

UNIVERZITA KARLOVA  
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**FÓRUM KINANTROLOGIE 2016**

**Vzdělávání v kinantropologii**

Editoři

Petra Matošková  
Jan Chrudimský

Sborník abstraktů, textů a prezentací z konference  
„Fórum kinantropologie: vzdělávání v kinantropologii“  
pořádané ve dnech 21. – 22. 9. 2016

***Konference byla příspěvkem k řešení výzkumných záměrů a projektů:***

- Program PRVOUK č. 39, č. 38, č. 15 na Univerzitě Karlově
- Projekt „Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví“ na Masarykově univerzitě (MUNI/A/0963/2015)
- Program „Pohyb a výživa“ MŠMT a NÚV ve spolupráci s pedagogickými fakultami

Pořadatel: UK FTVS pod záštitou proděkana pro vědu prof. Václava Bunce ve spolupráci s KTVVZ PdF MU Brno

Místo konání: Rekreační a školicí středisko České pošty MORAVEC na Vysočině

Odborní garanti: doc. PhDr. Viléma Novotná (UK FTVS)  
doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc. (MU PdF)

Editoři: PhDr. Petra Matošková, Ph.D.  
Mgr. Jan Chrudimský, Ph.D.

© Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Praha 2016

**ISBN 978-80-87647-32-5**

## ÚVODEM

Předkládaná elektronická publikace je sestavena z abstraktů, textů příspěvků a prezentací přednesených na konferenci „**Fórum kinantropologie: vzdělávání v kinantropologii**“, která byla uspořádána ve dnech 21. – 22. 9. 2016 v Moravci. Jednalo se o tradiční celorepublikové setkání akademických pracovníků zabývajících se otázkami vzdělávání v kinantropologii.

V průběhu konference zazněly příspěvky věnované problematice vzdělávání v kinantropologii.

*Ústřední témata byla:*

- Pohybová gramotnost ve vzdělávacích programech
- Pohybová gramotnost v ČR
- Nové poznatky z výzkumu kurikula tělesné výchovy

Konference byla pořádána pro podporu výsledků výzkumných projektů PRVOUK č. 39, 38 a č. 15 řešených na Univerzitě Karlově, projektu „Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví“ na Masarykově univerzitě (MUNI/A/0963/2015) a programu MŠMT a NÚV „Pohyb a výživa“ řešeného ve spolupráci s pedagogickými fakultami.

Z odborné diskuse vyplynula potřeba další úzké odborné spolupráce na přípravě koncepčních materiálů týkajících se procesu vzdělávání v tělesné výchově a sportu.

Abstrakty, texty i prezentace jsou řazeny podle abecedního pořadí příjmení hlavních autorů.

Za jazykovou a odbornou úroveň odpovídají autoři jednotlivých příspěvků.

Petra Matošková a Jan Chrudimský

Editoři

## OBSAH

### **ÚVAHA NAD VYBRANÝMI ODBORNÝMI VÝRAZY V KINANTROPOLOGII..... 6**

IRENA ČECHOVSKÁ; TEREZA NOVÁKOVÁ

### **VERBÁLNÍ PROJEV A POHYBOVÉ CHOVÁNÍ UČITELE V INSTRUKCI..... 7**

IRENA ČECHOVSKÁ; JAN CHRUDIMSKÝ

### **PODÍL ŠKOLNÍ POHYBOVÉ AKTIVITY NA CELODENNÍ POHYBOVÉ AKTIVITĚ ADOLESCENTŮ ..... 8**

LUKÁŠ JAKUBEC; KAREL FRÖMEL; DOROTA GROFFIK

### **PODPORA GRAMOTNOSTI V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ MULTIMEDIÁLNÍMI ELEKTRONICKÝMI MATERIÁLY..... 10**

HANA JANOŠKOVÁ; HANA ŠERÁKOVÁ

### **DÍLČÍ KOMPARACE PROJEKTOVANÉHO KURIKULA TĚLESNÉ VÝCHOVY V ČESKÉ REPUBLICE, NIZOZEMSKU A ŠVÉDSKU..... 11**

MICHAL LUPAČ

### **EDUKAČNÍ PROGRAM POHYB A VÝŽIVA – VÝSLEDKY A KURIKULÁRNÍ PERSPEKTIVY ..... 12**

VLADISLAV MUŽÍK; DANIELA JONÁŠOVÁ; MAREK TRÁVNÍČEK; JAROSLAV VRBAS A KOL.

### **POJETÍ GYMNASTICKÉ GRAMOTNOSTI V PROGRAMECH VZDĚLÁVÁNÍ ..... 13**

VILÉMA NOVOTNÁ; IVETA HOLÁ

### **VYBRANÉ OTÁZKY VÝUKY PLAVÁNÍ NA STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH ..... 14**

JITKA POKORNÁ

### **VÝSLEDKY Z POKUSNÉHO OVĚŘOVÁNÍ PROGRAMU HODINA POHYBU NAVÍC..... 15**

JAN TUPÝ

### **POHYBOVÁ GRAMOTNOST V ČESKÉ REPUBLICE..... 16**

JANA VAŠIČKOVÁ

### **PŘEDSTAVENÍ TESTOVÉ BATERIE POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ “MOBAK” – MOŽNOSTI UPLATNĚNÍ JAKO SOUČÁST KURIKULA VE ŠKOLNÍ TV..... 17**

JAROSLAV VRBAS; MAREK TRÁVNÍČEK; PETR VLČEK

# **Abstrakty**

# ÚVAHA NAD VYBRANÝMI ODBORNÝMI VÝRAZY V KINANTROPOLOGII

*Irena Čechovská<sup>1</sup>; Tereza Nováková<sup>2</sup>*

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu

<sup>1</sup>Katedra plaveckých sportů

<sup>2</sup>Katedra fyzioterapie

## **Abstrakt**

Zjednodušeně lze říci, že kinantropologie se zabývá pohybem člověka a také pohybujícím se člověkem. Proto jsou termíny pohyb, pohyby, motorika, ideomotorika, senzomotorika, pohybová aktivita, motorická dovednost, pohybová schopnost pro porozumění v rámci oboru tak důležité. Máme je nadefinované tak jasně, jednoznačně a přesně, jak bychom potřebovali? Panuje všeobecná shoda na jejich obsahu, významu. V jakém jsou vzájemném vztahu? Ve sdělení se pokusíme vyjádřit se jen k některým vybraným termínům, které využívá jak neurofyziologie, tak společensko vědně zaměřená kinantropologie.

## **Klíčová slova**

kinantropologie, pohyb, motorika, pohybová činnost, ideomotorika, senzomotorika



# VERBÁLNÍ PROJEV A POHYBOVÉ CHOVÁNÍ UČITELE V INSTRUKCI

*Irena Čechovská<sup>1</sup>; Jan Chrudimský<sup>2</sup>*

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu

<sup>1</sup>Katedra plaveckých sportů

<sup>2</sup>Katedra gymnastiky

## **Abstrakt**

Verbální projev učitele tělesné výchovy byl v řadě prací poměrně komplexně sledován. Z nich je patrný zájem o výzkumnou problematiku a přikládání významu kvalitě komunikace mezi učitelem a žákem. Poněkud opomíjeným výzkumným tématem je role a význam pohybového chování učitele v různých činnostech. Pohybová ukázka, instrukce či korekce mají významnou roli při utváření představy o kvalitě provedení pohybového úkolu či jeho korekci. Cílem příspěvku je ukázat možnosti analýzy pohybového chování učitele v instrukci na příkladu zadání pohybového úkolu v plavání.

## **Klíčová slova**

komunikace, didaktická interakce, verbální projev učitele, pohybový projev učitele



## PODÍL ŠKOLNÍ POHYBOVÉ AKTIVITY NA CELODENNÍ POHYBOVÉ AKTIVITĚ ADOLESCENTŮ

*Lukáš Jakubec<sup>1</sup>; Karel Frömel<sup>1</sup>; Dorota Groffik<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, Institut aktivního životního stylu,

<sup>2</sup>Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach, Katedra teorii i metodyki wychoania fizycznego

### **Abstrakt**

S rozvojem společnosti vzrůstají nároky na edukaci mládeže. Edukační systém a edukační proces významně ovlivňuje životní styl, ale i zdravotní stav mládeže. Podpora a prosazování zdravého životního stylu v celé společnosti a zvláště u mládeže je proto jedním z nejaktuálnějších úkolů současnosti. Školní pohybová aktivita tak zaujímá nezastupitelnou roli v životním stylu mládeže.

Cílem příspěvku je v přirozených podmínkách zjistit poměr školní pohybové aktivity (PA) vzhledem k celkové PA u adolescentů. Dále pak zjistit diference v poměru školní PA vzhledem k celkové PA u adolescentů na středních školách v Moravském a Katowickém regionu.

Sběr dat probíhal v období jaro 2011 až podzim 2015. Pro odhad objemu školní a celkové PA byl použit dotazník IPAQ–long a dále pedometr Yamax DigiWalker SW–700. Výzkumu se zúčastnilo 921 participantů, z toho 324 chlapců a 587 děvčat ze 23 středních škol Moravského a 17 středních škol Katowického regionu.

Dotazník IPAQ–long ukázal, že poměr týdenní školní PA vzhledem k celkové týdenní PA byl u českých chlapců 31 %, u polských chlapců 42 %, u českých děvčat 25 % a u polských děvčat 34 %. Tyto poměry celkové školní PA naznačují větší zapojení polských chlapců ( $p = 0.002$ ) a děvčat ( $p < 0.001$ ) oproti českým chlapcům a děvčatům ( $H = 51.84$ ;  $p < 0.001$ ;  $\eta^2 = 0.065$ ). Statisticky signifikantní rozdíly v poměru školní PA vzhledem k celkové PA vyjádřené pomocí počtu kroků byly zjištěny mezi jednotlivými regiony u chlapců i děvčat. Polští adolescenti mají prokazatelně větší poměr školní PA oproti českým. Rozdíl je s největší pravděpodobností způsoben rozdílným počtem týdenní dotace vyučovacích jednotek tělesné výchovy. Zjištěný objem 31 % školní PA u českých chlapců a 25 % u děvčat však není bezpodmínečně nutné pokládat za alarmující, protože odpovídá času strávenému ve škole.



Příspěvek byl řešen v rámci grantu Grantové agentury České republiky (reg. číslo 13-32935S) s názvem „Objektivizace komplexního monitoringu školního fyzického a psychického zatížení adolescentů v kontextu s fyzickou a psychickou kondicí“

**Klíčová slova**

IPAQ, pedometr, škola, pohybová aktivita



## PODPORA GRAMOTNOSTI V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ MULTIMEDIÁLNÍMI ELEKTRONICKÝMI MATERIÁLY

*Hana Janošková; Hana Šeráková*

Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta, katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

### **Abstrakt**

Průpravná část hodiny bývá považována za důležitou součást tělesné výchovy, přesto je jí často věnována menší pozornost při přípravě než částem ostatním. V našem výzkumném šetření jsme se zaměřili na přípravu a realizaci průpravné části studenty při jejich vyučovacích pokusech. Na základě výsledků jsme upravili výuku v dotčených předmětech a vytvořili metodické materiály pro přípravu rušné a průpravné části hodiny tělesné výchovy pro děti mladšího školního věku.

V letech 2013 – 2015 se výzkumu zúčastnilo 210 studentů 1. a 4. ročníku Učitelství pro 1. stupeň ZŠ. Z pozorování, rozhovorů a dotazníkového šetření vyplynulo, že se při přípravě rozcvičení v tělesné výchově v rámci primárního vzdělávání potýkají s několika základními problémy: sestavení a výběr cviků, nedostatek vhodných, moderních a odborně erudovaných publikací na dané téma, vhodná motivace. Na základě zjištění byly vytvořeny multimediální elektronické materiály pro podporu tvorby rozcvičení ve školní tělesné výchově.

### **Klíčová slova**

primární vzdělávání, mladší školní věk, tělesná výchova, průpravná část hodiny, rozcvičení, dotazník, rozhovor, pozorování, multimediální elektronické materiály



# DÍLČÍ KOMPARACE PROJEKTOVANÉHO KURIKULA TĚLESNÉ VÝCHOVY V ČESKÉ REPUBLICE, NIZOZEMSKU A ŠVÉDSKU

*Michal Lupač*

Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

## **Abstrakt**

Cílem příspěvku je přispět do debaty o kvalitě českého kurikulárního dokumentu pro TV na úrovni ISCED 1. Problémovými tématy, kterými se komparace zabývá, jsou návodnost a vnitřní kongruence dokumentů ve sledovaných evropských státech. Příspěvek se okrajově zabývá též obsahem jednotlivých komponent kurikula. Výsledky naznačují, že všechny zmíněné dokumenty (či jejich systémy) dosahují v rámci vnitřní kongruence a návodnosti různé úrovně.

Příspěvek vznikl s podporou projektu specifického výzkumu MUNI/A/0963/2015 „Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví“ realizovaného na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity v Brně.

## **Klíčová slova**

komparace, tělesná výchova v Nizozemsku, tělesná výchova ve Švédsku, Rámcový vzdělávací program, vnitřní kongruence, návodnost



# EDUKAČNÍ PROGRAM POHYB A VÝŽIVA – VÝSLEDKY A KURIKULÁRNÍ PERSPEKTIVY

*Vladislav Mužík; Daniela Jonášová; Marek Trávníček; Jaroslav Vrbas a kol.*

Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

## **Abstrakt**

Pokusné ověřování účinnosti programu zaměřeného na změny v pohybovém a výživovém režimu žáků základních škol (Pohyb a výživa) bylo Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy vyhlášeno v roce 2013. Edukační program Pohyb a výživa, na jehož koncipování se podíleli autoři příspěvku, byl ověřován v letech 2013 až 2015 na 33 pilotních školách v celé ČR. Ověřování se zúčastnili zástupci kateder tělesné výchovy ze všech pedagogických fakult ČR. Výsledky ověřování jsou dostupné na webových stránkách programu Pohyb a výživa.

Výstupem z pokusného ověřování jsou závěry a doporučení, které jsou aktuálně připravovány k realizaci. Klíčové bude začlenění navržených opatření do kurikula základních škol a následná realizace upraveného kurikula v pedagogické praxi. Příspěvek upozorňuje na základní navržená opatření i na příslib Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy naplňovat přijatá doporučení.

Příspěvek vznikl v rámci řešení projektu GA MU Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví (MUNI/A/0963/2015) v návaznosti na pokusné ověřování programu Pohyb a výživa.

## **Klíčová slova**

pohybová aktivita, pohybový režim, výživa, výživový režim, kurikulum, základní školství, pokusné ověřování



# POJETÍ GYMNASTICKÉ GRAMOTNOSTI V PROGRAMECH VZDĚLÁVÁNÍ

*Viléma Novotná; Iveta Holá*

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, katedra gymnastiky

## **Abstrakt**

Pro široký inventář základních gymnastických činností pro různé skupiny populace používáme v posledním období název gymnastická gramotnost. Chápeme ji jako podřízený pojem vycházející z pohybové gramotnosti, jako specificky zaměřený pohybový projev s akcentem na estetické ztvárnění pohybu při osvojování si techniky cvičení bez náčiní a s náčiním. Vybrané soubory gymnastických cvičení se významně podílejí na obsahu pohybové gramotnosti. Přispívají zejména uvědomělým a řízeným provedením pohybu (polohy, pohyby, lokomoce, rovnováha, flexibilita, orientace v prostoru atd.), rytmizací pohybu a podněcováním pohybové tvořivosti.

Použití pojetí a obsahu pohybové gramotnosti, respektive gymnastické gramotnosti, v procesu vzdělávání, dokládají např. uvedené recenzované články a příspěvky, které se problematikou pohybové gramotnosti a její vazbou na gymnastiku zabývají.

## **Klíčová slova**

pohybová gramotnost, gymnastika, pohybový projev, rytmus pohybu



## VYBRANÉ OTÁZKY VÝUKY PLAVÁNÍ NA STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH

*Jitka Pokorná*

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, katedra plaveckých sportů

### **Abstrakt**

Problematika příspěvku vychází z dílčího výstupu PRVOUK 15.

Příspěvek zahrnuje poznatky z výzkumného šetření TV na středních školách a dále z dotazování středoškolských učitelů tělesné výchovy k realizaci hodin plavání na základě ŠVP. Snahou příspěvku je naznačit současnou praxi, ale především doporučení a praktické možnosti výuky plavání na současných středních školách.

Z šetření vyplynulo, že plavání bývá zařazeno do ŠVP přibližně na 1/3 středních škol a je pedagogicky zajišťováno učiteli TV daných škol. Osobní rozhovory s učiteli však naznačily určité nedostatky v odborném vzdělání pro problematiku vlastní plavecké výuky a to především pro oblast zdokonalovací etapy výuky, včetně možností využití různorodých aktivit, které v současnosti nabízí praxe na bazénech.

Závěr příspěvku uvádí obsahové nastavení předmětu Didaktika plavání na UK FTVS, který je již řadu let vyučován jako povinný předmět v magisterském studiu a který má snahu poskytnout studentům zázemí a širší rozhled v oblasti plavání a pohybových aktiv ve vodě jako možnosti celoživotních aktivit s úzkou vazbou na zdraví člověka a aktivní životní styl.

### **Klíčová slova**

vzdělávání, střední školy, učitelé tělesné výchovy, plavání



# VÝSLEDKY Z POKUSNÉHO OVĚŘOVÁNÍ PROGRAMU HODINA POHYBU NAVÍC

*Jan Tupý*

Nezávislý expert

## **Abstrakt**

MŠMT vyhlásilo pro rok 2015/2016 pokusné ověřování výuky pohybových aktivit v rámci školních družin pro žáky 1. - 3. ročníků základních škol s názvem "Hodina pohybu navíc". Do programu vstoupilo 167 škol. Názory na zařazení a průběh této výuky vyjadřovali ředitelé, učitelé a rodiče žáků. Současně evaluátoři programu navštívili hodiny na 129 školách a zaznamenali své zkušenosti na web programu. Prezentace přináší nejdůležitější informace o programu Hodina pohybu navíc a některá statistická data týkající se ověřování tohoto programu. Shrnuje stručné závěry a doporučení z ověřování programu a informuje o dalších záměrech MŠMT při realizaci druhého roku ověřování tohoto programu.

## **Klíčová slova**

pokusné ověřování, program Hodina pohybu navíc, pohybové aktivity ve školní družině



## POHYBOVÁ GRAMOTNOST V ČESKÉ REPUBLICE

*Jana Vašíčková*

Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, katedra společenských věd v kinantropologii

### **Abstrakt**

Příspěvek představuje koncept pohybové gramotnosti tak, jak ho prezentuje hlavní autorka Margaret Whitehead. Popisujeme také další pohledy na pohybovou gramotnost, jak je vnímána v Austrálii, v Kanadě, v Anglii, ve Walesu, ve Spojených státech Amerických a v Severním Irsku. Nabízíme také vlastní definici pohybové gramotnosti, která by mohla být přijata širokou odbornou i laickou veřejností. Příspěvek je doplněn výzkumnými zjištěními z oblasti motivace k pohybové aktivitě, znalostí o zdraví a pohybových aktivitách adolescentů a budoucích učitelů TV, vztahu žáků k vyučovacím jednotkám tělesné výchovy a aktivní realizace pohybových aktivit v rámci zdravého životního stylu dospělých. Tímto chceme podpořit šíření daného konceptu a zároveň navázat na odbornou diskusi z loňského semináře ve Stráži nad Nežárkou.

### **Klíčová slova**

gramotnost, pohybová gramotnost, motivace, pohybová kompetence, pohybová aktivita, zdravý životní styl





# PŘEDSTAVENÍ TESTOVÉ BATERIE POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ “MOBAK” – MOŽNOSTI UPLATNĚNÍ JAKO SOUČÁST KURIKULA VE ŠKOLNÍ TV

*Jaroslav Vrbas; Marek Trávníček; Petr Vlček*

Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta, katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

## **Abstrakt**

Vzdělávání žáků na základní škole se odvíjí od kurikula RVP. V rámci jednotlivých předmětů jsou určeny kompetence a cíle, kterých má žák dosáhnout za určitý časový úsek. Aby bylo možné zaznamenat dosažené kompetence a cíle také v TV, je nezbytné vytvářet nástroje hodnocení, které jsou prakticky použitelné pro školní TV. Cílem tohoto příspěvku je představení mezinárodní spolupráce založené na ověřování testové baterie MOBAK jako jedné z možností využití testů pohybových dovedností ve školní TV na úrovni ISCED 1. Prvotní výsledky měření (n357) ukazují, že výsledky dané věkové skupiny jsou podobné jako v ostatních evropských zemích. Také na základě zpětné vazby zúčastněných učitelů můžeme konstatovat, že se testová baterie pohybových dovedností MOBAK 1 setkala s kladnou odezvou v praxi. Domníváme se, že je potřeba ověřit možnosti této baterie na větším počtu testovaných, a proto se snažíme o navázání hlubší spolupráce.

Tento příspěvek vznikl s podporou projektu specifického výzkumu MUNI/A/0963/2015 „Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví“ realizovaného na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity v Brně.

## **Klíčová slova**

kurikulum, pohybové dovednosti, testová baterie, MOBAK 1, mladší školní věk



# Texty a prezentace

<b>ÚVAHA NAD VYBRANÝMI ODBORNÝMI VÝRAZY V KINANTROPOLOGII.....</b>	<b>19-45</b>
IRENA ČECHOVSKÁ; TEREZA NOVÁKOVÁ	
<b>VERBÁLNÍ PROJEV A POHYBOVÉ CHOVÁNÍ UČITELE V INSTRUKCI.....</b>	<b>46-52</b>
IRENA ČECHOVSKÁ; JAN CHRUDIMSKÝ	
<b>PODÍL ŠKOLNÍ POHYBOVÉ AKTIVITY NA CELODENNÍ POHYBOVÉ AKTIVITĚ ADOLESCENTŮ .....</b>	<b>53-61</b>
LUKÁŠ JAKUBEC; KAREL FRÖMEL; DOROTA GROFFIK	
<b>PODPORA GRAMOTNOSTI V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ MULTIMEDIÁLNÍMI ELEKTRONICKÝMI MATERIÁLY.....</b>	<b>62-70</b>
HANA JANOŠKOVÁ; HANA ŠERÁKOVÁ	
<b>DÍLČÍ KOMPARACE PROJEKTOVANÉHO KURIKULA TĚLESNÉ VÝCHOVY V ČESKÉ REPUBLICE, NIZOZEMSKU A ŠVÉDSKU.....</b>	<b>71-90</b>
MICHAL LUPAČ	
<b>EDUKAČNÍ PROGRAM POHYB A VÝŽIVA – VÝSLEDKY A KURIKULÁRNÍ PERSPEKTIVY .....</b>	<b>91-112</b>
VLADISLAV MUŽÍK; DANIELA JONÁŠOVÁ; MAREK TRÁVNÍČEK; JAROSLAV VRBAS A KOL.	
<b>POJETÍ GYMNASTICKÉ GRAMOTNOSTI V PROGRAMECH VZDĚLÁVÁNÍ .....</b>	<b>113-120</b>
VILÉMA NOVOTNÁ; IVETA HOLÁ	
<b>VYBRANÉ OTÁZKY VÝUKY PLAVÁNÍ NA STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH .....</b>	<b>121-131</b>
JITKA POKORNÁ	
<b>VÝSLEDKY Z POKUSNÉHO OVĚŘOVÁNÍ PROGRAMU HODINA POHYBU NAVÍC.....</b>	<b>132-148</b>
JAN TUPÝ	
<b>POHYBOVÁ GRAMOTNOST V ČESKÉ REPUBLICE.....</b>	<b>149-183</b>
JANA VAŠÍČKOVÁ	
<b>PŘEDSTAVENÍ TESTOVÉ BATERIE POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ “MOBAK” – MOŽNOSTI UPLATNĚNÍ JAKO SOUČÁST KURIKULA VE ŠKOLNÍ TV.....</b>	<b>184-206</b>
JAROSLAV VRBAS; MAREK TRÁVNÍČEK; PETR VLČEK	

# Úvaha nad vybranými odbornými výrazy v kinantropologii

**Irena Čechovská<sup>1</sup>; Tereza Nováková<sup>2</sup>**

Univerzita Karlova

Fakulta tělesné výchovy a sportu

<sup>1</sup>Katedra plaveckých sportů

<sup>2</sup>Katedra fyzioterapie

# Dobrý (2007)

Pokud má být odborný jazyk skutečně společným jazykem, pak je nutné, aby dohodnuté rozumění významům slov bylo respektováno,

a je třeba usilovat:

- o minimalizaci významových rozdílů při denotaci
- o omezení nežádoucí, matoucí konotace.

# Denotace, konotace (připomenutí)

**Pojem denotace** se vztahuje k objektivnímu významu nějakého termínu, k takovému, který můžeme najít ve slovníku. Je to význam, který lidé hovořící společným jazykem, připisují určitému slovu.

**Pojem konotace** se vztahuje k subjektivnímu a emocionálnímu významu, který konkrétní mluvčí a posluchači připisují určitému slovu (DeVito, 2008).

# Dobře utvořený termín by měl co nejlépe splňovat následující požadavky

- být v daném oboru jednoznačný,
- neutrální, bez expresivních konotací,
- ustálený,
- popisný - pojmenovávat přesně skutečnost,
- systematický - zapadat do systému,
- mezinárodní - srozumitelný i v jiném jazyce.

# Jaké termíny se objevují v definici kinantropologie



# Kinantropologie I.

Věda, která zkoumá strukturu a funkci účelově zaměřených **pohybových činností** člověka a jejich rozvoj, kultivaci a účinky v definovaných podmínkách prostředí, tj. v tělesné výchově, sportu, fyzioterapii, zdravotní tělesné výchově, rekreaci atd. (Dobrý, 1997; Kovář, Teplý, 1997).

(<http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/kinantropologie>)



# Kinantropologie II.

Kinantropologie je věda, která se zaměřuje na intencionální **tělesné aktivity** člověka, studuje jejich teoretické a aplikované aspekty v širokém kontextu.

(<http://web.ftvs.cuni.cz/hendl/metodologie/definicekinantr.htm>)

# Véle (2006)

- volně definuje kinantropologii jako vědu o lidském **pohybovém chování** (*se zaměřením na sportovní pohyb*).
- vedle termínu **pohyb** užívá také termíny **pohybové chování**, **motorické chování**, **motorika**, **motorická odpověď**, **motorická reakce** (*v neurofyziologickém kontextu*), **pohybová funkce**. Termín pohyb je využíván prakticky vždy v singuláru, ne v plurálu pohyby.

Véle (2006, 2012)



# Zjednodušeně

Kinantropologie se zabývá pohybem člověka a také pohybujícím se člověkem.

# Pohyb, pohyby, motorika, pohybové chování

- pohyb jako fyzikální pojem
- pohyb jako filosofický pojem
- pohyb člověka jako pojem v kinantropologii /kineziologie



# Pohyb člověka

se liší od pohybu neživých hmotných objektů tím,

- že má vlastní zdroj síly
- že je řízen teleologicky za účelem dosažení konkrétního zamýšleného cíle

Souhrnný průběh pohybové činnosti živého objektu tvoří jeho pohybové (motorické) chování.

Pohybové chování je používáno pro hodnocení celkového projevu jednotlivce.

# POHYB

zajišťuje posturální a **lokomoční motorika**  
= hrubá motorika

(a zároveň tvoří podpůrnou a zabezpečovací  
funkci pro účelově cílenou **ideokinetickou**  
**motoriku** = jemnou motoriku)

# Pohyb - pohybová činnost – tělesná aktivita

z citovaných definic kinantropologie

Je-li definován vztah mezi pohybem a pohybem člověka, je definován termín **pohybová činnost** (člověka) dostatečně?

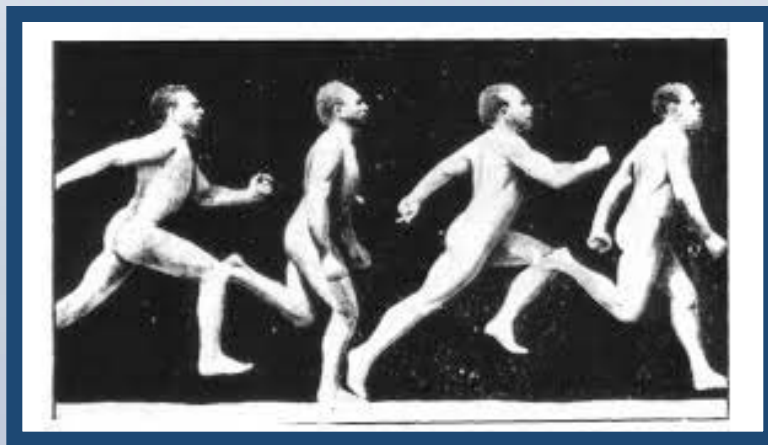
Mají stejný význam slovní spojení **tělesná aktivita** a pohybová aktivita?

Jsou pohybová činnost a **pohybová aktivita** synonyma?

Jak je to s plurálem pohybové činnosti, pohybové aktivity.

# Pohybová aktivita, pohybové aktivity, pohybová aktivnost

K užívání těchto odborných výrazů se opakovaně vyjadřoval Dobrý (2005, 2007, 2011).



<https://encrypted-tbn2.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQraMq4HRn-DUyA3dsASL-ZqOea9Q8k7OiCiv09XtD0JB8OmBhM7A>



# Odborný jazyk kinantropologie

- Je takový jazyk?
- Vyjadřují se stejně nebo rozdílně kinantropolog zaměřený biomedicínsky a společenskovedně.
- Rozdílnosti nemusejí být jen sémantické.
- Jak se vysvětluje pohyb "neurofyziologicky" a jak v teorii sportovního tréninku?

## ÚROVEŇ MOTORICKÝCH SCHOPNOSTÍ

## IDEOMOTORIKA

RYCHLOST  
SÍLA  
VYTRVALOST

VS

gnostické funkce  
(jejich integrace je  
základem pro exekutivní  
fce)



motorické funkce

# Gnostické funkce

## PROPRIOCEPCE (HLUBOKÉ ČITÍ)

- somatognózie (tělesné schéma)
- kinestézie (polohocit, pohybocit)
- stereognózie (hmotnost, velikost, tvar)
- schopnost prostorové orientace bez zrakové kontroly

## ZRAKOVÝ SYSTÉM

- periferní vidění, rychlost blížícího se podnětu

## VESTIBULÁRNÍ SYSTÉM (ROVNOVÁŽNÉ FUNKCE)

- změna polohy těla (hlavy)

## EXTEROCEPCE (POVRCHOVÉ – KOŽNÍ ČITÍ)

## SLUCHOVÝ SYSTÉM

# Motorika, ideomotorika, senzomotorika

- motorika (synonymem je *hybnost*)  
hrubá, jemná motorika, jemná hybnost?
- ideomotorika (neurofyziologie)
- senzomotorika – jaké je opodstatnění tohoto termínu!  
df. soubor procesů spojující oblast smyslovou a motorickou <http://slovník-cizích-slov.abz.cz/web.php/slovník/písmeno/S/stranka/30>

Terapeutický koncept senzomotorické stimulace dle  
Freemana - u nás dle Jandy a Vávrové, 1992

# Učení

- **motorické učení** (Schmidt, Wrisberg, 2008; Hošek, Rychtecký, 1975)
  - **pohybové učení**
  - **senzomotorické učení** (Rychtecký, Fialová, 2004)
- termíny jsou či nejsou užívány shodně

# Termíny, které užívá praxe I.

Bude potřeba orientovat se v termínech:

*pohybová dovednost* (může být jako synonymum motorická?)

*pohybová schopnost* (může být jako synonymum motorická?)

# Termíny, které užívá praxe II.

## **Cvik**

má definovaný účel, způsob provedení, výchozí a konečnou polohu;

## *Kvantitativní hledisko*

**Cvik** je jeden nesložitý pohybový úkol (dovednost, pokud je pohybový úkol zvládnutý)

**Cvičení** je složitější pohybový úkol, nebo více nesložitých úkolů/dovedností?

**Činnost** je více cvičení?

# Termíny, které užívá praxe III.

## Cvičení

dva možné způsoby vnímání:

- jako soubor cviků např. cvičení pro stimulaci svalové síly (posilování)
- jako „hovorový“ výraz pro pohybovou činnost



# Co je chůze

- chůze je pohybová dovednost
- chůze není pohybová dovednost (je to automatismus)
- chůze po patách je pohybová dovednost

# Závěry

- Vzhledem k započítatelným výstupům kde dnes hledat základní definice (aktualizované), jaká je hodnota *učebnic, učebních textů*?
- Vzhledem k započítatelným výstupům chybí fóra, na kterých se sjednocují rozdílné názory, přístupy, odborný jazyk, jaká je hodnota *konference, seminářů*?
- Jak se propojuje kinantropologie biomedicínská a společenskovední – je o propojení zájem nebo se vymezuje rozdíl?

# Závěry

Proč také nemusí panovat shoda v základních termínech:

- zahleděnost do vlastních formulací a rigidita, důvěra ve vlastní jazykovou kreativitu
- pohodlnost až ignorantství, necitlivost k přesným formulacím, nesledování vývoje, kontextu
- **vynucené publikování, rychlost přípravy písemného textu (není čas cizelovat text)**

# Bibliografické odkazy

- De Vito, J. (2008) *Základy mezilidské komunikace*, Praha: Grada.
- Dobrý, L., Svatoň, V., Šafaříková, J., & Marvanová, Z. (1997) *Analýza didaktické interakce v tělesné výchově*. Praha: Karolinum
- Dobrý, L. (2007) Víme, o čem mluvíme, proč o tom mluvíme a proč o tom mluvíme zrovna takto? In Mužík, V., & Süß, V. *Tělesná výchova a zdraví pro 21. století*. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, s. 10-13.
- Hošek, V., & Rychtecký, A. (1975) *Motorické učení*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Janda, V., & Vávrová, M. (1992) Senzomotorická stimulace. *Rehabilitácia*, 25, 14-34.
- Kobesova, A., & Kolar, P. (2014). Developmental kinesiology: three levels of motor control in the assessment and treatment of the motor system. *Journal of bodywork and movement therapies*, 18(1), 23-33.
- Kovář, R., & Teplý, Z. (1997) Ke zrodu nového českého periodika. *Česká kinantropologie*, 1, 1997, č. 1, s. 5-6.
- Nardini, M., & Cowie, D. (2012). *Development of multisensory balance, locomotion and navigation*.
- Rychtecký, A., & Fialová, L. (2004) *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha : Univerzita Karlova.
- Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2008). *Motor learning and performance: A situation-based learning approach*. Human Kinetics.
- Véle, F. (2006) *Kineziologie: Přehled klinické kineziologie a patokineziologie pro diagnostiku a terapii poruch pohybové soustavy*. Praha: Triton.
- Véle, F. (2012) *Vyšetření hybných funkcí z pohledu neurofyzologie*. Praha: Triton.
- URL 1: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Term%C3%ADn>
- URL 2: <http://web.ftvs.cuni.cz/hendl/metodologie/definicekinantr.htm>

**Kontakt:**

PaedDr. Irena Čechovská, CSc.  
UK FTVS, katedra plaveckých  
sportů

J. Martího 31, Praha 6

E-mail: [cechovska@ftvs.cuni.cz](mailto:cechovska@ftvs.cuni.cz)

# VERBÁLNÍ PROJEV A POHYBOVÉ CHOVÁNÍ UČITELE V INSTRUKCI

**Čechovská Irena<sup>1</sup>, Chrudimský Jan<sup>2</sup>**

Univerzita Karlova Fakulta tělesné výchovy a sportu

<sup>1</sup> Katedra plaveckých sportů

<sup>2</sup> Katedra gymnastiky

## Úvod

Dovednost komunikovat se žáky, řečový projev učitele a pohybové chování jsou považovány za významný, ačkoli ve vzdělávání poněkud opomíjený, aspekt činností učitele tělesné výchovy. Dytrtová a Kuhrtová (2009) uvádějí, že mluvený projev je výrazným prostředkem pedagogické komunikace. Na rozdíl od psaných projevů, je přesvědčivější, více citově zabarven, působí přirozeněji, živěji, je tvořen krátkými větami, učitel může využít celou řadu paralingvistických prostředků, může měnit sílu, výšku hlasu, zvážit užití řečnických pomlček, důrazně intonovat. Na řečový projev je však nutné klást vysoké nároky z hlediska kultivovanosti řeči, která by měla být plynulá, srozumitelná, pochopitelná, měla by být postavena na logické struktuře, zachovávat chronologii sdělovaného obsahu. Kultivované vyjadřování učitele má kladný vliv na chování žáků (Fialová, 2010). Zejména pro učitele tělesné výchovy, kteří se pohybují v rozličných prostředích (tělocvična, hřiště, bazén), je velmi důležitá schopnost adekvátně využívat modulační prostředky tj. manipulovat se silou a výškou hlasu, významné je i trvání nebo zabarvení zvuku. Podle Hájkové (2011) modulační prostředky napomáhají souvislý řečový projev členit a podílejí se na utváření smyslu sdělení. Všichni autoři zabývající se problematikou řečového projevu uvádějí i výčet nejčastějších prohřešků, kterých by se měl řečník, v našem případě učitel, vyhnout. Podle Meškové (2012) by se měli učitelé vyvarovat – asociačních skoků, terminologických neadekvátností, neadekvátní práci s paralingvistickými prostředky, nesrozumitelností kontextu ve výpovědi učitele.

Výzkum řečového projevu učitele je problematikou akcentovanou hlavně v předmětech „teoretických“ (matematika, fyzika, český jazyk apod.). Přikládáný význam kultivace řečového projevu učitele např. matematiky či mateřského jazyka je pochopitelný, nýbrž verbální projev je hlavním prostředkem interakce mezi učitelem a žákem. Každé učitelovo

rozhodnutí, ovlivňování, kontrola či hodnocení začíná a končí jeho verbálním projevem. Řečový projev učitele je pak analyzován převážně v kontextu jazykové správnosti a z hlediska oborové didaktiky. Verbální projev učitele tělesné výchovy byl poměrně komplexně sledován v pracích Karáskové (1996); Karáskové a Krobotové (1997); Karáskové a Krobotové (2004).

Analýze řečového projevu studentů UK FTVS v předmětech gymnastiky se věnoval Chrudimský (2015) a interakci mezi učitelem a žákem v předmětech gymnastiky a plavání Chrudimský a Čechovská (2015).

Zkoumání komunikace a interakce v tělesné výchově je etablovanou oblastí empirického výzkumu. Využití rozličných metod (ADI, MADI, CPV videostudie) přináší možnosti zkoumat komunikační akty, chování učitele i žáků, efektivitu a kvalitu vyučovacího procesu i kurikulum samotné (Süss a kol., 2014; Hubená a kol., 2015; Janíková a kol., 2008; Janík a kol., 2006). Poněkud opomíjeným výzkumným tématem je role a význam pohybového chování učitele v různých činnostech. Pohybová ukázka, instrukce či korekce mají významnou roli při utváření představy o kvalitě provedení pohybového úkolu či jeho korekci. Cílem příspěvku je ukázat možnosti analýzy pohybového chování učitele v instrukci na příkladu zadání pohybového úkolu v plavání.

Studie byla schválena Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem 130/2016 dne 28. 6. 2016. Příspěvek vznikl za podpory PRVOUK P15 a P39.

## Východiska

*„Učitel je profesně odpovědný nejen za kvalitu svého verbálního projevu, ale i za úspěch komunikace se žákem“* (Karáskové, Krobotové, 2004, s. 9). *„Traduje se, že při komunikaci získáváme jen část informací prostřednictvím slov. Z toho můžeme odvodit, jak významný a pro komunikaci podstatný je vizuální vjem“* (Hájková, 2011, s. 149). Verbální projev velmi často doprovázejí gesta, mimika, kinetické pohyby těla a další aspekty nonverbální komunikace. Učitelovo pohybové chování<sup>1</sup> v průběhu pedagogické činnosti se odehrává v rovině vědomé či nevědomé nonverbální komunikace. Prostřednictvím vědomé jsou sdělovány důležité aspekty výpovědi učitele. Z pohledu činností učitele v různých fázích výuky je nonverbální komunikace, realizovaná prostřednictvím řízených pohybů těla a jeho částí, zdrojem rychlé a účelné informace. Nonverbální projev učitele může napomáhat porozumění řečového projevu, může zdůraznit důležitost sdělených informací, vyjádřit emoce či postoj nebo je dokonce zcela nahradit.

---

<sup>1</sup> Pohybové chování popisuje např. Véle (1997, s.11) *„Souhrnný průběh pohybové činnosti živého objektu tvoří jeho pohybové chování.“*

Při vzdělávání budoucích učitelů tělesné výchovy je kladen důraz na osvojení si oborově specifických dovedností, kterými jsou např. dovednosti diagnostické či pohybově interpretační v podobě pohybové ukázky, zpětné informace či korekce. Pohybové chování jako součást komunikace učitele tělesné výchovy se žáky je specifické a může se lišit v návaznosti na využívané organizační formy výuky, ve fázích výuky i v rozličných prostředích – hřiště, hala, bazén. V prostředí, kde jsou zhoršené podmínky komunikace (hluk, akustika, velikost prostoru) nabývá nonverbální komunikace na významu. Často je pohybové chování učitele jediným zdrojem informací, na které může žák reagovat.

Z pohledu činností učitele v různých fázích výuky (opakování učiva, zprostředkování nového učiva, procvičování a upevňování učiva apod.) je nonverbální komunikace zásadní. Úspěšnost a efektivitu nonverbální komunikace ovlivňuje řada faktorů. Jedním z nich je kvalita pohybové projevu učitele tělesné výchovy.

Pohybové chování je realizováno a může být hodnoceno v oblasti nonverbální komunikace (např. prostřednictvím výrazů obličeje (mimika), pohybů hlavou a rukou (gestika), tělesného kontaktu (haptika), zaujímání a změn v držení těla (posturika), pohybů končetin a trupu (kinetika), zaujímání prostorových pozic (proxemika), pohledů očí a dále jako výsledek motorického jednání učitele TV při realizaci pohybové ukázky, korekce či zpětné informace nebo poskytování dopomoci či záchrany. Pohybové chování učitele zahrnuje komplexní pohybový projev, je způsobem komunikace, při kterém jsou sdělovány zásadní informace ovlivňující chování a činnosti žáků. Na rozdíl od řeči těla se jedná o vědomý pohybový projev, který nese určitou odbornou informaci. Pohybové chování učitele TV je specifické a může se lišit v návaznosti na organizační formu výuky, fázi výuky, využívaný didaktický styl, charakter prostředí. V prostředí se zhoršenými podmínkami komunikace (hluk, akustika, velikost prostoru, počet žáků apod.) je mnohdy pohybové chování jediným komunikačním prostředkem.

## **Metodika**

Výzkumné šetření pohybového chování učitele plavání bylo realizováno jako součást řešení bakalářské práce (Caletková, 2016). Sběru dat se účastnilo osm probandů, a to čtyři učitelé plavání s dlouholetou praxí a čtyři studenti UK FTVS. Probandi měli za úkol podat instrukci vedoucí k zadání cvičení ve vodě. Byla vybrána tři cvičení, která byla probandům přehrána z videozáznamu každé s časovou smyčkou v délce 1 minuta. Každý z probandů měl vždy jednu minutu pro každé cvičení na individuální přípravu svého projevu. Zadání instrukce plaveckého cvičení bylo realizováno ve třídě před tabulí (v nepřirozeném prostředí) a byl



proveden zvukový i obrazový záznam. Analýza záznamu byla provedena na základě vytvořeného kategoriálního systému, sledován byl projev nevědomého i vědomého pohybového chování probanda v instrukci. Nevědomé pohybové chování bylo sledováno v subkategoriích: gestikulace, mimika, kinetické pohyby a posturika. Vědomé pohybové chování obsahovalo kategorie popisující pohyby vztahující se k zadání plaveckého cvičení. Očekávané vědomé pohybové chování bylo popsáno expertem na základě znalosti a popisu cvičení. V kategoriích a jejich subkategoriích byla zaznamenávána četnost výskytu sledovaných jevů.

## **Výsledky a diskuze**

Ve všech sledovaných projevech pohybového chování (vědomého i nevědomého) se dosažené výsledky probandů lišily uvnitř i mezi skupinami. Rozdíly jsou patrné i v individuálním hodnocení podané instrukce všech třech cvičení. Četnost výskytu sledovaných pohybů v oblasti nevědomého pohybového chování u tří pozorování každého probanda, může ukazovat na jejich individuální preference (pohybové zlozvyky). Ve skupině učitelů plavání s dlouholetou praxí se nejčastěji vyskytovala gesta rukama, pohyby obočí. Naopak nejméně zastoupeny byly změny postoje či pohyb v prostoru. Studenti UK FTVS se projevovali pohybovým neklidem. Nejčastěji v průběhu slovního projevu gestikulovali rukama (u tří ze čtyř probandů), pohybovali se v prostoru a měnili postoj. Na základě pohybového chování vyjadřujeme, i nevědomě, informace o stavu motivačního aparátu, stavu vnitřního prostředí o procesech probíhajících ve vědomí nebo dokonce v podvědomí (Véle, 1997). Proto se domníváme, že pohybové chování učitele tělesné výchovy, a to i na úrovni nevědomé, by mělo být kultivované. Učitel by měl své nevědomé pohybové chování poznat a vybraným projevům se cíleně bránit. Za rušivé a nevhodné považujeme pohybový neklid i stereotypně se opakující se, nerytmické, bezúčelné klonické nebo dystonické pohyby (tiky).

Rozdíly nacházíme i v hodnocení vědomého pohybového chování. Ve skupině učitelů plavání s dlouholetou praxí dva sledovaní probandi zařadili do všech hodnocených výstupů pohybovou ukázkou. Rozdílná byla i forma souladu slovní instrukce s pohybovou ukázkou. Zatímco jeden nejprve provedl pouze slovní instrukci a pak slovní instrukci doplnil pohybovou ukázkou, druhý pohybovou ukázkou realizoval současně se slovní instrukcí. Rozdíly jsou dále patrné v četnosti výskytu pohybové ukázkou vzhledem k očekávanému pohybovému chování i v přesnosti realizovaných pohybů. Jeden proband nezařadil pohybovou ukázkou ani u jednoho ze cvičení a jeden pouze u třetího cvičení.

Výsledky hodnocení četnosti výskytu vědomého pohybového chování ve skupině studentů UK FTVS ukazují, že pouze jeden proband nevyužil pohybovou ukázkou ani u jednoho ze

třech cvičení. Avšak pokud probandi pohybovou ukázkou využili (ve dvou případech u prvního a třetího cvičení; v jednom případě u všech tří cvičení), pak způsob jejich realizace byl nepřesný jak ve vztahu k řečovému projevu, tak i vzhledem ke kvalitě provedení.

Dlouholetá praxe učitelů plavání nás vedla k očekávání, že při hodnocení vědomého pohybového chování v instrukci budou dosahovat výrazně lepších výsledků než probandi ve skupině studentů UK FTVS, tj. že pohybovou ukázkou provedou u všech cvičení, vždy korektně co do formy i kvality provedení. Z dosažených výsledků je patrné, že probandi skupiny studentů UK FTVS mají znalosti, jsou si vědomi významu pohybové ukázky při zadání pohybového úkolu a snaží se ji uplatnit. Na druhou stranu možné nedostatky mohou být způsobeny ve znalostech techniky plaveckých způsobů, teoretických východisek realizace pohybů těla a jeho částí ve vodním prostředí, stejně tak i jejich nízká úroveň pohybových kompetencí nebo zkušeností je vede k neadekvátnímu způsobu realizace pohybové ukázky. Dosažené výsledky probandů ve skupině učitelů plavání s dlouholetou praxí ukazují na skutečnost, že zvolené netypické prostředí je příčinou jejich neočekávaného projevu. Tvrzení bylo potvrzeno rozhovory s účastníky, kteří společně označili jako jednu z hlavních příčin dosažených výsledků právě netypické prostředí. Navíc považovali za stresující chybějící kontakt se žáky a možnost reagovat na jejich chování.

## **Závěry**

Pohybové chování učitele tělesné výchovy je důležité vnímat jako specifickou profesní dovednost, která se uplatňuje ve všech formách řečového projevu: v instrukci, v korekci i při poskytování zpětné informace. Považujeme-li pohybové chování jako profesní dovednost, navíc ovlivňující kvalitu a efektivitu vyučování a učení, pak je nutné vymezit i její znaky. Domníváme se, že takovými znaky v případě výuky plavání jsou: a) korektnost – odpovídá modelové technice provedení konkrétní dovednosti; b) přesnost polohy – přesná ukázka výchozí, konečné nebo průběžných poloh těla i jeho částí; d) přesnost průběhu pohybu – průběh pohybu odpovídá požadovanému provedení; e) dynamické parametry – postihuje dynamické charakteristiky požadovaného pohybu; f) detail – zdůrazňuje detailní aspekty realizace.

V současné době nemáme jasnou představu o možných hodnotících kritériích či normách, jejichž prostřednictvím by bylo možné kvalitu či efektivitu pohybového chování učitele v různých formách či částech výuky hodnotit. Otázkou je, zda jsou taková kritéria v praxi nutná? Na druhou stranu v průběhu vzdělávání budoucích učitelů je kladen důraz na osvojení

si nejen jednotlivých sportovních dovedností, ale i na specifické didaktické dovednosti, mezi které, podle našeho názoru, pohybové chování patří.

## Literatura

Caletková, R. (2016). Verbální a neverbální projev učitele plavání. *Bakalářská práce*. vedoucí práce Čechovská, I. Praha: UK FTVS.

Dytrtová, R., Krhutová, M. (2009). *Učitel. Příprava na profesi*. Praha: Grada Publishing.

Fialová, L. (2010). Aktuální témata didaktiky. Praha: Karolinum.

Hájková, E. (2011). *Rétorika pro pedagogy*. Praha : Grada.

Hubená, K., Chrudimský, J., Süß, V., & Čechovská, I. (2015). Evaluation of teachers' activities by the method of Analysis of Didactic Interaction. In Kochanowicz, A., Niespodziński, B., Mieszkowski, J., & Żmudzka-Brodnicka, M. (Eds.) *Sport, Health and Education – Complementary Approach to Gymnastics* (197 p.). Gdaňsk: Wydawnictwo Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku. pp. 25-35.

Chrudimský, J. (2015). „Tak dobrý. Jdeme do sedu rozkročnýho!“- Analýza řečového projevu v průběhu gymnastického rozcvičení. In Matošková, P. (Ed.), *Fórum kinantropologie: vzdělávání v kinantropologii“ pořádané ve dnech 23. – 24. 9. 2015*. Praha: UK FTVS. s. 39-48.

Chrudimský, J., Čechovská, I. (2015) Kultivace poskytování zpětných informací u studentů předmětů. In Fialová, L., Kašpar, L., Králová, K. (Eds.) *Aktualizované poznatky ke vzdělávací oblasti Člověk a zdraví*. Sborník příspěvků z mezinárodní konference pořádané dne 14.9.2015. Praha : UK FTVS.

Janíková, M., Janík, T., Mužík, V., & Kundera, V. (2008). CPV videostudie tělesné výchovy: sběr dat a zamýšlené analýzy. *Orbis schode*, 2/1, s. 93-114.

Janík, T., Miková, M., Najvar, P., & Najvarová, V. (2006). Co ukázala CPV videostudie fyziky na 2. stupni základních škol? In *Sborník ze 14. konference České asociace pedagogického výzkumu (CD-ROM)*. Plzeň: ZČU. s. 1-22, 22 s.

Karásková, V. (1996). Některé aspekty verbálního projevu učitele ve vyučovací jednotce tělesné výchovy. In Tomajko, D.(Ed.) *Didaktický proces v současném pojetí tělesné výchovy*. Olomouc: Katedra učitelství tělesné výchovy UP FTK. s.25-27.

Karásková, V., Kobotová, M. (1997). *Některé aspekty řečového projevu učitele tělesné výchovy*. Olomouc.

Karásková, V., Krobotová, M. (2004). Rozumí žáci tomu co říkám ve vyučovací jednotce tělesné výchovy? In Tomajko, D., Válková, H. (Eds.) *Efekty pohybového zatížení v edukačním prostředí tělesné výchovy a sportu*. Olomouc: Katedra sportů UP FTK. s. 91-96.

Mešková, M. (2012). *Motivace žáků efektivní komunikací*. Praha: Portál.

Süss V., Šafaříková J., Matošková P., Čechovská I., Chrudimský J., & Marvanová Z. (2014). Interaction Teacher – Pupil within Teaching Attempts of Physical Education Students. *Paripex – Indian Journal of Research*. 3(1), s. 58-61.

Véle, F. (1997). *Kineziologie pro klinickou praxi*. Vydání. 1. Praha: Grada Publishing.

**Kontakt:**

PaedDr. Irena Čechovská, CSc.

UK FTVS, katedra plaveckých sportů

J. Martího 31, Praha 6

e-mail: [cehovska@ftvs.cuni.cz](mailto:cehovska@ftvs.cuni.cz)



# Podíl školní pohybové aktivity na celodenní pohybové aktivitě adolescentů

Lukáš Jakubec, Karel Frömel, Dorota Groffik



Fakulta  
tělesné kultury

Univerzita Palackého  
v Olomouci

Příspěvek byl řešen v rámci grantu Grantové agentury České republiky (reg. číslo 13-32935S) s názvem „Objektivizace komplexního monitoringu školního fyzického a psychického zatížení adolescentů v kontextu s fyzickou a psychickou kondicí“.

# Cíl

- V přirozených podmínkách:
  - zjistit poměr školní PA vzhledem k celkové PA u adolescentů ve školních dnech;
  - zjistit diference v poměru školní PA u adolescentů ve školních dnech na středních školách v Katowickém a Moravském regionu.

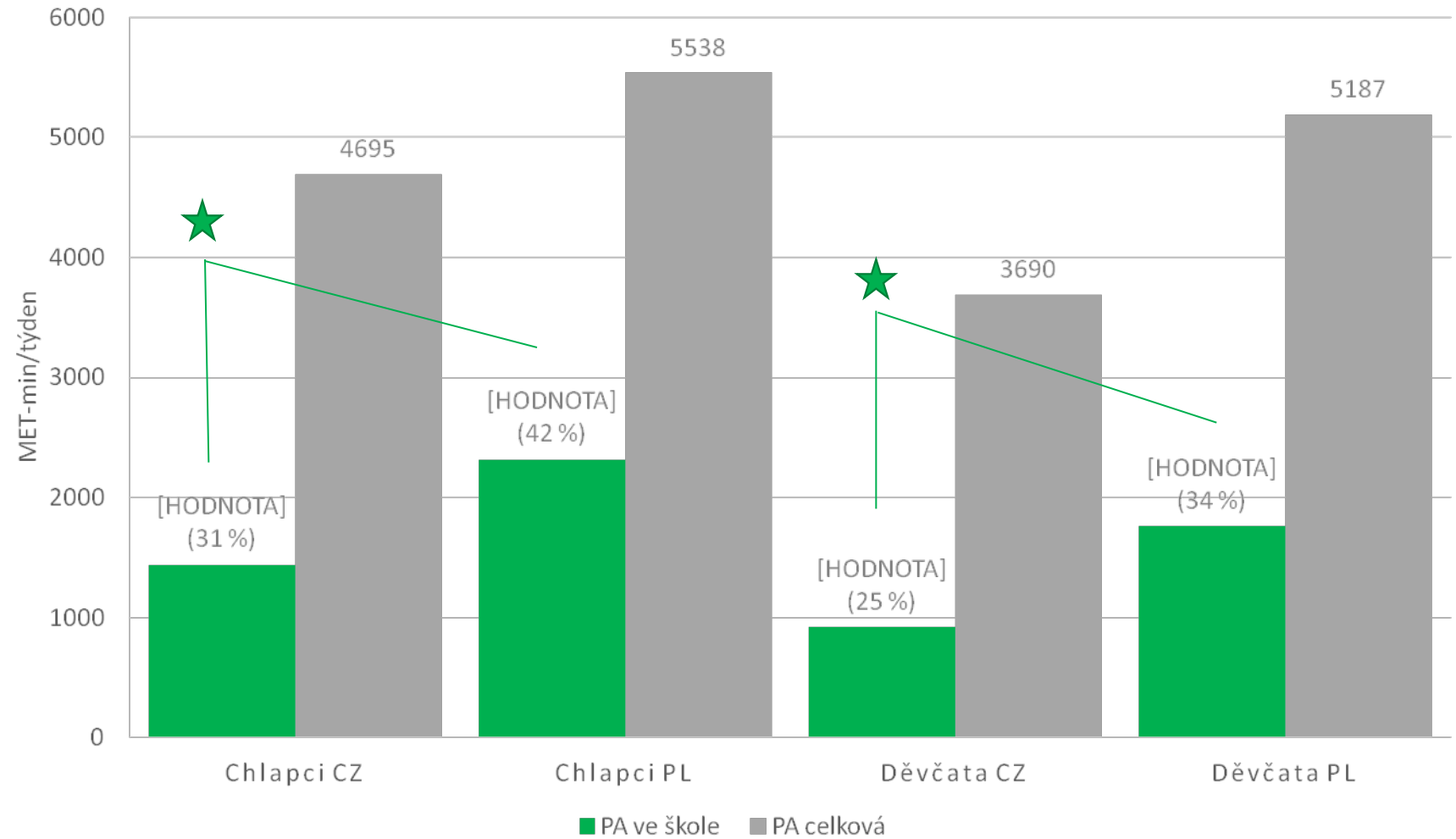
# Metody sběru dat

- Jaro 2011 – podzim 2015
- Dotazník IPAQ–long
- Pedometr Yamax DigiWalker SW–700
- 17 středních škol v Katowickém regionu v Polsku (112 chlapců a 180 děvčat)
- 23 středních škol v Moravském regionu v České republice (212 chlapců a 417 děvčat)

Charakteristika	<i>n</i>	Věk (roky)		Hmotnost (kg)		Výška (cm)		BMI (kg·m <sup>-2</sup> )	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Chlapci CZ	212	16.17	0.67	70.21	10.62	179.67	6.83	21.76	3.12
Chlapci PL	112	16.11	0.71	67.26	11.81	176.31	7.97	21.54	3.04
Děvčata CZ	417	16.27	0.65	59.54	9.79	167.20	6.18	21.29	3.21
Děvčata PL	180	16.35	0.82	57.99	7.87	166.42	5.95	20.92	2.48

# Výsledky: IPAQ

## Podíl školní PA na celkové týdenní PA

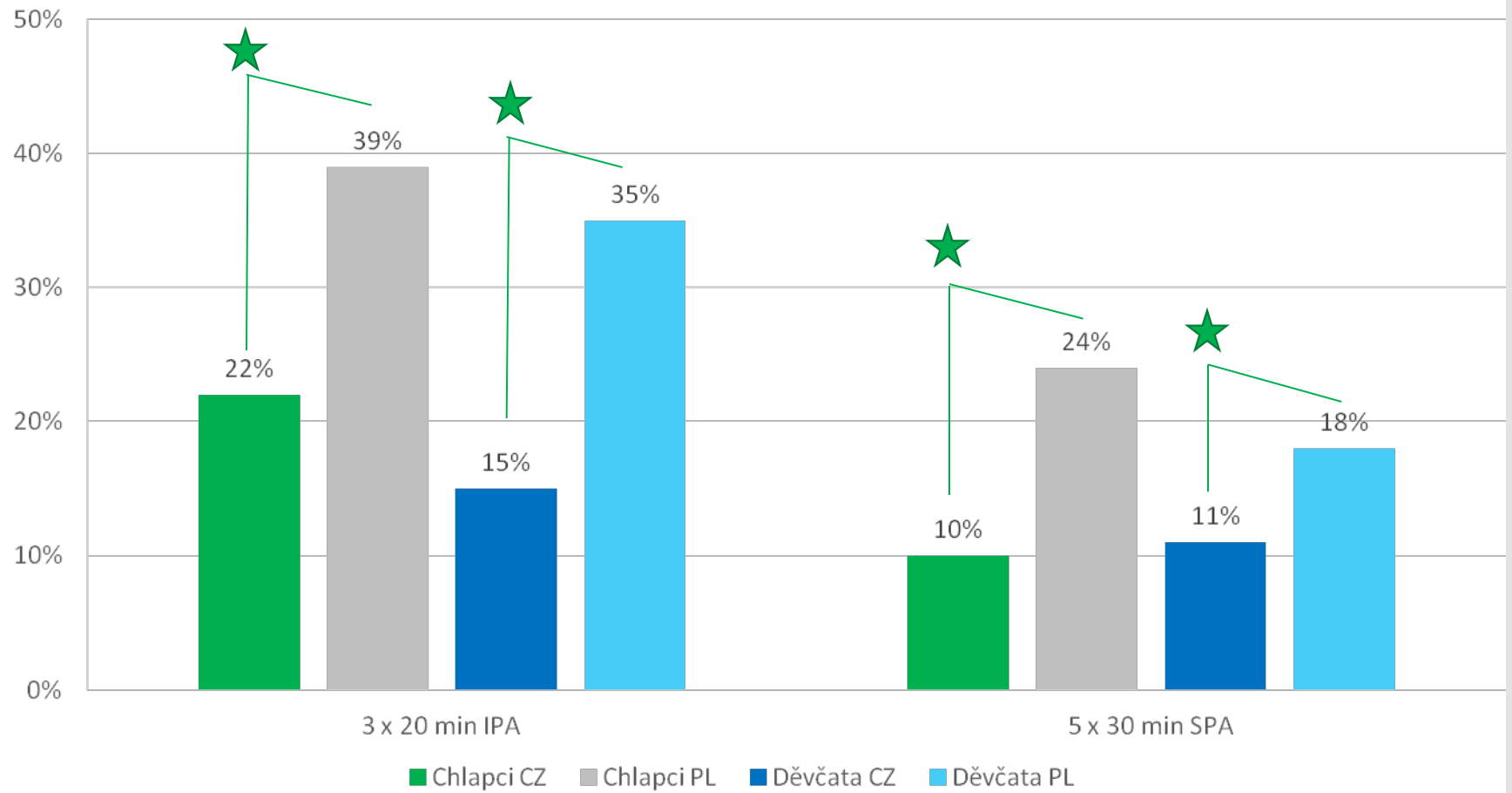


★  $p < 0,05$



# Výsledky: IPAQ

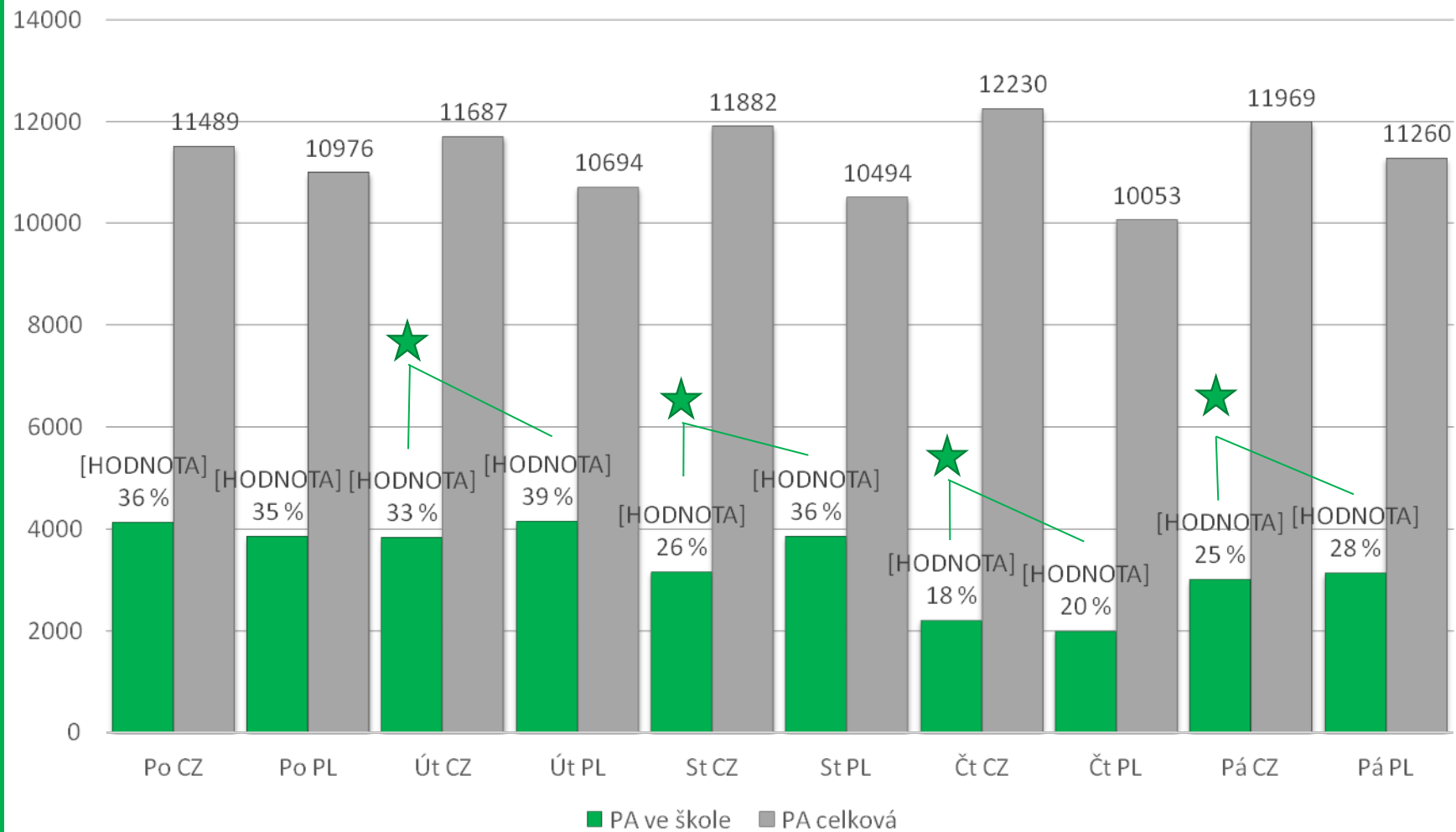
## Plnění doporučení k PA splněné v rámci školní PA



★  $p < 0,05$

# Výsledky: Pedometr

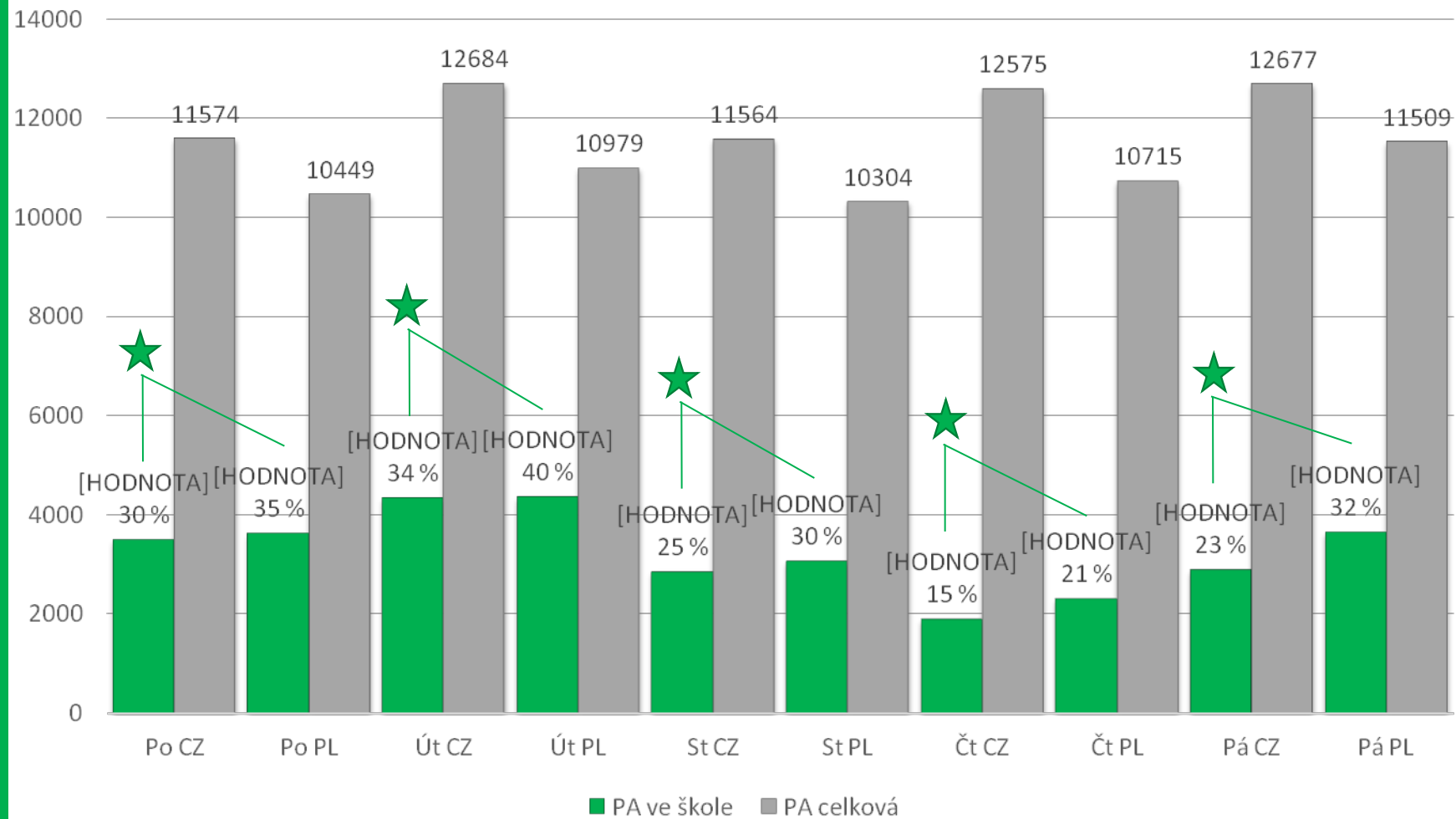
## PA českých a polských chlapců ve školních dnech



★  $p < 0,05$

# Výsledky: Pedometr

## PA českých a polských děvčat ve školních dnech



★  $p < 0,05$

# Závěry

- Polští chlapci i děvčata vykázali podle dotazníku IPAQ signifikantně vyšší poměr školní PA v rámci celotýdenní PA než čeští chlapci a děvčata.
- Větší procento polských adolescentů je podle dotazníku IPAQ schopno splnit doporučení pro PA již v rámci školní PA.
- Větší poměr školní PA vzhledem k denní PA byl pomocí pedometru prokázán také mezi sledovanými regiony u chlapců (ve 4 z 5 školních dnů) i děvčat (ve všech školních dnech).

**Kontakt:**

Mgr. Lukáš Jakubec

Centrum kinantropologického výzkumu

Fakulta tělesné kultury

Univerzita Palackého v Olomouci

třída Míru 117

771 11 Olomouc

E-mail: [lukas.jakubec@upol.cz](mailto:lukas.jakubec@upol.cz)

# PODPORA GRAMOTNOSTI V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ MULTIMEDIÁLNÍMI ELEKTRONICKÝMI MATERIÁLY

***Janošková Hana; Šeráková Hana***

Masarykova univerzita v Brně, Pedagogická fakulta, katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

## **Cíl práce**

Cílem práce je ověření znalostí a dovedností zaměřených na průpravnou část hodiny tělesné výchovy. Na základě poznatků upravit obsahovou náplň předmětu Gymnastika 1 a vytvořit takové metodické materiály, které by nejvíce vyhovovaly studentům a pedagogům a současně by byly zaměřené na děti mladšího školního věku.

## **Výzkumné otázky**

V úvodu kvalitativního výzkumu byly stanoveny následující otázky:

1. Jsou studenti dostatečně vybaveni znalostmi a dovednostmi pro přípravu průpravné části hodiny tělesné výchovy v primárním vzdělávání?
2. Uvědomují si studenti důležitost realizace kvalitně připravené průpravné části v tělesné výchově v primárním vzdělávání?
3. Mají studenti dostatek teoretických a praktických opor pro tvorbu rozcvičení u dětí mladšího školního věku?

## **Metodika**

Výzkumné šetření kvalitativního charakteru probíhalo v letech 2013 – 2015 v Brně, na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity (dále PdF MU) a na fakultních základních školách. Zúčastnilo se ho celkem 210 studentů prezenčního studia Učitelství pro 1. stupeň ZŠ, kteří absolvovali povinné předměty Gymnastika 1 (v 1. ročníku studia) a Teorie a didaktika tělesné výchovy (ve 4. ročníku studia). Cílem předmětu Gymnastika 1 je seznámit studenty s dostatečným zásobníkem cviků a s různými druhy rozcvičení, které je možné použít v rušné a

průpravné části u dětí mladšího školního věku s důrazem na správné držení těla a dodržování zdravotních aspektů. V rámci předmětu Teorie a didaktika tělesné výchovy by studenti měli využít získaných teoretických a praktických znalostí a navrhnout, sestavit a realizovat hodinu TV na fakultních základních školách. Každý vyučovací pokus je podroben důkladnému rozboru formou rozhovoru, kterého se účastní jak přednášející pedagog, tak studenti konkrétní studijní skupiny. Pro doplnění informací k přípravě a realizaci průpravné části byl studentům předložen dotazník obsahující 10 otevřených otázek: 2 identifikační otázky zaměřené na věk, pohlaví a 8 otázek zaměřených na teoretické a praktické znalosti a dovednosti, hodnocení vlastní připravenosti k realizaci rozcvičení v praxi, informační zdroje týkající se rozcvičení dětí mladšího školního věku a náměty, které by studentům pomohly při přípravě rozcvičení. Z dotazníkového šetření se podařilo získat celkem 84 odpovědí, z toho bylo 51 odpovědí od studentů 1. ročníku a 33 odpovědí od studentů 4. ročníku prezenčního studia. Studenti měli možnost odpovídat na otázky písemně tištěnou nebo elektronickou formou. Dotazníkového šetření se zúčastnilo 81 žen a 3 muži, věkové složení respondentů bylo 19 – 24 let.

## **Výsledky a diskuse**

### **Výsledky otevřeného pozorování a rozhovorů po vyučovacích pokusech studentů**

Rozbor vyučovacího pokusu studentů probíhal ihned po ukončení hodiny tělesné výchovy v prostorách fakultních škol. Zúčastnil se ho pedagog a studenti konkrétní studijní skupiny. Nejdříve hodnotili svůj výstup studenti, kteří hodinu tělesné výchovy vedli, následně hodnotili průběh hodiny studenti, kteří ji pozorovali, a po té se k průběhu hodiny vyjádřil pedagog. Následoval neformální rozhovor týkající se průběhu jednotlivých částí hodiny. Z pozorování vyučovacích pokusů studentů vyplynuly následující nedostatky: studenti se dopouštějí chyb v opakování izolovaných pohybů, ve výběru cvičení (využívání stále stejných cviků) a v použitých motivacích, které jsou málo nápadité. Motivace je často řečena jen na začátku a v průběhu cvičení není připomínána. Žáci nejsou informováni o účinnosti cviku a důvodu správného provedení. Studenti mají také problémy s korekcí špatného provedení cvičení žáků, případně s používáním správného názvosloví.

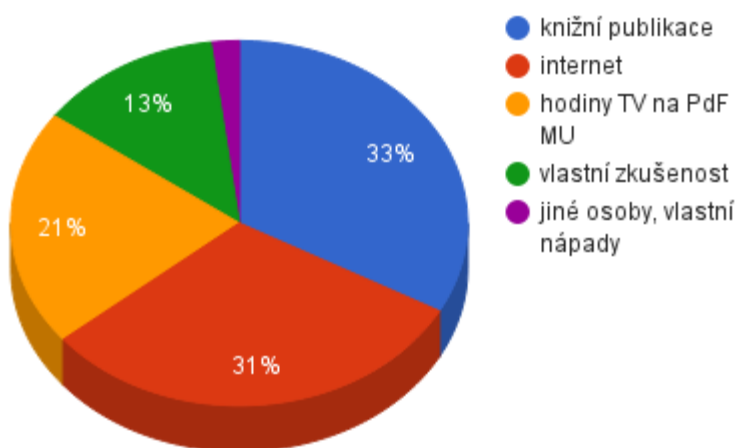
K průpravné části studenti sebekriticky uváděli, že nezvládají současně vysvětlovat, ukazovat, kontrolovat a motivovat žáky u jednotlivých cvičení. Předpokládají však, že zvládnutí správného vedení průpravné části je otázkou praxe. Při výběru cvičení vycházeli často ze svých dosavadních zkušeností – ze zásobníku cvičení získaného na základní a střední škole a

z hodin Gymnastiky na škole vysoké anebo z dalších zdrojů (internet, knižní publikace, zkušenosti jiných osob apod.). K otázce neefektivnosti některých aplikovaných cvičení (např. dlouhé kroužení částí horních končetin) nedokázali studenti sdělit, proč konkrétní cvik zařadili, případně přikládali cviku větší účinnost než ve skutečnosti má.

### Výsledky dotazníkového šetření

V dotazníkovém šetření jsme se zaměřili na informační zdroje vhodné pro sestavení průpravné části hodin TV u dětí mladšího školního věku. Z výsledků vyplynulo, že při přípravě průpravné části studenti využívají knižních publikací (33 %), internet (31 %), vlastních zkušeností získaných v hodinách tělesné výchovy na PdF MU (21 %), vlastních zkušeností nejčastěji ze základních a středních škol a ze sportu (13 %) nebo od jiných osob, příp. realizují vlastní nápady (2 %). (obr. 1)

#### Jaké informační zdroje používáte pro přípravu průpravné části



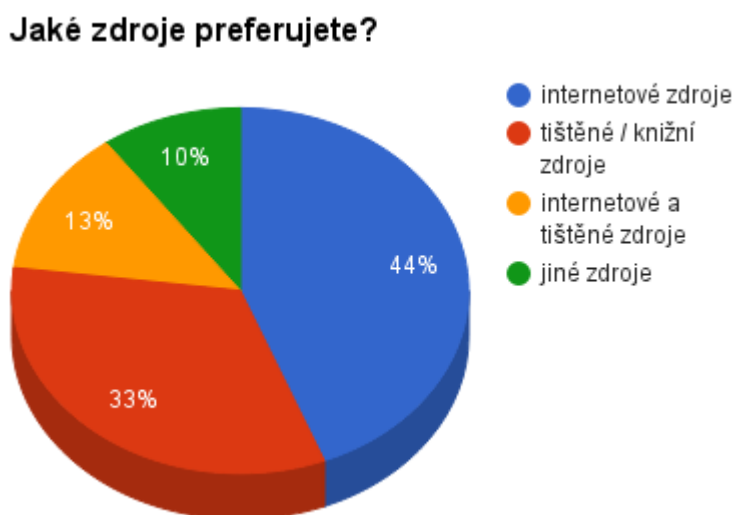
Obr. 1: Využívané zdroje informací - graf

U vyjádření k dostatečnosti množství a různorodosti metodických materiálů pro průpravnou část v tělesné výchově v primárním vzdělávání jsme dospěli k závěrům, že 54 % respondentů považuje nabídku za nedostatečnou nebo spíše nedostatečnou, 31 % za dostatečnou, částečně dostatečnou nebo za spíše dostatečnou a 15 % odpovědí bylo „nevím“ nebo „nedokážu posoudit“. Největší problém spatřují respondenti v problematice cílové skupiny. Podle některých je sice nabídka cviků dostatečná, ale není zacílena na mladší školní věk a studenti musí cviky určené dospělým cvičencům upravovat, vymýšlet a hledat vhodné motivace,



případně je nemohou použít vůbec. Výběr konkrétních cvičebních tvarů se tak stává komplikovanější a časově náročnější.

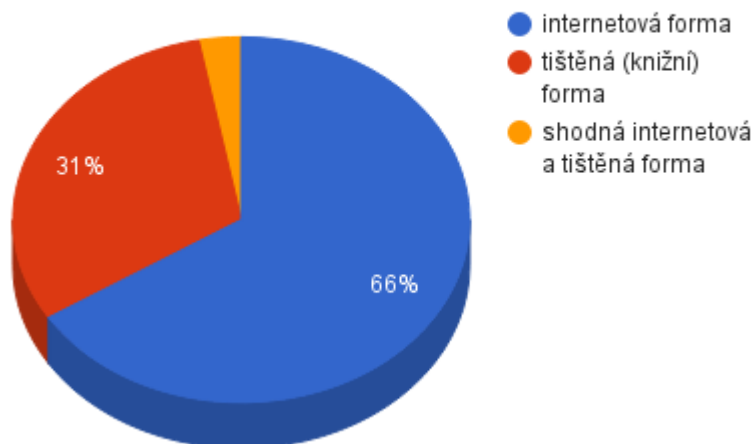
V preferencích zdrojů byl uváděn internet (44 %), tištěné zdroje (33 %), kombinace tištěných a internetových zdrojů (13 %) nebo jiné zdroje (10 %). Ve prospěch internetu byla uváděna především jeho dostupnost, pohodlnost a také že jsou „zdarma“. Jako nevýhoda byla spatřována v množství materiálů, u nichž je pro studenty složité posoudit kvalitu. Naopak ve prospěch tištěných (knižních) publikací byla uváděna „důvěryhodnost, přehlednost, přenositelnost a možnost vpisování poznámek“. (obr. 2)



Obr. 2: Preference zdrojů - graf

Pro svoji přípravu by studenti upřednostnili více recenzovaných odborných publikací, ve kterých by byla jednotlivá cvičení terminologicky popsána, doplněna obrázky, fotografiemi a nejlépe videi a obohacena o motivace. Internetovou formu (66 %) by volili z důvodu rychlé dostupnosti, názornosti videonahrávek a také z finančních důvodů. Pro tištěnou podobu se vyjádřilo 31 % respondentů. 3 % dotazovaných by uvítalo shodnou publikaci v tištěné a internetové podobě. (obr. 3)

### Jakou formu by měly podle vás mít nově vznikající metodické materiály?

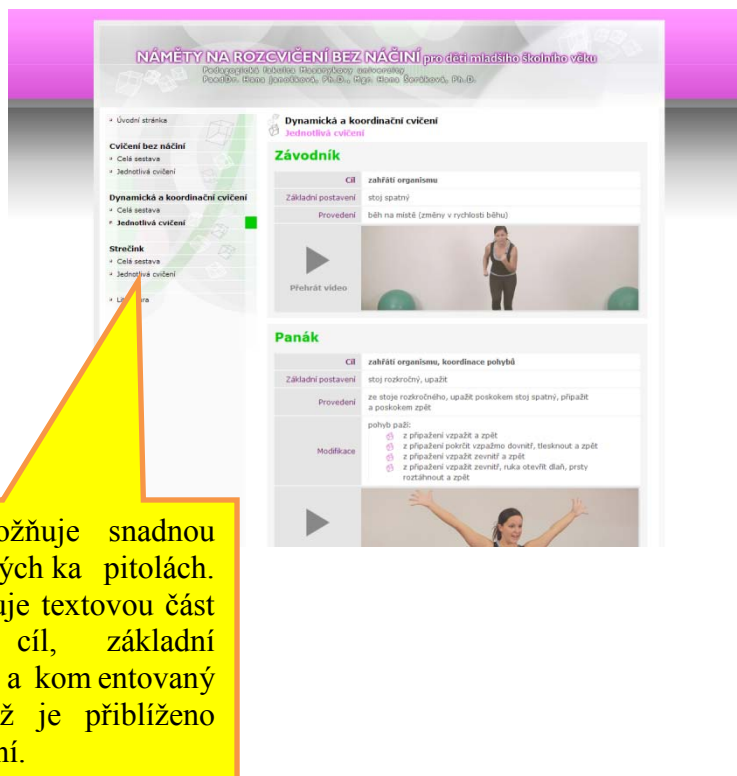


Obr. 3: Preference formy nově vznikajících metodických materiálů - graf

#### Výstup pro praxi

Na základě výzkumného šetření byly pro zkvalitnění výuky a snadnější dostupnost metodických publikací zaměřených na průpravnou část hodin tělesné výchovy pro děti mladšího školního věku vytvořeny ve spolupráci se Servisním střediskem pro e-learning na MU nové výukové materiály.

Elektronická publikace s názvem „Náměty na rozcvičení bez náčiní pro děti mladšího školního věku“ (<http://elportal.cz/publikace/rozcviceni-bez-nacini>) autorek Janoškové a Šerákové (2015) přináší zásobník cvičení bez náčiní, která jsou zaznamenána v krátkých videosekvencích, opatřena terminologickým popisem, účinkem cvičení a motivací vhodnou pro 6 – 11leté děti. Cvičení je možné shlédnout také v ucelené sestavě. Recenzovaná elektronická publikace je po technické stránce zpracována rovněž pro mobily a tablety ve formátu ePub. (obr. 4)



Přehledné menu umožňuje snadnou orientaci v jednotlivých kapitolách. Každá z kapitol obsahuje textovou část (motivační název, cíl, základní postavení a provedení) a komplementovaný videomateriál, v němž je přiblíženo vlastní provedení cvičení.

Obr. 4: Náhled metodického materiálu

Podobným způsobem je zpracovaná také další elektronická publikace s názvem „Náměty na rozcvičení s náčiním pro děti mladšího školního věku“ (2016, <http://elportal.cz/publikace/rozcviceni-s-nacinim>), která obsahuje cvičení s velkým míčem, měkkým míčem, švihadlem, tyčí a ručníkem pro uvedenou věkovou kategorii.

V pořadí třetí elektronickou publikací na dané téma je „Rušná a průpravná část v hodinách tělesné výchovy na 1. stupni ZŠ“ autorek Šerákové a Novákové (2016, <https://is.muni.cz/auth/elportal/?id=1354589>), která se zaměřuje na teorii, znalost správné terminologie a sestavení konkrétních rozcvičení bez náčiní, s tradičním nebo netradičním náčiním a na nářadí.

Na soubor materiálů určených pro primární vzdělávání navazují další metodické materiály určené posluchačům a pedagogům mateřských škol. Publikace se nazývá „Náměty na cvičení pro děti předškolního věku“ (Janošková, Šeráková a Kouřilová, 2016, <https://is.muni.cz/auth/elportal/?id=1354099>) a je sestavena podobným způsobem jako výše uvedené publikace.

## **Závěr**

Na základě zjištěných skutečností po zpracování dotazníkového šetření, pozorování a rozhovorů se studenty Učitelství pro 1. stupeň ZŠ na Pedagogické fakultě MU byla upravena náplň předmětu Gymnastika 1 tak, aby studenti získali zásobník cvičení vhodný pro děti mladšího školního věku a byli schopni ho maximálně využít v budoucí pedagogické praxi. Dále byly vytvořeny metodické materiály k rušné a průpravné části hodiny, a to formou elektronických publikací, v nichž jsou prezentována cvičení vhodná pro děti mladšího školního věku. První elektronická publikace s názvem „Náměty na rozcvičení bez náčiní pro děti mladšího školního věku“ (Janošková a Šeráková, 2015, <http://elportal.cz/publikace/rozcviceni-bez-nacini>) přináší zásobník cvičení bez náčiní. Každý z uvedených cviků je doplněn motivací, terminologickým popisem a účinkem, cvičení lze prohlížet na videozáznamu jak ve formě celé sestavy, tak ve formě jednotlivých videosekvencí. Podobně je sestavena druhá elektronická publikace „Náměty na rozcvičení s náčiním pro děti mladšího školního věku“ (Janošková a Šeráková, 2016, <http://elportal.cz/publikace/rozcviceni-s-nacinim>), která přináší vhodná cvičení s velkým míčem, měkkým míčem, švihadlem, tyčí a ručníkem pro uvedenou věkovou kategorii. Ve třetí publikaci s názvem „Rušná a průpravná část v hodinách tělesné výchovy na 1. stupni ZŠ“ (Šeráková a Nováková, 2016, <https://is.muni.cz/auth/elportal/?id=1354589>), uvádíme kromě teoretických základů a terminologie také prakticky ověřené příklady rušných a průpravných částí bez náčiní, s náčiním a na nářadí, opatřené motivací, popisem a účinkem cvičení. Pro předškolní vzdělávání byla vydána elektronická metodická publikace s názvem „Náměty na cvičení pro děti předškolního věku“ (Janošková, Šeráková a Kouřilová, 2016, <https://is.muni.cz/auth/elportal/?id=1354099>).

## **Použité zdroje:**

Belšan, P. (1984). *Tělesná výchova pro 1. a 2. ročník základní školy* (4th ed.). Praha: SPN

Buzková, K. (2006). *Strečink: 240 cvičení pro dokonalé protažení celého těla*. Praha: Grada

*Centrum interaktivních a multimediálních studijních opor pro inovaci výuky a efektivní učení. Projekt OpVvk 2012–2015.* Brno: Masarykova univerzita. Elportál. Retrieved from [http://is.muni.cz/elportal/opvk22\\_2012/](http://is.muni.cz/elportal/opvk22_2012/).

Dvořáková, H. (2012). *Školáci v pohybu.* Praha: Grada Publishing.

Dvořáková, H. (2000). *Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy.* Praha: PF UK.

Fialová, L. (2010). *Aktuální témata didaktiky: Školní tělesná výchova.* Praha: Karolinum.

Janošková, H. & Šeráková, H. (2015). *Náměty na rozcvičení bez náčiní pro děti mladšího školního věku.* Brno: Masarykova univerzita. Elportál. Retrieved from <http://is.muni.cz/elportal/?id=1319456>.

Janošková, H. & Šeráková, H. (2016). *Náměty na rozcvičení s náčiním pro děti mladšího školního věku.* Brno: Masarykova univerzita. Elportál. Retrieved from <http://is.muni.cz/elportal/?id=1344194>.

Janošková, H., Šeráková, H. & Kouřilová, I. (2016). *Náměty na cvičení pro děti předškolního věku.* Brno: Masarykova univerzita. Elportál. Retrieved from <https://is.muni.cz/auth/elportal/?id=1354099>.

Jebavý, R., Kaplan, A. & Hojka, V. (2014). Rozcvičení ve školní tělesné výchově (I. část). *Těl. Vých. Mlád., roč. 80, č. 5/2014*, s. 11 – 15.

Klimtová, M. & Skeřil, M. (1989). *Vybrané kapitoly z didaktiky tělesné výchovy pro studující učitelství I. stupně ZŠ.* Ostrava: PdF.

Kršjaková, S. (2006). Školská telesná výchova – súčasnosť a perspektívy. In *Zborník k 60. výročiu vzniku Pedagogickej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave, Telesná výchova 1946 – 2006.* (pp. 84 – 102). Bratislava: UK.

Mužik, V. (ed.). (2007). *Výživa a pohyb jako součást výchovy ke zdraví na základní škole. Příručka pro učitele.* Brno: Paido.

Mužik, V. & Krejčí, M. (1997). *Tělesná výchova a zdraví.* Olomouc: Hanex.

Nelson, A. G. & Kokkonen, J. (2009). *Strečink na anatomických základech*. Praha: Grada.

Nováček, V., Mužík, V. & Kopřivová, J. (2001). *Vybrané kapitoly z teorie a didaktiky tělesné výchovy*. Brno: Masarykova univerzita.

Sivák, J. et al. (2001). *Telesná výchova 1. – 4. ročník ZŠ, štandardy, metodika, testy*. Bratislava: PdF UK.

Skopová, M. & Zítka, M. (2013). *Základní gymnastika* (3rd ed.). Praha: Karolinum.

Šeráková, H. (2009). *Cvičím pro zdraví a baví mě to*. Brno: MU.

Šeráková, H. & Nováková, L. (2016). *Rušná a průpravná část v hodinách tělesné výchovy na 1. stupni ZŠ*. Brno: Masarykova univerzita. Elportál. Retrieved from <https://is.muni.cz/auth/elportal/?id=1354589>.

Vilímová, V. (2009). *Didaktika tělesné výchovy* (2nd ed.). Brno: Masarykova univerzita.

#### **Kontakt:**

PaedDr. Hana Janošková, Ph.D.


Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity, Brno

E-mail: [janoskova@ped.muni.cz](mailto:janoskova@ped.muni.cz)



# DÍLČÍ KOMPARACE KURIKULÁRNÍCH DOKUMENTŮ TĚLESNÉ VÝCHOVY V ČESKÉ REPUBLICCE, NIZOZEMSKU A ŠVÉDSKU



**Mgr. Michal Lupač**  
**Masarykova univerzita Brno**  
**Pedagogická fakulta**  
**Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví**

Příspěvek vznikl s podporou  
projektu specifického výzkumu  
MUNI/A/0963/2015 „Výzkum  
kurikula vzdělávací oblasti Člověk  
a zdraví“ realizovaného na PdF MU  
v Brně

# MOTIVY

- kurikulární reforma v ČR a probíhající debata o její úspěšnosti
- snižování občanů s pohybově aktivním životním stylem v ČR v protikladu s narůstajícím počtem občanů s pohybově aktivním životním stylem v Nizozemsku (Eurydice, 2014)
- zdravotní koncepce TV ve Švédsku (Naul, 2003)
- dílčí část širší komparativní studie





## CÍLE STUDIE

- popsat a analyzovat projektované kurikulum tělesné výchovy (TV) v Nizozemsku a Švédsku po formální a obsahové stránce
- porovnat analyzované dokumenty s RVP ZV (částí o TV) z hlediska **vnitřní kongruence a návodnosti** jako faktorů kvality
- přispět do diskuse o kvalitě kurikula a možnostech zvýšení kvality v rámci dalších revizí



# METODOLOGIE

- obsahová deskriptivní analýza
- otevřené kódování => systém témat vzniklý deduktivně a induktivně – viz dále
- problémový přístup
- vnitřní kongruence – struktura podle RVP ZV:
  - cíle => vzdělávací obsah (učivo a očekávané výstupy)  
=> standardy
- návodnost – srovnání s RVP ZV



# FORMÁLNÍ CHARAKTERISTIKY NIZOZEMSKÝCH DOKUMENTŮ

## Klíčové cíle pro primární a nižší sekundární vzdělávání – závazný

- 73 stran, forma brožury, dostupný též v anglickém jazyce
- charakteristiky obecných cílů všech oblastí vzdělávání
- klíčové cíle pro jednotlivé předměty – pro TV (Bewegingsonnedrwijs) jsou definovány dva



# FORMÁLNÍ CHARAKTERISTIKY NIZOZEMSKÝCH DOKUMENTŮ

## Základní dokument tělesné výchovy pro základní vzdělávání – nezávazný

- 432 stran, forma knihy, dostupný pouze v nizozemštině
- 2 stěžejní části – 1. část (55 stran) věnující se postupně pojetí TV, učebním liniím a mezicílům (standardům), řízením činností v TV, učebnímu plánu a úloze učitele
- 2. část (376 stran) se věnuje příkladům – je dále strukturována na základě učebních linií
- seznam nářadí a náčiní pro vybavení tělocvičny (1 strana)



# FORMÁLNÍ CHARAKTERISTIKY ŠVÉDSKÉHO DOKUMENTU

## Švédské kurikulum – závazné

- 263 stran, forma knihy, dostupné rovněž online v anglickém jazyce
- charakteristiky obecných cílů švédského vzdělávání
- základní hodnoty a úkoly školy



## Švédské kurikulum – část pojednávající o TV

- 9 stran
- charakteristika vzdělávacího oboru
- cíle v souvislém textu následně shrnuty v odrážkách
- klíčové učivo strukturováno dle věkových skupin (srovnatelné s českým rozdělením na 1. a 2. období) v odrážkách
- vědomostní požadavky definované pro každou věkovou skupinu a stupeň hodnocení



Formální charakteristiky	CZ - RVP ZV (Z)	CZ - Standardy (N)	NL - Klíčové cíle TV (Z)	NL - Základní dokument TV (N)	SWE - Švédské kurikulum (Z)
Formát	Elektronický dokument	Elektronický dokument	Brožura	Knih	Elektronický dokument
Rozsah	4/142	16/36	6 (z toho 2 strany textu)/73	432/432	9/263
Grafika	Volný text, cíle v odrážkách, očekávané výstupy v tabulce, učivo v odrážkách	Text v tabulkách, 2 obrázky (jeden barevný, jeden šedý)	Volný text, klíčové cíle očíslovány v bodech a na fialovém pozadí	Volný text, tabulky s učebními liniemi a učebním plánem, v části Příklady názorné podrobné ukázky aktivit	Volný text, cíle v odstavci a odrážkách, klíčové učivo v odrážkách; vědomostní požadavky souvisle i v tabulce
Začlenění	TV jako vzdělávací obor vzdělávací oblasti Člověk a zdraví	Samostatný dokument pro TV, nezačleněn	TV jako jeden z předmětů kurikula	Samostatná kniha pro TV, nezačleněno	TV jako jeden z předmětů kurikula
Struktura	- Volný text charakterizující vzdělávací oblast Člověk a zdraví (TV v samostatných odstavcích; v rámci nich cíle?) - Cíle vzdělávací oblasti - Očekávané výstupy pro 1. a 2. období - Učivo - činnosti ovlivňující zdraví, úroveň pohybových dovedností a podporující pohybové učení, není rozděleno pro 1. a 2. období	- Volný text sloužící jako klíč pro použití dokumentu - Tabulky obsahující indikátory (standardy) pro očekávané výstupy pro 2. období	- Volný text charakterizující TV jako vyučovací předmět - Očíslované klíčové cíle TV	- 55 stran rozdělených na kapitoly popisující pojetí TV, učební linie a mezicíle (období standardů), řízení činností v TV, učební plán a úlohu učitele - 377 stran s příklady činností v TV (učivo) včetně víceúrovňových mezicíků - 1 strana s doporučeným seznamem pomůcek pro vybavení tělocvičny	- Volný text obhajující TV jako vyučovací předmět - Cíle TV - Klíčové učivo pro tři věkové skupiny rozdělené na pohyb, zdraví a životní styl a aktivity a život v přírodě - Vědomostní požadavky pro jednotlivé věkové skupiny - hodnocení - Vědomostní požadavky v tabulce (obsahově stejné)

# OBSAHOVÁ DIMENZE NIZOZEMSKÝCH DOKUMENTŮ

## Klíčové cíle pro primární a nižší sekundární vzdělávání – závazný

- charakteristika oblasti TV – pohybové činnosti balancování, skákání, lezení, houpání, kotouly, běhání a pohyb na hudbu; dále honičky, brankové hry, házecí hry, žonglování a úpolové hry, které dokument souhrnně označuje jako sporty a hry
- **2 cíle**
- **trvalé dosažení pohybově aktivního životního stylu u žáků**
- **účast na pohybových aktivitách s ostatními žáky – s respektem, v souladu s pravidly a vlastními pohybovými možnostmi**





# OBSAHOVÁ DIMENZE NIZOZEMSKÝCH DOKUMENTŮ

## Základní dokument tělesné výchovy pro základní vzdělávání – nezávazný

- pojetí tělesné výchovy v základním vzdělávání
- **učební linie a mezicíle**
- **řízení činností v tělesné výchově**
- učební plán
- **úloha učitele**
- **příklady**



## Mezicíle

### Skupina 1/2

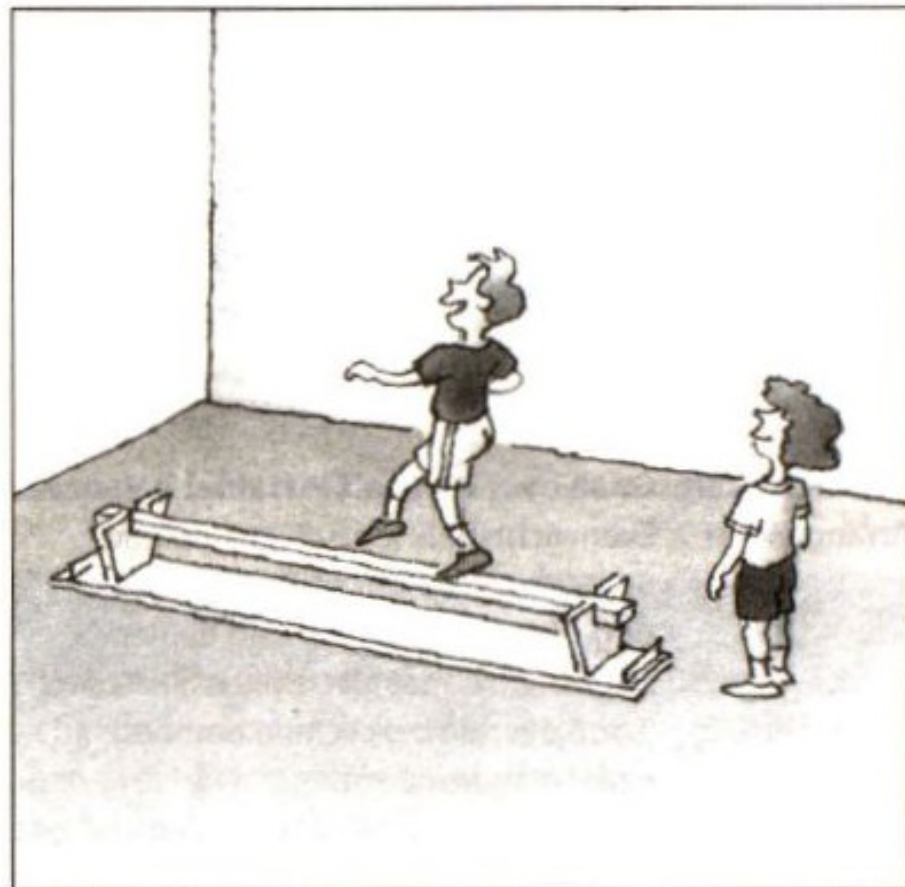
#### Hlavní aktivita **Jít po rovné balanční ploše**

Uspořádání

Kladina (10 cm široká, 20 cm vysoká), např. dva metry dlouhá otočená lavička

Úkol

"Chůze po délce lavičky na druhou stranu"



### Úroveň

Péče

- 1
- 2
- 3

### Způsob výkonu

Umí jít po balanční ploše jen s neustálou podporou

Po balanční ploše chodí bez pomoci

Za chůze balancuje po balanční ploše ("noha za nohu")

V půlce se otočí a jde zpátky

### Regulační cíle

- udržet uspořádání překážky s přihlédnutím k jejímu účelu: počkat, dokud není vstup na lavičku nebo lavička volná pro dalšího
- poskytovat podporu dalším, kteří balancují

# OBSAHOVÁ DIMENZE ŠVÉDSKÉHO DOKUMENTU

## Švédské kurikulum – část pojednávající o TV

- pohybová aktivita a zdravý životní styl jako fundamentální podmínky lidského zdraví
- učivo rozděleno dle věkových skupin a tematicky na:
  - pohyb
  - zdraví a životní styl
  - aktivity a život v přírodě
- **4 cíle: výuka v TV by měla dát žákům příležitosti k rozvoji jejich schopnosti k:**
  - pohybu bez omezení v různých pohybových kontextech;
  - plánování, implementaci a hodnocení sportů a ostatních pohybových aktivit založených na různých pohledech na zdraví, pohyb a životní styl;
  - zvládnutí a přizpůsobení volného času tráveného venku různým podmínkám a prostředím;
  - prevenci rizik během pohybových aktivit a zvládnutí krizových situací na zemi i ve vodě.



# OBSAH DOKUMENTŮ Z HLEDISKA SYSTÉMU TÉMAT

- Problematika pohybových her v TV – Základní dokument nabízí mnoho pohybových činností, které mohou sloužit jako východisko pro pohybové hry. Konkrétní pohybové hry pak nabízí v učební linii *honičky*. Švédské kurikulum zmiňuje pojem hra obvykle v souvislosti s různými výukovými situacemi, prostředími, ve kterých by měly být hry použity, avšak žádné konkrétní hry nenabízí.
- Problematika sportovních her v TV – pokryta liniemi *míčové hry* a *honičky* (témata pálkovací a odrážecí hry); jde především o zvládnutí herních technik vedoucích v důsledku ke hraní sportovních her (mimo školu). Švédský dokument zmiňuje přímo sporty, a to v souvislosti s bezpečností a interakcí s ostatními, avšak konkrétní sporty na rozdíl od Základního dokumentu nezmiňuje.
- Problematika zdraví v TV – v Základním dokumentu zmíněna jen okrajově větou „Sport v důležité míře přispívá zdraví obyvatelstva,“ dále pak v rámci bezpečnosti aktivit => řízení činnosti. Švédské kurikulum se problematice zdraví věnuje podrobněji, a to především v teoretické rovině – výběr aktivit, předcházení zraněním, životní styl, duševní zdraví a pohoda (well-being)



# OBSAH DOKUMENTŮ Z HLEDISKA SYSTÉMU TÉMAT

- Problematika fyzické zdatnosti v TV – Základní dokument se k této problematice nijak nevyjadřuje. Švédský dokument zmiňuje zdatnost pouze v souvislosti s faktory, které ji ovlivňují, avšak v učivu žádné konkrétní činnosti vedoucí k jejímu zvýšení nenabízí.
- Rozvoj celoživotní pohybové aktivity – v nizozemských dokumentech vyplývá z klíčových cílů, ve svých cílech a vzdělávacím obsahu k němu směřuje rovněž švédský dokument.
- Problematika psychosociální výchovy v TV – v nizozemských dokumentech kladen důraz na spolupráci, pochopení potřeb druhých, nesrovnávání se s ostatními. Ve švédském dokumentu je jedním z dílčích cílů TV rozvoj interpersonálních dovedností a respektu k ostatním.
- Hodnocení kvalitativních změn v TV – v Základním dokumentu jasný a podrobný manuál pro zjišťování pokroku dětí založený na mezicílech u každé aktivity. Ve švédském dokumentu definovaná úroveň dovedností a znalostí pro dosažení konkrétní známky pro každou věkovou skupinu.



# OBSAH DOKUMENTŮ Z HLEDISKA SYSTÉMU TÉMAT

- Problematika znalostí v TV – v Základním dokumentu kladen důraz na znalosti pravidel sportovních a pohybových her (dle dokumentu důležitější než praktická dovednost), znalosti při řízení činností. Ve švédském dokumentu hrají znalosti stěžejní roli – znalost jako předpoklad vědomé komplexní péče o vlastní fyzickou a psychickou pohodu (well-being), dokument pracuje s otázkou PROČ něco dělat.
- Problematika časové dotace jednotlivým činnostem – v Základním dokumentu dopodrobna uvedená časová dotace jednotlivým učebním liniím v různém věku dle aktuálních potřeb a možností žáků. Švédské kurikulum s časovou dotací nepracuje ani v rámci celého kurikula, ani v rámci distribuce času jednotlivým činnostem v rámci TV.



# ZÁVĚRY – NIZOZEMSKO

- Vzájemná propojenost dokumentů
- Závazný dokument orientovaný na žáka, nezávazný i na učitele
- Cíle – závazné
- Obsah – do určité míry závazný
- Standardy (mezicíle) – nezávazné
- **Pohybově zdravotní pojetí** – TV jako prostředek pro dosažení celoživotní pohybové aktivity, potažmo podpory zdraví
- Vnitřní kongruence – chybějící očekávané výstupy, široce formulované klíčové cíle
- Vysoká míra návodnosti (vzhledem k RVP ZV)



# ZÁVĚRY – ŠVÉDSKO

- Provázanost mezi cíli a vzdělávacím obsahem TV
- Cíle i obsah závazný, stejně tak hodnocení známkami podle dosažené úrovně dovedností a znalostí
- **Zdravotně pohybové pojetí** – TV jako prostředek podporující zdraví prostřednictvím dosažení celoživotní pohybové aktivity
- Vnitřní kongruence – neměřitelně formulované cíle, na které logicky navazuje vzdělávací obsah včetně jeho hodnocení, které je místy striktní, jinde v rukou pedagoga; vliv zdravotního a pohybového pojetí
- vzhledem k RVP ZV srovnatelná míra návodnosti





## ZÁVĚRY – SROVNÁNÍ DOKUMENTŮ S RVP ZV

- Sledované dokumenty dosahují na linii charakteristika oboru => cíle => vzdělávací obsah => standardy **vyšší vnitřní kongruence než RVP ZV**.
- Nizozemský systém dokumentů dosahuje vyšší návodnosti než švédské kurikulum a RVP ZV, nabízí podrobně popsané konkrétní činnosti vč. podrobného škálovaného hodnocení.
- **Ačkoliv švédské pojetí TV působí spíše zdravotně a nizozemské pohybově, mohou být koncepce chápány paralelně – pohyb jako předpoklad zdraví, zdraví jako předpoklad k pohybu** (revize různosměrného Naulova diagramu koncepcí).
- Nizozemský systém dokumentů může být vhodným zdrojem inspirace pro budoucí revize RVP ZV.



## **Kontakt:**

Mgr. Michal Lupač

Pedagogická fakulta M, KTVVZ

Poříčí 31

639 00 Brno

E-mail: [lupac@mail.muni.cz](mailto:lupac@mail.muni.cz)



# Edukační program Pohyb a výživa – výsledky a kurikulární perspektivy



Vladislav Mužík, Daniela Jonášová, Marek  
Trávníček, Jaroslav Vrbas a kolektiv řešitelů

# Cíl programu Pohyb a výživa

- zlepšit pohybovou a výživovou **gramotnost** dětí
- zlepšit pohybový a výživový **režim** dětí ve škole i mimo školu

Vyhlášení pokusného ověřování MŠMT:

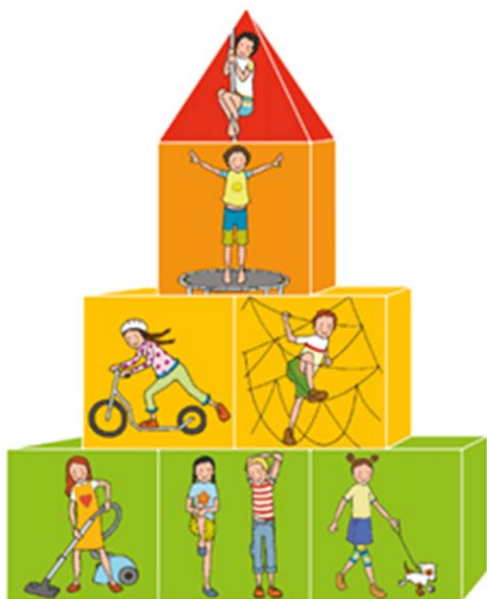
<http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/pohyb-a-vyziva-upravene-vyhlaseni-pokusneho-overovani?highlightWords=Pohyb+v%C3%BD%C5%BEiva>

Doba ověřování: 2013 – 2015

# Základ programu

- šest priorit pohybového a výživového režimu žáků

1. Pravidelnost
2. Přiměřenost
3. Pestrost



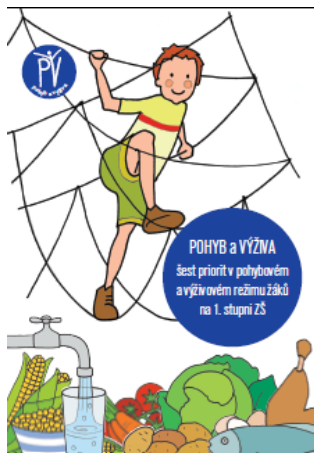
4. Příprava
5. Pravdivost
6. Pitný režim

# Edukační materiály

UČITEL

ŽÁK

RODIČE



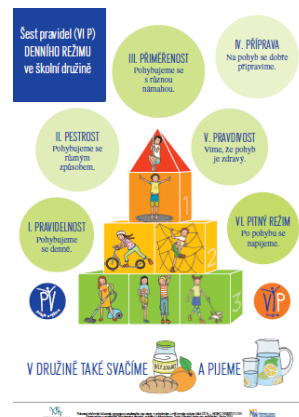
- metodické příručky
- plakáty
- pracovní sešity
- odborné texty
- příklady dobré praxe
- didaktické pomůcky

TŘÍDA

JÍDELNA

ŠKOLA

DRUŽINA



Volně dostupné:  
[www.pav.rvp.cz](http://www.pav.rvp.cz)

# Pokusného ověřování se zúčastnilo v plném rozsahu

- 33 ředitelů ZŠ nebo jejich zástupců
- 265 třídních učitelů
- desítky dalších učitelů a pedagogických pracovníků
- 4789 žáků, kteří absolvovali celý program a všechny evaluační metody
- 31 vedoucích školních jídelen s personálem
- aktivně 3917 rodičů žáků

# Pokusné ověřování programu PaV probíhalo na základě:

- formálních ukazatelů (ŠVP, školní řád aj.)
- názorů a hodnocení zúčastněných
  - ředitelů
  - učitelů
  - dalších pedagogických pracovníků PŠ
  - vedoucích školních jídelen
  - žáků
  - rodičů
  - lektorů
  - členů řídicího týmu
- dle kvantitativních i kvalitativních ukazatelů


**Bližší informace – viz web PaV**  
<http://pav.rvp.cz/vysledky-z-overovani>





# V pilotních školách se zcela nebo převážně dařilo:

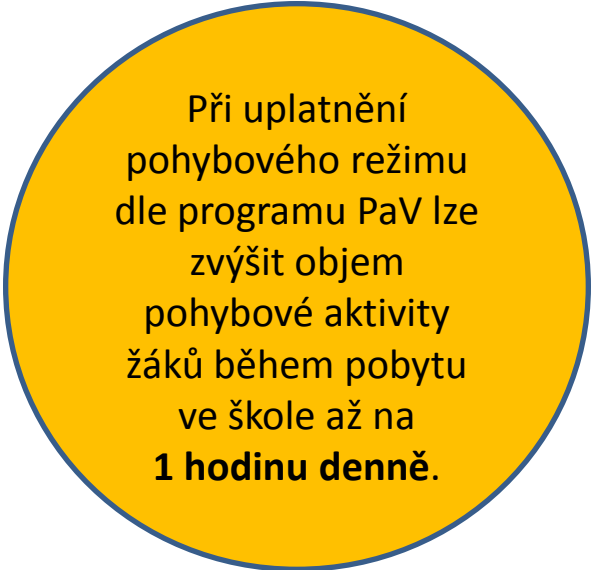
- začlenit program PaV do ŠVP,
- začlenit program PaV do ŠVP školních družin
- upravit podmínky pro realizaci pohybově rekreačních přestávek – vyklizení chodeb, doplnění vybavení aj. (31 škol)
- propagovat program PaV ve škole a na webových stránkách škol
  - nástěnky, plakáty, pyramidy vytvořené žáky, články k výživě (27 škol), informace o besedách s lektory (17 škol) aj.



Program PaV byl začleněn do ŠVP a propagován uvnitř pilotních škol

# V oblasti POHYBU se převážně dařilo:

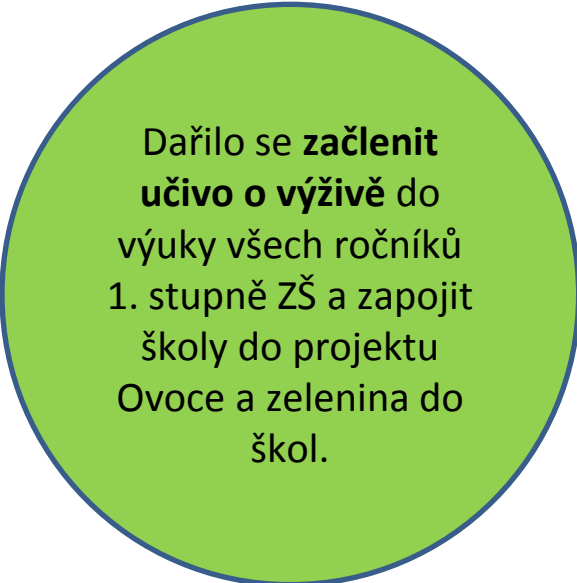
- zkvalitnit **výuku TV**
- organizovat pohybově rekreační **přestávky** (31 škol)
- zavádět metodu **učení v pohybu** v různých vyučovacích předmětech (29 škol)
- podle potřeby žáků zařazovat pravidelné **tělovýchovné chvílky** (29 škol)
- zřizovat pohybově zaměřené **kroužky** i další zájmové pohybové aktivity (26 škol)
- organizovat krátká **ranní cvičení** před výukou (24 škol)
- obohatit pohybovými aktivitami **program ŠD** (26 škol)



Při uplatnění pohybového režimu dle programu PaV lze zvýšit objem pohybové aktivity žáků během pobytu ve škole až na **1 hodinu denně.**

# V oblasti VÝŽIVY se převážně dařilo:

- začlenit učivo o výživě do výuky všech ročníků 1. stupně ZŠ (33 škol)
- pracovat s pracovními listy pro žáky (33 škol)
- zapojit školy do projektu **Ovoce a zelenina do škol** (33 škol)
- prosadit více ovoce a zeleniny do výživy žáků (33 škol)
- dbát na pitný režim žáků (28 škol)
- podporovat výživový režim žáků ve ŠD (30 škol)
- zvýšit pestrost nabízených pokrmů ve školních jídelnách
- na školách, kde byly školní bufety nebo automaty, se podařilo změnit sortiment potravin
  - automaty zrušily 3 školy, sortiment výrazně změnilo na 7 školách

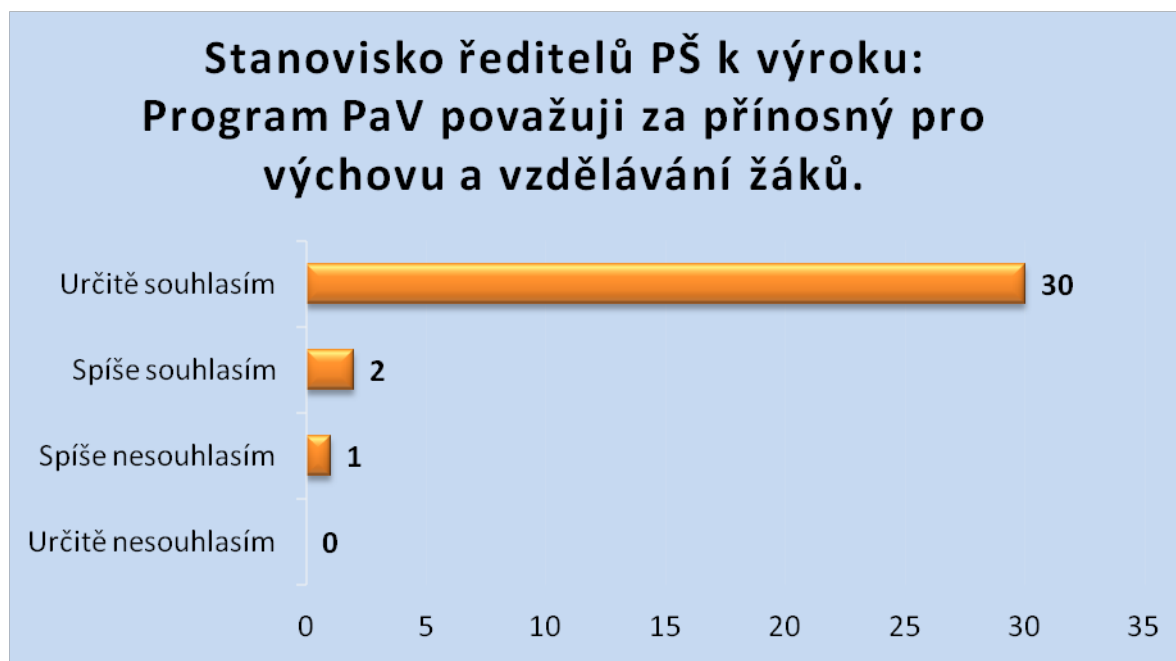


Dařilo se začlenit učivo o výživě do výuky všech ročníků 1. stupně ZŠ a zapojit školy do projektu **Ovoce a zelenina do škol**.

# Hodnocení programu PaV řediteli PŠ

**Většina ředitelů pilotních škol konstatuje:**

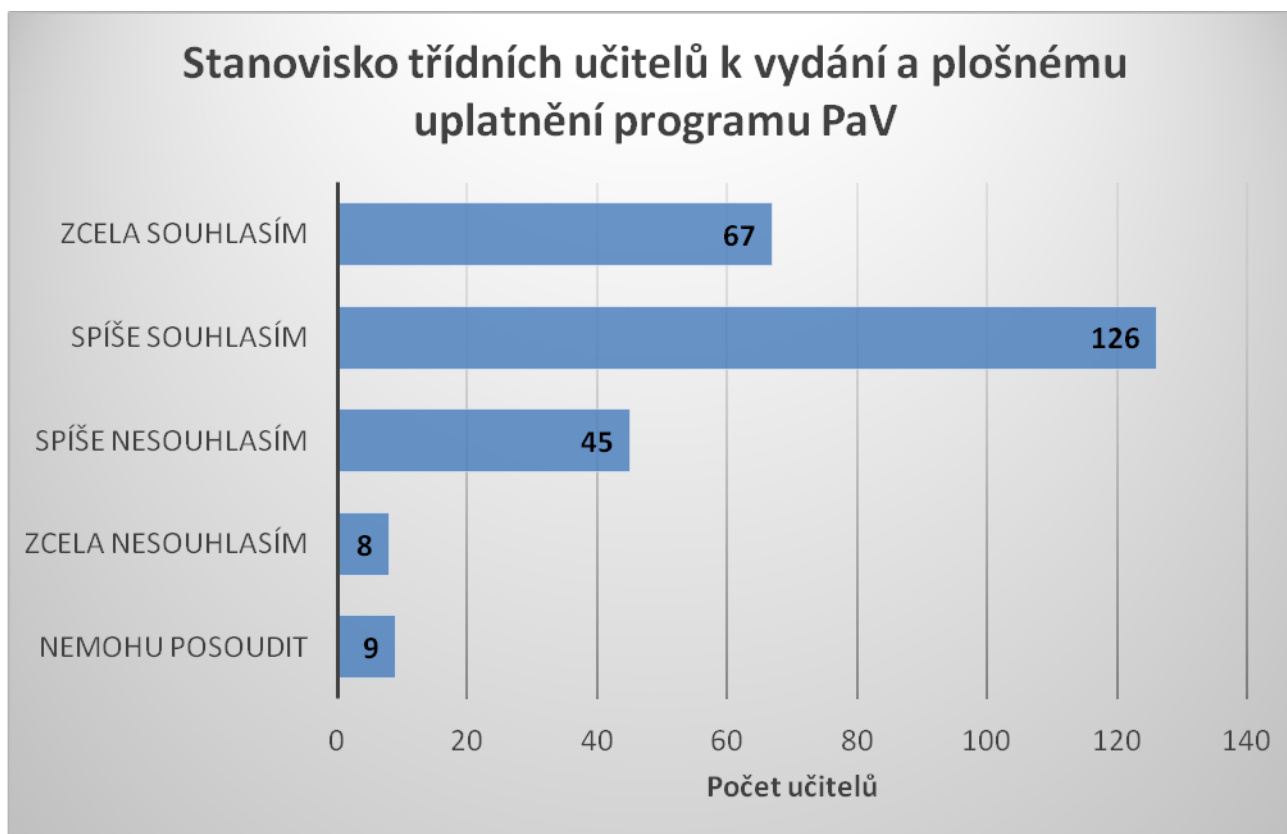
- program PaV je jako celek **přínosný** pro výchovu a vzdělávání žáků (viz graf)
- program **lze implementovat do ŠVP**
- program **nepřinesl** zvýšené finanční a personální problémy, jen určité organizační potíže
- v realizaci programu **bude škola pokračovat** v plném rozsahu i po ukončení pokusného ověřování



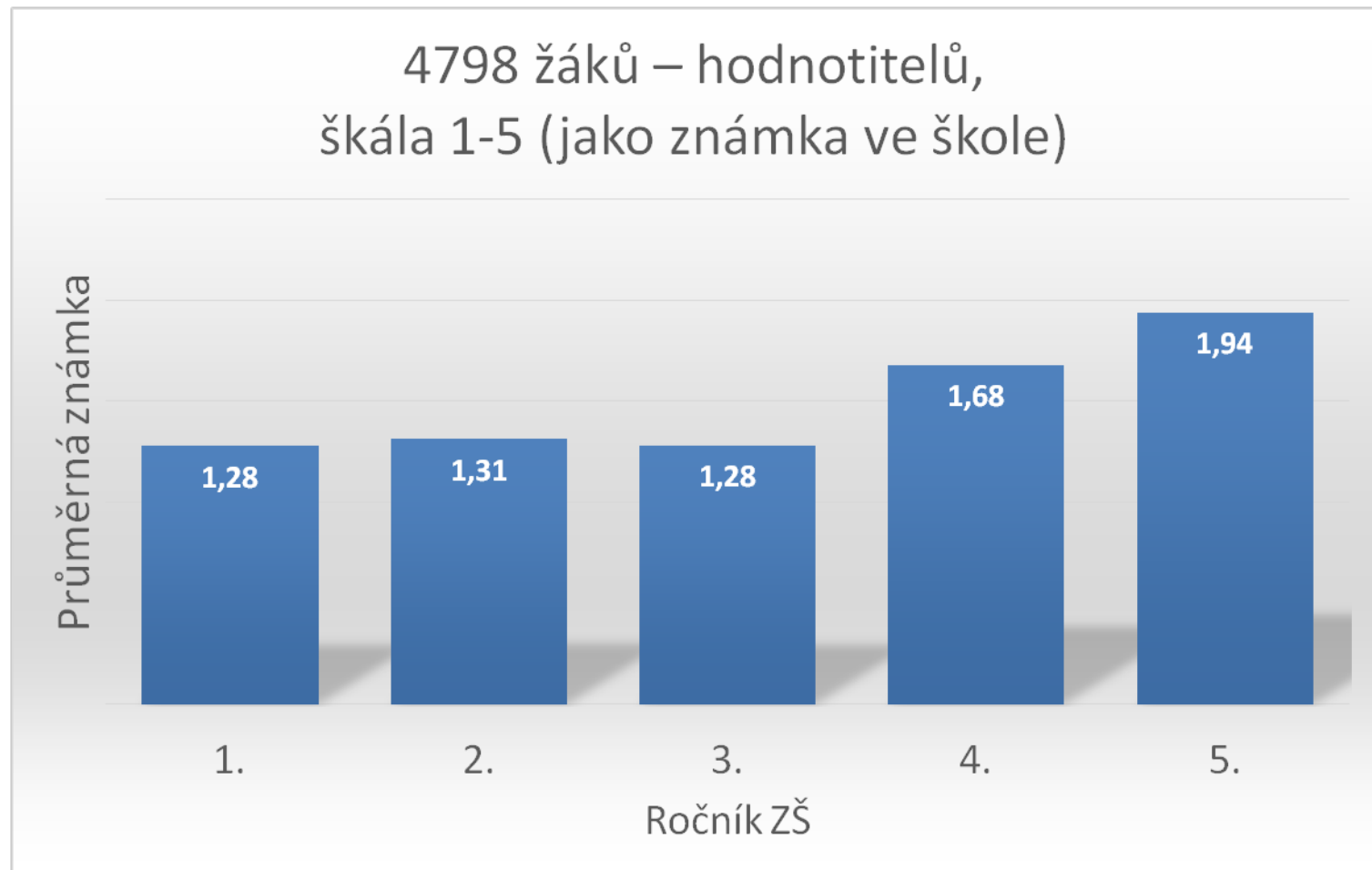
# Hodnocení programu PaV učiteli PŠ

## Učitelé převážně doporučují:

- na základě poznatků **upravit, vydat a plošně uplatnit** metodické materiály programu PaV



# Hodnocení programu PaV zúčastněnými žáky



# Hodnocení programu PaV rodiči žáků

3917 hodnotících rodičů:  
Pozitivní změny pod vlivem programu PaV



# Příklady výroků rodičů, kteří **pozorovali** vliv programu PaV na žáka nebo na rodinu:



1. roč., rodiče žáka č. 522: *Ano, syna to velmi bavilo, začal se zajímat o to, jak některé potraviny ovlivňují jeho organismus. Po pohybové stránce je na tom také velmi dobře, rád se porovnával s pyramidou pohybu. Celá rodina je sportovně založená, takže jsme si jen obohatili náš jídelníček a děti pochopily, jak jsou pohyb a strava důležité.*
3. roč., rodiče žáka č. 43: *Lépe si dokáže představit, co je dobře a co ne, kolik toho špatného může. Znázornění pomocí kostek, kresby, pěsti je výborné. Sám si vše více hlídá. Je skvělé, že o zdraví a pohybu slyší i z jiného zdroje, než je rodina. Více nám nyní věří. V posledním roce jsem ale více dbala na porce zeleniny a ovoce. Je dobře, že to děti slyší nejen od rodičů.*
5. roč., rodiče žáka č. 729: *Syn mnohem více přemýšlí o tom, co jí, a více se pohybuje. Díky jeho postřehům se i my dospělí více soustředíme na zdravé jídlo a pohyb.*



## Příklady výroků rodičů, kteří **nepozorovali** vliv programu PaV na žáka nebo rodinu:



1. roč., rodiče žákyně č. 141: *Z pohledu tohoto projektu vůbec žádné změny, dcera se o projektu vůbec nezmiňovala, tudíž ani nevyžadovala nějaké změny v jídelníčku. Má pohybu dostatek - závodně cvičí, tudíž v oblasti pohybu více nepotřebuje, u výživy - má od všeho dostatek, samozřejmě sladkosti jsou také, to odbourat úplně nelze.* (Hodnocení programu žákyní: 1\*)

3. roč., rodiče žáka č. 453: *Žádné změny, syn je na zdravou výživu zvyklý od malička a k pohybu je veden rovněž.*

5. roč., rodiče žákyně č. 488: *U našeho dítěte žádné změny nenastaly, jelikož mělo dostatek pohybu už před započítím této akce. Sportujeme a stravujeme se zdravě.*

# Využití webových stránek programu PaV

**Příklady dobré praxe:**

- Pohyb
  - Výuka o pohybu (vyučovací předměty vycházející ze vzdělávacích oborů Tělesná výchova, Člověk a jeho svět aj.)
  - Tělovýchovné chvílky
  - Učení v pohybu
  - Pohybově rekreační přestávky
  - Integrovaná terénní výuka
  - Projekty s tematikou pohybu
  - Školní družina
  - Škola v přírodě
  - Nepovinné předměty a kroužky
  - Pohybový režim mimo školu
  - Hodnocení pohybového režimu
- Výživa
  - Výuka o výživě (vyučovací předměty vycházející ze vzdělávacích oborů Člověk a jeho svět, Člověk a svět práce aj.)
  - Dopolední svačina
  - Oběd
  - Odpolední svačina
  - Pitný režim
  - Projekty s tematikou výživy
  - Školní družina
  - Škola v přírodě
  - Nepovinné předměty a kroužky
  - Výživový režim mimo školu
  - Hodnocení výživového režimu
- Integrované projekty podpory zdraví
- Bezpečnost a legislativa
- Spolupráce s rodiči
- Spolupráce s institucemi

**Vloženo více než 100 příkladů dobré praxe z oblasti PaV**

**školství mládeže a tělovýchovy** Vás zvou na závěrečné setkání řešitelů pokusného ověřování účinnosti programu zaměřeného na změny v pohybovém a výživovém režimu žáků základních škol, Pohyb a výživa.  
19.11.2015 [více zde](#)

**Dva nové příspěvky ze škol - tentokrát do českého jazyka**  
27.07.2015 [více zde](#)

**Nové příspěvky ze škol**  
23.07.2015 [více zde](#)

**MÁM DOTAZ**

**Naši partneři**

Asociace Školních Sportovních Klubů **AŠSK**

STATNÍ ZORÁVOTNÍ ÚSTAV **SZU**

NEZANISLÁ INICIATIVA **Česko se hýbe**  
WWW.CESKOSHEVIBECZ

**ČESKÁ UNIE SPORTU**

Plodha CS 9:43 23.11.2015

# Podrobné výsledky ověřování jsou zveřejněny na těchto stránkách:

primář boženský - Hledat Go x Metodický portál - Výsledky x

pav.rvp.cz/vysledky-z-overovani

www.rvp.cz inspirace a zkušenosti učitelů

Titulka Články DUM Odkazy AudioVideo Galerie Wiki Diskuze Burza Blogy Digifolio E-learning

Profil Škola<sup>21</sup>

Pohyb a výživa Evaluační nástroje Evropské jazykové portfolio Pospolu

 **Pohyb a výživa**

Úvodní strana » Pro zájemce » Výsledky z ověřování

## Výsledky z ověřování

Na této stránce budou umístěovány průběžné informace o výsledcích pokusného ověřování.

**Červen 2014**

Vstupní informace o školách zařazených do pokusného ověřování programu Pohyb a výživa (celý materiál ke stažení zde: [PaV\\_2Vyhodnoceni\\_vstup\\_PŠ\\_P1\\_P2\\_V1\\_V2](#))

**Souhrnný podkladový materiál** s názvem „Vyhodnocení vstupních informací o pilotních školách zařazených do pokusného ověřování programu Pohyb a výživa a o začlenění pohybových a výživových aktivit ve vzdělávání těchto škol“ vznikl na základě vyhodnocení vstupních dotazníků a SWOT analýz z pilotních škol. Materiál mapuje situaci na konci roku 2013. Je možné ho využít jako celkový pohled na situaci na PŠ a především jako inspiraci pro vymezení změn, které by chtěly (mohly) jednotlivé školy uplatnit v příštím školním roce.

**Pro zájemce**

- ▶ O pokusném ověřování projektu Pohyb a výživa
- ▶ Řídící tým
- ▶ Pilotní školy
- ▶ Historie pokusného ověřování
- ▶ Informace pro školy
- ▶ Informace pro školní jídelny
- ▶ Edukační program – základní materiály
- ▶ Testování zdatnosti
- ▶ Edukační program – doplňující materiály
- ▶ Edukační program – hodnocení
- ▶ Výsledky z ověřování
- ▶ Často kladené dotazy

**AKTUALITY**

Plocha CS 16:04 23.11.2015

# Závěry a doporučení

## Souhrnná doporučení

- Zřetelně začlenit ověřené a doporučené součásti programu PaV do **RVP ZV**.
- Připravit na všech ZŠ **podmínky pro realizaci** pohybového a výživového režimu žáků a realizovat program PaV s výjimkou nedoporučených dílčích součástí programu.
- Na základě konkrétních připomínek učitelů pilotních škol **upravit a vydat metodické materiály** programu PaV pro potřeby všech ZŠ.
- Vytvořit **interaktivní modifikace metodických materiálů** k elektronickému uplatnění ve výuce na 1. stupni ZŠ (aplikace pro interaktivní tabule, webové stránky škol aj.).
- Zachovat **webové stránky** programu PaV a využít je k dalšímu prezentování příkladů dobré praxe.
- Implementovat nové, originální části programu PaV do pregraduální **přípravy učitelů** a do jejich dalšího vzdělávání.
- Informovat o výsledcích pokusného ověřování **zřizovatele škol** a prohloubit spolupráci s **místními institucemi**.
- Získat k blízké spolupráci v uvedené oblasti **rodiče žáků**.
- Informovat o výsledcích pokusného ověřování širokou **odbornou veřejnost**.
- Vytvořit a ověřit program PaV také v **mateřských školách**, kde se dá předpokládat ještě větší efektivita působení na děti i na rodiče.

# Závěry a doporučení

## Doporučení pro oblast **POHYBU**

- Orientovat přípravu učitelů 1. stupně ZŠ v oblasti tělesné výchovy nejen na výuku tělesné výchovy, ale více i na **celkový pohybový režim žáků**.
- Na pedagogických fakultách vytvořit **konzultační centra** pro učitele a pedagogické pracovníky 1. stupně ZŠ včetně jmenování vybraných odborníků do funkce konzultanta pro uvedenou oblast.
- Testování tělesné zdatnosti** žáků chápat jako součást hodnocení a sebehodnocení tělesného zdraví žáků a ne jako výkonnostní ukazatel.
  - V tomto smyslu doporučujeme využít nový on-line systém **INDARES.COM**, zaměřený na záznam, analýzu a komparaci pohybové aktivity uživatelů (žáků).

# Závěry a doporučení

## Doporučení pro oblast **VÝŽIVY**

- Doplnit přípravu učitelů 1. stupně ZŠ o systémové **vzdělávání v oblasti výživy**.
- Zřídit **regionální konzultační centra** k problematice výživy dětí a ke vzdělávání ve výživě, dostupná všem učitelům a pedagogickým pracovníkům ZŠ.
- Prohloubit **spolupráci škol a školních jídelen** a sladit stravování ve školních jídelnách s **výživovým vzděláváním žáků**.

# Stanovisko MŠMT

- Závěry a doporučení jsou v plném znění k dispozici na webu PaV
  - <http://pav.rvp.cz/vysledky-z-overovani>

## Stanovisko MŠMT:

Zápis ze 12. porady vedení, která se konala dne 22. března 2016, bod 18:

*Pokusné ověřování účinnosti programu zaměřeného na změny v pohybovém a výživovém režimu žáků základních škol (Pohyb a výživa) - Závěrečná zpráva (v návrhu programu bod 10.)*

***NM Štech vyslovil s materiálem souhlas a uložil předložit do konce roku 2016 informaci o naplňování doporučených opatření.***

***Odpovídá: NM Pícl***

***Termín : 31. 12. 2016"***

# Literatura

- Jan Tupý, Vladislav Mužík, Ludmila Miklánková, Leona Mužíková, Jiří Havel, Marcela Janíková, et al. (2015). *Výsledky ověřování edukačního programu Pohyb a výživa (PaV) na 1. stupni ZŠ*. Praha: MŠMT, NÚV.

Příspěvek vznikl v rámci řešení projektu GA MU Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví (MUNI/A/0963/2015).

## **Kontakt:**

Doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc.

Pedagogická fakulta MU

Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

Poříčí 31

603 00 Brno

E-mail: [muzik@ped.muni.cz](mailto:muzik@ped.muni.cz)



# Pojetí gymnastické gramotnosti v programech vzdělávání

Viléma Novotná

Katedra gymnastiky UK FTVS

Fórum kinantropologie, Moravec 2016

# GYMNASTIKA

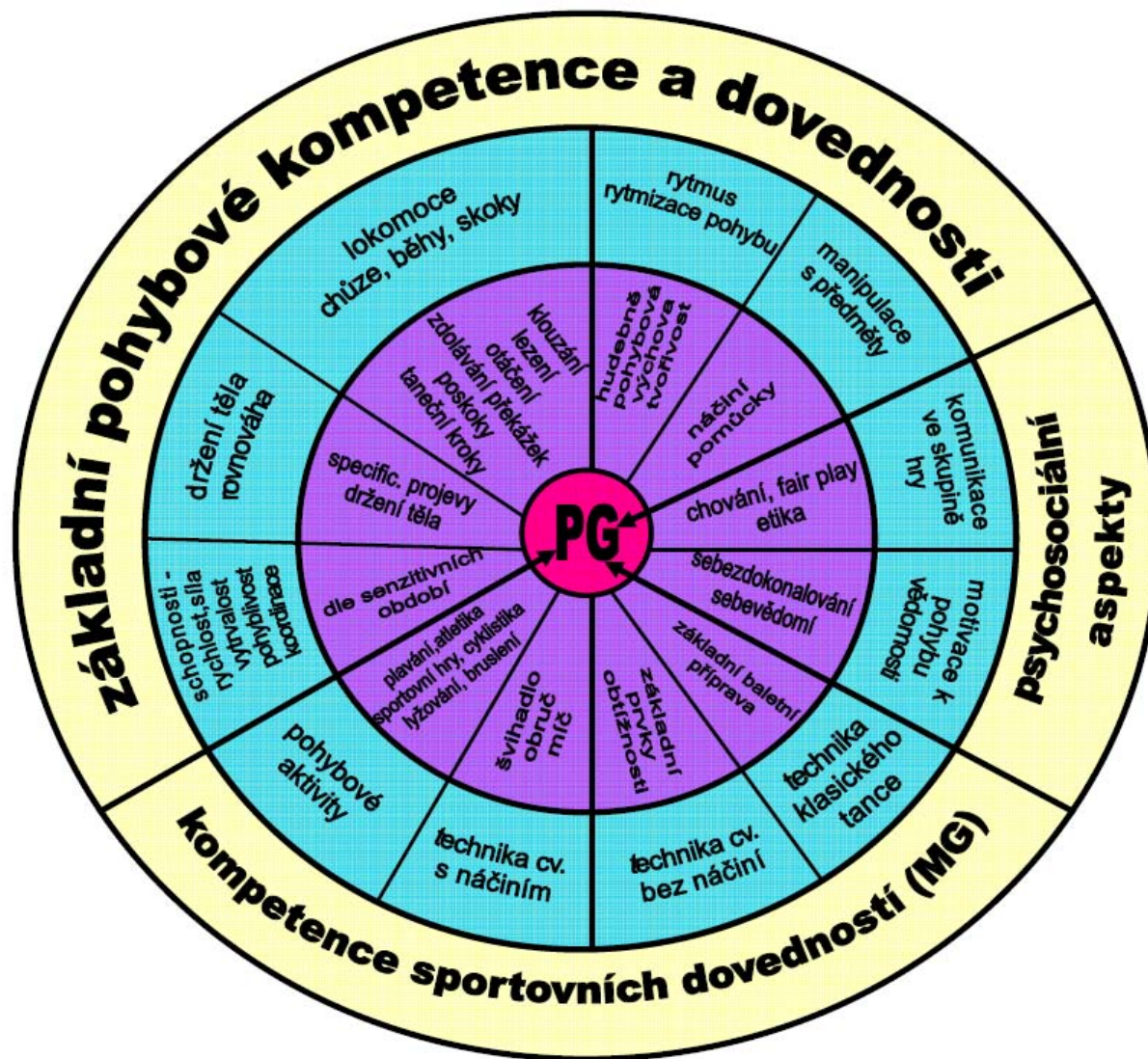
Je zaměřena na:

- kultivaci estetického pohybového projevu
- proces osvojování si uvědomělého a řízeného pohybu při gymnastických činnostech a dovednostech
- nácvik správné rytmizace pohybu
- rozšiřování didaktických dovedností gymnastiky, mezi které patří i cvičení s hudbou
- podněcování pohybové tvořivosti

# gymnastika & pohybová gramotnost → publikace (názvy)

- Podíl gymnastiky na kultivaci pohybové gramotnosti
- Vztah gymnastických činností k pohybové gramotnosti
- Struktura složek pohybové gramotnosti pro sportovní odvětví moderní gymnastika
- Podíl gymnastických dovedností na vzdělávacím obsahu pohybové gramotnosti dětí a mládeže mladšího školního věku
- Přínos pohybové gramotnosti a gymnastiky pro pohybové vzdělávání starších dospělých a seniorů
- Aplikace gymnastické gramotnosti pro podporu pohybové terapie
- Gymnastické aktivity Golden Age 50+

Schéma podílu jednotlivých složek pohybových kompetencí a dovedností vedoucích k pohybové gramotnosti, nutných pro trénink v MG (2010)



# Pohybová - gymnastická gramotnost

- Je založena na osvojování si uvědomělého zvládnání základních pohybů vytvářejících vhodné „pohybové vzorce“ jako předpoklad pro jejich přenos nejen do specifických gymnastických dovedností či do dovedností různých pohybových a sportovních aktivit.
- Bez zvládnutí základních dovedností není možné navázat kvalitní a bezpečný nácvik dalších obtížnějších tvarů či prvků a harmonicky rozvíjet osobnost cvičence po stránce jak pohybové, tak sociální a estetické.

# Pohybová - gymnastická gramotnost vybrané soubory cvičení

- cvičení pro držení těla jako univerzální výchozí poloha pro pohyb
- realizace pohybů těla a jeho částí
- základní lokomoce
- statická a dynamická rovnováha
- rytmus pohybu (rytmické schopnosti - vnímání a zapamatování)
- flexibilita
- orientace v prostoru
- motoricko-funkční (akrobatická) příprava
- manipulační dovednosti
- technika cvičení bez náčiní
- technika cvičení s náčiním
- technika cvičení na nářadí

začít je možno v každém věku



## **Kontakt:**

Doc. PhDr. Viléma Novotná

UK FTVS, katedra gymnastiky

J. Martího 31, 162 52 Praha 6

E-mail: [vnovotna@ftvs.cuni.cz](mailto:vnovotna@ftvs.cuni.cz)



# Vybrané otázky výuky plavání na středních školách

Jitka Pokorná, UK FTVS, KPS

# Východiska problematiky

- 1) Výzkumné šetření (dotazník) - 225 učitelů středních škol (G a ost. SŠ)
  - 34 % - dostupnost plaveckého bazénu (vlastní bazén nebo v blízkosti školy)
  - plavání celoroční 28 % škol
  - plavání kurzovní 56 % škol
- 2) Osobní dotazování učitelů (10)

# Podmínky a zařazení plavání v rámci ŠVP

- ✓ 1/3 SŠ má dostupný bazén pro TV, ne všechny školy využívají bazén celoročně

- 
- převládá kurzovní výuka (bloková výuka plavání)
  - celoroční výuka je realizována ve školách s bazénem nebo s dobrou dostupností bazénu nebo u škol např. bez tělocvičny
  - vyskytují se i epizodické hodiny plavání

# Pedagogické zabezpečení

- ✓ Téměř ve většině případů je výuka zabezpečována učitelem TV školy/ na rozdíl od praxe na ZŠ

otázkou je:

- plavecká kompetentnost učitele k výuce plavání a k dalším formám pohybových aktivit ve vodě
- pedagogická odpovědnost učitele za realizaci „hodin plavání“ X „hodiny koupání“
- kompetentnost učitele vést nehomogenní skupinu z hlediska plaveckých dovedností a doposud osvojené plavecké lokomoce

# Aktivní X pasivní účast žáků na hodinách

- ✓ OBECNÝ PROBLÉM
- ✓ V plaveckých hodinách bývá pasivní účast žáků spíše vyšší než v běžných hodinách TV v tělocvičně, na hřišti apod.
- může činit i organizační problémy - na bazén přístup pouze v převlečení, zajištění dozoru

Příklad z TD: Více žáků sedělo v hodině TV-plavání za oknem, než bylo ve vodě.

# Plavecké kompetence žáků

✓ nehomogenní skupiny z různých hledisek:

např.

- úroveň osvojení základních plaveckých dovedností
- kvalita provedení osvojených plaveckých lokomocí

Předpoklad je realizovat v rámci ŠVP SŠ zdokonalovací plaveckou výuku.

X

!!!!!!! Často se učitelé setkávají s téměř neplavci nebo s plavci s velmi nízkou úrovní plavecké kompetence!!!!

# Diskusní otázky učitelů k výuce plavání

- ✓ Který plavecký způsob učit?
  - ✓ Jak sestavovat výukovou hodinu?
  - ✓ Jakou náplň činností volit v úvodní či závěrečné části hodiny?
  - ✓ Jak řešit při výuce nehomogenitu či začlenění „neplavce“?
  - ✓ Jak odstraňovat odchylky v provedení plaveckých pohybů (prsařských nohou, při realizaci plaveckého dýchání u kraulu)?
- Z dotazů vyplývá snaha řešit oblast vlastní plavecké kompetence, méně využití a modifikace plaveckých dovedností v dalších formách a pohybových aktivitách ve vodě.

# Závěry pro „nás“


## - konstatování

- plavání bývá zařazeno do ŠVP SŠ (i když ne plošně)
- plavání na SŠ učí námi vzdělávání učitelé
- nicméně učitelé (na základě našeho dotazování) řeší **bazální problémy výuky** (s kterými by si měli učitelé na základě svého vzdělání vědět rady)



# Závěry pro „nás“

- k řešení

- obsah současného vzdělávání budoucích učitelů či dalšího do vzdělávání učitelů pro oblast plavání  
X ALE zkušenost z TĚLO PRAHA
- doporučení pro zařazených dalších pohybových aktivit, které nabízí vodní prostředí, včetně deklarovanych v RVP (záchranné plavání/sebezáchrana, pomoc, prvky osobního zásahu)
  - ve vztahu k benefitům plavání z hlediska celoživotní aktivity,
  - ve vztahu k různorodosti činností, které nabízí vodní prostředí

zvýšení atraktivnosti „plavání“ jako součást TV

# předmět Didaktika plavání (magisterské studium na UK FTVS)

Zaměření:

- klasické problémy didaktiky plavání a plaveckých způsobů
- tvorba programů a související otázky pohybových činností ve vodě pro oblast:
  - ✓ zatěžování
  - ✓ zdravotního plavání a benefitů plavání
  - ✓ plaveckých sportů
  - ✓ zážitkových programů
  - ✓ záchranného plavání
  - ✓ diagnostiky plavecké úrovně (technika, zdatnost)

!!! Výstupy na zadaná témata v rámci seminářů a zároveň vlastní pedagogická praxe v reálné výuce

!!! SP více tematická (4) /zadání často vyžaduje vlastní řešení úkolu z oblasti tvorby pohybových programů a didaktických řešení nácviků plavecké lokomoce

Děkuji za pozornost

**Kontakt:**

Mgr. Jitka Pokorná

UK FTVS, KPS

José Martího 31

16252 Praha 6 - Veleslavín

E-mail: [jpokorna@ftvs.cuni.cz](mailto:jpokorna@ftvs.cuni.cz)

# Výsledky pokusného ověřování programu

## **Hodina pohybu navíc**

PaedDr. Jan Tupý



# Vyhlášení programu HPN

- MŠMT vyhlásilo program – 15. 5. 2015
- přihlášky ze škol – červen 2015
- vytvoření metodiky – červenec 2015
- vstupní semináře pro učitele – září 2015
- zahájení programu – říjen 2015
- závěrečný seminář – červen 2015
- závěrečná zpráva za 1. rok ověřování – srpen 2016

# Cíl pokusného ověřování

- vytvořit, vydat a ověřit metodiku pro pohybové aktivity ve školních družinách,
- ověřit možnosti pozitivního ovlivňování rodičů žáků zapojených do pilotního ověřování,
- získat vyhodnotitelná data o průběhu zavádění metodiky pohybu programu,
- připravit kvalitní podklady pro rozhodování o tom, zda a v jaké podobě začlenit úpravu koncepce pohybových aktivit do ŠVP školních družin

# Organizace a realizace PO

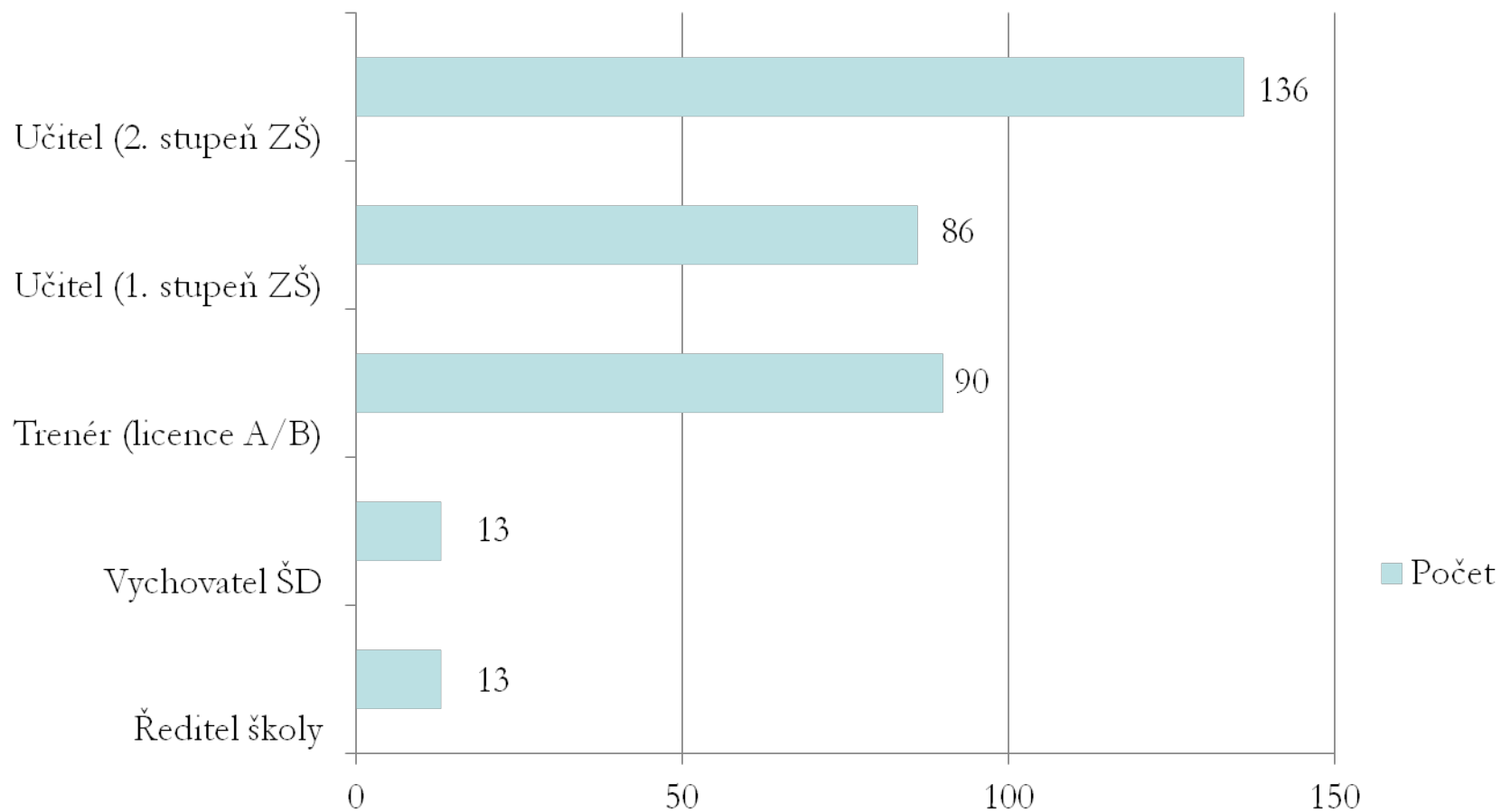
- PO jeden školní rok – možné prodloužení na základě vyhodnocení
- zaměřeno na žáky 1. – 3. ročníku ZŠ
- zařazeno 6 sportů (F, B, H, V, R, LH – bruslení)
- metodika se soubory cvičení
- zaškolení trenérů a učitelů (Praha, Jihlava, Ostrava)
- pokusné ověřování na 160 školách ve 14 krajích – 297 učitelů, 7000 žáků
- evaluační návštěvy na školách
- PO řídí NÚV, zpracovává závěrečnou zprávu – spolupráce ČUS

# Evaluace

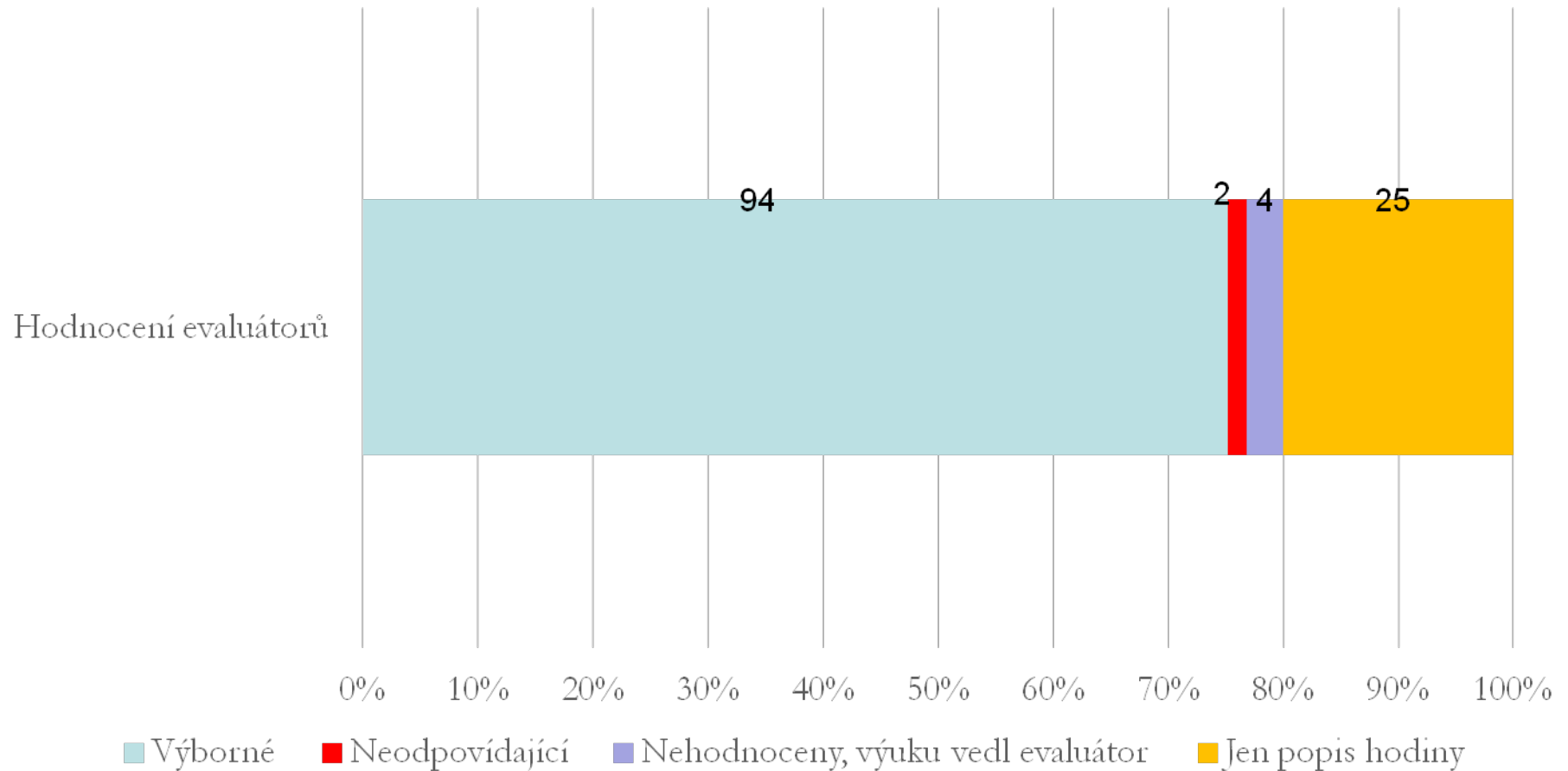
- dotazníkové šetření – ředitelé škol
- dotazníkové šetření – učitelé
- dotazníkové šetření – rodiče
- evaluační návštěvy škol – lektoři
- konzultace lektorů s trenéry, učiteli, řediteli škol
- diskuse v průběhu seminářů
- videozáznamy hodin



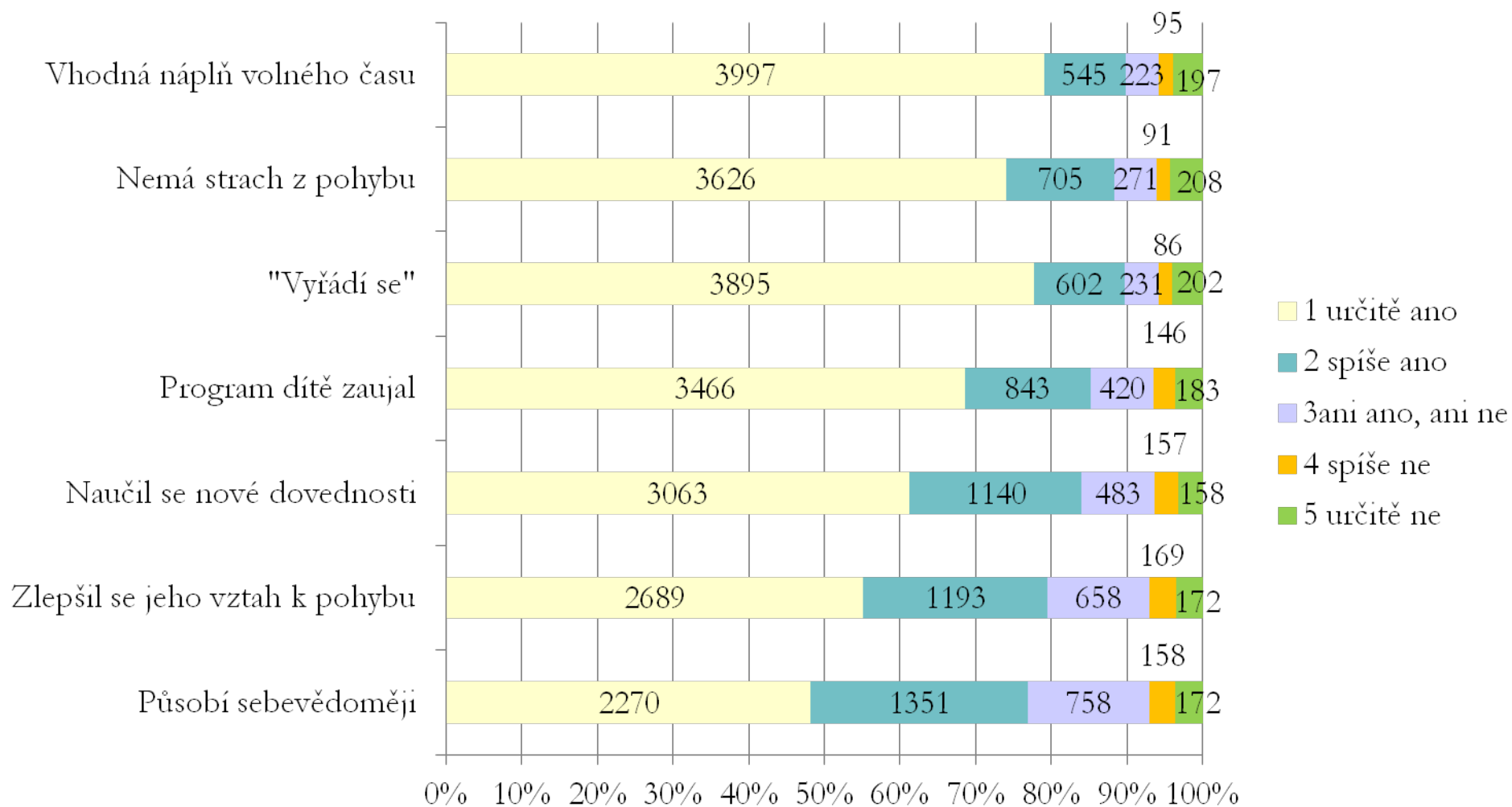
# Kvalifikace vedoucích HPN



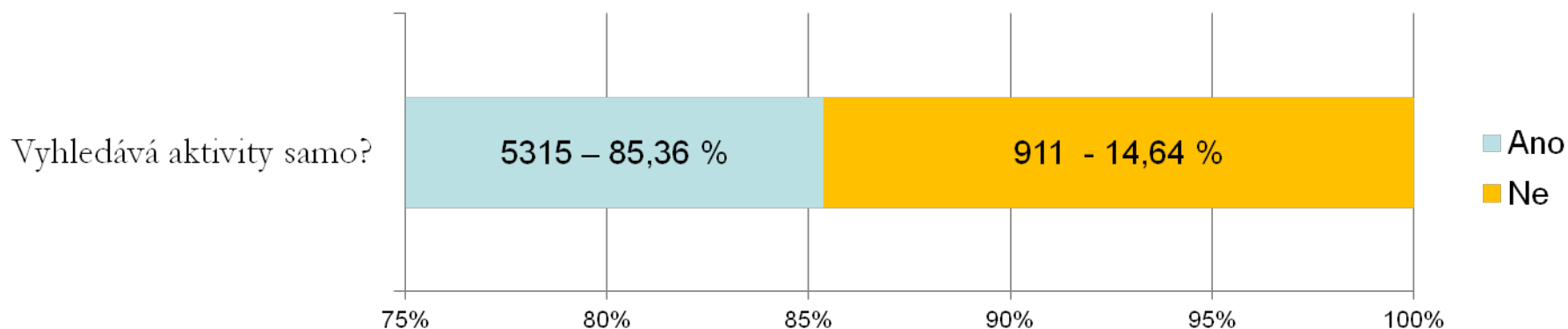
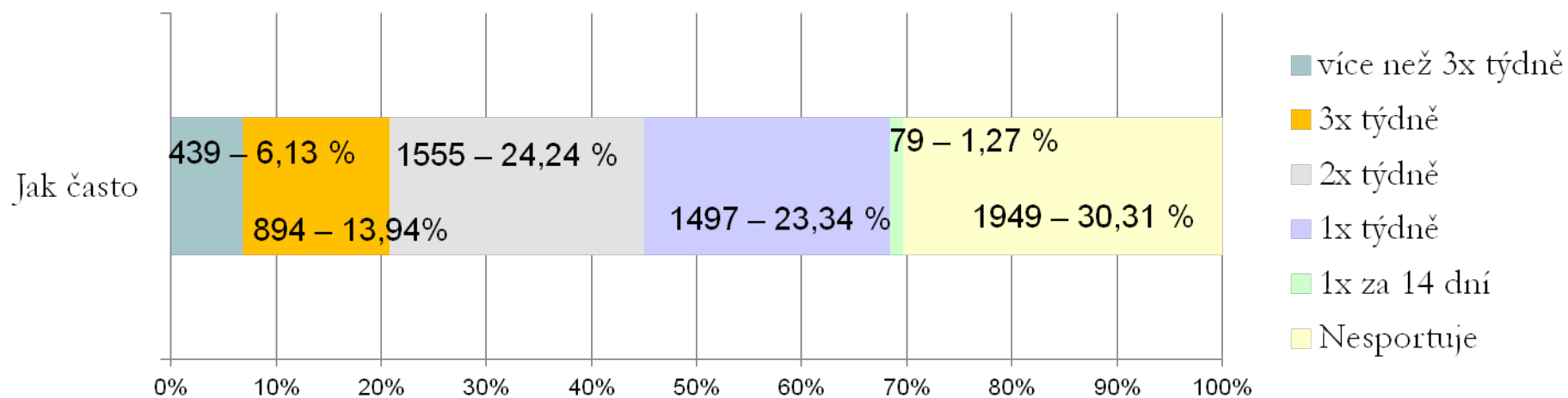
# Hodnocení hodin navštívených evaluátory



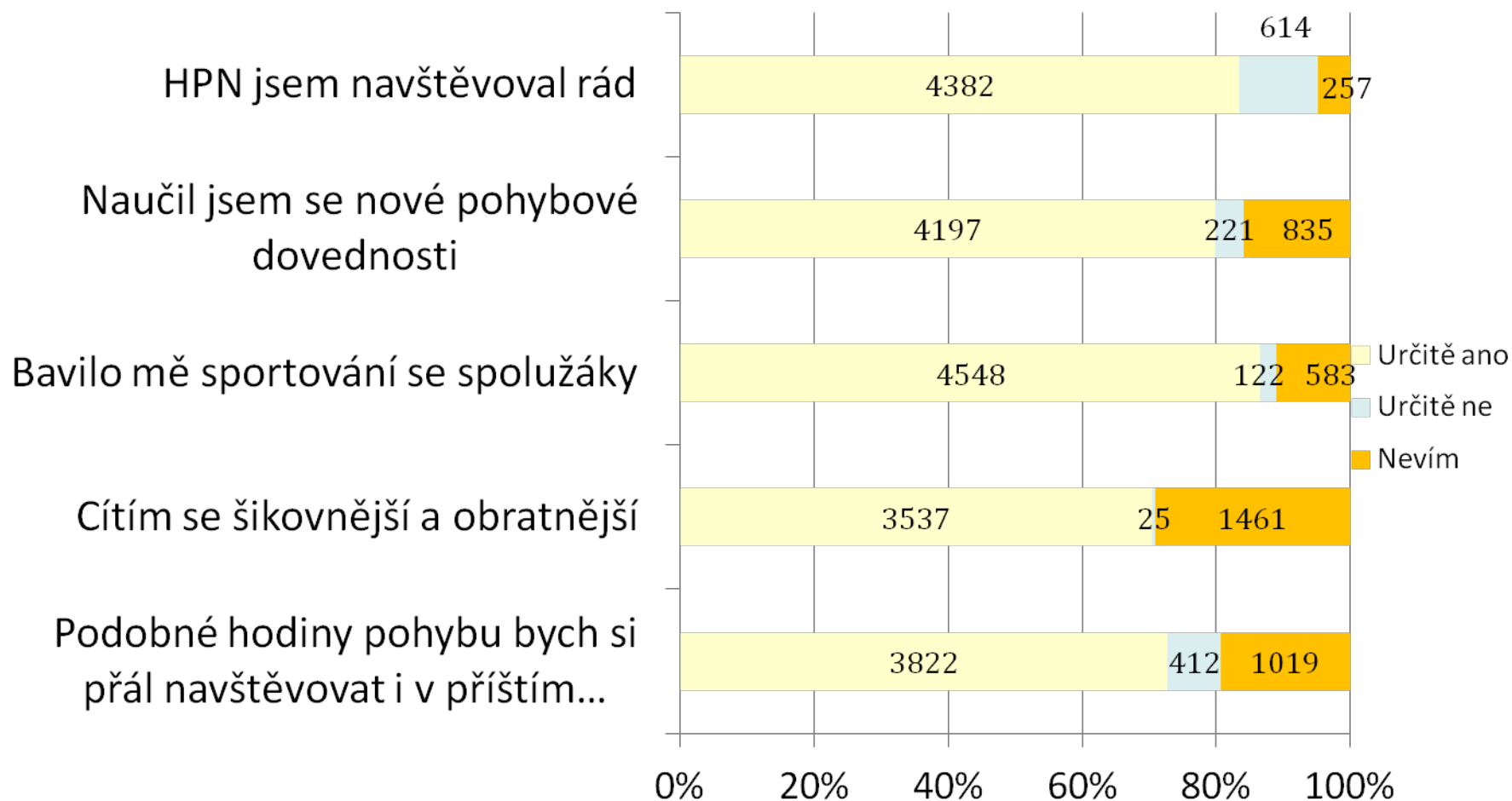
# Naplnění očekávání rodičů spojených s HPN



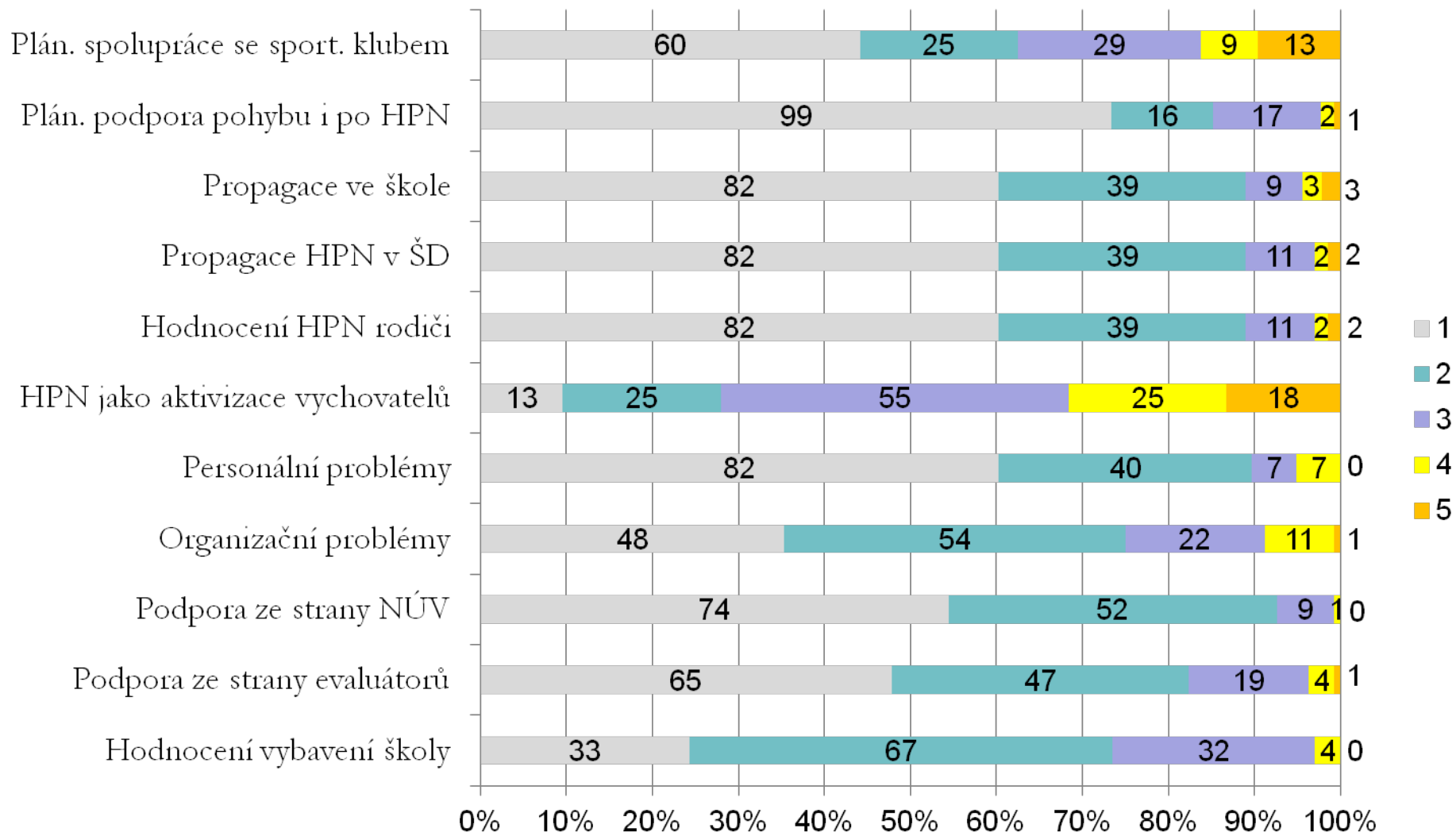
# Jak často žáci sportují? Vyhledávají pohyb sami?



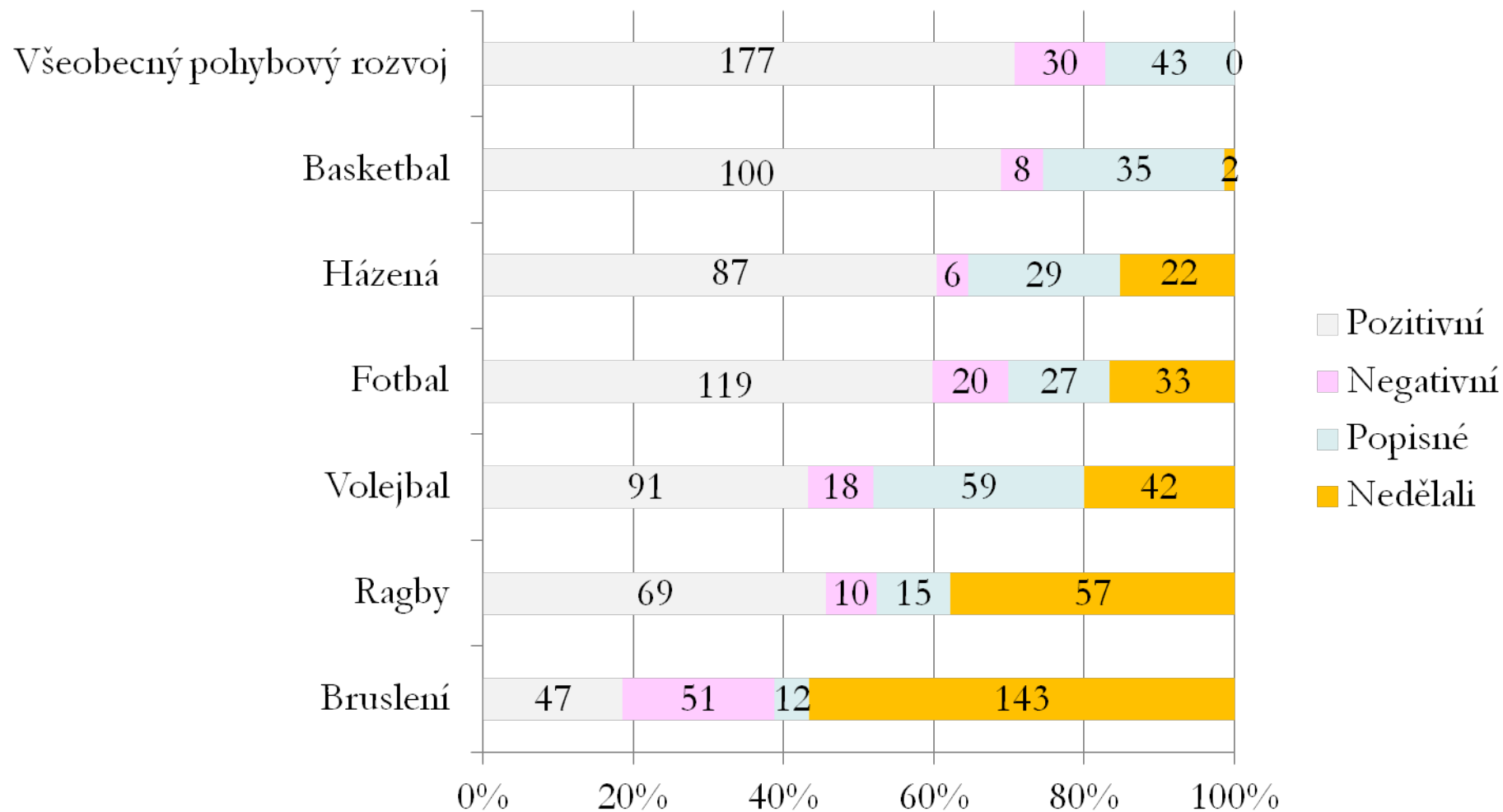
# Názory žáků na HPN (na konci roku)



# Souhrnné hodnocení HPN řediteli škol



# Názory učitelů na Metodiku



# Závěry

- Ředitelé vítají HPN z důvodu zlepšení režimu žáků, dobrého jména školy, požadují vyšší příspěvky na vybavení.
- Naprostá většina hodin měla dobrou až velmi dobrou úroveň, žáci HPN navštěvovali ve většině případů rádi.
- Problém byl v počtu hodin, které bylo možné realizovat, nezapojili se zdaleka všichni žáci.
- Učitelé přijali metodiku jako vhodný zdroj inspirace, často využívali náměty z metodiky i v hodinách TV.
- Malé zapojení vychovatelek.
- Rodiče vítají HPN – vhodná aktivita; ne všichni žáci se mohli zapojit (mělo být zahájeno dříve).



# Doporučení

- Zajistit další prostředky pro pokračování HPN a pro rozšíření počtu škol (žáků).
- Dopracovat a obohatit Metodiku.
- Zpracovat model školení pro učitele a vychovatelky.
- Dále a podrobněji sledovat kvalitu HPN a názory pedagogů, rodičů a žáků, navštívit všechny školy i opakovaně, zajistit natočení dalších komentovaných videí ze školení učitelů i z hodin v rámci HPN.

# Pokračování HPN

- HPN bude pokračovat – ve 3 odděleních na škole (1. – 3. roč.), mohou se zařadit i žáci mimo ŠD (do naplnění kapacity).
- Škola zajistí 2 učitele TV nebo trenéry s licenci „B“.
- Škola upraví ŠVP ŠD a školní řád, doporučuje se účast vychovatelky na HPN.
- Škola vyhodnotí průběh HPN podle pokynů NÚV.
- V září budou realizována 3 školení + školení pro evaluátory (NIDV).
- Evaluace – dotazníky, návštěvy na školách, konzultace s evaluátory
- Dále budou fungovat www stránky škol HPN. <http://hop.rvp.cz/>.
- Zahájení na školách k 1. 10. 2016 – 348 škol.

# Poznámky k HPN

- Snaha obohatit pohybový režim žáků, lze vítat.
- Nepostihne všechny žáky dané skupiny, kteří by měli zájem se zapojit.
- Nekoncepčnost ze strany MŠMT při zadávání a realizaci PO.
- Vždy dlouhý čas a rozpaky nad tím, zda má PO pokračovat, pokud ne (ano) není zdůvodněno.
- Nepracuje se důsledně s výstupy a doporučeními z PO.
- Uměle tvořená rivalita mezi trenéry (ČUS) a učiteli 1. stupně, zpochybňování kvalit učitelů na různých fórech.



## Kontakt:

Jan Tupý

Okružní 457, 252 16 Nučice

E-mail: [tupyj@seznam.cz](mailto:tupyj@seznam.cz)



---

Univerzita Palackého  
v Olomouci

# Pohybová gramotnost v České republice

**Jana Vašíčková**  
**Fakulta tělesné kultury UP v Olomouci**  
**Katedra společenských věd v kinantropologii**

**Moravec, seminář kinantropologie**  
**21.-22.9.2016**



Univerzita Palackého  
v Olomouci

# Co je pohybová gramotnost





# Gramotnost

- Desetiletí gramotnosti (2003-2012) – rok 2005 byl vyhlášen Mezinárodním rokem gramotnosti
- Co to je gramotnost?





# Definice gramotnosti

- ***Literacy is the ability to identify, understand, interpret, create, communicate and compute, using printed and written materials associated with varying contexts. Literacy involves a continuum of learning in enabling individuals to achieve his or her goals, develop his or her knowledge and potential and participate fully in community and wider society'(UNESCO 2005: 21).***

Gramotnost zahrnuje určitou autonomní sadu dovedností (pro čtení - základní znalost významu slov), která je aplikována a praktikována v různých situacích a kontextech. Probíhá jako cesta (v různých dobách života čteme rozdílné knihy) a je rozdílná pro různé odborné komunity a širokou společnost (jazyk je rozdílný pro různé obory, rozdílná terminologie)





# Pohybová gramotnost NENÍ



- Pohybová gramotnost je základ pro kvalitní tělesnou výchovu ... není to Váš program TV!
- Tělesná výchova
- Fyzická zdatnost
- Pohybová aktivita
- Pohybové dovednosti

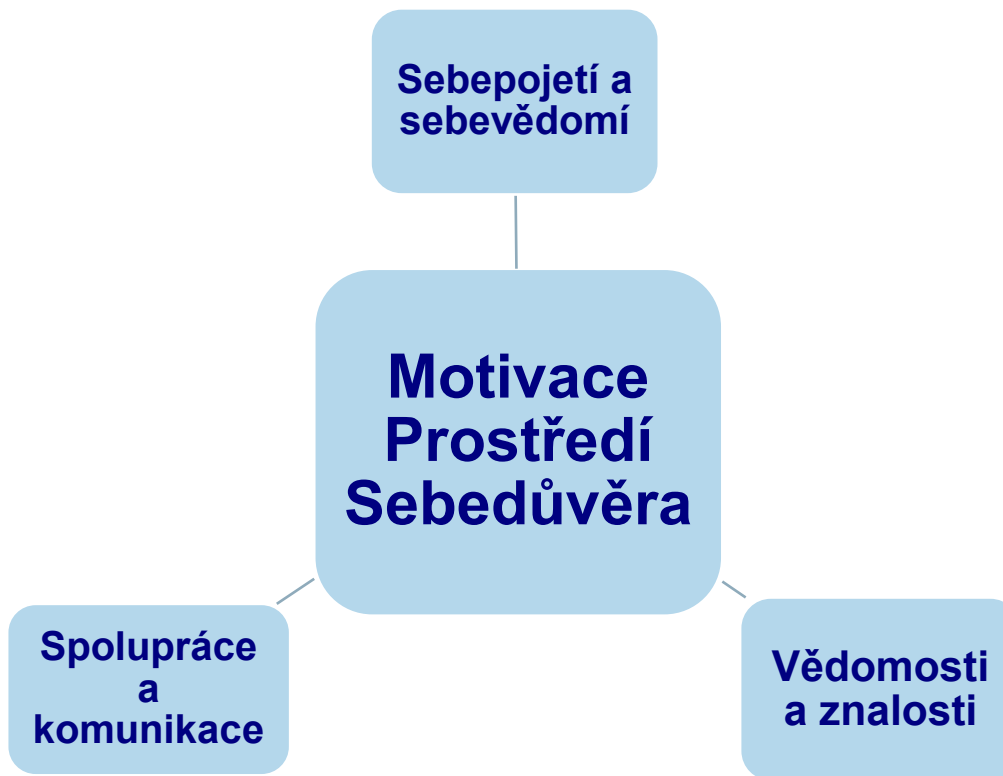


**PG**

Whitehead, M. E. (Ed.)(2010). *Physical literacy throughout the lifecourse*. London, UK: Routledge.



# Pohybová gramotnost



Whitehead, M. E. (2010). Physical literacy, physical competence and interaction with the environment. In M. E. Whitehead (Ed.), *Physical literacy throughout the lifecourse* (pp. 44-55). London, UK: Routledge.

Vašíčková, J. (2016). *Pohybová gramotnost v České republice*. Olomouc: UP.



# Pohybová gramotnost

## Multidimenzionální přístup

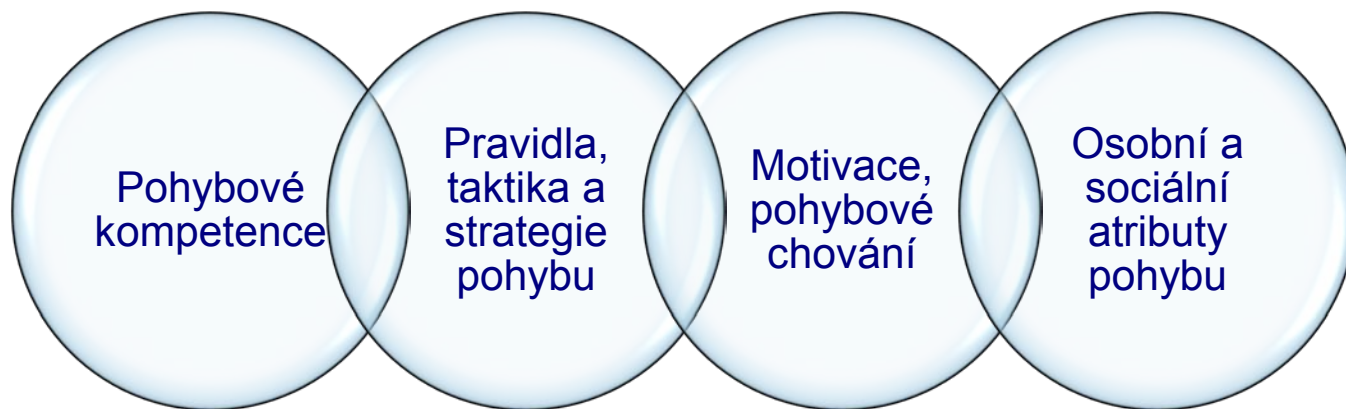


Lloyd, M., Colley, R. C., & Tremblay, M. S. (2010). Advancing the debate on 'Fitness Testing' for children: Perhaps we're riding the wrong animal. *Pediatric Exercise Science*, 22(2), 176-182.



# Pohybová gramotnost

## Konceptuální model



**Pohybově gramotný člověk má mít pohybové kompetence tzn., že umí provádět správně cvičení, pohybovat se efektivně v určitých oblastech, znát pravidla a strategii „boje“, má motivaci být pohybově aktivní a dokáže vytvářet nové způsoby řešení v daných pohybových situacích. Dokáže pohybové dovednosti využívat i v situacích či kontextu, pro které nejsou primárně určené.**



# Čtyři pilíře pohybové gramotnosti

**První**

**Pohybové  
kompetence**

**Druhý**

**Pohybový  
kontext**

**Třetí**

**Cesta  
pohybu**

**Čtvrtý**

**Pohybový  
diskurz**



Univerzita Palackého  
v Olomouci

# Čtyři pilíře pohybové gramotnosti



Nezbytná je určitá „banka“ či portfolio pohybových dovedností, které by mělo být co nejširší.

**První  
Pohybové kompetence**



# Čtyři pilíře pohybové gramotnosti

**První**

**Pohybové  
kompetence**

**Druhý**

**Pohybový  
kontext**

**Třetí**

**Cesta  
pohybu**

**Čtvrtý**

**Pohybový  
diskurz**

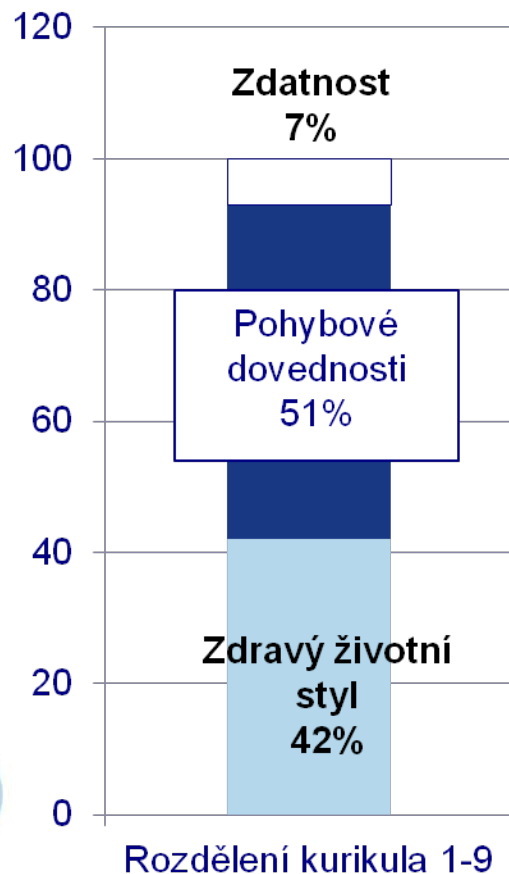
Druhý pilíř znamená, že základní pohybové dovednosti umí jedinec využívat v různých situacích. Např. lokomoční pohyby, stabilita, manipulační dovednosti (míč – házení, chytání, kopání aj.) a manipulace s objektem (bruslení, lyžování, jízda na kole, veslování, pádlování aj.)

Třetí pilíř – v každém věku člověk potřebuje jiné pohybové dovednosti. Jako dítě se naučí chodit a běhat, později potřebuje další dovednosti např. ve sportu a v seniorském věku se opět vrací k těm základním – chůze, udržení rovnováhy atd.

Čtvrtý pilíř znamená, že pohybový diskurz u jedince je univerzální, nesouvisí s národností, s ekonomickou situací ani s tělesnými parametry a dá se rozvíjet v jakékoliv společnosti.



# Pohybová gramotnost v Kanadě



<http://www.passportforlife.ca>

Kilborn, M., Lorusso, J., & Francis, N. (2015). An analysis of Canadian physical education curricula. *European Physical Education Review*. doi:10.1177/1356336x15586909





# Pohybová gramotnost v Kanadě

Fáze dlouhodobého rozvoje sportovce	KDE?	POHYBOVÁ GRAMOTNOST	KDO?
	Školy, sportovní kluby, volnočasové organizace	Naučit se trénovat Dívky 8-11, chlapci 9-12 let	Učitelé, trenéři, vedoucí, rodiče...
	Školy, sportovní kluby, volnočasové organizace	FUNdamentals (Základní PD) Dívky 6-8, chlapci 6-9 let	Učitelé, trenéři, vedoucí, rodiče...
	Rodina, mateřské školy, denní centra	Aktivní začátek Dívky a chlapci 0-6 let	Rodiče, učitelky, vedoucí

<http://www.phecanada.ca>  
<http://www.canadiansportforlife.ca>  
<http://www.physicalliteracy.ca>

ABCs = mrštnost,  
rovnováha,  
koordinace a  
rychlost



# Pohybová gramotnost v Anglii

- PG je základem TV a školního sportu
- PG není program, ale cílený výsledek jakékoliv strukturované TV
- Ve školství:



## Rámcový program pro PG na základních školách

- Podporovat základní školy a jejich učitele
- Podporovat tvorbu strukturované TV, která zajistí rozvoj PG pro všechny

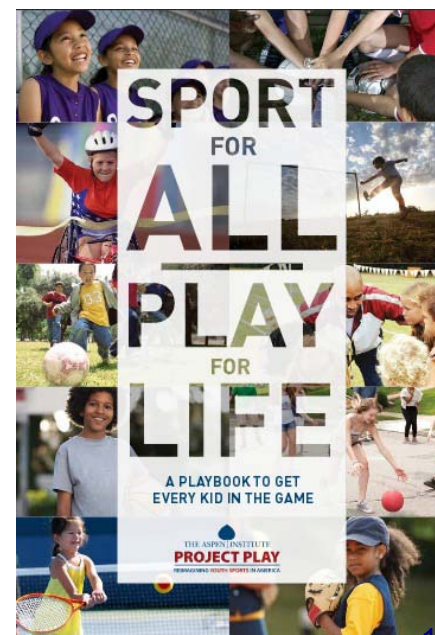
# Pohybová gramotnost ve Walesu

- Pohybová gramotnost je stejně důležitá jako čtenářská a matematická gramotnost.
- Rámec pohybové gramotnosti bude součástí nového kurikula v roce 2016.



# Pohybová gramotnost v USA

- Dnešní generace dětí bude první, jejichž délka života bude kratší než jejich rodičů.
- Designed to Move (sponzorováno Nike)
- 7 důležitých faktorů pozitivní zkušenosti:
  - Univerzální přístup
  - Přiměřenost věku
  - Dávka a doba
  - Zábava
  - Pobídky a motivace
  - Zpětná vazba
  - VZOR (učitel, trenér)





# Pohybová gramotnost v Severním Irsku

- 2005 – Politika PG v rámci organizace Sport Severní Irsko
- 2008 – „Zlepšování pohybové gramotnosti“
  - Základní pohybové dovednosti spojené s:
    - Lokomocí
    - Kontrolou objektu
    - Kontrolou těla
- 2009 – 2019 Severoirská strategie pro sport a pohybovou rekreaci





# Pohybová gramotnost v Austrálii

- 2013 Přehledová studie – PG ve světě
- „Herní plán“ pro Austrálii v rozvoji PG
- 10 doporučení (např.)
  - Aplikace PG v nejširším smyslu
  - Pro učitele TV dostatek materiálů
  - Potřeba monitoringu a hodnocení efektu
  - Potřeba spolupráce s univerzitami
  - Příklady nejlepší praxe s dlouhodobým efektem
  - .....





# Pohybová gramotnost v České republice

Čechovská, I., & Dobrý, L. (2010). Význam a místo pohybové gramotnosti v životě člověka. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 76(3), 2-5.

Šafaříková, J. (2010). Vytváření pohybové gramotnosti žáků 1. stupně ZŠ. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 76(2), 43-45.

Šimůnková, I., Novotná, V., & Vorálková, J. (2010). Struktura složek pohybové gramotnosti pro sportovní odvětví moderní gymnastika. *Studia Kinanthropologica*, 11(2), 110-117.

Vašíčková, J. (2011). Physical literacy as one of key challenges in new school educational programmes in the Czech Republic. In *International Physical Literacy Conference* (pp. 16-18). Bedfordshire: University of Bedfordshire.

Vašíčková, J., & Hřibňák, M. (2013). Physical literacy from the perspective of Czech pupils and teachers: Results from a pilot study. *ICSSPE Bulletin*, 65, 320-324.

Atp.



# Pohybová gramotnost v Senátu ČR (2014)

- Klíčová zjištění:
  - Oblast 1: Životní styl
  - Oblast 2: Pohybové vzdělání
  - Oblast 3: Pohybová gramotnost a stát
- Závěry:
  - Zvýšit motivaci občanů; závazné a systematické vyčlenění finančních prostředků; zabezpečit státní podporu vzdělávání dobrovolníků; vyrovnat sociální dostupnost
  - Cílem vzdělávání ve školní a mimoškolní TV a sportu by se měla stát zřetelně vymezená pohybová gramotnost diferencovaná pro jednotlivé stupně vzdělávání...



# Pohybová gramotnost ve škole

- **Projekt Pohyb a výživa** (doc. PaedDr. V. Mužík, CSc.; [www.pav.rvp.cz](http://www.pav.rvp.cz))
- **Tělesná výchova by měla položit základy pohybové gramotnosti žáků...**
- **VI P = optimální pohybový režim**
  - Pravidelnost
  - Pestrost
  - Přiměřenost
  - Příprava
  - Pravdivost
  - Pitný režim





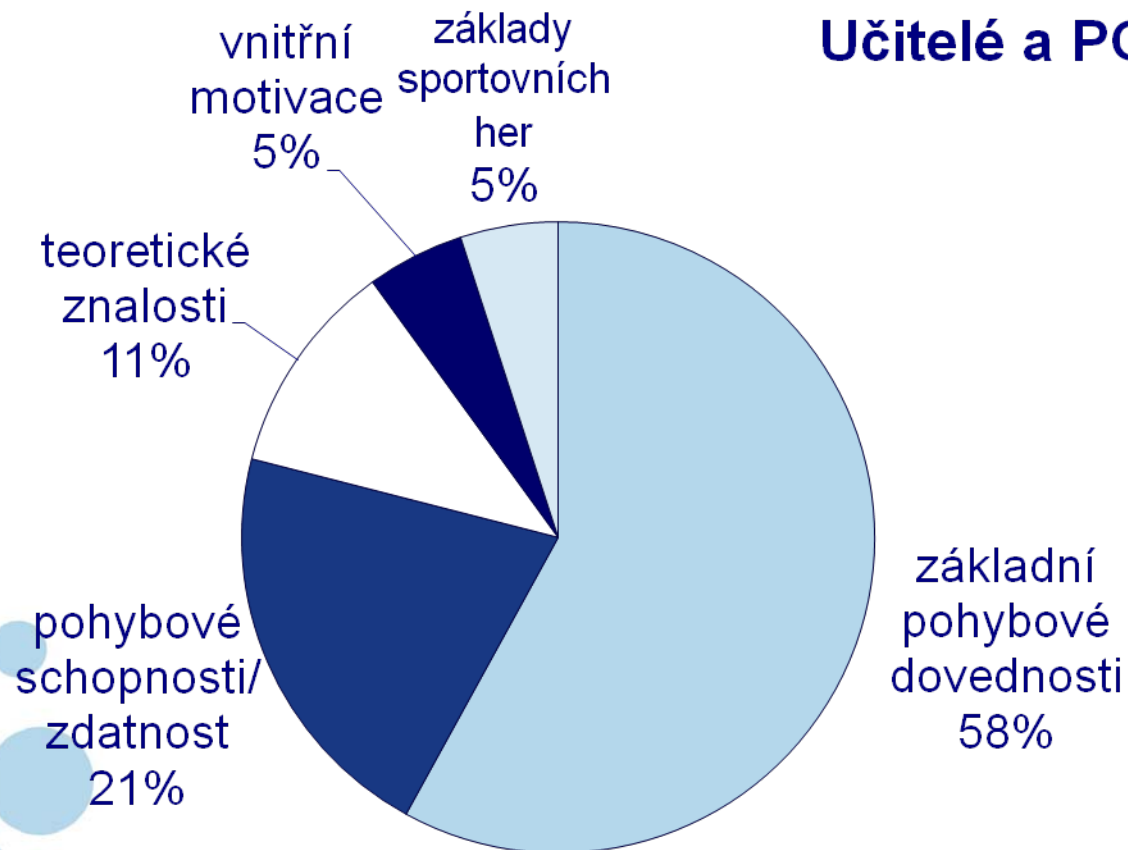
# Definice - Pohybová gramotnost v ČR

- Pohybová gramotnost je schopnost, důvěra a touha být pohybově aktivní po celý život (zjednodušeně).
- PG je koncept, který popisuje celoživotní kvalitativní úroveň člověka; jde o schopnost a snahu založenou na motivaci uplatňovat pohybové dovednosti, schopnosti a vědomosti prakticky prostřednictvím tělesné zdatnosti jedince, jež vyústí v pohybové chování přispívající ke zdravému životnímu stylu a aplikované do každodenního režimu.



# Výzkumná zjištění o PG v ČR

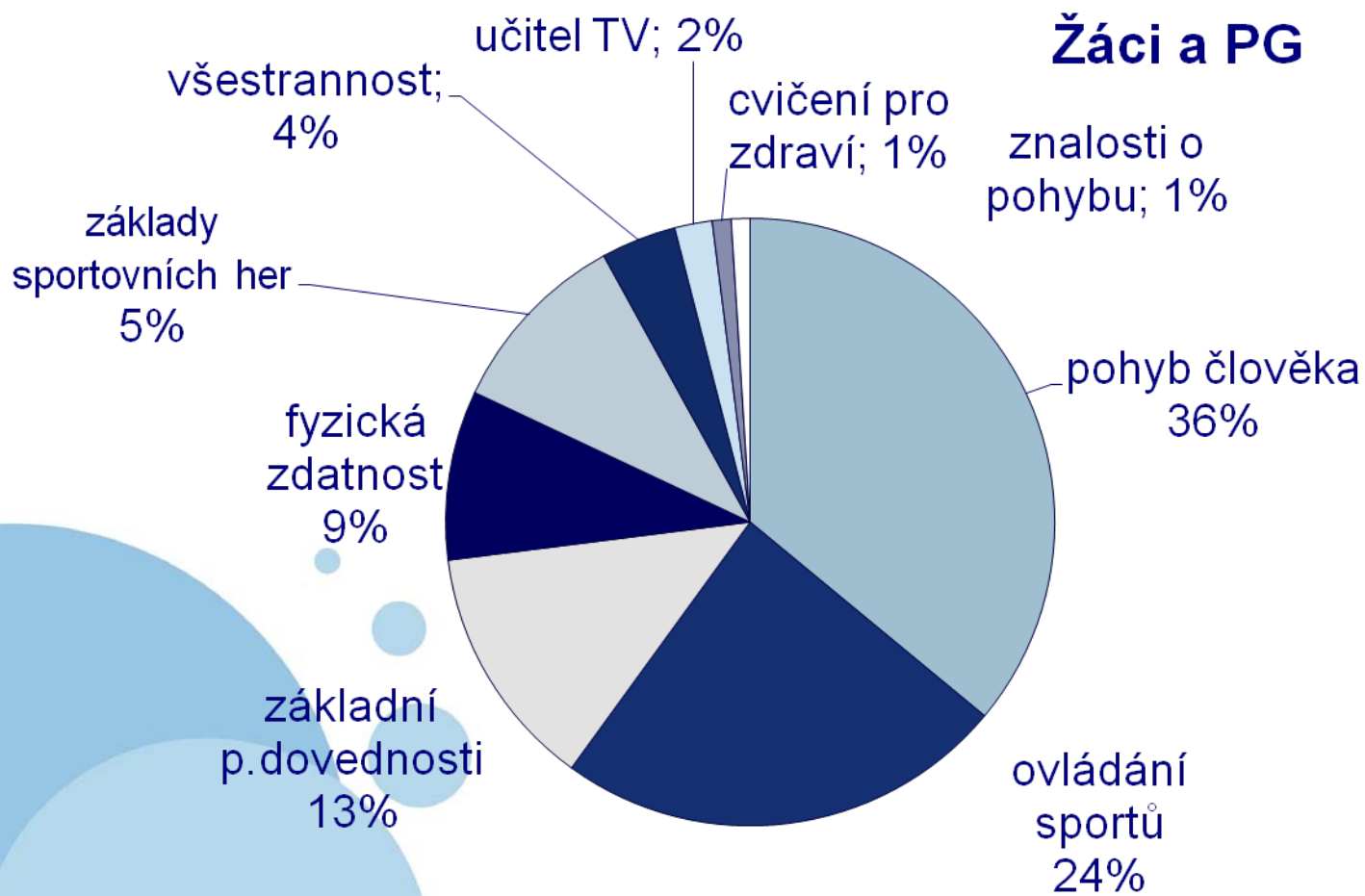
## Učitelé a PG



Vašíčková, J., & Hřibňák, M. (2013). Physical literacy from the perspective of Czech pupils and teachers: Results from a pilot study. *ICSSPE Bulletin*, 65, 320-324.



# Výzkumná zjištění o PG v ČR

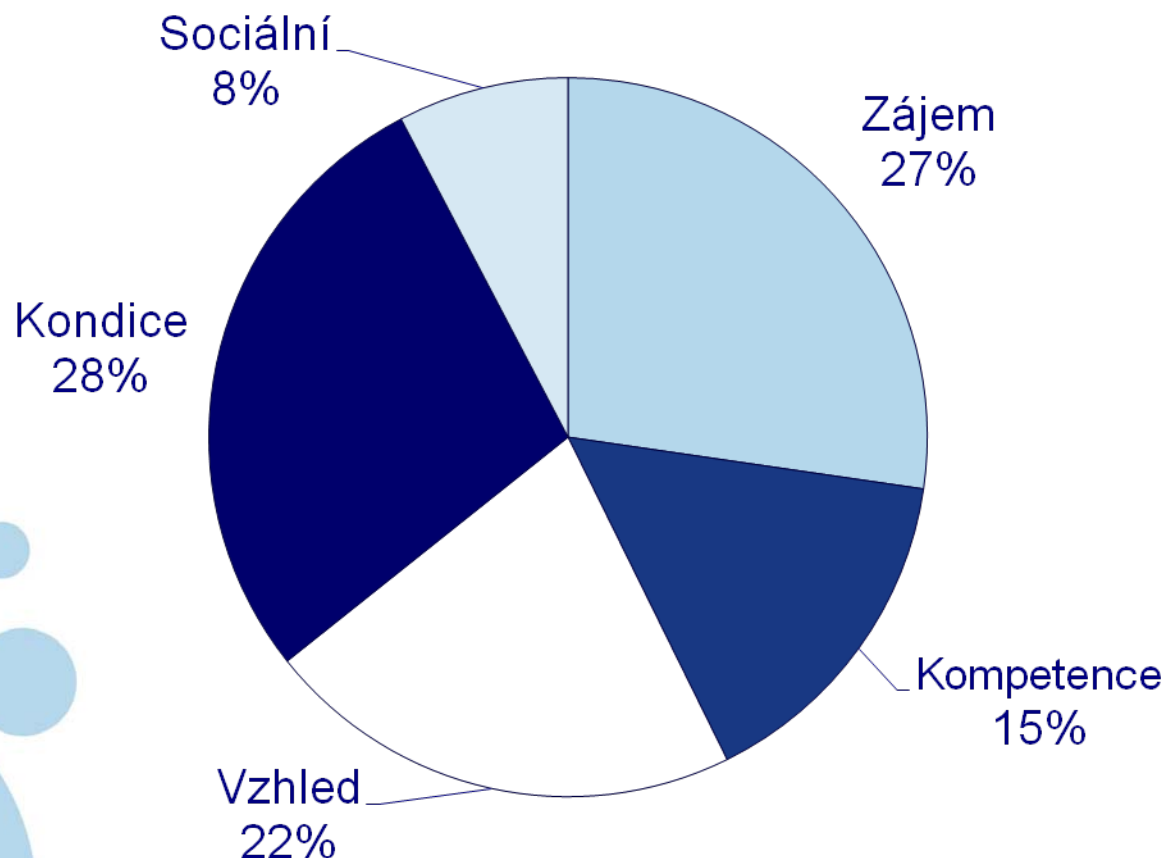


Vašíčková, J., & Hříbňák, M. (2013). Physical literacy from the perspective of Czech pupils and teachers: Results from a pilot study. *ICSSPE Bulletin*, 65, 320-324.



# Motivace k pohybové aktivitě

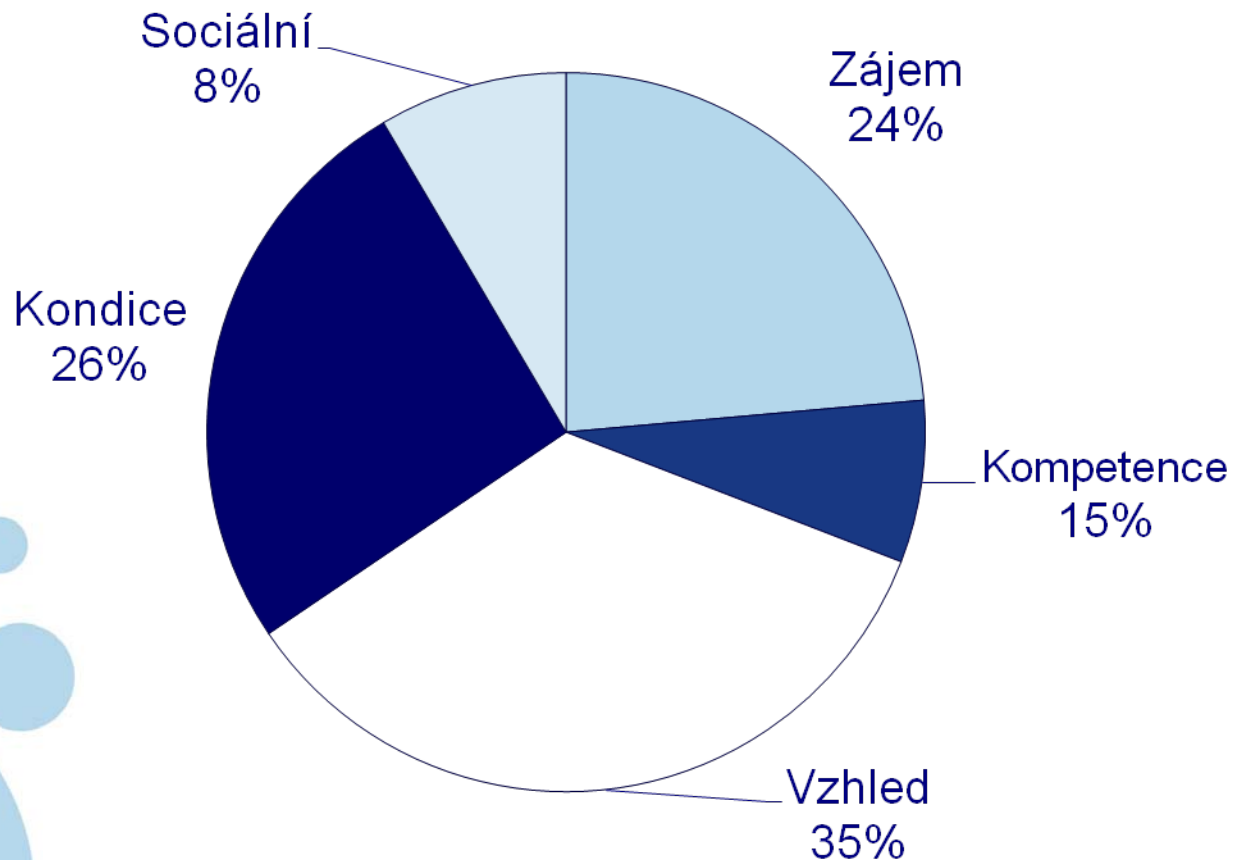
## Chlapci (n=403; M=16,66 let)





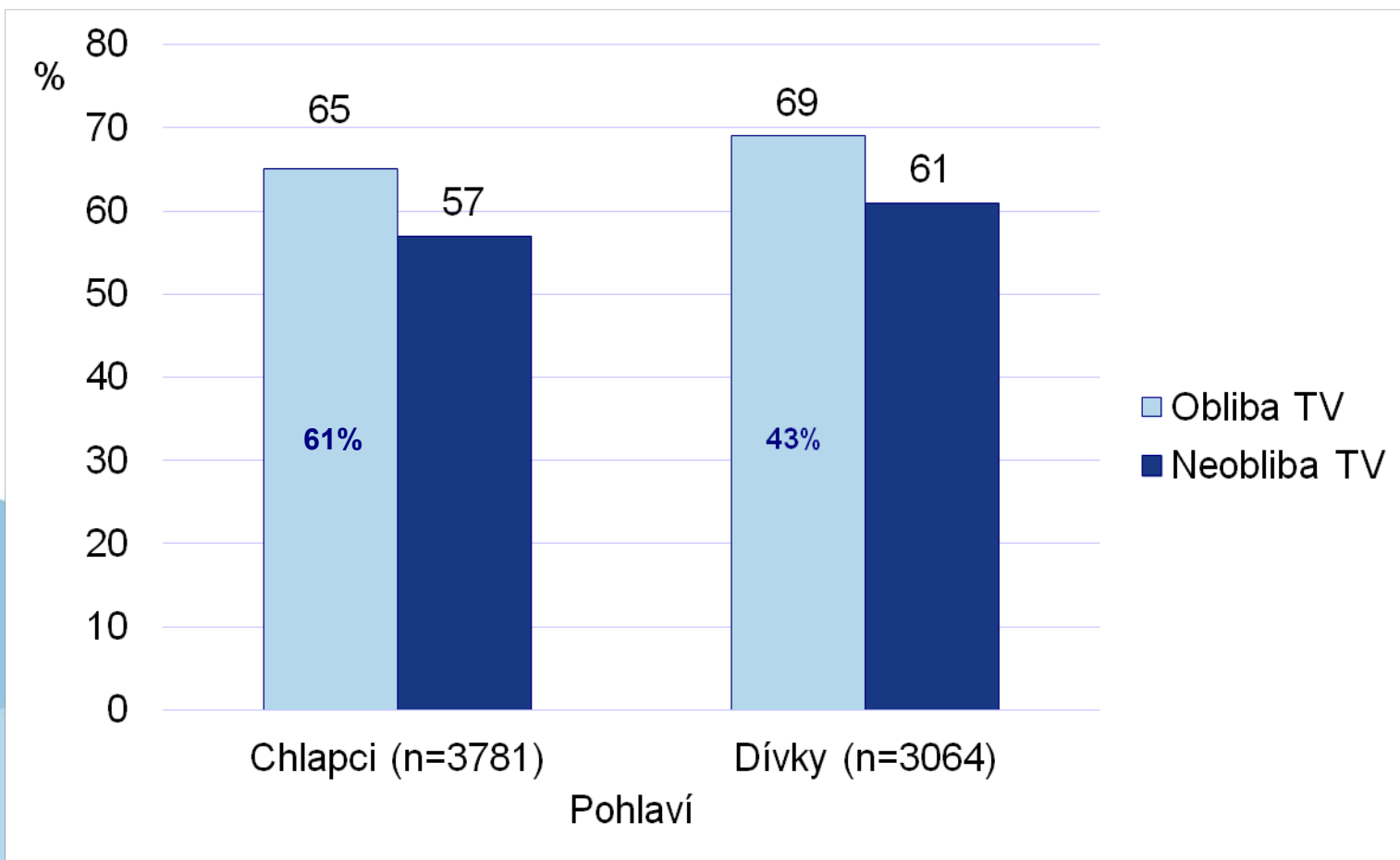
# Motivace k pohybové aktivitě

Dívky (n=921; M=16,72 let)





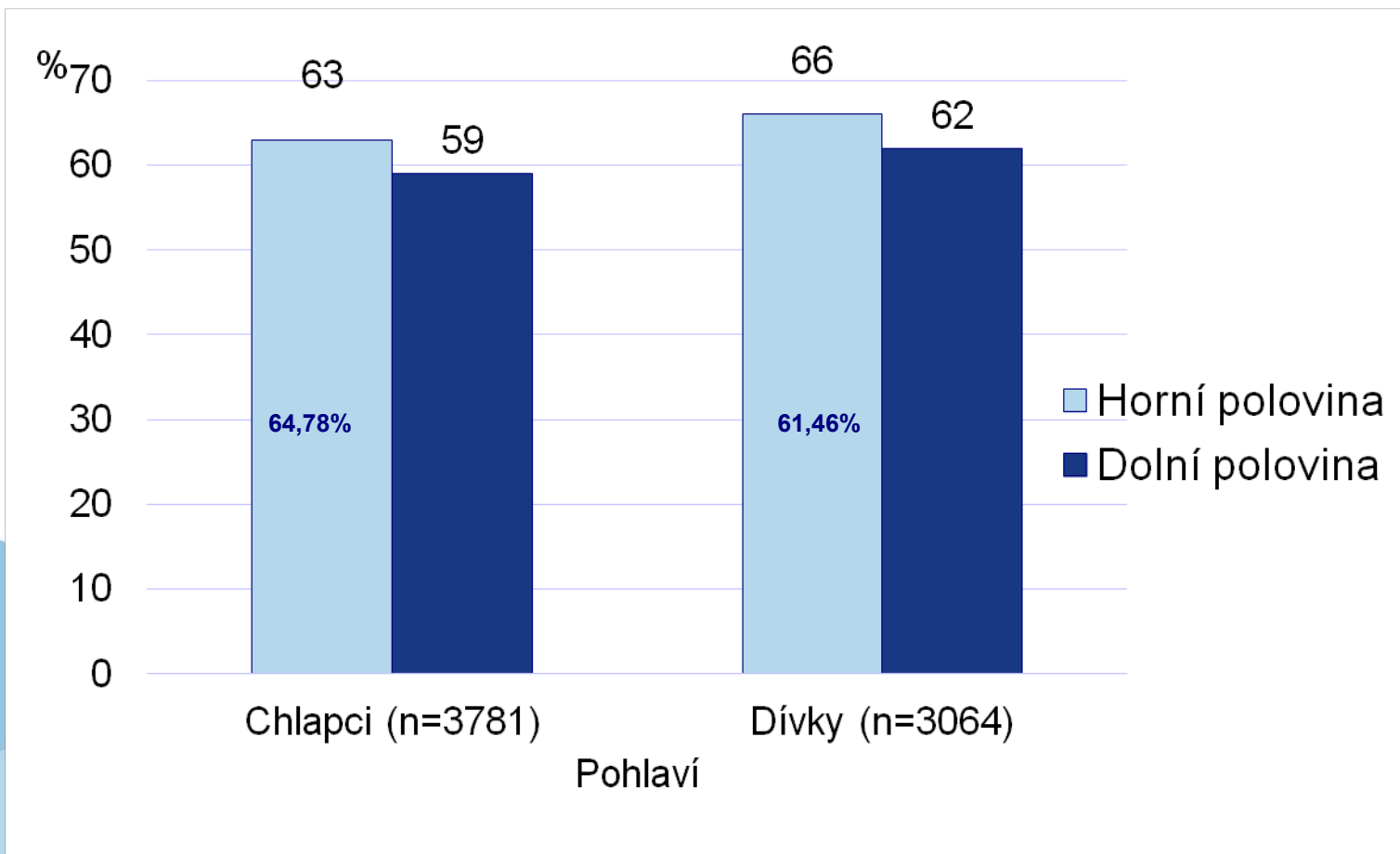
# Vztah žáků k VJTV podle pohlaví a oblíbenosti



Vašíčková, J., Neuls, F., & Svozil, Z. (2015). Popularity of school physical education and its effect on performed number of steps. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(1), 40-46.



# Vztah žáků k VJTV dle pohlaví a sebehodnocení tělesné zdatnosti

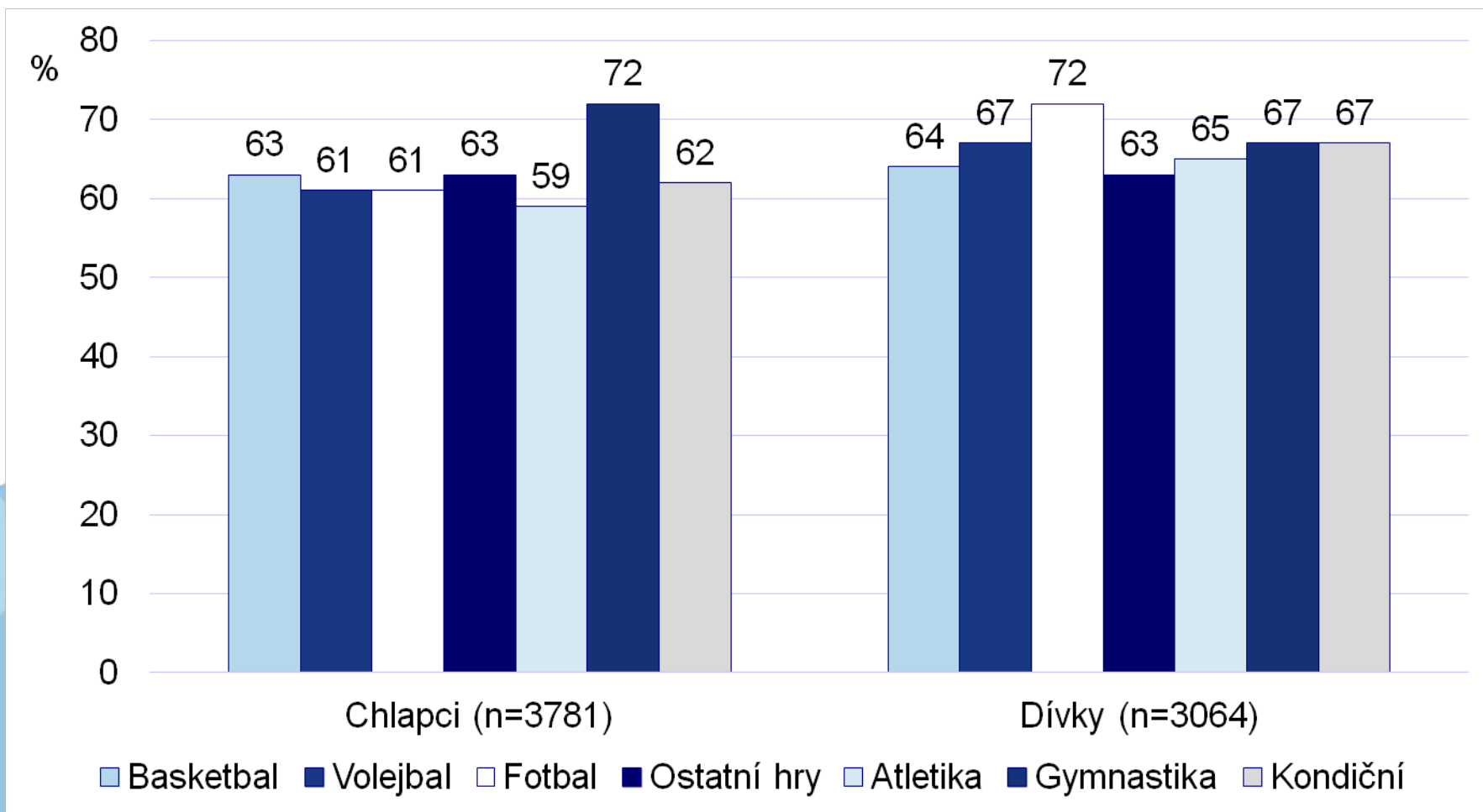


Neuls, F., Vašíčková, J., & Svozil, Z. (2014). Self-perceived fitness of pupils and its impact on attitude toward physical education lessons [CD]. In D. Dasheva, B. Antala, S. Djobova, & M. Kuleva (Eds.), *9th FIEP European Congress. 7th International Scientific Congress "Sport, Stress, Adaptation". Congress Proceedings* (pp. 385-390). Sofia: Sport and Science Magazine.





# Vztah žáků k VJTV dle obsahu a pohlaví



Neuls, F., Vašíčková, J., & Vysloužilová, L. (2014). Students' attitudes to PE lessons with respect to lesson content, sex, and type of school. *Journal of Human Sport and Exercise*, 9(1Proc), S326-S334.



# Vědomosti žáků středních škol

Dimenze	Chlapci ( <i>n</i> = 254)		Dívky ( <i>n</i> = 412)		<i>Z</i>	Cohenovo <i>d</i>
	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	%	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	%		
Kondiční	3,40 (1,58)	42,50	3,35 (1,40)	41,88	0,27	0,02
Energetická	3,44 (1,35)	43,00	3,75 (1,39)	46,88	2,71**	0,21†
Nutriční	3,20 (1,28)	40,00	3,61 (1,22)	45,13	4,43**	0,34†
Edukační	5,21 (1,44)	65,13	5,44 (1,45)	68,00	2,10*	0,16
Celkem	15,26 (3,54)	47,67	16,17 (3,16)	50,52	2,99**	0,23†

Vašíčková, J., Górna-Lukasik, K., Groffik, D., Frömel, K., Skalík, K., Svozil, Z., & Wąsowicz, W. (2012). Knowledge in adolescent girls and boys related to physically active and healthy lifestyle. *Acta Palackiana Universitatis Olomucensis. Gymnica*, 42(1), 27-33.

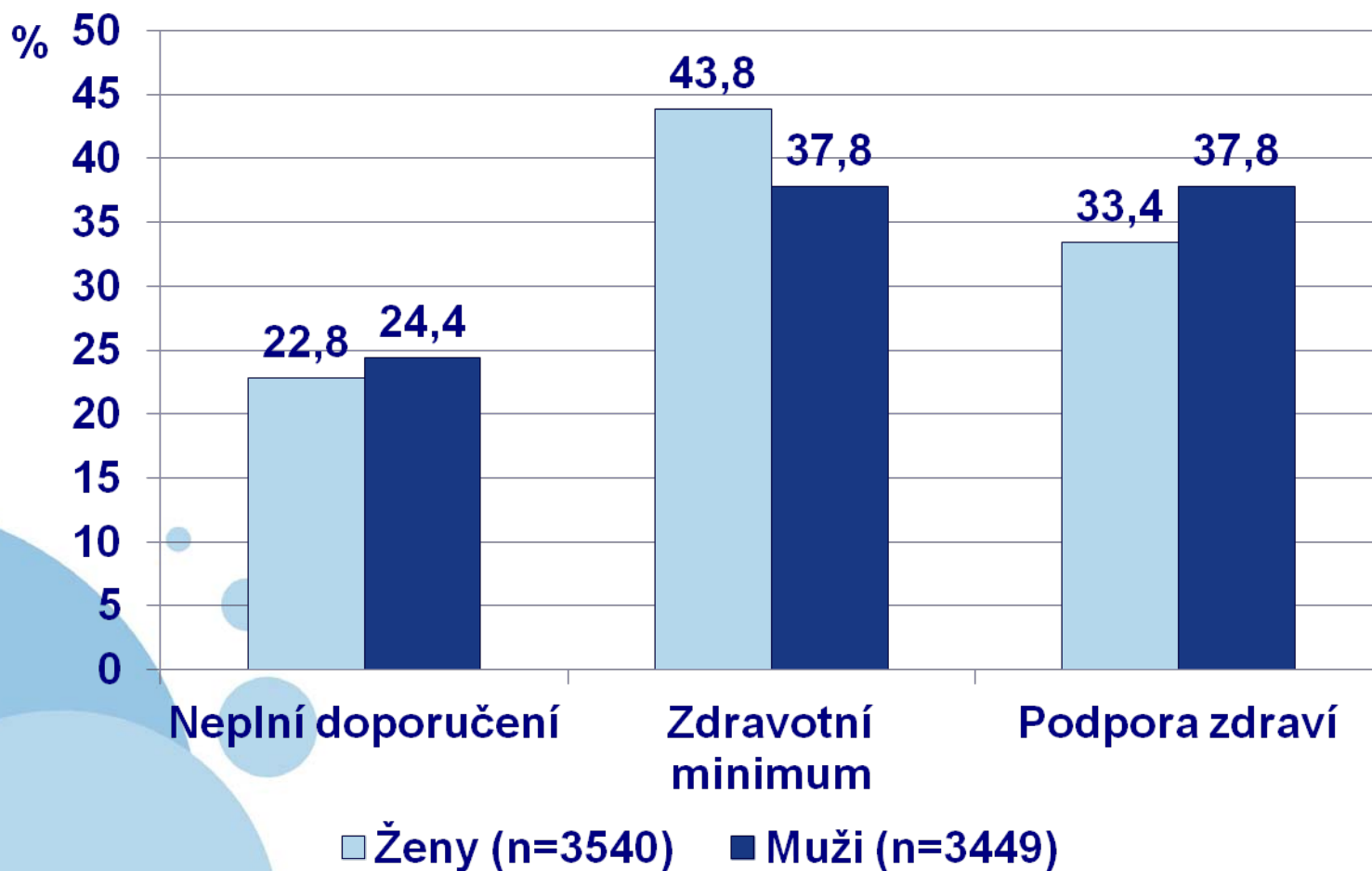


# Vědomosti studentů vysokých škol

Dimenze	Muži ( <i>n</i> = 759)		Ženy ( <i>n</i> = 643)		Z	Cohenovo <i>d</i>
	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	%	<i>M</i> ( <i>SD</i> )	%		
Kondiční	4,84 (1,42)	60,50	4,67 (1,55)	58,38	2,14*	0,11
Energetická	4,02 (1,38)	50,25	4,12 (1,44)	51,50	1,23	0,07
Nutriční	4,20 (1,41)	52,50	4,24 (1,32)	53,00	0,45	0,02
Edukační	5,93 (1,26)	74,13	6,18 (1,18)	77,25	3,56**	0,19
Celkem	18,99 (3,49)	59,33	19,21 (3,61)	60,03	0,80	0,04



# Plnění doporučení pro PA u dospělých



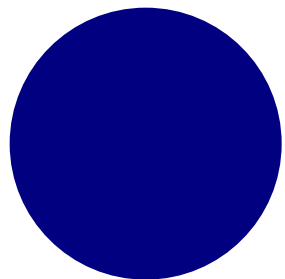
# Závěry: Podpora PG v různých formách

- ZDRAVÍ 2020
- Národní strategie ochrany a podpory zdraví a prevence nemocí
- Akční plán č. 1:
- Podpora PA na období 2015-2020
- Strategická oblast 1:
- Podpora PA ve vzdělávání



# Doporučení ze slyšení v Senátu ČR (2014)

- Státní podpora by se měla týkat všech oblastí tělesné kultury, tělesné výchovy a sportu, které prioritně přispívají ke zdravému životnímu stylu obyvatel.
- Podpora pro rozvoj PG by měla být právně zakotvená, systémová a stabilní, zajišťující trvalý rozvoj podmínek pro PA a sport občanů ČR.

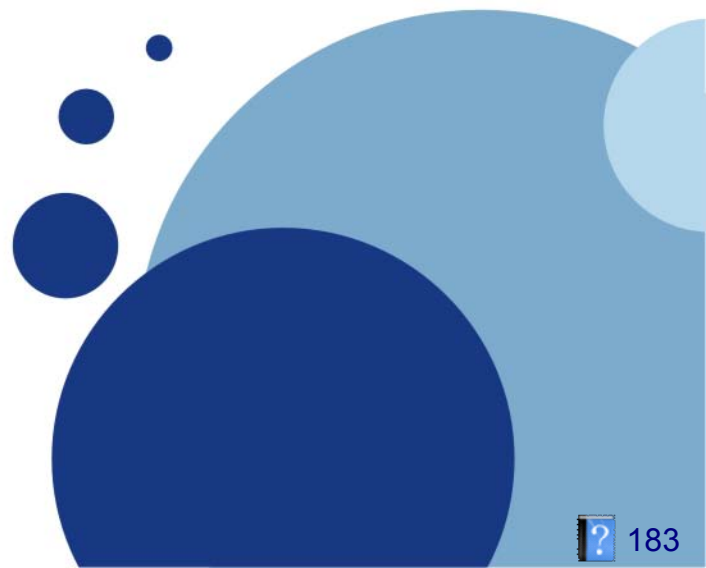


## **Kontakt:**

Doc. Mgr. Jana Vašíčková, Ph.D.

FTK UP Tř. Míru 111, 77111 Olomouc

E-mail: [jana.vasickova@upol.cz](mailto:jana.vasickova@upol.cz)





# **Představení testové baterie pohybových dovedností “MOBAK”**

**(možnosti uplatnění jako součást kurikula ve školní TV)**

**STRÁŽ – MORAVEC 2016**

Tento příspěvek vznikl s podporou projektu specifického výzkumu MUNI/A/0963/2015  
“Výzkum kurikula vzdělávací oblasti Člověk a zdraví“ realizovaného na PdF MU

Jaroslav Vrbas

Marek Trávníček

Petr Vlček

MASARYKOVA UNIVERZITA

Pedagogická fakulta

Katedra Tělesné výchovy a Výchovy ke zdraví



# ÚVOD

- Zdravý životní styl
- Pohybová aktivita (celoživotní)
- Tvůrci vzdělávací politiky
- Ověřování kompetencí
- Nástroje hodnocení
- MOBAK (**MO**torische **BA**sisch **K**ompetenzen)

# Historie

- V ČR volnost terminologie
- Pohybové dovednosti - jazykové i významové odlišnosti (*motor skills, habilité motrice*) - motorické dovednosti.
- Např. publikace Motorické testy (Měkota & Blahuš, 1983) uvádí výraz motorické dovednosti, ale v publikaci Pohybové dovednosti, činnosti, výkony (Měkota & Cuberek, 2007) uvádí tento autor výraz pohybové dovednosti.
- Oba výrazy v jednom textu, například Vybrané kapitoly z antropomotoriky (Pavlík, 2010) mají kapitolu nazvanou Motorické dovednosti, ale hned píše o pohybové dovednosti.
- Pro testy pohybových dovedností i schopností je standardně užíván výraz motorické testy.
- Pohybové dovednosti - **použití u učitelů v praxi.**
- Publikace Motorické testy v tělesné výchově (Měkota & Blahuš, 1983) - ucelený přehled historie testování tělesné zdatnosti, teorii motorických testů, první pokusy o změření motorického výkonu, postupný vývoj testů, testům pohybových dovedností je věnována samostatná kapitola, nejlépe propracované a důležité pro tělesnou výchovu.
- Vybrané kapitoly z teorie tělesné kultury pro specializaci tělesné výchovy 1. stupně ZŠ (Zvolská & Gajda, 1986), kde se autoři zabývají motorickými testy především jako diagnostickými nástroji. Autoři testy rozdělují na testy pohybových schopností, pohybových dovedností a ostatní. Z pohybových dovedností je to skok daleký z rozběhu, skok vysoký, hod míčem z rozběhu a z místa, šplh na tyči s přírazem.
- Ve vzdělávacích programech není doporučena žádná baterie testů pohybových dovedností viz. výsledky pokusného ověřování projektu Pohyby a Výživa na 1. stupni ZŠ.

# Historie vzniku MOBAK

- Vznik testové baterie na základě analýzy kurikulárních dokumentů
- Christian Hermann (DSBG Basel)
- Claude Scheuer (University of Luxembourg)
- 13 států

(Lucembursko, Švýcarsko, Německo, Rakousko, Belgie, Řecko, Itálie, Litva, Portugalsko, Slovensko, Slovinsko, Švédsko a Česká republika)

# Metody

- Testování probíhalo v listopadu a prosinci 2015 a provádělo se v Hustopečích u Brna (n191) a v Jihlavě (n166). Celkem bylo otestováno 357 žáků 1. – 5. ročníků vybraných základních škol. Testování probíhalo v hodinách tělesné výchovy, v tělocvičnách, které odpovídaly rozměrově i vybavením požadavkům jednotlivých testů. Sadu pomůcek, která není součástí standardní výbavy, jsme nosili s sebou.

## Charakteristika testové baterie Mobak 1:

- Hodnotí se pomocí nominální stupnice na základě pozorování prováděného cviku („DSBG4public.ch“, 2016).
- Dvě oblasti: pohyb s pomůckou a pohyb s vlastním tělem. V každé oblasti jsou 4 testovací úkoly, ve kterých lze získat hodnocení 0 až 8 bodů za oblast.

# Házení - trefování

- *Předpoklad:* Trefovat míčkem malý terč.
- *Testovací úkol:* Dítě hází z 2 m na terč 6 žonglovacími míčky.
- *Kritéria:* Každý zásah se počítá jako bod. Pouze vrchním hodem.
- *Vyhodnocení:* 6 pokusů, počítá se počet zásahů.
- *Příprava na test:* Spodní hrana je umístěna 1,30 m vysoko, odhodová čára je 2 m od terče.
- *Materiál:* 6 žonglovacích míčků (40g, průměr: 65mm), terč (průměr 40 cm), odhodová čára.



# Chytání

- *Předpoklad:* Chytat míč.
- *Testovací úkol:* Dítě chytá míč po úderu na zem.
- *Kritéria:* Míč je chycen ve vzduchu.
- *Vyhodnocení:* 6 pokusů, počítá se počet chycení.
- *Příprava na test:* Učitel hází míč z 2 m vysoko a 1,30 m vzdálený od žáka. Míč dosahuje výšky přibližně 1,30 m po dopadu na zem.
- *Materiál:* Tenisový míč nebo gumový míč s podobnými vlastnostmi.



# Odrážení (basketbalový driblink)

- *Předpoklad:* Odrážet míč bez ztráty kontroly.
- *Testovací úkol:* Dítě stojí za označující čarou a odráží malý basketbalový míč směrem k druhé označené čáře bez ztráty kontroly.
- *Kritéria:* Míč může být odražen dvěma rukama. Dítě by se mělo dívat před sebe. Míč by neměl být držen nebo ztracen z vyznačeného území. Dítě by nemělo opustit vyznačené území a nedělá žádné úkroky stranou.
- *Vyhodnocení:* 2 pokusy, počítá se úspěšný pokus.
- *Příprava na test:* Vytvoření území za použití lepicí pásky (5m x 1m).
- *Materiál:* Malý basketbalový míč (velikost 3, průměr 17 cm).



# Dribling (nohou)

- *Předpoklad:* Dribling nohou bez ztráty kontroly.
- *Testovací úkol:* Dítě stojí za označující čarou a dribluje nohou k druhé označené čáře bez ztráty míče.
- *Kritéria:* Míč nesmí opustit vyznačené území. Minimálně 5 kontaktů s míčem, míč může být driblován oběma nohama. Pohyb musí být plynulý bez zastavení. Pohled by měl směřovat vpřed a žádné úkroky stranou.
- *Vyhodnocení:* 2 pokusy, počítá se úspěšný pokus.
- *Příprava na test:* Vytvoření území za použití lepicí pásky (5m x 1m).
- *Materiál:* Míč (soft, průměr 21 cm), vyznačovací páska.





# Rovnováha

- *Předpoklad:* Balancování přes houpačku.
- *Testovací úkol:* Dítě balancuje přes houpačku (lavička na můstku) bez opuštění lavičky.
- *Kritéria:* Plynulý přechod po lavičce bez stoupnutí mimo nebo spadnutí. Normální chůze (ne poloviční kroky).
- *Vyhodnocení:* 2 pokusy, počítá se úspěšný pokus.
- *Příprava na test:* Lavička je umístěna opačnou stranou na můstku a podložena gymnastickými žíněnkami po celé délce.
- *Materiál:* Lavička (4 m délka, 38 cm výška, 10 cm šířka balanční plochy), odrazový můstek (18 – 21 cm výška), gymnastické žíněnky na podložení po celé délce lavičky.



# Kotoul

- *Předpoklad:* Kotoul vpřed.
- *Testovací úkol:* Dítě předvádí kotoul, který je plynulý a je schopno po něm vstát.
- *Kritéria:* Při provedení mohou být použity ruce. Nepočítá se kotoul provedený na stranu. Základem je plynulost celého pohybu.
- *Vyhodnocení:* 2 pokusy, počítá se úspěšný pokus.
- *Příprava na test:* 2 gymnastické žíněčky jsou umístěny za sebou.
- *Materiál:* 2 gymnastické žíněčky.



# Skákání

- *Předpoklad:* Skákání vpřed opakovaně.
- *Testovací úkol:* Dítě skáče mezi a vedle čtverců plynule. Skáče jednou nohou mezi čtverce a roznožmo vedle čtverce.
- *Kritéria:* Nesmí se dotknout čtverce. Skok musí být plynulý (pauza maximálně 1 s). Dítě může měnit odrazovou nohu mezi čtverci.
- *Vyhodnocení:* 2 pokusy, počítá se úspěšný pokus.
- *Příprava na test:* 4 kobercové čtverce za sebou a mezi nimi 40 cm mezera.
- *Materiál:* 4 kobercové čtverce (40 cm x 40 cm).

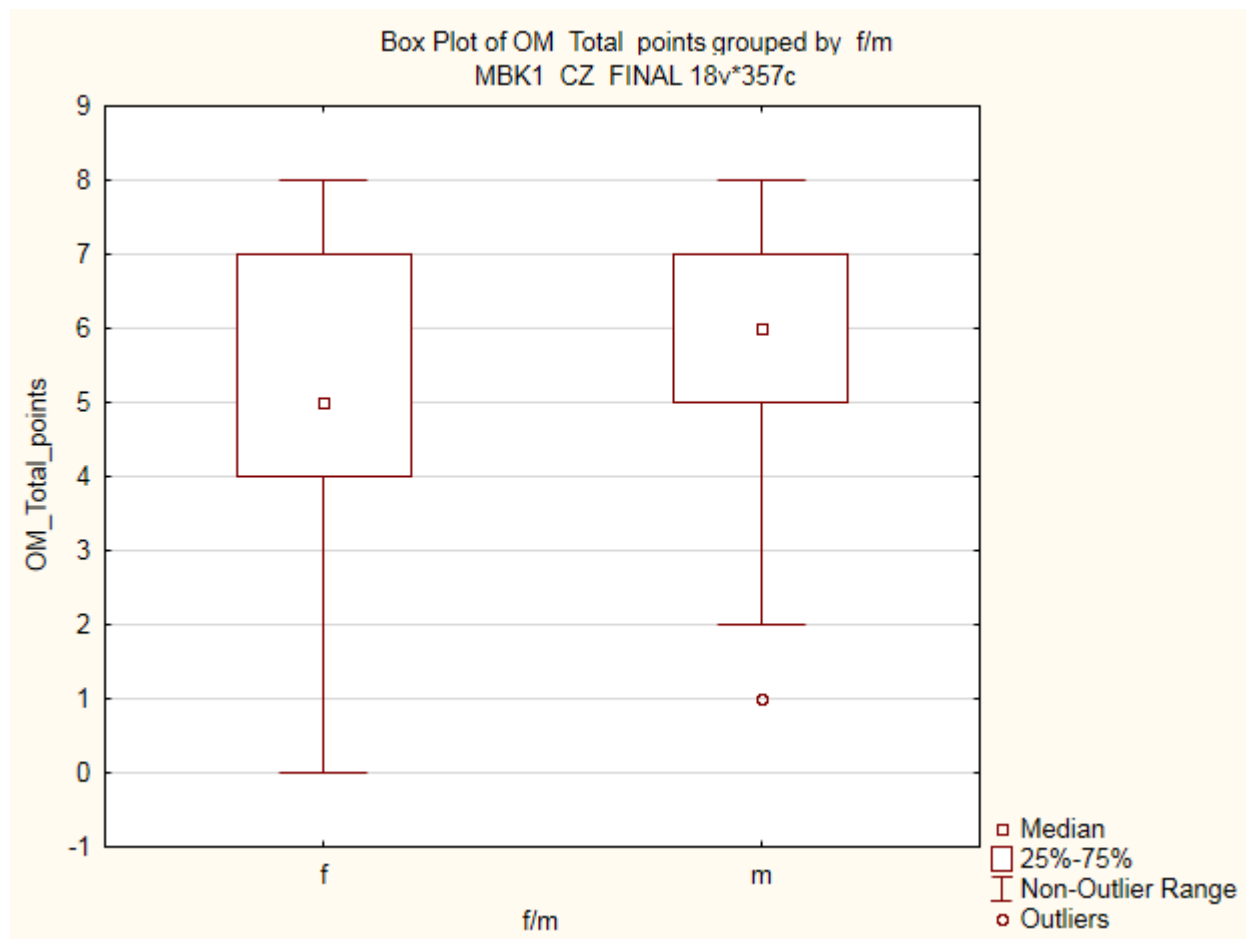


# Cval stranou

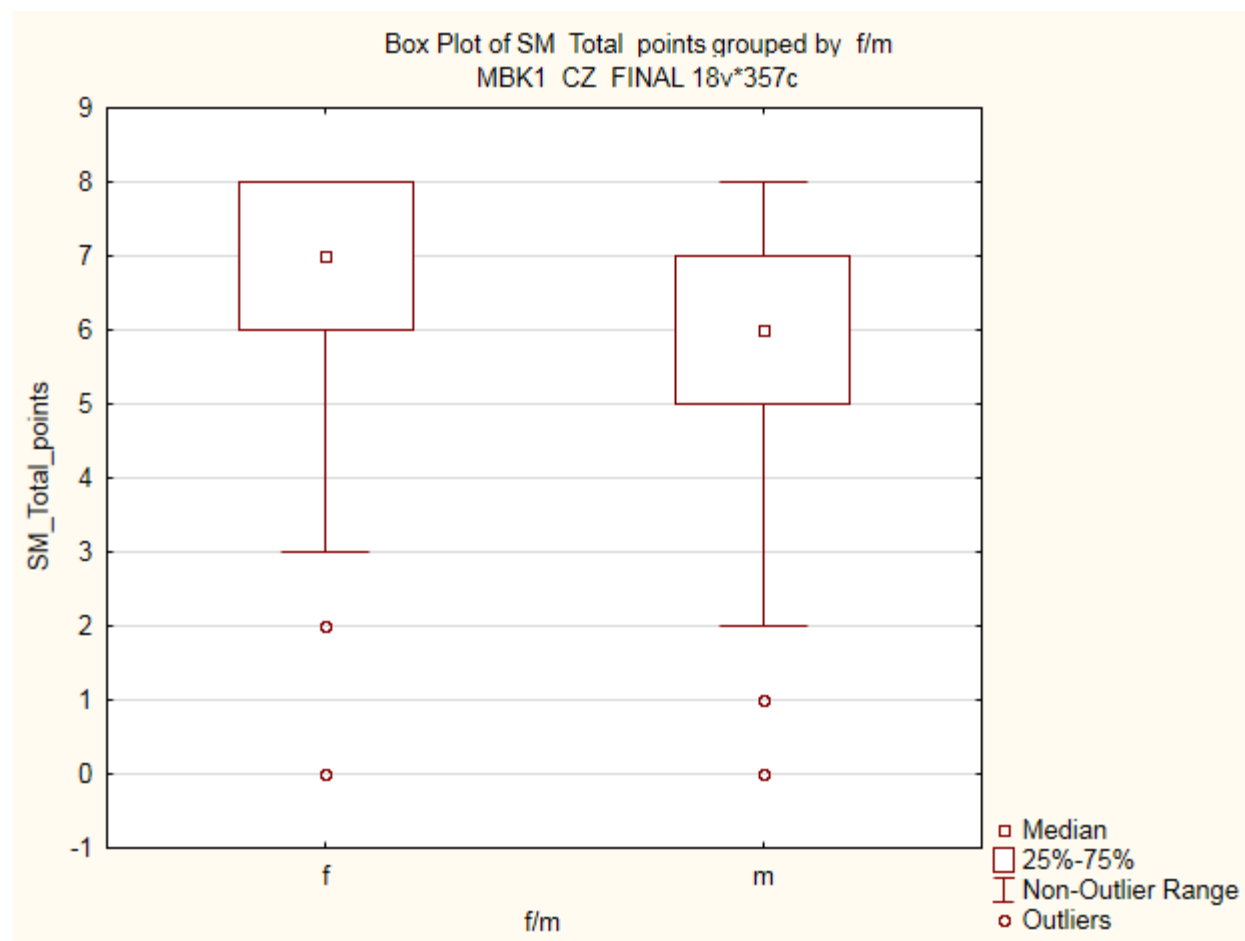
- *Předpoklad:* Plynulý cval stranou.
- *Testovací úkol:* Dítě začíná od prvního kuželu, pohybuje se plynule cvalem stranou ke druhému kuželu a zpět bez změny strany. Dvakrát po sobě tam a zpět je považováno za jeden pokus.
- *Kritéria:* Plynulý cval stranou (podmínka jedna noha musí být ve vzduchu). Boky zůstávají paralelně. Změna směru musí být provedena až za úrovní kuželu.
- *Vyhodnocení:* 2 pokusy, počítá se úspěšný pokus.
- *Příprava na test:* 2 kužely, vzdálenost mezi nimi jsou 3 m.
- *Materiál:* 2 kužely



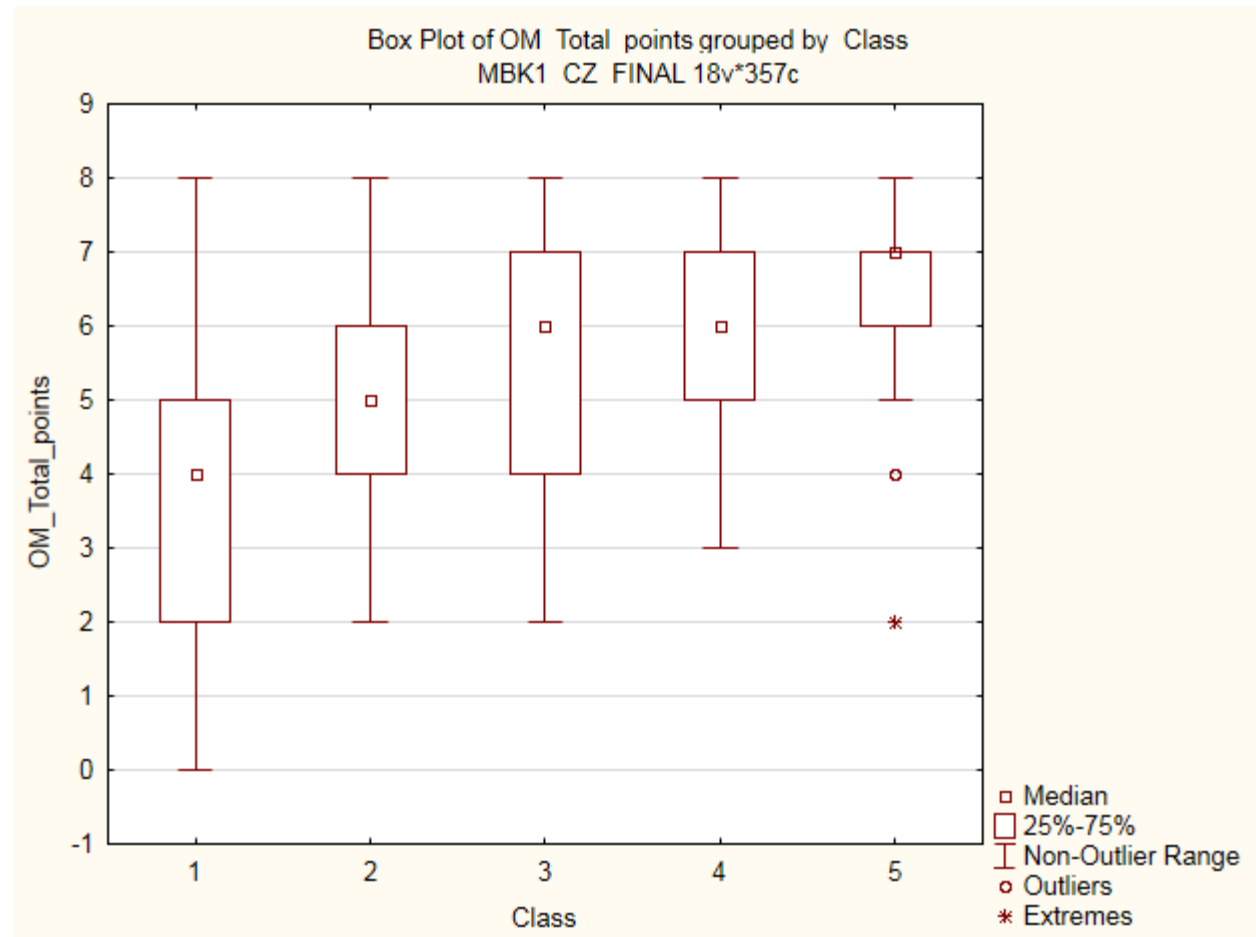
# *Celkové hodnocení pohybových dovedností s pomůckou dívky a hoši*



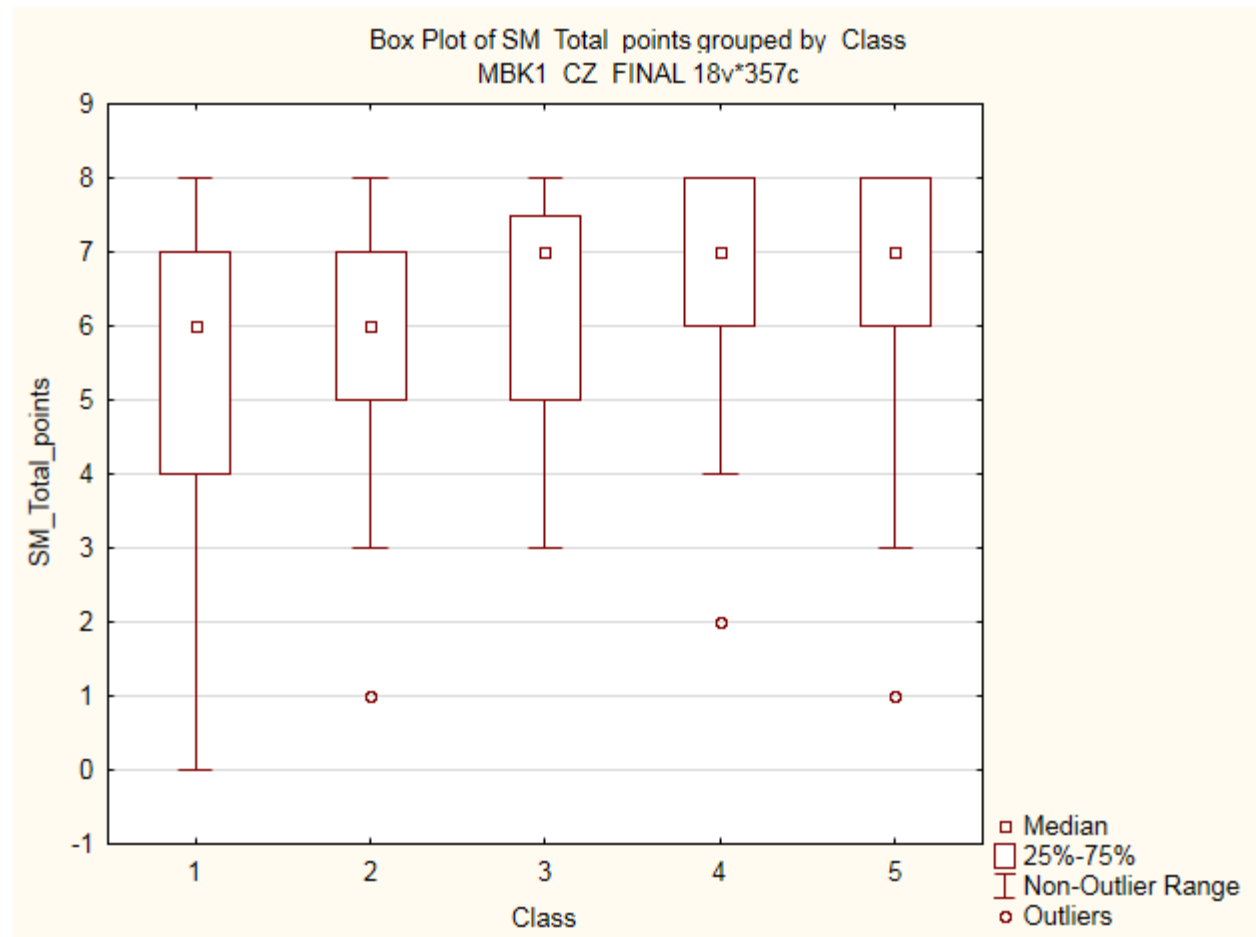
# *Celkové hodnocení pohybových dovedností s vlastním tělem dívky a hoši*



# Hodnocení pohybových dovedností s pomůckou podle ročníků

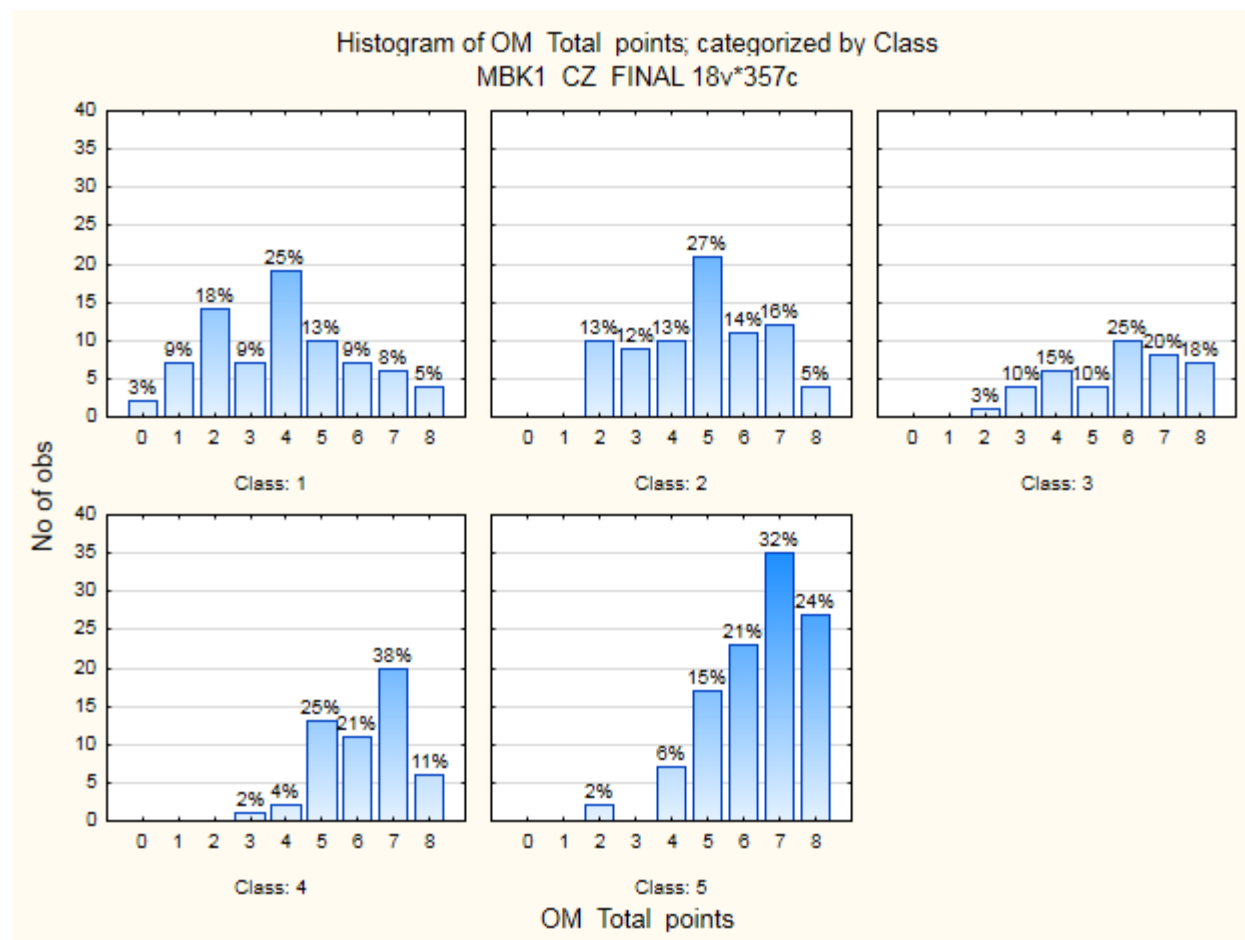


# Hodnocení pohybových dovedností s vlastním tělem podle ročníků

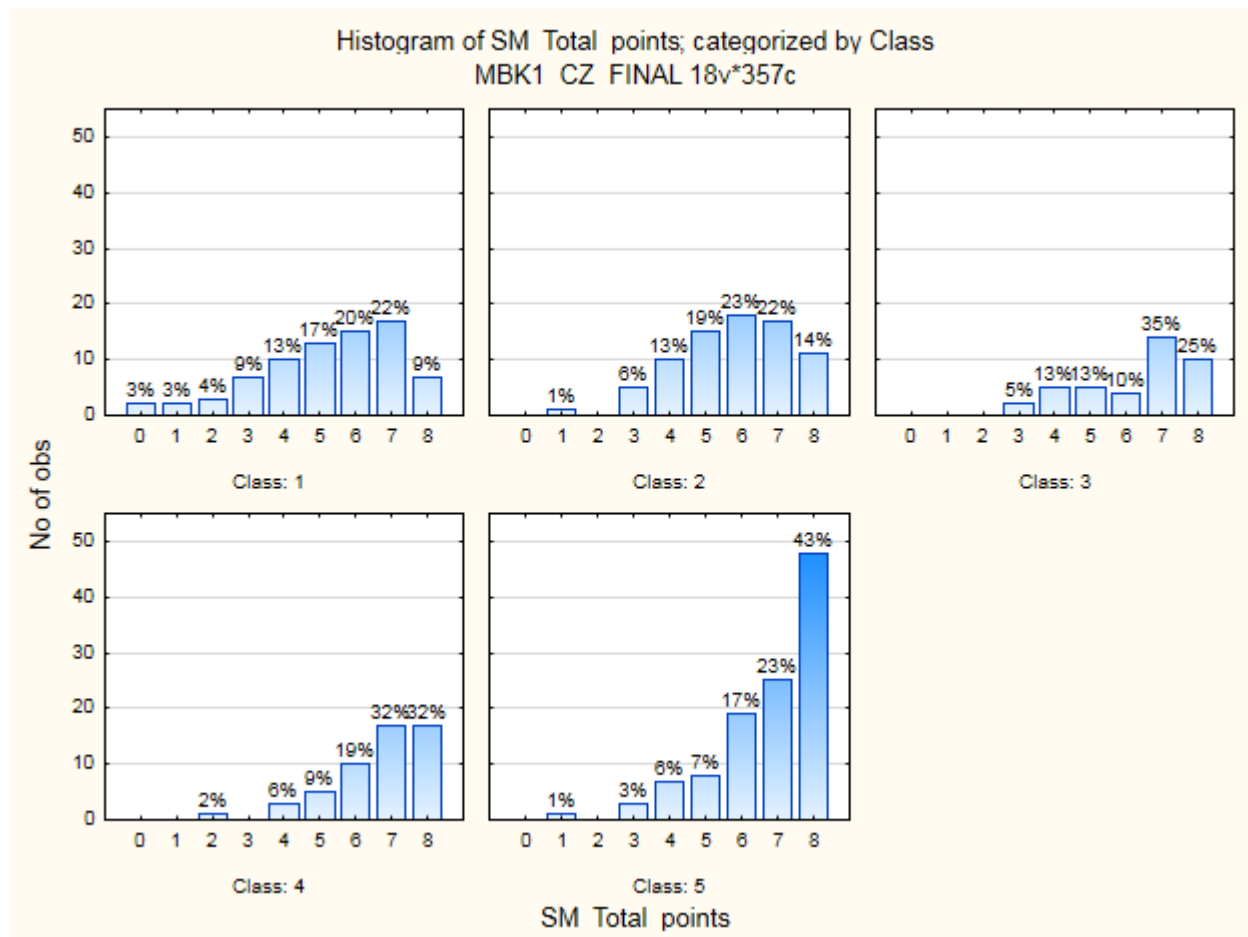




# Histogramy bodového hodnocení pohybových dovedností s pomůckami - ročníky



# Histogramy bodového hodnocení pohybových dovedností s vlastním tělem - ročníky



# Diskuse

- Bodové hodnocení odpovídá věku.
- Hoši dosahují lepších výsledků v oblasti pohybových dovedností s pomůckou (object movement).
- Dívky dosahují lepších výsledků v oblasti pohybových dovedností s vlastním tělem (self movement).
- Plynulé zlepšování bodového hodnocení ve vztahu k ročníku.
- Použitelnost 1. a 2. ročník.
- Kladné hodnocení od učitelů.
- Problematickou záležitostí je zajištění standardních pomůcek.
- Návrhy na vylepšení směřovány na evropskou platformu.
- Ověřování a zpřesňování?

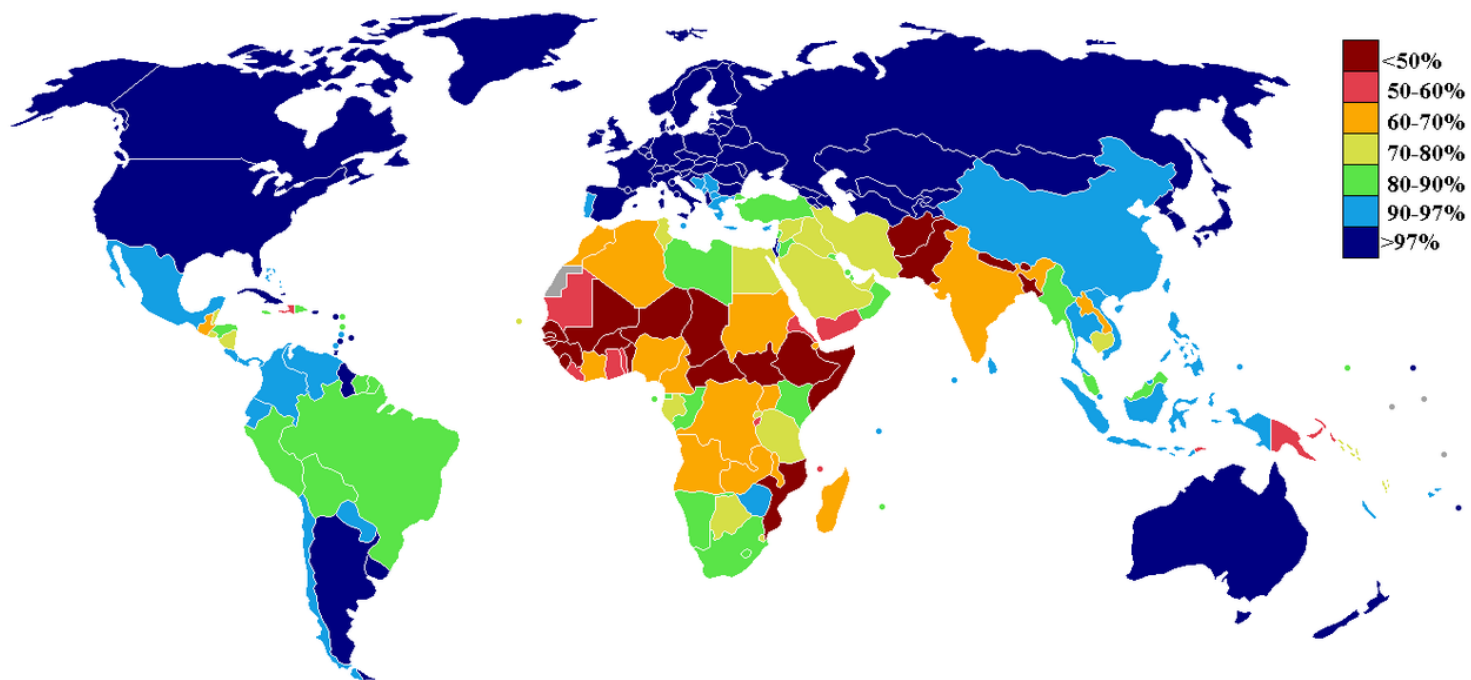
# Závěr

- Prvotní informace.
- Výzkumný soubor tvořilo 357 žáků 1. – 5. ročníku ZŠ.
- MOBAK 1 je vhodná pro 1. a 2. ročník základní školy.
- Jednotlivé testy jsou proveditelné v podmínkách školní tělesné výchovy a jsou v souladu se vzdělávacími dokumenty pro 1. stupeň ZŠ.
- Vzhledem k prohlubování spolupráce na mezinárodní úrovni s tvůrci testové baterie bude potřeba rozšířit výzkumný soubor MOBAK 1 a již nyní začít pracovat na ověřování testové baterie MOBAK 3 v ČR.
- Po rozšíření výzkumného souboru MOBAK 1 (září – prosinec) chceme publikovat podrobnější výsledky v odborných časopisech v České republice i zahraničí v porovnání s ostatními státy.
- Zájem o spolupráci.

# Zdroje

- DSBG4public.ch. (2016). DSBG4public.ch [Online]. Retrieved April 01, 2016, from <http://www.dsbg4public.ch/>
- Herrmann, C., & Seelig, H. (2014). M O B A K - 1 Motorische Basiskompetenzen in der 1. Klasse: Motorische Basiskompetenzen in der 1. Klasse [Online] (1.st ed.). Basel: Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit (DSBG) der Universität Basel. Retrieved from [Http://edoc.unibas.ch/34376/1/20140902110639\\_5405889f09965.pdf](Http://edoc.unibas.ch/34376/1/20140902110639_5405889f09965.pdf)
- Kurz, D. & Fritz, T. (2007). Motorische Basisqualifikationen von Kindern. Ergebnisse einer repräsentativen Untersuchung in Nordrhein-Westfalen. Abschlussbericht über das Forschungsprojekt MOB AQ I und II [Basic motor qualifications of children. Results of a representative study in North Rhine-Westphalia. Final report on the research project MOB AQ I and II]. Universität Bielefeld: Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft.
- Kurz, D., Lindemann, U., Rethorst, S., Scheuer, C., Maatmann, H. & Schröer, T. (2012a). Motorische Basisqualifikationen – ein pädagogisch sinnvoller Ansatz? [Basic motor qualifications – a pedagogical reasonable approach?]. Handout dvs - Sektion Sportpädagogik, Jahreskonferenz 2012. Magglingen.
- Měkota, K., & Blahuš, P. (1983). Motorické testy v tělesné výchově (1. vyd.). Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Měkota, K., & Cuberek, R. (2007). Pohybové dovednosti, činnosti, výkony (1. vyd.). Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Zvolská, J., & Gajda, V. (1986). Vybrané kapitoly z teorie tělesné kultury pro specializaci tělesné výchovy 1. stupně ZŠ (Vyd. 1.). Ostrava: Pedagogická fakulta v Ostravě.

# Děkujeme za pozornost



- Mgr. Marek Trávníček ([travnicek@ped.muni.cz](mailto:travnicek@ped.muni.cz), 549497742, Poříčí 31, Brno, 60300).
- PhDr. Mgr. Petr Vlček, Ph.D. ([vlcek@ped.muni.cz](mailto:vlcek@ped.muni.cz), 549494254, Poříčí 31, Brno, 60300).
- Mgr. Jaroslav Vrbas, Ph.D. ([vrbas@ped.muni.cz](mailto:vrbas@ped.muni.cz), 549497742, Poříčí 31, Brno, 60300).

Pořadatel: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu pod záštitou proděkana pro vědu prof. ing. Václava Bunce, CSc., ve spolupráci s Masarykovou Univerzitou, katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

Místo konání: Rekreační a školicí středisko České pošty MORAVEC na Vysočině

Vydala: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, José Martího 31, 162 52 Praha 6-Veleslavín

Výroba: FALON, José Martího 31, 162 52 Praha 6-Veleslavín, [www.falon.cz](http://www.falon.cz)

© PhDr. Petra Matošková, Ph.D., Mgr. Jan Chrudimský, Ph.D.

Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Praha 2016

Texty neprošly jazykovou úpravou. Příspěvky odpovídají materiálům zaslanými autory.

**ISBN 978-80-87647-32-5**