

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy

**Výuka florbalu na druhém stupni
základní školy**

Floorball teaching at secondary school

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Vypracovala: Bc. Veronika Grešlová

Studijní program: Učitelství pro střední školy (N BI-TV)

Praha 2016

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci na téma „Výuka florbalu na druhém stupni základní školy“ vypracovala pod vedením vedoucího diplomové práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Rovněž prohlašuji, že odevzdaná elektronická verze diplomové práce je identická s její tištěnou podobou.

V Praze 4. dubna 2016

.....
Podpis

Ráda bych touto cestou vyjádřila poděkování vedoucímu mé diplomové práce, kterým byl PaedDr. Ladislav Pokorný. Děkuji za jeho cenné rady a trpělivost při vedení mé diplomové práce. Dále bych poděkovala vedení základní školy Bohumila Hrabala za umožnění provedení výzkumného experimentu.

NÁZEV:

Výuka florbalu na druhém stupni základní školy

AUTOR:

Bc. Veronika Grešlová

KATEDRA:

Katedra tělesné výchovy

VEDOUCÍ PRÁCE:

PaedDr. Ladislav Pokorný

ABSTRAKT:

Florbal se v poslední době těší velké oblibě převážně z důvodu své jednoduchosti a finanční dostupnosti. Florbal se v České republice vyučuje na většině škol, nicméně jeho rychlý rozvoj a menší povědomí veřejnosti o této hře se může negativně odrazit v kvalitě výuky tohoto sportu. Diplomová práce si klade za cíl zjistit možnosti výuky florbalu na druhém stupni základních škol a vztah žáků i učitelů k jeho výuce, včetně znalosti pravidel. Za pomoci získaných poznatků byl navržen model výuky florbalu pro tuto věkovou skupinu, který byl následně ověřen v praxi a vyhodnocen jeho přínos. Bylo použito 652 dotazníků vyplněných žáky a 19 učiteli z jedenácti základních škol na území hlavního města Prahy. Experimentální výuka florbalu byla realizována na ZŠ Bohumila Hrabala, kde se jí podrobily dvě skupiny žáků šestých tříd, zatímco dvě jiné skupiny ze stejného ročníku sloužily jako kontrolní vzorek. Účinnost modelu výuky byla ověřena souborem dovednostních testů, které byly provedeny na začátku a na konci blokové výuky. Bylo zjištěno, že materiální vybavení je dostačující na 64 % dotázaných škol, nicméně rozměry jejich tělocvičen jsou často nevyhovující. Výuce florbalu je v průměru věnována desetina vyučovacího času tělesné výchovy, přičemž většinu tohoto času zabere hraní utkání, které je mezi žáky nejoblíbenější ze všech florbalových aktivit. Navržený model výuky zahrnuje 11 vyučovacích hodin a po jeho absolvování se žáci zlepšili v herních dovednostech v průměru o 17 % více oproti žákům kontrolní skupiny. Práce může být využita jako metodická příručka výuky florbalu pro učitele tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a nižších gymnázií.

KLÍČOVÁ SLOVA:

florbal, základní škola, tělesná výchova, výuka, pravidla

TITLE:

Floorball teaching at secondary school

AUTHOR:

Bc. Veronika Grešlová

DEPARTMENT:

Physical Education Department

SUPERVISOR:

PaedDr. Ladislav Pokorný

ABSTRACT:

Floorball has gained a lot of popularity recently, mostly owing to its simplicity and affordability. In the Czech Republic, floorball is taught at a majority of school, but its rapid development and lower public awareness might negatively influence a teaching quality of this sport. The thesis aims to analyse possibilities of floorball teaching at secondary schools and assess an attitude of pupils and teachers to it, including an analysis of pupil's knowledge of floorball rules. Considering these findings, floorball teaching model was proposed, practically tested and its benefits was evaluated. 652 pupil's and 19 teacher's questionnaires from 11 secondary school located in Prague was used. Experimental floorball teaching was realized at ZŠ Bohumila Hrabala, where was tested on 2 groups, while other 2 groups were regarded as a control sample. An efficiency of proposed floorball teaching model was evaluated based on a set of proficiency tests that were undertaken in the beginning and at the end of floorball teaching. It was found out that floorball equipment is sufficient at the 64% of examined schools, but dimensions of their gyms are inadequate. Floorball is taught during one tenth of physical education classes on average and a majority of this time is designated to playing matches, which are the most popular floorball activity among pupils. The proposed floorball teaching model encompasses 11 lessons and after its completion, pupils have improved their floorball skills of 17% more compared to control groups. The thesis may be utilized as a methodological guide for teachers at secondary schools.

KEYWORDS:

floorball, secondary school, physical education, teaching, rules

Obsah

1	Úvod	8
2	Cíle a problémy práce.....	10
3	Teoretická část práce.....	11
3.1	Zařazení florbalu	11
3.2	Historie florbalu	12
3.2.1	Historie ve světě	12
3.2.2	Historie v České republice	13
3.3	Florbalové soutěže.....	15
3.3.1	Mezinárodní soutěže	15
3.3.2	Národní soutěže v České republice.....	16
3.4	Rozšíření florbalu	18
3.5	Pravidla hry	21
3.5.1	Standardní pravidla	21
3.5.2	Úprava pravidel	24
3.6	Výuka a trénink	25
3.6.1	Cvičební jednotka	25
3.6.2	Rozcvičení.....	26
3.6.3	Metodicko-organizační formy	26
3.6.4	Role učitele.....	27
3.7	Herní činnosti jednotlivce	28
3.7.1	Držení hole	28
3.7.2	Vedení míče.....	28
3.7.3	Přihrávka	29
3.7.4	Střelba	29
3.7.5	Obranné herní činnosti.....	30
3.7.6	Činnost brankáře.....	31
3.8	Herní kombinace	31
3.8.1	Přihraj a běž.....	31
3.8.2	Křížení.....	32
3.8.3	Zpětná přihrávka.....	32
3.8.4	Nahození	32

3.8.5	Osobní bránění.....	32
3.9	Herní systémy.....	33
3.10	Vzdělávání v oblasti florbalu.....	33
3.11	Charakteristika věkové skupiny.....	34
3.12	Rámcový vzdělávací program.....	35
4	Hypotézy.....	38
5	Metody a výzkumný vzorek.....	39
5.1	Metody.....	39
5.2	Charakteristiky výzkumného souboru.....	40
6	Výzkumná část práce.....	41
6.1	Výsledky dotazníkového šetření.....	41
6.1.1	Výsledky dotazníku žáků.....	41
6.1.2	Výsledky dotazníku učitelů.....	51
6.2	Metodický model výuky.....	61
6.2.1	Úvodní část.....	62
6.2.2	Hlavní část.....	64
6.2.3	Závěrečná část.....	75
6.3	Ověření metodického modelu v praxi.....	76
6.3.1	Testy pro zjištění herních dovedností.....	76
6.3.2	Výsledky měření herních dovedností.....	77
7	Diskuse.....	88
8	Závěry.....	94
9	Literatura.....	96
9.1	Knižní zdroje.....	96
9.2	Internetové zdroje.....	97
9.3	Časopisy.....	98
10	Přílohy.....	99

1 Úvod

Florbal je týmový sport, který vznikl v 20. století ve Spojených státech amerických a stal se populárním mimo jiné díky své jednoduchosti i finanční dostupnosti. Každý rok přibývají registrovaní hráči florbalu po celém světě a tento sport se stále více rozšiřuje (www.ceskyflorbal.cz).

Posledního mistrovství světa ve florbalu mužů, které se konalo v roce 2014 ve Švédsku, se účastnilo 16 států ze 4 kontinentů (www.wfc2014.com). Tyto státy ovšem nejdříve musely absolvovat kvalifikaci, které se účastnilo celkem 30 týmů. To je o 18 týmů více, než se zapojilo do prvního mistrovství v roce 1996. O stále rostoucí popularitě tohoto sportu svědčí i fakt, že na již zmíněném posledním mistrovství byla překonána nejvyšší celková návštěvnost na mistrovství světa počtem 104 445 diváků. Sledovanost florbalu roste taktéž v televizi, poslední mistrovství světa mužů v roce 2014 vidělo téměř o milion diváků více, než v roce 2012 (<http://www.floorball.org>).

V Českých zemích je florbal relativně mladým sportem (jeho počátky jsou zaznamenány až v 80. letech 20. století), nicméně se zvláště v poslední době těší velké oblibě české veřejnosti, což dokládá rostoucí počet aktivních členů v oddílech. Díky tomu se florbal stal druhým nejrozšířenějším sportem v České republice k roku 2013 (hodnoceno na základě počtu členů, Rochovanský, 2013). Více registrovaných členů mají už pouze fotbalové kluby. Divácká atraktivita florbalu se odráží i v jeho mediálním pokrytí. Česká televize pravidelně vysílá online přenosy nejen z mistrovských zápasů, ale i z domácí extraligy. Florbal láká české diváky i přímo na stadiony, což dokládá návštěvnost na mistrovství světa mužů konaném v Česku v roce 2008, kdy byla na finálovém utkání zaznamenána druhá největší návštěva na jednom utkání za celou historii florbalu (zhruba 14 000 diváků, www.sport.idnes.cz).

Obliba florbalu se projevila i v českém vzdělávacím systému, florbal se totiž hraje téměř na každé základní škole (ZŠ) a patří k oblíbeným hrám, především u chlapců (Grešlová, 2013). Jeho rychlý rozvoj a relativně krátká historie u nás se ovšem může negativně odrazit ve výuce tohoto sportu, jelikož žáci mohou mít menší povědomí o jeho pravidlech oproti našim tradičním sportům, jakými jsou například fotbal nebo lední hokej. Dalším úskalím může být nedostatečné povědomí učitelů o této kolektivní hře, a tak může u žáků docházet k osvojení špatných návyků při zacházení s hokejkou, ovládání míčku, způsobu přihrávek či pohybu po hřišti. Proto mě v diplomové práci mimo jiné zajímá, jak

jsou žáci schopni si osvojit pravidla florbalu či jaký mají k němu vztah. Dále se zabývám možnostmi výuky florbalu a její aplikací ve vyučovací hodině na druhém stupni základní školy.

2 Cíle a problémy práce

Cílem diplomové práce je zmapovat výuku florbalu na druhém stupni základních škol na území hlavního města Prahy, zjistit jeho oblíbenost a na základě zjištěných skutečností zpracovat návrh modelu výuky florbalu pro danou věkovou skupinu, ověřit jej v pedagogické praxi a zjistit jeho účinnost.

Problémové otázky:

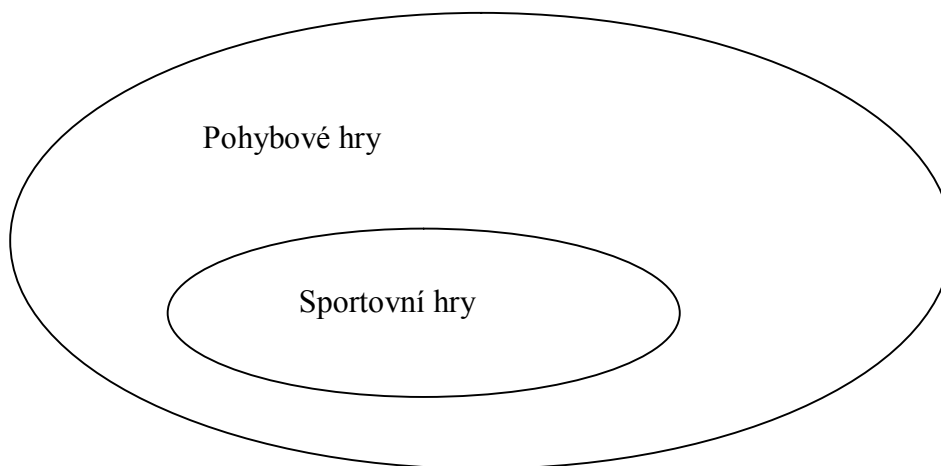
- O1** Jaké jsou na druhém stupni základních škol podmínky pro výuku florbalu?
- O2** Jakým způsobem je na druhém stupni ZŠ vyučován florbal?
- O3** Do jaké míry si žáci druhého stupně ZŠ osvojili při hodinách tělesné výchovy pravidla florbalu?
- O4** Které aktivity související s výukou florbalu jsou mezi žáky druhého stupně ZŠ oblíbené?
- O5** Dojde k většímu zlepšení v individuálních herních činnostech u žáků, kteří prošli modelovou výukou florbalu nebo u těch, kteří stejný počet vyučovacích jednotek florbal pouze hráli?

3 Teoretická část práce

3.1 Zařazení florbalu

Florbal patří mezi sportovní hry. Je možné se opřít například o definici Šafaříkové: „*Sportovní hra je soutěživá činnost dvou soupeřů v jednotném prostoru a čase, kteří podle institucionálně schválených pravidel usilují o prokázání vlastní převahy lepším ovládním společného předmětu*“ (Šafaříková, 1994, s. 6). Pod pojmem institucionálně schválená pravidla jsou myšlena pravidla, která jsou platná mezinárodně nebo alespoň regionálně. Zároveň je nutná existence instituce na dané úrovni, která tyto pravidla schvaluje. Realizací sportovní hry je utkání. Dobrý ještě k této definici dodává, že utkání probíhá za proměnlivých podmínek (Dobrý, 1988).

Existencí jednotných pravidel a instituce zaštiťující daná pravidla se sportovní hry vymezují od her pohybových. Süss uvádí, že pohybové hry jsou nadřazeny hrám sportovním, tedy že sportovní hry jsou zvláštním typem her pohybových (Süss, 2006). Podle výše zmíněného patří hraní florbalu při školní tělesné výchově spíše do pohybových her, neboť se často hraje s upravenými pravidly či na neregulárním hřišti.



Obrázek 1: Vztah pohybových a sportovních her (Süss, 2006, s. 14)

Sportovní hry se dělí do mnoha skupin podle různých hledisek. Podle počtu hráčů na hřišti se dělí na (i) individuální - kam patří například stolní tenis, (ii) párové – sem patří například plážový volejbal a (iii) týmové. Při týmových hrách se do hry současně zapojuje více než dva hráči u každého ze soupeřů. Florbal tedy patří do týmových her. Dalším

kritériem pro rozdělení sportovních her je, zda soupeři bojují o společný předmět současně či střídavě. Při střídavém boji jde o sportovní hry neinvazní, sem patří například tenis nebo volejbal. Při současném boji jde o sportovní hry invazní, sem se řadí florbal či fotbal. Třetím významným kritériem třídění sportovních her je způsob získávání bodů a vymezení trvání utkání. Podle těchto hledisek rozdělujeme sportovní hry síťového, pálkovacího a brankového typu. Při hrách síťového typu se body získávají při chybě soupeře a délka utkání je určena ziskem stanoveného počtu bodů. Ve hrách pálkovacího typu jsou body získávány za přeběhy met, přičemž jedno družstvo má roli obrannou a druhé útočnou. Po vyautování určitého počtu soupeřů dochází ke směně, kdy se vymění obranné a útočné role. Utkání se hraje na daný počet směn. Při hrách brankového typu se body získávají za dopravení společného předmětu do určeného cílového prostoru. Délka utkání je určena časem (Táborský, 2007). Florbal je tedy invazní týmová sportovní hra brankového typu.

3.2 Historie florbalu

3.2.1 Historie ve světě

Za kolébku florbalu je považována Skandinávie, ale prvopočátek této hry má původ mimo evropský kontinent. *„Původně florbal vznikl v USA. Konkrétně ve státě Minneapolis, v továrně na plasty Cosom v Lakeville. Tamním dělníkům patří prvenství, neboť pro zábavu vyrobili plastové hokejky, jimiž ovládali míčky, již v roce 1958“* (Kysel, 2010, s. 12). Nově vznikající sport, hraný v USA a Kanadě byl pojmenován floorhockey.

Opravdového rozkvětu a popularity dosáhl florbal až po rozšíření do Evropy, konkrétně do již zmíněné Skandinávie. Nově vznikající sport dostal název innebandy. Ve Skandinávii byly vhodné podmínky pro rozvoj tohoto sportu, díky jeho podobnosti s hokejem a velkému počtu tělocvičen. Navíc ho využívali také hokejisté při letní přípravě. Ze Skandinávie se florbal šířil do ostatních států, především na jih (Kysel, 2010).

Zpočátku neměl florbal jednotná pravidla, neboť se hrál jako upravený hokej. Hokejkou se ovládaly míčky různých velikostí i typů. K prvním pokusům o sjednocení pravidel docházelo v sedmdesátých letech dvacátého století, kdy se jako florbalový míček ustanovil odlehčený plastový míček, který původně používali pro trénink američtí hráči baseballu (<http://www.tyden.cz>), a tak má míček stejně jako hokejka svůj původ v Severní Americe.

První národní florbalový svaz byl založen ve Švédsku roku 1981, druzí byli Japonci a poté následovaly další státy. Zásadní význam pro florbal mělo založení Mezinárodní florbalové federace (International Floorball Federation, IFF) roku 1986 (Obrázek 1). Zakládajícími státy IFF bylo Švédsko, Finsko a Švýcarsko. Spolu se založením Mezinárodní florbalové federace se podařilo definitivně sjednotit pravidla florbalu a následně se mohly organizovat mezinárodní soutěže (Kysel, 2010).



Obrázek 1: Logo Mezinárodní florbalové federace (zdroj: IFF)

3.2.2 Historie v České republice

Čechoslováci se pravděpodobně poprvé setkali s florbalem ve Finsku, kde byly roku 1984 na výměnném pobytu studenti Vysoké školy ekonomické v Praze a florbal si tam vyzkoušeli. Finové poté přivezli sadu florbalových hokejek do Československa a sehrálo se zde první mezistátní utkání. Studenti této vysoké školy poté s hraním florbalu pokračovali, až do polámaní většiny hokejek (Kysel, 2010).

Druhou cestou k nám florbal přišel v roce 1991 přičiněním Tomáše a Martina Vaculíků. Zásluhou ředitele švédské pobočky jedné cestovní kanceláře se dostalo několik ukázkových florbalových hokejek do pražského Tatranu Střešovice, kde švédští učitelé, kteří zde byli na dovolené, sehráli přátelské utkání. Poté odjel Martin Vaculík do Švédska, kde se zúčastnil celosvětového florbalového semináře a setkal se tam se zástupci firmy Unihoc, která se specializuje na florbalové vybavení. V rámci snahy o rozšíření tohoto sportu obdržel od této firmy kolem stovky florbalových hokejek. O rok později bratři Vaculíkové přivezli z Maďarska florbalové mantinely, díky nimž se mohly hrát turnaje

podle regulerních pravidel a florbal se definitivně dostal do povědomí Čechů. V roce 1993 se již konal první ročník mezinárodního turnaje Czech Open, kterého se zúčastnilo 43 družstev z pěti zemí (Skružný, 2005).

Zastřešující organizací florbalu je v České republice Česká florbalová unie (ČFbU, Obrázek 2), která byla založena roku 1992 a prvním prezidentem unie byl Martin Vaculík. Unie je hlavním řídicím orgánem florbalu v Česku, vytváří podmínky pro rozvoj florbalu na našem území a zabezpečuje organizaci soutěží od regionální po mezinárodní úroveň. V roce 1993 byla ČFbU přijata za člena IFF a roku 2010 byl Filip Šuman, který je od roku 2000 taktéž prezidentem ČFbU, zvolen do funkce viceprezidenta IFF (www.ceskyflorbal.cz).



Obrázek 2: Logo České florbalové unie (zdroj: ČFbU)

Kolébkou a zdrojem oblíbenosti tohoto sportu je tedy především školní prostředí, jelikož se florbal začal hrát v rámci vysokých škol. Ovšem velmi rychle se pro svou jednoduchost a nenáročnost usídlil i na školách středních a základních.

3.3 Florbalové soutěže

3.3.1 Mezinárodní soutěže

První mezinárodní florbalovou akcí byl Pohár mistrů evropských zemí, který se konal roku 1993 ve Švédsku. Pohár se od této doby koná každý rok, jen mění název (Evropský pohár, Pohár mistrů) a upravuje se jeho podoba. Jde o turnaj pro nejlepší Evropské kluby v ženské a mužské kategorii, pořádaný IFF. Od roku 2015 se Pohár mistrů bude odehrávat ve třech dnech, za účasti šesti ženských a šesti mužských družstev (www.floorballchampionscup.eu). Největší mezinárodní soutěží je mistrovství světa, respektive mistrovství Evropy. První mistrovství Evropy se v mužské kategorii konalo roku 1994 ve Finsku, ženy měly svou evropskou premiéru o rok později ve Švédsku. Po roce 1995 se místo mistrovství Evropy koná mistrovství světa. Ženské i mužské mistrovství se pořádá IFF každé dva roky, kdy ženy mají své mistrovství světa v lichých letech a muži v sudých letech (Táborský, 2007).

Mužskému mistrovství světa dominují florbalisté Švédska, kteří získali 8 zlatých a 2 stříbrné medaile z deseti konaných mistrovství. Finsko získalo 2 zlaté, 6 stříbrných a 2 bronzové medaile, což podtrhuje převahu Skandinávie v této hře. Na nějakou z medailí dosáhli mimo výše zmíněných ještě Švýcaři, Češi a Norové (pořadí podle počtu medailí). V ženském mistrovství světa se podařila zlatá medaile získat třem státům, avšak i v této kategorii mají naprostou převahu Švédky se šesti zlatými, stříbrnou a dvěma bronzovými medailemi z devíti dosud konaných mistrovství světa. Dvě zlaté medaile získalo Finsko a jednu zlatou Švýcarsko. Tyto tři země dovolily získat jen 2 bronzové medaile Norkám a jednu Češkám. Na světové úrovni se také hrají mistrovství světa juniorů a juniorek. V mužské kategorii dosáhly na nějakou z medailí pouze čtyři země: Švédsko, Finsko, Švýcarsko a Česko, přičemž zlatou medaili mají pouze Skandinávské státy. V ženské kategorii je situace podobná s tím rozdílem, že se jednou podařilo vyhrát Švýcarkám (www.floorball.org).

Během roku se je pořádáno mnoho klubových soutěží v různých zemích světa pro dospělé i juniory, například Helsinki Floorball Cup, The Canada Cup Floorball Championship, Phoenix Floorball Cup, White Nights St. Petersburg a další. Soutěže vždy organizuje unie pořádajícího státu (www.floorball.org). Největší mezinárodní klubovou soutěží pro dospělé je Czech Open pořádané v Praze Českou florbalovou unií. Posledního turnaje (tedy v roce 2015) se zúčastnilo 265 družstev z 18 států, kdy nejpočetnější

zastoupení měly týmy z Česka, Švédska a Švýcarska. Soutěží se v šesti kategoriích podle pohlaví a výkonnosti. Muži Elita (určena jen pro vybraná družstva hrající nejvyšší evropské soutěže), Muži Pro (pro ostatní družstva nejvyšších a vyšších soutěží) a muži. Dále Ženy Elita (pro ženské týmy nejvyšších soutěží), Ženy a Junioři. V nejprestižnější mužské kategorii vyhrálo družstvo ze Švédska a v ženské finské družstvo, což svědčí o nadvládě skandinávských zemí (www.czechopen.cz).

Největším mezinárodním florbalovým turnajem mládeže je Prague Games, který se koná v České republice a organizuje ho ČFbU. Je to obdoba Czech open pro mladší kategorie, hraje se v kategoriích dívek a chlapců od 12 do 18 let. V roce 2015, což je zatím poslední ročník, se turnaje zúčastnilo celkem 359 týmů z devíti zemí světa (Česká republika, Finsko, Lotyšsko, Německo, Norsko, Slovensko, Spojené státy americké, Švédsko, Švýcarsko). Největší zastoupení měla samozřejmě domácí Česká republika (212 týmů), druhé nejpočetnější zastoupení mělo Švédsko (74 týmů, www.praguegames.cz). Díky tomuto turnaji mají již děti možnost seznámit se zahraničním florbalem a může je to motivovat ve vlastním rozvoji.

Pro starší hráče, tedy nad 35 let, s výjimkou účasti jednoho hráče nad třicet let, se v Praze pořádá turnaj zvaný Prague masters. První ročník se konal roku 2006, kterého se účastnilo deset týmů z osmi Evropských zemí (Rambousek, 2006). Od tohoto roku se turnaj koná každý rok. Aktuálně posledního ročníku se zúčastnilo 67 týmů z 9 evropských zemí (www.praguemasters.cz). Oproti úvodnímu turnaji ovšem chybělo Španělsko a Nizozemsko.

3.3.2 Národní soutěže v České republice

Nejvyšší florbalovou ligou v Česku je superliga mužů a extraliga žen. Každá ze soutěží čítá 12 družstev z celé republiky a hraje se systémem základní hrací část plus play-off o vítěze nebo play-down o sestupujícího. V základní části se odehraje 22 kol, tedy každý tým hraje s každým dvakrát, jednou na svém hřišti a jednou u soupeře. Po základní části postoupí 8 nejlepších družstev do play-off, kde se vytvoří dvojice. Tyto dvojice nejsou přímo dané umístěním, jako je tomu například v ledním hokeji, ale lépe umístěné týmy (1.-4.) si vybírají hůře umístěné týmy (5.-8.). Týmy si většinou volí podle vzdálenosti soupeřů, neboť florbal v České republice není na profesionální úrovni a utkání se hrají o víkendech nebo v pracovních dnech po obvyklé pracovní době.

O florbalovém mistrovském titulu mužů i žen se od roku 2012 rozhoduje v Superfinále, což je jediný finálový zápas, který se koná pro ženy i muže ve stejný den a na stejném místě. Zatím se finálové zápasy hrály vždy v největší hale v Praze (v O₂ aréně). Superfinále je velkolepá akce, kdy se rozhodne o obou vítězích nejvyšších florbalových soutěží v Česku. Tento krok vedl ke ztrátní bojů o titul a vyvolal velký zájem diváků. V roce 2013 divácká návštěva na pražském superfinále byla 10 451 diváků a dokonce překonala účast na superfinále ve Švédsku. Tento rekord byl poté překonán o dva roky později, kdy na Superfinále přišlo přes 11 tisíc diváků (www.ceskyflorbal.cz).

Mužská florbalová superliga má za celou dobu své existence, tedy od roku 1993, jen dva různé vítěze. Těmi jsou pražský Tatran Střešovice (13 titulů) a 1. SC Vítkovice (6 titulů). Extraliga žen se hraje od roku 1994 a vyhrálo ji více různých týmů. Nejvíce ženských titulů má FBC Liberec Crazy Girls (6 titulů), Tatran střešovice (5 titulů) a Herbadent SJM Praha 11 (4 tituly). Vítězové jsou pro přehlednost uvedeny v tabulce (Tabulka 1).

Tabulka 1: Vítězové české extraligy

Sezona	Muži	Ženy
1993-94	Forza Tatran Střešovice	<i>Nehrály</i>
1994-95	Tatran Střešovice	Tatran Střešovice
1995-96	1. SC SSK Vítkovice	Tatran Střešovice
1996-97	1. SC SSK Vítkovice	Tatran Střešovice
1997-98	Tatran Střešovice	Tatran Střešovice
1998-99	Tatran Střešovice	Tatran Střešovice
1999-00	1. SC SSK Vítkovice	1. SC SSK Vítkovice
2000-01	Tatran Střešovice	FBC Liberec Crazy Girls
2001-02	Tatran Střešovice	FBC Liberec Crazy Girls
2002-03	Tatran Střešovice	FBC Liberec Crazy Girls
2003-04	Tatran Techtex Střešovice	FBC Liberec Crazy Girls
2004-05	Tatran Techtex Střešovice	FBC Liberec Crazy Girls
2005-06	Tatran Techtex Střešovice	FBC Liberec Crazy Girls
2006-07	Tatran Střešovice	1.HFK Con Invest Děkanka Praha
2007-08	Tatran Střešovice	Con Invest Děkanka Praha
2008-09	1. SC SSK Vítkovice	Con Invest Děkanka Praha
2009-10	Tatran Střešovice	Herbadent Tigers SJM
2010-11	Tatran Střešovice	Herbadent SJM Praha 11
2011-12	Tatran Omlux Střešovice	Herbadent SJM Praha 11
2012-13	1. SC WOOW Vítkovice	Herbadent SJM Praha 11
2013-14	1. SC WOOW Vítkovice	1. SC WOOW Vítkovice
2014-15	Tatran Omlux Střešovice	TJ JM FAT PIPE Chodov

(Zdroj: ČFbU)

Nižšími soutěžemi na celostátní úrovni jsou v České republice v mužské kategorii 1. liga mužů, dvě národní ligy a čtyři divize. Dále liga juniorů, čtyři skupiny 2. ligy juniorů a čtyři skupiny ligy dorostenců. V ženské kategorii se hraje 1. liga žen a šest skupin ligy junierek. Další ligy jsou pořádány florbalovými uniemi jednotlivých krajů. Pod ty spadají nižší ligy mužů i žen a ligy mladších kategorií. Například Pražská a Středočeská florbalová unie zaštiťuje v mužské kategorii regionální ligu mužů, dvě skupiny pražské a středočeské ligy mužů, čtyři skupiny přeboru mužů, pět skupin soutěže mužů a dvě třídy mužů. Dále zastřešuje 3. ligu juniorů, pražskou a středočeskou ligu juniorů, 2. ligu dorostenců, dvě skupiny pražské a středočeské ligy dorostenců, ligu starších žáků, 2 ligy mladších žáků, 2 ligy tzv. elévů a ligu přípravků. V ženské kategorii to jsou 2. liga žen, pražská a středočeská liga žen, dvě skupiny ligy dorostenek, dvě ligy starších žákyň, liga mladších žákyň a liga tzv. elévek.

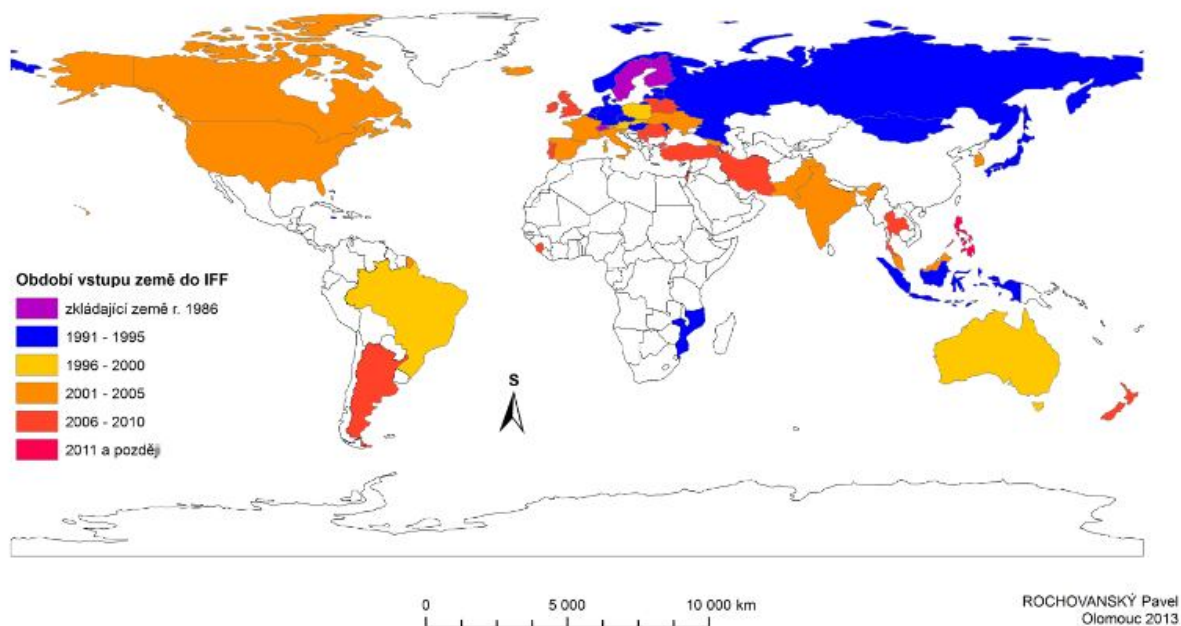
Existence dostatečného počtu soutěží pro všechny věkové kategorie zvyšuje atraktivitu sportu pro mládež, neboť mohou odehrávat zápasy s adekvátním soupeřem a nemusí kvůli zápasům daleko cestovat. Počet soutěží v České republice ovšem také ukazuje velkou základnu florbalových hráčů. Počet hráčů a lidí zapojených do florbalu neustále roste, aktuálně je v Česku evidováno 74 049 členů (www.ceskyflorbal.cz).

Vzhledem k rozšíření florbalu na školách se v krajích konají turnaje ve florbalu mezi základními a středními školami. Vítězové krajských kol kategorií starších a mladších žáků (Příloha 10.2) postupují do kvalifikace pro republikové finále. Vše je zastřešeno Asociací školních sportovních klubů České republiky (AŠSK, www.assk.cz). V kategorii starších žáků jsou florbalové turnaje zařazeny do Sportovní ligy ZŠ – o pohár ministryně školství (www.assk.cz). Na území hlavního města Prahy jsou pak tyto soutěže zařazeny do Poháru pražských škol (POPRASK, www.ddmpraaha.cz).

3.4 Rozšíření florbalu

Florbal je rozšířen po celém světě. V IFF je 59 států z pěti kontinentů (Obrázek 3). Posledními přistoupičnými státy jsou Jihoafrická republika, Kamerun (2013), Malta a Cote d'Ivoire (2015). Nejvíce registrovaných hráčů má Švédsko (více než 110 000), které společně s Finskem (více než 50 000) má více než polovinu celosvětového počtu registrovaných hráčů. Švédsko je jedinou zemí, kde došlo za posledních 10 let k poklesu registrovaných členů, zatímco ve zbývajících státech počet hráčů roste

(Tabulka 2). Lze si povšimnout mírného poklesu počtu členů za posledních pět let u Singapuru, Polska, Austrálie a Estonska, což se dá přičíst velkému nárůstu počtu členů v předchozí pětiletce (více než 100 %) a celkově tedy počet členů za 10 let stoupl. Z tohoto důvodu je možné, že se výkonnost jednotlivých národních týmů více vyrovná a skončí převaha takzvané velké čtyřky (Švédsko, Finsko, Česká republika, Švýcarsko).



Obrázek 3: Rozšíření florbalu ve světě k roku 2012 (Rochovanský, 2013)

Tabulka 2: Počet registrovaných hráčů

Stát	počet členů v roce 2004	počet členů v roce 2009	změna v % (2004-2009)	počet členů v roce 2014	Změna v % (2009-2014)
Švédsko	123636	122866	-1	117301	-5
Finsko	35872	43056	20	51876	20
Česko	27307	33152	21	38122	15
Švýcarsko	26443	28919	9	30153	4
Německo	2940	5920	101	10642	80
Norsko	5617	6508	16	7409	14
Dánsko	3581	5384	50	6500	21
Slovensko	400	2513	528	4689	87
Lotyšsko	2035	1978	-3	3029	53
Rusko	850	2000	135	3000	50
Japonsko	264	315	19	2561	713
Singapur	463	1700	267	1649	-3
Polsko	555	1874	238	1617	-14
Austrálie	300	1846	515	1570	-15
Korea	213	238	12	1500	530
Estonsko	665	1685	153	1464	-13
Kanada	250	1000	300	1210	21
Holandsko	504	1041	107	1076	3
Rakousko	424	685	62	1067	56
Indie	55	605	1000	1044	73
Francie	112	500	346	1029	106

(zdroj: IFF)

☐ pokles, ☐ nárůst o více než 100 %

3.5 Pravidla hry

Níže uvedená pravidla jsou pouze výňatkem z pravidel florbalu schválených IFF. Úplná pravidla florbalu jsou k dispozici v příloze (Příloha 10.6). Tento výčet pravidel potřebných pro diplomovou práci se zaměřuje na pravidla důležitá pro bezpečnost hráčů, plynulost hry a na materiálně-prostorové nároky. Mnozí učitelé si pravidla upravují, ale základ by měl zůstat vždy zachován. To je potřeba kvůli účasti žáků na turnajích v rámci okresních či krajských kol, ale i s ohledem na ty žáky, kteří se florbalu věnují ve volném čase či se s ním budou setkávat později.

3.5.1 Standardní pravidla

Hrací plocha

Hrací plocha pro florbal má předepsanou velikost 40×20 m a je ohraničena mantinely, které mají zaoblené rohy. Na hřišti je vyznačena středová čára a středový bod. Dále je vyznačeno malé a velké brankoviště předepsaných rozměrů. Zadní čára malého brankoviště je zároveň brankovou čarou. Na pomyslném prodloužení brankové čáry jsou 1,5m od mantinelů vyznačeny body pro vhazování.

Hrací čas

Hrací čas utkání je 3×20 minut. Přestávky mezi jednotlivými třetinami jsou desetiminutové. Hrací čas je čistý, což znamená, že se časomíra zastavuje vždy, když je přerušena hra signálem rozhodčích a poté je opět spuštěna při uvedení míčku do hry. V nižších soutěžích je možné čistý čas nepoužívat, k zastavení času dochází pouze v případě vyloučení, vstřelení branky, oddechového času, trestného střílení či jiné neobvyklé situace. Nicméně poslední tři minuty utkání jsou vždy odměřeny čistým herním časem.

Účastníci hry

Utkání hraje šest hráčů jednoho družstva na hřišti. Standardně nastupují v kombinaci pěti hráčů v poli s jedním brankářem, alternativně může hrát šest hráčů v poli bez brankáře. Počet a čas střídání hráčů nejsou omezeny. Každé družstvo může mít na utkání k dispozici maximálně 20 hráčů.

Výstroj

Hráči nesmí nosit žádné ostré a nebezpečné předměty. Hráči v poli musí mít očíslované dresy stejné barvy, trenýrky, štulpny a vhodnou obuv. Hráči hrají se schválenou hokejkou IFF, která nesmí být ostrá a nesmí přesáhnout předepsané zahnutí čepele. Brankář musí mít dlouhé kalhoty a triko. Nesmí používat hokejku a musí mít nasazenou obličejovou masku. Dále smí používat ochranné vybavení, které ovšem nesmí zvětšovat tělo brankáře.

Standardní situace

Hra po přerušení vždy pokračuje standardní situací. Standardní situací je vhazování, rozehrání, volný úder a trestné střelení. Rozhodčí vždy ukáží, jaká standardní situace bude následovat a přesně vyznačí místo odkud se bude rozehrávat.

○ Vhazování

Provádí se ve středovém kruhu vždy na začátku třetiny, po obdržení gólu nebo na nejbližším bodu pro vhazování pokud je přerušena hra a nelze pokračovat jinou standardní situací. Těmito situacemi mohou být například poškozený míč, rozpojení mantinelů, vážné zranění či neuznaná branka. Vhazování se účastní jeden hráč z každého družstva, chodidla a hokejku musí mít kolmo ke středové čáře.

○ Rozehrání

Provádí se poté, co míč opustí hrací plochu, v místě, kde ji opustil. Rozehrává družstvo, které se neprovinilo. Míček musí být hokejkou zasažen, ne tažen.

○ Volný úder

Provádí se v místě, kde byl spáchán přestupek vedoucí k volnému úderu. Rozehrává družstvo, které se neprovinilo. Míček musí být, stejně jako u rozehrání, hokejkou zasažen, ne tažen. Situacemi vedoucími k volnému úderu jsou například:

- kopnutí do soupeřovy hokejky
- zvednutí čepele hokejky nad úroveň pasu
- zahrání míče čepelí hokejky nad úroveň kolen

- strkání soupeře jinak než ramenem na rameno
 - kopnutí míče dvakrát za sebou bez dotknutí čepele či jiného hráče
 - postavení hráče z pole v malém brankovišti
 - úmyslné posunutí soupeřovy branky
 - zahrání míče při výskoku
 - pokud brankář při výhozu opustí velké brankoviště
 - brankář přijme přihrávku od spoluhráče
- Trestné střelení
- Vede se proti družstvu, které se provinilo přestupkem k němu vedoucím. Nařizuje se, pokud je branková příležitost přerušena přestupkem. Provádí se ze středového bodu a hráč, který ho provádí, musí být neustále v pohybu vpřed.

Tresty

Udílí se po spáchání přestupku vedoucího k trestu. Potrestaný hráč musí být po dobu trestu na trestné lavici, výjimkou je brankář, místo kterého trest odpyká jiný hráč z týmu. Podle závažnosti přestupku se udělují tresty na dvě nebo pět minut, kdy potrestané mužstvo je po dobu trestu oslabeno a hraje o daného hráče v poli méně. Dále osobní trest na 10 minut za nesportovní chování, které trestá jen hráče, nikoliv družstvo a trest do konce utkání, kdy potrestaný musí opustit prostory hřiště a odejít do šatny. Přestupky vedoucí k udělení trestu jsou například:

- hraní míče nad úroveň pasu čepelí hole či chodidlem
- podražené protihráče
- hraní ve více hráčích než je dovoleno pravidly
- hraní hráče v poli bez hokejky
- strčení soupeře proti mantinelu nebo bráně
- hráč v poli zahraje úmyslně míč rukou nebo hlavou
- hraní hráče v poli vleže nebo vsedě
- brankář po upozornění rozhodčího nevrátí branku do původního postavení

Vstřelení branky

Branka je uznána, pokud byla vstřelena předepsaným způsobem a následovalo vhazování ve středu hřiště. Branka je vstřelena, jestliže míč přešel svým celým objemem

brankovou čáru v místě postavení branky, což platí i v případě, pokud je branka vychýlena ze své standardní pozice a míč přešel přes brankou čáru mezi značkami označujícími postavení branky.

3.5.2 Úprava pravidel

Na oficiální úrovni (IFF nebo ČFbU) se můžeme setkat se dvěma úpravami pravidel. Jedná se o soutěže mladších kategorií a dále u hendikepovaných sportovců. U mladších kategorií se setkáváme se zmenšením hrací plochy, v kategorii mladších žáků je rozměr hřiště 32×16 m. Dále dochází ke zkrácení hracího času, snížení výšky branek a případně i omezení počtu hráčů. Na úrovni krajů se hrají ligy elévů a mladších žáků mimo klasického rozestavení také v počtu 3+1. U hendikepovaných sportovců jsou pravidla uzpůsobena tomu, že hrají na vozíčku. Existují dva druhy florbalu hraného na vozíku, a to na elektrickém a ručně ovládaném. Pravidla jsou uzpůsobena například snížením mantinelů a branky či zákazem hraní hokejkou pod vozíkem (Kysel, 2010). Takto upravený florbal se nazývá paraflorball a zajišťuje ho také IFF.

Se změnou pravidel florbalu se také můžeme setkat u rekreačních utkání. Rekreační florbal se dá hrát na mnoha různých površích uvnitř haly i venku pod širým nebem a také v různém počtu hráčů. Avšak v těchto případech jde vždy o hru s florbalovými hokejkami a florbalovým míčkem, kdy se hráči snaží pomocí hokejky dostat míček do branky a brankář se tomu snaží zamezit. Speciálním případem je takzvaný speedfloorball či streetfloorbal, kdy se hraje na venku na menším hřišti bez přítomnosti brankářů (Kysel, 2010).

Rozdílným pojetím je freestyle floorball, kdy nejde o dosažení branky, ale o předvedení umění ovládní míčku. Pomocí hokejky povoleného zahnutí a odstředivé síly se s míčkem na hokejce pohybuje ve vzduchu a předvádí se různé náročné cviky a variace. Účelem je, aby míček nespádl na zem a předvedené triky byly pro diváky co nejzajímavější. Freestyle floorball je nejčastěji k vidění v přestávkových programech zápasů či na speciálních turnajích (www.floorballfreestyle.wgz.cz).

3.6 Výuka a trénink

Při výuce florbalu je důležitá kontinuita, tedy uspořádání učiva tak, aby na sebe v učebním procesu navazovalo a bylo adekvátní k mentální a výkonové úrovni žáků. Důležitý je postup od jednoduchého k složitějšímu. Taktéž je důležitá postupnost, tedy propojení technické a taktické stránky osvojované herní činnosti. Posledním důležitým aspektem ve výuce florbalu je proporcionalita. To znamená využití různých tréninkových variant a zároveň navození vztahu mezi utkáním a tréninkem (Psotta, 2009).

3.6.1 Cvičební jednotka

„Cvičební jednotka je základní organizační formou, při které dochází k působení cvičitele na žáky“ (Vašák, 1987, s. 13). Ve školní tělesné výchově tedy trvá cvičební jednotka 45 minut, pokud nejsou zařazeny dvě vyučovací hodiny tělesné výchovy po sobě. Cvičební jednotka se obvykle podle struktury dělí na čtyři části, a to na úvodní, průpravnou, hlavní a závěrečnou. V úvodní části by se cvičenci měli seznámit s obsahem cvičební jednotky a dochází k motivaci a zahřátí organismu. Průpravná část slouží k přípravě na hlavní část, proto se volí prostředky a náplň od plánovaného obsahu hlavní části. V průpravné části musí dojít k protažení, kloubní mobilizaci a patří sem i posilování. Hlavní část zabírá přibližně polovinu celé vyučovací jednotky, dochází zde k zlepšování motorických schopností i herních dovedností. Závěrečná část slouží ke kompenzačním cvičením, celkovému zklidnění organismu a vyhodnocení hodiny (Svatoň a Petr, 1985, Vašák, 1987). Ovšem jako cvičební jednotku také lze označit i tréninkovou jednotku, která se obvykle dělí pouze na tři části, tedy na úvodní, hlavní a závěrečnou (Lehnert, 2001). Do úvodní části tréninkové jednotky patří seznámení s náplní, organizační činnost a rozcvičení. Hlavní část je věnována vlastnímu plnění úkolů a cílů, které jsou pro danou jednotku vytyčeny a závěrečná část slouží k uklidnění a uvolnění svalů, patří sem tedy protahovací, kompenzační a regenerační cvičení (Dovalil, 2008).

3.6.2 Rozcvičení

„Cílem rozcvičení je příprava celého organismu na zvýšené pohybové zatížení účelně vybranými činnostmi s důrazem na předcházení poškození pohybového aparátu“ (Jebavý, 2014, s. 8). Rozcvičení patří do úvodní části cvičební jednotky. Skládá se z cvičení pro zahřátí, které lze provádět pomocí různých variací běhů, honiček či poskoků. Dalším prvkem je mobilizační cvičení, ke kterému patří kroužení a pohyby různých částí těla do krajních poloh za účelem aktivace kloubů. Poté se zařazuje protahovací cvičení pro přípravu svalů na zatížení. Rovněž může být zařazeno dynamické rozcvičení a posilování (Skopová a Zítka, 2006). Hlavními úkoly rozcvičení jsou zahřátí, aktivace hybného systému, uvolnění a mobilizace kloubů, odstranění napětí, mobilizace a protažení svalových skupin. Pro kvalitní rozcvičení je důležité ne být přejedený ani hladový, přizpůsobit rozcvičku počasí, začít zahřátím, strečinkem postupovat shora dolů. Začít by se mělo statickým strečinkem, poté nastupuje dynamický strečink a nakonec švihová cvičení. Statický strečink je vhodný především do závěrečné fáze, dynamický pro rozcvičení v počtu opakování 8-12 na každou stranu (Jebavý, 2014).

3.6.3 Metodicko-organizační formy

Metodicko-organizační formy jsou určité modely, podle kterých jsou uspořádány učební podmínky pro výuku herních dovedností. Jednotlivé typy forem jsou rozlišovány především podle toho, zda je či není přítomen soupeř a do jaké míry jsou proměnlivé situační podmínky. Rozlišujeme tři základní typy metodicko-organizačních forem, a to průpravná cvičení, herní cvičení a průpravnou hru.

Průpravná cvičení (PC) ve sportovních hrách jsou taková cvičení, která jsou charakteristická absencí soupeře. Jsou tedy navozeny zjednodušené situační podmínky, díky nimž je možné efektivně zlepšovat konkrétní herní dovednosti a taktéž určité taktické dovednosti. Podle proměnlivosti prostředí se PC dělí na průpravná cvičení 1. typu (PC I) a průpravná cvičení 2. typu (PC II). Při PC I se provádí herní činnosti v relativně neměnném prostředí, zatímco při PC II je při herních činnostech jistá míra proměnlivosti, která je zapříčiněna přítomností spoluhráče. PC II tedy již kladou nároky na předvídaní a zrakové vnímání.

Herní cvičení (HC) se od PC liší přítomností soupeře. Soupeřem může být více hráčů nebo jen jeden. Při HC dochází k osvojování především taktického řešení herních

situací a činností při překonávání soupeře, ať se jedná o fázi útočnou či obrannou. Opět podle proměnlivosti podmínek rozlišujeme herní cvičení 1. typu (HC I) a herní cvičení 2. typu (HC II). Při HC I jsou situační podmínky stálé, cvičí se tedy taková herní situace, kterou vysvětlil učitel. Předem je tedy určeno přesné pořadí činností, které mají žáci vykonat. Oproti tomu HC II probíhají za proměnlivých podmínek. Učitel již nedává přesné instrukce, jak vzniklé herní situace řešit, úlohy vymezí jen nástinem výsledné situace. Mohou tedy vzniknout zcela neočekávané situace, se kterými se musí žáci vypořádat, což klade nároky na jejich rozhodování o výběru pohybové odpovědi (Psotta, 2009).

Průpravná hra (PH) se koná obdobně jako HC II za přítomnosti soupeře při náhodně proměnlivých podmínkách, avšak podmínky při hře jsou tzv. celistvě náhodně proměnlivé, z čehož vyplývá, že nestačí vyřešit pouze jednu nastalou situaci, ale i další, které následují. PH jsou vždy soutěží, mají souvislý herní děj, počítají se body a mají přesná pravidla. Ovšem pravidla mohou být při PH obměněna či upravena oproti standardnímu utkání v dané sportovní hře, například menším počtem hráčů, větším počtem míčů, oboustrannými brankami a podobně (Velenský, 2005).

3.6.4 Role učitele

Učitel má významnou úlohu nejen pro vedení vlastní cvičební jednotky, ale také pro rozvoj žáků a identifikaci talentů. Proto by měl být vzdělán v oblasti zákonitostí tělesného a duševního vývoje žáků. Měl by si být vědom, že vývoj jedince je ovlivněn genetickými faktory, prostředím i výchovou. Každý jedinec je individualita, která může mít individuální problémy. Učitel by měl jít žákům osobním příkladem, měl by být schopen objevit a zhodnotit žákův talent a zprostředkovat žákovi možnost dalšího sportovního rozvoje. Vhodná je spolupráce se sportovními oddíly. Neodmyslitelnou součástí práce učitele je spolupráce s rodiči, ať u sportovně nadaných či problematických žáků. Učitel tělesné výchovy může být také klíčovou postavou při objevení talentu pro vrcholový sport (Belšan, 1980). Nedílnou součástí práce učitele (stejně jako trenéra) je motivace žáků. Pokud žáci budou motivovaní, budou je hodiny více bavit a osvojování dovedností bude efektivnější.

3.7 Herní činnosti jednotlivce

3.7.1 Držení hole

Nezákladnější dovedností pro hraní florbalu je držení florbalové hole. V první řadě je důležité, aby byla hokejka zahnutá na správnou stranu. Jestliže žáci nemají zkušenost s hraním hokejkou, je vhodné jim zapůjčit hokejku rovnou a sledovat je při hře, čím se jednoduše zjistí, na jakou stranu preferují držení. Dalším významným aspektem hokejky je její délka, kdy hokejka stojící kolmo k zemi by měla sahat těsně nad pupík. Pokud je hokejka příliš krátká, dochází k přílišnému předklonu a shrbenému postoji, naopak u příliš dlouhé hokejky není možné dosáhnout správného florbalového postoje, což znesnadňuje ovládání míčku. Hokejka se drží za omotávku, kdy horní ruka (u hokejky nalevo ruka pravá) drží hokejku za horní konec omotávky a spodní ruka za spodní konec omotávky. Nikdy nedržíme hokejku až u čepele nebo uprostřed omotávky (Kysel 2010).

S držením hole úzce souvisí základní florbalový postoj. Ten je charakteristický pokrčenými koleny, chodidly rozkročenými na šíři ramen, pouze mírně ohnutá záda a hlava je zvednutá. Pokud hráči dodržují správný postoj, dokáží rychle měnit směr a lépe ovládají míček (Skružný, 2005).

3.7.2 Vedení míče

Vedení míče je činnost využívaná k pohybu hráče s míčkem po hřišti. Podle způsobu držení hokejky se rozlišují dva typy vedení míčku, a to tažení a tlačení. Při tažení se drží hokejka dvěma rukama a míček se vede vedle těla. Tohoto způsobu vedení míče se užívá především při obcházení soupeře. Naopak při tlačení se hokejka drží v jedné natažené ruce a míček je tlačěn před hráčem. Požívá se při rychlém protiútoky nebo pokud je na hřišti hodně volného prostoru.

Další možností vedení míče je driblink. Rozlišují se dva typy driblinku, hokejový a florbalový, přičemž oba typy se i přes zavádějící název používají ve florbalu. Hokejový driblink je snadnější, při ovládání míčku se používají střídavě obě strany čepele. Vychází se ze základního postoje, poté se může přejít v chůzi či běh. Při florbalovém driblinku se k ovládání míčku využívá je forhendová (tedy prohnutá) část čepele. Pohyb míčku odzadu

dopředu, tedy od patky hokejky ke špičce a zpět. Tento driblink vyžaduje dobrou práci zápěstí (Kysel, 2010).

3.7.3 Příhrávka

Příhrávkou se rozumí úmyslné předání míčku spoluhráči, které může být vedeno po zemi nebo vzduchem. Rozlišují se dva základní typy příhrávek: (i) příhrávka po ruce, nazývaná též forhendová a (ii) příhrávka přes ruku, nazývaná též bekhendová. Při nácviку příhrávek se vždy začíná ze stoje bokem ke směru příhrávky. Při forhendové příhrávce stojíme souhlasnou nohou s držením čepele dále od směru příhrávky a váhou těla na této noze. Hokejka s míčkem se pohybuje po zemi, čepel sklopená k zemi a těžiště těla se postupně s pohybem míčku posouvá vpřed. Při bekhendové je pořadí nohou obráceně, ovšem váha opět spočívá na tzv. zadní noze. Pro bekhendovou příhrávku se často také využívá i úderový způsob. V tom případě míček leží před nohama a středem čepele se do něj udeří, pro přesnou příhrávku by měl být úder veden i do podlahy.

K příhrávce neodmyslitelně patří příjem míčku, což je opačný postup než příhrávka. To znamená, že příjem míčku začíná v pozici vypouštění míče pro příhrávku a poté se těsně před míčkem posouvá čepel i těžiště těla mírně dozadu, čímž se míček tlumí (Karczmarczyk, 2006).

3.7.4 Střelba

Střelba je jednou z nejdůležitějších součástí útočné hry, neboť je nutná k zasažení branky. Střelbu, stejně jako příhrávku, rozdělujeme podle toho, z které strany (a tím pádem kterou stranou hokejky) střelbu provádíme. Dělí se tedy na střelbu po ruce (forhend) a střelbu přes ruku (bekhend). Dále rozlišujeme střelbu tahem (nebo též švihem), přiklepnutím a golfovým úderem.

Střelba švihem je základním způsobem střelby a je nejpřesnější. Provádí se ve forhendovém i bekhendovém postavení hokejky. Pohyb hokejky s míčkem začíná, stejně jako u příhrávky, za tělem hráče, váha musí spočívat na zadní noze. Pohyb zezadu dopředu musí být veden rychle a prudce, zároveň musí dojít k přenášení váhy na přední nohu. Na úrovni přední nohy se hokejka odklápí od země a mírně zvedá, čímž se zvedá i

míček. Při střelbě švihem je důležitá práce zápěstí a využívá se napružení hokejky o hrací plochu.

Střelba přiklepnutím je méně přesná, zato prudší než střelba švihem. Provádí jak po ruce, tak také přes ruku, kde ovšem chybí přesnost. Často se používá při střelbě prvním dotekem nebo při dorážkách. Míček je hokejkou zasažen, nikoliv tažen, proto je tato střela vhodná i pro rozehrávání volných úderů. Míček je nejprve oddálen od čepele a poté zasažen pomocí zrychleného pohybu. Míček je ideální zasáhnout na úrovni přední nohy přibližným středem čepele.

Střelba golfovým úderem je nejméně přesná, díky náprahu dopředu signalizovaná, ovšem prudká. Náprah se může vést vzduchem až do výše pasu nebo po zemi. Úder hokejkou musí směřovat nejen do míčku, ale také částečně do země, aby došlo k potřebnému napružení hokejky (Skružný, 2005).

3.7.5 Obranné herní činnosti

Obranné herní činnosti jsou důležitou součástí hry, neboť po ztrátě míčku z hole vlastního týmu je potřeba míček opět získat, popřípadě se snažit zabránit vstřelení gólu do vlastní branky. Mezi tyto činnosti patří:

- Obsazování hráče bez míčku - znamená přistoupení k soupeři a zabránění mu, aby převzal míček. Při této činnosti je nutné neustále sledovat míč i obsazovaného protihráče. Čím blíže stojí soupeř k brance, tím blíže k němu by měl bránící hráč stát.
- Obsazování soupeře s míčkem - rozumí se přiblížení k soupeři s cílem dostat ho pod tlak a zamezit mu vystřelit či přihrát. Je možné pomocí osobního kontaktu soupeře vytlačit z výhodné pozice, zpomalit jeho pohyb či zamezit postupu určeným směrem.
- Odebírání míčku - lze realizovat, pokud ho soupeř nemá zcela pod kontrolou nebo pokud je určitým způsobem tísněn (mantinel, branka, protihráč). Zkušenému hráči s míčkem pod kontrolou a dostatkem místa je odebírání míčku povoleným způsobem téměř nemožné.

- Blokování střel – děje se buď čepelí těsně u soupeře, nebo tělem ve stoji či kleku na jednom kolenu. Při blokování je důležité se stavět proti čepeli hráče s míčkem (Kysel, 2010).

3.7.6 Činnost brankáře

Brankářův pohyb se provádí ze základního brankářského postavení, kterým je klek na kolenou, kdy se holeně, nártý a špičky nohou opírají o podlahu. Brankář při chytání provádí odlišné pohyby než hráči v poli, proto je nutné do jeho tréninku zařadit specifická cvičení. Při pohybu by měl neustále sledovat míček a mít dlaně vytočené do hřiště. Brankář musí neustále měnit svou pozici, aby vykrýval střelecký úhel. Střeleckým úhlem se rozumí úhel, který svírají brankové tyče ve vztahu k míčku. Střelecký úhel brankář může snížit přiblížením se ke střelci, vždy by měl ale stát v ose úhlu. Brankář může chytat všemi částmi těla, míček se vždy snaží chytit, čímž ho dostane pod kontrolu a může rozehrát. Střely po zemi se chytají v rozkleku či skluzu, tedy pomocí nohou, střely vzduchem potom tělem či rukama. Důležitou vlastností brankáře je neustálá koncentrace a nesmí podcenit žádnou situaci (Karczmarczyk, 2006).

3.8 Herní kombinace

Herní kombinací je záměrná součinnost dvou i více hráčů, kteří spolu řeší určitou herní situaci. Herní kombinace rozdělujeme na útočné a obranné, podle toho, kterou situaci řeší. Mezi útočné herní kombinace patří „přihraj a běž“, křížení, clonění, zpětná přihrávka, nahození, vhažování a rozehrávání standardní situace. Mezi obranné herní kombinace patří zajišťování, přebírání, zdvojování, odstupování a osobní bránění (Skružný, 2005). V následujících podkapitolách jsou blíže vysvětleny vybrané herní kombinace.

3.8.1 Přihraj a běž

Principem této herní situace je přihrávka spoluhráči, po které nahrávající hráč zrychluje svůj pohyb, čímž se uvolňuje do volného prostoru a očekává nahrávku zpět. Často se tyto nahrávky provádějí na jeden dotyk a jsou účinné ve všech stádiích útoku. Základním principem je tedy nezůstat po odehrání míče stát, ale ihned se pohybovat do

volného prostoru. Při této kombinaci dochází ke zrychlení hry a často se lze její pomocí dostat do přesilové situace. Velký nárok je zde kladen na přesnost obou přihrávek.

3.8.2 Křížení

Křížení je velmi účinnou herní kombinací, která se obtížně brání. Dochází zde k výměně míst spoluhráčů těsně před soupeřem. Hráč bez míčku kříží hráče s míčkem za jeho zády, aby při případném předání míčku mezi hráči byl míček krytý tělem předávajícího hráče. Při křížení je možné si míč předat či nikoliv, záleží na vyhodnocení situace z pohledu hráčů.

3.8.3 Zpětná přihrávka

Při Zpětné přihrávce dochází k přihrání míčku vzad do volného prostoru, kam si nabíhá spoluhráč. Přihrávající hráč by na sebe měl navázat bránícího hráče. Přihrávka by měla být přesná, správně načasovaná a cílená (nikoliv tzv. naslepo). V případě špatného provedení se družstvo vystavuje riziku rychlého protiútoky.

3.8.4 Nahození

Nahození je založeno na odehrání vysokého míčku. Používá se k rychlému přenesení hry na útočnou polovinu a překonání obrany. Pro správné a efektivní nahození je opět potřeba správné načasování, rychlý náběh spoluhráče do volného prostoru za obránce a vhodné parametry přihrávky. Neméně důležité je dobré zpracování přihrávky od vysouvajícího se hráče.

3.8.5 Osobní bránění

Tato obraná kombinace se používá v situacích, kdy chceme těsně obsadit svého soupeře. Je přitom nutné, aby bránící družstvo nebylo oslabeno o hráče v poli. Osobní bránění je účinné, ovšem náročné na kondici hráčů a provedení. Při tomto druhu bránění je třeba se pohybovat těsně u bráněného hráče, neotáčet se k němu zády a předvídat jeho jednání.

3.9 Herní systémy

„Herní systémy představují způsob organizace hry družstva s předem vymezenými úkoly pro jednotlivce, skupiny hráčů i celé družstvo“ (Kysel, 2010, s. 93). Herní systémy rozlišujeme, stejně jako herní kombinace, na útočné a obranné. Mezi útočné patří (i) postupný útok, což je pozvolné útočení s velkým množstvím přihrávek za využití celé šířky hřiště, (ii) rychlý útok, který spočívá v rychlém a jednoduchém přechodu půlky hřiště pomocí jedné přihrávky nebo výhozem brankáře a (iii) protiútok, který využívá ztráty míčku soupeře a útočení do nezformované obrany. K obranným herním systémům se řadí osobní obrana, zónový presink a kombinovaná obrana. Obranné herní systémy vyjadřují způsob, jakým družstvo brání a přistupuje k hráčům soupeře.

3.10 Vzdělávání v oblasti florbalu

Česká florbalová unie má propracovaný systém vzdělávání, kdy se snaží pomocí pestrých programů a akcí rozvíjet nejen florbalové trenéry, sekretáře oddílů, rozhodčí, ale i rodiče samotných hráčů. Významnou novinkou bude nový program pro vzdělávání florbalových trenérů, který v rámci zkvalitnění celého vzdělávacího procesu bude nabízet nadstandardní semináře za účasti odborníků domácích i ze zahraničí.

ČFbU pořádá pravidelná školení, která jsou zaměřená hlavně na trenéry, rozhodčí, delegáty, sekretáře oddílů a vedoucí družstev. Tyto kurzy nejsou nedostupné ani pro širokou veřejnost. Například kurz na nejnižší trenérskou licenci D trvá pouze jeden den a obsahuje 10 hodin prezenční výuky a 5 hodin samostudia.

Pro všechny trenéry s platnou licenci existuje vzdělávací portál, který umožňuje sdílení poznatků, spolupráci a komunikaci s kolegy. ČFbU taktéž vydává aktuální články k florbalové problematice a na svých stránkách neustále aktualizuje pravidla florbalu včetně jejich výkladu (www.ceskyflorbal.cz).

3.11 Charakteristika věkové skupiny

Žáci druhého stupně základní školy jsou ve věku 11 až 15 let, toto období se nazývá pubescence a jde o stádium středního školního věku. Školní tělesná výchova probíhá na druhém stupni odděleně pro dívky a chlapce, což umožňuje diferencovaný rozvoj schopností vzhledem k pohlaví. V tomto období jsou žáci ovlivněni výraznými psychologickými změnami. Často se setkáváme s citovou labilitou, zvýšenou vnímavostí a střídáním nálad. Psychický stav těsně souvisí se stavem fyzickým, neboť dochází k ovlivnění přístupu k fyzické aktivitě a ochoty podřídit se. Celkově ovšem žáci většinou jeví zájem o pohybovou činnost a tělesná výchova je základním článkem vývoje osobnosti (Hájek, 2012). V tomto období je bezpodmínečně nutný všestranný tělesný rozvoj, specializace by mohla dítěti v této fázi uškodit. Pro trenéra i učitele je důležitá znalost senzitivních období pro rozvoj jednotlivých schopností, aby nedošlo k předčasné specializaci, která má do budoucna negativní vliv na rozvoj a výkonnost dítěte (Křištofič, 2006).

V oblasti motorických dovedností je zejména první fáze pubescence označována za „zlatý věk motoriky“, motorické učení je rychlé a dovednosti jsou osvojovány jako celek. Ovšem v druhé části tohoto období nastává přestavba organismu vlivem růstu a změny proporcionality postavy. Během pubescence tedy dochází k poklesu koordinačních schopností. Naopak silové schopnosti se rozvíjejí už díky samotnému růstu, dále vhodnými tělesnými cvičeními. Ke konci období se již rozvíjí silové schopnosti, které mají charakter staticko-vytrvalostní. Důležitým faktem je, že se výrazně zvětšuje rozdíl mezi silovými schopnosti chlapců a dívek, kdy u chlapců jsou silové přírůstky velmi výrazné. V celém období adolescence je důležitý rozvoj rychlosti, neboť optimálním obdobím pro rozvoj této schopnosti je věk 7-14 let. Rozvoj rychlostních schopností těsně souvisí s rozvojem svalové síly. Z vytrvalostních schopností je vhodné rozvíjet především aerobní vytrvalost. Ke konci středního školního věku u dívek často dochází ke stagnaci či poklesu výkonnosti, proto by měla ve školní tělesné výchově být snaha k eliminaci poklesu vytrvalostních schopností (Hájek, 2012).

Ve sportovních hrách je vhodné provádět a zdokonalovat všechny herní činnosti jednotlivce a přiblížit je herním podmínkám, což znamená vyvíjet na žáky tlak pomocí omezení času či přidáním soupeře. Dále by mělo docházet k zařazování útočných kombinací a postupná specializace na specifickou funkci v družstvu. Důležité je podporování osobnosti žáka a jeho nápaditá řešení herních situací (Vašák, 1987).

3.12 Rámcový vzdělávací program

Rámcový vzdělávací program (dále RVP) je státní kurikulární dokument. Na školní úrovni z něj vychází Školní vzdělávací programy (dále ŠVP), které si již každá škola vytváří sama, právě na základě RVP. V rámci Národního programu vzdělávání se rozlišují RVP pro jednotlivé druhy škol. Jde o RVP pro (i) předškolní vzdělávání, (ii) pro základní vzdělávání, (iii) pro základní vzdělávání upravující vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením, (iv) pro gymnaziální vzdělávání, (v) pro střední odborné vzdělávání, (vi) pro jazykové vzdělávání, (vii) pro základní umělecké vzdělávání a další.

RVP pro základní vzdělávání

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání, který se týká všech základních škol, přirozeně navazuje na RVP pro předškolní vzdělávání. Vymezuje obsah vzdělávání a jeho výstupy, popisuje klíčové kompetence (konkrétně kompetence k učení, řešení problémů, komunikativní, občanské, pracovní a sociální a personální), kterých by měl žák dosáhnout. Taktéž zařazuje průřezová témata, umožňuje úpravu obsahu výuky pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami a je stěžejní pro tvorbu přijímacích testů na střední školy.

Obsah základního vzdělávání je rozdělen do devíti vzdělávacích oblastí, každá oblast má svou předepsanou hodinovou dotaci. V rámci každé oblasti je jeden či více vzdělávacích oborů. Nejsou tedy předepsány konkrétní předměty a každá škola si může názvy a uspořádání vyučovacích předmětů uzpůsobit podle vlastních představ. Učební osnovy si také vytváří každá škola sama. Vzdělávacími oblastmi jsou Jazyk a jazyková komunikace, Matematika a její aplikace, Informační a komunikační technologie, Člověk a jeho svět, Člověk a společnost, Člověk a příroda, Umění a kultura, Člověk a zdraví a Člověk a svět práce (Příloha 10.3). Každá vzdělávací oblast je ve svém úvodu charakterizována, taktéž je upřesněn obsah vzdělávacích oborů v ní obsažených a je popsána návaznost mezi vzdělávacím obsahem prvního a druhého stupně základní školy. Dále je zde uvedeno cílové zaměření vzdělávací oblasti a očekávané výstupy.

Tvorba ŠVP tedy závisí na škole, musí se ovšem řídit RVP a splnit všechny jeho body, od cílů přes klíčové kompetence po očekávané výstupy. Při tvorbě kvalitního a funkčního ŠVP je nutná spolupráce učitelů. Výhodou je možnost přizpůsobení skladby učiva vnějším i vnitřním podmínkám školy, učitelů a žáků.

Tělesná výchova se je zařazena do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Cílem této oblasti je pochopení významu zdraví a jeho důležitosti pro život. Utvoření názoru na to, co zdraví prospívá a co nikoli. Získání informací o možnosti ovlivňování zdraví, ochraně zdraví a aktivního životního stylu. Dále by se žáci měli seznámit s pojmy tělesná zdatnost, dobrý fyzický vzhled, duševní pohoda a pochopit souvislost s jejich budoucí profesní dráhou či náplní života. Taktéž má žáky vést k zapojování do činností, které podporují zdraví a do propagování zdravotně prospěšných činností.

Vzdělávací obor Tělesná výchova

Vzdělávací obor Tělesná výchova pro druhý stupeň obsahuje základní výstupy a učivo rozděleno do tří kategorií, a to činnosti ovlivňující zdraví, činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností a činnosti podporující pohybové učení.

V rámci činností ovlivňujících zdraví jsou očekávané výstupy týkající se aktivní a účelné organizace pohybového režimu, cílené zlepšování tělesné zdatnosti, samostatné přípravy na sportovní činnost, odmítání drog a jiných škodlivých či zakázaných látek, osvojení si bezpečného chování na sportovištích, v přírodě i v silničním provozu a prevenci úrazů. Učivem konkrétně má být význam pohybu pro zdraví, prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí, zdravotně orientovaná zdatnost, rovněž bezpečnost a hygiena při pohybových činnostech.

V oblasti činností ovlivňujících pohybové dovednosti je výstupem zvládnutí osvojovaných dovedností, jejich následná aplikace, a dále posouzení provedení dané činnosti, pojmenování nedostatků a vyvození možné příčiny. Učivem jsou pohybové hry, gymnastika, rytmické cvičení s hudbou, úpoly, atletika, sportovní hry, turistika, plavání i zimní sporty. U sportovních her je požadavek na nejméně dvě hry, ve kterých by žáci měli zvládnout herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy i utkání, dle platných pravidel.

V oblasti činností podporujících pohybové učení je výstupem používání názvosloví, naplňování olympijské myšlenky, schopnost spolupráce, dodržování zvolené taktiky, schopnost zorganizovat jednoduché soutěže, sledování vlastní pohybové činnosti, její evidence a zpracování získaných dat. Mimo to by měl žák rozlišovat roli hráče, rozhodčího, organizátora a diváka a respektovat pravidla, které s těmito rolemi souvisí. Učivem je komunikace v tělesné výchově, organizace prostoru a pohybových činností včetně jejich pravidel, zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých

činnostech. Také se sem zařazuje měření výkonů, posuzování pohybových dovedností, znalost historie i současnosti sportu (www.msmt.cz).

4 Hypotézy

- H1** Předpokládám, že na více než polovině základních škol jsou podmínky pro florbal nevyhovující, tedy absence mantinelů, nedostatek hokejek pro všechny žáky ve třídě a velikost tělocvičny nedosáhne ani velikosti florbalového hřiště mladších žáků (32×16 m).
- H2** Předpokládám zařazení florbalu do 15 až 25 % vyučovacího času tělesné výchovy, přičemž více než 70 % bude hraní utkání.
- H3** Očekávám znalost pravidel florbalu žáky v průměru nižší než 60 %.
- H4** Předpokládám, že mezi nejoblíbenější florbalové aktivity žáků patří utkání a při nácviku střelba.
- H5** Předpokládám, že se žáci, kteří absolvují modelovou výuku, se zlepší o více než 10 % vzhledem k počátečnímu stavu.
- H6** Domnívám se, že dojde k většímu zlepšení individuálních herních činností u žáků, kteří prošli navrhovaným modelem výuky, než u těch, kteří ve stejném počtu vyučovacích jednotek pouze hráli. Předpokládám, že se experimentální skupina zlepší o více než 5 % vzhledem ke kontrolní skupině.

5 Metody a výzkumný vzorek

5.1 Metody

Výzkumná část se dělí na dvě části. V první části výzkumu byla použita dotazníková metoda. Byly vytvořeny dva různé dotazníky, jeden určený žákům (Příloha 10.4) a druhý pro učitele (Příloha 10.5). V dotazníku pro žáky jsou použity uzavřené odpovědi, aby žákům bylo zjednodušeno odpovídání a získané informace byly jednoznačné. V dotazníku pro učitele je volena většina otázek otevřených, protože u učitelů lze očekávat větší trpělivost s vypracováváním, lepší jazyková úroveň a zároveň nemůže dojít k podbízení odpovědi. Vypracované dotazníky pro žáky jsem nejdříve nechala vyplnit třídou 9.B na škole ZŠ Bohumila Hrabala, abych získala kontrolní vzorek. Tyto dotazníky jsem do vyhodnocení nezapočítala a na základě následné diskuse s žáky jsem upravila některé otázky pro větší srozumitelnost. Také jsem tímto krokem získala informaci o potřebném čase k vyplnění dotazníku. Analogicky jsem postupovala u dotazníku pro učitele, který mi na zkoušku vyplnili dva učitelé. Dotazníky jsem po předchozí domluvě předala učitelům tělesné výchovy vybraných základních škol, kteří je ve svých hodinách rozdali žákům. Učitele jsem informovala o anonymitě a rovněž jsem je instruovala o předání této informace žákům.

V druhé části se zabývám návrhem modelu výuky florbalu a jeho aplikací na druhém stupni základní školy v rámci výzkumné metody experimentu. Pro zhodnocení přínosu navržené výuky byla posuzována míra zlepšení florbalových dovedností žáků po absolvování modelové výuky oproti původnímu stavu. Rovněž byla zjišťována míra zlepšení těchto žáků oproti žákům, jejichž výuka probíhala pouze formou utkání ve stejné časové dotaci. Modelové výuky se v rámci experimentu zúčastnila jedna skupina chlapců (CH1) a jedna skupina dívek (D1), zatímco další skupiny chlapců (CH2) a dívek (D2) hrály pouze utkání a slouží jako kontrolní skupiny. Výsledky obou částí byly zpracovány převážně pomocí software MS Excel 2003 a vizualizovány pomocí grafů nebo uspořádány do tabulek. Schematické obrázky byly kresleny v softwaru Adobe Photoshop CS3.

5.2 Charakteristiky výzkumného souboru

V rámci získávání dotazníkových dat bylo osloveno 28 základních škol sídlících na území hlavního města Prahy, s preferencí fakultních škol Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy a škol, kde učí absolventi této fakulty. Nicméně kladné odpovědi se mi dostalo pouze od jedenácti škol:

- Fakultní základní škola s rozšířenou výukou jazyků při PedF UK Drtinova
- Základní škola Bohumila Hrabala
- Základní škola Burešova
- Základní škola Fryčovická
- Základní škola Charlotty Masarykové
- Základní škola Kavčí hory
- Základní škola Libčická
- Základní škola Malostranská
- Základní škola Tupolevova
- Základní škola Školní
- Základní škola U Školské zahrady

Celkem bylo do této práce použito 652 dotazníků od žáků (298 dotazníků vyplnily dívky, 354 chlapci), 56 dotazníků bylo vyřazeno z důvodu nesmyslného či podstatně neúplného vyplnění, včetně jedné třídy, která s učitelem florbal nehraje. Dále bylo použito 19 dotazníků od učitelů.

Testování metodického modelu výuky florbalu bylo prováděno celkem na čtyřech skupinách žáků 6. tříd na Základní škole Bohumila Hrabala (2 skupiny chlapců a 2 skupiny dívek). Experimentální skupiny CH1 a D1 čítaly 15, resp. 14 žáků a kontrolní skupiny CH2 a D2 čítaly 10, resp. 12 žáků. Tyto třídy byly vybrány, jelikož jsem měla možnost zde výuku sama realizovat, čímž jsem měla jistotu přesné aplikace a viděla jsem zpětnou vazbu ve vyučovacích hodinách.

6 Výzkumná část práce

V této části práce se budu zabývat vyhodnocením dotazníků, které vyplnili žáci a učitelé. Dále zde popisují modelovou výuku, která byla navržena na základě získaných informací z dotazníkového šetření. V závěru kapitoly je zpracováno vyhodnocení účinnosti modelové výuky v rámci experimentu.

6.1 Výsledky dotazníkového šetření

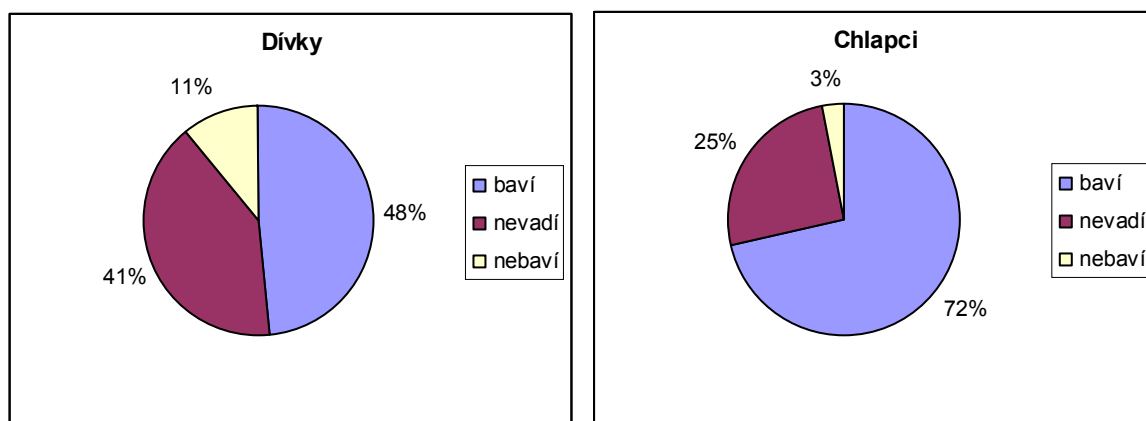
V následující dvě podkapitoly shrnují a vizualizují informace, získané formou dotazníků od učitelů a žáků základních škol na území hlavního města Prahy.

6.1.1 Výsledky dotazníku žáků

Dotazník pro žáky (Příloha 10.2) se skládá ze dvou částí. První část (otázky 1 až 4) je zaměřena na postoje žáků k tělesné výchově a florbalovým aktivitám. Druhá část (otázky 5 až 13) je složena z vědomostních otázek týkajících se pravidel florbalu. Vědomostní otázky byly voleny s důrazem na bezpečnost při hře a na základní orientaci v pravidlech florbalu.

1. otázka - Jaký je tvůj vztah k TV?

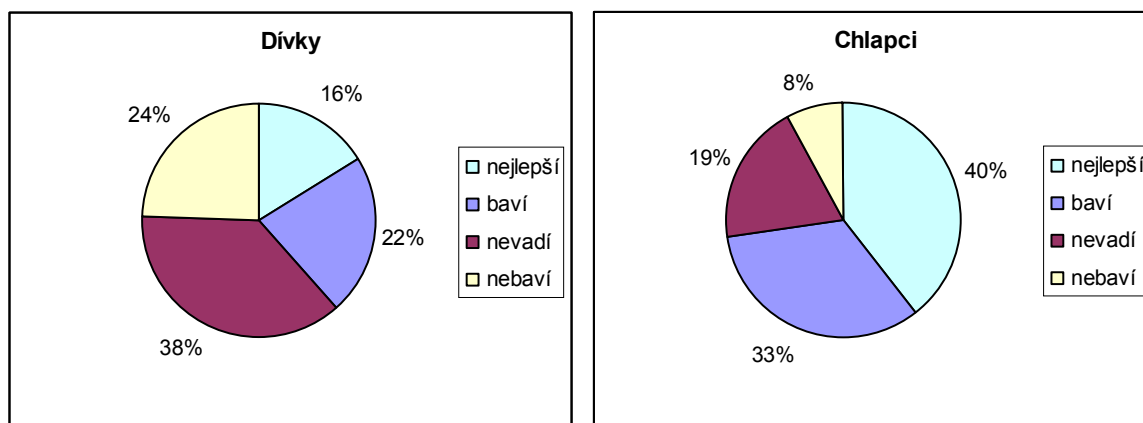
Tělesná výchova baví více chlapce než dívky (72 % oproti 48 %). Navíc 11 % dívek uvedlo, že je tělesná výchova nebaví, u chlapců to jsou pouze 3 % (Graf 1).



Graf 1: Oblíbenost tělesné výchovy

2. otázka - Jaký je tvůj vztah k florbalu?

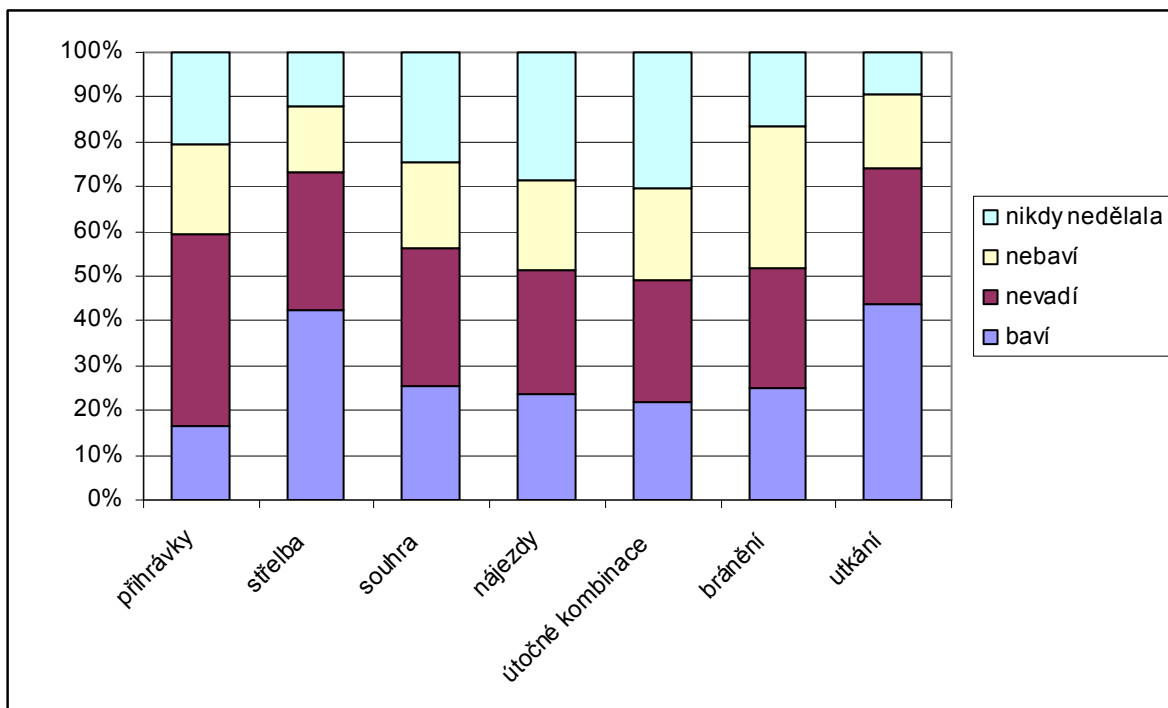
Florbal je také oblíbenější u chlapců než u dívek, 73 % chlapců florbal baví nebo ho dokonce řadí mezi nejlepší hry. Přibližně čtvrtina dívek uvedla, že je florbal nebaví, což je třikrát více než v případě chlapců (Graf 2).



Graf 2: Oblíbenost florbalu

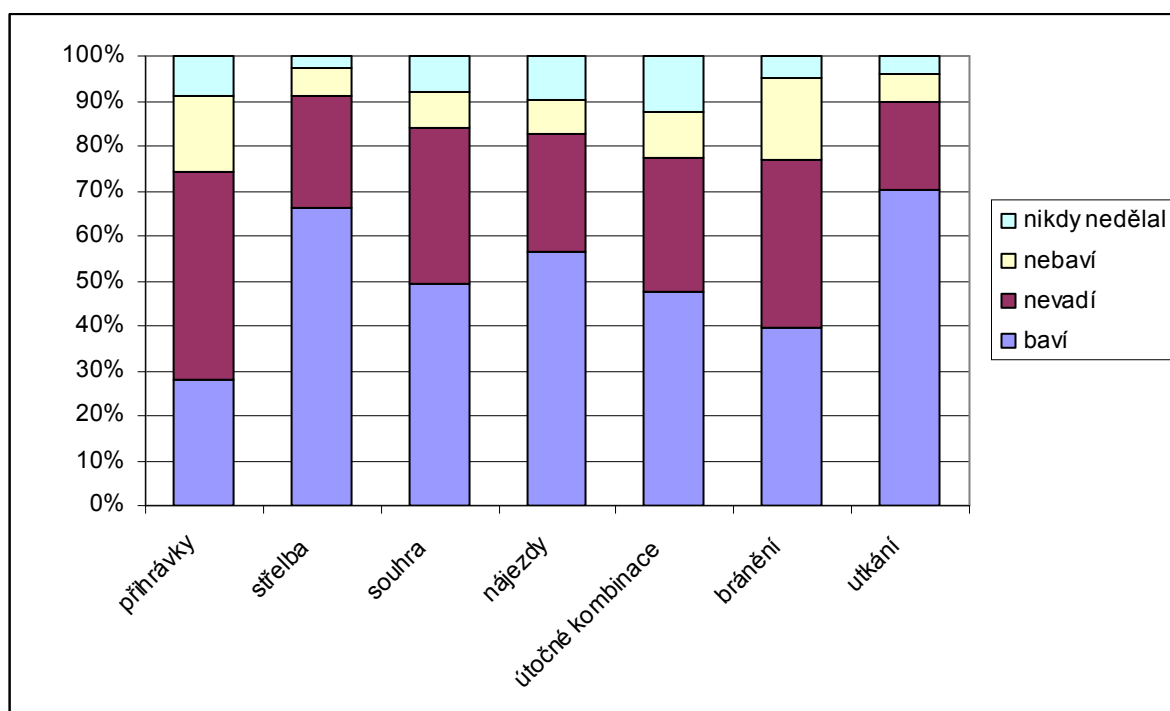
3. otázka – oblíbenost jednotlivých herních činností

Dívky nejvíce baví hraní utkání (44 %), což je téměř rovnocenné se střelbou (42 %). Naopak nejméně oblíbené je bránění (31 %). Z průpravných cvičení jsou u dívek nejméně praktikovány útočné kombinace a nájezdy, protože 30 %, resp. 28 % dívek uvedlo, že je nikdy nedělaly. Střelba jako průpravné cvičení se naopak praktikuje poměrně často (Graf 3).



Graf 3: Oblíbenost herních činností u dívek

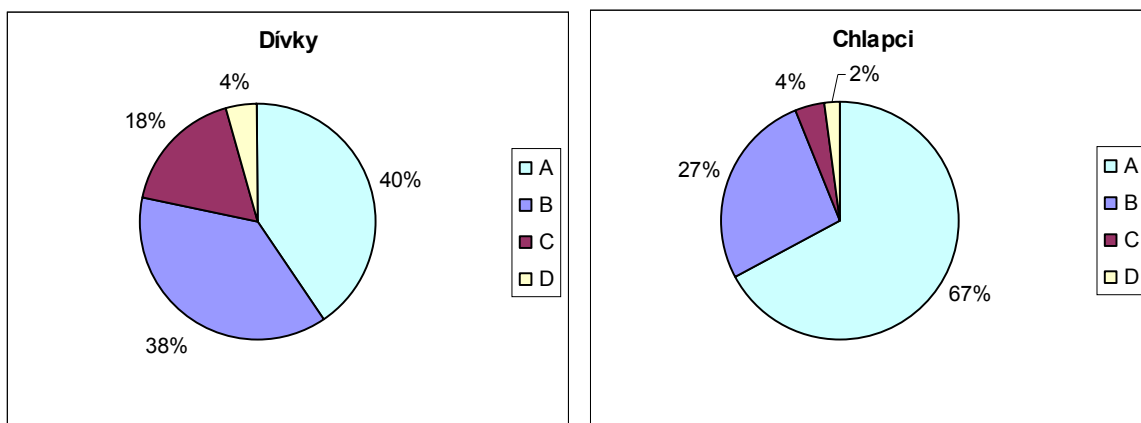
U chlapců je také nejoblíbenější hraní utkání (70 %) a střelba (66 %). Naopak bránění nebaví 18 % chlapců a 17 % chlapců také uvedlo, že je nebaví přihrávky. Nejméně praktikovanou činností na školách jsou patrně útočné kombinace, se kterými se nesetkalo nejvíce chlapců (12 %, Graf 4) i dívek.



Graf 4: Oblíbenost herních činností u chlapců

4. otázka – aktivita žáků ve florbalu

Aktivita žáků ve florbalu je uvedena v Grafu 5. Mezi dívkami lehce převažuje aktivní zapojení do hry (40 %) nad snahou o zapojení, kdy mají pocit, že jim hra nejde (38 %). Z toho vyplývá, že i některé žákyně, které hra nebaví (celkem 24 %, Graf 2) se do hry zapojují, nebo alespoň snaží zapojit. U chlapců je tato skutečnost také patrná. Většina (67 %) chlapců se do hry florbalu zapojuje aktivně a 27 % chlapců uvedlo, že se snaží aktivně zapojit, ale nejde jim to. Malá část chlapců uvedla, že se do hry nezapojují (4 %) nebo napsala jinou odpověď (2 %), což je i v součtu méně než počet chlapců, které florbal nebaví (8 %, Graf 2). Jako jiné odpovědi žáci například uváděly: „Někdy se zapojují“, „Jsem v bráně“, „Stojím v obraně“, „Nehraji“, „Občas se přidám, jinak pozoruji“, „Bojím se toho“, „Nikdo mi nenahraje“, „Hraji když je potřeba“ nebo „Zapojuji se, pokud nehraji s agresivními hráči“.

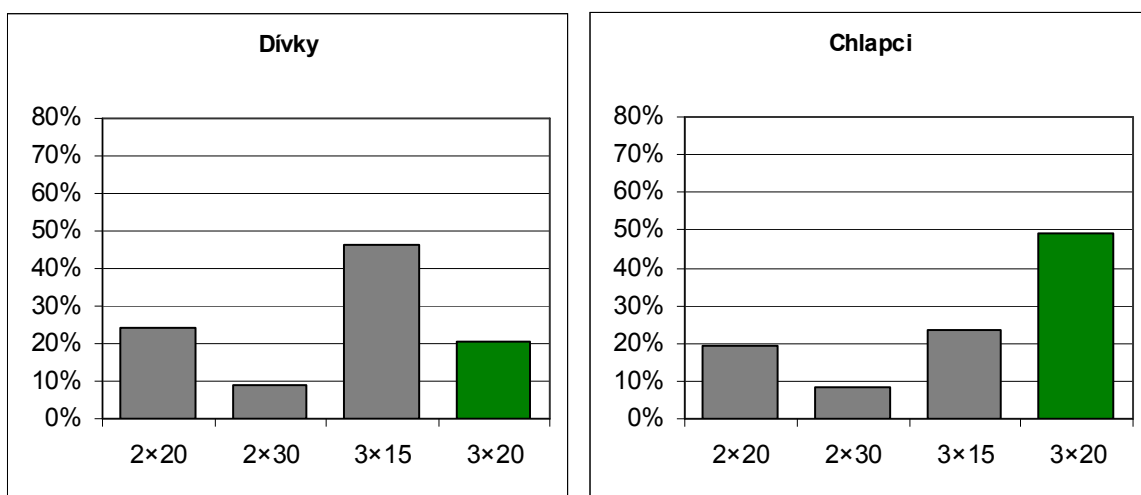


Graf 5: Aktivita žáků ve florbalu

A - aktivně se zapojuji, B – snažím se, ale nejde mi to, C – nejsem aktivní, D - jiné

5. otázka – Jaká je hrací doba florbalového zápasu?

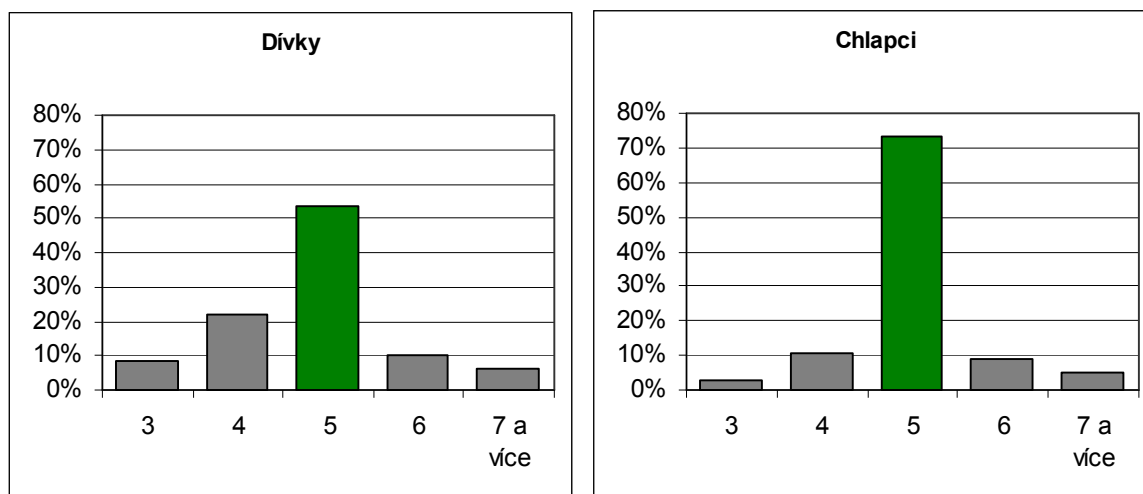
Pouhých 21 % dívek odpovědělo na tuto otázku správně, nejvíce chybných odpovědí (46 %) bylo, že hrací doba florbalového utkání je 3×15 minut. Chlapci prokázali lepší znalost délky hrací doby, protože 49 % chlapců označilo správnou odpověď, což je více než dvojnásobek dívek (Graf 6).



Graf 6: Hrací doba florbalového zápasu

6. Otázka – S kolika hráči v poli hraje družstvo florbalový zápas?

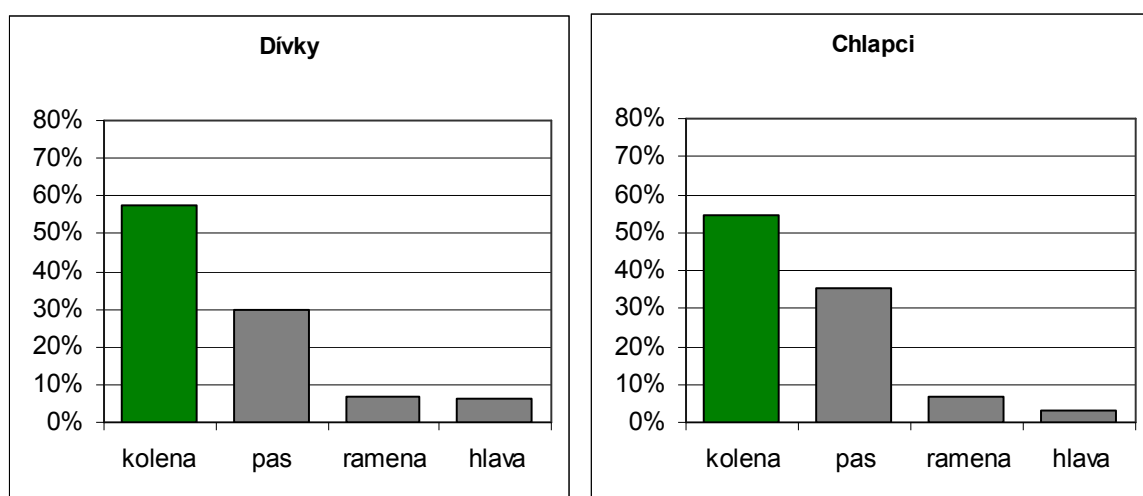
Přibližně polovina dívek (53 %) a většina chlapců (73 %) ví, že se florbalové utkání hraje v pěti hráčích v poli plus jeden brankář (Graf 7).



Graf 7: Počet hráčů v poli

7. otázka – Do jaké výšky lze hokejkou zahrát míček?

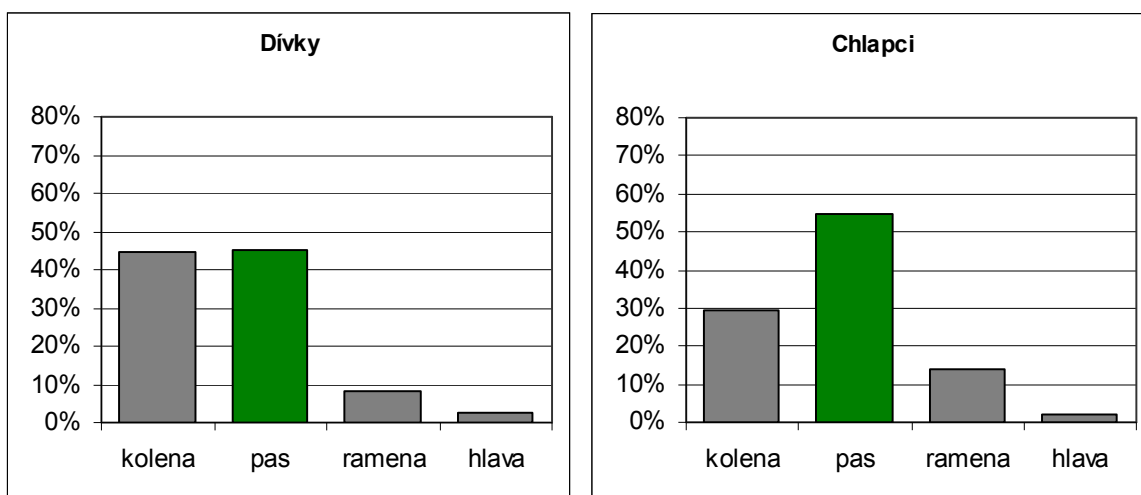
V této otázce odpověděla mírná většina dotázaných správně. Trochu lepší znalost tohoto pravidla prokázaly dívky (57 %) než chlapci (54 %). Nejvíce chybných odpovědí bylo, že lze hokejkou zahrát míček do výšky pasu (dívky 30 %, chlapci 36 %, Graf 8).



Graf 8: Do jaké výšky lze hrát hokejkou míček?

8. otázka – Do jaké výšky lze zvednout hokejku?

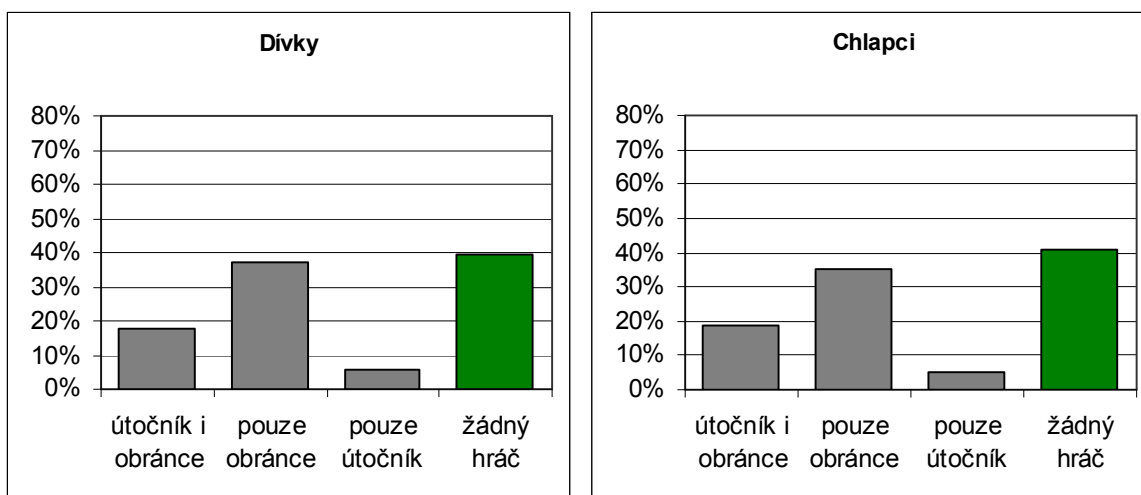
Nadpoloviční počet chlapců (55 %) odpověděl na tuto otázku správně, tedy že lze hokejku zvednout do výše pasu. Nejčastěji označovanou chybnou odpovědí (29 %) byly kolena. Oproti tomu u dívek byla správná odpověď označena jen u 45 %. Nejčastější chybnou odpovědí byly rovněž kolena, kterou označilo 44 % dívek (Graf 9).



Graf 9: Do jaké výšky lze zvednout hokejku?

9. otázka - Kdo může mimo brankáře vstoupit do malého brankoviště?

Přibližně 40 % dívek i chlapců odpověděli na tuto otázku správně, tedy že do brankoviště nesmí vstoupit nikdo kromě brankáře. Nejčastěji označovanou chybnou odpovědí (přibližně 35 %) chlapců i dívek bylo, že do malého brankoviště může vstoupit obránce (Graf 10).

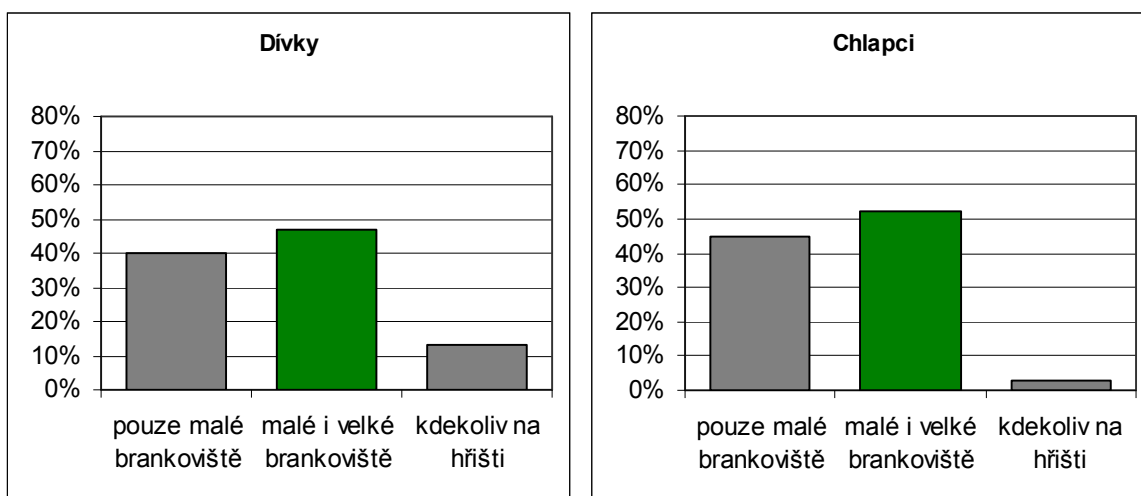


Graf 10: Kdo může vstoupit do malého brankoviště mimo brankáře?

10. otázka – Kde může brankář chytit míček do ruky?

Přibližně polovina chlapců (52 %) a necelá polovina dívek (47 %) označila správnou odpověď, tedy že brankář může míček chytit do ruky v malém i velkém brankovišti. O 7 % méně dívek i chlapců se domnívá, že brankář smí míček chytit pouze

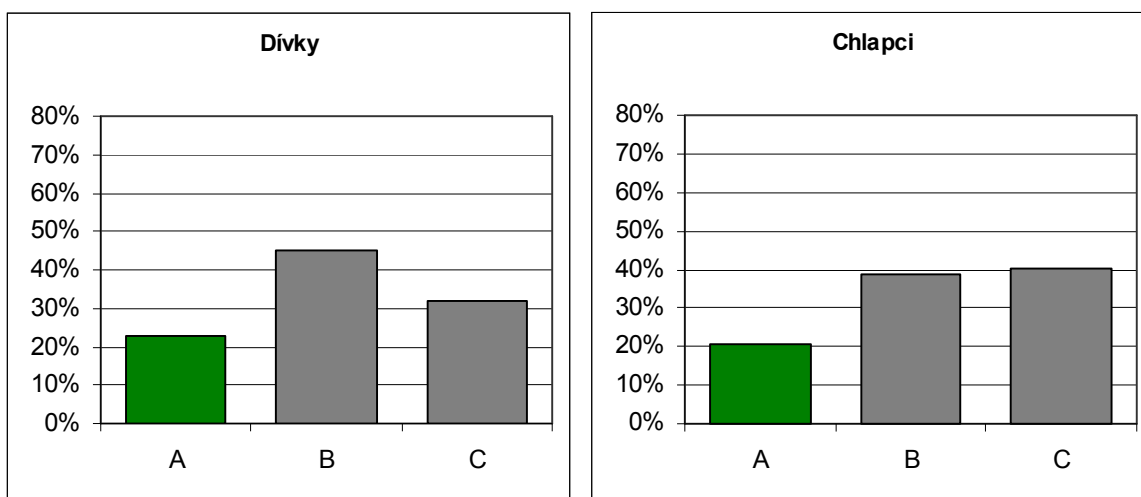
v malém brankovišti. U dívek není zanedbatelná ani odpověď, že smí míček chytit kdekoliv na hřišti, neboť tuto možnost označilo 13 % dívek (Graf 11).



Graf 11: Kde může brankář chytit míček do ruky?

11. otázka – Může padnout gól při posunutí brance?

Pouhých 23 % dívek a 21 % chlapců odpovědělo správně, tedy že gól může padnout, pokud míč projde místem, kde má branka stát. Nejvíce dívek (45 %) si myslí, že branka padnout může, pokud ji posune svým zákrokem brankář, 40 % chlapců si myslí, že se ihned po posunutí branky přerušuje hra (Graf 12).

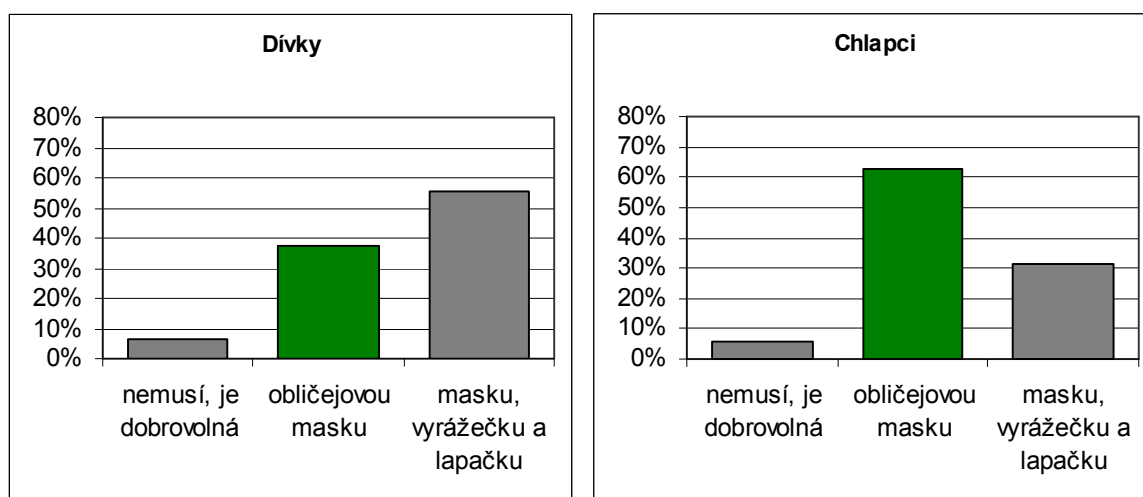


Graf 12: Může padnout gól při posunutí brance?

A - ano, pokud míč projde místem, kde měla správně stát branka, B - pouze pokud ji posune omylem brankář při zákroku, po němž padne gól, C - ne, při posunutí branky se okamžitě přerušuje hra

12. otázka – Jaká je povinná výstroj brankáře?

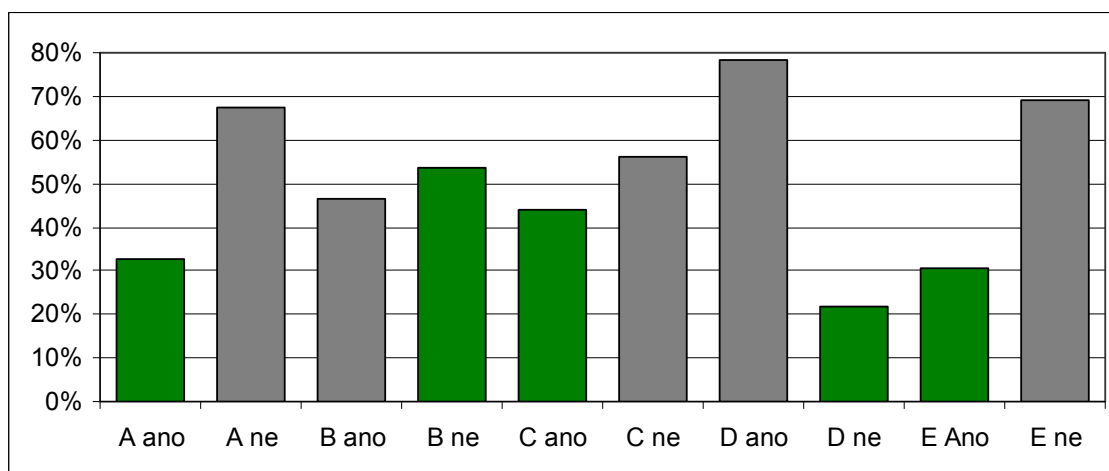
Pouhých 38 % dívek ví, že povinnou florbalovou výstrojí je obličejová maska. Naopak více než polovina (56 %) dívek si myslí, že florbalový brankář musí mít mimo obličejové masky také vyrážedku a lapačku. U chlapců znala správnou odpověď většina (63 %, Graf 13).



Graf 13: Povinná výstroj brankáře

13. otázka – Rozhodni, zda jsou povoleny následující situace:

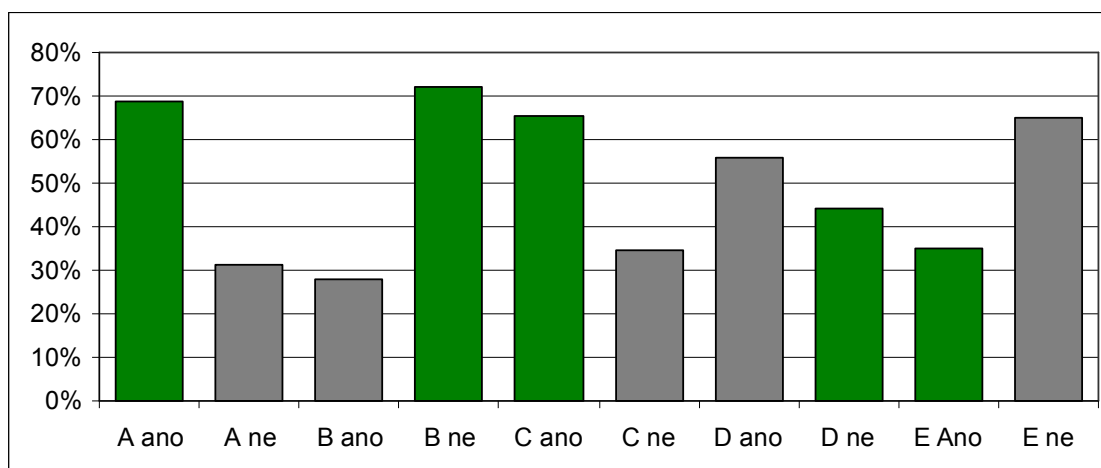
Dívky v těchto otázkách neprokázaly dobrou znalost pravidel florbalu. Jediné pravidlo, které znala více než polovina dívek (54 %) je, že se nesmí hrát ve výskoku. Naopak nejvíce dívek (78 %) neví, že není dovoleno přihrávat brankáři. Necelých 70 % dívek také neví, že je ve florbalu dovoleno míč kopnout, ať ke své hokejce, tak mimo svou obranou polovinu hřiště (Graf 14).



Graf 14: Jsou následující situace povoleny - dívky

A – přikopnutí míče k hokejce, B – hra ve výskoku, C – strčení ramenem, D – přihrávka brankáři, E - odkopnutí míče

Na rozdíl od dívek většina chlapců ví, že si může přikopnout míček k hokejce (69 %), že nesmí hrát ve výskoku (72 %) a že smí strčit do soupeře ramenem (65 %). Nicméně podobně jako dívky neví, že se nesmí přihrávat brankáři (56 %) a smí odkopnout míč ze své pülky (65 %, Graf 15).



Graf 15: Jsou následující situace povoleny - chlapci

A – přikopnutí míče k hokejce, B – hra ve výskoku, C – strčení ramenem, D – přihrávka brankáři, E – odkopnutí míče

Po spočítání průměru úspěšnosti všech vědomostních otázek týkající se pravidel florbalu dostaneme, že pravidla zná 39 % dívek a 53 % chlapců, tedy 46 % dotázaných žáků.

6.1.2 Výsledky dotazníku učitelů

1. otázka – Jak velké skupiny žáků učíte?

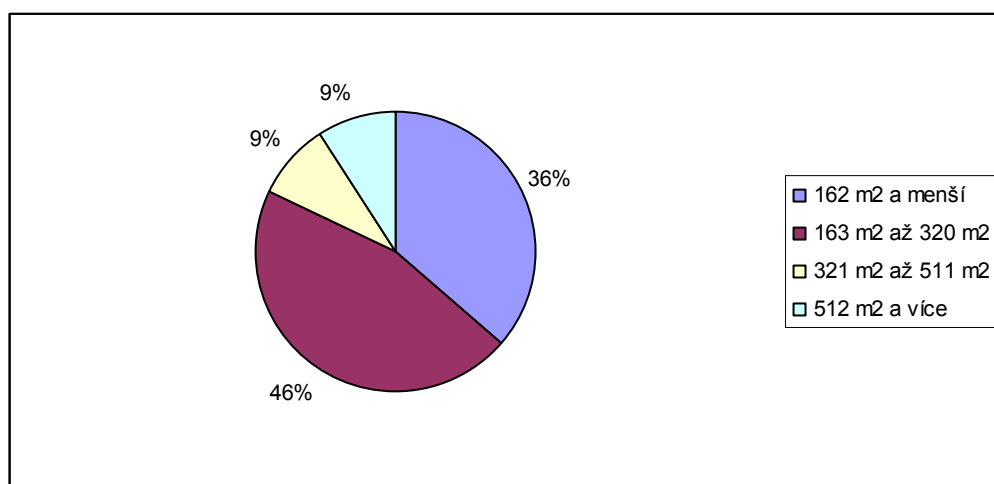
V průměru jsou skupiny velké 17 žáků, kdy nejmenší uvedenou skupinou je skupina se 7 žáky a největší je skupina s 28 žáky.

2. otázka – V kolika tělocvičnách lze hrát florbal?

Učitelé na sedmi školách (64 %) uvedli, že mohou hrát florbal ve dvou tělocvičnách, ve 4 školách (36 %) uvedli, že mohou hrát pouze v jedné tělocvičně. Na dvou školách se učitelé v odpovědích neshodli, počítala jsem tedy, že mají tělocvičny dvě a že jedna z nich je méně vhodná.

3. otázka – Jakou velikost mají tělocvičny pro florbal?

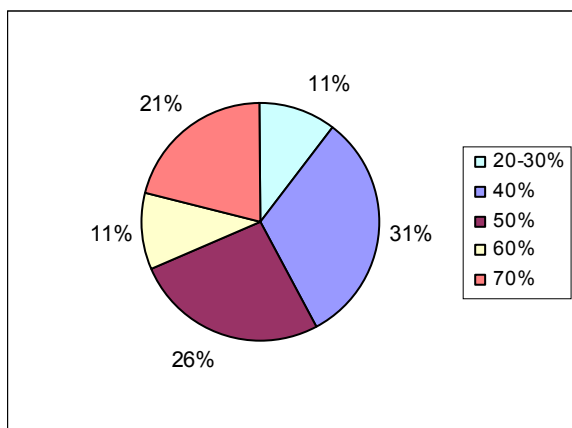
Velikost tělocvičen jsem kvůli jejich různorodosti převedla na plochu, v případě dvou tělocvičen jsem počítala s tou větší. Velikost tělocvičny, která odpovídá rozměrům hřiště alespoň pro mladší žáky (32×16) má jedna škola (9 %), rozměry tělocvičny jsou v tomto případě 38×20 m. Nejvíce škol (46 %) má tělocvičny s velikostí mezi 163 m^2 a 320 m^2 a dále 36 % škol má rozměr tělocvičny 162 m^2 (což je rozměr volejbalového hřiště) a menší (Graf 16). Průměrný rozměr tělocvičen se je 11×22 m.



Graf 16: Velikost tělocvičny (převedena na podlahovou plochu) v m²

4. otázka - Kolik % času věnujete sportovním hrám?

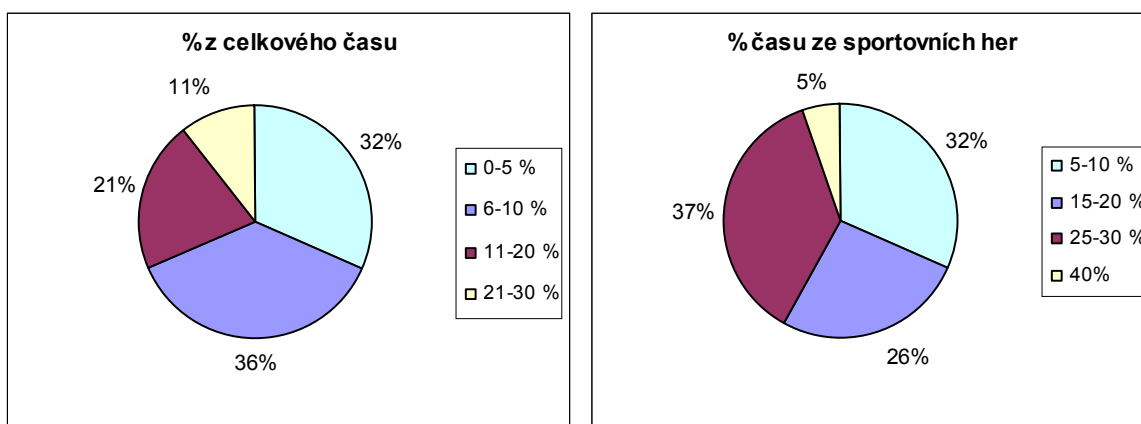
Nejvíce učitelů věnuje sportovním hrám 40 a 50 % času z výuky tělesné výchovy. Nicméně nemalý počet (32 %) učitelů věnuje sportovním hrám více než 50 % času (Graf 17). V průměru věnují učitelé sportovním hrám 49 % vyučování.



Graf 17: Čas v %, který učitelé věnují výuce sportovních her

5. otázka – Kolik % času věnovaného sportovním hrám věnujete florbalu?

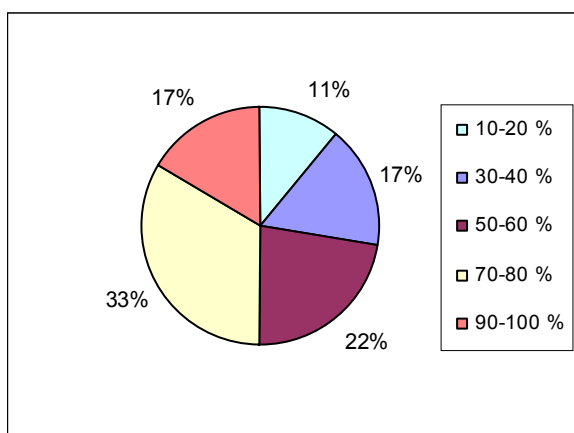
Nejvíce učitelů (58 %) se věnuje florbalu 15 až 30 % času, který si vyčlenil pro sportovní hry. Jeden učitel se florbalu věnuje dokonce 40 % času a 32 % učitelů se mu věnují jen 5-10 % času, po který hrají sportovní hry. Po přepočtu na celkový čas tělesné výchovy vychází, že přibližně jedna třetina učitelů věnuje výuce florbalu méně než 6 % vyučovacích hodin. Jeden dotazovaný učitel si pro výuku florbalu vyčlenil i 28 % celkového času z hodin tělesné výchovy (Graf 18). Žádný z dotazovaných učitelů tedy nevěnuje výuce florbalu více než třetinu vyučovacího času tělesné výchovy. V průměru učitelé věnují florbalu 19 % času věnovaného sportovním hrám, což činí přibližně 10 % celkového vyučování.



Graf 18: Čas věnovaný florbalu v rámci výuky

6. otázka – Kolik % času věnovaného florbalu je hra?

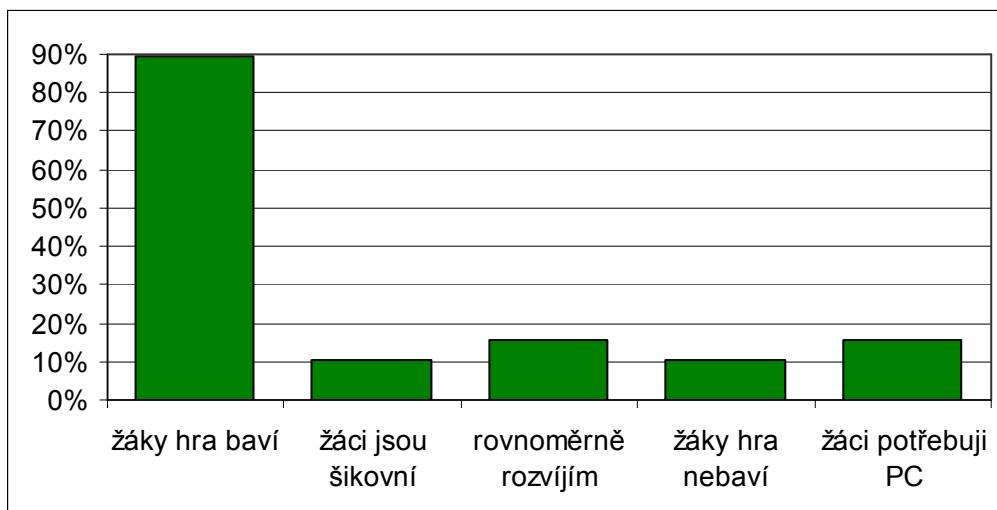
Téměř tři čtvrtiny učitelů využívají většinu času vyhrazeného na výuku florbalu k vlastní hře. 17 % učitelů se téměř výhradně věnuje hraní utkání. Vyvážený poměr času (50-60 %) mezi nácvikem a vlastní hrou uvedlo 22 % učitelů. Přibližně jedna čtvrtina učitelů věnuje hraní utkání méně než 40 % času (Graf 19). V průměru učitelé věnují hraní utkání 60 % času vyhrazeného na florbal.



Graf 19: Část hodin florbalu, kterou učitelé věnují přímo hraní.

7. otázka – Z jakého důvodu věnujete tento čas hře?

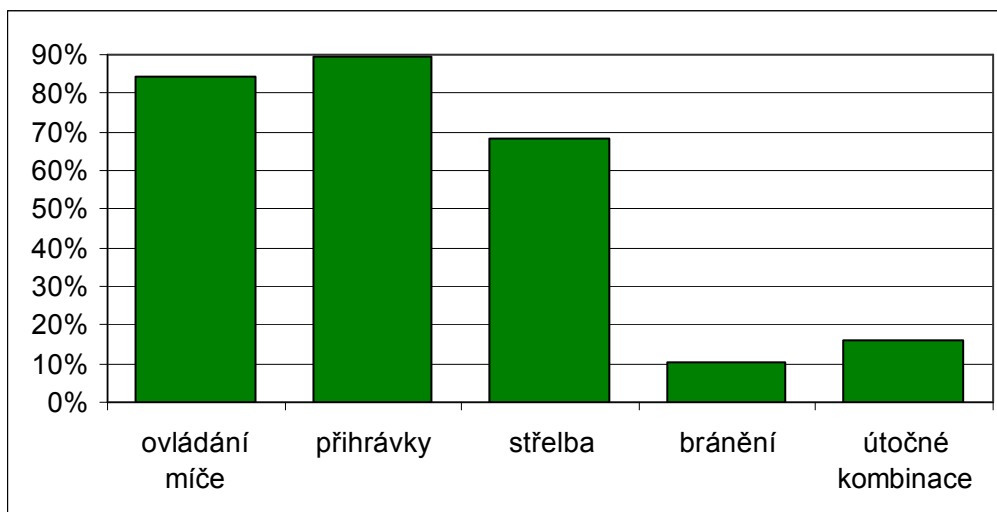
Většina učitelů (89 %) zdůvodňuje časovou dotaci tím, že žáky hra baví, dva učitelé naopak, že žáky hra nebaví. Ostatní možnosti navíc zvolili dva až tři učitelé (Graf 20). Vyplyvá z toho tedy, že hlavním ukazatelem pro učitele je, zda daná věc žáky baví.



Graf 20: Zdůvodnění časové dotace hry

8. otázka – Na jaké činnosti nejčastěji zaměřujete PC a HC?

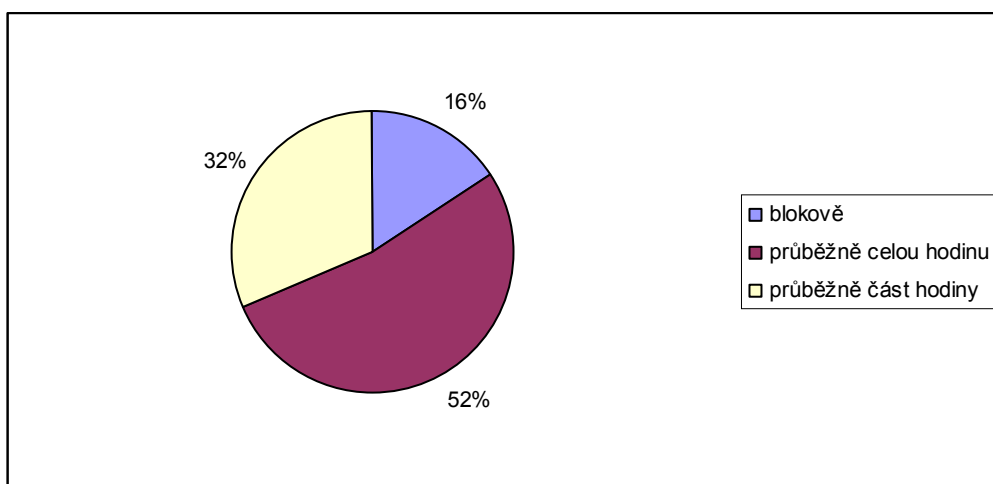
Učitelé se v hodinách nejčastěji zaměřují na přihrávky (89 %), ovládání míče (84 %) a střelbu (68 %). Naopak velmi opomíjeny jsou útočné kombinace (16 %) a bránění, kterému se věnují pouze dva učitelé (Graf 21).



Graf 21: Nejčastější zaměření průpravných a herních cvičení

9. otázka – Jakým způsobem vyučujete florbal?

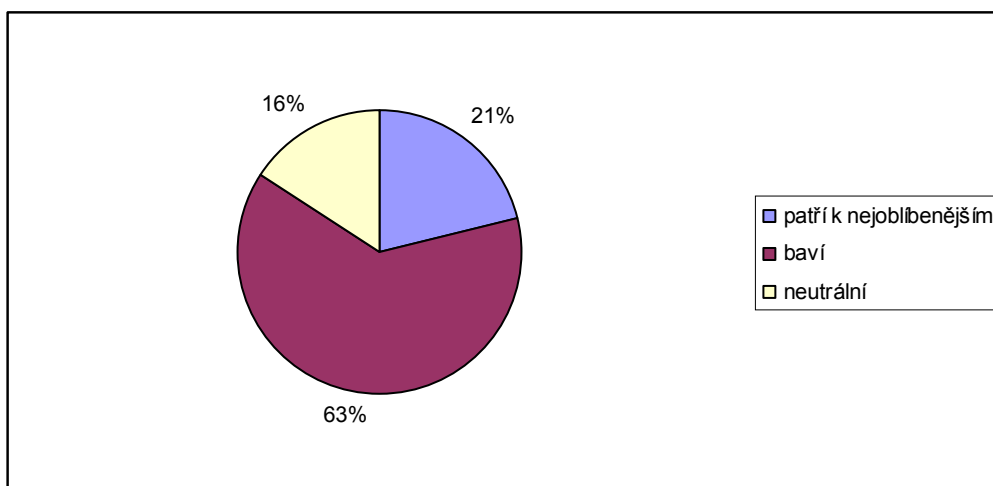
Více než polovina učitelů dává přednost výuce florbalu průběžně během školního roku a věnuje mu vždy celou hodinu, 32 % učitelů se florbalu průběžně věnuje pouze část hodiny a pouhých 16 % učitelů upřednostňuje blokovou výuku (Graf 22). V případě blokové výuky uváděli učitelé blok o deseti, šesti a dvou hodinách.



Graf 22: Způsob výuky florbalu

10. otázka – Jaký je vztah žáků k florbalu?

Většina učitelů (63 %) si myslí, že žáky florbal baví a dokonce 21 % učitelů ho řadí k nejoblíbenějším (Graf 23), což ne zcela odpovídá informacím, které poskytli žáci (Graf 2).

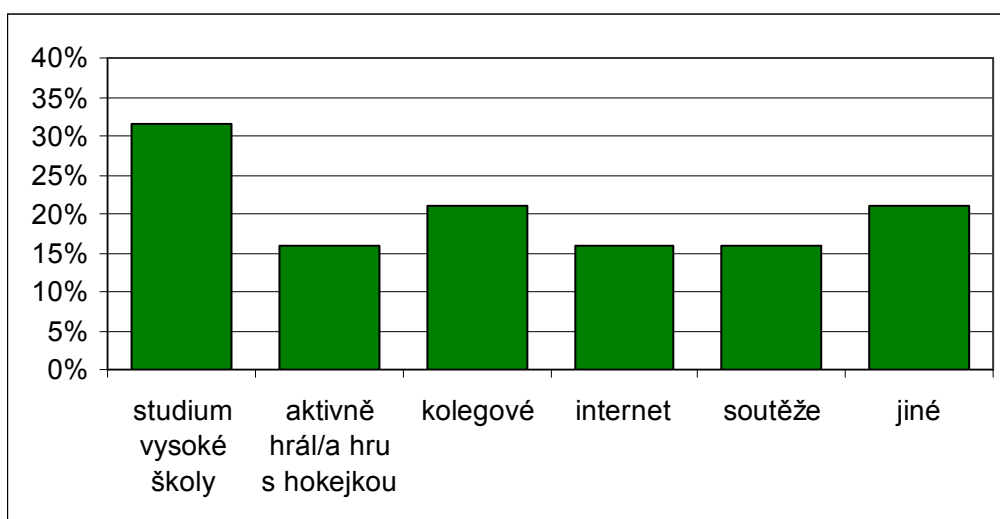


Graf 23: Oblíbenost florbalu z pohledu učitelů

11. otázka – Kde jste se s florbalem seznámili a kde čerpáte informace?

Nejvíce (32 %) učitelů uvedlo, že se setkali s florbalem při studiu na vysoké škole. Další skupinou jsou bývalí aktivní hráči (16 %), tito učitelé hráli florbal, hokej nebo pozemní hokej. Oproti florbalu jsou zde jisté odlišnosti, ale při dostudování pravidel lze vhodně čerpat i z jiných sportů s hokejkou (dva z těchto učitelů se navíc setkali s florbalem

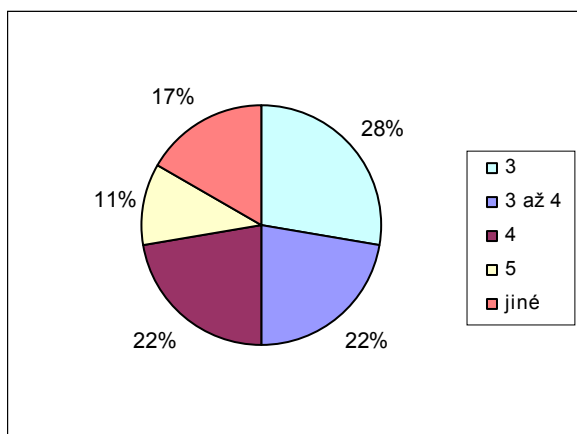
i na vysoké škole či si dohledávají informace přes internet). Celých 21 % učitelů čerpá informace pouze od kolegů či kolegyně a z internetu, případně při soutěžích, kterých se s žáky účastní (Graf 24). Speciální kategorií jsou 3 učitelé, které jsem zařadila do kategorie jiné, neboť jako zdroj uvedli: „Na školení TV asi před 15 roky“, „Když se dostal florbal do ČSR“ a „Základní škola“.



Graf 24: Zdroje informací o florbalu

12. otázka – V jakém počtu hráčů nejčastěji hraje florbal?

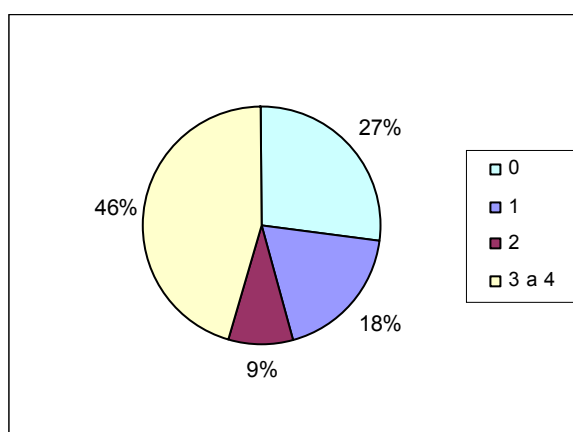
Všichni učitelé využívají při hře brankáře. Nejvíce učitelů (72 %) nechává hrát 3 nebo 4 hráče v poli (Graf 25). Jeden učitel hraje dokonce pouze se dvěma hráči v poli, jeden naopak se šesti a jeden učitel určuje počet hráčů v poli podle toho, kolik žáků přijde na hodinu.



Graf 25: Počet hráčů v poli v jednom družstvu při tělesné výchově

13. otázka – Jaké má vaše škola florbalové vybavení?

- Florbalové hole – průměrný počet florbalových holí na školách je 25 kusů, kdy nejmenší počet byl 10 a největší 55. Na čtyřech školách (36 %) nestačí hokejky pro všechny žáky v největších skupinách.
- Míčky – míčků je na školách obecně dostatek, v průměru školy mají 45 florbalových míčků, přičemž jejich počty se na jednotlivých školách pohybují mezi 15 a 100 kusů. Na dvou školách (18 %) není dostatek míčků pro všechny žáky nejpočetnějších skupin. Ovšem na třech školách udávali někteří učitelé mnohem menší (a nedostatečný počet míčků pro všechny žáky skupiny) počet míčků v porovnání s jejich kolegy. Buď tedy mají různí učitelé odlišný přístup k vybavení, nebo je nevyžívají.
- Branky – počet branek koresponduje s počtem tělocvičen pro sportovní hry. V sedmi školách (64 %) mají k dispozici 4 branky, v ostatních jen dvě.
- Obličejová maska – obličejová maska je samozřejmostí na všech školách, alespoň v počtu dvou kusů. Maximálně mají školy čtyři obličejové masky.
- Brankářská výstroj – brankářská výstroj již samozřejmostí není, na třech školách (27 %) ji nemají, na 2 školách (18 %) mají pouze pro jednoho brankáře. Na 55 % škol mají dvě, nebo dokonce i čtyři brankářské výstroje (Graf 26).

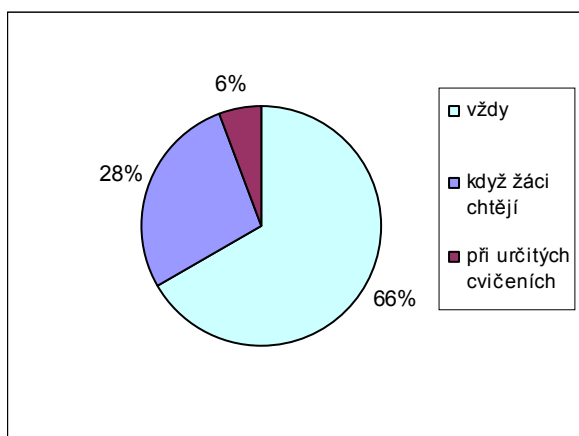


Graf 26: Počet brankářských výstrojí na školách

- Mantinely – mantinely ve školách k dispozici nejsou, má je pouze jedna z dotázaných škol, proto je také využita k pořádání okresních soutěží ve florbalu.

14. otázka – Jak často využíváte obličejovou masku pro brankáře?

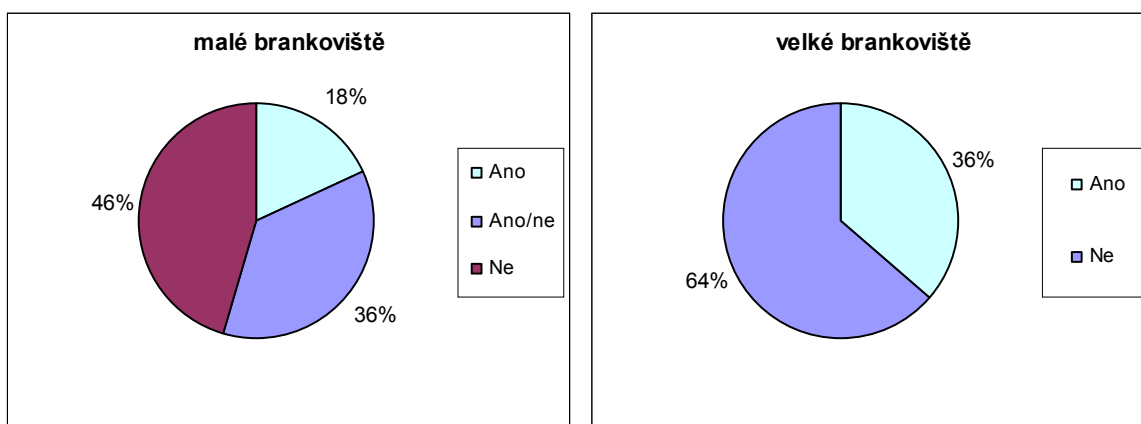
Většina učitelů (66 %) využívá obličejovou masku vždy, 28 % pouze pokud žáci chtějí a jeden vyučující pouze při určitých cvičeních (Graf 27).



Graf 27: Četnost využívání obličejové masky

15. otázka – Je na hrací ploše vyznačeno brankoviště?

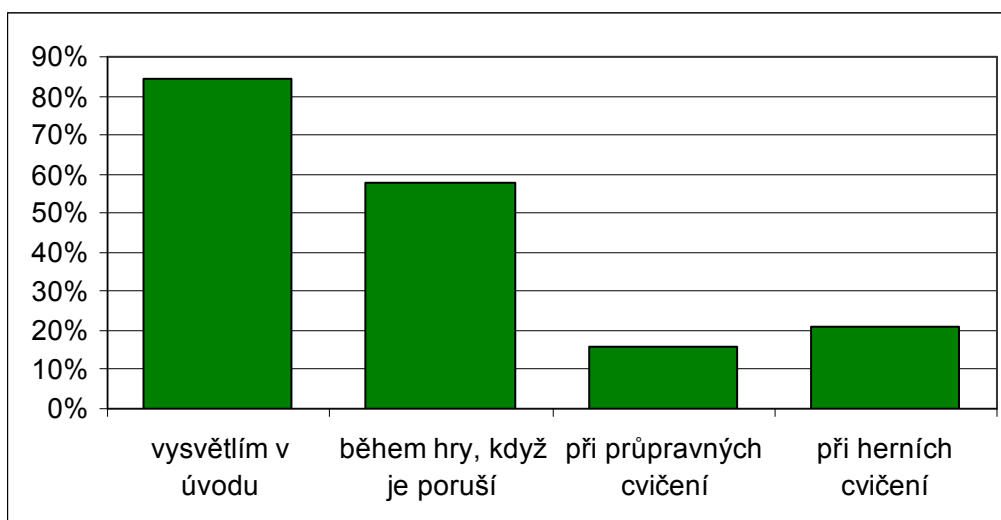
Malé brankoviště je, alespoň podle některých učitelů vyznačeno v 54 % škol. Z toho se u 36 % škol učitelé neshodli, lze tedy předpokládat, že malé brankoviště vymezují nějakým jiným způsobem (zakreslení, či využitím jiných čar) na hrací ploše. Po přepočítání na učitele 42 % učitelů uvedlo, že malé brankoviště je k dispozici, 58 % učitelů uvedlo, že není. Velké brankoviště je vymezeno pouze u 36 % škol (Graf 28).



Graf 28: Vyznačení brankoviště na hrací ploše

16. otázka – Jakým způsobem učíte pravidla florbalu?

Většina učitelů (84 %) vysvětluje pravidla v úvodu, při seznamování s florbalem. 58 % učitelů dovysvětluje pravidla při hře a jen malé procento vysvětluje pravidla při průpravných a herních cvičeních (Graf 29).



Graf 29: Kdy učíte děti pravidla?

17. otázka – Upravil/a jste nějaká pravidla?

Většina učitelů (63 %) některá pravidla upravila a přizpůsobila je podmínkám a dovednostem žáků. Ovšem už samotný fakt, že pouze 11 % učitelů hraje florbal v předepsaném počtu 5+1 svědčí o větší míře úpravy pravidel, než učitelé přiznávají.

18. otázka – Která pravidla jste upravil/a?

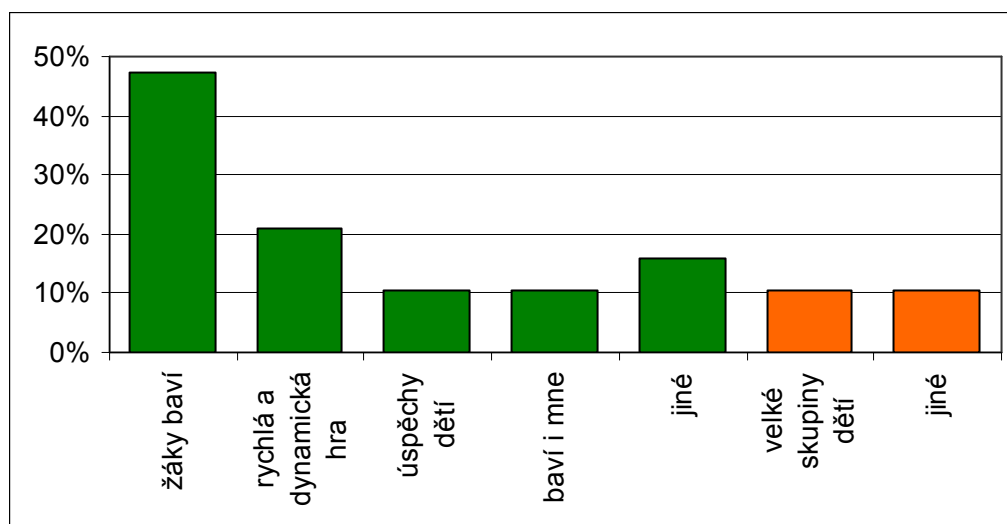
Nejvíce (3) učitelé udávali, že upravili pravidla ohledně brankoviště, sekání a vysokou hůl. Dále po jednom bylo uvedeno tolerování faulů, auty a ofsajd (pravidlo o ofsajdu ovšem v pravidlech florbalu nenalezneme).

19. otázka – Vyučujete florbal rád/a?

Většina učitelů (84 %) vyučuje florbal rádo, dva učitelé uvedli, že florbal vyučují neradi, jeden vyučující uvedl ano i ne.

20. otázka – Proč florbal ne/vyučujete rád/a?

Učitelé, kteří florbal učí rádi, nejčastěji jako důvod udávali, že florbal žáky baví (47 %), dále byla vyzdvihována rychlost a dynamika hry (21 %), úspěchy žáků, že baví daného učitele, že se jedná o nejdostupnější „hokejovou“ hru, že rozvíjí motorické schopnosti dětí a že žáci při ní mají vysoké nasazení. Učitelé, kteří florbal rádi neučí, jako důvod uvedli mnoho žáků, kteří si nezahrají dostatečně, malou tělocvičnu a nebezpečí úrazu (Graf 30).



Graf 30: Důvody proč učitelé ne/vyučují florbal rádi

■ - proč vyučují rádi, ■ - proč vyučují neradi

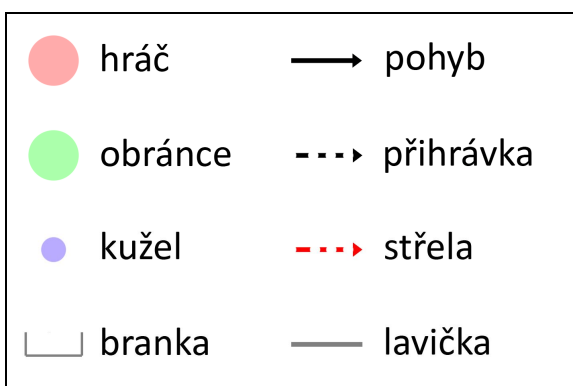
6.2 Metodický model výuky

Pro výuku byla zvolena bloková výuka v délce 11 vyučovacích hodin, přestože ji učitelé při výuce příliš nepoužívají. Z důvodu špatného držení hole u většiny žáků je první hodina vedena jako nácviková, poté následuje hodina utkání a dále střídání dvou hodin nácviku a hodiny utkání (Tabulka 3). Vzhledem ke skutečnosti, že se jedná o zdokonalování ve sportovní hře, jsem zvolila méně typické uspořádání hodiny, a to tréninkovou jednotku, která se skládá ze tří částí – úvodní, hlavní a závěrečné.

Tabulka 3: Pořadí a náplň vyučovacích jednotek v rámci modelové výuky

Pořadí vyučovacích jednotek	Náplň vyučovacích jednotek	
1. hodina	Nácvik	držení hole, vedení míče, driblink
2. hodina	Utkání	
3. hodina	Nácvik	přihrávka
4. hodina	Nácvik	střelba
5. hodina	Utkání	
6. hodina	Nácvik	štafety družstev
7. hodina	Nácvik	střelba prvním dotykem po přihrávce
8. hodina	Utkání	
9. hodina	Nácvik	herní kombinace
10. hodina	Nácvik	standardní situace, průpravná hra
11. hodina	Utkání	

Výuka je navržena pro 2. stupeň základní školy, a proto jsem vzhledem k předpokládaným nízkým florbalovým znalostem žáků zvolila jednodušší cvičení. Dále jsem uzpůsobila výběr herních cvičení velikosti tělocvičny, vzhledem ke zjištěným malým rozměrům tělocvičen na základních školách a škole, kde probíhala aplikace modelové výuky (8×18 m, tj. přibližně velikost volejbalového hřiště). Vzhledem ke zjištění nízké úrovně znalostí pravidel florbalu jsem je zdůrazňovala nejen v úvodu, ale i během následujících cvičení. Byl kladen důraz na ta pravidla, která by se měla při cvičení dodržovat a samozřejmostí je přerušení utkání při přestupku a pokračování adekvátním trestem. Vybraná cvičení jsou znázorněna pomocí schematických obrázků. Ve všech cvičeních jsou hráči (žáci) zobrazeni červeným kolečkem, obránci zeleným, kužely modrým, pohyb hráče černou šipkou, přihrávka přerušovaná černou šipkou a střela přerušovaná červenou šipkou (Obrázek 4).



Obrázek 4: Legenda k schématickým obrázkům cvičení

6.2.1 Úvodní část

Pro úvodní část je vyčleněno přibližně 10 minut. Začíná nástupem, prezencí a seznámením žáků s náplní vyučovací jednotky. Dále je zařazena pohybová hra, směřující k zahřátí organismu. Následují mobilizační a protahovací cvičení pro přípravu svalů. Vzhledem k tomu, že se jedná o úvodní části hodiny florbalu, navrhuji zařazení her a alespoň několika cviků využívajících florbalové hole a popřípadě i míček, aby si žáci na hokejku co nejvíce zvykli (Tabulka 4).

Hry a aktivity do úvodní části:

- Běh kolem tělocvičny s hokejkou a míčkem – nutná kontrola míčku. Na písknutí si žáci lehnou, na dvě písknutí sednou a na tři písknutí se otočí o 180° a běží tedy na druhou stranu.
- Na mrazíka – dva žáci jsou určeni jako mrazík, ti nemají míček, a snaží se ho odebrat ostatním, kteří míček mají a musí ho po celou dobu mít pod kontrolou. Pokud žák nemá míček pod kontrolou nebo mu ho mrazík odebere, zůstává stát ve stoji rozkročném. Ostatní hráči ho mohou „rozmrazit“ tím, že mu přihrají jeho míček přímo na hokejku, nebo obměnou může být prostřelení míčku mezi chodidly.
- Na babu – všichni žáci mimo „baby“ (většinou určují dvě baby) mají míč a musí ho mít pod kontrolou, hráč bez míčku se snaží ostatní hráče o míček připravit,

pokud se mu to povede, nechá si míček a pokračuje ve hře a hráč, který přišel o míček „má babu“.

- Na zóny – v tělocvičně se vymezi několik zón, tedy oblastí, kterým se přiřadí čísla (čísla se nikam nepíše, žáci si je musí pamatovat). Zóny se jednoduše vymezi pomocí čar, které jsou v tělocvičně nakresleny. Žáci se pohybují po tělocvičně, když se zavolá číslo, žáci se musí co nejrychleji přesunout do správné zóny, po celou dobu mají hokejku s míčkem.
- Na rybáře – rybář nemá míček, rybičky ano. Rybář je na jedné straně tělocvičny, rybičky na druhé. Po zapískání (nebo odříkání říkanky), se proti sobě rybičky a rybář rozeběhnou a rybář se snaží vzít míček rybičkám. Pokud se mu to podaří, z rybičky se stává také rybář. Rybičky ani rybáři se při pohybu nesmí vracet. Pozn. Žáci jsou vynalézaví a začnou si rybáře obstřelovat, proto je vhodné určit oblast, od které musí mít rybičky míč přímo u hokejky, jinak je považováno, že nemají míč pod kontrolou a jsou chyceny.
- Ubraň své hřiště – žáci jsou rozdělení na 2 družstva a na hřišti je rozmístěno alespoň tolik florbalových míčků, kolik je žáků. Každý se pohybuje po své polovině a pomocí hokejky se snaží v době od písknutí do druhého písknutí přemístit míčky k soupeřům. Pozn. Je možné postavit na prostředek lavičku, aby bylo nutné míčky zvednout do vzduchu, nicméně poté je lepší volit lehčí, například pěnové míčky.
- „Přihrávaná“ – žáci jsou rozdělení na 2 družstva, přičemž je vhodné barevné odlišení. Mají za úkol si v družstvu 10× přihrát, aniž by se míče dotkl soupeř, pokud se dotkne soupeř, družstvo míček ztrácí a přihrává si soupeř.

Tabulka 4: Příklady cviků pro rozcvičení s využitím hokejky

Skupina svalů	Popis cviku
mobilizace ramen, protažení prsních svalů	předpažit s hokejkou v obou rukách, široký úchop, přes vzpažení zapažovat, postupně zužovat úchop
mobilizace ramen, protažení břišních a zádočných svalů	vzpažit s hokejkou v obou rukách, úklony do stran
mobilizace kyčlí	stoj, hokejka v obou rukou vodorovně před tělem, překračovat vpřed a vzad
protážení svalů dolních končetin a trupu	výpady vpřed s rotací s hokejkou ve florbalovém držení (přetočení za hokejkou)
	ve stoji rozkročném, hokejka v rukou vodorovně, předklony střídavě k levé a pravé noze
	ve stoji spojném, hokejka v rukou vodorovně, předklon ke špičkám
protážení svalů dolních končetin	výpady vpřed, s hokejkou ve florbalovém držení
	výpady do strany, s hokejkou ve florbalovém držení
	výpady vpřed do zanožení stranou, s hokejkou ve florbalovém držení
	výpadová chůze vpřed, s hokejkou ve florbalovém držení
protážení svalů dolních končetin a zad	výdrž v podřepu se zanožením, hokejka ve florbalovém držení, na zemi (možnost opory)
stimulace dolních končetin	výskoky snožmo k hokejce držené kolmo k tělu v obou rukách

6.2.2 Hlavní část

Utkání

U vyučovacích jednotek číslo 2, 5, 8 a 11, tedy hodiny určené pro utkání, jsou žáci rozděleni na dvě družstva a probíhá utkání dle pravidel florbalu. Samozřejmostí je přizpůsobení počtu hráčů v poli velikosti tělocvičny. U tělocvičny velikosti volejbalového hřiště doporučuji hrát systémem 3+1, tedy 3 hráči v poli a jeden brankář. Brankář vždy musí mít nasazenou obličejovou masku a nesmí mít hokejku, z důvodu bezpečnosti. Utkání

je vhodné především pro motivaci, ověření získaných herních dovedností, rozvoj spolupráce a taktických schopností. V neposlední řadě dochází k rozvoji kompetencí k řešení problémů, komunikačních, sociálních a personálních.

Před prvním utkáním je nutné hráčům připomenout základní pravidla a princip hry fair play. Taktéž je vhodné vysvětlit, jak se rozehrávají standardní situace, s důrazem na vhazování a rozehrání. Při hře by měl učitel v roli rozhodčího důsledně dbát na pravidla malého brankoviště a povolené výšky zvednutí čepele, to z důvodu bezpečnosti. Naopak je nutné být benevolentní při sekání do hokejky, neboť při příliš přísném posuzování by si žáci nezahráli.

Nácvikové hodiny

V každé nácvikové hodině je nutné žákům vždy nejdříve vysvětlit zásady správného provedení, obzvláště pokud jde o cvičební jednotku věnovanou herním činnostem jednotlivce. Při tom je důležitá ukázka provedení přímo učitelem nebo žákem, který danou činnost dobře ovládá. Poté si každý žák vyzkouší činnost samostatně na místě a poté je možné přejít k dalším cvičením. Je vhodné stále zdůrazňovat pravidla florbalu, která se k právě prováděným činnostem přímo vztahují.

1. vyučovací hodina – držení hole, vedení míče, driblink

- seznámení s blokovou výukou florbalu
- seznámení se základními pravidly florbalu
- vysvětlení výběru správné florbalové hole
- držení hokejky, běh s hokejkou
- základní florbalový postoj
- vedení míče tlačáním a tažením
- driblink

Výběr konkrétních cviků:

- Vezmi si svou hokejku – doprostřed tělocvičny se umístí o jednu hokejku méně než je žáků, kteří se pohybují kolem, na písknutí si každý vezme hokejku a

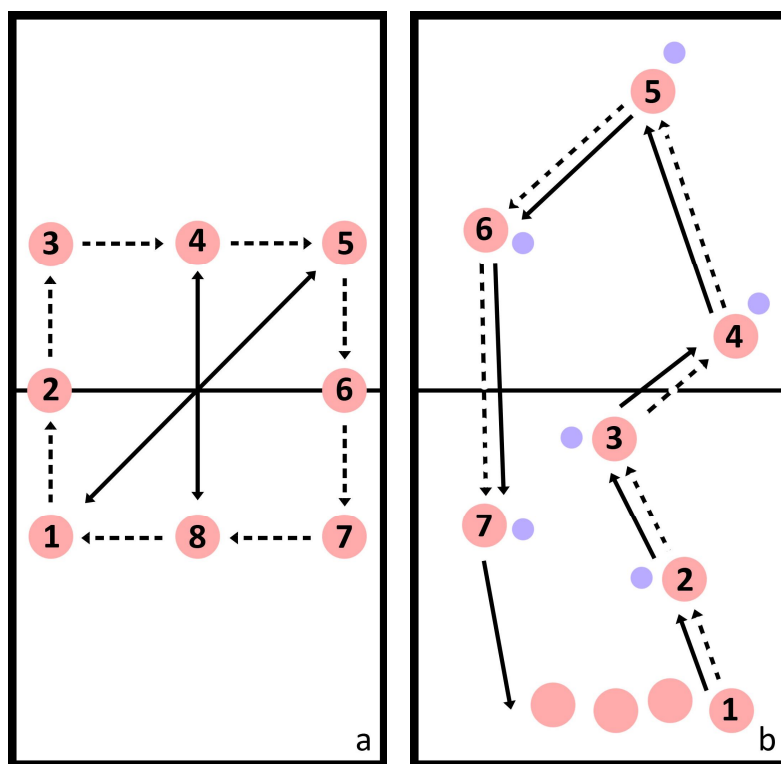
správně ji uchopí. Vypadává ten, na kterého hokejka nezbyla a ti, kteří ji drží chybně. Je možné místo vypadávání určit trest – dřepy, kliky, „angličáky“, sklapovačky.

- Přebíhání tělocvičny s otočkou o 180° na půlící čáře. Při běhu vpřed drží žáci hokejku v obou rukách, při běhu vzad v jedné. Další obdobnou variantou je člunkový běh.
- Driblink ve dvojicích – jeden z dvojice dribluje s míčkem u hokejky, druhý na prstech ukazuje čísla, driblující musí ihned po ukázání říci číslo, aniž by ztratil kontrolu nad míčkem.
- Stínování – žáci jsou ve dvojicích, jeden z dvojice předvádí různý driblink s míčem (na místě, v pohybu, hokejový, florbalový, osmičku kolem nohou, apod.), druhý ho napodobuje.
- Driblink na malém prostoru – žáci se s míčkem pohybují na malém prostoru a nesmí do sebe vrazit ani ztratit míček.
- Na zóny – vysvětleno v hrách do úvodní části.
- Živý slalom – žáci se postaví na vzdálenost předpažení od sebe do zástupu, čímž vytvoří tzv. hada. Žák, který je poslední vybíhá s míčkem a absolvuje slalom mezi spolužáky, po proběhnutí se zařazuje před prvního. (Alternativa pro lepší organizaci: žáci utvoří kruh, mohou se použít i kužely pro označení přesných míst postavení a slalom se běží do kruhu, přičemž se každý žák vrací vždy na své místo.)

3. vyučovací hodina - přihrávky

- nácvik přihrávek forhendem a bekhendem na místě o zeď
- přihrávky ve dvojici na šířku hřiště na místě
- přihrávky ve dvojici na rychlost – každý z dvojice 10 přihrávek co nejrychleji, po splnění sednout na zem, soutěž mezi dvojicemi
- Kyvadlo – dvojice stojí na šířku hřiště proti sobě, žák s míčkem vybíhá na polovinu vzdálenost mezi nimi, nahraje spolužákovi a pozadu se vrací zpět.

- Přihrávky ve čtverci (5 žáků), nebo v trojúhelníku (4 žáci), na výchozím místě míčku stojí 2 žáci, jeden přihrává sousednímu a přebíhá tam, kam přihrál.
- „Kimův čtverec“ – 8 žáků se rozestaví do čtverce (doporučují vyznačit kužely), přičemž žáci stojí ve vrcholech čtverce a ve středu stran. Dva žáci stojící proti sobě mají míček (například žák 4 a 8), současně přihrávají sousednímu hráči vlevo a vyměňují si spolu pozice (Obrázek 5a).
- Přihrávky prvním dotykem – žáci jsou rozmístěni po tělocvičně (Obrázek 5b), žák 1 nahrává žákovi 2, ten prvním dotykem nahrává žákovi 3. Žák, který přihrál, vždy přebíhá na místo, kam přihrál. Na místa, kde mají žáci stát, je nutné postavit kužely.

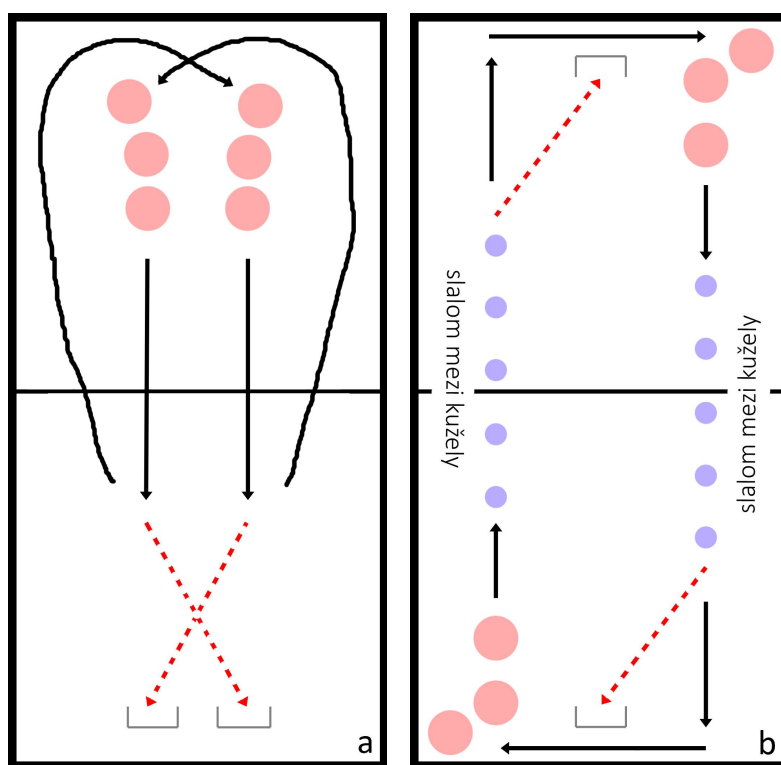


Obrázek 5: (a) Kimův čtverec a (b) přihrávky prvním dotykem

4. vyučovací hodina - střelba

- nácvik všech typů střelby (švihem, přiklepnutím i golfovým úderem), střídání forhendu a bekhendu na místě do zdi
- střelba na branku z půlkruhu kolem branky, nejdříve švihem, poté přiklepnutím a golfovým úderem, žáci si mění pozice na půlkruhu

- Střelba na přesnost – v brance zavěšeny rozlišovací dresy, které mají žáci trefit, ve větším počtu žáků lze využít pro zavěšení dresu jiná místa v tělocvičně
- Had z rohů – žáci seřazeni do zástupu v jednom z rohů (roh hřiště za brankou, nebo na kraji středové čáry), běží těsně za sebou do střeleckého prostoru a těsně po sobě střílí na branku
- Křížová střelba – na jedné straně hřiště umístěny vedle sebe dvě branky, na druhé straně jsou žáci seřazeni do dvou zástupů, každý žák má míček, vybíhají vždy souběžně první žáci z obou zástupů, v určené vzdálenosti střílí na vzdálenější branku a vrací se na konec opačného zástupu než vybíhali (Obrázek 6a)
- Střelba po slalomu – žák proběhne slalom mezi kužely a střílí na branku (Obrázek 6b)



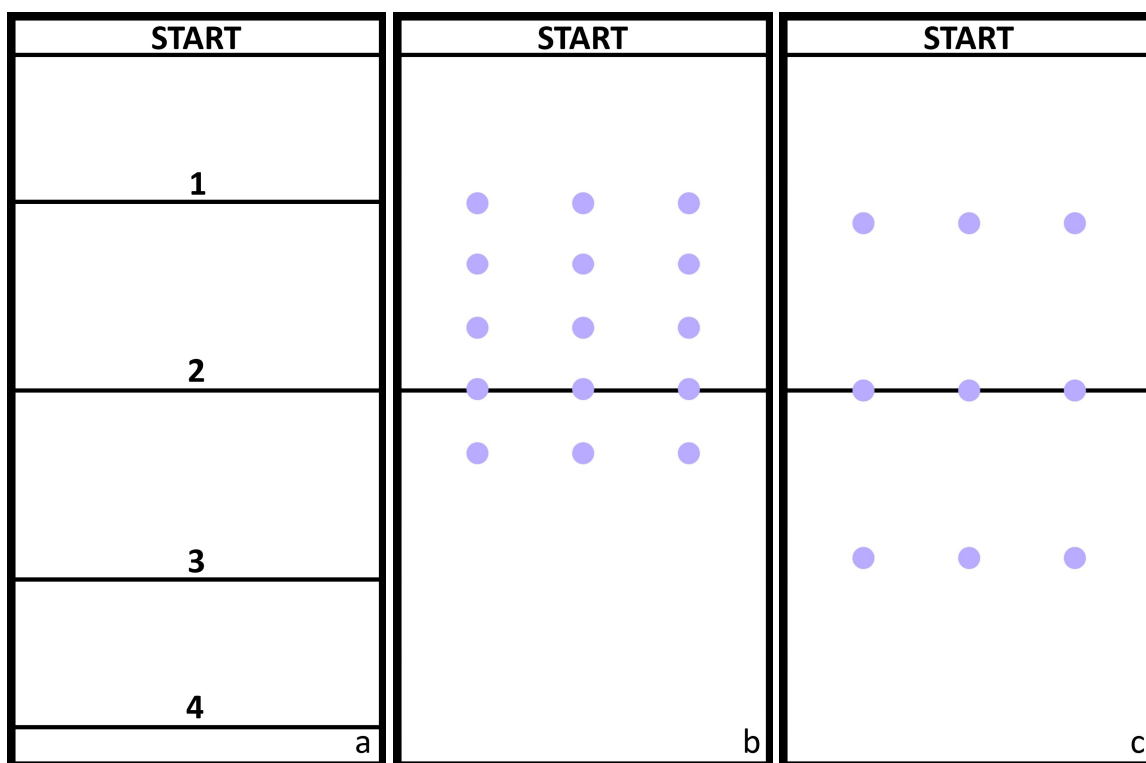
Obrázek 6: (a) Křížová střelba a (b) střelba po slalomu

6. vyučovací hodina – štafety družstev

Žáci jsou na začátku rozděleni do tří stejně početných a výkonnostně vyrovnaných družstev. V případě, že počet žáků není dělitelný třemi, musí některý žák z méně početného družstva běžet dvakrát, nebo některý žák z početnějšího družstva cvičení vynechává (vhodné u žáků s omezením). Každé družstvo stojí v zástupu na startovní čáře a jednotlivé zástupy jsou od sebe i od stěny shodně vzdáleny. Na písknutí vždy vyběhají první žáci ze všech tří družstev, absolvují dané cvičení a štafetu předávají dalšímu z družstva plácnutím rukou na startovní čáře. Takto se postupně vystřídají všichni žáci družstva. Vyhrává družstvo, které cvičení dokončí jako první.

- Člunkový běh – při tomto cvičení využíváme čar, které se nacházejí na hřišti, kratší čáry lze pomyslně prodloužit pomocí kuželů (Obrázek 7a). Žák s hokejkou vyběhává k čáře 1, dotkne se jí rukou a vrací se na startovní čáru. Analogicky postupuje na čáry 2 a 3. Po dotknutí čáry 4 si na čáře START plácne s dalším v družstvu. Žák běží vždy popředu, hokejku drží v obou rukách a čáry se dotýká spodní rukou.
- Člunkový běh s míčkem – podobný postup jako v předchozím cvičení „člunkový běh“, s tím rozdílem, že žák musí běhat s míčkem u hokejky, na čarách se již nedotýká, ale zastavuje míček.
- Přebíhání – opět využíváme čar (Obrázek 7a), žáci mají za úkol přeběhnout hřiště s míčkem nakonec, dotknout se zdi a běžet zpět. Přitom si na každé čáře musí sednout / kleknout / lehnout / udělat klik.
- Slalom mezi kužely – rozmístíme 3×5 kuželů 1 m od sebe (Obrázek 7b, počet a vzdálenost kuželů lze upravovat). Žák vyběhává s míčkem, proběhne slalom mezi kužely, běží na konec tělocvičny a vrací se zpět opět proběhnutím slalomu. Lze určit různé varianty proběhnutí slalomu, například zda žák běží vpravo nebo vlevo od kuželů či zda slalom proběhne pouze míčkem, míčkem i tělem nebo pozadu.
- Běh s přihrávkou – žák vyběhává pozadu na polovinu hřiště, na polovině přijme přihrávkou od spoluhráče z místa startu, otočí se, běží s míčkem ke zdi, kde se dotkne a dobíhá s míčkem zpět na START.

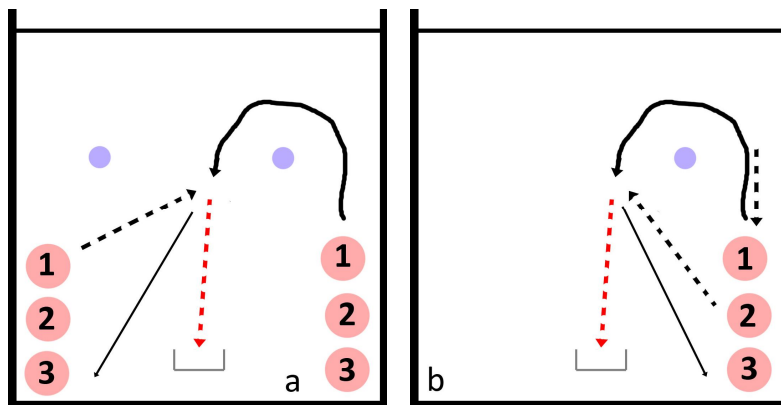
- Příhrávky – opět využíváme čáry (Obrázek 7a). Žák vybíhá s míčkem na čáru 1, vymění si příhrávku s hráčem na startu, pokračuje stejně na čáru 2 a 3. Poté běží ke zdi, které se dotkne a běží zpět, z čáry 1 přihrává hráči na startu, který po obdržení příhrávky vybíhá. Při tomto cvičení lze opět několik variant, kdy můžeme žákům určit, zda přihrávat forhendem či bekhendem.
- Obíhání kuželů – na hřiště rozmístíme 3×3 kužely, kdy první je ve čtvrtině, druhý v polovině a třetí ve třech čtvrtinách hřiště (Obrázek 7c). Žák oběhne každý kužel (otočka o 360°), dotkne se zdi a totéž provede při cestě zpátky. Směrem tam vede míček forhendem, cestou zpět bekhendem nebo pro obměnu lze střídat bekhend a forhend u každého kuželu.
- Přihráj a přeběhni – při tomto cvičení náročném na komunikaci a organizaci v rámci družstva využíváme čar na hřišti (Obrázek 7a). Žáci mají za úkol, aby každý z družstva se dostal na čáru 4 a zpět na START. Přičemž žák se smí posunout pouze poté, co přihráj spoluhráči a to pouze o jednu čáru libovolným směrem (tedy z čáry 1 na START nebo čáru 2). Na začátku tohoto cvičení stojí jeden žák každého družstva na čáře 1, aby bylo možné cvičení provést.



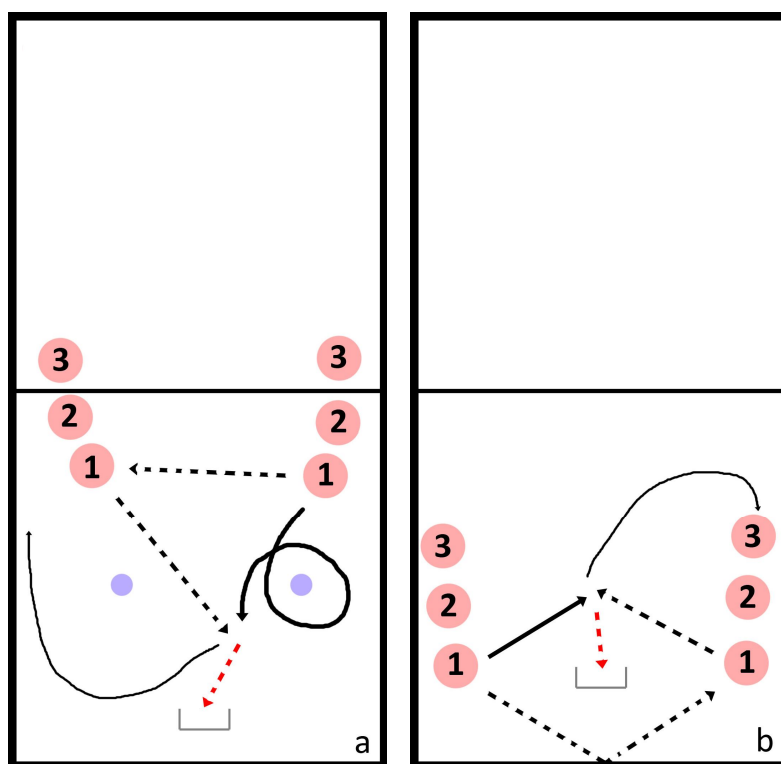
Obrázek 7: (a) Hřiště s čarami a (b,c) rozmístěnými kužely potřebné pro štafety

7. vyučovací hodina – střelba prvním dotykem po přihrávce

- Střela po přihrávce - žáci rozdělení do dvou zástupů v rozích za brankou, žák 1 z pravého zástupu vybíhá bez míče, obíhá kužel, dostává přihrávku od žáka 1 z levého zástupu a prvním dotykem střílí. Po vystřelení se zařazuje na konec zástupu, odkud přišla přihrávka. Žák, který přihrával, ihned po přihrávce vybíhá ke kuželu na své straně (Obrázek 8a).
- Střelba po zpětné přihrávce – žáci seřazeni v rohu za brankou, žák 1 vybíhá s míčem ke kuželu, u něj zpětnou nahrávkou přihrává žákovi 2, který stál za ním. Ten ihned po příjmu přihrávky přihrává zpět žákovi 1. Žák 1 si mezitím nabíhá do střeleckého prostoru a po obdržení přihrávky střílí. Žák 2 si ihned po odehrání přihrávky vezme svůj míček a vybíhá. V půli cvičení je nutné vystřídat strany. Toto cvičení je vhodné provádět na dvě branky, kdy polovina žáků je na jedné půlce hřiště a polovina na druhé (Obrázek 8b).
- Střelba z první po otočce – žáci ve dvou zástupech na polovině hřiště, žák 1 z pravého zástupu přihrává žákovi 1 v levém zástupu a ihned běží, oběhne kužel, dostává přihrávku od žáka 1, kterému nahrál a prvním dotykem střílí na branku. Po vystřelení se zařazuje na konec opačného zástupu, než ze kterého vybíhal (Obrázek 9a). Ihned po odehrání přihrávky si první žák z levého zástupu bere míček a dělá totéž.
- Střela po přihrávce o mantinel – žáci stojí v zástupu v obou rozích za brankou, žák 1 v levém zástupu přihrává o mantinel (pokud nejsou mantinely, tak o stěnu) žákovi 1 z pravého zástupu a nabíhá si před branku, kam dostane přihrávku od žáka 1, kterému nahrál a střílí (Obrázek 9b). Po střele se zařazuje na konec druhého zástupu než vybíhal. Ihned po přihrávce absolvuje totéž žák 1 z pravé strany. Pro obměnu je možné zakončovat i „blafákem“.



Obrázek 8: (a) Střelba po přihrávce a (b) střelba po zpětné přihrávce

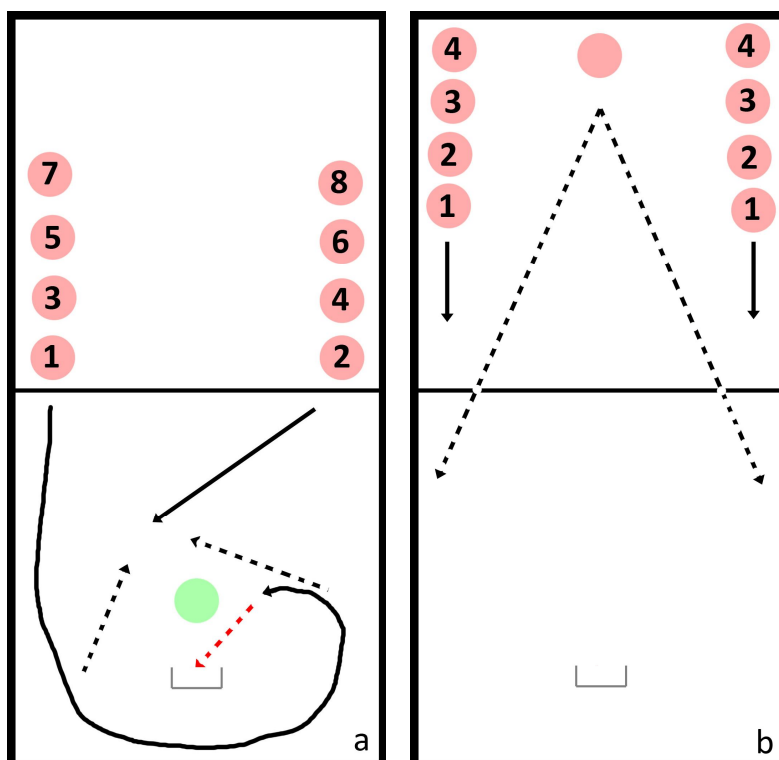


Obrázek 9: (a) Střelba z první po otočce a (b) střelba po přihrávce o mantinel

9. vyučovací hodina – herní kombinace

- 2 na 1 – žáci jsou seřazení ve dvojstupu, první dva vyběhají s jedním míčkem, musí si alespoň dvakrát přihrát a snaží se dát gól, přičemž obránce se jim snaží akci překazit. Ten, kdo z prvního páru vystřelil, brání pár číslo 3. Pozn. předchozí cvičení lze upravit povinnou přihrávkou o mantinel, nahozením na branku a následnou dorážkou.

- Křížení – výchozí i konečná situace totožná jako v předchozím, ovšem hráč s míčkem se snaží na sebe navázat obránce a předat míč za zády přebíhajícímu spoluhráči
- Přihrávka zpoza branky – žáci utvoří dva dvojstupy na půlce hřiště, hráč 1 s míčkem vybíhá za branku, hráč 2 nabíhá do prostoru před brankou. V prostoru před brankou je také obránce (rolí obránce může mít učitel, nebo žák). Hráč 1 nahrává hráči 2 před první tyčí, po obkroužení branky nebo zakončí sám (Obrázek 10a). Poté se každý vrací na konec opačného zástupu, než stál.
- Nahození – žáci jsou rozděleni do dvou zástupů na druhé straně hřiště, než je branka s brankářem. Mezi zástupy stojí žák s míčkem, který nahazuje míček za branku. Jakmile se je míček vidět před zástupy, žáci 1 (z pravého i levého zástupu) vybíhají za míčkem (Obrázek 10b). Žák, který míček dostihne jako první, se stává útočníkem a snaží se vstřelit gól, druhý se stává obráncem a brání. Rotace žáků je například taková, že nahazující žák z prostředku jde do levého zástupu, útočící do pravého a bránící jde nahazovat.



Obrázek 10: (a) Přihrávka zpoza branky a (b) nahození

10. vyučovací hodina – standardní situace, průpravná hra

- nácvik rozehrávání volného úderu (střelou, přihrávkou na volného spoluhráče, přihrávkou nakrátko a následná střela švihem) a jeho bránění (zakleknutí do osy střely, obsazování hráčů)
- nácvik trestného střelení – pro atraktivitu (i) tzv. vyřazovačku, kdy hráč musí dát gól, pokud ten před ním skóroval, jinak vypadává, nebo (ii) každý provede 5 trestných střelení a počítá si, kolikrát vstřelil gól
- průpravná hra – v počtu 3 + 1 nebo 4 + 1 (v tělocvičně o velikosti volejbalového hřiště), hra pouze na 2 doteky (tedy prvním dotekem zpracování a druhým přihrávka nebo střela, není možné s míčkem na čepeli hole běhat po tělocvičně

6.2.3 Závěrečná část

Pro závěrečnou část je nutno vyčlenit alespoň 5 minut. Je vhodné volit vyklusání, kompenzační a protahovací cviky prováděné na zemi, při kterých se žáci zklidní (Tabulka 5). Při cvičení nebo po něm je nutné zhodnotit hodinu a vyzdvihnout pokroky žáků.

Tabulka 5: Příklady cviků do závěrečné části

Skupina svalů	Popis cviku
hrudní a bederní svalstvo	vzpor klečmo, střídavě vzpor klečmo prohnutě a ohnutě
	vzpor klečmo, rotace trupu střídavě vpravo, upažení pravé a vlevo, upažení levé
bederní svalstvo	leh na zádech skrčmo přednožmo, rukama přitáhnout kolena k hrudníku
Svaly nohou a trupu	V sedu roznožném, předklon k chodidlu nohy
	V sedu roznožném, hluboký předklon doprostřed
	překážkový sed, předklon k natažené noze
Svaly nohou	vzpor klečmo na levé, unožení pravé a chodidlo na vnitřní straně, poté naopak
	leh na břiše, pokrčení levé nohy a rukama přitažení k hýždím, poté druhá noha
	leh, pokrčení levé nohy a rukama přitažení k hrudníku, poté druhá noha
	z kleku, nebo kleku roznožného, náklon těla vzad až do lehu

6.3 Ověření metodického modelu v praxi

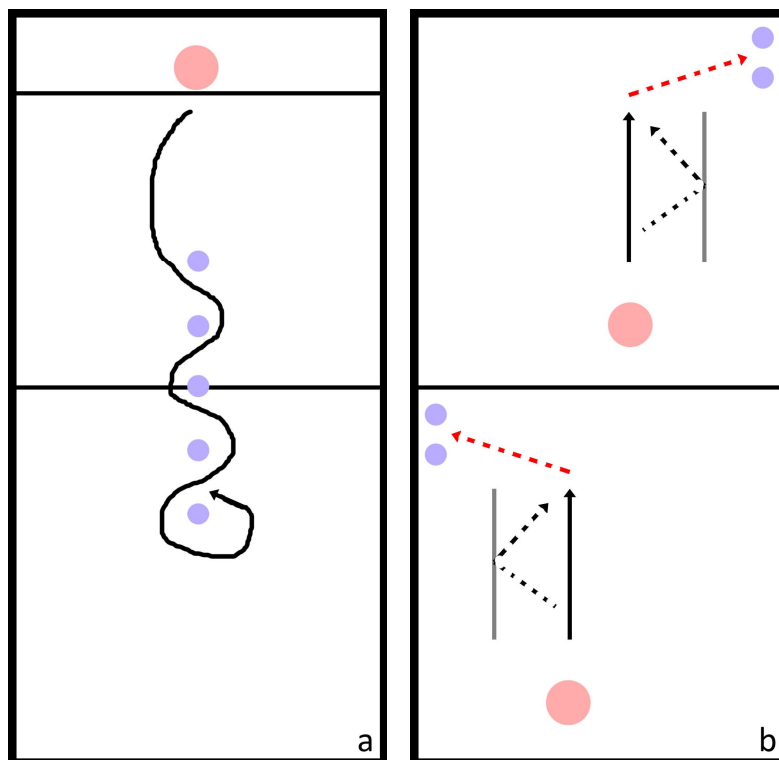
V prosinci roku 2014 byly otestovány 2 skupiny dívek a 2 skupiny chlapců ze šestých tříd na jejich dovednosti střelby, vedení míče a přihrávek na jeden dotek. Žákům byl průběh jednotlivých testů vysvětlen a předveden. Z časových důvodů měli na provedení testu jeden pokus. V případě nezaviněné komplikace absolvovali pokus náhradní (zakutálený míček pod topení, přiřetení spolužáka). Poté jedna skupina dívek (D1) a jedna skupina chlapců (H1) absolvovaly výuku podle navrženého modelu, zatímco zbývající dvě skupiny dívek (D2) a chlapců (H2), se stejný časový úsek věnovaly pouze hraní utkání. Po poslední hodině výuky florbalu žáci absolvovali stejné, výše uvedené testy.

6.3.1 Testy pro zjištění herních dovedností

- a) **Střelba** – střelba na branku z osmi metrů, každý žák měl 10 pokusů
 - na branku o rozměrech 110×100 cm, kdy na zemi před brankovou čarou ležela zábrana v podobě švédské lavičky o výšce 26 cm (střely nemohly být vedeny po zemi)
 - na branku o rozměrech 91×61 cm, kdy uprostřed stál medicinbal o průměru 28 cm (střely mohly být vedeny po zemi)

- b) **Slalom** – vedení míče kolem šesti kuželů tam a zpět, kdy kužely byly od sebe vzdáleny 1 m a první kužel ležel od výchozí a konečné pozice 5 m (Obrázek 11a).

- c) **Přihrávky** – přihrávka o položenou švédskou lavičku z 1,5 m a následná přihrávka mezi 2 kužele vzdálené 0,5 m. Každý žák absolvoval po třech pokusech na obě strany (Obrázek 11b).



Obrázek 11: (a) Slalom a (b) přihrávky

6.3.2 Výsledky měření herních dovedností

a) Střelba

Skupina CH1 měla úvodní úspěšnost střelby na větší branku maximálně 60 %, přičemž 5 žáků netrefilo branku ani jednou. Průměr úspěšnosti střelby na žáka činil 16,7 %. Maximální úspěšnost střelby se při závěrečných testech zvýšila na 80 % a pouze 2 žáci netrefili ani jednou branku. Z patnácti žáků si tři žáci zhoršili úspěšnost o 10% (což je jeden gól), nicméně devět žáků se ve střelbě zlepšilo a průměrná úspěšnost vzrostla na 30%, což je zlepšení průměrné úspěšnosti o 13,3 %.

Na malou branku se úvodní úspěšnost pohybovala od 0 do 60 % a průměrná úspěšnost na žáka činila 28,7 %. U závěrečné střelby se rozpětí úspěšnosti pohybovalo mezi 0 a 80 % a průměrná úspěšnost na žáka stoupla na 40,7%. Došlo ke zhoršení u tří žáků, dva zůstali na stejné, nenulové úspěšnosti a ostatní se zlepšili. Celkově se průměrná úspěšnost žáků zlepšila o 12 % (Tabulka 6).

Tabulka 6: Úspěšnost střelby experimentální skupiny chlapců

Iniciály	Úspěšnost střelby na větší branku v %			Úspěšnost střelby Na menší branku v %		
	úvodní	závěrečný	Rozdíl	Úvodní	závěrečný	Rozdíl
B.R.	20	10	-10	10	20	10
B.O.	20	20	0	50	40	-10
B.T.	20	40	20	30	50	20
B.J.	0	30	30	50	60	10
C.P.	0	20	20	40	30	-10
C.J.	0	0	0	10	30	20
J.F.	20	10	-10	60	80	20
K.V.	0	0	0	10	20	10
L.K.	20	50	30	10	70	60
P.M.	40	70	30	20	40	20
R.D.	0	10	10	0	30	30
S.R.	20	80	60	50	50	0
T.J.	60	50	-10	40	40	0
U.A.	10	30	20	30	50	20
W.E	20	30	10	20	0	-20
Průměr na žáka	16,7	30,0	13,3	28,7	40,7	12,0

U chlapců CH2 se úvodní úspěšnost střelby na větší branku pohybovala mezi 0 a 70 %, přičemž průměrná úspěšnost na žáka dosáhla 25 %. Závěrečná úspěšnost byla maximálně 60 %, ale v průměru na žáka činila 27 %. Průměrné zlepšení na žáka bylo tedy o pouhé 2 %.

Při střelbě na menší branku se úspěšnost střelby jednotlivých žáků pohybovala mezi 20 a 70 %, průměrná úspěšnost na žáka byla 43 %. Závěrečná úspěšnost žáků se pohybovala mezi 20 a 80 % a průměrná úspěšnost na žáka činila rovných 50 %. V průměru tedy žáci zlepšili svou úspěšnost o 7 % (Tabulka 7).

Tabulka 7: Úspěšnost střelby kontrolní skupiny chlapců

Iniciály	Úspěšnost střelby na větší branku v %			Úspěšnost střelby na menší branku v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl	úvodní	závěrečný	rozdíl
B.Y.	20	30	10	50	30	-20
D.J.	10	40	30	30	60	30
H.D.	0	20	20	20	30	10
K.M.	70	60	-10	50	80	30
M.T.	10	0	-10	20	20	0
P.J.	10	10	0	50	40	-10
R.M.	30	30	0	40	50	10
S.F.	60	30	-30	60	80	20
T.J.	30	20	-10	70	60	-10
Z.F.	10	30	20	40	50	10
Průměr na žáka	25,0	27,0	2,0	43,0	50,0	7,0

Z výše uvedeného vyplývá, že úvodní úspěšnost střelby na větší branku u CH1 byla o 8,3 % menší než u CH2. Ovšem v závěrečných testech měli již CH1 průměrnou úspěšnost větší o 11,3 % v porovnání s CH2. U střelby na menší branku měla CH1 také menší úvodní průměrnou úspěšnost (o 14,3 %) v porovnání s CH2. Přesto, že skupina CH1 měla i v závěrečném testu menší úspěšnost (o 9,3%), došlo u této skupiny k většímu zlepšení (o 5 %) než v případě skupiny CH2 (Tabulka 8).

Tabulka 8: Porovnání výsledků střelby u skupin chlapců

Chlapci	Úspěšnost střelby na větší branku v %			Úspěšnost střelby na menší branku v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl	úvodní	závěrečný	rozdíl
Modelová výuka (CH1)	16,7	30	13,3	28,7	40,7	12
Hrající utkání (CH2)	25	27	2	43	50	7
Rozdíl (CH1-CH2)	-8,3	3	11,3	-14,3	-9,3	5

U dívek D1 byla úvodní průměrná úspěšnost střelby na větší branku pouhých 1,4 %, protože pouze dvě dívky trefily jedenkrát branku. Závěrečná úspěšnost pak v průměru na žáky byla 11,4 %, a tak se celkově úspěšnost střelby na větší branku zlepšila průměrně o 10 % na dívku.

Při úvodní střelbě na menší branku se úspěšnost pohybovala mezi 10 a 50 % a v průměru 28,6 %. Závěrečná úspěšnost se pohybovala mezi 10 a 70 %, v průměru 41,4 % na žáka. Celkové došlo k zlepšení úspěšnosti ve střelbě na menší branku v průměru

o 12,8 %. V obou střelbách zaznamenaly všechny dívky buď zlepšení nebo stagnaci (Tabulka 9).

Tabulka 9: Úspěšnost střelby experimentální skupiny dívek

Iniciály	Úspěšnost střelby na větší branku v %			Úspěšnost střelby na menší branku v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl	úvodní	závěrečný	rozdíl
B.A.	0	20	20	20	30	10
C.E.	0	20	20	30	60	30
H.M.	0	0	0	30	60	30
H.D.	10	30	20	50	60	10
H.R.	0	0	0	20	30	10
J.S.	0	0	0	10	10	0
J.M.	0	10	10	40	70	30
N.M.	10	10	0	20	30	10
Š.L.	0	0	0	30	40	10
Š.N.	0	10	10	20	40	20
Š.M.	0	0	0	40	40	0
Š.J.	0	40	40	20	40	20
Š.A.	0	0	0	40	40	0
T.V.	0	20	20	30	30	0
Průměr na žáka	1,4	11,4	10,0	28,6	41,4	12,9

U skupiny D2 byla úvodní úspěšnost střelby na velkou branku 12,5 %, kdy se úspěšnost jednotlivých dívek pohybovala mezi 0 a 40 %. Při závěrečném měření došlo ke zlepšení u 3 dívek a 3 dívky se zhoršily. Úspěšnost jednotlivých dívek se pohybovala mezi 0 a 30 % a v průměru se procentuální úspěšnost dívek zlepšila pouze o 0,8 %. Při střelbě na menší branku se úvodní úspěšnost pohybovala mezi 0 a 60 %, přičemž průměrná úspěšnost na dívku činila 23,3 %. Závěrečná úspěšnost se pohybovala mezi 10 a 50 % a průměrná úspěšnost byla 27,5 %. Celkově se v průměru dívky zlepšily o 4,2 % ve střelbě na menší branku (Tabulka 10).

Tabulka 10: Úspěšnost střelby kontrolní skupiny dívek

Iniciály	Úspěšnost střelby na větší branku v %			Úspěšnost střelby na menší branku v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl	úvodní	závěrečný	rozdíl
A.E.	0	0	0	30	20	-10
Č.A.	20	10	-10	20	40	20
D.M.	0	0	0	60	50	-10
H.A.	10	10	0	20	30	10
P.B.	10	10	0	30	10	-20
P.K.	0	10	10	20	20	0
R.I.	20	20	0	0	10	10
R.A.	0	30	30	20	30	10
S.A.	40	30	-10	30	50	20
S.E.	20	30	10	20	10	-10
S.N.	10	10	0	20	40	20
Ž.Ž.	20	0	-20	10	20	10
Průměr na žáka	12,5	13,3	0,8	23,3	27,5	4,2

Úvodní i závěrečná průměrná úspěšnost střelby na větší branku skupiny D1 byla menší, než u skupiny D2. Skupina D1 měla úvodní úspěšnost horší o 11,1 % v porovnání se skupinou D2, nicméně závěrečná byla horší již pouze o 1,9 %. Z toho vyplývá, že se dívky absolvující modelovou výuku celkově zlepšily o 9,2 % více než D2.

Ve střelbě na menší branku byly v úvodních i závěrečných testech naopak lepší dívky D1. V úvodních testech byly lepší o 5,3 %, v závěrečných již o 13,9 % v porovnání s D2. Z toho je patrné, že celkové zlepšení úspěšnosti bylo u skupiny D1 větší a to o 8,7 % (Tabulka 11).

Tabulka 11: Porovnání výsledků střelby u skupin dívek

Dívky	Úspěšnost střelby na větší branku v %			Úspěšnost střelby na menší branku v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl	úvodní	závěrečný	rozdíl
Modelová výuka (D1)	1,4	11,4	10	28,6	41,4	12,9
Hrající utkání (D2)	12,5	13,3	0,8	23,3	27,5	4,2
Rozdíl (D1-D2)	-11,1	-1,9	9,2	5,3	13,9	8,7

b) Slalom

Chlapci CH1 měli průměrný úvodní čas 21 s, kdy nejrychlejší zvládl slalom za 9,8 s a nejpomalejší za 42,2 s. Závěrečný průměrný čas byl 13,7 sekund, což je o 7,3 vteřin lepší čas než úvodní. U dvou žáků došlo ke zhoršení času přibližně o 11 %, ostatní zlepšili svůj čas o 5,5 až 68,5 %, V průměru na žáka se zlepšil čas o 25,9 % (Tabulka 12).

Tabulka 12: Časy slalomu experimentální skupiny chlapců

Iniciály	Slalom [s]			zlepšení času v %
	úvodní	závěrečný	rozdíl	
B.R.	13,6	15,2	1,6	-11,4
B.O.	25,3	8,0	-17,3	68,5
B.T.	42,2	16,2	-26,0	61,7
B.J.	25,7	14,4	-11,3	43,9
C.P.	32,2	23,5	-8,7	27,1
C.J.	33,1	16,0	-17,1	51,7
J.F.	9,8	9,3	-0,5	5,3
K.V.	25,3	19,0	-6,3	24,9
L.K.	10,9	9,8	-1,1	10,2
P.M.	10,1	9,6	-0,6	5,5
R.D.	20,7	10,9	-9,9	47,5
S.R.	20,9	13,0	-7,8	37,6
T.J.	10,3	11,4	1,1	-10,9
U.A.	16,3	13,7	-2,6	15,8
W.E.	18,4	16,3	-2,1	11,4
Průměr na žáka	21,0	13,7		25,9

U chlapců CH2 se úvodní čas slalomu pohyboval od 10,6 do 28,2 sekund, přičemž průměrný čas na žáka byl 18,2 s. Konečný čas se pohyboval od 9,4 s do 22,6 s, což je v průměru 17,4 s na žáka. Čtyři žáci svůj čas zhoršili o 5,5 až 27,1 %, ostatní se zlepšili. Průměrné zlepšení času je 2,9 % na žáka (Tabulka 13).

Tabulka 13: Časy slalomu kontrolní skupiny chlapců

Iniciály	Slalom [s]			zlepšení času v %
	úvodní	závěrečný	Rozdíl	
B.Y.	14,2	15,2	1,0	-6,7
D.J.	18,0	17,0	-1,0	5,7
H.D.	28,2	22,6	-5,6	19,9
K.M.	10,6	9,4	-1,2	10,9
M.T.	15,3	19,4	4,1	-27,1
P.J.	24,2	18,4	-5,8	24,0
R.M.	21,0	22,2	1,2	-5,5
S.F.	15,0	12,7	-2,3	15,4
T.J.	17,5	18,9	1,4	-8,1
Z.F.	18,3	18,1	-0,2	0,9
Průměr na žáka	18,2	17,4		2,9

Úvodní průměrný čas slalomu měla lepší skupina CH2 a to o 2,8 s, ovšem závěrečný čas měla již lepší skupina CH1, konkrétně o 3,7 s. Chlapci CH1 v průměru zlepšili svůj čas o 25,9 %, což je o 23 % více než průměrné zlepšení chlapců CH2 (Tabulka 14).

Tabulka 14: Porovnání výsledků slalomu u skupin chlapců

Chlapci	Slalom [s]		
	úvodní	závěrečný	zlepšení času v %
Modelová výuka (CH1)	21	13,7	25,9
Hrající utkání (CH2)	18,2	17,4	2,9
Rozdíl (CH1-CH2)	2,8	-3,7	23

U dívek D1 byl úvodní čas slalomu mezi 16 a 44 s a průměrný čas na dívku činil 30,6 s. Konečný čas se pohyboval mezi 13,2 a 26,5 s a průměrný čas na dívku byl 17,5 s, přičemž všechny se zlepšily. Procentuálně měly konečný čas o 7,7 až 59 % lepší než úvodní, což je v průměru 40,3 % (Tabulka 15).

Tabulka 15: Časy slalomu u experimentální skupiny dívek

Iniciály	Slalom [s]			zlepšení času v %
	úvodní	závěrečný	rozdíl	
B.A.	44,4	26,5	-18,0	40,4
C.E.	35,2	15,1	-20,1	57,0
H.M.	32,8	13,4	-19,3	59,0
H.D.	20,5	14,6	-5,9	29,0
H.R.	30,3	17,7	-12,6	41,6
J.S.	33,2	20,9	-12,3	37,0
J.M.	16,0	14,2	-1,8	11,0
N.M.	39,0	16,3	-22,8	58,3
Š.L.	38,4	19,1	-19,3	50,2
Š.N.	29,8	16,2	-13,5	45,4
Š.M.	36,7	21,8	-14,9	40,7
Š.J.	25,7	15,7	-10,0	38,9
Š.A.	22,1	20,4	-1,7	7,7
T.V.	25,1	13,2	-11,9	47,4
Průměr na žáka	30,6	17,5		40,3

U dívek D2 byl úvodní čas slalomu mezi 12,6 a 26,5 s. Průměrný čas na dívku činil 19,3 s. Konečný čas se pohyboval mezi 12,7 a 33,3 s, přičemž průměrný čas na dívku byl rovněž 19,3 s. Sedm dívek se zlepšilo a pět zhoršilo. Procentuálně měly konečný čas o 43,1 % horší až 34,5 % lepší než úvodní, v průměru to je nepatrné zlepšení o 0,9 % (Tabulka 16).

Tabulka 16: Časy slalomu kontrolní skupiny dívek

Iniciály	Slalom [s]			zlepšení času v %
	úvodní	závěrečný	rozdíl	
A.E.	23,3	33,3	10,0	-43,1
Č.A.	24,9	16,3	-8,6	34,5
D.M.	18,4	18,7	0,3	-1,7
H.A.	19,0	18,4	-0,6	3,2
P.B.	26,5	27,6	1,1	-4,2
P.K.	22,8	29,9	7,1	-31,1
R.I.	12,5	12,7	0,2	-1,6
R.A.	18,8	13,7	-5,2	27,4
S.A.	12,6	11,5	-1,1	8,6
S.E.	13,6	12,7	-0,9	6,3
S.N.	17,1	16,9	-0,2	1,2
Ž.Ž	22,7	20,2	-2,5	10,9
Průměr na žáka	19,3	19,3		0,9

Úvodní čas slalomu skupiny D2 byl o 11,3 s lepší než u skupiny D1. Skupina D1 se ovšem v závěrečných testech zlepšila, zatímco dívky D2 měly průměrný závěrečný čas stejný jako úvodní. Z tohoto důvodu měla skupina D1 závěrečný průměrný čas o 1,8 s rychlejší než D2. Z porovnání procentuálního průměrného zlepšení dívek vyplývá, že skupina D1 zlepšila svůj úvodní čas o 39,4 % více než D2 (Tabulka 17).

Tabulka 17: Porovnání výsledků slalomu u skupin dívek

Dívky	Slalom [s]		
	úvodní	závěrečný	zlepšení času v %
Modelová výuka (D1)	30,6	17,5	40,3
Hrající utkání (D2)	19,3	19,3	0,9
Rozdíl (D1-D2)	11,3	-1,8	39,4

c) Příhrávka

Úspěšnost příhrávek chlapců CH1 byla v úvodních testech v průměru 37,8 % (což jsou přibližně dvě příhrávky ze šesti). Přičemž 4 žáci měli úspěšnost 0% a nejvyšší zaznamenaná úspěšnost byla 100% u jednoho žáka. V závěrečných testech byla průměrná úspěšnost na žáka 62,2 %, přičemž pouze jeden žák měl úspěšnost 0 % a dva žáci dosáhli 100 % úspěšnosti. Čtyři žáci z patnácti se nezlepšili, u ostatních došlo ke zlepšení. Celkově došlo ke zlepšení v průměru o 24,4 % na žáka (Tabulka 18).

Tabulka 18: Úspěšnost přihrávek experimentální skupiny chlapců

Iniciály	Úspěšnost přihrávek v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl
B.R.	0	67	67
B.O.	67	100	33
B.T.	0	17	17
B.J.	0	67	67
C.P.	17	67	50
C.J.	0	0	0
J.F.	83	83	0
K.V.	33	50	17
L.K.	100	100	0
P.M.	50	50	0
R.D.	33	50	17
S.R.	33	67	33
T.J.	50	83	33
U.A.	50	67	17
W.E.	50	67	17
Průměr na žáka	37,8	62,2	24,4

Úspěšnost přihrávek skupiny CH2 se v úvodních testech pohybovala od 33 do 67 %, v průměru to činilo 55 % na žáka. V závěrečných testech se 3 žáci zhoršili, jeden měl stejnou úspěšnost a ostatních 6 se zlepšilo. Úspěšnost jednotlivých chlapců se pohybovala od 17 do 100 %, kdy obou krajních hodnot dosáhli shodně dva chlapci. Závěrečná průměrná úspěšnost přihrávek na žáka byla 63,3 %, což je o 8,3 % lepší než úvodní (Tabulka 19).

Tabulka 19: Úspěšnost přihrávek kontrolní skupiny chlapců

Iniciály	Úspěšnost přihrávek v %		
	úvodní	závěrečný	Rozdíl
B.Y.	50	50	0
D.J.	67	83	17
H.D.	33	17	-17
K.M.	67	100	33
M.T.	50	67	17
P.J.	50	17	-33
R.M.	33	67	33
S.F.	67	100	33
T.J.	67	50	-17
Z.F.	67	83	17
Průměr na žáka	55,0	63,3	8,3

Skupina CH2 měla úvodní (o 17,2 %) i závěrečnou (o 1,1 %) úspěšnost přihrávek vyšší než skupina CH1. Ovšem zlepšení měla větší skupina CH1 než CH2 a to o 16 % (Tabulka 20).

Tabulka 20: Porovnání výsledků přihrávek u skupin chlapců

Chlapci	Úspěšnost přihrávek v %		
	úvodní	Závěrečný	rozdíl
Modelová výuka (CH1)	37,8	62,2	24,4
Hrající utkání (CH2)	55	63,3	8,3
Rozdíl (CH1-CH2)	-17,2	-1,1	16,1

Úspěšnost přihrávek skupiny D1 byla v úvodních testech v průměru 21,4 % na dívku. Úspěšnost jednotlivých dívek se pohybovala od 0 %, kterou zaznamenalo 5 dívek ze 14, do 67 %. V závěrečných testech se jedna dívka zhoršila, ostatní se zlepšily. Úspěšnost jednotlivých dívek byla na konci od 33 do 83 %, což je v průměru 53,6 % na žáka a zlepšení o 32,1 % na žáka (Tabulka 21).

Tabulka 21: Úspěšnost přihrávek experimentální skupiny dívek

Iniciály	Úspěšnost přihrávek v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl
B.A.	33	50	17
C.E.	67	50	-17
H.M.	0	33	33
H.D.	67	83	17
H.R.	0	33	33
J.S.	17	33	17
J.M.	17	50	33
N.M.	33	67	33
Š.L.	33	67	33
Š.N.	17	50	33
Š.M.	0	33	33
Š.J.	0	67	67
Š.A.	17	67	50
T.V.	0	67	67
Průměr na žáka	21,4	53,6	32,1

Úspěšnost přihrávek skupiny D2 byla v úvodních testech v průměru 38,9 % na žáka. Úspěšnost jednotlivých dívek byla od 17 do 67 %. V závěrečných testech se dvě dívky zhoršily, čtyři podaly stejný výkon a ostatních šest se zlepšilo. Úspěšnost

jednotlivých dívek byla na konci od 33 do 67 %, což je v průměru 51,4 % na žáka a zlepšení o 12,5 % na žáka (Tabulka 22).

Tabulka 22: Úspěšnost přihrávek kontrolní skupiny dívek

Iniciály	Úspěšnost přihrávek v %		
	úvodní	závěrečný	rozdíl
A.E.	33	50	17
Č.A.	50	50	0
D.M.	17	33	17
H.A.	17	83	67
P.B.	67	33	-33
P.K.	33	33	0
R.I.	33	50	17
R.A.	17	67	50
S.A.	67	67	0
S.E.	67	50	-17
S.N.	33	33	0
Ž.Ž.	33	67	33
Průměr na žáka	38,9	51,4	12,5

Úvodní průměrnou procentuální úspěšnost přihrávek měla vyšší skupina D2, konkrétně o 17,5 %, než D1. Ale závěrečnou úspěšnost již měla skupina D2 horší než D1 o 2,2 %. V porovnání průměrného zlepšení se skupina D1 zlepšila o 19,6 % více než D2 (Tabulka 23).

Tabulka 23: Porovnání výsledků přihrávek u skupin dívek

Dívky	Úspěšnost přihrávek v %		
	úvodní	Závěrečný	rozdíl
Modelová výuka (D1)	21,4	53,6	32,1
Hrající utkání (D2)	38,9	51,4	12,5
Rozdíl (D1-D2)	-17,5	2,2	19,6

Skupina CH1 se v průměru ve všech testech zlepšila o 18,9 % a skupina D1 o 23,8 %. V průměru se tedy experimentální skupiny zlepšily o 21,4 %, zatímco kontrolní skupiny se v průměru zlepšily pouze o 4,9 % (o 16,5 % méně).

7 Diskuse

Tato kapitola se zabývá diskusí výsledků získaných pomocí dotazníkového šetření na jedenácti základních školách na území hlavního města Prahy a pokusu, při kterém byla aplikována modelová výuka na vybrané skupiny žáků.

Pro rozdáání dotazníků jsem přednostně oslovovala fakultní školy spolupracující s pedagogickou fakultou Univerzity Karlovy. Ve školách jsem pomocí e-mailu oslovovala zástupce ředitele nebo přímo učitele tělesné výchovy. Překvapilo mě velké množství škol, které na zaslaný e-mail neodpověděly, přestože jsem již nepsala na ty školy, které nebyly ochotny spolupracovat již při psaní mé bakalářské práce. Vzhledem k malému zájmu ze strany škol nebylo možné si vybírat, a tak se domnívám, že výběr škol lze považovat za náhodný.

Při aplikaci navržené modelové výuky jsem se naopak setkala s ochotným jednáním paní ředitelky a zástupkyně základní školy Bohumila Hrabala, které mi vyšly vstříc při sestavování rozvrhu a umožnily mi učit jednu třídu chlapců a jednu třídu dívek ze šestých tříd, abych mohla tento experiment praktikovat. Pan učitel, který vyučoval kontrolní třídu dívek a chlapců ochotně přijal mou prosbu a daný počet hodin s těmito třídami hrál florbalová utkání. Myslím si, že pro žáky byly dovednostní testy zpestřením a přijali je s jistou mírou zvědavosti. Při vlastní výuce jsem byla nemile překvapena počáteční nešikovností dívek a nekázní chlapců, ale o to více jsem byla překvapena z pozitivních výsledků testů po skončení experimentální blokované výuky.

Cílem této diplomové práce bylo zmapování výuky florbalu, jeho oblíbenosti u žáků včetně znalosti pravidel, získání informací o materiálně-prostorové výbavě škol a zjištění míry zlepšení žáků při modelové výuce v rozsahu jedenácti vyučovacích hodin. Bylo stanoveno šest hypotéz, z nichž některé se potvrdily a některé vyvrátily na základě odpovědí respondentů a provedeného experimentu.

H1 Na více než polovině základních škol jsou podmínky pro florbal nevyhovující, tedy absence mantinelů, nedostatek hokejek pro všechny žáky ve třídě a velikost tělocvičny nedosáhne ani velikosti florbalového hřiště mladších žáků (32×16 m). Tato hypotéza se potvrdila částečně. Velikost tělocvičen není velká a možností ke zlepšení příliš není, neboť většina škol je v zástavbě a není možné tělocvičnu zvětšit. Jedna škola z vybraných má tělocvičnu větší než rozměry hřiště pro mladší žáky, ostatní tělocvičny

jsou menší. Řešením, jak hrát florbal v hodinách tělesné výchovy je úprava pravidel a hraní utkání s menším počtem hráčů v poli (4+1 nebo 3+1, podle velikosti tělocvičny). Problémem ovšem je, že skupiny žáků na tělesnou výchovu jsou příliš velké, na což poukázali někteří učitelé. V takto velkých skupinách je nutné zavést střídání žáků, což ovšem přináší negativa v podobě kratšího času stráveného na hřišti nebo nekázně na střídačce. Toto se obzvláště projeví při extrémně velkém počtu žáků (např. 24), kdy je nutné žáky rozdělit např. do šesti družstev.

Pro plnohodnotnou výuku florbalu je dále potřeba materiální vybavení, konkrétně dvě branky, mantinely, dvě brankářské masky a jedna hokejka a míček pro každého žáka vyučované skupiny. Mantinely má pouze jedna z dotázaných škol, nicméně místo mantinelů lze většinou využít stěny tělocvičny a hra tak neztrácí na své pestrosti. Oproti tomu alespoň dvě branky a brankářské masky mají na každé z dotázaných škol. Nicméně kompletní brankářskou výstroj pro oba brankáře mají jen na 55 % škol. Hokejku pro všechny žáky všech skupin mají oproti předpokladu na 64 % škol, míček na každého žáka potom na 82 % škol. Vybavení některých škol by mohlo být vyšší úrovní a myslím, že do budoucna se bude zlepšovat. Hodně záleží na učitelích, jak se dokáží daným podmínkám přizpůsobit a umožnit žákům co nejlepší zážitek ze hry. Navíc s nedostatkem materiálního vybavení se dá vypořádat i jiným způsobem, například, že žáci mají za úkol přinést si na tělesnou výchovu svou hokejku.

Prostorově-materiálním vybavením škol se již v roce 2003 zabýval ve své diplomové práci Radek Mirovský, ale v tomto případě šlo o benešovský region. Autor rovněž v daném regionu zjistil nedostatečné prostorové podmínky, konkrétní průměr velikosti tělocvičen byl 12,5×22,6 m, což je jen nepatrně lepší než v Praze (11×22 m). Mantinely tehdy na Benešovsku neměli na žádné škole, dvě branky měli na jen na 71 % škol a hokejka pro každého žáka nebyla k dispozici dokonce v 82 % škol (Mirovský, 2003). Tento rozdíl oproti aktuálním výsledkům v Praze může být dán ekonomickou situací škol v různých oblastech, ale spíše bych se přiklonila k faktu, že nyní je florbal mnohem více rozšířen než před dvanácti lety, a proto se dá očekávat lepší vybavenost škol pro tuto hru.

H2 Zařazení florbalu do 15 až 25 % vyučovacího času tělesné výchovy, přičemž více než 70 % bude hraní utkání. Tato hypotéza se nepotvrdila. Učitelé dle svých odpovědí zařazují florbal do výuky méně často, než jsem předpokládala. V průměru se učitelé věnují florbalu pouhých 10 % vyučovacího času, což činí 19 % z času, který

vyučují sportovní hry. Patrně nemalý vliv na tuto skutečnost mají materiálně-prostorové podmínky, počty žáků ve skupinách a dále obeznámení učitelů s florballem, jelikož pouhých 32 % učitelů se seznámilo s florballem při studiu vysoké školy. Domnívám se, že pouhé informace od kolegů či vyhledávání na internetu nemůžou vynahradit metodiku a praxi ze studia.

Utkáním je věnováno v průměru 60 % času, což je méně než jsem očekávala. Nicméně polovina učitelů se hraní utkání věnuje 70 a více % času. Mohlo by to svědčit o tom, že mnozí učitelé neopomíjejí průpravná a herní cvičení. Tato cvičení jsou velmi důležitá pro rozvoj herních dovedností, jak bylo mimo jiné zjištěno v experimentu. Tento údaj přibližně odpovídá zjištění z bakalářské práce, kdy 47 % učitelů uvedlo, že hrají utkání sportovních her polovinu času, 17 % více než polovinu, 11 % většinu a 5 % méně než polovinu času (Grešlová, 2013).

H3 Znalost pravidel florbalu žáky bude v průměru nižší než 60 %. Tato hypotéza se potvrdila. Žáci prokázali velmi špatnou znalost pravidel. Zatímco u některých otázek se dala neznalost očekávat (například hrací doba utkání), u jiných byl nízký stupeň znalosti opravdu překvapivý. Snad každý učitel se snaží v první řadě dbát na bezpečnost, proto by se mělo nejprve vštípit žákům pravidlo o zvedání hokejky, tedy že míček se smí hrát po kolena a hokejka se smí zvednout maximálně do výšky pasu. Zjištění, že přibližně pouze 55 % žáků ví, že smí hrát míček maximálně do výšky kolen je alarmující, jelikož může docházet k zdraví nebezpečné hře. Naopak informaci, že při střele nesmí hokejku zvednout nad úroveň pasu, mají žáci zafixovanou dobře, ovšem někteří až příliš úzkostlivě. Mnoho žáků se totiž domnívá, že při náprahu na střelu nesmí zvednout hokejku nad úroveň kolen a neznalost tohoto pravidla by se odrazila v malém náprahu při střelbě přiklepnutím. Tento nesoulad může být zapříčiněn faktem, že žáci zaměňují povolené zvednutí hokejky při hraní míčku a při náprahu na střelu.

Dalšími pravidly důležitými pro bezpečnost, v tomto případě pro brankáře, je pravidlo malého brankoviště (které zná přibližně 40 % dotázaných), kam nesmí vstoupit žádný hráč i pravidlo velkého brankoviště (které zná přibližně 50 % žáků), kde může brankář chytat míček do ruky. Pokud se žáci pohybují ve velkém brankovišti, měli by vědět, že zde brankář může sáhnout po míčku rukou. Na nízkou znalost těchto pravidel má patrně vliv, že ve většině škol (64 %) chybí velké a minimálně v 46 % škol malé brankoviště. Ovšem s absencí těchto brankovišť se lze vypořádat např. pomocí jiných čar

na hrací ploše. Jako velké brankoviště lze třeba využít vymezené území pod basketbalovým košem.

Z hlediska bezpečnosti je také důležité, aby hráči nehráli ve výskoku, přičemž toto pravidlo zná většina chlapců (72 %) a více než polovina (54 %) dívek. Při hře ve výskoku může dojít ke zranění jak žáka, který se snaží zahrát míček dle pravidel, tak vyskakujícího. Rovněž je dobré znát, že je ve florbalu povolen fyzický kontakt, ale pouze ramenem. Je zakázáno strkat rukama, loktem, bokem a podobně. Toto pravidlo zná 65 % chlapců a 44 % dívek. Lepší znalost těchto pravidel ze strany chlapců oproti dívkám by mohla být způsobena jejich agresivnější hrou, která si vynutí následné upozornění na tato pravidla ze strany učitele.

V průměru všech otázek zná pravidla 39 % dívek a 53 % chlapců, celkově je tedy znalost pravidel 46 %. Mírně lepší znalosti pravidel chlapců oproti dívkám by mohla být dána větší oblíbeností i aktivitou ze strany chlapců. Je nutno podotknout, že méně než poloviční znalost pravidel znamená nesplnění cíle RVP o znalosti pravidel sportovní hry.

H4 Mezi nejoblíbenější florbalové aktivity žáků patří utkání a při nácviku střelba. **Tato hypotéza se potvrdila.** Utkání bývají vždy oblíbená a každý si v nich může najít to, co ho baví. Žáci mohou střílet, bránit nebo chytat, navíc ti, kteří sportovní hry nemají rádi, nemusí být aktivní a často se nechávají střídat. Utkání baví 44 % dívek a 70 % chlapců. Nácvik herních dovedností obecně bývá méně oblíbenou činností, avšak střelba je pestrá, žáci prožívají radost ze vstřeleného gólu a v neposlední řadě je jednoduchá na organizaci a fyzicky méně náročná. Střelba je oblíbená u 44 % dívek a 66 % chlapců. Naopak nejméně oblíbenou činností se ukázalo být u obou pohlaví bránění, což může být dáno obtížností odebrání míčku, který má hráč pod kontrolou nebo skutečností, že při bránění nelze vstřelit gól.

H5 Žáci, kteří absolvují modelovou výuku, se zlepšili o více než 10 % vzhledem k počátečnímu stavu. **Tato hypotéza se potvrdila.** Obě skupiny se v každém z testů zlepšily o 10 % a více. Zlepšení u jednotlivých žáků kolísalo, v některých případech došlo k mírnému zhoršení, ale v celkovém pohledu došlo ke zlepšení. Ve střelbě se dívky v průměru zlepšily přibližně o 11 % a chlapci o 13 %. V případě střelby na větší branku se zlepšení odvíjelo hlavně od faktu, do jaké míry si žáci osvojili techniku střelby do horních částí branky. Při střelbě na menší branku šlo především o přesnost střelby, tedy způsob ovládání hokejky a zvolený typ střely.

Ve slalomu mnohem výrazněji zlepšily svůj čas dívky (o 40,3 %) než chlapci (o 25,9 %). Tuto skutečnost bych přisoudila tomu, že chlapci ve svém volném čase mnohem častěji přijdou do styku s hokejkou a proto ji uměli již při počátečních testech lépe ovládat. Při přihrávce byla situace obdobná, kdy dívky zlepšily svou úspěšnost o 23,8 % a chlapci o 18,9 %. Někteří chlapci při závěrečných testech zbytečně kazili, kdy se snažili zvládnout cvičení co nejrychleji a nepřizpůsobili rychlost svým schopnostem.

Nemalý vliv na výsledky všech měla snaha a přístup žáků. Subjektivně se mi zdálo, že se při úvodních testech se žáci více snažili a šlo jim o co nejlepší výsledek, protože šlo o novou věc. Naopak u závěrečných testů již opadla původní zvědavost a někteří je nebraly příliš vážně. Podle mě toto výsledky příliš neovlivnilo, jelikož by pravděpodobně při svědomitém přístupu k oběma testům bylo závěrečné zlepšení ještě větší. Závěrečné testy mohla kladně ovlivnit skutečnost, že někteří žáci již měli své florbalové hole, které si v průběhu výuky půjčili či pořídili. Nicméně si nemyslím, že by byl vliv této skutečnosti příliš velký, neboť někteří žáci měli své kvalitnější hokejky než ty školní již na úvodní testy a ochotně je půjčovali spolužákům.

H6 Dojde k většímu zlepšení individuálních herních činností u žáků, kteří prošli modelem výuky, než u těch, kteří ve stejném počtu vyučovacích jednotek pouze hráli. Experimentální skupina selepší o více než 5 % vzhledem ke kontrolní skupině. Tato hypotéza se potvrdila. Ve všech testech se zlepšili více žáci, kteří absolvovali modelovou výuku. Ve srovnání s kontrolní skupinou, bylo zlepšení experimentální skupiny vždy minimálně o 5 % větší. Ve střelbě bylo výraznější zlepšení experimentální skupiny chlapců především u pokusů na velkou branku (o 11,3 %), kdy bylo nutno střílet do její horní části. Výchozí procentuální úspěšnost byla u obou branek vyšší u kontrolní skupiny než u experimentální. Konečná procentuální úspěšnost již byla u střelby na velkou branku vyšší u experimentální skupiny, u malé branky nikoliv. Z toho lze usoudit, že se při hraní utkání zlepšuje mnohem méně střelba do horních částí branky než střelba po zemi, zatímco u modelové výuky dochází k celkovému zlepšení.

V případě slalomu byl výchozí čas kontrolní skupiny dívek i chlapců lepší než u experimentální, avšak v závěrečných testech tomu bylo naopak. Kdy chlapci z experimentální skupiny zlepšili svůj čas o 23 % více než chlapci z kontrolní skupiny, u dívek to bylo dokonce o 39 %. Zde je vidět výrazná progres v dovednosti ovládnutí hole a vedení míčku při modelové výuce.

U přihrávek měli chlapci z experimentální skupiny horší úspěšnost než z kontrolní skupiny v úvodu i v závěru, avšak zlepšili se o 24 %, což je o 16 % výraznější zlepšení než u kontrolní skupiny. Dívky z experimentální skupiny měly úvodní úspěšnost horší než dívky z kontrolní skupiny, avšak závěrečný test již dopadl obráceně. Dívky, které prošly modelovou výukou, se tedy zlepšily a to téměř o 20 % více než dívky z kontrolní skupiny.

Obecně lze říci, že kontrolní skupiny byly v úvodních testech lepší než experimentální. Vzhledem k lepším úvodním výsledkům u kontrolních skupin jsem měla obavy, že jejich zlepšení bude omezeno kvalitními výsledky již v úvodu. Nicméně v závěrečných testech dopadly o trochu lépe experimentální skupiny a jejich zlepšení bylo mnohem výraznější oproti kontrolním skupinám, proto se domnívám, že lepší úvodní výkonnost kontrolních skupin výsledky neovlivnila.

8 Závěry

Cílem diplomové práce bylo zjistit materiálně-prostorové možnosti výuky florbalu na druhém stupni základních škol, znalost jeho pravidel mezi žáky a vztah učitelů i žáků k jeho výuce. Bylo zpracováno 652 dotazníků od žáků a 19 od učitelů a za pomoci získaných poznatků byl navržen model výuky florbalu pro druhý stupeň základní školy. Takto navržená modelová výuka byla následně ověřena v pedagogické praxi na dvou experimentálních a dvou kontrolních skupinách šestých tříd na základní škole Bohumila Hrabala. Následně byl vyhodnocen její přínos.

Na začátku zpracovávání diplomové práce bylo položeno pět problémových otázek, na které byly nalezeny odpovědi. Rovněž bylo stanoveno 6 hypotéz, 4 se potvrdily, 1 se potvrdila pouze částečně a 1 se nepotvrdila. Na základě výzkumu jsem dospěla k následujícím závěrům:

- **Na základních školách nejsou vhodné prostorové podmínky pro výuku florbalu, avšak materiální vybavení je v 64 % dotázaných škol dostačující.**
- **Florbal je na druhém stupni základních škol vyučován nejčastěji průběžně (84 %), nikoliv blokovou výukou a je mu věnována přibližně desetina vyučovacích hodin, ve kterých více než polovinu času tvoří hraní utkání.**
- **Žáci mají nízkou úroveň znalosti pravidel, přičemž chlapci prokázali o 14 % lepší vědomosti než dívky.**
- **Florbal je u žáků druhého stupně základní školy oblíbenou sportovní hrou, nejoblíbenější činností při hodinách florbalu je hraní utkání a střelba, nejméně oblíbené je bránění.**
- **Po realizaci navržené modelové výuky florbalu, která zohledňovala informace získané dotazníkovým šetřením, se experimentální skupiny zlepšily o 21 % oproti původnímu stavu.**
- **U žáků, kteří se zúčastnili modelové výuky, došlo v průměru k většímu zlepšení (o 17 %), než u žáků v kontrolních skupinách, kteří hráli pouze utkání.**

Diplomová práce může být využita jako metodická příručka pro učitele tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a nižších gymnázií, jelikož navržený model výuky je možné díky zohlednění materiálně-prostorového vybavení využít i v jiných školách. Zároveň by se navržená modelová výuka dala praktikovat i na středních školách, nicméně bylo by vhodné zařadit některá složitější cvičení. Byla potvrzena skutečnost, že pro účinné zlepšování florbalových dovedností je důležité provádět průpravná a herní cvičení a že znatelného zlepšení florbalových dovedností žáků lze dosáhnout i v tělocvičnách menších rozměrů, což by mohlo motivovat více učitelů k efektivní výuce florbalu.

9 Literatura

9.1 Knižní zdroje

- 1) BELŠAN, P. a kol. *Tělesná výchova pro 5. až 8. ročník základní školy*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1980. 453 s.
- 2) DOBRÝ, L. *Didaktika sportovních her*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1988. 191 s.
- 3) DOVALIL, J. a kol. *Lexikon sportovního tréninku*. Praha: Karolinum, 2008. 313 s., ISBN 978-80-246-1404-5
- 4) GREŠLOVÁ, V. *Sportovní hry v hodinách tělesné výchovy na druhém stupni základní školy*, Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2013, 72 s. Bakalářská práce
- 5) HÁJEK, J. *Antropomotorika*. Praha: Karolinum, 2012. 107 s. ISBN 978-80-7290-598-0
- 6) JEBAVÝ, R., HOJKA, V. a KAPLAN, A. *Rozcvičení ve sportu*. Praha: Grada, 2014. 216 s. ISBN 978-80-247-4525-1
- 7) KARCZMARCZYK, R. *Florbal: učebnice (nejen) pro trenéry*. Brno: Computer Press, 2006. 96 s. ISBN 80-251-1271-3
- 8) KYSEL, J. *Florbal: kompletní průvodce*. Praha: Grada Publishing, 2010. 144 s. ISBN 978-80-247-3615-0
- 9) KRIŠTOFIČ, J. *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada Publishing, 2006. 109 s. ISBN 80-247-1636-4
- 10) LEHNERT, M., NOVOSAD, J. a NEULS, F. *Základy sportovního tréninku I*. Olomouc: Hanex, 2001. 89 s. ISBN 80-85783-33-9
- 11) MIROVSKÝ, R. *Florbal v tělesné výchově na 2. stupni základní školy*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, 2003, 139 s. Diplomová práce
- 12) PSOTTA, R., VELENSKÝ, M. a kol. *Základy didaktiky sportovních her*. Praha: Karolinum, 2009, 148 s. ISBN 978-80-246-1694-0
- 13) ROCHOVANSKÝ, P. *Florbal v české republice: geografické aspekty*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2013. 37 s. Bakalářská práce
- 14) SKOPOVÁ, M. a ZÍTKO, M. *Základní gymnastika*. Praha: Karolinum, 2006. 178 s. ISBN 80-246-0973-8
- 15) SKRUŽNÝ, Z a kol. *Florbal*. Praha: Grada, 2005. 120 s. ISBN 80-247-0383-1

- 16) SVATONĚ, V. a PETR, O. *Didaktika gymnastiky ve školní tělesné výchově*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1985. 150 s.
- 17) SÜSS, V. *Význam indikátorů herního výkonu pro řízení tréninkového procesu*. Praha : Karolinum, 2006, 173 s. ISBN 80-246-1162-7
- 18) ŠAFAŘÍKOVÁ, J. *Vybrané pojmy z teorie sportovních her*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, 1994. 15 s.
- 19) TÁBORSKÝ, F. *Sportovní hry II : základní pravidla, organizace, historie*. Praha : Granada, 2005, 172 s. ISBN 80-247-1330-6
- 20) TÁBORSKÝ, F. a kol. *Základy teorie sportovních her : učební text pro bakalářské studium*. Praha : Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2007, 128 s. ISBN 978-80-86317-48-9
- 21) VAŠÁK, J. *Programy činnosti zájmových tělovýchovných útvarů 5.-8. tříd základních škol*. Praha: ČSTV, 1987. 69 s.
- 22) VELENSKÝ, M. a kol. *Průpravné hry*. Praha: Karolinum, 2005. 91 s. ISBN 80-246-0970-3

9.2 Internetové zdroje

- 23) *Asociace školních sportovních klubů České republiky* [online]. 2015 [cit. 2016-03-05]. Dostupné z WWW: <<http://www.assk.cz/?page=2&sek=a3>>
- 24) *Czech open* [online]. [cit. 2015-01-17]. Dostupné z WWW: <<http://www.czechopen.cz/cs/>>
- 25) *Český florbal – historie florbalu v ČR* [online]. [cit. 2015-11-28]. Dostupné z WWW: <<https://www.ceskyflorbal.cz/cfbu/informacni-deska/historie/historie-v-cr>>
- 26) *Český florbal – o superfinále* [online]. [cit. 2015-11-27]. Dostupné z WWW: <<https://www.ceskyflorbal.cz/superfinale/o-superfinale>>
- 27) *Dům dětí a mládeže hl. m. Prahy – Poprask* [online]. [cit. 2016-02-20]. Dostupné z WWW: <<http://www.ddmpraha.cz/poprask/uvod>>
- 28) *Floorball freestyle* [online]. [cit. 2016-02-20]. Dostupné z WWW: <<http://floorballfreestyle.wgz.cz/rubriky/navod-na-ff>>
- 29) *Idnes.cz – sport* [online]. 15. prosince 2008 [cit. 2015-12-12]. Dostupné z WWW: <http://sport.idnes.cz/14-208-divaku-florbal-videl-v-praze-druhou-nejvyssi-navstevu-v-historii-12j-/florbal.aspx?c=A081215_142718_florbal_bur>

- 30) *International floorball federation* [online]. [cit. 2016-01-16]
<http://www.floorball.org/news.asp?alue=615&id_tiedote=4219>
- 31) *IFF floorball champions cup* [online]. 2015 [cit. 2016-02-06]. Dostupné z WWW:
<<http://www.floorballchampionscup.eu/pages/EN/Tournament>>
- 32) *IFF world floorball championships* [online]. 2015 [cit. 2016-01-09]. Dostupné z
WWW: <<http://www.wfc2014.com/en/teams.aspx>>
- 33) JEŘÁBEK, J. a TUPÝ, J. *Rámcový vzdělávací program* [online]. Praha: Výzkumný
ústav pedagogický, 2007, [cit. 2016-02-21]. Dostupné na WWW:
<<http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ucebni-dokumenty>>
- 34) *Prague games* [online]. [cit. 2015-01-17]. Dostupné z WWW:
<<https://www.praguegames.cz/cs/>>
- 35) *Prague masters* [online]. [cit. 2015-01-17]. Dostupné z WWW:
<<https://www.praguemasters.cz/cs/>>
- 36) *Týden.cz – proč má míček na florbal díry?* [online]. 31. března 2007 [cit. 2015-12-20].
Dostupné z WWW: <http://www.tyden.cz/rubriky/sport/sportovni-stripky/proc-ma-micek-na-florbal-diry_2399.html>

9.3 Časopisy

- 37) RAMBOUSEK. T., *Floorball style. Florbal – life and sport*. Praha: RB Press 2006,
roč.1, č. 1

10 Přílohy

10.1 Seznamy

Seznam tabulek:

Tabulka 1: Vítězové české extraligy.....	17
Tabulka 2: Počet registrovaných hráčů.....	20
Tabulka 3: Pořadí a náplň vyučovacích jednotek v rámci modelové výuky.....	61
Tabulka 4: Příklady cviků pro rozcvičení s využitím hokejky.....	64
Tabulka 5: Příklady cviků do závěrečné části.....	75
Tabulka 6: Úspěšnost střelby experimentální skupiny chlapců.....	78
Tabulka 7: Úspěšnost střelby kontrolní skupiny chlapců.....	79
Tabulka 8: Porovnání výsledků střelby u skupin chlapců.....	79
Tabulka 9: Úspěšnost střelby experimentální skupiny dívek.....	80
Tabulka 10: Úspěšnost střelby kontrolní skupiny dívek.....	81
Tabulka 11: Porovnání výsledků střelby u skupin dívek.....	81
Tabulka 12: Časy slalomu experimentální skupiny chlapců.....	82
Tabulka 13: Časy slalomu kontrolní skupiny chlapců.....	82
Tabulka 14: Porovnání výsledků slalomu u skupin chlapců.....	83
Tabulka 15: Časy slalomu u experimentální skupiny dívek.....	83
Tabulka 16: Časy slalomu kontrolní skupiny dívek.....	84
Tabulka 17: Porovnání výsledků slalomu u skupin dívek.....	84
Tabulka 18: Úspěšnost přihrávek experimentální skupiny chlapců.....	85
Tabulka 19: Úspěšnost přihrávek kontrolní skupiny chlapců.....	85
Tabulka 20: Porovnání výsledků přihrávek u skupin chlapců.....	86
Tabulka 21: Úspěšnost přihrávek experimentální skupiny dívek.....	86
Tabulka 22: Úspěšnost přihrávek kontrolní skupiny dívek.....	87
Tabulka 23: Porovnání výsledků přihrávek u skupin dívek.....	87

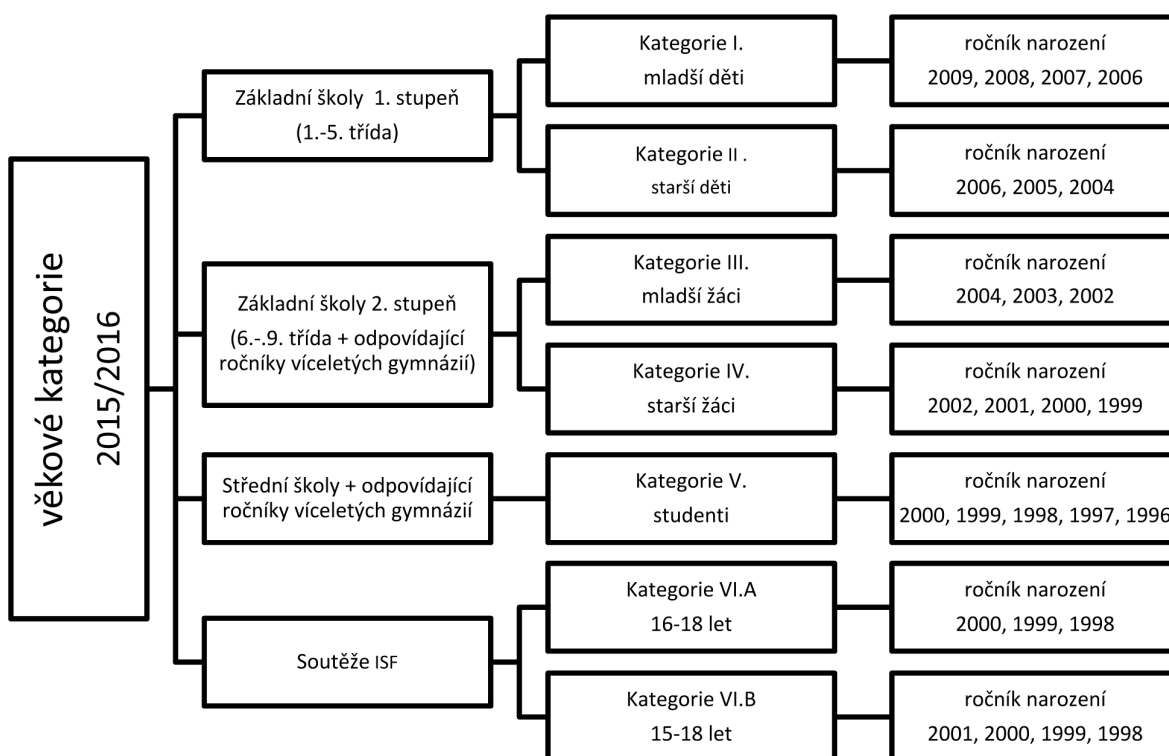
Seznam obrázků:

Obrázek 1: Logo Mezinárodní florbalové federace.....	13
Obrázek 2: Logo České florbalové unie.....	14
Obrázek 3: Rozšíření florbalu ve světě k roku 2012.....	19
Obrázek 4: Legenda k schématickým obrázkům cvičení.....	62
Obrázek 5: (a) Kimův čtverec a (b) přihrávky prvním dotykem.....	67
Obrázek 6: (a) Křížová střelba a (b) střelba po slalomu.....	68
Obrázek 7: (a) Hřiště s čarami a (b,c) rozmístěnými kužely potřebné pro štafety.....	70
Obrázek 8: (a) Střelba po přihrávce a (b) střelba po zpětné přihrávce.....	72
Obrázek 9: (a) Střelba z první po otočce a (b) střelba po přihrávce o mantinel.....	72
Obrázek 10: (a) Přihrávka zpoza branky a (b) nahození.....	73
Obrázek 11: (a) Slalom a (b) přihrávky.....	77

Seznam grafů:

Graf 1: Oblíbenost tělesné výchovy.....	41
Graf 2: Oblíbenost florbalu	42
Graf 3: Oblíbenost herních činností u dívek	43
Graf 4: Oblíbenost herních činností u chlapců	44
Graf 5: Aktivita žáků ve florbalu	45
Graf 6: Hrací doba florbalového zápasu	45
Graf 7: Počet hráčů v poli	46
Graf 8: Do jaké výšky lze hrát hokejkou míček?	46
Graf 9: Do jaké výšky lze zvednout hokejku?.....	47
Graf 10: Kdo může vstoupit do malého brankoviště mimo brankáře?	47
Graf 11: Kde může brankář chytit míček do ruky?	48
Graf 12: Může padnout gól při posunutí brance?	48
Graf 13: Povinná výstroj brankáře.....	49
Graf 14: Jsou následující situace povoleny - dívky	50
Graf 15: Jsou následující situace povoleny - chlapci.....	50
Graf 16: Velikost tělocvičny (převedena na podlahovou plochu) v m ²	51
Graf 17: Čas v %, který učitelé věnují výuce sportovních her	52
Graf 18: Čas věnovaný florbalu v rámci výuky	53
Graf 19: Část hodin florbalu, kterou učitelé věnují přímo hraní.	53
Graf 20: Zdůvodnění časové dotace hry	54
Graf 21: Nejčastější zaměření průpravných a herních cvičení.....	54
Graf 22: Způsob výuky florbalu	55
Graf 23: Oblíbenost florbalu z pohledu učitelů	55
Graf 24: Zdroje informací o florbalu	56
Graf 25: Počet hráčů v poli v jednom družstvu při tělesné výchově	56
Graf 26: Počet brankářských výstrojí na školách	57
Graf 27: Četnost využívání obličejové masky.....	58
Graf 28: Vyznačení brankoviště na hrací ploše.....	59
Graf 29: Kdy učíte děti pravidla?	59
Graf 30: Důvody proč učitelé ne/vyučují florbal rádi.....	60

10.2 Věkové kategorie



Pro účast družstva v soutěži je nutné splnit 4 podmínky

1. Družstvo je složeno z žáků jedné školy
2. Členové družstva musí odpovídat stupněm školy
3. Členové družstva musí odpovídat ročníkem narození vyhlášené soutěži
4. Žák smí v daném školním roce v daném sportu startovat pouze v jedné věkové kategorii (tento bod neplatí pro kategorii VI.A a VI.B).

Všechny čtyři podmínky musí být splněny zároveň

D o p o r u č u j e m e !

Soutěže I. kategorie organizovat maximálně do úrovně okresních kol

Soutěže II. kategorie organizovat maximálně do úrovně krajských kol

Upozornění: Ve výjimečných případech (velmi malá škola) může okresní rada udělit povolení startu žáka kategorie I. za kategorii II., případně žáka kategorie III. za kategorii IV. Tato výjimka platí do úrovně okresního kola. Od krajského kola výše již není možný start mladšího žáka za vyšší kategorii.

(zdroj: www.assk.cz)

10.3 Hodinová dotace oborů v rámci RVP

Vzdělávací oblasti	Vzdělávací obory	1. stupeň	2. stupeň
		1. - 5. ročník	6. - 9. ročník
		Minimální časová dotace	
Jazyk a jazyková komunikace	Český jazyk a literatura	35	15
	Cizí jazyk	9	12
Matematika a její aplikace		20	15
Informační a komunikační technologie		1	1
Člověk a jeho svět		12	–
Člověk a společnost	Dějepis	–	11
	Výchova k občanství		
Člověk a příroda	Fyzika	–	21
	Chemie	–	
	Přírodopis	–	
	Zeměpis	–	
Umění a kultura	Hudební výchova	12	10
	Výtvarná výchova		
Člověk a zdraví	Výchova ke zdraví	–	10
	Tělesná výchova	10	
Člověk a svět práce		5	3
Průřezová témata		P	P
Disponibilní časová dotace		14	24
Celková povinná časová dotace		118	122

(www.msmt.cz)

10.4 Dotazník pro žáky

Florbal - dotazník

Pohlaví: dívka chlapec

Třída:

1) Jaký je tvůj vztah k TV?

- baví mne nevadí mi nebaví mne

2) Jaký je tvůj vztah ke florbalu v tělesné výchově?

- jedna z nejlepších her baví mne nevadí mi nebaví mne

3) Uveď tvůj vztah k následujícím aktivitám při florbalu:

<i>nácvik přihrávek</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a
<i>střelba</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a
<i>souhra</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a
<i>nájezdy</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a
<i>útočné varianty</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a
<i>bránění</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a
<i>vlastní hra</i>	<input type="radio"/> baví	<input type="radio"/> nevadí mi	<input type="radio"/> nebaví	<input type="radio"/> nikdy jsem nezkoušel/a

4) Jak bys popsal/a svou aktivitu ve florbale?

- Aktivně se zapojuji
 Snažím se aktivně zapojit, ale nejde mi to
 Nejsem aktivní, držím se co nejdále od míčku
 Jiné:

Následující otázky jsou zaměřeny na vědomosti, florbalovým zápasem myslíme standardní zápas na nejvyšší úrovni

5) Jaká je standardní hrací doba florbalového zápasu?

- 2x20 minut 2x30 minut 3x15minut 3x 20 minut

6) S kolika hráči v poli se hraje florbalový zápas?

..... hráčů v poli + 1 brankář

7) Hokejkou lze zahrát míček

- do výšky kolen do výšky pasu do výšky ramen do výšky hlavy

8) Hokejku lze při nápřahu na střelu zvednout

- do výšky kolen do výšky pasu do výšky ramen do výšky hlavy

9) Do malého brankoviště může kromě bránícího brankáře vstoupit:

- útočící i bránící hráč pouze bránící hráč pouze útočící hráč žádný hráč

10) Brankář může chytit míč do ruky:

- pouze v malém brankovišti v malém a velkém brankovišti kdekoliv na hřišti

11) Může padnout gól při posunutí brance?

- ano, pokud míč projde místem, kde měla správně branka stát
 pouze, pokud ji posune omylem brankář při zákroku, po němž padne gól
 ne, při posunutí branky se okamžitě přerušuje hra

12) Jakou výstroj musí mít brankář při standardním florbalovém zápase?

- nemusí, výstroj je dobrovolná
 obličejovou masku
 obličejovou masku, vyrážeku a lapačku

13) Rozhodněte, zda jsou následující situace dovoleny:

Přikopnutí míče ke své hokejce	<input type="radio"/> dovoleno	<input type="radio"/> nedovoleno
Zahrání míče ve výskoku	<input type="radio"/> dovoleno	<input type="radio"/> nedovoleno
Strčení soupeře ramenem	<input type="radio"/> dovoleno	<input type="radio"/> nedovoleno
Přihrát míč brankáři klečícímu v brankovišti	<input type="radio"/> dovoleno	<input type="radio"/> nedovoleno
Odkopnutí míče na útočnou polovinu	<input type="radio"/> dovoleno	<input type="radio"/> nedovoleno

10.5 Dotazník pro učitele

Florbal – dotazník (učitel)

Podle typu otázky: zaškrtněte všechny vyhovující odpovědi (☒), probarvením kolečka (○ → ●) označte jedinou vyhovující odpověď nebo odpověď vepište (.....)
Veškeré otázky se týkají hodin TV na vaší škole.

Pohlaví: ○ muž ○ žena

1) Jak velké skupiny žáků na TV učíte?

..... až (uveďte počet žáků v nejmenší a největší skupině)

2) V kolika tělocvičnách vaší školy lze hrát sportovní hry, především florbal?

.....

3) Jakou velikost má/mají tělocvična/y na vaší škole vhodná/é pro florbal?

.....

4) Kolik času z roční dotace TV věnujete průměrně výuce sportovních her?

.....%

5) Jakou část času věnovanou sportovním hrám věnujete florbalu?

.....%

6) Jaká část z času věnovaného florbalu je hra?

.....%

7) Z jakého důvodu věnujete tento čas hře?

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> žáky hra baví | <input type="checkbox"/> žáci jsou šikovní a umí | <input type="checkbox"/> rovnoměrně rozvíjím |
| <input type="checkbox"/> žáky hra nebaví | <input type="checkbox"/> žáci potřebují průpravná cvičení | <input type="checkbox"/> jiné:..... |

8) Na jaké činnosti nejčastěji zaměřujete průpravná a herní cvičení?

- | | | | |
|--|---|--|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ovládání míče | <input type="checkbox"/> přihrávky | <input type="checkbox"/> střelba | <input type="checkbox"/> jiné: |
| <input type="checkbox"/> bránění | <input type="checkbox"/> útočné kombinace | <input type="checkbox"/> přesilové situace | <input type="checkbox"/> jiné: |

9) Jakým způsobem rozvrhujete výuku florbalu do výuky během školního roku?

- blokově, cca hodin v kuse – **zakroužkujte:** 1x / 2x / vícekrát ročně
- průběžně po celý rok – **zakroužkujte:** část hodiny / celou hodinu
- jiné:

10) Jaký je dle vašeho názoru vztah většiny žáků k florbalu?

- patří k nejoblíbenějším ○ baví je ○ neutrální ○ nebaví je

11) Kde jste se s florbalem seznámil/a a kde čerpáte informace pro výuku florbalu?

.....
.....

12) V jakém počtu hráčů (v jednom družstvu) nejčastěji hrajete florbal?

..... hráčů v poli + brankář

13) Jaké má vaše škola pro výuku florbalu vybavení?

florbalové hole: ks

florbalové míčky: ks

florbalové branky: ks

brankářská maska: ks

brankářská výstroj:
(chrániče kolen, vesta) ks

mantinely: Ano Ne

14) Pokud máte brankářskou masku, jak často ji ve výuce využíváte?

vždy když žáci chtějí jen při určitých cvičeních nikdy

15) Je na hrací ploše vyznačeno brankoviště:

malé: Ano Ne

velké: Ano Ne

16) Jakým způsobem učíte žáky pravidla florbalu?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> vysvětlím při seznamování s hrou | <input type="checkbox"/> během hry, když je poruší |
| <input type="checkbox"/> během průpravných cvičení | <input type="checkbox"/> během herních cvičení |
| <input type="checkbox"/> žáky pravidly nezatěžuji | |

17) Upravil/a či vypustil/a jste nějaká pravidla pro účely zjednodušení výuky?

Ne Ano

18) Pokud ano, která?

.....

19) Vyučujete florbal rád/a?

Ano Ne

20) Zdůvodnění předchozí odpovědi:

.....
.....

10.6 Pravidla florbalu

(zdroj: CFbU)

**Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta
M.D. Rettigové 4, 116 39 Praha 1**

**Prohlášení žadatele o nahlédnutí do listinné podoby závěrečné práce
Evidenční list**

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Poř. č.	Datum	Jméno a příjmení	Adresa trvalého bydliště	Podpis
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				