

JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**VYUČOVACÍ A VÝCHOVNÉ ČINNOSTI UČITELE TĚLESNÉ
VÝCHOVY SE ŽÁKY A JEJICH VYUŽÍVÁNÍ VE VYUČOVACÍCH
JEDNOTKÁCH TĚLESNÉ VÝCHOVY NA ZÁKLADNÍCH
ŠKOLÁCH NA BUDĚJOVICKU**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Autor: Jitka Benešová
Studijní obor: učitelství pro ZŠ, Z - TV
Vedoucí práce: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.
Oponent práce: Mgr. Pavla Dřevíková

České Budějovice, duben 2009

UNIVERSITY OF SOUTH BOHEMIA ČESKÉ BUDĚJOVICE
PEDAGOGICAL FACULTY
DEPARTMENT OF SPORTS STUDIES

**THE TEACHING AND EDUCATIONAL ACTIVITIES OF A
PHYSICAL EDUCATION TEACHER USED WITH PUPILS -AND
THEIR USING IN THE PHYSICAL EDUCATION LESSONS IN
BASIC SCHOOLS IN THE ČESKÉ BUDĚJOVICE REGION**

DIPLOMA THESIS

Author: Jitka Benešová
Field of study: Teaching profession for basic schools, Geography- Sports studies
Supervisor: doc. PeadDr. Zdeněk Šebrle, CSc.
Opponent: Mgr. Pavla Dřevíková

České Budějovice, April 2009

BIBLIOGRAFICKÁ IDENTIFIKACE

Název diplomové práce: Vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy se žáky a jejich využívání ve vyučovacích jednotkách tělesné výchovy na základních školách na Budějovicku

Pracoviště: Katedra tělesné výchovy a sportu PF JU

Autor: Jitka Benešová

Studijní obor: Učitelství pro ZŠ, aprobace Z - TV

Vedoucí: doc. PaedDr. Zdeněk Šebrle, CSc.

Rok obhajoby: 2009

Anotace: Téma diplomové práce týkající se vyučovacích a výchovných činností učitele tělesné výchovy je velmi rozsáhlé, zahrnuje velké množství jevů, z důvodů toho se práce zaměřuje pouze na vyučovací a výchovné metody, které uplatňují učitelé tělesné výchovy ve výuce na základních školách na Budějovicku. Práce se zabývá z větší části kvantitativním vyjádřením sledovaných jevů. Pro zjišťování výsledků byla využita metoda krátkodobého pozorování. Výzkum probíhal na 7 základních školách u celkem 20 učitelů na Budějovicku. Odpozorováno bylo 40 hodin tělesné výchovy. Výsledky byly zpracovány do přehledných grafů a tabulek.

Klíčová slova: vyučovací metody, výchovné metody, pozorování

Abstract: The theme of diploma thesis concerning teaching and educational activities of a physical education teacher is very extensive. It comprises a great number of phenomena. For this reason this diploma thesis only concentrates on the teaching and educational methods that physical education teachers use in basic schools in the České Budějovice region. The diploma thesis mainly deals with quantitative illustration of observed phenomena. We applied a short-term observation method to determine the results. The research was executed in 7 basic schools and 20 teachers and 40 physical education classes were observed. The results were presented in graphs and tables.

Key words: teaching methods, educational methods, observation

Děkuji doc. PaedDr. Zdeňkovi Šebrlemu, CSc. za ochotu, se kterou ke mně vždy přistupoval, za cenné rady a připomínky, které mi poskytl při vypracování diplomové práce. Dále děkuji všem učitelům tělesné výchovy za možnost sledovat jejich hodiny tělesné výchovy.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. souhlasím se zveřejněním své diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy se žáky a jejich využívání ve vyučovacích jednotkách tělesné výchovy na základních školách na Budějovicku“ vypracovala samostatně a použila jsem pramenů, které cituji a uvádím v přiložené bibliografii.

V Českých Budějovicích, 20.dubna 2009

.....

Obsah:

1 Úvod	8
2 Teoreticko-metodologická část	10
2.1 Cíl a úkoly práce	10
2.1.1 Cíl práce	10
2.1.2 Úkoly práce.....	10
2.2 Syntéza poznatků	11
2.2.1 Vyučovací činnost učitele tělesné výchovy	11
2.2.2 Spektrum didaktických stylů	11
2.2.3 Vyučovací postupy	12
2.2.4 Vyučovací metody	13
2.2.5 Výchovné činnosti učitele tělesné výchovy	22
2.2.6 Didaktické zásady	22
2.2.7 Výchovné metody	23
2.3 Metody práce	25
2.3.1 Metoda pozorování	25
2.4 Rozbor literatury	27
3 Výzkumná část	29
3.1 Popis výzkumného vzorku	29
3.2 Metoda výzkumu.....	29
3.2.1 Pozorování	29
4 Výsledková část	31
4.1 Výsledky pozorování vyučovacích metod	31
4.1.1 Celkové výsledky pozorování vyučovacích metod	33
4.1.2 Výsledky pozorování vyučovacích metod v chlapeckých a dívčích třídách	37
4.1.3 Výsledky pozorování vyučovacích metod z hlediska obsahu hodiny	41
4.1.4 Výsledky pozorování vyučovacích metod z hlediska struktury hodiny	50
4.2 Výsledky pozorování výchovných metod	67
4.3 Diskuse	70
4.3.1 Diskuse k výsledkům pozorování vyučovacích metod	71
4.3.1.1 Celkové hodnocení pozorování hodin tělesné výchovy	71

4.3.1.2 Hodnocení a porovnání využití metod v chlapeckých a dívčích třídách	72
4.3.1.3 Hodnocení a porovnání využití metod z hlediska obsahu hodiny	73
4.3.1.4 Hodnocení a porovnání využití metod z hlediska struktury hodiny	74
4.3.2 Diskuse k výsledkům pozorování výchovných metod	78
5 Závěr	80
6 Bibliografická citace	82
7 Přílohy	85

1 Úvod

Přirozeností člověka je pohyb, ale vlivem přetechnizovaného světa ho máme však stále méně a méně. Přibývá počet obyvatel s obezitou a lidí zdravotně oslabených, nemocných. Fyzicky a psychicky zdravý člověk je totiž základ naší společnosti.

Důležité je zaměřit pozornost již na ty nejmenší, kteří jsou naší budoucností. Základ výchovy by měl být v rodině, k čemuž se následně připojuje výchova ve školství, výchova ke zdraví, ke zdravému způsobu života. Měli bychom dopomoci dětem k tomu, aby měli radost z pohybu a vytvořili si trvalý vztah k pravidelné pohybové aktivitě.

V tělesné výchově bychom neměli přikládat tolik význam konkrétnímu dosahování výsledků a výkonů, ale nabývání pozitivních vztahů, postojů a zájmů. Důležitá je spontánní aktivita i řízená tělesná výchova v pravidelném režimu dne žáka ve škole, ale také mimo ní. Možnost naplňovat tyto potřeby v každodenním režimu dne je odpovědností školy k výchově a vzdělávání našich dětí pro aktuální zdraví a i k budoucímu způsobu života (Dvořáková, 2007, s. 18).

Na pedagogických fakultách vyrůstají a jsou vychováváni noví a noví učitelé, kteří jdou do praxe s tím, že opravdu chtějí vyučovací proces modernizovat. Některým se to možná i vede, jiní zas bohužel zabředávají do stereotypu výuky. Modernizace vyučovacího procesu by měla zahrnovat hlavně změny v obsahu a metodách vyučování a používání moderních pomůcek. Do tělesné výchovy je třeba přinést novou komunikaci mezi žákem a učitelem. Učitel, který dokáže vyučovat tak, aby kladně ovlivňoval zdraví žáků a zároveň uspokojoval touhu po pohybu i zdravém soutěžení, dosahuje ve své práci maxima.

Jak ale postupovat, aby výuka byla úspěšná? Neexistuje univerzální recept, jak toho lze dosáhnout. Každá třída je jiná, různé je třídní klima a představují pro učitele jedinečný problém. Schopnost učitele tento problém diagnostikovat a nalézt správný přístup, který motivuje žáka spolupracovat, cvičit a sportovat, to je to, co dělá učitele učitelem (Strejc, 2007, s. 7).

V přípravě učitelů je za důležitý úkol pokládáno zvládnutí vyučovacích metod. S touto problematikou jsou ale budoucí učitelé seznámeni na orientační úrovni a to vede k podceňování didaktické stránky přípravy učitele. Učitelé, kteří nejsou schopni vysvětlit, naučit, upevnit učivo, nemohou ani vzbudit přirozený zájem žáků (Mojžíšek, 1975, s. 5).

Učitel působí na žáky záměrně a promyšleně. Výběrem vhodných vyučovacích a výchovných metod dokáže učitel zpestřit výuku, správně motivovat žáky a hlavně odtrhnou výuku od stereotypu, udělat ji pro žáky přitažlivější a zajímavější.

Tato diplomová práce na téma „Vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy se žáky a jejich využívání ve vyučovacích jednotkách tělesné výchovy na základních školách na Budějovicku“ je z důvodů obsáhlosti tématu zaměřena pouze na získání informací o uplatňování vyučovacích a výchovných metod ve výuce.

2 Teoreticko-metodologická část

2.1 Cíl a úkoly práce

2.1.1 Cíl práce

Důležitým úkolem školní tělesné výchovy a hlavně učitelů je modernizování vyučovacího procesu. Zaměřujeme se na to, co máme učit a jak, jaký je nejlepší způsob výuky, jaké nevhodnější metody, styly a postupy využívat, aby vyučovací proces byl po všech stránkách úspěšný a efektivní.

Tématem práce jsou vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy, což považujeme za velmi široké pojmy, kam zahrnujeme spektrum didaktických stylů, vyučovací postupy a metody, didaktické zásady a výchovné metody. Z důvodů obsáhlosti tohoto tématu jsme se zaměřili pouze na využívání vyučovacích a výchovných metod.

Cílem diplomové práce je zjistit, jaké vyučovací a výchovné metody učitelé tělesné výchovy uplatňují ve výuce na základních školách na Budějovicku.

2.1.2 Úkoly práce

Z hlavního cíle diplomové práce vyplývají následující úkoly:

1. studium literatury týkající se problematiky daného tématu,
2. vymezení cíle pozorování,
3. pozorování hodin tělesné výchovy na vybraných základních školách
4. na základě pozorování zjistit, jaké vyučovací a výchovné metody učitelé uplatňují v hodinách tělesné výchovy,
5. využít získaných výsledků do budoucna ke zlepšení působení ve vyučovacím procesu.

2.2 Syntéza poznatků

2.2.1 Vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy

Vyučovací činnosti jsou významnou složkou didaktického procesu, jehož psychologickou podstatou je interakce učitele a žáka s organicky spojenými vyučovacími činnostmi učitele a učebními činnostmi žáka. Vzájemná interakce je zpředmětněna vhodným výběrem a obsahem učiva a ovlivňována spolupůsobícími podmínkami. Základem didaktického procesu z pedagogického hlediska je záměrné osvojování, zpevňování a zdokonalování: činností, dovedností, vědomostí, postojů, sociálních norem chování i hlubších vrstev osobnosti žáků. V působení učitele nelze vyučovací a výchovné činnosti, objektivní i subjektivní v nich, oddělit. Jsou vzájemně spojeny. V užším vymezení však mají vyučovací činnosti blíže k informativní, výchovné k formativní stránce výchovně vzdělávacího procesu (Rychtecký, Fialová, 2002, s. 116).

Činnost učitele tělesné výchovy je společná pro všechny pedagogy, tak i specifická právě pro učitele tělesné výchovy. Lze ji shrnout do následujících druhů činnosti: iniciační, řídicí, výchovná, organizační, diagnostická, pozorování, analyticko-syntetická, předevičování, záchrana a dopomoc (Vilímová, 2002, s. 59).

Většina autorů do vyučovacích a výchovných činností učitele tělesné výchovy zahrnuje spektrum didaktických stylů, vyučovací postupy a metody, didaktické zásady a výchovné metody.

2.2.2 Spektrum didaktických stylů

Didaktické řídicí styly představují uspořádanou řídicí činnost učitele a činnosti žáků s ohledem na dosažení výchovně-vzdělávacího cíle. Spektrum obsahuje devět základních stylů, které jsou abecedně seřazeny (A – I):

A – styl příkazový,

B – styl praktický,

C – styl reciproční,

D – styl se sebehodnocením,

E – styl s nabídkou,

- F – styl s řízeným objevováním,
- G – styl se samostatným objevováním,
- H – styl s autonomním rozhodováním žáka o učivu,
- I – styl s autonomním rozhodováním žáka o volbě didaktického stylu.

Společným znakem didaktických stylů A – E je reprodukce známého, ve stylech F – I jde o objevování a produkci neznámého (Vilímová, 2002, s. 62).

Všechny styly se vzájemně doplňují a žádný styl sám o sobě není lepší než druhý.

2.2.3 Vyučovací postupy

Vyučovací postupy patří k základním strategiím ve vyučovacím procesu. Jsou jedním z určujících hledisek v úvahách o dalším užití jednotlivých vyučovacích metod nebo jejich kombinací. Teorie vyučování v tělesné výchově nabízí tři základní vyučovací postupy:

- komplexní,
- analyticko-syntetický,
- synteticko-analytický (Rychecký, Fialová, 2004, s. 123).

U *komplexního postupu* je pohybová dovednost vyučována globálně v konečné podobě. Užívá se při nácviku cvičení, která jsou jednoduchá a kde by bylo neefektivní je rozkládat na dílčí celky. Nejvyužívanější je tento postup při výuce předškolních dětí.

Analyticko-syntetický postup se využívá u starších cvičenců, kteří jsou schopni pochopit rozčlenění pohybového celku na jednotlivé úseky a následně spojení těchto úseků. Využívá se při nácviku složitých pohybových struktur, které si žáci nemohou osvojit komplexním způsobem. Nejprve jsou naučeny dílčí úseky, které jsou následně spojovány. Nevýhodou je zdlouhavost nácviku.

Synteticko-analytický postup nácviku je kombinací obou předcházejících postupů, které jsou používány souběžně. Je tak možné předejít ztrátě motivace cvičence a chybám v rytmu pohybového celku při syntéze (Šebrle a kol., 1995, s. 27).

2.2.4 Vyučovací metody

Vyučovací metody patří k základním didaktickým kategoriím. Pojmem vyučovací metoda bývá obvykle chápán buď, způsob dosahování cíle vyučování, nebo cesta k získání poznatků, která je určitým způsobem uspořádána. Jak definic, tak klasifikací vyučovacích metod je značné množství (Klimtová, Skeřil, 1989, s. 55).

Za metody se v nejširším slova smyslu pokládají zobecněné, promyšlené, ověřené způsoby činnosti, které slouží k řešení určitých typů problémů a k dosažení stanoveného cíle. Jde o vzorec zásad, pravidel, operací a posloupností činností. Ve Vyučovacím procesu tělesné výchovy chápeme metodu jako teoretický model uspořádání operací a časových aspektů, který je záměrně naplánován učitelem s ohledem na dané úkoly a podmínky a slouží k opakovanému využití (Šebrle a kol., 1995, s. 28).

„Vyučovací metoda z pedagogického hlediska znamená záměrné, plánovité uspořádání učiva, vyučovacích činností žáka tak, aby vzhledem k spolupůsobícím podmínkám byl co nejefektivněji dosažen cíl vyučování“ (Rychtecký, Fialová, 2002, s. 173).

Vyučovací metoda může být vytvářena, jak k řízení procesu poznávání, tak k upevnění i kontrole dovedností a vědomostí, a nebo uspořádání učiva i účinné organizaci práce. Ve vyučovacím procesu může každý krok vyvolat potřebu i tvorbu určité konkrétní nebo obecnější metody tak, aby tento krok byl splněn a dosáhlo se předem daného cíle.

V tělesné výchově jde o činnosti jak jednoduché, tak i složité s různými nároky na techniku pohybu, myšlení a estetické cítění. Volba metody by měla vycházet z důsledné a komplexní diagnózy procesu vyučování (Sýkora, Kostková, 1985, s. 161).

Kritéria pro klasifikaci metod:

- Z hlediska způsobu předávání a činnosti pedagoga, jsou většinou autorů členěna na:
 - verbální,
 - názorné (demonstrační) – ukázka, obrázek,
 - praktické – vlastní praxe, cvičení.

- Z hlediska fází vyučovacího procesu se jedná o metody:
 - seznámení s učivem,
 - metody nácvičné,

- metody prověřovací,
 - metody výcvikové (tréninkové) (Dvořáková, 2007, s. 64).
- Z hlediska činnosti žáků na metody:
- pozorování,
 - napodobení,
 - opakování (cvičení),
 - doplňkových cvičení a jiné.
- Z hlediska organizace součinnosti (organizační formy práce se žáky) na formy:
- hromadná cvičení,
 - skupinové práce,
 - individuální vedení,
 - cvičení na stanovištích,
 - cvičení proudem (Berdychová, 1978, s. 68).
- Z hlediska analýzy vyučovacího procesu:
- metody motivační,
 - metody expoziční,
 - metody fixační,
 - metody diagnostické (Mojžíšek, 1975, s. 76).
- Pro sportovní trénink je užívána klasifikace podle složek tréninku (Choutka, 1976).

Ve vyučovacím procesu se tyto metody vzájemně prolínají. Každá z nich nabírá v určité fázi většího významu než ty ostatní. Ovšem nejdůležitější pro učení je vlastní praktické cvičení dítěte, kterému by mělo být věnováno nejvíce času.

V pedagogické praxi neexistuje metoda univerzální, kterou bychom mohli použít za všech okolností. Většinou jsou užívány různé metody současně v různých obměnách. Je nutné metody tvořivě aplikovat a případně hledat další účinnější (Melka, 1986, s. 44).

Přehled metod – je třeba chápat jako příklad.

A – Metody seznamování s učivem,

B – Metody nácviku,

C – Metody diagnostické a klasifikační (hodnocení),

D – Metody výcviku (tréninkové) (Berdychová, 1978, s. 70; Rychtecký, Fialová, 2002, s.128).

A – Metody seznamování s učivem

Do této skupiny metod bychom zařadili metody vytváření motivační sféry žáka v učení. Motivace využíváme ve všech fázích vyučovacího procesu. Je velmi důležité rozvíjet vztah žáka k předmětu tělesné výchovy. Tyto metody zvyšují aktivitu žáka a osobní zainteresovanost na výsledcích vyučovacího procesu:

motivační zdroje - pochvala

- pocit překonání sama sebe

- hra

- soutěž

- prožitek něčeho nového, neobvyklého (Šebrle a kol., 1995, s. 28)

Dále bychom sem zařadili:

- metody názoru: metoda ukázky

metoda pozorování

- metody slova: metoda výkladu

metoda pokynů

metoda dotazování

metoda rozhovoru (besedy)

Nejdůležitější metodou pro výuku dětí je *metoda ukázky (demonstrační)*, je důležitá při vytváření představy o pohybu, při které se uplatňuje I. signální soustava. Tato metoda se uplatňuje ve všech fázích nácviku. Přesnost cvičení je podmíněna přesnou představou v celku i detailech. Nový cvik je předveden buď přímo (učitel, žák), a nebo nepřímou (obraz, film). Předvede-li ukázku žák, je to tehdy, pokud učitel sám nemůže

z různých důvodů předvést ukázkou nebo chce-li při ukázce vysvětlit důležité fáze pohybu nebo ujistit žáky, že cvik není obtížný. Je upřednostňována ukázkou předvedená učitelem, jež upevňuje i autoritu učitele. Ukázkou má být vzorná, přesná, co nejnázornější. Zpravidla je ukázkou opakovaná. Části cviku je možné a někdy i vhodné provádět zpomaleně, někdy i s přehnaným zdůrazněním hlavní fáze pohybu. Tím dosáhneme toho, že na vznik představy o pohybu nepůsobí jen smyslové orgány, ale že je podpořena i rozumová činnost žáků (Berdychová, 1978, s. 70).

K metodám seznamování s učivem patří i *metoda pozorování*. Jde o způsob záměrně řízeného a organizovaného vnímání pohybu. Tato metoda je často kombinována s metodami slova. Žáci se učí kontrole i sebekontrole. Pozorování vede žáka k sebezdokonalování. Důležité je si uvědomit, že děti pozorují většinou to nepodstatné a k záměrnému vnímání je musíme vést (Šebrle a kol., 1995, s. 29).

Mezi *metody slova* patří metoda výkladu, metoda pokynů, metoda dotazování, metoda rozhovoru, eventuálně besedy, jež jsou doplněním metody ukázkou. Využívají se ve všech fázích vyučovacího procesu. Metody slova mají být výstižné, stručné a měly by aktivizovat myšlení žáků.

U *metody výkladu* bývá v první fázi nácviku obsahem výkladu většinou jen název cviku, jeho popis a návod pro neekonomičtější zvládnutí. V dalších fázích se výklad týká detailnějšího popisu, upřesnění představy, návodu k odstranění chyb.

Výklad má být stručný, výstižný, aby upoutal. Dlouhý výklad ubírá čas aktivnímu cvičení a prodlužuje nácvik.

Metoda pokynů je využívána nejvíce v nácvikové a výcvikové fázi. Pokyny tvoří metodické připomínky nebo slovní signály, které pomohou žákovi provést správně cvik z hlediska techniky, rytmu či času. Této metody užíváme u začátečníků při složitějších cvičeních.

Metodou rozhovoru rozumíme spojení výkladu a dotazování. Kvůli časové náročnosti užíváme tuto metodu v závěru hodiny.

Metoda besedy je kombinací metod rozhovoru, dotazování a výkladu (Berdychová, 1978, s. 71).

B – Metody nácviku

Mezi metody nácviku patří metoda napodobení, opakování, pohybového úkolu, pasivního pohybu, pohybového kontrastu, nátlaková metoda, metoda hrou, soutěžní, memorování, domácího úkolu (Berdychová, 1978, s. 72).

Metoda napodobení (imitace) se užívá ve všech fázích nácviku. Představuje aktivní odpověď žáků na ukázkou. Podstatou je zrakové soustředění na ukázkou. Zrakové vnímání je spojeno s vlastními kinestetickými počítky, tak i spojení s imaginací (představou). Cvičení může být spojeno s vyprávěním, říkankou, pohádkou, jež zlepšuje koncentraci dětí na cvičení a prohlubuje pozitivně prožívání pohybu. (Šebrle a kol., 1995, s. 29).

Ke zdokonalení a upevnění pohybové dovednosti nám slouží *metoda opakování*, a to koncentrovaně nebo disperzně (metody časové a prostorové strukturace). Koncentrované cvičení v bloku je, když pohybový úkol je opakován koncentrovaně za sebou (například přeskok přes nářadí v družstvu).

Tato metoda je obvykle užívána pro seznámení s úkolem. Dochází k opakování v krátkém časovém úseku a vytvoření představy o pohybu. Učitel má možnost individuálního přístupu k dětem v korigování chyb.

Disperzním – rozptýleným cvičením rozumíme výuku dovednosti vsunuté mezi další pohybové dovednosti. Začlenění nacvičované dovednosti mezi překážkové dráhy mezi ostatní činnosti nutí děti vybavovat si „pohybový program“ dané dovednosti stále znovu (Dvořáková, 2007, s. 66).

Další metodou, jež využíváme při nácviku je *metoda pohybového úkolu*. Zde je kladen důraz na individuální samostatné řešení úkolu žákem (například zdolání překážky libovolným způsobem). U žáka dochází k rozvoji myšlení, uplatňuje se aktivita, samostatnost rozhodování a kombinační schopnosti. Tato metoda je vhodná, jak při školní tělesné výchově, tak hlavně v mimoškolních aktivitách, kroužcích či při turistické činnosti. Žáky tyto úkoly uspokojují, motivují je do další činnosti.

Při korekci chyb využíváme například *metodu pasivního pohybu*. Tato metoda je vhodná, jestliže žák na základě ukázky a výkladu neumí provést daný pohyb. Na žákovi učitel demonstruje správnou polohu trupu, hlavy nebo končetin. Tím přispívá k utváření správné představy o pohybu. V další fázi provádí žák cvik samostatně a učitel pohyb aktivně koriguje. Užití této metody je efektivnější než změna vyučovacího postupu. Důležitá podmínka je učitelova znalost struktury pohybu.

Dále *metoda pohybového kontrastu*, jež je další velmi účinnou korektivní metodou. Využíváme schopnosti žáka srovnávat různou kvalitu ukázky. Vedle správné ukázky je žákovi předvedena i ta chybná, někdy i s přehnanou chybou. Žák chybu rozpozná a upevní si představu správného pohybového průběhu (Berdychová, 1978, s. 72; Šebrle a kol., 1995, s. 30; Klímová, Skeřil, 1989, s. 63).

Při strachových zábranách, nedostatku odvahy a sebedůvěry se využívá *metody nátlakové*, kdy učitel slovními výzvami a pobídkami vybízí žáky ke splnění zadaného úkolu (Berdychová, 1978, s. 73).

U všech věkových kategorií je osvědčená *metoda hrou a metoda soutěžní*. Přírozenou formou jsou rozvíjeny schopnosti, dovednosti a myšlení žáků. Hra je jednou z nejefektivnějších metod výuky. Volíme ji k vyvolání zájmu dětí o cvičení a pro lehčí provádění cvičení.

Vhodnou motivací je i metoda soutěžní. Všechny děti mají přirozený sklon k soutěžení. Přináší to ale i řady negativních faktorů (zbrkllost, nepřesné provedení, negativní psychické stavy některých žáků) (Berdychová, 1978, s. 73; Šebrle, 1995, s. 30; Klímová, Skeřil, 1989, s. 63).

Opakování pohybového výkonu acyklického charakteru, složeného z více cvičebních tvarů, které je třeba provést v předepsaném sledu a časovém rytmu (například sestava cvičebních tvarů na náradí, sestava prostných závodního charakteru, popřípadě prostná cvičení pro veřejná vystoupení), mají charakter memorování a užití tohoto způsobu práce označujeme jako *metodu memorování* (Berdychová, 1978, s. 78).

Pro rozvíjení samostatnosti a aktivity žáků je vhodná *metoda domácích úkolů*. Žákům učitel zadává vykonávání pohybových činností mimo hodiny tělesné výchovy. Účelem je zlepšit nervosvalovou koordinaci, funkční zdatnost, posílit organismus. Dochází k rychlejšímu osvojení techniky, růstu výkonnosti, k zájmu dětí o cvičení, žáci si navyknou pravidelně denně cvičit (Berdychová, 1978, s. 73).

C – Metody diagnostické a klasifikační (hodnocení)

„Vždy, když žáky něčemu novému učíme, je zapotřebí dosažené výsledky hodnotit a kontrolovat. Diagnostika je trvalou součástí výchovně vzdělávacího procesu. Škola bez reálné diagnostiky je nereálná a málo efektivní“ (Rychtecký, Fialová, 2002, s. 132).

Diagnostické metody jsou důležitým zdrojem informací pro učitele o pokrocích žáka v učení, podkladem pro plánování, pro volbu dalších metod. Slouží i pro děti jako prostředek vzájemného srovnávání, což je motivuje k výkonu.

Členění dle různých autorů se liší. Většinou jsou diagnostické metody děleny na: vstupní, průběžné a finální. V běžném procesu jsou metody užívány jako nestandardizované (sledování, pozorování, rozhovor a bodování), ty vycházejí z konkrétní praxe, vytváří si je sám učitel. Standardizované metody jsou se striktně stanovenými pravidly. Musí být použity ve standardizované i nestandardizované podobě, jsou to: pozorování, rozhovor (dotazník, interview), testování specifickými motorickými testy (Dvořáková, 2007, s. 67).

Podle Berdychové (1978) lze vymezit tyto metody:

- metoda průběžného pozorování a hodnocení
- metoda kontrolních prověrek a závěrečné hodnocení výkonnosti
- metoda klasifikace

Metodou průběžného pozorování a hodnocení rozumíme průběžné sledování a hodnocení žáka a to ze zdravotního hlediska, tělesných předpokladů, ale i po stránce výkonnostní, technické a výchovné. Musí být rozlišovány individuální možnosti a síly žáků. U různých žáků je třeba k podání stejného výkonu rozdílného úsilí, aktivity, odvahy a vnitřní kázně. Učitelem je hodnoceno i chování a vystupování žáků. Hodnocení by mělo motivovat žáka k lepším výkonům, mělo by upevnit trvalý vztah žáka k tělesné výchově a k pravidelnému sportování.

S průběžným pozorováním a hodnocením souvisejí *metody kontrolních prověrek a závěrečné hodnocení výkonnosti*, udávají stupeň úrovně žáka v dané pohybové činnosti. Tyto metody by měly být využívány soustavně v každé hodině (Berdychová, 1978, s. 74).

Nutné je zdůraznit, že učitel hodnotí pouze to, co se žáky probral a co je naučil. Základním principem je hodnotit to, co žáci ovládají (Šebrle a kol., 1995, s. 53)!

Průběžné a závěrečné hodnocení výkonnosti a pozorování žáků je podkladem pro *klasifikaci*. Základem hodnocení a klasifikace je komplexní posuzování činnosti žáka následujícími okruhy:

- Rozvoj motorických schopností a dovedností
- Osvojení vědomostí a poznatků z tělesné kultury

- Osobnost žáka
- Podmínky žáka se kterými vstupuje do učební činnosti (Šebrle a kol., 1995, s. 53)

Učitel by měl přihlížet k tomu, jak se žáci zapojují do vyučovacího procesu, jak reagují na pokyny učitele, jak spolupracují v kolektivu, jaké projevují úsilí při dosahování výkonů. Známkou učitel vyjadřuje celkový postoj žáka k tělesné výchově, vystupování, jednání a chování. Dále učitel přihlíží ke zdravotnímu stavu, ke stupni duševního vývoje, k úrovni jeho motorického rozvoje, k zájmu o tělesnou výchovu a sport.

„Pro učitele je hodnocení, prověřování výkonnosti a klasifikace výborným prostředkem k poznání žáka. Hodnotit, to znamená poznávat žáka a pomáhat mu“ (Berdychová, 1978, s. 76).

D – Metody výcviku (tréninkové)

Tyto metody bychom jinak mohli nazvat fixačními metodami, jedná se o fixaci pohybových dovedností a rozvoj pohybových schopností. Co se týče fází motorického učení, tak bychom se měli při zdokonalování pohybových dovedností zaměřit na jejich zpevnování a retenci, což odpovídá třetí fázi motorického učení. Pohybové dovednosti jsou automatizovány a dochází k rozvoji funkční zdatnosti organismu (Šebrle a kol., 1995, s. 30; Klimtová, Skeřil, 1989, s. 65).

Tréninkovou metodou rozumíme soustavné opakování za různých podmínek, kdy sledujeme kvalitativní růst sportovního výkonu, tak i celkový růst výkonnosti. Jsou vyčleňovány následující metody:

- metoda intervalového tréninku
- metoda dávkování
- metoda standardního zatížení
- metoda střídavého zatížení
- metoda kruhového provozu
- metoda kruhového tréninku
- metody posilovacího kondičního cvičení
- volná cvičení a tak dále (Berdychová, 1978, s. 76)

Jde o metody tréninkové, ale využity jsou v hodinách při nácviku i výcviku, a to metody kruhový provoz, doplňková cvičení a volná cvičení (Šebrle a kol., 1995, s. 31).

Intervalový trénink je typický vytrvalostním zaměřením cvičení při zachování rychlosti. Používá se ve výcviku cyklického charakteru (například běh, plavání, cyklistika). Zařazujeme více dílčích úseků (součet přesahuje celkovou délku trati), které žák absolvuje určeným tempem, mezi jednotlivé úseky se vkládají volnější, odpočinkové úseky. Tato metoda bývá různě obměňována a kombinována.

U *metody standardního zatížení* jsou v hodinách zvolené prostředky zatížení takové, aby celkový efekt měl standardní charakter.

Obdobně i u *metody dávkování* cvičení řídíme intenzitu dávkovaným opakováním cvičení v různých variacích s odpočinkovými intervaly.

Jestliže dochází ke střídání výcvikových hodin s nižší a vyšší intenzitou zatížení jde o *metodu střídavého zatížení*. Při stálém nárůstu objemu se jedná o *metodu postupného zatížení* (Berdychová, 1978, s. 76, Šebrle a kol., 1995, s. 31).

Kruhový provoz je cyklická metoda, dochází k dávkovanému cvičení na stanovištích, která jsou sestavena do kruhu tak, že se jednotlivá cvičení z hlediska fyziologického zatížení doplňují. Cvičení i odpočinek je řízen učitelem. Výhodou je individuální dávkování zatížení a odpočinku.

Kruhovým tréninkem rozumíme vyšší formu kruhového provozu, cvičí se v jednom nebo více kruzích.

Posilovací kondiční cvičení je sériové opakování posilovacích cvičení pro svalstvo paží, trupu a nohou. Musí být přiměřená vzhledem k věku, pohlaví a k fyzické kondici žáků. Zařazujeme do jakékoli části hodiny.

Metodu doplňkových cvičení využíváme jako doplněk k hlavnímu cvičení, a tak zkracujeme dobu čekání. Tyto cvičení mají být jednoduchá a zvládnutelná, aby nebyla potřeba dopomoc a záchrana. Doplňková cvičení mají vyrovnávat a doplňovat účinek hlavního cvičení. Mají tedy i kompenzační funkci (Berdychová, 1978, s. 78).

Metoda volného cvičení je způsob, kdy si žák z nacvičených dovedností zvolí sám a samostatně procvičuje. Možno využít i tak zvaných úkolových karet, které učitel předem připraví. Tato metoda žáky aktivuje, vede je k přemýšlení (Šebrle a kol., 1995, s. 32).

2.2.5 Výchovné činnosti učitele tělesné výchovy

Výchovné činnosti spolu s vyučovacími činnostmi prolínají celý vyučovací proces a ovlivňují hodnotovou orientaci, osvojování sociálních norem a utváření pozitivních postojů žáků. Výchovné činnosti jsou uplatňovány a rozvíjeny v didaktických zásadách a výchovných metodách (Rychtecký, Fialová, 2002, s. 124).

Výchovná činnost nalézá svoje vyjádření ve změnách osobnosti žáka v oblasti:

- a) psychických vlastností a schopností,
- b) intelektuálních schopností,
- c) sociálního rozvoje (formování a upevňování subjektivně-objektivních vztahů, vztahů žáků k morálním kvalitám, estetickému citění, vztahu k práci, k přírodě).

V tělovýchovném procesu se velmi často setkáváme se situacemi, kdy se učitel zaměřuje jen na didaktické prostředky biologického rozvoje a přehlíží výchovné cíle. Výsledky výchovného působení nejsou lehké měřitelné jako výsledky v biologické oblasti, proto jsou učitelé tělesné výchovy opomíjeni. Pouze vzájemnou cílevědomou spoluprací činitelů vyučovacího procesu dospějeme ke zkvalitnění výchovné stránky procesu.

Účinné výchovné působení na žáky vyžaduje:

- a) žáci musí chápat smysl všech činností v hodinách,
- b) názornost, utváření jasné představy, korekci chyb,
- c) aktivní přístup – motivování, ukázka,
- d) vysvětlit nejen vnější stránku cvičení, ale i jeho praktický význam pro život,
- e) vyvarovat se monotónnosti, jednotvárnosti, stereotypu,
- f) respektovat zájmy žáků,
- g) upřednostňovat soutěže družstev před individuálními,
- h) učitel musí jít vždy příkladem (Liba, 1996, s. 175).

2.2.6 Didaktické zásady

„Didaktické (vyučovací) zásady jsou definovány jako obecné požadavky, které v souladu s cíli výchovy a zákonitostmi vyučovacího procesu určují charakter vyučování a ovlivňují přímo i nepřímo jeho efektivitu“ (Vilímová, 2002, s. 63).

Didaktické zásady se uplatňují v přípravě vyučovacího procesu, ve vyučovacích znalostech učitele, v interakci se žáky, učivem a podmínkami procesu.

Mezi základní didaktické zásady patří:

- zásada uvědomělosti a aktivity,
- zásada názornosti,
- zásada soustavnosti,
- zásada přiměřenosti,
- zásada trvalosti (Vilímová, 2002, s. 64).

Trunečková a kol. (1996) ještě vyčlenila následující zásady:

- zásada harmonického rozvíjení osobnosti,
- zásada upevňování zdraví,
- zásada vědeckosti a spojení teorie s praxí,
- zásada kolektivnosti, ale i individuálního přístupu k žákům,
- zásada výchovy využitím kladných vlastností žáka,
- zásada jednoty požadavku a výchovných cílů.

Podle Stračára (1977) tato soustava není vyčerpávající, proto přidává:

- zásadu diferenciacce obsahu,
- zásadu vzestupného rozvoje,
- zásadu vnitřní tématické koncentrace obsahu.

2.2.7 Výchovné metody

„Metody výchovy představují účelné a cílevědomé uspořádání činností učitele a žáka s cílem dosáhnout žádoucího jednání a chování žáků.

Výukové metody mají více funkcí: informační, motivační, kontrolně-regulační, diagnostickou, prognostickou a funkcí zabezpečující finální efekt výchovy“ (Liba, 1996, s. 178).

Rozhodující je při volbě metod cíl, znalost žáka a situace. Hlavními výchovnými metodami jsou:

- metoda kladení požadavků,
- metoda přesvědčování,

- metoda cvičení,
- metoda odměny a trestu,
- metoda příkladu,
- skupinová výchova (Rychtecký, Fialová, 2002, s. 133).

Metoda kladení požadavků obsahuje konkrétní výchovný záměr učitele. Požadavky na žáka je třeba prezentovat stručně, srozumitelně, přiměřeně věku i možnostem. Měl by být znám čas splnění, důležitá je kontrola žákem i učitelem. Jde například o zadání úkolu žákovi a trvání na jeho splnění z důvodů nutnosti, například základní hygiena po ukončení hodiny, trvání na dodržování školního řádu (Liba, 1996, s. 180).

Metoda přesvědčování se realizuje slovními metodami: přednášky, vysvětlování, rozhovor, beseda. Učitel přesvědčuje žáky o správnosti přestupuj k úkolům, které žáci mají plnit, je základem uvědomělé práce, pevné vůle a aktivity žáků (Liba, 1996, s. 179; Sýkora, Kostková, 1985, s. 61).

Metoda cvičení (metoda záměrného praktického vypěstování návyku) souvisí s metodou požadavků a realizuje se opakováním činnosti. Jde například o vypěstování návyku správného držení těla, rozvoj odvahy, vytrvalosti (Liba, 1996, s. 179).

Metoda odměny a trestu je regulačním mechanismem. Základem je posílení a usměrnění žádoucího chování a jednání žáka.

Nejtypičtější odměnou žákova výkonu je učitelova pochvala, jež ho motivuje k opakování stejného chování. Odměnou chápeme i veřejné hodnocení, cenu. Při užití odměny je důležité zvážit: druh odměny, její velikost, stupňování v čase, frekvence v užití.

U trestů je základní funkcí zabránit opakování nežádoucího chování, ale žák může být trestán i za to, že daný úkol nesplnil.

Za trest považujeme vyslovení nesouhlasu, odmítnutí, pokárání, fyzické tresty a jiné. V užití trestů respektujeme: přiměřenost, nezdvajování trestů, povahu trestu, neuzívat tělesné tresty i ty tresty, které snižují lidskou důstojnost (Hrabal, Man, Pavelková, 1984, s. 163; Rychtecký, Fialová, 2002, s. 133).

Metoda osobního příkladu učitele vychází z vysoké míry schopností žáka napodobovat. Učitel je žákovi osobou blízkou, ale i autoritou, což může vést k tomu, že žák začne přebírat jeho chování, gesta, mimiku, názory. Učitelův vztah ke sportu významně žáky ovlivňuje.

Za základní požadavky kladené na učitele považujeme:

- do hodiny tělesné výchovy přichází včas a ve vhodném sportovním oblečení,
- na hodinu je připravený, má jasný cíl, promyšlenou organizaci a metody,
- k žákům je taktní, cvičení má odpovídat možnostem žáků,
- jde žákům příkladem i mimo školu.

Využíváme i příklady významných sportovců, známých lidí (Liba, 1996, s. 178).

Ve vyučovacím procesu jsou využívány i další metody: rozumové, estetické, pracovní, zdravotní výchovy a i metody, které pomáhají formovat morální chování žáka k ostatním spolužákům, ke škole a společnosti (Trunečková a kol., 1996, s. 21).

2.3 Metody práce

Při výzkumné práci se zpravidla užívají vědecké metody, které nám pomáhají shromáždit a následně i zpracovat získaný materiál. Když máme řešit daný problém, tak si nejprve vybereme vhodnou vědeckou metodu. Daný typ problému bude určovat výběr metody. Většinou se vymezují dvě velké skupiny metod:

- 1) metody teoretického výzkumu,
- 2) metody experimentálního výzkumu.

Problémem, kterým se zabýváme v práci, patří do skupiny druhé.

Ze zadaného cíle a úkolu diplomové práce vyplývá, že použitou metodou bylo pozorování.

2.3.1 Pozorování

„Pozorování jako vědecká metoda je cílevědomé, plánovité a soustavné vnímání výchovných jevů a procesů, které směřuje k odhalování podstatných souvislostí a vztahů sledované skutečnosti“ (Skalková, 1983, s. 56).

Metoda pozorování je využívána v tělesné kultuře často. Nenarušuje (alespoň formálně vzato) průběh pedagogických jevů a přitom zachycuje komplexně pedagogický proces a umožňuje zaměřit pozornost na jeho jednotlivé stránky

a podrobnosti odpovídající cíli pozorování. Podstatou pozorování je snaha o izolování pozorovaného jevu od ostatních (Štumbauer, 1989, s. 29).

Zvláštnosti pozorování jako vědecké metody lze vyjádřit následujícími charakteristickými rysy:

- a) *Pozorování* - je vedeno určitou myšlenkou a směřuje k jasně formulovaným cílům.
- b) *Plánovitost a systematickosti* - je dalším rysem. Musíme si vypracovat program svého pozorování, určitý časový postup i prostředky shromažďování materiálů.
- c) *Objektivnost* – předpokládáme pravdivé, přesné vnímání pozorovaných jevů, tak i přesný a objektivní záznam průběhu pozorování.

V souhrnu objektivní pozorování tedy vyžaduje, aby si pozorovatel jasně vytyčil:

- *Co chce pozorovat.*
- *Jak budou pozorované jevy a procesy zaznamenávány.*
- *Jak budou získaná data analyzována a hodnocena* (Skalková, 1983, s. 56).

Dělení pozorovacích metod

1) Z hlediska složitosti a použití pomocných prostředků:

- *jednoduché pozorování,*
- *systematické pozorování* – doplněné dotazníkem, videozáznamem.

2) Z hlediska časového:

- *krátkodobé* – sledování činnosti v určité části dne,
- *dlouhodobé* – jedná se o hluboký několikanásobný průzkum jednoho či více objektů.

3) Z hlediska postavení výzkumníka:

- a) *Extrospekce - neúčastněné* – výzkumník pozoruje běžným způsobem, jakoby zevně,
 - *skryté* – výzkumník je skryt, aby nemohl ovlivnit průběh jevu,
 - *účastněné* – po určitou dobu je výzkumník členem skupiny.

- b) *Introspekce* - používá se v mezních podmínkách.

4) Z hlediska způsobu zaznamenávané informace:

- *prosté pozorování,*
- *použití záznamového archu,*

- *diktování informací na diktafon,*
- *použití audiovizuální techniky.*

Pozorování námi prováděné bylo z hledisek výše uvedených jednoduché, protože nebylo ničím doprovázeno, například dotazníkem. Dále to bylo pozorování krátkodobé, jelikož byly vždy u vyučujícího sledovány vyučovací hodiny pouze v jednom dni a pak už nikoli. Podle dalšího hlediska to bylo pozorování nezúčastněné. Učitelé věděli o pozorovateli, ale nevěděli, co je cílem pozorování.

2.4 Rozbor literatury

Vyučovací a výchovnou činností učitele tělesné výchovy se zabývá velké množství autorů. Nejvíce nejnovějších publikací se týká tělesné výchovy dětí mladšího školního věku. Mnoho autorů vychází ve svých publikacích při rozdělení vyučovacích metod z Mojžíška (1975), který velmi podrobně rozebírá metody rozdělené z hlediska analýzy vyučovacího procesu.

Jedna z nejstarších knih zabývajících se vyučovacími a výchovnými činnostmi je od ruského profesora Matvejeva (1976). Dále bychom zmínili publikaci od Berdychové (1978), kde se autorka zabývá vyučovacími metodami v tělovýchovném procesu více podrobněji než ostatní autoři. Uvádí rozdělení metod z hlediska činnosti pedagoga, činnosti žáků, organizace součinnosti a důkladně rozebírá vyučovací metody rozdělené z hlediska fází vyučovacího procesu.

Vyučovací a výchovnou činností učitele se podrobněji zabývá Sýkora, Kostková (1985). V kapitole Výchovné působení v tělovýchovném procesu se zmiňují o zásadách a metodách výchovy, v dalších částech se věnují i vyučovacím metodám, kde uvádějí jejich dělení podle různých autorů. Dále důkladněji popisují metody rozdělené dle Mojžíška (1975).

Melka (1986) popisuje vyučovací metody, při jejichž rozdělení vychází z Berdychové (1978) a uvádí kritéria pro jejich třídění. Mezi další autory patří Klimtová a Skeřil (1989), kteří se ve svém díle zabývají vyučovacími metodami a jejich využitím v hodinách tělesné výchovy. Při klasifikaci též vycházejí z Mojžíška (1975).

Činnost učitele a žáka ve vyučovacím procesu patří podle Mužíka a Hurychové (1994) k nejsložitějším objektům v oblasti pedagogiky. Přesto se již několik desetiletí snažíme sledovat úsilí o pochopení teoretické podstaty činnosti učitele, jejího vlivu na žáka a snažíme se neustále zkvalitňovat obsah, metody a formy vyučovacího procesu.

Činností učitele tělesné výchovy se též věnuje Šebrle (1995). Podrobně zde rozebírá diagnostickou činnost učitele a vyučovací metody, při jejichž klasifikaci vychází opět z Berdychové (1978).

Dále bychom ještě uvedli slovenské autory, kteří zachycují tuto problematiku. Trunečková (1996) se zabývá vyučovacími i výchovnými metodami a uvádí rozdělení vyučovacích metod dle různých hledisek, důraz klade na metody rozdělené dle Mojžíška (1975). Didaktickým metodám a metodám výchovy uplatňovaným v tělovýchovném procesu se věnuje Liba (1996).

Teorií a praxí vyučovací a výchovné činnosti se zabývá Rychecký (2002). Odborně rozebírá vyučovací a výchovné metody, kde se drží klasifikace dle Mojžíška (1975). Vyučovacím a výchovným činností učitele se věnuje i Vilímová (2002), která se v této problematice plně shoduje s Rycheckým (2002). Obecné názory na pojem vyučovací metody, jejich členění dle různých autorů a přehled metod, zásad i forem uvádí Nelešovská, Spáčilová (2003). Dále Klimtová (2004) rovněž rozebírá didaktické metody a jejich použití v praxi. Při klasifikaci vychází z Berdychové (1978).

Jedna z nejnovějších publikací zabývající se procesem vyučování je od Dvořákové (2007) Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí. Věnuje se zde také vyučovacím metodám.

Výzkumnou metodou využitou v diplomové práci bylo pozorování, které popisuje a rozděluje Skalková (1983), Štumbauer (1990) a Chrástka (2007).

3 Výzkumná část

3.1 Popis výzkumného vzorku

Výzkumný soubor je tvořen učiteli tělesné výchovy základních škol na Budějovicku. Ze všech základních škol na Budějovicku bylo náhodným výběrem vylosováno 7 základních škol, kde se pozorování uskutečnilo.

Pozorování probíhalo na těchto základních školách:

- Základní škola L. Kuby, Rožnov
- Základní škola Dukelská, České Budějovice
- Základní škola Nerudova, České Budějovice
- Základní škola Trhové Sviny
- Základní škola Hlinecká, Týn nad Vltavou
- Základní škola Petra z Lindy, Borovany
- Základní škola Kubátova, České Budějovice

Z důvodů velké časové náročnosti byl výzkum prováděn během období od 19. 4. 2008 do 15. 5. 2008 a v období od 4. 10. 2008 do 5. 12. 2008.

Celkem se výzkumu zúčastnilo 20 učitelů, a to 12 mužů a 8 žen.

3.2 Metoda výzkumu

3.2.1 Pozorování

Jak již bylo v předchozích kapitolách uvedeno, používanou metodou při výzkumu bylo pozorování.

Nevýhodou pozorování hodin tělesné výchovy byla velká časová náročnost. Bylo nezbytnou nutností spojit dosud probíhající studium na Pedagogické fakultě v Českých Budějovicích a pozorování, které mělo být prováděno na základních školách i mimo město České Budějovice. Z tohoto důvodu se sledování hodin tělesné výchovy na základních školách uskutečnilo v průběhu jara a podzimu roku 2008.

Jak už bylo uvedeno, pozorování bylo prováděno na sedmi základních školách na Budějovicku.

Na každé z vybraných škol probíhalo pozorování u dvou až tří učitelů tělesné výchovy. Do hodin tělesné výchovy těchto učitelů bylo chozeno náhodně, věděli pouze týden, ve kterém jejich školu navštívíme. Tématický obsah hodin nebyl vybírán, to bylo opět náhodné. Žádnému z učitelů nebylo předem sděleno, za jakým účelem bude jejich hodina tělesné výchovy sledována. Úkolem bylo odpozorovat celkem 20 – 40 hodin tělesné výchovy. Pro objektivnější výsledky bylo odpozorováno 40 hodin tělesné výchovy.

Pro dané pozorování byly sestaveny záznamové archy, které jsou uvedeny jako součást diplomové práce v přílohách.

4 Výsledková část

Tato část obsahuje výstižné shrnutí výsledků pozorování vyučovacích a výchovných metod. Pro větší přehlednost jsme vytvořili a využili tabulek a grafů.

Pozorování hodin tělesné výchovy na základních školách na Budějovicku probíhalo v období od 19. 4. 2008 do 15. 5. 2008 a od 4. 10. 2008 do 5. 12. 2008. Na náhodně vybraných školách byly sledovány u taktéž náhodně vybraných učitelů jedna až tři hodiny tělesné výchovy. Žádnému z učitelů nebylo předem sděleno, které jevy budou v jejich hodinách tělesné výchovy sledovány. Celkem bylo odpozorováno 40 hodin tělesné výchovy, což považujeme za dostačující k vytvoření patřičných závěrů týkajících se zkoumané problematiky. Díky náhodnému výběru pozorovaných hodin tělesné výchovy došlo k nepoměru v počtu hodin z hlediska tématu hodiny.

4.1 Výsledky pozorování vyučovacích metod

Pro výzkum jsme uznali za nejpříjemnější rozdělení vyučovacích metod podle Berdychové (1978), kde jsme pouze ze skupiny metod seznamování s učivem vyloučili metodu pozorování. Seznam metod zahrnutých do pozorování je uveden v záznamovém archu v příloze číslo 1.

Domníváme se, že nejsou jednotlivé sledované vyučovací metody na stejné úrovni z hlediska zjišťování četnosti (například metody seznamování s učivem jsou používány během celé hodiny – četnost použití je velká, kdežto některé tréninkové metody, jako kruhový trénink, jsou obsahem jedné hodiny, a tudíž je v hodině použita pouze jedenkrát). Z důvodů toho jednotlivé skupiny metod, a to metody seznámení s učivem, metody nácviku, výcviku a metody prověřování a hodnocení hodnotíme zvlášť.

Do výsledků je zahrnuto hodnocení celkové. Dále porovnáváme využívání metod v chlapeckých a dívčích třídách. Pak se zaměříme na rozdělení odpozorovaných hodin dle obsahu a struktury hodiny. Práce se z větší části zabývá kvantitativním vyjádřením zkoumaného jevu.

V tabulkách je znázorněno kolikrát jednotlivé vyučovací metody byly použity v celkovém počtu hodin, jaký je průměr použití metod v jedné vyučovací jednotce

a procentuální zastoupení vyučovacích metod. Sto procent vždy tvoří součet použití v jednotlivých skupinách vyučovacích metod, kterými jsou metody seznámení s učivem, nácviku, výcviku a metody prověřování a hodnocení.

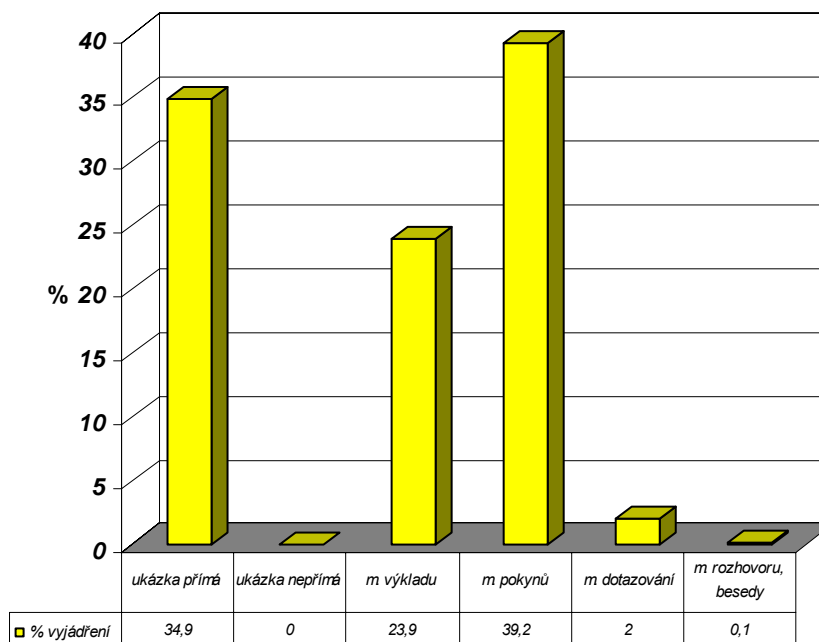
4.1.1 Celkové výsledky pozorování vyučovacích metod

V této části diplomové práce se zabýváme celkovým vyhodnocením pozorování hodin tělesné výchovy, kde zjišťujeme četnost využití jednotlivých vyučovacích metod. Celkem bylo odpozorováno 40 hodin tělesné výchovy různého zaměření.

Tabulka 1. Celkové vyhodnocení použití metod seznámení s učivem

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	282	7,1	34,9
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	193	4,8	23,9
- m. pokynů	317	7,9	39,2
- m. dotazování	16	0,4	2
- m. rozhovor, besed	1	0,03	0,1

Nejvyužívanější metodou seznámení s učivem je metoda pokynů a to z 39,2 %, celkem byla použita 317 krát. Další nejpoužívanější metodou seznámení s učivem je metoda přímé ukázky (34,9 %) a metoda výkladu (23,9 %). V hodinách tělesné výchovy se vůbec neobjevovala nepřímá ukázka.

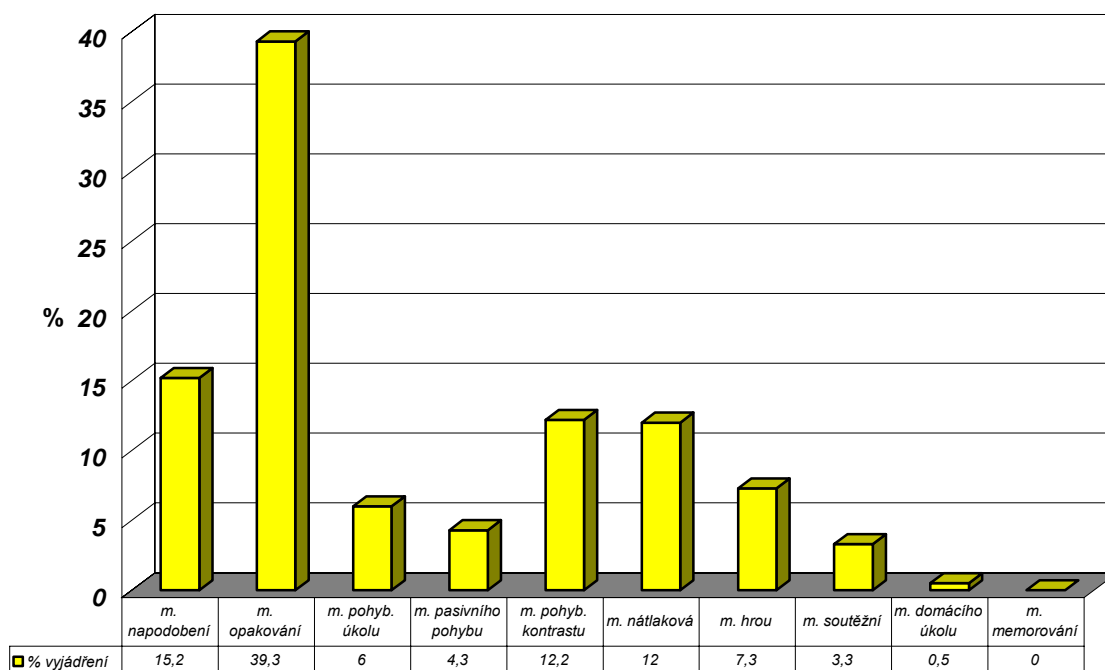


Obrázek 1. Celkové procentuální vyjádření zastoupení jednotlivých metod z metod seznámení s učivem

Tabulka 2. Celkové vyhodnocení použití metod nácviku

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	56	1,4	15,2
m. opakování	145	3,6	39,3
m. pohybového úkolu	22	0,6	6
m. pasivního pohybu	16	0,4	4,3
m. pohybového kontrastu	45	1,1	12,2
m. nátlaková	44	1,1	12
m. hrou	27	0,7	7,3
m. soutěžní	12	0,3	3,3
m. domácího úkolu	2	0,1	0,5
m. memorování	0	0	0

Z metod nácviku byla jednoznačně nepoužívanější metoda opakování z 39,3 %, celkem použita 145 krát. Druhou nejvíce využívanou metodou byla metoda napodobení (15,2 %), srovnatelně zastoupena byla metoda pohybového kontrastu (12,2 %) a metoda nátlaková (12 %). Zanedbatelné je zastoupení metody domácího úkolu a memorování.



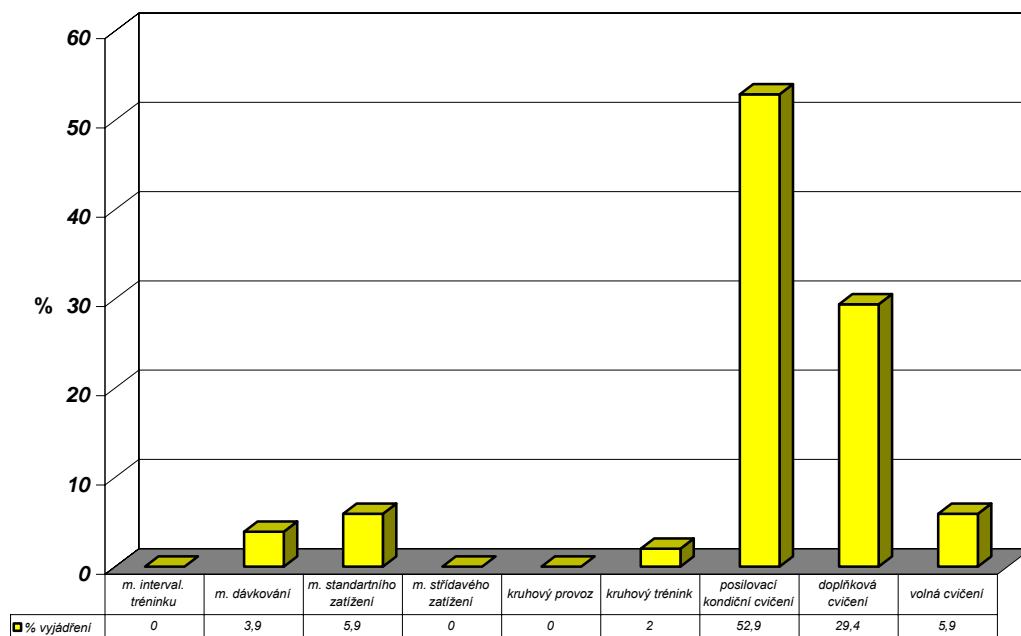
Obrázek 2. Celkové procentuální vyjádření zastoupení jednotlivých metod z metod nácviku

Tabulka 3. Celkové vyhodnocení použití metod výcviku

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	2	0,1	3,9
m. standardního zatížení	3	0,1	5,9
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	1	0,03	2
posilovací kondiční cvičení	27	0,7	52,9
doplňková cvičení	15	0,4	29,4
volná cvičení	3	0,1	5,9

Zde je patrné, že jednoznačně v použití výcvikových metod dominují posilovací kondiční cvičení (52,9 %), ačkoliv byla celkově použita v 27 případech.

Za významnou bychom mohli považovat i metodu doplňkových cvičení, která byla upozorována 15 krát a vyskytovala se v rámci metod tréninkových z 29,4 %. Dále bych ještě zmínila metodu standardního zatížení (5,9 %) a volná cvičení (5,9 %).

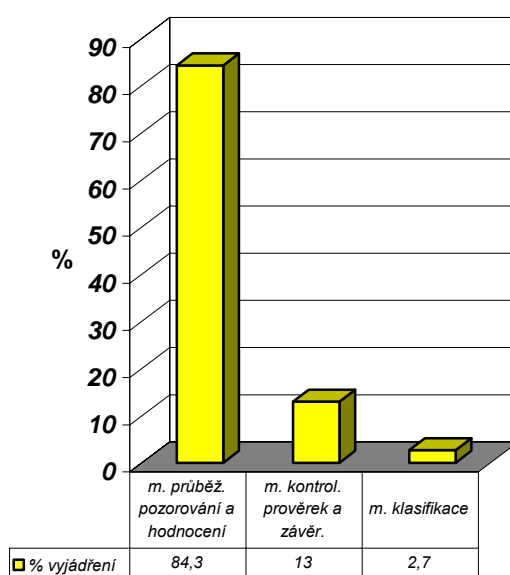


Obrázek 3. Celkové procentuální vyjádření zastoupení jednotlivých metod z metod výcviku

Tabulka 4. Celkové vyhodnocení použití metod prověřování a hodnocení

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	123	3,1	84,3
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	19	0,5	13
m. klasifikace	4	0,1	2,7

Nejvíce používanou metodou prověřování a hodnocení, byla metoda průběžného pozorování a hodnocení, a to z 84,3 %, celkem byla zaznamenána ve 123 případech. Oproti tomu metoda kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení pouze 19 krát. Výkony žáků v hodinách tělesné výchovy nebyly téměř klasifikovány.



Obrázek 4. Celkové procentuální vyjádření zastoupení jednotlivých metod z metod prověřování a hodnocení

4.1.2 Výsledky pozorování vyučovacích metod v chlapeckých a dívčích třídách

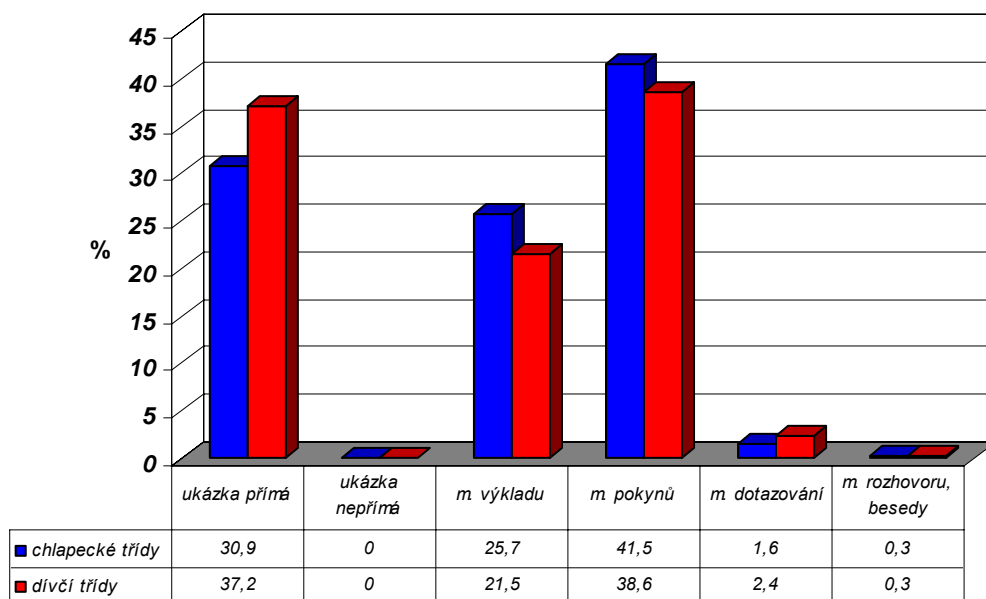
Pozorováno bylo 19 hodin tělesné výchovy v chlapeckých třídách a 13 hodin v třídách dívčích. Celkový počet odpozorovaných hodin není 40, a to z toho důvodu, že v 8 případech měly šesté třídy spojenou koedukovanou výuku.

Tabulka 5. Použití metod seznámení s učivem v chlapeckých třídách

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	114	6	30,9
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	95	5	25,7
- m. pokynů	153	8,1	41,5
- m. dotazování	6	0,3	1,6
- m. rozhovor, besed	1	0,1	0,3

Tabulka 6. Použití metod seznámení s učivem v dívčích třídách

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	109	8,4	37,2
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	63	4,9	21,5
- m. pokynů	113	8,7	38,6
- m. dotazování	7	0,5	2,4
- m. rozhovor, besed	1	0,1	0,3



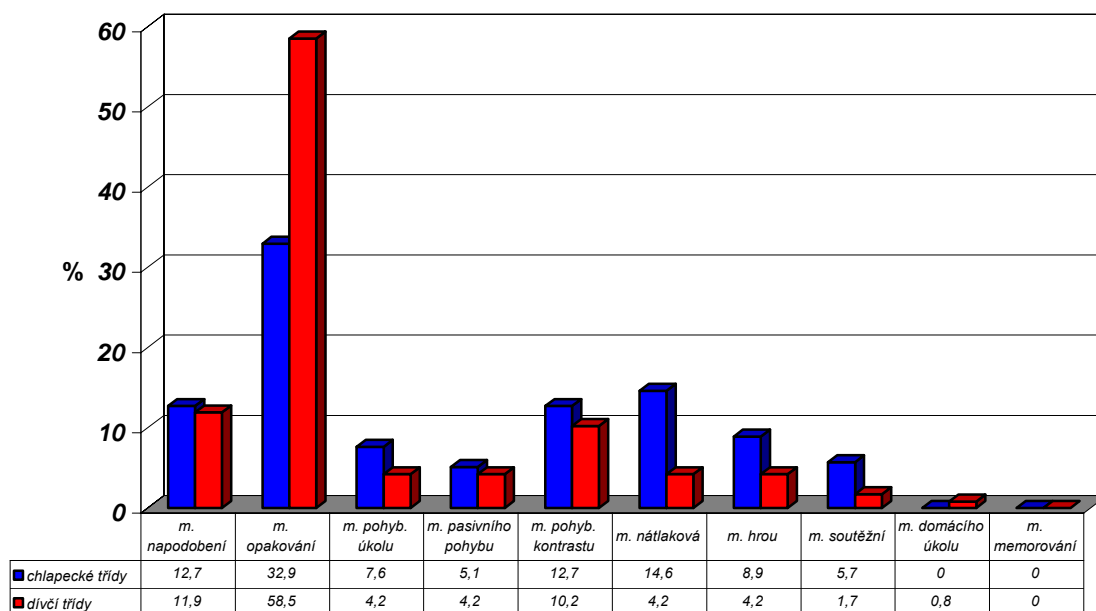
Obrázek 5. Procentuální vyjádření využívání metod seznámení s učivem v chlapeckých a dívčích třídách

Tabulka 7. Použití metod nácviku v chlapeckých třídách

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	20	1,1	12,7
m. opakování	52	2,7	32,9
m. pohybového úkolu	12	0,6	7,6
m. pasivního pohybu	8	0,4	5,1
m. pohybového kontrastu	20	1,1	12,7
m. nátlaková	23	1,2	14,6
m. hrou	14	0,7	8,9
m. soutěžní	9	0,5	5,7
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 8. Použití metod nácviku v dívčích třídách

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	14	1,1	11,9
m. opakování	69	5,3	58,5
m. pohybového úkolu	5	0,4	4,2
m. pasivního pohybu	5	0,4	4,2
m. pohybového kontrastu	12	0,9	10,2
m. nátlaková	5	0,4	4,2
m. hrou	5	0,4	4,2
m. soutěžní	2	0,2	1,7
m. domácího úkolu	1	0,1	0,8
m. memorování	0	0	0



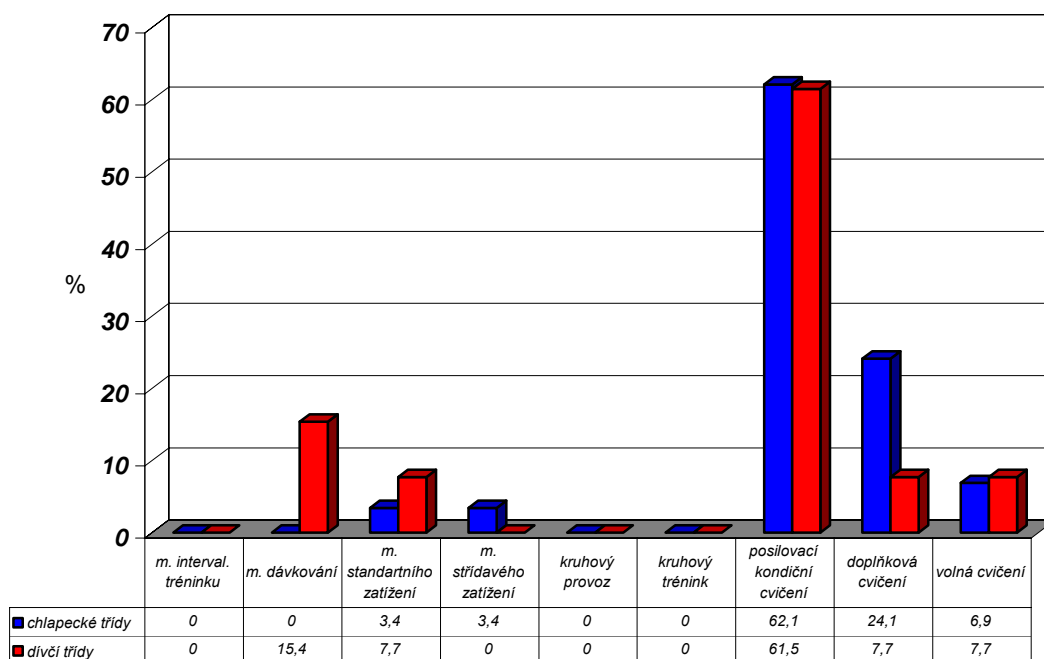
Obrázek 6. Procentuální vyjádření využívání metod nácviku v chlapeckých a dívčích třídách

Tabulka 9. Použití metod výcviku v chlapeckých třídách

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	1	0,1	3,4
m. střídavého zatížení	1	0,1	3,4
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	18	1	62,1
doplňková cvičení	7	0,4	24,1
volná cvičení	2	0,1	6,9

Tabulka 10. Použití metod výcviku v dívčích třídách

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	2	0,2	15,4
m. standardního zatížení	1	0,1	7,7
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	8	0,6	61,5
doplňková cvičení	1	0,1	7,7
volná cvičení	1	0,1	7,7



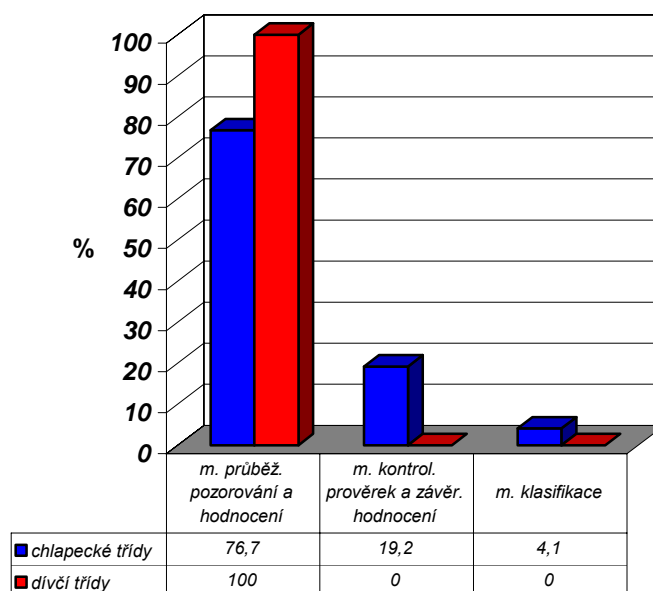
Obrázek 7. Procentuální vyjádření využívání metod výcviku v chlapeckých a dívčích třídách

Tabulka 11. Použití metod prověřování a hodnocení v chlapeckých třídách

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	56	3	76,7
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	14	0,7	19,2
m. klasifikace	3	0,2	4,1

Tabulka 12. Použití metod prověřování a hodnocení v dívčích třídách

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	28	2,2	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0



Obrázek 8. Procentuální vyjádření využívání metod prověřování a hodnocení v chlapeckých a dívčích třídách

4.1.3 Výsledky pozorování vyučovacích metod z hlediska obsahu hodiny

V této části diplomové práce se zabýváme využíváním vyučovacích metod v hodinách tělesné výchovy, které jsou rozděleny z hlediska obsahu hodiny na:

- atletiku – 5 hodin,
- gymnastiku – 15 hodin,
- basketbal – 6 hodin,
- volejbal – 8 hodin,
- florbal – 2 hodiny,
- ostatní činnosti – 4 hodiny.

Hodiny basketbalu, volejbalu a florbalu nebyly spojeny do jednoho celku sportovních her, a to z toho důvodu, že jsme chtěli zjistit rozdíly ve využívání metod ve všech sportovních odvětvích.

Atletika

Celkem bylo odpozorováno pět hodin atletiky, kde se v úvodu každé hodiny žáci rozběhali, provedli strečink a atletickou abecedu. První dvě hodiny byly zaměřeny na běh na 60 metrů, které se věnovaly nácviku startu z bloků a následnému měření výkonů. Další hodina tělesné výchovy byla věnována nácviku překážkového běhu. Ve čtvrté hodině tělesné výchovy polovina žáků nejprve skákala do dálky, kde byla měřena výkonnost žáků, a druhá polovina třídy hrála fotbal. V půlce hodiny došlo k výměně skupin. Pátá hodina se věnovala nácviku předávání štafetového kolíku.

Tabulka 13. Využití metod seznámení s učivem v hodinách atletiky

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	29	5,8	31,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	22	4,4	23,9
- m. pokynů	37	7,4	40,2
- m. dotazování	3	0,6	3,3
- m. rozhovor, besed	1	0,2	1,1

Tabulka 14. Využití metod nácviku v hodinách atletiky

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. napodobení	10	2	21,7
m. opakování	14	2,8	30,4
m. pohybového úkolu	0	0	0
m. pasivního pohybu	2	0,4	4,3
m. pohybového kontrastu	6	1,2	13
m. nátlaková	14	2,8	30,4
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 15. Využití metod výcviku v hodinách atletiky

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	3	0,6	37,5
doplňková cvičení	5	1	62,5
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 16. Využití metod prověřování a hodnocení v hodinách atletiky

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	26	5,2	89,7
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	3	0,6	10,3
m. klasifikace	0	0	0

Gymnastika

Patnáct hodnocených hodin tělesné výchovy se věnovalo gymnastice. Ve většině těchto hodin docházelo k nácviku a procvičování přeskoků přes různé gymnastické nářadí jako koza, švédská bedna a skokům na trampolíně. Další hodiny gymnastiky byly zaměřeny na testování fyzické zdatnosti a obratnosti pomocí šplhu na tyči, skoků přes švihadlo a cvičení na lavičkách. Tři hodiny tělesné výchovy se zabývaly cvičením prostných, kde se prováděl nácvik a hodnocení provedení kotoulu a přemetu stranou. V jedné hodině také docházelo k nácviku nové činnosti, a to cvičení na kruzích.

Tabulka 17. Využití metod prověřování a hodnocení v hodinách gymnastiky

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	119	7,9	38,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	57	3,8	18,5
- m. pokynů	127	8,5	41,1
- m. dotazování	6	0,4	1,9
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 18. Využití metod výcviku v hodinách gymnastiky

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. napodobení	31	2,1	18
m. opakování	70	4,7	40,7
m. pohybového úkolu	9	0,6	5,2
m. pasivního pohybu	14	0,9	8,1
m. pohybového kontrastu	22	1,5	12,8
m. nátlaková	13	0,9	7,6
m. hrou	7	0,5	4,1
m. soutěžní	5	0,3	2,9
m. domácího úkolu	1	0,1	0,6
m. memorování	0	0	0

Tabulka 19. Využití metod nácviku v hodinách gymnastiky

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	1	0,1	7,1
m. standardního zatížení	1	0,1	7,1
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	3	0,2	21,4
doplňková cvičení	7	0,5	50
volná cvičení	2	0,1	14,3

Tabulka 20. Využití metod seznámení s učivem v hodinách gymnastiky

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	49	3,3	75,4
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	13	0,9	20
m. klasifikace	3	0,2	4,6

Basketbal

Všech šest odpozorovaných hodin tělesné výchovy zaměřených na basketbal bylo věnováno nácviku herních činností jednotlivce a herních kombinací. Některé nácvikové hodiny basketbalu byly doplněny o hru ke konci hodiny tělesné výchovy.

Tabulka 21. Využití metod seznámení s učivem v hodinách basketbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	54	9	37,8
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	34	5,7	23,8
- m. pokynů	53	8,8	37
- m. dotazování	2	0,3	1,4
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 22. Využití metod nácviku v hodinách basketbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. napodobení	5	0,8	7,9
m. opakování	35	5,8	55,6
m. pohybového úkolu	3	0,5	4,8
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	6	1	9,5
m. nátlaková	2	0,33	3,2
m. hrou	7	1,2	11,1
m. soutěžní	4	0,7	6,3
m. domácího úkolu	1	0,2	1,6
m. memorování	0	0	0

Tabulka 23. Využití metod výcviku v hodinách basketbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	1	0,2	33,3
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	2	0,3	66,7
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 24. Využití metod prověřování a hodnocení v hodinách basketbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	16	2,7	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Volejbal

Celkem bylo odpozorováno osm hodin volejbalu. Každé hodině předcházelo rozběhání a rozcvičení pomocí strečinku a atletické abecedy. Dále většinou následovalo rozcvičení s míčem ve dvojicích a nácvik herních činností jednotlivce. U starších žáků byla na konci hodiny zařazena také hra.

Tabulka 25. Využití metod seznámení s učivem v hodinách volejbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	57	7,1	34,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	47	5,9	28,5
- m. pokynů	60	7,5	36,4
- m. dotazování	1	0,1	0,6
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 26. Využití metod nácviku v hodinách volejbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. napodobení	7	0,9	12,1
m. opakování	26	3,3	44,8
m. pohybového úkolu	7	0,9	12,1
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	8	1	13,8
m. nátlaková	1	0,1	1,7
m. hrou	7	0,9	12,1
m. soutěžní	2	0,3	3,4
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 27. Využití metod výcviku v hodinách volejbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	1	0,1	25
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	2	0,3	50
doplňková cvičení	1	0,1	25
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 28. Využití metod prověřování a hodnocení v hodinách volejbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	10	1,3	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Florbal

Dvě hodnocené hodiny tělesné výchovy se věnovaly florbalu. Jako hlavní náplň obou hodin byla hra. V první hodině se žáci sami rozběhali a protáhli nejvíce zatěžované svalové partie, učitel pouze chodil mezi nimi a prováděl korekci chyb. Na začátku hlavní části vysvětlil pravidla hry, dále pouze dával pokyny, využité byly i ukázky správného provedení dané činnosti. Druhá hodina byla v průpravné části doplněna pouze o posilovací sérii před samotnou hrou. V závěrečných částech obou hodin byly využity pro uvolnění pohybové hry s nízkou intenzitou zatížení.

Tabulka 29. Využití metod seznámení s učivem v hodinách florbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	9	4,5	26,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	8	4	23,5
- m. pokynů	16	8	47,1
- m. dotazování	1	0,5	2,9
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 30. Využití metod nácviku v hodinách florbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. napodobení	1	0,5	12,5
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	0	0	0
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	2	1	25
m. nátlaková	1	0,5	12,5
m. hrou	4	2	50
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 31. Využití metod výcviku v hodinách florbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	1	0,5	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 32. Využití metod prověřování a hodnocení v hodinách florbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	1	0,5	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Ostatní hodiny tělesné výchovy

Do ostatních čtyřech hodin tělesné výchovy byly zařazeny hodiny testovacích posilovacích cvičení a kruhového tréninku. Dvě hodiny cvičení byly zaměřeny na testování rychlosti se změnou směru.

Tabulka 33. Využití metod seznámení s učivem v ostatních hodinách tělesné výchovy

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	14	3,5	21,2
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	25	6,3	37,9
- m. pokynů	24	6	36,4
- m. dotazování	3	0,8	4,5
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 34. Využití metod nácviku v ostatních hodinách tělesné výchovy

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. napodobení	2	0,5	9,1
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	3	0,8	13,6
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	1	0,3	4,5
m. nátlaková	13	3,3	59,2
m. hrou	2	0,5	9,1
m. soutěžní	1	0,3	4,5
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 35. Využití metod výcviku v ostatních hodinách tělesné výchovy

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	1	0,3	4,8
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	1	0,3	4,8
posilovací kondiční cvičení	16	4	76,2
doplňková cvičení	2	0,5	9,5
volná cvičení	1	0,3	4,8

Tabulka 36. Využití metod prověřování a hodnocení v ostatních hodinách tělesné výchovy

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	%zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	21	5,3	84
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	3	0,8	12
m. klasifikace	1	0,3	4

4.1.4 Výsledky pozorování vyučovacích metod z hlediska struktury hodiny

Atletika – průpravná část hodiny

Tabulka 37. Využívání metod seznámení s učivem v průpravných částech v hodinách atletiky

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	15	3	34,9
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	5	1	11,6
- m. pokynů	22	4,4	51,1
- m. dotazování	1	0,2	2,3
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 38. Využívání metod nácviku v průpravných částech v hodinách atletiky

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	10	2	83,4
m. opakování	1	0,2	8,3
m. pohybového úkolu	0	0	0
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	1	0,2	8,3
m. nátlaková	0	0	0
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 39. Využívání metod výcviku v průpravných částech v hodinách atletiky

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	0	0	0
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 40. Využívání metod prověřování a hodnocení v průpravných částech v hodinách atletiky

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	4	0,8	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Atletika – hlavní část hodiny

Tabulka 41. Využívání metod seznámení s učivem v hlavních částech v hodinách atletiky

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	12	2,4	28,6
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	14	2,8	33,3
- m. pokynů	14	2,8	33,3
- m. dotazování	2	0,2	4,8
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 42. Využívání metod nácviku v hlavních částech v hodinách atletiky

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	0	0	0
m. opakování	13	2,6	38,2
m. pohybového úkolu	0	0	0
m. pasivního pohybu	2	0,2	5,9
m. pohybového kontrastu	5	1	14,7
m. nátlaková	14	2,8	41,2
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 43. Využívání metod výcviku v hlavních částech v hodinách atletiky

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	3	0,6	37,5
doplňková cvičení	5	1	62,5
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 44. Využívání metod prověřování a hodnocení v hlavních částech v hodinách atletiky

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	20	4	95,2
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	1	0,2	4,8
m. klasifikace	0	0	0

Gymnastika – průpravná část hodiny

Tabulka 45. Využívání metod seznámení s učivem v průpravných částech v hodinách gymnastiky

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	62	4,1	52,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	18	1,2	15,2
- m. pokynů	37	2,5	31,3
- m. dotazování	1	0,1	0,8
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 46. Využívání metod nácviku v průpravných částech v hodinách gymnastiky

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	24	1,6	60
m. opakování	6	0,4	15
m. pohybového úkolu	5	0,3	12,5
m. pasivního pohybu	2	0,1	5
m. pohybového kontrastu	3	0,2	7,5
m. nátlaková	0	0	0
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 47. Využívání metod výcviku v průpravných částech v hodinách gymnastiky

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	1	0,1	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 48. Využívání metod prověřování a hodnocení v průpravných částech v hodinách gymnastiky

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	2	0,1	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Gymnastika – hlavní část hodiny

Tabulka 49. Využívání metod seznámení s učivem v hlavních částech v hodinách gymnastiky

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	51	3,4	29,1
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	38	2,5	21,7
- m. pokynů	81	5,4	46,3
- m. dotazování	5	0,3	2,9
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 50. Využívání metod nácviku v hlavních částech v hodinách gymnastiky

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	7	0,5	5,7
m. opakování	63	4,2	51,6
m. pohybového úkolu	4	0,3	3,3
m. pasivního pohybu	13	0,9	10,6
m. pohybového kontrastu	20	1,3	16,4
m. nátlaková	13	0,9	10,6
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	2	0,1	1,6
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 51. Využívání metod výcviku v hlavních částech v hodinách gymnastiky

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	1	0,1	8,3
m. standardního zatížení	1	0,1	8,3
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	3	0,2	25
doplňková cvičení	6	0,4	50,1
volná cvičení	1	0,1	8,3

Tabulka 52. Využívání metod prověřování a hodnocení v hlavních částech v hodinách gymnastiky

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	42	2,8	76,4
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	11	0,7	20
m. klasifikace	2	0,1	3,6

Basketbal – průpravná část hodiny

Tabulka 53. Využívání metod seznámení s učivem v průpravných částech v hodinách basketbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	19	3,2	51,4
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	7	1,2	18,9
- m. pokynů	11	1,8	29,7
- m. dotazování	0	0	0
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 54. Využívání metod nácviku v průpravných částech v hodinách basketbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	4	0,7	25
m. opakování	8	1,3	50
m. pohybového úkolu	2	0,3	12,5
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	0	0	0
m. nátlaková	0	0	0
m. hrou	2	0,3	12,5
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 55. Využívání metod výcviku v průpravných částech v hodinách basketbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	2	0,3	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 56. Využívání metod prověřování a hodnocení v průpravných částech v hodinách basketbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	0	0	0
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Basketbal – hlavní část hodiny

Tabulka 57. Využívání metod seznámení s učivem v hlavních částech v hodinách basketbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	34	5,7	35,1
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	26	4,3	26,8
- m. pokynů	35	5,8	36,1
- m. dotazování	2	0,3	2,1
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 58. Využívání metod nácviku v hlavních částech v hodinách basketbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	1	0,2	2,2
m. opakování	27	4,5	60
m. pohybového úkolu	1	0,2	2,2
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	5	0,8	11,1
m. nátlaková	3	0,5	6,7
m. hrou	4	0,7	8,9
m. soutěžní	4	0,7	8,9
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 59. Využívání metod výcviku v hlavních částech v hodinách basketbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	1	0,2	100
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	0	0	0
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 60. Využívání metod prověřování a hodnocení v hlavních částech v hodinách basketbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	15	2,5	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Volejbal – průpravná část hodiny

Tabulka 61. Využívání metod seznámení s učivem v průpravných částech v hodinách volejbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	9	1,1	20,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	15	1,9	34,1
- m. pokynů	20	2,5	45,4
- m. dotazování	0	0	0
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 62. Využívání metod nácviku v průpravných částech v hodinách volejbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	4	0,5	44,4
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	4	0,5	44,4
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	1	0,1	11,2
m. nátlaková	0	0	0
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 63. Využívání metod výcviku v průpravných částech v hodinách volejbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	1	0,1	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 64. Využívání metod prověřování a hodnocení v průpravných částech v hodinách volejbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	1	0,1	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Volejbal – hlavní část hodiny

Tabulka 65. Využívání metod seznámení s učivem v hlavních částech v hodinách volejbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	46	5,8	41,1
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	22	2,8	19,6
- m. pokynů	43	5,4	38,4
- m. dotazování	1	0,1	0,9
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 66. Využívání metod nácviku v hlavních částech v hodinách volejbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	2	0,3	4,5
m. opakování	26	3,3	59,1
m. pohybového úkolu	3	0,4	6,8
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	7	0,9	15,9
m. nátlaková	1	0,1	2,3
m. hrou	4	0,5	9,1
m. soutěžní	1	0,1	2,3
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 67. Využívání metod výcviku v hlavních částech v hodinách volejbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	1	0,1	33,3
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	1	0,1	33,3
doplňková cvičení	1	0,1	33,3
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 68. Využívání metod prověřování a hodnocení v hlavních částech v hodinách volejbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	7	0,9	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Florbal – průpravná část hodiny

Tabulka 69. Využívání metod seznámení s učivem v průpravných částech v hodinách florbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	5	2,5	38,5
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	0	0	0
- m. pokynů	8	4	61,5
- m. dotazování	0	0	0
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 70. Využívání metod nácviku v průpravných částech v hodinách florbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	1	0,5	100
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	0	0	0
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	0	0	0
m. nátlaková	0	0	0
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 71. Využívání metod výcviku v průpravných částech v hodinách florbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	1	0,5	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 72. Využívání metod prověřování a hodnocení v průpravných částech v hodinách florbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	0	0	0
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Florbal – hlavní část hodiny

Tabulka 73. Využívání metod seznámení s učivem v hlavních částech v hodinách florbalu

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	4	2	11,8
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	7	3,5	41,2
- m. pokynů	5	2,5	29,4
- m. dotazování	1	0,5	5,9
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 74. Využívání metod nácviku v hlavních částech v hodinách florbalu

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	0	0	0
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	0	0	0
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	2	1	33,3
m. nátlaková	1	0,5	16,7
m. hrou	3	1,5	50
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 75. Využívání metod výcviku v hlavních částech v hodinách florbalu

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	2	1	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 76. Využívání metod prověřování a hodnocení v hlavních částech v hodinách florbalu

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	1	0,5	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Ostatní hodiny tělesné výchovy – průpravná část hodiny

Tabulka 77. Využívání metod seznámení s učivem v průpravných částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	12	3	33,3
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	8	2	22,2
- m. pokynů	16	4	44,5
- m. dotazování	0	0	0
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 78. Využívání metod nácviku v průpravných částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	1	0,3	20
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	2	0,5	40
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	0	0	0
m. nátlaková	1	0,3	20
m. hrou	1	0,3	20
m. soutěžní	0	0	0
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 79. Využívání metod výcviku v průpravných částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	0	0	0
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	0	0	0
posilovací kondiční cvičení	1	0,3	100
doplňková cvičení	0	0	0
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 80. Využívání metod prověřování a hodnocení v průpravných částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	1	0,3	100
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	0	0	0
m. klasifikace	0	0	0

Ostatní hodiny tělesné výchovy – hlavní část hodiny

Tabulka 81. Využívání metod seznámení s učivem v hlavních částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. názoru - ukázka - přímá	1	0,3	3,8
- nepřímá	0	0	0
m. slova - m. výkladu	16	4	61,6
- m. pokynů	7	1,8	26,9
- m. dotazování	2	0,5	7,7
- m. rozhovor, besed	0	0	0

Tabulka 82. Využívání metod nácviku v hlavních částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

B) M. NÁCVIKU	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. napodobení	0	0	0
m. opakování	0	0	0
m. pohybového úkolu	1	0,3	6,7
m. pasivního pohybu	0	0	0
m. pohybového kontrastu	1	0,3	6,7
m. nátlaková	12	3	80
m. hrou	0	0	0
m. soutěžní	1	0,3	6,7
m. domácího úkolu	0	0	0
m. memorování	0	0	0

Tabulka 83. Využívání metod výcviku v hlavních částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. intervalového tréninku	0	0	0
m. dávkování	0	0	0
m. standardního zatížení	0	0	0
m. střídavého zatížení	1	0,3	5
kruhový provoz	0	0	0
kruhový trénink	1	0,3	5
posilovací kondiční cvičení	16	4	80
doplňková cvičení	2	0,5	10
volná cvičení	0	0	0

Tabulka 84. Využívání metod prověřování a hodnocení v hlavních částech v ostatních hodinách tělesné výchovy

D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ	použití celkem	průměr na hodinu	% zastoupení metod
m. průběžného pozorování a hodnocení	20	5	87
m. kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení	3	0,8	13
m. klasifikace	0	0	0

4.2 Výsledky pozorování výchovných metod

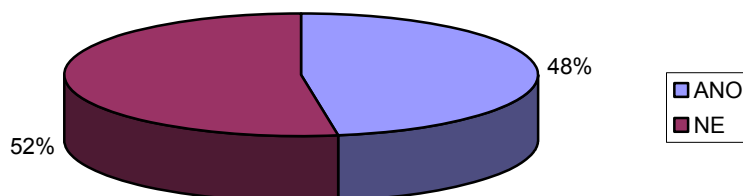
Pro pozorování byly vybrány pouze tři výchovné metody, které považujeme za nejpoužívanější, a to příklad učitele, kde jsme se zaměřili na to, jestli učitel tělesné výchovy chodí včas do výuky a jestli mají učitelé vhodné sportovní oblečení.

Pro příklad učitele též považujeme za důležité, zda používá spisovný, nespisovný nebo dokonce vulgární jazyk.

Další sledovanou metodou byla metoda odměny a trestu, kde se zaměřujeme na četnost využívání pochvaly, veřejného hodnocení, ceny, vyslovení nesouhlasu, odmítnutí, pokárání a tělesných trestů. U metod tělesných trestů ještě rozlišujeme tělesný trest jako cvičení či fyzické tresty (například pohlavek).

Tabulka 85. Včasný příchod učitele do hodin tělesné výchovy

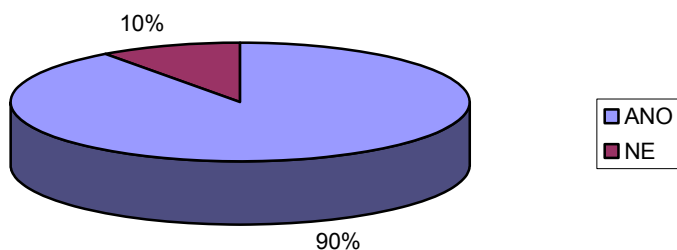
Příklad učitele - včasnost do hodin	použití	% vyjádření
ANO	19	47,5
NE	21	52,5



Obrázek 9. Procentuální vyjádření včasného příchodu učitele do hodin tělesné výchovy

Tabulka 86. Vhodné sportovní oblečení učitele v hodinách tělesné výchovy

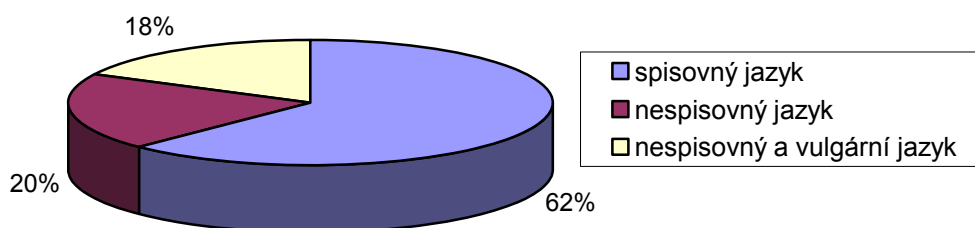
Příklad učitele – sportovní oblečení	použití	% vyjádření
ANO	36	90
NE	4	10



Obrázek 10. Procentuální vyjádření použití vhodného sportovního oblečení učitele v hodinách tělesné výchovy

Tabulka 87. Způsob komunikace učitele v hodinách tělesné výchovy

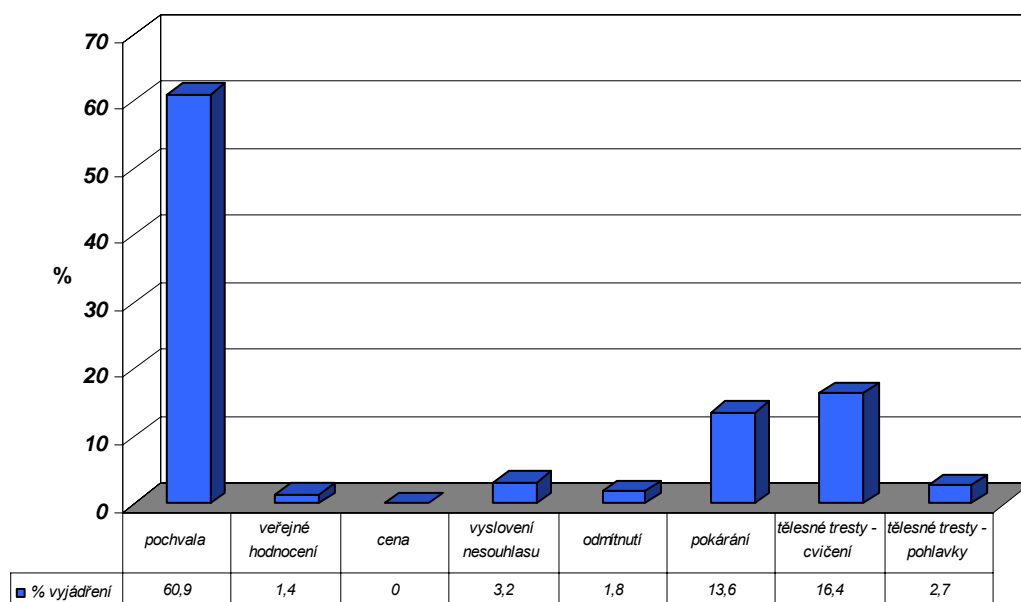
Příklad učitele – komunikace	použití	% vyjádření
spisovný jazyk	25	62,5
nepisovný jazyk	8	20
nepisovný jazyk a vulgární	7	17,5



Obrázek 11. Procentuální vyjádření způsobu komunikace učitele v hodinách tělesné výchovy

Tabulka 88. Využití metody odměny a trestu

Metoda odměny a trestu	použití	% vyjádření
pochvala	134	60,9
veřejné hodnocení	3	1,4
cena	0	0
vyslovení nesouhlasu	7	3,2
odmítnutí	4	1,8
pokárání	30	13,6
tělesné tresty - cvičení	36	16,4
tělesné tresty - pohlavky	6	2,7



Obrázek 12. Procentuální zastoupení metody odměny a trestu

Dále bylo sledováno využívání metody přesvědčování. Tato výchovná metoda byla použita celkem 9 krát. Zde uvádíme i konkrétní použití této metody v hodinách tělesné výchovy:

- „Napočítej minimálně do patnácti u každého protahovacího cviku, je to velmi důležité v tom cviku setrvat!“
- „Naučte se driblovat mezi kužely, využijete to vždy ve hře. Je to základ!“
- „Holky to cvičení je pro vás dobré, budete mít pěkné zadečky.“
- „Na konci hodiny se musíte protáhnout, aby vás zítra ty svaly nebolely!“
- „Cvičit ve špinavých botách prostě nebudete, ničíte podlahu, která stála spoustu peněz!“

- „Mučím vás tak proto, abyste byli dobrý, jinak se v tom fotbale neprosadíte!“
- „Cvičte to pořádně! Tyto cviky jsou důležité pro správné držení těla, abyste nechodili shrbený.“
- „Nechte toho, náhoda je blbec a někomu vlítne ten míč pod nohy a úraz je na světě.“
- „Co ty kruhy v uších? Co jsme si říkali na začátku roku v poučení o bezpečnosti? Nechci to vidět, sundej to!“

4.3 Diskuse

Na sedmi náhodně vybraných základních školách byly sledovány u učitelů tělesné výchovy jedna až tři vyučovací hodiny. Žádnému z učitelů nebylo předem sděleno, které jevy budou v jejich hodinách tělesné výchovy sledovány. Pozorování hodin tělesné výchovy na základních školách na Budějovicku probíhalo v období od 19. 4. 2008 do 15. 5. 2008 a od 4. 10. 2008 do 5. 12. 2008.

Celkem bylo odpozorováno 40 hodin tělesné výchovy na základních školách, což považujeme za dostačující k vytvoření patřičných závěrů, týkajících se zkoumané problematiky. Domníváme se, že není důležité zda vyučovací hodinu vede muž nebo žena, ale jestli mají autoritu u žáků.

Díky náhodnému výběru pozorovaných hodin tělesné výchovy došlo k nepoměru v počtu hodin z hlediska obsahu hodiny. Za nejobektivnější považujeme výsledky z hodin gymnastiky, kde bylo odpozorováno celkem 15 vyučovacích hodin. Dále shledáváme za objektivní výsledky také z hodin volejbalu (8 vyučovacích hodin) a basketbalu (6 vyučovacích hodin). Domníváme se, že k vytvoření závěru k dané problematice nestačí pouze dvě vyučovací hodiny jako například u florbalu.

4.3.1 Diskuse k výsledkům pozorování vyučovacích metod

Domníváme se, že nejsou jednotlivé sledované vyučovací metody na stejné úrovni z hlediska zjišťování četnosti (například metody seznamování s učivem jsou používány během celé hodiny – četnost použití je velká, kdežto některé tréninkové metody, jako kruhový trénink, jsou obsahem jedné hodiny, a tudíž je v hodině použita pouze jedenkrát). Z důvodů toho jednotlivé skupiny metod, a to metody seznámení s učivem, metody nácviku, výcviku a metody prověřování a hodnocení hodnotíme zvlášť.

4.3.1.1 Celkové hodnocení pozorování hodin tělesné výchovy

Z výsledků vyplývá, že nejpoužívanější z metod seznámení s učivem jsou metody slova, z kterých učitelé v hodinách tělesné výchovy nejvíce využívali metodu pokynů. Další nejvyužívanější je metoda názoru, a to přímá ukázka.

Při nácviku nových pohybových úkolů většinou docházelo v první řadě ke stručnému výkladu a následovala přímá ukázka učitelem, která byla v případě potřeby opakována a zpomalována pro názornější ukázkou tohoto pohybového úkolu. Po názorné ukázce učitelem se žáci snažili o provedení a opakování cviku.

Domníváme se, že v některých hodinách tělesné výchovy by bylo lepší zařadit také metodu nepřímé ukázky, a to zejména při nácviku složitějších pohybových úkolů, nebo jako prostředek motivace žáků.

Vzhledem k této pozorované věkové kategorii nebývaly zařazeny metody dotazování a rozhovoru či besedy, protože učitel raději využívá přímého rázného řešení a nediskutuje s žáky v pubertě a s dívkami, u kterých nastupují tak zvané jiné zájmy.

Výsledky pozorování prokázaly, že mnozí učitelé tělesné výchovy raději používají metodu slova, než aby přímo ukázali pohybový úkol.

U metod nácviku byla nejčastěji uplatňována metoda opakování. Dalšími metodami využitými při nácviku byly metody napodobení, pohybového kontrastu a metoda nátlaková. Ve větší míře by mohly být zařazovány do výuky tělesné výchovy metody hry a soutěžení, které jsou přirozené pro děti každého věku a zpestřují náplň tělovýchovného procesu.

V hodinách tělesné výchovy byla také často z metod tréninkových aplikována metoda posilovacích kondičních cvičení. Domníváme se, že pravidelné uplatňování této metody vede k obecnému zvýšení tělesné zdatnosti žáků a zlepšení správného držení těla.

Téměř ve všech sledovaných hodinách tělesné výchovy docházelo k soustavnému pozorování a hodnocení žáků. Nejvyužívanější z metod prověřování a hodnocení byla metoda průběžného pozorování a hodnocení. Tato metoda hodnocení je velmi důležitá pro aktivizaci žáků a slouží jako vhodná motivace do další práce, proto je také nejvíce používána. Úzce souvisí s výchovnými metodami, žák by měl být hodnocen po všech stránkách, zdravotní, výkonnostní, technické, tak po stránce výchovné.

Dva učitelé hodnotili žáky komplexně jako celou třídu, což na ně jako jednotlivce nijak nepůsobilo. Metody kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení se vyskytovaly velmi málo, žáci by měli mít stále mezi sebou určité srovnání, přirozené je soutěžení mezi vrstevníky, žáky to aktivizuje a vede ke zlepšování a zdokonalování. Klasifikováni byli žáci pouze ve čtyřech případech, což považujeme za nedostatečné.

4.3.1.2 Hodnocení a porovnání využití metod v chlapeckých a dívčích třídách

Při pozorování vyučovacích hodin v chlapeckých a dívčích třídách byly z vyučovacích metod seznámení s učivem opět nejvíce zastoupeny metody pokynů, přímé ukázky a metoda výkladu. Po porovnání využití metod u chlapců a dívek se domníváme, že dívky potřebují k pochopení pohybového úkolu více přímých ukázek než chlapci, kdežto metody výkladu a pokynů jsou důležitější pro chlapce než pro dívky.

Z metod nácviku je patrný rozdíl ve využití metody opakování v chlapeckých a dívčích třídách. U chlapců se metoda opakování vyskytuje znatelně méně než u dívek. Chlapcům pomáhá spíše metoda nátlaková, hrou a soutěžení, protože jsou od přírody soutěživější než dívky. Zato dívky v tomto věku ve většině případů na povzbuzování nereagují zvýšenou snahou o provedení pohybového úkolu a zdokonalování, proto se u nich více využívá metoda opakování.

U tréninkových metod se hlavně uplatňovala metoda posilovacího kondičního cvičení v dívčích i chlapeckých třídách. U chlapců ještě stojí za zmínku metoda

doplňkového cvičení, která je u nich aplikována častěji než u dívek, protože chlapci mají větší zájem o sport a pohybovou aktivitu, kterou vykonávají i bez dozoru vyučujícího. Naproti tomu dívky při doplňkovém cvičení neplnily zadaný úkol a raději si povídaly. Ostatní výcvikové metody nemůžeme posuzovat z důvodu malé četnosti použití.

Metoda průběžného pozorování a hodnocení byla u dívek použita ve všech případech a ostatní metody nikoli, kdežto u chlapců byly použity i jiné metody než průběžného pozorování a hodnocení, a to metody kontrolních prověrek a závěrečného hodnocení a ve třech případech byla použita metoda klasifikace. Tyto rozdíly nejsou nepovažovány za významné, obě skupiny jsou hodnoceny podobným způsobem a rozdíly, jež jsou patrné, vznikly opět z důvodu malé četnosti využití jednotlivých metod.

4.3.1.3 Hodnocení a porovnání využití metod z hlediska obsahu hodiny

Pozorované hodiny tělesné výchovy se týkaly atletiky, gymnastiky, basketbalu, volejbalu, florbalu a ostatních činností. Basketbal, volejbal a florbal nebyly spojeny do jednoho celku sportovních her, protože úkolem bylo také zjistit, jestli se vyskytují nějaké rozdíly ve využívání vyučovacích metod v jednotlivých sportovních hrách. To se nám ale nepotvrdilo, většina hodin byla totiž zaměřena na nácvik herních činností jednotlivce a využití jednotlivých vyučovacích metod bylo srovnatelné. Lišily se pouze 2 hodiny florbalu, které byly zaměřené na hru.

V použití metod seznámení s učivem nebyly znatelné velké rozdíly u jednotlivých sportovních odvětví jako atletika, gymnastika, volejbal a basketbal. Výjimkou byly pouze vyučovací hodiny zaměřené na florbal, které byly věnovány z větší části hře. A ostatní hodiny tělesné výchovy sloužily pouze ke zjištění fyzické kondice žáků a jejich testování.

Hodiny florbalu se lišily v četnějším použití metody pokynů vzhledem k ostatním hodinám tělesné výchovy, nejspíše proto, že hlavní náplní byla hra a vyučující pouze svými pokyny korigoval průběh, kvalitu a čistotu hry. Prováděl korekci chyb, radil žákům při hře.

Při ostatních vyučovacích hodinách byla využívána zejména metoda výkladu

a pokynů z metod seznámení s učivem. Domníváme se, že je to proto, aby nedocházelo k nesprávnému provádění pohybového úkolu, které může vést v některých případech ke zranění.

Z vyučovacích metod nácvičku byla nejčastěji uplatňována metoda opakování, a to v hodinách tělesné výchovy, ve kterých bylo hlavní náplní nacvičování nové pohybové činnosti. Při hodinách florbalu metoda opakování nebyla použita, jelikož byla zaměřena na hru. Metoda nátlaková byla nejčastěji aplikována v hodinách tělesné výchovy zaměřených na testování zdatnosti. Tato metoda vede ke zvýšení motivace a žáci podávají lepší výkony.

Téměř ve všech sportovních odvětvích byla často z metod tréninkových aplikována metoda posilovacích kondičních cvičení. Pravidelné uplatňování této metody vede k obecnému zvýšení tělesné zdatnosti žáků. Ostatní metody výcviku nebyly nezaznamenány, protože hodiny nevedly k přímému rozvoji například síly, ale pouze převažovalo testování zdatnosti žáků. Dále také byla využívána metoda doplňkových cvičení, zejména v atletice, gymnastice a volejbalu.

U metod prověřování a hodnocení byla nejvyužívanější, a to ve všech sportovních odvětvích, metoda průběžného pozorování a hodnocení.

4.3.1.4 Hodnocení a porovnání využití metod z hlediska struktury hodiny

Porovnávány byly pouze průpravná a hlavní část, protože vyučovací metody jsou v těchto částech nejvyužívanější. V odpozorovaných hodinách učitelé tělesné výchovy závěrečné části většinou vynechávali, jelikož protahovali části hlavní až do zvonění.

Úvodní části hodin tělesné výchovy většinou začínaly nástupem, prezencí a následně učitelé žáky seznámili s tím, co bude náplní hodiny a nějakým způsobem je motivovali. Dále velká část učitelů zařazovala jako rušnou část v úvodní části vyučovací jednotky pouze rozběhání, což je velmi stereotypní a pro žáky nezajímavé. Nemělo smysl tyto příliš krátké části vyučovací jednotky s malou četností využití vyučovacích metod a v mnohých případech se vůbec nevyskytujících v jednotce, zahrnovat do výzkumu.

Pozorované hodiny tělesné výchovy se týkaly atletiky, gymnastiky, basketbalu, volejbalu, florbalu a ostatních činností.

Atletika

V hodinách atletiky se využívání metod seznámení s učivem v průpravné a hlavní části příliš neliší. V průpravné části jsou více používány metoda přímé ukázky a metoda pokynů. Tento rozdíl vznikl z důvodů toho, jelikož v atletice dochází k důkladnějšímu rozcvičování před zahájením hlavní činnosti. Učitelé věnují strečinku více času, předcvičují žákům a doplňují ukázkou pokyny pro správné provádění cviku.

Co se týče metod nácviiku, tak rozdíly ve využití vyučovacích metod jsou znatelnější. V průpravné části je více používána metoda napodobení, v hlavní části byla mnohem častěji zastoupena metoda opakování a metoda nátlaková. Větší část hodin byla věnována nácviiku nové činnosti a procvičování, proto se domníváme, že metoda opakování je využívána více v hlavní části. Větší výskyt metody napodobení v průpravné části je způsoben tím, že je to aktivní odpověď žáků na ukázkou a ta se v průpravné části při rozcvičení velmi často používala. Metoda nátlaková byla používanější v hodinách, kdy žáci byli hodnoceni v běhu na 60m, učitelé je chtěli vyburcovat k lepším výkonům slovními pobídkami.

V průpravné části nebyly vůbec zastoupeny metody výcviku, což je pochopitelné, jelikož se tyto metody většinou používají až v části hlavní jako nejdůležitější části, kde k tréninku dochází. Z tréninkových metod jsou v hlavní části nejvíce zastoupeny v hodinách atletiky metoda doplňkových cvičení a posilovací kondiční cvičení.

U metod prověřování a hodnocení je rozdíl v četnějším použití metody průběžného pozorování a hodnocení v hlavní části vyučovací jednotky. Učitel žáky průběžně hodnotí právě v hlavní části při opakování a procvičování.

Gymnastika

V použití metod seznámení s učivem jsou stejné rozdíly jako v hodinách atletiky s výjimkou metod pokynů, které jsou zastoupenější v hlavní části. Nacvičování složitějších pohybových činností totiž vyžaduje více pokynů.

V gymnastice se četnost použití metod nácviiku v jednotlivých sledovaných částech hodiny velmi lišila. Jediná metoda napodobení je zastoupenější v průpravné části, důvod byl již vysvětlen vzhledem k hodinám atletiky. Metoda opakování byla z metod nácviiku

nejpoužívanější. Většina hodin se týkala nácviku nové činnosti, u čehož je nutné zařadit opakování. Dále byla výrazněji zastoupenější metoda pohybového kontrastu, která byla používána téměř ve všech hodinách. Tato metoda je účinná při zdůraznění chyby a opravování chybných částí cviku. Správná technika pohybu v gymnastice, která usnadňuje cvičení, je velmi důležitá.

Z metod výcviku stojí za zmínku použití metody doplňkových cvičení v hlavních částech hodin gymnastiky. Při nácviku složitějšího pohybového celku potřebuje učitel pracovat s určitým menším počtem žáků, jelikož je důležité, aby každému žákovi věnoval větší pozornost. A také, aby žáci nezaháleli při čekání, než přijdou na řadu, zvolí učitel rozdělení do skupin a jedné skupině zadá pohybovou činnost, u které nemusí být přítomen.

Metody prověřování a hodnocení se v průpravných částech nevyskytovaly téměř vůbec. V hlavní části se nejvíce používala metoda průběžného pozorování a hodnocení, kde učitel průběžně sledoval a hodnotil výkony žáků při opakování a procvičování pohybových činností a tím je i zároveň motivoval k další práci a zdokonalování.

Basketbal

Z metod seznámení s učivem byly znovu častěji zastoupeny v hlavní části metoda ukázky, výkladu a pokynů. Domníváme se opět, že je to z toho důvodu, protože ve většině hodin šlo o nácvik herních činností jednotlivce, kde je velmi nutná názorná ukázka doplněná výkladem. Použití ostatních metod seznámení s učivem je zanedbatelné, proto je zde neuvádíme.

V metodách nácviku převažuje četnost použití metody opakování v hlavní části než v průpravné. Ve většině hodin šlo o nácvik herních činností jednotlivce a pro upevnění nelze provést cvičení pouze jedenkrát. Dále je častější využití metody pohybového kontrastu, hry a soutěžení v hlavních částech hodiny. Využívání metody hry je nezbytné, pouhé opakování herních činností jednotlivce je pro děti nezajímavé a stereotypní.

Tréninkové metody nebyly v hodinách basketbalu téměř zastoupeny.

Metody prověřování a hodnocení se v průpravných částech nevyskytovaly téměř vůbec. V hlavní části byla použita pouze metoda průběžného pozorování a hodnocení,

kde učitel průběžně sledoval a hodnotil výkony žáků při opakování a procvičování pohybových činností.

Volejbal

Využívání metod v hodinách volejbalu je téměř totožné s hodinami basketbalu. Vyučovací hodiny měly podobnou strukturu a opět téměř všechny byly zaměřené na nácvik herních činností jednotlivce, pouze v osmých a devátých třídách byla v hlavní části více zařazována hra.

Florbal

Při výzkumu byly odpozorovány pouze dvě hodiny florbalu. Hlavní náplní obou hodin byla hra. Tyto vyučovací jednotky byly téměř totožné.

Z metod seznámení s učivem byla v průpravné části oproti hlavní více využívána metoda pokynů. Žáci strečink prováděli sami, učitel chodil mezi nimi a pouze prováděl korekci chyb. Na začátku hlavní části učitel pouze vysvětlil pravidla hry a dále pouze dával pokyny a slovními pobídkami žáky motivoval k lepším výkonům. Tyto hodiny jsou pro žáky přínosnější, a to už z toho důvodu, že pouhé opakování herních činností jednotlivce je pro žáky nezajímavé a stereotypní. Na základních školách má tělesná výchova plnit spíše funkci odpočinkovou od psychické zátěže, která vzniká při učení.

U metody nácviku nebyly velké rozdíly v použití v jednotlivých částech vyučovací jednotky. Odlišnost je pouze v uplatnění metody hry, jelikož hodiny měly hru jako hlavní náplň. Další skupiny vyučovacích metod v těchto dvou hodinách nebyly téměř zaznamenány, proto je ani nezmiňujeme.

Ostatní činnosti

Do ostatních čtyřech hodin tělesné výchovy byly zařazeny hodiny testovacích posilovacích cvičení a kruhového tréninku. Dvě hodiny cvičení byly zaměřeny na testování rychlosti se změnou směru.

V hlavní části nebyla téměř vůbec použita, oproti části průpravné, metoda přímé ukázky, protože po vysvětlení cviku učitelem žáci pouze plnili zadané pohybové úkoly a následně byli hodnoceni. Častěji tedy byla zastoupena v hlavní části metoda výkladu.

Z nácvičných metod je čtenější využití nátlakové metody v hlavní části hodiny, kdy učitel povzbuzoval žáky při posilovacích kondičních cvičeních.

U metod tréninkových byla nejvyužívanější posilovací kondiční cvičení, a to v hlavní části. V průpravných částech metody výcviku použity skoro nebyly. Metoda kruhového tréninku je zapsána v tabulce s četností pouze jedenkrát, byla totiž obsahem celé hodiny.

Tyto hodiny byly převážně testovací, proto nejsou ostatní metody zaznamenány, docházelo totiž pouze k zjištění fyzické zdatnosti a nešlo o tréninkovou jednotku, která by přímo vedla ke zvyšování pohybových schopností.

4.3.2 Diskuse k výsledkům pozorování výchovných metod

Výzkum byl zaměřen pouze na tři nejvyužívanější výchovné metody, a to na příklad učitele, metodu odměny a trestu a metodu přesvědčování.

Příklad učitele patří mezi nejdůležitější metody výchovy, je tedy nevhodné, aby učitel tělesné výchovy chodil pozdě do vyučovacích hodin. Proto je překvapivý jejich postoj pouze z padesátiprocentního dodržování včasného příchodu do hodin. Naopak co se týče vhodného sportovního oblečení, byli učitelé skoro ve všech případech dobře připraveni na hodiny tělesné výchovy, což přispívá k přirozené autoritě u žáků. Dále byl sledován způsob komunikace učitele se žáky. Zaměřili jsme se na spisovnost jejich jazyka. Většina učitelů používala spisovný jazyk pouze s občasnými hovorovými prvky. Kvůli časté nekázní také učitelé volili nespisový jazyk bližší a používanější u žáků. Velmi nevhodné je také u vyučujících využívání vulgarismů, které rozhodně nemá kladný výchovný efekt.

Sledovanou výchovnou metodou byla také metoda odměny a trestu. Výsledky prokázaly, že učitelé tělesné výchovy používají nejčastěji aktuální pochvalu, která kladně motivuje žáky k další pohybové činnosti více než hodnocení na konci vyučovací hodiny, které je většinou zaměřené na třídu jako celek, ale nehodnotí žáka jako jednotlivce v daných situacích. Naopak při nekázní vyučující nejvíce používali tělesné tresty – cvičení a pokárání. V šesti případech učitelé uplatnili dokonce i přiměřené fyzické tresty, většinou pohlavek a jednou dokonce nakopnutí do zadní části těla. Tělesné tresty jsou do jisté míry použitelné jako vhodný výchovný prostředek.

Výsledky prokázaly nízkou četnost ve využívání metody přesvědčování. Někteří učitelé tělesné výchovy ztrácí zájem neustále vysvětlovat žákům - proč nemají mluvit sprostě, proč tyto cviky jsou důležité, proč nesmí nosit do hodin různé předměty a tak dále. Tato metoda by měla být více uplatňována, protože naplní práce učitele přeci je i vychovávat žáky.

5 Závěr

Cílem diplomové práce bylo zjistit, jaké vyučovací a výchovné metody učitelé tělesné výchovy uplatňují ve výuce na základních školách na Budějovicku.

Pro splnění cíle bylo nutno vykonat hned několik úkolů. Prvním úkolem práce bylo studium literatury a následné sestavení zápisových archů, v kterých byly přehledně uspořádány vyučovací a výchovné metody.

Druhým úkolem bylo vyhledat seznam základních škol a náhodným výběrem vybrat sedm základních škol. Pro výzkum byla zvolena metoda pozorování. Odpozorováno bylo celkem čtyřicet hodin tělesné výchovy.

Výsledky pozorování vyučovacích a výchovných metod byly porovnávány z několika hledisek. Odpozorované hodiny tělesné výchovy byly hodnoceny celkově, dále z hlediska dělení na chlapecké a dívčí třídy, z hlediska obsahu a struktury vyučovací hodiny. Z výchovných metod byly vybrány tři nejpoužívanější metody. Byl sledován včasný příchod učitelů do výuky, vhodné sportovní oblečení, způsob komunikace mezi učitelem a žáky, uplatňování metody odměny a trestu a metody přesvědčování.

Z výsledků vyplývá, že učitelé tělesné výchovy na základních školách uplatňují nejvíce metodu slova, a to metodu pokynů. Druhou nejvyužívanější metodou byla metoda přímé ukázky. Z metod nácviku byla nejvíce zastoupena metoda opakování. Překvapivá byla nízká četnost využívání metody hrou a soutěžení. Tréninkové metody byly méně zastoupeny. Nejvyužívanější byla metoda posilovacích kondičních cvičení. Z metod prověřování a hodnocení byla učiteli jednoznačně nejvíce uplatňována metoda průběžného pozorování a hodnocení.

Bylo zjištěno, že polovina učitelů tělesné výchovy nechodí včas do vyučování. Většina je vhodně sportovně oblečena. Dále jako způsob komunikace více učitelů uplatňuje spisovný jazyk s občasnými hovorovými prvky. Z metod odměny a trestu je nejčastěji používána pochvala. Jako nejčastější trest bylo zařazováno cvičení navíc.

Z výsledků práce vyplývá několik doporučení pro zlepšení současného stavu výuky při hodinách tělesné výchovy:

- učitelé by se měli lépe připravovat a plánovat hodiny, a to z důvodu absence závěrečné části hodin,

- v přípravě budoucích učitelů by se měl dávat větší důraz na důkladnější seznámení a zvládnutí vyučovacích a výchovných metod,
- učitelé tělesné výchovy by měli častěji při výuce využívat metody hry a soutěžení,
- pro zkvalitnění výuky by bylo též vhodné zařazení metody nepřímé ukázky a častější využití moderních pomůcek.

Tato doporučení by mohla vést ke zlepšení tělovýchovného procesu, kde se učitelé tělesné výchovy na základních školách většinou omezují na využití takových vyučovacích metod, které vedou hodiny tělesné výchovy ke stereotypu a žáci díky tomu ztrácejí zájem a nejsou motivováni do další práce.

6 Bibliografická citace

1. Berdychová, J. a Kol. (1978). *Tělesná výchova pro studující učitelství základní školy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
2. Dvořáková, H. (2007). *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta.
3. Frano, J. a Kol. (1984). *Tělesná výchova pro 1. a 2. ročník středních škol*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
4. Frömel, K. (1986). *Vyučovací jednotka tělesné výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého.
5. Frömel, K. (1987). *Úvod do didaktiky tělesné výchovy I*. Olomouc: Univerzita Palackého.
6. Frömel, K. (2002). *Kompendium psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: Fakulta tělesné výchovy a sportu.
7. Hondlík, J., Krejčí, M., Řepka, E. & Šebrle, Z. (1995). *Didaktika školní tělesné výchovy dětí mladšího školního věku*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta.
8. Houška, T. (1991). *Škola hrou*. Praha: T. Houška.
9. Hrabal, V., Man, F. & Pavelková, I. (1984). *Psychologické otázky motivace ve škole*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
10. Choutka, M. & Dovalil, J. (1991). *Sportovní trénink*. Praha: Olympia: Karolinum.
11. Chrástka, M. (2007). *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada.
12. Klimtová, H. (2004). *Didaktika tělesné výchovy pro učitele primárního vzdělávání*. Ostrava: Ostravská univerzita, Pedagogická fakulta.
13. Klimtová, H. & Skeřil, M. (1987). *Vybrané kapitoly z didaktiky tělesné výchovy pro studující učitelství 1. stupně ZŠ*. Ostrava: Ostravská univerzita, Pedagogická fakulta.
14. Kozlík, J. a Kol. (1974). *Tělesná výchova pro vychovatele I*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
15. Kurelová, M. a Kol. (1990). *Kapitoly z obecné didaktiky z hlediska řízení vyučovacího procesu*. Ostrava: Ostravská univerzita, Pedagogická fakulta.

16. Liba, J. (1996). *Didaktika telesnej a športovej výchovy žiakov mladšieho školského veku*. Prešov: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach, Pedagogická fakulta.
17. Matvejev, L. P. a Kol. (1976). *Teorie a didaktika tělesné výchovy a sportu*. Praha: Olympia.
18. Melka, M. (1986). *Didaktika tělesné výchovy*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, pedagogická fakulta.
19. Mojžíšek, L. (1975). *Vyučovací metody*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
20. Mužík, V. & Hurychová, A. (1994). *K novému pojetí didaktiky tělesné výchovy*. Brno: Masarykova univerzita.
21. Mužík, V. & Krejčí, M. (1997). *Tělesná výchova a zdraví*. Olomouc: Hanex.
22. Nelešovská, A. & Spáčilová, H. (2003). *Didaktika III*. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta.
23. Pernicová, H., Bělková, T., Javůrek, J., Kyrálová, M., Labuťová, J. & Strnad, P. (1993). *Zdravotní tělesná výchova*. Praha: Fortuna.
24. Rychtecký, A. & Fialová, L. (2002). *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Univerzita Karlova.
25. Skalková, J. (1995). *Za novou kvalitou vyučování*. Brno: Paido.
26. Skalková, J. a Kol. (1983). *Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
27. Stračár, E. (1977). *Systém a metody riadenia učebného procesu*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladatelství.
28. Strejc, J. (2007). *Využívání spektra didaktických řídicích stylů ve vyučovacích jednotkách tělesné výchovy na základních školách v okrese Příbram*. Diplomová práce, Jihočeská univerzita, České Budějovice.
29. Sýkora, F. & Kostková, J. a Kol. (1985). *Didaktika tělesné výchovy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
30. Štumbauer, J. (1990). *Základy vědecké práce v tělesné kultuře*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta.
31. Trunečková, E. a Kol. (1996). *Vybrané kapitoly z didaktiky telesnej výchovy a športu detí mladšieho školského veku*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, Pedagogická fakulta.

32. Tupý, J., Sýkora, B., Frömel, K. & Frano, J. (1990). *Tělesná a sportovní výchova pro 5. – 8. ročník základní školy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
33. Vilímová, V. (2002). *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido.
34. Zelina, L. & Nelešovská, A. (1983). *K soustavě didaktických zásad a vyučovacích metod*. Olomouc: Univerzita Palackého, Pedagogická fakulta.

7 Přílohy

Příloha 1 – Zápisový arch na vyučovací metody

Příloha 2 – Zápisový arch na výchovné metody

Příloha 1

Zápisový arch na vyučovací metody

Škola: Téma: Vyučující:
 Místo: Počet žáků: Datum:
 Třída: Úkol hodiny: Hodina:

VYUČOVACÍ METODY:	ÚVODNÍ ČÁST	PRŮPRAVNÁ ČÁST	HLANÍ ČÁST	ZÁVĚREČNÁ ČÁST
A) M. SEZNÁMENÍ S UČIVEM				
m. názoru - ukázka - přímá				
- nepřímá				
m. slova - m. výkladu				
- m. pokynů				
- m. dotazování				
- m. rozhovor, besed				
B) M. NÁCVIKU				
m. napodobení				
m. opakování				
m. pohyb. úkolu				
m. pasivního pohybu				
m. pohyb. kontrastu				
m. nátlaková				
m. hrou				
m. soutěžní				
m. domácího úkolu				
m. memorování				
C) M. VÝCVIKU (TRÉNINKOVÉ)				
m. interval. tréninku				
m. dávkování				
m. standardního zatížení				
m. střídavého zatížení				
kruhový provoz				
kruhový trénink				
posilovací kondiční cvičení				
doplňková cvičení				
volná cvičení				
D) M. PROVĚŘOVÁNÍ A HODNOCENÍ				
m. průběž. pozorování a hodnocení				
m. kontrol. prověrek a závěr. hodnocení				
m. klasifikace				

Příloha 2

Zápisový arch na výchovné metody

VÝCHOVNÉ METODY			
Příklad učitele	včasnost do hodin	ANO	NE
	sportovní oblečení	ANO	NE
	komunikace		
Přesvědčování			
Odměna a trest	pochvala		
	veřejné hodnocení		
	cena		
	vytvoření nesouhlasu		
	odmítnutí		
	pokárání		
	tělesné tresty - cvičení		
	tělesné tresty - pohlavky		