

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Tělesná výchova v klasické a waldorfské základní škole
Physical education at classic and waldorf primary school

Jan Konvář

Vedoucí práce: Mgr. Věra Kuhnová
Studijní program: Specializace v pedagogice
Studijní obor: TVS-VZ

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Tělesná výchova v klasické a waldorfské základní škole potvrzuji, že jsem ji vypracoval pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze 18. dubna 2018

Poděkování

Rád bych poděkoval Mgr. Věře Kuhnové za její cenné rady, odbornou pomoc a čas, který mi věnovala během odborných konzultací při zpracování bakalářské práce. Dále bych rád poděkoval Základní škole Mýto a Waldorfské základní škole Dobromysl o.p.s. za vstřícnost během náslechohových hodin a ochotu poskytnout prostor pro realizaci testů.

ABSTRAKT

Tato práce se zabývá srovnáním tělesné výuky v klasické a waldorfské základní škole. Je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části jsou popsány pohybové dovednosti a schopnosti v mladším školním období a vývoj českého vzdělávacího systému včetně struktury systému vzdělávání v České republice. Dále je popsáno pojetí tělesné výchovy v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání a pojetí tělesné výchovy ve Školním vzdělávacím programu Základní školy Mýto. Dále práce popisuje waldorfský systém vzdělávání, koncepce a cíle waldorfské pedagogiky, vývojové fáze člověka podle Rudolfa Steinera, pojetí pohybové výchovy ve waldorfské pedagogice a jako poslední popisuje pojetí tělesné výchovy ve Školním vzdělávacím programu Waldorfské základní školy Dobromysl.

V praktické části jsou porovnávány na základě náslechovéch hodin, pozorování a testování žáků dle vybraných testů z UNIFITTESTU vyučovací předměty pohybové výuky, jejich pojetí a časová dotace, motivace a hodnocení žáků, přístup pedagogů k žákům, materiální vybavení pro výuku tělesné výchovy, obsah učiva a výkony vybraných žáků v klasické a waldorfské základní škole.

Bakalářská práce pracuje s pěti hlavními hypotézami. Při podrobných analýzách jednotlivých testů UNIFITTESTU bylo zjištěno, že v některých testech si vedli lépe žáci Waldorfské základní školy Dobromysl. Při celkovém zhodnocení však dosáhli vyšších výsledků žáci Základní školy Mýto.

KLÍČOVÁ SLOVA

tělesná výchova, waldorfská tělesná výchova, emocionální aktivity, zdravý vývoj, fyzický trénink

ABSTRACT

This thesis deals with a comparison of physical education in a classical and Waldorf Elementary School. It is divided into a theoretical and practical section. The theoretical section describes the physical skills and abilities in the younger school period and development of the Czech education system, including the structure of the education system in the Czech Republic. Then there is a description of the concept of physical education in the Framework Education Programme for Elementary Education and the concept of physical education in the School Education Programme of the Mýto Elementary School. The thesis then describes the Waldorf education system, the concept and objectives of Waldorf education, human developmental stages according to Rudolf Steiner, concept of physical education in Waldorf education and lastly describes the concept of physical education in the School Education System of the Dobromysl Elementary School.

In the practical section a comparison is made during teaching hours of the observation and testing of pupils according to tests selected from UNIFITTEST of physical education subjects, their concept and time allocation, motivation and assessment of pupils, approach of teachers to pupils, material equipment for teaching physical education, the curriculum and performance of selected pupils at the classical and Waldorf Elementary School.

The bachelor thesis works with five main hypotheses. During detailed analyses of individual UNFITTEST tests it was found that the pupils of the Dobromysl Waldorf Elementary School did better in some of the tests. However the pupils of the Mýto Elementary School achieved better results in the overall assessment.

KEYWORDS

physical education, waldorf education, motional activities, healthy development, physical training

Obsah

Úvod	7
1 Cíl práce.....	8
1.1 Dílčí cíle.....	8
2 Teoretická část.....	9
2.1 Rozvoj pohybových dovedností a schopností v mladším školním období.....	9
2.2 Vývoj českého vzdělávacího systému	10
2.2.1 Struktura systému vzdělávání v České republice	10
2.2.2 Kurikulární dokumenty českého školství	11
2.2.3 Tělesná výchova podle RVP ZV	14
2.2.4 Školní vzdělávací program ZŠ Mýto.....	15
2.3 Waldorfská škola	17
2.3.1 Alternativní škola	17
2.3.2 Vývoj waldorfské školy.....	18
2.3.3 Waldorfská pedagogika	18
2.3.4 Koncepce a cíle waldorfské pedagogiky	19
2.3.5 Vývojové fáze člověka	22
2.3.6 Výuka pohybové výchovy	23
2.3.7 Školní vzdělávací program WZŠ Dobromysl.....	24
3 Praktická část.....	30
3.1 Hypotézy	30
3.2 Metody a postup práce	30
3.2.1 Pozorování v náslechových hodinách TV	31
3.2.2 Porovnání vybraných kritérií ZŠ Mýto a WZŠ Dobromysl	33
3.2.3 Porovnání školních vzdělávacích programů.....	35

3.2.4	Testy UNIFITTEST	36
3.3	Analýza výsledků testové baterie UNIFITTEST	40
3.3.1	Kategorie porovnání výsledků v jednotlivých testech.....	41
3.3.2	Kategorie porovnání výsledků v jednotlivých ročnících.....	50
3.3.3	Kategorie porovnání počtu sportovních soutěží	51
3.3.4	Kategorie porovnání výsledků jednotlivých škol	52
4	Diskuse	53
	Závěr.....	57
	Seznam použitých informačních zdrojů	59
	Seznam příloh.....	61

Úvod

Více než dvacet let jsou součástí českého školství i waldorfské školy. Waldorfská pedagogika je jedna ze dvou nejrozšířenějších alternativních směrů výuky u nás i ve světě.

Waldorfská pedagogika mě zaujala svou koncepcí již při studiu na střední pedagogické škole. Proto jsem si zvolil souvislou pedagogickou praxi na Základní škole waldorfské v Jinonicích. V průběhu praxe jsem si osvojil základní pojmy a specifika této pedagogiky.

Vzhledem k mé současné specializaci na tělesnou výchovu jsem se rozhodl dozvědět se více informací o výuce tělesné výchovy ve waldorfské škole. Částečnou inspirací pro mě byla diplomová práce s podobnou tematikou, která byla napsána ještě před zavedením kurikulární reformy ve školství.

Na základě předchozích zkušeností při domluvě pedagogické praxe jsem zjistil, že waldorfské školy přednostně spolupracují se studenty waldorfských seminářů, a proto je obtížné proniknout do jejich komunity. Není ani jednoduché najít dostatečné množství odborných literárních zdrojů o výuce tělesné výchovy v tomto alternativním směru. To mě přimělo zaměřit se na srovnání klasické a waldorfské základní školy z pohledu výuky tělesné výchovy.

Bakalářská práce je členěna na teoretickou a praktickou část. V teoretické části uvádím informace o klasickém školství. Popisuji, jakým způsobem se vyvíjel český vzdělávací systém, jaká je jeho struktura a poté následují současné kurikulární dokumenty. Vzhledem k tématu své práce se zaměřím na tělesnou výchovu tak, jak je ukotvena v Rámcovém vzdělávacím programu.

Dále se věnuji waldorfskému školství. Vymezím waldorfskou školu v rámci alternativních směrů a nastíním vývoj waldorfské pedagogiky. Poté uvádím koncepcce a cíle waldorfské pedagogiky, včetně vývojových fází člověka z pohledu R. Steinera. V závěru se zabývám pohybovou výukou.

V praktické části porovnáám vyučovací hodiny tělesné výchovy ve waldorfské a klasické základní škole. Na závěr pracuji s výsledky provedených testů UNIFITTEST.

1 Cíl práce

Hlavním cílem výzkumného projektu bakalářské práce je srovnání výuky tělesné výchovy na základní škole klasické a waldorfské.

1.1 Dílčí cíle

Z hlavního cíle mé práce vychází tyto dílčí cíle:

- Seznámit se s Rámcovým vzdělávacím programem pro základní školy.
- Seznámit se s waldorfskou pedagogikou.
- Seznámit se se školními vzdělávacími programy vybraných škol.
- Provést nálechové hodiny při výuce tělesné výchovy ve vybraných školách.
- Porovnat obsah učiva tělesné výchovy ve školních vzdělávacích programech vybraných škol.
- Vybrat a seznámit se s vhodnou metodou testování tělesné zdatnosti dětí.
- Uskutečnění testu UNIFITTEST na vybraných základních školách.
- Utřídění získaných dat a informací.
- Vyhodnocení dat.
- Zhodnocení výsledků UNIFITTESTU.

2 Teoretická část

2.1 Rozvoj pohybových dovedností a schopností v mladším školním období

Jako mladší školní období označujeme zpravidla dobu od 6 (7) let, kdy dítě vstupuje do školy, do 11 (12) let, kdy začínají první známky pohlavního dospívání. Vývoj pohybových schopností je do značné míry závislý na tělesném růstu, který je v tomto období většinou rovnoměrně plynulý. Významně se během celého období zlepšuje hrubá i jemná motorika. Pohyby jsou rychlejší a lepší je i koordinace všech pohybů celého těla. „*S tím souvisí rostoucí zájem o pohybové hry a sportovní výkony, které vyžadují obratnost, vytrvalost a sílu.*“ (Langmeier, Křejiřřová, 2000, s. 120) Rozdíly mezi dětmi v pohybových dovednostech mohou být podmíněny i vnějšími podmínkami, např. jak je rodiče v tomto směru povzbuzují nebo naopak omezují. Pohybové výkony jsou právě z části závislé na vnější (povzbuzování) i vnitřní (zájem) motivaci. Dítě v tomto školním věku si je už dobře vědomo svých zdarů či nezdarů v této oblasti a začíná si své vlastní dovednosti poměřovat s výkony ostatních dětí.

V rozvoji motoriky dítěte se zdůrazňuje důležitost rozvíjení pohybových schopností v souladu s osvojováním a zdokonalováním pohybových dovedností. Mladší školní období je vhodné pro záměrný rozvoj silových, rychlostních, vytrvalostních a obratnostních schopností. Rozvoj silových schopností má být plynulý. Vždy je zaměřen na komplexní rozvoj síly trupu a oblast velkých svalových skupin, které se podílejí na správném držení těla. V rozvoji rychlostních schopností lze ovlivňovat akční a reakční rychlost (frekvence pohybu). Vhodné zařazování rychlostně-silových cviků má příznivý vliv i na rozvoj vytrvalostních schopností. U dětí je rozvoj zaměřen přednostně na aerobní vytrvalost, jelikož děti jsou schopny aerobního zatížení. Naopak anaerobní dešetrvající cvičení (projev krátkodobé vytrvalosti) je pro děti ještě nepřiměřené. Rychlým tempem se rozvíjí především obratnostní schopnosti. Díky koordinačním předpokladům se značně zlepšuje průběh pohybu. Dítě se učí navazovat jednotlivé fáze pohybu, fixuje si prostorové a časové struktury pohybu. Výsledkem toho je dosažení harmoničnosti celého pohybu. Tento věk je vhodný pro přípravu na plavání, lyžování, bruslení a akrobacii.

2.2 Vývoj českého vzdělávacího systému

Vzdělávací systém má v České republice dlouholetou tradici. České školství se v průběhu dějin měnilo a vyvíjelo. Počátky školství můžeme nalézt již v 10. století. V této době byly zakládány klášterní a katedrální školy. O století později byly zakládány městské školy a ve 14. století vznikla na našem území první univerzita.

Podoba novodobého českého školství sahá do 18. století, kdy byly zavedeny tereziánské reformy – změna organizace na tzv. primární škole na základě školního řádu a zavedení povinné školní docházky. Příčiny těchto reformních tendencí a vstup státu do organizace školství byly ekonomického rázu a důvodem bylo také uvědomění si, že vzdělávání je nezbytnou součástí rozvoje jedince a zejména společnosti.

V 19. století vznikla základní obecní škola a povinná školní docházka byla prodloužena na osm let. Vlivem silícího národního obrození byl kladen veliký důraz na posílení mateřského jazyka.

Po první světové válce byla forma školství ponechána ve stejné podobě, jakou měla za Rakouska-Uherska, legislativně se ovšem změnila v národním a demokratickém duchu.

Po roce 1948 došlo k zestátnění všech škol a církev byla ze školského systému úplně vyloučena. Vlivem komunistického režimu byla česká pedagogika odříznuta od pedagogiky západního světa.

Po revoluci roku 1989 došlo k několika významným změnám, které se objevují u všech stupňů škol. Navíc se vedle státních škol objevují soukromé, církevní a alternativní školy. V roce 2004 byl přijat nový školský zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, a také proběhla kurikulární reforma. Byl přijat „Národní program rozvoje vzdělávání“ tzv. Bílá kniha. Na ni potom navazují další kurikulární dokumenty – rámcové vzdělávací programy a školní vzdělávací programy.

2.2.1 Struktura systému vzdělávání v České republice

Výchovně vzdělávací soustavu v ČR tvoří školy, které jsou rozděleny do následující struktury:

Preprimární vzdělávání (mateřské školy) je určeno dětem ve věku od 3 do 6 let, účastní se ho ale i děti starší s odkladem povinné školní docházky, výjimečně i děti mladší.

Předškolní vzdělávání podporuje rozvoj osobnosti dítěte, podílí se na jeho zdravém citovém, rozumovém a tělesném rozvoji a na osvojení základních pravidel chování, základních životních hodnot a mezilidských vztahů.

Základní vzdělávání zahrnuje primární (nižší stupeň základní školy) a nižší sekundární (vyšší stupeň základní školy a první čtyři ročníky víceletého gymnázia) vzdělávání. Toto vzdělání je pro žáky povinné. Žákům má pomoci utvářet a postupně rozvíjet klíčové kompetence a poskytnout základ všeobecného vzdělání.

Vyšší sekundární vzdělání se uskutečňuje převážně na středních školách, z nichž část poskytuje všeobecné vzdělávání a část vzdělávání odborné (profesní). Žáci se připravují ve čtyřletých maturitních oborech, které umožňují vstup na terciární úroveň vzdělávání, v učebních oborech, nebo v jednoduchých oborech středního vzdělávání.

Terciární vzdělávání poskytují univerzitní či neuniverzitní vysoké školy. Relativně novou součástí terciárního vzdělávání jsou vyšší odborné školy, které poskytují spíše prakticky zaměřené vzdělání.

2.2.2 Kurikulární dokumenty českého školství

Kurikulum je vzdělávací program, projekt či plán. Zahrnuje komplex problémů vztahujících se k řešení otázek v čem, kdy, koho, jak, proč, s jakými očekávanými efekty a za jakých podmínek vzdělávat.

Kurikulární dokumenty jsou rozděleny na tyto úrovně:

- Státní úroveň – rámcové vzdělávací programy
- Školní úroveň – školní vzdělávací programy

Národní program rozvoje vzdělávání v České republice (Bílá kniha) je zakotven ve Školském zákoně. Vymezuje nové směry vzdělávací a kurikulární politiky. Jsou zde rozpracovány hlavní oblasti, cíle, obsahy a prostředky vzdělávání, které jsou nezbytné pro dosahování stanovených vzdělávacích cílů.

Z Národního programu vycházejí **rámcové vzdělávací programy** vypracované pro každý obor v předškolním, základním, středním, základním uměleckém a jazykovém vzdělávání.

„*Rámcové vzdělávací programy vymezují povinný obsah, rozsah a podmínky vzdělávání.*“ (Šimoník, 2005, s. 17) Stanovují cíle, formu, délku a podmínky průběhu a ukončení vzdělávání na daném typu školy. Dále obsahují podmínky pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami. Jsou závazné pro tvorbu školních vzdělávacích programů a zahrnují zásady pro jejich tvorbu. Vycházejí z nové strategie vzdělávání, která zdůrazňuje klíčové kompetence, jejich provázanost se vzdělávacím obsahem a uplatnění získaných vědomostí a dovedností v praktickém životě.

Na školní úrovni jsou **školní vzdělávací programy**. Vycházejí z rámcových vzdělávacích programů, každá škola si je tvoří sama a podle něho potom uskutečňuje vzdělávání. Učitelé tak mohou svoji školu profilovat a odlišit ji od jiných škol. Prostřednictvím ŠVP formulují vlastní představy o podobě vzdělávání na své škole.

Klíčové kompetence představují „*souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena společnosti. Jejich výběr a pojetí vychází z hodnot obecně přijímaných ve společnosti a z obecně sdílených představ o tom, které kompetence jedinci přispívají k jeho vzdělání, spokojenému a úspěšnému životu a k posilování funkcí občanské společnosti.*“ (RVP ZV, 2017, s. 10) Klíčové kompetence nestojí vedle sebe izolovaně, různými způsoby se prolínají, jsou multifunkční, mají nadpředmětovou podobu a lze je získat vždy jen jako výsledek celkového procesu vzdělávání.

Jednotlivé klíčové kompetence zahrnují:

- Kompetence k učení
- Kompetence k řešení problémů
- Kompetence komunikativní
- Kompetence sociální a personální
- Kompetence občanské
- Kompetence pracovní

Vzdělávací obsah základního vzdělávání je rozdělen do tzv. **vzdělávacích oblastí**. Jednotlivé oblasti mohou být tvořeny jedním nebo více obsahově blízkými vzdělávacími obory:

- Jazyk a jazyková komunikace (*Český jazyk a literatura, Cizí jazyk*)
- Matematika a její aplikace (*Matematika a její aplikace*)
- Informační a komunikační technologie (*Informační a komunikační technologie*)
- Člověk a jeho svět (*Člověk a jeho svět*)
- Člověk a společnost (*Dějepis, Výchova k občanství*)
- Člověk a příroda (*Fyzika, Chemie, Přírodopis, Zeměpis*)
- Umění a kultura (*Hudební výchova, Výtvarná výchova*)
- Člověk a zdraví (*Výchova ke zdraví, Tělesná výchova*)
- Člověk a svět práce (*Člověk a svět práce*)

Průřezová témata reprezentují v RVP „*okruhy aktuálních problémů současného světa a stávají se významnou a nedílnou součástí základního vzdělávání. Jsou důležitým formativním prvkem základního vzdělávání, vytvářejí příležitosti pro individuální uplatnění žáků i pro jejich vzájemnou spolupráci a pomáhají rozvíjet osobnost žáka především v oblasti postojů a hodnot.*“ (RVP ZV, 2017, s. 125)

Průřezová témata tvoří povinnou součást základního vzdělávání. Důležitá je propojenost těchto témat se vzdělávacím obsahem. Škola musí do vzdělávání na 1. i 2. stupni zařadit všechna průřezová témata uvedená v RVP ZV.

V etapě základního vzdělávání jsou vymezena tato průřezová témata:

- Osobnostní a sociální výchova
- Výchova demokratického občana
- Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech
- Multikulturní výchova
- Environmentální výchova
- Mediální výchova

2.2.3 Tělesná výchova podle RVP ZV

Vzhledem k tématu své práce se nyní podrobněji zaměřím na rozvoj tělesné výchovy na základní škole. Podle Rámcového vzdělávacího programu zaujímá tělesná výchova důležité postavení ve výchovně vzdělávacím procesu.

Vzdělávací obor Tělesná výchova, do něhož je zahrnuta i zdravotní tělesná výchova, je součástí vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Tato vzdělávací oblast je vymezena a realizována v souladu s věkem žáků. Vzdělávací obsah této oblasti „*se prolíná se do ostatních vzdělávacích oblastí, které jej obohacují nebo využívají (aplikují), a do života školy.*“ (RVP ZV, s. 91, 2017)

Obsahem vzdělávacího oboru **Tělesná výchova** jsou tyto činnosti:

- Činnosti ovlivňující zdraví
- Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností
- Činnosti podporující pohybové učení

Cílem vzdělávacího oboru Tělesná výchova je vést žáka k pozitivnímu vztahu k pohybu a k postupnému osvojování nových pohybových dovedností. Tělesná výchova má směřovat k poznání vlastních pohybových možností a zájmů a k poznávání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu. Pohybové vzdělání postupuje od spontánního pohybu žáka k řízené pohybové činnosti, jejímž smyslem je schopnost ohodnotit úroveň své zdatnosti a zařadit do denního režimu pohybové aktivity pro uspokojování vlastních pohybových potřeb i zájmů, pro optimální rozvoj zdatnosti, pro regeneraci sil a podporu zdraví.

Výuka tělesné výchovy probíhá na 1. stupni (1. - 5. ročník) a 2. stupni (6. - 9. ročník) základní školy. Rámcový vzdělávací program určuje výstupy, které musí být v konkrétní vzdělávací oblasti zvládnuty. Výstupy pro 1. stupeň jsou určeny zvláště pro 1. období (1. – 3. ročník) a 2. období (4. – 5. ročník). Rozvrhnutí předepsaného učiva v rámci jednoho období je plně v kompetenci jednotlivých škol.

Zdravotní tělesná výchova

Prvky zdravotní tělesné výchovy jsou využívány v povinném předmětu Tělesná výchova. Zdravotní TV jako ucelený systém je pro žáky III. (II.) zdravotní skupiny

v samostatných vyučovacích hodinách. Obsah učiva tvoří činnosti a informace podporující korekce zdravotních oslabení, speciální cvičení a všeobecně rozvíjející pohybové činnosti.

2.2.4 Školní vzdělávací program ZŠ Mýto

Tělesná výchova

„Cíle, zaměření a obsah předmětu Tělesná výchova vycházejí ze vzdělávacího obsahu vzdělávacího oboru RVP ZV Tělesná výchova. Hlavním cílem vyučovacích předmětů je komplexní vzdělávání žáků v problematice aktivního pohybu jako významného činitele působícího na zdravotní stav a harmonický rozvoj dítěte.“ (ŠVP ZŠ Mýto)

Žáci se učí uplatňovat osvojené pohybové dovednosti v různém prostředí. Zvykají si na rozdílné sociální role vyžadující spolupráci, tvořivost, překonávání zábran, objektivnost, rychlé rozhodování a organizační schopnosti. Jsou vedeni k odpovědnosti za zdraví své i svých spolužáků.

Vzhledem k rozdílnosti fyziologického i mentálního vývoje jednotlivých žáků a na jejich různou úroveň pohybových schopností a dovedností, se člení výuka předmětu Tělesné výchovy do třech základních, na sebe navazujících etap (I. etapa: 1. a 2. ročník, II. etapa: 3. – 5. ročník, III. etapa: 6. – 9. ročník). Etapy jsou rozděleny do tematických bloků, které se meziročníkově prolínají a postupně rozšiřují. Výuka do 5. ročníku probíhá koedukovaně v rámci jedné třídy, od 6. ročníku odděleně.

Časovou dotaci (počet vyučovacích hodin¹ týdně) povinného předmětu Tělesná výchova znázorňuje následující tabulka.

Tabulka 1: Časová dotace předmětu Tělesná výchova – ZŠ Mýto

Ročník	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
Časová dotace	2	2	3	3	2	2	2	2	2

Zdroj: vlastní zpracování

Do výuky pro 3. a 4. ročník je zařazen plavecký výcvik a dopravní výchova. Žákům 2. stupně je nabízen týdenní lyžařský kurz.

¹ Vyučovací hodina trvá 45 minut. Dále jen „časová dotace“.

„Výuka je organizována v tělocvičně budovy školy, dále v tělocvičně TJ Sokol, v prostorách sportovního areálu ZŠ, fotbalovém stadionu TJ Slavoj a v plaveckém bazénu v Rokycanech.“ (ŠVP ZŠ Mýto)

Obrázek 1: Tělocvična ZŠ Mýto



Obrázek 2: Venkovní sportovní areál ZŠ Mýto



Zdroje: <http://www.zs-myto.cz/index.php?s=telocvicna>, http://www.zs-myto.cz/index.php?s=sportovni_areal

Sportovní a zdravotní výchova

Jedná se o povinný předmět pro žáky 2. stupně ZŠ v 6. – 9. ročníku. Část vzdělávacího obsahu zdravotní výchovy je věnována výchově ke zdraví a zdravému životnímu stylu. Část vzdělávacího obsahu sportovní výchovy navazuje na konkretizované výstupy předmětu tělesná výchova. Cílem této části je prohloubení pohybových schopností a dovedností žáků, a zároveň zvyšování jejich zdatnosti a výkonnosti. Obsah učiva vychází ze zájmu žáků. Vyučují se nejen sportovní hry (florbal, fotbal, volejbal, basketbal, nohejbal), ale také atletika a gymnastika. „Velký důraz je kladen na rozvíjení schopnosti týmové spolupráce a komunikace při pohybu v různých sportovních hrách a soutěžích, rozvíjení disciplinovanosti a smyslu pro čestné a sportovní chování a jednání.“ (ŠVP ZŠ Mýto)

Časovou dotaci tohoto předmětu znázorňuje následující tabulka.

Tabulka 2: Časová dotace předmětu Sportovní a zdravotní výchova – ZŠ Mýto

Ročník	6.	7.	8.	9.
Časová dotace	1	1	1	1

Zdroj: vlastní zpracování

Obrázek 3: Posilovna ZŠ Mýto



Zdroj: <http://www.zs-myto.cz/index.php?s=posilovna>

2.3 Waldorfská škola

2.3.1 Alternativní škola

Alternativní školy jsou dnes neodmyslitelnou součástí vzdělávacích systémů nejen v zahraničí, ale i v České republice. Ne vždy tomu tak u nás ale bylo. Ještě nedávno byly alternativní školy považovány za něco nového a neobvyklého. Velmi důležité je vymezení pojmu „alternativní škola“. Britský slovník pedagogických pojmů definuje „alternativní vzdělávání“ takto: *„alternativní vzdělávání (alternative schooling) je obecný termín označující takové školní vzdělávání, které je odlišné od vzdělávání nabízeného státem nebo jinými tradičními institucemi; alternativní školy jsou obvykle (nikoli nezbytně) spojeny s radikálními koncepcemi vzdělávání, jako je např. odmítání formálního kurikula či formálních metod výuky.“* (Průcha, 2004, s. 5)

Z dané definice můžeme alternativní školy chápat jako všechny druhy škol, soukromé i státní, které mají jeden podstatný společný rys – odlišují se od hlavního proudu standardních škol daného státu. Alternativní škola může mít několik ekvivalentů např. *„netradiční škola, volná škola, svobodná, otevřená, nezávislá škola.“* (Průcha, 1994, s. 17)

Ve světě se vyvinulo velké množství typů alternativních škol. Většina z nich vznikala pod vlivem reformních pedagogických teorií a hnutí. Reformní pedagogika, která se rozvíjela zvláště ve 20. a 30. letech 20. století, je spojována s teoriemi významných pedagogických myslitelů jako M. Montessori, P. Petersen, R. Steiner, H. Parkhurstová aj.

U nás byla bohužel reformní pedagogika až do roku 1989 kritizována a z ideologických důvodů odmítána.

2.3.2 Vývoj waldorfské školy

První waldorfská škola byla otevřena 16. září 1919 ve Stuttgartu. Školu tvořilo 252 žáků, jejichž rodiče byli většinou dělníci waldorfské továrny na výrobu cigaret. Zakladatelem Waldorfské školy je dr. Rudolf Steiner, filozof a zakladatel antroposofické společnosti. Od roku 1921 se počet žáků zvyšoval. Ve 20. letech 20. století byly zakládány waldorfské školy v Německu, Holandsku i Anglii. Do roku 1939 vzniklo celkem 19 waldorfských škol v osmi evropských státech a Americe. S nástupem fašismu byly waldorfské školy v Německu a všech nacionalisticky orientovaných zemích zakázány. Po roce 1945 opět obnovily svoji činnost. Do českých zemí začala waldorfská pedagogika pronikat po roce 1989. První mateřské školy vznikly v roce 1991, základní školy potom o rok později.

2.3.3 Waldorfská pedagogika

Antroposofie

Antroposofie (z řeckého anthropos = člověk, a sofia = moudrost) vznikla oddělením od theosofie v roce 1913 jako samostatná duchovní věda o nadmyslovém poznání světa a určení člověka. Tato nauka postupuje od pozorování světa a člověka k základům lidské existence a uvědomění si pravé podstaty člověka. Antroposofie je duchovním dítětem Rudolfa Steinera, spojuje teoretické pozorování světa s životaschopným bezprostředním poznáním.

Z pohledu antroposofie je člověk trojjediná fyzická, duševní a duchovní bytost. Fyzickou část lze charakterizovat jako oblast uspokojování životních pudů a žádostí. Duševní jako oblast, kde se setkávají „hmotně tělesný“ a „božsky duchovní“ svět. Duchovní charakterizujeme jako oblast uvědomění si svého „já“ jako nejhlubšího bytostného jádra.

Současní antropozofové odmítají názor, že antroposofie je jakousi formou náboženství či určitého hotového myšlenkového systému. Naopak, antroposofie má člověka probouzet. Vychází z předpokladu, že se v jedinci mohou objevit hlubší schopnosti proniknout do světa a jeho podstaty.

Antroposofie tvoří základ waldorfské pedagogiky. Na waldorfských školách se však nevyučuje. Projevuje se zejména v metodách a způsobech vyučování a výchovy.

2.3.4 Koncepce a cíle waldorfské pedagogiky

Hlavním cílem, který si klade waldorfská škola, je být školou současnosti, a přitom vychovávat pro budoucnost. Základní výchovně vzdělávací úkoly vyplývají z požadavků moderního života. Jedním z úkolů waldorfské pedagogiky je vychovat mnohostranně vzdělané lidi. Proto se zde neuplatňuje memorování, naopak velký důraz je kladen na umění.

Waldorfská škola v tomto ohledu usiluje o:

- „*výchovu ke svobodě, rovnosti, bratrství;*
- *výchovu ke zdraví (životní harmonie);*
- *rozvoj osobnosti – rozvíjení schopností a nadání v každém jednotlivci a vzdělávání jeho intelektuálních, emocionálních a volních sil;*
- *probuzení věcného zájmu, svobodné vůle k úsilí, kritického posuzování a schopnosti nově spoluutvářet společnost.“ (Grecmanová, Urbanovská, 1996, s. 8)*

Na celém procesu výchovy a vzdělávání mladého člověka na waldorfské škole se podílí mnoho činitelů, bez kterých by tento proces nemohl být úspěšný. Klíčovým slovem je zde spolupráce, jež se uplatňuje v mnoha rovinách. Mezi rodinou a školou, dětmi mezi sebou a vůči učitelům i mezi učitelmi navzájem.

I. Tvrzová charakterizuje koncepci waldorfské pedagogiky následovně: „*Plně organizovaná waldorfská škola je dvanáctiletá vzdělávací škola.*“ (Vališová, Kasíková a kol., 2011, s. 96) Rozděluje se na základní stupeň 1. – 8. ročník a vyšší stupeň 9. – 12. ročník. V České republice waldorfské školství však respektuje český vzdělávací systém a dodržuje klasické rozdělení ročníků – 9 let základní školy a 4 roky střední školy.

Výchova a vzdělávání jsou podřízeny zájmům a potřebám dítěte. Vedle tradičního obsahu (vzdělávací program waldorfských škol v ČR naplňující vzdělávací standardy vydané Ministerstvem školství) má waldorfská škola zajišťovat všestranný rozvoj dítěte v praktických a uměleckých oborech.

Učební plán

Učební plán waldorfských škol je tak rozmanitý, že každé dítě má šanci nalézt v učebním plánu něco, v čem bude mít šanci vyniknout. Vedle „tradičních“ předmětů zde nalezneme i např. knihařství, pletení, tkaní, zahradnictví, zeměměřičství atd. Všechny předměty jsou povinné. Cílem je dát všem dětem široký nespecifikovaný základ znalostí a dovedností. Jednotlivá témata se co možná nejvíce prolínají. Snahou učebních plánů waldorfských škol je dosáhnout souladu mezi vědou, uměním a duchovními hodnotami. Právě tento soulad pravdy (vědy), krásy (umění) a dobra (duchovních hodnot) se má stát základem pro vhodné vzdělání.

Podoba učebního plánu, rozvrh hodin a výběr témat se řídí zásadami waldorfské pedagogiky. Základem je rytmický průběh školního roku, týdne a dne. Dále přirozené střídání intelektuálních zájmů, ochoty prožívat, touhy utvářet a pohybovat se.

Školní den

Waldorfská škola člení vyučovací práci do hlavního a vedlejšího (odborného) vyučování. Hlavní vyučování probíhá vždy první dvě ranní vyučovací hodiny, tj. 90 minut. Vyučují se v nich tyto předměty: mateřský jazyk, matematika a geometrie, fyzika, zeměpis, dějepis, přírodopis a chemie. Každý z těchto předmětů je vyučován zpravidla 3 – 6 týdnů. Tím se utvoří ucelený blok, větší vyučovací jednotka, která je nazývána **epochou**. Každá epocha určitého oboru se během roku dvakrát opakuje. Dává se tak dětem šance zapomenout a znovu se rozpomínat.

Poté následují předměty odborného vyučování, které probíhají ve 45 minutových vyučovacích jednotkách a vyžadují stálé cvičení/opakování (cizí jazyk, eurytmie) a dále předměty s uměleckým, praktickým a pohybovým charakterem.

Rozvrh si může učitel upravovat podle svých potřeb a požadavků rodičů. Stejně tak si sám tvoří učební plán, který je vytvořen pro potřeby konkrétní třídy.

Klíčovou oblast waldorfské pedagogiky tvoří epochové sešity, do kterých žáci zachycují učební látku. Tyto epochové sešity slouží žákům jako učebnice, které si sami vyrobili. Učitelé je proto neustále sledují, doplňují a kontrolují.

Interiér tříd

Nábytek je dřevěný a ve třídách se co nejvíce objevují přírodní materiály (bavlna, hedvábí, vlna, len) a to vše v jemných pastelových barvách. Významné místo zaujímá v každé třídě „roční stůl“, který charakterizuje právě probíhající roční období.

Obrázek 4: Interiér třídy 5. ročníku



Obrázek 5: Interiér třídy 6. ročníku



Zdroje: vlastní

Roční uspořádání

Z hlediska organizace je život ve škole podmíněn pevným rytmem roku. V životě školy jsou velmi důležité slavnosti, např. slavnost podzimní rovnodennosti, sv. Martina, adventní a vánoční slavnosti, Tři králové a Masopust a ve druhé polovině školního roku Velikonoce, jarní slavnost a svatojanská slavnost. Pravidelné slavnosti jsou pořádány spolu s rodiči. Slavení křesťanských svátků patří k této výchově a je velmi důležité pro pěstování určitých zvyků.

Obrázek 6: Adventní spirála – slavnost



Obrázek 7: Tříkrálová slavnost



Zdroje: vlastní

2.3.5 Vývojové fáze člověka

Jednou z podmínek dobrého vyučování a výchovy je dle Rudolfa Steinera dobře „vyvinuté vědění o podstatě vyvíjejícího se člověka, prostoupené vůlí a citem“. (Steiner, 2003, s. 131) Podle jeho teorie je život mladého člověka před dosažením dospělosti rozdělen na tři části přibližně po sedmi letech.

Každý tento sedmiletý úsek se vyznačuje zcela určitým rázem jako by určitým jednotným laděním:

1. období – dítě od narození do výměny zubů (0 – 7 let)

V tomto období se život dítěte vyznačuje tím, že chce být napodobující bytostí. Až do výměny zubů dítě není schopno abstrakce, vše, co se učí, získává ze svého okolí. Velmi důležitá je osobnost vychovatele.

2. období – od výměny zubů k pozemské zralosti (7 – 14 let)

Kolem devátého věku dítěte nastává ve způsobu jeho vnímání a prožívání velká změna. Ve waldorfské pedagogice se tento proces nazývá *rubikon*². Děti upouští od

² „Rudolf Steiner při pojmenování tohoto vývojového kroku našel inspiraci v Césarovi, který stál před významnou hraniční řekou Rubikon v severní Itálii a rozhodoval se, jestli se svými vojsky potáhne na Řím.“ KOZLOVÁ, Kateřina. *Devátý rok života - Rubikon* [online]. 2009 [cit. 4.3.2018]. Dostupné z: <http://www.waldorfb.cz/obsah/dokumenty/zvonek/2009/rubikon.pdf>

spontánní nápodoby a začínají o věcech přemýšlet a ptát se proč. V tomto sedmiletí potřebuje dítě přijímat to, co by mělo znát, chtít a cítit na základě autority. Toto období je dovršením vývoje fyzického těla. Éterné tělo bylo do té doby zahaleno ochrannou schránkou a mohlo pracovat na fyzickém těle jen směrem dovnitř. Dítě dozrává pro školu. Síly, které jsou nově k dispozici, se nyní přetvářejí a působí na rozvoj představ a citů.

3. období – od pozemské zralosti k dospělosti (14 – 21 let)

Přibližně ve 14 letech dochází ke zrození těla astrálně-pocitového. Rozvíjí se osobní emoce, probouzí se tvůrčí fantazie. Člověk pohlavně dozrává, ve 21 letech je plně dospělý.

Waldorfská pedagogika respektuje tyto vývojové fáze a na základě nich odvozuje přístup k dítěti v jednotlivých sedmiletích.

2.3.6 Výuka pohybové výchovy

Výuka pohybové výchovy je nejdůležitější v druhém vývojovém úseku, tj. od výměny zubů k pozemské zralosti. Učitel, který pracuje s dětmi v tomto období, se snaží přetransformovat učební látku do živého obrazu, protože žáci přijímají skutečnost především jako názornou představu. Žáci jsou vedeni různými způsoby k hudebním, praktickým a pohybovým aktivitám.

Tělesný pohyb je nezbytným předpokladem a součástí života žáků waldorfské školy. Ten by však neměl nikdy sklouznout k bezduchému pohybu či pohybu spojenému s fyzickou hrubostí. Proto se ve waldorfské škole vyučuje **Bothmerově gymnastice**. Tento systém gymnastických cviků, jehož cílem je prohloubený zážitek z prostoru, vypracoval z pověření Rudolfa Steinera učitel tělocviku na první waldorfské škole Fritz von Bothmer. Jeho ucelená soustava tělesných cvičení se stala neoddělitelnou součástí procesu vzdělávání a výchovy v rámci waldorfského školství. Cviky mají formativní charakter a spolupůsobí na utváření osobnosti dětí v rámci waldorfské pedagogiky. Bothmerova gymnastika je speciální metodikou tělesné výchovy pro waldorfské školy.

Samotná cvičení jsou doplněna různými průpravnými aktivitami. Patří sem i pohybové a sportovní hry, rytmická skupinová cvičení, a také tradiční a moderní formy pohybových aktivit jako je žonglování, lukostřelba, tanec nebo disciplíny starověkého antického pětiboje.

Cvičení a hry Bothmerovy gymnastiky „jako základ tělesné výchovy na waldorfských školách podporují zdravý růst a rozvoj dětí a mládeže i jejich přirozenou radost z pohybu.“³

Dalším pohybovým druhem umění, které je typické pro waldorfské školy, je **eurytmie**. Název pochází z řeckého původu a v překladu znamená krásný pohyb. Tento druh pohybového umění vytvořil sám Rudolf Steiner. Je spojením pohybu se slovem nebo hudbou. Umožňuje dítěti vžívat a vcítit se do dějů a nálad, které ztvárňuje při zapojení celé smyslové sféry. Eurytmii lze rozdělit do tří základních typů:

- *umělecká* – zahrnuje předvádění básní, dramatických děl, hudebních skladeb, orchestrálních děl a vyprávění;
- *pedagogická* – kdy se žák učí pohybovat a orientovat v prostoru a vyjadřovat pohyby těla to, čím je jeho duše;
- *léčebná* – lze ji provádět pouze pod dohledem lékaře a je využívána jako pohybová terapie.

2.3.7 Školní vzdělávací program WZŠ Dobromysl

Ve waldorfské základní škole je tělesný pohyb náplní dvou vyučovacích předmětů, Tělesné výchovy a Eurytmie. Oba tyto vyučovací předměty spadají do vzdělávací oblasti Rámcového vzdělávacího programu pro základní školy Člověk a zdraví.

Tělesná výchova

„Předpokladem pro osvojování pohybových dovedností je v základním vzdělávání žákův prožitek z pohybu a z komunikace při pohybu, dobře zvládnutá dovednost potom zpětně kvalitu jeho prožitku umocňuje.“ (ŠVP WZŠ Dobromysl)

Časovou dotaci předmětu Tělesná výchova znázorňuje následující tabulka.

Tabulka 3: Časová dotace předmětu Tělesná výchova – WZŠ Dobromysl

Ročník	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
Časová dotace	2	2	2	2	2	2	2	2	2

Zdroj: vlastní zpracování

³ Dostupné z: <http://bothmergym.cz/clanky/uvodni-seminar-bothmerovy-gymnastiky-robem-simem/>

Výuka probíhá v tělocvičně, ale může být realizována i na hřišti, v přírodě, v bazénu, na sportovním stadionu, na horách (lyžování).

Obrázek 8: Tělocvična WZŠ Dobromysl



Obrázek 9: Náčiní a nářadí WZŠ Dobromysl



Zdroje: vlastní

Charakteristika předmětu v jednotlivých ročnících:

1. – 2. ročník. „Z obrazů vyprávění se dítě učí vklouznout do všech možných rolí. Kromě toho se sblíží s mnohými tělesnými dovednostmi.“

3. ročník. „Podstatným rysem žáků v tomto věku stupně je lehkost. Zdůrazňuje se „my“. Ještě se nepracuje individuálně na určitém cvičení. Citové a fantazijní vztahy propojují fantazii se skutečností.“

4. ročník. „Od „my“ se přechází k „já“. Žák se nejlépe cítí při volné honičce. Z toho se vychází a opatrně se přechází k stále více individuálnímu cvičení. Rytmicky vyslovovaná řeč hraje opět důležitou, harmonizující roli. Pohybu se musí účastnit celé tělo žáka.“

5. ročník. „Žáci ještě nemohou pojmově uchopit prostor. Ten jim však nabízí možnost, aby vytvářeli a rozvíjeli své síly. Žák se chce pohybovat. Ne příliš rychle, ne příliš pomalu. Žák má výslovný vztah ke krouživým pohybům. Přípravuje se k účasti na olympijských hrách waldorfských škol v duchu starověkých řeckých tradic.“

6. ročník. „Právě probíhající činnost pohlavních žláz vede ke stále silnější diferenciaci pohlaví a k přímé souvislosti mezi pohybovým nasazením a svalovým růstem. Napětí

a uvolnění stojí uprostřed jako základní prvek svalové dynamiky. Toto lze prožít zvláště při uvolněném běhu. Těžištěm pro všechny disciplíny jsou: obratnost (jako optimální souhra všech svalových skupin) a odvaha. Počátek systematického vzdělávání v atletice a cvičení na nářadí.“

7. ročník. *„Žáci prožívají práci šlach: pružnost a napětí. Skákání, komhání a pérování vede k věkově specifickým pohybovým zkušenostem. Úlohou žáků je učit se pohybovat přirozeně a obratně. Vhodná jsou artistická cvičení.“*

8. ročník. *„Mladý člověk již zcela „sestoupil na zem“. Tíha a pevnost určují jeho tělesnou zkušenost. Chlapec se musí učit překonávat tíhu individuálním silovým nasazením, dívka spíše bojuje s masou, kterou je nutné formovat. Pomocí dobře vybraných cvičení musíme žáky nechat, aby učinili zkušenost s mechanickým prvkem kloubových kostí. Abstraktní pohyb či spontánní pohybové impulsy podporují vznikající vědomí vlastní osobnosti. Držení těla a jeho vzpřímenost dodávají žákům první jistou oporu.“*

9. ročník. *„Probuzení duševní sféry vystupuje jako individuálně existenční zkušenost žáků; působení duševních sil mají žáci objevit také v pohybu. V popředí stojí vůle. Překonávání mrtvých bodů či pohyby výbušného rázu, které vznikly z klidu (vrh koule), vedou bezprostředně k prožitku vlastní vůle. U chlapců: zdůraznění síly; u dívek: utváření formy.“*

Obrázek 10: Olympiáda 5. tříd waldorfských škol v Semilech



Zdroj: <http://www.semily.cz/v-semilech-probehly-tradicni-olympijske-hry-5-trid-waldorfskych-skol/d-6710>

Eurytmie

Základem eurytmie je přednes uměleckého textu nebo hudby a následně jejich převedení do pohybu. Jde tedy o umění pohybu, jehož nástrojem je lidské tělo. Nejedná se jen o mimiku nebo taneční pohyby, ale o zaměstnání celého těla. Není to jen tělesná výchova, je to umění vyjádřit pohybem umělecké dílo nebo vlastní prožitek. Pracuje se s jednotlivými prvky řeči (hlásky, rým) i hudby (tóny, intervaly, tónová výška, rytmus, takt). Zároveň se s dětmi vytváří pohybové prostorové formy, které odpovídajícím způsobem vyjadřují básně či skladbu. Formy a pohyby vyučované v eurytmii navazují na zákonitosti vývoje dítěte. V pohybových formách je vlastní činnost spojena se schopností spoluprožívat pohyb ostatních.

Eurytmie navazuje na náplň hlavního vyučování (epochy) i ostatních předmětů. Díky vědomému pohybu celého těla tak mohou děti lépe pochopit učivo (např. gramatické jevy či prostorovou geometrii) a zároveň pěstují i cit pro spolupráci v kolektivu.

Mnohá cvičení, která využívá pedagogická eurytmie, mají povahu cvičení duševní hygieny. Zahrnují cviky na zlepšení správného držení těla, na celkové zklidnění nebo naopak povzbuzení. Další cvičení zlepšují koncentraci, orientaci v prostoru i v různých situacích, šikovnost nebo postřeh. Oproti tělesné výchově jde vždy o pohyb oduševnělý, umělecký vytvářený. Důležitým úkolem je naučit děti naslouchat a rozlišovat mezi pohybem a klidem.

Časová dotace předmětu Eurytmie:

Tabulka 4: Časová dotace předmětu Eurytmie – WZŠ Dobromysl

Ročník	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
Časová dotace	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Zdroj: vlastní zpracování

Eurytmie probíhá v budově školy, kde je k výuce určen eurytmický sál. V sále je umístěn klavír. Hudební i řečový doprovod je vždy živý, nikoli reprodukováný. Na výuce se podílejí vždy dva učitelé. Jeden zajišťuje hudební doprovod a druhý samotnou práci s dětmi.

Obrázek 11: Eurytmický sál WZŠ Dobromysl



Zdroj: <http://www.skoladobromysl.cz/fotogalerie/?nggpage=2>

Charakteristika předmětu v jednotlivých ročnících:

- 1. ročník.** „Obsah vyučování je postaven na pohádkových motivech a využívá přirozené dětské vlastnosti – nápodoby (chůze, běh, poskoky).“
- 2. ročník.** „V návaznosti na hlavní vyučování jsou rozvíjeny krátké básně o zvířatech, což umožňuje rozvíjet různé typy kroků a poskoků. Nadále se využívá schopnosti nápodoby a obrazného uchopování geometrických forem.“
- 3. ročník.** „V návaznosti na hlavní vyučování jsou pohybově ztvárňována řemesla, práce na poli a stavba domu. Pomalu se opouští od nápodoby, dítě je vedeno více k samostatnosti. Složitější formy v prostoru již nejsou vázány na kruh (geometrické formy, rovné a oblé linie). Rozvíjí se schopnost cvičení s měděnou tyčí a koncentrace.“
- 4. ročník.** „Hlavní tematickou náplní se stává severní mytologie. Ke středu orientované rozestavení v kruhu se stále opouští, aby se formy mohly provádět frontálně, směrem dopředu (zrcadlové formy). Pokračují koordináční cvičení s měděnými tyčemi pro rozvíjení zručnosti a rychlosti.“
- 5. ročník.** „Jako nový element objevují žáci geometrii vlastní postavy: pentagram⁴. Tuto formu provádějí v prostoru v nejrůznějších variantách (frontálně). Jsou zpracovávány texty ze starých kultur (Indie, Egypt, Řecko). Základní geometrické obrazce (trojúhelník, čtverec)

⁴ „Obrazec vzniklý spojením pěti bodů.“ SCS.ABZ.CZ: Slovník cizích slov [online]. [cit. 4.3.2018]. Dostupné z: <http://slovník-cizich-slov.abz.cz/web.php/slovo/pentagram>

jsou různě posouvány a proměňovány v prostoru. Osvěživě a podnětně působí cvičení koncentrace a obratnosti (např. rychlá orientace v prostoru pomocí rozličných prvků forem, složitější cvičení s měděnou tyčí – házení).“

6. ročník. *„Procvičují se složitější geometrické proměny forem a posuny forem v prostoru (trojúhelník, čtverec). Tato cvičení naprosto zásadně podporují rostoucí schopnost orientace i abstrakce a dávají dítěti jistotu. V tomto věku začíná dosud ještě samozřejmá pohybová jednota povolna opouštět rovnovážný stav, pro koordinaci horních a dolních končetin se uplatňují rytmická a asymetrická cvičení. Všechna cvičení postupuje samozřejmé překonávání dosavadních možností pohybu.“*

7. ročník. *„V eurytmickém pohybu se objevují výrazové formy charakterizující duševní nálady. Geometrické tvary (pěti až osmiúhelníky) a jejich proměny v komplikovaných formách vnášejí řád a dávají pevnost a strukturu zvenčí. Nejrůznější formy dostávají povahu cvičení koncentrace (cvičení spirály s měděnou tyčí pro korekci nesprávného držení těla).“*

8. ročník. *„Prohlubují se až doposud vyučované pohyby a prostorové formy. Zařazují se rytmická cvičení a cvičení harmonizující vůli.“*

9. ročník. *„Přísné geometrické formy se mění ve formy umělecké a volně sestavené. Učitel ustupuje do pozadí a dává žákům prostor k jeho vlastnímu svobodnému, uměleckému pohybovému vyjádření.“*

Obrázek 12: Výuka Eurytmie ve WZŠ Dobromysl



Zdroj: vlastní

3 Praktická část

3.1 Hypotézy

H1: Předpokládám, že silově vytrvalostní schopnost chlapců v 6. ročníku v klasické ZŠ Mýto při testu „T 2 Leh-sed opakovaně“ bude o 10 bodů vyšší než u chlapců ve waldorfské ZŠ Dobromysl.

H2: Předpokládám, že rychlostní vytrvalost žáků v klasické ZŠ Mýto v testu „T 3a Běh po dobu 12 min“ bude o 15 bodů vyšší než u žáků ve waldorfské ZŠ Dobromysl.

H3: Předpokládám, že žáci 5. ročníku waldorfské ZŠ Dobromysl budou mít o 20 bodů vyšší celkový bodový výsledek ve všech testovaných disciplínách než žáci 5. ročníku klasické ZŠ Mýto.

H4: Předpokládám, že waldorfská ZŠ Dobromysl má o 50 % nižší účast na sportovních soutěžích než klasická ZŠ Mýto ve školním roce 2016/2017.

H5: Předpokládám, že žáci v klasické ZŠ Mýto budou mít v celkovém bodovém hodnocení vybraných testů v testové baterii UNIFITTEST o 30 bodů více než žáci ve waldorfské ZŠ Dobromysl.

3.2 Metody a postup práce

Výzkumný projekt byl realizován ve dvou základních školách v České republice v Plzeňském kraji. Ke zpracování výsledků a porovnání obou škol jsem použil metodu pozorování v náslechové hodině a metodu nestandardizovaného rozhovoru s jejich pedagogy. Rozhovor se týkal jednotlivých hodin (přípravy, činnosti, motivace, hodnocení žáků atd.). Seznámil jsem se také se školními vzdělávacími programy obou škol, které jsem následně analyzoval. Nejdůležitější součástí výzkumu bylo provedení testové baterie UNIFITTEST u žáků vybraných škol a zpracování výsledků testů.

Navštívena byla následující školská zařízení, která mají podobnou kapacitu žáků.

Základní škola Mýto

Jedná se o městskou školu s 1. – 9. ročníkem, jejímž zřizovatelem je Městský úřad v Mýtě. Ve školním roce 2016/2017 školu navštěvovalo 204 žáků (kapacita je 300). Patří

mezi školy spádové, dojíždějí do ní žáci ze šesti okolních obcí. V jednotlivých ročnících je po jedné třídě. Průměrná naplněnost je 20 žáků na třídu 1. stupně a 21 žáků na třídu 2. stupně.

Školu jsem navštívil v březnu a červnu 2017 z důvodu náslechové hodiny a provedení testů.

Waldorfská základní škola Dobromysl o.p.s.

Tato škola byla otevřena v září 2014 v Plzni. Školu zřídila a provozuje obecně prospěšná společnost, založená občanským sdružením WALDORF PLZEŇ. Ve školním roce 2016/2017 měla škola pouze 1. – 8. ročník, v následujícím školním roce se již rozšířila na plných 9 ročníků.

Školu jsem navštívil v únoru, dubnu a červnu 2017 z důvodu náslechové hodiny a provedení testů.

3.2.1 Pozorování v náslechové hodině TV

Pro zjištění cílů výzkumného projektu bakalářské práce byla použita metoda pozorování. V obou základních školách jsem pozoroval činnost a chování dětí i učitelů v 5. a 6. ročnících při pohybové výuce.

Základní škola Mýto

Na Základní škole v Mýtě jsem byl přítomen při výuce předmětu Tělesná výchova v 5. ročníku a při výuce předmětů Tělesná výchova a Sportovní a zdravotní výchova v 6. ročníku. Zaznamenány jsou 2 vyučovací hodiny Tělesné výchovy.

V náslechové hodině výuky Tělesné výchovy v 5. ročníku ZŠ Mýto probíhala příprava na závod ve štafetovém běhu. Tvořila ji atletická abeceda, nácvik předávání štafetového kolíku a simulovaný závod. V úvodu hodiny děti běhaly na atletickém oválu a prováděli protažení.

Vyučovací hodina Tělesné výchovy chlapců 6. ročníku byla přípravou na fotbalový turnaj. Skládala se z rozcvičky, běhu na čáru, fotbalu a závěrečného běhu na atletickém oválu a posilování.

Waldorfská základní škola Dobromysl o.p.s

Ve Waldorfské základní škole Dobromysl jsem navštívil výuku předmětů Tělesné výchovy a Eurytmie v 5. a 6. ročníku. Záznamy byly pořízeny ve 2 vyučovacích hodinách Tělesné výchovy a v 1 vyučovací hodině Eurytmie.

V hodině Tělesné výchovy v 5. ročníku hrály děti nejprve pohybové hry, poté následovalo házení míčů na medicinbaly a skákání přes lano.

V 6. ročníku začínala vyučovací hodina Tělesné výchovy pohybovou hrou Wall. Výuka dále pokračovala jednoduchým štafetovým závodem a dalšími pohybovými hrami.

Ve WZŠ Dobromysl bylo v následových hodinách výuky Tělesné výchovy využíváno cvičení z Bothmerovy gymnastiky. S tímto cvičením byli učitelé a děti WZŠ seznámeni lektory Bothmerovy gymnastiky během výcvikového setkání, které probíhalo na této škole v únoru školního roku 2016/2017. Lektory byli Martin Cvrček a Martin Baker z Velké Británie. Baker je hlavní lektor a zakladatel organizace Bothmer Movement International, který má dlouholetou praxi učitele tělocviku a her na waldorfské škole v Anglii. První den jsem se mohl zúčastnit přednášky pro učitele. Na závěr byla tato přednáška doplněna praktickým cvičením – blokem cvičení a her Bothmerovy gymnastiky. Následující den vedli lektori ukázkové hodiny tělesné výchovy přímo s žáky 3. – 8. ročníku, na které jsem byl také pozván.

V hodině Eurytmie v 5. ročníku vstoupily děti do eurytmického sálu s rukama na hrudi složenýma do kříže a při klavírní hudbě chodily ve velkém kruhu za učitelem eurytmie. Dále pokračovaly ve cvičeních v kruhu při hudbě za doprovodu vyprávění učitele. Poté se děti seznámily s rytmem hymny olympiády 5. tříd waldorfských škol. Následovalo důkladné nacvičování nové pohybové formy pentagram – pěticípé hvězdy. V závěru hodiny se děti loučily s učitelem v postoji rozkročmo se vzpaženýma rukama, jako symbolem 2 trojúhelníků, se slovy „Světlo proudí vzhůru, tíže k zemi váže.“

Ze záznamů vyučovacích hodin jsou vidět rozdíly v obsahu výuky TV na klasické a waldorfské základní škole. Komplettní záznamy uvádím v příloze č. 1 a 2.

3.2.2 Porovnání vybraných kritérií ZŠ Mýto a WZŠ Dobromysl

Na základě rozhovoru s pedagogy v obou školách jsem se zaměřil na konkrétní věci, které jsem porovnával. Zajímalo mě, jaké předměty pohybové výuky se vyučují, jaké je jejich pojetí a časová dotace. Dále jsem se zaměřil na způsob motivace a hodnocení žáků. Zajímal jsem se rovněž o materiální vybavení školy pro výuku tělesné výchovy.

V neposlední řadě jsem porovnal obsahy učiva pohybové výuky. V České republice musí učivo klasických i alternativních škol odpovídat požadavkům Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy (MŠMT). To své požadavky formuluje v Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání, z něhož vycházejí jednotlivé školní vzdělávací programy. Tyto programy vybraných škol jsou podrobně popsány v teoretické části se zaměřením na oblast Tělesná výchova.

Výsledky pozorování a získané informace uvádím v následujícím textu.

Vyučovací předměty pohybové výuky, jejich pojetí a časová dotace

V obou školách se v 5. a 6. ročníku vyučuje předmět Tělesná výchova se shodnou týdenní dotací 2 x 45 min. Součástí je zdravotní tělesná výchova, výuka plavání a dle zájmu žáků i lyžařský výcvik. ZŠ Mýto nabízí na 2. stupni výuku předmětu Sportovní a zdravotní výchova s týdenní dotací 1 x 45 min. WZŠ Dobromysl nabízí výuku předmětu Eurytmie s týdenní dotací rovněž 1 x 45 min.

Pojetí pohybové aktivity v těchto školách je rozdílné. Vychází ze ŠVP jednotlivých škol. V ZŠ Mýto je pojetí pohybové aktivity z hlediska zdraví a výkonu, ve WZŠ Dobromysl je z hlediska prožitku.

V 5. a 6. ročníku WZŠ Dobromysl probíhá výuka koedukovaně. V ZŠ Mýto je koedukovaná výuka pouze v 5. ročníku, v 6. ročníku již probíhá odděleně.

Motivace a hodnocení žáků

Žáci v ZŠ Mýto jsou motivováni klasifikací, čímž dochází k porovnávání vlastního výkonu s výkony spolužáků. Ve WZŠ Dobromysl vychází motivace ze zájmu žáka, který sleduje a porovnává pouze svůj vlastní výkon (zlepšení vs. zhoršení).

Ověření znalostí a dovedností v ZŠ Mýto je formou měření výkonů a pohybových dovedností dle testů, např. UNIFITTEST. Pedagog si poté sestaví vlastní klasifikační hodnocení na základě výkonů žáků.

Ve WZŠ Dobromysl jsou pouze sledovány dovednosti žáků ve výuce a hodnocení poté probíhá slovně na konci pololetí. Je vztaženo ke schopnostem daného dítěte. Při přechodu na jinou základní školu nebo střední školu může být převedeno na klasifikaci známkou.

V ZŠ Mýto se žáci pravidelně účastní sportovních soutěží a závodů. Při testování v průběhu mého výzkumu jsem vyzoroval časté projevy rivality mezi dívkami a chlapci.

Ve WZŠ Dobromysl není u žáků podporována soutěživost. Žáci 5. ročníku se pravidelně účastní Olympiády 5. tříd waldorfských škol. Při této akci se dbá hlavně na spolupráci a soudržnost žáků. Odměnění jsou všichni zúčastnění.

Pedagog vyučující TV

V ZŠ Mýto vyučují Tělesnou výchovu kvalifikovaní učitelé, kteří mají vysokoškolské pedagogické vzdělání v oboru.

Ve WZŠ Dobromysl vyučuje Tělesnou výchovu vždy třídní učitel, který nemusí mít příslušnou kvalifikaci. Jeho vzdělání však musí být vysokoškolské (v jakémkoliv oboru), musí absolvovat pedagogické minimum a waldorfský seminář garantovaný Asociací waldorfských škol. Základem je silný vztah mezi učitelem a žákem, který vychází ze vzájemného blízkého poznání.

Materiální vybavení pro výuku TV a dostupnost sportovišť

Tělocvična v ZŠ Mýto je dostatečně vybavena náčiním i náradím, ale nevyhovuje svojí velikostí pro sportovní hry. Výuka proto může probíhat v prostorné tělocvičně TJ Sokol Mýto s dostupností 5 min chůze. ZŠ Mýto disponuje školní posilovnou v budově školy a venkovním sportovním areálem, který nabízí hřiště pro házenou a fotbal, atletický ovál a doskočiště pro skok daleký. S dostupností 15 min chůze od školy se nachází fotbalový stadion TJ Slavoj, který může být využíván k přípravě na fotbalové soutěže.

Ve WZŠ Dobromysl je v tělocvičně dostatek náčiní, ale nedostatek náradí. Výuka může probíhat v tělocvičně TJ Sokol v Plzni s dostatečným vybavením náradí. Časová dostupnost je 20 min chůze. WZŠ Dobromysl využívá venkovní sportovní areál umístěný

mimo objekt školy. Jedná se o multifunkční hřiště s atletickým oválem v areálu TJ Slavia VŠ v Borském parku v Plzni. Jeho časová dostupnost je 30 min MHD. WZŠ Dobromysl dále využívá k pohybu v přírodě plzeňskou stromovou alej Kilometrovka o délce 1070 m. Časová dostupnost je 10 min chůze.

Spolupráce s rodiči

V obou navštívených školách se konají třídní schůzky a nabízí se možnost osobní konzultace s třídním učitelem.

WZŠ Dobromysl se navíc opírá o spolupráci s rodiči, kteří se sdružují ve spolku Waldorf. Podílí se na organizaci měsíčních slavností, organizaci olympiády 5. ročníků, na zajištění materiálního vybavení školy a na vedení zájmových činností.

Zájmové činnosti pohybové aktivity

ZŠ Mýto nabízí žákům 1. stupně pohybové hry I. – III., florbal a pro dívky gymnastiku. Žákům 2. stupně se nabízí florbal, sportovní hry a posilování.

Ve WZŠ Dobromysl vychází zájmová činnost z nabídky rodičů. Pro žáky 1. stupně se nabízí všestranná pohyblivost a míčové hry. Žákům 2. stupně se nabízí florbal, žonglování (akrobacie), turistický kroužek a hipoterapie ve spolupráci s jízdárnou.

3.2.3 Porovnání školních vzdělávacích programů

V ZŠ Mýto je 1. stupeň rozdělen na dvě etapy. Do první etapy spadá 1. - 2. ročník, do druhé etapy spadá 3. - 5. ročník. ZŠ Mýto navíc 2. stupeň nazývá třetí etapou.

WZŠ Dobromysl má rovněž dvě etapy, které však nazývá období, a také má odlišné zařazení ročníků do těchto období. Do prvního období spadá 1. - 3. ročník a do druhého období 4. - 5. ročník.

Pro přehlednost je dělení etap a období jednotlivých škol uvedeno v tabulce č. 5.

Tabulka 5: Dělení ročníků do etap a období dle ŠVP jednotlivých škol

	Klasická ZŠ Mýto	Waldorfská ZŠ Dobromysl
1. stupeň	1. etapa: 1. – 2. ročník 2. etapa: 3. – 5. ročník	1. období: 1. – 3. ročník 2. období: 4. – 5. ročník
2. stupeň	3. etapa: 6. – 9. ročník	6. – 9. ročník

Zdroj: vlastní zpracování

Pro každé období je předepsané učivo a jeho výstupy, kterých žák musí na konci období dosáhnout. Ve kterém ročníku a jakými metodami budou výstupy naplněny, zůstává plně v kompetenci jednotlivých škol.

Získané informace ze ŠVP navštívených škol uvádím v příloze č. 3. Při porovnání jsem se zaměřil pouze na obsah učiva, a to v činnostech ovlivňujících úroveň pohybových dovedností a v činnostech ovlivňujících zdraví. Ukazuje se, že rozsah učiva je téměř shodný, avšak ZŠ Mýto má podrobněji rozepsané sportovní odvětví a jejich disciplíny.

V následujícím textu uvádím hlavní rozdíly v porovnávaném obsahu učiva TV.

1. stupeň, 2. období:

ZŠ Mýto oproti WZŠ Dobromysl zařazuje již na tento stupeň v gymnastice přeskoky a šplh na tyči a na laně. Dále ve 3. a 4. ročníku v další pohybové činnosti dopravní výchovu na dětském dopravním hřišti. V 5. ročníku je součástí výuky atletiky a sportovních her příprava na sportovní soutěže.

WZŠ Dobromysl oproti ZŠ Mýto uvádí v rytmických a kondičních formách cvičení Bothmerovu gymnastiku a v 5. ročníku v atletice přípravu na olympiádu waldorfských škol.

2. stupeň:

V ZŠ Mýto v 6. ročníku je součástí výuky atletiky a sportovních her příprava na sportovní soutěže.

WZŠ Dobromysl oproti ZŠ Mýto zařazuje v další pohybové činnosti první pomoc při TV a sportu. V gymnastice uvádí žonglování jako součást Bothmerovy gymnastiky.

3.2.4 Testy UNIFITTEST

UNIFITTEST (6-60) je standardizovaná testová baterie, která slouží k posouzení a monitorování úrovně základní motorické výkonnosti u školních dětí, mládeže a dospělých, ve věkovém rozmezí od 6 do 60 let. Testová baterie UNIFITTEST (6-60) je určena pro českou populaci. Je výkonnostně zaměřená a jejím hlavním cílem je dosažení maximálních výkonů. Jedná se o čtyřpoložkovou heterogenní testovou baterii, která se skládá z jednotlivých motorických testů postihujících více pohybových schopností a dovedností.

Testovou baterii UNIFITTEST (6-60) jsem si vybral jako jednu z metod výzkumného projektu této bakalářské práce. Testovaný soubor tvořili chlapci a dívky Základní školy Mýto

a Waldorfské základní školy Dobromysl o.p.s. Tento soubor je pouze ilustrační, proto nelze dojít k obecným závěrům. Výsledky testování se vztahují na 5. a 6. ročník zmíněných škol.

Časový rozvrh a podmínky testování

Při konzultační schůzce jsem nejprve seznámil pedagogy s vybranými testy. Ve spolupráci s nimi jsem potom doplnil jméno a věk testovaných žáků do skupinového záznamu, a společně jsme také posoudili jejich fyzickou způsobilost. V ZŠ Mýto se nemohl účastnit testů jeden žák z důvodu lehké mozkové dysfunkce a jedna žákyně měla omezení TV neumožňující provedení testů. Ve WZŠ Dobromysl se také nemohl účastnit testů ze zdravotních důvodů (astma) jeden žák.

Testování tělesné zdatnosti, které proběhlo během dubna a června roku 2017, se zúčastnilo v Základní škole Mýto 32 žáků, z toho 15 dívek a 17 chlapců. Ve Waldorfské základní škole Dobromysl byl stejný počet žáků 32, i ve stejném složení 15 dívek a 17 chlapců.

Samotné testy potom byly provedeny ve dvou jednotkách (dvě vyučovací hodiny TV) v každém ročníku obou vybraných škol. V první jednotce byly realizovány motorické testy (T1, T2, T4-1) v tělocvičně, ve druhé jednotce potom test vytrvalostní lokomoce (T3a) na atletické dráze. Testování bylo provedeno za účasti vyučujícího pedagoga. Vlastnímu testování vždy předcházelo rozcvičení v rozsahu deseti minut, aby byl organismus žáků připraven na zvýšenou fyzickou zátěž. Po výkladu a ukázce si každý testovaný žák vyzkoušel pohybový úkol jednotlivých testů (kromě testu T3a běh po dobu 12 min). Na obou školách proběhlo testování bez problémů a žáky bylo kladně přijato. Po ukončení testů byly žákům předány individuální záznamy s jejich výsledky.

Složení vybrané testové baterie

Obsahem byl společný testový základ jednotný pro všechny věkové kategorie a pohlaví a různé alternativy pro hodnocení aerobní vytrvalostní schopnosti, zohledňující věk, kondiční připravenost testovaných žáků i podmínky testování.

Test: Skok daleký z místa odrazem snožmo (T 1)

Charakteristika: test dynamické, výbušně silové schopnosti dolních končetin.

Test: Leh-sed opakovaně (T 2)

Charakteristika: test dynamické, silově vytrvalostní schopnosti břišních svalů a bedrokyčlostehenních flexorů.

Test: Běh po dobu 12 minut (T 3a)

Charakteristika: test rychlostní vytrvalosti (vybrán 1 test z 3 nabízených testů).

Společný základ byl doplněn o výběrový test, který charakterizuje typické motorické projevy daného věkového období.

Test: Člunkový běh 4 x 10 m – věková kategorie 6-14 let (T 4-1)

Charakteristika: test běžecké rychlostní schopnosti se změnou směru, dynamické síly dolních končetin a z části také obratnostních dispozic.

Hodnocení testování

Součástí testového systému jsou různé typy norem pro individuální hodnocení a diagnostiku motoriky. Normové tabulky respektují zvláštnosti pohlaví a věku. Stupňování a kategorizace věku je rozdílná. Normové tabulky pro mládež od 6 do 17 let jsou odstupňovány v ročních intervalech, kategorie 18 – 20 let je tříletá.

Pro hodnocení testových výsledků jsem použil desetibodovou normu pro děti a mládež (6 – 20 let), která byla pro UNIFITTEST zkonstruována na základě statistického principu. Testový výsledek může být hodnocen jak kvantitativně, tak i kvalitativně. Rozpětí stupnice je od 1 do 10 bodů, aritmetický průměr odpovídá hodnotě 5,5 bodu, přičemž odstup 1 bodu = 0,5s. Žádný výsledek nemůže být oceněn hodnotou 0 bodů.

Tabulka 6: Testový výsledek – desetibodová norma pro děti a mládež

Kvantitativní hodnocení	Kvalitativní hodnocení
1 – 2	Výrazně podprůměrný
3 – 4	Podprůměrný
5 – 6	Průměrný
7 – 8	Nadprůměrný
9 – 10	Výrazně nadprůměrný

Zdroj: Měkota, Chytráčková, 2002 – upraveno

Výsledky testování jsem nejprve zaznamenal do skupinového záznamu (příloha č. 4) a podle pohlaví a věku jsem vybral příslušnou bodovací tabulku. Hodnocený výkon (testový výsledek) jsem vyhledal v odpovídajícím sloupci tabulky a na stejném řádku našel počet bodů a slovní vyjádření – kvalitativní hodnocení úrovně dosaženého výkonu. Následně jsem výsledky každého žáka přenesl na individuální záznam (příloha č. 5), aby jej po skončení testů mohl každý z nich obdržet. Na žádost třídních učitelek 5. a 6. třídy ve waldorfské základní škole jsem nemohl v individuálních záznamech jejich žáků uvést kvalitativní hodnocení, pouze bodové.

Pro zjištění celkového bodového výkonu žáka jsem použil souhrnný výsledek, zvaný „skóre testové baterie B“. Toto skóre se stanoví součtem bodů S dosažených testovaným žákem ve čtyřech testech: $B=S_1+S_2+S_3+S_4$. Tento model má kompenzační charakter, jelikož umožňuje kompenzovat horší výsledek v jednom testu lepším výsledkem v testu jiném. Bodové a kvalitativní hodnocení uvádím v upravené tabulce č. 7.

Tabulka 7: Skóre testové baterie

Skóre testové baterie B desetibodové hodnocení	Hodnocení
4 – 14	Výrazně podprůměrný
15 – 19	Podprůměrný
20 – 24	Průměrný
25 – 29	Nadprůměrný
30 – 40	Výrazně nadprůměrný

Zdroj: Měkota, Chytráčková, 2002 – upraveno

3.3 Analýza výsledků testové baterie UNIFITTEST

Po zaznamenání získaných výsledků a bodového hodnocení do jednotlivých záznamových archů byly tyto výsledky přeneseny do tabulek a grafů a poté vyhodnoceny. Výsledky jsem zpracoval ve čtyřech kategoriích:

1. kategorie: porovnání výsledků v jednotlivých testech;
2. kategorie: porovnání výsledků v jednotlivých ročnících;
3. kategorie: porovnání počtu sportovních soutěží;
4. kategorie: porovnání výsledků jednotlivých škol.

Kategorie 3 nevychází z testové baterie UNIFITTEST, ale souvisí s výkony žáků. Porovnává účast žáků obou navštívených škol ve sportovních soutěžích.

V tomto výzkumu je nutno srovnávat pouze stejné ročníky obou vybraných škol z důvodu stejného počtu testovaných žáků. Jednotlivé počty žáků jsou uvedeny v následující tabulce.

Tabulka 8: Počet testovaných žáků

	ZŠ Mýto	WZŠ Dobromysl
5. třída dívky	10	10
5. třída chlapci	7	7
6. třída dívky	5	5
6. třída chlapci	10	10
Celkem	32	32

Zdroj: vlastní zpracování

3.3.1 Kategorie porovnání výsledků v jednotlivých testech

Tabulka č. 9 a graf č. 1 znázorňuje bodové hodnocení srovnávaných škol v jednotlivých disciplínách.

Žáci klasické ZŠ Mýto získali ve třech disciplínách vyšší bodové hodnocení než žáci waldorfské ZŠ Dobromysl. O 15 bodů více v testu T 1 Skok daleký. O 8 bodů více v testu T 2 Leh-sed opakovaně. O 19 bodů více v testu T 4-1 Člunkový běh.

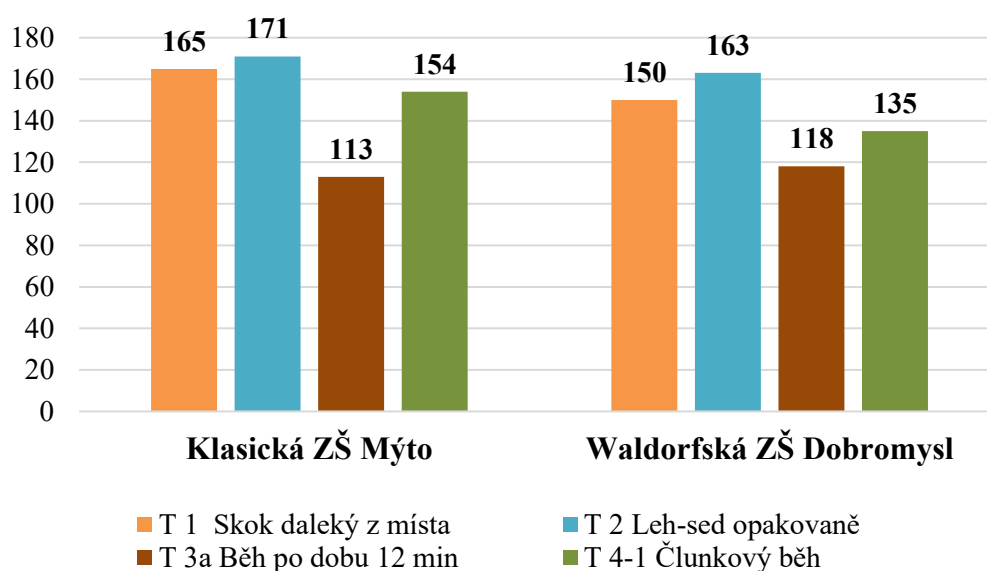
Výjimkou je test T 3a Běh po dobu 12 min, ve kterém získali žáci klasické ZŠ Mýto o 5 bodů méně než žáci waldorfské ZŠ Dobromysl.

Tabulka 9: Bodové hodnocení v jednotlivých testech

Škola	Bodové hodnocení			
	T 1 Skok daleký	T 2 Leh-sed	T 3a Běh po dobu 12 min	T 4-1 Člunkový běh
Klasická ZŠ Mýto	165	171	113	154
Waldorfská ZŠ Dobromysl	150	163	118	135

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 1: Porovnání výsledků žáků v jednotlivých testech testové baterie UNIFITTEST



V následujících podrobných analýzách budou vidět rozdíly v celkovém bodovém hodnocení mezi testovanými žáky v jednotlivých testech (tabulky č. 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20, 21).

Skok daleký z místa odrazem snožmo (T 1)

Tabulka č. 10 a graf č. 2 znázorňuje bodové hodnocení testovaných žáků ve skoku dalekém. Zde si můžeme všimnout, že dívky 5. ročníků obou škol získaly stejné bodové hodnocení, a to 44 bodů. Taktéž chlapci 6. ročníků obou škol mají stejné bodové hodnocení, získali 46 bodů.

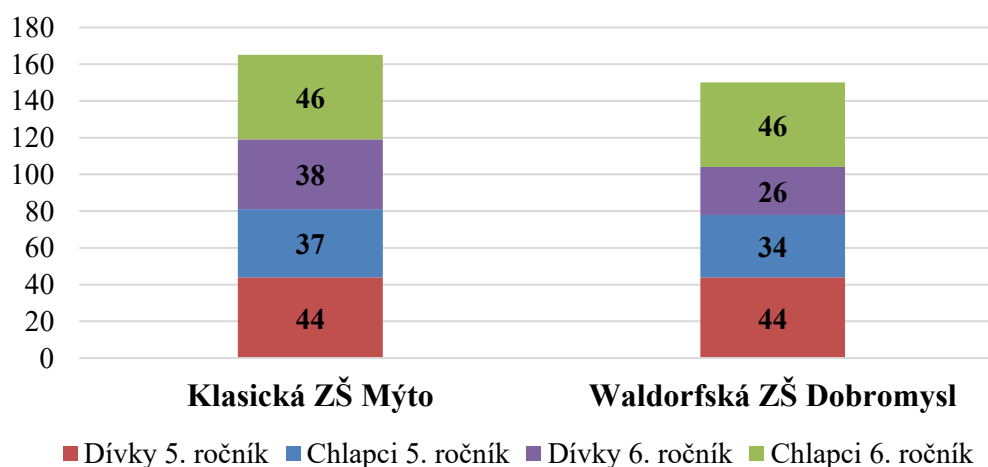
Nejmenší 3 bodový rozdíl je mezi chlapci 5. ročníků, největší 12 bodový rozdíl je mezi dívkami 6. ročníků. Celkový rozdíl bodového hodnocení tedy činí 15 bodů ve prospěch žáků klasické ZŠ Mýto.

Tabulka 10: Bodové hodnocení ve skoku dalekém

	Počet žáků	Klasická ZŠ Mýto	Waldorfská ZŠ Dobromysl
5. ročník dívky	10	44	44
5. ročník chlapci	7	37	34
6. ročník dívky	5	38	26
6. ročník chlapci	10	46	46
Celkem		165	150

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 2: Bodové hodnocení ve skoku dalekém



Tabulka 11: Skok daleký z místa odrazem snožmo – klasická ZŠ Mýto

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	169 cm	6	168 cm	6	175 cm	6	165 cm	5
2	189 cm	8	105 cm	1	200 cm	10	190 cm	7
3	152 cm	6	151 cm	4	190 cm	8	154 cm	4
4	130 cm	2	192 cm	8	183 cm	8	175 cm	6
5	148 cm	5	157 cm	5	171 cm	6	152 cm	3
6	126 cm	2	197 cm	9	x	x	161 cm	4
7	163 cm	7	147 cm	4	x	x	173 cm	5
8	141 cm	3	x	x	x	x	135 cm	2
9	128 cm	2	x	x	x	x	148 cm	4
10	134 cm	3	x	x	x	x	183 cm	6
Celkem		44		37		38		46

Zdroj: vlastní zpracování

Tabulka 12: Skok daleký z místa odrazem snožmo – waldorfská ZŠ Dobromysl

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	128 cm	3	185 cm	8	135 cm	3	168 cm	5
2	138 cm	4	168 cm	6	166 cm	5	165 cm	5
3	144 cm	5	121 cm	2	168 cm	6	168 cm	5
4	158 cm	6	134 cm	2	159 cm	5	122 cm	1
5	126 cm	2	128 cm	2	172 cm	7	179 cm	7
6	164 cm	6	189 cm	8	x	x	182 cm	7
7	152 cm	6	166 cm	6	x	x	123 cm	1
8	164 cm	7	x	x	x	x	151 cm	3
9	135 cm	3	x	x	x	x	188 cm	7
10	128 cm	2	x	x	x	x	171 cm	5
Celkem		44		34		26		46

Zdroj: vlastní zpracování

Leh-sed opakovaně (T 2)

Žáci klasické ZŠ Mýto celkově získali v tomto testu o 8 bodů více než žáci waldorfské ZŠ Dobromysl, díky vysokému bodovému náskoku dívek 5. ročníku klasické ZŠ Mýto.

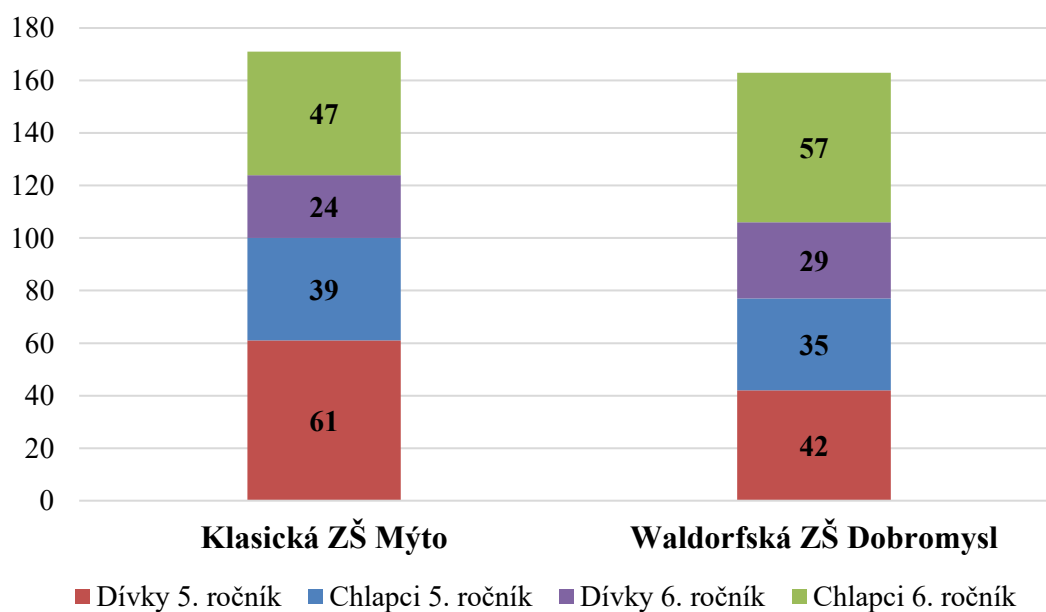
Z tabulky č. 13 je vidět, že dívky v 5. ročníku klasické ZŠ Mýto v této disciplíně při stejném počtu testovaných žáků, obstály lépe než chlapci v 6. ročníku obou srovnávaných škol, kteří získali nižší bodové hodnocení.

Tabulka 13: Bodové hodnocení leh-sedů

	Počet žáků	Klasická ZŠ Mýto	Waldorfská ZŠ Dobromysl
5. ročník dívky	10	61	42
5. ročník chlapci	7	39	35
6. ročník dívky	5	24	29
6. ročník chlapci	10	47	57
Celkem		171	163

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 3: Bodové hodnocení leh-sedů



Tabulka 14: Leh-sed opakovaně – klasická ZŠ Mýto

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	48	9	44	8	31	5	36	5
2	45	8	22	3	28	4	42	7
3	44	8	30	6	27	4	26	3
4	30	5	41	7	36	6	40	6
5	30	5	28	4	32	5	19	2
6	30	5	34	6	x	x	28	4
7	32	6	31	5	x	x	32	5
8	32	5	x	x	x	x	28	3
9	29	5	x	x	x	x	36	6
10	32	5	x	x	x	x	38	6
Celkem		61		39		24		47

Zdroj: vlastní zpracování

Tabulka 15: Leh-sed opakovaně – waldorfská ZŠ Dobromysl

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	18	2	34	6	30	5	38	6
2	27	5	31	5	31	5	29	5
3	36	6	25	4	40	7	45	7
4	28	5	18	2	32	5	23	3
5	17	2	26	4	42	7	35	6
6	34	6	44	8	x	x	40	7
7	35	6	34	6	x	x	22	3
8	36	6	x	x	x	x	37	6
9	18	2	x	x	x	x	46	8
10	18	2	x	x	x	x	37	6
Celkem		42		35		29		57

Zdroj: vlastní zpracování

Běh po dobu 12 min (T 3a)

Při porovnávání jednotlivých výsledků jsem zjistil, že největší bodový rozdíl v této disciplíně byl mezi testovanými chlapci 6. ročníků. Tento 14 bodový rozdíl byl ve prospěch žáků klasické ZŠ Mýto.

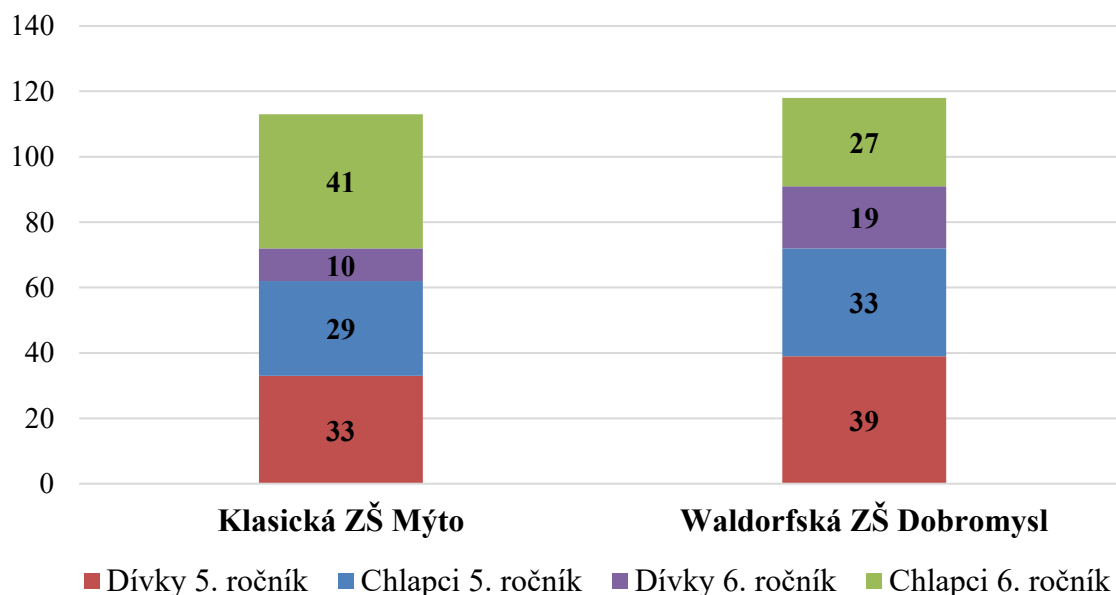
V celkovém součtu bodů této disciplíny však lépe obstáli testovaní žáci waldorfské ZŠ Dobromysl, získali o 5 bodů více než žáci klasické ZŠ Mýto.

Tabulka 16: Bodové hodnocení běhu po dobu 12 min

	Počet žáků	Klasická ZŠ Mýto	Waldorfská ZŠ Dobromysl
5. ročník dívky	10	33	39
5. ročník chlapci	7	29	33
6. ročník dívky	5	10	19
6. ročník chlapci	10	41	27
Celkem		113	118

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 4: Bodové hodnocení běhu po dobu 12 min



Tabulka 17: Běh po dobu 12 min – klasická ZŠ Mýto

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	1820 m	4	1530 m	2	1390 m	1	1760 m	3
2	1820 m	4	1400 m	1	1580 m	3	2210 m	5
3	1670 m	4	1960 m	4	1570 m	2	1800 m	3
4	1490 m	2	2070 m	5	1680 m	3	2400 m	7
5	1530 m	3	2400 m	6	1390 m	1	800 m	1
6	1580 m	3	2070 m	5	x	x	2300 m	5
7	1450 m	3	2400 m	6	x	x	2230 m	5
8	1480 m	2	x	x	x	x	1820 m	3
9	1810 m	4	x	x	x	x	1950 m	4
10	1710 m	4	x	x	x	x	2200 m	5
Celkem		33		29		10		41

Zdroj: vlastní zpracování

Tabulka 18: Běh po dobu 12 min – waldorfská ZŠ Dobromysl

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	1360 m	2	2100 m	5	1700 m	4	1580 m	2
2	1590 m	3	2020 m	4	1680 m	3	1590 m	2
3	1820 m	5	1840 m	4	1620 m	3	2200 m	5
4	1810 m	5	920 m	1	1600 m	3	1460 m	1
5	1520 m	2	1830 m	3	2060 m	6	1880 m	4
6	1950 m	5	2750 m	8	x	x	1610 m	2
7	1780 m	4	2620 m	8	x	x	1320 m	1
8	1990 m	6	x	x	x	x	1520 m	1
9	1880 m	5	x	x	x	x	2490 m	7
10	1520 m	2	x	x	x	x	1580 m	2
Celkem		39		33		19		27

Zdroj: vlastní zpracování

Člunkový běh 4 x 10 m (T 4-1)

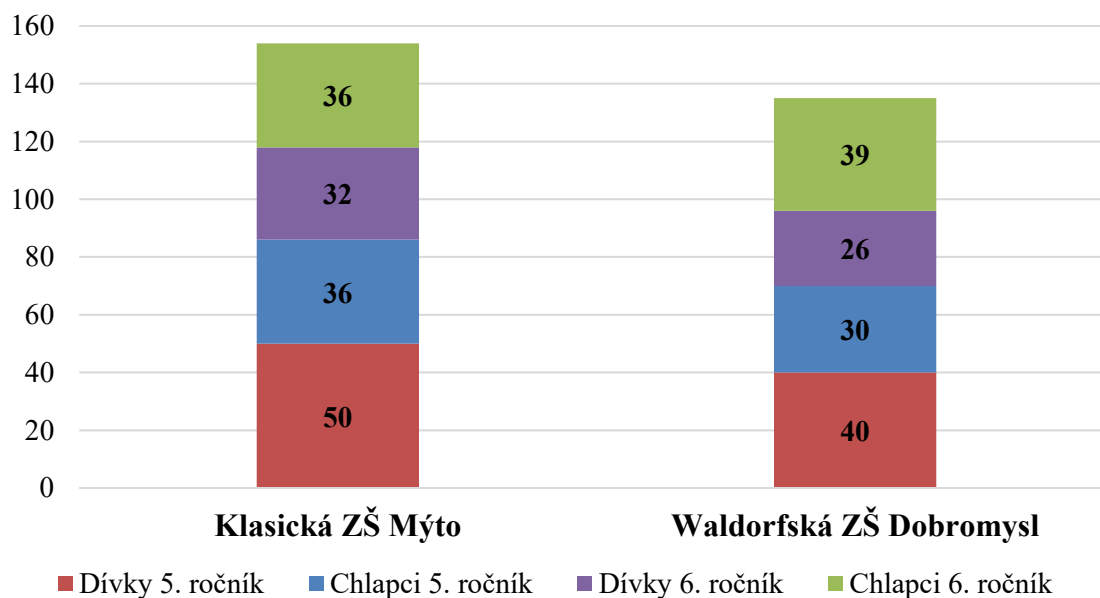
Celkovým výsledkem podrobné analýzy tohoto testu byl 19 bodový rozdíl ve prospěch žáků klasické ZŠ Mýto. Jedná se o největší zjištěný bodový rozdíl v jednotlivých testech. K tomuto bodovému rozdílu přispěli svými výkony všichni testovaní žáci klasické ZŠ Mýto, kromě chlapců 6. ročníku této školy.

Tabulka 19: Bodové hodnocení člunkového běhu 4 x 10 m

	Počet žáků	Klasická ZŠ Mýto	Waldorfská ZŠ Dobromysl
5. ročník dívky	10	50	40
5. ročník chlapci	7	36	30
6. ročník dívky	5	32	26
6. ročník chlapci	10	36	39
Celkem		154	135

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 5: Bodové hodnocení člunkového běhu 4 x 10 m



Tabulka 20: Člunkový běh 4 x 10 m – klasická ZŠ Mýto

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	11,10 s	9	11,40 s	7	12,51 s	5	12,00 s	5
2	12,60 s	5	15,30 s	1	11,81 s	7	11,70 s	5
3	12,30 s	7	12,00 s	5	12,08 s	6	13,18 s	2
4	13,40 s	3	10,90 s	8	11,60 s	8	11,61 s	6
5	13,10 s	4	12,40 s	4	12,23 s	6	15,67 s	1
6	13,55 s	3	11,90 s	6	x	x	12,52 s	3
7	12,40 s	7	12,30 s	5	x	x	12,00 s	5
8	13,15 s	4	x	x	x	x	13,75 s	1
9	13,63 s	3	x	x	x	x	12,94 s	3
10	12,60 s	5	x	x	x	x	11,65 s	5
Celkem		50		36		32		36

Zdroj: vlastní zpracování

Tabulka 21: Člunkový běh 4 x 10 m – waldorfská ZŠ Dobromysl

	5. ročník				6. ročník			
	Dívky		Chlapci		Dívky		Chlapci	
	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY	VÝKON	BODY
1	15,25 s	1	11,72 s	6	12,79 s	5	12,30 s	4
2	13,62 s	3	12,45 s	4	12,35 s	5	13,45 s	2
3	13,22 s	4	13,90 s	2	12,91 s	6	12,37 s	4
4	12,72 s	6	16,88 s	1	12,85 s	4	15,68 s	1
5	15,07 s	1	14,32 s	1	12,20 s	6	12,00 s	5
6	11,75 s	7	11,07 s	8	x	x	12,63 s	4
7	13,40 s	4	11,08 s	8	x	x	16,03 s	1
8	11,96 s	7	x	x	x	x	12,18 s	4
9	12,15 s	6	x	x	x	x	10,09 s	10
10	14,44 s	1	x	x	x	x	12,12 s	4
Celkem		40		30		26		39

Zdroj: vlastní zpracování

3.3.2 Kategorie porovnání výsledků v jednotlivých ročnících

V tabulce č. 22 a grafu č. 6 porovnávám celkový počet získaných bodů za všechny testované disciplíny v jednotlivých zkoumaných ročnících obou škol.

Žáci klasické ZŠ Mýto v 5. ročníku dosáhli celkem 329 bodů, žáci 6. ročníku získali celkem 274 bodů.

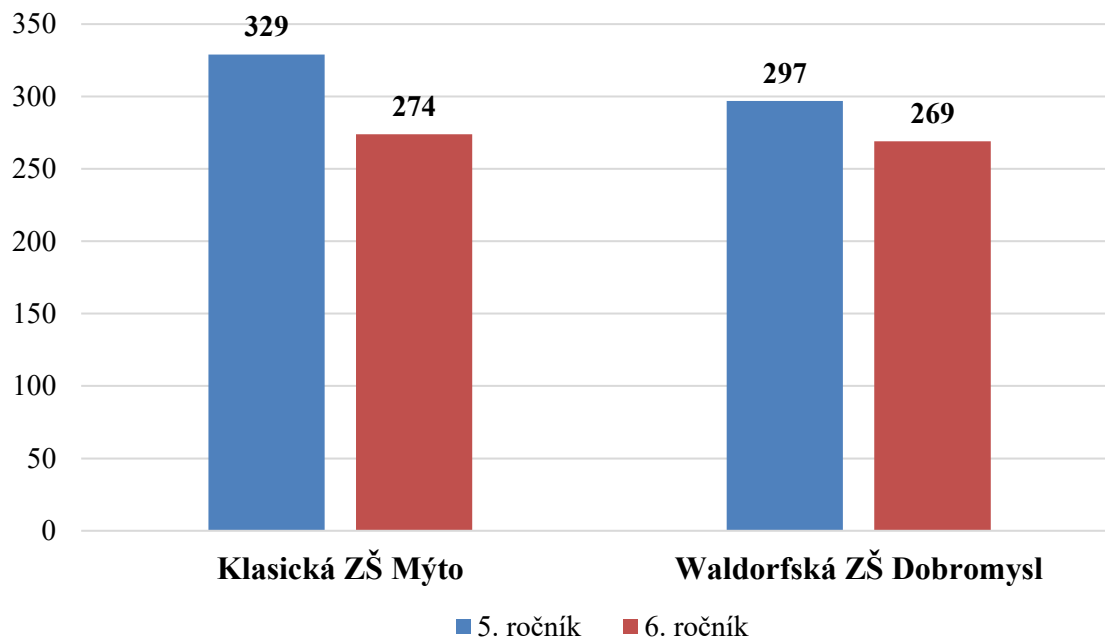
Žáci waldorfské ZŠ Dobromysl v 5. ročníku získali celkem 297 bodů, žáci 6. ročníku dosáhli celkem 269 bodů.

Tabulka 22: Porovnání výsledků 5. a 6. ročníku jednotlivých škol

Škola	Bodové hodnocení	
	5. ročník	6. ročník
Klasická ZŠ Mýto	329	274
Waldorfská ZŠ Dobromysl	297	269
Rozdíl	32	5

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 6: Porovnání výsledků v 5. a 6. ročníku jednotlivých škol



3.3.3 Kategorie porovnání počtu sportovních soutěží

Zajímalo mě, jakého počtu sportovních soutěží se navštívené školy v průběhu školního roku účastní. Z nastudovaných materiálů a rozhovorů s pedagogy vyplynulo, že klasická ZŠ Mýto se účastní celkem 12 sportovních soutěží, kdežto waldorfská ZŠ Dobromysl se účastní pouze jedné sportovní akce.

Jedná se o Olympiádu 5. tříd waldorfských škol. Ta vychází z obsahu učiva, kterým je v tomto ročníku antické období. Olympiáda probíhá každoročně a pořadatelem je vždy jedna z WZŠ. Probíhá dva dny a soupeří se ve sportu i v umělecké disciplíně – řečnictví. Každá škola se prezentuje také divadelním představením s nastudovaným úsekem příběhu Odysseových cest. Součástí je i tradiční olympijský oheň. V hlavní sportovní části olympiády se žáci účastní zpravidla těchto disciplín: běh 800 m (rozdělen na 2 x 400 m), sprint 60 m, štafetový běh, hod kriketovým míčkem, hod břemenem (dřevěný špalek, pytel písku), skok do dálky, skok daleký z místa, skok do výšky, zápas, závěrečný maraton.

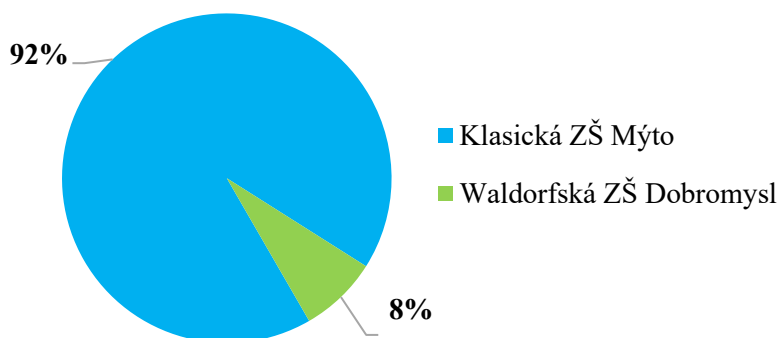
Žáci klasické ZŠ Mýto se v průběhu roku účastní těchto sportovních soutěží: atletika – atletický trojboj, atletický čtyřboj, olympijský víceboj, pohár rozhlasu (atletická soutěž školních družstev), přespolní běh; sportovní hry: basketbal, malá kopaná, volejbal, florbal, vybíjená, street hockey Cup 1 a 2, McDonald's Cup (fotbal).

Tabulka 23: Počet sportovních soutěží

Škola	Počet sportovních soutěží
Klasická ZŠ Mýto	12
Waldorfská ZŠ Dobromysl	1

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 7: Počet sportovních soutěží



3.3.4 Kategorie porovnání výsledků jednotlivých škol

V následující tabulce č. 24 a grafu č. 8 můžeme vidět, že žáci 5. a 6. ročníku klasické ZŠ Mýto získali v testové baterii UNIFITTEST celkem 603 bodů.

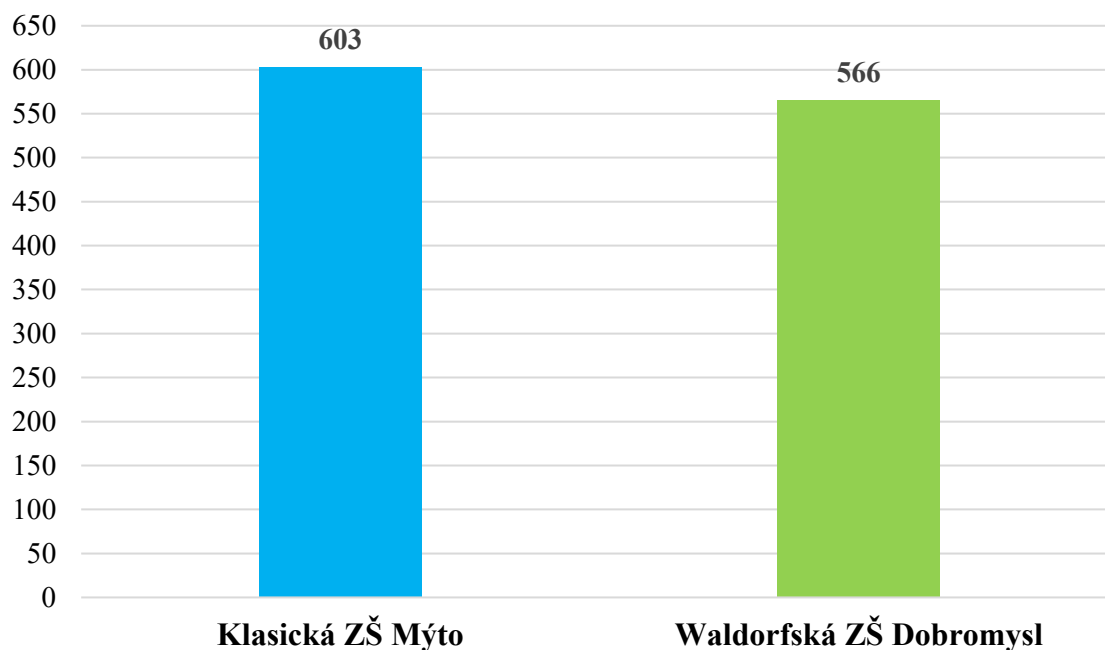
Žáci 5. a 6. ročníku waldorfské ZŠ Dobromysl dosáhli v této testové baterii celkem o 37 bodů méně, tedy 566 bodů.

Tabulka 24: Porovnání celkového bodového hodnocení jednotlivých škol

Škola	Bodové hodnocení
Klasická ZŠ Mýto	603
Waldorfská ZŠ Dobromysl	566

Zdroj: vlastní zpracování

Graf 8: Porovnání celkového bodového hodnocení jednotlivých škol



4 Diskuse

H1: Předpokládám, že silově vytrvalostní schopnost chlapců v 6. ročníku v klasické ZŠ Mýto při testu „T 2 Leh-sed opakovaně“ bude o 10 bodů vyšší než u chlapců ve waldorfské ZŠ Dobromysl.

Tato hypotéza je vyvrácena. Předpokládaného vyššího počtu bodů v této disciplíně dosáhli naopak testovaní chlapci ve waldorfské ZŠ Dobromysl, získali o 10 bodů více než žáci klasické ZŠ Mýto (graf č. 3).

Tento výsledek mě překvapil. Předpokládal jsem, že na základě oddělené výuky dívek a chlapců v 6. třídě v klasické ZŠ Mýto a možnosti výuky TV v posilovně, dosáhnou vyššího bodového hodnocení.

Důvodem tohoto výsledku může být větší vnitřní motivovanost žáků waldorfské školy. Tento test není pro waldorfské žáky zcela obvyklý. Při testech jsem nabyl dojmu, že žáci ve waldorfské škole cvičí pro radost a prožitek z výkonu, ne pro klasifikaci. Jsou zvyklí pouze na slovní hodnocení.

Třídní učitelka 6. ročníku waldorfské ZŠ Dobromysl, která zde vyučuje i tělesnou výchovu, mi objasnila, že u žáků hodnotí dodržování pravidel při hrách, snahu, vůli a výdrž při cvičení, nehodnotí však jejich výkon.

Naopak pro žáky v klasické ZŠ Mýto jsou tyto cviky dobře známé z výuky tělesné výchovy. Někdy jsou dokonce používány jako trest při neukázněnosti žáků v hodině TV. Možná proto nejsou tyto cviky u žáků tolik oblíbené.

H2: Předpokládám, že rychlostní vytrvalost žáků v klasické ZŠ Mýto v testu „T 3a Běh po dobu 12 min“ bude o 15 bodů vyšší než u žáků ve waldorfské ZŠ Dobromysl.

Druhá hypotéza je vyvrácena. Naopak žáci waldorfské ZŠ Dobromysl získali o 5 bodů více než žáci klasické ZŠ Mýto (graf č. 1). Stanovení této hypotézy vyplývalo ze zjištění materiální vybavenosti obou škol. ZŠ Mýto má k dispozici vlastní venkovní sportovní areál s atletickým oválem, proto jsem předpokládal lepší výsledky žáků této školy.

Důvodem tohoto výsledku může být způsob výuky TV. Na základě prostudování ŠVP WZŠ Dobromysl jsem zjistil, že na 1. stupni ve 2. období se zde přímo uvádí „motivovaný vytrvalostní běh“ (příloha č. 3). Tímto vytrvalostním během se žáci zároveň

připravují na již zmiňovanou Olympiádu 5. tříd waldorfských škol. Z tohoto prostudování a celkové filozofie školy mi vyplývá, že žáci mohou být i vnitřně motivováni, a tudíž je pro ně vytrvalostní běh spíše příjemnou záležitostí než povinností. Po ukončení běhu se žáci hned dotazovali, kolik metrů uběhli.

Další mou domněnkou, proč se hypotéza nepotvrdila, může být přístup testovaných žáků ke splnění požadovaného úkolu. Žáci klasické základní školy totiž nebyli motivováni klasifikací. Bezprostředně před testem se mě dotazovali, zda bude jejich výkon klasifikován. Byli pravdivě informováni, že se běh klasifikovat nebude. Jejich výsledky testovaného vytrvalostního běhu jsem poté srovnal s klasifikovaným vytrvalostním během, který vykonali dříve s vyučujícím pedagogem TV při výuce. Neklasifikovaný výsledek testovaného běhu byl u většiny žáků horší než klasifikovaný.

V podrobné analýze výsledků jednotlivých testů si můžeme všimnout, že chlapci 6. ročníku klasické ZŠ Mýto získali v tomto testu 41 bodů (tabulka č. 16). V porovnání s chlapci 6. ročníku waldorfské ZŠ Dobromysl byli chlapci 6. ročníku ZŠ Mýto o 14 bodů lepší. Domnívám se, že je to z důvodu důkladného tréninku na atletické závody a fotbalový turnaj.

H3: Předpokládám, že žáci 5. ročníku waldorfské ZŠ Dobromysl budou mít o 20 bodů vyšší celkový bodový výsledek ve všech testovaných disciplínách než žáci 5. ročníku klasické ZŠ Mýto.

Třetí hypotéza se nepotvrdila. Žáci 5. ročníku waldorfské ZŠ Dobromysl měli naopak nižší výsledek, než jsem předpokládal (tabulka č. 22). Získali o 32 bodů méně než žáci klasické ZŠ Mýto.

Mým předpokladem pro tuto hypotézu byla charakteristika předmětu Tělesné výchovy v ŠVP waldorfské ZŠ Dobromysl. V 5. ročníku je jako součást výuky TV uvedena „Příprava k účasti na olympijských hrách waldorfských škol v duchu starověkých řeckých tradic“.

Dalším důvodem pro stanovení této hypotézy byl fakt, že žáci 5. ročníku ve WZŠ Dobromysl v době konání testů 2x týdně běhali v přírodě s třídní učitelkou před začátkem vyučování. Domníval jsem se, že se žáci od začátku školního roku připravují i v dalších sportovních olympijských disciplínách. Sportovní příprava na olympiádu však zahrnovala pouze tento ranní běh.

Žáci totiž věnovali v průběhu školního roku více času ručnímu šití a zdobení sportovního oděvu (chinónu) na olympiádu. Další náročnou přípravu na olympiádu vyžadoval nácvič divadelního představení, na které si každá waldorfská škola dokonce vlastnoručně vyrábí kulisy a kostýmy.

H4: Předpokládám, že waldorfská ZŠ Dobromysl má o 50 % nižší účast na sportovních soutěžích než klasická ZŠ Mýto ve školním roce 2016/2017.

Čtvrtou hypotézu lze potvrdit. Účast waldorfské ZŠ Dobromysl na sportovních soutěžích je dokonce o 92 % nižší než účast klasické ZŠ Mýto (graf č. 7). Je tomu tak nejspíš z toho důvodu, že waldorfská pedagogika u dětí nepodporuje soutěživost.

Tuto hypotézu jsem stanovil na základě vlastní zkušenosti a prostudování ŠVP obou škol. Jako bývalý žák ZŠ Mýto jsem se sám aktivně zapojoval do školních sportovních soutěží.

Ve ŠVP waldorfské ZŠ Dobromysl, je uvedena příprava na již zmiňovanou Olympiádu 5. tříd waldorfských škol.

Zjistil jsem, že waldorfská olympiáda se značně liší od klasických soutěží. Hlavním rozdílem mezi nimi je fakt, že žáci waldorfské ZŠ nesoutěží za svoji školu jako žáci z klasické ZŠ Mýto. Podstatou této olympiády není soupeření mezi jednotlivými školami, neboť žáci z různých waldorfských škol jsou rozděleni do skupin (do tzv. polis = město či městský stát). V jedné polis je 20 žáků a ti potom hájí barvy svého antického města.

Do výsledků se započítává nejlepší a nejhorší čas za polis. Vítězem se stávají všichni žáci, neboť každý z nich obdrží diplom a medaili. Je podporována hlavně spolupráce, nikoliv soupeření, a proto se lze domnívat, že žáci waldorfských škol nejsou vedeni k porovnávání svého výkonu s výkony ostatních žáků.

Během náslechových hodin i testů se mezi žáky ve waldorfské ZŠ Dobromysl neprojevovala viditelná rivalita. Žáci této školy se při hrách i při testovaném štafetovém běhu navzájem podporovali, povzbuzovali a tleskali si. Žáci ve waldorfských školách jsou zvyklí vykonávat činnosti zejména v kruhu. Bezprostředně po testech jsem byl paní učitelkou 5. ročníku waldorfské školy upozorněn, že není vhodné sdělovat žákům výsledky před ostatními žáky. Moje zkušenost byla však taková, že sdělení výsledků mělo u žáků pozitivní

zpětnou vazbu. Výsledky si mezi sebou sdělovali s nadšením a bez známek povyšování se nad ostatními, pokud měl jeden žák lepší výsledek než druhý.

Naopak na žácích v klasické ZŠ Mýto bylo poznat, že jsou zvyklí bojovat o svůj nejlepší výsledek z důvodu výhry nad ostatními.

H5: Předpokládám, že žáci v klasické ZŠ Mýto budou mít v celkovém bodovém hodnocení testů v testové baterii UNIFITTEST o 30 bodů více než žáci ve waldorfské ZŠ Dobromysl.

Tato hypotéza se potvrdila. Celkový bodový rozdíl mezi školami na základě provedených testů činil 37 bodů ve prospěch žáků klasické ZŠ Mýto (graf č. 8).

Stanovení hypotézy vychází z cíle této práce a zároveň i z mé osobní zkušenosti. V ZŠ Mýto jsem absolvoval povinnou devítiletou školní docházku a souvislou pedagogickou praxi v rámci studia na Střední pedagogické škole v Berouně. Předpokládal jsem, že díky kvalitně vybavené tělocvičně a posilovně v budově školy, blíže dostupné tělocvičny TJ Sokol Mýto a vlastnímu venkovnímu sportovnímu areálu s atletickým oválem, získají žáci vyšší bodové hodnocení.

Myslím si, že tento výsledek není ovlivněn pouze kvalitnějším materiálním vybavením Základní školy Mýto. Na základě podrobné analýzy jednotlivých testů jsem dospěl k názoru, že výsledek byl také ovlivněn využíváním některých disciplín z testové baterie UNIFITTEST ve výuce tělesné výchovy. Učitelé mohou využít ve výuce tělesné výchovy testování žáků jako jeden z podkladů pro jeho klasifikaci.

Závěr

Prostřednictvím použitých metod se mi podařilo splnit hlavní i dílčí cíle bakalářské práce a mohl si tak ujasnit svůj postoj k waldorfské pedagogice.

Poznal jsem také rozdíl v práci a přístupu učitelů klasických i waldorfských škol. Myslím si, že nejen ve waldorfské, ale v každé škole velmi závisí na osobnosti učitele. Ten by, podle mého názoru, měl být otevřený všem myšlenkám a názorům a neustále se vzdělávat.

V průběhu přípravy a zpracování bakalářské práce jsem si mohl vytvořit svůj názor na waldorfskou pedagogiku a vidím, že má své kladné i záporné stránky.

Z mého pohledu hodnotím kladně ve waldorfské škole ucelenější a efektivnější přístup k výuce, aktivní zapojení učitele do výuky, přirozenost a nenásilnost dětí do aktivit.

Záporně pohlížím na vzdělání pedagoga waldorfské školy. Domnívám se, že není kladen takový důraz na odbornost učitele tělesné výchovy. Myslím si, že pouze kvalifikovaný pedagog TV dokáže odhalit chyby při cvičení žáků a podat správnou metodiku cviků.

Z prostudované literatury, náslechoových hodin a realizace testů mi vyplývá, že mezi klasickou a waldorfskou základní školou jsou rozdíly. Liší se v hodnocení žáků, v materiálním vybavení školy, v motivovanosti žáků a v celkové filozofii. Nelze však říci, že waldorfský přístup k výchově dítěte je vhodnější. Uvědomil jsem si také, že waldorfský přístup je celkovou filozofií, která zasahuje do všech aspektů života, nejedná se pouze o školství. Člověk musí s touto filozofií souhlasit a přijmout ji. Waldorfský přístup není vhodný pro každého. Velmi záleží i na osobnosti rodičů dítěte. Pokud jsou rodiče nakloněni alternativním myšlenkám a alternativnímu způsobu života, může pro ně waldorfská pedagogika být tou správnou volbou.

V bakalářské práci jsem chtěl představit waldorfskou pedagogiku. Srovnat klasickou a waldorfskou školu z pohledu přístupu k tělesné výchově. V průběhu přípravy mé práce se ukázalo, že to není jednoduchý úkol. Waldorfská pedagogika je specifická a těžko se srovnává.

Výsledky prováděných testů testové baterie UNIFITTEST ukázaly, že moje hypotézy byly spíše mylné. Potvrdila se pouze hypotéza s celkovým větším počtem bodů pro ZŠ Mýto za všechny vybrané testy. U výsledků jednotlivých testů se nepotvrdila ani jedna ze třech hypotéz. Vysvětlení uvádím v diskusi u jednotlivých hypotéz.

Celkově jsem však nabyl dojmu, že pro žáky waldorfské základní školy bylo testování zpestřením výuky tělesné výchovy, a proto dosáhli v některých disciplínách překvapivě lepších výsledků, než jsem očekával. Myslím si, že celou waldorfskou výukou se prolíná spíše umělecká výchova a ruční práce. Důvod, proč žáci WZŠ Dobromysl získali v celkovém hodnocení méně bodů, může být dle mého názoru ten, že ve waldorfské škole není taková podpora tělesné výchovy. Velký podíl na výsledcích může mít i složení žáků ve třídě. V každé testované třídě se nacházeli sportovně i nesportovně založení jedinci.

Prostřednictvím této práce jsem měl možnost vidět vyučování v praxi. Velkým přínosem pro moje bližší poznání výuky tělesné výchovy ve waldorfské škole byla osobní zkušenost s Bothmerovou gymnastikou, o níž se zmiňuji v úvodu praktické části.

V úvodu této bakalářské práce jsem zmínil, že částečnou inspirací pro mě byla diplomová práce napsaná na toto téma před zavedením kurikulární reformy, tedy před zavedením Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání. Obě práce se zaměřují na srovnání výuky tělesné výchovy na základní a waldorfské škole. V každé práci je použita jiná testová metoda. Autorka v diplomové práci pracuje s FITNESSGRAMEM, neboť zjišťuje zdravotně orientovanou zdatnost žáků 6. a 7. ročníků. V bakalářské práci pracuji s UNIFITTESTEM, abych zjistil úroveň základní motorické výkonnosti žáků 5. a 6. ročníků. Navíc vycházím z již zavedeného Rámcového vzdělávacího programu.

Závěrem mohu říci, že tato bakalářská práce by mohla sloužit k seznámení s waldorfskou pedagogikou v rámci tělesné výchovy a částečnému nastínění rozdílů mezi waldorfskou a klasickou základní školou po zavedení kurikulární reformy.

Seznam použitých informačních zdrojů

1. CARLGREN, Frans. *Výchova ke svobodě: pedagogika Rudolfa Steinera: obr. a zprávy ze svět. hnutí svobodných waldorfských škol*. Praha: Baltazar, 1991. ISBN 80-900307-2-6.
2. GRECMANOVÁ, Helena a Eva URBANOVSKÁ. *Waldorfská škola*. Olomouc: Hanex, 1996. ISBN 80-85783-09-6.
3. JŮVA, Vladimír. *Stručné dějiny pedagogiky*. 5. rozš. vyd. Brno: Paido, 2003. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-7315-062-X.
4. KLIMTOVÁ, Marie a Michal SKERIL. *Vybrané kapitoly z didaktiky tělesné výchovy pro studující učitelství prvního stupně ZŠ*. Ostrava: Pedagogická fakulta, 1989. ISBN 80-7042-012-X.
5. MĚKOTA, Karel a Jitka CHYTRÁČKOVÁ. *UNIFITTEST (6-60): příručka pro manuální a počítačové hodnocení základní motorické výkonnosti a vybraných charakteristik tělesné stavby mládeže a dospělých v České republice*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2002. ISBN 80-86317-18-8.
6. PRŮCHA, J. *Alternativní školy a inovace ve vzdělávání*. Praha: Portál, 2004. 141 s. 2. aktualiz. vyd. ISBN 80-7178-977-1.
7. PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003, 322 s. ISBN 80-717-8772-8.
8. Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání, MŠMT, 2017
9. STEINER, Rudolf. *Waldorfská pedagogika*. Semily: Opherus, 2003. ISBN 80-902-6477-8.
10. ŠIMONÍK, Oldřich. *Úvod do didaktiky základní školy*. Brno: MSD, 2005, 140 s. ISBN 80-866-3333-0.
11. VALENTA, Milan. *Waldorfská pedagogika a jiné alternativy*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1993. ISBN 80-7067-274-9.

12. VALIŠOVÁ, Alena, KASÍKOVÁ Hana a Miroslav BUREŠ. *Pedagogika pro učitele*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2011. Pedagogika (Grada). ISBN 978-802-4733-579.
13. ÚVODNÍ SEMINÁŘ BOTHMEROVY GYMNASTIKY S ROBEM SIMEM. *Bothmergym.cz: Bothmerova gymnastika – život v pohybu* [online]. 7.2.2017 [cit. 25.11.2017]. Dostupné z: <http://bothmergym.cz/clanky/uvodni-seminar-bothmerovy-gymnastiky-robem-simem/>

Seznam příloh

<i>Příloha 1: Záznamy z vyučovacích hodin v ZŠ Mýto</i>	64
<i>Příloha 2: Záznamy z vyučovacích hodin ve WZŠ Dobromysl</i>	67
<i>Příloha 3: Porovnání obsahu učiva tělesné výchovy v ZŠ Mýto a WZŠ Dobromysl</i>	73
<i>Příloha 4: Skupinový záznam testových výsledků</i>	79
<i>Příloha 5: Individuální záznam testových výsledků</i>	80
<i>Příloha 6: Fotografie ze ZŠ Mýto</i>	81
<i>Příloha 7: Fotografie z WZŠ Dobromysl</i>	82
<i>Příloha 8: Co se učí ve waldorfské škole</i>	83
<i>Příloha 9: Potvrzení ZŠ Mýto</i>	84
<i>Příloha 10: Potvrzení WZŠ Dobromysl</i>	85

Seznam tabulek

<i>Tabulka 1: Časová dotace předmětu Tělesná výchova – ZŠ Mýto</i>	15
<i>Tabulka 2: Časová dotace předmětu Sportovní a zdravotní výchova – ZŠ Mýto.....</i>	16
<i>Tabulka 3: Časová dotace předmětu Tělesná výchova – WZŠ Dobromysl</i>	24
<i>Tabulka 4: Časová dotace předmětu Eurymie – WZŠ Dobromysl.....</i>	27
<i>Tabulka 5: Dělení ročníků do etap a období dle ŠVP jednotlivých škol</i>	35
<i>Tabulka 6: Testový výsledek – desetibodová norma pro děti a mládež.....</i>	38
<i>Tabulka 7: Skóre testové baterie</i>	39
<i>Tabulka 8: Počet testovaných žáků</i>	40
<i>Tabulka 9: Bodové hodnocení v jednotlivých testech.....</i>	41
<i>Tabulka 10: Bodové hodnocení ve skoku dalekém</i>	42
<i>Tabulka 11: Skok daleký z místa odrazem snožmo – klasická ZŠ Mýto</i>	43
<i>Tabulka 12: Skok daleký z místa odrazem snožmo – waldorfská ZŠ Dobromysl</i>	43
<i>Tabulka 13: Bodové hodnocení leh-sedů.....</i>	44
<i>Tabulka 14: Leh-sed opakovaně – klasická ZŠ Mýto</i>	45
<i>Tabulka 15: Leh-sed opakovaně – waldorfská ZŠ Dobromysl</i>	45
<i>Tabulka 16: Bodové hodnocení běhu po dobu 12 min</i>	46
<i>Tabulka 17: Běh po dobu 12 min – klasická ZŠ Mýto</i>	47
<i>Tabulka 18: Běh po dobu 12 min – waldorfská ZŠ Dobromysl.....</i>	47
<i>Tabulka 19: Bodové hodnocení člunkového běhu 4 x 10 m</i>	48
<i>Tabulka 20: Člunkový běh 4 x 10 m – klasická ZŠ Mýto.....</i>	49
<i>Tabulka 21: Člunkový běh 4 x 10 m – waldorfská ZŠ Dobromysl</i>	49
<i>Tabulka 22: Porovnání výsledků 5. a 6. ročníku jednotlivých škol.....</i>	50
<i>Tabulka 23: Počet sportovních soutěží.....</i>	51
<i>Tabulka 24: Porovnání celkového bodového hodnocení jednotlivých škol.....</i>	52

Seznam grafů

<i>Graf 1: Porovnání výsledků žáků v jednotlivých testech testové baterie UNIFITTEST.....</i>	41
<i>Graf 2: Bodové hodnocení ve skoku dalekém.....</i>	42
<i>Graf 3: Bodové hodnocení led-sedů.....</i>	44
<i>Graf 4: Bodové hodnocení běhu po dobu 12 min.....</i>	46
<i>Graf 5: Bodové hodnocení člunkového běhu 4 x 10 m.....</i>	48
<i>Graf 6: Porovnání výsledků v 5. a 6. ročníku jednotlivých škol.....</i>	50
<i>Graf 7: Počet sportovních soutěží.....</i>	51
<i>Graf 8: Porovnání celkového bodového hodnocení jednotlivých škol.....</i>	52

Příloha 1: Záznamy z vyučovacích hodin v ZŠ Mýto

Třída:	5. ročník, ZŠ Mýto
Název předmětu:	Tělesná výchova
Učitel:	Učitelka TV Hošková
Doba vyučování:	Pondělí 9,55 – 10,40
Místo:	Sportovní areál školy – atletický ovál

1 Úvodní část hodiny

- žáci čekají před třídou na vyučujícího a společně odchází na venkovní sportovní areál s atletickým oválem
- žáci se seřazují do 2 řad dle výšky „do pozoru“ (1. řada dívky, 2. řada chlapci)
- opakování nástupu
- určený žák hlásí počet žáků – „20 žáků cvičí, z toho 11 chlapců a 9 dívek“, 1 žák necvičí, 3 žáci nepřítomni
- vyučující seznamuje žáky s náplní hodiny – 21. dubna se bude konat závod štafetový běh, proto příprava na štafetový běh – atletická abeceda, příprava štafetového běhu, nácvik předání štafetového kolíku
- žáci běhají 1 okruh na atletickém oválu

Protážení

- strečink v kruhu - 1 žák předcvičuje – 14 cviků (např. úklon do strany, kroužení trupem, překážkový sed, stoj předklonmo) – většina žáků cviky zvládá dobře
- vyučující vysvětluje základní pravidla při protážení: hluboké dýchání nebo nejít do krajních poloh od začátku, dále případně opravuje cvičení žáků
- žáci utvoří skupinky – dívky a chlapci odděleně – žáci cvičí ve skupinkách
- při náročnějších cvicích předcvičuje vyučující
- vyučující má cvičení velmi pečlivě připraveno

2 Hlavní část hodiny

- pomůcky: kloboučky, štafetový kolík
- žáci se rozdělí do 4 řad, vyučující vysvětluje základy atletické abecedy a vždy 1. žák z řady běží tzv. lifting 20 m
- vyučující vysvětluje proč je lifting dobrý – nejdřív se zaměřit na ruce, potom na nohy
- žáci mají problémy se synchronizací paží a nohou = tzv. passgang – žáci opakují 2x
- žáci provádí skipping 2x – vysoká kolena
- žáci provádí zakopávání 2x

Nácvik předávání štafetového kolíku

- vyučující vysvětluje zásady předávání štafetového kolíku a zásady názorně ukazuje na žákovi dobrovolníkovi:
 - kolík podávat zespoda nahoru
 - dodržet předávací území
 - držet se ve své dráze – nevybočovat z dráhy
 - neupustit kolík (=diskvalifikace)
 - kolík vložit mezi palec a ukazovák
 - říci slovo hop
 - čekající na kolík nestojí, ale rozebíhá se a dívá se dopředu – neotáčí se

Simulovaný závod

- rozmístění kloboučků po oválu
- na každém kloboučku 1 žák vybíhá, poté probíhá předávání kolíku po oválu
- chyby žáků:
 - při předávání stáli žáci na místě nebo vyběhli dříve
 - časté pády kolíků při předávání
 - nedodržení dráhy – vybočení z dráhy
- vyučující vymezila předávací území dalšími kloboučky a opět vysvětlila pravidla
- žáci si sami určili 4 skupinky po 5 žácích na štafetový závod – 2 x
- žákům vyhovovalo vymezené předávací území – pro žáky snadnější
- vyučující upozornila na chyby u jednotlivých žáků
- 1 zranění – odřenina na lýtku – ošetření

3 Závěrečná část hodiny

- žáci nastoupí do 2 řad
- rekapitulace celé vyučovací hodiny – upozornění na chyby při simulovaném závodu
- necvičící žák sesbírá kloboučky z oválu
- odchod všech žáků do školy

Třída:	6. ročník – chlapci, ZŠ Mýto
Název předmětu:	Tělesná výchova
Učitel:	Učitelka TV Hošková
Doba vyučování:	Pondělí 10,50 – 11,35
Místo:	Sportovní areál školy – hřiště s umělým trávníkem

1 Úvodní část hodiny

- pomůcky: kloboučky, míč, rozlišovací vesty
- žáci čekají před třídou na vyučujícího a společně odchází na venkovní sportovní areál (hřiště s umělým trávníkem)
- žáci se seřazují do řady dle výšky „do pozoru“
- opakování nástupu

Rozcvička

- 10 cviků – 1 žák předcvičuje, vyučující vysvětluje cviky, žák fotbalista předcvičuje rozcvičku pro fotbalisty – nekázeň
- posilovací část – 10 kliků, 20 dřepů

Běh na čáru

- žáci běží k 1. čáře a postupně k dalším čárám – poslední žák 20 dřepů
- žáci skáčou po 1 noze, nazpět po 2. noze na šířku umělého trávníku
- žáci běží pozadu, a potom popředu, potom běh stranou

2 Hlavní část hodiny – *Fotbal*

- vyučující vybere ze žáků 2 kapitány a každý kapitán si vybírá žáky a sestavuje svůj tým (týmy jsou výkonnostně rozdílné)
- hra 2x10 min, výměna stran po odehrání 10 min, po gólu střídání, nejsou výkopy
- vyučující jako rozhodčí a upozorňuje žáky na chyby při hře – častěji přihrávat, míč hrát na zemi

3 Závěrečná část hodiny

- žáci běží 2 okruhy na atletickém oválu
- posilování – pyramida (30 dřepů a 20 kliků, 20 dřepů a 10 kliků, 10 dřepů a 5 kliků) žáci necvičí důkladně
- žáci se seřazují do řady dle výšky „do pozoru“

Příloha 2: Záznamy z vyučovacích hodin ve WZŠ Dobromysl

Prostředí školy: na chodbách se nachází klavíry, na stole učitele ve třídách jsou rozsvícené svíčky, zařízení třídy tvoří prkenná podlaha, dřevěné lavice a židle, dřevěný nábytek, proutěné koše na pomůcky, polštářky, obrázky s náboženským motivem.

Třída:	5. ročník, WZŠ Dobromysl
Název předmětu:	Eurytmie
Učitel:	Učitel eurytmie p. Havrda
Doba vyučování:	Úterý 11,45 – 12,30
Místo:	Eurytmický sál s klavírem

Učitel eurytmie otevře dveře na chodbu a osloví čekající třídu: „Vstupte 5. třídu.“ Děti vstupují do eurytmického sálu s rukama na hrudi složenými do kříže. Při klavírní hudbě chodí ve velkém kruhu za učitelem eurytmie.

- 1. cvičení** – děti se postaví do velkého kruhu, učitel eurytmie jim vypráví o pastýři a při tom děti cvičí rukama např. zdvihnuté nad hlavou a jdou do menšího kruhu, potom se vrací do velkého kruhu a jdou střídavě doleva a doprava
- 2. cvičení** – labuť – povídání o labuti, která se snáší na jezero, odpočívá a ráno potom opět vzlétá – děti jdou při klavírní hudbě z velkého kruhu s rozpaženými rukama do malého kroužku do mírného podřepu a dávají ruce na kolena – jako když labuť skládá křídla a zase jdou zpět do velkého kruhu
- 3. cvičení** – rytmus – dotaz učitele eurytmie, zda děti už znají hymnu olympiády (5. třída se vždy účastní olympiády waldorfských škol)
 - učitel eurytmie děti seznamuje s hymnou olympiády – původ v řeckém eposu, v recitaci poezie, rytmus dlouhá – krátká – krátká – dlouhá
 - děti při hře na klavír jdou z velkého kruhu do malého kroužku – 1 dlouhý krok – 2 malé kroky – 1 dlouhý krok a potom zpět do velkého kruhu – učitel eurytmie při chůzi recituje – při pauze na výdech ruce vzpažit
- 4. cvičení** – seznámení s novou formou – na tabuli je nakreslena pěticípá hvězda (pentagram)
 - děti se rozdělí na skupinky 5 dětí
 - učitel eurytmie vysvětluje a názorně ukazuje pozice dětí ve skupince jako v pěticípé hvězdě
 - 1 dítě – hlava – 1 cíp hvězdy
 - 2 děti – ruce – 2 cípy hvězdy
 - další 2 děti – nohy – 2 cípy hvězdy
 - učitel eurytmie bez hudby učí děti postupně jednotlivé přechody z jejich pozice na pozici dalších dětí dle jeho pokynů:

- „hlava jde do pravé nohy“
 - „pravá noha jde do levé ruky“
 - „levá ruka jde do pravé ruky“
 - „pravá ruka jde do levé nohy“
 - „levá noha jde do hlavy“
 - děti se při přechodu mají dívat směrem dopředu a nemají se křížit – přijít do menšího kroužku a kroužek se pomalu otáčí a tím děti přechází na určenou pozici
 - děti nacvičují přechody při hře na klavír – aby si zapamatovali, na kterou pozici mají přejít – na 1., 2., 3., 4. a 5. stranu hvězdy
- 5. cvičení** – děti ve velkém kruhu utvoří dvojice – otočí se tváří k sobě a stojí jako vrchol trojúhelníku
- děti přechází bez hudby dle pokynů učitele: „jděte dopředu 3 kroky a potom 3 kroky po základně a 3 kroky nazpátek na vrchol“
 - následuje nácvik s hudbou
 - 1 chlapec říká, že to nepochopil, proto učitel eurytmie vysvětluje a ukazuje dvojici znovu jednotlivé přechody
 - učitel eurytmie se ptá ostatních dětí, zda to všichni chápou – vysvětluje, že je lepší hned říci, jestli někdo nerozumí – může se znovu vysvětlit a ukázat
 - potom následuje bez hudby nácvik výměny partnerů dvojice ve velkém kruhu obloukem – ve směru hodinových ručiček – přesun vnější – proti směru hodinových ručiček – přesun vnitřní
 - nejdříve při recitaci „vítání jara – vesele, vesele jaro vítám tě“ nácvik kroků do trojúhelníku a přesunu obloukem a potom při klavírní hudbě až do závěru vyučovací hodiny

Závěr hodiny

- loučení – ve velkém kruhu děti stojí rozkročmo a ruce vzpažené – postoj znamená 2 trojúhelníky (1. trojúhelník tvoří ruce a 2. trojúhelník nohy) – učitel eurytmie se s dětmi loučí se slovy „Světlo proudí vzhůru, tíže k zemi váže“.
- děti odchází z eurytmického sálu s rukama složenýma na hrudi

Poznatek: dívky se při cvičení soustředily více než chlapci, celé cvičení se odehrává vždy v kruhu

Dotaz dětem: „Baví vás více eurytmie nebo TV?“

Odpověď dětí: „Lepší je TV. Nemusíme se tolik koncentrovat jako při eurytmii.“

Třída:	5. ročník, WZŠ Dobromysl
Název předmětu:	Tělesná výchova
Učitel:	Třídní učitelka Hrůzová
Doba vyučování:	Úterý 12,40 – 13,25
Místo:	Tělocvična

Děti se sejdou v kruhu kolem paní učitelky a ona seznamuje děti s plánem hodiny.

Hra – farmář a vrány

- děti klečí v kroužku spolu s učitelkou, učitelka vypráví příběh o svém kamarádovi farmáři – „Na farmě na poli rostla kukuřice, farmář si všiml, že každý den trochu kukuřice ubylo. Hlídal na poli, ale nikde nikdo. A potom viděl vrány, jak se mu smějí. To ony ujídaly kukuřici.“
- vysvětlení hry – chytání vran a vrány se bojí strašáka v poli:
- děti běhají a koho se určený žák „farmář“ dotkne, zůstane stát jako strašák – stoj rozkročmo, ruce rozpažené – někdo vás očaruje a někdo jiný potom zase zruší kouzlo tím, že další dítě proleze pod strašákem, tak očarované dítě může opět běžet
- farmář zavolal bratrovi, aby mu pomohl chytat vrány – k farmáři se přidá další žák
- písknutím učitelky hra končí

Hra – medúza

- děti se posadí s učitelkou do malého kroužku a při tlesknutí učitelky se děti postaví na čáru na jedné straně tělocvičny – učitelka vysvětluje, že čára je krásná zlatavá pláž a vy cítíte, jak se vás moře dotýká, potom je hluboké moře a na druhé straně tělocvičny je zase na čáře pláž
- v moři žije velká medúza a stále chytá nějakou potravu
- medúza = učitelka stojí uprostřed tělocvičny jako v moři a točí provazem, na jehož konci je uvázan gumový kroužek a volá „stateční námořníci vyplujte na moře a já si vás dám k večeři“ – děti běží na druhou čáru, a ten kdo bude medúzou chycen = koho se dotkne gumový kroužek, postaví se „do krabičky“ – místo vyhrazené u stěny tělocvičny – místo jen pro 4 hráče, a proto když se krabička naplní 4 dětmi, tak další chycené dítě vysvobodí prvního chyceného a ten může jít opět do hry
- veliká radost všech dětí při vysvobození chycených dětí z krabičky
- děti při hře zcela nadšené – ukázněné – žádné napomínání – křik pouze v rámci hry
- dle mého názoru tato hra děti nejvíce zaujala

Házení míčů na medicinbaly

- děti jdou pro pomůcky – míče (různé: molitanové, volejbalové, basketbalové, medicinbaly) a 2 lana
- uprostřed tělocvičny děti postaví 1 velký černý medicinbal a 2 menší zelené medicinbaly
- z lan ohraničí hřiště a utvoří 2 družstva (1 družstvo chlapců a 1 družstvo dívek)
- družstvo stojí za lanem a hází míče na medicinbaly umístěné uprostřed tělocvičny a snaží se medicinbaly trefou posunout za lano na straně soupeře
- chlapci hrají jen 4, ale mají převahu nad děvčaty – zelené medicinbaly chlapci brzy posunuli za lano družstva dívek
- 3. medicinbal se nepodařil ani jednomu družstvu posunout za lano soupeře
- poděkování v kruhu od paní učitelky dětem, že bojovaly čestně a děti uklidily pomůcky

Skákání přes lano

1. děti utvořily 1 zástup za sebou

- učitelka a žák drželi natažené lano asi 10 cm nad zemí
- děti skáčou přes lano volným způsobem
- děti skáčou přes lano pravou nohou napřed
- děti skáčou přes lano levou nohou napřed
- učitelka upozorňuje, aby děti dávaly pozor na pokyny – vlevo – vpravo

2. děti utvořily 2 zástupy

- dvojice dětí má vyběhnout současně – děti by měly na sebe počkat
- lano dáno výše – asi 30 cm nad zemí
- když lano přeskočí, oběhnou učitelku nebo žáka a znovu se zařadí do zástupu

3. děti utvořily 1 zástup u jedné stěny tělocvičny

- ukázka učitelky – skok nůžky
- dítě vybíhá od značky a skáče přes lano z pravé strany (první – pravá noha) a potom z levé strany (první – levá noha)

Třída:	6. ročník, WZŠ Dobromysl
Název předmětu:	Tělesná výchova
Učitel:	Třídní učitelka Doubravová
Doba vyučování:	Úterý 12,40 – 13,25
Místo:	Tělocvična

Hra – WALL (co nejrychleji se dotknout zdi)

1. vysvětlení hry – děti klečí v kruhu – při slově „wall – zed“ a tlesknutí učitelky – děti se rozběhnou z kruhu a dotknou se stěny tělocvičny
2. při slově „hlouček“ a tlesknutí učitelky děti běží opět do kroužku – naučit se vytvořit kruh ve stoje špičkami nohou všech dětí
3. potom se učitelka přemístí na jiné místo a děti při dalším tlesknutí a slově „hlouček“ doběhnou k ní a buď si stoupnou si do kroužku, nebo si kleknou – „hlouček“ je vždy tam, kde je učitelka

Závod – jednoduchý štafetový

- rozdělení dětí do 4 družstev podle počítání 1, 2, 3, 4:
- vysvětlení učitelky – nejde o 1. místo, ale o nejlepší výkon
- 1. štafeta – tlesknutí
 - dítě z každého družstva doběhne k protější zdi a vrátí se do družstva, předá štafetu tlesknutím do dlaně
- 2. štafeta – 1 míček
 - učitelka rozmístí pomůcky – vytýčí dráhu běhu a štafetu – míček
 - dítě, které běží, přendá míček z daného místa na místo následující a zařadí se do družstva
 - další běžící dítě vrátí míček na původní místo
 - když se míček z místa odkutálí, dítě musí znovu položit na určené místo
- 3. štafeta – 2 míčky
 - dítě, které běží, vzájemně prohodí míčky – první míček položí na místo druhého míčku a druhý míček umístí na místo prvního míčku
 - děti při závodu se povzbuzují, radí se a upozorní, když se míček odkutálí z určeného místa
 - při ukončení jednotlivých štafet není určeno pořadí družstev – není vítěz ani poražený

Hra kočka s myší

- děti se rozmístí po tělocvičně, sednou si s nataženýma nohama (důležité); mohou, ale nemusí se opřít o ruce
- učitelka vybere dítě, které bude „kočkou“ a dítě, které bude „myší“
- dítě „myš“ - utíká před dítětem „kočkou“, když některému z dětí přeskočí natažené nohy a posadí se místo dítěte, stane se z dítěte „kočka“ a ta honí „myš“, která se změnila z předchozí kočky
- když se dotkne kočka myši při běhu, tak se role obrací
- děti sledují hru a zapomínají mít natažené nohy
- upozornění – pozor – při běhu nešlápnout ostatním dětem na ruce a nohy
- obměna hry: 2 kočky a 2 myši – kočka honí jen tu vlastní myš, rychlé změny – náročné na pozornost

Hra – nehoda

- učitelka si nejdříve klekne s dětmi do kruhu a ptá se dětí na různé věci, co se komu přihodilo = nehody, děti se hlásí a vypráví o nehodách např. na kole, na lyžích, potom učitelka spolu s vybranými dětmi rozloží 6 podložek po tělocvičně – čtverec 1x1 m
- vysvětlení hry: dítě „nehoda“ (skřípnutí prstu do dveří) – běží a chytá děti – běhat se může po celé tělocvičně kromě rozložených podložek – čtverců = nemocnice
- když je dítě chycené (postihla ho nehoda) – dítě si lehne na záda a další 2 děti ho uchopí za ruce a nohy a položí ho na podložku – odnesou ho do nemocnice – dítě se uzdraví a znovu se zapojí do hry
- dotazy dětí: když nesou nemocného do nemocnice, zda je může chytit „nehoda“
- odpověď učitelky: ne, děti jsou chráněny před nehodou
- učitelka vybírá dítě, které bude nehoda = pád z kola
- během hry ukázka učitelky – jak zraněného opatrně pokládat na podložku – vysvětlení, že záda jsou důležitá část těla
- děti, které přinesly podložky na začátku hry, tak je na konci hry odnáší
- v závěru hry spontánní potlesk dětí

Závěr: děti jsou seznámeny se soutěživostí, ale soutěživost není cílem waldorfské pedagogiky

Příloha 3: Porovnání obsahu učiva tělesné výchovy v ZŠ Mýto a WZŠ Dobromysl

ZŠ Mýto	WZŠ Dobromysl
1. stupeň – 2. období (3. – 5. ročník)	1. stupeň – 2. období (4. – 5. ročník)
<i>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</i>	<i>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</i>
<p>ATLETIKA – základní pojmy</p> <ul style="list-style-type: none"> - základní disciplíny, části běžecké dráhy, skokanských sektorů, pomůcky pro měření výkonů, úpravu sektorů - základní techniky běhů, skoků a hodů - startovní povely - základní způsoby měření a zápis výkonů <p>Běh</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro běžeckou rychlost a vytrvalost - běžecká abeceda - nízký start z bloků, polovysoký start - rychlý běh na 60 m - vytrvalý běh na dráze 600-800 m <p>Skok</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro odrazovou sílu a obratnost - skok do dálky z rozběhu – rozměření rozběhu - skok do výšky z krátkého rozběhu <p>Hod</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro hod míčkem - hod míčkem z chůze, rozběhu - spojení rozběhu s odhodem 	<p>Základy atletiky</p> <ul style="list-style-type: none"> - rychlý běh, - starty, - motivovaný vytrvalostní běh, - skoky do dálky - skoky do výšky, - hod míčkem <p>5. ročník</p> <p>Příprava na olympiádu waldorfských škol.</p>
<p>GYMNASTIKA – základní pojmy</p> <ul style="list-style-type: none"> - základní cvičební polohy, postoje a pohyby paží, nohou, trupu, názvy náradí a náčiní - základní záchrana a dopomoc při cvičení 	<p>Základy gymnastiky</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení na náradí jako hra - postupný přechod k jednotlivým cvikům, - kombinace různých druhů náradí, - rovnovážná cvičení

<p>- průpravná cvičení pro pohyblivost, rychlost, obratnost, sílu a koordinaci pohybů</p> <p>Akrobacie</p> <ul style="list-style-type: none"> - kotoul vpřed a vzad a jeho modifikace - průpravná cvičení pro stoj na rukou a stoj na rukou (s dopomocí) - akrobatické kombinace <p>Přeskok</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro nácvik gymnastického odrazu z můstku - skrčka přes kozu našír odrazem z můstku - roznožka přes kozu našír odrazem z můstku <p>Lavička (kladinka)</p> <ul style="list-style-type: none"> - chůze bez dopomoci a s obměnami <p>Šplh na tyči, na laně</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro šplh - šplh na tyči a na laně do výšky 4 m 	<p>Akrobacie</p> <ul style="list-style-type: none"> - kotoul vpřed a vzad – vše s dopomocí, - stoj na rukou a přemet stranou – vše s dopomocí - hra
<p>RYTMICKÁ A KONDIČNÍ GYMNASATIKA</p> <ul style="list-style-type: none"> - základy estetického pohybu těla, změny poloh, obměny tempa a rytmu - základní tance založené na taneční chůzi, běhu, na kroku poskočném, přísuvném, přeměnném - základní taneční krok: 2/4 rytmus a 3/4 rytmus - základní cvičení s náčiním 	<p>Rytmické a kondiční formy cvičení</p> <p>dle podmínek školy</p> <p>Bothmerova gymnastika</p> <ul style="list-style-type: none"> - od kruhových her k vlastnímu cvičení, 4. ročník: ¾ rytmus, 5. ročník: 4/4 rytmus - rytmická obměna mezi lehkými a těžkými skoky, - tance v daných rytmech - cvičení se švihadlem, míčem a drobným náčiním – rytmicky, s obměnami v lehkých kombinacích

<p>POHYBOVÉ HRÝ – základní pojmy</p> <ul style="list-style-type: none"> - funkce her, pravidla a používané náčiní - variace her - využití přírodního prostředí pro hry - bezpečnost při hrách 	<p>Od jednoduchých pohybových her (přípravných) přechod k hrám s jednoduchými pravidly ve skupině</p> <p>Pohybové hry:</p> <ul style="list-style-type: none"> - honičky s náčiním a s překážkami - krátké štafety propojené s fantazií - běžecké hry
<p>SPORTOVNÍ HRÝ – základní pojmy</p> <ul style="list-style-type: none"> - označení a vybavení hřišť, - základní role ve hře, -pravidla zjednodušených her - základní organizace utkání - vhodné obutí a oblečení pro sportovní hry <p>Vlastní nácvik</p> <ul style="list-style-type: none"> - přihrávka jednoruč, obouruč, vrchním nártem (po zemi, obloukem) - chytání míče jednoruč, obouruč, tlumení míče vnitřní stranou nohy - vedení míče (driblingem, nohou) - střelba jednoruč, obouruč na koš, střelba vnitřním nártem na branku z místa a za pohybu - průpravné sportovní hry - základní spolupráce ve hře 	<p>Základy sportovních her</p> <ul style="list-style-type: none"> - házení a chytání míče, - manipulace s pálkou a jiným herním náčiním - jednoduché formy míčových her a přechod k hrám s jednoduchými pravidly: vybíjená, košíková, přehazovaná, házená, florbal, pálkovaná
<p>ÚPOLY</p> <ul style="list-style-type: none"> - přetahy a přetlaky - zdůraznění významu vhodné aktivní obrany a přípravy na ni 	<p>Průpravné úpoly</p> <ul style="list-style-type: none"> - přetahy a přetlaky
<p>PLAVÁNÍ (základní plavecká výuka)</p> <ul style="list-style-type: none"> - hygiena plavání, - adaptace na vodní prostředí, - základní plavecké dovednosti, - 1 plavecký způsob (plavecká technika) 	<p>Plavání</p> <ul style="list-style-type: none"> - základní plavecké dovednosti, - jeden plavecký způsob (plavecká technika), - prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu

BRUSLENÍ - hry na ledě - základní techniky pohybu na bruslích, - bezpečnost, riziko pohybu na přírodní zamrzlé ploše - průpravná cvičení	Bruslení - hry na ledě, - základní techniky pohybu na bruslích (dle podmínek školy a zájmu žáků)
TURISTIKA - přesun do terénu a chování v dopravních prostředcích při přesunu - chůze v terénu, táboření, - ochrana přírody	Turistika a pobyt v přírodě - přesun do terénu a chování v dopravních prostředcích při přesunu, - chůze v terénu, táboření, - ochrana přírody
Další pohybové činnosti - dopravní výchova na dětském dopravním hřišti (3. a 4. ročník)	
<i>Činnosti ovlivňující zdraví</i>	<i>Činnosti ovlivňující zdraví</i>
Průpravná, kondiční, koordinační, kompenzační, relaxační a vyrovnávací cvičení - základní pojmy spojené s jednotlivými druhy cvičení, osvojovanými činnostmi, základními polohami a pohyby - správné držení těla při práci vsedě, ve stoje, při zvedání břemen - význam soustředění při cvičení	Korektivní a speciální vyrovnávací cvičení -jako prevence zařazené do přípravy před pohybovou činností nebo do uklidnění po zátěži Průpravná a relaxační cvičení - techniku speciálních cvičení koriguje podle obrazu v zrcadle nebo podle pokynů učitele
2. stupeň	2. stupeň
<i>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</i>	<i>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</i>
ATLETIKA - pojmy olympijské disciplíny - základní pravidla atletických disciplín - základy techniky disciplín - průpravná cvičení pro atletické činnosti (běh, skoky, hody), - základy evidence výkonů	Atletika - rychlý běh, vytrvalý běh na dráze a v terénu, základy překážkového běhu, - skok do dálky a do výšky, - hod míčkem a granátem, - vrh koulí

<p>SPORTOVNÍ HRY</p> <ul style="list-style-type: none"> - úkoly vyplývající z herních funkcí a rolí ve hře - význam her pro rozvoj herních činností - základní pravidla sportovních her - příprava a organizace utkání, úprava hřišť - sportovní hry: kopaná, basketbal, florbal, odbíjená, nohejbal 	<p>Sportovní hry</p> <ul style="list-style-type: none"> - míčové hry, přehazovaná, vybíjená, košíková, odbíjená, házená, kopaná, pálkovaná, florbal (2 hlavní hry dle výběru školy) - herní činnosti jednotlivce, - herní kombinace a systémy, - utkání dle zjednodušených pravidel
<p>GYMNASTIKA</p> <ul style="list-style-type: none"> - pojmy, odvozené cvičební polohy - záchrana a pomoc - akrobacie, přeskok, hrazda, kruhy, šplh, kladina - rytmická a kondiční gymnastika 	<p>Gymnastika</p> <ul style="list-style-type: none"> - akrobacie, přeskoky: koza, švédská bedna, cvičení s náčiním a na náradí: hrazda, kruhy, kladina, trampolína, - šplh na tyči a na laně - rytmická cvičení – základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení pro daný věk žáků; - tance <p>Bothmerova gymnastika Žonglování</p>
<p>ÚPOLY</p> <ul style="list-style-type: none"> - přetahy, přetlaky, odpory, pády - zdůraznění významu vhodné aktivní obrany a přípravy na ni 	<p>Úpoly</p> <ul style="list-style-type: none"> - přetahy a přetlaky, odpory a pády, -základy sebeobrany a bojových umění
<p>PLAVÁNÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> - význam plavání pro zdraví a regeneraci - základní plavecké disciplíny, - další plavecký způsob - rozvoj plavecké vytrvalosti - záchrana tonoucího 	<p>Plavání (dle podmínek školy)</p> <ul style="list-style-type: none"> - zdokonalovací plavecká výuka - další plavecké dovednosti - další plavecký způsob, - dovednosti záchranného plavání, - prvky zdravotního plavání a plaveckých sportů
<p>BRUSLENÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> - jednoduché prvky při jízdě – jízda vpřed a vzad, obraty, zastavení, změna směru 	<p>Bruslení (dle podmínek školy)</p> <ul style="list-style-type: none"> - jednoduché prvky při jízdě

<p>LYŽOVÁNÍ (dle možností školy)</p> <ul style="list-style-type: none"> - osvojení sportu na horách - jednoduché prvky při jízdě – pluh, základní oblouk, oblouk z přívratu vyšší lyží 	<p>Lyžování, snowboarding (dle podmínek školy)</p> <ul style="list-style-type: none"> - běžecké, sjezdové lyžování, jízda na snowboardu, - lyžařská turistika - jízda na vleku
<p>TURISTIKA</p> <ul style="list-style-type: none"> - přežití v přírodě, - orientace v mapě, - ukrytí, nouzový přístřešek, - zajištění vody, potravy a tepla - první pomoc - základy orientačního běhu 	<p>Turistika a pobyt v přírodě</p> <ul style="list-style-type: none"> - příprava akce a přesun do terénu s pravidly bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty, - chůze se zátěží v mírně náročném terénu, - táboření a ochrana přírody, - základy orientačního běhu
<p>ČLOVĚK A SPORT</p> <ul style="list-style-type: none"> - pohybové aktivity pro zdraví - pojmy osvojovaných činností -základní pojmy spojené s jednotlivými druhy cvičení - jednotlivé druhy cvičení a jejich použití v denním režimu 	<p>Rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců</p> <p>Pohybové hry – s různým zaměřením; s náčiním i bez náčiní,</p> <ul style="list-style-type: none"> - netradiční pohybové hry a aktivity
	<p>Další pohybové činnosti:</p> <p>První pomoc při TV a sportu</p> <ul style="list-style-type: none"> - v různém prostředí a klimatických podmínkách, - improvizované ošetření poranění a odsun raněného
<i>Činnosti ovlivňující zdraví</i>	<i>Činnosti ovlivňující zdraví</i>
<p>Průpravná, kondiční, koordinační, kompenzační, relaxační a vyrovnávací cvičení</p> <ul style="list-style-type: none"> - rychlostně silová cvičení - protahovací a napínací cvičení (strečink) 	<p>Průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení</p>

Příloha 4: Skupinový záznam testových výsledků

SKUPINOVÝ ZÁZNAM TESTOVÝCH VÝSLEDKŮ – UNIFITTEST 6-60

škola **ZŠ MÝTO**

ročník

datum

Příjmení a jméno	Věk	T1 Skok daleký (cm) 1.pokus	T1 Skok daleký (cm) 2.pokus	T1 Skok daleký (cm) 3.pokus	T2 Leh – sed (počet)	T3 a) Běh po dobu 12 min (min)	T4 Člunkový běh 4x10 m (s) 1. pokus	T4 Člunkový běh 4x10 m (s) 2. pokus

Příloha 5: Individuální záznam testových výsledků

INDIVIDUÁLNÍ ZÁZNAM TESTOVÝCH VÝSLEDKŮ

Škola:..... Třída:..... Datum:.....

Jméno a příjmení:..... Věk:.....

TEST	1. pokus	2.pokus	3.pokus	
T1 Skok daleký <i>Výkon v m - DOPLNIT</i>				
T1 Skok daleký <i>body</i>				
T2 Leh – sed <i>Výkon – počet - DOPLNIT</i>				
T2 Leh – sed <i>body</i>				
T3 Běh po dobu 12 min <i>Výkon v m - DOPLNIT</i>				
T3 Běh po dobu 12 min <i>body</i>				
	<i>1. pokus</i>	<i>2. pokus</i>		
T4 Člunkový běh 4x10 m <i>Výkon v s - DOPLNIT</i>				
T4 Člunkový běh 4x10 m <i>body</i>				

CELKEM BODY za všechny testy:

Testový výsledek: Výrazně podprůměrný
 Podprůměrný
 Průměrný
 Nadprůměrný
 Výrazně nadprůměrný

Příloha 6: Fotografie ze ZŠ Mýto

Náslech TV 5. ročník



Test T 1 – Skok daleký z místa snožmo



Náslech TV 6. ročník (chlapci)



Test T 2 – Leh-sed opakovaně



Náslech TV 6. ročník (chlapci)



Test T 3a – Běh po dobu 12 min



Příloha 7: Fotografie z WZŠ Dobromysl

Náslech TV 5. ročník



Náslech TV 6. ročník



Náslech Eurytmie



Bothmerova gymnastika



Test T 4-1 – Člunkový běh 4x10 m



Test T 2 – Leh-sed opakovaně



Příloha 8: Co se učí ve waldorfské škole

Svět je PRAVDIVÝ		Svět je KRÁSNÝ		Svět je DOBRÝ				
14 let	<p>Lukostřelba</p> <p>Oštěp</p> <p>Disk</p> <p>Vrh koulí</p> <p>Saika, kotrmelce</p> <p>Stojky na rukou a přemety</p> <p>Sportovní hry</p> <p>Štafeta & Olymp.hry</p> <p>Hry & tělocvık</p> <p>Hry na honěnou s hůlkou</p> <p>Rým</p> <p>Souhlašky/samohlašky</p> <p>7 let</p>	<p>Eurytmie jako umění</p> <p>Planety & zvěrokruh</p> <p>Sociální cvičení</p> <p>Protiklady</p> <p>Dramatická představení</p> <p>Kvalita tonů</p> <p>Intervaly</p> <p>Poetika</p> <p>Durová/molova stupnice</p> <p>Starověké civilizace</p> <p>Hexamet</p> <p>Starověké civilizace</p> <p>Orchestr</p> <p>Dvojhlasé skladby</p> <p>Takt</p> <p>Aliterace</p> <p>Intervaly</p> <p>Chromatické a diatomatické noty</p> <p>Výška</p> <p>Rým</p> <p>Formy</p> <p>Pentatonická flétna & improvizace</p> <p>Zpěv & flétny</p>	<p>Improvizace</p> <p>Moderní spisovatelé</p> <p>Romantismus</p> <p>Parsifal</p> <p>Drama</p> <p>Poetika</p> <p>Vyprávění</p> <p>Zpěv ve sboru</p> <p>Lehké skladby</p> <p>Slavná díla</p> <p>Historie</p> <p>Velcí skladatelé</p> <p>Intervaly</p> <p>Folková hudba</p> <p>Gramatika</p> <p>Tóniny</p> <p>Durová/molova stupnice</p> <p>Čtení</p> <p>Psalnı</p> <p>Slovní druhy</p> <p>Káňony</p> <p>Ústní cvičení</p> <p>Konverzace</p> <p>Básně</p> <p>verše</p> <p>Jazyky</p>	<p>Přehled světové literatury</p> <p>Parsifal</p> <p>Mýty v literatuře</p> <p>Komedie/Tragédie</p> <p>Biografie</p> <p>Literatura</p> <p>Poezie</p> <p>Styl</p> <p>Větný rozbor</p> <p>Struktura věty</p> <p>Slovesné časy</p> <p>Čas (na hodinách)</p> <p>Úvod do slovních druhů</p> <p>Rukopis</p> <p>Od představy k písmenu</p> <p>Řeč</p>	<p>Kulturnı historie</p> <p>Dějiny architektury</p> <p>Dějiny hudby</p> <p>Středověk</p> <p>Modernı a antická historie</p> <p>Dějiny literatury</p> <p>Dějiny politiky</p> <p>Dějiny umění</p> <p>Historie hospodářství</p> <p>Revoluční období</p> <p>Astronomie</p> <p>Renesance</p> <p>Středověk</p> <p>Starověké civilizace</p> <p>Severská mytologie</p> <p>Starý zákon</p> <p>Legends</p> <p>Pohádky</p> <p>Člověk</p>	<p>Politologie</p> <p>Filozofie</p> <p>Společenství</p> <p>Hospodářský zeměpis</p> <p>Země</p> <p>Geologie</p> <p>Celý svět</p> <p>Evropa</p> <p>Gegografie CR</p> <p>Místní geografie</p> <p>Práce na statku</p> <p>Bajky</p> <p>Pohádky</p> <p>Příroda</p>	<p>Ekonomie</p> <p>Projektivní geometrie</p> <p>Botanika</p> <p>Člověk</p> <p>Kyselina</p> <p>Zásada</p> <p>Sůl</p> <p>Ekologie</p> <p>Biochemie</p> <p>Složení potravin</p> <p>Anatomie</p> <p>Elektřina</p> <p>Algebra</p> <p>Proměny</p> <p>Geometrických obrazců</p> <p>GEOMETRIE</p> <p>Ornament</p> <p>Vzory tkani</p> <p>Desetinné zlomky</p> <p>Zlomky</p> <p>Váhy / míry</p> <p>Tabulky</p> <p>4 matem. procesy - od celku k částem</p> <p>MATEMATIKA</p>	<p>Práce se stříbrem & Keramika</p> <p>Hrnčířství</p> <p>Vodové práce se barvy</p> <p>Malování železem</p> <p>ročních období</p> <p>Práce s protutım</p> <p>Modelování & truhlářství</p> <p>Košičkářství</p> <p>Práce s mědı</p> <p>Puberta</p> <p>Šitı</p> <p>Duté formy</p> <p>Práce se dřevem</p> <p>Rezbářství</p> <p>Vyřezávání</p> <p>Pletení ponožek a rukavic</p> <p>Zvátka & panenky</p> <p>Křížkové vyšívání</p> <p>Háčkování</p> <p>Pletení & šitı</p> <p>Pletení</p> <p>Výměna zubu</p> <p>UMĚNı</p> <p>ŘEMESLA</p> <p>FORMA</p>

Příloha 9: Potvrzení ZŠ Mýto

POTVRZENÍ

**O ABSOLVOVÁNÍ NÁSLECHOVÝCH HODIN
A TESTOVÉ BATERIE UNIFITTEST 6-60
pro účely bakalářské práce**

Student:

Příjmení: KONVÁŘ		Jméno: JAN
Narozen: 26. 3. 1994	Studijní program: Specializace v pedagogice Studijní obor: B TVS-VZ	Katedra tělesné fakulty Pedagogická fakulta UK

Počet vyučovacích hodin: **12 hodin ve školním roce 2016/2017**

Poskytovatel:

Název: Základní škola Mýto
Adresa: Plzeňská 326 338 05 Mýto

V Mýtě *27.2.2018* dne **ZÁKLADNÍ ŠKOLA MÝTO**,
okres Rokycany, příspěvková organizace ©
Plzeňská 326, 338 05 Mýto
Podpis a otisk razítka: *[Podpis]*
ICO/40610168, tel. 371 750 369

Příloha 10: Potvrzení WZŠ Dobromysl

POTVRZENÍ

**O ABSOLVOVÁNÍ NÁSLECHOVÝCH HODIN
A TESTOVÉ BATERIE UNIFITTEST 6-60
pro účely bakalářské práce**

Student:

Příjmení: KONVÁŘ		Jméno: JAN
Narozen: 26. 3. 1994	Studijní program: Specializace v pedagogice Studijní obor: B TVS-VZ	Katedra tělesné fakulty Pedagogická fakulta UK

Počet vyučovacích hodin: **12 hodin ve školním roce 2016/2017**

Poskytovatel:

Název: Waldorfská základní škola Dobromysl o.p.s.
Adresa: Husova 1126/43 301 00 Plzeň

V Plzni

dne 12.03.2018

Podpis a otisk razítka:


WALDORFSKÁ ZÁKLADNÍ ŠKOLA
DOBROMYSL o.p.s.
Husova 1126/43 IČ: 0181193
301 00 PLZEŇ IZO: 691005648