

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Volejbal ve výuce tělesné výchovy na základní škole

Volleyball in physical education classes at primary school

Hana Králová

Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Studijní program: Specializace ve vzdělání

Studijní obor: Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělání – Biologie,
geologie a environmentalistika se zaměřením na vzdělání

Prohlášení

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Volejbal ve výuce tělesné výchovy na základní škole potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně a za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne: 10.7. 2023

.....

podpis

Poděkování

Ráda bych poděkovala PaedDr. Ladislavu Pokornému za užitečné a přínosné rady a odborné vedení při zpracování bakalářské práce. A také bych chtěla poděkovala všem svým blízkým za podporu v těžkých chvílích.

Abstrakt

Na začátku svého výzkumu provedu šetření, na jehož základě zjistím, jak žákyně 9. třídy ovládají hru volejbalu, jestli ho už hrály či nikoliv, popřípadě jak často ho hrály a jak jim jdou jednotlivé volejbalové dovednosti. Do počátečního šetření spadá dotazník pro žákyně vybraných dvou tříd a jejich testování ve volejbalových dovednostech. Na základě zjištěných informací připravím výukové hodiny. Pro žákyně jedné třídy budu mít připravenou jednu metodu výuky volejbalu-výuka herních činností jednotlivce. Budu je učit všechny volejbalové dovednosti, budu s nimi trénovat a vše procvičovat. Např. odbití obouruč vrchem (prsty), odbití obouruč spodem (bagr), podání a útočný úder.

A druhé třídě připravím jinou metodu výuky volejbalu-výuka volné hry. Budu s nimi hrát minivolejbal. Od nejjednoduššího žlutého minivolejbalu po nejtěžší modrý minivolejbal. Ve žlutém minivolejbalu si jen hráči družstev hází míč. V oranžovém minivolejbalu se chytá míč a poté se nahrává spoluhráči odbitím obouruč vrchem (prsty) po vlastním nadhozu. V červeném minivolejbalu je možné provést meziodbití obouruč vrchem (prsty) nad sebe. V zeleném minivolejbalu se přidává i bagr. A v posledním modrém minivolejbalu se používají všechny herní činnosti. A takto stupňovitě s nimi budu hrát.

Obě tyto metody budu aplikovat po dobu jednoho měsíce, dvakrát týdně na hodinách tělesné výchovy ve dvou třídách, a to v každé třídě jinou metodu, při spolupráci s jejich učitelem.

Po měsíci žákyně z obou tříd otestuji znovu z volejbalových dovedností. Testování bude obsahovat několik herních činností z volejbalového prostředí. Např. podání, smeč, příjem atd. Tyto schopnosti budu hodnotit následovně např. jak se jim povede podání do jednotlivých zón. Za trefení všech zadních zón získají 3 body, za trefení dvou zón 2 body a když trefí pouze jednu zónu získají jen jeden bod. Žákyně dostanou celkem šest pokusů. Pokud pro žákyně bude náročné trefení jednotlivých zón, oboduji také správné podání do hřiště, a to po bodu.

Následně porovnáím zlepšení ze všech herních činností v jednotlivých třídách a mezi třídami navzájem. Na základě těchto výsledků vyhodnotím, jaká metoda výuky volejbalu byla účinnější. A v jakých konkrétních herních činnostech byly rozdíly největší.

Klíčová slova

volejbal, výuka, základní škola, trénink

Abstract

At the beginning of my research, I will conduct a survey based on which I will find out how 9th grade girls master the game of volleyball, whether they have played it before or not, or how often they have played it, and how they are doing with individual volleyball skills. The initial investigation includes a questionnaire for female students in two selected classes and their volleyball skills testing. Based on the information found, I will prepare the lessons. I will have prepared one method of teaching volleyball for female students of one class - teaching individual game activities. I will teach them all volleyball skills, train with them and practice everything. E.g. two-handed uppercut (fingers), two-handed lowercut (digger), serve and attack stroke.

And for the second class, I will prepare a different method of teaching volleyball - teaching free play. I will play mini volleyball with them. From the easiest yellow mini volleyball to the hardest blue mini volleyball. In yellow mini volleyball, only team players throw the ball to each other. In orange mini-volleyball, you catch the ball and then pass it to your teammates by hitting it with both hands with the top (fingers) after your own pitch. In the red mini-volleyball, it is possible to perform an intermediate rebound with both hands with the top (fingers) on top of each other. In the green mini-volleyball, a digger is also added.

And in the last blue mini volleyball, all game activities are used. And this is how I will gradually play with them.

I will apply both of these methods for a period of one month, twice a week in physical education lessons in two classes, and in each class a different method, in cooperation with their teacher. After a month, I will test the students from both classes again on their volleyball skills. Testing will include several game activities from a volleyball environment. E.g. serve, smash, receive, etc. I will evaluate these skills as follows, e.g. how they will perform in the individual zones. They get 3 points for hitting all back zones, 2 points for hitting two zones and only one point for hitting only one zone. Pupils get a total of six attempts. If it will be difficult for the students to hit the individual zones, I will also score the correct delivery to the field, and that by point.

Subsequently, I will compare the improvement from all game activities of both classes with each other. Based on these results, I will evaluate which method of teaching volleyball was more effective. And in which specific game activities were the biggest differences.

Keywords

volleyball, teaching, primary school, training

Obsah

Úvod	9
1 Teoretická část	11
1.1 Rozvoj volejbalu ve světě	11
1.2 Volejbal v našich zemích.....	11
1.3 Charakteristika hry	11
1.4 Pravidla	13
1.4.1 Oddechový čas.....	14
1.4.2 Počet hráčů.....	14
1.4.3 Trenér	14
1.4.4 Libero.....	15
1.5 Herní činnosti jednotlivce.....	15
1.5.1 převážně útočné.....	15
Podání.....	15
Přihrávka.....	16
Nahrávka.....	16
Útočný úder.....	17
1.5.2 obranné i útočné	19
Blokování	19
1.6 Herní kombinace	19
1.6.1 Herní kombinace útočné bez signálu	20
1.6.2 Herní kombinace útočné na signál	21
1.6.3 Obranné herní kombinace.....	22
1.6.4 Herní kombinace obranné i útočné.....	24
1.7 Herní systémy.....	25
1.7.1 Každý střední přední hráč nahrávačem (0-6)	26
1.7.2 Se dvěma nahrávači (4-2)	26
1.7.3 S jedním nahrávačem (5-1).....	26
1.8 Specializovaní hráči	27
1.9 Druhy volejbalu	27
1.10 Charakteristika dané věkové skupiny	28
1.10.1 Raná adolescence	28
1.11 Vzdělávací programy	29
1.11.1 Rámcový vzdělávací program	29
1.11.2 Školní vzdělávací programy	29

1.11.3	Výuka volejbalu dle RVP pro základní vzdělávání.....	30
1.12	Tělesná výchova	30
1.13	Výuka volejbalu ve školní tělesné výchově	30
1.14	Rešerše	31
2	Cíle a úkoly práce, výzkumné otázky.....	33
2.1	Cíl práce.....	33
2.2	Úkoly práce.....	33
2.3	Výzkumné otázky.....	34
3	Metodika práce	35
3.1	Použité metody	35
3.2	Popis výzkumného souboru	36
3.3	Zpracování výsledků	36
4	Výzkumná část – interpretace výzkumu.....	37
4.1	Vyučovací hodiny.....	37
4.1.1	Vyučovací jednotka č. 1 testování obou tříd	37
4.1.2	Vyučovací jednotka č.2 testování obou tříd	38
4.1.3	Vyučovací jednotka č.3 (1. skupina)	39
4.1.4	Vyučovací jednotka č.3 (2. skupina)	40
4.1.5	Vyučovací jednotka č.4 (1. skupina)	40
4.1.6	Vyučovací jednotka č.4 (2. skupina)	41
4.1.7	Vyučovací jednotka č.5 (1. skupina)	42
4.1.8	Vyučovací jednotka č.5 (2. skupina)	42
4.1.9	Vyučovací jednotka č.6 (1. skupina)	43
4.1.10	Vyučovací jednotka č.6 (2. skupina)	44
4.1.11	Vyučovací jednotka č.7 (1. skupina)	44
4.1.12	Vyučovací jednotka č.7 (2. skupina)	45
4.1.13	Vyučovací jednotka č.8 (1. skupina)	46
4.1.14	Vyučovací jednotka č.8 (2. skupina)	46
4.1.15	Vyučovací jednotka č.9 (1. skupina)	47
4.1.16	Vyučovací jednotka č.9 (2. skupina)	48
4.1.17	Vyučovací jednotka č.10 (utkání obou tříd)	48
4.1.18	Vyučovací jednotka č.11 testování obou tříd.....	49
4.1.19	Vyučovací jednotka č.12 testování obou tříd.....	49
4.2	Dotazníky	50
4.3	Experiment	74
5	Diskuse.....	83

6	Závěry	93
7	Seznam použitých informačních zdrojů	96
8	Seznam obrázků	99
9	Seznam grafů	100
10	Seznam tabulek.....	101
11	Seznam příloh	102

Úvod

Pro svoji diplomovou práci jsem si zvolila téma Volejbal ve výuce tělesné výchovy na základní škole.

Vybrala jsem si toto téma, protože mám k němu velice blízko. Hraji volejbal už deset let, od své šesté třídy. Velice mě baví, cítím při hře velké napětí a adrenalin. A když mi hra zrovna moc nejde, ostatní hráči mi pomohou a podpoří mě. A naopak, když to zrovna někomu nejde ve hře, pomůžu mu a dodám podporu.

K volejbalu mě přivedl táta a moje kamarádka, která už volejbal hrála. Volejbal mě velice nadchnul a díky volejbalu jsem potkala spoustu úžasných lidí, kteří mě naučili pravidelně sportovat.

Volejbal se hraje na celém světě. Může ho hrát kdokoliv, všechny věkové kategorie a kdo se ho v mládí naučí, už ho nikdy nezapomene. Ale i v pokročilém věku se lze volejbal naučit, i když jsme ho nikdy předtím nehráli. Volejbal mohou hrát jak naprostí amatéři, jen tak pro radost z aktivního pohybu a pro zábavu, tak i profesionální hráči na ligových a mezinárodních mistrovských soutěžích.

Myslím si, že ve školách není dosti prostoru na to, aby se volejbal vyučoval tak často, jak by se mělo. Volejbal je totiž velmi náročný na ovládnutí všech herních činností. A proto někteří učitelé volejbal ani nezařazují do výuky.

Proto bych velice ráda chtěla s žáky vyzkoušet různá cvičení na zlepšení techniky a hry volejbalu.

Pro moji bakalářskou práci jsem vytvořila dvě metody výuky volejbalu a aplikovala je ve dvou třídách žákyň na druhém stupni základní školy, a to v každé třídě jinou metodu. Provedla jsem dva testy. Jeden před začátkem výuky a druhý po ukončení výuky obou metod. Pomocí testů jsem zaznamenala a vyhodnotila výsledky žákyň, jak se zlepšily nebo nezlepšily ve hře volejbalu. Výsledky obou tříd jsem porovnávala, abych zjistila, která metoda výuky volejbalu vedla u žákyň k většímu zlepšení techniky a hry volejbalu.

Moji bakalářskou práci jsem rozdělila do dvou částí. Na „Teoretickou část“, kde se nachází odborné názvy a pojmy zaměřené na volejbal. A na druhou část s názvem „Výzkumná část“, kde se nachází vypracované dvě odlišné metody výuky volejbalu pro žákyně dvou tříd druhého

stupně základní školy-pro každou třídu jedna metoda a testy pro následné zhodnocení žákyň, jak se zlepšily či nezlepšily ve hře volejbalu. A také porovnání mezi třídami, abych zjistila, která metoda výuky volejbalu byla účinnější.

Pro experiment jsem si vybrala žákyně z 9. tříd 1. základní školy Hořovice. Snažila jsem se hlavně, aby dívky výuka hry volejbalu bavila, naučily se něco nového a zdokonalily svoje dovednosti ve volejbalu. Také aby získaly další zkušenosti s volejbalem, které by v nich mohly probudit zájem o tento sport a některé z nich by pak mohly pokračovat ve hře volejbalu v některém sportovním klubu.

Sepsala jsem dotazník a před začátkem výuky volejbalu jej žákyně obou tříd vyplnily. Následně jsem dotazník vyhodnotila, abych zjistila, jak jsou na tom žákyně s volejbalem a se sportem obecně.

1 Teoretická část

1.1 Rozvoj volejbalu ve světě

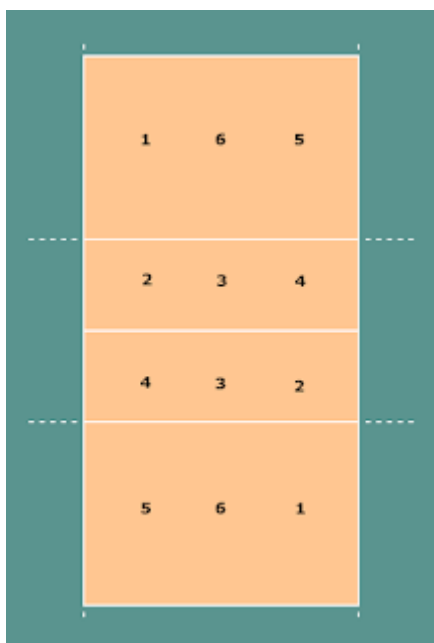
Volejbal vznikl v roce 1895 ve Springfieldu v Massachusetts (USA). Ze začátku měl název „minonette“. Poté byl v roce 1896 přejmenován řediteli YMCA na to volley the ball. Volejbal se hrál, jak v tělocvičně, tak i venku v přírodě. V Evropě se začíná hrát v roce 1917 díky vojákům z USA, kteří bojovali v první světové válce. (Nykodým J. 2006)

1.2 Volejbal v našich zemích

U nás se volejbal začíná hrát po první světové válce. Je to tedy relativně mladý sport. Propagoval ho J. A. Pipal, který pracoval jako ředitel YMCA v Praze. Volejbal si lidé rychle oblíbili a šířil se do YMCA, vysokoškolského sportu, středních škol, do FDTJ, Sokola atd. (Nykodým J. 2006)

1.3 Charakteristika hry

Volejbal hrají dvě družstva po šesti hráčích. Hra se odehrává na hřišti, které je rozděleno sítí a každý tým má stejně velké hrací pole. Cílem hry je dostat míč přes síť na zem do pole soupeře a zabránit soupeři, aby se mu to nepovedlo. Hřiště je rozděleno do 6 zón, aby se hráči lépe orientovali. (Nykodým J. 2006)



Obrázek 1: postavení hráčů a rozdělení zón

(Zdroj: opensourcevolleyball.blogspot.com 2015)

Každé družstvo může využít tři odbití, aby dostalo míč na soupeřovu polovinu hřiště. Hra začíná podáním, úderem do míče, který se dostane přes síť k soupeři. Výměna míče trvá tak dlouho, dokud jeden z týmů neudělá chybu např. míč se dotkne hřiště, mimo hřiště „aut“ nebo se nepovede vrátit míč družstvu povoleným způsobem. Družstvo, které neudělalo chybu, získává bod. Každá takováto rozehra znamená bod jednomu týmu. Hráči, kteří získali bod, se posunují o jedno postavení ve směru hodinových ručiček (pokud podání měl soupeř, jinak ne). (Nykodým J. 2006)

1.4 Pravidla

Velikost hřiště je 9 x 18 m. Hřiště je rozdělené uprostřed sítí, která je pro každé pohlaví a věk jinak vysoká.

Hra začíná podáním z jakéhokoli místa za koncovou čárou. Podání musí být provedeno úderem ruky do nadhozeného nebo puštěného míče. Tento úder musí být proveden do osmi sekund po zapískání rozhodčího pro zahájení hry. Na podání je pouze jen jeden pokus. Nadhoz se považuje za zahájení pokusu o podání. Míč po úderu musí letět nad sítí mezi anténkami a nesmí se dotknou sítě.

Při zahájení hry musí ostatní hráči, mimo podávající obou družstev, stát v polích v takovém postavení, aby zadní hráči měli před sebou své přední hráče a prostřední hráči měli vedle sebe krajní hráče, alespoň postavením jedné nohy. Toto neplatí pro podávajícího hráče, ten může po podání kamkoli do pole se zařadit.

Hráči se mohou přemístit po zahájení hry podle herních úkolů a herní strategie libovolně v poli. V každém družstvu je povoleno míč odbít v jedné akci třikrát. Ale dotek z bloku se nepočítá. Způsobem, kterým se dá odbít míč, je jednoruč, obouruč vrchem a spodem, a to kteroukoli částí těla, tedy i nohama.

Družstvo, které vyhraje rozehru získá bod a podání. Když toto družstvo přijímalo podání, hráči tohoto družstva postupují o jedno postavení ve směru hodinových ručiček. Celý set vyhrává tým, který jako první dosáhne 25 bodů, aspoň s rozdílem 2 body. Pokud tomu tak není, hraje se dál, dokud není rozdíl dvou bodů. Když po hraných čtyř setech je stav vyrovnaný na sety 2:2, hraje se pátý do 15 bodů, opět s rozdílem dvou bodů.

(Kaplan O. 1999), (Boga S. 1997)

Za chybu během hry se počítá dotek jakoukoli částí těla na soupeřově straně pole pod sítí, ale za „přešlap“ se nepočítá dotyk nohou, pokud se dotýkají středové čáry, protože středová čára je součástí obou polí.

Další chybou, která může nastat je dotyk sítě při hře např. při smeči, nahrávce nebo bloku.

Hráč nesmí ani dvakrát po sobě odbít míč. Jedině po bloku může, ten se nepočítá. Hráči mohou přesahovat síť nad polovinou soupeře při blokování, ale nesmí bránit soupeři ve hře.

Také hráči mohou přesáhnout síť při odbíjení míče k soupeři pod podmínkou, že začali odbíjet míč na své polovině.

Dopadne-li míč do hřiště jednoho družstva, získává bod soupeř.

Pokud míč skončí v „autu“ po dotyku hráče na bloku nebo v poli je považován za tečovaný míč a bod získává opět soupeř.

„Aut“ nastane, když míč dopadne mimo hřiště.

Jako v ostatních hrách, tak i při hře volejbalu, může hráč dostat za nesportovní chování napomenutí i žlutou kartu a soupeř dostane bod. (Císař V. 2005)

1.4.1 Oddechový čas

Je dovoleno každému týmu si vzít dva oddechové časy během jednoho setu.

Tato přestávka trvá 30 sekund. (Nykodým J. 2006)

1.4.2 Počet hráčů

Každý tým může mít 12 hráčů a jednoho z nich vybrat jako specializovaného obranného hráče, takzvaně „libero“. (Nykodým J. 2006)

1.4.3 Trenér

Může radit svým hráčům, co mají dělat a jak to dělat lépe. Dále může střídat hráče dvakrát za set a vzít si oddechový čas, když např. potřebuje něco s hráči probrat, nebo aby znervóznil podávajícího soupeře, který půjde podávat. (Kaplan O. 1999)

1.4.4 Libero

Libero je hráč, který hraje a vybírá míče pouze v zadní řadě, nesmí jít na podání ani blokovat u sítě.

Musí se odlišovat od ostatních členů družstva, např. jinou barvou nebo designem dresu, aby bylo vidět, že je to libero, s jinými pravidly než ostatní.

Střídání je u něj úplně jiné než normálně. Výměna libera s jiným hráčem probíhá bez přerušení hry. Počet střídání je neomezený, ale mezi dvěma musí být alespoň jedna rozehra. Mohou se střídat až tehdy, když je míč mimo hru a dříve, než rozhodčí zapíská zahájení hry. Hráči, kteří se mění, musí opouštět a vcházet do hřiště pouze na straně své lavičky v zadní zóně. V případě zranění libera, se souhlasem rozhodčího, může být nahrazen jakýmkoli hráčem družstva. (Kaplan O. 1999)

1.5 Herní činnosti jednotlivce

Odlišujeme tyto herní činnosti jednotlivce-**převážně útočné** což je podání, přihrávka, nahrávka a útočný úder. Dále **obrné i útočné**, tam patří blokování. A **převážně obranné**, kde je vybírání. (Kaplan O. 1999)

1.5.1 převážně útočné

Podání

Každá rozehra začíná podáním. Podání se provádí odbitím míče přes síť do soupeřova pole podle pravidel. Snažíme se dosáhnout bodu pro sebe nebo aspoň překazit přesný příjem a tím znemožnit přesnou přihrávku na nahrávače soupeře, aby nemohli tvrdě zaútočit. Jsou různé možnosti, jak podat např. spodní podání. Spodní podání využívají hlavně hráči, kteří začínají s volejbalem. Při tomto podání stojíme čelem k síti, nohy mírně od sebe. U praváků je levá noha o stopu ve předu než pravá (u leváků naopak), jemně pokrčená kolena a váha těla vzad. Takto nadhazujeme jednou nebo oběma rukama vedle pravého boku. Ruka, která odbíjí, zapaží, při tom je trochu ohnutá v paži a rychle švihne do míče. Odbití do míče provádíme dlaní ruky s prsty nataženými buď u sebe nebo trochu od sebe.

Další možnost je vrchní podání z místa v čelném postoji. Máme stejné postavení jako na spodní podání. Míč si vyhodíme před ramenem ruky, kterou budeme podávat, přibližně 1 až 2 metry do výšky. Trup mírně otáčíme za rukou, kterou budeme odbíjet. Paži zapažujeme a máme ji ohnutou v lokti. Následuje otáčení trupu vpřed a paže jde rychle vpřed a vzhůru. Zasahujeme míč před ramenem dlaní, která je zpevněná a prsty jsou trochu roztažené. Paže při dotyku je natažená nebo mírně ohnutá a tento dotyk trvá jen chvíli. (web.ftvs.cuni.cz2015)

Přihrávka

Míč, který letí od soupeře, usměrníme na spoluhráče. Přihrávku provedeme tak, aby jí mohl dále zpracovat. Můžeme ji provést dvěma způsoby, buď odbitím obouruč spodem – bagr, nebo odbitím obouruč vrchem. Při bagru hráč stojí ve středním nebo nízkém střehu. Před úderem spojí paže před tělem s předloktím co nejbližší u sebe. Hráč se snaží vytahovat ruce z ramen a při tom schovává hrudník. Míč se odehrává přibližně 5 cm nad zápěstím.

Ruce se nejčastěji spojují s dlaněmi přes sebe, jedna ruka hřbetem leží na té druhé v dlaní a palce jsou nad dlaněmi u sebe. (Kaplan O. 1999)

Nahrávka

Nahrávkou je většinou odbití míče od spoluhráče spoluhráči, aby výměnu zakončil útočným úderem. Nahrávka musí být dobře sladěná jak výškou, rychlostí, vzdáleností a se smečářovými schopnostmi. Jsou různé varianty, jak nahrát. Základní je nahrávka obouruč vrchem před sebe. Nahrávač stojí připravený pod míčem s rameny nataženými směrem ke smečáři. Mírně pokrčený v kolenou a rozkročený na šířku ramen s jednou nohou předsunutou. Míč odbíjí před obličejem, jako by mu měl spadnout na kořen nosu. Lokty ohnuté mírně nad rameny. Prsty na míči jsou roztažené, pružně zpevněné a palce směřují k sobě, vytvoří jakoby košíček. Dlaně se vůbec nedotýkají míče. Při dotyku se paže až po zápěstí spolu s koleny a kyčlí plynule natahují a při tomto pohybu zůstávají paže vzájemně souběžné až do uvolnění míče. Palce ovlivňují směr nahrávky, a tím by se měl udržet míč bez rotace nebo s malou rotací. Dále máme nahrávku obouruč vrchem za sebe, nahrávku ve výskoku, buďto čelně nebo bočně,

nahrávku jednou rukou ve výskoku, z nízkého střehu čelně, z podřepu stranou, v pádu vzad a nahrávku v pádu stranou. (Kaplan O. 1999), (Reeser J. 2003)

Útočný úder

Individuální útok je nejčastěji z třetího odbití po nahrávce, zakončený tvrdým úderem do soupeřova hřiště. Pro diváky je útok nejatraktivnější částí volejbalu pro svoji dynamiku, napětí, boj a souhru nahrávače se smečařem. První fáze útoku je rozběh, může být čtyřkrokový, což znamená tři kroky, přísun a výskok. Nebo tříkrokový, dva kroky přísun a výskok. Zahájení rozběhu při vysoké nahrávce začíná, když je míč na vrcholu své dráhy. Před rozběhem pro praváka tělo mírně předkloněné a levá noha mírně předsunutá, pro čtyřkrokový rozběh. Kolena také mírně pokrčená. Očima je nutné sledovat nahrávku. Rozběh se zahajuje přesunem pravé nohy vpřed, pak následuje odraz levé nohy a rychlý krok touto nohou. Třetí krok vykonaný pravou nohou je delší a došlap nohy je přes patu a vnější stranu chodidla. Při třetím kroku natažené paže v protipohybu do zapažení. Zároveň levá noha se rychle přesouvá vpřed před pravou nohu se špičkou vytočenou dovnitř téměř kolmo ke směru pohybu. Před odrazem se natáčejí kyčle i ramena směrem k míči. S levou nohou se také zahajuje švihový pohyb paží vpřed. Poslední dva kroky musí jít rychle po sobě, jak to jde, aby byla rychlost na co nejvyšší výskok.

V tříkrokovém rozběhu se vynechává první krok z čtyřkrokového rozběhu. Hráč začíná útočný úder s předsunutou pravou nohou.

Je velmi důležité zesynchronizovat švih paží vpřed s odrazem. Když se ruce dostanou nad ramena, začne se ruka, kterou hráč smečuje, ohýbat v lokti. A tím se hráč otvírá přilétajícímu míči. Opačná ruka, která neprovádí úder, pokračuje v pohybu vzhůru.

Útočný úder provádíme rychlým a silným švihem paže do míče. Předloktí nahoru a vpřed. Díky zpevněné ruce a maximálnímu zapojení zápěstí se předá míči co největší hybnost. Při úderu je důležité mít paži nataženou pro plné využití síly při úderu.

Dopad. Hráč musí dopadnout do vyváženého postoje, aby pak mohl navázat na další herní činnost, a aby si nic neprovedl. Proto je lepší prodloužit dopad, jít přes špičky a zhoupnout se v kolenou. (Císař V. 2005)

Používají se různé druhy útočných úderů: **ulití, smeč, lob, drajv, rychlík**

Ulití

Je mnoho způsobů, jak dostat míč k soupeři přes síť. Např. ulití – po smečářském rozběhu umístí hráč konečky prstů na míč a dostaneme ho těsně za síť. Tento útok je dobrý na překvapení obrany, která očekává tvrdou smeč. (Císař V. 2005)

Smeč

Při smeči musí být míč zasažen shora zezadu rukou a tímto způsobem míří rovnou k zemi.

(Kaplan O., Buchtel J., Zoula V., 1989)

Ulívka s otevřenou dlaní

Nejdříve jde náprah paže. Ruka se poté zpomalí, až zastaví a do míče zasahujeme prsty otevřené dlaně. S delším kontaktem s míčem za pomoci zápěstí nebo malého pohybu paže provedeme odbití. (Haník Z.2008)

Lob

Míč zasahujeme zezadu zdola rukou. Po úderu míč letí po oblouku. Tento úder je základní a měl by ho umět každý, kdo hraje volejbal. (Haník Z.2008)

Drajv

Míč je zasažen zezadu rukou hráče a po úderu míč letí po přímce. Dlaň při úder má tvar špetky.

(Haník Z.2008)

Rychlík

Je útočný úder útočníka. Útočník se buďto rozebíhá jedním nebo dvěma rychlými kroky a hned poté následuje rychlý odraz, nebo pouze naskočí. Rozběh začíná asi 3 m od sítě. Švih se provádí kruhovým pohybem paží ohnutou v lokti a s mírným zapažením. Tento útočný úder je velice rychlý a závisí na kvalitní přihrávce a nahrávce, aby se tento úder povedl. Smečář se rozebíhá dříve, než je provedena nahrávka a úder provádí v okamžiku stoupání. (Kaplan O. 1999)

1.5.2 obranné i útočné

Blokování

Toto je úkol hráčů, kteří stojí vpředu u sítě. Mohou blokovat samostatně (jednoblok), dva (dvoublok) nebo dokonce tři (trojblok). Blokování se provádí tím způsobem, že hráči přesáhnou rukama nad síť. Snaží se zamezit přeletu míče od soupeře do vlastního pole a odrazit míč k soupeři do pole, nebo odrazit míč vzhůru tak, aby ho spoluhráči mohli odehrát. Ten, co blokuje, pozoruje soupeře, co dělá, aby mohl rychle zasáhnout. Kolena má mírně pokrčená, chodidla trochu od sebe a stojí čelem k síti. Ruce jsou nad rameny nebo u pasu a ohnuté paže s dlaněmi směřují k síti a váha je na špičkách. Následuje odraz na výskok, pokrčení kolen, ruce jdou níže a hráč se předkloní v kyčlích. Po výskoku jdou paže šikmo vzhůru napnuté, jako rovnoběžné přímky. A prsty roztažené od sebe. Při výskoku jsou nohy natažené a mírně vpřed. Dopad se mírní přes špičky a ohnutí v kolenou. Blokař musí hlídat celou síť tak, že se dostane úkroky do stran nebo na delší vzdálenost běží a na konci vyskočí. (Kaplan O. 1999)

1.6 Herní kombinace

Hráči při řešení herních situací uplatňují herní kombinace, při kterých spolupracují dva nebo více hráčů ve hřišti, při jisté rychlosti provedení. Herní kombinace realizují taktický záměr.

Herní kombinace dělíme na:

- převážně útočné (bez signálu a na signál)
- převážně obranné
- obranné i útočné. (Kaplan O. 1999)

1.6.1 Herní kombinace útočné bez signálu

Jsou ze všech kombinací nejjednodušší a také snadno pochopitelné. Nejvíce je používají začátečníci, ale i vrcholoví hráči, když nemohou použít kombinaci na signál.

Mezi herní kombinace útočné bez signálu patří:

- herní kombinace s nahrávačem přední řady
- herní kombinace s vbíhajícím nahrávačem
- herní kombinace útok po nahrávce z pole
- herní kombinace útok po přihrávce k útoku (Kaplan O. 1999)

Kombinace s nahrávačem přední řady

Při této kombinaci jde přihrávka na nahrávače k síti. Nahrávač svou nahrávku má vyšší a delší a zaměřuje ji do postranních zón. Zakončuje se útočným úderem, který může být pouze na síti ve dvou krajních zónách. Nevýhodou je, že přihrávky jsou pomalé a soupeř je prokoukne a může se připravit k obraně proti útoku. (Kaplan O. 1999)

Kombinace s vbíhajícím nahrávačem

Pokud je nahrávač hráčem zadní řady, může po úderu podávajícího do míče přeběhnout dopředu do zón II a III. A po přeběhu k síti může nahrát na útočný úder všem třem hráčů v přední řadě. Tato kombinace je velice náročná pro nahrávače, protože musí pořád sledovat míč a rychle se dostat k síti, aby mohl nahrát. Po nahrávce vykrývá útočícího hráče, kdyby se míč odrazil zpět do pole a vrací se do obranného postavení v poli. (Kaplan O. 1999)

Kombinace útok po nahrávce z pole.

Když míč po mezihře směřuje jinam do pole než k nahrávači, tak míč nahrává hráč, který je nejbližší k míči a snaží se ho dostat k síti, kde ho odehrají útočným úderem přední hráči. (Kaplan O. 1999)

Kombinace útok po přihrávce k útoku.

Tato kombinace funguje zase při lehce zpracovatelných míčích od soupeře. Dlouhá a vysoká přihrávka k síti, ze které může hráč vepředu ihned útočit. Nejvíce ji využívají nahrávači ze zón II nebo III, kdy jen pouze naznačí nahrávku ve výskoku, ale poté útočí přes síť. (Kaplan O. 1999)

1.6.2 Herní kombinace útočné na signál

Dva nebo více hráčů mají domluvený signál, aby mohli uskutečnit rychlý a nečekaný útok. Signály máme:

- jednoduché
- složité

Při **jednoduchých signálech** spolupracuje pouze jeden hráč s nahrávačem. Podle signálu od nahrávače útočník ví, z jakého místa a jaký druh nahrávky dostane a zakončí kombinaci příslušným útočným úderem.

Nejčastěji se používají tyto jednoduché signály:

- „útok po rychlé nahrávce s oběhnutím nahrávače,
- útok z kolmé, krátké rychlé nahrávky neboli rychlík
- útok z krátké a dlouhé vystřelené nahrávky“. (Kaplan O. 1999, s. 60)

Používá se toto číselné označení nahrávek.

- „0 – bez označení, tj. vystřelená nahrávka do zóny č. IV a II
- 1 – rychlík v těsné blízkosti před nahrávačem
- 2 – polovysoká nahrávka do zóny č. II se změnou při rozběhu
- 3 – rychlík za nahrávačem
- 4 – krátká vystřelená nahrávka na 1,5 – 2 m před nahrávače
- 5 – polovysoká nahrávka hraná v tandemu za rychlíkem“. (Kaplan O. 1999, s. 60)

Složité signály se odehrávají mezi nahrávačem a dvěma nebo i vícero hráči. Nahrávač před samotným podáním soupeře dá signál pomocí rukou nebo zvoláním čísla, pro daný druh nahrávky pro útočný úder, dvěma nebo třem hráčům. Takto lze vytvářet různé kombinace nahrávek za pomoci smečů, rychlíků a dalších rychlých nahrávek, které soupeř neočekává a není na ně připravený. (Kaplan O. 1999)

Složité signály lze dělit na:

- „bez křížení smečářů,
- s křížením smečářů,
- v tandemu smečářů (dva za sebou)“. (Buchtel 2005, s. 115)

1.6.3 Obranné herní kombinace

Do obrany se zapojují všichni hráči, jak blokující hráči u sítě, tak i hráči v poli, kteří se snaží bránit plochu hřiště před soupeřovým útokem. Když blok odrazí míč zpět do pole, tak je potřeba vykrýt smečáře, aby míč nespádl na zem a mohlo se znovu zaútočit. Smečář může být vykrýván dvěma nebo třemi hráči podle útočné kombinace.

Druhy obranných kombinací:

- vykrývání vlastního smečáře dvěma hráči
- vykrývání vlastního smečáře třemi hráči
- postavení proti útočnému úderu soupeře
 - obrana bez bloku
 - obrana s jednoblokem
 - obrana s dvojblokem
 - obrana s trojblokem (Císař V. 2005), (Kaplan O. 1999)

vykrývání vlastního smečáře dvěma hráči

Smečáře většinou vykrývá nahrávač a druhým vykrývajícím je hráč ze zadní řady na stejné straně jako smečář. Ale když přichází nahrávka ze zóny II a útok je ze zóny IV, vykrývajícím místo nahrávače je střední neútočící hráč přední řady. (Kaplan O. 1999)

vykrývání vlastního smečáře třemi hráči

Při kvalitním bloku vykrývají smečáře tři hráči. Když je útok ze zóny IV a II vykrývá nahrávač ze zóny III po své nahrávce, hráč zezadu za smečářem a hráč veprostřed ze zadní řady. Když nahrávač přihrává ze zóny II do zóny IV nezúčastní se vykrývání a zastoupí ho neútočící střední hráč přední řady. (Kaplan O. 1999)

postavení proti útočnému úderu soupeře

Obrana bez bloku

Tuto obranu většinou používají naprostí začátečníci, protože blok neumí účinně použít. Ale využívají ji i vyspělé týmy v situaci, kdy soupeř má problém zpracovat míč a je jasné, že tvrdě nezaútočí. Díky tomu se můžou rychle stáhnout, krýt hřiště a rychle zaútočit. (Císař V. 2005)

Obrana s jednoblokem

Každý hráč blokuje pouze v zóně u sítě, kde hraje. Tuto obranu využívají hráči, kteří se zatím učí blok. Obrana s jednoblokem je běžná i u vyspělých hráčů. Z důvodu velkého počtu rychlých nahrávek a těžkého sestavení bloků s více hráči. (Císař V. 2005)

Obrana s dvojblokem

Pro tuto obranu je důležitá zkušenost středního blokaře. Aplikuje se při útočném úderu při nahrávce normálně vysoké. Dvojblok se nejvíce vyskytuje u sítě na krajích a ostatní hráči brání v poli. Jedná se o nejčastější obrannou kombinaci ve hře. Proto by bylo dobré tyto situace-smečař proti dvojbloku často trénovat. (Císař V. 2005)

Obrana s trojblokem

Staví se většinou proti dobrým smečařům, kteří mají silný úder z vysoké nahrávky. A to za účelem získání bodu z úspěšného zablokování míče do soupeřova pole. Ale náročnější to zase mají ostatní tři hráči v poli, kteří kryjí pole vzadu, kdyby trojblok míč nezablokoval. (Císař V. 2005)

1.6.4 Herní kombinace obranné i útočné

Druhy herních kombinací obranných i útočných:

- vyčkávací postavení při obranně-útočných kombinací
- postavení při podání soupeře

Vyčkávací postavení při obranně-útočných kombinací

Po odbití míče k soupeři, hráči jdou do postavení, které je pro ně nejlepší pro další kombinaci. Nejčastějším postavením jsou tři hráči vepředu v řadě a tři vzadu v řadě čelem k síti. (Kaplan O. 1999)

Postavení při podání soupeře

Je to takové rozmístění hráčů, které jim umožní dobrý příjem podání a hned po něm zaútočit.

Podle toho, kolik hráčů přijímá podání, máme různé varianty:

- postavení 5-1- kdy pět hráčů přijímá vzadu a nahrávač je vpředu u sítě. Pokud nahrávač není v zóně III. přebíhá si do ní.
- postavení 4-2- čtyři hráči přijímají vzadu a nahrávač většinou s útočníkem jsou u sítě, aby mohli útočit z rychlých nahrávek ihned po příjmu.
- postavení 3-3- tři hráči přijímají, nahrávač se přemísťuje na svoje místo, nebo když je na svém, tak čeká na přihrávku a dva útočníci u sítě si odstupují na nahrávku
- postavení 2-4- přijímají pouze dva hráči libero a jeden smečář. Toto postavení se používá jen výjimečně. Hlavně při podání, které je pomalejší a kdy mají hráči dostatek času se k míči dostat.

(Kaplan O. 1999), (Buchtel 2005)

1.7 Herní systémy

Herní systémy se dělí podle počtu hráčů, kteří jsou specializovaní na útočení a na nahrávání.

Závisí také na úrovni jednotlivých hráčů. (Císař V. 2005)

Jednotlivé druhy herních systémů:

- „každý střední přední hráč nahrávačem (0-6)
- se dvěma nahrávači (4-2)
- s jedním nahrávačem (5-1)“ (Kaplan O. 1999, s. 75)

1.7.1 Každý střední přední hráč nahrávačem (0-6)

Herní systém každý střední přední hráč nahrávačem se hodí hlavně pro družstva, která začínají. V týmu nejsou žádní specializovaní hráči. Všichni si vyzkouší hru jak po technické, tak i taktické stránce ve všech zónách. Hráč, který právě stojí v zóně III nahrává a zaujímá toto postavení při podání soupeře, tak při jakýkoliv jiných situacích, když od soupeře míč letí přes síť. Při tomto herním systému je pro hráče velice náročné si zapamatovat všechny povinnosti hráče na různých postaveních a také hráč na každém postavení provede málo opakování dovedností a přesunů k zafixování úkolů. Už v počátcích hry by se měla zavést specializace hráčů, tím se pro hráče hra zjednoduší. Ale po určitém čase by měli hráči střídat svou specializaci, a to pro jejich komplexní rozvoj. (Kaplan O., Buchtel J., Zoula V., 1989)

1.7.2 Se dvěma nahrávači (4-2)

V tomto herním systému jsou v družstvu dva nahrávači, dva smečaři a dva blokaři. Ve hřišti jsou rozděleni do dvou trojic do přední a zadní řady. Hráči se stejnou specializací stojí proti sobě diagonálně, tedy při jakémkoli rotačním postavení je vždy jeden nahrávač u sítě. Nahrávač v přední řadě u sítě je hlavním do té doby, kdy jde na podání do zadní řady a hlavním nahrávačem se stává druhý nahrávač, který se dostal do přední řady. Nahrávači nejsou vždy stejně vyspělí. A i tento systém je nevhodnější pro začátečníky. (Kaplan O. 1999) (Císař V. 2005)

1.7.3 S jedním nahrávačem (5-1)

Tento herní systém je charakteristický tím, že nahrávky uskutečňuje pouze jeden nahrávač. Místo druhého nahrávače tam je univerzál, který je všestranný. Když se nahrávač vyskytuje v přední řadě má dva útočníky u sítě, ale když je hráč zadní řady, tak vbíhá a má u sítě tři útočníky včetně univerzála. Systém používají špičkové týmy z důvodu, že je jednodušší najít jednoho výborného nahrávače než dva se stejně dobrou charakteristickou nahrávkou a mají i výhodu při útoku se třemi útočníky, kdy soupeř neví kam postavit blok. (Císař V. 2005)

1.8 Specializovaní hráči

Každý hráč má svoje určité místo v poli. U sítě je smečař v zóně IV, blokař má zónu III a nahrávač s univerzálem mají zónu II. Naopak v zadní řadě blokař se smečařem si rozdělí zónu V a VI a nahrávač s univerzálem jsou v zóně I. Všichni hráči si mohou měnit místa až po odehrání míče k soupeři.

Pro **nahrávače** je výhoda vysoká výška pro kvalitní blok a nahrávku ve výskoku. Nahrávač také určuje signály a tím organizuje hru družstva.

Univerzál hlavně blokuje soupeře a dále zakončuje z různých útočných kombinací. A v případě nouze, kdy nahrávač nemůže nahrát, zastoupí ho univerzál.

Blokař by měl být nejvyšší pro zablokování rychlých útoků soupeře a smečovat různé ale hlavně rychlé nahrávky.

Smečař by měl mít dobrý výskok na zakončující útok, jak z vysokých, tak z vystřelených nahrávek. Musí umět zablokovat útok soupeřova nahrávače a samozřejmě dokázat zasměčovat i ze zadní řady. (Kaplan O. 1999)

1.9 Druhy volejbalu

Volejbal může mít několik podob. Např. plážový volejbal, který se hraje po dvou hráčích v týmu na písku. Hráči hrají bosí. Dále sněhový volejbal, je podobný jako plážový, ale hraje se na sněhu a je potřeba, aby hráči měli kopačky, aby neklouzali. Mezinárodní volejbalová federace usiluje o to, aby tento sport se stal zimním olympijským sportem. Další varianta je sedací volejbal, hlavně pro postižené, ale může ho hrát kdokoliv, kdo dodržuje pravidla. Hráči musí být celou dobu v kontaktu s podlahou. Jinou alternativou je vodní volejbal, devítičlenný volejbal a foot volejbal, něco mezi volejbalem a fotbalem. (Dufresne, Emilie, 2020)

1.10 Charakteristika dané věkové skupiny

V této práci se zaměřuji na žáky druhého stupně základní školy, kteří spadají do rané adolescence v období dospívání. (Vágnerová, 2012)

1.10.1 Raná adolescence

Toto období se zaměřuje přibližně na 11. – 15. rok života, který odpovídá už zmiňovanému druhému stupni základní školy.

Rané adolescenci můžeme říkat také pubescence, kdy dochází k tělesnému dospívání, ke kterému patří i pohlavní dozrávání. Dospívajícímu se také díky tomu mění tělesný zevnějšek, což způsobuje reakci v okolí a změnu postoje a vztahu k sobě samému. Začínají i hormonální proměny a ty mají vliv na emoční prožívání daného jedince a tím pádem působí i na okolí, díky jeho výkyvům nálad. Neboli pubescent se pomalu snaží osamostatnit od rodičů a chce být nejvíce s vrstevníky. V tomto období je pro ně klíčové přátelství a první lásky. Při dospívání ztrácí staré jistoty, ale hledají a ukotvují nové stabilizace. Pro pubescenta je podstatné, aby ho lidé citově akceptovali a vrstevníci přijali mezi sebe. (Vágnerová, 2012)

Zaměření kondičního tréninku: V tomto období by se měla podporovat rychlost a koordinace se souladným rozvojem odrazové síly a napomáhat k dostatečné pohyblivosti. (Haník, Lehnert a kolektiv, 2004)

Vývojové zvláštnosti: U pubescentů dochází k velkému tělesnému růstu a přestavbě motoriky. Díky růstu končetin mají nové proporce a změnu těžiště, ale za příčinu to má i poruchy v pohybové koordinaci. Jejich organismus zvyšuje svojí práce schopnost a u chlapců stoupá síla a dívky začínají pociťovat rozdíly v motorických činnostech. Daní jedinci už uvažují logicky, jsou pozornější, ale také mají zbrklé názory. Usilují o pozornost a vyniknout mezi vrstevníky i za cenu, že neuspějí.

Samozřejmě nemají dostatek zkušeností, tak přeceňují svoje schopnosti. Pubescenty trápí často emoční labilita a přecitlivělost v určitých situacích. (Haník, Lehnert a kolektiv, 2004)

1.11 Vzdělávací programy

1.11.1 Rámcový vzdělávací program

„Rámcové vzdělávací programy (RVP) tvoří obecně závazný rámec pro tvorbu školních vzdělávacích programů škol všech oborů vzdělání v předškolním, základním, základním uměleckém, jazykovém a středním vzdělávání. Do vzdělávání v České republice byly zavedeny zákonem č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon).

RVP stanoví zejména, konkrétní cíle, formy, délku a povinný obsah vzdělávání, podle zaměření daného oboru vzdělání, jeho organizační uspořádání, profesní profil, podmínky průběhu a ukončování vzdělávání

Podmínky pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a nezbytné materiální, personální a organizační podmínky a podmínky bezpečnosti a ochrany zdraví.

RVP musí odpovídat nejnovějším poznatkům, a to z vědních disciplín, pedagogiky a psychologie.

Podle uvedených hledisek budou rámcové vzdělávací programy také upravovány.

Rámcové vzdělávací programy vydává MŠMT (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy) po projednání s příslušnými ministerstvy“. (www.edu.cz2022) [cit. 11. 3. 2023]

1.11.2 Školní vzdělávací programy

„Na základě rámcových vzdělávacích programů a pravidel v nich stanovených si jednotlivé školy vytvářejí své realizační programové dokumenty – školní vzdělávací programy (ŠVP), které musí být v souladu s tímto rámcovým vzdělávacím programem (RVP).

Pro ŠVP platí, že je vydáván a zveřejněn ředitelem školy nebo jej školské zařízení zveřejní na přístupném místě ve škole nebo školském zařízení. Také je volně dostupný komukoliv k nahlédnutí a pořizování si z něj opisů a výpisů“. (www.edu.cz2022) [cit. 11. 3. 2023]

1.11.3 Výuka volejbalu dle RVP pro základní vzdělávání

Volejbal ve výuce na základní škole se zařazuje do sportovních her, které ovlivňují úroveň pohybových dovedností. A spadá pod vzdělávací oblast Člověk a zdraví.

Pro tělesnou výchovu na 2. stupni základních škol si každá škola vybírá dvě sportovní hry, které musí obsahovat herní činnost jednotlivce, herní kombinace, herní systémy a utkání podle pravidel žákovské kategorie. A proto volejbal na základních školách nemusí být vyučován.

(RVP ZV, 2017)

1.12 Tělesná výchova

Tělesná výchova je vzdělávací obor podle RVP. Z tělesné výchovy by si měli žáci převzít vtaž ke zdraví, mít kladný postoj k pohybu, dále rozvinout své tělesné zdatnosti a zajímat se o další sportovní aktivity pro zdraví po celý život. Do tělesné výchovy by bylo dobré zařazovat i vzdělávání o správné výživě, hygieně a např. bezpečnost. Povinné dvě hodiny týdně tělesné výchovy, ale žák nezajistí optimální pohybový rozvoj, a tím pádem musí doplnit pohybové aktivity ještě někde jinde. Ale jedna z výhod tělesné výchovy je, že nabízí velké množství různých pohybových činností a díky nim žáci vyvíjí své pohybové dovednosti i schopnosti.

(Polívka, 2016)

1.13 Výuka volejbalu ve školní tělesné výchově

Volejbal patří do sportovních míčových her a jeho technika je velice náročná. Technika souvisí s učením motoriky a s psychosociální interakcí. Efektivně řešit pohybové úkoly a získat pohybové dovednosti je podstatou motorického učení. (Přidal, Zapletalová, 2003) Převahu v názoru, jestli začít učit volejbal nejdříve jednotlivými dovednostmi a pak hrát nebo nejdříve žákům vysvětlit pravidla a organizaci hry, žáci by hráli a dovednosti by během hry postupně rozvíjeli. Tak většina se přiklání k tomu, že by se měli nejprve žáci učit základní dovednosti a poté hrát. Je to lepší pro žáky, že se naučí mít kontrolu nad míčem.

(Haník, Lehnert a kol, 2004)

Důležité je brát v potaz věk žáků, jejich motorické schopnosti, tělesnou vybavenost a také individualitu žáka. Hlavní podstatou výuky volejbalu ve škole je nacvičovat základní pohybové a volejbalové dovednosti s žáky, a aby nabývali zkušenosti z předchozích aktivit s míčem a motivovat žáky k další pohybové aktivitě.

1.14 Rešerše

Podobným tématem, kterým se zabývám já ve své práci, se také zabývali další studenti. Např. Michal Urbančík (2012) se ve své diplomové práci zabývá volejbalem ve výuce na osmiletých gymnáziích. Navrhl dvanáct tréninkových jednotek, v kterých chtěl ukázat, jak by se volejbal na základních a středních školách mohl vyučovat. Při výběru jednotlivých cvičení dbal na to, aby studenty volejbalem zaujal a aby ho na hodinách tělesné výchovy rádi hráli. Provedl také testování, podle kterého zjistil, jak se studenti zlepšili ve hře volejbalu po absolvování tréninkových jednotek.

Podobnému tématu se věnovala i Johana Plachá (2020) ve své diplomové práci: Výuka volejbalu v hodinách tělesné výchovy na základních a středních školách. Zdůrazňuje ve své práci, že pedagogové by měli hlavně v tělesné výchově žáky motivovat a povzbuzovat k pohybové aktivitě. A při výuce volejbalu zajistit bezpečnost, kontrolu vybavení, a hlavně docílit toho, aby žáky hra bavila a něco se naučili. O to samé jsem se snažila i já ve svém experimentu, aby byla pro žákyně výuka volejbalu zábavná a přínosná.

Také Helena Vilímková svou diplomovou prací: Výuka volejbalu na základních a středních školách (2016) chtěla přispět ke zlepšení výuky volejbalu. Sestavila pět dvouhodinových vyučovacích jednotek k nácviku volejbalu a také jako já testování dovedností jednotlivce k ověření zlepšení po aplikaci vyučovacích jednotek. Po provedení testování jsme obě zjistily, že došlo ke zlepšení dovedností studentů a žáků.

Problémem při výuce volejbalu může být i samotná příprava hřiště např. pověšení sítě. Markéta Harčárová (2009) se tímto problémem zabývala ve své diplomové práci: Zkvalitnění výuky volejbalu na základní škole. Uvádí podle svých zkušeností, že při jedné vyučovací hodině není tolik času na pověšení sítě a na její správné vypnutí. Tato činnost chvíli trvá, proto je dobré, sít si připravit před začátkem hodiny nebo po dobu instalace žáky nějakým způsobem zabavit. Myslím si, že by nebylo špatné, žáky naučit sít pověsit, aby to uměli i sami.

Zajímavý výzkum provedli Sgrò Francesco, Coppola Roberto, Schembri Rosaria, Lipoma Mario (2021) ve své práci: Vliv modelové jednotky taktických her na volejbalové výkony žáků na základní škole. Připravili pro žáky základní školy třináctitýdenní lekce taktických her. Výkony hodnotili průběžně. Některé hry měly špatný vliv na výkony studentů. Proto by měli učitelé při navrhování výuky myslet na úroveň žáků, kterými disponují, aby žáky nepřecenili, ale ani nepodcenili a docílit toho, aby se žáci zlepšovali. Z celkových výsledků bylo jasné zlepšení všech, kteří se zúčastnili, ale žáci se středními dovednostmi se zlepšili mnohem více než ostatní žáci.

2 Cíle a úkoly práce, výzkumné otázky

2.1 Cíl práce

Hlavní cíl bakalářské práce je porovnat účinnost navrženého modelu výuky volejbalu s tradiční metodou používanou na základní škole, to je výuka s využitím volné hry.

1. Dílčí cíl zjistit zájem žákyň o výuku volejbalu a o sport obecně.
2. Dílčí cíl zmapovat postupy, které pedagogové na základních školách používají při výuce volejbalu.

2.2 Úkoly práce

Pročíst si informace o problematice daného tématu.

Vypracovat teoretickou část práce.

Vytvořit dotazníky pro žáky a pedagogy.

Připravit model výuky volejbalu s cílem zaměřit se na rozvoj herních činností jednotlivce a model s volnou hrou.

Vytvořit testy, které budou postihovat volejbalové dovednosti a umožní hodnotit žáky druhého stupně základní školy.

Porovnat pohybové dovednosti.

Zhodnotit výsledky obou skupin a doporučit vhodnou variantu výuky volejbalu pro žáky druhého stupně základní školy.

Vyhodnotit dotazníky s pomocí grafů.

Sepsat diskusi a závěr.

2.3 Výzkumné otázky

1. Bude při výuce volejbalu na druhém stupni základní školy účinnější metoda výuky na základě navrženého modelu nebo výuka tradiční s využitím volné hry?
- 2.a) Hrály už někdy volejbal žákyně z druhého stupně základní školy?
- 2.b) Hrají některé žákyně volejbal závodně?
- 2.c) Hrají žákyně ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku volejbal? A pokud ano, jak často ho hrají?
- 2.d) Mají žákyně na druhém stupni základní školy zájem o sport i ve volném čase?
- 2.e) Jakou průměrnou týdenní pohybovou aktivitu mají žákyně mimo školu?
- 2.f) Které sporty při výuce tělesné výchovy patří u žákyň mezi oblíbené?
- 2.g) Mají žákyně na druhém stupni základní školy zájem o výuku volejbalu?
- 2.h) Jak dalece žákyně znají vybraná pravidla v souvislosti s hrou volejbalu?
- 3.a) Kolik z dotazovaných pedagogů jsou muži?
- 3.b) Jakou mají praxi pedagogové z druhého stupně základní školy?
- 3.c) Jaké jsou oblíbené sporty ve výuce u pedagogů?
- 3.d) Zahrnují pedagogové volejbal do tělesné výuky? Pokud ano, jak často?
- 3.e) Jaké postupy volí pedagogové při výuce volejbalu na základních školách?
- 3.f) Které herní činnosti učí pedagogové při výuce volejbalu nejčastěji?
- 3.g) Myslíte si pedagogové, že žáci mají zájem o volejbal?
- 3.h) Mají pedagogové dostatek vybavení pro výuku volejbalu?

3 Metodika práce

3.1 Použité metody

Pro sběr dat jsem použila metody dotazníku a experimentu. Dotazníky jsem vytvořila dva.

První dotazník byl určen pro žákyně 9.A a 9.B z 1. základní školy Hořovice. Druhý dotazník byl směřován na pedagogy tělesné výchovy, kteří vyučují na druhém stupni základních škol ve středních Čechách. Na hodinách tělesné výchovy jsem se žákyněmi 9.A a 9.B vyzkoušela metody experimentu.

Dotazník pro žákyně obsahuje osm otázek a tři podotázky. Z toho pět otázek je uzavřených v dichotomickém stylu, kde odpovídali respondenti na otázku jenom ano nebo ne. Pět otázek je otevřeného typu, kde žákyně psaly odpověď podle sebe. A poslední jedna otázka je uzavřená, žákyně vybíraly mezi dvěma možnostmi.

Dotazník pro pedagogy obsahuje také osm otázek a jednu podotázku. Na tři otázky respondenti odpovídali buď ano nebo ne, jsou to otázky uzavřené dichotomického stylu. Pět otázek je uzavřených, kde respondenti vybírali jednu možnost ze dvou až pěti odpovědí. Poslední jedna otázka otevřená, kde respondenti napsali to, co chtěli.

Experiment jsem využila na porovnání a zjištění účinnosti navržených dvou metod volejbalové výuky pro žákyně základní školy druhého stupně. Do mého experimentu se zapojily žákyně 1. základní školy Hořovice. Přesněji se do mého experimentu zapojilo 16 žákyň z 9.A a 16 žákyň z 9.B z výše uvedené základní školy.

Experiment obsahoval celkem dvě měření v podobě testování, kde jsem testovala čtyři základní činnosti jednotlivce ve volejbalu. První testování jsem aplikovala v obou třídách před použitím metod volejbalové výuky. A druhé testování jsem uplatnila opět v obou třídách hned po realizaci metod výuky volejbalu.

3.2 Popis výzkumného souboru

První dotazník pro žákyně byl vytvořen papírovou formou. Tento dotazník jsem jim předala osobně první hodinu výuky volejbalu. A samozřejmě vysvětlila, jak mají dotazník vyplnit, aby nedošlo k nedorozumění a tím i ke špatnému vyplnění. Žákyním bylo doporučeno, aby dotazník vyplňovaly s dohledem zákonného zástupce, protože jim ještě nebylo 18 let.

Druhý dotazník pro pedagogy byl formou online. Rozeslala jsem jej pomocí internetu do různých základních škol s žádostí o vyplnění, abych získala podklady pro moji bakalářskou práci.

První části výzkumu se zúčastnilo 32 žákyň z 9.A a 9.B z 1. základní školy Hořovice, které vyplňovaly dotazník a podstupovaly i experiment.

Před experimentem žákyně odevzdaly informovaný souhlas s podpisem zákonného zástupce z důvodu jejich nezletilosti.

Další části výzkumu se zúčastnilo 22 pedagogů z 8 základních škol ze Středočeského kraje, kteří vyplňovali dotazník.

Díky dosaženým datům byla srovnána data mezi dvěma devátými třídami žákyň a mezi pedagogy základních škol. Všechna data jsou uváděna v anonymní podobě.

3.3 Zpracování výsledků

Všechna získaná data jsem zaznamenala do grafů a tabulek, kolik daných respondentů odpovědělo stejně na totožnou otázku a jakých výsledků dosáhly žákyně v testech experimentu. Vše jsem vyhodnocovala v procentech. A výsledky jsem použila anonymně.

Aplikovala jsem také aritmetický průměr, který zjistí průměr ze všech daných hodnot, např. při získání průměrného počtu bodů z disciplín.

Dále jsem použila směrodatnou odchylku na váhu a výšku žákyň. Která určuje, jak moc jsou hodnoty odchýlené od průměru hodnot.

4 Výzkumná část – interpretace výzkumu

4.1 Vyučovací hodiny

Vytvořila jsem dvě různé metody výuky volejbalu s počtem 8 hodin, které by měly zdokonalovat herní činnosti jednotlivce. Aplikovala jsem je na 1. základní škole Hořovice. Metody jsem realizovala na dvou třídách. Konkrétně na žákyních z 9.A a 9.B, a to v každé třídě jinou metodu. Níže uvedená cvičení jsem čerpala z literatury: (Buchtel J. 2017), (Kaplan O. 1999), (Velenský M. 2005), (Zoula V., Buchtel J., Kaplan O., 1989), (Reynaud C. 2015) a (Croteau J.2023).

4.1.1 Vyučovací jednotka č. 1 testování obou tříd

Zahřátí: Běhání čar. Od konce hřiště na útočnou čáru a zpět. Poté ke střední čáře, zpět na útočnou čáru a opět na střední čáru a zpět na konec hřiště.

Protažení.

1. test experimentu:

- a) Odbití obouruč vrchem: Postupné měření, kolikrát za 30 sekund odbijí obouruč vrchem o zeď. S odstupem od zdi 2 m.
- b) Odbití jednoruč spodem – spodní podání nebo odbití jednoruč vrchem – vrchní podání čelné: Výběr buď spodního nebo vrchního podání. Podání ze zadní čáry. Celkem tři pokusy na podání. Když míč přelétne síť a dopadne do hřiště, získá jednoho bodu a když jsou při třech pokusech trefeny dvě zadní zóny plus 2 body k dosavadním bodům a když jsou trefeny dokonce všechny tři zadní zóny tak 3 body k dosavadním bodům.

Dvě kolečka na vyklusání s protažením.

4.1.2 Vyučovací jednotka č.2 testování obou tříd

Zahřátí: Pohyb hráčů po tělocvičně se změnami směru pohybu a doplňujícími pohyby na pokyn učitele počtem tlesknutí, hvízdnutí apod.

Protažení.

2. test experimentu:

- c) Odbití obouruč spodem (bagr): Jeden hráč v zóně IV přihrává míč druhému do zóny VI a ten má za úkol přijmout míč bagrem a přihrát ho dalšímu do zóny II. Když byl odehrán míč přesně na hráče do zóny II, získá 3 bodů. Pokud míč směřoval trochu mimo hráče v zóně II. Např. hráč ze zóny II se musel natáhnout pro míč nebo udělat krok, tak získá 2 bodů. Když musel hráč ze zóny II udělat více kroků, tak získá jen 1 bod. Ale pokud míč směřoval úplně mimo hráče ze zóny II, nebyl získán žádný bod. Tři pokusy a za každý pokus připočteny body.

- d) Odbití jednoruč vrchem-útočný úder-smeč nebo drajv: Ze zóny III nahrávka obouruč vrchem na útočný úder. Ze zóny IV smeč za 3 body, drajv za 2 body, anebo odbití obouruč vrchem za 1 bod. Bez překonání sítě bez bodu. Tři pokusy a za každý pokus se udělují body.

Protažení.

4.1.3 Vyučovací jednotka č.3 (1. skupina)

Zahřátí: Skákání přes švihadlo.

Protažení.

Vysvětlení, jaký má být správný postoj, pohyb, držení a odbití míče pro odbíjení obouruč vrchem.

Vyzkoušení držení míče a postoj.

Házení ve dvojici s míčem se správným držením míče v košíčku.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) ve dvojici v přímém směru s dopadem na zem.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) ve dvojici v přímém směru s chycením míče do prstů a s vlastním nadhozem.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) ve dvojici v přímém směru bez přerušení.

Odbíjení obouruč vrchem ve dvojici s meziodbitím nad sebe.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) ve dvojici v přímém směru a po každém odbití dřep.

Soutěž, kdo odbíjením obouruč vrchem nad sebe odbije nejvícekrát.

Dvě řady hráčů stojí naproti sobě, každá řada za jednou koncovou čarou hřiště. První hráč z první řady odbíjí obouruč vrchem přes síť na prvního hráče z druhé řady a ten odbíjí také obouruč vrchem přes síť. Po odbití oba hráči přebíhají do řady, ve které předtím nestáli. A takto se všichni vystřídají.

Posilování břišního svalstva a zádového.

4.1.4 Vyučovací jednotka č.3 (2. skupina)

Zahřátí: Skákání přes švihadla.

Protažení.

Vysvětlení, jaký má být správný postoj, pohyb, držení a odbití míče pro odbíjení obouruč vrchem.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) ve dvojici v přímém směru s chycením míče do prstů a s vlastním nadhozem.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) ve dvojici v přímém směru.

Odbíjení obouruč vrchem ve dvojici s meziodbitím nad sebe.

Rozestavení hráčů do pole šest na šest jako na zápas. Každá šestice odbíjí obouruč vrchem mezi sebou, s chycením míče do prstů, na tři doteky a poté odbíjí přes síť.

Posilování břišního svalstva a zádového.

4.1.5 Vyučovací jednotka č.4 (1. skupina)

Zahřátí: Honička s driblingem. Dva hráči mají míč, driblují jednou rukou a mají babu. Honí ostatní a pokud se dotknou volnou rukou někoho bez míče, bez přerušování driblingu, předávají míč a tím i babu.

Protažení.

Vysvětlení, jaký má být správný postoj, pohyb, držení a odbití míče pro odbíjení obouruč spodem.

Odbití obouruč spodem (bagr) ve dvojici v přímém směru s dopadem na zem.

Odbití obouruč spodem (bagr) ve dvojici v přímém směru s chycením míče a s vlastním nadhozem.

Odbití obouruč spodem (bagr) ve dvojici v přímém směru bez přerušování.

Odbití obouruč spodem ve dvojici s meziodbitím nad sebe.

Příjem obouruč spodem nad sebe a odbití obouruč vrchem ve dvojici.

Bagrovaná. Rozdělení hráčů na dvě poloviny. Hráči utvoří dvě řady proti sobě za koncovými čarami hřiště. Vždy první z řady odehrává míč bagrem přes síť a pokračuje ten za ním. Komu se nepodaří dostat míč přes síť, tak odchází ze hry. Hra pokračuje tak dlouho, dokud z jedné skupiny, nikdo nezbyde.

Protažení s odporovou gumou.

4.1.6 Vyučovací jednotka č.4 (2. skupina)

Zahřátí: Honička s driblingem. Dva hráči mají míč, driblují jednou rukou a mají babu. Honí ostatní a pokud se dotknou volnou rukou někoho bez míče, bez přerušení driblingu, předávají míč a tím i babu.

Protažení.

Vysvětlení, jaký má být správný postoj, pohyb, držení a odbití míče pro spodní podání.

Pokusy provést spodní podání ve dvojici a míření na sebe navzájem.

Spodní podání přes síť. Nejdříve z menší vzdálenosti od sítě, postupně se vzdálenost prodlužovala.

Upravený oranžový minivolejbal. Podání spodem nebo jen vhozením míče spodním způsobem jednoruč. Kdo chce, může jít i blíže na podání. Protihráč chytí míč, odbije spoluhráči obouruč vrchem po vlastním nadhozu. Ten může také míč chytit a prsty odbít na spoluhráče nebo míč chytit a odbít ho prsty po vlastním nadhozu přes síť.

Ostatní pravidla podle oficiálních pravidel volejbalu.

Protažení s odporovou gumou.

4.1.7 Vyučovací jednotka č.5 (1. skupina)

Zahřátí: Hra na Mrazíka. Jeden chytá ostatní, a když se jich dotkne neboli „zmrazí“, tak zmražený musí stát na místě s nohama od sebe. A druzí se snaží Mrazíkovi utéct a zachránit zmražené podlezením.

Protažení.

Odbití obouruč vrchem nad sebe, střídání po pěti odbitích ve dvojici.

Odbití obouruč vrchem s dopadem míče na zem ve dvojici.

Odbití obouruč spodem nad sebe, střídání po pěti odbitích ve dvojici.

Odbití obouruč spodem s dopadem míče na zem ve dvojici.

Spodní podání-popis způsobu provedení.

Pokusy o spodní podání ve dvojici, mířeno na sebe.

Podání spodem o stěnu pětkrát a výměna se svojí dvojicí.

Po vlastním nadhozu spodní podání přes síť, a takto se střídají a podávají dokola.

Zhodnocení výkonu, upozornění na chyby, pochválení a protažení.

4.1.8 Vyučovací jednotka č.5 (2. skupina)

Zahřátí: Hra na Mrazíka

Protažení.

Odbití obouruč vrchem nad sebe, střídání po pěti odbitích ve dvojici.

Špetkový tenis (odrážení míče o stěnu spodním podáním)

Odbití obouruč spodem (bagr)-popis způsobu provedení.

Odbití obouruč spodem s dopadem míče na zem ve dvojici.

Odbití obouruč spodem (bagr) ve dvojici v přímém směru.

Odbití obouruč spodem ve dvojici s meziodbitím nad sebe.

Upravený červený minivolejbal. Pravidla stejná jako u předcházejícího oranžového minivolejbalu. Jedinou výjimkou je, že míč chycený nebo rovnou odbitý musí hráč odbít jednou nad sebe a pak spoluhráči. Při druhém nebo třetím kontaktu s míčem je odbítí nad sebe zakázáno tehdy, když se míč odbíjí přes síť.

Zhodnocení výkonu, upozornění na chyby, pochválení a protažení.

4.1.9 Vyučovací jednotka č.6 (1. skupina)

Zahřátí: Běhání na místě a skákání panáků podle rytmu hudby.

Protažení.

Jeden ze dvojice odbíjí obouruč vrchem mírně do stran na druhého, a ten se snaží odbít obouruč spodem zpět přesně na něj.

Vysvětlení útočného úderu bez výskoku.

Co největší úder do drženého míče, odraz míče od země a opět chycení míče, po deseti úderech výměna s dvojicí.

Hráči drží míč nad hlavou a před tělem. Úder druhou paží, kterou nedrží míč, do míče. Zasahují zezadu, ze shora míč. Návik na útočný úder.

Ve dvojici úder do míče s vlastním nadhozem, míč se odráží od země.

Odbíjení jednoruč vrchem do země před stěnou a po odrazu míče od stěny chycení míče. Činnost se opakuje.

Po vlastním nadhozu útočný úder přes síť, běží pro míč na druhou stranu hřiště a opět útočný úder-točí se dokola.

U sítě po nadhozu od nahrávače se pokoušejí o útočný úder přes síť.

Podání přes síť.

Protažení, zhodnocení, pochválení.

4.1.10 Vyučovací jednotka č.6 (2. skupina)

Zahřátí: Běhání na místě a skákání panáků podle rytmu hudby.

Protažení.

Odbíjení obouruč vrchem (prsty) a odbíjení obouruč spodem (bagr) ve dvojici.

Odbití obouruč spodem nad sebe, střídání po pěti odbitích ve dvojici.

Co největší úder do drženého míče, odraz míče od země a opět chycení míče, po deseti úderech výměna s dvojicí.

Ve dvojici úder do míče s vlastním nadhozem, míč se odráží od země. Úder je prováděn nad hlavou, před tělem. Nácvik na útočný úder.

Vysvětlení tříkrokového rozběhu na útočný úder, výskok, úder a dopad.

U sítě po nahrávce od nahrávače se pokoušejí o útočný úder přes síť.

Upravený zelený minivolejbal. Pravidla stejná jako u předcházejícího červeného minivolejbalu. Jen se nemusí už hrát míč jednou nad sebe, pouze od sebe. A používá se při hře i bagr.

Protažení, zhodnocení, pochválení.

4.1.11 Vyučovací jednotka č.7 (1. skupina)

Zahřátí: Skákání přes překážky dokola.

Protažení.

Odbíjí obouruč vrchem ve dvojici a postupně se od sebe vzdalují a následně k sobě přibližují.

Spodní podání ve dvojici.

Vysvětlení tříkrokového rozběhu na útočný úder, odraz, let, úder a dopad.

Vyzkoušení pohybu na útočný úder bez míče.

Zkoušení pohybu na útočný úder s drženým míčem učitelem nad sítí. Nácvik správného trefení míče.

Útočný úder po vlastním nadhozu přes síť s výskokem, běží pro míč na druhou stranu hřiště a opět útočný úder-točí se dokola.

U sítě po nahrávce od nahrávače se pokoušejí o útočný úder přes síť.

Protažení s masážním válcem.

4.1.12 Vyučovací jednotka č.7 (2. skupina)

Zahřátí: Skákání přes překážky dokola.

Protažení.

Honba za míčem v kruhu. Všichni hráči jsou rozmístěni po obvodu kruhu čelem dovnitř. Odbíjejí míč obouruč vrchem nebo spodem, na koho chtějí, jen nesmí na hráče vedle sebe. Jeden je uvnitř kruhu a snaží se míče dotknout. Když se mu to podaří, vystřídá hráče, který odbíjel naposledy.

Vysvětlení tříkrokového rozběhu na útočný úder, odraz, let, úder a dopad.

Vyzkoušení pohybu na útočný úder bez míče.

Zkoušení pohybu na útočný úder s drženým míčem učitelem nad sítí. Nácvič správného trefení míče.

Útočný úder po vlastním nadhozu přes síť s výskokem, běží pro míč na druhou stranu hřiště a opět útočný úder-točí se dokola.

Upravený zelený minivolejbal.

Protažení s masážním válcem.

4.1.13 Vyučovací jednotka č.8 (1. skupina)

Zahřátí: Vybíjená

Protažení.

Ve dvojici házet míč pravou rukou, poté levou rukou, oběma, a to samé jen s odrazem míče od země.

Jeden z dvojice odbíjí obouruč vrchem, druhý odbíjí obouruč spodem. Výměna.

Ve dvojici útočný úder. Jeden útočí a druhý přijímá obouruč spodem.

Smečování o stěnu. Smečovaný míč se odráží od podlahy na stěnu a zase zpět k smečáři.

Naznačování smeče bez míče, nacvičování rozběhu na smeč.

U sítě po nahrávce od nahrávače útočný úder přes síť.

Vrchní podání-popis způsobu provedení.

Po vlastním nadhozu vrchní podání přes síť.

Protažení.

4.1.14 Vyučovací jednotka č.8 (2. skupina)

Zahřátí: Vybíjená.

Protažení.

Ve dvojici házet míč pravou rukou, poté levou rukou, oběma, a to samé jen s odrazem míče od země.

Při přihrávkách bagrem se dvojice postupně k sobě přibližuje a následně od sebe vzdaluje.

Totéž při horním odbití prsty.

Snažit se podávat do určitých zón. Hráči mohou jít i blíže k síti.

Hráči utvoří zástup v zóně VI a provádí přihrávky na nahrávače střídavě do zón II a IV. Nahrávači jim nahrávají na útočný úder do zóny III a hráči smečují. Nejlépe, když má zástup lichý počet hráčů, aby dostávali nahrávku z obou stran.

Modrý minivolejbal. Používají se všechny herní činnosti. Povinnost odbít minimálně dvakrát a samozřejmě maximálně třikrát na jedné straně. Míč se může chytit, ale musí se odbít, ne hodit. Ostatní pravidla podle oficiálních pravidel volejbalu.

Protažení.

4.1.15 Vyučovací jednotka č.9 (1. skupina)

Zahřátí: Rozdělení hráčů do dvou týmů. Každý tým má nafukovací balónek. Soutěž mezi nimi, jaký tým dostane balónek nejrychleji na druhou stranu tělocvičny a zpět pomocí odbíjení obouruč vrchem.

Protažení.

Střídavě odbíjí obouruč vrchem a obouruč spodem.

Soutěž, kdo odbije nejvíce míčů po vlastním nadhozu přes síť-podání.

Vysvětlení a ukázka bloku.

Hráči rozprostřeni podél sítě a snaží se vyskočit co nejvýše na blok.

Jeden drží míč nad sítí a druhý usiluje o to, aby se ho dotkl. Střídají se.

Jeden z dvojice nadhazuje míč nad sítí a druhý se ho snaží zablokovat.

U sítě po nahrávce od nahrávače útočný úder přes síť a další se snaží zablokovat útočný úder.

Protažení.

4.1.16 Vyučovací jednotka č.9 (2. skupina)

Zahřátí: Jsou dva týmů. Každý tým dostal nafukovací balónek. Soutěž mezi nimi, jaký tým dostane balónek nejrychleji na druhou stranu tělocvičny a zpět pomocí odbíjení obouruč vrchem.

Protažení.

Střídavě odbíjí obouruč vrchem a obouruč spodem ve dvojici.

Vysvětlení a ukázka bloku.

Hráči rozprostřeni podél sítě a snaží se vyskočit co nejvýše na blok.

Modrý minivolejbal. Používají se všechny herní činnosti. Povinností je odbít minimálně dvakrát a samozřejmě maximálně třikrát na jedné straně. Míč se může chytit, ale musí se odbít, ne hodit. A snažit se blokovat útočné údery od soupeře.

Protažení.

4.1.17 Vyučovací jednotka č.10 (utkání obou tříd)

Zahřátí: Klusem tři kolečka kolem tělocvičny.

Protažení.

Každá třída na jedné polovině hřiště.

Ve dvojicích odbíjet obouruč vrchem, obouruč spodem a do toho zakomponovat i útočný úder.

U sítě po nahrávce od nahrávače útočný úder přes síť, na obou stranách hřiště.

Podání přes síť.

Hra mezi třídami. Postupně střídat hráče, aby se všichni zapojili do hry. Používání všech herních činností. Míč může být chycen, ale musí se odbít, ne hodit. A může se na podání blíže k síti.

Vyhodnocení.

Protažení.

4.1.18 Vyučovací jednotka č.11 testování obou tříd

Zahřátí: Hra Tarantule. Jeden se stává tarantulí a ostatní jsou pavoučci. Tarantule chytá ostatní, ale všichni se smí pohybovat pouze po čarách na podlaze. Koho se dotkne tarantule, tak je také tarantulí a chytá s ní. Poznávací znamení tarantule je, že se drží jednou rukou hlavy.

Protažení.

Stejně testy dovedností jako v 1. hodině.

Odbití obouruč vrchem na čas o stěnu.

Odbití jednoruč spodem nebo odbití jednoruč vrchem přes síť.

Protažení.

4.1.19 Vyučovací jednotka č.12 testování obou tříd

Zahřátí: Vybíjená po týmech. Rozdělení na dva týmy. Jeden tým vybíjí a druhý se snaží utéct a nebýt vybit. Poté výměna.

Protažení.

Stejně testy dovedností jako na 2. hodině.

Odbití obouruč spodem na přesnost.

Odbití jednoruč vrchem-útočný úder-smeč nebo drajv přes síť.

Protažení.

Shrnutí, pochválení za výkony a poděkování za spolupráci.

4.2 Dotazníky

Popis výzkumu

Vytvořila jsem dva dotazníky. Jeden pro žákyně devátých tříd a druhý pro pedagogy tělesné výchovy druhého stupně základních škol. První dotazník vyplnilo celkem 32 žákyň, z toho 16 žákyň z 9.A a 16 žákyň z 9.B z 1. základní školy Hořovice. Druhý dotazník pro pedagogy vyplnilo 22 učitelů z 8 základních škol ve Středočeském kraji.

Cílem tohoto výzkumu bylo dozvědět se, jaký mají žákyně vztah k volejbalu a zkušenosti s ním.

A od pedagogů zjistit, jak často se věnují volejbalu ve výuce tělesné výchovy a jakým způsobem.

Výsledky výzkumu

Otázky z dotazníku pro žáky:

1. Už jsi někdy hrál/a volejbal?

Na první otázku všechny dívky odpověděly kladně. To je dobré pro uskutečnění experimentu, že mají už nějaké zkušenosti s volejbalem např. na vstupní testování.

2. Hraješ závodně volejbal?

Druhá otázka byla zodpovězena takto-jenom tři dívky hrají závodně volejbal z obou tříd.

Dvě žákyně z 9.A hrají volejbal závodně a jedna z 9.B.

3. Hrajete ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku volejbal? Pokud ano, jak často?

Podle odpovědí na třetí otázku, všechny dívky hrají volejbal na hodinách tělesné výchovy nebo na kroužku. A jenom šest si myslí, že na hodinách tělesné výchovy nebo na kroužku hrají volejbal málo. V každé třídě si to myslí vždy tři dívky.

4. Jakému sportu se věnuješ ve svém volném čase?

Dívky dělají spoustu sportů např.: jezdeckví, tanec, volejbal, běh, badminton, gymnastiku a plavání. Ale bohužel sedm dívek odpovědělo, že žádný sport nedělá.

V 9.A nejčastěji jezdí na koni, plavou, hrají volejbal, provozují hasičský sport, tancují, běhají a tři dívky nedělají žádný sport.

V 9.B zase nejčastěji tancují, běhají, jezdí na koni, plavou, dělají gymnastiku, hrají badminton, volejbal a čtyři dívky bohužel nenapsaly žádný sport.

Odpovědi na většinu následujících otázek jsem znázornila graficky. Vytvořila jsem vždy tři grafy. První graf znázorňuje odpovědi obou tříd dohromady. Druhý graf odpovědi dívek z 9.A a třetí graf odpovědi dívek z 9.B. Druhý a třetí graf mi byly podkladem pro vyhodnocení odpovědí dívek z 9.A a z 9.B a pro provedení porovnání mezi třídami.

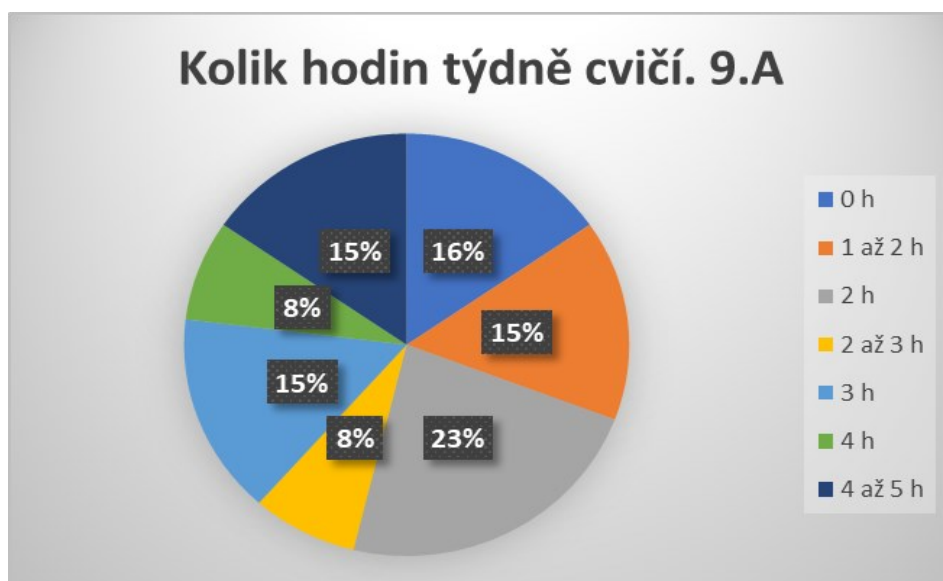
5. Kolik hodin týdně cvičíš? (Mimo tělesné výchovy ve škole)



Graf 1: Kolik hodin týdně cvičíš. Obě třídy

(Zdroj: vlastní práce)

Z grafu je patrné, že nejvíce děvčat z obou tříd cvičí 2 hodiny týdně tj. 27 %. O něco méně jich cvičí 1 až 2 hodiny týdně tj. 19 % a 0 hodin týdně 15 % děvčat. Nejméně děvčat cvičí 4 a 2 až 3 hodiny týdně tj. 8 %.



Graf 2: Kolik hodin týdně cvičí. 9.A

(Zdroj: vlastní práce)

V grafu číslo 2 vidíme, že třída 9.A má největší zastoupení ve 2 hodinách cvičení týdně 23 %.

Dále má hodně ve 0 hodinách cvičení týdně 16 %, méně má v 1 až 2, 3, 4 až 5 hodin cvičení týdně 15 %. A nejméně procent je u 2 až 3 a 4 hodin cvičení týdně 8 %.



Graf 3: Kolik hodin týdně cvičí. 9.B

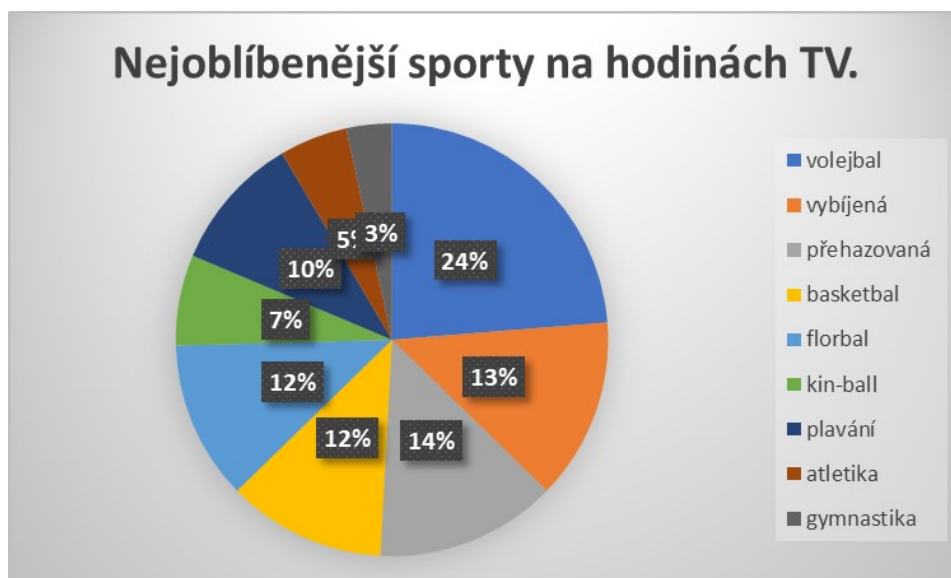
(Zdroj: vlastní práce)

Druhá třída dosáhla také největších procent ve 2 hodinách cvičení týdně, ale získala o něco více než 9.A, a to 31 %. Pro 1 až 2 hodiny týdně hlasovalo 23 % dívek. 0 hodin týdně cvičí 15 % žákyň. Ostatní hodiny cvičení dosáhly 8 % až na 2 až 3 hodiny cvičení, ty měly nejméně v 9.B a to 7 %.

Z výsledků vyplývá, že 9.A má o 1 % více žákyň než 9.B, které necvičí vůbec během týdne. Dále 9.B má o 8 % více dívek, které cvičí 2 hodiny týdně a také o 8 % více dívek, které cvičí 1 až 2 hodiny týdně. V 9.A zase je více žákyň, které cvičí 2 až 3 hodiny týdně, a to o 1 % více než v 9.B. Také v 9.A více žákyň cvičí 3 hodiny týdně, a to o 7 % než v 9.B. Ve 4 až 5 hodin týdně předběhla 9.A 9.B o 7 %.

Z výsledku vyplývá že 9.A má sice o něco více žákyň, které necvičí vůbec během týdne, ale zase ostatní dívky cvičí větší počet hodin týdně než v 9.B.

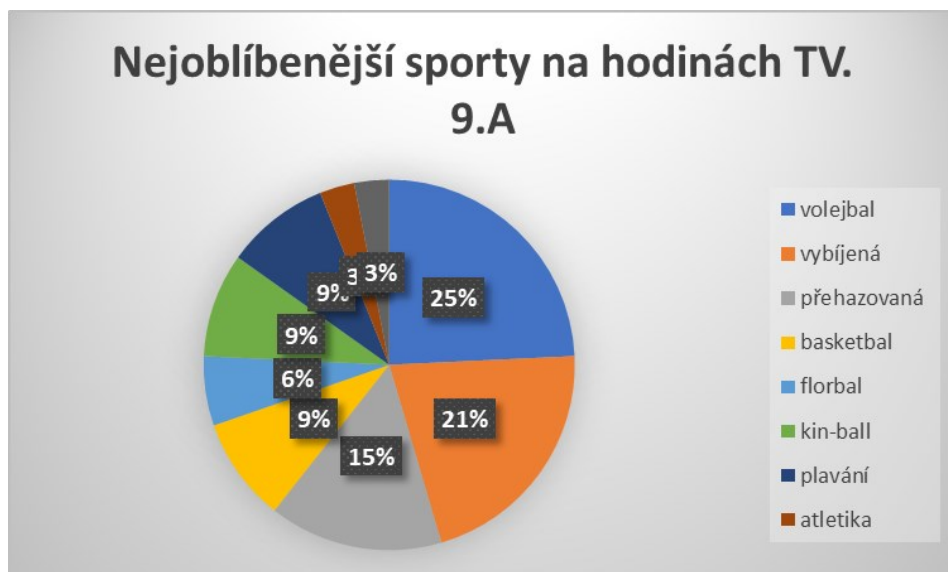
6. Jaké sporty tě nejvíce baví hrát ve škole? Aspoň 3 nejoblíbenější.



Graf 4: Nejoblíbenější sporty na hodinách TV. Obě třídy

(Zdroj: vlastní práce)

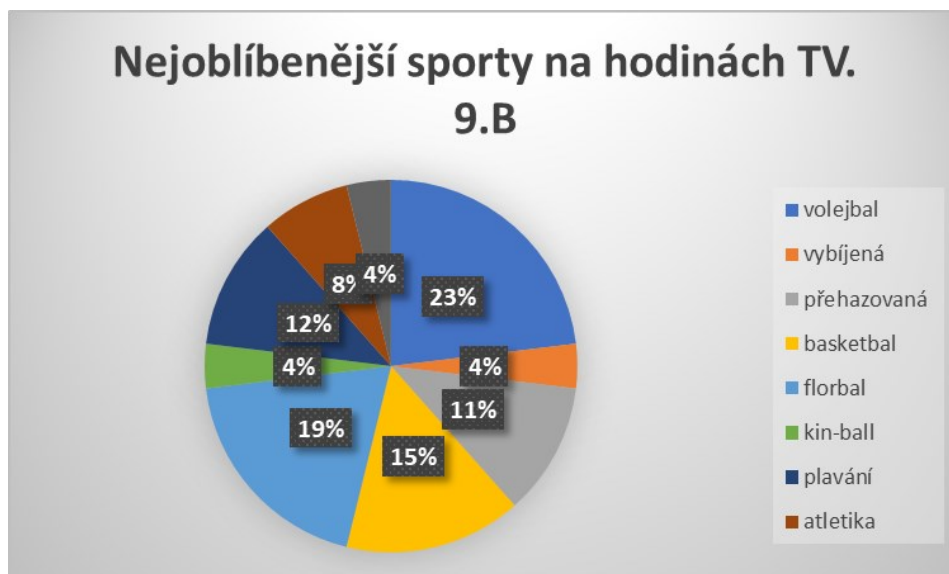
Podle průzkumu mezi nejoblíbenější sporty na hodinách tělesné výchovy u dívek obou tříd patří volejbal 24 %, mezi trochu méně oblíbené patří přehazovaná 14 %, vybíjená 13 %, basketbal 12 %, florbal 12 %, další sporty zvolilo málo dívek, a to plavání 10 %, kin-ball 7 %, atletiku 5 % a gymnastiku pouze 3 % dívek.



Graf 5: Nejoblíbenější sporty na hodinách TV. 9.A

(Zdroj: vlastní práce)

Jak znázorňuje graf číslo 5 mají dívky z 9.A tři nejoblíbenější sporty, kterými jsou: volejbal 25 %, vybíjená 21 %, přehazovaná 15 % a pro další sporty hlasovalo jen málo dívek.



Graf 6: Nejoblíbenější sporty na hodinách TV. 9.B

(Zdroj: vlastní práce)

Podle grafu číslo 6 mají dívky z 9.B nejvíce oblíbený také volejbal jako dívky z 9.A, ale o trochu méně 23 %, druhý nejoblíbenější sport je u nich florbál 19 %, třetím nejoblíbenějším sportem je pro ně basketbal 15 %, ostatní sporty dostaly málo hlasů.

Při porovnání docházíme k závěru, že dívky z obou tříd mají nejraději volejbal. V 9.A hlasovalo pro volejbal 25 % dívek a v 9.B 23 % dívek, z toho vyplývá, že v 9.A hlasovalo pro volejbal o 2 % dívek více. Znamená to, že volejbal je u nich trochu více oblíbený než v 9.B. Pořadí dalších sportů se liší. Dívky z 9.A na druhém místě uvedly vybíjenou a na třetím místě přehazovanou. Dívky 9.B uvedly jako druhý nejoblíbenější sport na hodinách tělesné výchovy florbál a jako třetí nejoblíbenější uvedly basketbal.

V 9.A hraje raději na hodinách tělesné výchovy vybíjenou o 17 % dívek více než v 9.B, a i přehazovanou uvedlo v 9.A o 4 % dívek více. Je vidět, že tyto míčové sporty děvčata v 9.A více oslovily než v 9.B. Dívky z 9.B zase raději hrají na hodinách tělesné výchovy basketbal. Tento sport uvedlo o 6 % více dívek z 9.B než z 9.A. Podobně je tomu u florbálu, uvedlo jej v 9.B o 13 % více dívek než v 9.A. Basketbal a florbál jsou sporty, při kterých se více běhá, než při vybíjené a přehazované. Z toho vyplývá, že dívky z 9.B rády volí sporty více náročné na pohyb. Kin-bal je více oblíben u dívek v 9.A, a to o 5 %. V 9.B si oblíbily dívky na hodinách tělesné výchovy plavání, a to o 3 % více než dívky z 9.A. Také dívky z 9.B více baví atletika než

dívky z 9.A, uvedlo ji o 5 % více dívek z 9.B. Na základě údajů o posledních dvou sportech plavání a atletice docházím k závěru, že dívky z 9.B mají raději na hodinách tělesné výchovy individuální sporty než dívky z 9.A.

7. Chtěla bys hrát volejbal častěji ve škole?

Devět dívek z dotazovaných by chtělo hrát volejbal častěji ve škole. Z toho počtu bylo pět z 9.A a čtyři z 9.B. Uvážím-li, že jsem se dotazovala celkem 32 dívek, tak mi vyplývá, že 28 % z nich má zájem hrát volejbal častěji ve škole. Myslela jsem si, že o volejbal mezi dívkami bude větší zájem. Pravděpodobně ostatní dívky buďto dávají přednost jiným sportům, nebo je pro ně náročná technika s míčem nebo se míče i bojí.

8. a) Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal?

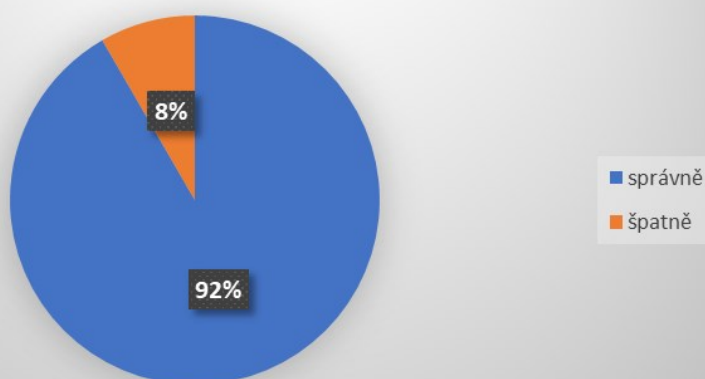


Graf 7: Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? Obě třídy

(Zdroj: vlastní práce)

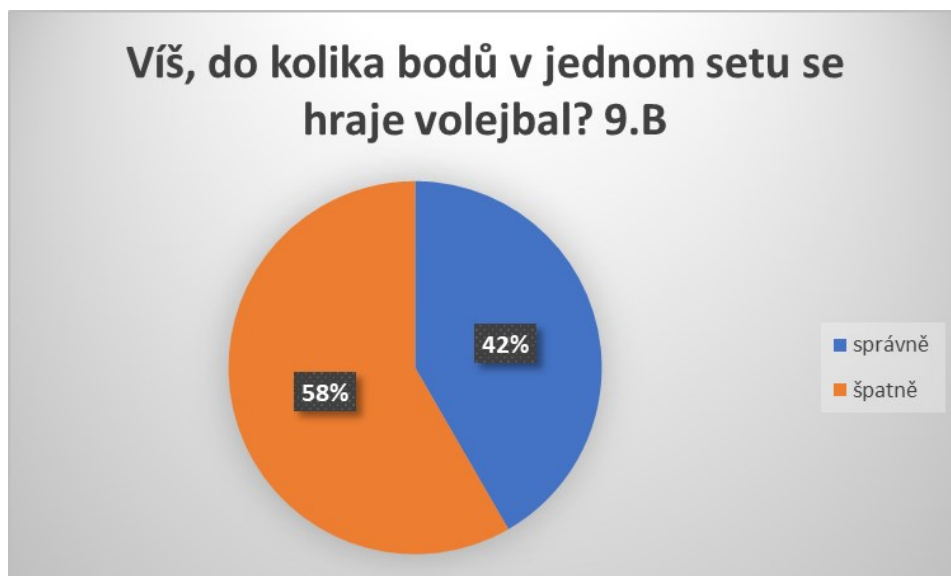
Správnou odpověď, že volejbal se hraje do 25 bodů v jednom setu, uvedlo 67 % děvčat, a to z obou tříd. Zdá se mi, že je to docela slušná znalost tohoto pravidla. Je vidět, že dívky hrají volejbal a pravidlo si většina zapamatovala.

Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? 9.A



Graf 8: Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? 9.A

(Zdroj: vlastní práce)



Graf 9: Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? 9.B

(Zdroj: vlastní práce)

V 9.A vědělo správnou odpověď 92 % dívek a v 9.B pouze 42 % dívek. Z toho vyplývá že v 9.A znalo správnou odpověď o 50 % dívek více. K tomuto výsledku přispívá i fakt, že děvčata z 9.A hrají na hodinách tělesné výchovy raději volejbal než dívky z 9.B. Jsou lépe seznámeny s tímto pravidlem a pamatují si je.

8. b) Může se hrát volejbal i hlavou?

Správná odpověď je ano.



Graf 10: Může se hrát volejbal i hlavou? Obě třídy

(Zdroj: vlastní práce)

Správnou odpověď uvedlo 33 % dívek, a to z obou tříd. Malé procento správných odpovědí lze vysvětlit tím, že se toto pravidlo na hodinách tělesné výchovy pravděpodobně neuvádí.



Graf 11: Může se hrát volejbal hlavou? 9.A

(Zdroj: vlastní práce)

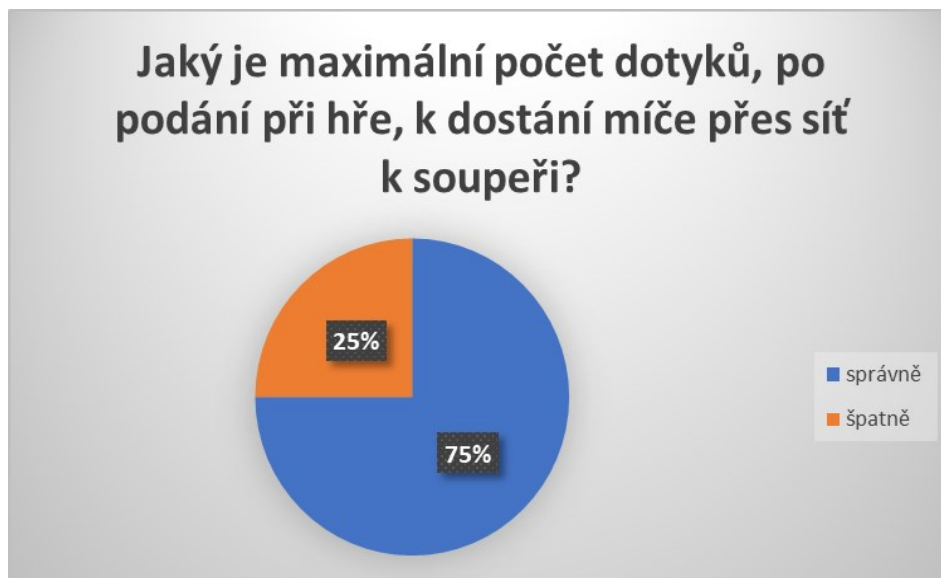


Graf 12: Může se hrát volejbal hlavou? 9.B

(Zdroj: vlastní práce)

Na tuto otázku v 9.A odpověděla polovina dívek dobře a v druhé třídě 9.B odpovědělo kladně jen 17 % dívek. Lepší byla opět 9.A o 33 %. Jak bylo uvedeno již dříve, dívky z 9.A hrají na hodinách tělesné výchovy raději volejbal než dívky z 9.B. Je pravděpodobné, že se o tento sport více zajímají, mohou ho hrát i častěji nebo ho i častěji sledovat. Proto jsou dívky z 9.A lépe obeznámeny s tímto pravidlem volejbalu a pamatují si je.

8. c) Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři?
Správná odpověď zní tři dotyky.

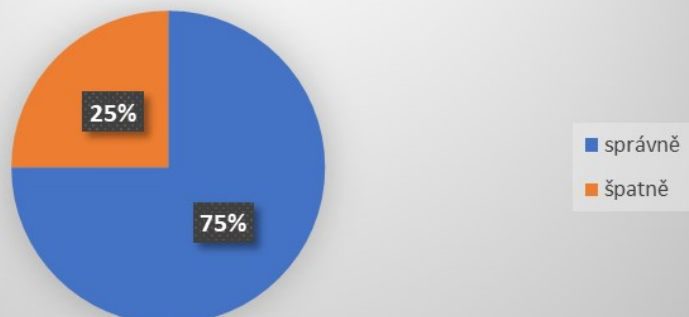


Graf 13: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? Obě třídy

Zdroj: vlastní práce)

Dohromady z obou tříd odpovědělo správně nejvíce dívek, a to 75 %. Toto pravidlo dívkám utkvělo v paměti, neboť volejbal hrají a musí samozřejmě vědět, kolikrát se mohou dotknout míče v poli.

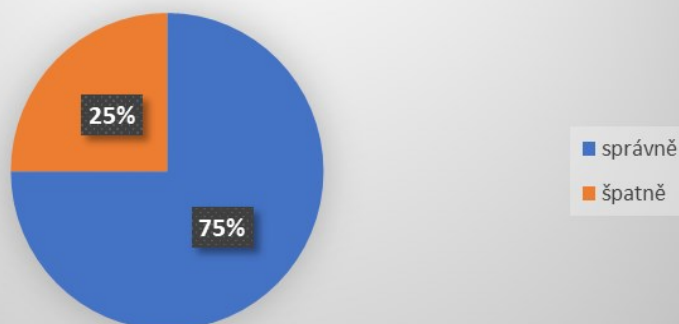
Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? 9.A



Graf 14: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? 9.A

(Zdroj: vlastní práce)

Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? 9.B



Graf 15: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? 9.B

(Zdroj: vlastní práce)

75 % dívek jak z 9.A, tak i z 9.B uvedlo správnou odpověď a 25 % dívek špatnou.

Dívky obou tříd měly stejné vědomosti o pravidlu maximálního počtu dotyků, k dostání míče přes síť k soupeři. Dívky si toto pravidlo dobře zapamatovaly, neboť jej často používají při hře.

Podle průzkumu většina dívek pravidla hry volejbalu zná. Při porovnání obou tříd, jsou více obeznámeny s pravidly dívky z 9.A. Podle mého názoru dívky z 9.A hrají více volejbalu jak na hodinách tělesné výchovy, tak i ve volném čase, a tím pádem mají s ním větší zkušenosti a lépe ho i ovládají.

Děvčata z obou tříd mají zájem o sport, což mě těší. Dívky z 9.A dávají přednost volejbalu, vybíjené a přehazované. A dívky z 9.B upřednostňují volejbal, basketbal a florbal.

Otázky z dotazníku pro pedagogy tělesné výchovy ze základních škol druhého stupně:

1. Vaše pohlaví?

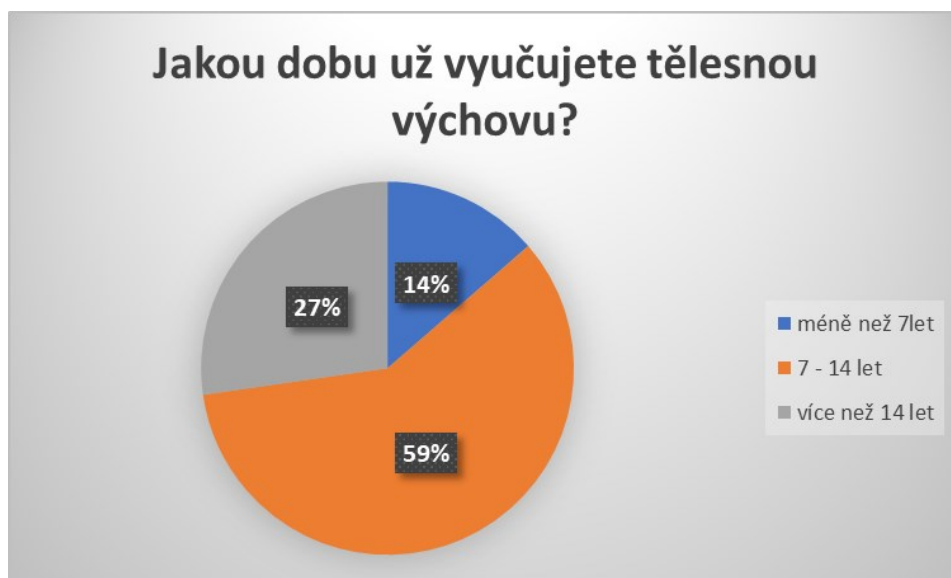


Graf 16: Vaše pohlaví?

(Zdroj: vlastní práce)

Dotazník vyplňovalo 14 žen 64 % z dotazovaných a 8 mužů 36 % z dotazovaných. Větší počet žen lze vysvětlit tím, že o povolání učitele mají více zájem ženy.

2. Jakou dobu už vyučujete tělesnou výchovu?

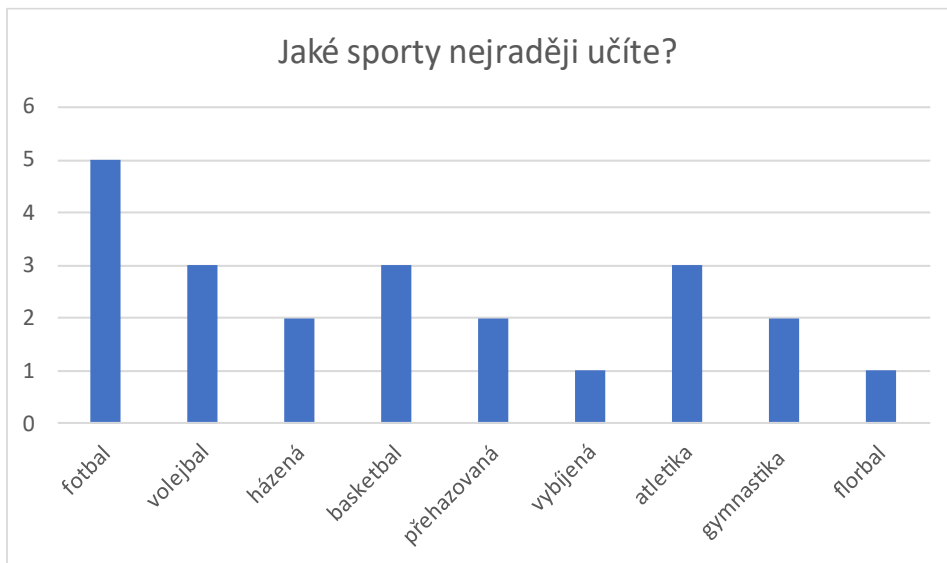


Graf 17: Jakou dobu už vyučujete tělesnou výchovu?

(Zdroj: vlastní práce)

Z dotazovaných tři odpověděli, že učí tělesnou výchovu méně než 7 let tj. 14 %. Dalších 14 učitelů učí 7-14 let tj. 59 %. A zbylých 6 učitelů učí už přes 14 let tj. 27 %.

3. Jaké sporty nejraději učíte?



Graf 18: Jaké sporty nejraději učíte?

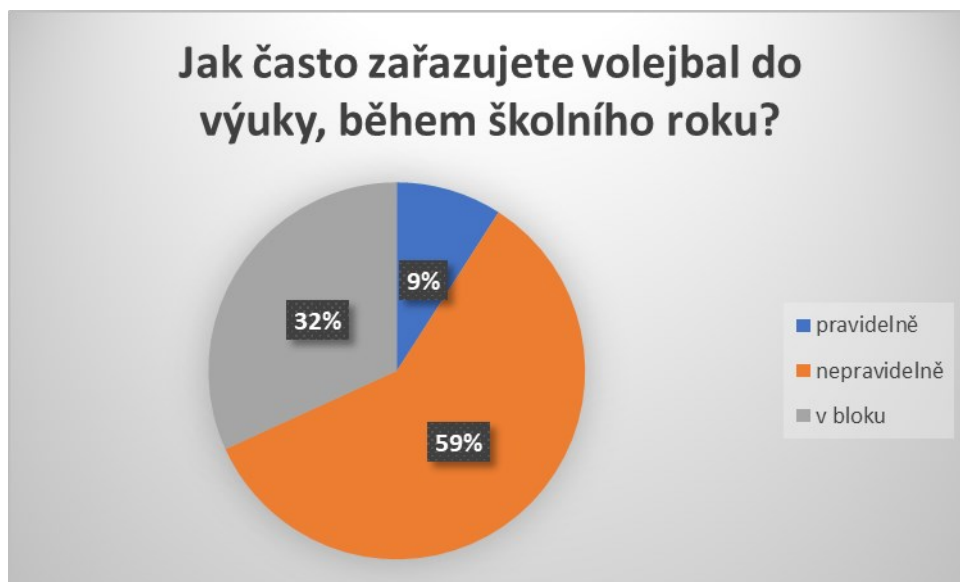
(Zdroj: vlastní práce)

Učitelé nejraději učí fotbal, který dostal 5 hlasů. Dále mezi oblíbené sporty, které učitelé rádi učí patří volejbal, basketbal a atletika, pro které hlasovali vždy 3 učitelé. Ostatní sporty dostaly málo hlasů. Házená, přehazovaná a gymnastika pouze po 2 hlasech a vybíjená a florbal jen po 1 hlasu.

Myslím si, že učitelé nejraději učí fotbal, neboť hlavně u chlapců, je nejvíce oblíben a žádají své učitele, aby jej mohli hrát. Chlapci jej hrají venku ve svém volném čase nebo i ve sportovních klubech. Většina z nich fotbal ovládá a učitelé pak nemají tolik práce s vysvětlováním pravidel a s nácvikem jednotlivých činností. Dále pro tento sport je třeba pouze míč a branky. A tímto vybavením každá škola disponuje. I pravidla fotbalu jsou dobře zapamatovatelná. Výuka volejbalu a basketbalu je pro učitele určitě náročnější, neboť s těmito sporty přijde do styku méně žáků a výuka jednotlivých činností je časově náročná a složitější. K atletice patří běh, hod a skok. Důvodem, proč učitelé méně rádi učí běh, může být i špatné zázemí např. malá hřiště. Nebo i projevená nechuť žáků k běhu z důvodu netrénovanosti nebo větší tělesné hmotnosti. Při hodu a skoku, většinou hází nebo skáče jeden žák a ostatní stojí v řadě. Žáky pak hodina nemusí bavit, nudí se a jsou neukáznění. Florbal učitelé

pravděpodobně méně rádi učí, protože buďto nemají potřebné vybavení, nebo je obtížnější žáky naučit zacházet s florbalovou hokejkou.

4. Zahrnujete volejbal do výuky tělesné výchovy? Pokud ano, jak často, během školního roku?



Graf 19: Jak často zařazujete volejbal do výuky, během školního roku?

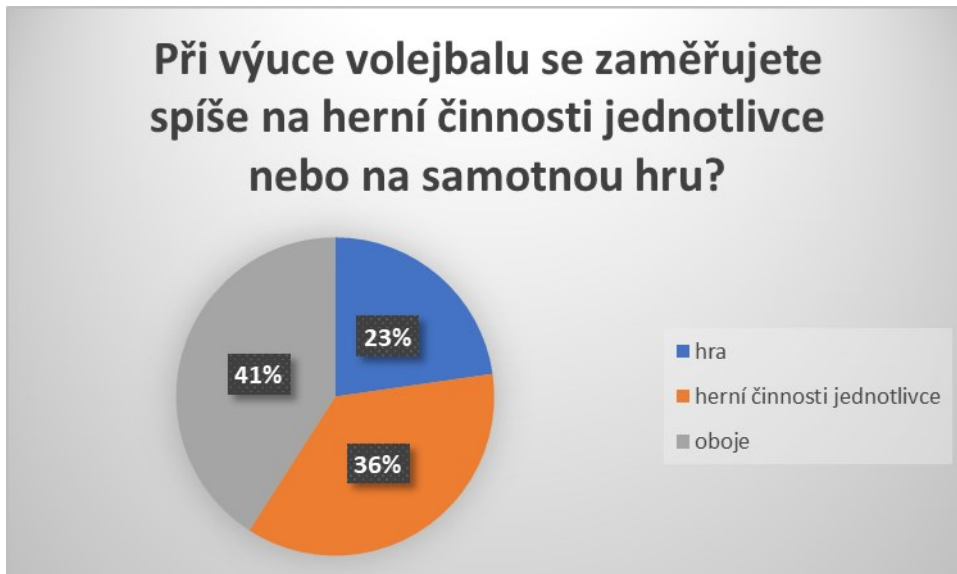
(Zdroj: vlastní práce)

Na první část otázky odpověděli všichni pedagogové kladně.

Většina uvedla, že volejbal zařazuje do výuky tělesné výchovy nepravidelně, a to 13 učitelů, z celkového počtu dotazovaných je to 59 %. Dalších 7 učitelů provádí výuku volejbalu v bloku tj. 32 %. A jenom 2 učitelé vyučují volejbal pravidelně tj. 9 %.

Nejvíce učitelů vyučuje volejbal nepravidelně. Myslím si, že pro učitele je výuka tohoto sportu náročnější. Musí seznámit žáky s pravidly, která většina žáků nezná a musí i s žáky nacvičit jednotlivé činnosti, které nejsou tak jednoduché. Někteří žáci nejsou schopni určité činnosti zvládnout. Ve hře nejsou úspěšní a hra je nebaví.

5. Při výuce volejbalu se zaměřujete spíše na herní činnosti jednotlivce nebo na samotnou hru?



Graf 20: Při výuce volejbalu se zaměřujete spíše na herní činnosti jednotlivce nebo na samotnou hru?

(Zdroj: vlastní práce)

Nejvíce pedagogů odpovědělo, že používá obě metody ve stejné míře. Takto odpovědělo 9 pedagogů 41 %. O něco méně pedagogů se zaměřuje spíše na herní činnosti jednotlivce při výuce volejbalu, celkem 8 pedagogů 36 %. A 5 učitelů tj. 23 % uvedlo, že s žáky převážně hrají samotnou hru. Myslím si, že většina pedagogů postupuje správně ve výuce volejbalu na tělesné výchově. Nejdříve s žáky natrénují herní činnosti jednotlivce a pak teprve přistoupí k samotné hře volejbalu. Je důležité, aby žáci nejdříve ovládali jednotlivé činnosti, které pak mohou uplatni v samotné hře. Obě tyto činnosti se snaží většina pedagogů vyučovat ve stejném poměru. Tak docílí toho, že žáci ovládají herní činnosti jednotlivce i si zahrají. Žáky často nebaví základní nácvik a mají zájem hlavně hrát. A proto tímto postupem učitel docílí jak zvládnutí jednotlivých činností, tak poskytne žákům i radost ze hry. Jestliže učitelé dávají přednost převážně výuce jednotlivých herních činností, mají je žáci dobře zvládnuté, ale nemají z nich takové potěšení jako ze samotné hry. Když je tomu naopak a učitelé s žáky převážně hrají samotnou hru volejbalu. Žáci nemají natrénované jednotlivé činnosti jednotlivce, ve hře dělají chyby, míč je často na zemi, hra nemá spád a žáky taková hra nebaví.

6. Při nácviu herních činnostech jednotlivce, jaké činnosti s žáky cvičíte nejčastěji?

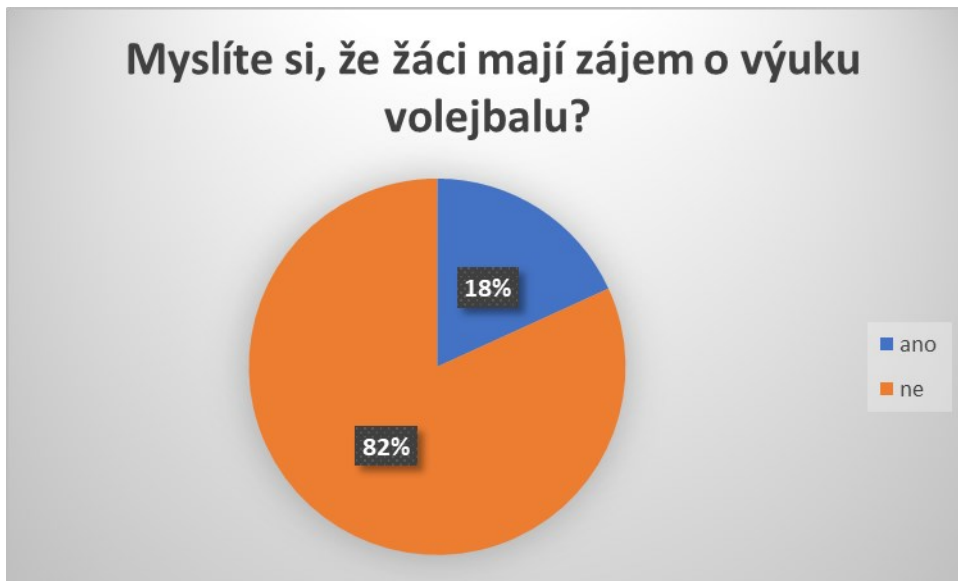


Graf 21: Při nácviu herních činnostech jednotlivce, jaké činnosti s žáky cvičíte nejčastěji?

(Zdroj: vlastní práce)

Vyšlo, že nejčastěji učitelé trénují nahrávku, respektive 9 učitelů 41 %. 7 učitelů tj. 32 % zase nejčastěji s žáky cvičí přihrávku. Dalších 5 učitelů 23 % trénuje nejčastěji podání a jeden učitel tj. 4 % uvedl útočný úder. Zbýlý blok nikdo neoznačil. Je samozřejmé, že učitelé převážně provádějí nácviu těch činností, které jsou ve volejbalu nejvíce používané. Aby žáci mohli hrát volejbal, musí ovládat hlavně přihrávku a nahrávku, proto je více učitelů trénuje nejčastěji. Méně učitelů uvedlo, že nejčastěji nacvičují podání. Podání žák provádí ve hře volejbalu méně často, neboť šestice hráčů v poli se na podání střídá. Proto si myslím, že právě z tohoto důvodu jej učitelé méně zařazují do nácviu. Útočný úder uvedlo málo učitelů, neboť jeho provedení je náročnější a je k němu zapotřebí většinou vyšších žáků. Blok je také náročný na provedení. A učitel je určitě rád, když s žáky stihne nacvičit základním činnostem.

7. Myslíte si, že žáci mají zájem o výuku volejbalu?



Graf 22: Myslíte si, že žáci mají zájem o výuku volejbalu?

(Zdroj: vlastní práce)

Překvapilo mě, že většina dotazovaných učitelů odpověděla na tuto otázku negativně. To znamená, že u 18 učitelů, tj. 82 %, žáci neprojevují zájem o výuku volejbalu. Pouze 4 učitelé, tj. 18 % si myslí, že žáci mají zájem o výuku volejbalu. Každý učitel pohlíží na zájem o volejbal jinak a každá třída je jiná. Možná ve třídách dotazovaných učitelů doopravdy žáci nemají zájem o výuku volejbalu v hodinách tělesné výchovy. Buďto je hra nezaujala, nebo je pro ně hodně náročná. Může být i jiný důvod. Učitelé nevěnovali nácviku tolik času, a proto žáci hru neovládají a nemají o ni zájem. Žáci v těchto třídách i mohou upřednostňovat jiný sport.

Ale např. z odpovědí výše dotazovaných dvou tříd žákyň z devátého ročníku vyplývá, že volejbal je jejich nejoblíbenější sport ve škole.

8. Máte k dispozici dostatek vybavení pro výuku volejbalu?

Pedagogové ze všech škol odpověděli, že ano. A to si myslím, je dobrý začátek pro výuku volejbalu, mít dostatek prostředků a nebát se ho vyučovat. A také je pravdou, že volejbal není náročný na materiální vybavení. Stačí síť, místo, kam ji zavěsit a míče, aspoň do dvojice pro žáky. A žákům stačí obyčejné sportovní oblečení a obuv.

4.3 Experiment

Experiment osahuje celkem čtyři testy. Podle těchto testů bychom měli zjistit, jak jsou na tom žákyně s jednotlivými herními činnostmi jednotlivce před použitím metod výuky volejbalu a po jejich aplikaci. Zapojeny do experimentu byly dvě třídy dívek z 1. základní školy Hořovice. A to přesněji třídy 9.A a 9.B. Z každé třídy se zúčastnilo 16 žákyně.

Před samotným testováním jsem žákyně zvažila a změřila, jestli jsou na tom s výškou a váhou těla podobně a mají tak podobné podmínky.

Tabulka 1: Výška a váha žákyň

číslo studenta	výška v cm	váha v kg
1.	172	56
2.	170	58
3.	168	50
4.	165	49
5.	169	52
6.	171	60
7.	160	55
8.	159	48
9.	163	57
10.	167	54
11.	164	60
12.	170	63
13.	168	52
14.	165	56
15.	160	48
16.	174	65
17.	168	53
18.	163	51
19.	166	58
20.	169	61
21.	170	63
22.	167	57
23.	160	54
24.	168	59
25.	171	66
26.	165	59
27.	169	62
28.	163	51
29.	164	50
30.	170	60
31.	166	55
32.	169	57
průměr	166,66	56,22
směrodatná odchylka	3,75	4,89

Zdroj: vlastní práce

Žákyně měří v průměru 166,66 cm a váží průměrně 56,22 kg. Směrodatná odchylka z výšky žákyň je 3,75 a směrodatná odchylka z váhy činí 4,89.

Testy experimentu:

Odbití obouruč vrchem o zeď

Podání do zón

Odbití obouruč spodem na přesnost

Odbití jednoruč vrchem-útočný úder

1. Odbití obouruč vrchem o zeď

Postupně jsem měřila dívkám, kolikrát za 30 sekund odbíjí obouruč vrchem o zeď. Dívky stály na čáře vzdálené od zdi 2 m. Získaly vždy jeden bod za správné odbití obouruč vrchem o zeď. Pokud jim míč upadl nebo se přiblížily moc ke zdi, chytily míč, postavily se znovu na čáru a pokračovaly v odbíjení až do konce limitu.

2. Podání do zón

Odbití jednoruč spodem – spodní podání nebo odbití jednoruč vrchem – vrchní podání čelné: Dívky si mohly vybrat, jaké podání chtěly a podávaly ze zadní čáry přes síť. Měly celkem tři pokusy na podání. Když podaly do hřiště, dostaly bod a když se trefily do dvou zadních zón v protějším hřišti připočetla jsem jim 2 body k tomu a když se trefily do 3 zadních zón v protějším hřišti tak obdržely navíc 3 body. Maximálně mohly získat 6 bodů.

3. Odbití obouruč spodem na přesnost

Odbití obouruč spodem (bagr): Jedna z dívek v zóně IV přihrála míč druhé dívce do zóny VI a ta měla za úkol přijmout míč bagrem a přihrát ho další dívce v zóně II. Když odehrála míč přesně na dívku v zóně II, tak dostala 3 body, když se musela druhá dívka natáhnout pro míč nebo udělat krok, tak získala 2 body a když musela dívka v zóně II udělat více kroků, tak dívka ze zóny VI obdržela jen 1 bod. Pokud míč směřoval úplně mimo dívku, nedostala žádný bod. Měly tři pokusy a za každý pokus dostávaly body. Z tohoto testu mohly získat až 9 bodů.

4. Odbití jednoruč vrchem-útočný úder

Odbití jednoruč vrchem-útočný úder-smeč nebo drajv: Dívka ze zóny III nahrála obouruč vrchem na smeč testované dívce a ta odbila míč přes síť buď smečí za 3body, nebo drajvem za 2 body, anebo prsty za 1 bod. Ale když míč neodbila přes síť, zůstala bez bodu. Každá dívka měla tři pokusy a za každý pokus se jí udělovaly body. Při nejlepším výkonu dostaly maximálně 9 bodů.

Vyhodnocení experimentu

Zde znázorním a vyhodnotím jednotlivé testy z experimentu obou tříd v tabulkách. Uvádím u obou tříd testy před výukou jednotlivých metod a testy po aplikaci výuky jednotlivých metod. Jak již jsem dříve uvedla, v 9.A jsem použila metodu výuky jednotlivých činností a v 9.B výuku volejbalu volné hry. Následně posoudím zlepšení dívek v jednotlivých testech a v jednotlivých třídách a dále porovnáím zlepšení mezi třídami.

Test a)

Tabulka 2: Výsledky testu odbití obouruč vrchem o zeď

9.A				9.B			
číslo studenta	test a) před	test a) po	zlepšení	číslo studenta	test a) před	test a) po	zlepšení
1.	42	52	23,81%	17.	2	10	400%
2.	31	48	54,84%	18.	8	15	88%
3.	26	37	42,31%	19.	10	20	100%
4.	26	30	15,38%	20.	10	15	50%
5.	21	38	80,95%	21.	11	17	55%
6.	21	27	28,57%	22.	8	14	75%
7.	15	34	126,67%	23.	18	40	122%
8.	27	37	37,04%	24.	22	38	73%
9.	31	38	22,58%	25.	14	23	64%
10.	18	40	122,22%	26.	20	28	40%
11.	5	11	120,00%	27.	27	30	11%
12.	19	25	31,58%	28.	30	33	10%
13.	15	23	53,33%	29.	12	20	67%
14.	27	29	7,41%	30.	25	26	4%
15.	10	16	60,00%	31.	32	35	9%
16.	16	20	25,00%	32.	20	34	70%
průměr	21,88	31,56	53,23%	průměr	16,81	24,88	77%

Zdroj: vlastní práce

Z této tabulky vyplývá, že žákyně z 9.A provedly více odbití obouruč vrchem o zeď v obou testech, ale více se zlepšily žákyně z 9.B. Dosáhly většího rozdílu mezi vstupním a výstupním testováním odbití obouruč vrchem o zeď. Tato třída žákyň se zlepšila průměrně o celých 77 %. Žákyně z 9.A průměrně se zlepšily, po zaokrouhlení, o 53 %.

Rozdíl mezi třídami činí 23,77 %. Tomuto rozdílu jistě přispěl menší počet bodů z úvodního testování oproti závěrečnému u třídy 9.B.

Test b)

Tabulka 3: Výsledky testu podání do zón

9.A			9.B		
číslo studenta	test b) před	test b) po	číslo studenta	test b) před	test b) po
1.	4	5	17.	0	1
2.	2	4	18.	0	1
3.	2	3	19.	0	1
4.	3	3	20.	0	1
5.	0	1	21.	0	1
6.	1	2	22.	0	1
7.	0	0	23.	3	2
8.	2	3	24.	2	3
9.	3	4	25.	0	0
10.	1	1	26.	0	1
11.	0	2	27.	2	3
12.	0	1	28.	2	2
13.	0	1	29.	0	0
14.	0	1	30.	0	2
15.	0	0	31.	0	1
16.	1	1	32.	0	0
průměr	1,19	2,00	průměr	0,56	1,25
zlepšení	68%		122%		

Zdroj: vlastní práce

V druhém testu podání do zón daly více podání jak v prvním, tak i v druhém testu žákyně z 9.A, ale v průměrném zlepšení byly znovu lepší žákyně 9.B.

Po výuce volejbalu se žákyně 9.A zdokonalily v průměru o 68 %. Žákyně z 9.B je předčily o 54 % se svým průměrným zlepšením 122 %. Většina dívek z 9.B nedala na poprvé ani jedno podání, ale po nácviku na hodinách se téměř každé na závěrečném testování povedlo aspoň jedno. Zvýšili svou výkonnostní úroveň a jsem na ně pyšná. Ke zlepšení opět jako v předešlém testování přispěl malý zisk bodů v testování před výukou, ale i nácvik a snaha děvčat o zlepšení.

Test c)

Tabulka 4: Výsledky testu odbití obouruč spodem na přesnost

9.A			9.B		
číslo studenta	test c) před	test c) po	číslo studenta	test c) před	test c) po
1.	6	9	17.	1	2
2.	8	9	18.	0	4
3.	4	7	19.	0	2
4.	0	6	20.	3	6
5.	5	3	21.	3	4
6.	6	7	22.	0	6
7.	4	3	23.	6	8
8.	4	6	24.	1	7
9.	6	8	25.	4	4
10.	2	2	26.	2	6
11.	1	2	27.	2	7
12.	1	1	28.	1	4
13.	1	1	29.	1	6
14.	0	1	30.	0	3
15.	5	4	31.	4	5
16.	0	3	32.	1	2
průměr	3,31	4,50	průměr	1,81	4,75
zlepšení	36%		162%		

Zdroj: vlastní práce

V úvodním testování získala více bodů 9.A. Ale překvapivě v závěrečném testování vedla na body, i když jen o čtyři, 9.B.

Průměrné zlepšení v testu odbití obouruč spodem na přesnost vyhrála opět 9.B.

Jejich zlepšení v průměru je neuvěřitelných 162 %. V 9.A dosáhly pěkných 36 % průměrného zlepšení. Tyto třídy měly mezi sebou rozdíl 126 %. Důvodem k tomuto velkému rozdílu mezi třídami přispívá získání malého počtu bodů u 9.B při vstupním testování. A dokonce při tomto testování mnoho dívek nedostalo ani jeden bod. Opět se potvrdilo, že u děvčat z 9.B došlo k výraznému zlepšení po tréninku na hodinách.

Test d)

Tabulka 5: Výsledky testu odbití jednoruč vrchem-útočný úder

9.A			9.B		
číslo studenta	test d) před	test d) po	číslo studenta	test d) před	test d) po
1.	8	9	17.	1	2
2.	8	8	18.	0	5
3.	7	6	19.	1	5
4.	6	5	20.	2	6
5.	6	6	21.	4	4
6.	7	8	22.	3	3
7.	1	4	23.	7	8
8.	3	7	24.	4	5
9.	7	8	25.	3	3
10.	2	6	26.	2	4
11.	1	6	27.	7	8
12.	3	5	28.	6	5
13.	2	2	29.	3	5
14.	1	2	30.	3	3
15.	3	4	31.	6	6
16.	1	3	32.	3	2
průměr	4,13	5,56	průměr	3,44	4,63
zlepšení	35%		35%		

Zdroj: vlastní práce

V posledním testu je překvapivé, že obě třídy dopadly v průměrném zlepšení jednotně. Obě třídy mají průměrné zlepšení o 35 %, ale v průměru na body ve vstupním testu byla o něco málo lepší 9.A, a také při výstupním testování byla úspěšnější. V této disciplíně se žákyně průměrně zlepšily stejně v obou třídách.

Celkové výsledky z experimentu

Tabulka 6: Celkové výsledky z experimentu

	zlepšení	
Testy	9.A	9.B
Test a)	53,23%	77%
Test b)	68%	122%
Test c)	36%	162%
Test d)	35%	35%
Celkové zlepšení	48,06%	99%

Zdroj: vlastní práce

Tabulka č. 7 ukazuje průměrné zlepšení u každého testu u jednotlivých tříd, které již byly popsány u jednotlivých testů. A současně také je v ní vypočítáno celkové zlepšení u všech testů dohromady z experimentu u jednotlivých tříd. Po zavedení modelové výuky herní činnosti jednotlivce pro 9.A se v testech tato třída zlepšila celkově o 48,06 %. A o neuvěřitelných 99 % se zlepšila 9.B po požití výuky s volnou hrou.

Tento rozdíl mezi třídami, který činí skoro 51 %, je nejspíš zapříčiněn přítomností dvou žákyň v 9.A, které hrají závodně volejbal, a i obecně měly žákyně v této třídě o něco lepší vstupní výsledky než druhá třída. Z tohoto důvodu se 9.B mohla posunout více než 9.A.

5 Diskuse

Ve své bakalářské práci jsem se věnovala výuce volejbalu na druhém stupni základní školy v určitém kraji. Zaměřila jsem se na Středočeský kraj, ve kterém i bydlím.

Nejdříve jsem vypracovala dotazník pro pedagogy, kteří vyučují tělesnou výchovu na druhém stupni základní školy a poslala jsem jej do vybraných základních škol. Díky tomuto dotazníku jsem zjistila, jak probíhá na těchto školách výuka volejbalu. V dotazníku jsem se pedagogů ptala hlavně na způsob výuky volejbalu v tělesné výchově, kolik volejbalu věnují času, jestli mají dostatek vybavení a kolik let už vyučují.

Druhý dotazník byl určen pro žákyně devátého ročníku z 1. základní školy Hořovice, který jim byl předán osobně a který měl především zjistit, jak často hrají volejbal, jestli spadá mezi jejich oblíbené sporty ve škole a jestli dělají i jiné sporty mimo školu.

Poté jsem vytvořila s pomocí odborné literatury dvě metody výuky volejbalu. Jednu zaměřenou na herní činnosti jednotlivce, kterou jsem aplikovala ve třídě 9.A. A druhou tradiční metodu používanou na základních školách, to jest výuku s využitím volné hry, jsem použila ve třídě 9.B. Oba modely měly 8 vyučovacích jednotek. Žákyně obou tříd vyplňovaly i výše uvedený dotazník

Před použitím modelů jsem zařadila vstupní testování a po aplikaci modelů opět stejné výstupní testování žákyň, pro získání potřebných dat k porovnání výsledků zlepšení v jednotlivých třídách a mezi třídami navzájem.

Úkolem vypracovaných dotazníků a experimentu bylo, aby poskytly data potřebná pro odpovědi na výzkumné otázky a jejich následné zhodnocení a porovnání mezi sebou.

Výsledky, ke kterým jsem dospěla, jsem porovнала s výsledky, ke kterým došli jiní studenti ve svých pracích na podobné téma. Po prostudování těchto prací jsem získala i nové poznatky z oblasti výuky volejbalu na různých školách.

Dohromady jsem si určila sedmnáct výzkumných otázek, které jsem si rozdělila do třech kategorií, a to experiment pro žákyně, dotazník pro žákyně a dotazník pro pedagogy. V odpovědích na výzkumné otázky rozebírám vše, na co jsem se ptala v dotaznících a zkoumala v experimentu. Na veškeré výzkumné otázky odpovídám níže v textu.

Výzkumná otázka č. 1: Bude při výuce volejbalu na druhém stupni základní školy účinnější metoda výuky na základě navrženého modelu nebo výuka tradiční s využitím volné hry?

Podle výsledků s průměrným zlepšením mezi třídami byla úspěšnější výuka tradiční s využitím volné hry. Metoda výuky na základě navrženého modelu herní činnosti jednotlivce v 9.A měla celkové zlepšení o 48,06 % a výuka tradiční s využitím volné hry v 9.B měla úžasných 99 % celkového zlepšení. Tedy žákyně z 9.B se zlepšily o 50,94 % více než druhá třída. Tento výsledek mohl být ovlivněn přítomností dvou žákyň v 9.A, které hrají volejbal závodně, a které ve vstupním i výstupním testování měly podobné výsledky, neboť volejbal již od začátku dobře ovládaly a nemohlo tak u nich dojít k výraznému zlepšení. Také celkové výsledky z této třídy byly lepší ve vstupním testování, proto nemohly žákyně dosáhnout takového zlepšení jako druhá třída. Myslím si, že žákyně více bavila samotná hra než nácvik herních činností jednotlivce. Hlavně z důvodu motivace získat bod a vyhrát. A také při samotné hře více pronikly do herních činností jednotlivce.

Výzkumná otázka č. 2 a): Hrály už někdy volejbal žákyně z druhého stupně základní školy?

Všechny žákyně odpověděly kladně. Kladně tedy zodpovědělo otázku 32 z 32 žákyň. Takovému vysokému číslu přispívá i fakt, že učitelé z jejich školy odpověděli, že vyučují volejbal na hodinách tělesné výchovy.

Výzkumná otázka č. 2 b): Hrají některé žákyně volejbal závodně?

Dohromady z obou tříd hrají tři žákyně volejbal závodně. Dvě z 9.A a jedna z 9.B. Toto rozpoštění žákyň hrající závodně volejbal mohlo ovlivnit výsledek v celkovém zlepšení tříd v experimentu. Kdy žákyně hrající volejbal závodně nemohou dosáhnout takového zlepšení jako žákyně, které ho nehrají závodně.

Výzkumná otázka č. 2 c): Hrají žákyně ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku volejbal?

A pokud ano, jak často ho hrají?

Podle výsledků šetření všechny žákyně odpověděly, že hrají volejbal ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku. Šest dívek si myslí, že hrají málo volejbal na hodinách tělesné výchovy nebo na kroužku. Z každé třídy si to myslí tři dívky. Všechny dívky odpověděly jednotně, že hrají volejbal ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku, protože jsou z jedné školy. Jejich odpovědi se shodují s odpověďmi jejich učitelů tělesné výchovy, kteří v dotazníku uvedli, že vyučují volejbal ve svých hodinách.

Výzkumná otázka č. 2 d): Mají žákyně na druhém stupni základní školy zájem o sport i ve volném čase?

Z odpovědí vyplývá, že větší část žákyně má zájem o sport i ve volném čase. Nejčastějšími sporty v 9.A je jezdectví, plavání, hasičský sport, běh, volejbal, ale bohužel tři žákyně nedělají žádný sport.

V 9.B zase žákyně rády tancují, běhají, jezdí na koni, plavou, dělají gymnastiku, hrají badminton a volejbal. Čtyři žákyně nenapsaly žádný sport. Tyto žákyně mohly také ovlivnit výsledek zlepšení v experimentu, z důvodu získání nízkého počtu bodů ve vstupním testování. A po absolvování vyučovacích jednotek mohly získat vyšší počet bodů v závěrečném testování.

Výzkumná otázka č. 2 e): Kolik hodin týdně nejčastěji věnují pohybové aktivitě žákyně mimo školu?

V obou třídách dohromady cvičí žákyně nejvíce 2 hodiny týdně. Ale v 9.A uvedlo více dívek vyšší počet hodin cvičení týdně, než jsou 2 hodiny. Z toho vyplývá, že v 9.A cvičí žákyně více hodin týdně mimo školu než v 9.B. Určitě se tento fakt odrazil v testech, ve kterých žákyně z 9.A téměř vždy získaly vyšší počet bodů.

Výzkumná otázka č. 2 f): Které sporty při výuce tělesné výchovy patří mezi oblíbené u žákyň?

Nejoblíbenější sport u obou tříd je volejbal, hlasovalo pro něj 24 % dívek, mezi nemnoho oblíbené sporty spadá přehazovaná 14 %, vybíjená 13 %, basketbal 12 %, florbal 12 %, další sporty zvolilo málo dívek, a to plavání 10 %, kin-ball 7 %, atletiku 5 % a gymnastiku pouze 3 %. V 9.A jsou tři nejoblíbenější sporty, kterými jsou: volejbal 25 %, vybíjená 21 %, přehazovaná 15 % a další sporty uvedlo málo dívek. V 9.B je také nejvíce oblíbený volejbal jako u dívek z 9.A, ale hlasovalo pro něj jen 23 % dívek, tj. o 2 % žákyň méně než v druhé třídě. Druhý nejoblíbenější sport je u nich florbal 19 %, třetím nejoblíbenějším sportem je basketbal 15 %, ostatní sporty dostaly málo hlasů.

Výzkumná otázka č. 2 g): Mají žákyně na druhém stupni základní školy zájem o výuku volejbalu?

Celkem devět žákyň z dotazovaných by chtělo hrát volejbal častěji ve škole. Z toho bylo pět z 9.A a čtyři z 9.B. A i podle odpovědí na předešlou otázku, že volejbal je jejich nejoblíbenější sport ve škole, si dovoluji tvrdit, že mají zájem o výuku volejbalu.

Výzkumná otázka č. 2 h): Jak dalece žákyně znají vybraná pravidla v souvislosti s hrou volejbalu?

Žákyně odpovídaly celkem na tři otázky ohledně pravidel volejbalu.

Na první otázku: Do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal?

Správně odpovědělo celkem z obou tříd 67 % žákyň. V 9.A odpovědělo správně 92 % a v 9.B jen 42 %. V 9.A odpovědělo správně o 50 % žákyň více než v 9.B. Z výsledků lze vyvodit, že dívky hrají volejbal a toto pravidlo si většina zapamatovala.

Na druhou otázku: Může se volejbal hrát i hlavou?

Obě třídy správně odpověděly v 33 %. Zde odpovědělo správně opět více žákyň z 9.A, které dosáhly 50 % a žákyně z 9.B měly pouze 17 % správných odpovědí. 9.A převýšila ve správných odpovědích 9.B o 33 %. Malé procento správných odpovědí lze vysvětlit tím, že se toto pravidlo

na hodinách tělesné výchovy pravděpodobně neuvádí nebo jen okrajově a dívky si jej nezapamatovaly.

Na poslední otázku: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři?

Odpovědělo celkem 75 % žákyň správně z obou tříd. A jednotlivě v 9.A i v 9.B také dosáhly 75 % správných odpovědí. Procenta správných odpovědí byla v obou třídách stejná. Toto pravidlo většině dívek utkvělo v paměti, neboť volejbal hrají a musí samozřejmě vědět, kolikrát se mohou dotknout míče v poli.

Podle výsledků jsou seznámeny s pravidly volejbalu lépe žákyně z 9.A, ale jinak obě třídy ovládají pravidla poměrně dobře.

Výzkumná otázka č. 3 a): Kolik z dotazovaných pedagogů jsou muži?

Dotazník vyplnilo 8 mužů, to jest 36 % ze všech 22 pedagogů, kteří odpovídali. Zbytek byly ženy, kterých bylo 14, tedy 64 %. Více odpovídalo žen, a to o 28 %, z důvodu většího zájmu žen o povolání učitele/učitelky.

Výzkumná otázka č. 3 b): Jakou mají praxi pedagogové z druhého stupně základní školy?

Tři pedagogové, tj. 14 % z dotazovaných, odpověděli, že učí tělesnou výchovu méně než 7 let. Dalších 14 pedagogů, tj. 59 % z dotazovaných, učí 7-14 let. A zbylých 6 pedagogů, tj. 27 %, učí už přes 14 let. Nejvíce pedagogů má praxi 7-14 lety, těchto učitelů je o 45 % více než učitelů s praxí menší než 7 let a o 32 % více než učitelů s praxí přes 14 let. Učitelů s praxí přes 14 let je o 13 % více než učitelů s praxí menší než 7 let.

Výzkumná otázka č. 3 c): Jaké jsou oblíbené sporty ve výuce u pedagogů?

Pedagogové nejraději učí fotbal, který dostal 5 hlasů. Dále mezi oblíbené sporty, které pedagogové zařazují do výuky, patří volejbal, basketbal a atletika, pro které hlasovali vždy 3 učitelé. Ostatní sporty dostaly málo hlasů. Házená, přehazovaná a gymnastika pouze po 2 hlasech a vybíjená a florbal jen 1 hlas.

Myslím si, že záleží na každém učiteli, jakému sportu dává přednost i jaký sport má osobně rád. Dále také záleží na náročnosti výuky určitého sportu.

Výzkumná otázka č. 3 d): Zahrnují pedagogové volejbal do tělesné výuky? Pokud ano, jak často?

Všichni z dotazovaných pedagogů zařazují volejbal do výuky. Většina volejbal zařazuje do výuky tělesné výchovy nepravidelně, a to 13 učitelů, tj. 59 % z dotazovaných. Dalších 7 učitelů, tj. 32 %, provádí výuku volejbalu v podobě bloku. A jenom 2 učitelé, tj. 9 %, vyučují volejbal pravidelně. Učitelů, kteří zařazují volejbal do výuky nepravidelně je o 27 % více než učitelů, kteří provádí výuku volejbalu v podobě bloku a o 50 % více než učitelů, kteří vyučují volejbal pravidelně. A učitelů, kteří provádí výuku volejbalu v podobě bloku je o 23 % více než učitelů, kteří vyučují volejbal pravidelně.

Nejvíce učitelů vyučuje volejbal nepravidelně. Myslím si, že pro učitele je výuka tohoto sportu náročnější. Musí seznámit žáky s pravidly, která většina žáků nezná a musí i s žáky nacvičit jednotlivé činnosti jednotlivce, které nejsou tak jednoduché. Někteří žáci nejsou schopni určité činnosti zvládnout. Ve hře nejsou úspěšní a hra je nebaví.

Výzkumná otázka č. 3 e): Jaké postupy volí pedagogové při výuce volejbalu na základních školách?

Většina pedagogů zařazuje hru i herní činnosti jednotlivce ve stejném poměru. A takto odpovědělo 9 pedagogů, tj. 41 % z dotazovaných. Ve větší míře se na herní činnosti jednotlivce zaměřuje při výuce 8 pedagogů, tj. 36 % z dotazovaných. 5 pedagogů, tj. 23 %, uvedlo, že na hodinách tělesné výchovy hrají převážně samotnou hru. Pedagogů, kteří zařazují hru a herní

činnosti jednotlivce ve stejném poměru je o 5 % více než pedagogů, kteří se zaměřují na herní činnosti jednotlivce a o 18 % více než pedagogů, kteří hrají samotnou hru. Pedagogů, kteří se zaměřují na herní činnosti jednotlivce je o 13 % více než pedagogů, kteří hrají samotnou hru.

Obě tyto činnosti se snaží většina pedagogů vyučovat ve stejném poměru. Tak docílí toho, že žáci ovládají jak herní činnosti jednotlivce, tak i hru. Žáky často nezaujme základní nácvik a upřednostňují hru. A proto tímto postupem učitel docílí jak zvládnutí jednotlivých činností, tak poskytne žákům i radost ze hry. Jestliže učitelé dávají přednost převážně výuce jednotlivých herních činností, mají je žáci dobře zvládnuté, ale nemají z nich takové potěšení jako ze samotné hry. Když je tomu naopak a učitelé dávají přednost samotné hře, žáci nemají natrénované jednotlivé činnosti jednotlivce, ve hře dělají chyby, míč je často na zemi, hra nemá spád a žáky taková hra nezaujme.

Výzkumná otázka č. 3 f): Které nejčastější herní činnosti učí pedagogové při výuce volejbalu?

Nejčastěji pedagogové trénují nahrávku a pro ni hlasovalo 9 pedagogů, tj. 41 % z dotazovaných. 7 pedagogů, tj. 32 % z dotazovaných, s žáky procvičuje nejvíce přihrávku. Dalších 5 pedagogů, tj. 23 %, se zabývá hlavně podáním a jeden učitel, tj. 4 % z dotazovaných, uvedl útočný úder. Zbýlý blok nikdo neoznačil. Pedagogů, kteří nejčastěji trénují nahrávku je o 9 % více než pedagogů, kteří procvičují nejvíce přihrávku, o 18 % více než pedagogů, kteří se zabývají hlavně podáním, a o 37 % více než pedagogů, kteří uvedli útočný úder. Pedagogů, kteří procvičují nejvíce přihrávku je o 9 % více než pedagogů, kteří se zabývají hlavně podáním a o 28 % více než pedagogů, kteří uvedli útočný úder. Pedagogů, kteří se zabývají hlavně podáním je o 19 % více než pedagogů, kteří uvedli útočný úder.

Je samozřejmé, že učitelé převážně zařazují do výuky volejbalu ty herní činnosti, které se ve velké míře používají při samotné hře volejbalu. Aby žáci mohli hrát volejbal, musí ovládat hlavně přihrávku a nahrávku, proto je více učitelů trénuje nejčastěji. Méně učitelů uvedlo, že nejčastěji nacvičují podání. Podání žák provádí ve hře volejbalu méně často, neboť šestice hráčů v poli se na podání střídá, ale bez podání se tým neobejde. Útočný úder uvedl menší počet učitelů, neboť jeho provedení je náročnější a je k němu zapotřebí přesné nahrávky. Blok je také náročný na provedení a závisí na výšce hráče.

Výzkumná otázka č. 3 g): Myslí si pedagogové, že žáci mají zájem o volejbal?

Pedagogové si myslí, že žáci většinou nemají zájem o volejbal. Tvrdí to 18 pedagogů, tj. 82 % z dotazovaných, ale 4 pedagogové, tj. 18 % z dotazovaných, si myslí, že žáci mají zájem o výuku volejbalu. Pedagogů, kteří si myslí, že žáci nemají zájem o volejbal je o 64 % více než pedagogů, kteří si myslí, že žáci mají zájem o volejbal.

Možná ve třídách dotazovaných učitelů doopravdy žáci nemají zájem o výuku volejbalu v hodinách tělesné výchovy. Buďto je hra nezaujala, nebo je pro ně hodně náročná. Může být i jiný důvod. Učitelé nevěnovali nácviku mnoho času, a proto žáci hru neovládají a nemají o ni zájem. Žáci v těchto třídách mohou upřednostňovat i jiný sport.

Ale např. z odpovědí výše dotazovaných dvou tříd žákyň z devátého ročníku vyplývá, že volejbal je jejich oblíbený sport ve škole.

Výzkumná otázka č. 3 h): Mají pedagogové dostatek vybavení pro výuku volejbalu?

Pedagogové ze všech škol uvedli, že mají dostatek vybavení pro výuku volejbalu. Je pravdou, že volejbal není náročný na vybavení. Stačí síť, místo, kam ji zavěsit a míče, aspoň do dvojice pro žáky. A žáci mohou mít obyčejné sportovní oblečení a obuv.

Podobným tématem se zabývaly i další práce, které také zkoumaly výuku volejbalu na školách. A já bych ráda zde porovnávala jejich výsledky s můjmi.

Michal Urbančík (2012) se ve své diplomové práci zabíral volejbalem ve výuce na osmiletých gymnáziích v Praze. Dospěl ke stejným výsledkům jako já, že všichni učitelé zařazují volejbal do výuky převážně nepravidelně, také že je většina pedagogů spokojena s materiálním vybavením pro volejbal, a že žáci cvičí nejvíce dvě hodiny týdně mimo hodiny tělesné výchovy. Ale naše experimenty dopadly rozdílně především v důsledku jiné metody výuky. Urbančík používá v obou třídách stejnou metodu výuky volejbalu a obě třídy jsou věkově rozdílné. Já jsem do svého experimentu zařadila dvě odlišné metody výuky volejbalu pro žákyně stejného ročníku. Z mého bádání vyšlo větší zlepšení žákyň v jednotlivých třídách i mezi třídami než u Urbančíka. Michal Urbančík také zjistil, že učitelé často používají nějaké modifikace hry. A podle odpovědí učitelů je hlavním přínosem volejbalu týmová spolupráce a souhra.

Johana Plachá (2020) ve své práci řeší výuku volejbalu v hodinách tělesné výchovy na základních a středních školách v Praze. Obě jsme došly ke stejnému závěru, že žáci na základních školách pravidla volejbalu znají. Na základě odpovědí ve svém dotazníku také zjistila, že většina žáků ze základních a středních škol získala své první volejbalové dovednosti od trenéra.

Podobným tématem se zabývala i Helena Vilímková (2016), která také zjišťovala u studentek znalosti pravidel volejbalu. Studentky znaly vybraná pravidla volejbalu velmi dobře. Ve svém výzkumu testovala navržený model výuky volejbalu a ověřovala výsledky navrženého postupu výuky na dvou skupinách studentek druhého ročníku čtyřletého gymnázia. Jednu skupinu učila podle svého plánu a ve druhé skupině se věnovali volejbalu nesystematicky. Samozřejmě první skupina se zlepšila více než druhá skupina studentek.

Naopak z práce Markéty Harčárové (2009) vyplývá, že většina dívek na základní škole nezná pravidla volejbalu. Zjistila, že pedagogové zařazují výuku volejbalu nejčastěji od 7.-9. třídy. A všechny dotazované školy v holickém regionu uvedly, že se účastní volejbalových soutěží.

Z většiny předešlých výzkumů vyplývá, že informovanost žáků o pravidlech volejbalu se zlepšila a žáci pravidla dobře znají. Každý autor přišel s jiným zajímavým přínosem k výuce volejbalu ve školách. Některé výsledky se v jednotlivých pracích liší. Myslím si, že rozdíly ve výsledcích byly

zapříčiněny tím, že každá práce byla vypracována v jiném roce a bylo použito jiných metod výuky volejbalu. Také v každé škole i třídě je různé složení studentů či žáků a pedagogů.

Ale doufám, že se volejbal bude hrát na školách stále a častěji.

6 Závěry

Hlavním cílem mé bakalářské práce bylo porovnat účinnost mnou navrženého modelu výuky volejbalu s tradiční metodou používanou na základní škole, to je výuka s využitím volné hry.

Dále jsem zjišťovala zájem žákyň, z devátého ročníku z 1. základní školy Hořovice, o výuku volejbalu a o sport obecně. U těchto žákyň jsem i porovnávala účinnost výše uvedených metod výuky volejbalu. Zmapovala jsem postupy, které pedagogové na základních školách používají při výuce volejbalu. Tito dotazovaní pedagogové byli ze Středočeského kraje.

Mnou navrženou metodu výuky volejbalu, která je založena na herní činnosti jednotlivce jsem aplikovala v 9.A a tradiční metodu s využitím volné hry v 9.B.

Na základě dat, která jsem získala z úvodního testování obou tříd dívek před začátkem modelových výuk a ze závěrečného testování obou tříd dívek po ukončení modelových výuk, jsem došla k tomuto závěru.

- 1. Po aplikaci modelových výuk volejbalu se obě třídy žákyň zlepšily. Ale žákyně z 9.B se oproti vstupním testům zlepšily o 99 % a žákyně z 9.A pouze o 48,06 %. Tedy žákyně z 9.B se zlepšily o 50,94 % více než druhá třída. Z výsledků vyplývá, že účinnější metoda výuky na základní škole byla výuka tradiční s využitím volné hry.**
- 2. Všechny žákyně hrály volejbal aspoň jednou. Buďto ve škole, na táboře nebo na kroužku.**
- 3. Volejbalu se některé dívky věnují i závodně. Konkrétně dvě žákyně z 9.A a jedna z 9.B.**
- 4. Všechny žákyně hrají volejbal ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku. Šest dívek si myslí, že hrají málo volejbal na hodinách tělesné výchovy nebo na kroužku. A z každé třídy si to myslí tři dívky.**
- 5. Větší část žákyň má zájem o sport ve volném čase. Ale bohužel tři žákyně z 9.A a čtyři žákyně z 9.B nemají zájem o sport ve volném čase.**

6. Z obou tříd cvičí nejvíce žákyně 2 hodiny týdně. Ale v 9.A uvedlo více dívek větší počet hodin cvičení týdně, než jsou 2 hodiny. Došla jsem k závěru, že v 9.A cvičí žákyně více hodin týdně mimo školu než žákyně z 9.B.
7. Nejoblíbenější sport při výuce tělesné výchovy u obou tříd je volejbal, mezi nemnoho oblíbené patří přehazovaná, vybíjená, basketbal a florbal.
8. Žákyně mají zájem o výuku volejbalu. To potvrdila i odpověď na předešlou otázku, že jejich oblíbený sport ve škole je volejbal. Devět žákyň z dotazovaných by chtělo dokonce hrát volejbal i častěji ve škole.
9. Žákyně z obou tříd znají dobře vybraná pravidla ze hry volejbalu. Zpravidla převažovala správná odpověď. Žákyně z 9.A měly více správných odpovědí než žákyně z 9.B.
10. Dotazník pro pedagogy vyplnilo 8 mužů ze všech 22 pedagogů, kteří odpovídali. Zbytek byly ženy.
11. Přesně 14 % dotazovaných pedagogů z druhého stupně základních škol učí tělesnou výchovu méně než 7 let. Dalších 59 % pedagogů učí 7-14 let. A zbylých 27 % pedagogů učí už přes 14 let. Nejvíce pedagogů má praxi 7-14 let.
12. Oblíbenými sporty ve výuce u pedagogů jsou fotbal, volejbal, basketbal a atletika. Fotbal dostal 5 hlasů. Dále rádi učí volejbal, basketbal a atletiku, pro které hlasovali vždy 3 pedagogové.
13. Všichni z dotazovaných pedagogů zařazují volejbal do výuky. Většina učitelů zařazuje volejbal do výuky tělesné výchovy nepravidelně, a to 13 učitelů, tj. 59 %. Dalších 7 učitelů provádí výuku volejbalu v podobě bloku, tj. 32 %. A jenom 2 učitelé vyučují volejbal pravidelně, tj. 9 %.

14. **Většina pedagogů zařazuje při výuce volejbalu hru i herní činnosti jednotlivce ve stejném poměru. Takto odpovědělo 9 pedagogů z celkového počtu dotazovaných, tj. 41 %. Další učitelé se ve větší míře zaměřují na herní činnosti jednotlivce při výuce, a to 8 pedagogů, což je 36 %. A 5 pedagogů, tj. 23 %, uvedlo, že na hodinách tělesné výchovy se věnují převážně samotné hře.**
15. **Mezi nejčastější herní činnosti, které učí pedagogové při výuce volejbalu, patří nahrávka, přihrávka, podání a útočný úder. Zbýlý blok nikdo neoznačil.**
16. **Převážná většina pedagogů si myslí, že žáci nemají zájem o výuku volejbalu. Tvrdí to 18 učitelů, tj. 82 % z dotazovaných. Pouze 4 učitelé, tj. 18 % z dotazovaných, si myslí, že žáci mají zájem o výuku volejbalu.**
17. **Všechny dotazované školy mají dostatek vybavení pro výuku volejbalu. Disponují sítěmi a dostatkem míčů.**

Poznatky z mé bakalářské práce mohou využít hlavně pedagogové tělesné výchovy na druhém stupni základní školy, ale mohou je využít i ostatní pedagogové, i trenéři volejbalu a v podstatě kdokoliv, kdo se o volejbal zajímá.

Také zde v práci naleznou vytvořené dva modely výuky volejbalu, testování a výsledky, ke kterým jsem dospěla po aplikaci modelů. Vybrat si mohou cokoli, co je zajímavé a co využijí. A také se mohou dozvědět, jak nejčastěji pedagogové postupují při výuce volejbalu ve školách.

7 Seznam použitých informačních zdrojů

1. BUCHTEL, Jaroslav. Teorie a didaktika volejbalu. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1011-6.
2. BUCHTEL, Jaroslav. Trénink dětí a mládeže ve volejbalu. Praha: Univerzita Karlova, Nakladatelství Karolinum, 2017, 146 stran: černobílé ilustrace, barevné fotografie; 23 cm. ISBN 978-80-246-3811-9.
3. Boga, Steve, 1947. Volleyball. Place of publication not identified Stackpole Books, 1997. ISBN: 0-585-34059-5
4. CÍSAŘ, Václav. *Volejbal: technika a taktika hry: průpravná cvičení*. Praha: Grada, c2005. ISBN 80-247-0502-8.
5. DUFRESNE, Emilie. Volleyball. New York: Kidhaven Publishing 2020. ISBN: 1-5345-3095-9
6. HANÍK Zdeněk, LEHNERT Michal a kolektiv autorů. Volejbal 1: Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže. 1. vyd. Český volejbalový svaz, 2004.
7. HANÍK, Zdeněk. *Volejbal: viděno třemi: od základních odbití po herní činnosti*. Praha: Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2744-8.
8. KAPLAN, Oldřich. *Volejbal*. Praha: Grada, 1999. ISBN 80-7169-762-1
9. KAPLAN, Oldřich, BUCHTEL, Jaroslav, ZOULA, Václav, *Didaktika volejbalu ve školní tělesné výchově*. Státní pedagogické nakladatelství Praha, 1989
10. NYKODÝM, Jiří. *Teorie a didaktika sportovních her*. Brno: Masarykova univerzita, 2006. ISBN 80-210-4042-4.
11. PŘIDAL, Vladimír a Ludmila ZAPLETALOVÁ. *Volejbal: herný výkon, trénink, říadenie*. 1. vyd. Bratislava: Peter Mačura – PEEM, 2003, 180 s. ISBN 80-88901-85-5.
12. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání. Praha: VUP 2017
13. Reeser, Jonathan C.; Reeser, Jonathan.; Bahr, Roald, 1957. Volleyball. Malden, Mass. : Blackwell Science, 2003. ISBN: 0-632-05913-3

14. Reynaud, C. *The Volleyball Coaching Bible*. Human Kinetics, 2015. ISBN: 1-4925-3996-1
15. TÁBORSKÝ, František. *Sportovní hry: sporty známé i neznámé*. Praha: Grada, 2004. ISBN isbn80-247-0875-2.
16. VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012, 531 s. ISBN 978-80-246-2153-1.
17. VELENSKÝ, Michael. *Průpravné hry*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0970-3.
18. ZOULA, Vojtěch, Jaroslav BUCHTEL a Oldřich KAPLAN. *Didaktika volejbalu ve školní tělesné výchově*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989

Elektronické zdroje:

19. HALES, Clay. *Základy volejbalu – zóny na hřišti*. opensourcevolleyball.blogspot.com. [online]. 17. ledna 2015 [cit. 2023-04-07] Dostupné z: <http://opensourcevolleyball.blogspot.com/2015/01/volleyball-basics-zones-of-court.html>
20. POLÍVKA, Petr. *Metodické komentáře a úlohy ke Standardům pro základní vzdělání* [online]. Praha: NÚV, 2016. [cit. 2023-04-08] ISBN 978-80-7481-174-6 Dostupné z: https://archiv-nuv.npi.cz/uploads/Publikace/Metodicke_komentare/METODICKEI_KOMENTARE_A_ULOHY_KE_STANDARDUM_ZV_TELESNA_VYCHOVA_.pdf
21. *rvp-ramcove-vzdelavaci-programy*. [online]. Copyright © 2022 Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT). [cit. 2023-03-08] Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/>
22. *VOLEJBAL.302Found*[online]. vytvořil webmaster UK FTVS, (c) 2015. [cit. 2023-02-08] Dostupné z: <http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/sportovnihry2/volejbal/index.php?c=3>
23. Sgrò, F., Coppola, R., Schembri, R., & Lipoma, M. (2021). [cit. 2023-03-08] Vliv modelové jednotky taktických her na volejbalové výkony žáků na základní škole. [online]. *European Physical Education Review*, 27(4), 1000–1013. Dostupné z: <https://doi-org.ezproxy.is.cuni.cz/10.1177/1356336X211005806>

24. CROTEAU, Jeanne. 31 dynamických volejbalových cvičení k ovládnutí kurtu. weareteachers.com. [online]. 12. května 2023 [cit. 2023-06-14] Dostupné z: <https://www.weareteachers.com/volleyball-drills/>
25. Informované souhlasy. *Oddělení vědy a výzkumu FHS* [online]. 2023 [cit. 2023-06-14]. Dostupné z: <https://veda.fhs.cuni.cz/FHSVEDA-110.html>

Závěrečné práce:

26. HARČÁROVÁ, Markéta. *Zkvalitnění výuky volejbalu na základní škole*. Praha, 2009. Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce: PaedDr. Jeroným Hájek. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/20659/BPTX_2008_2_11410_OSZD001_85206_0_73830.pdf?sequence=1&isAllowed=y
27. PLOCHÁ, Johana. *Výuka volejbalu v hodinách tělesné výchovy na základních a středních školách*. Praha, 2020. Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce: PhDr. Rostislav Vorálek, Ph.D. Dostupné z: <https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/120319/130289203.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. URBANČÍK, Michal. *VOLEJBAL VE VÝUCE TĚLESNÉ VÝCHOVY NA OSMILETÝCH GYMNÁZIÍCH*. PRAHA, 2012. Diplomová práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Vedoucí diplomové práce: PaedDr. Ladislav Pokorný. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/41813/DPTX_2011_2__0_79280_0_125534.pdf?sequence=1&isAllowed=y
29. VILÍMKOVÁ, Helena. *VÝUKA VOLEJBALU NA ZÁKLADNÍCH A STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH*. Praha, 2016. Diplomová práce. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/78757/DPTX_2014_1_11410_0_422983_0_152885.pdf?sequence=1&isAllowed=y

8 Seznam obrázků

Obrázek 1: postavení hráčů a rozdělení zón	12
--	----

9 Seznam grafů

Graf 1: Kolik hodin týdně cvičí. Obě třídy.....	51
Graf 2: Kolik hodin týdně cvičí. 9.A	52
Graf 3: Kolik hodin týdně cvičí. 9.B.....	53
Graf 4: Nejoblíbenější sporty na hodinách TV. Obě třídy	54
Graf 5: Nejoblíbenější sporty na hodinách TV. 9.A	55
Graf 6: Nejoblíbenější sporty na hodinách TV. 9.B	56
Graf 7: Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? Obě třídy	58
Graf 8: Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? 9.A	59
Graf 9: Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal? 9.B	60
Graf 10: Může se hrát volejbal i hlavou? Obě třídy.....	61
Graf 11: Může se hrát volejbal hlavou? 9.A	62
Graf 12: Může se hrát volejbal hlavou? 9.B	63
Graf 13: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? Obě třídy.....	64
Graf 14: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? 9.A.....	65
Graf 15: Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři? 9.B	66
Graf 16: Vaše pohlaví?.....	67
Graf 17: Jakou dobu už vyučujete tělesnou výchovu?	68
Graf 18: Jaké sporty nejraději učíte?.....	69
Graf 19: Jak často zařazujete volejbal do výuky, během školního roku?.....	70
Graf 20: Při výuce volejbalu se zaměřujete spíše na herní činnosti jednotlivce nebo na samotnou hru?	71
Graf 21: Při nácviku herních činnostech jednotlivce, jaké činnosti s žáky cvičíte nejčastěji?..	72
Graf 22: Myslíte si, že žáci mají zájem o výuku volejbalu?.....	73

10 Seznam tabulek

Tabulka 1: Výška a váha žákyň	75
Tabulka 2: Výsledky testu odbití obouruč vrchem o zeď	78
Tabulka 3: Výsledky testu podání do zón	79
Tabulka 4: Výsledky testu odbití obouruč spodem na přesnost	80
Tabulka 5: Výsledky testu odbití jednoruč vrchem-útočný úder	81
Tabulka 6: Celkové výsledky z experimentu.....	82

11 Seznam příloh

Příloha 1: Dotazník pro žáky	103
Příloha 2: Dotazník pro pedagogy	104
Příloha 3: Informovaný souhlas	105

Příloha 1: Dotazník pro žáky

1. Už jsi někdy hrál/a volejbal?
2. Hraješ závodně volejbal?
3. Hrajete ve škole při tělesné výchově nebo na kroužku volejbal?
Pokud ano, jak často?
4. Jakému sportu se věnuješ ve svém volném čase?
5. Kolik hodin týdně cvičíš? (Mimo tělesné výchovy ve škole)
6. Jaké sporty tě nejvíce baví hrát ve škole? Aspoň 3 nejoblíbenější.
7. Chtěl/a bys hrát volejbal častěji ve škole?
8. a) Víš, do kolika bodů v jednom setu se hraje volejbal?
b) Může se volejbal hrát i hlavou?
c) Jaký je maximální počet dotyků, po podání při hře, k dostání míče přes síť k soupeři?

Příloha 2: Dotazník pro pedagogy

1. Vaše pohlaví?
2. Jakou dobu vyučujete tělesnou výchovu?
3. Jaké sporty nejraději učíte?
4. Zahrnujete volejbal do tělesné výuky? Pokud ano, jak často, během školního roku?
5. Při výuce volejbalu se zaměřujete spíše na herní činnosti jednotlivce nebo na samotnou hru?
6. Při nácviku herních činnostech jednotlivce, jaké činnosti s žáky cvičíte nejčastěji?
7. Myslíte si, že žáci mají zájem o výuku volejbalu?
8. Máte k dispozici dostatek vybavení pro výuku volejbalu?

Příloha 3: Informovaný souhlas

Informovaný souhlas

Informace o účastníkovi

Jméno a příjmení:

Datum narození:

Adresy trvalého bydliště:

.....

Doručovací adresa (pokud se liší od adresy trvalého bydliště):

Telefon:

Email:

Informace o výzkumu:

Jmenuji se Hana Králová a jsem studentkou Pedagogické fakulty University Karlovy. Píši bakalářskou práci na téma: Volejbal na základní škole. Součástí mého projektu je výuka volejbalu žáků základních škol. Tato výuka proběhne ve dvanácti vyučovacích hodinách TV. Na závěr otestuji žáky z volejbalových dovedností. Použiji metodu dotazníkovou a experiment.

Prohlášení:

Já níže podepsaný/podepsaná souhlasím s mou účastí ve studii (popřípadě svého dítěte). Byl/a jsem seznámen/a s cíli daného výzkumu. Jsem si vědom/a, že kdykoliv v průběhu studie můžu svou účast přerušit, či ukončit. Moje účast ve studii je dobrovolná.

Byl/a jsem srozuměn/a s tím, že veškerá mnou poskytnutá data poskytnu nenárokově, není-li uvedeno jinak.

Souhlasím se zveřejněním anonymních dat a s jejich dalším využitím. Jsem seznámen/a se svými právy, týkajícími se přístupu k informacím o výzkumu a o ochraně osobních údajů. Dále jsem seznámen/a že se mé jméno nebude nikdy vyskytovat v referátech o této studii.

Výše uvedená svolení a souhlasy poskytnu dobrovolně na dobu neurčitou až do odvolání a zavazuji se je neodvolat bez závažného důvodu.

V dne

Podpis účastníka

.....

Podpis autora výzkumu

.....

(Zdroj: veda.fhs.cuni.cz 2023)