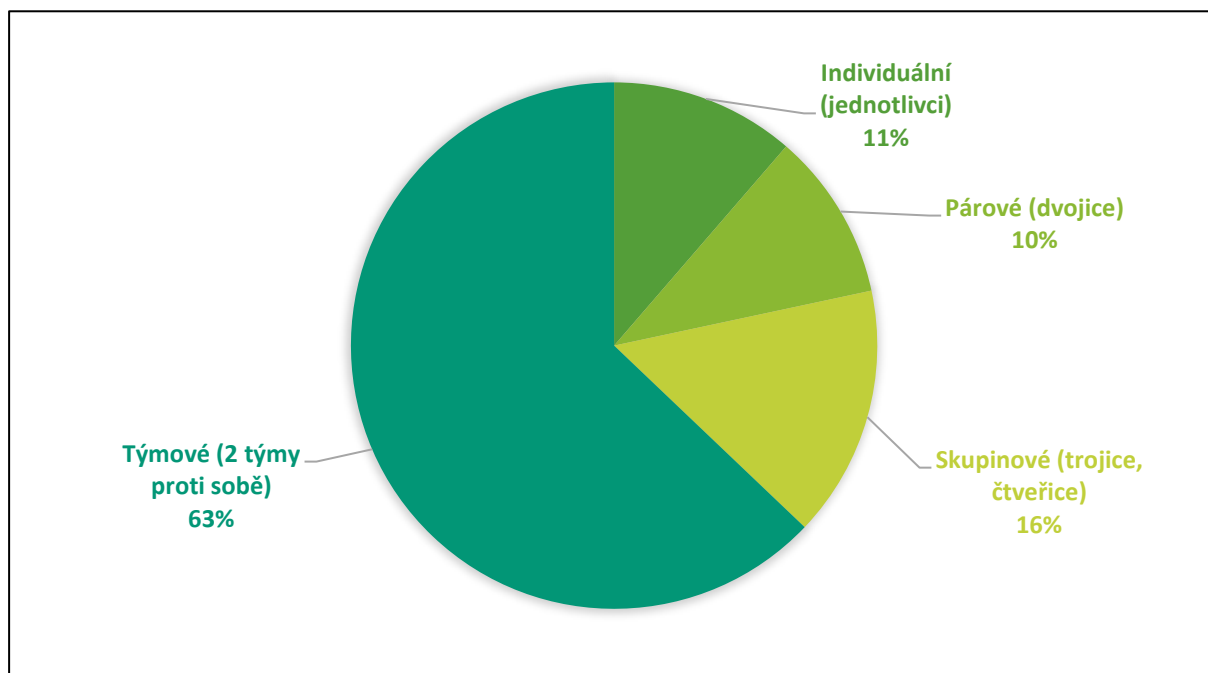


**Obrázek 8.** Odpovědi na otázku, jaké pohybové hry žákům vyhovují.

**Otázka:** Jaké pohybové hry preferuji v tělesné výchově?

Tato otázka v anonymní anketě (obrázek 9) se týkala jaké pohybové hry žáci preferují. S přehledem zvítězily hry týmové, pro které hlasovalo 63 % dětí. Naopak nejméně oblíbené jsou hry párové s 10 procenty.

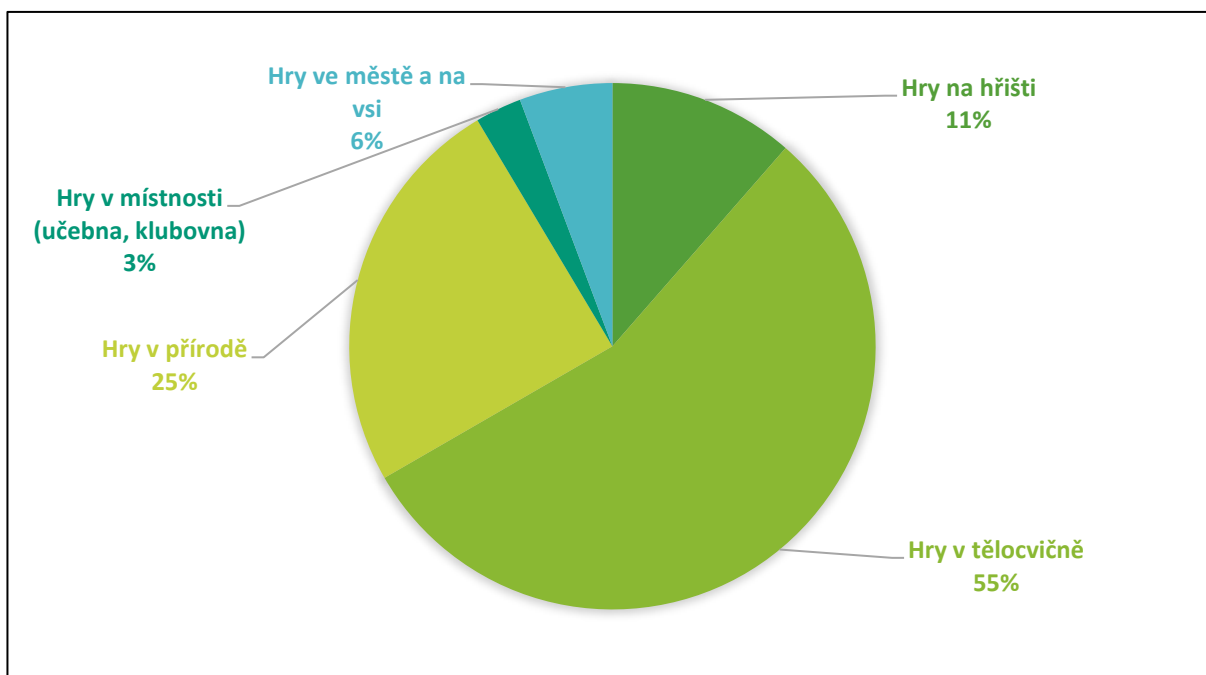
Týmové či pohybové hry v družstvech jsou velmi oblíbené. Pro tělovýchovného učitele je velmi důležité žáky správně rozdělit. Téměř v každých pohybových hrách jde o soupeření, a proto by měla být družstva co nejvyrovnanější (Zykmund, 2017).



**Obrázek 9.** Odpovědi na otázku, jaké pohybové hry žáci preferují.

**Otázka:** V případě, že by si mohl/a vybrat kde hrát pohybovou hru, vybral/a bych si:

Z obrázku 10 vyplývá, že nejběžnější místo, kde děti hrají pohybové hry, je tělocvična. Tuto odpověď vybralo 55 % dětí. Vzhledem k tomu, že v tělocvičně se může hrát za každého počasí a v každém ročním období, je pravděpodobné, že nejvíce dětí vybere právě tuto variantu. Druhé místo, které děti nejčastěji preferují, je příroda. Překvapilo mě, že děti hlasovaly spíše pro hry v přírodě než pro hry na hřišti. Nejméně preferovaným místem se 3 % jsou hry v místnosti (učebna, klubovna).

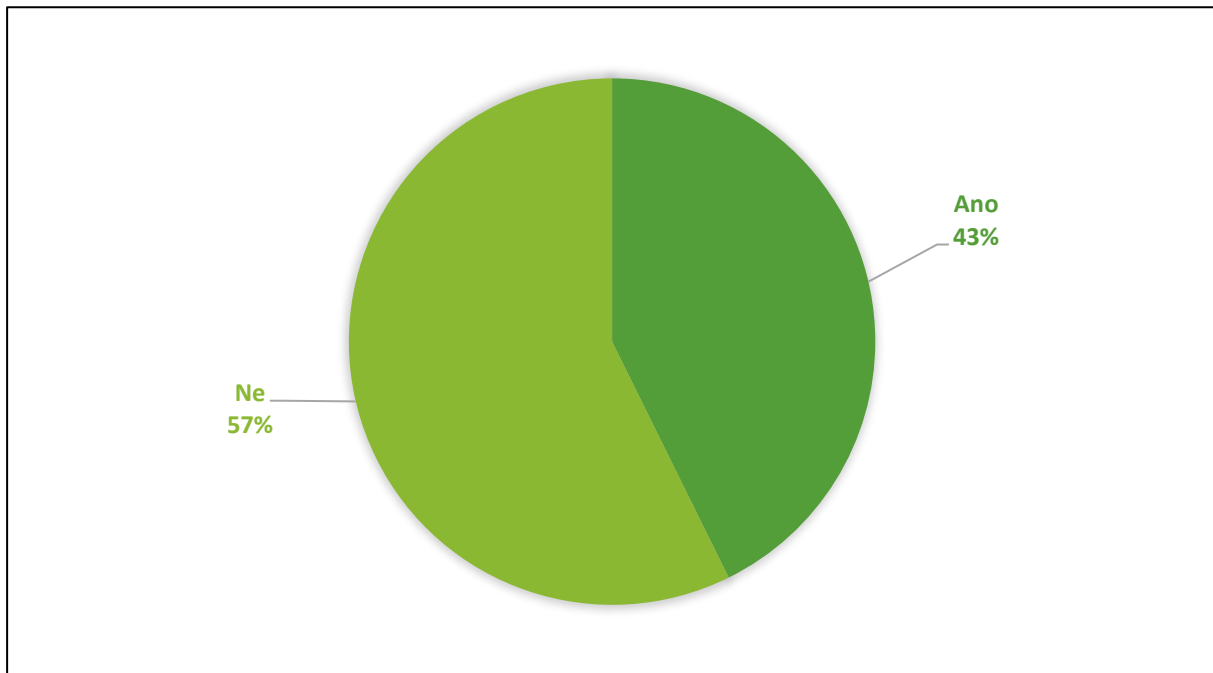


**Obrázek 10.** Grafické znázornění odpovědí na otázku: „V případě, že by si mohl/a vybrat kde hrát pohybovou hru, vybral/a bych si:“.

**Otázka:** Je pro tebe prohra motivující, pokud ano co tě motivuje:

Z obrázku 11 vyplívá, že pro 57 % dětí není prohra motivující. Dle mého názoru je důležité si uvědomit, že by prohra měla děti více motivovat ke zlepšení jejich výkonu. Naopak se objevily odpovědi, kde děti uvedly, že je motivuje po prohře následná výhra. Některé také motivuje zlepšení kondice.

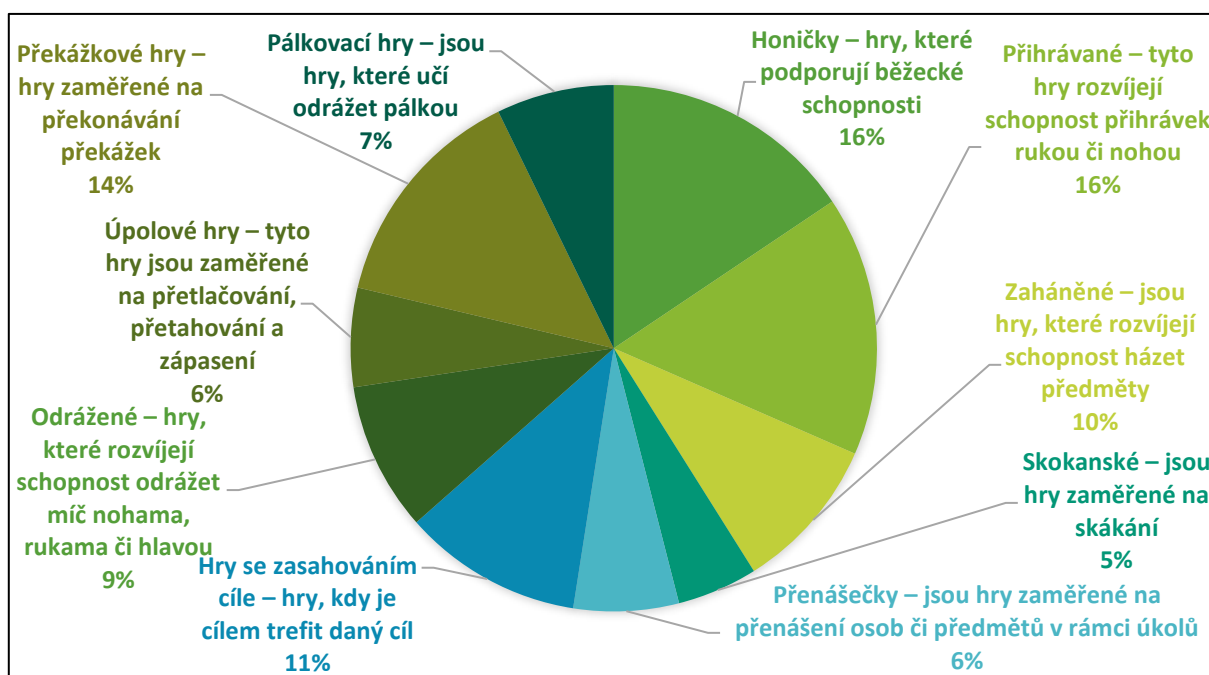
Je nutné děti správně motivovat k aktivnímu pohybu, aby svůj volný čas netrávili sedavým způsobem a nenavikly si na něj (Kalman et al., 2009).



**Obrázek 11.** Odpovědi na otázku, jestli žáky prohra motivuje a co je motivuje k úspěchu.

**Otázka:** Které pohybové hry máš nejraději:

V pohybových hrách děti nejvíce baví honičky a přihrávané (obrázek 12). Druhé nejoblíbenější pohybové hry jsou ty, které jsou zaměřené na překonávání překážek. Další oblíbené jsou hry se zasahováním cíle, zaháněné, které rozvíjí schopnost házet předměty a odrážené hry, kde děti rozvíjí schopnost odrážet míč nohama, rukama či hlavou. Nejméně oblíbené hry z těchto vybraných jsou přenašečky a úpolové hry se 7 % a pohybové hry skokanské s 6 %.

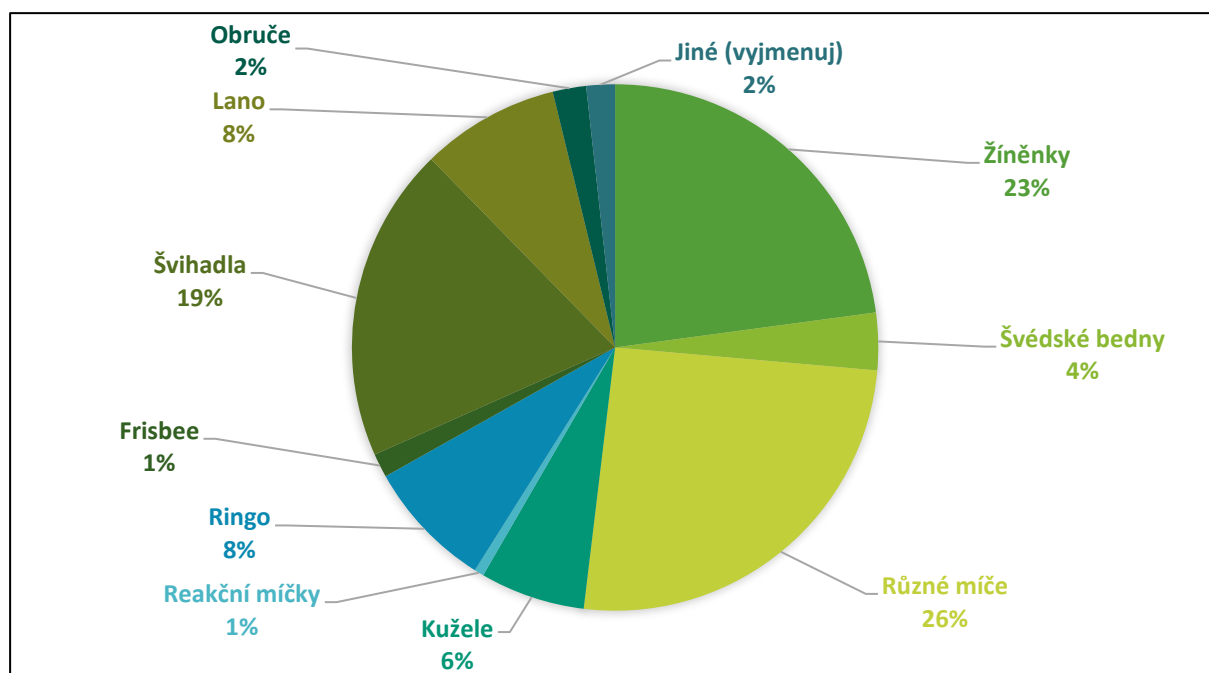


**Obrázek 12.** Grafické znázornění odpovědí na otázku: „Jaké pohybové hry mají žáci nejraději:“.

**Otázka:** Jaké sportovní pomůcky při pohybových hrách v tělesné výchově používáte:

Mezi nejčastěji používané pomůcky při pohybových hrách v tělesné výchově vybraly děti různé druhy míčů (obrázek 13) tuto odpověď vybralo 26 % dětí. Hned po míčích využívají žíněnky a švihadla. Lano, kužele a švédské bedny se podle dětí používají zřídka kdy. Jako málo využívané pomůcky vybraly děti reakční míčky, frisbee nebo obruče. Mezi jiné pomůcky děti zařadily lavičky, velké míče a tyč na šplh, které také využívají jen občas.

„Je mnoho pohybových her, které se bez pomůcek obejdou, a také mnoho her, které naopak neobejdou. Při kterých se uplatní klasické a běžně dostupné náčiní a nářadí, které patří k vybavení každé tělocvičny či školního hřiště“ (Bělka, 2018, 14).



**Obrázek 13.** Jaké sportovní pomůcky při pohybových hrách v tělesné výchově žáci používají.

## 6 ZÁVĚRY

Cílem mé bakalářské práce bylo vytvořit anonymní anketu, která obsahovala otázky týkající se pohybových her v tělesné výchově. Otázky byly otevřené, uzavřené i polouzavřené. Anonymní anketu jsem rozdál na 2. Stupeň základní školy Tyršova 913 ve Frenštátě pod Radhoštěm.

- 1) Patří pohybové hry v tělesné výchově mezi oblíbené pohybové hry?  
V rámci anketního šetření bylo zjištěno, že hned po vybíjené jsou pohybové hry nejoblíbenější pohybovou aktivitou v tělesné výchově. Z celkového počtu 90 žáků, kteří měli vybrat 5 oblíbených aktivit získaly pohybové hry 12 %.
- 2) Jaké pohybové hry mají žáci/kyně nejraději?  
Žáci mají nejraději pohybové hry soustředěné na rychlost (34 %). Upřednostňují pohybové hry zaměřené na prožitek, zkušenost a také kooperaci s dalšími účastníky (20 %).
- 3) Jaké pohybové hry preferují žáci/kyně podle počtu hráčů?  
Žáci mají nejraději týmové pohybové hry (63 %).

Výsledky anonymních anket dopadly nad moje očekávání. Celkový průběh a spolupráce se základní školou proběhlo bez problémů. Můj předpoklad, že zájem o pohybové hry a pohybové aktivity v dnešní době ubývá, se nepotvrdil. Děti ve starším školním věku, které pravidelně sportují v oddíle je 60 % a nejvíce navštěvují volejbal (13 %). Tělesná výchova žáky baví a mají na ní rádi to, že se nemusí učit a můžou sportovat. Většin dotazovaných preferuje pohybové hry zaměřené na rychlost (34 %), prožitek a kooperaci s dalšími účastníky (20 %).

## 7 SOUHRN

Hlavním cílem bakalářské práce je zjistit, názory žáků druhého stupně základní školy Tyršova 913 ve Frenštátě pod Radhoštěm na pohybové hry v tělesné výchově.

Dílčí cíle:

- Analyzovat odbornou literaturu
- Sestavit anketu
- Provést pretest
- Provést anketní šetření
- Analyzovat a syntetizovat získaná data

Výzkumné otázky:

- Patří pohybové hry v tělesné výchově mezi oblíbené pohybové hry?
- Jaké pohybové hry mají žáci/kyně nejraději?
- Jaké pohybové hry preferují žáci/kyně podle počtu hráčů?

Anketního šetření se zúčastnili žáci druhého stupně ve věkovém rozmezí 12-15 let ze sedmé a osmé třídy. Celkem se do projektu zapojilo 44 chlapců a 46 dívek, dohromady tedy 90 respondentů. Celkem bylo rozdáno 100 anket. Návratnost je tedy 90 %. Anonymní anketa obsahovala otázky otevřené, uzavřené i polouzavřené. Nejoblíbenější pohybovou aktivitou v tělesné výchově byla žáky vybraná vybíjená, která je na této škole velmi oblíbena. Škola pořádá ve vybíjené turnaje, které si žáci pochvalují a v tělesné výchově se hraje velmi často. Žáci preferují týmové hry, kdy můžou spolupracovat a navzájem se motivovat. Mezi aktivity, které žáci nemají v oblíbě patří vytrvalostní běh a gymnastika. Je to proto, že tyto aktivity jsou pro ně fyzicky náročné. Polovina dětí je naprosto spokojena se svým učitelem tělesné výchovy. Věřím, že je tomu tak, jelikož jsem jako dítě na základní škole Tyršova 913 studoval a tělesná výchova byla velmi kvalitně řízena tělovýchovným učitelem. Se svou bakalářskou prací jsem spokojen a výsledky práce dopadly nad moje očekávání. Výsledky budou sloužit jako cenné informace pro tělovýchovné učitelé nejen na základní škole Tyršova 913 ve Frenštátě pod Radhoštěm.



## 8 SUMMARY

The main aim of the bachelor thesis is to find out the opinions of the pupils of the second grade of the primary school Tyršova 913 in Frenštát pod Radhoštěm on movement games in physical education.

Sub-objectives:

- To analyze the literature.
- To compile a questionnaire.
- To conduct a pre-test.
- Conduct a questionnaire survey
- Analyze and synthesize the data

Research questions:

- Are movement games in physical education among the popular movement games?
- What kind of movement games do students like the most?
- What kind of movement games do students prefer according to the number of players?

The survey was administered to second-grade pupils aged 12-15 from seventh and eighth grade. A total of 44 boys and 46 girls participated, for a total of 90 respondents. A total of 100 surveys were distributed. The return rate is therefore 90%. The anonymous survey included open, closed and semi-closed questions. The most popular physical education activity chosen by the pupils was dodgeball, which is very popular at this school. The school organises dodgeball tournaments, which the pupils enjoy, and it is played very often in physical education. Pupils prefer team games where they can work together and motivate each other. Activities that pupils do not enjoy include endurance running and gymnastics. This is because these activities are physically demanding for them. Half of the children are completely satisfied with their physical education teacher. I believe this to be the case as I was a child at 913 Tyršova Primary School and the physical education was very well run by the PE teacher. I am satisfied with my undergraduate thesis and the results of the thesis were beyond my expectations. The results will serve as valuable PE information not only for teachers at Tyršova 913 primary school in Frenštát pod Radhoštěm.

## 9 REFERENČNÍ SEZNAM

- Argaj, G. (2001). *Pohybové hry* (2. preprac. vyd). Univerzita Komenského.
- Bělka, J. (2018). *Soubor pohybových her*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Bělka, J., Hůlka, K., Dudová, K., Háp, P., Hrubý, M., & Reich, P. (2021). *Teorie a didaktika sportovních her 1*. Palacký University Olomouc.
- Buterin Mičić, M. (2021). *Academic motivation of primary school pupils*. *Nova Prisutnost*, XIX(3), 659–671. <https://doi.org/10.31192/np.19.3.13>.
- Čábalová, D. (2011). *Pedagogika*. Grada.
- Čáp, J., & Mareš, J. (2001): *Psychologie pro učitele*. Praha, Portál.
- Červinka, P. (2013). Možnosti využití dat získaných z internetu v kinantropologickém výzkumu na příkladu studie o vztahu školáků k tělesné výchově. *Česká kinantropologie*, 17(3), 47-59.
- Dovalil, J. (2002). *Výkon a trénink ve sportu*. Olympia.
- Dragu, M. (2010). Theoretical and methodological considerations on teaching movement games to secondary school pupils. *Citius Altius Fortius*, 28(3), 100-106. Retrieved from <https://www.proquest.com/scholarly-journals/theoretical-methodological-considerations-on/docview/758391804/se-2?accountid=16730>
- Fialová, L. (2010). *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. Karolinum.
- Gavora, P. (2000). *Úvod do pedagogického výzkumu*. Paido.
- Chou, C.-C., Chen, K.-C., Huang, M.-Y., Tu, H.-Y., & Huang, C.-J. (2020). Can movement games enhance executive function in overweight children? A randomized controlled trial. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(4), 527–535. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2019-0165>
- Jansa, P. (2012). *Pedagogika sportu*. Karolinum.
- Juklíčková-Krestovská, Z., Šmejkalová, A., & Dvořáková, J. (1989). *Pohybové hry dětí předškolního věku*. SPN.
- Kalman, M., Hamřík, Z., & Pavelka, J. (2009). *Podpora pohybové aktivity: pro odbornou veřejnost*. ORE-institut.
- Kaplan, A., Bartůněk, D., & Neuman, J. (2003). *Skáčíme, běháme a hrajeme si na hřišti i pod střechem: cvičení pro rozvoj základního pohybového fondu dětí od 5 do 13 let*. Portál.
- Kirchner, J., Hnízdil, J., & Louka, O. (2005). *Kondiční hry a cvičení v přírodě*. Grada Publishing as.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Grada publishing as.
- Matějček, Z., & Pokorná, M. (1998). *Radosti a strasti: předškolní věk, mladší školní věk, starší školní věk*. H & H.
- Mazal, F. (2000). *Pohybové hry a hraní*. Hanex.
- Mazal, F. (2007). *Hry a hraní pohledem ŠVP*. Olomouc: Hanex.

- Nekonečný, M. (1997). *Encyklopedie obecné psychologie*. Rozš.,. Praha: Academia.
- Neuman, J. (1998). *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál.
- Perič, T. (2012). *Sportovní příprava dětí: nové, aktualizované vydání*. Grada Publishing as.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2008). *Pedagogický slovník*. (6., aktualiz. a rozš. vyd.) Praha: Portál.
- Riegerová, J., Přidalová, M., & Ulbrichová, M. (2006). *Aplikace fyzické antropologie v tělesné výchově a sportu:(příručka funkční antropologie)*. Hanex.
- Rovný, M., & Zdeněk, D. (1982). *Pohybové hry*. Slovenské pedagogické nakladatelstvo.
- Rubáš, K. (1997). *Pohybové hry*. Západočeská univerzita, Pedagogická fakulta.
- Sitná, D. (2009). *Metody aktivního vyučování: spolupráce žáků ve skupinách*. Portál.
- Surynek, A., & Nový, I. (2002). *Sociologie pro ekonomy a manažery*. Grada Publishing, spol. sro.
- Teasdale, N., Hue, O., Marcotte, J., Berrigan, F., Simoneau, M., Doré, J., . . . Tremblay, A. (2007). Reducing weight increases postural stability in obese and morbid obese men. *International Journal of Obesity*, 31(1), 153-60. doi:<http://dx.doi.org/10.1038/sj.ijo.0803360>
- Vágnerová, Marie. 2008. *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Vyd. 4., rozš. a přeprac. Praha: Portál.
- Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Karolinum Press.
- Vašíčková, J. (2016). *Pohybová gramotnost v České republice*. Univerzita Palackého v Olomouci.
- Vilímová, V. (2002). *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido.
- Vogel, T., Leprêtre, P. M., Brechat, P. H., Lonsdorfer, E., Benetos, A., Kaltenbach, G., & Lonsdorfer, J. (2011). Effects of a short-term personalized intermittent work exercise program (IWEP) on maximal cardio-respiratory function and endurance parameters among healthy young and older seniors. *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 15(10), 905–911. <https://doi.org/10.1007/S12603-011-0087-4>
- Votík, J. (2005). *Trenér fotbalu „B“ UEFA licence*. Praha: Olympia.
- Vrchovecká, P. (2020). *Základy gymnastické přípravy dětí: Herní pojetí gymnastiky*. Grada Publishing as.
- Zacharová, E., & Šimíčková–Čížková, J. (2011). *Základy psychologie pro zdravotnické obory*. Grada Publishing as.
- Zykmund, O. (2017). *Analýza pohybových her na základě intenzity zatížení u žáků základní školy*. Diplomová práce, Univerzity Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

## 10 PŘÍLOHY

### Anonymní anketa:

*Ahoj,*

*jsem studentem Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci a tato anonymní anketa doplňuje mou bakalářskou práci na téma Analýza názorů žáků 2. stupně ZŠ na výuku pohybových her v tělesné výchově. Analýzou této ankety bych rád zjistil tvůj názor.*

*Chtěl bych tě tedy požádat o pár minut tvého času k vyplnění ankety. Anketa je dobrovolná a anonymní.*

*Mnohokrát děkuji*

*Jan Fojtík*

**Odpovědi:** označ

**Jsem:** a) Dívka

b) Chlapec

**Je mi** \_\_\_\_\_ let.

**Chodím do** \_\_\_\_\_ třídy.

Ve volném čase pravidelně sportuji v oddíle. Pokud ano, jaký sport.

a) Ano  \_\_\_\_\_

b) Ne

**Tělesná výchova mě:** a) Velmi baví

b) Spíše baví

c) Nebaví

d) Spíše nebaví

**1. V tělesné výchově se cítím dobře, když hraji pohybovou hru, která obsahuje:**  
Můžeš zaškrtnout i více.

a) Prožitek (zážitek, zkušenost)

b) Možnost vlastního rozhodování, svoboda

c) Kooperace s dalšími účastníky (spolupráce, společné úsilí)

d) Motivace (hrozba trestu, možnost odměny)

e) Emoce (vzrušení, nálada, vášně)

f) Role hráče, hra nabízí spoustu variant

g) Pestrost a proměnlivost (různost, rozmanitost)

**2. Vyhovují mi pohybové hry, které jsou zaměřeny na:**

- a) Sílu
- b) Vytrvalost
- c) Rychlost
- d) Obratnost

**3. Vyber 5 pohybových aktivit, které tě v tělesné výchově nejvíce baví:**

- a) Volejbal
- b) Házená
- c) Basketbal
- d) Vybíjená
- e) Fotbal, futsal, nohejbal
- f) Florbal
- g) Úpoly (bojová umění, sebeobrana)
- h) Kondiční cvičení, posilování
- i) Gymnastika
- j) Cvičení s hudbou, tanec
- k) Atletika
- l) Běh
- m) Pohybové hry (např. honičky, soutěže v družstvech a další hry).

**4. Jaké pohybové hry preferuješ v tělesné výchově:**

- a) Individuální (jednotlivci)
- b) Párové (dvojice)
- c) Skupinové (trojice, čtveřice)
- d) Týmové (2 týmy proti sobě)

**5. V případě, že by si mohl/a vybrat kde hrát pohybovou hru, vybral/a bych si:**

- a) Hry na hřišti
- b) Hry v tělocvičně
- c) Hry v přírodě
- d) Hry v místnosti (učebna, klubovna)
- e) Hry ve městě a na vsi

**6. Je pro tebe prohra motivující, pokud ano, co tě motivuje:**

- a) Ano  \_\_\_\_\_
- b) Ne

**7. Které pohybové hry máš nejraději:**

Vyber 3.

- a) Honičky – hry, které podporují běžecké schopnosti
- b) Přihrávané – tyto hry rozvíjejí schopnost přihrávek rukou či nohou
- c) Zaháněné – jsou hry, které rozvíjejí schopnost házet předměty
- d) Skokanské – jsou hry zaměřené na skákání
- e) Přenášačky – jsou hry zaměřené na přenášení osob či předmětů v rámci úkolů
- f) Hry se zasahováním cíle – hry, kdy je cílem trefit daný cíl
- g) Odrážené – hry, které rozvíjejí schopnost odrážet míč nohama, rukama či hlavou
- h) Úpolové hry – tyto hry jsou zaměřené na přetlačování, přetahování a zápasení
- i) Překážkové hry – hry zaměřené na překonávání překážek
- j) Pálkovací hry – jsou hry, které učí odrážet pálkou

**8. Jaké sportovní pomůcky při pohybových hrách v tělesné výchově používáte:**

Zaškrtni i více.

- a) Žíněnky
- b) Švédské bedny
- c) Různé míče
- d) Kužele
- e) Reakční míčky
- f) Ringo
- g) Frisbee
- h) Švihadla
- i) Lano
- j) Obruče
- k) Jiné (vyjmenuj)  \_\_\_\_\_

**9. Co máš na tělesné výchově rád? vypiš vlastními slovy**

\_\_\_\_\_

**Co v tělesné výchově nemáš rád? vypiš svými slovy**

\_\_\_\_\_

**10. Jak hodnotíš svého učitele tělesné výchovy na stupnici 1-5 (známkování jako ve škole 1 nejlepší)**

\_\_\_\_\_