

Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta  
Katedra pedagogiky

## DIPLOMOVÁ PRÁCE

Přístupy a připravenost učitelů k sexuální výchově na vybraných základních  
školách a gymnáziích

Approaches and readiness of teachers to teach sex education in selected  
elementary schools and grammar schools

Bc. Anna Sabolová

Vedoucí práce: Mgr. Kateřina Machovcová, Ph.D.

Studijní program: Učitelství pro střední školy (N7504)

Odevzdáním této diplomové práce na téma Přístupy a připravenost učitelů k sexuální výchově na vybraných základních školách a gymnáziích potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Prohlašuji, že jsem při její tvorbě nepoužila nástrojů umělé inteligence jiným způsobem, než je uvedeno ve vyjádření, které je součástí textu práce. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Chotěboři dne 2. 12. 2024

Ráda bych touto cestou poděkovala paní doktorce Kateřině Machovcové za cenné podněty a podporu, které mi poskytla při psaní této diplomové práce. Také bych chtěla poděkovat všem mým respondentům, kteří mi umožnili nahlédnout do jejich hodin a podělit se o své zkušenosti. Jejich otevřenost a ochota byly pro mě neocenitelné a výrazně přispěly ke kvalitě této práce. Ráda bych také vyjádřila své poděkování rodině, zejména svému otci, který mě během celého studia neustále podporoval a pozitivně motivoval.

## **ABSTRAKT**

Tato diplomová práce se zaměřuje na přístupy a připravenost učitelů k výuce sexuální výchově na vybraných základních školách a gymnáziích. Cílem práce je analyzovat, jakým způsobem učitelé přistupují k výuce sexuální výchovy, jaké metody a formy výuky používají a jak jsou připraveni reagovat na citlivá témata spojená s touto problematikou. Práce se také zaměřuje na vliv osobních postojů učitelů na jejich schopnost otevřeně komunikovat se žáky o tématech sexuální výchovy. Dále je věnována pozornost přípravě učitelů, jejich odbornému vzdělávání a zkušenostem, které mohou ovlivnit efektivitu a kvalitu výuky sexuální výchovy.

Výzkum byl realizován formou kvalitativního šetření, které zahrnovalo rozhovory s učiteli, systematické pozorování výuky a analýzu jejich dostupných materiálů. Získané údaje byly podrobeny analýze, jejímž výsledkem je komplexní obraz o stavu sexuální výchovy na základních školách a gymnáziích, včetně výzev a bariér, kterým učitelé čelí při výuce. Výsledky ukazují, že i když existuje snaha o kvalitní sexuální výchovu, někteří učitelé se potýkají s nedostatkem odborných školení, omezenými materiálními a časovými podmínkami a také s rozdílnými přístupy k této problematice na různých školách.

Tato práce poskytuje doporučení pro zlepšení přípravy učitelů, rozvoj interaktivních výukových metod a podporu otevřené diskuse o sexuální výchově na školách. Dále upozorňuje na důležitost pravidelného profesního rozvoje pedagogů v oblasti sexuální výchovy, aby byla výuka dostatečně efektivní a relevantní pro současnou generaci žáků.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

sexuální výchova, sexualita, legislativní rámec vzdělávání, pedagogická připravenost, metodická podpora, didaktika sexuální výchovy

## **ABSTRACT**

This diploma thesis focuses on the approaches and readiness of teachers to teach sex education in selected primary and secondary schools. The aim of the thesis is to analyze how teachers approach sex education teaching, what methods and forms of teaching they use and how they are prepared to respond to sensitive topics associated with this issue. The thesis also focuses on the influence of teachers' personal attitudes on their ability to communicate openly with students about sex education topics. Attention is also paid to the preparation of teachers, their professional training and experiences that can influence the effectiveness and quality of sex education teaching.

The research was carried out in the form of a qualitative survey, which included interviews with teachers, systematic observation of teaching and analysis of their available materials. The data obtained were subjected to analysis, the result of which is a comprehensive picture of the state of sex education in primary and secondary schools, including the challenges and barriers that teachers face in teaching. The results show that, despite efforts to provide quality sexuality education, some teachers struggle with a lack of professional training, limited resources and time, and differing approaches to the issue in different schools.

This paper provides recommendations for improving teacher training, developing interactive teaching methods, and promoting open discussion about sexuality education in schools. It also highlights the importance of regular professional development for teachers in the field of sexuality education to ensure that teaching is effective and relevant for the current generation of students.

## **KEYWORDS**

Sex education, sexuality, legislative framework of education, pedagogical preparedness, didactics of sexual education

## Obsah

Úvod .....	7
Teoretická část .....	8
1 Sexuální výchova .....	8
1.1 Sexuální výchova ve škole .....	9
1.2 Sexuální výchova v rodině .....	11
1.3 Sexuální výchova zajišťovaná externími organizacemi .....	12
1.4 Historie sexuální výchovy .....	13
2 Kurikulární dokumenty .....	17
2.1 Sexuální výchova v RVP ZV .....	17
2.1.1 Cíle sexuální výchovy .....	20
2.1.2 Klíčové kompetence .....	20
2.1.3 Vzdělávací oblasti .....	21
2.1.4 Průřezová témata .....	24
2.2 Sexuální výchova ve školních dokumentech .....	24
2.2.1 Implementace sexuální výchovy do ŠVP .....	25
3 Realizace sexuální výchovy ve škole .....	27
3.1 Role školy .....	27
3.1.1 Desatero realizace sexuální výchovy dle MŠMT .....	27
3.1.2 Podmínky realizace sexuální výchovy .....	28
3.1.3 Spolupráce školy s rodinou .....	32
3.2 Role učitele .....	33
3.2.1 Příprava učitele na výuku .....	35
3.3 Didaktika sexuální výchovy .....	35
3.3.1 Organizační formy výuky .....	36

3.3.2	Metody výuky .....	38
3.3.3	Didaktické pomůcky .....	39
3.4	Témata výuky sexuální výchovy na druhém stupni ZŠ .....	40
	Praktická část .....	45
4	Metodologie .....	45
4.1	Kvalitativní výzkum .....	45
4.2	Výzkumný cíl .....	46
4.3	Výzkumné otázky .....	46
4.4	Metoda sběru dat a jejich zpracování .....	47
4.5	Charakteristika výzkumného vzorku .....	48
4.6	Analýza a interpretace dat .....	49
5	Výsledky výzkumu .....	51
5.1	Výzkumné šetření na jednotlivých školách .....	51
5.2	Odpovědi na výzkumné otázky .....	72
6	Diskuze .....	81
7	Přínos práce pro pedagogickou praxi .....	85
	Závěr .....	88
	Seznam použitých informačních zdrojů .....	90
	Vyjádření k využití nástrojů umělé inteligence .....	96
	Seznam příloh .....	97

## Úvod

Sexuální výchova je nezbytnou součástí moderního vzdělávacího systému, která má klíčový vliv na formování zdravých sexuálních identit a vzorců chování u mladých lidí. Zvláště na druhém stupni základní školy se tato otázka stává stěžejním bodem vzdělávacího procesu, jelikož se jedná o období, kdy se děti nacházejí ve stádiu intenzivního fyzického a emocionálního vývoje. Cílem této diplomové práce je prozkoumat současný stav výuky sexuální výchovy na druhém stupni základní školy v obci Chotěboř, analyzovat metody, obsah a přístupy v rámci této výuky a navrhnout potenciální zlepšení či inovace v této oblasti.

Vzhledem k narůstajícímu významu prevence sexuálně přenosných nemocí, redukci rizika nechtěného těhotenství a podpoře zdravých mezilidských vztahů je nezbytné pečlivě zkoumat, jakým způsobem jsou tyto témata prezentována v rámci vzdělávacího procesu na druhém stupni základní školy. Tato práce se bude zabývat jak obsahem a formou výuky sexuální výchovy, tak i připraveností pedagogů na této úrovni vzdělávání, aby mohli efektivně a odpovědně vést tyto důležité diskuse se svými žáky.

Pro dosažení těchto cílů bude využit interdisciplinární přístup, který zahrnuje analýzu pedagogických přístupů, legislativních rámců, výzkumných studií a zkušeností pedagogů z praxe. Tímto způsobem se práce pokusí přispět k lepšímu porozumění a efektivnímu zavádění sexuální výchovy na druhém stupni základní školy, s cílem podpořit zdravý a respektující přístup k sexualitě již od raného věku.

## **Teoretická část**

### **1 Sexuální výchova**

Podle Janiše a Täubnera (1999) je sexuální výchova plánována jako důležitá součást vývoje pozitivních emocí a mezilidských vztahů. Zároveň zdůrazňují, že sexuální výchova je klíčovým prvkem mravní výchovy, protože ovlivňuje celkový rozvoj dítěte a mládeže, kteří se připravují na budoucí partnerský, manželský a rodičovský život. V tomto smyslu může sexuální výchova v této fázi rovněž ovlivnit budoucí směřování společnosti jako celku.

Význam sexuální výchovy v širším kontextu spočívá v přípravě dětí v rodinách a žáků ve školách na budoucí partnerský, manželský a rodičovský život. Tento proces zahrnuje také přípravu na samotný sexuální život, včetně otázek zdraví a prevence pohlavně přenosných nemocí. Sexuální výchova podporuje individuální rozvoj dítěte a je důležitou součástí celkové výchovy (Janiš, Täubner, 1999). Jedním z klíčových cílů sexuální výchovy v období dospívání je prevence nežádoucího otěhotnění. I když jsou údaje o prvním pohlavním styku obecně uspokojivá, v České republice přesto každoročně dochází k těhotenství několika čtrnáctiletých dívek. S ohledem na tradiční moudrost, že informace přicházející o dva roky dříve jsou lepší než ty, které přijdou o pět minut později, není výuka antikoncepce ve věku třinácti až čtrnácti let nijak předčasná (Uzel, 2016).

Rozvržení sexuální výchovy by mělo být uvážlivě přizpůsobeno vývojovým fázím dítěte. První informace o sexuálních tématech obvykle dítě získává v rámci rodiny. Je důležité chápat sexuální výchovu z obou perspektiv. Tou první je biologický aspekt člověka a jeho přirozená touha po sexualitě. Druhým aspektem je emocionální a morální pohled na sexualitu jedince (Täubner, Janiš, 1998). Sexuální výchova by měla být v souladu se sociálním a kulturním prostředím a zakládat se na principech lidských práv, pocitu pohody (včetně zdraví), rovnosti a respektování rozdílností. Měla by rovněž poskytovat odborné informace a podporovat jak jednotlivce, tak komunity (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

## 1.1 Sexuální výchova ve škole

Výuka sexuální výchovy ve školách je důležitým tématem, které se týká vzdělávání mladých lidí o sexuálních vztazích, reprodukci a prevenci sexuálně přenosných nemocí.

Děti potřebují jak formální, tak neformální sexuální výchovu. Tyto dvě složky by se měly vzájemně doplňovat a podporovat, nikoli být v rozporu. V současnosti není reálné spoléhat se na to, že sexuální výchovu zajistí pouze rodina, což dokazuje i skutečnost, že více než třetina rodin je dysfunkčních nebo neúplných. V tomto ohledu má školní sexuální výchova nezastupitelnou roli (Uzel, 2007).

Sexuální výchova je proces zaměřený na systematické, cílené a dlouhodobé ovlivňování žáka, který napomáhá formovat jeho osobnost v oblasti rodinného života a lidské sexuality. Je zaměřena na současný i budoucí život žáků a usiluje o jejich spokojený život, zejména v oblasti partnerských, manželských a rodičovských vztahů, v souladu s normami a principy společnosti. Sexuální výchova nesmí být vnímána pouze z biologické perspektivy. Je nezbytné brát v úvahu i sociální a psychologické hledisko a zajistit rovnováhu mezi všemi těmito aspekty. Sexuální výchova je těsně spjata s etickou výchovou, která se zaměřuje na systematické a promyšlené rozvíjení sociálních dovedností u žáků, zejména prostřednictvím řešení simulovaných situací a učení založeného na sociálních interakcích (MŠMT, 2010).

Mezi hlavní důvody pro začlenění sexuální výchovy do škol patří: podpora plánování rodiny a antikoncepce s ohledem na snížení nechtěných těhotenství a potratů; ochrana dětí před sexuálním násilím a zneužíváním; prevence sexuálně přenosných nemocí, včetně HIV/AIDS; podpora komplexního rozvoje všech aspektů lidské osobnosti (Täubner, Janiš, 1998).

Sexuální vzdělávání je důležité, protože může nahradit nedostatečné přístupy rodičů k této problematice a poskytnout dětem potřebné informace. Systematická edukace v tomto směru může předcházet sociálně patologickým jevům tím, že poskytuje kontinuální podporu a vzdělávání napříč věkovými skupinami. Někteří lidé se s určitými informacemi mohou setkat opakovaně, zatímco pro jiné mohou být nové. Profesionální sexuální výchova umožňuje studentům vidět širší kontexty lidských vztahů, včetně sexuality a sexuálního chování. Tím mohou rozšířit své obzory oproti prostředí domova, kde se často přenášejí zastaralé postoje a názory na toto téma (Weiss, 2010).

Aktuální přístup k sexuální výchově lze charakterizovat jako stanovování normativních očekávání ohledně sexuality. V kurikulu se často objevují formulace tvrdící, že naučí žáky "zdravému přístupu" k sexualitě, což implicitně představuje určitý standard zdravého těla a vztahů. Normy WHO se však staví proti tomuto přístupu a zdůrazňují, že holistická sexuální výchova by měla brát v úvahu různé potřeby žáků, kteří se liší svým sociálním a kulturním pozadím. Jejich individuální rysy by měly být odpovídajícím způsobem zohledněny, neexistuje žádný univerzální přístup, který by vyhovoval všem. RVP sama o sobě v popisu vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, pod kterou spadá Výchova ke zdraví, prozrazuje svůj normativní postoj, když zdůrazňuje, že se naučí "správnému", "zdravému" chování. To znamená, že se jedná spíše o chování předepsané společenskými normami než o chování, které by bylo vyjednávané. Tato oblast má představovat "základní podněty pro pozitivní ovlivňování zdraví (poznatky, činnosti, způsoby chování)", se kterými by se studenti měli seznamovat, a vyučující by měli být "kladným osobním příkladem" (Benešová, Křišová, Macháčková, 2023).

Světová zdravotnická organizace (WHO) vymezuje sedm klíčových principů, které by měla sexuální výchova splňovat:

- **Aktivní účast žáků:** Žáci by měli mít možnost spoluvytvářet obsah své sexuální výchovy, aby lépe odpovídal jejich potřebám. Vhodné je také využití vrstevnického učení, pokud jsou žáci na tuto formu výuky předem připraveni.
- **Interaktivní přístup:** Učitel by měl vnímat žáky jako partnery ve výuce, podporovat výměnu informací a používat různé didaktické metody.
- **Průběžné a mezioborové vyučování:** Sexuální výchova by měla probíhat kontinuálně a propojeně s dalšími oblastmi vzdělávání.
- **Propojení s osobními zkušenostmi žáků:** Výuka by měla vycházet z konkrétních zkušeností žáků a jejich sociálního a kulturního prostředí.
- **Reakce na individuální rozdíly:** Výuka by měla zohledňovat individuální potřeby žáků, jejich sociální a kulturní zázemí.
- **Spolupráce s rodiči a dalšími institucemi:** Účinná sexuální výchova by měla probíhat ve spolupráci s rodiči a relevantními organizacemi, jako jsou sociální a zdravotní služby či náboženské skupiny.

- **Respektování genderových rozdílů:** Výuka by měla zahrnovat a respektovat různé genderové identity a odlišnosti.

Aby mohl učitel efektivně vyučovat sexuální výchovu, je nezbytné, aby byl odborně vyškolen, otevřený a motivovaný. Podle WHO je rovněž kladeno důraz na to, že učitelé by měli být schopni reflektovat své vlastní postoje k sexualitě a hodnotám, protože právě oni jsou pro žáky vzorem (WHO Regional Office for Europe and BZgA, 2010).

Průzkum České středoškolské unie (2020) ukazuje, že téměř polovina studentů ve škole nezískává dostatečné informace o sexu a sexualitě. Druhá polovina se sice něco dozví, ale většinou pouze biologické aspekty – a to nejčastěji v hodinách biologie, přednáškách externích lektorů nebo překvapivě v hodinách výtvarné výchovy. Ve škole se žáci o sexu nejvíce učí vzájemným sdílením mezi sebou. Když už se ve škole probírá téma sexuální výchovy, zaměřuje se hlavně na AIDS a jiné pohlavně přenosné nemoci, antikoncepci a prevenci kybernásilí. Přitom 80 % dotázaných studentů považuje sexuální výchovu za důležitou a rádi by se jí ve škole věnovali více.

## 1.2 Sexuální výchova v rodině

Formování osobnosti a osamostatňování dospívajícího jedince je v největší míře ovlivňováno rodinným prostředím (Čačka, 2000). Během období dospívání dochází k proměně vztahů v rodině a ke změně postavení jednotlivých členů. Dospívající projevuje touhu po nezávislosti na rodičích a přání rozhodovat se o svých záležitostech, přesto však stále potřebuje podporu ze strany rodiny. Pro úspěšný proces osamostatňování je klíčové udržet vyvážený poměr mezi podporou a volností (Vágnerová, 2005). Rodina slouží jako prostředí, kde děti i dospělí prožívají blízkost a intimitu, mohou si předávat informace a sdílet hodnoty a postoje. Rodiče tak mají možnost ovlivňovat informace, které dětem přicházejí z různých zdrojů, jako jsou časopisy, internet, spolužáci a kamarádi. Někteří rodiče však mohou být přesvědčeni, že jejich děti již získaly veškeré informace ve škole nebo prostřednictvím výše zmiňovaných časopisů, internetu či vrstevníků, a tudíž podceňují svou roli informátora. Tato situace může vést k nesouhlasu ohledně toho, zda má škola nebo rodiče zodpovědnost za sexuální výchovu. V dnešní době, kdy jsou informace o této problematice široce dostupné kdykoli a kdekoliv, je role rodičů obtížně nahraditelná (Šilerová, 2003). Pro oblast intimního života a vývoje zdravé sexuality platí, že se tato témata

začínají utvářet již v raném věku pod vlivem vzorů, konkrétně způsobem, jak se dospělí chovají k sobě navzájem, zejména v rodinném prostředí. Dítě přebírá tyto vzory, které budou formovat jeho vlastní chování v budoucnu. Rodina hraje klíčovou roli v tom, jak dítě vnímá mužský a ženský svět, a jaký je otcovský a mateřský přístup. Sexuální výchova v širším smyslu tak není izolovaným procesem. Je přirozenou součástí rodičovské výchovy a rodinných interakcí od samého počátku dítěte. Postupem času dítě začíná vnímat rozdíly mezi chlapci a dívkami, projevuje zvědavost ohledně svého těla a může se ptát na témata, která ho zajímají. Odborníci zdůrazňují, že při odpovídání na dětské otázky o intimních záležitostech a sexualitě by rodiče měli zachovat otevřenost a pojmenovat věci pravými jmény, respektujíc přitom věk dítěte (Ježková, Jonášová, 2014).

### **1.3 Sexuální výchova zajišťovaná externími organizacemi**

Často se využívají externí odborníci, kteří na školách poskytují přednášky a vedou diskuse. Tito odborníci mohou pocházet z různých oborů, jako je kriminalistika, medicína nebo práce v neziskových organizacích. V České republice existuje pouze omezený počet organizací zaměřených na sexuální výchovu (Jarkovská, 2013).

V České republice je podle Národního ústavu pro vzdělávání (NUV 2022) aktuálně zaregistrováno přibližně 66 organizací, které nabízejí programy primární prevence zahrnující témata spojená se sexuální výchovou. Kompletní seznam těchto organizací je k dispozici na webových stránkách NUV (Rezková, 2022).

Jednou z nich je například Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu, která aktivně spolupracuje se školami, s pedagogy, psychology a dalšími odborníky, kteří se věnují sexuální výchově. Kromě toho nabízí i online poradenství pro mladé lidi i pedagogy. Tato organizace také pořádá kongresy, jejichž výstupy jsou následně shrnuty do sborníků, které mohou pedagogové využít ve své praxi. Tyto kongresy jsou otevřené i široké veřejnosti. Na svých webových stránkách také zveřejňuje mnoho článků odborníků zaměřených na otázky a problémy mladých lidí (Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu, n.d.).

Další neziskovou organizací je spolek Konsent, který se zaměřuje na prevenci sexuálního násilí, podporu obětí a osvětu v oblasti sexuálních práv, souhlasu a mezilidských vztahů. Jeho cílem je zlepšit povědomí o důležitosti souhlasu v sexuálních a intimních vztazích a

bojovat proti sexuálnímu násilí ve všech jeho podobách. Konsent se soustředí na edukaci veřejnosti, zejména mladých lidí, a to prostřednictvím různých kampaní, vzdělávacích projektů, workshopů a publikací. Jejich práce zahrnuje i prevenci nechtěného sexuálního chování, podporu obětí sexuálního násilí a zajištění poradenství. Spolek se zaměřuje na to, aby se diskuse o souhlasu stala běžnou součástí každodenní komunikace, a to jak v osobním životě, tak v rámci širší společnosti. Konsent také spolupracuje s dalšími organizacemi, institucemi a odborníky na poli právní pomoci a psychosociální podpory, aby vytvořil komplexní podporu pro osoby, které zažily sexuální násilí nebo jiné formy zneužívání. Spolek v rámci svého poslání usiluje o změnu ve vnímání sexuálního násilí a podporu prostředí, kde bude každý člověk schopen říci "ne" a být respektován (Konsent, n.d.).

#### **1.4 Historie sexuální výchovy**

Sexuální vzdělávání by mělo umožnit účastníkům a účastnicím prozkoumávat své hranice a touhy sami, místo aby byli ovlivňováni svými vrstevníky, institucemi nebo pornografií. K porozumění současné podoby sexuálního vzdělávání je důležité znát jeho historické kořeny (Jarkovská, 2022).

##### **19. století**

Dnešní podoba sexuální výchovy je výsledkem dlouhého procesu vývoje. Začátky této výchovy, včetně vzdělávání o sexualitě, partnerství, manželství a rodičovství, sahají až do druhé poloviny 19. století, kdy se začaly uplatňovat myšlenky pedagogů jako Rousseau, Pestalozzi a Owen. Témata spojená se sexualitou se stala běžnou součástí školního vzdělávání. Nicméně koncepty výuky sexuální výchovy jako samostatného předmětu lze vystopovat až do 18. století. Tyto koncepty byly reakcí na postupné odstranění tabu spojených s lidskou sexualitou. Například dílo "Emil, čili o výchově" od Jeana Jacquese Rousseaua, které představovalo určitou motivaci, doporučovalo i extrémní přístupy jako pozorování pářících se zvířat nebo obnaženost dětí a rodičů v domácím prostředí. V Čechách se jako první začal zajímat o problematiku sexuální výchovy ve školách Antonín Procházka, jehož práce vedla k vydání knihy "Praktická kniha ruční pro učitele" v roce 1790, která navrhovala začlenit výuku o sexualitě do běžného vzdělávacího procesu. Dalším mezníkem byla kniha "Psychopathia sexualis" od Richarda von Krafft-Ebinga, publikovaná poprvé v roce 1886, která obsahovala popis různých sexuálních praktik a byla jednou z prvních, která

se zmiňovala o sexuálních orientacích, jako je homosexualita a bisexualita. V roce 1824 spatřila světlo světa kniha nazvaná "Věc nejdůležitější pro rodiče, školní učitele a dohlídače mládeže, i také zvláště pro duchovní pastýře", která se zabývala problematikou masturbace u mládeže. To vedlo k úsilí ostražit mládež a omezit jejich sexuální zájem, zejména s ohledem na sexuálně přenosné nemoci (Janiš, 2006).

## **20. století**

Na začátku 20. století byl pozorován nárůst zájmu o sexuální témata, což vedlo k vzniku různých časopisů, lékařských rubrik zaměřených na sexuální otázky a organizací, jako je Mezinárodní společnost pro sexuální výzkum, založená v roce 1913. Termín sexuální pedagogika začal být častěji užíván, zejména ve spojení s vzděláváním o sexuálních a reprodukčních aktivitách. Během školního vzdělávání se začal prosazovat nátlak na školy, aby se sexuální výchova poskytovala pouze ve školním prostředí, přestože bylo obecně uznáváno, že první informace by měly pocházet od rodičů. Výuka se často soustředila na přírodopis, který vycházel z biologie člověka a poté se rozvíjely otázky spojené se sexualitou, dospíváním, menstruací, početím a těhotenstvím, často doplněné o aspekty morálky a vhodného výběru partnera. I přes veřejný odpor se sexuální výchova postupně prosadila a začaly se uplatňovat určité reformy ve školním vzdělávání. Zatímco pohlavní osvěta, zejména týkající se prevence pohlavně přenosných chorob, byla jednou požadována v roce 1907 na kongresu Volné myšlenky v Praze, bohužel se jednalo o jediný pokus. Ostatní země byly v této oblasti daleko pokročilejší; například v Itálii byla zavedena výuka o sexuální hygieně na středních školách. Po první světové válce se tato výuka rozšířila i do dalších zemí, včetně Polska, Jugoslávie a Vídně. V Čechách došlo k určitým změnám až po roce 1919, kdy byly zavedeny nové osnovy na středních školách. Rozvoj průmyslu a následná migrace obyvatel do měst přinesly vedle ekonomických, zdravotních a vzdělávacích výzev také nové negativní jevy v oblasti sexuality, přičemž nejvíce postiženou skupinou byla mládež. Školy se tak začaly intenzivněji zajímat o výchovu a zdravotnické úřady hledaly způsoby, jak omezit šíření sexuálně přenosných nemocí, snížit počet nelegálních potratů a mladých rodiček (Janiš, 2006).

Období 20. a 30. let bylo charakterizováno implementací pohlavní výchovy, především díky tehdejšímu prezidentovi T. G. Masarykovi, který zdůrazňoval důležitost výchovy s

důrazem na morální aspekty (Rašková, 2011). Klíčovou roli hrály okolní vlivy a prostředí školy v morálním vývoji jedince. Škola byla vnímána jako místo rizik, kde se měla kontrolovat i dětská zvědavost (Janiš, 2006). První poučení o pohlavní výchově měly děti získat před dosažením 12. roku věku, kdy byla probírána témata jako biologické rozdíly mezi ženou a mužem či seznámení se s anatomii a fyziologií pohlavního ústrojí a péčí o ně. Pohlavní výchova byla obvykle zajišťována lékaři, kteří byli pozváni do škol. Učitelé měli jen omezenou roli, obecně se nedoporučovalo, aby prováděli hromadná poučení. V případě pohlavního bloudění mohli individuálně poučit žáka "mezi čtyřma očima" (Rašková, 2011).

Změny v přístupu k sexuální výchově nastaly až v 50. letech, kdy byla vnímána především jako prostředek boje proti šíření pohlavních chorob a prostituce. V té době se začaly rozvíjet samostatné obory sexuologie a psychologie, což přispělo k dalšímu rozvoji sexuální výchovy. Lékařské výzkumy přinesly nový pohled na daná témata a poskytly odborné odpovědi na intimní otázky (Janiš, 2006).

Po druhé světové válce, zejména od 60. let, se začala prosazovat tzv. výchova k rodičovství, která byla v roce 1960 uložena základní školám jako povinná (Rašková, 2011). Sexuální výchova byla začleněna do školního systému, s učiteli přebírajícími klíčovou roli místo zdravotníků a lékařů (Štěrbová, 2012). Obsah této výchovy se soustředil převážně na anatomii, fyziologii a hygienu, a využívaly se především přednášky pro nejvyšší ročníky školy určeny pouze pro dívky nebo chlapce (Rašková, 2011). Zavedení sexuální výchovy mělo za cíl zvýšit povědomí o antikoncepčních možnostech pro ženy, což mělo za následek oddělení sexuality od reprodukce u dívek (Štěrbová, 2012). Později se začaly výrazněji uplatňovat formy interaktivního vzdělávání a změnila se i věková hranice pro výuku výchovy k rodičovství. Výběr formy výuky si mohl zvolit sám učitel, jako výuková metoda byl doporučován rozhovor mezi učitelem a žákem (Rašková, 2011).

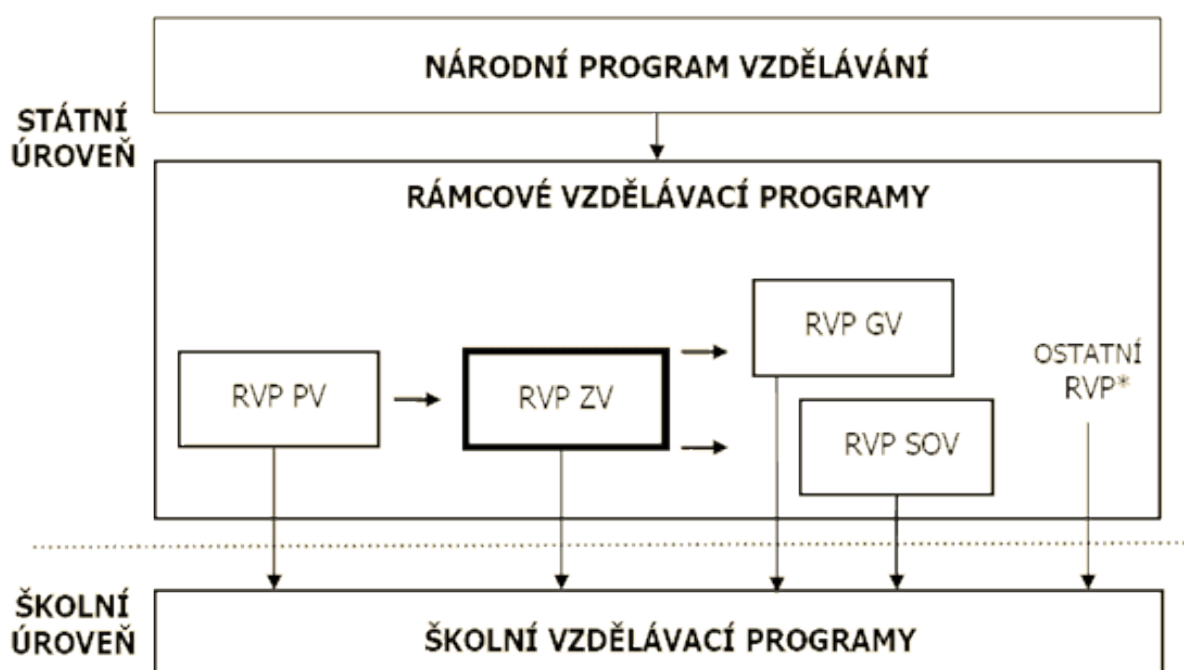
V 80. letech 20. století bylo období, kdy se vývoj sexuální výchovy ve školství spíše zastavil, předmět změnil název na tzv. výchovu k manželství a rodičovství (Rašková, 2011). S pádem komunistického režimu a nástupem demokracie se začalo otevřeněji mluvit o sexu a sexualitě jako o běžné součásti lidského života (Štěrbová, 2012). Došlo k implementaci rodinné a sexuální výchovy jako součásti výchovy ke zdraví a zdravého životního stylu (Rašková, 2011). Byly použity Minnesotské směrnice pro komplexní sexuální výchovu

(Guidelines for Comprehensive Sexuality Education) z roku 1991 a upraveny tak, aby odpovídaly místním sociokulturním podmínkám. To byl první krok k vytvoření komplexní koncepce sexuální výchovy pro všechny školní stupně. Byly zahájeny změny ve využití metod a forem školní výuky (Štěrbová, 2012).

Následující transformace a začlenění sexuální výchovy do výchovy ke zdraví a zdravému životnímu stylu v druhé polovině 90. let mělo přispět k celkovému zlepšení zdravotního stavu populace. Navzdory rozdílům v obsahu vyučování sexuální výchovy mezi zeměmi EU zůstává součástí školního vzdělávání v České republice v souladu s evropským kontextem a novodobými kurikulárními dokumenty (Štěrbová, 2012). Od roku 1996 byla sexuální výchova začleněna do předmětů Přírodopis a Rodinná výchova. Klíčovým dokumentem v této oblasti je zákon č. 561/2004 Sb., známý jako školský zákon, který tuto výchovu začlenil jako součást několika vzdělávacích předmětů. V roce 2009 Evropská unie vyzvala Českou republiku k posílení sexuální výuky ve školách, což vedlo k doporučení Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy k zavedení výchovy na základních školách. Materiál pro výuku je dostupný pro všechny, kteří mohou v této oblasti působit na školách, ačkoliv není jasně stanoveno povinné vyučování sexuální výchovy na základních školách. To je spíše doporučení než závazný dokument. Sexuální výchova je někdy vyučována samostatně, jindy je součástí jiného předmětu, ale její podstata spočívá v tom, že se snaží jedince naučit pochopit jejich citové a sexuální potřeby v širším společenském kontextu a formovat zdravé vztahy sám se sebou a s okolím (Koliba, 2019).

## 2 Kurikulární dokumenty

Kurikulární dokumenty jsou soubory dokumentů, které stanovují obsah, cíle a strukturu vzdělávacího procesu pro vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Tyto dokumenty jsou utvářeny na úrovni státní a na úrovni školní. Na státní úrovni jsou zahrnuty rámcové vzdělávací programy (RVP), které stanovují závazné směry pro vzdělávání v jednotlivých etapách, jako jsou předškolní, základní a střední vzdělávání. Školní úroveň zahrnuje školní vzdělávací programy (ŠVP), které určují způsob realizace vzdělávání na jednotlivých školách. Tyto dokumenty jsou dostupné a přístupné široké veřejnosti (MŠMT, 2023).



Obrázek 1: Systém kurikulárních dokumentů

### 2.1 Sexuální výchova v RVP ZV

Ministerstvo školství stanovilo Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (RVP ZV), který stanovuje obecný plán výuky na základních školách. Tento dokument definuje obsah jednotlivých předmětů, jejich vzájemné propojení a stanovuje také cíle vzdělávání. Školy se tímto programem řídí a na jeho základě vytvářejí vlastní Školní vzdělávací program obsahující konkrétní osnovy, cíle a další potřebné informace k jednotlivým předmětům a je rozdělen do čtyřech částí. Část A vymezuje RVP ZV v rámci

kurikulárních dokumentů a objasňuje jeho principy. **Část B** charakterizuje základní vzdělávání, informuje o povinnosti školní docházky, organizaci vzdělávání, hodnocení výsledků a ukončení tohoto stupně. **Část C**: definuje pojetí a cíle základního vzdělávání, klíčové kompetence, vzdělávací oblasti, průřezová témata a rámcový učební plán. **Část D** se zabývá vzděláváním žáků se speciálními potřebami, včetně mimořádně nadaných žáků, a obsahuje podmínky pro zpracování RVP, včetně materiálních, personálních, hygienických, organizačních a dalších aspektů. Tato část také poskytuje pokyny pro vytváření školních vzdělávacích programů a slovníček užitých pojmů (MŠMT, 2023).

Sexuální výchova je zařazena do sekce nazvané „Člověk a zdraví“ a dále se uplatňuje v rámci předmětu „výchova ke zdraví“. Název tohoto předmětu může být na různých základních školách odlišný. Někde se nadále vyučuje „rodinná výchova“, která zahrnuje i sexuální výchovu. Toto téma se také dotýká dalších vzdělávacích oblastí, zejména „Člověk a společnost“ a „Člověk a příroda“, a zahrnuje i průřezová témata, jako jsou „Osobnostní a sociální výchova“, „Mediální výchova“ a „Multikulturní výchova“. Sexuální výchova je v širším kontextu zapojena do více předmětů, jako je například přírodopis, občanská výchova nebo tělesná výchova. Tímto způsobem se diskutuje o mnohem komplexnějším vzdělávacím přístupu, než by se mohlo zdát na první pohled. Je nezbytné propojit tyto předměty tak, aby žáci získali ucelené a srozumitelné znalosti (MŠMT, 2023). V přírodopisu bude důraz sexuální výchovy především na fyzické a zdravotní aspekty, zatímco v humanitních vědách bude věnována větší pozornost sociálním, interakčním a morálním aspektům. To znamená, že nejde jen o výběr témat pro sexuální výchovu, ale také o to, do kterých předmětů je začlenit. Zastřešující obor vzdělávání určuje způsob, jakým jsou témata prezentována, a tím i celkový charakter sexuální výchovy (Benešová, Krišová, Macháčková, 2023). V pedagogických studiích zaměřených na didaktiku sexuální výchovy se obvykle nacházejí spíše obecné informace než konkrétní příklady osvědčených postupů. Sexuální výchova se často uplatňuje až ve vyšších stupních vzdělávání a často se dle autorky omezuje pouze na biologické aspekty (Sadková, 2018).

RVP tedy nedefinuje konkrétní obsah výuky, který by měl být žákům předáván. Namísto toho klade důraz na klíčové kompetence, které by měli žáci získat během svého vzdělávání. Tato flexibilita umožňuje učitelům přistupovat k výuce sexuální výchovy podle

potřeb svých žáků (Jarkovská, 2013). Vzniká tedy možnost, že při vytváření a uplatňování Školního vzdělávacího plánu (ŠVP) dojde k záměrnému nebo neúmyslnému vynechání určitých témat. Podobně se tento problém týká i tvorby školního minimálního preventivního programu (Sadková, 2018). Uzel (2006) navrhuje nahradit název předmětu výchova ke zdraví za výchovu sexuální. Čím větší volnost mají učitelé při začlenění sexuální výchovy do výuky, tím méně se sexuální výchova skutečně realizuje. To je způsobeno tím, že učitelé nemají konkrétní pokyny ohledně toho, kolik času by mělo být věnováno tomuto tématu.

Každá škola má svobodu organizovat sexuální výchovu podle vlastního uvážení, případně podle rozhodnutí ředitele. Školy se mohou přizpůsobit konkrétním třídám nebo aktuálním událostem jak ve světě, tak v České republice. Avšak u nás v zemi existuje nedostatek metodických materiálů, zdrojů a příprav pro výuku sexuální výchovy. Dalším problémem je nedostatečné vzdělání pedagogů vyučující toto téma. Zatímco pro jiné předměty, jako jsou přírodní vědy, jazyky a další, existuje mnoho školení a zdrojů, pro pedagogy sexuální výchovy jsou tyto možnosti velmi omezené. Přestože se s těmito výzvami potýkáme, sexuální výchova je stále zařazena do vzdělávání na našich školách (Jarkovská, 2022). Z toho vyplývá potřeba vypracování komplexního programu, který zahrnuje všechny klíčové oblasti sexuální výchovy. Tento program by dle Sadkové (2018) měl být pro učitele snadno použitelný a dostupný, poskytovat jasná učební doporučení, postupy a příklady osvědčené praxe, stejně jako metody pro kontrolu rizik a vhodnou evaluaci. Měl by být žákům příjemný s použitím interaktivních metod přizpůsobených jejich věku a být otevřený pro zapojení rodičů s řádnou informovaností o programu. Program by měl splňovat odpovídající standardy kvality, které jsou v souladu s českými i mezinárodními normami. Evaluace by měla zahrnovat hodnocení samotného programu, jeho provádění a dosažených výsledků.

V roce 2010 vydalo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) Doporučení k provádění sexuální výchovy na základních školách jako doprovodný dokument k příručce "Sexuální výchova – Vybraná témata" z roku 2009. Tato příručka byla vydána MŠMT ve spolupráci s Výzkumným ústavem pedagogickým. MŠMT v doporučení vyzývá pedagogické pracovníky, aby využili příručku nejen k porozumění a propojení všech aspektů

sexuální výchovy a výchovně vzdělávacího procesu, ale také k objektivní argumentaci pro holistický přístup k sexuální výchově ve školách.

V následujících podkapitolách jsou představeny cíle sexuální výchovy, klíčové kompetence, vzdělávací oblasti, průřezová témata spjatá s výukou sexuální výchovy. Informace vychází z RVP ZV 2023 a výše zmiňovaného Doporučení MŠMT k realizaci sexuální výchovy na základních školách z roku 2010.

### 2.1.1 Cíle sexuální výchovy

Výukové cíle představují jednu z klíčových pedagogických kategorií oborové didaktiky. Cíle je v procesu výuky chápán jako zamýšlený a očekávaný výsledek, k němuž učitel společně se žáky směřuje (Skalková, 2007 cit. podle Kovaříková, Marádová, 2020). V současné době charakterizujeme edukační cíle v kurikulárních dokumentech pomocí klíčových kompetencí, které žáci ve výuce získávají. Jde o obecné a dlouhodobé cíle, u kterých nelze ve spojitosti se sexuální výchovou přímo sledovat jejich plnění (Kovaříková, Marádová, 2020).

Základní vzdělávání stanovuje devět cílů, kterých by měl žák dosáhnout. V oblasti sexuální výchovy je zahrnut pouze jeden z těchto cílů, a to: „*Učit žáky aktivně rozvíjet a chránit fyzické, duševní a sociální zdraví a být za ně odpovědný.*“ (MŠMT, 2010). To znamená, že žák by měl být připraven na sexuální život a formování rodiny z teoretického hlediska. To zahrnuje dostatečné znalosti o ochraně před pohlavně přenosnými nemocemi, správnou péči o vlastní tělo a prevenci nechtěného těhotenství v případě, že si ještě nepřeje stát se rodičem. Důležitý je také důraz na to, že žák je za svá rozhodnutí a jednání sám zodpovědný

### 2.1.2 Klíčové kompetence

Praktikováním sexuální výchovy se především naplňuje jeden z cílů základního vzdělávání, a to naučit žáky aktivně rozvíjet a chránit své fyzické, duševní a sociální zdraví, a zároveň nést za ně odpovědnost. Současně se dle MŠMT (2010) klade důraz na rozvoj klíčových kompetencí, a to zejména:

- **Kompetence k učení** (Žáci dostanou za úkol vyhledat informace o různých aspektech sexuálního zdraví, například o prevenci pohlavně přenosných nemocí nebo

základech reprodukčního systému. Výsledky si následně zapíší a diskutují, čímž se učí samostatně získávat a zpracovávat relevantní informace.).

- **Kompetence k řešení problémů** (V rámci diskuse jsou žákům představena různá dilemata, například situace, kdy čelí tlaku vrstevníků ohledně intimních vztahů. Žáci navrhnou možná řešení, čímž se učí hodnotit důsledky a činit zodpovědná rozhodnutí.).
- **Kompetence komunikativní** (Žáci diskutují ve skupině o tématech, jako jsou hranice v partnerských vztazích nebo význam souhlasu. Učí se jasně a respektujícím způsobem vyjadřovat své názory a naslouchat ostatním, což posiluje jejich komunikační dovednosti.).
- **Kompetence sociální a personální** (Během aktivit zaměřených na sebezpoznání a respektování rozdílů mezi lidmi se žáci učí rozvíjet empatii a toleranci. Například při diskusi o různých rodinných strukturách nebo genderových identitách si osvojují sociální dovednosti, které přispívají k harmonickým vztahům.).
- **Kompetence občanské** (V rámci lekce o lidských právech a právu na vlastní rozhodování diskutují žáci o tom, jaké jsou základní práva každého jednotlivce v oblasti intimity a ochrany osobního prostoru. Učí se tak respektu k osobním svobodám a právům ostatních.).
- **Kompetence pracovní** (Žáci se v rámci projektové práce zabývají tématem sexuální výchovy ve společnosti a vytvářejí například plakáty nebo informační materiály. Učí se pracovat v týmu, organizovat si úkoly a přispívat ke společnému cíli, což rozvíjí jejich schopnost spolupracovat a plnit zodpovědně úkoly.).
- **Kompetence digitální** (Při hledání spolehlivých informací o sexuálním zdraví na internetu si žáci osvojují dovednosti v oblasti digitální gramotnosti, například ověřování zdrojů a kritické hodnocení obsahu.).

### 2.1.3 Vzdělávací oblasti

#### Vzdělávací oblast Člověk a zdraví

Téma člověka a jeho zdraví zahrnuje široký rozsah aspektů lidského života. Jedním z klíčových prvků jsou **vztahy mezi lidmi a různé formy společného soužití**. Toto se projevuje jednak v mezilidských vztazích ve dvojici, kde figuruje kamarádství, přátelství,

láska, partnerské vztahy, manželství a rodičovství. Dále pak v rámci vztahů a pravidel soužití v komunitě, kde hrají klíčovou roli prostředí rodiny, školy a vrstevnických skupin (MŠMT, 2010).

Neodmyslitelnou součástí lidského života jsou **změny, kterým jednatelce čelí v průběhu svého života**. Týkají se jak fyzických, tak duševních a společenských proměn. Specifickým obdobím jsou dětství, puberta a dospívání, kde dochází k významným transformacím v jedinci. Dalším důležitým aspektem je sexuální dospívání a otázky reprodukčního zdraví, zahrnující předčasné sexuální zkušenosti, těhotenství a rodičovství mladistvých, a také poruchy pohlavní identity (MŠMT, 2010).

Pro udržení celkové pohody a zdraví je klíčový **zdravý způsob života a péče o něj**. To zahrnuje tělesnou a duševní hygienu s důrazem na zásady osobní a intimní péče. Ochrana před přenosnými a nepřenosiými chorobami, chronickými onemocněními a úrazy je rovněž nezbytná a zahrnuje bezpečné způsoby chování, prevenci nemocí přenosných pohlavním stykem, informace o HIV/AIDS, hepatitidách a vhodnou preventivní a lékařskou péči (MŠMT, 2010).

**Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence** se týkají skrytých forem a stupňů individuálního násilí, zneužívání a sexuální kriminality. To zahrnuje šikanu, další projevy násilí, a formy sexuálního zneužívání dětí. Bezpečné chování, komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi, pohyb v rizikovém prostředí a schopnost reagovat v konfliktních a krizových situacích jsou rovněž klíčovými aspekty prevence (MŠMT, 2010).

**Hodnota a podpora zdraví** jsou reflektovány v celostním pojetí člověka ve zdraví a nemoci. Zahrnují složky zdraví, jejich interakce a základní lidské potřeby s hierarchií, například v rámci Maslowovy hierarchie potřeb. Podpora zdraví pak zahrnuje různé formy prevence a intervencí, s důrazem na individuální odpovědnost jedince za vlastní zdraví (MŠMT, 2010).

**Osobnostní a sociální rozvoj** hrají významnou roli v utváření zdravého života. To zahrnuje sebepoznání a sebepojetí, seberegulaci a sebeorganizaci činností a chování. Důležitým prvkem je také psychohygienu a rozvoj sociálních dovedností pro předcházení a zvládnutí stresu, a schopnost hledat pomoc při problémech. Mezilidské vztahy, komunikace

a kooperace mají klíčový význam v respektování sebe sama i druhých, a to stejně jako v morálním rozvoji a podporování prosociálního chování (MŠMT, 2010).

### **Vzdělávací oblast Člověk a společnost**

**Člověk ve společnosti** je komplexní téma, které zahrnuje různé aspekty lidské existence. Jedním z nich je zkoumání lidských setkání a sociálních interakcí. To zahrnuje jak přirozené, tak sociální rozdíly mezi lidmi, a téma rovnosti a nerovnosti, včetně rovného postavení mužů a žen. Vztahy mezi lidmi jsou rozlišovány na osobní a neosobní, a zdůrazňuje se význam mezilidské komunikace. Přitom jsou také zkoumány konflikty v mezilidských vztazích a problémy lidské nesnášenlivosti. Důležité jsou i zásady lidského soužití, které zahrnují oblasti morálky a mravnosti, svobody a vzájemné závislosti, a pravidla chování ve společnosti (MŠMT, 2010).

V rámci individuální perspektivy se zaměřujeme na **člověka jako jednotlivce** a jeho vztah k okolnímu světu. Zkoumají se podobnosti a odlišnosti mezi lidmi v projevech chování, rozdíly v prožívání, myšlení a jednání, stejně jako osobní vlastnosti každého jednotlivce. Vnitřní svět člověka je analyzován ve smyslu vnímání, prožívání, poznávání a posuzování skutečnosti, jak sebe sama, tak i ostatních lidí. To zahrnuje systém osobních hodnot, sebehodnocení a také stereotypy v posuzování druhých lidí. V neposlední řadě se věnujeme osobnímu rozvoji a schopnosti jednotlivce adaptovat se na životní změny (MŠMT, 2010).

### **Vzdělávací oblast Člověk a příroda**

**Biologie člověka** zahrnuje širokou škálu témat, která nám pomáhají porozumět lidskému tělu a jeho funkčnosti. Klíčovým tématem je anatomie a fyziologie, kde studujeme, jak spolu orgány a orgánové soustavy spolupracují. V rámci biologie člověka je také důležité zkoumání nemocí, úrazů a prevence. Toto téma zahrnuje analýzu příčin onemocnění, identifikaci příznaků a praktické zásady a postupy při léčení běžných nemocí. Prevence hraje klíčovou roli v minimalizaci rizik a udržení zdraví jedince. Posledním důležitým bodem je životní styl a jeho pozitivní či negativní dopad na zdraví. Zahrnuje to aspekty jako stravovací návyky, fyzická aktivita, spánek a další faktory, které mají vliv na životní styl a zdraví člověka (MŠMT, 2010).

#### 2.1.4 Průřezová témata

**Osobnostní a sociální výchova** se zabývá komplexním rozvojem jednotlivce v různých aspektech jeho života. V rámci osobnostního rozvoje se klade důraz na sebepoznání a sebepojetí, což zahrnuje procesy, při nichž jedinec lépe poznává a chápe sám sebe. Seberegulace a sebeorganizace pak představují klíčové dovednosti pro efektivní řízení vlastních činností a chování. Psychohygienu se zaměřuje na zachování psychické pohody a péči o duševní zdraví. V oblasti sociálního rozvoje se věnuje pozornost poznávacím schopnostem, které umožňují jedinci lépe chápat svět kolem sebe. Mezilidské vztahy jsou klíčovým prvkem sociálního rozvoje, a to jak v osobním, tak v profesním kontextu. Komunikace umožňuje efektivní interakci s ostatními. V rámci morálního rozvoje se věnuje rozvoji schopností řešení problémů a rozhodovacích dovedností. Téma hodnot, postojů a praktické etiky hraje rovněž významnou roli ve formování osobnosti a sociálního chování jedince (MŠMT, 2010).

Další důležitou oblastí je **mediální výchova**, která zdůrazňuje kritické čtení a vnímání mediálních sdělení. Jedinec se učí interpretovat vztah mezi mediálními sděleními a realitou a rozumět fungování a vlivu médií ve společnosti (MŠMT, 2010).

**Multikulturní výchova** se zaměřuje na porozumění kulturním diferencím, lidským vztahům, etnickému původu a principům multikulturalismu. Cílem této výchovy je podpora sociálního smíru a solidarity v multikulturní společnosti (MŠMT, 2010).

## 2.2 Sexuální výchova ve školních dokumentech

Při konkrétním začleňování sexuální výchovy do Školního vzdělávacího programu (ŠVP) vychází škola z platných Rámcových vzdělávacích programů (RVP). Téma sexuální výchovy se též začleňuje do Minimálního preventivního programu školy (MPP). V rámci MPP může škola zohlednit aktuální faktory nebo specifika, na které by měla být v oblasti sexuální výchovy zaměřena. Tím může být věnována větší pozornost klíčovým tématům, která vyplývají z konkrétních potřeb (MŠMT, 2010).

ŠVP a MPP by měly zohledňovat různé faktory, včetně regionálních specifíků (s důrazem na aktuální situaci v jednotlivých regionech a souvislost s příslušnými strategickými dokumenty, jako jsou koncepce krajů, měst a obcí), etnická, národnostní a náboženská

specifika. Je nezbytné zohlednit etnické a národnostní rozdíly a respektovat náboženská specifika, která ovlivňují odlišné pohledy na sexualitu. Tyto aspekty jsou podrobněji popsány v rámci průřezového tématu Multikulturní výchova uvedeného v RVP. Současně je důležité reflektovat rostoucí výskyt různých forem rizikového chování mezi žáky. Při přípravě preventivních opatření v oblasti sexuální výchovy je vhodné spolupracovat se školním metodikem prevence a přihlídnout k aktuálním problémům školy a jejího okolí. Rovněž je nutné brát v úvahu specifika spojená s atmosférou školy a dynamikou třídního kolektivu, včetně jeho složení a vzájemných vztahů (MŠMT, 2010).

### 2.2.1 Implementace sexuální výchovy do ŠVP

Sexuální výchovu lze začlenit do ŠVP několika způsoby, přičemž každý přístup nabízí unikátní možnosti pro integraci témat do výuky. Doporučení Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT) z roku 2010 uvádí následující přístupy:

- **Integrace do různých předmětů:** Témata sexuální výchovy mohou být začleněna do přírodopisu, tělesné či občanské výchovy, případně jiných předmětů.
- **Samostatný předmět:** Školy mohou zařadit sexuální výchovu do předmětu výchova ke zdraví nebo jiného předmětu podle ŠVP.
- **Kurzy a semináře:** Tato forma zahrnuje práci s pedagogickými pracovníky nebo externími lektory, kteří se specializují na sexuální výchovu.
- **Projektové dny:** Žáci získávají komplexní pohled na témata spojená se sexuálním zdravím prostřednictvím celodenních tematických projektů.

Při implementaci a následné realizaci sexuální výchovy je dle MŠMT (2010) nezbytné respektovat platné právní předpisy a další dokumenty, které přímo či nepřímo řeší otázky sexuální výchovy:

- **Úmluva o právech dítěte (1989)** zajišťuje právo dítěte na zdravý život, ochranu před sexuálním zneužíváním, s důrazem na informovanost o právech a sexuálním zdraví.
- **Školský zákon (561/2004 Sb.)** upravuje práva na kvalitní vzdělání, včetně sexuální výchovy a prevence sexuálního vykořisťování.
- **Trestní zákoník (40/2009 Sb.)** stanovuje tresty za sexuální zneužívání, nátlak a prostituci, chrání děti před sexuálním násilím.

- **Zákon o rodině (94/1963 Sb.)** řeší rodičovství a manželství, ovlivňuje výchovu dětí v sexuálním zdraví a mezilidských vztazích.
- **Antidiskriminační zákon (198/2009)** zakazuje diskriminaci na základě pohlaví, podporuje rovnost v sexuální výchově.
- **Zákon o registrovaném partnerství (115/2006 Sb.)** upravuje registrované partnerství, ovlivňuje práva dětí a vzdělávací programy o sexuální orientaci a genderové identitě.
- **Program Zdraví 21** (schválen v roce 2002, aktualizován 2007) definuje klíčové směry ke zlepšení zdraví obyvatel ČR. Zaměřuje se na vzdělávání, prevenci rizikového chování mládeže, včetně pohlavně přenosných nemocí, HIV/AIDS, a podporu reprodukčního zdraví ve školách.
- **Koncepce státní politiky pro děti a mládež (2007–2013)** zdůrazňuje prevenci, vzdělávání o zdravotních rizicích a rozvoj odpovědného přístupu k vlastnímu zdraví.
- **Národní strategie boje proti obchodování s lidmi (2008–2011)** klade důraz na prevenci a osvětu o rizicích spojených s obchodováním a prostitucí.
- **Národní strategie prevence násilí na dětech (2008–2018)** se zaměřuje na podporu rodičovských dovedností, partnerskou komunikaci a dostupnost zájmových aktivit pro děti.
- **Národní akční plán prevence násilí na dětech (2009–2010)** cílí na snížení počtu dětí ohrožených porozvodovými konflikty, zlepšení zdravotní péče pro oběti domácího násilí a zvýšení povědomí o komerčním sexuálním zneužívání.
- **Národní onkologický program ČR (2003)** podporuje prevenci nádorů ve školách, osvětu a snížení kouření, zejména u mládeže a žen.
- **Strategie prevence rizikového chování (2009–2012)** podporuje odolnost vůči stresu, samostatné rozhodování, prevenci návykových látek a zdravý životní styl.
- **Národní program HIV/AIDS (2008–2012)** klade důraz na prevenci pohlavně přenosných nemocí a začlenění této problematiky do školní výuky a přípravy učitelů.
- **Charta sexuálních a reprodukčních práv (1996)** zajišťuje právo na vzdělání o sexuálním zdraví, regulaci porodnosti a prevenci neplánovaných těhotenství.

## 3 Realizace sexuální výchovy ve škole

### 3.1 Role školy

Realizace sexuální výchovy ve školách je tématem, které vzbuzuje širokou diskusi a pozornost. Ve společnosti, kde se proměňují postoje k sexualitě a vzrůstá důraz na prevenci a povědomí o sexuálních otázkách, má vzdělávání v této oblasti klíčový význam. Školy se stávají důležitým místem, kde mohou mladí lidé získat relevantní informace, dovednosti a hodnoty týkající se sexuálního života. V této kapitole se zaměřím na různé aspekty a výzvy, které přináší realizace sexuální výchovy ve školním prostředí.

#### 3.1.1 Desatero realizace sexuální výchovy dle MŠMT

Podle MŠMT (2010) je při vyučování sexuální výchovy vhodné následovat "Desatero realizace sexuální výchovy". Toto desatero zahrnuje několik klíčových principů:

1. **Spolupráce školy s rodinou:** Zahrnuje informovanost rodičů, respektování etnických, národnostních, náboženských nebo sociálních specifík rodin, a další aspekty.
2. **Systémovost a provázanost:** Sexuální výchova by měla být součástí celkové koncepce ochrany a podpory zdraví ve škole. Je důležité, aby výchovné působení bylo systematické a jednotné napříč školním prostředím.
3. **Vědeckost:** Výuka by měla vycházet z aktuálních teoretických poznatků a výsledků oficiálních analýz a šetření.
4. **Princip důvěry žáků v učitele:** Důvěra je klíčovým aspektem při efektivním výchovně-vzdělávacím působení, zejména při práci s citlivými tématy.
5. **Koedukovanost:** Učitel by měl mít možnost využívat koedukace v sexuální výchově podle potřeby a možností školy.
6. **Etický přístup:** Zachování morálních zásad je klíčové v sexuální výchově.
7. **Komplexnost a harmonie:** Rozvíjení biologické, psychologické, sociální a etické složky sexuální výchovy souběžně.
8. **Osobnost učitele:** Osobnost učitele hraje důležitou roli v efektivní sexuální výchově.
9. **Přiměřenost:** Respektování biologické, psychické a sociální zralosti žáků s ohledem na jejich náboženskou příslušnost, rodinné hodnoty a další specifika.

10. **Citlivý postoj:** Vytváření neodsuzujícího a citlivého přístupu k sexualitě s cílem zachytit varovné signály rizikového chování a provádět včasnou intervenci.

### **3.1.2 Podmínky realizace sexuální výchovy**

Faktory, které ovlivňují realizaci sexuální výchovy, můžeme kategorizovat na dva typy, vnější a vnitřní. Vnější podmínky zahrnují materiální i nemateriální prostředky výuky, jako jsou didaktické pomůcky a systém vzdělávacího prostředí. Vnitřní skutečnosti pak představují biologický a psychický stav žáka.

#### **Vnější faktory – systém vzdělávacího prostředí**

Na realizaci sexuální výchovy ve škole se podílí celý tým pedagogických pracovníků. Velmi důležitá je koordinační činnost vedení školy, výchovného poradce, školního metodika prevence, koordinátora ŠVP, pedagogové vyučující sexuální výchovu a jsou-li na škole přítomni, tak i školní psycholog a školní speciální pedagog. Klíčovým prvkem úspěšného vedení sexuální výchovy je však osobnost pedagoga, který tuto výuku provádí (MŠMT, 2023).

V souladu s možnostmi školy by měl ředitel zajistit podmínky pro efektivní realizaci sexuální výchovy a pečlivě vybírat vyučujícího této problematiky, kterému bude umožňovat účast na odborných seminářích, kurzech a dalších vzdělávacích akcích. Školní metodik prevence by měl zohledňovat témata sexuální výchovy při koordinaci tvorby a kontroly minimálního preventivního programu školy. Školní metodik prevence doporučuje preventivní aktivity týkající se sexuálního zneužívání, rizikového sexuálního chování, HIV/AIDS, prostituce a obchodu s lidmi. Dále udržuje pedagogický tým v informovanosti o nejnovějších výzkumech a nových přístupech. Při koordinaci spolupracuje s orgány státní správy a samosprávy, zejména s Policií ČR a dalšími odbornými pracovišti nebo neziskovými organizacemi. V neposlední řadě spolupracuje s třídním učitelem a vyučujícími, kteří se zabývají tématy sexuální výchovy, při identifikaci varovných signálů spojených s podezřením na sexuální zneužívání a rizikové sexuální chování (MŠMT, 2010).

#### **Vnitřní faktory – vývojová etapa dospívání**

Období dospívání, ve kterém se žáci základního vzdělávání nacházejí, je fáze života, která je charakterizována nejen fyzickými změnami, ale také psychickým a sociálním

vývojem. Sexualita jedince se postupně rozvíjí v průběhu etap, které se vzájemně propojují a následují přirozeným způsobem. Porozumění těmto etapám je zásadní pro úspěšnou implementaci sexuální výchovy, jelikož umožňuje pedagogům lépe pochopit specifické potřeby a otázky, které se v této fázi vývoje vyskytují.

Macek (2003) rozděluje proces dospívání do tří fází. První je časná adolescence (10-13 let), následovaná střední adolescencí (14-16 let) a konečně pozdní adolescencí (17-20 let). Pro něj představuje tato období jakýsi most mezi dětstvím a dospělostí. Z vývojového hlediska toto období zahrnuje dokončení pohlavního dozrávání, fyzického a duševního rozvoje a též sociálního učení. Dospívající začíná hledat svou identitu a navazuje nové vztahy, buďto kamarádské nebo partnerské. Vágnerová (2005) také chápe dospívání jako přechodnou fázi mezi dětstvím a dospělostí, během níž dochází ke změně osobnosti na úrovni tělesné, duševní i sociální. Většina těchto změn je důsledkem biologických procesů, ale vždy jsou ovlivněny i psychickými a sociálními faktory. Jedinec často formuje svou individuální identitu ve společenství (například v rodině nebo mezi přáteli), což mu poskytuje pocit jistoty a sebevědomí. Věk mezi 11 a 15 lety označuje jako časnou adolescenci, zatímco věk mezi 15 a 20 lety označuje jako pozdní adolescenci. Šimíčková-Čížková (2003) operuje s názvy prepuberta, puberta a adolescence. S tímto členěním budu pracovat.

Během dospívání dochází k proměně osobnosti dospívajícího, která je spojena s výraznými fyzickými změnami v souvislosti s pohlavním dozráváním (Macek, 2003). Tyto změny vedou k rozvoji schopnosti hlubší reflexe vlastní identity a způsobu myšlení. Dospívající se stává více zaměřeným na sebe samého a hledá odpovědi na otázky ohledně minulosti, přítomnosti a budoucnosti, jako je otázka vlastního původu, identity, cílů a hodnot. Identita se formuje nejen vnitřně, ale také v interakci s ostatními lidmi, jako jsou rodiče, vrstevníci, učitelé a další významné osobnosti. Dospívající citlivě reaguje na chování svého okolí a zajímají ho názory lidí kolem něj, protože potřebuje zjistit, jak je vnímán ve vztahu k nim. Postupně se učí vyrovnávat své názory s okolním světem a buduje svou nezávislost ve vztahu k ostatním. Tato fáze zahrnuje také změnu způsobu myšlení, kdy mladí jedinci začínají být schopni abstraktního uvažování, a emocionální proměny, jež jsou podníceny hormonálními změnami. Kromě toho se dospívající začínají vzdalovat od rodiny,

vyvíjejí specifický životní styl a často končí školní docházku, což jim umožňuje přemýšlet o budoucnosti a profesních cílech. V této fázi je také výrazná potřeba nalézt emocionální akceptaci a najít své místo ve společnosti (Vágnerová, 2005). Dalším významným znakem je postupné zrání pohlavních žláz a spuštění jejich činnosti. Z biologického hlediska lze pozorovat zvýšenou aktivitu endokrinního systému během puberty, do kterého se zapojují nejen pohlavní žlázy, ale i hypofýza, štítná žláza a nadledvinky. Důležitou roli v tomto procesu hraje i centrální nervový systém. Činnost potních a mazových žláz postupně narůstá. První projevy puberty se mohou objevit již kolem deseti let věku, ale začátek se liší mezi dívkami a chlapci, přičemž u dívek začíná zhruba o dva roky dříve. Dívky v této fázi obvykle dosahují větší vyspělosti než chlapci, a to představuje pro učitele výzvu, protože toto období přináší nerovnosti mezi pohlavími. Na konci povinné školní docházky jsou dospívající plně schopni reprodukční funkce, a proto je důležité, aby byli informováni o rizicích předčasného pohlavního života (Machová a kol., 1998).

## **Sexualita**

Sexualita, jako jedna ze základních vlastností a potřeb člověka, má své fyziologické i psychologické složky a odráží se ve formě sexuálního chování. Je nedílnou součástí lidské osobnosti a je výsledkem dlouhodobého procesu evoluce. Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje sexualitu jako základní potřebu, která však má pro každého jedince individuální význam a měla by přinášet pocit štěstí. Sexualita plní nejen reprodukční, ale i rekreační funkci. Pohlavní role a sexuální chování jsou spíše kulturně podmíněné než biologicky dané, a sexualita se postupem času transformuje v lásku či erotické projevy. Normy týkající se sexuality jsou relativní a mění se s dobou (Burešová, 2017).

Vnímání vlastní sexuality se začíná utvářet již od raného dětství, především pod vlivem rodinného prostředí, v němž dítě vyrůstá. Ve školním věku pak dítě a mladý člověk vstupují do vztahů s opačným pohlavím, které se postupem času různorodě transformují. Ovlivnění postojů k sexualitě zároveň probíhá skrze edukaci v průběhu školní docházky a pod vlivem různých sociokulturních faktorů. Nepřehlédnutelným vlivem na postoj k sexualitě jsou též traumatické sexuální zkušenosti (Ježková a Jonášová, 2014).

Podle průzkumu provedeného agenturou NMS Market Research a spolkem Konsent (2003), 78 % dotázaných souhlasí s tvrzením, že sexuální výchova by měla mladé lidi

podpořit v tom, aby se o své sexualitě rozhodovali sami a měli z ní pozitivní zážitek; polovina z nich s tímto výrokiem rozhodně souhlasí. Naopak jen přibližně čtvrtina respondentů vnímá roli školní sexuální výchovy především jako prevenci proti rizikovému chování, před kterým je potřeba se chránit. ve škole

### **Psychosociální vývoj dětí související se sexualitou**

U většiny dospívajících začíná erotizace a projevy sexuální aktivity již v prepubertálním období (Machová a kol., 1998). V tomto období, přibližně ve věku 10-11 let, dochází k aktivaci pohlavních hormonů, které se projevují nejen v chování a fyzickém vývoji, ale také ve vnímání a rychlých změnách emocí. Kolem této věkové hranice začínají děti projevovat větší zájem o dospělou sexualitu a začínají si více představovat a fantazírovat o sexuálních tématech. Tento zájem je často podněcován médií, jako jsou knihy, filmy a seriály, ale může být také doprovázen rezervovanou reakcí, pokud dospělí pokusí se s dětmi diskutovat o sexualitě. Během této fáze se také mohou objevit první projevy romantických citů, kdy děti začínají trávit čas spolu a zkoušejí různé formy sblížení, jako je držení za ruce a polibky na tváře (Krišová, Poláčková, 2023).

Během puberty (12-15 let) dochází k nárůstu sexuální aktivity, což je často podněceno fyziologickými změnami. Formy sexuálního chování jsou ovlivněny výchovou, sociálním prostředím, morálními a kulturními normami (Machová a kol., 1998). Průměrný věk pro začátek první menstruace je kolem 12 let, zatímco první ejakulace se obvykle vyskytuje kolem 13 let. Frekvence masturbace může být vyšší než dříve. Je důležité přizpůsobit se svému „novému tělu“, přičemž se může objevit pocit trapnosti, nepohodlí a obavy ohledně toho, zda je jejich vývoj normální. Jsou citliví na názory ostatních a často jsou ovlivňováni svými vrstevníky a vrstevnicemi. Dále mohou pociťovat nejistotu ohledně své přitažlivosti pro potenciálního partnera nebo partnerku, zjišťují, kdo je přitahuje a jaká je jejich sexuální orientace. Vzájemně flirtují, zažívají první vztahy, sbírají zkušenosti s líbáním, mazlením a poprvé se mohou opravdu zamilovat (Krišová, Poláčková, 2023).

Na přechodu z puberty do postpuberty se objevují tzv. první romantické vztahy mezi jedinci, kteří hledají „duševního partnera“, s nímž by tvořili pár. Počátky těchto vztahů jsou charakterizovány tzv. předdotykovou fází, která je erotickou, ale nezahrnuje pohlavní styk a může trvat různě dlouho (Machová a kol., 1998).

Jonášová (2012) definuje čtyři vývojové fáze:

**První období**, trvající od narození do šesti let, představuje dobu, kdy dítě začíná objevovat svoji sexualitu. Přestože tuto fázi neprožívá kvalitativně stejně jako dospělí, vnímá příjemné impulzy, které zkoumá prostřednictvím sexuálních her a objevných zážitků.

**Druhé období**, od šesti do dvanácti let, dítě si začíná uvědomovat, že oblast genitálií patří do jakési intimity a stahuje se do soukromí.

**Třetí období**, mezi třinácti a patnácti lety, je charakterizováno prvními experimenty s masturbací. Dospívající začíná prožívat stud a může být problematické pro něj otevřeně komunikovat s dospělými.

**Čtvrté období**, od patnácti do šestnácti let, přináší schopnost mladých lidí zažívat plnohodnotnou dospělou sexualitu – intimní vztahy, sexuální reakce a komplexní sexuální vztahy.

### 3.1.3 Spolupráce školy s rodinou

Škola může pozorovat radostný nárůst kompetentních a vzdělaných pedagogů, kteří neustále prohlubují své znalosti o sexuální výchově prostřednictvím postgraduálního vzdělávání, přesto by primárním zdrojem sexuální výchovy neměli být vrstevníci nebo náhodně získávané informace, ale především rodina (Uzel, 2016).

Spolupráce školy s rodinou vychází ze školského zákona a zákona č. 94/1963 Sb., o rodině, ve znění pozdějších předpisů, kde jsou stanovena práva a povinnosti školy a zákonného zástupce ve vztahu k žákovi. Rodina hraje klíčovou roli při plnění cílů vzdělávání, a to i v oblasti sexuální výchovy. Počátek sexuální výchovy je v rodině, a škola by měla tuto rodinnou iniciativu respektovat, dále ji rozvíjet a prohlubovat. Škola a rodina spolupracují na naplňování cílů sexuální výchovy. Zde hraje rodina nezastupitelnou roli jako hlavní zprostředkovatel tzv. sociálního učení, kde žáci osvojují hodnoty, normy a pravidla chování. Škola by měla efektivně navazovat na rodinnou sexuální výchovu, přičemž je odpovědná za její rozšíření a prohloubení. Zákonný zástupce by měl být obeznámen s ŠVP dané základní školy a s koncepcí ochrany a podpory zdraví, včetně sexuální výchovy a její realizace. Spolupráce mezi školou a rodinou tak přispívá k celkovému vzdělávání žáků a formování jejich hodnotového základu (MŠMT, 2010).

Téma spolupráce mezi rodinou a školou v oblasti sexuální výchovy je důležité, avšak často není efektivní. Většina rodičů souhlasí s tím, že sexuální výchova má ve školách své místo, i když by měla být primárně zodpovědností rodiny. Existují rozdílné názory ohledně toho, zda by měla sexuální výchova začínat na prvním nebo až na druhém stupni základní školy. Někteří rodiče mají obavy z toho, jaká témata by se měla probírat s dětmi na prvním stupni. Většina rodičů chce být informována o obsahu sexuální výchovy, avšak školy je často neinformují. Zatímco ve školách se často zdůrazňuje puberta a rodičovství, rodiče by preferovali větší důraz na témata jako antikoncepce a prevence HIV/AIDS. Názory se také liší ohledně toho, kdo by měl s dětmi probírat témata sexuální výchovy, zda třídní učitel, odborník nebo externí specialista. Někteří učitelé prvního stupně nepovažují školu za hlavního poskytovatele sexuální výchovy (Sadková, 2018).

Problémy, které mohou nastat je nesoulad mezi rodinnou a školní výchovou, což pro učitele představuje úkol vychovávat současně děti i rodiče. Další riziko je spojené s počítačovou technikou, která kromě šíření dezinformací může umožnit sexuální trestnou činnost a zneužívání dětí a mladistvých, zejména využíváním falešné identity při online seznamování. Toto nebezpečí by mělo být řádně zdůrazněno při výchově rodičů i dětí (Uzel, 2016). Setkávání se se sexuálními obsahy online může být motivováno zvědavostí, touhou po učení a objevování vlastní sexuality a navazování prvních intimních vztahů. Rodiče by měli vytvářet otevřené prostředí, kde se děti a dospívající mohou bezpečně diskutovat o rizicích a výhodách internetu, včetně sexuálního obsahu. Omezení přístupu k internetu může částečně zabránit přístupu k sexuálním obsahům, ale zároveň může snížit schopnost dospívajících efektivně reagovat na negativní dopady. Je důležité vést dialog o tom, že sex na internetu může být zkreslený a že je důležité, aby se děti mohly svěřit rodičům, pokud se dostanou do rizikové situace (Lebedíková, 2023).

### **3.2 Role učitele**

Úlohou učitele je předat žákům znalosti a pomoci jim najít cestu k jejich cílům. Jejich práce by měla vést k naplnění jejich profesních aspirací a rozšíření obzorů a porozumění světu. Avšak učitel má také autoritu a vliv na životy a budoucnost studentů. Studenti často obdivují své učitele a mohou mít k nim silné vztahy, pokud mají charisma a vyvolávají u nich obdiv. Tyto interakce mohou pozitivně přispět k rozvoji studentů. Sexualita v interakci

mezi učitelem a žáky je přítomná. Tato síla může být efektivně využita nebo zneužita v rámci vzdělávacího procesu. Často v českém prostředí převažuje přesvědčení, že sexuální napětí mezi učiteli a studenty neexistuje. Nicméně, pokud učitel využije této situace k navázání romantického vztahu, jedná se o profesní etické selhání (Jarkovská, 2022).

Dle doporučení MŠMT (2010) se vyučující sexuální výchovy výrazně podílí na sociálním učení žáků, předává jim informace o citlivých tématech, poskytuje pomoc při řešení citlivých problémů a často musí řešit odlišné postoje rodin k sexuální výchově. Na to, jakou osobnost by měl pedagog mít existují obecné požadavky. Z výše uvedených důvodů je důležité, aby učitel sexuální výchovy:

- Byl dostatečně odborně vybavený a kvalifikovaný, zejména v oblasti didaktiky sexuální výchovy. Účastnil se seminářů v rámci dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků a průběžně se vzdělával v tématech sexuální výchovy, sledoval aktuální informace a bral v úvahu individuální potřeby žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.
- Byl pozitivně smýšlející, empatický, kolegiální, kreativní, schopný vést konstruktivní dialog a diskuzi, byl uznávaný ve školním prostředí.
- Znal příslušnou legislativu související s tématy sexuální výchovy.
- Spolupracoval s vedením školy a dalšími odborníky při tvorbě koncepce sexuální výchovy ve škole.
- Poskytoval radu a pomoc ostatním učitelům při práci s tématy sexuální výchovy.
- Spolupracoval s rodičovskou veřejností, vysvětloval potřebu a opodstatněnost sexuální výchovy a uměl efektivně komunikovat s rodinou v různých sociálních a kulturologických kontextech.
- Si byl vědom svých povinností v souvislosti s dohledem nad žáky, zejména v případě podezření na spáchání sexuálně motivovaného trestného činu.
- Zapojoval žáky do různých projektů a akcí, které přispívaly k preventivním cílům sexuální výchovy.
- Byl si vědom etických hranic osobních výpovědí a dbal na to, aby byl vzorem pro žáky, zejména v kontextu sexuality.

### **3.2.1 Příprava učitele na výuku**

Odborná příprava učitelů na výuku sexuální výchovy by měla zahrnovat širokou škálu témat a dovedností. Učitelé by měli být seznámeni s platnou legislativou a kurikulárními dokumenty, které upravují výuku, a mít znalosti o biologii reprodukce, menstruaci, těhotenství a antikoncepci, aby mohli poskytovat přesné informace. Dále by měli rozumět psychologickým a sociálním aspektům, jako jsou sexuální identita a mezilidské vztahy, a umět rozpoznávat případy sexuálního násilí a obtěžování. O sexuálních tématech by měli komunikovat citlivě a respektovat různé názory studentů. Učitelé by měli mít přístup k odborným zdrojům a metodikám, a také se věnovat sebepěči, aby zvládali emocionální a etické výzvy spojené s touto výukou (MŠMT, VÚP v Praze, 2009).

Příprava učitele na výuku zahrnuje několik základních kroků. Nejdříve je potřeba stanovit výukové cíle, aby bylo jasné, co by měli studenti po absolvování výuky umět nebo znát. Dále je nutné promyslet, jak motivovat studenty, a vybrat vhodné prostředky k tomu, aby se výuka stala pro ně zajímavou a přitažlivou. Poté je důležité vybrat typ a charakter činností, které budou ve výuce použity, a promyslet uspořádání učebny tak, aby odpovídalo formám výuky. Připravit pomůcky, které budou ve výuce využity, je dalším důležitým krokem. Nakonec je nutné rozhodnout o způsobu sledování pokroku a hodnocení výsledků učení žáků, aby bylo možné posoudit úspěšnost výuky a případně ji upravit pro další zlepšení (Kovaříková, Marádová, 2020). Nejen o těchto krocích budu informovat na následujících stránkách.

### **3.3 Didaktika sexuální výchovy**

Podle Skalkové (2007) se obecná didaktika zaměřuje na to, co se mají žáci učit a jaké poznatky, dovednosti či postoje by si měli osvojit. Rovněž se zabývá tím, jakým způsobem probíhá vyučování a učení, tedy samotným procesem, kterým si žáci dané obsahy osvojují. Obecná didaktika tak utváří obecný teoretický základ, který pak slouží jako východisko pro jednotlivé oborové didaktiky, tedy didaktiky zaměřené na konkrétní vyučovací předměty či oblasti vzdělávání. Jinými slovy, obecná didaktika poskytuje komplexní teorii a principy vzdělávání, které se dále rozpracovávají v rámci specifických oborových didaktik, jako je například didaktika sexuální výchovy.

### 3.3.1 Organizační formy výuky

Pojmem organizační forma výuky se rozumí uspořádání výukového procesu, což zahrnuje vytvořené prostředí a způsob organizace činnosti učitele a žáků během vyučování. Vzájemné propojení organizačních forem s vhodnými metodami je klíčové pro dosažení stanovených cílů v oblasti výuky (Kalhous, Obst, 2022 cit. podle Kovaříková, Marádová, 2020). Organizační forma je dle Kovaříkové a Marádové (2020) ovlivňována vnějšími podmínkami, tedy prostředím, kde se vyučovací jednotka odehrává. Řadí se sem klasická školní třída, specializovaná učebna, školní hřiště, přírodní prostředí či exkurze. Dále závisí na hledisku, s kým a jak učitel pracuje, kolik má žáků ve třídě, zda může přizpůsobit výuku individuálním potřebám nebo jestli funguje vzájemná spolupráce žáků.

Výuka sexuální výchovy využívá různé formy s cílem poskytnout studentům komplexní a relevantní informace, podporovat diskusi a reflektovat jejich vlastní pohledy na sexuální záležitosti. Kromě tradičních forem, jako je například hromadná výuka, kde převládá výklad učitele a následná diskuse se žáky, je dle MŠMT (2010) a Kovaříkové a Marádové (2020) doporučeno využívat následující formy výuky v oblasti sexuální výchovy:

- **Interaktivní práce mezi žáky:** Rozvoj komunikačních a sociálních dovedností je podporován interaktivními aktivitami, jako je řešení modelových situací a role-playing. Tyto přístupy pomáhají žákům osvojit si pozitivní vzory mezilidských vztahů, identifikovat rizikové situace a seznámit se s vhodnými postupy pro řešení problémů v oblasti zdraví a vztahů.
- **Projektová výuka:** Organizace projektových dnů, týdnů nebo školních a ročníkových projektů zaměřených na podporu zdraví, mezilidské vztahy, multikulturní toleranci a prevenci rizikového chování poskytuje příležitost k aktivnímu a praktickému zapojení žáků do výuky.
- **Vzdělávací programy externích subjektů:** Zařazení přednášek odborníků z praxe do komplexního plánu sexuální výchovy ve škole představuje efektivní způsob obohacení výuky. Diskuze s odborníky a interaktivní aktivity vedené externími lektory mohou přispět k aktualizaci obsahu a k hlubšímu porozumění probíraným tématům.

- **Exkurze:** Zařazení návštěv specializovaných zařízení, jako jsou kojenecké ústavy, speciální mateřské školy, gynekologická pracoviště a krizová centra, jako součást komplexního plánu sexuální výchovy ve škole. Hlavní funkcí exkurze je zejména propojení si teorie s praktickou zkušeností.
- **Metoda samostatné práce s informacemi:** Využití samostatné studijní činnosti v propojení s ostatními metodami, zahrnující vyhledávání informací, řízenou práci s odborným textem a médií s následnou zpětnou vazbou od učitele. Korigování informačních zdrojů, vyvracení mýtů a zkreslených informací, a upozorňování na rizika a možná nebezpečí.
- **Besedy a diskuze:** Otevřené a strukturované diskuse umožňují studentům sdílet své názory a dotazy na témata spojená se sexuální výchovou. Besedy mohou být vedeny odborníkem, učitelem nebo pozvaným hostem.
- **Skupinová a kooperativní výuka:** Práce ve skupině zlepšuje průběh učení, poskytuje dovednosti spolupráce v týmu a prohlubuje samostatnost a tvořivost žáků. Hry a skupinové aktivity mohou být použity k získání povědomí o sexuálních otázkách, podporovat týmovou spolupráci a posilovat vzájemnou důvěru. Mohou také pomoci studentům lépe porozumět aspektům komunikace a vzájemného respektu.

Většina škol praktikuje sexuální výchovu ve smíšených třídách. Nicméně je důležité, aby pedagogové měli na paměti, že chlapci a dívky mohou mít odlišné potřeby a zkušenosti. Proto je vhodné zařadit do výuky témata, která osloví obě pohlaví. Například, když se hovoří o menstruaci, těhotenství a oplodnění, je doporučeno začlenit následně témata relevantní pro obě pohlaví. Ideální je střídat témata nebo je propojit. Každá třída má své specifické potřeby, což znemožňuje jednotný přístup k výuce všech témat. Učitel by měl nejprve zjistit, které informace jsou pro konkrétní skupinu žáků relevantní. Vhodným nástrojem pro získání těchto poznatků může být dotazník, který umožní žákům vyjádřit jejich názory na výhody a nevýhody spojené s rolí chlapce nebo dívky. Odpovědi poskytují učitelům cenné informace o vnímání genderových rolí v daném věku, což mu umožní lépe přizpůsobit výuku potřebám třídy (Machová a kol., 1998).

### 3.3.2 Metody výuky

Správný výběr metody výuky je závislý na tom, jak bude vyučování efektivní. Dle Průchy, Walterové a Mareše (2003) je metoda výuky koordinovaný systém učebních aktivit žáků a vyučovací činnosti učitele, vedoucí k dosažení předem stanovených cílů výuky. V předmětu výchova ke zdraví, v rámci kterého se nejčastěji sexuální výchova vyučuje, je nutné respektovat pojetí tohoto předmětu jako výchovy, jejíž výsledky učení kladou důraz hlavně na afektivní cíle. V procesu vzdělávání by měl učitel uplatňovat aktivizační výukové metody, které podporují žáky v aktivním, vědomém a uvědoměném zpracování informací. Žáci tímto způsobem aktivně třídí data, integrují je do poznatkových struktur, provádějí analýzy, srovnávají a hodnotí informace. Tyto metody podporují rozvoj samostatnosti, tvořivosti a celkově přispívají k rozvoji osobnosti žáků (Kovaříková, Marádová, 2020).

Při sexuální výchově mohou být využívány různé metody, které pomáhají efektivně a respektujícím způsobem předávat informace a dovednosti. Kovaříková a Marádová (2020) využívají rozdělení:

- **Motivační metody:** Tyto metody slouží k podněcování a směřování zájmu a aktivity žáků. Mohou zahrnovat využití zajímavých příkladů, podnětných otázek nebo praktických cvičení, které posilují motivaci k učení. Patří sem metoda volného psaní, brainstorming, vyprávění, využití asociací a myšlenkových pochodů žáků či práce s pracovním listem.
- **Expoziční metody:** Zaměřují se na předávání učiva a poskytování informací. Přednášky, prezentace a výklad učitele jsou příklady expozičních metod, které přenášejí znalosti žákům.
- **Fixační metody:** Jsou zaměřeny na opakování, prohlubování a procvičování učiva. Zahrnují různé formy opakování, testování skupinovou diskusí, prací s textem, vedení dialogu, vizualizace, předvádění či napodobování učiva vedou k posílení zapamatování informací.
- **Diagnostické a klasifikační metody:** Tato skupina metod se soustředí na hodnocení výsledků učení. Průběžné testy, písemné práce a zkoušky slouží k posouzení pochopení a znalostí žáků.

- **Aplikační metody:** Metody umožňují žákům aplikovat osvojené učivo v praxi. Skupinové projekty, praktické cvičení nebo simulační didaktické hry jsou příklady aplikačních metod, které podporují praktickou aplikaci znalostí.

Každá forma a metoda výuky sexuální výchovy vyžaduje odpovědnou a pečlivě promyšlenou přípravu. Je klíčové respektovat zásady empatického a etického přístupu při vyučování a následně adekvátně reagovat na případné emoční reakce žáků. Při výběru výukového programu, který realizuje osoba, která není zaměstnancem školy, je důležité mít na vědomí odpovědnost školy za kvalitu vzdělávání a za dohled nad žáky (§ 164 školského zákona). Při výběru metod a forem výuky by měl vyučující brát v úvahu biologické a psychologické aspekty, což zahrnuje respektování věkových charakteristik žáků a zohlednění obecného zdravotního, biologického a psychologického kontextu sexuální výchovy. Dále by měl vzít v potaz sociální a etické hledisko, které zahrnuje existující vzory chování u žáků a jejich vztah k etickým normám společnosti. Důležité je také zohlednit pedagogicko-didaktický a zkušenostní přístup, což zahrnuje osvojování vzorců chování pro každodenní situace a jejich formování prostřednictvím cíleného pedagogického vedení (MŠMT, 2010).

Využití interaktivních metod výuky je však dle výzkumu Sadkové (2018) minimální a většinou se jedná o frontální přednášky s občasným použitím videoprojekce. Jen některé školy využívají externí programy a sexuální výchovu vyučují učitelé dle svého uvážení.

### 3.3.3 Didaktické pomůcky

Sexuální výchova patří mezi předměty, kde je vhodné použít rozmanité didaktické pomůcky, protože názornost zde hraje zásadní roli. Studentům usnadňují pochopení témat týkajících se sexuálního zdraví a reprodukce, a zároveň zvyšují efektivitu vzdělávacího procesu (Zormanová, 2017).

Janiš a Täubner (1999) rozdělují pomůcky využívané v sexuální výchově do dvou hlavních skupin: trojrozměrné názorné pomůcky, kam patří například kondomy, pesary, menstruační kalendáře a kalíšky nebo nitroděložní tělíška, a dvojrozměrné názorné pomůcky, jako jsou nástěnné obrazy, ilustrace, filmy či videozáznamy. Zormanová (2017) člení pomůcky na následovně:

- **Originální předměty:** Jedná se o předměty, které běžně užíváme, jako jsou kondomy mužské i ženské, nitroděložní tělíska, vložky, tampony, menstruační kalíšky, intimní mýdla, těhotenské či ovulační testy aj.
- **Předměty znázorňující skutečnost:** Modely pohlavní soustavy ženy a muže, obrazové materiály či videa vyobrazující proces oplození vajíčka spermií nebo vývoj plodu.
- **Textové prostředky:** Učebnice, pracovní sešity a listy, propagační letáky aj.
- **Pořady nebo programy:** Naučné filmy či počítačové programy.

Pro učitele je důležité, aby měli přístup k ověřeným a aktuálním informacím ohledně sexuální výchovy. Internet může být v tomto ohledu velmi užitečným zdrojem. Webové stránky jako ČT Edu, Otevřeno, Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovy, Konsent nebo metodický portál RVP.cz poskytují kvalitní a spolehlivý obsah zaměřený na sexuální výchovu a vztahovou problematiku. Tyto zdroje jsou vytvářeny odbornými pracovníky a obsahují informace o biologických, psychologických i sociálních aspektech lidské sexuality. Učitelé tak mohou získat potřebné vědomosti, najít inspiraci pro vedení výuky tohoto citlivého tématu a zároveň jim může výrazně usnadnit přípravu kvalitní a efektivní sexuální výchovy.

### 3.4 Témata výuky sexuální výchovy na druhém stupni ZŠ

Podle Täubnera a Janiše (1998) je důležité, aby pedagogové přizpůsobili svou výuku vzhledem k věku a individuálním charakteristikám každého dítěte.

Na prvním stupni by měli učitelé reagovat na podněty od žáků, kteří občas nepřímo zmiňují témata spojená se sexualitou, jež je zajímají. Učitelé by měli tyto momenty využít k zahájení diskuze a následně systematicky rozvíjet a doplňovat jejich znalosti. Dětem by měla být předána schopnost zodpovědně přistupovat ke svému chování, rozpoznávat potenciální nebezpečí a vědět, jak na ně správně reagovat. Součástí výuky by mělo být také osvojení základních pravidel společenského chování a pochopení významu rodiny a domova v jejich životě. Vedle základních informací o lidském těle, reprodukčních orgánech a psychologických či anatomicko-fyziologických aspektech sexuality by měly být děti vedeny k formování etických postojů k sexualitě a k vyhýbání se rizikovému sexuálnímu chování (Rašková, 2007).

Na druhém stupni základní školy se očekává, že žáci budou mít již předchozí znalost tematických okruhů sexuální výchovy z prvního stupně. Cílem na této úrovni je témata prohloubit a rozšířit. Začíná se s rozbořením struktury rodiny a rolí v ní obsažených. Jedním z počátečních témat by mělo být také seznámení se s problematikou sexuálního zneužívání. Postupně rozvíjíme povědomí o menstruaci i u chlapců. Další témata zahrnují partnerský život, manželství, přípravu na rodičovství, mužskou a ženskou anatomii, pohlavní změny a proces dospívání, hygienu. Na pokročilejší úrovni se probírají témata jako masturbace, ejakulace, stejnopohlavní vztahy a další. Učitel by měl mít plnou jistotu ve zpracování těchto témat a neměl by se cítit rozpačitě. Měl by mít připravené odpovědi na otázky, které mohou žáci položit, a prezentovat je jim s jasným a sebevědomým způsobem (Täubner, Janiš, 1998).

Dotazníkové šetření (Konsent z.s., Behavio, s.r.o., 2020) částečně odráží trendy, které jsou zmiňovány také v zahraničních studiích zaměřených na výuku sexuální výchovy v Evropě. Mezi hlavní problémy patří nevyvážené pokrytí témat, kdy se více pozornosti věnuje biologickým a negativním aspektům sexuality na úkor její pozitivní stránky. Navíc některá témata, která jsou v současné odborné debatě považována za klíčová (například problematika pornografie nebo souhlas), nejsou některými pedagogy vyučována, přestože si jsou vědomi jejich důležitosti.

### **Tematické celky**

Obsah sexuální výchovy byl vytvořen týmem odborníků, kteří upravili Minesotskou směrnici podle potřeb českého školství. Täubner a Janiš (1998) dělí obsah sexuální výchovy na druhém stupni do šesti tematických okruhů, které jsou následně podrobně rozvedeny do různých témat. Každé téma je přizpůsobeno věku žáků v jednotlivých ročnících.

Tematický okruh "**Člověk**" je prvním a základním pilířem sexuální výchovy, který se zabývá širokou škálou témat týkajících se lidského těla a jeho fyziologie. Jedním z klíčových témat je pohlavní zralost, která zahrnuje pochopení procesů souvisejících s dospíváním a vývojem reprodukčních orgánů. Dále se tento okruh zabývá rozmnožováním, což zahrnuje jak samotný proces těhotenství, tak i otázky související s antikoncepcí a prevencí nechtěných těhotenství. Dalším důležitým tématem je puberta, které je spojeno s fyzickými změnami v těle a rovněž se zde zkoumají otázky týkající se pohlavní identity a sebepojetí (Täubner, Janiš, 1998).

Druhý okruh, nazvaný "**Vztahy mezi lidmi**", se hlouběji zabývá různými formami mezilidských vztahů. Kromě rodinných vztahů, které jsou základem pro pochopení sociální dynamiky jedince, se v něm zkoumají i jiné důležité aspekty lidské interakce. Patří sem přátelství, které je klíčové pro budování sociální sítě a emoční podpory v životě jedince. Dále se věnuje tématu lásky a partnerství, kde jsou diskutovány různé formy partnerských vztahů a způsoby jejich budování a udržování. Důležitou součástí jsou i aspekty manželství a rodičovství, které přinášejí pochopení závazků a odpovědností spojených s budováním rodiny a péčí o potomstvo (Täubner, Janiš, 1998).

Třetí okruh, nazvaný "**Osobní dovednosti**", se zaměřuje na rozvoj dovedností a schopností potřebných pro efektivní navigaci v mezilidských vztazích a v každodenním životě. Zahrnuje pochopení a aplikaci morálních zásad a hodnot, které formují základ pro etické jednání a rozhodování. Dále se věnuje rozvoji dovedností v oblasti rozhodování, což zahrnuje schopnost kritického myšlení, posuzování situací a hledání optimálních řešení. Komunikace je dalším důležitým prvkem, který se zabývá schopností efektivně vyjadřovat své myšlenky a pocity, ale také schopností naslouchat a porozumět druhým. Zároveň se tato část věnuje dovednostem hledání pomoci v obtížných situacích a osvojování strategií, jak se vyrovnat se stresujícími situacemi a životními výzvami (Täubner, Janiš, 1998).

Čtvrtý tematický okruh, "**Sexuální chování**", je zaměřen na pochopení a zkoumání různých aspektů lidské sexuality a sexuálního chování. To zahrnuje nejen fyzické a emocionální aspekty sexuálního prožívání, ale také otázky související s osobními preferencemi a hranicemi. Tato témata mají pomoci studentům porozumět různým aspektům sexuální identity a sexualitě v různých životních fázích (Täubner, Janiš, 1998).

Pátý okruh, "**Sexuální zdraví**", se zabývá udržováním a podporou fyzického a psychického blaha spojeného se sexualitou. Zahrnuje prevenci sexuálně přenosných nemocí, informace o reprodukčním zdraví a zásady bezpečného sexu. Důraz je kladen také na problematiku sexuálního násilí, zneužívání a péči o plodnost a rozmnožování (Täubner, Janiš, 1998).

Posledním tematickým okruhem, "**Sex a kultura**", je zkoumání komplexního vztahu mezi sexuálními normami, hodnotami a kulturou. Zahrnuje analýzu genderových stereotypů a jejich vlivu na sexuální prožívání jednotlivců, stejně jako zkoumání různých forem

sexuální kriminality a sexuálních tabu. Důraz je kladen i na to, jak média a umění ovlivňují a formují naše vnímání sexuality a sexuálních vztahů v různých společenských kontextech (Täubner, Janiš, 1998).

### **Sexuální výchova v jednotlivých ročnících**

Kapitola se zaměřuje na strukturu a obsah sexuální výchovy na základních školách, přičemž vychází z doporučení a zásad uvedených v příručkách určených pro pedagogy. Tato příručka poskytuje možný návod pro implementaci sexuální výchovy, která je v souladu s nově schválenými i stávajícími kurikulárními dokumenty MŠMT ČR (MŠMT, VÚP v Praze, 2009).

V **6. ročníku ZŠ** se probírá psychické a sociální zdraví, včetně postavení mužů a žen v rodině, rolí členů rodiny, vlivu rodinného prostředí na rozvoj osobnosti a prevence asociálního chování. Dále se řeší vztahy mezi lidmi, komunikace, empatie, asertivita a výběr partnera. Žáci se učí o vlivu vrstevnické skupiny, klimatu třídy a školy, ochraně práv podle Úmluvy o právech dítěte a prevenci negativních jevů jako mobilstalking a kyberstalking. V oblasti fyzického zdraví se probírá hygiena, prevence sexuálního zneužívání, vliv návykových látek na sexuální chování, HIV/AIDS a bezpečné sexuální chování. Důraz je kladen i na sebepoznání a optimální reakce na dospívání (MŠMT, VÚP v Praze, 2009).

V **7. ročníku ZŠ** se probírá sociální a psychické zdraví, včetně komunikace v rodině, mezigeneračních rozdílů a vstupu do samostatného života, jako jsou potřeba vlastního bydlení a soukromí. Dále se řeší vztahy s vrstevníky, respektování odlišností, prevenci rizikového chování, rozvoj efektivní komunikace a výběr partnera, zahrnující přátelství, lásku a etické aspekty sexuálního chování. V oblasti fyzického zdraví se zaměřuje na plánované rodičovství, sexuální dospívání, intimní hygienu, sexuální orientaci a poruchy pohlavní identity. Probírá se i téma sexuálního probuzení, mýty o sexualitě, bezpečné chování, ochrana před manipulací a vliv návykových látek na sexualitu (MŠMT, VÚP v Praze, 2009).

V **8. ročníku ZŠ** se probírá psychické a sociální zdraví, včetně změn v životě rodiny (např. narození dítěte, nemoc, rozvod, ztráta zaměstnání, adopce) a podpora členů rodiny v krizových obdobích. Řeší se i konflikty v rodině a širším sociálním prostředí, etika vztahů, hodnotový systém, rozhodovací dovednosti a vztahy s vrstevníky. Dalšími tématy jsou

postoje k sexualitě, rizikové sexuální chování, sexuální orientace a promiskuita, sexuální zneužívání a legislativa týkající se sexuálního chování. V oblasti fyzického zdraví se probírá rozhodování v sexuálním chování, plánované rodičovství, metody antikoncepce, ochrana reprodukčního zdraví (prevence rakoviny prsu, děložního čípku), a prevence nemocí. Dále se zaměřuje na vliv médií na sexuální výchovu a životní styl (MŠMT, VÚP v Praze, 2009).

V **9. ročníku ZŠ** se výuka zaměřuje na psychické a sociální zdraví, přičemž se diskutují faktory ovlivňující stabilitu rodiny, jako jsou rodinné vztahy, krizové situace, a možnosti podpory prostřednictvím předmanželského a manželského poradenství, spolu s adaptací na životní změny. Důležitými tématy jsou také mezilidské vztahy, rovné příležitosti mužů a žen, efektivní komunikace, rozvoj osobních vlastností, schopnost rozhodování a formování osobních hodnot. V oblasti fyzického zdraví se probírá problematika předčasných těhotenství, nezletilých manželství a jejich důsledků, prevence týrání a zneužívání dětí, přenosných pohlavních nemocí včetně HIV/AIDS a rizikového sexuálního chování, jako je sexuální zneužívání, promiskuita, prostituce či pornografie. Výuka dále zahrnuje vliv návykových látek na sexuální chování, právní aspekty sexuality, problematiku poruch pohlavní identity a ochranu před manipulací ze strany médií a sekt. Součástí vzdělávání je také rozvíjení hodnot, etiky a kritického přístupu k mediálními sdělením v kontextu sexuální výchovy (MŠMT, VÚP v Praze, 2009).

## **Praktická část**

Začínám definováním charakteristik vybraného typu výzkumu, dále popisuji cíle výzkumu a formulaci výzkumných otázek. Poté se zabývám charakteristikou výzkumného vzorku, vysvětluji způsob a průběh sběru dat, a nakonec představuji metodu vyhodnocování a interpretace získaných informací.

## **4 Metodologie**

Můj vlastní výzkum je založen na kvalitativním přístupu, který jsem si zvolila především proto, že umožňuje podrobně zachytit detailní a subjektivní pohled na zkoumaný problém. Použití náslechu hodin spolu s následnými rozhovory s učiteli jako hlavními metodami sběru dat mi umožnilo hluboce porozumět zkoumanému tématu a flexibilně reagovat na průběh rozhovorů. Přestože moje studie zahrnuje menší počet respondentů ve srovnání s kvantitativními přístupy, osobní setkání mi poskytla lepší vhled do jejich postojů a umožnila hlubší pochopení této problematiky.

### **4.1 Kvalitativní výzkum**

Strauss a Corbinová (1999) definují kvalitativní výzkum jako metodu, která nepoužívá statistické analýzy nebo jiné kvantifikující postupy k dosažení výsledků. Švaříček a Šed'ová (2014) popisují kvalitativní přístup jako zkoumání jevů v jejich přirozeném prostředí. Kvalitativní analýza dat spočívá v hledání významových vztahů a spojování kategorií do logických celků.

Podle Hendla (2016) se kvalitativní výzkumníci, kam se řadím i já, zaměřují na sběr dat z pozorování, dokumentů či rozhovorů. Cílem rozhovoru je získat detailní informace o zkoumaném jevu. Kvalitativní výzkum umožňuje porozumění pohledu účastníků situace skrze otevřené otázky. Na rozdíl od toho kvantitativní výzkum využívá statistických metod a strukturovaného sběru dat pomocí dotazníků nebo testů s náhodně vybranými respondenty. Metodologie kvalitativního výzkumu je induktivní, zatímco kvantitativní metodologie je spíše deduktivní. Indukce je postavena na závěrech, které přesahují počáteční informace, zatímco dedukce začíná s hypotézami, které jsou ověřovány. Analýza kvalitativních dat nemusí vždy vést k induktivně vytvořené teorii, ačkoli někteří kvalitativní výzkumníci pracují s předem definovanými kategoriemi.

Hypotézy či teorie vytvořené v rámci kvalitativního výzkumu nejsou obecně platné, platí pouze pro vzorek, na kterém byla data získána (Švaříček, Šed'ová, 2014).

## 4.2 Výzkumný cíl

Cílem výzkumu je zmapovat a lépe pochopit přístupy učitelů k výuce sexuální výchovy na základních školách, se zaměřením na citlivost témat, výběr didaktických metod a vytváření bezpečného prostředí pro žáky. Diplomová práce analyzuje konkrétní didaktické postupy a přístupy využívané při výuce na základě pozorování hodin sexuální výchovy.

## 4.3 Výzkumné otázky

Představuji zde klíčové výzkumné otázky diplomové práce, zaměřené na analýzu přístupů učitelů k výuce sexuální výchovy a na podporu bezpečné atmosféry pro diskuzi o citlivých tématech. Otázky pomohou strukturovat sběr a analýzu dat a přispějí k lepšímu pochopení výzev, didaktických postupů a efektivity metod v této oblasti.

**První výzkumná otázka:** Jaké didaktické metody, výukové formy a materiály učitelé využívají při výuce sexuální výchovy a jaké metody používají k aktivnímu zapojení žáků?

**Druhá výzkumná otázka:** Jaké metody a aktivity učitelé používají k aktivnímu zapojení žáků do výuky sexuální výchovy?

**Třetí výzkumná otázka:** Jaká je připravenost učitelů na výuku sexuální výchovy z hlediska jejich odborné přípravy, školení a pedagogických zkušeností?

**Čtvrtá výzkumná otázka:** Jak učitelé reflektují specifika a citlivost tématu sexuální výchovy ve své pedagogické praxi a jaké výzvy a bariéry při výuce tohoto tématu vnímají a překonávají?

Ve své práci se zaměřím na analýzu různých aspektů výuky sexuální výchovy na základních školách a gymnáziích. Budu zkoumat, zda preferují tradiční metody, jako je výklad a diskuse, nebo zda využívají interaktivní formy, jako jsou skupinová práce, projekty a multimediální materiály. Zajímá mě, jaké vzdělávací a profesní kurzy absolvovali učitelé, zda se cítí být dobře připraveni a jaké mají zkušenosti s výukou tohoto citlivého tématu. Budu se věnovat tomu, jak učitelé reflektují specifika a citlivost tématu sexuální výchovy ve

své pedagogické praxi. Zároveň se zaměřím na výzvy a bariéry, které při výuce tohoto tématu vnímají, a jaké strategie používají k jejich překonání. Tato část bude zkoumat, jak učitelé reagují na citlivé otázky, které mohou být pro žáky tabuizované, a jak zajišťují otevřenou a bezpečnou atmosféru. Zaměřím se na metody, které učitelé využívají k aktivnímu zapojení žáků do výuky sexuální výchovy. Budu se věnovat různým technikám a přístupům, které podporují aktivní účast žáků, jako jsou diskuse, simulace, skupinová práce a další interaktivní metody, jež napomáhají žákům lépe porozumět probíraným tématům.

#### **4.4 Metoda sběru dat a jejich zpracování**

Při sběru dat pro tuto diplomovou práci bude využito více metod. Kombinace metod, které uvádím níže, mi umožní komplexně zmapovat a analyzovat didaktické přístupy ve výuce tohoto citlivého tématu. Systematický záznam a následná obsahová analýza získaných dat bude základem pro naplnění cílů mé diplomové práce.

1. Vytvoření záznamového archu, do kterého budu zaznamenávat pozorované jevy během následů hodin sexuální výchovy. Tento arch mi umožní systematicky zachytit relevantní didaktické aspekty výuky.
2. Realizace následů vybraných hodin sexuální výchovy. Přímé pozorování výuky mi poskytne cenná data o používaných metodách, formách, aktivitách žáků a dalších didaktických charakteristikách.
3. Provedení rozhovoru s vyučujícím po skončení pozorované hodiny. Rozhovor mi umožní získat hlubší vhled do reflektování a didaktického uvažování samotných učitelů.

**Pozorování** je dle Švaříčka a Šed'ové (2014) jednou z nejtěžších metod sběru dat v kvalitativním výzkumu. Základním typem je tzv. zúčastněné pozorování, které bylo použito v této práci. Jde o sledování aktivit přímo ve zkoumaném terénu, do kterých jsem se nijak nezapojovala. K této metodě jsem si vytvořila záznamový arch, který je také přílohou této práce. Do záznamového archu byly postupně zapisovány pozorované jevy. Použila jsem strukturované pozorování, zaměřené na hledání odpovědí týkajících se předem stanovených jevů.

**Polostrukturovaný rozhovor** se opírá o předem připravenou osnovu, které jsem se ale nedržela vždy striktně. Když jsme se s respondentem dostali k zajímavému tématu, které nebylo součástí mého původního plánu, rozhodla jsem se toho využít a nechala ho více se vyjádřit k jeho pocitům a názorům. Takové situace nám umožňují, aby se respondent rozpovídal o záležitostech, které nejsou přímo spojeny s hlavním zaměřením výzkumu. Díky těmto rozhovorům často získáme cenné doplňující informace a širší kontext, který napomáhá hlubšímu pochopení zkušeností dotazované osoby (Novotná a kol., 2020). Tento typ rozhovoru rovněž umožňuje flexibilně reagovat na individuální přístup každého respondenta, což přispívá k větší hloubce analýzy. Výhodou polostrukturovaného rozhovoru je možnost zaměřit se na detaily a klást otázky týkající se podrobností. Respondenti reagují okamžitě, aniž by si odpovědi předem promýšleli. Při rozhovorech máme také příležitost sledovat a analyzovat jejich řeč těla a mimické výrazy (Švaříček, Šed'ová, 2014).

#### **4.5 Charakteristika výzkumného vzorku**

Do mého výzkumného šetření se zapojili čtyři učitelé a čtyři třídy ze čtyř škol. Dvě z nich jsou základní školy a dvě všeobecná gymnázia. Výzkum proběhl ve městech s přibližně 10 000 a 20 000 obyvateli v Kraji Vysočina a Jihomoravském kraji.

Náslechy byly uskutečněny během června, října a listopadu roku 2024. Navštívila jsem celkem čtyři vyučovací hodiny devátých tříd základní školy a příslušných ročníků osmiletého gymnázia. Respondenty jsem seznámila s tím, že budou součástí mého výzkumu k diplomové práci. Uskutečnila jsem rozbor vyučovacích hodin a následně rozhovorů s pedagogy. Záznamový arch a otázky pro učitele jsem si připravila předem, otázky jsem učitelům kladla dle mého uvážení po hodině podle toho, jakým směrem se konverzace a reflexe hodiny ubírala. Délka rozhovorů s pedagogy činila zhruba 10 až 20 minut.

Zde uvádím základní údaje o jednotlivých respondentech, kterým jsem pro zachování anonymity v rámci práce změnila jména:

##### **Základní škola č. 1**

- Učitelka: Martina, 30 let, délka učitelské praxe činí 4 roky, sexuální výchovu učí 4. rokem, třídu učí 3. rokem, předmět: přírodopis
- Třída: 9.A, žákům je 14-15 let, ve třídě je dohromady 25 žáků (13 dívek, 12 chlapců)

### **Základní škola č. 2**

- Učitelka: Lucie, 44 let, délka učitelské praxe činí 13 let, sexuální výchovu učí 13. rokem, třídu učí 4. rokem, předmět: přírodopis
- Třída: 9.B, žákům je 14-15 let, ve třídě je dohromady 18 žáků (10 dívek, 8 chlapců)

### **Základní škola č. 3**

- Učitelka: Tereza, 26 let, délka učitelské praxe je 2 roky, sexuální výchovu učí 2. rokem, třídu učí 1. rokem, předmět: výchova ke zdraví
- Třída: 9.A, žákům je 14-15 let, ve třídě je dohromady 21 žáků (11 dívek, 10 chlapců)

### **Gymnázium**

- Učitelka: Vendula, 52 let, délka učitelské praxe je 22 let, sexuální výchovu učí asi 20. rokem, třídu učí 4. rokem, předmět: biologie
- Třída: kvarta, žákům je 14-15 let, ve třídě je dohromady 33 žáků (26 dívek, 7 chlapců)

## **4.6 Analýza a interpretace dat**

Analýza je zásadní vědecký postup, který využíváme hlavně ve fázi podrobného zkoumání určité otázky. Jejím výsledkem je logické uspořádání zkoumaných prvků a určení jejich vzájemných vztahů. Závěry analýzy vždy slouží jako podklad pro další diskuzi (Ochrana, 2019).

Data jsem analyzovala pomocí otevřeného kódování, přičemž jsem vycházela z principů zakotvené teorie (grounded theory). Tato teorie, která vznikla v 60. letech 20. století díky Barneyemu Glaserovi a Anselmu Straussovi, představuje metodu pro výzkum a analýzu dat (Hendl, 2016).

Veškeré rozhovory jsem měla nahrané na diktafonu a následně jsem je přepsala do textové podoby. Předběžnou představu o datech jsem si začala vytvářet již během přepisování rozhovorů, kdy jsem si všímala podobných či zajímavých tvrzení jednotlivých respondentů. Při prvním čtení jsem si barevně zvýrazňovala klíčová slova nebo věty a začínala označovat kódy, které se vztahovaly jak k mým výzkumným otázkám, tak k novým tématům, která se objevila jako relevantní. Následující čtení rozhovorů mi pomohlo s

tvorbou mentálních map, díky nimž jsem lépe propojovala jednotlivá témata a porozuměla vztahům mezi kódy. Závěrečnou fází mého výzkumu bylo stručně charakterizovat data získaná z mého vzorku a srovnat je s výsledky předchozích studií.

Při analýze nepracujeme pouze s daty z nahrávek, ale velmi cenné jsou i informace získané pozorováním (Novotná a kol., 2020). Z tohoto důvodu jsem často sledovala, jak respondenti na jednotlivé otázky reagují, nakolik jsou ochotni odpovídat, a kladla jsem doplňující otázky, aby mé poznatky nebyly jen pouhé domněnky. Výsledné schéma s klíčovými body pak posloužilo jako východisko pro závěry prezentované v diskuzi.

## 5 Výsledky výzkumu

### 5.1 Výzkumné šetření na jednotlivých školách

V této kapitole se zaměřím na výzkumné šetření, kde jsem sledovala výuku na téma sexuální výchovy a reprodukčního zdraví. Cílem této části bylo podrobně analyzovat různé výukové metody a přístupy učitelů, kteří se této problematice věnovali. V rámci šetření jsem navštívila několik škol a během vyučovacích hodin jsem sledovala nejen samotný průběh výuky, ale také interakci mezi učiteli a žáky, jejich zapojení a reakce na probíraná témata.

Popíšu konkrétní průběh hodin, které jsem pozorovala, a následně se zaměřím na reflexi těchto hodin. Reflexe zahrnují moje pozorování, reakce žáků na výukové metody, úroveň zapojení žáků do diskuzí a aktivit, ale i citlivost, s jakou učitelé přistupovali k tématům, která mohou být pro některé žáky citlivá. Součástí této kapitoly jsou i rozhovory s učitelkami, které probíhaly po vyučovací hodině. Tyto rozhovory mi poskytly cenný vhled do jejich pedagogických metod, motivace k výběru konkrétních aktivit a jejich pohledu na efektivitu výuky. Na základě těchto rozhovorů a pozorování budu dále vyhodnocovat, jaké přístupy byly pro tuto výuku nejvhodnější a jaký měly vliv na pochopení a zapojení žáků.

Cílem této kapitoly je nejen popsat samotný výzkum, ale také analyzovat, jak různé metody výuky ovlivnily výsledky a chování žáků, a jak se přístupy učitelů projeví v jejich schopnosti efektivně a citlivě předat důležité informace týkající se lidského těla a pohlavního zdraví.

#### **Základní škola č. 1, učitelka Martina, třída 9.A**

##### **Základní informace o hodině:**

- Datum a čas hodiny: 13:30-14:15, 3.6.2024 (pondělí)
- Ročník, třída a věk žáků: 9.A, věk je 14-15 let
- Počet přítomných žáků: 23 žáků (11 dívek, 12 chlapců)
- Téma hodiny: Rozmnožovací soustava ženy, menstruační cyklus

##### **Průběh vyučovací hodiny:**

Hodina byla zahájena aktivitou „Vím-tuším-nevím“, kdy učitelka rozdělila žáky do skupin a každé skupině rozdala kartičky s pojmy. Úkolem bylo roztrdit pojmy do tří sloupců

podle toho, zda si žáci byli pojmem jistí, měli o něm nějakou představu, nebo jej neznali. Následovala společná diskuze, kde skupiny prezentovaly své výsledky, a všichni probírali, co jednotlivé pojmy znamenají. Poté žáci pracovali s obrázky pohlavní soustavy ženy, ke kterým měli přiřadit pojmy z předchozí aktivity. Po dokončení úkolu učitelka s pomocí prezentace jednotlivé pojmy vysvětlila a žáci si zkontrolovaly správnost přiřazení. Následně žákům rozdala pracovní listy, které sloužily k doplnění zápisu společně s probíhající prezentací. V další části hodiny učitelka představila téma menstruačního cyklu. Žáci si nalepili stručný zápis do sešitu a společně prošli všechny fáze cyklu. Učitelka rovněž ukázala různé menstruační pomůcky, aby žáci získali představu o možnostech jejich využití. Na závěr hodiny proběhl kvíz s deseti otázkami, které sloužily k zopakování probraného tématu a ověření získaných znalostí žáků.

### **Reflexe hodiny:**

Hodina byla dobře strukturovaná a přinesla zajímavou kombinaci aktivit, které podpořily aktivní zapojení žáků i jejich porozumění novému tématu. Úvodní aktivita „Vím-tuším-nevím“ se ukázala jako skvělý způsob, jak zjistit počáteční znalosti a představy žáků o pohlavní soustavě ženy a zároveň umožnila každému studentovi reflektovat své vlastní znalosti. Tato aktivita nejenže stimulovala zvědavost žáků, ale také vytvořila prostor pro otevřenost a uvolněnou atmosféru, což bylo klíčové pro další průběh hodiny.

Skupinová práce podpořila komunikaci a spolupráci mezi žáky, což vedlo k efektivnímu sdílení znalostí třeba i pro žáky, kteří se styděli a nechtěli se před celou třídou zapojovat. Diskuze a následné přiřazování pojmů k obrázkům pohlavní soustavy pomohly propojit teoretické pojmy s vizuálními informacemi, což bylo pro žáky přínosné. Doplnění pojmů do pracovních listů umožnilo žákům postupně vytvářet vlastní strukturovaný zápis, což podpořilo jejich schopnost organizovat informace. Prezentace o pohlavní soustavě ženy a menstruačním cyklu byla zvládnuta s citlivým přístupem a učitelka poskytla srozumitelné vysvětlení každého pojmu či fáze cyklu. Představení menstruačních pomůcek žákům nabídlo praktický rozměr a otevřelo prostor pro případné otázky. Závěrečný kvíz byl efektivním způsobem, jak ověřit získané znalosti a zároveň žákům umožnit zopakovat si klíčové informace. Tento krok měl pozitivní dopad na upevnění učiva a umožnil žákům vidět, co se naučili a co ještě potřebují zlepšit.

Hodina probíhala v otevřené a přátelské atmosféře, kde byla patrná vysoká úroveň důvěry mezi učitelkou a žáky, což pozitivně ovlivnilo celkové zapojení žáků i jejich ochotu spolupracovat. Učitelka s žáky interagovala přibližně 47krát, aktivně obcházela skupiny a kladla otevřené otázky, čímž podporovala myšlení žáků a jejich samostatnost při tvorbě zápisu. Skupinová práce motivovala k zapojení většinu žáků, i když přibližně tři žáci zůstávali pasivní. Přesto se celkově více než polovina třídy aktivně účastnila a reagovala na otázky, přičemž učitelka nikoho nevyvolávala, což podpořilo otevřenější atmosféru. Pozitivně hodnotím učitelčin přístup k citlivému tématu – reagovala s profesionalitou a občas i s humorem, což pomohlo žákům překonat počáteční ostych a přistoupit k tématu otevřeně. Postupně se žáci uvolnili a dokázali diskutovat i o citlivějších pojmech, jako jsou "vagína" či "klitoris". Výukové metody, včetně ukázky menstruačních pomůcek, použití názorných obrázků, prezentace a pracovních listů, byly vhodně zvoleny k věku žáků i náročnosti tématu a podpořily jejich zájem i porozumění. Učitelčina příprava na hodinu byla důkladná a během výuky nevznikla žádná situace, kdy by si nevěděla rady nebo byla v rozpacích. Na konci hodiny dokázali žáci odpovědět na všechny otázky týkající se náplně hodiny, což svědčí o jejich pochopení látky. Celkově hodnotím průběh hodiny jako velmi zdařilý, přístup učitelky profesionální a citlivý k tématu i věku žáků. Pozitivně hodnotím propojení teoretických informací s vizuálními a interaktivními aktivitami.

### **Vyhodnocení rozhovoru:**

#### Podařená hodina sexuální výchovy

Učitelka klade důraz na to, aby každá hodina sexuální výchovy byla interaktivní a otevřená, což považuje za klíčové pro její úspěšnost. „*Podařená hodina sexuální výchovy by měla být respektující, interaktivní a taky edukativní.*“ vysvětluje Martina. Kromě poskytování vědecky podložených informací je také důležité vytvořit prostor pro aktivní zapojení žáků. Tento přístup pomáhá odstranit stud a bariéry, které mohou existovat při probírání citlivých témat, a motivuje žáky k otevřené diskuzi. Zároveň upozorňuje, že sexuální výchova by měla reflektovat nejen biologické, ale i emocionální a sociální aspekty sexuality, což činí hodiny komplexní a přínosné pro rozvoj celkového porozumění tématům.

### Komfort a připravenost na různé dotazy

Martina se cítí při výuce sexuální výchovy pohodlně, přesto však přiznává, že některé otázky od žáků mohou být nečekané nebo obtížné. I přesto klade velký důraz na otevřený a profesionální přístup, což umožňuje udržet respektující atmosféru ve třídě. „*Snažím se být připravená na různé dotazy a situace, které mohou nastat,*“ říká. Učitelka rovněž věří, že její mladší věk jí pomáhá být blíže žákům, což usnadňuje jejich otevřenost při diskuzi o intimních tématech. Podle ní žáci nejsou tak uzavření a cítí se s ní komfortněji, což ji motivuje k dalšímu vytváření prostoru, kde mohou bez obav klást otázky a vyjadřovat své názory.

### Uvolnění žáků a otevřenost k diskuzi

Martina podotýká, že i když někteří žáci začínají hodinu s ostychem a studem, většina z nich se postupně uvolní a začne se aktivně zapojovat. „*Většina žáků se po určitém čase uvolní a cítí se pohodlně při diskuzi o citlivých tématech,*“ říká učitelka. Tento proces podporuje nejen její otevřený přístup k diskuzi, ale také vytvoření bezpečného a respektujícího prostředí ve třídě. Když žáci vědí, že jejich názory a pocity budou respektovány a že mohou mluvit bez obav z odsouzení, jsou ochotnější se do diskuse zapojit, i když jde o témata, která by si jinak mohli nechat pro sebe. Tento přístup je klíčem k tomu, aby se vytvořila atmosféra, kde žáci cítí důvěru a bezpečí a mohou se otevřít.

### Dostatečné znalosti a dovednosti pro výuku

Martina má vysokou sebedůvěru ve své odborné znalosti a pedagogické dovednosti, ale zároveň si je vědoma, že oblast sexuální výchovy se neustále vyvíjí. „*Ano, myslím, že ano. Snažím se neustále rozšiřovat své znalosti.*“ Učitelka si uvědomuje, jak rychle se mění témata a přístupy, které jsou v této oblasti relevantní, a zdůrazňuje důležitost neustálého vzdělávání. Tento přístup jí umožňuje nejen reagovat na aktuální trendy, ale i předávat žákům moderní a relevantní informace, které jim mohou pomoci lépe se orientovat v reálném životě. Martina tím dokazuje, že i když má silné základy, je otevřená novým výzvám a ochotná se dále vzdělávat, aby svou výuku neustále zlepšovala.

### Výzvy při výuce sexuální výchovy

Jednou z největších výzev, které učitelka v sexuální výchově čelí, je vyvracení mýtů a nesprávných názorů žáků o sexualitě. „*Pokud se objeví nějaké mýty nebo nesprávné představy, snažím se je srozumitelně vyvrátit a dát k tomu vědecké vysvětlení,*“ říká Martina. Tuto výzvu se snaží překonávat pomocí otevřené diskuze a poskytování správných, vědecky podložených informací. Otevřená debata umožňuje žákům klást otázky a přicházet s pochybnostmi, které mohou mít, a učitelka se snaží tyto otázky vyvrátit srozumitelným a vědecky podloženým vysvětlením. Díky tomu se žáci mohou dozvědět fakta, která jsou pro ně klíčová pro správné rozhodování v otázkách, jako je antikoncepce, pohlavně přenosné nemoci nebo zdravé vztahy. Tento přístup nejen zlepšuje jejich znalosti, ale také podporuje jejich kritické myšlení a schopnost rozlišovat mezi mýty a fakty.

### Vytváření bezpečné atmosféry pro citlivá témata

Pro Martinu je klíčové vytvářet ve třídě bezpečné prostředí, které žákům umožňuje otevřeně mluvit o citlivých tématech. „*Důležité je, aby žáci věděli, že mohou bez obav mluvit o citlivých tématech, aniž by byli souzeni,*“ říká. V tomto ohledu považuje za užitečné anonymní formy zpětné vazby, otevřené otázky a jasně stanovené hranice, které všichni respektují. Tímto způsobem se žáci cítí v bezpečí a mohou se lépe zapojit do diskuze o tématech, která jsou často tabuizována, například o sexualitě, emocích, nebo vztazích.

Tento přístup vytváří důvěru a podporuje otevřenost žáků, což je klíčové pro úspěšnou výuku sexuální výchovy. Učitelka si uvědomuje, že pokud žáci nebudou mít možnost mluvit o důležitých tématech v bezpečném prostředí, mohou se obracet k neověřeným informacím nebo dokonce ignorovat své vlastní potřeby a pocity.

### Moje shrnutí

Rozhovor ukázal, že výuka sexuální výchovy je v 9. třídě dobře zvládnutá, pokud učitel přistupuje k tématu citlivě, s respektem a profesionalitou. Otevřený přístup, kombinovaný s vědeckými informacemi a bezpečným prostředím, umožňuje žákům cítit se uvolněně a připraveně diskutovat i o náročnějších tématech. Vytvoření takového prostředí podporuje žáky v aktivním zapojení a pomáhá jim rozvíjet správné a odpovědné postoje.

Výzvy, které při výuce nastávají, učitel překonává aktivním přístupem, neustálým vzděláváním a přípravou, aby mohl žákům poskytovat co nejlepší vzdělání.

### **Základní škola č. 2, učitelka Lucie, třída 9.A**

#### **Základní informace o hodině:**

- Datum a čas hodiny: 10:00 - 10:45, 14.11.2024 (čtvrtek)
- Ročník, třída a věk žáků: 9.B, věk je 14-15 let
- Počet přítomných žáků: 16 žáků (8 dívek, 8 chlapců)
- Téma hodiny: Rozmnožovací soustava ženy, menstruační cyklus

#### **Průběh vyučovací hodiny:**

Hodina na téma Rozmnožovací soustava muže byla připravena s cílem pomoci žákům osvojit si správné anatomické pojmenování částí mužského pohlavního ústrojí. Celkový průběh hodiny měl jasnou strukturu a postupně vedl žáky k dosažení tohoto cíle prostřednictvím různých metod, které byly navrženy tak, aby podpořily aktivní zapojení, porozumění a spolupráci mezi žáky.

Učitelka zahájila hodinu uvolněním atmosféry prostřednictvím diskuze o různých výrazech, které žáci používají pro pohlavní orgány. Tento krok měl nejen za cíl uvolnit napětí, ale také přinést vědomí o různých názorech a přístupech, které žáci k tomuto tématu mají. Tímto způsobem vytvořila otevřenou, bezpečnou atmosféru, ve které se žáci cítili pohodlně a byli ochotni se podělit o své názory a zkušenosti.

Následně žákům rozdala pracovní listy s třemi identickými obrázky rozmnožovací soustavy muže. První aktivita spočívala v tom, že žáci měli za úkol napsat vše, co o pohlavních orgánech vědí, a označit to na prvním obrázku. Tato aktivita sloužila k aktivaci jejich předchozích znalostí a podpořila reflexi o tom, co již žáci vědí a co by se rádi dozvěděli. Tento úvodní krok pomohl učitelce zjistit, jaké znalosti a představy žáci o daném tématu mají, a tím lépe přizpůsobit výklad následujícím částem hodiny.

Po této úvodní fázi následoval výklad učitelky, která detailně vysvětlila jednotlivé části mužské pohlavní soustavy, včetně jejich anatomických názvů a funkcí. Žáci během

tohoto výkladu doplňovali správné anatomické termíny na druhý obrázek. Učitelka během výkladu dbala na jasné a srozumitelné vysvětlení každého pojmu, což podporovalo pochopení nejen jednotlivých částí soustavy, ale i jejich vzájemné propojení. Aby byl výklad ještě více názorný a interaktivní, učitelka do hodiny zařadila video, které ukazovalo pohyb spermií. Tento vizuální materiál poskytl žákům lepší představu o tom, jak fungují procesy spojené s rozmnožováním, a pomohl propojit teoretické informace s reálnými biologickými procesy.

Na závěr hodiny si žáci doplnili všechny nově získané termíny na třetí obrázek, což bylo skvělé pro upevnění získaných znalostí. Tato aktivita sloužila nejen k zopakování informací, ale také k sebereflexi, protože žáci měli příležitost ověřit, zda správně pochopili, co se naučili. Učitelka podporovala žáky, aby se navzájem zkontrolovali a konzultovali své zápisky ve dvojicích. Tato spolupráce vedla k vzájemné podpoře a poskytla žákům možnost opravit případné chyby nebo si ujasnit nejasnosti.

Hodina byla mírně prodloužena, což umožnilo žákům dostatek času na dokončení všech úkolů. Tento flexibilní přístup ze strany učitelky byl výhodný, protože žáci mohli pracovat vlastním tempem a nebyli tlačeni časem, což vedlo k lepší kvalitě jejich práce a zapojení.

Celkově hodina probíhala v pozitivní a podpůrné atmosféře, kde byly kombinovány různé výukové metody – vizuální, praktické, diskuzní a kooperativní. Učitelka se ukázala jako citlivá k tématu a zvolila vhodné postupy, které žákům umožnily nejen osvojit si správné anatomické termíny, ale také porozumět funkci a významu jednotlivých částí mužské rozmnožovací soustavy. Výuka podporovala zapojení žáků, jejich samostatnost a aktivní spolupráci, což bylo klíčové pro dosažení výukového cíle.

### **Reflexe:**

Hodina, kterou jsem měla možnost pozorovat, byla velmi dobře strukturovaná a zaměřená na efektivní výuku. Pozornost byla věnována nejen odbornému obsahu, ale i výběru didaktických metod, přístupu učitelky k žákům, atmosféře ve třídě a zapojení žáků do výuky.

Učitelka použila kombinaci různých didaktických metod, které podporovaly aktivní zapojení žáků a jejich porozumění látce. Hodina byla dobře strukturovaná a obsahovala jasně stanovený cíl, kterého se podařilo dosáhnout prostřednictvím postupně gradujících aktivit. Úvodní část, kde se učitelka zaměřila na uvolnění atmosféry otevřenou diskuzí o používaných výrazech pro pohlavní orgány, byla velmi účinná. Tento přístup podpořil přirozený dialog a odboural případné počáteční zábrany u žáků, což považuji za důležitý aspekt při probírání citlivých témat, jakým je rozmnožovací soustava. Žáci mohli přemýšlet o tom, co už vědí, což je motivovalo k aktivní účasti na další výuce. Dále byla využita práce s obrázky, což pomohlo žákům propojit teoretické informace s vizuálním materiálem a usnadnilo pochopení složitějších pojmů. Rozdělení pracovního listu s třemi obrázky pohlavního ústrojí a postupné doplňování informací ukázalo promyšlený přístup k výuce. První fáze, kdy měli žáci zaznamenat své stávající znalosti, vytvořila prostor pro reflexi a sebehodnocení, což je důležité pro jejich zapojení do výuky. Výklad učitelky byl srozumitelný, obsahoval nejen anatomické výrazy, ale i širší kontext, což u žáků rozšířilo povědomí o souvislostech a přineslo jim praktické informace. Pozitivně hodnotím i využití vizuální pomůcky v podobě prezentace a videa. Tímto způsobem učitelka nejen oživila výklad, ale především podpořila názornost a hlubší porozumění látce. Na závěr hodiny si žáci ve dvojicích doplnili informace navzájem, což vedlo k zopakování a utvrzení nově nabytých znalostí. I když hodina skončila o pár minut později, čas navíc byl využit efektivně, což považuji za přínosné pro dosažení stanoveného cíle.

Učitelka vytvářela otevřenou a přátelskou atmosféru. Tato atmosféra byla podporována jejím klidným a respektujícím přístupem k žákům, což vedlo k tomu, že se žáci cítili pohodlně a otevřeně sdíleli své názory. Když žáci projevíli zájem nebo měli otázky, učitelka na ně reagovala trpělivě a srozumitelně. Během hodiny bylo patrné, že žáci důvěřují své učitelce a jsou ochotni se aktivně zapojit do výuky. Zapojovala se více než polovina třídy.

Celkově hodnotím hodinu jako velmi dobře připravenou, efektivní a přínosnou. Učitelka zvolila správné didaktické metody, udržovala pozitivní a otevřenou atmosféru a efektivně zapojovala žáky do výuky. Přístup k žákům byl profesionální, citlivý a motivující,

což vedlo k aktivní účasti žáků. Výběr pomůcek byl vhodný pro věk žáků i náročnost tématu a pomohl žákům lépe pochopit látku.

### **Vyhodnocení rozhovoru:**

#### Představa o podařené hodině sexuální výchovy

Učitelka zdůrazňuje, že kvalitní hodina sexuální výchovy by měla být založena na aktivním zapojení žáků: „*Rozhodně je to hodina, kdy jsou žáci aktivní. Diskutují, zapojují se do aktivit, jako je práce s textem nebo další interaktivní činnosti. Žáci by měli mít prostor sdílet své otázky a názory.*“ Tento přístup ukazuje, že Lucie vnímá participaci žáků jako klíčovou pro efektivní výuku, zejména v oblasti citlivých témat, kde je důležitá interakce a otevřená komunikace.

#### Připravenost, komfort a znalosti při výuce

Učitelka vyjadřuje vysokou míru sebedůvěry při vedení hodin sexuální výchovy, což je klíčové pro úspěšné zvládnutí této náročné pedagogické oblasti. „*Ano, cítím se komfortně. V hodinách panuje vzájemný respekt a zatím jsem se nesečkala s otázkou, na kterou bych nebyla schopná reagovat,*“ říká učitelka, čímž poukazuje na důležitost vlastního klidu a připravenosti. Její jistota a profesionalita nejen umožňují efektivně pracovat s citlivými tématy, ale také pomáhají budovat důvěru mezi ní a žáky. Tento pocit jistoty vytváří bezpečné prostředí, kde se žáci cítí podporováni a mají odvahu klást otázky nebo sdílet své názory, aniž by se obávali negativních reakcí. Otevřenost učitelky zároveň přispívá k tomu, že se žáci učí přijímat diskuzi o sexuálních tématech jako přirozenou součást svého vzdělávání a života. Sebedůvěra učitelky je zásadní také při řešení nečekaných situací nebo dotazů, které mohou být pro některé pedagogy obtížné. Tím, že učitelka dokáže přistupovat k těmto situacím s klidem a znalostmi, posiluje svou autoritu a ukazuje, že sexuální výchova je oblastí, kterou lze řešit věcně a beze strachu.

Učitelka hodnotí své znalosti jako dostatečné a uvádí rozsah témat, kterým se věnuje: „*Znalosti snad dostatečné mám. Pokud se budeme bavit o výuce přírodopisu, kdy je mým úkolem předat žákům teoretické poznatky o anatomii a fyziologii pohlavních orgánů muže a ženy...*“ Zmiňuje také význam aktuálních témat, jako je problematika LGBT, zneužití sociálních sítí nebo prevence sexuálního obtěžování a pornografie.

Kvalitní přípravu na výuku zajišťuje studiem odborné literatury, účastí na školeních a tvorbou vlastních materiálů: „*Připravuji se studiem odborné literatury, absolvováním školení a sdílením zkušeností s kolegy. Také si vytvářím vlastní materiály, jako jsou pracovní listy, pexeso nebo trimino.*“ Učitelka využívá široké spektrum pomůcek, které podporují vizualizaci a konkrétní představy: „*Používám interaktivní panely, učebnice schválené MŠMT, atlas anatomie, nástěnný obraz, videa nebo modely.*“ Tyto nástroje přispívají k přesnému a efektivnímu předávání informací.

### Reakce žáků a atmosféra ve třídě

Podle učitelky většina žáků reaguje na hodiny sexuální výchovy pozitivně a cítí se uvolněně: „*Většina ano.*“ Schopnost rozpoznat otevřenost žáků učitelka vysvětluje na základě jejich neverbální komunikace a aktivity: „*Podle jejich reakcí. Sleduji neverbální komunikaci, jako je řeč těla, a také četnost otázek a celkový zájem. Někteří se dokonce dopředu ptají, kdy se bude téma probírat.*“

Při práci s žáky, kteří mohou být při určitých tématech nesví, učitelka volí nenásilný přístup: „*Příliš je do vyjadřování netlačím. Plynule přecházím v písemný projev. V prvních hodinách předkládám faktický popis reprodukčních orgánů – snažím se vzbudit v žácích pocit, že komunikovat o sexu je zcela normální.*“ Tato strategie podporuje důvěru a umožňuje žákům postupně se adaptovat na téma.

### Hodnocení efektivity výuky

Učitelka efektivitu výuky hodnotí prostřednictvím písemných prací, diskuzí a her: „*Používám písemné práce, diskuze nebo hry jakožto splnění aktivity.*“ Sledování aplikace získaných znalostí v reálném životě učitelka neprovádí, ale vyjadřuje naději, že její hodiny povedou k pozitivním dopadům: „*Jen tajně doufám, že díky mé intervenci budou sexuálně zdrženlivější, partnera budou vybírat uvážlivěji, první sex budou plánovat s vědomím, že si na tento okamžik vzpomenou několikrát za svůj život...*“

### Výzvy při výuce sexuální výchovy

Učitelka považuje za největší výzvu osobnost vyučujícího: „*Největší výzva je kladena na osobnost vyučujícího, si myslím. Prožívá on sám zdravý sexuální život? Je schopen komunikovat o tématech, které výuka sexuální výchovy přináší?*“ Tento názor

naznačuje, že vyučující by měl být nejen odborně kompetentní, ale také emocionálně vyzrálý a schopný otevřeně přistupovat k často citlivým a komplexním tématům sexuální výchovy. Dále zdůrazňuje význam rodinného prostředí a roli rodičů při formování otevřeného přístupu k tématu.

### Vytváření bezpečné atmosféry

Pro vytvoření bezpečné atmosféry učitelka využívá otevřenou komunikaci a předávání faktů: „*Snáním se být otevřená, předávat fakta a netabuizovat. Vedu žáky k vzájemnému respektu nejen v hodinách, ale i při běžných situacích, jako jsou přestávky nebo školní výlety.*“ Učitelka vědomě buduje důvěru, která žákům umožňuje klást otázky a sdílet své názory, aniž by se obávali odsouzení nebo výsměchu. Vedení k respektu je důležité nejen při probírání sexuálních témat, ale i v každodenním životě třídy, například při řešení situací spojených s homofobními narážkami nebo stereotypy. Tím dává žákům jasně najevo, že vzájemná úcta a pochopení jsou zásadními hodnotami, které by měli uplatňovat nejen ve třídě, ale i v dalších mezilidských vztazích. Důraz na bezpečné prostředí je podporován také konkrétními organizačními opatřeními. Učitelka občas uspořádá hodiny mimo tradiční prostředí školních lavic, což napomáhá uvolněnější atmosféře a může podpořit zapojení i těch žáků, kteří se v běžné třídní dynamice cítí nesví. Diskrétnost je dalším klíčovým prvkem tohoto přístupu. Žáci mají jistotu, že jejich názory a otázky budou brány vážně a citlivě, což dále posiluje jejich ochotu aktivně se zapojit do diskuzí. Tento komplexní přístup k vytváření bezpečné atmosféry tak významně přispívá k efektivitě výuky sexuální výchovy.

### Moje shrnutí

Tento rozhovor ukazuje učitelčinu připravenost, sebedůvěru a schopnost adaptovat se na potřeby žáků. Důraz na respekt a bezpečné prostředí je klíčovým přístupem k výuce sexuální výchovy. Identifikované výzvy, jako je role rodiny a osobní zkušenosti učitele, nabízejí prostor pro další rozvoj a podporu této oblasti.

## **Základní škola č. 3, učitelka Tereza, třída 9.A**

### **Základní informace o hodině:**

- Datum a čas hodiny: 12:45-13:30, 8.11.2024 (pátek)
- Ročník, třída a věk žáků: 9.A, věk je 14-15 let
- Počet přítomných žáků: 19 žáků (9 dívek, 10 chlapců)
- Téma hodiny: Sexuální obtěžování

### **Průběh vyučovací hodiny:**

Hodina začala krátkým shrnutím předchozího tématu, kterým byl „Souhlas“. Tento úvod trval přibližně 3 minuty, během nichž učitelka zopakovala klíčové pojmy a koncepty, které byly probrány v minulých hodinách.

Hlavním tématem hodiny bylo „Sexuální obtěžování“. Učitelka začala hodinou aktivitou, ve které žáci napsali do sešitu vše, co je napadlo při slovním spojení „sexuální obtěžování“. Poté učitelka vyvolávala dobrovolníky, kteří sdíleli své poznatky s ostatními, a učitelka je zapisovala na tabuli. Tento krok probíhal velmi interaktivně, kdy učitelka i žákům pokládala doplňující otázky a vyvolávala diskuzi, aby se žáci více zaměřili na konkrétní aspekty tématu. V rámci diskuse se otevřelo téma „sexuální odchylky a nezvyklosti“, což podpořilo širší reflexi na dané téma.

Následovala skupinová aktivita, ve které každá skupina dostala text s příběhy, které se skutečně staly (zdroj: Konsent). Učitelka rozdělila žáky do čtyřčlenných skupin a na 5 minut jim poskytla čas na přečtení textu a vyhledání prvků sexuálního obtěžování v příbězích. Během této doby obcházela učitelka skupiny, kontrolovala jejich porozumění textu a doptávala se na případné nejasnosti. K diskusi v rámci jedné skupiny došlo na téma obtěžování mezi ženou a mužem versus mužem a ženou, což bylo obzvláště důležité pro vymezení genderových rozdílů v chápání obtěžování. Po přečtení textů měli žáci za úkol 1–2 větami shrnout obsah příběhu a následně vyjmenovat prvky sexuálního obtěžování. Žáci byli překvapeni, když zjistili, že sexuální obtěžování může probíhat již ve 3. třídě ZŠ, a také je zaujalo, že často i ženy obtěžují muže. Mezi dalšími zjištěními byla i reflexe mocenského postavení učitel–žák a mylné představy o oblečení obětí sexuálního obtěžování.

V další části hodiny učitelka rozdala každému žákovi tři lepicí papírky, na které měli odpovědět na otázky:

1. Co by se mělo dělat, aby se sexuální obtěžování vůbec nedělo?
2. Co dělat, když se mi někdo svěří?
3. Co dělat, když zažívám sexuální obtěžování?

Tato aktivita trvala přibližně 3–5 minut, v závislosti na rychlosti žáků. Každý žák napsal svou odpověď na papírek a nalepil ji na tabuli, kde učitelka zároveň rozdělila odpovědi do tří kategorií. Učitelka si poté pročetla odpovědi a diskutovala s žáky o jejich názorech. Tato část hodiny umožnila studentům zamyslet se nad tím, jaké kroky mohou být podniknuty pro prevenci a řešení sexuálního obtěžování.

Poslední aktivita spočívala v tom, že si žáci předělili papír napůl, kde na vrchu měli napsat věci, které se jim líbí, a dole věci, které se jim nelíbí. Tato aktivita byla anonymní, žáci své poznámky neodevzdávali. Učitelka na závěr položila otázky, které měly pomoci žákům identifikovat své osobní hranice: „*Vadí ti, když si nově příchozí žák po získání bodu ve volejbale chce s tebou plácnout? A co kdyby se chtěl obejmout?*“ nebo „*Vadí ti, když na tebe troubí auto, když jsi na procházce?*“. Tato cvičení pomohla žákům zamyslet se nad tím, co je pro ně v interakcích s ostatními přijatelný nebo nepřijatelný projev chování.

Na závěr hodiny, učitelka nestihla s žáky vytvořit krátký zápis do sešitu o tom, co je sexuální obtěžování a co si z hodiny odnesli. Tento zápis žáci dokončí při další hodině.

Hodina probíhala v otevřené a velmi interaktivní atmosféře, která umožnila žákům nejen reflektovat důležitost tématu sexuálního obtěžování, ale také se zamyslet nad vlastními zkušenostmi a hranicemi.

### **Reflexe:**

Hodina byla obsahově velmi bohatá. Oceňuji, jak učitelka kombinovala různé metody výuky, které podporovaly aktivní zapojení žáků a vedly k hlubší reflexi citlivého tématu. Aktivita, kdy žáci měli napsat vše, co je napadlo při pojmu „sexuální obtěžování“, byla skvělým úvodem do diskuze a umožnila učitelce zjistit, jaké představy mají žáci o tomto problému. Zajímavé bylo, že žáci dokázali velmi otevřeně diskutovat a sdílet své názory,

což ukazuje na dobrou atmosféru ve třídě. Do diskuze se zapojila více jak polovina třídy. Skupinová práce s příběhy o sexuálním obtěžování byla další silnou částí hodiny. Texty, které učitelka vybrala, byly reálné příběhy, což mělo silný dopad na žáky. Bylo zajímavé sledovat, jak žáci reagovali na skutečnost, že sexuální obtěžování může začít už v nižších ročnících základní školy a jak je tato realita překvapila. Nejvíce oceňuji, jak učitelka podporovala žáky při rozpoznávání vlastních hranic a diskutování o tom, co je pro ně přijatelné a co ne. Aktivita, kde žáci na papírek napsali, co se jim líbí a nelíbí, byla skvělá pro otevření diskuse o osobních hranicích a o respektování druhých. Také otázky ohledně nejednoznačných situací, jako je plácnutí nebo objímání, jim pomohly lépe definovat, co považují za přiměřený nebo nepřijatelný projev chování.

Hodina byla interaktivní a vytvořila prostor pro otevřenou diskuzi, což je u tak citlivého tématu zásadní. Střídání aktivit umožnilo neustálé zapojení žáků do hodiny. Učitelka se ukázala jako velmi citlivá k potřebám žáků, odpovídala na jejich otázky a podněcovala je k zamyšlení. Téma sexuálního obtěžování je důležité, a myslím si, že tato hodina byla velmi užitečná nejen z hlediska vzdělání, ale také pro podporu žáků ve formování jejich hodnot a postojů. Jedním z nedostatků bylo, že se kvůli časovým omezením nestihla vytvořit úplná souhrnná reflexe do sešitu, ale to lze snadno napravit při následující hodině, kdy si vlastně žáci zopakují probíranou látku.

Celkově hodnotím tuto hodinu jako velmi úspěšnou a věřím, že přinesla žákům cenné poznatky, které jim pomohou lépe porozumět a reagovat na problematiku sexuálního obtěžování.

### **Vyhodnocení rozhovoru:**

#### Klíčové prvky úspěšné hodiny

Úspěšná hodina sexuální výchovy by dle Terezy měla žákům předat praktické informace a vytvořit bezpečnou atmosféru, kde se mohou svobodně vyjadřovat. „*Snažím se vytvořit atmosféru, kde je otevřenost vítána, ale nikdo není k ničemu nucen,*“ uvedla. Zaměřuje se především na praktické otázky, jako je bezpečnost, antikoncepce a pohlavní nemoci, ale také na zdravé vztahy a prevenci manipulace. „*Jde mi o to, aby žáci věděli, jak se chránit nejen fyzicky, ale třeba i emocionálně.*“ Flexibilitu uplatňuje i v případě dotazů

mimo téma: „*Když žáci přijdou s otázkami mimo téma, snažím se je vždy vyslechnout a buď jim odpovím, nebo se k otázce vrátíme na konci hodiny ... nebo příště,*“ dodala. Tento přístup posiluje důvěru žáků a zvyšuje jejich ochotu se zapojit.

#### Učitelčina pohoda a reakce na situace

Učitelka uvedla, že se většinu času cítí komfortně, avšak přiznala, že se občas objeví momenty nejistoty, kdy není úplně přesvědčená, zda se i žáci cítí uvolněně. „*Jednou jsem byla v situaci, kdy jsem si nebyla jistá, jak se děti cítí, a trošku jsem se tím nechala znervóznit,*“ řekla Tereza. Taková situace ji vedla k tomu, aby se nad svým přístupem k hodinám sexuální výchovy znovu zamyslela, přičemž ji podpořil pozitivní postoj žákyně, která vyjádřila ochotu mluvit o tématech i veřejně. Tereza se snaží vytvořit prostředí, kde si žáci mohou zvolit, do jaké míry se chtějí do diskuze zapojit, a kde necítí nátlak na osobní sdílení. „*Snažím se dát najevo, že je v pořádku o těch věcech nemluvit, pokud nechtějí, nebo si mohou nechat otázky napsané na lístečcích a anonymně zhodnotíme,*“ vysvětlila. Pokud u některého žáka zaznamená, že se necítí komfortně, nabízí možnost osobní konzultace po hodině. Díky tomuto individuálnímu přístupu dokáže lépe odhadnout, jak jednotliví žáci vnímají probírané téma, a v případě potřeby přizpůsobit své metody. Dále využívá skupinové aktivity, při kterých žáci pracují v menších skupinách, často s blízkými kamarády, což pomáhá uvolnit atmosféru. Díky tomu se cítí lépe i ti, kteří se před celou třídou stydí vyjádřit, a nakonec se do diskuze zapojí přirozeněji.

#### Rozmanitost reakcí žáků

Reakce žáků na sexuální výchovu jsou velmi rozdílné a učitelka se setkává s různými přístupy žáků k probíraným tématům. „*Část žáků je naprosto otevřená a schopná diskutovat. Druhá část to má přesně naopak. Někteří žáci jsou otevření a opravdu se chtějí učit, ale jiní to berou na lehkou váhu, dělají si z toho srandu nebo jsou úplně uzavření.*“ Podle učitelky může být důvodem takového rozporuplného chování to, že si někteří žáci zatím plně neuvědomují důležitost probíraných témat: „*Myslím, že část z nich možná ještě nevnímá, jak to pro ně může být důležité v budoucnu, dokud to sami nezažijou.*“ Tento postřeh poukazuje na to, že pro některé žáky může být těžké propojit školní výuku s reálnými situacemi, které je mohou potkat až později v životě.

### Vzdělávání a příprava učitelky

Učitelka zdůraznila, že školení od organizace Konsent jí velmi pomohlo v přípravě na výuku: „*Hodně mi pomohlo celodenní školní od společnosti Konsent, na kterým jsem byla, ..., jinak bych v tomto ohledu nebyla připravená.*“ Tato školení jí poskytla znalosti a dovednosti potřebné k otevřené a efektivní výuce, a hlavně jak vytvořit respektující atmosféru ve třídě. Dále se učitelka snaží průběžně vzdělávat a sledovat nové výzkumy a trendy.

### Výzvy v oblasti sexuální výchovy

Jednou z největších výzev, se kterou se učitelka při výuce sexuální výchovy setkává, je práce s žákyní, která prochází genderovou problematikou. Tato situace vyžaduje citlivý přístup a schopnost přizpůsobit výuku tak, aby se tato žákyně cítila respektována a bezpečně začleněna do diskuse. Genderová identita a s ní spojené otázky mohou být pro některé žáky velmi osobní a komplikované. Proto je pro učitelku důležité zajistit, aby se téma sexuality a genderu neprobíralo pouze z jednoho úhlu pohledu, ale zahrnovalo širší spektrum zkušeností a identit, čímž by se podpořila inkluзивita ve třídě. Učitelka rovněž musí být připravena reagovat na možné reakce ostatních žáků, kteří mohou mít k těmto otázkám odlišné postoje. Je tedy kladeno důraz na citlivé vedení diskuse a vyvážený přístup, který pomůže žákům porozumět různorodým identitám a respektovat je. Jak Tereza sama říká: „*No a další výzvou je pro mě právě ta různorodost tříd, ve kterých každý reaguje jinak.*“ Tento aspekt výuky ukazuje, jak důležité je pracovat se žáky individuálně, aby se zajistilo, že všichni mají šanci se zapojit a vyjádřit své názory v respektujícím prostředí.

Učitelka se také vyjádřila o svém znepokojení týkajícím se žáků, kteří tuto problematiku berou na lehkou váhu, zejména ti, kteří mají v této oblasti nejméně vědomostí nebo kteří jsou ovlivněni zkreslenými informacemi. „*Trápí mě, že žáci, kteří to dle mého nejvíce potřebují a mají v tomto oboru nejmenší nebo zkreslené vědomosti, to berou na lehkou váhu,*“ uvedla. Tento výrok naznačuje potřebu lepší osvěty a přístupu k těmto tématům, aby se zajistilo, že všichni žáci budou dostatečně informováni a otevřeni k porozumění těmto citlivým otázkám.

### Budování bezpečné atmosféry ve třídě

Tereza při výuce klade velký důraz na vytvoření bezpečného a důvěrného prostředí, aby žáci mohli otevřeně diskutovat citlivá témata. „*Opakovaně připomínám, že všechno, co se v hodině probírá, zůstává důvěrné. A taky se snažím říct, že mi mohou klidně říct, pokud se jim něco nezdá, že se můžou projevit i oni.*“ Tento přístup nejen posiluje bezpečí během výuky, ale také podporuje vzájemnou důvěru mezi žáky a učitelkou. Pro ty, kdo se v hodině necítí komfortně, učitelka nabízí možnost zůstat zcela pasivní, jak podotýká. „*Dávám prostor na osobní rozhovory po hodině a vždy nabízím možnost mlčet, když se někdo necítí komfortně.*“ Tím umožňuje žákům projít hodinou vlastním tempem a zároveň jim dává možnost řešit osobní otázky mimo třídu.

### Důležitost tématu a jeho přesah do života

Kromě vytváření bezpečné atmosféry se učitelka snaží ukázat žákům hlubší význam tématu sexuální výchovy a jeho praktický dopad na jejich život. „*Vždy se snažím vysvětlit, proč je to důležité téma pro každého, a upozorňuji na důsledky, které může ta neinformovanost mít.*“ Učitelka se proto zaměřuje na to, aby si žáci dokázali představit konkrétní situace, ve kterých mohou tyto znalosti využít. „*...někdy nechám žáky sdílet své názory na bezpečí a důvěru ve vztazích, což jim pomáhá si uvědomit, že to není jen další předmět, ale něco, co se může týkat jejich životů.*“ Tento přístup pomáhá žákům lépe pochopit, že témata sexuální výchovy nejsou vzdálená jejich každodenním zkušenostem, ale mají přímý vliv na jejich vlastní životy a vztahy. Zároveň tím učitelka vytváří prostor pro reflexi a diskusi, což učiní výuku osobnější a propojenější s realitou žáků. Tento způsob výuky je zvláště cenný v oblasti sexuální výchovy, kde je důležité nejen předávat teoretické informace, ale také pomáhat žákům uvědomit si, jak mohou tyto informace aplikovat ve svých osobních zkušenostech.

### Moje shrnutí

Z rozhovoru vyplynulo, že úspěšná hodina sexuální výchovy by měla žákům nabídnout praktické informace a podpořit jejich aktivní zapojení. Učitelka se během výuky většinou cítí dobře, i když někdy váhá, zda se žáci cítí komfortně. Důležité je pro ni mít podporu otevřených žáků, kteří diskusi uvolňují, a absolvované školení, které jí pomohlo s

přípravou na tato citlivá témata. Hlavní výzvou je pro ni nezájem některých žáků, kteří probíraná témata zlehčují. Vytváření bezpečného prostředí podporuje možnosti pro žáky zůstat stranou, pokud se necítí dobře, a individuálním přístupem, který udržuje důvěru ve třídě. Rozhovor zdůraznil důležitost otevřeného a citlivého přístupu, stejně jako nutnost odborné přípravy a schopnosti reagovat na rozmanité potřeby žáků, což jsou klíčové prvky pro efektivní výuku sexuální výchovy.

### **Gymnázium, učitelka Vendula, třída kvarta**

#### **Základní informace o hodině:**

- Datum a čas hodiny: 8:10 - 8:55, 12. 11. 2024 (úterý)
- Ročník, třída a věk žáků: kvarta, věk je 14-15 let
- Počet přítomných žáků: 31 žáků (24 dívek, 7 chlapců)
- Téma hodiny: Antikoncepční metody

#### **Průběh vyučovací hodiny:**

Hodina byla zahájena organizačním sdělením, kdy učitelka informovala žáky o plánovaném písemném testu na příští hodinu, který bude zaměřen na anatomii a funkci rozmnožovací soustavy muže a ženy. Následně přistoupila k představení nového tématu, kterým byly antikoncepční metody.

V průběhu následujících 35 minut učitelka vedla převážně frontální výuku formou přednášky. Po celou dobu seděla za počítačem a žákům promítala předem připravenou prezentaci. Během této části hodiny žáci převážně zapisovali poznámky podle zobrazeného materiálu. Vysvětlila jednotlivé typy antikoncepce, zejména bariérové, hormonální a přirozené metody, a ke každé z těchto skupin jmenovala několik konkrétních příkladů. Kromě dotazu na základní definici antikoncepce, na který odpověděla jedna žákyně z přihlášených, neprobíhala ve třídě výraznější interakce. Učitelka kladla obecné otázky typu „Znáte to?“ nebo „Už jste o tom slyšeli?“, na které však nečekala odpovědi, což značně omezilo zapojení žáků. Přibližně 7 žáků se při dotazu na definici antikoncepce přihlásilo, avšak učitelka nevyužila příležitosti rozvinout diskusi nebo vyjasnit případné nejasnosti.

V posledních pěti minutách hodiny učitelka zadala jednoduchou aktivitu, která měla za cíl zjistit, co si žáci z přednášky zapamatovali. Požádala je, aby si na papír napsali tři nové informace, které je překvapily nebo jim z přednášky utkvěly v paměti. Poté vyzvala dobrovolníky, aby své odpovědi přečetli a krátce je shrnuli před třídou. Tato aktivita trvala přibližně 5 minut a byla jedinou formou zpětné vazby či aktivního zapojení žáků do výuky během celé hodiny.

### **Reflexe:**

Hodina měla převážně frontální charakter s minimální interakcí mezi učitelkou a žáky, což mohlo ovlivnit celkovou míru zapojení a pozornost třídy. Strukturálně hodina přinesla žákům potřebné informace a základní rozdělení antikoncepčních metod, nicméně nevyužila potenciál interaktivních metod či otevřené diskuze, které by podpořily hlubší porozumění nebo vyjasnění případných otázek.

Ačkoli byla prezentace vizuálně přitažlivá a obsahovala ilustrace jednotlivých metod, obohacení výuky o instruktážní videa by mohlo zvýšit názornost a pomoci žákům lépe si představit praktické aspekty používání antikoncepčních metod. Pro téma, jako je správné nasazení kondomu, je navíc video mnohdy efektivnější a vhodné zejména tehdy, když se vyučující necítí na přímé předvádění těchto kroků. Představení pomůcek, jako jsou kondomy, pesary nebo antikoncepční pilulky, by také mohlo podpořit zážitek a přiblížit žákům konkrétní produkty, což je užitečné pro jejich budoucí informovaná rozhodnutí.

Závěrečná aktivita s reflexí nových poznatků byla pozitivním prvkem, který nabídl možnost krátkého shrnutí, ale kvůli omezené časové dotaci a absenci strukturovanější diskuze se nezdála dostačující k podchycení komplexnější zpětné vazby.

### **Vyhodnocení rozhovoru:**

#### Představa o kvalitní hodině sexuální výchovy

Učitelka uvádí, že kvalitní hodina sexuální výchovy by měla přinést žákům především praktické znalosti a měla by umožnit otevřenou diskuzi. *„Úspěšná hodina sexuální výchovy by měla dát žákům hlavně praktické informace, které budou umět využít v životě. Měla by tam být otevřená diskuze, kde se můžou žáci zeptat na cokoli, co je zajímavé, aniž by se báli nebo cítili, že je někdo soudí,“* vysvětlila učitelka Vendula. Tímto přístupem

se snaží především podporovat přirozený zájem žáků o téma a vést je k uvědomění, že sexuální výchova není jen součástí učiva, ale že se přímo dotýká jejich osobního a společenského života.

#### Frontální výuka a hledání rovnováhy mezi přednáškou a interaktivitou

Učitelka se ve výuce spoléhá zejména na frontální přístup. „*Radši vedu tyto hodiny spíše formou přednášky. Myslím si, že je důležité, aby žáci získali spolehlivé informace, než co třeba čtou na těch internetech,*“ přiblížila Vendula s odkazem na to, že důvěryhodné informace považuje za klíčové pro jejich bezpečí a povědomí. Kvůli omezenému času i technickému vybavení přiznává, že někdy nemůže zařadit více interaktivních aktivit, i když by to považovala za přínosné. „*Někdy zařadím nějakou větší interaktivitu, ale mám pocit, že mě to spíš zdržuje. Je toho hodně k probrání.*“ Přesto se snaží najít rovnováhu mezi přednáškou a diskuzními aktivitami, aby žáci měli možnost aktivního zapojení.

#### Učitelčin komfort ve třídě: Jsem připravená na všechno?

Přestože se učitelka během hodin sexuální výchovy cítí většinou pohodlně, připouští, že ji některé situace mohou překvapit. „*Občas mi přijde, že se tváří tak, že by mohli školit oni mě,*“ uvedla s nadsázkou. Setkává se totiž s tím, že někteří žáci již mají informace, ať už z internetu nebo jiných zdrojů, které ji někdy překvapí. Přesto na tyto situace reaguje otevřeně a snaží se zachovat pozitivní atmosféru, kde žáci mohou bez obav klást otázky, aniž by byli vystaveni tlaku nebo strachu.

#### Jak otevřít diskuzi na citlivá témata?

Diskuze na citlivá témata je podle učitelky velmi individuální a závisí na konkrétní třídě. „*Samozřejmě chci, aby se na mě mohli obrátit s čímkoliv,*“ uvedla Vendula, přičemž zdůraznila, že přístup ke každému žákovi může být různý. „*Někteří žáci se ptají úplně bez ostychu, jiní vypadají, že by nejraději hodinu přetrpěli v tichosti.*“ Považuje za klíčové vytvořit prostředí, kde se všichni mohou vyjádřit, aniž by se obávali reakcí ostatních. „*A hlavně jim vždycky připomínám, že vše, co probereme, zůstává mezi námi, pokud se tedy nejedná o něco, co by mohlo naznačovat bezpečnostní riziko,*“ dodala Vendula, čímž se snaží podpořit důvěru ve třídě. Zároveň nechává na žácích, zda se zapojí aktivně, nebo zůstanou raději v pozadí.

## Sebehodnocení znalostí a dovedností

Učitelka se cítí v oblasti sexuální výchovy dostatečně vzdělaná, ale je si vědoma toho, že stále existuje prostor pro její další vzdělávání, zejména v souvislosti s moderními aspekty sexuality a novými přístupy. *„Myslím, že základy zvládám dobře, ale upřímně řečeno, častokrát bych uvítala ještě další školení. Informace se stále mění, a hlavně nové přístupy, třeba o bezpečnosti o na internetu, to se teprve učím začleňovat.“* Vendula zde upozornila na potřebu průběžného vzdělávání v této oblasti, kde se změny často odehrávají rychle a reagují na aktuální společenské problémy.

## Výzvy sexuální výchovy a cesty, jak je překonat

Za hlavní výzvu považuje učitelka nalezení rovnováhy mezi odborností a citlivostí při probírání těchto témat. *„Ne vždy je jednoduché odpovědět tak, aby to bylo odborné i citlivé zároveň,“* řekla. K překonání této výzvy se snaží být předem připravená a zvažovat otázky, které by žáky mohly zaskočit nebo vyvolat nepříjemné pocity. *„Snažím se dopředu přemýšlet o tom, co by mohlo být pro žáky nepříjemné nebo překvapivé, abych to mohla vysvětlit,“* dodala Vendula. Tento přístup jí pomáhá zvládat i nečekané dotazy a zajistit, aby komunikace ve třídě byla citlivá a zároveň věcná.

## Budování bezpečného prostředí pro diskuzi o intimních tématech

Klíčem k úspěšné výuce sexuální výchovy je podle učitelky vytvoření bezpečného prostředí. *„Na začátku hodin sexuální výchovy nastavím pravidla, říkám, že se ptáme bez posměšků a s respektem,“* zdůraznila. Dává také žákům možnost být během hodin pasivními posluchači, pokud se na aktivní zapojení necítí. *„Vždycky jim říkám, že můžou jen poslouchat a ptát se jenom když chtějí.“* Tímto přístupem se jí daří vytvářet důvěryhodnou atmosféru, kde se žáci cítí bezpečně a kde je téma sexuality vnímáno jako přirozené a důležité pro jejich životy.

## Moje shrnutí

Vendula zdůrazňuje důležitost poskytování praktických informací, které žákům pomohou v každodenním životě, a vytváření otevřené atmosféry pro diskuzi. Zaujala mě její schopnost vyvážit frontální výuku s individuálním přístupem k žákům, což ukazuje její flexibilitu v přístupu k výuce. Učitelka se velmi soustředí na to, aby žáci dostali spolehlivé

informace, což je zvláště důležité v oblasti, kde se často šíří mýty a dezinformace, například o antikoncepci nebo sexuálních nemocích. Oceňuji, že Vendula si je vědoma potřeby neustálého profesního rozvoje. Přiznala, že v některých oblastech, spíše modernějších tématech, cítí prostor pro zlepšení a další školení. Je vidět, že se snaží zůstat aktuální a relevantní pro žáky.

Celkově mi rozhovor potvrdil, jak náročná, ale zároveň i důležitá je role učitele sexuální výchovy. Vendula je velmi citlivá k potřebám žáků, ale zároveň si je vědoma, jak důležité je mít správné informace a vést výuku s respektem a odborností. Její přístup k výuce mi přijde velmi vyvážený a lidský. Na rozhovor jsme neměly moc času, ale důležité otázky do mého výzkumu jsem získala.

## **5.2 Odpovědi na výzkumné otázky**

Počet respondentů v tomto výzkumu byl relativně malý, avšak primárním cílem nebylo kvantitativní srovnání mezi různými školami. Hlavním záměrem bylo analyzovat a pochopit způsoby výuky sexuální výchovy vybraných učitelů, přičemž pozornost byla věnována výuce na druhém stupni v rámci předmětů přírodopis a výchova ke zdraví. V budoucnu by bylo možné rozšířit výzkum na více základních školách a porovnat přístupy k výuce sexuální výchovy v širším měřítku, což by mohlo přinést cenné poznatky o rozdílech v přístupu jednotlivých pedagogů i škol.

Výsledky této diplomové práce poukázaly na různé přístupy a strategie, které učitelé využívají při výuce sexuální výchovy, a zdůraznily jejich dopady na zapojení žáků a efektivitu výuky. Tato zjištění lze interpretovat jak z hlediska pedagogického přístupu, tak i z pohledu společenského významu sexuální výchovy.

### **Didaktické metody, výukové formy a materiály používané při sexuální výchově**

*Výzkumná otázka číslo 1: Jaké didaktické metody, výukové formy a materiály učitelé využívají při výuce sexuální výchovy?*

Učitelé na základních školách i gymnáziu přistupovali k výuce sexuální výchovy rozdílně, a to především v míře využití interaktivních a tradičních metod. Zatímco na základních školách dominovaly aktivity podporující zapojení žáků, na gymnáziu převládala frontální výklad, který omezoval interakci.

Na ZŠ 1 učitelka Martina kombinovala tradiční přístupy s interaktivními metodami. Používala například aktivitu „Vím-tuším-nevím“, která podporovala spolupráci a komunikaci mezi žáky. Praktické ukázky, jako například prezentace menstruačních pomůcek, napomáhaly žákům lépe pochopit souvislost probíraných témat s jejich každodenním životem. Tento přístup zvyšoval jejich zájem a umožňoval i zapojení ostýchavějších žáků. Martina se soustředila na podporu otevřených diskuzí, které byly založeny na znalostech a zkušenostech samotných žáků.

Na ZŠ 2 učitelka Lucie kladla velký důraz na vizualizaci a bezpečné prostředí ve třídě. Její hodina začala diskuzí o běžných výrazech používaných pro označení pohlavních orgánů, což sice zpočátku vyvolalo rozpaky, ale postupně přispělo ke ztrátě ostychu a k většímu zapojení žáků. Používala moderní pomůcky, jako jsou anatomické obrázky nebo videa o pohybu spermií, což udržovalo pozornost žáků a zlepšovalo jejich pochopení probíraných témat. Vizualizace v kombinaci s pracovními listy, které žáci vyplňovali ve dvojicích, umožňovala propojení teoretických znalostí s praktickým využitím.

Učitelka Tereza na ZŠ 3 stavěla svou výuku na analýze reálných příběhů o sexuálním obtěžování, a dále na anonymních otázkách, které podporovaly otevřenou komunikaci. Příběhy umožnily žákům lépe pochopit kontext a podnítily diskuzi o genderových rozdílech a problémech v jejich vlastním prostředí. Jak sama Tereza uvedla: „*Je fajn, že jim to alespoň ukáže tu realitu, že to nejsou jen abstraktní pojmy, ale že se to může týkat jich nebo lidí v okolí.*“ Použité materiály organizace Konsent přispívaly k realistickému zobrazení témat a pomáhaly žákům lépe pochopit, jak se dané problémy mohou týkat jejich vlastního života. Díky těmto metodám se žáci aktivně zapojovali a diskutovali o složitých otázkách, čímž se podpořilo jejich kritické myšlení. Dále v hodinách využívá možnosti anonymně se zeptat. Tento přístup umožňuje i méně aktivním žákům podílet se na hodinách, aniž by se obávali posměchu nebo odsouzení.

Na gymnáziu byla situace odlišná. Vendula preferovala tradiční metody, zejména frontální výuku a přednášky. Ačkoli tento přístup umožňoval systematické předání informací, omezoval interakci a aktivní zapojení žáků. Diskuze byly méně časté, což Vendula přičítala náročnosti učiva a potřebě pokrýt široké spektrum témat.

Srovnání přístupů ukazuje, že základní školy preferovaly interaktivních metod, vizualizace a bezpečného prostředí, což vedlo k vyšší míře zapojení žáků. Na ZŠ 1, ZŠ 2 a ZŠ 3 byly použity metody podporující spolupráci, diskuze a anonymitu, čímž se vytvořil prostor pro otevřenou komunikaci. Učitelky na těchto školách využívaly moderní pomůcky, jako jsou anatomické ilustrace, videa a příběhy z praxe, což přispělo k větší motivaci a porozumění žáků. Praktické aktivity, jako například práce s pracovními listy nebo ukázky menstruačních pomůcek, pomáhaly propojit teoretické znalosti s reálnými situacemi. Tyto metody nejen podporovaly pochopení učiva, ale také rozvíjely postoje žáků a jejich schopnost uplatnit získané znalosti v každodenním životě.

Na druhé straně gymnázium se zaměřovalo na předávání informací prostřednictvím přednášek a prezentací, což sice zajišťovalo strukturovaný přístup k výuce, ale neposkytovalo dostatek prostoru pro aktivní zapojení žáků ani pro reflexi citlivých témat.

Výsledky potvrzují, že interaktivní metody a praktické aktivity, podporované bezpečnou atmosférou, jsou klíčové pro efektivní výuku sexuální výchovy, zatímco tradiční metody mohou omezovat potenciál vzdělávání v této oblasti. Interaktivní přístupy umožňují aktivní zapojení žáků, podporují jejich kritické myšlení a reflexi nad probíranými tématy, což vede k hlubšímu pochopení a větší ochotě aplikovat získané znalosti v reálném životě. Tradiční metody naopak často postrádají prostor pro diskuzi a individuální reflexi, což může snižovat motivaci a zájem o probíranou látku (Rašková, 2011).

### **Strategie pro zapojení žáků do výuky sexuální výchovy**

*Výzkumná otázka číslo 2: Jaké metody a aktivity učitelé používají k aktivnímu zapojení žáků do výuky sexuální výchovy?*

Přístupy jednotlivých učitelek k zapojení žáků do výuky sexuální výchovy se výrazně lišily v závislosti na použitých metodách, atmosféře ve třídě a preferencích učitelky. Zatímco v této studii byly na základních školách upřednostňovány interaktivní metody, které podporovaly spolupráci a zapojení žáků, na gymnáziu dominoval tradiční přednáškový styl.

Na ZŠ 1 se učitelka Martina zaměřila na podporu spolupráce mezi žáky prostřednictvím skupinových aktivit, jako byla metoda „Vím-tuším-nevím“, která žákům umožnila sdílet znalosti a názory. Tato metoda nejen vytvářela uvolněnou atmosféru, ale

zároveň podporovala aktivitu i u méně zapojených žáků. Martina kladla důraz na diskuze, které vycházely ze znalostí žáků, což pomohlo prolomit bariéry a podpořilo kolektivní učení. „*Ptám se jich na názory, co už o tématu slyšeli, a to většinou rozproudí diskuzi.*“ Praktické pomůcky, jako například menstruační produkty, přispěly k lepšímu propojení teorie s každodenním životem, čímž zvyšovaly zájem žáků o téma.

Na ZŠ 2 učitelka Lucie vytvářela bezpečné prostředí, kde se žáci mohli bez ostychu ptát na citlivá témata. Hodinu začínala diskuzí o běžných výrazech používaných pro označení pohlavních orgánů, což zpočátku vyvolávalo rozpaky, ale následně podpořilo zapojení žáků. Důraz na vizualizaci prostřednictvím anatomických obrázků a videí výrazně přispěl k pochopení probírané látky. Práce ve dvojicích při vyplňování pracovních listů dále podpořila propojení teoretických znalostí s praktickými aplikacemi. Tento přístup kombinoval respekt k žákům s moderními výukovými metodami.

Tereza na ZŠ 3 využívala anonymní otázky a reálné příběhy, například o sexuálním obtěžování, k podpoře otevřené komunikace. „*Když vidí, že sexuální obtěžování není jen něco, co se děje dospělým, ale že se to může týkat i jich, začnou se více zapojovat a sdílet své názory.*“ Tato metoda umožnila žákům vyjádřit své názory bez obav z posměchu nebo odmítnutí. Anonymita a skupinové diskuze byly klíčové pro zapojení i těch žáků, kteří se jinak nezapojují. Materiály organizace Konsent, které Tereza zařazovala, nabízely realistické příklady, které motivovaly žáky k přemýšlení o tématech v kontextu jejich vlastních zkušeností. Tento přístup byl efektivní při reflexi hodnot a postojů žáků.

Na gymnáziu učitelka Vendula upřednostňovala frontální výuku zaměřenou na předávání faktických informací prostřednictvím přednášek a prezentací. Tento přístup sice umožňoval systematické pokrytí učiva, ale vedl k minimální interakci mezi žáky. Sama přiznává: „*Někdy zařadím nějakou větší interaktivitu, ale mám pocit, že mě to spíš zdržuje. Je toho hodně k probrání.*“ Chyběly skupinové aktivity i praktické pomůcky, což omezovalo názornost výuky. Atmosféra ve třídě nebyla vždy ideální pro diskuze o citlivých tématech, což mohlo přispět k pasivitě žáků.

Z hlediska interaktivity vynikaly ZŠ 1, ZŠ 2 a ZŠ 3, kde byly pravidelně využívány skupinové práce, diskuze a anonymní otázky. Tyto metody podporovaly aktivní zapojení žáků a jejich reflexi. Na gymnáziu však interaktivita chyběla, což vedlo k pasivnímu

přijímání informací. Pokud jde o podporu spolupráce, ZŠ 1 a ZŠ 3 ji začleňovaly prostřednictvím skupinových aktivit, zatímco na gymnáziu tento prvek zcela chyběl.

Výukové formy se lišily mezi školami. Zatímco na gymnáziu převažovala práce s celou třídou, na ZŠ 3 byla častěji zařazována skupinová práce. Tereza zdůrazňuje: „*Skupinovky pomáhají prolomit ledy. V menším kolektivu, před bližšími kamarády, se většinou uvolní, a nakonec se do diskuze zapojí i ti, kdo jsou jinak spíš zamlklí.*“ Na ZŠ 1 i ZŠ 3 panovala uvolněná atmosféra, která podporovala otevřenou diskusi, zatímco na gymnáziu byla výuka formálnější.

Bezpečné prostředí bylo klíčové zejména na ZŠ 2 a ZŠ 3, kde učitelky podporovaly otevřenou komunikaci prostřednictvím anonymních otázek a diskuzí. Vendula na gymnáziu tento aspekt výuky explicitně nezdůrazňovala, což mohlo přispět k menšímu zapojení žáků do citlivých témat. Pokud jde o praktické pomůcky a vizualizaci, ZŠ 2 se osvědčila v používání moderních materiálů, jako jsou anatomické obrázky a videa, zatímco na ZŠ 1 byly využívány praktické ukázky menstruačních produktů. Tyto nástroje přispívaly k lepšímu pochopení a udržení zájmu žáků. Na gymnáziu však vizualizace i praktické aktivity chyběly, což mohlo snížit účinnost výuky. Reflexe a zpětná vazba byly zařazovány na konci hodin. Na ZŠ 1 učitelka Martina používala krátké kvízy, které žákům umožnily ověřit si, co se naučili. Na ZŠ 2 Lucie dbala na to, aby žáci mohli porovnat své výsledky ve dvojicích, což vedlo k opravám chyb a upevnění znalostí. Na gymnáziu zadala učitelka Vendula aktivitu, při které žáci napsali tři nové informace, které si z hodiny zapamatovali. Tato metoda však na rozdíl od ZŠ nevedla k větší interakci mezi žáky.

Celkové výsledky ukazují, že základní školy aplikovaly moderní, participativní metody, které vedly k aktivnějšímu zapojení žáků, jejich reflexi a hlubšímu pochopení látky. Naproti tomu gymnázium se zaměřovalo na formální přístupy, které sice zajistily systematickosti, ale postrádaly interaktivní a praktické prvky, jež by podpořily aktivní učení a zapojení žáků. Tento kontrast zdůrazňuje význam přizpůsobení výukových metod potřebám a charakteristikám žáků v různých vzdělávacích kontextech.

### **Přípravenost učitelů na výuku sexuální výchovy: Vzdělání a zkušenosti**

*Výzkumná otázka číslo 3: Jaká je připravenost učitelů na výuku sexuální výchovy z hlediska jejich odborné přípravy, školení a pedagogických zkušeností?*

Přípravenost učitelek na výuku sexuální výchovy se lišila podle délky jejich pedagogické praxe, přístupu k dalšímu vzdělávání a schopnosti začlenit moderní témata. Zatímco některé učitelky kladly důraz na pravidelnou aktualizaci svých znalostí a tvorbu vlastních materiálů, jiné spoléhaly více na své dlouholeté zkušenosti.

Učitelka Martina na ZŠ 1 stavěla především na své dlouholeté pedagogické praxi, kterou doplňovala školeními. Její příprava se však zaměřovala zejména na tradiční témata, což se projevilo v omezeném pokrytí moderních problémů, které řešily ostatní učitelky. Přesto byly její metody v tradičních oblastech efektivní, zejména díky kombinaci osvědčených přístupů a zkušeností. Martina využívala standardní materiály a metody, které podporovaly kolektivní učení a interakci mezi žáky, avšak chyběl důraz na aktuálnost výuky.

Specifickým příkladem připravenosti je přístup učitelky Lucie ze ZŠ 2, která zdůrazňuje důležitost neustálé přípravy a práce na své odbornosti. „*Připravuji se studiem odborné literatury, absolvováním školení a sdílením zkušeností s kolegy. Také si vytvářím vlastní materiály, jako jsou pracovní listy, pexeso nebo trimino,*“ uvádí Lucie, čímž ilustruje svou snahu zajistit moderní a efektivní výuku. Vedle toho používá širokou škálu pomůcek, například interaktivní panely, atlas anatomie, videa a modely, což vhodným využitím vizualizace podporuje porozumění u žáků. Lucie zároveň zdůrazňuje důležitost připravenosti na práci s různorodými tématy, včetně aktuálních otázek, jako je prevence zneužívání sociálních sítí nebo problematika LGBTQ+. Uvedla: „*Ano, cítím se komfortně. V hodinách panuje vzájemný respekt a zatím jsem se nesetkala s otázkou, na kterou bych nebyla schopná reagovat.*“ Tato sebedůvěra pramení nejen z její odbornosti, ale i z jejích schopností vytvořit bezpečné prostředí pro diskuzi a zapojení žáků. Přesto si je vědoma toho, že některá témata, například problematika pornografie, mohou být pro žáky obtížná a vyžadují obzvláštní citlivost při jejich probírání.

Tereza na ZŠ 3, s kratší pedagogickou praxí, představovala příklad učitelky, která se intenzivně vzdělávala a zapojovala do aktuálních témat. Díky školením organizace Konsent získala jistotu při práci s problematikou genderové diverzity a dalších moderních témat. Její ochota učit se a přizpůsobovat moderním požadavkům byla významným přínosem pro její výuku. Přestože neměla takové zkušenosti jako její kolegyně s delší praxí, její otevřenost k dalšímu vzdělávání a začlenění nových přístupů ji zařazovala mezi progresivnější učitele.

Vendula na gymnázium, která měla za sebou 22 let praxe, spoléhala především na své zkušenosti a tradiční metody výuky. Sama k tomu uvedla: „*Raději vedu hodiny spíše formou přednášky, aby žáci získali spolehlivé a ucelené informace.*“ Tento přístup byl efektivní při systematickém předávání faktických informací, avšak méně podporoval reflexi a interakci se žáky. Vendulin důraz na přednáškovou výuku omezoval možnosti zapojení žáků do aktivní diskuze, což se projevovalo v nižší dynamice hodin. Moderní témata, jako je prevence kybernetické bezpečnosti, pro ni představovala výzvu, přičemž přiznala nejistotu při jejich zařazování do výuky. „*Informace se stále mění, a hlavně nové přístupy, třeba o bezpečnosti na internetu, to se teprve učím začleňovat*“, uvedla učitelka Vendula.

Srovnání ukazuje, že učitelky s kratší praxí, jako Lucie a Tereza, kladly větší důraz na další vzdělávání a modernizaci výuky. Tyto učitelky aktivně integrovaly moderní témata, což jim umožnilo lépe reagovat na potřeby žáků a aktuální společenské výzvy. Naproti tomu Martina a Vendula, spoléhající více na své zkušenosti, byly méně adaptabilní na nové trendy a jejich výuka se soustředila především na tradiční aspekty sexuální výchovy. Tento kontrast zdůrazňuje význam kontinuálního vzdělávání a tvorby moderních výukových materiálů, které mohou učitelům pomoci efektivně pokrývat i aktuální témata. Rozdíly mezi jednotlivými přístupy rovněž ukazují na potřebu systémové podpory, která by učitelům umožnila snadnější přístup k odborným školením a zdrojům pro výuku aktuálních témat, což je klíčové pro zajištění relevantní a efektivní sexuální výchovy na všech úrovních vzdělávání.

### **Reflexe citlivých témat v sexuální výchově: Výzvy a překonávání bariér**

*Výzkumná otázka číslo 4: Jak učitelé reflektují specifika a citlivost tématu sexuální výchovy a jaké výzvy a bariéry vnímají?*

Reflexe citlivých témat a vytvoření respektujícího prostředí představují klíčové aspekty efektivní výuky sexuální výchovy, což se jasně projevilo v přístupech sledovaných učitelek. Přestože se všechny snažily přizpůsobit výuku specifikům svých tříd, jejich schopnost vytvořit atmosféru podporující otevřenou komunikaci a reflektovat citlivé otázky se lišila v závislosti na metodách a prostředí.

Na ZŠ 1 Martina využívala předsudků a mylných představ žáků jako příležitostí k otevřené diskuzi. Setkávala se například s nesprávnými názory na menstruaci, které

využívala k edukaci a podporovala kritické myšlení. Diskuze vycházející z každodenních zkušeností žáků přispívaly k vytváření respektující atmosféry a umožnily jí zapojit i méně aktivní jedince. Tento přístup byl efektivní zejména díky schopnosti Martiny propojit teoretické poznatky s realitou, což žáky motivovalo k aktivnější účasti.

Na ZŠ 2 kladla Lucie důraz na vytvoření bezpečného prostředí, které podporovalo otevřenou komunikaci a pomáhalo žákům ztratit ostych při diskuzi o citlivých tématech. Úvodní aktivity, jako diskuze o běžných výrazech používaných pro pohlavní orgány, postupně uvolnily atmosféru ve třídě a žákům umožnily se otevřeně ptát a sdílet své názory. Jak Lucie sama zdůraznila, cílem bylo „*vzbudit v žácích pocit, že komunikovat o sexu je zcela normální.*“ Tento přístup podpořil otevřenost i u těch žáků, kteří byli zpočátku nesví. Přístup byl dále podpořen vizualizací a interaktivními pomůckami, což Lucii umožnilo efektivně zprostředkovat i složitější témata. Bezpečné prostředí a důraz na respekt byly klíčovými faktory, které umožnily hlouběji zapojit žáky do výuky. Další výzvou bylo pro Lucii vyjasnění nesprávných informací, které žáci měli. Tyto momenty však využila jako příležitost k vyjasnění faktů. „*Když žáci vidí, že na jejich dotazy odpovídám věcně a bez předsudků, více se zapojují,*“ uvedla. Lucie zdůraznila důležitost začlenění moderních témat do výuky. „*Zaměřuji se také na prevenci sexuálního obtěžování a bezpečnosti na internetu, protože to jsou věci, které se žáků přímo týkají.*“ Tím ukazuje, že komplexní sexuální výchova zahrnující aktuální témata pomáhá žákům lépe pochopit realitu a připravit se na výzvy současného světa.

Tereza na ZŠ 3 se zaměřovala na anonymní otázky a analýzu reálných příběhů, například o sexuálním obtěžování. Tento přístup motivoval žáky k zapojení i v případě, že se jinak zdráhali komunikovat otevřeně. Tereza také dokázala přizpůsobit výuku specifickým potřebám, například v situaci žáka řešícího otázky genderové identity. Její zaměření na respekt a inkluzi přispělo k vytvoření otevřené a bezpečné atmosféry, která umožnila efektivní práci s citlivými tématy. Díky těmto metodám podporovala Tereza odbourávání stereotypů a povzbuzovala žáky k reflexi vlastních postojů. Učitelka věnuje velkou pozornost budování důvěry a respektu ve třídě. „*Důležité je, aby žáci věděli, že mohou mluvit, ale nemusí.*“ Tento přístup umožnil žákům zapojit se podle vlastního uvážení, což ocenili zejména ti, kteří se na počátku cítili nejistí. Genderovou rovnost řešila i učitelka

Tereza, která musela přizpůsobit výuku situaci žáka, který řešil otázky genderové identity. Vysvětlila: „*Snažím se, aby každý měl možnost být součástí diskuse, aniž by se cítil nepříjemně.*“ Tento přístup podpořil respektující prostředí a umožnil práci se stereotypy, například ohledně rolí mužů a žen ve spojitosti se sexuálním obtěžováním.

Vendula na gymnáziu čelila obtížím při práci s citlivými tématy, především kvůli formálnímu stylu výuky a rozdílné úrovni zájmu žáků. Převládající frontální výuka poskytovala jen omezený prostor pro diskuzi, což se projevovalo nižší mírou reflexe a interakce mezi učitelem a žáky. Vendula uvedla, že atmosféra ve třídě nebyla vždy ideální pro otevřenou komunikaci, a někteří žáci téma zlehčovali, což dále omezovalo efektivitu výuky. Tyto faktory ukazují na potřebu větší flexibility a zařazení interaktivních metod, které by mohly lépe podpořit zapojení žáků.

Při srovnání jednotlivých přístupů je zřejmé, že Lucie a Tereza byly nejúspěšnější při práci s citlivými tématy díky svému důrazu na bezpečné prostředí a otevřenou komunikaci. Obě dokázaly vytvořit atmosféru respektu a zapojit žáky prostřednictvím interaktivních aktivit a anonymních otázek. Martina využívala předsudků jako nástroje pro edukaci, což jí umožnilo efektivně propojit probíraná témata s každodenními zkušenostmi žáků. Naopak Vendula se potýkala s výzvami spojenými s formálnějším stylem výuky a nižší interaktivitou, což vedlo k omezené efektivitě práce s citlivými tématy.

Celkově se ukázalo, že podpora otevřené komunikace, respektující prostředí a zapojení interaktivních metod jsou klíčovými faktory úspěchu v sexuální výchově. Tyto přístupy fungují efektivněji, protože vytvářejí prostředí, kde se žáci cítí bezpečně, což je nezbytné pro otevřenou diskuzi o citlivých tématech. Interaktivní metody, jako jsou skupinové aktivity, diskuse nebo praktické ukázky, podporují aktivní zapojení žáků a umožňují jim získané znalosti propojit s každodenním životem (Rašková, 2011). Tento přístup zároveň respektuje individuální zkušenosti a přispívá k budování důvěry mezi učitelem a žáky, což zvyšuje ochotu žáků sdílet své názory a klást otázky. Díky tomu se u žáků rozvíjí kritické myšlení, schopnost reflexe a lepší pochopení probíraných témat, což tradiční, pasivnější metody zpravidla neumožňují v takové míře.

## 6 Diskuze

Výsledky výzkumu poskytují komplexní vhled do různorodosti přístupů k sexuální výchově na základních školách a gymnáziích, přičemž byly zasazeny do kontextu odborných studií a výzkumů.

Klíčovým tématem byla efektivita kombinace tradičních a interaktivních metod, která se ukázala jako zásadní pro dosažení optimálních výsledků. Tradiční metody, zejména frontální výuka, byly častěji preferovány na gymnáziu, což odpovídá zjištěním Sadkové (2018), která upozorňuje na jednodušší přípravu těchto metod a jejich nižší nároky na učitele. Tento přístup však podle ní, stejně jako podle výsledků této práce, omezuje motivaci žáků a jejich aktivní zapojení, což bylo zřejmé z nižší míry interaktivity u učitelky Venduly. Naopak základní školy, zejména ZŠ 1 a ZŠ 3, prokázaly větší flexibilitu a důraz na interaktivní přístupy. Martina ze ZŠ 1 využívala skupinové aktivity, jako je metoda „Vím-tuším-nevím“, a podporovala otevřené diskuse, čímž přispěla k rozvoji kritického myšlení. Podobně Tereza na ZŠ 3 zapojovala žáky prostřednictvím anonymních otázek a analýzy příběhů, což umožnilo i žákům, kteří by se jinak nezapojili, reflektovat citlivá témata. Tato zjištění odpovídají závěrům Raškové (2011), která zdůrazňuje, že kombinace tradičních a interaktivních metod umožňuje nejen efektivní předávání znalostí, ale také podporuje kritické myšlení a aktivní zapojení žáků.

Význam bezpečné atmosféry jako klíčového faktoru úspěšné výuky sexuální výchovy byl potvrzen jak výsledky výzkumu, tak odbornými studii. Lucie na ZŠ 2 systematicky budovala prostředí vzájemného respektu, které podporovalo ztrátu ostychu u žáků a umožňovalo otevřenou komunikaci. Tento přístup odpovídá doporučením Goldfarba a Liebermana (2020), kteří navrhují využívání interaktivních metod, jako je simulace a role-playing, pro posílení otevřenosti a odbourávání stereotypů. Podobně Hirst (2012) zdůrazňuje propojení praktických aktivit s diskusemi o hodnotách a normách, aby žáci získali schopnost reflektovat své postoje. Tyto principy byly zřetelně aplikovány Terezou, která do výuky zapojovala příběhy z reálného života a materiály organizace Konsent, čímž žáci získávali přímé propojení teoretických poznatků s jejich každodenním životem. Bezpečná atmosféra je základním předpokladem pro efektivní výuku sexuální výchovy, která má nejen informovat, ale také formovat hodnoty a postoje žáků k citlivým otázkám lidské sexuality.

Rašková (2008) ve své monografii zdůrazňuje, jak učitelé vnímají citlivost tématu sexuální výchovy a jaké strategie volí pro jeho efektivní zprostředkování žákům. Klíčovým aspektem je podle ní vytvoření bezpečného prostředí, které podporuje otevřenou komunikaci. Podle WHO (2010) by učitelé měli reflektovat i své vlastní postoje k sexualitě, protože jejich hodnoty a názory mohou zásadně ovlivnit obsah a formu výuky. Nicméně v českém kontextu tuto reflexi učitelé často explicitně neprovádějí, což může vést k nevyřčenému předávání stereotypů či předsudků. Dle Jarkovské (2022) nejsou učitelé dostatečně připraveni reflektovat vlastní postoje a hodnoty, což může vést k přenosu stereotypů na žáky. Je si toho vědoma například i učitelka Lucie, která považuje osobnost učitele a jeho hodnoty a postoje k sexuální výchově za důležité.

Připravenost učitelů se ukázala jako zásadní faktor ovlivňující kvalitu a efektivitu výuky. Martina a Lucie, které pravidelně absolvovaly školení a pracovaly s moderními pomůckami, dokázaly lépe zapojit žáky a přizpůsobit výuku aktuálním tématům. Vendula na gymnáziu, přestože měla bohaté zkušenosti, čelila obtížím při integraci moderních témat, jako je digitální bezpečnost, což potvrzuje závěry Kadlčíkové (2011). Výsledky jejího výzkumu ukázaly, že učitelé často postrádají specializovanou přípravu a cítí potřebu dalšího vzdělávání v této oblasti. Tento nedostatek může vést k nejistotě učitelů při výuce modernějších nebo citlivějších témat, jak potvrdily i rozhovory s učiteli a dále to může vést k vyhýbání se složitějším nebo kontroverznějším otázkám. Tereza, která se účastnila školení organizace Konsent, reflektovala, že tato příprava výrazně posílila její jistotu při zařazování témat, jako je genderová diverzita, což koresponduje s výzkumy Konsentu (2020) o důležitosti cílené přípravy pedagogů. Dokument Jarkovské (2022) rovněž potvrzuje, že výuka sexuální výchovy je ovlivněna nedostatkem přípravy učitelů a zmiňuje potřebu podpory prostřednictvím externích specialistů, kteří mohou přinést aktuální odborné poznatky, jejich využití není však plošně rozšířeno. Goldfarb a Lieberman (2020) k tomu dodávají, že externí odborníci by mohli výrazně zvýšit kvalitu výuky díky profesionálnímu přístupu, který poskytuje pedagogům oporu a studentům hlubší porozumění problematice. Tento multidisciplinární přístup pomáhá zohlednit komplexitu tématu, která zahrnuje genderovou rovnost, citlivé otázky a prevenci stereotypů. Unis a Sällström (2020) rovněž podporují myšlenku zapojení odborníků do výuky sexuální výchovy, konkrétně zdravotnického personálu. Ve své studii zjistili, že adolescenti považují zdravotnické

profesionály za důvěryhodné a kompetentní zdroje informací. Tito odborníci byli hodnoceni jako lépe připravení a méně moralizující než učitelé, což přispívá k efektivnějšímu předávání informací a hlubšímu porozumění problematice sexuálního a vztahového vzdělávání. Tento přístup podporuje nejen prevenci sexuálních rizik, ale také zdravý psychosociální rozvoj žáků.

Délka praxe měla rovněž významný vliv na volbu metod a míru jistoty při výuce. Učitelé s kratší praxí, jako Tereza nebo Martina, častěji zařazovali inovativní přístupy a zdůrazňovali důležitost diskuze a aktivního zapojení žáků. Tento přístup odpovídá i zjištěním výzkumu Konsent (2020), který upozorňuje, že interaktivní metody, podporující reflexi a zapojení žáků, jsou stále více preferovány jako efektivní nástroje výuky. Naopak zkušenosti učitelé jako Vendula se často přikláněli k tradičnějším metodám, odrážejícím dlouholetou praxi, avšak méně reflektujícím nové požadavky na výuku sexuální výchovy.

Citlivá témata sexuální výchovy byla na základních školách efektivně reflektována přízpůsobením metod a aktivit potřebám žáků. Martina a Lucie aktivně reagovaly na předsudky, například o menstruaci, a využívaly tyto situace jako příležitost k edukaci. Tento přístup odpovídá Doporučení MŠMT (2010), které zdůrazňuje význam etiky a bezpečného prostředí ve výuce. Na gymnáziu však interakce na tato témata probíhala méně efektivně, což poukazuje na rozdíly mezi typy škol a výzvy spojené s formálnější atmosférou. Výzkum Šulové (2011) ukazuje, že učitelé sexuální výchovy jsou často dobře připraveni na základní témata, jako jsou anatomie, fyziologie nebo prevence pohlavně přenosných nemocí, ale často se vyhýbají náročnějším nebo kontroverznějším tématům, například genderové diverzitě, inkluzi LGBTQ+ žáků nebo digitální bezpečnosti. Je tedy patrné, že zatímco základní pedagogická příprava učitelům umožňuje efektivní výuku, moderní témata vyžadují průběžné vzdělávání a školení. Výuka sexuální výchovy je dynamickou oblastí, která se stále vyvíjí a klade důraz na potřebu vyváženého přístupu mezi předáváním faktických znalostí a podporou kritického myšlení žáků prostřednictvím interaktivních metod. Tato zjištění odpovídají i závěrům Duffy et al. (2012), kteří zjistili, že učitelé v Austrálii se mohou některým tématům vyhnout kvůli pocitu nejistoty, nedostatku znalostí nebo obavám z nesouhlasu rodičů. Podobný pohled přináší materiál ČT EDU (2020), který zdůrazňuje, že sexuální výchova by neměla být omezena pouze na biologické aspekty, ale měla by

zahrnovat i širší témata, jako jsou mezilidské vztahy, genderové role, prevence sexuálního násilí a nechtěných těhotenství. Klíčem je vytvoření prostoru pro otevřenou komunikaci a rozvoj společnosti, která nestigmatizuje jednotlivce na základě jejich sexuality. Materiál také upozorňuje na důležitost zařazení aktuálních témat, jako je digitální bezpečnost nebo genderová identita, do výuky. Tento přístup odpovídá zásadám komplexní sexuální výchovy, která by měla mladým lidem poskytovat informace a dovednosti pro zdravé a respektující vztahy a přispívat tak k prevenci patologických jevů ve společnosti. Výzkum České děti a internet (TNS AISA, 2009) ukazuje, že 37 % českých dětí ve věku 14-15 let komunikuje na internetu s cizími lidmi, které znají pouze z virtuálního prostředí. Z toho 14 % se s těmito lidmi osobně schází. Více než třetina dětí sděluje neznámým osobám své osobní a kontaktní údaje, zatímco přibližně polovina dětí posílá své fotografie a sdílí videa. Co se týče rodičovské kontroly, 17 % rodičů nekontroluje aktivity svých dětí na internetu, většina provádí pouze namátkové kontroly, a programy pro omezení přístupu k nevhodným stránkám využívá jen 8 % rodičů. Je klíčové, aby rodiče byli více informováni o online aktivitách svých dětí a podporovali otevřenou komunikaci o jejich zkušenostech na internetu.

Používané materiály a pomůcky rovněž ovlivnily efektivitu výuky. Zatímco na základních školách hrály významnou roli vizualizace a interaktivní nástroje, například anatomické obrázky a videa u Lucie, na gymnáziu byly využívány převážně tradiční prezentace. Ty sice efektivně předávaly informace, ale méně podporovaly aktivní zapojení žáků. Význam interaktivních materiálů potvrzuje Macintyre et al. (2015), kteří zdůrazňují, že praktické ukázky zvyšují připravenost žáků na reálné situace.

Celkově výsledky ukázaly, že základní školy dosahovaly vyšší flexibility a efektivity díky důrazu na interaktivní přístupy, bezpečnou atmosféru a připravenost na moderní témata. Oproti tomu na gymnáziu byla výuka více formální a méně interaktivní, což omezovalo potenciál vzdělávání v této oblasti. Porovnání s odbornými výzkumy potvrzuje, že kombinace tradičních a moderních metod je klíčová pro úspěšnou výuku sexuální výchovy, přičemž potřeba systematické přípravy a podpory učitelů je nezbytná pro efektivní práci s citlivými a aktuálními tématy.

## **7 Přínos práce pro pedagogickou praxi**

Přínos této práce pro pedagogickou praxi spočívá především v několika klíčových oblastech. Přináší poznatky, které mohou být využity pro zlepšení kvality výuky sexuální výchovy na základních školách a víceletých gymnáziích, a zároveň poskytuje doporučení pro efektivnější přístup pedagogů k tomuto citlivému a důležitému tématu.

Z teoretických poznatků i výsledků výzkumu vyplývá, že efektivní výuka sexuální výchovy je zásadní nejen pro získání biologických a zdravotních znalostí, ale také pro formování zdravých postojů, vztahů a hodnot u žáků základních škol. Tato tematika však vyžaduje systematický a promyšlený přístup, který reflektuje aktuální společenské výzvy, jako je nárůst dezinformací na internetu, potřeba prevence pohlavně přenosných chorob, otázky souhlasu, digitální bezpečnost a genderová rovnost. Kombinace tradičních a moderních metod, podpora inkluzivity a zapojení odborníků jsou klíčovými aspekty, které mohou přispět k efektivnějšímu předávání informací a rozvoji zdravých postojů žáků. Tato zjištění mají potenciál obohatit nejen pedagogickou praxi, ale i celkový přístup k sexuální výchově v českém školství.

### **Podpora profesního rozvoje učitelů**

Práce zdůrazňuje zásadní význam podpory učitelů prostřednictvím dalšího vzdělávání a metodických materiálů, které jim umožní efektivně a citlivě pracovat s různorodými tématy sexuální výchovy. Důkladná příprava pedagogů a jejich průběžné vzdělávání mohou výrazně zvýšit nejen odborné znalosti, ale také jejich jistotu při výuce obtížných témat, jako je sexuální násilí, genderová diverzita nebo digitální bezpečnost.

Výzkum Konsent (2020) ukazuje, že zatímco 83 % pedagogů se cítí jistě při výuce tradičních témat, jako je antikoncepce, pouze 50 % má komfort při probírání citlivějších otázek. Tato zjištění potvrzují, že školení a metodické semináře jsou klíčové pro zvládnutí moderních výzev v sexuální výchově. Klíčovým přínosem je také podpora otevřeného a inkluzivního přístupu, který bere v úvahu rozdílné potřeby a zkušenosti žáků, včetně jejich genderové identity či zázemí.

Výsledky práce ukazují, že spolupráce s externími odborníky, například z organizace Konsent ve formě školení pro učitele, výrazně obohacuje výuku. Tyto programy přinášejí aktuální poznatky a umožňují pedagogům získat větší jistotu při výuce moderních témat.

### **Inspirace pro výběr metod a přístupů**

Výsledky ukazují efektivitu interaktivních metod, jako jsou skupinové aktivity, diskuze nebo praktické ukázky, které podporují zapojení žáků a usnadňují pochopení složitějších témat, což uvádí ve své práci i Rašková (2011). Tyto závěry mohou inspirovat učitele, aby více zařazovali aktivní a participativní formy výuky, které žákům umožňují propojit teoretické znalosti s reálným životem.

Zároveň by však tyto metody, dle výroků učitelů, měly být doplněny tradiční frontální výukou, která poskytne strukturovaný přehled a ucelí získané informace. Frontální výuka umožňuje systematické předání faktických poznatků, což je nezbytné pro upevnění znalostí a jejich správné pochopení v širším kontextu. Kombinace těchto přístupů zajistí rovnováhu mezi aktivním zapojením žáků a komplexním porozuměním tématu.

### **Vytváření bezpečného prostředí ve výuce**

Jedním z klíčových poznatků této práce je důležitost vytvoření bezpečné a respektující atmosféry, která umožňuje žákům otevřeně sdílet své názory a klást otázky bez obav z posměchu či odsouzení. Podle Sadkové (2018) je důležité, aby žáci mohli klást otázky anonymně, což bylo aplikováno na ZŠ 3 a vedlo k odstranění ostychu a většímu zapojení žáků. Pedagogové mohou čerpat z doporučení, jak nastavit pravidla diskuzí, využívat anonymní otázky nebo přizpůsobit výuku individuálním potřebám žáků. Tato zjištění potvrzují, že bezpečné prostředí je klíčovým předpokladem efektivní sexuální výchovy.

### **Začlenění odborníků a externích programů**

Doporučuje se, aby školy pravidelně spolupracovaly s odborníky na sexuální výchovu a organizacemi zaměřenými na prevenci a vzdělávání. Přednášky či workshopy vedené odborníky mohou být zařazeny alespoň jednou ročně pro žáky 2. stupně základních škol a příslušných ročníků na víceletých gymnáziích. Tyto programy by měly být přizpůsobeny věku a vývojovému období žáků, aby byly pro ně srozumitelné a přínosné. Výzkum Unis a Sällström (2020) podporuje tuto strategii a zdůrazňuje, že studenti považují

odborníky za důvěryhodné zdroje informací. Dokument Jarkovské (2022) zdůrazňuje význam zapojení externích odborníků, kteří mohou do výuky přinést aktuální poznatky a poskytovat učitelům oporu při řešení složitějších témat. Tento přístup podporuje nejen profesní rozvoj učitelů, ale také zajišťuje, že sexuální výchova bude reagovat na aktuální společenské výzvy a potřeby žáků.

### **Podpora inkluzivity**

Práce zdůrazňuje důležitost inkluzivního přístupu, který zohledňuje rozmanitost žáků včetně jejich genderové identity a kulturního zázemí. Výzkum Goldfarb a Lieberman (2020) ukazuje, že inkluzivní výuka podporuje prevenci diskriminace a zlepšuje vzájemný respekt mezi žáky. Tento přístup se projevil například na ZŠ 3, kde učitelka reflektovala potřeby žáka s otázkami ohledně genderové identity.

### **Zvýšení povědomí o důležitosti tématu**

Práce také zdůrazňuje, že sexuální výchova není pouze biologickou disciplínou, ale má zásadní význam pro sociální a emocionální rozvoj žáků. Upozorňuje na potřebu systematictějšího začlenění této oblasti do školních vzdělávacích programů a větší provázanosti s výchovnými předměty, jako je výchova ke zdraví nebo občanská výchova.

### **Návrhy pro školní praxi**

Zjištění této práce mohou být využita nejen jednotlivými pedagogy, ale také vedením škol a školskými institucemi k vytvoření metodických materiálů a rozvoji podpůrných programů, které usnadní implementaci kvalitní sexuální výchovy v praxi. Výzkum Raškové (2008) zdůrazňuje význam systematického zapojení sexuální výchovy do školních vzdělávacích programů, což je v souladu s doporučeními této práce. Významným krokem by mohlo být právě vytvoření jednotné metodiky, která by zohlednila moderní trendy a potřeby žáků.

## Závěr

Cílem diplomové práce bylo analyzovat přístupy učitelů k výuce sexuální výchovy na základních školách a gymnáziu, s důrazem na použité metody, aktivity a materiály, připravenost učitelů a jejich reflexi specifik a výzev tohoto tématu. Výzkumné šetření ukázalo, že sexuální výchova je pedagogicky i společensky významné téma, které vyžaduje citlivý, odborný a promyšlený přístup, reflektující různé potřeby a zkušenosti žáků.

Jedním z klíčových zjištění bylo, že **kombinace interaktivních a frontálních metod** vede k efektivnější výuce. Na základních školách byly často využívány aktivity podporující aktivní zapojení žáků, jako například skupinová práce, diskuze či praktické ukázky menstruačních pomůcek. Tyto metody nejen stimulovaly zájem žáků, ale také jim pomohly lépe pochopit probíraná témata. Naopak na gymnáziu převažoval frontální přístup s menším zapojením žáků, což vedlo k nižší míře interakce a méně dynamickému průběhu hodin.

**Připravenost učitelů** na výuku sexuální výchovy byla obecně na dobré úrovni, zejména pokud jde o základní znalosti a schopnost citlivě pracovat s tímto tématem. Učitelé s delší praxí však častěji používali tradiční výukové metody, zatímco mladší pedagogové byli otevřenější inovativním a interaktivním přístupům. Významnou roli sehrála školení, například od organizace Konsent, která poskytovala konkrétní materiály a metodiku pro citlivá témata, jako je sexuální obtěžování nebo souhlas.

Specifika sexuální výchovy, jako je její citlivost a osobní charakter, kladou vysoké nároky na **pedagogické schopnosti učitelů**. Všichni zúčastnění učitelé si byli vědomi nutnosti vytvořit bezpečné a respektující prostředí, které žákům umožňuje otevřeně sdílet názory a klást otázky. Tento aspekt byl nejlépe realizován prostřednictvím dobrovolnosti při diskuzích, anonymních otázek a skupinových aktivit.

Výzkum rovněž odhalil několik **výzev**, kterým učitelé čelí. Patřily mezi ně práce s předsudky a mýty, které si žáci často přinášejí z neověřených zdrojů, nebo rozdílná úroveň zájmu a aktivity žáků. Dalším problémem byla genderová témata a novější oblasti, jako je digitální bezpečnost, které vyžadují speciální odbornou přípravu.

Na základě výzkumných zjištění lze konstatovat, že pro zlepšení kvality výuky sexuální výchovy by bylo vhodné:

1. **Podpořit další vzdělávání učitelů** zaměřené na moderní aspekty sexuální výchovy, jako jsou genderová identita, kybernetická bezpečnost a práce s emocemi.
2. **Vytvořit ucelené metodiky**, které budou učitele vybavovat nejen potřebnými znalostmi, ale také praktickými nástroji pro efektivní práci se žáky.
3. **Rozšířit využití interaktivních metod**, které zvyšují zapojení žáků a podporují jejich schopnost aplikovat získané znalosti v praxi.
4. **Začlenit větší důraz na praktické ukázky a vizuální materiály**, které pomáhají žákům lépe porozumět složitým tématům.
5. **Podporovat inkluzivitu a respektující atmosféru** ve třídě, aby všichni žáci měli možnost se zapojit podle svých individuálních potřeb a možností.

Závěrem lze říci, že sexuální výchova má zásadní význam pro zdravý vývoj žáků nejen z hlediska biologického poznání, ale i z hlediska formování hodnot a postojů. Klíčem k jejímu úspěšnému začlenění do výuky je kombinace odbornosti, interaktivity a respektujícího přístupu, což zajistí, že žáci získají nejen potřebné informace, ale i dovednosti a postoje pro své budoucí životy.

Limitem této práce je skutečnost, že výzkum byl realizován u čtyř učitelů ze tří základních škol a jednoho gymnázia, což omezuje možnost zobecnění získaných závěrů na širší populaci. Výsledky tedy odrážejí přístupy a zkušenosti konkrétních učitelů v jejich individuálním prostředí, které se mohou lišit od situací na jiných školách. Výzkum se také nezaměřil na kvantitativní analýzu, což znemožňuje statistické srovnání efektivity jednotlivých metod. Pro hlubší porozumění problematice by bylo vhodné realizovat širší výzkum zahrnující více škol a různorodé demografické prostředí. Do budoucna by rovněž bylo přínosné zahrnout perspektivu samotných žáků, aby mohly být identifikovány nejen efektivní přístupy, ale i jejich dopad na reálné chápání sexuality, vztahů a osobních hranic žáků.

## Seznam použitých informačních zdrojů

- Čačka, O. (2000). *Psychologie duševního vývoje dětí a dospívajících s faktory optimalizace*. Brno: Doplněk. ISBN 80-7239-060-0.
- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0982-9.
- Janiš, K., Täubner, V. (1999). *Didaktika sexuální výchovy*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 80-7041-902-4.
- Jarkovská, L. (2013). *Gender před tabulí. Etnografický výzkum genderové reprodukce v každodennosti školní třídy*. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 9788074191190.
- Jarkovská, L. (2022). *Sexuální výchova jako vzdělávací výzva 21. století [Habilitační práce]*. Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity.
- Koliba, P., Weiss, P., Němec, M., Dibonová, M. (2019). *Sexuální výchova pro studenty porodní asistence a ošetrovatelství*. Grada Publishing. ISBN 978-80-271-2039-0.
- Kovaříková, M., Marádová, E. (2020). *Didaktika výchovy ke zdraví a bezpečí v kontextu kurikulární reformy a učitelského vzdělávání*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 978-80-7603-142-5.
- Křišová, D., Poláčková, M. (2023). *Děti to chtěj vědět taky: o respektujících vztazích a sexuálním zdraví*. Druhé, revidované vydání. Praha: Konsent. ISBN 978-80-11-02675-2.
- Macek, P. (2003) *Adolescence*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál. ISBN 80-7178-747-7.
- Machová, J. a kol. (1998). *Výchova ke zdravému životnímu stylu: (základy sexuální výchovy)*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Zdravý životní styl. ISBN 80-86039-63-3.
- Novotná, H. a kol. (2020). *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Vyd. 1. Praha: UK Fakulta humanitních studií. ISBN 978-80-7571-025-3.
- Ochrana, F. (2019). *Metodologie metody a metodika vědeckého významu*. Vyd. 1. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-4204-8.

- Průcha, J., Waltrová, E., Mareš, J. (2003). *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003. ISBN 8071787728
- Rašková, M. (2008). *Přípravenost učitele k sexuální výchově v kontextu pedagogické teorie a praxe v české primární škole*. Monografie. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 9788024420776.
- Rašková, M. (2007). *5 otázek k sexuální výchově dětí předškolního a mladšího školního věku (3-11 let): informativní příručka o sexuální výchově nejen pro studenty, učitele, vychovatele a rodiče*. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 978-80-244-1737-0.
- Rašková, M. (2011). *Užití metod sexuální výchovy z pohledu historie a současnosti českého školství*. Arnica.
- Rezková, J. (2022). *Sexuální výchova z pohledu učitelů na ZŠ Jakutská*. Bakalářská práce, vedoucí Kultová, Jitka. Praha: Univerzita Karlova, Filozofická fakulta, Katedra pedagogiky.
- Sadková, T. (2018). *Současný stav sexuální výchovy v rámci základního vzdělávání v České republice – systematický přehled teorie a praxe*. Adiktologie.
- Strauss, A., L. a Corbin, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Sdružení Podané ruce. SCAN. ISBN 80- 85834-60-X.
- Šilerová, L. (2003). *Sexuální výchova: jak a proč mluvit s dětmi o sexualitě: rodinná pravidla a hodnoty; situace, které mohou rodiče uvést do rozpaků; vývoj zájmu o sexualitu; užitečné kontakty a informace*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 80-247-0291-6.
- Šimíčková - Čížková, J. (2003). *Přehled vývojové psychologie*. Olomouc: Univerzita Palackého. ISBN 80-244-0629-2.
- Štěrbová, D. (2012). *Sexuální výchova – multidisciplinární přístup: medicína, psychologie, pedagogika, právo, demografie*. Ostrava: CAT Publishing ve spolupráci se Společností pro plánování rodiny a sexuální výchovu. ISBN 978-80-904290-5-5.
- Šulová, L., Fait, T., Weiss, P. (2011). *Výchova k sexuálně reprodukčnímu zdraví*. Maxdorf. ISBN 978-80-7345-238-4.
- Švaříček, R., Šedřová, K. (2014). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0644-6.

Täubner, V., Janiš, K. (1998). *Na pomoc studentům a učitelům v sexuální výchově*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 80-7041-194-5.

Uzel, R. (2006). *Sexuální výchova*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí. ISBN 80-86991-69-5

Uzel, R., Mitlöhner, M. (2007). *Vybrané otázky lidské sexuality: texty k sociální práci*. Hradec Králové: Gaudeamus. ISBN 978-80-7041-609-9.

Vágnerová, M. (2005). *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0956-8.

Weiss, P. (2010). *Sexuologie*. Grada Publishing. ISBN 978-80-247-2492-8.

Zormanová, L. (2017). *Didaktika dospělých*. Pedagogika. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0051-4

### **Internetové zdroje:**

Benešová, B., Krišová, D., Macháčková, M. (2023). *Sexualita jako riziko? Sexuální výchova v českých kurikulárních dokumentech*. Orbis schoae. Karolinum [online]. [cit. 2024-10-30]. Dostupné z: [https://karolinum.cz/data/clanek/12506/OS\\_17\\_3\\_0061.pdf](https://karolinum.cz/data/clanek/12506/OS_17_3_0061.pdf).

Burešová, A. (2017). *Sexualita*. Sociologická encyklopedie. [online]. [cit. 2024-05-20]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Sexualita>.

Česká stredoškolská unie, z.s. (2020). *Zpráva z průzkumu – sexuální výchova na středních školách*. [online]. [cit. 2024-11-07]. Dostupné z: <https://stredoskolskaunie.cz/wp-content/uploads/2020/11/Zprava-z-pruzkumu-sexualni-vychova-na-strednich-skolach.pdf>

Česká televize EDU (2020). *Sexuální výchova: Nejde jen o reprodukci*. [online]. [cit. 2024-11-20]. Dostupné z: <https://edu.ceskatelevize.cz/namet/sexualni-vychova>

Duffy, B., Fotinatos, N., Smith, A., Burke, J. (2012). *Puberty, health and sexual education in Australian regional primary schools: Year 5 and 6 teacher perceptions*. Sex Education. [online]. [cit. 2024-11-20]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/14681811.2012.678324>

Goldfarb, E. S., & Lieberman, L. D. (2021). Three Decades of Research: The Case for Comprehensive Sex Education. *The Journal of adolescent health : official publication of the*

*Society for Adolescent Medicine*. [online]. [cit. 2024-11-22]. Dostupné z: [10.1016/j.jadohealth.2020.07.036](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.036)

Hirst, J. (2012). *It's got to be about enjoying yourself: young people, sexual pleasure, and sex and relationships education*. Available from Sheffield Hallam University Research Archive (SHURA). [online]. [cit. 2024-11-22]. Dostupné z: <http://shura.shu.ac.uk/6758/>.

Janiš, K. (2006). *Pohlavní výchova za první republiky*. Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu. [online]. [cit. 2024-04-18]. Dostupné z: <https://www.planovanirodiny.cz/sbornik-2006/55-sexualni-vychova-za-prvni-republiky>

Ježková, Z., Jonášová, I. (2014). *Děti a sexualita. Šance dětem*. [online]. [cit. 2024-05-20]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/deti-sexualita>.

Jonášová, I. (2012). *Psychosexuální vývoj dítěte a jeho poruchy. Šance dětem*. [online]. [cit. 2024-05-20]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/psychosexualni-vyvoj-ditete-jeho-poruchy>.

Kadlčíková, K. (2011). *Příprava učitele na výuku sexuální výchovy*. In T. Janík, P. Knecht, & S. Šebestová (Eds.), *Smišený design v pedagogickém výzkumu: Sborník příspěvků z 19. výroční konference České asociace pedagogického výzkumu* (s. 421–428). Brno: Masarykova univerzita. [online]. [cit. 2024-11-19]. Dostupné z: <http://www.ped.muni.cz/capv2011/sbornikprispevku/kadlcikova.pdf>

Konsent (n.d.). [online]. [cit. 2024-11-28]. Dostupné z: <https://konsent.cz>

Konsent z.s., Agentura NMS Market Research. (2023). *Úroveň sexuální výchovy na českých školách*. [online]. [cit. 2024-11-07]. Dostupné z: [https://konsent.cz/wp-content/uploads/2024/10/nms\\_zaverecna-zprava\\_CZ23521-Konsent-sex-ed\\_2023-11-30.pdf](https://konsent.cz/wp-content/uploads/2024/10/nms_zaverecna-zprava_CZ23521-Konsent-sex-ed_2023-11-30.pdf)

Konsent z.s., Behavio Labs, s.r.o. (2020). *Jak jsou vyučující připraveni učit sexuální nauku?* [online]. [cit. 2024-11-07]. Dostupné z: <https://konsent.cz/wp-content/uploads/2022/02/Prezentace-Konsent.pptx.pdf>

Lebedíková, M. (2023). *Sexuální obsah online: jaký dopad má na dospívající a na co se rodiče mají zaměřit? Šance dětem*. [online]. [cit. 2024-04-18]. Dostupné z:

<https://sancedetem.cz/sexualni-obsah-online-jaky-dopad-ma-na-dospivajici-na-co-se-rodice-maji-zamerit>.

Macintyre, A. K.-J., Montero Vega, A. R., & Sagbakken, M. (2015). *From disease to desire, pleasure to the pill: A qualitative study of adolescent learning about sexual health and sexuality in Chile*. BMC Public Health, 15(1), Article 945. [online]. [cit. 2024-11-22]. Dostupné z: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-015-2253-9>

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, Výzkumný ústav potravinářský v Praze. (2009). MŠMT. *Sexuální výchova – vybraná témata, příručka pro učitele*. [online]. [cit. 2024-07-11]. Dostupné z: [https://msmt.gov.cz/file/8304\\_1\\_1/](https://msmt.gov.cz/file/8304_1_1/)

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2010). *Doporučení MŠMT k realizaci sexuální výchovy v základních školách*. MŠMT [online]. [cit. 2024-05-25]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/file/10974>.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2023). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. MŠMT [online]. [cit. 2024-05-26]. Dostupné z: [https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2023/07/RVP\\_ZV\\_2023\\_cista\\_verze.pdf](https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2023/07/RVP_ZV_2023_cista_verze.pdf)

Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovy. (n.d.) [online]. [cit. 2024-11-28]. Dostupné z: <https://www.planovanirodiny.cz>

Šulová, L. (2011). *Výchova k manželství a rodičovství, sexuální výchova na ZŠ*. [online]. [cit. 2024-11-26]. Dostupné z: <http://www.nadacesirius.cz/soubory/Sulova.pdf>.

TNS AISA. (2009). *České děti a internet*. [online]. [cit. 2024-11-25]. Dostupné z: <http://www.ceskaskola.cz/2009/05/tns-aisa-ceske-deti-internet.html>

Unis, B. D., Sällström, Ch. (2020). *Adolescents' conceptions of learning and education about sex and relationships, American Journal of Sexuality Education*. 15:1, 25-52, [online]. [cit. 2024-11-22]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/15546128.2019.1617816>

Uzel, R. (2016). *Sexuální výchova v rodině i ve škole. Šance dětem* [online]. [cit. 2024-05-30]. Dostupné z: <https://sancedetem.cz/sexualni-vychova-v-rodine-i-ve-skole>.

WHO regional office for Europe and Bzga. (2010). *Standards for sexuality education in Europe: a framework for policy makers, educational and health authorities and specialists*. Federal Centre for Health Education, BZgA. [online]. [cit. 2024-11-07]. Dostupné z: [https://www.icmec.org/wp-content/uploads/2016/06/WHOStandards-for-Sexuality-Ed-in-Europe.pdf](https://www.icmec.org/wp-content/uploads/2016/06/WHOStandards-for-Sexuality-Education-in-Europe.pdf)

**Zdroje obrázků:**

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2023). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. MŠMT [online]. [cit. 2024-05-26]. Dostupné z: [https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2023/07/RVP\\_ZV\\_2023\\_cista\\_verze.pdf](https://www.edu.cz/wp-content/uploads/2023/07/RVP_ZV_2023_cista_verze.pdf)

## **Vyjádření k využití nástrojů umělé inteligence**

V průběhu zpracování této diplomové práce byly využity nástroje umělé inteligence (AI) jako podpůrné prostředky pro návrhy jazykových a stylistických úprav, stejně tak jako při rešerši relevantních zdrojů.

Při jejich použití byla věnována pozornost etickým zásadám, přičemž všechna data byla zpracována anonymně a v souladu s pravidly ochrany osobních údajů. AI nástroje sloužily jako podpora při tvorbě textu, nikoli jako autonomní zdroj interpretace výsledků nebo odborných závěrů.

Využití AI bylo vždy podřízeno kritickému zhodnocení autorkou práce, což zajistilo věcnou správnost, odborný kontext a soulad s cíli a zadáním práce. Obsahové části byly vytvořeny s důrazem na vlastní výzkum, teoretická východiska a odborné zdroje, čímž byla zachována vědecká integrita, originalita a odpovědný přístup k tvorbě akademického textu.

## **Seznam příloh**

Příloha 1 – Ukázka záznamového archu

Příloha 2 – Ukázka rozhovoru



- Projevovali zájem? Jak? *dostávali se*
- Projevovali nezájem? Jak jsem to poznala?
- Jinak:

- Kolik procent žáků se aktivně zapojovalo do výuky? (Čárkovat a následně vyhodnotit)

- Více než 75 % *adhadem kompenzace u-á nebo aktivní zapojení žáka se skupině se společně*
- 50-75 %
- 25-50 %
- Méně než 25 %

- Jak učitel reagoval na žáky, kteří se nezapojovali?

- Vyvolával? *ne; vždy se nepodařilo přikládit*
- Zapojovali se do aktivit učitele? *ano; otázky neklade; nekládla*
- Další možnosti:

#### 4. Vztah mezi učitelem a žáky

- Jaká byla atmosféra ve třídě? *uvolněná, přátelská!*

Poznámky z hodiny:

- Otevřená a přátelská *✓*
- Respektující, ale formální
- Napjatá nebo nervózní
- Neutrální
- Jiná:

- Jak bych ohodnotila důvěru mezi učitelem a žáky?

- Velmi vysoká *✓ asi jaro u jedno*
- Spíše vysoká
- Spíše nízká
- Velmi nízká

- Jakým způsobem učitel reagoval na případné citlivé nebo trapné situace?

*na počítač a notebook*

#### 5. Hodnocení didaktických postupů a přístupů učitele

- Jak efektivní byly zvolené metody pro osvojení si tématu?

- Velmi efektivní *✓ skoro nikdy užrad, vše "převládá" u*
- Spíše efektivní
- Ne příliš efektivní
- Neefektivní

- Byl učitelův přístup a metody vhodné a přístupné pro žáky?

- Velmi přístupné *✓*
- Spíše přístupné
- Spíše nepřístupné
- Nepřístupné

## 6. Úroveň přípravy a využití pomůcek

- Používal učitel při výuce nějaké pomůcky nebo materiály, které výrazně usnadnily porozumění?

- Prezentace
- Obrázky/plakáty
- Vídea
- Učebnice
- Pracovní list
- Pomůcky
- Jiné:

ne skupinách modelové situace

- Jsou pomůcky aktuální a odpovídající věku žáků? *AN*

- Jak bych ohodnotila připravenost učitele na hodinu?

- Velmi dobře připraven ✓
- Dobře připraven
- Částečně připraven
- Nepřipraven

## 7. Učitelova práce s citlivými nebo tabuizovanými tématy

- Používal učitel při výkladu humor, aby zlehčil náročná nebo citlivá témata?

- Ano - jaký druh humoru? *odlehčením tématu*
- Ne

- Jak učitel zvládal případné rozpaky nebo nesouhlas žáků? (upřesňující otázky, uklidnění atmosféry, změna tématu) *X*

- Vyskytly se v hodině neočekávané situace? Jak na ně učitel reagoval?

*NE*

## 8. Obsah výuky

- Prekoncept (východiska) hodiny: *minulá hodina „Souhlas“*

- Pokryl učitel danou problematiku dostatečně? *AN*

- Jak učitel zjišťuje, zda žáci tématu rozumí? *skontrola s podobě ardit*

## 9. Reflexe žáků na probírané téma

- Jak žáci reagovali na obsah hodiny (zájem, nezájem, smích, rozpaky)?

- Byly nějaké okamžiky, kdy se žáci výrazně zajímali, byli zvědaví nebo kladli konkrétní otázky?

*na počítač*

*(+) důvěra, bláznov*

## **Průběh hodiny:**

Začátek hodiny: shrnutí co se dělalo minule – téma Souhlas 3 minuty

1. Aktivita: Žáci měli napsat do sešitu vše, co je k tomu napadne (cca 2 minuty)
  - a. Uč. vyvolávala dobrovolníky, aby řekli co se napsali a psala to na tabuli
  - b. Debata: „sexuální odchylky, nezvyklosti“
2. Aktivita ve skupině: každá skupina dostala text a hledali v něm prvky sex. obtěžování
  - a. Text byl s příběhy, které se opravdu staly (zdroj: Konsent)
  - b. Učitelka rozdělila žáky do skupiny po 4 lidech (rozdělila to sama)
  - c. 5 minut na přečtení a vyhledání projevy sexuálního obtěžování
  - d. Učitelka obcházela skupinky a doptávala se, zda všemu rozumí
    - i. Diskuze u jedné skupiny na téma obtěžování žena muž/ muž žena
  - e. Žáci následně měli za úkol 1-2 větami shrnout o čem byl příběh a následně vyjmenovat prvky sexuálního obtěžování cca 7 minut
    - i. Žáci se zarazili nad tím, že:
      1. Obtěžování se děje i ve 3. třídě ZŠ
      2. Málokdy žena obtěžuje muže
      3. Mocenské postavení učitel – žák
      4. Oblečení sex. obtěžovaných obětí – většinou není vyzývavé
3. Aktivita: Každý si měl od učitelky vzít 3 lepicí papírky a napsat na ně odpověď na otázky:
  - a. Co by se mělo dělat aby se sexuální obtěžování vůbec nedělo, když se mi někdo svěří, když zažívám sexuální obtěžování
  - b. učitelka mezitím udělala na tabuli 3 sloupečky, do kterých následně žáci lepili své odpovědi
  - c. cca 3-5 minut dle rychlosti žáků (kdo měl odpověď napsanou, nalepil ji na tabuli)
  - d. Učitelka si lístečky četla a konverzovala s žáky – buď s tím, co odpověď napsal nebo i s ostatními, Interakce: učitelka otázka, žák odpověď jak to myslel (debata)
  - e. Mezitím vyzdvihovala důležitosti tématu a vždy tu otázku shrnula

4. Aktivita: Na papír nakreslit čáru, nahoru napsat co se nám líbí a dolu co ne (anonymní)
- a. „jestli to někomu nevadí a chtěl by přečíst co tam napsal, tak budu ráda“
  - b. Přiblížení: Vadí ti, když by si s tebou na volejbale nově příchozí chtěl po vyhraném zápase plácnout? A kdyby se chtěl obejmout? -> zjištění hranice

Ukončení hodiny: učitelka nestihla s žáky vytvořit krátký zápis do sešitu, co je sexuální obtěžování a poznatky z hodiny, dodělají příště

## Příloha 2 – Přepis rozhovoru s učitelkou Terezou

**Já:** Děkuji ještě jednou, že jste si na mě udělala čas. Chtěla bych se vás zeptat, jak podle vás vypadá podařená hodina sexuální výchovy? Co by v ní nemělo chybět?

**Učitelka:** Není zač. Zajímavá otázka. Podle mě by se v ní žáci měli dozvědět něco praktického, co využijí v životě. Měly by se aktivně zapojovat do diskuze a cítit se komfortně, když se o těchto tématech mluví. Snažím se vytvořit atmosféru, kde je otevřenost vítána, ale nikdo není k ničemu nucen.

**Já:** A jaké konkrétní praktické informace máte na mysli?

**Učitelka:** Zaměřujeme se například na bezpečnost a zdraví. Vysvětlujeme základní informace o antikoncepci, o tom, jak předejít pohlavně přenosným nemocem, a diskutujeme také o tom, jak vypadá zdravý vztah a jak se vyhnout tlaku nebo manipulaci. Jde mi o to, aby žáci věděli, jak se chránit nejen fyzicky, ale třeba i emocionálně.

**Já:** A co když mají žáci otázky, které nejsou přímo spojené s tématem hodiny? Jak to řešíte?

**Učitelka:** Když žáci přijdou s otázkami mimo téma, snažím se je vždy vyslechnout a buď jim odpovím nebo se k otázce vrátíme na konci hodiny, případně když třeba nevím hned odpověď, tak na to navážeme příště. Myslím, že je důležité jim dát prostor, i když někdy otázky přijdou nečekaně.

**Já:** Chápu. A jak se cítíte při výuce těchto hodin? Jste připravená reagovat na různé dotazy a situace, které mohou nastat?

**Učitelka:** Většinu času se cítím dobře, ale upřímně přiznávám, že jsou chvíle, kdy nevím, jestli jsou všichni žáci zcela uvolnění. Jednou jsem byla v situaci, kdy jsem si nebyla jistá, jak se děti cítí, a trochu jsem se tím nechala znervóznit. Naštěstí mi pomohla jedna žákyně, která řekla, že jí je příjemné o těchto tématech veřejně mluvit a že by se o tom mělo mluvit normálně veřejně. Taková podpora od žáků mi hodně pomáhá.

**Já:** To je super. Jak si všímáte, že se někteří žáci necítí uvolněně?

**Učitelka:** Většinou to poznám podle řeči těla. Někteří se začnou ošívát, nedívají se na mě, kreslí si třeba nebo při diskuzi ani nezvednou hlavu.

**Já:** A co děláte pro to, aby se cítili lépe, pokud vnímáte, že je některé téma uvádí do rozpaků?

**Učitelka:** Snažím se dát najevo, že je v pořádku o těch věcech nemluvit, pokud nechtějí, nebo si mohou nechat otázky napsané na lístečcích a anonymně zhodnotíme. Pokud vidím, že se někdo necítí komfortně, snažím se s ním promluvit po hodině v soukromí, abych zjistila, jak na něj téma působí a zda můžeme něco udělat jinak.

**Já:** Rozumím. Jak byste popsala, jak žáci obecně na sexuální výchovu reagují? Vnímají to jako důležité?

**Učitelka:** Reakce jsou hodně různorodé. Část žáků je naprosto otevřená a schopná diskutovat. Druhá část to má přesně naopak. Někteří žáci jsou otevření a opravdu se chtějí učit, ale jiní to berou na lehkou váhu, dělají si z toho srandu nebo jsou úplně uzavření. Myslím, že část z nich možná ještě nevnímá, jak to pro ně může být důležité v budoucnu, dokud to sami nezažijou.

**Já:** Zapojujete všechny o hodinách? Třeba nějaké skupinové aktivity nebo máte nějaký jiný způsob?

**Učitelka:** No jasně. Skupinovky jsou docela fajn způsob jak prolomit ledy. V menším kolektivu, před bližšími kamarády, se většinou uvolní a nakonec se do diskuze zapojí i ti, kdo jsou jinak spíš zamlklí.

**Já:** Dneska to bylo hezky vidět, jak žáci diskutovali nad těmi reálnými situacemi v jedné aktivitě.

**Učitelka:** Jo já si myslím, že když vidí, že sexuální obtěžování není jen něco, co se děje dospělým, ale že se to může týkat i jich, začnou se více zapojovat a sdílet své názory. A taky si myslím, že žáci musí to téma jakoby prožít, aby pochopili, proč je důležité.

**Já:** Děkuju. Jaké máte zkušenosti se svou vlastní přípravou na výuku sexuální výchovy? Cítíte, že máte dostatečné znalosti a dovednosti?

**Učitelka:** Hodně mi pomohlo celodenní školení od společnosti Konsent, na kterém jsem byla. Díky tomu mám nejen odborné znalosti, ale taky různé techniky, jak přistupovat k citlivým tématům a jak vytvořit respektující atmosféru. Bez toho bych jinak v tomto ohledu nebyla připravená. Také se snažím průběžně vzdělávat a sledovat nové výzkumy.

**Já:** Jaké výzvy vnímáte jako největší při výuce sexuální výchovy?

**Učitelka:** Momentálně se potýkám s přístupem žákyně, která si prochází genderovou problematikou. Není to ani pro ni a ni pro mě lehká situace.

**Já:** aha, a jak na to reaguje třída? A jak vy?

**Učitelka:** Já bych řekla, že v pohodě. Jen mě to trošku zaskočilo a v určitých situacích se třeba i bojím něco říct, abych ji neublížila. Rodiče jsou totiž vcelku proti ní, tak to nemá jednoduché. Ale ve třídě nevnímáme s kolegy nějaké posměšky třeba nebo tak. Je fajn, že jim to alespoň ukáže tu realitu, že to nejsou jen abstraktní pojmy, ale že se to může týkat jich nebo lidí v okolí.

**Já:** A už jste se dostala do nepříjemné situace s žákyní?

**Učitelka:** Jojo, teď už přesně nevím, jak to bylo, ale pamatuju si, že zčervenala a bylo na ni vidět, že se necítí v pohodě. Tak jsem se snažila odbočit od tématu. Chci a snažím se, aby každý měl možnost být součástí diskuse, aniž by se cítil nepříjemně.

**Učitelka:** No a další výzvou je pro mě právě ta různorodost tříd, ve kterých každý reaguje jinak. Náročné jsou i situace, kdy někteří žáci o určitých tématech žertují nebo mají pocit, že to nepotřebují, a potom to může ovlivnit i ostatní. Trápí mě, že žáci, kteří to dle mého nejvíce potřebují a mají v tomto oboru nejmenší nebo zkreslené vědomosti, to berou na lehkou váhu.“

**Já:** A jak se snažíte takové situace řešit?

**Učitelka:** Vždy se snažím vysvětlit, proč je to důležité téma pro každého, a upozorňuji na důsledky, které může ta neinformovanost mít. Také někdy nechám žáky sdílet své názory na bezpečí a důvěru ve vztazích, což jim pomáhá si uvědomit, že to není jen další předmět, ale něco, co se může týkat jejich životů.

**Já:** Jakými způsoby se ještě snažíte vytvářet bezpečnou atmosféru pro probírání citlivých témat?

**Učitelka:** Opakovaně připomínám, že všechno, co se v hodině probírá, zůstává důvěrné. A taky se snažím říct, že mi mohou klidně říct, pokud se jim něco nezdá, že se můžou projevit i oni. Dávám prostor na osobní rozhovory po hodině a vždy nabízím možnost mlčet, když se někdo necítí komfortně. Důležité je, aby žáci věděli, že mohou mluvit, ale nemusí.

**Já:** Super, moc vám děkuji za rozhovor i za umožnění náslechu vaší hodiny.

**Učitelka:** Ráda jsem pomohla, nemáte zač. Hodně štěstí s diplomkou.