

**UNIVERZITA KARLOVA**



**Pedagogická fakulta v Praze  
Katedra tělesné výchovy**

*ZAŘAZENÍ ATLETIKY DO VÝUKY TĚLESNÉ VÝCHOVY NA  
ZÁKLADNÍCH ŠKOLÁCH*

Diplomová práce

**Vedoucí diplomové práce:**  
PaedDr. Ladislav Kašpar

**Zpracoval:**

... ..

**PRAHA 2007**



Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně s použitím  
uvedené literatury.  
Praha 2007

Kamil Hajšman



Děkuji PaedDr. Ladislavu Kašparovi za odborné vedení mé diplomové práce a  
za cenné rady, které mi poskytoval.

---

## Obsah

1. Úvod	7
2. Cíle a problém práce	9
3. Teoretická část	10
3.1 Význam tělesné výchovy	10
3.1.1 Fyziologické odůvodnění všestrannosti	11
3.1.2 Význam atletiky	14
3.1.3 Všestrannost v atletice	15
3.2 Charakteristika věkového období 11 – 15 let	17
3.3 Atletika v osnovách TV pro 2. stupeň ZŠ	20
3.4 Tělovýchovná zařízení ve školní tělesné výchově	21
3.4.1 Požadavky na cvičiště škol	21
3.4.2 Zařízení pro atletiku	22
3.5 Učitel tělesné výchovy	24
3.5.1 Nároky kladené na učitele tělesné výchovy	25
3.5.2 Vytváření pozitivního klimatu třídy	26
3.5.3 Osobnost učitele	27
4. Praktická část	31
4.1 Hypotézy	31
4.2 Použité metody, organizace a průběh výzkumu	32
4.3 Charakteristika zkoumaného souboru	34

---

5. Výsledky a jejich interpretace	35
6. Diskuse	84
7. Závěry	87
8. Literatura	90
9. Seznam tabulek a grafů	92
10. Přílohy	95

## 1. Úvod

Je ještě mnoho lidí, kteří nechápou, dokonce přímo zlehčují význam tělesné výchovy a sportu. Jedni pokládají tělesnou výchovu a sport za jakýsi prostředek pro zkrácení chvíle, jiní za něco zbytečného, na co není čas. Tak mohou mluvit jen lidé, kteří se o tělesnou výchovu nikdy nezajímali, kteří se nad účelem a významem tělesné snad ani nezamysleli.

Ne náhodou je tělesná výchova výchovou. A co je úkolem výchovy? Je to snaha vychovat člověka všestranně vyvinutého, člověka, kterému se dostane všech pěti složek výchovy – výchova rozumová, mravní, polytechnická, tělesná a estetická. To jsou složky výchovy, z nichž není možno ani jednu podceňovat, natož vyloučit. Tělesná výchova je tedy jednou z hlavních složek výchovy a kultury vůbec, tvoří s výchovou duševní nedělitelný celek. Dnes si již nedovedeme představit, že by národ kulturně vyspělý nebyl na výši i v tělesné výchově a sportu.

Tělesná výchova a sport má nezastupitelné místo v rozvoji člověka v každém věku. Umožňuje harmonicky vytvářet a rozvíjet pohybové návyky nejmenších, formuje jejich fyzickou zdatnost a zdraví, napomáhá v poznání světa, vytváření potřebných vlastností i kolektivních vztahů společnou hrou. Spoluvytváří potřebné morální a společenské vlastnosti mládeže, formuje její všeobecnou zdatnost a je vhodným kompenzačním prostředkem při složitých psychických stavech v době dospívání. Slouží k regeneraci sil, ke kompenzaci jednostranných zatížení a tím i k upevňování, k zábavě a aktivnímu odpočinku. Do značné míry oddalují fyzické a psychické změny u starých lidí, napomáhá překonávat obtíže stárnutí.

Při plnění cílů tělesné výchovy je nutná vysoká odbornost tělovýchovného pedagoga. Ten velmi významnou měrou ovlivňuje kvalitu a efektivitu tělovýchovného procesu. Proto je výchově učitelů věnována velká pozornost na kvalitativně vysoké úrovni. Nezbytným předpokladem pro úspěch tělocvičného procesu jsou i tělovýchovná zařízení, dostatek kvalitního nářadí, náčiní a pomůcek.

Mezi nejzdravější cvičení mládeže patří cvičení ve volné přírodě. Podstatnou část cvičení školní mládeže v jarním a podzimním období vyplňuje lehká atletika. Je základem všech ostatních tělovýchovných činností a významnou měrou přispívá k harmonickému rozvoji osobnosti dítěte. I u lehké atletiky je však kvalita a efektivita vyučovacího procesu závislá na možnostech a podmínkách, ve kterých probíhá a na osobnosti učitele.

Právě ve školní tělesné výchově by měly děti získat kladný postoj k všestranným pohybovým činnostem a atletika by měla být tím nejlepším prostředkem.

## 2. Cíle a problém práce

Cílem práce je zjistit, jaké faktory ovlivňují učitele při zařazování atletiky do výuky TV na 2. stupni ZŠ.

Pro splnění cíle jsem si vytyčil tyto úkoly:

- Zjistit, jak je častá výuka atletiky v závislosti na věku (praxi) učitele, materiálním vybavení a počtu dětí v hodině (popř. na dalších faktorech)
- Zjistit, jestli u učitelů hraje roli při zařazování atletiky do výuky jejich osobní vztah k atletice
- Zjistit, jak je častá výuka atletiky na ZŠ s možností využití atletického stadionu
- Zjistit, jak je častá výuka atletiky na ZŠ bez možnosti využití atletického stadionu

### Problém

Spočívá v domněnce, že učitelé nedostatečným zařazováním atletiky do výuky tělesné výchovy na základních školách opomíjejí její nezastupitelnou roli prostředku v procesu rozvoje osobnosti žáka.

### 3. Teoretická část

#### 3.1 Význam tělesné výchovy

Základním úkolem tělesné výchovy je dosahování, zajišťování a upevňování zdraví. Proto provozování jakéhokoliv sportu a dosahování speciální výkonnosti nesmí být na úkor zdraví. Tělesná výchova působí ve značné míře na celkový vývoj člověka. Definice: „Zdravý je člověk souměrně, normálně vyvinutý, jehož orgány normálně pracují v úplném souladu v pohybu i v klidu“, jasně naznačuje důležitost tělesných cvičení jak pro správný růst a držení těla, tak pro správný rozvoj celého organismu. Bez nich by nebyl možný dokonalý vývoj jak svalstva a kostí, tak oběhového a dýchacího ústrojí a současně nervového systému. Tělesná výchova je však také prostředkem otužování organismu a upevňování odolnosti proti chorobám. Zahrnuje v sobě i všeobecnou osobní hygienu, využívá široce síly přírody a vede k správné životosprávě. V dnešní moderní době virtuální reality plné osobních počítačů a sedavého způsobu života je tělesná výchova jedním z nejdůležitějších prostředků, jak lze zabránit nebo alespoň zamezit působení negativních vlivů působících na dnešní mládež. Musí být ale vedena přiměřeně k věkovým zvláštnostem a tělesným schopnostem cvičících. Je ale nezbytné při tělesných cvičeních dodržovat všechny metodické a didaktické zásady (soustavnosti, přiměřenosti, názornosti, atd.) a bezpečnostní a hygienické předpisy.

Význam tělesné výchovy tkví dále v tom, že kromě tělesné zdatnosti rozvíjí také stránku rozumovou, přispívá k vytváření správných vlastností psychických, mravních a charakterových, jako je otužilost, zručnost, pohotovost, odvaha, pevná vůle, rozhodnost, houževnatost, pozornost, poctivost, kázeň, smysl pro organizaci, odpovědnost, kolektivnost, atd. Tělesná výchova pomáhá také estetické výchově, neboť rozvíjí smysl pro rytmus, ladnost, harmoničnost, rozvíjí smysl pro chápání a vytváření krásy pohybu a krásy vůbec. Je významná tím, že rozvíjí a zdokonaluje pohyb jakožto základní projev života, činí jej ekonomickým, účelným a krásným.

### 3.1.1 Fyziologické odůvodnění všestrannosti

Tělesná cvičení všeho druhu mají za následek změny anatomické a fyziologické. Je to vlastně účelné přizpůsobování se lidského organismu zvýšeným požadavkům na něj kladeným. Podle základní fyziologické poučky, že funkce tvoří orgán, jsou změny různé podle druhu cvičení, které člověk převážně provozuje. Jsou však sporty, které přetěžují jen určité partie těla. Abnormální vývoj jen jednotlivých svalových skupin má za následek škodlivý vliv pro sportovce (např. kulatá záda u cyklistů, rozedma plic u vzpěračů, kdy musí být fixován hrudník, čímž nastává nadměrné zatěžování funkčních podmínek pro krevní oběh a dýchání, u nářadového tělocviku dochází k nadměrnému vývinu svalstva horní poloviny těla a horních končetin, u tenistů převážné používání jen jedné končetiny, atd.). Proto musí být sportovní výkon v určitém druhu sportu, případně v určité disciplíně, podložen všestrannou přípravou. Požadavkem moderní tělesné výchovy je úměrný rozvoj



celého těla - tělesný a na jeho podkladě duševní, neboť předpokladem zdravého rozvoje duševního je zdraví tělesné. A obzvláště dnes, kdy většina lidských povolání je toho druhu, že zanedbává fyzickou stránku, je třeba dodávat tělu nějakým způsobem alespoň minimum pohybu. Každý sportovec, než se začne specializovat, by měl projít obdobím celkové tělesné přípravy, připravit svůj organismus na to, aby byl schopen stále těžšího systematického tréninku ve vybraných disciplínách.

Vedoucí úlohu pro všechny, i ty nejjednodušší někdy izolované, svalové pohyby má kůra mozková. Proto pro zvýšení rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a síly sportovce, které jsou nezbytné pro vysoký výkon, je třeba, aby změny, které působí nácvik a trénink, se týkaly především centrálního nervového systému, obzvláště jeho nejvyššího oddílu. Všechny změny v centrálním nervovém systému působí zároveň hlubokou přestavbu celého organismu. Působí - li změny jen na určité části nervového systému, dochází k zakrňování částí nezaměstnaných, tím se omezí rozvoj některých duševních schopností, dostaví se atrofie určitých svalových partií, což znamená celkové omezení schopností organismu vůbec.

Chceme - li, aby někdo v určitém sportu nebo v určité disciplíně vynikl, pak je zapotřebí, aby dotyčnou disciplínu pěstoval systematicky, aby byl stanoven určitý plán pokud jde o způsob tréninku. Díky tomu se tělesný základ lépe přizpůsobí požadavkům, které zamýšlený výkon od organismu vyžaduje. Je třeba napřed zvládnout určité pohybové návyky, různé druhy pohybu, odstranit určitou strnulost a neohrabanost v provádění těchto pohybů, získat lehkost, rychlost, pružnost, je třeba vytvořit dynamické stereotypy, dosáhnout automatizace pohybů. Čím více je vytvořených dynamických stereotypů, tím snáze se vytváří nové a složitější.

Jejich získáním se dosáhne uspořádaného zásahu nervosvalových skupin, a tím vysoké nervosvalové koordinace, svalová práce se pak provádí s menšími energetickými ztrátami.

Aby se pohybové návyky upevnily, je třeba vytvořit určité pohybové spoje, které potom umožňují zvládnutí velmi složitých pohybů bez velikých obtíží. A úkolem tréninku je dodávat orgánům materiální předpoklady pro větší výkony. Stav trénovatelnosti je tedy výsledkem hluboké přestavby organismu sportovce, počínaje jeho vyšší nervovou činností a konče činností svalů a vnitřních orgánů. Čím všestrannější je příprava sportovce, tím větší jsou předpoklady k dosažení skutečně mistrovského výkonu. Fyziologie tělesných cvičení dále ukazuje, že pouze při postupném, systematickém vzrůstání všestranné námahy může nervový systém zajistit rovnoměrný rozvoj pracovních možností svalů a oběhového a dýchacího systému. Vlivem tréninku se dále zvětšuje tepový objem, vzrůstá vitální kapacita plic, zvětšuje se alkalická rezerva krve, atd. To vše pak napomáhá rychlejšímu zapojení sportovce do práce a umožňuje vydržet značně velké zatížení bez velkého vychýlení fyziologické rovnováhy zúčastněných funkcí.

Fyziologie je věda skutečně konkrétní a proto jí právě děkujeme, že pomáhá pedagogovi a trenérovi správně ocenit metody sportovního tréninku a vyznačovat stále nové cesty k jejich zdokonalení.

### 3.1.2 Význam atletiky

Atletika je odedávna nazývána královnou sportu právě pro přirozenost atletických disciplín, pro svůj všestranný ráz, a proto, že obsahuje pohyby pro život nezbytné – chůzi, běh, skok, hod. Ví se, že tato přirozená cvičení byla náplní již první tělocvičné soustavy řecké, která doplněná úpolem postačovala k uskutečnění ideálu řecké výchovy, k dosažení člověka harmonicky vyvinutého – kalokagathie. Tyto primitivní přirozené pohyby byly zušlechtěny, takže dnes se provádějí mnohem rozmanitěji, účelněji a ekonomičtěji.

Atletika se dnes stala již skutečně masovým sportem. Snad jí k tomu pomohlo to, že nevyžaduje zvláštních prostředků, může se provádět vlastně kdekoliv, kdykoliv a kýmkoliv. Nikomu nemohou být tato přirozená cvičení na škodu, naopak pravidelné provádění atletiky zahrnuje v sobě celý pohybový aparát člověka, zvyšuje látkovou výměnu, zlepšuje funkci vnitřních orgánů a životaschopnost celého organismu, posiluje srdce a plíce, takže může každému jen prospět. Výhodou je, že nezaměstnává jen určité partie nebo část organismu, nýbrž se při ní zapojují velké svalové skupiny a celý pohybový aparát. Jejím význam je i v tom, že člověk jejím prostřednictvím dosahuje určité odolnosti tělesné i duševní.

Předností atletiky je, že:

- v každé disciplíně jsou zastoupeny v určité míře všechny základní pohybové schopnosti (rychlost, vytrvalost, síla a obratnost)
- velmi příznivě působí na celý lidský organismus
- je skutečně kulturou přirozených pohybů
- provádí se vesměs ve zdravém, hygienickém prostředí
- dá se provádět v každém ročním období, kolektivně, v masovém měřítku
- veškeré výkony jsou měřitelné

### 3.1.3 Všestrannost v atletice

Zde chci ukázat, jak je pro atleta, specializujícího se na jakoukoliv disciplínu, nezbytná všestranná fyzická připravenost. Téměř ve všech atletických disciplínách, jde - li o vysokou výkonnost, je nutný určitý stupeň jak rychlosti a obratnosti, tak vytrvalosti a síly.

Tak například rychlost se dnes již stala nepostradatelným základem pro všechny disciplíny. U krátkých běhů mluvit o důležitosti rychlosti je zbytečné. U středních a dlouhých běžeckých tratí je rychlost potřebná jak pro proběhnutí těchto tratí v co nejkratším čase, tak pro určité chvíle, kdy je potřeba rychle zabrat - „utrnout se“.

Ani překážkový běh se neobejde bez rychlosti. Zde záleží na tom, aby závodník při přechodu přes překážky neztrácel na rychlosti. Přechod přes překážku se má proto co nejméně lišit od techniky sprintu.

Také u skoků a vrhů (hodů) je rychlost velmi důležitá. Např. u skoků, čím rychlejší je rozběh, tím důraznější je odraz a tím větší je i vzlet. Skok daleký, trojskok i skok o tyči si bez rychlosti při rozběhu nedovedeme představit.

U vrhu koulí je třeba uplatnit největší možnou sílu současně s největší možnou rychlostí. Je třeba si uvědomit, že velkou úlohu hraje počáteční rychlost koule (to znamená co nejrychleji zvednout těžiště a co nejrychlejší silou působit na kouli. Stejně je tomu při hodů diskem, kdy záleží na rychlém závěru otočky a svihu paží a celým tělem vpřed. Stejně je to i např. s vytrvalostí. Co by byla platná sprinterovi rychlost, kdyby ji nedokázal udržet po celou trať.

Ke každé disciplíně, jako ke každé fyzické činnosti, je třeba i určité síly, stejně jako obratnosti, která se projevuje přesností provedení, vysokou nervosvalovou koordinací, která je nutná k zvládnutí techniky.

### Starší školní věk – pubescence (11- 15 let)

„Toto věkové období je z hlediska vývoje motoriky nejbouřlivější fází přeměny dítěte v dospělého člověka.“<sup>1</sup> Z velké části sem spadá puberta. Ačkoliv pubertální věk nelze zcela přesně vymezit, obecně se pohybuje v rozmezí 11- 12 až 15 -16 let, individuálně to bývá různé. Intenzivní rozvoj, tělesné a duševní dospívání probíhá u děvčát zhruba do 17 let, u chlapců do 18 let. Hlavním problémem puberty je, že v poměrně krátkém období dochází k zásadním změnám ve vnitřním prostředí organismu. V důsledku hormonálního působení se urychluje růst, výrazněji se mění hmotnost a výška těla. Pro sport je významné, že vzestup pohlavních hormonů zřetelně zvyšuje svalovou sílu, tomu však nejsou současně uzpůsobeny šlachy, vazy a zejména jejich úpony.

„Zatím spíše plynulý, postupný vývoj je narušen a projevuje se třemi typickými negativními projevy: zhoršením koordinace, narušením dynamiky a snížením ekonomičnosti pohybu a za třetí protichůdností v motorickém chování.“<sup>2</sup> U mnohých dětí - hlavně u těch, které v předchozích letech pravidelně cvičily, trénovaly a trénují - dochází ke zhoršení koordinace v menší míře či se nemusí vůbec objevit.

Všechny změny jsou důsledkem řady složitých fyziologických pochodů souvisejících s rozvojem hormonální činnosti. Změny mohou mít individuálně různé tempo, rozdílly se srovnávají až na konci období staršího školního věku i později. Koncem období se již zvyrazňují mužské a ženské tělesné znaky.

<sup>1</sup> Čelíkovský, S.a kol. *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. 1979, s. 25

<sup>2</sup> Hájek, J. *Antropomotorika*. 2001,s.17

Po stránce rozumové se dále rozšiřuje obzor, zvětšuje se i okruh chápání, objevují se znaky logického a abstraktního myšlení, rozvíjí se paměť. Dítě začíná rozumět racionálnímu zdůvodňování. Má již vysoké předpoklady vyvíjet značnou duševní aktivitu, soustředění vydrží delší dobu.

Nerovnoměrný tělesný vývoj ovlivňuje pohybové možnosti, v přímé souvislosti pokračuje přirozený vzestup výkonnosti, s přibývajícím věkem se zvětšují rozdíly mezi chlapci a děvčaty. Ačkoliv tělesná výkonnost mezi 11 - 15 lety zdaleka nedosáhla svého maxima, přizpůsobovací schopnost je dobrá, a to dává vhodné předpoklady pro trénink.

I když s nástupem puberty mohou vznikat určité obtíže s obratností a hlavně chlapci hůře zvládají složitější cvičení, zhruba do 13 let se proces pohybového učení, tj. osvojování nových a zdokonalování osvojených pohybů, uskutečňuje tak rychle a efektivně jako nikdy později. Zdá se dokonce, že pohyby naučené v této době jsou pevnější než ty, které se učí v dospělosti.

„Na zvyšování atletické výkonnosti u dětí ve věku 10 až 12 let má výrazný vliv přirozený vývoj organismu (biologický věk) a současně jakákoliv pohybová činnost. Přibližně od 13 až 14 let se vliv přirozeného vývoje na atletickou výkonnost zmenšuje a stále větší podíl na ní má komplexní systematický vyučovací proces zaměřený zejména na rozvoj pohybových schopností.“<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Choutková, B. a Fejtek, M. *Atletika pro 5. - 8. ročník základní školy*. 1991, s.10

Nervový systém je natolik tvárný, že umožňuje komplexní rozvoj rychlostních schopností: reakce jednotlivých pohybů i rychlosti frekvence, důležité je v tomto směru působit na různé svalové skupiny, nejen na dolní končetiny. Období 10 - 13 let je považováno za období velice příznivé pro získání „rychlostního základu“. Jeho zanedbání se v pozdějším tréninku kompenzuje velmi obtížně.

V období staršího školního věku se ukončuje orientace mládeže na sport. Vytváří se vztah ke sportu jako hře, ale také jako povinnosti, chce-li se něčeho dosáhnout. Je třeba upevňovat zájem o sport, ale současně dbát na to, aby se neutvrzoval postoj, že kromě sportu nic jiného neexistuje. Plnění školních povinností nelze přehlížet, vhodné je podporovat i zájem o kulturu a společenské dění

Mládež tohoto věku vyniká silnou potřebou napodobovat dospělé (bohužel i negativně). Zcela nenahraditelný je proto osobní příklad. Je-li podložený navíc sportovní minulostí, působí zcela automaticky. Význam má i role kolektivu, vědomí odpovědnosti všech vůči ostatním by mělo být posilováno.

„Přístup učitele má být taktní. I větší obtíže bývají přechodné, odezní s přibývajícím věkem, zasahovat by se mělo jen tam, kde chování přesáhne únosnou mez. Zkušenost rovněž říká, že větší přestupky je vhodné řešit až po opadnutí vášně. Chybou je nevšímavost, přehlížení, vytýkání nedostatku na veřejnosti. Není dobrá ironie ani příliš autoritativní přístup. Převažující mentorování může být zdrojem rozporu až odcizení. Učitel by měl být spíše starším zkušenějším přítelem, otevřeným a chápacím.“<sup>4</sup>

<sup>4</sup> Dovalil, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. 2002, s.248



### 3.3. Atletika v osnovách TV pro 2. stupeň ZŠ

„Atletika zahrnuje zhruba 20 % času věnovaného tělesné výchovy u hochů, 16 % u dívek. Výcvik probíhá na hřišti nebo v terénu převážně v blocích na podzim a na jaře.“<sup>5</sup>

Atletické disciplíny nebo jejich prvky jsou obsahem kondičních cvičení se stejnou funkcí jako na 1. stupni ZŠ. Atletický program je oproti 1. stupni rozšířen o překážkový běh, hod granátem a vrh koulí. Jednotlivé základní atletické disciplíny slouží jako kontrolní cvičení, v nichž se ověřuje výkonnost žáků.

V procesu nácviku je hlavním prostředkem pro vytvoření představy vedle ukázky i přiměřený výklad přizpůsobený mentální úrovni dětí tohoto věku. Při prvních pokusech provádějí žáci techniku zařazených disciplín převážně komplexně ve zjednodušené formě. Pro nácvik a zdokonalování techniky navozuje učitel herní a soutěžní situace. Zařazuje průpravná a imitační cvičení a dbá na to, aby výuka byla emocionální. V tomto věku se ukazuje vhodné posuzovat občas techniku izolovaně od výkonu (ten je do jisté míry ovlivněn úrovní tělesného rozvoje).

<sup>5</sup> Dostál, E. a Velebil, V. *Didaktika školní atletiky*. 1992, s.9- 10

### 3.4 Tělovýchovná zařízení ve školní tělesné výchově

Tak jako nelze provádět závodně atletiku bez zařízení, závodní plavání bez bazénu, basketbal bez dostatečně velké tělocvičny, volejbal bez hřiště na volejbal a fotbal bez kvalitního fotbalového stadionu, tak nelze ani provádět dobrou školní tělesnou výchovu bez dostatečně vybavených tělocvičen a cvičišť.

#### 3.4.1 Požadavky na cvičišťe škol

Výnos MŠMT čj. 12-190/66 – E – III/2<sup>6</sup> upravil požadavky na cvičišťe škol takto:

Tabulka A Hřiště základní školy s 9 – 15 třídami

druh zařízení	počet	normová plocha	potřebná plocha
běžecská dráha 250m s hřištěm			
pro fotbal, zařízení pro skok vysoký, vrh koulí, hod diskem a kriketovým míčkem	1	7200	7200
zařízení pro skok do dálky	1	180	180
hřiště na basketbal	1	750	750
hřiště na volejbal	2	360	720
gymnastický koutek	1	800	800
součet			9650
10% z celkové plochy na zeleň			970
celkem m <sup>2</sup>			10620

<sup>6</sup> Tento výnos MŠMT je z roku 1966, hledání aktuálnější verze bylo neúspěšné

Tabulka B Hřiště základní školy s 16 – 22 třídami

druh zařízení	počet	normová plocha	potřebná plocha
běžecská dráha	1	7200	7200
zařízení pro skok do dálky	1	180	180
hřiště na basketbal	2	750	1500
hřiště na volejbal	3	360	1080
gymnastický koutek	1	800	800
součet			10760
10% z celkové plochy na zeleň			1080
celkem m <sup>2</sup>			11840

### 3.4.2 Zařízení pro atletiku

#### Běžecská rovinka

Pro základní devítileté školy se doporučuje vybudovat běžecskou rovinku k zajištění výuky rychlého běhu. Pro tento účel je nutně běžecská rovinka široká 5m a dlouhá 75m, aby mohli běhat čtyři běžci 60m současně.

#### Běžecská dráha

Pro základní školy se doporučuje běžecská dráha 250m x 5m. Tato dráha, jako každá, se skládá ze dvou rovinek a dvou zatáček. Poloměr zatáčky u drah 250m je obvykle 24m. Jedna zatáčka pak měří 75,36m. Obě zatáčky měří tudíž 150,72m. Na obě rovinky zbývá  $250\text{m} - 150,72\text{m} = 99,28\text{m}$ . Délka jedné rovinky je pak 49,64m

### **Rozběžiště a doskočiště pro skok daleký**

Rozběh pro skok daleký je 125 cm široký a 30m dlouhý. Doskočiště musí mít rozměry nejméně 2,75 m x 6 m. Náplň pro doskočiště je jemnější říční písek, vyměnitelné odrazové prkno (1,22 m dlouhé, 0,20 m široké a 0,19 m vysoké) je zapuštěné do země nejméně 1 m od doskočiště.

### **Rozběžiště a doskočiště pro skok vysoký**

Rozběhová dráha pro skok vysoký je budována jako celá výseč nebo jen jako vlastní odrazová plocha. Doskočištěm je molitanová duchna. Dále jsou potřeba stojany a laťka.

### **Rozběžiště pro hod míčkem a granátem**

Rozběh pro hod je 4m široký a 30m dlouhý, zakončený břevnem. Dopadovou plochou musí být rovinatá plocha (např. fotbalové hřiště).

### **Kruh a dopadová plocha pro vrh koulí**

Vnitřek kruhu (průměr 213,5 cm) je zpravidla zalit betonem, zářezací břevno je 114 mm široké a 100 mm vysoké. Kruh lze ve školním pojetí nahradit pásmem širokým 2,135 m. Dopadiště má tvar kruhové výseče o poloměru 15 m se středem ve středu kruhu a povrch je škvárový.

### 3.5 Učitel tělesné výchovy

Základem efektivního působení učitele tělesné výchovy je komplex jeho přímých i nepřímých vyučovacích a výchovných činností. Účinnost výchovně vzdělávacího procesu však významně ovlivňují i samotní žáci (jejich motivace, hodnotová orientace, tělesný rozvoj, psychické vlastnosti, aj.), učivo i působení podmínek (materiálních, sociálních, právních aj.). Je tedy potřeba, aby učitel dobře znal své žáky, jejich potřeby, zájmy a dokázal je motivovat pro další práci.

Je ale nesporné, že efektivnost práce učitele je do značné míry závislá na kvalitě jeho pedagogických dovedností. Základy těchto dovedností si budoucí učitelé osvojují již na fakultách vzdělávajících učitele.

Ch. Kyriacou (1996) uvádí tyto skupiny dovedností, které jsou pro učitele důležité:

- plánovací dovednosti
- dovednosti realizační a řídicí
- dovednosti přispívající k vytváření a rozvíjení příznivého klimatu ve třídě
- diagnostické dovednosti
- autodiagnostické dovednosti

L. S. Shulmana se zaměřil na zjišťování toho, co si o dovednostech, které uplatňují při vyučování, myslí sami učitelé. Podle něj by mezi znalostmi, které učitelé mají mít, neměly chybět:

- znalost učiva
- znalost obecných principů a strategií řízení vyučování
- znalost kurikulárních dokumentů a vzdělávacích programů
- znalosti o tom, jak učit jednotlivá témata obsažená v kurikulu
- znalosti o žácích
- znalost kontextu, ve kterém probíhá vyučování (kolektiv třídy, materiální vybavení, vyučovací prostory)
- znalost výchovných cílů a hodnot

### 3.5.1 Nároky kladené na učitele tělesné výchovy

Vysoké nároky jsou na učitele tělesné výchovy kladeny na osvojení odborně tělovýchovných, pedagogicko psychologických a biomedicinských poznatků a jejich tvůrčí aplikaci v nejrozmanitějších situacích pedagogického procesu.

Dále jsou na učitele tělesné výchovy při výuce atletiky kladeny vysoké nároky na tělesnou zdatnost a výkonnost. Je to dáno vysokou tělesnou zátěží, vyplývající z rozsahu vyučovací činnosti, dokonalým zvládnutím široké variety pohybových dovedností a podmínkami práce. Problémem pro učitele může být to, že často musí předvíchat bez dostatečného rozcvičení a to zvyšuje riziko zranění.

### 3.5.2 Vytváření pozitivního klimatu třídy

Klima třídy, které učitel navodí, může mít zásadní vliv na motivaci žáků a jejich postoj k učení. Proto jsou učitelovi dovednosti uplatňované při vytváření kladného klimatu třídy velmi důležité. Za optimální klima se považuje takové, které je charakterizované jako cílevědomé, orientované na činnosti, uvolněné, vřelé, podporující žáky a se smyslem pro pořádek.

Učitel by se měl snažit při výuce atletiky žákům poskytnout realistické příležitosti k dosažení úspěchu a nabídnout podporu a povzbuzení ve chvíli, kdy mají potíže. Žáci by měli cítit, že se o jejich učení zajímá.

E. C. Wragg a E. K. Wood (1984) se zabývali problematikou, jak má působit učitel před žáky, aby si zajistil jejich náklonnost.

Učitel má podle nich :

- být sebejistý, vřelý a přátelský
- pracovat v podnikavějším duchu
- poskytovat více podmětů
- více navazovat kontakt očima
- být více mobilnější
- více využívat humoru
- jasně stanovit pravidla chování ve své hodině

### 3.5.3 Osobnost učitele

„Osobnost učitele tělesné výchovy je celistvou organizací vnitřních podmínek (tělesných a duševních), které se v činnosti projevují jako jednota.“<sup>7</sup>

Dle Rychteckého (1995) je osobnost učitele vymezena těmito faktory:

- tělovýchovně pedagogická zaměřenost (prestiž učitelské profese, zájem o tělesnou výchovu a sport, vztah k dětem)
- vědomosti (tělovýchovné, pedagogicko – psychologické, biomedicínské)
- schopnosti a dovednosti (pohybové, didaktické, percepční, komunikativní, organizační, mentální a tvůrčí, akademické)
- vlastnosti (mravní, volní, psychomotorické, sociální role)

#### Zájem o tělesnou výchovu a sport

Pro zařazování atletiky do výuky je důležité, aby učitel tělesné výchovy dokázal, na základě vědomostí získaných během studia na vysoké škole, díky atletice působit komplexně na rozvoj žáka. Ideální by bylo, kdyby učitel rekreačně provozoval nějakou atletickou disciplínu. Na základních školách můžeme být ovšem svědky toho, že TV vyučují lidé, kteří se o sport, natož o atletiku, nezajímají.

<sup>7</sup> Rychtecký, A. a Fialová, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*. 1995, s. 117



### **Vztah k dětem**

Vztah k dětem je v pedagogice považován za prioritní předpoklad úspěšného výkonu učitelského povolání. Souvisí to se schopností empatie, schopnosti vcítit se do myšlení mladších jedinců, získat si je na svou stranu. Pro výuku atletiky je důležité, aby dokázal učitel děti nadchnout, působit na jejich vnitřní a vnější motivaci.

Vnitřní motivace se týká toho, do jaké míry se žáci zapojují do činnosti pro uspokojení své zvědavosti a zájmu nebo aby při plnění požadavků na ně kladených získali nové schopnosti a dovednosti, které jsou pro ně vlastním cílem a ne prostředkem pro plnění cílů jiných. V atletice to znamená touhu naučit se skákat do výšky, do dálky, umět vrhat koule.

Vnější motivací rozumíme účast na činnosti proto, aby se dosáhlo určitého cíle. Zapojení do činnosti je v tomto případě prostředkem k dosažení jiného cíle. Pro žáky je to snaha být nejrychlejší, házet nejdál nebo skákat nejvýš ze třídy a tím si získat respekt ve třídě, pochvalu od rodičů či učitele nebo dosáhnout limitů pro přijetí na určitou školu atd.

### **Schopnosti a dovednosti**

Tvoří základ profesionality učitele. Jejich význam dokládá snaha o jejich predikci ve výběrech kandidátů učitelství. Souvisejí se zájmy, hodnotami, přesvědčením, charakterem, zvláštnostmi psychických procesů (myšlením, vnímáním, emocemi, motivací, vůlí).

### **Pohybové schopnosti a dovednosti**

Tvoří funkční předpoklad didaktické činnosti učitele. Ten by měl být tělesně zdravý a optimálně zdatný, prakticky ovládat široký záběr pohybových dovedností a sportovních činností. Pro učitele tělesné výchovy je důležité, aby pohybové dovednosti dokázal nejen prakticky předvést, ale aby porozuměl i zákonitostem a zvláštnostem jejich nácviku.

To může být jeden z důvodů, proč by mohla být atletika zařazovaná do výuky méně než jiné sportovní činnosti. Nácvik jednotlivých atletických disciplín vyžaduje totiž zvládnutí velkého počtu různorodých dovedností, což může u většiny učitelů znamenat velké problémy.

### **Komunikativní schopnosti**

Vymezují se obvykle jako dispozice k jasnému a přesnému vyjádření myšlenek a citů pomocí řeči, mimiky a pantomimiky. Úspěch vyučování nezávisí jen na obsahu, struktuře učiva, ale i na formě jeho podání učitelem. Není – li používání výrazových prostředků adekvátní jak obsahu vyučování, tak i situaci ve třídě, může být efekt zcela opačný. Pokyny učitele při nácviku atletických disciplín takovou formou, které žáci nerozumějí, může vést k zhoršení oblíbenosti atletiky.

### **Organizační schopnosti**

Ovlivňují produktivitu a využití učebního času. Působí na vytvoření dobrého klimatu ve třídě a ovlivňují kázeň. Úsilí věnované přípravě, může v žácích vzbudit dojem, že vám záleží na jejich učení a že činnosti, které budou provádět v hodině jsou hodnotné a důležité. Díky nedostatečné přípravě, která se může projevit např. v častém výskytu prázdných míst v hodinách, mohou žáci pociťovat jako snižování jejich vážnosti a následně se to může odrazit v jejich zájmu o tělesnou výchovu.

## 4. Praktická část

### 4.1 Hypotézy

1. Školy nebudou mít pro výuku atletiky dostatečné materiální vybavení (dostatečné vybavení pro školy s atletickým stadionem: granát a kriketový míč- 10ks; koule- 5ks, dostatečné vybavení pro školy bez atletického stadionu: granát a kriketový míč 5ks; koule 3ks) <sup>8</sup>
2. Výuka atletiky bude u učitelů po gymnastice druhým nejméně oblíbeným sportem vyučovaným na 2. stupni ZŠ
3. Atletiku budou vyučovat více učitelé s vystudovanou aprobační TV
4. Atletika se bude vyučovat častěji na školách s atletickým stadionem (ověřuji tuto hypotézu, i když výsledek může být zcela jednoznačný, protože se domnívám, že četnost výuky mohou ovlivňovat jiné faktory jako věk učitele, počet žáků v hodině, atd.)

---

<sup>8</sup> Při určování kritérií jsem vycházel z vlastních zkušeností a z organizace výuky atletiky

## 4.2 Metody, organizace a průběh výzkumu

Vzhledem k tématu mé DP „Zařazení atletiky do výuky TV“ jsem pro výzkum zvolil metodu dotazníkovou, která se po uvážení cílů jevila jako nejvhodnější.

Jeden dotazník byl určen učitelům, kteří vyučují tělesnou výchovu na 2. stupni ZŠ. Obsahoval např. body týkající se celé školy (sídlo, velikost školy, apod.), ale také samotných vyučujících a jejich praktického působení v tělesné výchově, konkrétně při výuce atletických disciplín.

Aby byl výzkum objektivní, bylo potřeba zjistit názor i druhého objektu spolupůsobícího ve vzdělávacím procesu – samotných žáků. Jim byl určen druhý dotazník, který obsahoval otázky zkoumající postoje žáků k tělesné výchově a atletice.

Pro ověření mých hypotéz jsem zvolil metodu pořadové korelace. Užívá se při vyjádření vztahu mezi dvěma testy, jejichž výsledky mají pořadový charakter. „Důležitou vlastností této metody je, že nezáleží na tvaru rozdělení (je tzv. neparametrická).“<sup>9</sup> Vzorec podle Spearmana má tvar:

$$r = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)},$$

d = diference pořadí .

<sup>9</sup> SWOBODA, H. *Moderní statistika*. 1977, s.338

Hodnota koeficientu nabývá hodnot od -1 do 1. Znaménko mínus udává závislost nepřímou, při hodnotě 0 jde o lineární nezávislost a při znaménku kladném jde o závislost přímou.

Vlastní výzkum (od vypracování dotazníku až po jejich vyhodnocení) trval přibližně tři měsíce (od října do prosince 2006). Říjen patřil přípravě a vypracování dotazníků, vytipování a kontaktování vhodných základních škol. Při hledání vhodných škol jsem neměl až na výjimky žádné potíže. Školy byly vstřícné, jen dvě ihned odmítly jakýkoliv výzkum. Jen v jednom případě jsem se setkal s vyloženě nepřátelským přístupem.

V půlce listopadu byl dotazník s průvodním dopisem, který objasňoval účel výzkumu, rozeslán celkem 40 základním školám. Školy reagovaly velmi rychle. Během tohoto měsíce odpovědělo 20 základních škol a 38 učitelů. Na začátku prosince byl výzkum uzavřen a v další jeho části jsem se věnoval třídění, zpracování a vyhodnocení.

### 4.3 Charakteristika zkoumaného souboru

Do výzkumu bylo zahrnuto 10 správních obvodů hlavního města Prahy<sup>10</sup>, tedy Praha 1 až 10. V každém tomto obvodě byly vytipovány a kontaktovány čtyři základní školy, podmínkou při vybrání bylo, že dvě ZŠ musely mít k dispozici pro výuku atletiky venkovní hřiště a dvě ne.

Do výzkumu byly zahrnuty pouze školy z Prahy. Domníval jsem se, že zmapování této problematiky v celorepublikovém měřítku by bylo jednak časově velmi náročné a za druhé by to přesáhlo prostor DP.

Pražské základní školy jsem zvolil také proto, že sám jsem chodil na ZŠ v Praze a předpokládám, že i učitelské povolání budu vykonávat na ZŠ v hlavním městě.

Dotazníkem bylo obesláno 40 vybraných základních škol. Vlastního výzkumu se zúčastnilo 20 škol (viz. Příloha 2), což je 50%.

---

<sup>10</sup> V této DP jsem vycházel ze starého administrativního členění Prahy z roku 1990

## 5. Výsledky a jejich interpretace

### Dotazník pro učitele TV

*Body dotazníku týkající se školy*

Vycházel jsem ze vztahu 20 škol = 100%

#### 1) Celkový počet tříd na ZŠ

V této otázce jsem zjišťoval celkový počet tříd a počet tříd na 2. stupni ZŠ. Pro vyhodnocení otázky jsem zvolil tato kritéria:

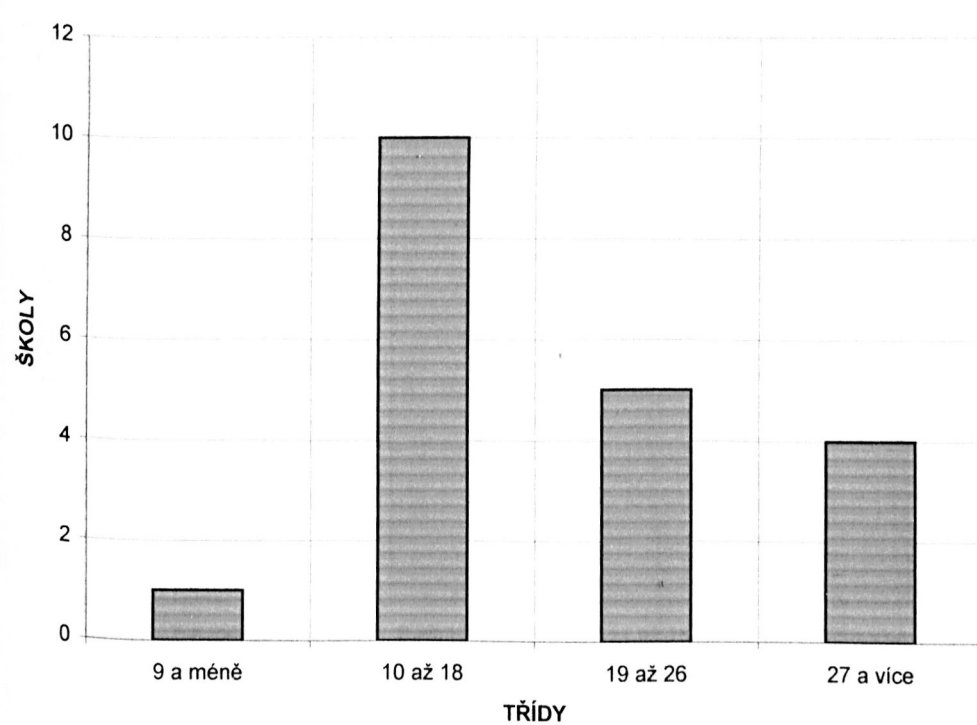
1. Pro celkový počet tříd na ZŠ: 9 a méně; 10 až 18; 19 až 26; 27 a více
2. Pro počet tříd na 2. stupni: 5 a méně; 6 až 10; 11 až 15; 16 a více

Tabulka 1 Celkový počet tříd na ZŠ

Počet tříd celkově	Počet škol	%
9 a méně	1	5
10 až 18	5	25
19 až 26	10	50
27 a více	4	20



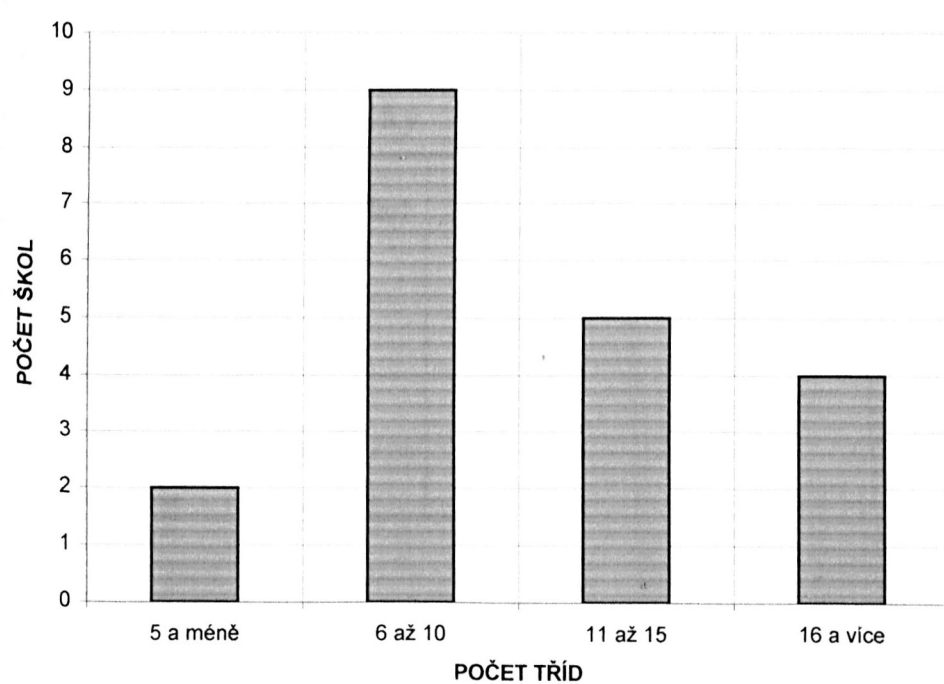
Graf 1 Celkový počet tříd na ZŠ



Tabulka 2 Počet tříd na 2. stupni ZŠ

Počet tříd na 2.stupni	Počet škol	%
5 a méně	2	10
6 až 10	9	45
11 až 15	5	25
16 a více	4	20

Graf 2 Počet tříd na 2. stupni ZŠ



Největší procento škol se vyskytuje v rozmezí 19 až 26 tříd celkově a 6 až 10 tříd na 2. stupni, To znamená, že v těchto školách jsou alespoň dva paralelní ročníky.

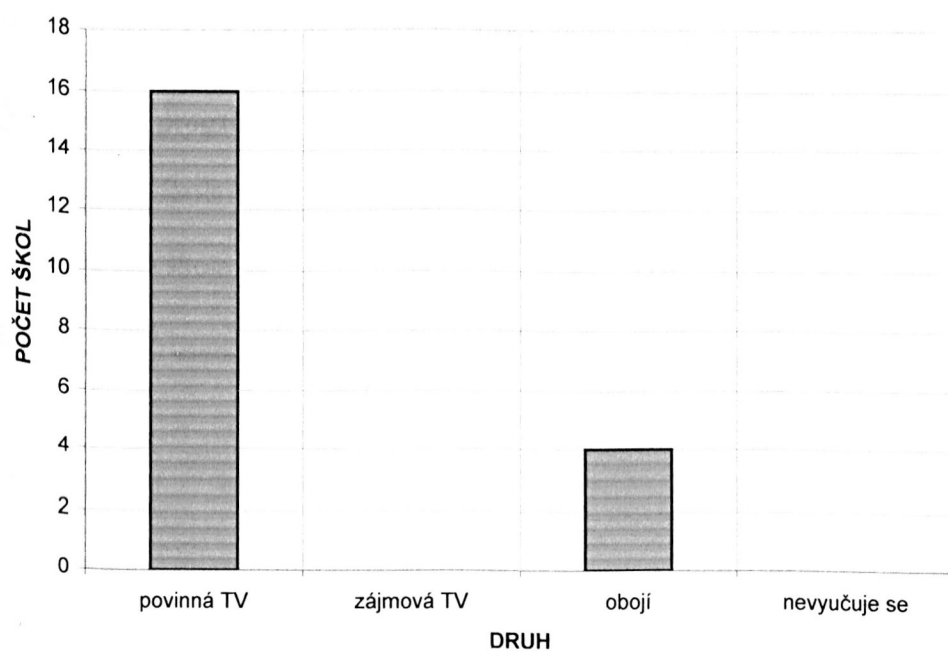
## 2) Výuka atletiky

Chtěl jsem zjistit, v jakém rozsahu se vyučuje atletika na 2. stupni ZŠ.

Tabulka 3 Výuka atletiky

Výuka TV	Počet škol	%
povinná TV	16	80
zájmová TV	0	0
obojí	4	20
nevyučuje se	0	0

Graf 3 Výuka atletiky



V 80% dotazovaných škol vyučují atletiku pouze v rámci povinné tělesné výchovy, 20% škol provozují atletiku i ve školním kroužku. Pouze v rámci zájmové TV a možnost, že atletiku nevyučují neuvedla žádná škola.

Pro atletiku na základních školách je pětina škol, kde vyučují atletiku i v rámci zájmového kroužku málo. Myslím si, že je to dáno polohou vybraných škol. U škol v menších městech a na venkově je toto číslo podle mého názoru větší.

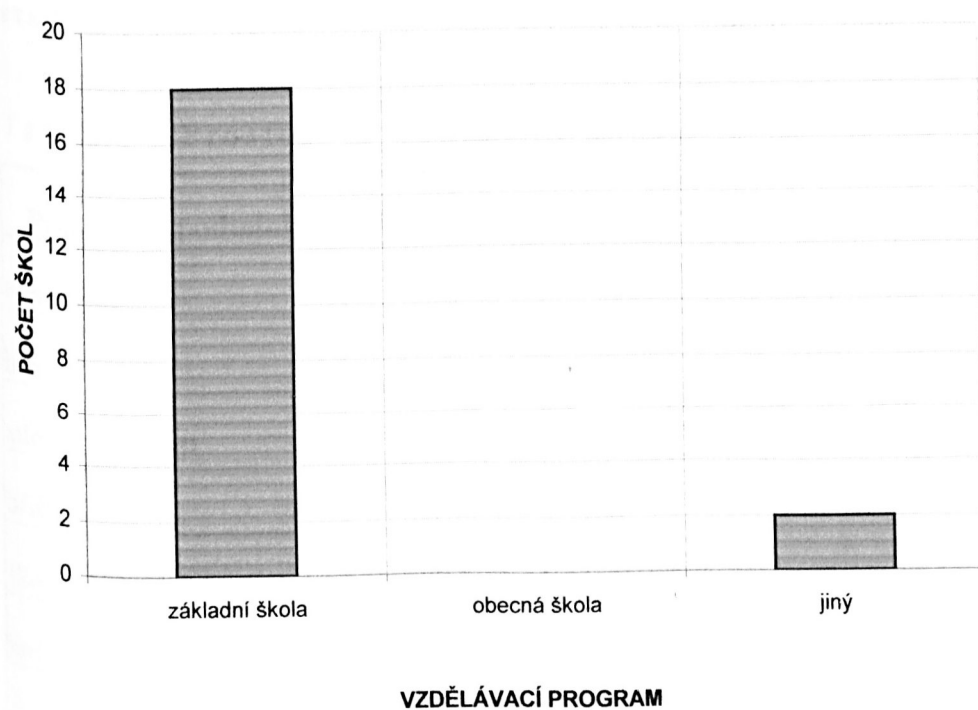
### 3) **Vzdělávací program**

Tento bod byl zaměřen na zjištění vzdělávacího programu, podle kterého jednotlivé základní školy vyučují. V nabídce byl program základní nebo občanské školy, popř. mohli dotázaní uvést program jiný.

Tabulka 4 **Vzdělávací program**

Vzdělávací program	Počet škol	%
základní škola	18	90
občanská škola	0	0
jiný	2	10

Graf 4 Vzdělávací program



Drtivá část dotazovaných škol vyučuje podle osnov základní školy. Pouze ve dvou případech se objevila výuka podle vlastního vzdělávacího programu. Žádná z dotazovaných základních škol nevyučuje podle vzdělávacího programu občanská škola.

Možnost výuky podle svého vzdělávacího programu uvedly sice jen dvě základní školy, ale další tři, které zatím učí podle programu základní škola sdělilo, že od příštího školního roku se chystají přejít na program vlastní. To ukazuje na to, že školy začínají využívat určité volnosti, která jim je v tomto směru dána.

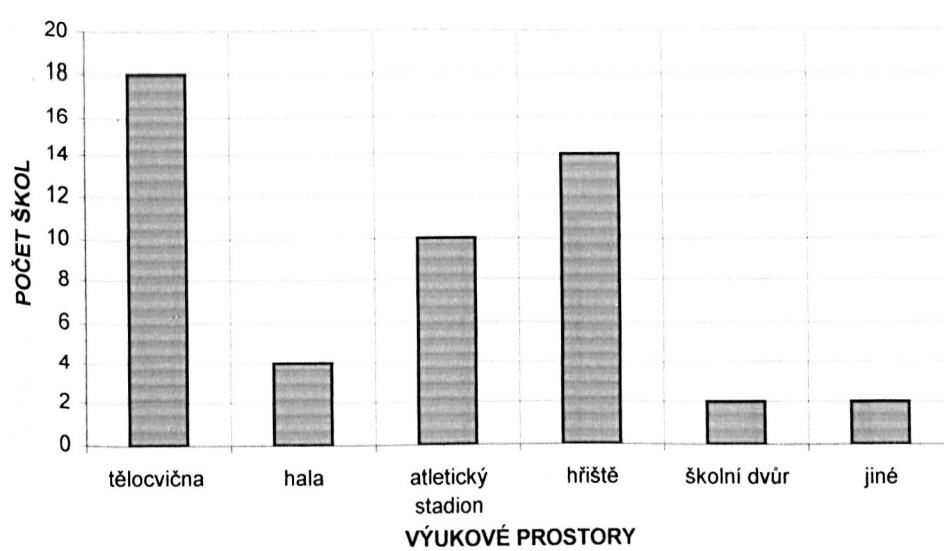
#### 4) Prostorové podmínky školy

Dotázaní měli na výběr z nabídky: tělocvična, hala, atletický stadion, hřiště, školní dvůr a jiné prostory

Tabulka 5 Prostorové podmínky školy

Prostorové podmínky	Počet škol	%
tělocvična	18	90
hala	4	20
atletický stadion	10	50
hřiště	14	70
školní dvůr	2	10
jiné	2	10

Graf 5 Prostorové podmínky školy



Pro výuku atletiky je nejdůležitější , aby základní škola měla k dispozici venkovní prostory. Při nepřízní počasí je možno atletiku vyučovat i v tělocvičně nebo hale, proto předpokládám, že možnost využívat nejméně dvou sportovišť je pro školy ideální.

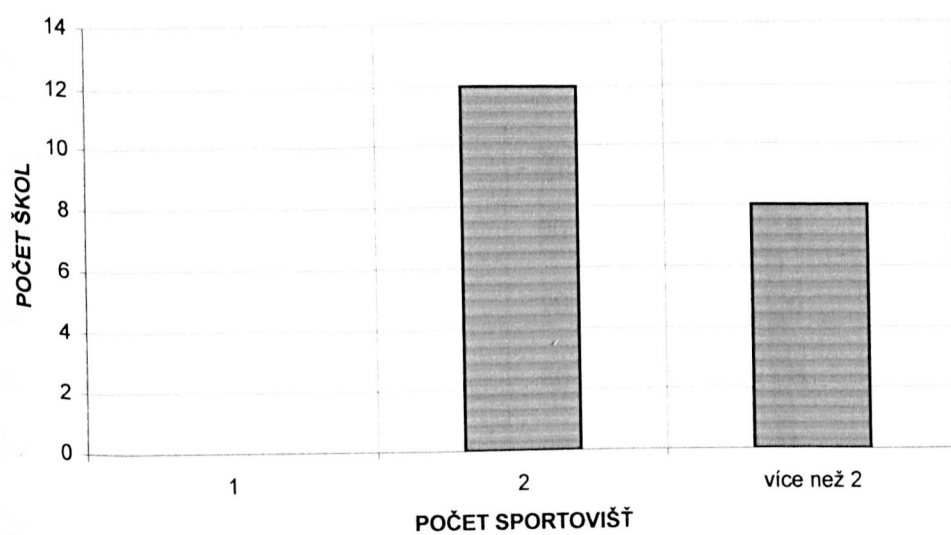
Nejoptimálnější kombinací je tělocvična a atletický ovál. Z výzkumu je patrné, že nejčastější kombinací je tělocvična a hřiště.

Z důvodu počtu sportovišť jsem tento bod rozšířil o tabulku počtu sportovišť.

Tabulka 6 Počet sportovišť na školu

Počet sportovišť	Počet škol	%
1	0	0
2	12	60
více než 2	8	40

Graf 6 Počet sportovišť na školu



Z této tabulky je vidět, že všechny dotazované školy mají k dispozici optimální počet sportovišť pro výuku atletiky, 40% škol dokonce tento počet převyšují.

Z jiných prostor jedna škola uvedla hernu a jedna atletický ovál.

#### 5) Materiální vybavení škol pro výuku atletiky

Tady jsem chtěl zjistit, jak jsou školy vybaveny pro výuku atletických disciplín. Zajímal mě přesný počet sportovního náčiní a vybavení nutný pro zajištění výuky dané disciplíny.

Jako dostatečný počet náčiní pro výuku atletiky byly stanoveny tyto kritéria:

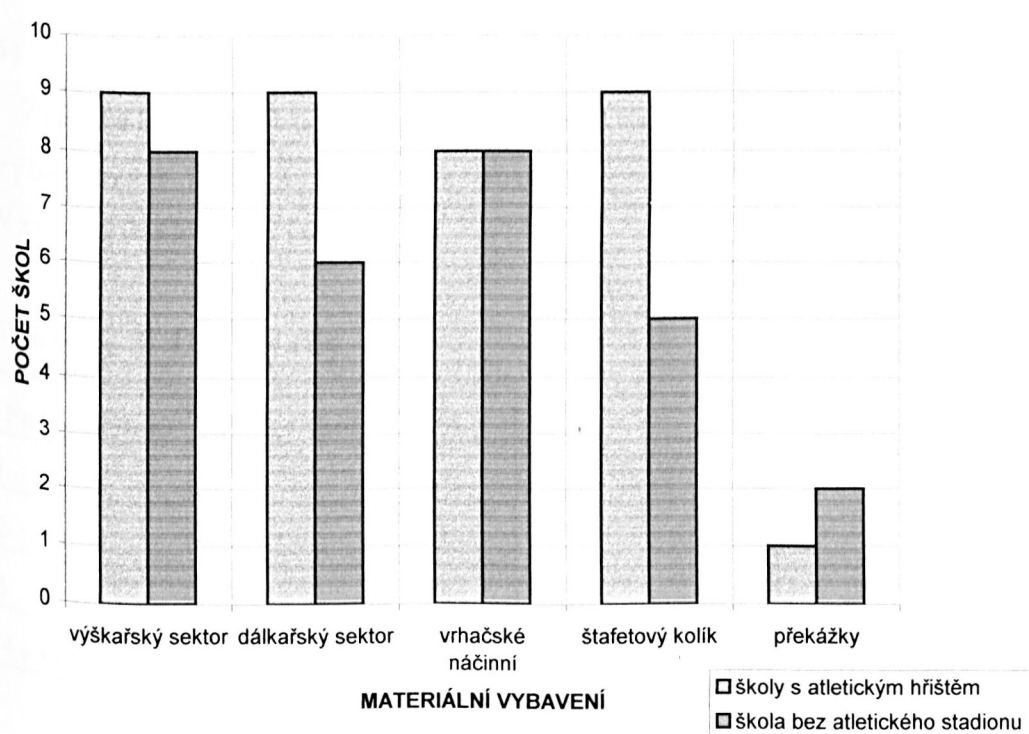
1. pro školy s atletickým stadionem: granát a kriketový míč 10ks; koule 5ks
2. pro školy bez atletického stadionu: granát a kriketový míč 5ks; koule 3ks

Tabulka 7 Materiální vybavení škol pro výuku atletiky

vybavení	školy s atletickým hřištěm	%	škola bez atletického stadionu	%
výškařský sektor	9	90	8	80
dálkařský sektor	9	90	6	60
vrhačské náčiní	8	80	8	80
štafetový kolík	9	90	5	50
překážky	1	10	2	20



Graf 7 Materiální vybavení škol pro výuku atletiky



Výzkum ukázal, že základní školy, které se zúčastnily výzkumu, jsou dostatečně vybaveny pro výuku atletiky. Překvapivým zjištěním je, že rozdíl v tomto vybavení mezi školami se stadionem a bez něj je nepatrný. Největší rozdíl je ve vybavenosti štafetovým kolíkem. Tomu nepřikládám velkou významnost, protože se štafetové předávky na základních školách moc nevyučují. Mezi vybavením, které se na školách používá, je větší rozdíl pouze vybavenosti škol dálkařským sektorem.

*Body týkající se učitelů TV*

V této části jsem vycházel ze vztahu 38 učitelů = 100%

### 6) Učitelský sbor

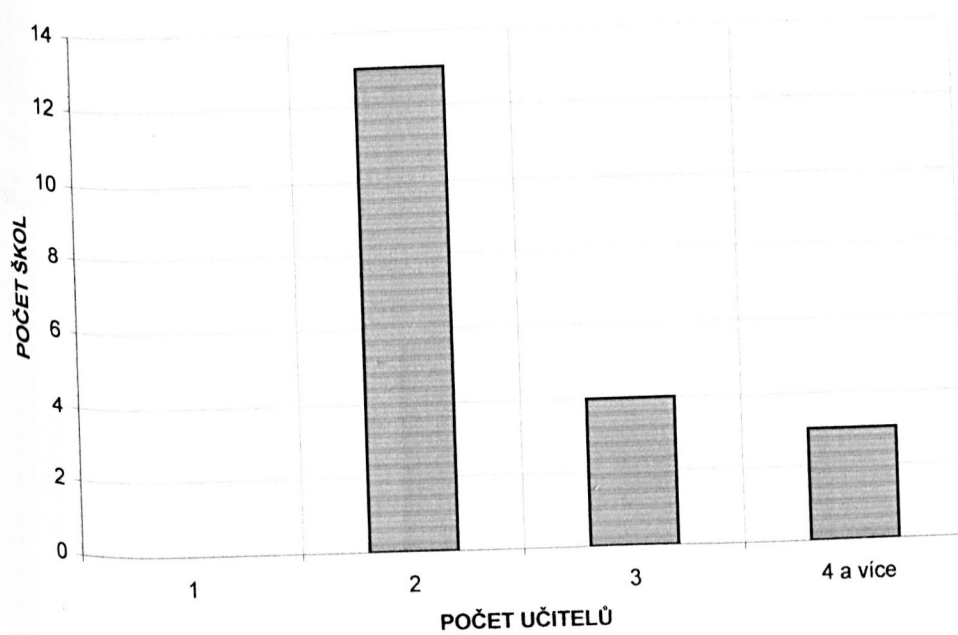
Zajímalo mě, kolik je na škole vyučujících TV na 2. stupni. Na výběr měli 1, 2, 3, 4 a více učitelů

Vztah 20 škol = 100%

Tabulka 8 Učitelský sbor

Počet učitelů	Počet škol	%
1	0	0
2	13	65
3	4	20
4 a více	3	15

Graf 8 Učitelský sbor



Podle očekávání na většině základních škol učí na 2. stupni alespoň dva učitelé. Dokonce na dvou školách je 6 učitelů TV.

Na 2. stupni ZŠ je nutnost nejméně dvou vyučujících TV, což mi výzkum bezezbytku potvrdil. Překvapilo mě, že na třech školách učí TV víc než tři učitelé, ač nešlo ani v jednom případě o sportovně zaměřené základní školy.

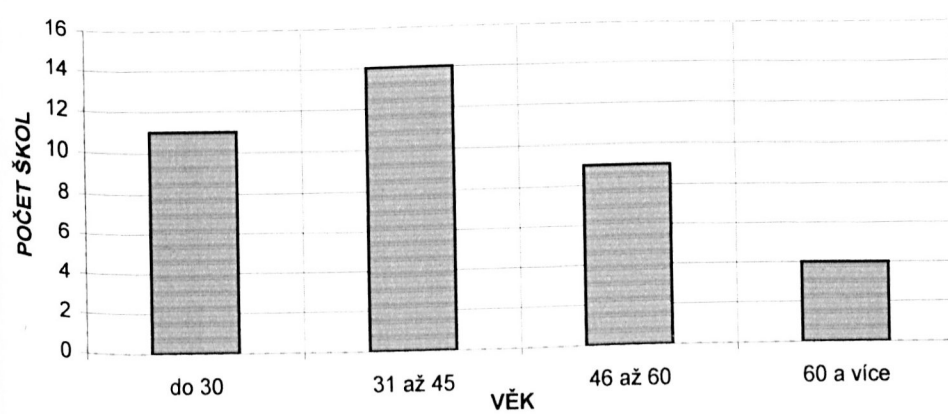
### 7) Věk učitelů

Tady jsem chtěl zjistit, jestli na 2. stupni základních škol vyučují mladší či starší učitelé. Na výběr měli: do 30, 31 až 45, 46 až 60, 60 a více let.

Tabulka 9 Věk učitelů

Věk	Počet učitelů	%
do 30	11	28,9474
31 až 45	14	36,8421
46 až 60	9	23,6842
60 a více	4	10,5263

Graf 9 Věk učitelů



Podle výsledků u této otázky je patrné, že učitelé na vybraných školách TV jsou mladšího věku. Domnívám se, že je to díky vyšším nárokům na fyzickou zdatnost a psychickou odolnost než je tomu u učitelů jiných předmětů.

Jelikož je věk u učitelů TV dle mého názoru daleko více limitujícím faktorem než u jiných předmětů, zdá se mi zjištěných 10% pro věk nad 60 let velké.

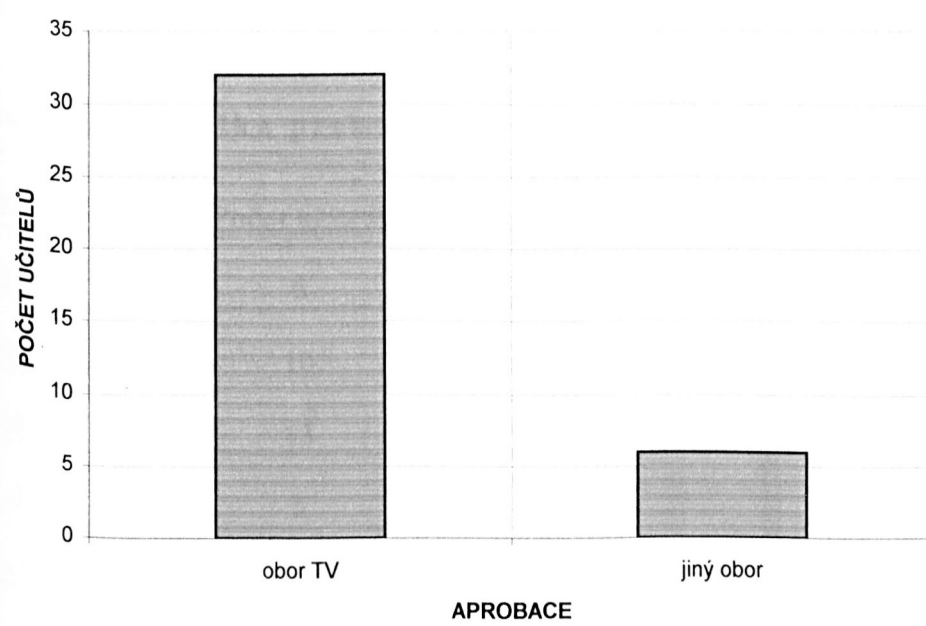
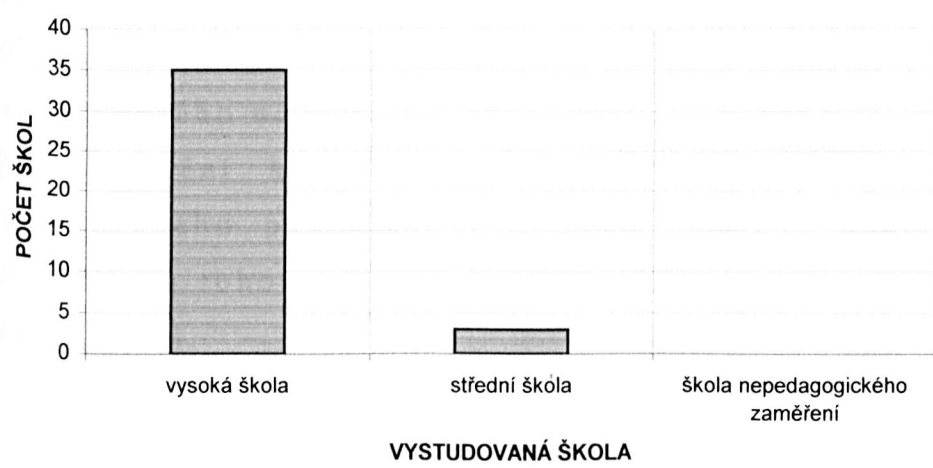
#### 8) Vysoká škola a obor

Zajímalo mě, jestli školy kladou důraz na to, aby tělesnou výchovu vyučovali aprobovaní učitelé, to znamená s vystudovanou vysokou školou pedagogického směru a obor TV.

Tabulka 10 Vzdělání učitelů TV

Typ školy a obor	Počet učitelů	%
vysoká škola	35	92,1053
střední škola	3	7,89474
škola nepedagogického zaměření	0	0
obor TV	32	84,2105
jiný obor	6	15,7895

Graf 10 Vzdělání učitelů TV



Výzkum ukázal, že jen nepatrná část dotazovaných nebyla aprobovaných pro výuku TV. I když 15% učitelů nemělo vystudovaný obor TV a dokonce tři učitelé neměli ani vysokou školu, nenašla se žádná škola, která by neměla alespoň jednoho kvalifikovaného učitele.

Pro zajištění kvalitní výuky tělesné výchovy je nutné mít kvalifikovaného pedagoga. Výzkumem zjištěné údaje ukazují, že školy si jsou toho vědomy a kladou důraz na odbornou způsobilost svých učitelů.

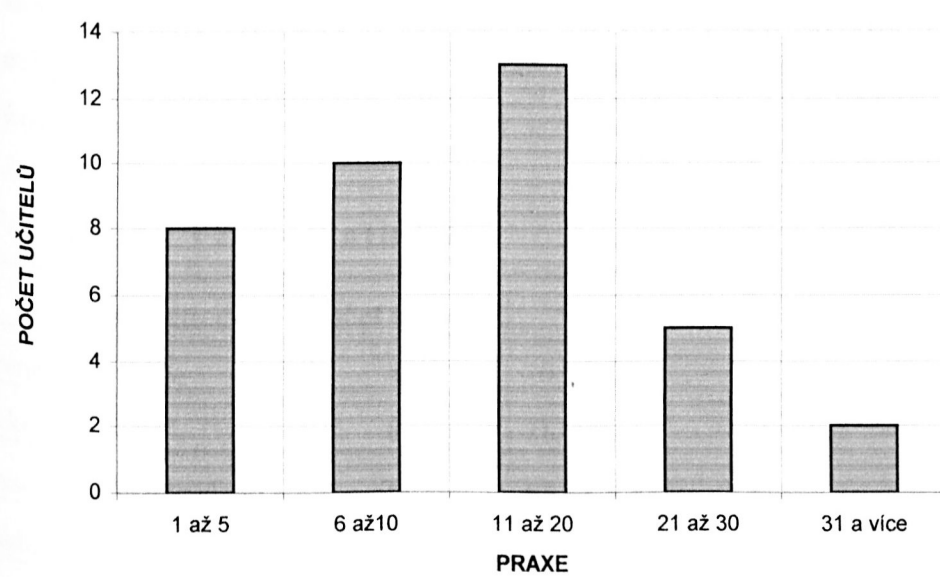
#### 9) Délka praxe

Zde jsem chtěl zjistit, jakou praxi mají vyučující na 2. stupni ZŠ. Byla zvolena kritéria: 1 – 5, 6 – 10, 11 – 20, 21 – 30, 31 a víc

Tabulka 11 Délka praxe

Délka praxe	Počet učitelů	%
1 až 5	8	21,05263
6 až 10	10	26,31579
11 až 20	13	34,21053
21 až 30	5	13,15789
31 a více	2	5,263158

Graf 11 Délka praxe



Tato tabulka potvrzuje výsledky tabulky 9 a jasně dokazuje, že na 2. stupni základních škol vyučují převážně mladší učitelé, protože téměř 82% uvedlo délku praxe méně než 20 let.

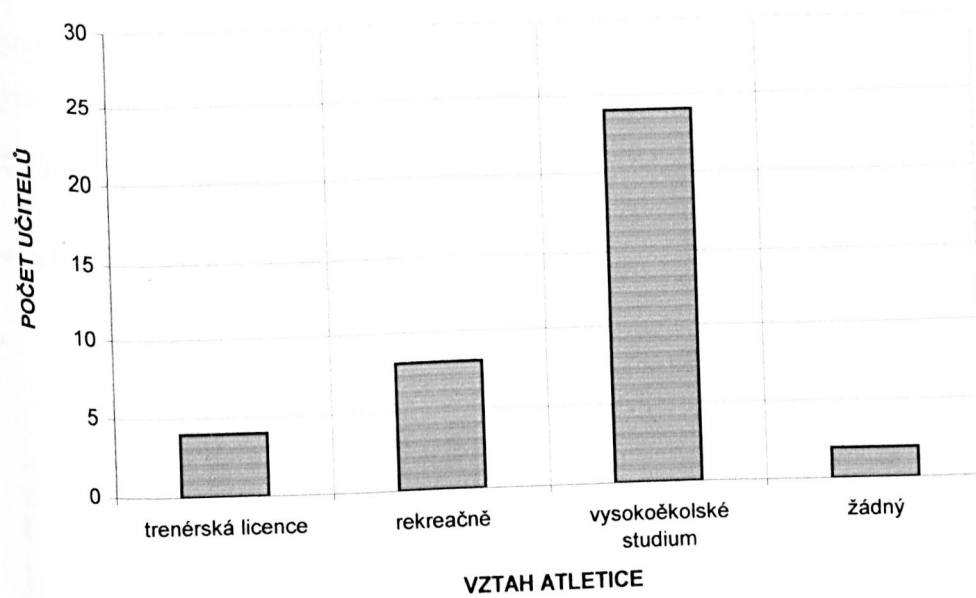
### 10) Vztah k atletice

Chtěl jsem zjistit osobní vztah učitelů k atletice. Měli na výběr: vlastní trenérskou licenci, rekreačně provozují nějakou disciplínu, setkali se s ní jen při vysokoškolském studiu nebo nemají vztah žádný.

Tabulka 12 Vztah k atletice

vztah k atletice	Počet učitelů	%
trenérská licence	4	10,5263
rekreační	8	21,0526
vysokoškolské studium	24	63,1579
žádný	2	5,26316

Graf 12 Vztah k atletice





Výsledky ukázaly, že 63% učitelů uvedlo vysokoškolské studium a rekreačně pouze 21%. Tento poměr může předznamenávat, že atletice při výuce TV učitelé moc prostoru dávat nebudou. Učitelé, kteří vlastní trenérskou licenci, sice uvedli, že atletiku učí 2krát týdně, ale při jejich počtu v testovaném souboru, jde o nepatrné číslo.

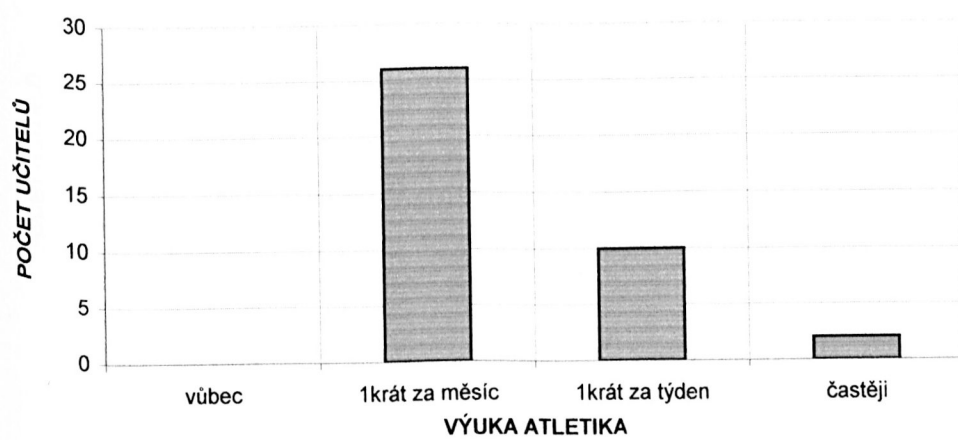
### 11) Výuka atletiky

Učitelé měli uvést, jak často vyučují atletiku na 2. stupni ZŠ. Vybírali z nabídky: vůbec, jednou za měsíc, jednou za týden a častěji.

Tabulka 13 Výuka atletiky

Četnost výuky	Počet učitelů	%
vůbec	0	0
1krát za měsíc	26	68,4211
1krát za týden	10	26,3158
častěji	2	5,26316

Graf 13 Výuka atletiky



Nejčastěji uváděli učitelé, že atletiku vyučují nejméně jednou za měsíc (65%), 28% uvedlo jednou týdně. Ve dvou případech se vyučuje atletika 2krát týdně. Je to málo oproti míčovým hrám, které se určitě vyučují častěji než jednou týdně.

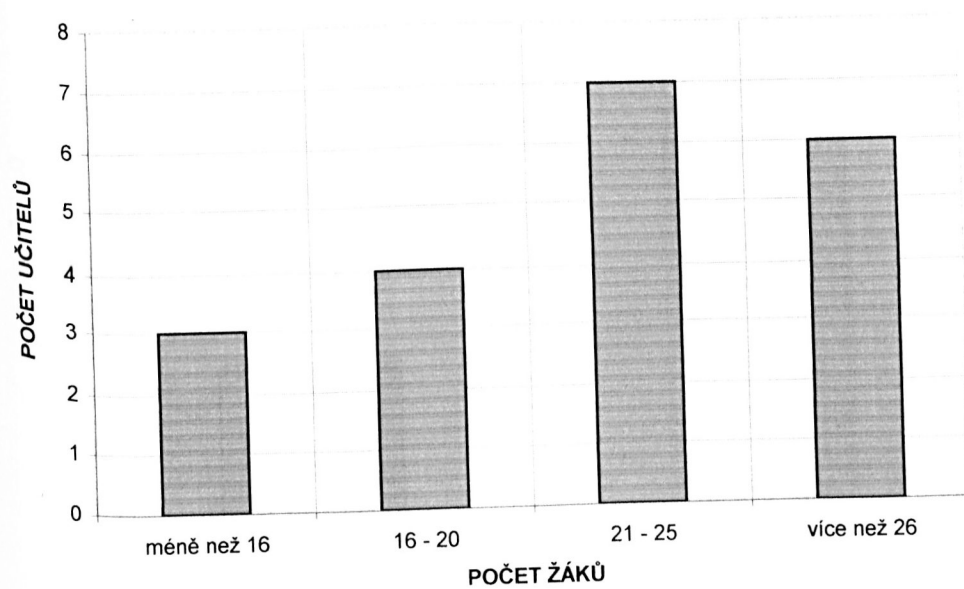
### 12) Počet žáků v hodině

Chtěl jsem zjistit, jak početné skupiny žáků mají učitelé ve vyučovací hodině a jestli jim to dovoluje vyučovat atletiku individuálně.

Tabulka 14 Počet žáků v hodině

Počet žáků v hodině	Počet učitelů	%
méně než 16	3	15
16 - 20	4	20
21 - 25	7	35
26 a více	6	30

Graf 14 Počet žáků v hodině



Výsledky ukázaly, že počet žáků na vyučovací hodinu je většinou velký, a proto předpokládám, že se bude atletika vyučovat především hromadnou formou. Tento fakt může odrazovat učitele od častějšího zařazování atletiky do výuky TV.

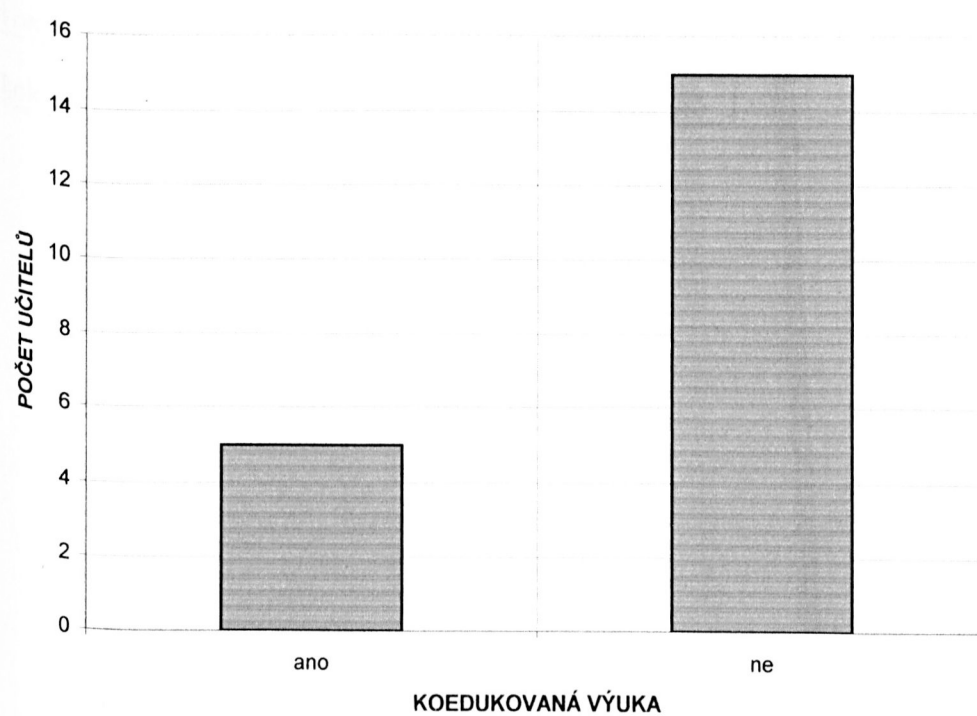
### 13) Koedukovaná výuka

V tomto bodě jsem chtěl zjistit, zda výuka TV probíhá odděleně (dívky a chlapci)

Tabulka 15 Koedukovaná výuka

Koedukovaná výuka	Počet učitelů	%
ano	5	25
ne	15	75

Graf 15 Koedukovaná výuka



Předpokládaný výsledek byl 100% pro možnost ne. Výzkum ale ukázal, že odděleně tělesnou výuku vyučuje 75% dotazovaných škol a čtvrtina dotazovaných základních škol vyučuje tělesnou výchovu koedukovaně. Jelikož mají školy nařízeno na 2. stupni vyučovat TV pouze odděleně, tak je toto zjištění zarážející.

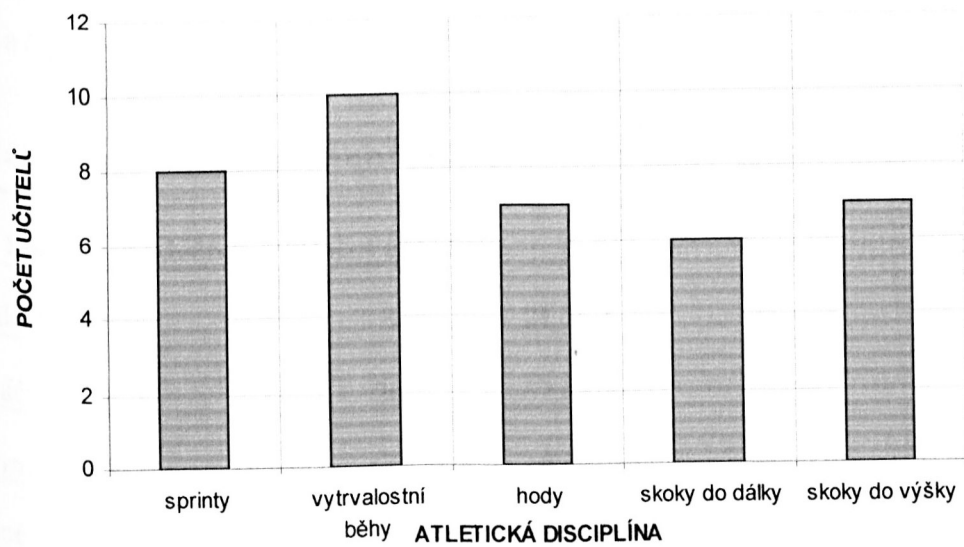
#### 14) Nejvyučovanější atletická disciplína

V tomto bodě jsem si dal za cíl zjistit, kterou atletickou disciplínu vyučují učitelé nejčastěji. Na výběr měli: sprinty, vytrvalostní běhy, hody, skok do dálky a skok do výšky.

Tabulka 16 Nejvyučovanější atletická disciplína

Atletická disciplína	Počet učitelů	%
sprinty	8	21,05263158
vytrvalostní běhy	10	26,31578947
hody	7	18,42105263
skok do dálky	6	15,78947368
skok do výšky	7	18,42105263

Graf 16 Nejvyučovanější atletická disciplína



Nejvíce učitelé uváděli běžecké disciplíny, konkrétně vytrvalostní běhy (26%), technické disciplíny se vyučují o něco méně, ale rozdíl mezi disciplínou s nejméně procenty (skok do dálky – 15%) a běhy je zhruba 11%, což znamená vyrovnaný podíl všech disciplín ve vyučování. Tak by tomu také mělo být, protože cílem atletiky je všestranný rozvoj sportovce.

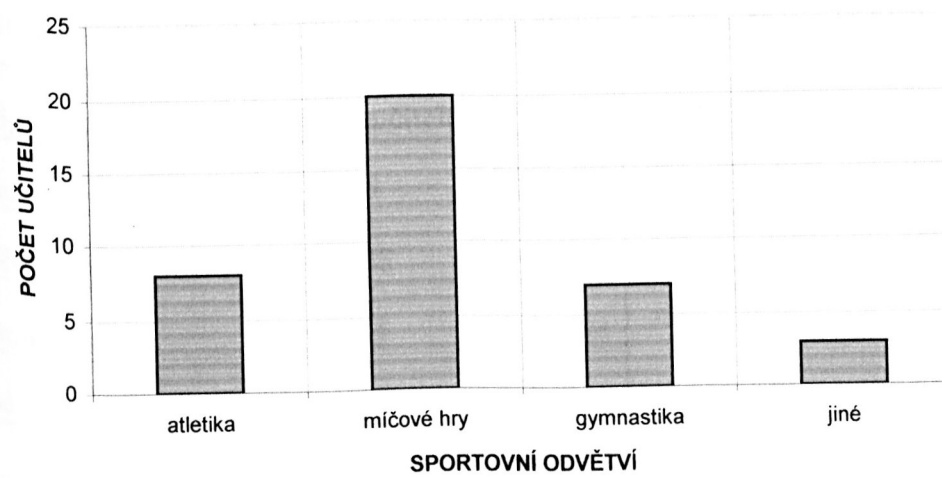
### 15) Nejoblíbenější sportovní odvětví u učitelů

Dotazovaní učitelé měli určit, jaká sportovní činnost je jejich nejoblíbenější. Na výběr měli: atletiku, míčové hry, gymnastika a jiné.

Tabulka 17 Nejoblíbenější sportovní odvětví u učitelů

Sportovní odvětví	Počet učitelů	%
atletika	8	21,0526
míčové hry	20	52,6316
gymnastika	7	18,4211
jiné	3	7,89474

Graf 17 Nejoblíbenější sportovní odvětví u učitelů



Tabulka ukázala, že nejoblíbenější jsou míčové hry (52%) a pak je zhruba na stejné úrovni atletika s gymnastikou. Mezi jinými učitelé uvedli dvakrát plavání a jednou prožitkové hry. Výsledek mě trochu překvapil, protože jsem nečekal takovou převahu míčových her. U učitelů, na rozdíl od žáků, bych očekával provozování většího počtu sportovních odvětví.

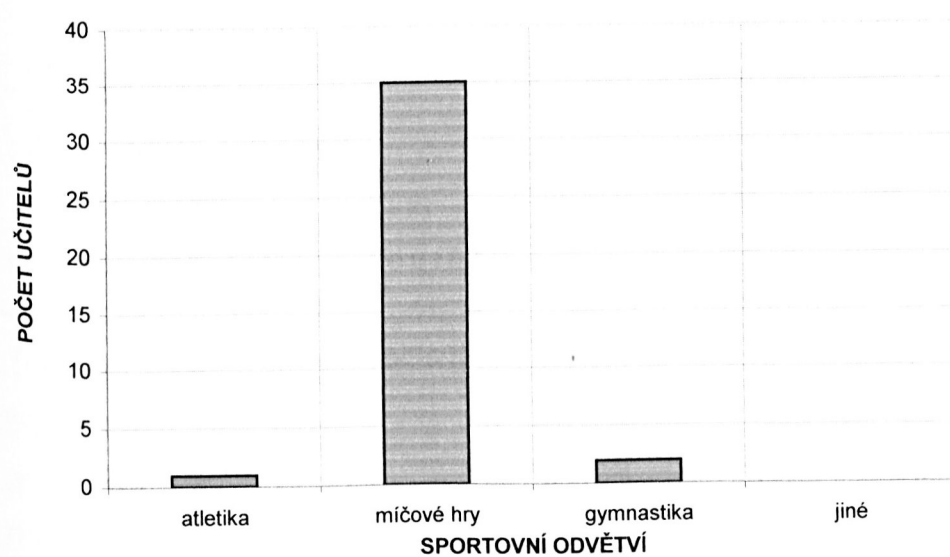
#### 16) Nejoblíbenější sportovní odvětví u žáků

Chtěl jsem určit pořadí oblíbenosti sportovních odvětví i u žáků. Odpovídali za ně ovšem učitelé podle vlastních zkušeností. Předpokládal jsem, že nejvíc procent získají míčové hry, a to výrazným rozdílem.

Tabulka 18 Nejoblíbenější sportovní odvětví u žáků

Sportovní odvětví	Počet učitelů	%
atletika	1	2,63158
míčové hry	35	92,1053
gymnastika	2	5,26316
jiné	0	0

Graf 18 Nejoblíbenější sportovní odvětví u žáků



Domněnka se potvrdila, míčové hry uvedlo 92% dotazovaných. Gymnastika byla dokonce podle učitelů u žáků oblíbenější než atletika.

Míčové hry jsou svou dynamičností a kolektivním pojetím pro žáky atraktivnější než gymnastika nebo atletika. Dalším důvodem jejich oblíbenosti je jejich popularita a mediální prostor, který jim je věnován.



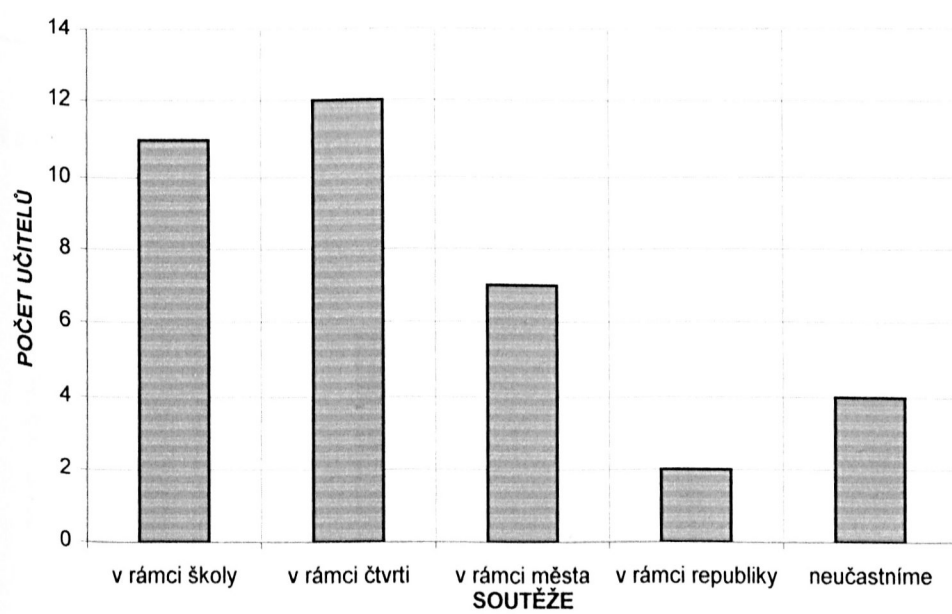
17) Vaše škola se účastní školních atletických soutěží (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

- a) v rámci školy
- b) v rámci čtvrti
- c) v rámci města
- d) v rámci republiky
- e) neúčastníme

Tabulka 20 Atletické soutěže

Atletické soutěže	Počet učitelů	%
v rámci školy	11	30,5556
v rámci čtvrti	12	33,3333
v rámci města	7	19,4444
v rámci republiky	2	5,5556
neúčastníme	4	11,1111

Graf 20 Atletické soutěže

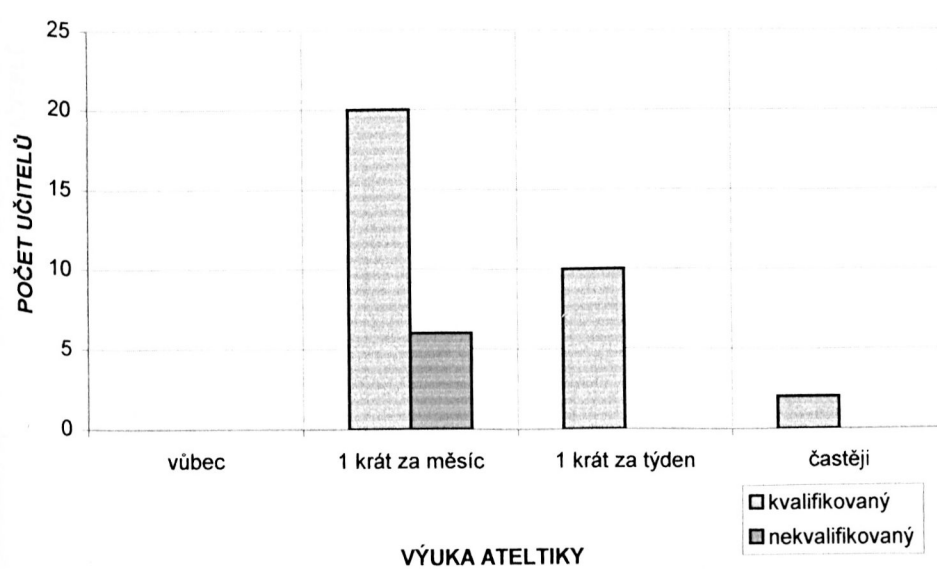


Z grafu 23 je patrné, že 30% dotazovaných škol se účastní atletických soutěží pouze v rámci čtvrti, další třetina dokonce jen v rámci samotné školy, na republikové úrovni se angažuje pouze 5% z dotazovaných a 11% atletiku pouze vyučuje.

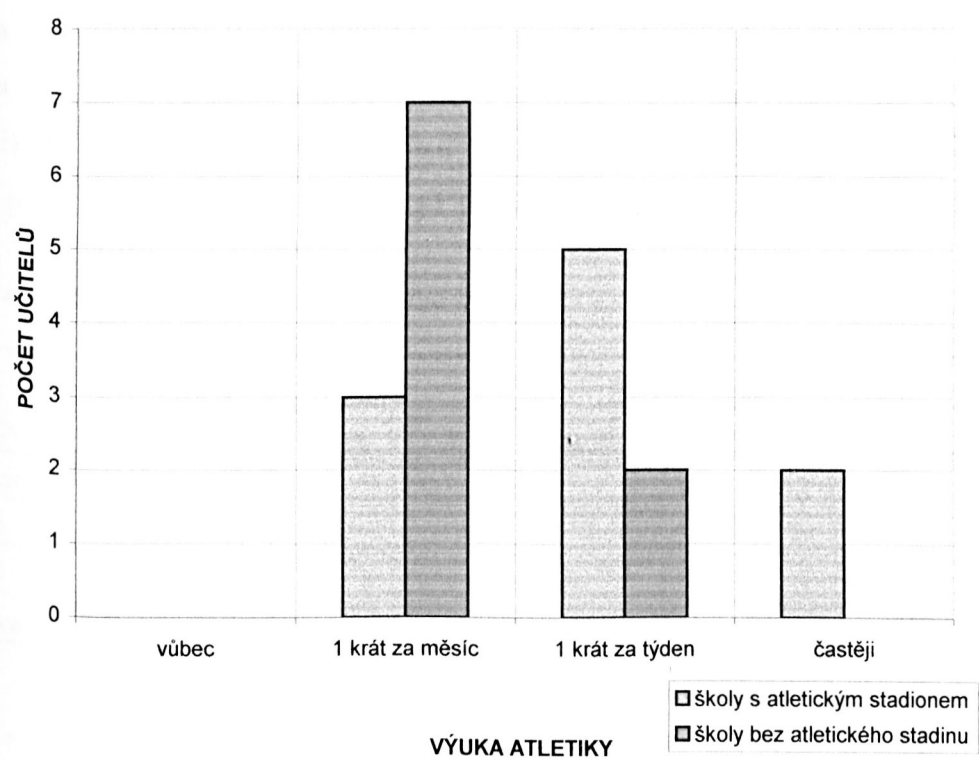
Tabulka 21

Kriteria	Četnost								
	vůbec	%	1krát za měsíc	%	1krát za týden	%	častěji	%	
kvalifikace	kvalifikovaný	0	0	20	76,9	10	100	2	100
	nekvalifikovaný	0	0	6	23,1	0	0	0	0
školy	školy s atletickým stadionem	0	0	3	30	5	62,5	2	100
	školy bez atletického stadionu	0	0	7	70	3	37,5	0	0
praxe	do 5	0	0	3	7,895	5	13,2	0	0
	6 až 10	0	0	6	15,79	4	10,5	0	0
	11 až 20	0	0	8	21,05	3	7,89	2	5,26
	21 až 30	0	0	4	10,53	1	2,63	0	0
	31 a více	0	0	2	5,263	0	0	0	0

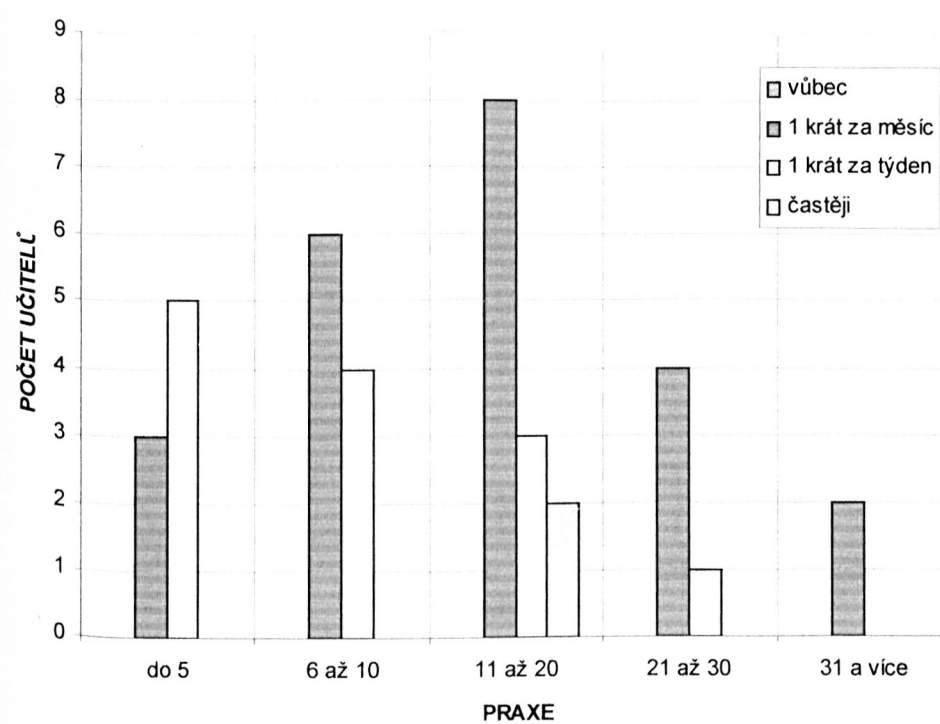
Graf 21a



Graf 21b



Graf 21c

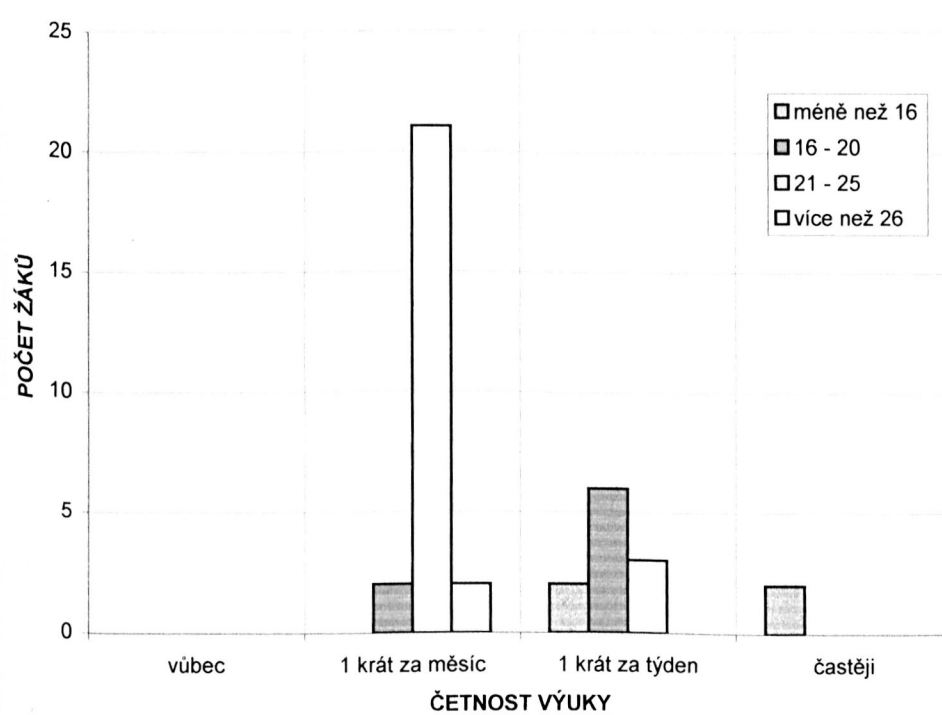


Graf 21a ukázal, že atletiku vyučují daleko častěji učitelé a probovaní než neaprobovaní, kteří učí atletiku maximálně jednou za měsíc. Naproti tomu z grafu 21b je patrné, že atletika se jednou za týden učí i na školách bez atletického hřiště. Podle grafu 21c je přímá úměra mezi délkou praxe a četností výuky. Mezi učiteli s praxí delší než 20 let byl jediný, který učil atletiku jednou týdně

Tabulka 22 Závislost četnosti výuky atletiky na počtu žáků

Počet žáků v hodině	Četnost			
	vůbec	1 krát za měsíc	1 krát za týden	častěji
méně než 16	0	0	2	2
16 - 20	0	2	6	0
21 - 25	0	21	3	0
více než 26	0	2	0	0

Graf 22 Závislost četnosti výuky atletiky na počtu žáků



Výsledek (graf 22) ukázal, že ideální počet žáků pro výuku atletiky je do 16. Jen s takovým počtem učí atletiku učitelé častěji než jednou za týden. Naopak je – li žáků více než 26, učí se atletika maximálně jednou za měsíc. Jednou za týden učí atletiku i učitelé s třídou do 20 žáků (více jak 16%).

Pro ověření stanovených hypotéz jsem zvolil porovnání odpovědí základních škol s atletickým stadionem a škol bez něj na otázku, jak často vyučují atletiku a porovnání odpovědí učitelů aprobovaných a neaprobovaných. Tyto zvolené otázky se mi jevily pro splnění stanoveného cíle nejvhodnější.

1. Zde zjišťuji, jestli je závislost četnosti výuky atletiky na vybavení školy atletickým stadionem. Znamená atletický stadion automaticky častější výuku atletiky?

četnost výuky	školy s atl. stadionem		školy bez atl. stadionu		d	d <sup>2</sup>
	počet	pořadí	počet	pořadí		
vůbec	0	4	0	3,5	0,5	0,25
1krát za měsíc	3	2	7	1	1	1
1krát za týden	5	1	3	2	1	1
častěji	2	3	0	3,5	0,5	0,25

$$\Sigma d^2 = 2,5$$

$$\rho = 1 - \frac{6 \Sigma d^2}{n(n^2 - 1)} = 1 - \frac{6 \cdot 2,5}{4(4^2 - 1)} = 1 - 0,25 = 0,75$$

Jelikož je koeficient  $\rho$  kladný a blíží se maximální hodnotě, tak se jedná o vysokou závislost přímo. Je zřejmé, že častěji vyučují atletiku školy s atletickým stadionem.

2. Chtěl jsem pomocí této tabulky ověřit, jestli kvalifikovaní učitelé vyučují atletiku častěji než nekvalifikovaní.

četnost výuky	aprobovaní učitelé		neaprobovaní učitelé		d	d <sup>2</sup>
	počet	pořadí	počet	pořadí		
vůbec	0	4	0	3	1	1
1krát za měsíc	20	1	6	1	0	0
1krát za týden	10	2	0	3	1	1
častěji	2	3	0	3	0	0

$$\Sigma d^2 = 2$$

$$e = 1 - \frac{6\Sigma d^2}{n(n^2 - 1)} = 1 - \frac{6 \cdot 2}{4(4^2 - 1)} = 1 - 0,2 = 0,8$$

Byla zjištěna velmi vysoká přímá závislost mezi četností výuky a kvalifikací učitelů. Ani jeden z neaprobovaných kantorů nevyučuje atletiku častěji než jednou za měsíc, kdežto třetina z kvalifikovaných učitelů vyučuje jednou za týden a dva dokonce častěji.

Pro podrobnější zjištění, jak je atletika zařazená do výuky TV, bylo potřeba porovnat pedagogické dokumenty vybraných základních škol, protože výsledky z tabulky a grafu č. 13 nedávaly přesné informace.

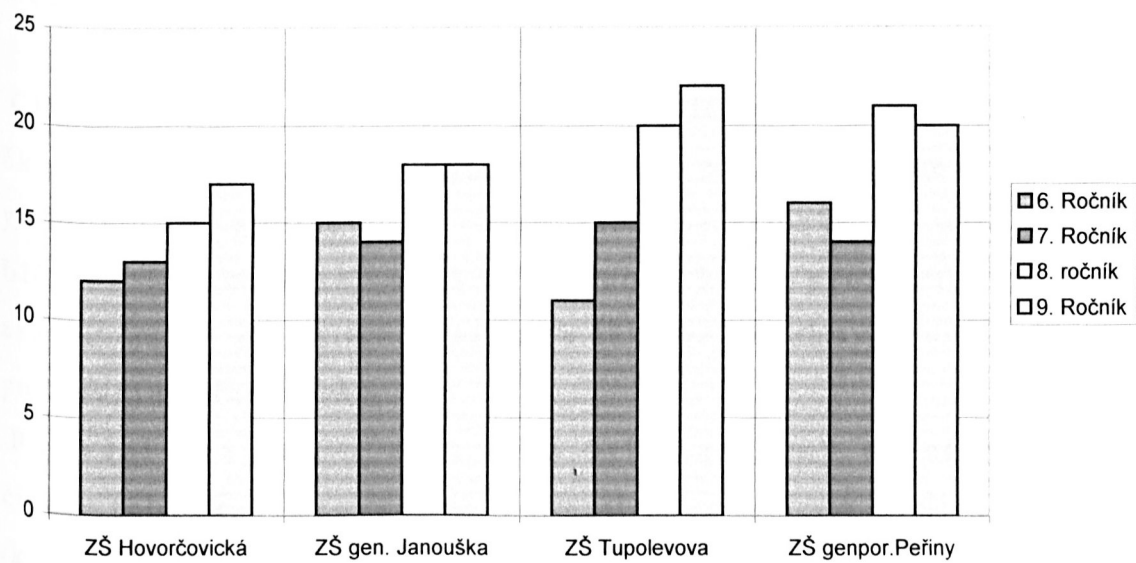
Zkoumaný vzorek tvořily čtyři základní školy, které jsem všechny osobně navštívil. Učitele TV jsem požádal, o nahlédnutí do třídních knih školního roku 2005/2006. Všichni oslovení pedagogové mi vyšli maximálně vstříc.

Cílem bylo spočítat celkový počet hodin tělesné výchovy věnované výuce atletiky. A ten poté porovnat s počtem hodin doporučeným vzdělávacím programem Základní škola, který používala drtivá většina zúčastněných základních škol. Ten doporučuje pro atletiku 10 až 15 hodin ročně.

Roční počet hodin atletiky

	ZŠ Hovorčovická	ZŠ gen. Janouška	ZŠ Tupolevova	ZŠ genpor. Peřiny
6. Ročník	12	15	11	16
7. Ročník	13	14	15	14
8. ročník	15	18	20	21
9. Ročník	17	18	22	20





Výsledky ukázaly, že počet hodin atletiky ani na jedné ze škol není menší než mají předepsáno vzdělávacím programem podle kterého učí. Základní škola Hovorčovická měla ročně v průměru 14,25 hodin atletiky, ZŠ gen. Janouška 16,25, ZŠ Tupolevova 17 a genpor. Janouška 17,25. Z grafu je patrné, že atletika se vyučuje více ve vyšších ročnících.

### **Dotazník pro žáky**

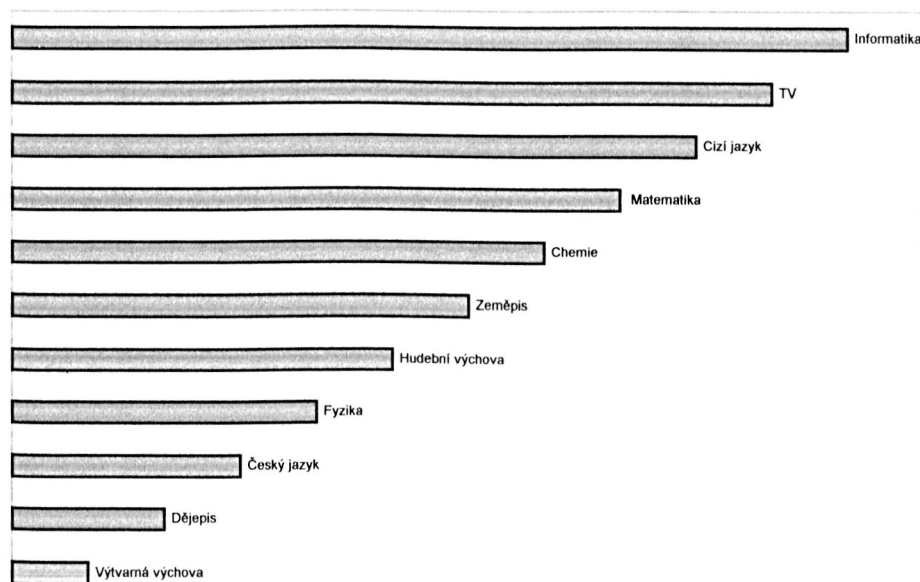
Cílem dotazníku bylo zjistit, jakou roli hraje atletika u dětí této věkové kategorie. Jaké má u nich postavení mezi ostatními vyučovanými sportovními aktivitami, jestli je u nich atletika oblíbená (neoblíbená) mezi aktivitami, které provozují ve volném čase a jaký je jejich vztah k tělesné výchově vůči ostatním vyučovacím předmětům.

Poslední dvě otázky dotazníku byly zaměřeny na názor žáků na učitele tělesné výchovy. Jak vnímají jimi vedené hodiny atletiky a jaký u nich budí dojem po stránce odborné.

Tabulka 23 Preference předmětů - chlapci

Předmět	1	2	3	4	5	Σ	Φ
matematika	3	3	5	2	3	47	2,9375
český jazyk		1	2	6	2	42	3,818182
cizí jazyk	3	4	2	2	1	30	2,5
zeměpis		6	5	2	3	50	3,125
dějepis	1		1	5	5	49	4,083333
fyzika		1	1		2	15	3,75
chemie			2			6	3
informatika	5	3	2			17	1,7
tělesná výchova	9	2		2	1	26	1,857143
vv			1		3	18	4,5
hv		1			1	7	3,5

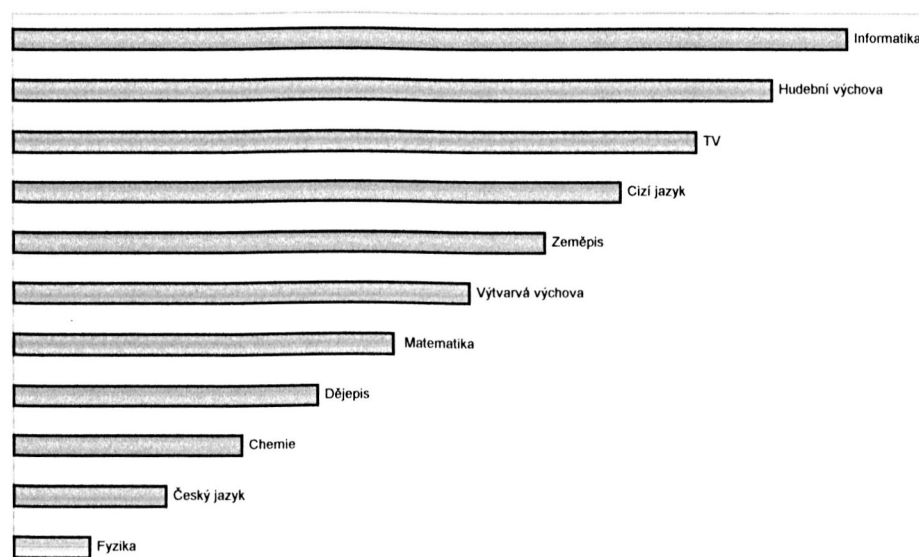
Graf 23 Preference učebních předmětů u žáků - Chlapci



Tabulka 24 Preference předmětů - dívky

Předmět	1	2	3	4	5	Σ	Φ
matematika	6	2	5	6	6	79	3,16
český jazyk	1	4	3	9	7	89	3,708333
cizí jazyk	9	2	5	5	4	68	2,72
zeměpis	2	10	4	6	3	73	2,92
dějepis	2	1	3	2	3	36	3,272727
fyzika			5	5	3	50	3,846154
chemie		2	4		4	36	3,6
informatika	2	8	3			27	2,076923
tělesná výchova	10	6	2	3	3	55	2,291667
vv	2	1	1		3	22	3,142857
hv	3	1	2		1	16	2,285714

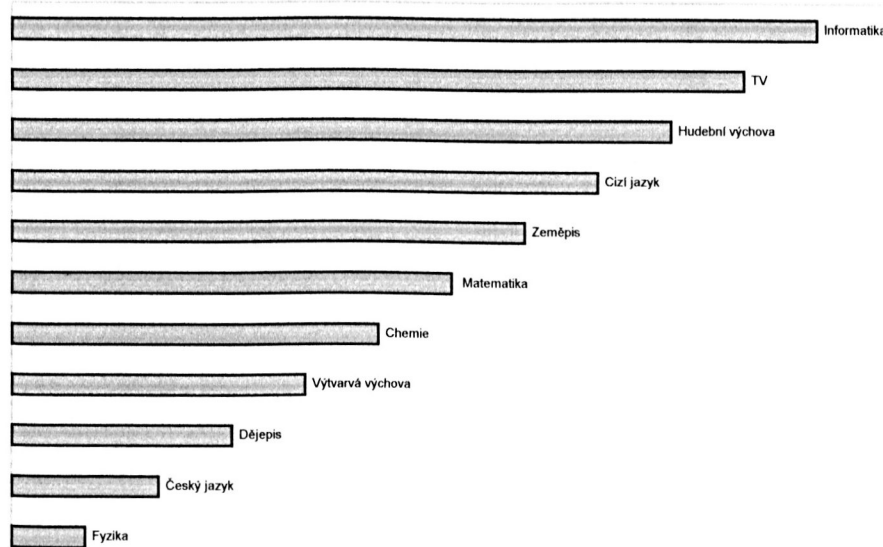
Graf 24 Preference učebních předmětů u žáků - Dívky



Tabulka 25 Preference předmětů – celkově

Předmět	Chlapci	Divky	$\Sigma$	$\Phi$
matematika	47	79	126	3,073171
český jazyk	42	89	131	3,742857
cizí jazyk	30	68	98	2,648649
zeměpis	50	73	123	3
dějepis	49	36	85	3,695652
fyzika	15	50	65	3,823529
chemie	6	36	40	3,333333
informatika	17	27	44	1,913043
tělesná výchova	26	55	81	2,131579
vv	18	22	40	3,636364
hv	7	16	23	2,555556

Graf 25 Preference učebních předmětů u žáků - Celkově

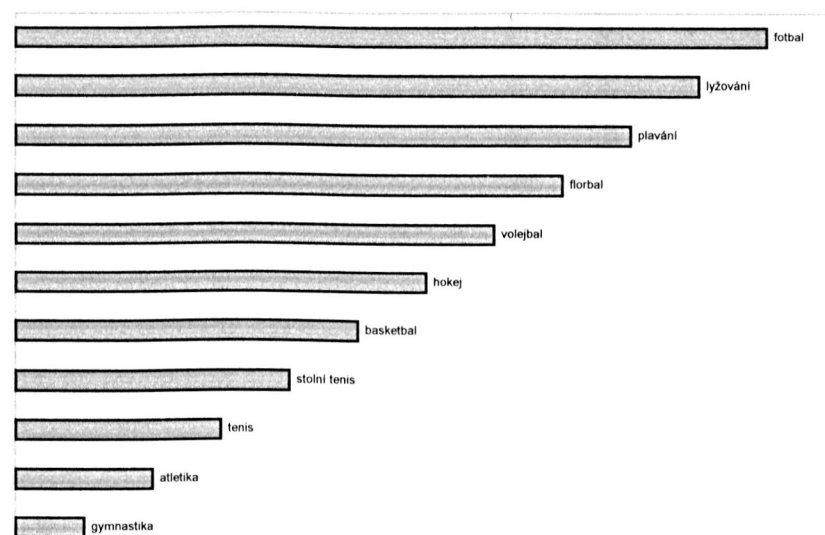


Očekávalo se, že Tělesná výchova bude alespoň u chlapců nejoblíbenější, z tabulky 23 a 24 je zřejmé, že u chlapců je na druhém místě a u dívek na třetím. První je u obou Informatika. Alarmující je zjištění, že nejmenšímu zájmu se po Fyzice těší Český jazyk.

Tabulka 26 Preference sportovní činnosti - chlapci

Sport	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Σ	Φ
atletika	2	1	1	1		3	1	1	3	6	2	153	7,2857
gymnastika		2		1	1	3		2	5	4	3	165	7,8571
volejbal	2		4	3	1	2	2	2	2	2	1	122	5,8095
fotbal	4	2	2	3	3		3	1	1	1	1	100	4,7619
hokej	1	2		2	4	3	4	2	1	2	0	125	5,9524
florbal	3	3	2	1		3	1	4	2	1	1	115	5,4762
tenis	2	1	1		3	2	4	4	1	1	2	135	6,4286
stolní tenis		1	2	4	3	3		4	1		3	132	6,2857
lyžování	3	3	4	4			2		1	1	3	103	4,9048
plavání	1	4	3	2	2	1	2	1	3	1	1	112	5,3333
basketbal	3	2	2	1	4			1	2	2	4	127	6,0476

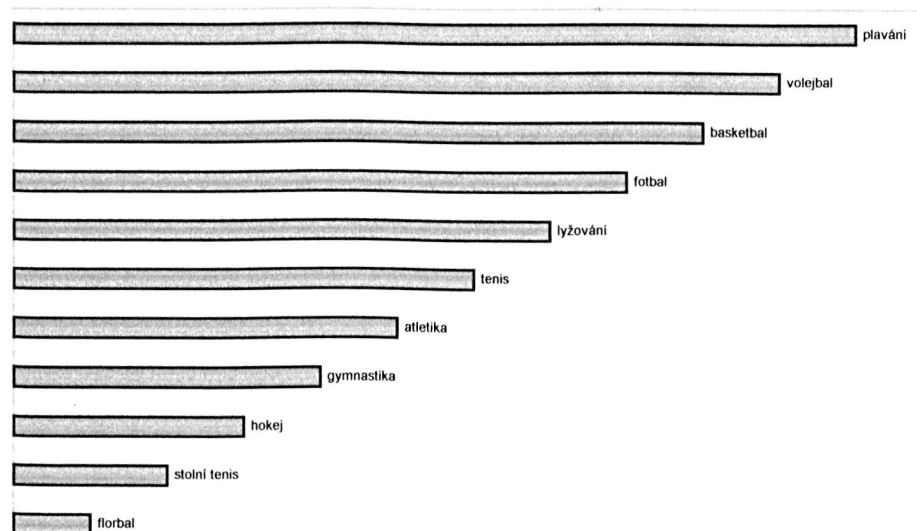
Graf 26 Preference sportovní činnosti - chlapci



Tabulka 27 Preference sportovní činnosti - dívky

Sport	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	Σ	Φ
atletika		1	2	6	1	6	2	2	2	5	2	193	6,6552
gymnastika		2	2	3	5	1	3	3	5	2	3	196	6,7586
volejbal	7	3	1	1	2	6	1	2	3	2	1	147	5,069
fotbal	3	3	4	5		3	5	2	2	1	1	149	5,1379
hokej			1	5	4	2	2	6	4	3	2	205	7,069
florbal		1	1	1	1	3	2	3	6	5	6	240	8,2759
tenis	1	2	3	1	4	3	4	2	3	3	3	190	6,5517
stolní tenis		2	3	1	3	2	6	2		4	7	219	7,5517
lyžování	10	3	4	2	2	2	7	1	1	2	1	155	5,3448
plavání	6	8	5	3	1	1	2		3			101	3,4828
basketbal	2	6	3	2	6		1	5	1	2	1	148	5,1034

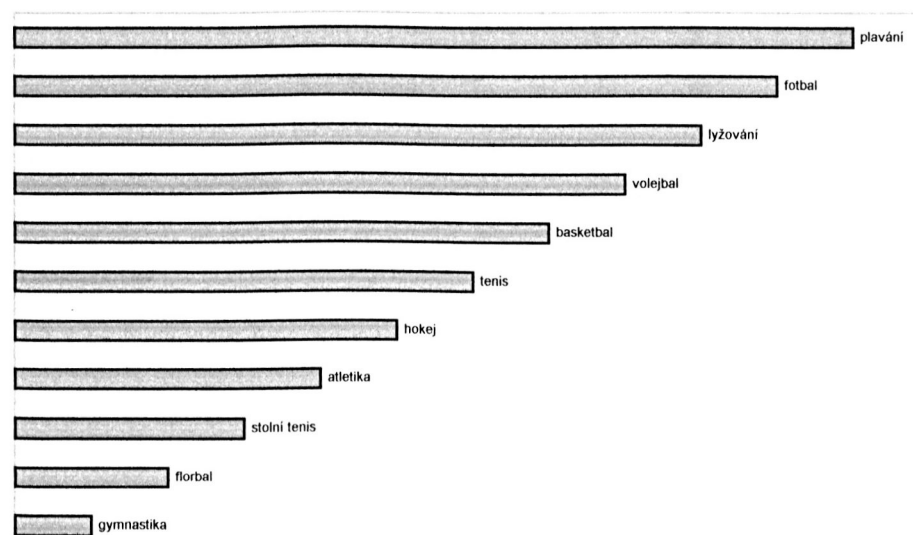
Graf 27 Preference sportovní činnosti - dívky



Tabulka 28 Preference sportovní činnosti – celkově

Sport	Chlapci	Dívky	$\Sigma$	$\Phi$
atletika	153	193	9	6,92
gymnastika	165	196	361	7,22
volejbal	122	147	269	5,38
fotbal	100	149	249	4,98
hokej	125	205	330	6,6
florbal	115	240	355	7,1
tenis	135	190	325	6,5
stolní tenis	132	219	351	7,02
lyžování	103	155	258	5,16
plavání	112	101	213	4,26
basketbal	127	148	275	5,5

Graf 28 Preference sportovní činnosti - celkově



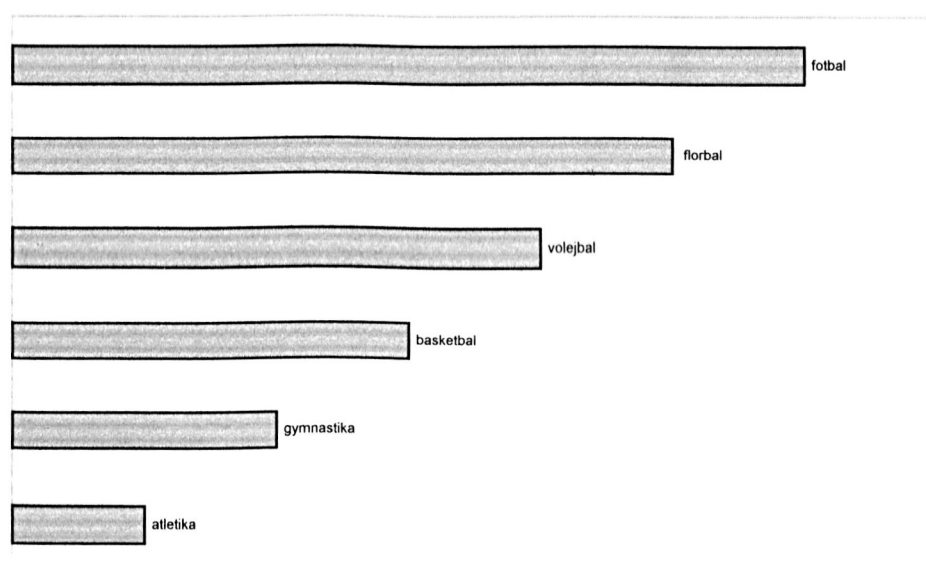
V hodinách tělesné výchovy je atletika dokonce na posledním místě až za gymnastikou (graf 31). První je těsně volejbal před fotbalem, který je překvapivě u dívek na druhém místě (graf 32).



Tabulka 29 Preference sportovní činnosti v hodinách TV – chlapci

Sportovní činnost v TV	1	2	3	4	5	6	Σ	Φ
atletika		2	5		6	8	97	4,61905
gymnastika		2	1	9	3	6	94	4,47619
fotbal	4	4	5	7		1	61	2,90476
volejbal	5	3	5	4	3	1	63	3
florbal	7	5	1	1	4	3	62	2,95238
basketbal	5	5	4		1	6	68	3,2381

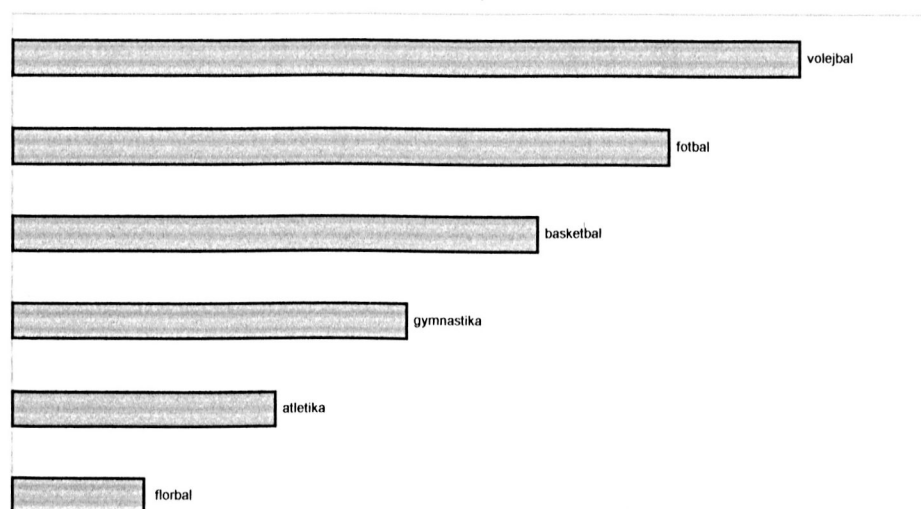
Graf 29 Preference sportovní činnosti v hodinách TV - chlapci



Tabulka 30 Preference sportovní činnosti v hodinách TV – dívky

Sportovní činnost v TV	1	2	3	4	5	6	$\Sigma$	$\Phi$
atletika	2	5	4	5	4	9	118	4,06897
gymnastika	2	6	4	10	3	4	105	3,62069
fotbal	6	7	6	5	3	2	85	2,93103
volejbal	11	6	6	2	3	1	70	2,41379
florbal	1	1	3	4	6	14	142	4,89655
basket	6	4	6	4	6	3	96	3,31034

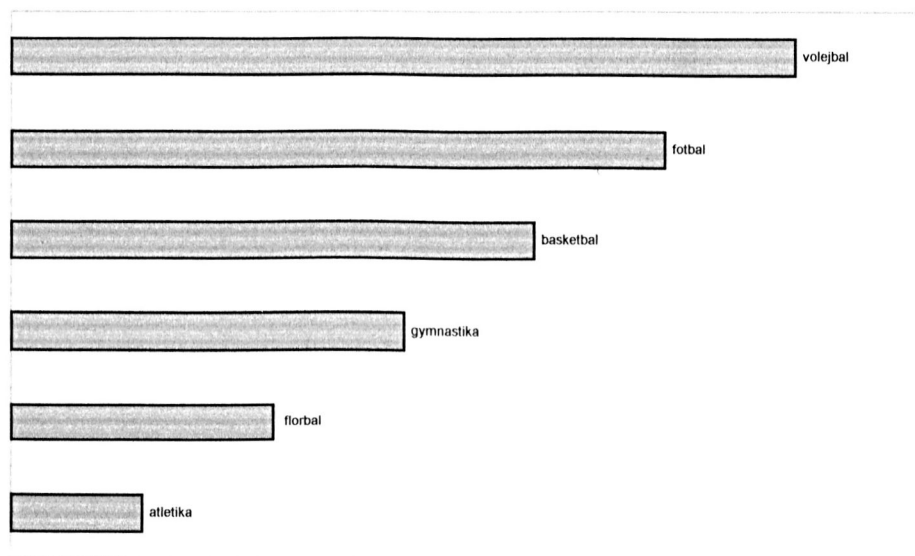
Graf 30 Preference sportovní činnosti v hodinách TV - dívky



Tabulka 31 Preference sportovní činnosti v hodinách TV – celkově

Sportovní činnost v TV	Chlapci	Dívky	$\Sigma$	$\Phi$
atletika	97	118	215	4,3
gymnastika	94	105	199	3,98
fotbal	61	85	146	2,92
volejbal	63	70	133	2,66
florbal	62	142	204	4,08
basketbal	68	96	164	3,28

Graf 31 Preference sportovní činnosti v hodinách TV - celkově

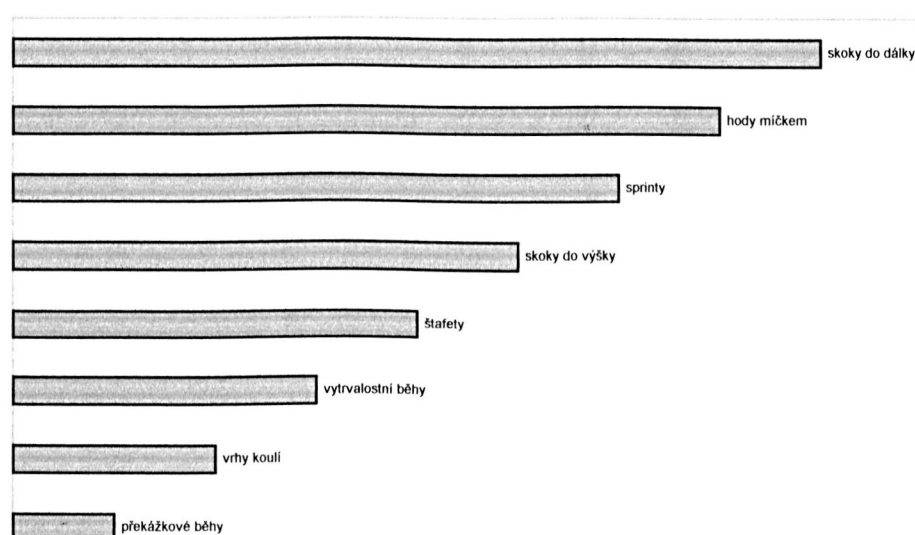


V hodinách tělesné výchovy je atletika dokonce na posledním místě až za gymnastikou (graf 31). První je těsně volejbal před fotbalem, který je překvapivě u dívek na druhém místě (graf 32).

Tabulka 32 Preference atletické disciplíny – chlapci

Atletické disciplíny	1	2	3	4	5	6	7	8	Σ	Φ
sprinty	4	1	5	2	6		2	1	81	3,85714
vytrvalostní běhy		3	1	5	2	3	4	3	109	5,19048
skoky do dálky	5	7	3	1	1	2		2	65	3,09524
skoky do výšky	4	3	3	3	1	1	5	1	85	4,04762
hody míčkem	6	2	3	1	6	1	1	1	74	3,52381
vrhy koulí		3	1	3	1	8	3	2	111	5,28571
štafety	2		4	2	3	1	7	2	108	5,14286
překážkové běhy		2	1	4	1	5		8	122	5,80952

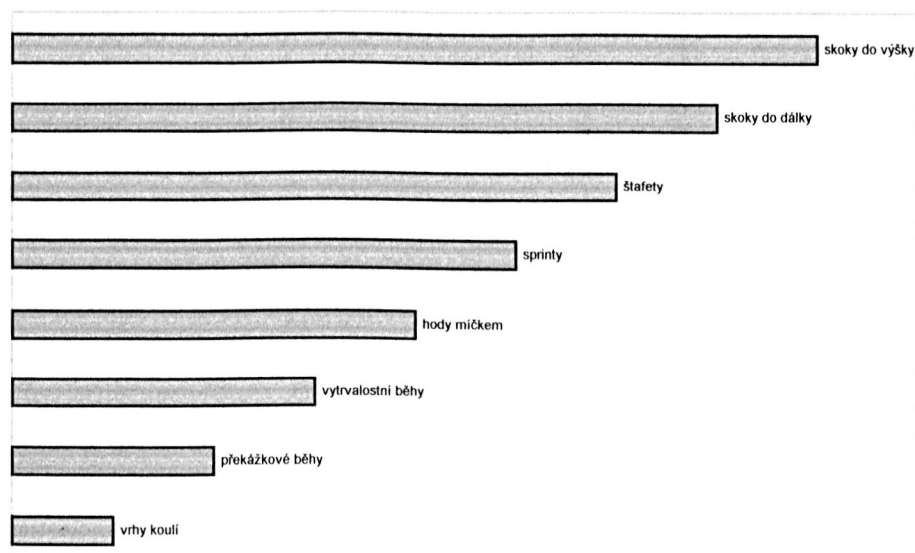
Graf 32 Preference atletické diisciplíny - chlapci



Tabulka 33 Preference atletické disciplíny - dívky

Atletické disciplíny	1	2	3	4	5	6	7	8	Σ	Φ
sprinty	3	3	2	8	6	4	2	1	123	4,24138
vytrvalostní běhy	1	1	4	3	4	4	4	7	155	5,34483
skoky do dálky	4	6	4	4	3	1	3	2	102	3,51724
skoky do výšky	8	7	5	2		3	2	2	93	3,2069
hody míčkem	3	4	5	4	5	1	3	4	126	4,34483
vrhy koulí	1	2	3	3	4	5	4	7	160	5,51724
štafety	5	3	5	1	5	5	3	2	122	4,2069
překážkové běhy	2	3	1	4	1	6	8	4	156	5,37931

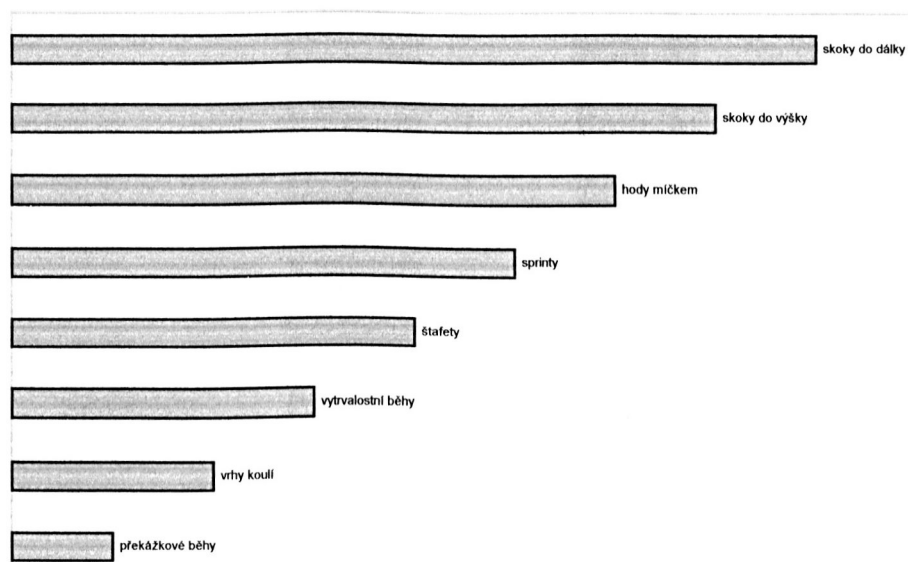
Graf 33 Preference atletické disciplíny - dívky



Tabulka 34 Preference atletické disciplíny – celkově

Atletická disciplína	Chlapci	Divky	$\Sigma$
sprinty	81	123	204
vytrvalostní běhy	109	155	264
skoky do dálky	65	102	167
skoky do výšky	85	93	178
hody míčkem	74	126	200
vrhy koulí	111	160	271
štafety	108	122	231
překážkové běhy	122	156	278

Graf 34 Preference atletické disciplíny - celkově

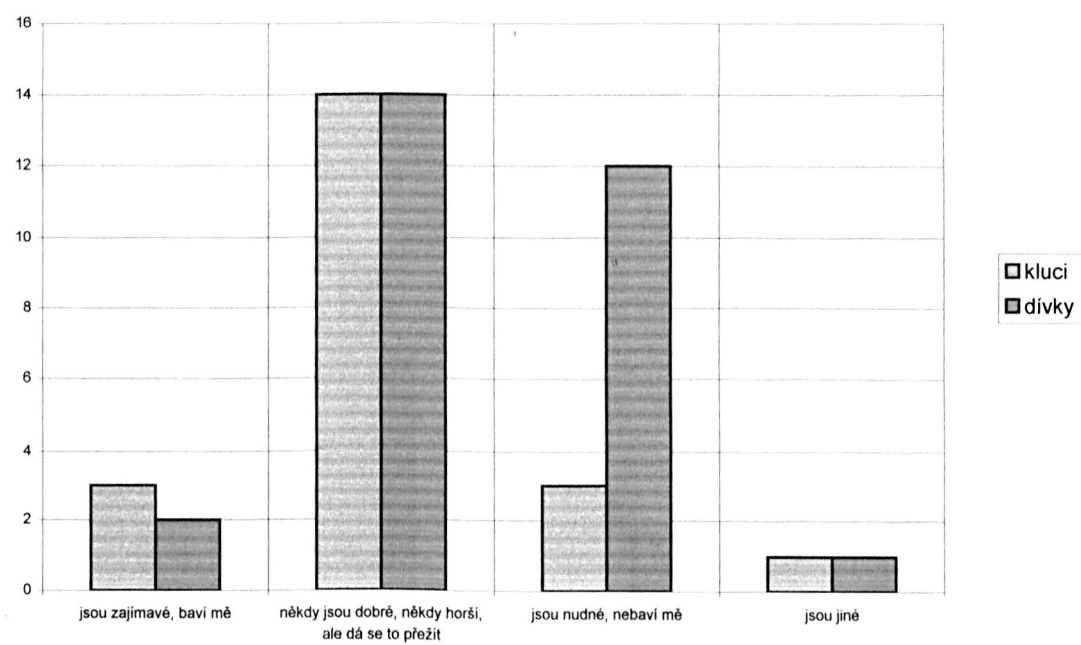


Oblíbenost skokanských disciplín je značná jak u dívek (tabulka 33), tak celkově (tabulka 34). Nejméně oblíbenou disciplínou jsou překážkové běhy (tabulka 32 a 33), což je způsobeno nedostatečným vybavením škol překážkami, vrh koulí a vytrvalostní běhy.

Tabulka 35 Názor na hodiny atletiky

Názor na hodiny atletiky	chlapci	dívky	celkově
jsou zajímavé, baví mě	3	2	5
někdy jsou dobré, někdy horší, ale dá se to přežít	14	14	28
jsou nudné, nebaví mě	3	12	15
jsou jiné	1	1	2

Graf 35 Názor žáků na hodiny atletiky

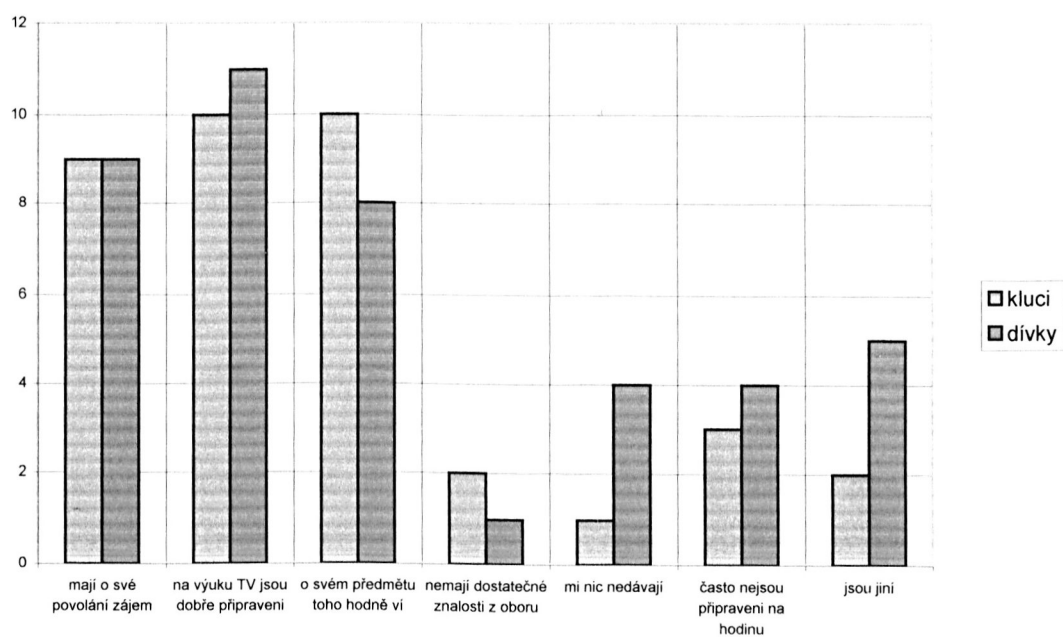


Tabulka a graf 36 ukázaly, že u více než poloviny dotazovaných nemají hodiny atletiky odezvu (ani kladnou, ani zápornou), 10% se na atletiku těší a třetinu vyloženě nebaví (daleko více dívky).

Tabulka 36 Názor na učitele TV

Názor na učitele TV	chlapci	dívky	celkově
mají o své povolání zájem	9	9	18
na výuku TV jsou dobře připraveni	10	11	21
o svém předmětu toho hodně ví	10	8	18
nemají dostatečné znalosti z oboru	2	1	3
mi nic nedávají	1	4	5
často nejsou připraveni na hodinu	3	4	7
jsou jiní	2	5	7

Graf 36 Názor žáků na učitele TV



Učitele tělesné výchovy hodnotili samotní žáci převážně kladně (necelých 75% dotázaných). Nejvíce kritizovali, že učitelé často nejsou kvalitně připraveni na hodinu. Možnosti, že jsou jiní uvedlo necelých 7%. Nejčastěji zmiňovali povrchnost a aroganci učitele.



## 6. Diskuse

Jelikož soubor čítal 20 základních škol v Praze a 38 učitelů učících na 2. stupni ZŠ, nelze vyvozovat jednoznačné závěry. Vzhledem k relativně malému zkoumanému souboru nemůžeme vyvodit závěry použitelné pro školství v celorepublikovém měřítku, nýbrž pouze dílčí závěry týkající se tohoto vzorku.

Z výzkumu vyplynulo, že při porovnání materiálního vybavení základních škol s atletickým stadionem a škol bez atletického stadionu, jsou rozdíly převážně zanedbatelné. Při zjišťování oblíbenosti atletiky u učitelů se ukázalo, že nejoblíbenější jsou u nich míčové hry a atletika je v pořadí druhá před gymnastikou. Rozdíl mezi atletikou a gymnastikou je ale nepatrný. U žáků byla atletika až za gymnastikou na posledním místě.

Při porovnání aprobovaných a neaprobovaných učitelů pozorujeme, že aprobovaní učitelé vyučují atletiku daleko častěji. Při srovnání četnosti výuky atletiky u škol se stadionem a bez něj se zjistilo, že školy se stadionem ji vyučují více.

Malou oblíbenost atletiky u učitelů si vysvětlují jejich osobním vztahem k atletice. Hodně učitelů tělesné výchovy preferuje spíše míčové hry, většinou některou často i rekreačně provozují. Naproti tomu počet těch, kteří se takto věnují nějaké atletické disciplíně, je daleko menší.

Velkou roli může hrát i počet žáků při vyučovací hodině. Z výzkumu je patrné, že se v průměru pohybuje okolo 23 žáků, což je pro výuku atletiky dost velké číslo. Zvládnout takový počet dětí při výuce atletiky je těžší než při výuce míčových her.

Dalším důvodem jsou nároky kladené na učitele při výuce atletiky. Obzvláště se to týká jejich praktických dovedností a organizačních schopností. Učitel by měl být schopen kvalitní praktické ukázky, a to i přesto, že často nemá čas na pořádné rozcvičení.

Dá se také předpokládat, že někteří učitelé se mohou při výběru učiva nechat ovlivnit samotnými žáky. Sám mám takovou zkušenost, kterou jsem získal během méj devítileté povinné školní docházky na ZŠ a také jsem toho byl svědkem při své hospitační činnosti, kdy učitelé TV nechávali na žácích, čemu se chtějí v hodině věnovat. Tento fakt může ovlivnit výsledky práce, jelikož z výzkumu je patrné, že u žáků jsou jednoznačně nejoblíbenější sportovní hry.

Nejoblíbenějším předmětem mezi žáky je Informatika před Tělesnou výchovou, což se dalo předpokládat. Dnešní společnost si totiž bez počítačů nelze představit a vzdělávání v oblasti počítačové gramotnosti nabývá na důležitosti.

Mezi aktivitami, které děti provozují ve volném čase, patří atletika mezi méně vyhledávané, u chlapců je dokonce na konci žebříčku. Lépe si nevede ani ve školní tělesné výchově, kde je nejméně oblíbená jak u chlapců, tak u dívek. Toto tvrzení potvrzuje také výsledek oblíbenosti hodin atletiky, kde jen desetinu dotazovaných žáků bavily a přišly jim zajímavé.

U konkrétních atletických disciplín vedou skokanské soutěže, nejhůře jsou na tom vytrvalostní běhy a vrh koulí, což je pro mě překvapením. Čekal bych, že ve vrhu koulí, kde chlapci mohou ukázat svou sílu, se projeví podstatně větší soutěživost.

Vlastní výzkum probíhal ve skromných podmínkách. Zkoumaný soubor základních škol je moc malý pro použití v rámci celé republiky, ale doufám, že zjištěné výsledky budou přínosem pro vytvoření představy stavu výuky atletiky na základních školách.

Při výběru základních škol jsem se setkal u vedení škol ve většině případů s kladnou odezvou. Asi u dvou škol jsem byl ale svědkem docela nepříjemného vystupování a v jednom dokonce až agresivity. Jinak se snažili být všichni vstřícní a maximálně nápomocní. Samotní učitelé reagovali až po telefonickém či osobním kontaktu, na dotazník zaslaný elektronickou poštou odpověděli pouze dva pedagogové.

Ideální pro celý výzkum by bylo ještě zařazení rozhovoru s vyučujícími. Jelikož jsem výzkum prováděl sám, nebylo v mých silách navštívit osobně všechny školy, a proto jsem výběr zúžil na čtyři základní školy, u kterých proběhlo prostudování pedagogických dokumentů, a to třídních knih a rámcového vzdělávacího programu (viz Příloha 5). Díky malému počtu škol mohou být výsledky zkreslené. Dále nebylo možné učinit náhodný výběr základních škol, ale byly vybrány dle umístění a prostorového vybavení. Pro zadání obdobné diplomové práce by bylo vhodné pro výzkum vybrat větší počet základních škol.

## 7. Závěry

Cíl práce se podařilo splnit. Vyhodnocením získaných výsledků jsem dospěl k závěru, že na zařazování atletiky má podstatný vliv prostorové vybavení základních škol. Atletika je vyučována častěji na školách s atletickým stadionem, než na školách bez něj.

Vyhodnocení výchozích hypotéz:

1. Hypotéza se nepotvrdila, jelikož z tabulky č. 7 zjišťujeme, že 90% škol se stadionem má k dispozici výškařský a dálkařský sektor, 80% má dostatečný počet vrhačského náčiní. U škol bez stadionu je statistika velmi podobná, vrhačské náčiní a dálkařský sektor má 80%, dálkařským sektorem disponuje jen 60% škol.

U základních škol se stadionem se zjištěné výsledky očekávaly, ale u škol bez stadionu je pozitivní, že jsou dostatečně vybaveny pro výuku atletiky. Je jen škoda, že tyto školy nevyužívají v dostatečné míře (tab. 20)

Z rozboru osnov TV pro 2. stupeň jsem zjistil, že má být výuka atletiky rozšířená o překážkový běh. Z výzkumu je ale patrné, že školy nejsou pro tuto disciplínu vybaveny (jen 15% škol z dotazovaných mají k dispozici atletické překážky).

2. Hypotéza se potvrdila, ale rozdíl nebyl tak markantní. Zjišťujeme z tabulky č. 17, že atletika je po míčových hrách druhé nejoblíbenější odvětví.

Konkrétně 52% učitelů má nejradši míčové hry, 21% uvedlo jako nejoblíbenější sportovní odvětví atletiku a 18% gymnastiku. Necelých 8% uvedlo jiné odvětví, dva uvedli plavání a jeden uvedl prožitkové hry.

Při velkém počtu sportovních odvětví, kterých je dnes možno provozovat, jsem očekával, že více učitelů uvede jiné odvětví než bylo v nabídce (např. horolezectví, cyklistiku, aj.)

3. Hypotéza se zcela potvrdila. Z tabulky č. 20 je patrné, že aprobovaní učitelé vyučují atletiku častěji. Nekvalifikovaní učitelé vyučují jenom jednou za měsíc, kvalifikovaní vyučují i jednou za týden a dokonce i častěji.

Předpokládal jsem, že neaprobovaní učitelé s atletikou, na rozdíl od aprobovaných, nepřijdou do kontaktu ani při svém vysokoškolském studiu a očekával jsem, že většina z nich má ze svého soukromého života zkušenost častěji s míčovými hrami než s atletikou. Díky tomu budou při výuce dávat přednost výuce míčových her, které jsou pro ně po organizační stránce jednodušší.

Tento předpoklad se zcela potvrdil, při výpočtu pořadové korelace, kdy koeficient vyšel 0,8. Tato hodnota znamená velmi vysokou přímou závislost.

4. Hypotéza se potvrdila. Zjistil jsem, že školy s atletickým stadionem vyučují častěji atletiku než školy bez stadionu.

Při stanovování této hypotézy mi bylo jasné, že výsledek výzkumu ji může 100% potvrdit, a proto se mohlo zdát zbytečné ji ověřovat. Mým cílem bylo ověřit, zda výuku atletiky ovlivňují i další faktory.

Zjištěné výsledky vyvrátily domněnku, že výuku atletiky významně ovlivňují na základních školách jiné faktory (např. že by na školách se stadionem vyučovali pedagogové bez vztahu k atletice nebo naopak, že by na školách bez stadionu vyučovali učitelé s velmi kladným vztahem k atletice, a tím by vynahradili chybějící venkovní prostory).

Výzkum ukázal, že dvě školy se stadionem vyučují atletiku častěji než jednou za týden a škola bez stadionu ani jedna. Jednou týdně uvedlo 62,5% škol se stadionem a 37,5% bez stadionu.

Výzkumem byl dále zjištěn vliv délky praxe a počtu žáků na četnosti výuky atletiky. Bylo zjištěno, že:

- zlomem v délce praxe je 20 let, poté klesá počet učitelů, kteří vyučují atletiku jednou za měsíc a jednou za týden, o 50%.
- jednou za týden a častěji vyučovali učitelé pouze tehdy, když počet žáků nebyl větší než 20 a byl – li počet větší než 26, tak učili jednou za měsíc

## 8. Literatura

1. ČELIKOVSKÝ, S. & kol. *Antropomotorika*. Praha: SPN 1990.
2. ČELIKOVSKÝ, S. *Teorie pohybových schopností*. Praha: Univerzita Karlova 1976.
3. DOSTÁL, E. & VELEBIL, V. *Didaktika školní atletiky*. Praha: Karolinum 1992.
4. DOVALIL, J. *Věkové zvláštnosti dětí a mládeže a sportovní trénink*. Praha: Univerzita Karlova 1988.
5. DOVALIL, J. & kol. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia 2002.
6. FONTANA, D. *Teaching and Personality*. Oxford: Basil Blackwell 1986.
7. CHOUTKA, M. *Teorie a didaktika sportu*. Praha: SPN 1983.
8. CHOUTKOVÁ, B. & FEJTEK, M. *Atletika pro 5. –8. ročník ZŠ*. Praha: SPN 1991.
9. CHOUTKOVÁ, B. & SUŠANKA, P. *Běhej, skákej, házej*. Praha: Olympia 1976.
10. KYRIACOU, Ch. *Klíčové dovednosti učitele*. Praha: Portál 1996.
11. KOLEKTIV AUTORŮ. *Tělesná výchova - Učební osnovy pro 1. až 9. ročník, vzdělávací program Základní škola*. Praha: Fortuna, 1996.
12. KOSTKOVÁ, J. *Didaktika tělesné výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého 1993.
13. MAREŠ, J & ČÁP, J. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2001.
14. MERVART, J. *Základy metodologie vědy*. Praha: Svoboda 1977.
15. MĚKOTA, K. & BLAHUŠ, P. *Motorické testy v tělesné výchově*. Praha: SPN 1983.
16. PRŮCHA, J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál 2003.
17. RUBÁŠ, K. *Základní atletické disciplíny*. Plzeň: Pedagogická fakulta Plzeň 1996.

18. RUŽIČKA, L. *Didaktika atletiky pro studující učitelství základních škol*. Praha: Univerzita Karlova 1992.
19. RYCHTECKÝ, A. & FIALOVÁ, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum 1995.
20. SKALKOVÁ, J. & kol. *Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu*. Praha: SPN 1983.
21. SWOBODA, H. *Moderní statistika*. Praha: Svoboda 1977.
22. WRAGG, E. C. *Classroom Teaching Skills*. London: Croom Helm 1984.



## 9. Seznam tabulek a grafů

- Tabulka A - Hřiště základní školy s 9 – 15 třídami
- Tabulka B - Hřiště základní školy s 16 – 22 třídami
- Tabulka 1 - Celkový počet tříd na ZŠ
- Tabulka 2 - Počet tříd na 2. stupni ZŠ
- Tabulka 3 - Výuka atletiky
- Tabulka 4 - Vzdělávací program
- Tabulka 5 - Prostorové podmínky školy
- Tabulka 6 - Počet sportovišť na školu
- Tabulka 7 - Materiální vybavení škol pro výuku atletiky
- Tabulka 8 - Učitelův sbor
- Tabulka 9 - Věk učitelů
- Tabulka 10 - Vzdělání učitelů TV
- Tabulka 11 - Délka praxe
- Tabulka 12 - Vztah učitelů k atletice
- Tabulka 13 - Výuka atletiky
- Tabulka 14 - Počet žáků v hodině TV
- Tabulka 15 - Koedukovaná výuka
- Tabulka 16 - Nejvyučovanější atletická disciplína
- Tabulka 17 - Nejoblíbenější sportovní odvětví u učitelů
- Tabulka 18 - Nejoblíbenější sportovní odvětví u žáků
- Tabulka 19 - Vyučovací forma
- Tabulka 20 - Atletické soutěže
- Tabulka 21 - Závislost četnosti výuky atletiky na kvalifikaci učitelů, vybavenosti škol a praxi učitelů
- Tabulka 22 - Závislost četnosti výuky atletiky na počtu žáků při hodinách TV
- Tabulka 23 - Preference předmětů - chlapci
- Tabulka 24 - Preference předmětů - dívky

- Tabulka 25 - Preference předmětů - celkově  
Tabulka 26 - Preference sportovní činnosti - chlapci  
Tabulka 27 - Preference sportovní činnosti - dívky  
Tabulka 28 - Preference sportovní činnosti - celkově  
Tabulka 29 - Preference sportovní činnosti v hodinách TV - chlapci  
Tabulka 30 - Preference sportovní činnosti v hodinách TV - dívky  
Tabulka 31 - Preference sportovní činnosti v hodinách TV - celkově  
Tabulka 32 - Preference atletické disciplíny - chlapci  
Tabulka 33 - Preference atletické disciplíny - dívky  
Tabulka 34 - Preference atletické disciplíny - celkově  
Tabulka 35 - Názor na hodiny atletiky  
Tabulka 36 - Názor na učitele TV

- Graf 1 - Celkový počet tříd na ZŠ
- Graf 2 - Počet tříd na 2. stupni ZŠ
- Graf 3 - Výuka atletiky
- Graf 4 - Vzdělávací program
- Graf 5 - Prostorové podmínky školy
- Graf 6 - Počet sportovišť na školu
- Graf 7 - Materiální vybavení škol pro výuku atletiky
- Graf 8 - Učitelství sbor
- Graf 9 - Věk učitelů
- Graf 10 - Vzdělání učitelů TV
- Graf 11 - Délka praxe
- Graf 12 - Vztah učitelů k atletice
- Graf 13 - Výuka atletiky
- Graf 14 - Počet žáků v hodině TV
- Graf 15 - Koedukovaná výuka
- Graf 16 - Nejvyučovanější atletická disciplína
- Graf 17 - Nejoblíbenější sportovní odvětví u učitelů
- Graf 18 - Nejoblíbenější sportovní odvětví u žáků
- Graf 19 - Vyučovací forma
- Graf 20 - Atletické soutěže
- Graf 21 - Závislost četnosti výuky atletiky na kvalifikaci učitelů, vybavenosti škol a praxi učitelů
- Graf 22 - Závislost četnosti výuky atletiky na počtu žáků při hodinách TV
- Graf 23 - Preference předmětů - chlapci
- Graf 24 - Preference předmětů - dívky
- Graf 25 - Preference předmětů - celkově
- Graf 26 - Preference sportovní činnosti - chlapci
- Graf 27 - Preference sportovní činnosti - dívky
- Graf 28 - Preference sportovní činnosti - celkově

- Graf 29 - Preference sportovní činnosti v hodinách TV - chlapci  
Graf 30 - Preference sportovní činnosti v hodinách TV - dívky  
Graf 31 - Preference sportovní činnosti v hodinách TV - celkově  
Graf 32 - Preference atletické disciplíny - chlapci  
Graf 33 - Preference atletické disciplíny - dívky  
Graf 34 - Preference atletické disciplíny - celkově  
Graf 35 - Názor na hodiny atletiky  
Graf 36 - Názor na učitele TV

## 10. Přílohy

- Příloha 1 - Dotazník pro vyučující TV na 2. stupni ZŠ  
Příloha 2 - Dotazník pro žáky 2. stupně ZŠ  
Příloha 3 - Seznam základních škol  
Příloha 4 - Učební osnovy TV pro žáky 2. stupně ZŠ  
Příloha 5 - Rámcový vzdělávací program ZŠ Tupolevova

**Příloha 1**

***Dotazník pro vyučující TV na 2. stupni ZŠ***

Tento dotazník bude použit jako podkladový materiál pro mojí diplomovou práci týkající se výuky atletiky na 2. stupni ZŠ.

**1) Velikost školy** (*napište, prosím, číslici*)

Ve vaší škole je celkem .....tříd

Ve vaší škole je celkem .....tříd 2. stupně ZŠ

**2) Výuka TV** (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

*✓* jaké podobě se atletika vyučuje na vaší škole?

- a) v rámci povinné TV
- b) v rámci zájmové TV
- c) obojí
- d) nevyučuje se

**3) Vzdělávací program** (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

Podle jakého vzdělávacího programu se vyučuje na vaší škole?

- a) základní škola
- b) občanská škola
- c) jiný: .....

- 4) **Prostorové podmínky školy** (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

Pro výuku máte k dispozici:

- a) tělocvičnu
- b) halu
- c) atletický stadion
- d) hřiště
- e) školní dvůr
- f) jiné: .....

- 5) **Materiální vybavení vaší školy pro výuku atletiky** (*a), b) – nehodící, prosím, škrtněte, c) – dopište, prosím, číslici*)

- a) výškařský sektor (duchna, stojany, laťka nebo guma): ano – ne
- b) dálkařský sektor (rozběhová dráha a doskočiště): ano – ne
- c) vrhačské náčiní:
  - a. Granát: .....
  - b. Kriketový míč: .....
  - c. Koule: .....
  - d. jiné jaké: .....
- d) štafetový kolík
- e) překážky

#### **Otázky týkající se učitele**

- 6) Učitelský sbor

Kolik je na vaší škole učitelů TV pro 2. stupeň? .....

7) V kterém roce jste se narodil (a)? .....

8) Jste absolvent (ka) vysoké školy: .....,  
oboru:.....

9) Jaká je délka vaší praxe? .....

10) Jaký je váš vztah k atletice? (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

- a) máte trenérskou licenci
- b) rekreačně provozujete nějakou atletickou disciplínu
- c) jen jako součást vysokoškolského studia
- d) žádný

11) Jak často vyučujete atletiku? (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

- a) vůbec
- b) 1krát měsíčně
- c) 1krát týdně
- d) častěji jak často: .....

12) Kolik vyučujete průměrně dětí v jedné vyučovací hodině? (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

- a) méně než 16
- b) 16 – 20
- c) 21 – 25
- d) více než 26

13) Probíhá výuka TV na vaší škole koedukovaně? *(nehodící, prosím, škrtněte)*

Ano - ne

14) Kterou atletickou disciplínu vyučujete nejčastěji? *(vhodnou odpověď  
zaškrtněte, popř. doplňte)*

- a) sprinty
- b) vytrvalostní běhy
- c) hody
- d) skok do dálky
- e) skok do výšky
- f) žádnou nevyučuji

15) Jaké je vaše nejoblíbenější sportovní odvětví? *(příslušnou odpověď, prosím,  
zaškrtněte, doplňte)*

- a) atletika
- b) míčové hry
- c) gymnastika
- d) jiná: .....

16) Podle vašich zkušeností je u žáků nejoblíbenější sportovní odvětví:  
*(příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte)*

- a) atletika
- b) míčové hry
- c) gymnastika
- d) jiná: .....



17) Vaše škola se účastní školních atletických soutěží (*příslušnou odpověď, prosím, zaškrtněte*)

- a) v rámci školy
- b) v rámci čtvrti
- c) v rámci města
- d) v rámci republiky
- e) neúčastníme

**Příloha 2**

***Dotazník pro žáky 2. stupně ZŠ***

Tento dotazník je zcela anonymní a je použit se souhlasem učitelů TV. Veškeré informace získané z odpovědí budou použity výhradně v mojí diplomové práci.

**1. Označ jednu z možností**

- Chlapec
- Dívka

**2. Vyber pět nejoblíbenějších předmětů a označ je známkami jako ve škole, kdy 1 je nejoblíbenější**

- a) matematika
- b) český jazyk
- c) cizí jazyk
- d) zeměpis
- e) dějepis
- f) fyzika
- g) chemie
- h) informatika
- i) tělesná výchova
- j) jiný .....

**3. Označuj jednotlivé sporty na stupnici od 1 do 10 podle oblíbenosti v osobním životě, kde 1 je nejoblíbenější**

- a) atletika
- b) gymnastika
- c) volejbal
- d) fotbal
- e) hokej
- f) florbal
- g) tenis
- h) stolní tenis
- i) lyžování
- j) plavání
- k) basketbal

**4. Označuj sporty podle oblíbenosti ve školní TV od 1 do 5, kde 1 znamená nejoblíbenější**

- a) atletika
- b) gymnastika
- c) fotbal
- d) volejbal
- e) florbal
- f) basketbal

5. **Seřad' atletické disciplíny podle oblíbenosti** (označuj známkami od 1 do 8, kde 1 je nejoblíbenější)

- sprinty
- vytrvalostní běhy
- skoky do dálky
- skoky do výšky
- hody míčkem
- vrhy koulí
- štafety
- překážkové běhy

6. **Označ, jaká je většina vyučovacích hodin atletiky?** (můžeš vybrat více odpovědí)

- jsou zajímavé, baví mě
- někdy jsou dobré, někdy horší, ale dá se to přežít
- jsou nudné, nebaví mě
- jsou jiné, jaké? .....

7. **Učitelé TV na naší škole** (můžeš označit více možností)

- mají o své povolání zájem
- na výuku TV jsou dobře připraveni
- o svém předmětu toho hodně ví
- nemají dostatečné znalosti z oboru
- mi nic nedávají
- často nejsou připraveni na hodinu
- jsou jiní, jací? .....

### **Příloha 3**

#### *Seznam vybraných škol*

#### Základní školy s venkovním hřištěm

- ZŠ Nám. Curieových, Praha 1
- ZŠ Na Smetance, Praha 2
- ZŠ Jeseninová, Praha 3
- ZŠ Školní, Praha 4
- ZŠ Barrandov 2, Praha 5
- ZŠ genpor. Františka Peřiny, Praha 6
- ZŠ Korunovačnická, Praha 7
- ZŠ Hovorčovická, Praha 8
- ZŠ Generála Janouška, Praha 9
- ZŠ U Roháčových kasáren, Praha 10

#### Základní školy bez venkovního hřiště

- ZŠ Vodičkova, Praha 1
- ZŠ Londýnská, Praha 2
- ZŠ Perunova, Praha 3
- ZŠ K Milíčovu, Praha 4
- ZŠ Klausova, Praha 5
- ZŠ Pod marjánkou, Praha 6
- ZŠ T. G. Masaryka, Praha 7
- ZŠ Libčická, Praha 8
- ZŠ Tupolevova, Praha 9
- ZŠ Břečťanová, Praha 10

## Příloha 4

### *Učební osnovy TV pro žáky 2. stupně ZŠ*

#### **Specifické cíle**

Tělesná výchova představuje nejdůležitější formu pohybového učení a pohybové kultivace žáků a je hlavním zdrojem poznatků a námětů pro zdravotní, rekreační i sportovní využití pohybu v režimu školy i mimo ni.

V tělesné výchově žáci nacházejí prostor k osvojování nových pohybových dovedností, k ovládnutí a využívání různého sportovního náradí a náčiní, k seznámení s návody pro pohybovou prevenci či korekci jednostranného zatížení nebo zdravotního oslabení, stejně jako pro zdravý vývoj tělesné zdatnosti a výkonnosti. Učí se uplatňovat osvojené pohybové dovednosti v různém prostředí a s různými účinky, zvykají si na rozdílné sociální role, které vyžadují spolupráci, tvořivost, překonávání zábran, objektivnost, rychlé rozhodování, organizační schopnosti i nutnou míru odpovědnosti za zdraví své i svých spolužáků. Významné je propojování pohybových činností s dalšími oblastmi vzdělání, jako je hudební výchova, estetika, poznávání a ochrana přírody, dopravní kázeň, hygiena, úrazová zábrana, etika, právo atd.

Hlavně však tělesná výchova umožňuje žákům poznat vlastní pohybové možnosti a přednosti i zdravotní a pohybové omezení, rozumět jim, respektovat je u sebe i jiných a aktivně je využívat nebo cíleně ovlivňovat. Vede proto žáky od spontánního pohybu k řízené pohybové činnosti (s narůstajícím podílem žáka na tomto řízení) a zpět k vlastní pravidelné seberealizaci v oblíbeném sportu nebo jiné pohybové aktivitě. Takový vztah k pohybovým aktivitám

lze rozvíjet jen v atmosféře důvěry, úzké spolupráce a radostného prožitku z pohybového výkonu, který vychází z aktuální pohybové úrovně jednotlivých žáků, z konkrétního splnitelného cíle, ze změny každého žáka i jeho hodnocení vzhledem k této individuální změně.

V souladu s vývojovými předpoklady a individuálními zvláštnostmi žáků směřuje vyučovací úsilí učitele a učební činnost žáků v tělesné výchově k tomu, aby :

- si osvojili nové pohybové dovednosti, kultivovali svůj pohybový projev i správné držení těla a postupně usilovali o optimální rozvoj zdravotně orientované zdatnosti
- se orientovali v základních otázkách vlivu pohybové aktivity na zdraví a průceschopnost člověka, v problematice zjišťování potřebných ukazatelů zdatnosti a pohyblivosti a uměli své poznatky využít při začleňování pohybu do denního režimu
- zvládali základní organizační, hygienické a bezpečnostní zásady pro provedení zdravotně vhodné a bezpečné sportovní či jiné pohybové činnosti ve známém i méně známém prostředí
- kladně prožívali osvojované pohybové činnosti a využívali je, s pomocí dospělých nebo samostatně, jako prostředek překonávání aktuálních negativních tělesných či duševních stavů a dlouhodobější zdravotní prevence i jako předpoklad pro vytváření trvalého vztahu k pohybovým aktivitám
- si uvědomovali význam sociálních vztahů a rolí ve sportu a jiných pohybových aktivitách a uměli je využít pro hodnotné pohybové využití i přátelské meziosobní vztahy.

Všechny tyto cíle by měly ústít do pozitivního vztahu žáka k pohybovým aktivitám jako základního prostředku dlouhodobého ovlivňování aktivního zdraví a projevit se v návyku pravidelného využívání pohybových činností různého zaměření v každodenním životě moderního člověka, v jeho životním stylu.

### **Přístupy k obsahu a organizaci výuky**

Z hlediska vývoje žáků, jejich motorického rozvoje, adaptace na pracovní zátěž, zvýšené potřeby zdravotní prevence oslabení hybného systému, jejich konkrétní pohybové úrovně, zájmů atd., je učivo povinného předmětu tělesná výchova členěno do samostatných, na sebe navazujících etap.

Obsah předmětu tělesná výchova je vyučován v koncentrovaných tematických blocích. Proto jsou i osnovy členěny do jednotlivých tematických celků. Rozlišováno je učivo základní, které má učitel možnost nabídnout všem žákům, aby zajistil naplnění vzdělávacího standardu a konkrétních vzdělávacích cílů a učivo rozšiřující, které má možnost v případě rozšířené časové dotace předmětu, vyšší pohybové úrovně žáků a lepších podmínek školy nabídnout celé třídě, skupinám žáků nebo jednotlivcům. Výběr základního i rozšiřujícího učiva je plně v pravomoci učitele, který zná nejlépe možnosti a potřeby žáků, prostorové i materiální podmínky školy atd.

Z hlediska formálního členění osnov je základní učivo vyšší etapy rozšiřujícím pro etapu nižší. Také opačně je základní učivo nižší etapy automaticky součástí základního učiva vyšší etapy. Učitel ho využívá k opakování, ke zkvalitňování pohybových dovedností nebo jako průpravu pro nácvik náročnějších činností. Základní učivo jednou osnované se tedy v další etapě neopakuje. Jde o záměr, který vede učitele k tomu, aby se seznámil s obsahem učiva či etapy, ověřil si úroveň zvládnutí daných činností a v případě potřeby je znovu zařadil k osvojování ve vyšší etapě. Učební osnovy je třeba z tohoto pohledu chápat jako propojený celek a naznačený výběr a využívání učiva jiné etapy (při respektování úrovně žáka a bezpečnostních zásad), případně vypuštění některého námětu (při nedostatečných prostorových a



materiálních podmínkách školy a nižší úrovni žáků), jako krok, který není v rozporu s právními a bezpečnostními předpisy. Výuka TV probíhá do 5. ročníku zpravidla koedukovaně.

Učební plán stanovuje pro tělesnou výchovu ve všech ročnících 2 vyučovací jednotky týdně. Zároveň však umožňuje zařazovat i třetí vyučovací jednotku tělesné výchovy. Je v zájmu žáků, aby byla tato možná časová dotace využita, především pak na I. stupni ZŠ, kde se rozhoduje o zdravotním základu žáků a jejich vztahu k pohybovým aktivitám.

Tělesná výchova tvoří pouze základ pro vzdělávání v dané oblasti. Aby si mohli žáci pohybové dovednosti upevnit a ověřit si jejich účinnost, je potřeba nabízet i další formy pohybových činností (volitelný a nepovinný předmět, pohybově rekreační přestávky, cvičení v hodinách jiných předmětů atp.) a vytvářet pro žáky celotýdenní pohybový program. K tomu je nezbytná i úzká spolupráce s ostatními pedagogy a rodiči.

### **Osnovy pro 6. 9. ročník ZŠ**

Tématický celek: ATLETIKA

Poznatky a činnosti předchozích etap jsou dále rozvíjeny a doplňovány následujícím učivem.

- pojmy: olympijské disciplíny, názvy náčiní i neosvojovaných disciplín;
- základní pravidla atletických soutěží, rozhodování o umístění ve skocích, hodech, atd.;
- základy organizace soutěží;
- základy technik dalších osvojovaných disciplín;
- průpravná cvičení pro jednotlivé atletické činnosti

### **Běh**

- speciální běžecká cvičení;
- rychlý běh do 100 m;
- vytrvalý běh na dráze do 2000 m (D) a 3000 m (CH);
- běh v terénu až do 20 minut;
- štafetová předávka, běh v zatáčce

### **Skok**

- skok do dálky z optimálního rozběhu;
- skok do výšky (flop) – *při vhodných podmínkách*

### **Hod**

- koulařská gymnastika, vrh z místa, sun, spojení vrh a sunu;
- vrh koulí – D do 3 kg, CH do 5 kg

### **Co by měl žák umět (vědět):**

- chápe význam atletiky jako vhodné průpravy pro jiné sporty;
- umí zorganizovat jednoduchou soutěž a změřit a zapsat potřebné výkony;
- zvládá úpravu jednotlivých soutěžních sektorů;
- zná základní startovní povely;
- zvládá základní techniku vrhu koulí

### *Rozšiřující učivo*

- překážkový a štafetový běh;
- průprava pro hody s otočkou;
- skok do výšky (valivý způsob);
- atletický čtyřboj (sprint, vytrvalostní běh, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem nebo koulí);
- využití počítače pro evidenci a hodnocení výsledků

Příloha 5

**Rámcový vzdělávací program – ZŠ TUPOLEVOVA**  
**Tělesná výchova**

**Charakteristika vyučovacího předmětu – 2. stupeň**

**Obsahové, časové a organizační vymezení**

Předmět tělesná výchova se vyučuje jako samostatný předmět  
v 6., 7., 8., a 9. ročníku **2 hodiny týdně**

**Vzdělávání je zaměřeno na**

- regeneraci a kompenzaci jednostranné zátěže působené pobytem ve škole
- rozvoj pohybových dovedností a kultivaci pohybu
- poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty
- rozpoznávání základních situací ohrožujících tělesné a duševní zdraví a na osvojování dovedností jim předcházet nebo je řešit

**Předmětem prolínají průřezová témata:**

- VDO - angažovaný přístup k druhým, zásady slušnosti, tolerance, odpov. chování
- OSV – obecné modely řešení problémů, zvládnutí rozhodovacích situací, schopnosti poznávání, sebepoznávání, poznávání lidí a jednání ve specifických rolích a situacích
- MUV – schopnost zapojovat se do diskuze, lidské vztahy,....
- EV – vysoké oceňování zdraví a chápání vlivu prostředí na vlastní zdraví i zdraví ostatních lidí
- MEV – interpretace vztahu mediálních sdělení a reality, práce v realizačním týmu

**Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků**

**Kompetence k učení**

**Žáci**

- poznávají smysl a cíl svých aktivit
- plánují, organizují a řídí vlastní činnost
- užívají osvojené názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře, uživatele internetu
- různým způsobem zpracují informace o pohybových aktivitách ve škole

#### Učitel

- hodnotí žáky způsobem, který jim umožňuje vnímat vlastní pokrok
- stanovuje dílčí vzdělávací cíle v souladu s cíli vzdělávacího programu
- dodává žákům sebedůvěru
- sleduje pokrok všech žáků

### **Kompetence k řešení problémů**

#### Žáci

- vnímají nejrůznější problémové situace a plánují způsob řešení problémů
- vyhledávají informace vhodné k řešení problémů
- kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, jsou schopni je obhájit
- uvědomují si zodpovědnost svých rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí
- jsou schopni obhájit svá rozhodnutí

#### Učitel

- s chybou žáka pracuje jako s příležitostí, jak ukázat cestu ke správnému řešení
- vede žáky ke správným způsobům řešení problémů

### **Kompetence komunikativní**

#### Žáci

- komunikují na odpovídající úrovni
- si osvojí kultivovaný ústní projev
- účinně se zapojují do diskuze

#### Učitel

- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
- podle potřeby žákům v činnostech pomáhá
- zadává úkoly, při kterých mohou žáci spolupracovat

### **Kompetence sociální a personální**

#### Žáci

- spolupracují ve skupině
- podílejí se na vytváření pravidel práce v týmu
- v případě potřeby poskytnou pomoc nebo o ni požádají
- si vytváří pozitivní představu o sobě samém, která podporuje sebedůvěru a samostatný  
Rozvoj

#### Učitel

- umožňuje každému žákovi zažít úspěch
- zadává úkoly, při kterých mohou žáci spolupracovat
- podle potřeby žákům v činnostech pomáhá
- požaduje dodržování dohodnuté kvality a postupy

## **Kompetence občanské**

### Žáci

- respektují názory ostatních
- si formují volní a charakterové rysy
- se zodpovědně rozhodují podle dané situace
- aktivně se zapojují do sportovních aktivit
- rozhodují se v zájmu podpory a ochrany zdraví
- rozlišují a uplatňují práva a povinnosti vyplývající z různých rolí ( hráč, rozhodčí, divák,..)

### Učitel

- vede žáky k tomu, aby brali ohled na druhé
- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
- umožňuje žákům, aby na základě jasných kritérií hodnotili své činnosti nebo výsledky

## **Kompetence pracovní**

### Žáci

- jsou vedeni k efektivitě při organizování vlastní práce
- spoluorganizují svůj pohybový režim
- využívají znalostí a dovedností v běžné praxi
- ovládají základní postupy první pomoci

### Učitel

- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování
- vede žáky k dodržování obecných pravidel bezpečnosti

**Vzdělávací oblast:**  
**Vyučovací předmět:**

**Člověk a zdraví**  
**Tělesná výchova**

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<p>při vytrvalosti dovede uplatnit i vůli zvládá techniku atletických disciplín i další náročnější techniky získané dovednosti uplatní jako reprezentant školy</p> <p>zvládá základní akrobatické prvky, cvičební prvky na hrazdě i kruzích</p> <p>dokáže zvládnout obtížný prvek s dopomocí při cvičení uplatní svůj fyzický fond</p> <p>zvládá jednoduché taneční kroky používá správnou techniku</p>	<p><b>Atletika</b> Vytrvalostní běh – 300 m, 600 m, 1000 m Běh na krátké tratě – 50 m, 60 m, 100 m Nácvik štafet – 4 x 60 m Skok daleký-další techniky Skok vysoký-zlepšování techniky flopu Hod míčkem ,granátem</p> <p><b>Gymnastika</b> <u>Akrobacie-</u> kotoul                   stoj na rukou                   přemet stranou <u>Hrazda –</u> vzpor                   nácvik výmyku <u>Kruhy-</u> překot vzad <u>Trampolínka-</u> odrazy <u>Přeskok –</u> odbočka, roznožka <u>Švédská bedna nadél-</u> skrčka, kotoul <u>Šplh-</u> základní smyčka, měření <u>Rytmičká , kondiční a relaxační cvičení</u> - cvičení bez náčiní – štafetové hry                                   překážková dráha                                   kruhový trénink - cvičení s náčiním – švihadla, tyče, míče ...</p>	<p><b>OSV –</b> rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebezpečení, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p><b>VDO –</b> zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – projevoval se v jednání i v řešení problémů samostatně a odpovědně</p> <p><b>MUV –</b> lidské vztahy, kulturní diference</p> <p><b>EV –</b> vztah člověka k prostředí</p>	<p>školní hřiště terén</p> <p>tělocvična</p> <p>tělocvična</p> <p>malá</p>

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<p>uplatňuje zkušenosti z míčových her v dalších sportech, dokáže řídit sportovní utkání svých vrstevníků</p> <p>uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v neznámém prostředí (příroda, silniční provoz), zvládá i dlouhodobější pobyt v přírodě a přesun s mírnou zátěží v náročnějším terénu do 25 km</p> <p>zvládá základní pohyb na bruslích</p> <p>aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu</p>	<p><b>Sportovní hry-</b> kopaná (chlapci) vybíjená přehazovaná florbal základy basketbalu softbalu odbíjené</p> <p><b>Turistika a pobyt v přírodě</b>-uplatnění získaných poznatků na škole v přírodě a na ozdravném pobytu na horách</p> <p><b>Bruslení</b></p> <p><b>Význam pohybu pro zdraví</b> <b>Hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech</b></p>	<p><b>MEV</b> – interpretace vztahu mediálních sdělení a reality, práce v realizačním týmu</p> <p><b>Z</b> – zeměpisné znalosti při pobytu v přírodě a na horách</p>	<p>tělocvična</p> <p>terén, školní výlety</p> <p>zimní stadion Letňany</p>