

3. Projekty vzdělávání a výchovy ve školní tělesné výchově

Po prostudování této kapitoly by měl být student schopen:

	charakterizovat identifikovat	porovnat a konfrontovat	uvést příklady, zobecnit	klasifikovat, třdit	zhodnotit, specifikovat	
1.	■	■	■	■	■	projekty výchovy a vzdělávání, přístupy
2.	■		■		■	učební plán, obsah a strukturu
3.	■		■		■	učební osnovy, obsah a strukturu
4.	■	■	■	■	■	cíle tělesné výchovy
5.	■	■	■	■	■	pojetí evropského curricula tělesné výchovy
6.	■	■	■	■	■	vzdělávací, výchovné a zdravotní cíle a úkoly, vztahy a souvislosti
7.	■	■	■	■	■	učivo, specifičnost učiva v tělesné výchově
8.	■	■	■	■	■	druhy a modely učiva v tělesné výchově
9.	■	■	■	■	■	výběry učiva, strukturu učiva, základní pojmy v učivu
10.	■	■	■	■	■	osnování učiva
11.	■	■	■	■	■	poznatky a činnosti v učivu tělesné výchovy
12.	■		■		■	celoroční učební plán, příprava na vyučovací jednotku
13.	■		■		■	další dokumenty projektu výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově.

3

**PROJEKTY VÝCHOVY A VZDĚLÁVÁNÍ VE
ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ**

OBSAH KAPITOLY	strana
Projekty výchovy a vzdělání <i>centrální a liberální</i>	32
Učební plán	32
Učební osnovy	33
Cíle tělesné výchovy	33
Tendence k evropskému pojetí curricula tělesné výchovy	33
Vzdělávací, výchovné a zdravotní cíle v tělesné výchově	35
Učivo <i>encyklopedické a strukturované učivo</i>	36
Modely učiva a vyučování <i>informační a operační modely učiva</i>	37
Výběr učiva <i>utilitární, exemplární, fundamentální výběr</i>	37
Strukturace učiva <i>kmenové, rozvíjející, výběrové, orientační, speciální učivo</i>	38
Osnování učiva <i>cyklické, postupné, spirálové</i>	39
Základní charakteristika učiva v tělesné výchově <i>poznatky a činnosti</i>	39
Celoroční plán <i>příprava na vyučovací jednotku, školní a klasifikační řád, bezpečnostní předpisy, metodické příručky, směrnice a pokyny</i>	40

Projekty vzdělávání a výchovy ve školní tělesné výchově

Tělesná výchova je *nedílnou součástí obsahu* celé výchovně vzdělávací soustavy. Svými cíli a úkoly v ní má *nezastupitelné funkce a role*. Od protikladu a kompenzace k rozumové výchově, k tvorbě potenciálu i harmonizaci v rozvoji osobnosti mladého člověka. Zaměřenost tělesné výchovy, stejně jako jiných předmětů je vytýčena v *projektech* celé výchovně vzdělávací soustavy i v parciálních projektech pro jednotlivé stupně a druhy škol.

Samotný projekt (detailně rozpracovaný a fundovaný) však k zajištění účinné výchovy a vzdělávání nestačí. Jeho efektivní naplnění spolu zajišťují *vyučující učitelé* v jednotlivých předmětech. Podílí se na něm i *žáci* svojí motivací, *sociální stimulace* z jejich rodinného a společenského zázemí a *podmínky*, za kterých proces vyučování probíhá. V současné době se v projektech výchovy a vzdělání prosazují dva základní trendy: *centrální a liberální*.

Výhodou *centrálních projektů výchovy a vzdělávání* je *koordinace a návaznost* mezi jednotlivými stupni škol, *prostupnost systémem* z hlediska žáka, možnost *sjednocení požadavků*. Nevýhodou je částečné *omezení subjektivní role škol, učitelů i žáků* a někdy i obtížná aplikace všech cílů vzdělání a výchovy ve velmi rozdílných podmínkách.

V *liberalizovaných projektech* si každá škola vymezuje učivo samostatně. Tyto projekty však mají opačné výhody i nevýhody. Žádný krajní přístup (centralizace či liberalizace) není proto optimální. Obecně platí zásada, že čím vyšší stupeň školy, tím se v něm ve větší míře mohou uplatnit liberalizační prvky.

Projekt výchovy a vzdělání

Dominantní rolí projektu výchovy a vzdělání je, že vymezuje *systém výchovy a vzdělání*, jeho filosofii, globální orientaci. Představuje složitou *soustavu cílů, plánovaných obsahů* (učivo), *prostředků a podmínek*.

Projekt výchovy a vzdělání může být *dokumentem* státním, rezortním, lokálním, škol-

ním aj. (v závislosti na systému řízení různých typů škol), který vytyčuje *základní směry výchovy a vzdělání*. Projekt v každém výchovně vzdělávacím předmětu zahrnuje:

- *učební plán, učební osnovy,*
- *učebnice pro žáky,*
- *metodické směrnice,*
- *školní a klasifikační řád,*
- *bezpečnostní předpisy* atd.

Z hlediska výchovy jako institucionálního systému je výchozím *předpokladem* k efektivitě výchovy a vzdělání.

Pro učitele je seznámení se s materiály projektu nezbytnou podmínkou jeho efektivní vyučovací činnosti. V případě některých nestátních škol s vlastní koncepcí vyučování, je třeba, aby i učitel tělesné výchovy, který na ni vyučuje, dokázal sám projekt vyučování tělesné výchovy vytvořit.

Učební plán

je *nejobecnějším dokumentem*. Představuje kromě základních, *strategických cílů* ucelený *rozpis všech vyučovaných předmětů* v jednotlivých ročních úrovních určitého typu a stupně školy s uvedenou *dotací hodin* (týdenní, roční). Obvykle jej vydává Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy a je závazný pro všechny státní základní a střední školy, nebo se jím akreditují školy soukromé, církevní aj. V současné době mají ředitelé škol pravomoc provádět v plánu *drobné úpravy* (např. pro studijní třídu přidat hodinu základního předmětu a ubrat hodinu výchovného předmětu, v nestudijní třídě posílit praktickou výuku; zřídit třídy s rozšířenou výukou některým předmětům, pro něž má škola kvalifikované pedagogy a podmínky) v rozsahu 4-5 hodin týdně. Celkový týdenní součet vyučovacích hodin však nesmí překročit stanovený limit pro jednotlivé stupně škol. U nestátních škol zejména středních, musí škola o akreditaci svého učebního plánu Ministerstvo školství požádat. Z hlediska tělesné výchovy je důležitá identifikace tohoto předmětu v učebních plánech, jejich plánovaná hodinová dotace v rámci předmětů povinných, nepovinných, zájmových atd. Tím jsou dány nejen rámcové, ale i konkrétní podmínky pro vypracování učebních osnov.

Učební osnovy - curriculum

tělesné výchovy vychází z učebního plánu. Vydává je rovněž Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy a jsou pro školy i učitele závazným dokumentem. V úvodní části bývá obsažena *charakteristika předmětu*, vymezeny *základní cíle i pokyny k řízení výchovně vzdělávacího procesu*. V následující části učebních osnov je vyznačen *obsah učiva*, jako prostředku k dosažení cílů předmětu. Tím jsou *poznatky, pohybové činnosti* a situace vedoucí k *osvojení vědomostí, pohybových dovedností, k rozvoji pohybových, komunikačních, diagnostických, organizačních schopností, bezpečnostních a hygienických návyků*.

Cíle tělesné výchovy

Určujícím prvkem projektu výchovy a vzdělání jsou *cíle*. Ty se vždy *modifikují* a konkretizují ve vztazích k *obsahu, prostředkům, podmínkám, učitelům i žákům*.

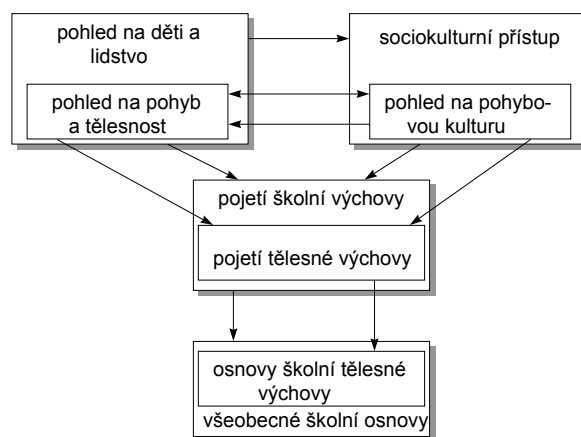
Pod předmětovými cíli chápeme *zamýšlený a očekávaný výsledek*, k němuž učitel v součinnosti se žáky směřuje. Tento výsledek je vyjádřen v očekávaných změnách, jichž vyučování a výchova v tělesné výchově dosahuje ve *vědomostech, dovednostech, vlastnostech* žáků, v utváření jejich *postojů, názorů, hodnotové orientace i v jejich osobním vývoji* (Frömel 1987).

Cílem školní tělesné výchovy je stimulovat a v souladu s vývojovými zákonitostmi i individuálními zvláštnostmi rozvíjet: *biopsychosociálně účinný celoživotní pohybový režim, zdravotní prevenci, pohybové schopnosti, dovednosti a vědomosti, osobní vlastnosti a pozitivní postoje žáků k pohybové činnosti*.

Ve vymezení cílů školní tělesné výchovy i v jejím vztahu k mimoškolní (klubové) sportovní činnosti mládeže nepanuje ve světě, evropských zemích, ani u nás úplná shoda. Prosazují se tendence, jak ke *sportovně orientovanému pojetí* školního tělocviku (stejně zaměřením jako sportovní kluby mládeže), tak i jeho zcela odlišného pojetí - *kultivačního prostředku základní motoriky, zdatnosti, rozvoje vědomostí a postojů*. Nevyjasněnost v dlouhodobém horizontu vede i ke snižování počtu hodin tělesné výchovy apod.

Současné tendence v oblasti curricula, zejména v Západní Evropě, naznačují, že v cílech i obsahu učiva školní tělesné výchovy (Jewet 1988, Bain 1990, Crum 1991) by priority měly být orientovány na:

- *potenciální a žádoucí vývoj dětí a mládeže*
- *očekávané a žádoucí změny v sociálně-kulturním kontextu*
- *úkoly, poslání výchovy a vzdělávání v budoucnosti*
- *všechny zřetěle beroucí v úvahu vztahy mezi prvními třemi komponentami*.



Obr. 21. Základní kategorie ve stanovení osnov školní tělesné výchovy (Crum 1991, 1994)

Cíle budoucího pojetí školní tělesné výchovy v evropském pojetí lze podle Cruma (1991, 1994) i v návaznosti k tradičním orientacím vyjádřit v následujících oblastech:

- a) *v biologicky orientovaném tělesném rozvoji*
- b) *ve výchově prostřednictvím pohybového sebeutváření*
- c) *v osobnostně pohybovém pojetí*
- d) *v konformně sportovním a socializačním pojetí*
- e) *kriticko-konstruktivním, pohybově-socializačním pojetí*.

Biologicky orientovaný tělesný rozvoj žáků má své kořeny v systému švédské gymnastiky (Ling) a francouzském fyziolo-

gickém systému (Demény). Vzhledem k nárůstu koronárních onemocnění a vertebrogenních poruch u mládeže, jde o *zdravotně-preventivní pojetí*. Standardy a kritéria jsou soustředěna na rozvoj anatomických a fyziologických funkcí: *pohyblivost, aerobní vytrvalost, svalovou sílu a rychlost*. Obsahem učiva jsou cvičení zaměřená na rozvoj výše uvedených schopností. Hlavním didaktickým principem je *udržet žáky v pohybu*, s vysokou úrovní nasazení a frekvencí v opakování jednoduchých cvičení. Hodnocení je prováděno pomocí *standardizovaných motorických testů* - testových baterií např. Eurofit test. Hlavní oblastí pro rozvoj poznatků a vědomostí, jsou odkazy na výsledky výzkumů v *biologických a lékařských vědních disciplínách*.

Cíle *pohybového sebeutváření* vycházejí z filantropických myšlenek Guts-Muthse a novorakouské školy. Východiskem v nich je, že *pohyb je zprostředkujícím článkem stimulační osobnostního vývoje a komunikace člověka*. Mottem není „učit se pohybu“, ale „*učit se pohybem*“. Kritéria a standardy jsou formulovány v pojmech osobnostního vývoje a rozvoje, síla vůle, vytrvání, sebedisciplína a *socio-estetické výchovy*. Učivo je dáno katalogem tradičních *gymnastických, herních, sportovních a tanečních aktivit*. Didaktickým návodem je: *organizovat tyto aktivity v příznivé atmosféře*. V hodnocení pořádek, atmosféra, dětská orientace, nejsou zdůrazněny žádné přímé normativy. Teoretickými východisky pro učitele jsou poznatky z *fenomenologie, hermenautické pedagogiky a psychologie*.

Cíle *osobnostně pohybové orientace* vycházejí z myšlenky, že tělesnost má *subjektivní charakter* a pohybové činnosti jsou prostředkem k modifikaci osobnosti, jejich hodnot ve vývoji. Těžištěm je „*učit se pohybu*“. Kritéria jsou vyjádřena v realizaci osobnostně pohybové identity. Obsah učiva závisí na vybraném pohybovém pojetí. Didaktickými principy jsou: *orientace na individualitu jedince* s posílením jeho *osobnostně pohybového sebeobjevování*. Základem v hodnocení je *pohybový projev žáků, tvůrčí aktivita a osobní prožitky*. Teoretickým základem pro práci učitele jsou poznatky z *fenomenologie, pedagogiky a psychologie*.

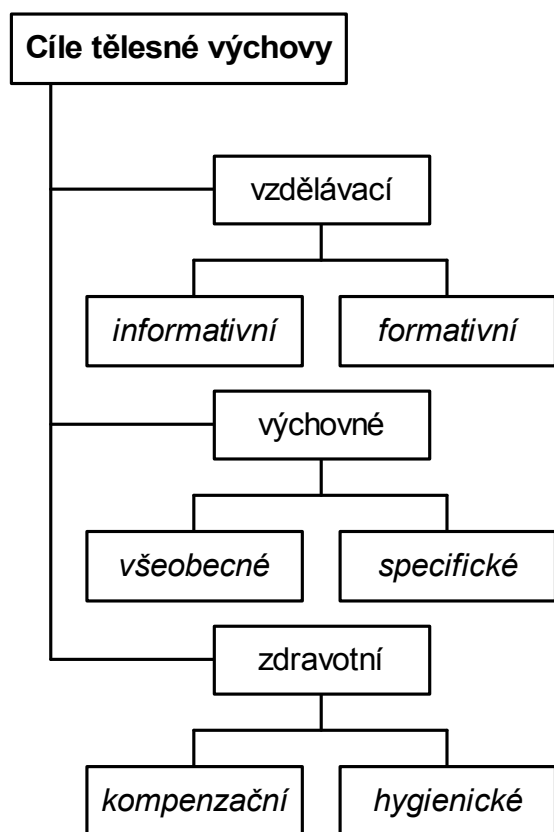
Základní ideou *sportovně-socializačního pojetí* je, že škola je institucí pro transfer a

zvnitřnění základních kulturních technik. Sport je rovněž relevantním a důležitým socio-kulturním požadavkem a výzvou. Učení ve školní tělesné výchově je chápáno jako *příprava účastníka pro sportovní aktivity*. Kritérii jsou: *pohybová docilita* ve sportech, *taktika a strategie*. Učivo je orientováno na technické a taktické *zvládnutí nejoblíbenějších sportovních činností*. Didaktickým principem je zaměření učitele na *kontrolu efektivity procesu*. Hodnocení může být ale i nemusí zaměřeno na *testování definovaných sportovních dovedností, aplikace taktiky a znalost pravidel*. Teoretickým základem jsou poznatky z *funkční sociologie, kineziologie, biomechaniky, teorie a didaktiky sportovních činností*.

Hlavní myšlenkou *socializačního pojetí* je, že škola není jen institucí *zajišťující kulturní adaptaci*, ale i kulturní *inovaci*. Účast v pohybové aktivitě podle osobních předpokladů a potřeb je *důležitou kvalitou každodenního života*. Žák není jen tím, kdo přijímá role, ale kdo i nové role vytváří. Kritéria jsou formulována jako pohybově instrumentální a sociomotorická reflexe kompetencí potřebných pro osobní i sociální uspokojení. Příprava pro *celoživotní pohybovou aktivitu* je chápána s ohledem na *osobní zodpovědnost za tělesnou zdatnost a své zdraví* a je zdůrazněna i v *mezipředmětových vztazích*. Dominujícím didaktickým principem je tématická i metodická otevřenost. Proces, jakož i hodnocení je dobré provádět dle *individuálních standardů a předpokladů*. Teoretickým východiskem jsou *interaktivní sociologie, psychologie a teorie učení*.

V zemích Západní Evropy můžeme pozorovat v poslední době snahu o prosazení těchto tendencí do tvorby curricula základních a středních škol. V podmínkách naší školské soustavy ve vazbě k jiným vyučovacími předmětům i v modifikacích pro různé stupně škol v nových projektech výchovy a vzdělání (například „Obecné školy“ a „Občanské školy“ aj.), lze ve školní tělesné výchově vyjádřit následující strukturu cílů:





Obr. 22. Cíle školní tělesné výchovy

1. Vzdělávací cíle

A. INFORMATIVNÍ

- *interiorizované poznatky z tělesné kultury*
- *osvojené postupy, metody tělesného sebezdokonalování*
- *zásady správné životosprávy*
- *základní pohybové dovednosti a návyky: chůze, běh, skok, házení aj.*
- *osvojení činností z gymnastiky, atletiky, dvou sportovních her, plavání, lyžování, turistiky atd.*

B. FORMATIVNÍ

- *rozvinuté základní pohybové schopnosti* (vytrvalost, síla, rychlost, obratnost, pohyblivost, rovnováha)
- *kvalitní pohybový projev* (harmonie, ekonomičnost, přesnost, ladnost, rytmus pohybu, správné držení těla)
- *senzorické a intelektové schopnosti.*

2. Výchovné cíle

A. VŠEOBECNÉ

- *pozitivní charakterové a mravní vlastnosti* (kolektivní citění a chování, cílevědomost, iniciativa, samostatnost, kázeň, rozhodnost, odvaha apod.)
- *estetické prožívání a hodnocení, tvořivé schopnosti* (zájem utvářet krásný pohyb, krásné prostředí, lidské vztahy aj.)
- *láska k přírodě a ochrana životního prostředí*

B. SPECIFICKÉ

- *trvale kladný postoj k pohybové aktivitě*
- *rozvinuté zájmy o přiměřené druhy tělovýchovné a sportovní činnosti*
- *tělesný a funkční rozvoj, tělesná zdatnost*
- *snaha o přiměřený výkon v tělovýchovné a sportovní činnosti*

3. Zdravotní cíle

A. KOMPENZAČNÍ

- *kompenzace jednostranné zátěže* ve škole (protahovací, vyrovnávací, dechová a relaxační cvičení)
- *regenerace duševních sil* a obnovování pozornosti žáků

B. HYGIENICKÉ

- *hygienické návyky* (cvičební úbor, sprcha po zátěži...)
- *potřeba zdravého životního stylu* (dostatek pohybových aktivit v denním režimu, dostatečný spánek, zdravá výživa...).

Realizací cílů získávají žáci *základní tělovýchovné vzdělání*, které je předpokladem zdraví, pracovní činnosti a aktivního přístupu k životu. V reálném tělovýchovném procesu nelze izolovat plnění vzdělávacích, výchovných a zdravotních cílů. *Vzájemně se prolínají a kombinují v každé vyučovací jednotce.* V současné době se uznává jednota procesu tělovýchovného vzdělání, tedy i kvalita pohybové činnosti. Schopnosti a dovednosti získané ve vyučovacím předmětu neomezujeme v jejich uplatnění jen na

tělovýchovné a sportovní činnosti. Měly by se uplatnit v celém životě. Na vysoké úrovni všestranně rozvinutých pohybových schopností se dovednosti mnohem snadněji přenášejí.

Předpokladem dobře zvládnutých pohybových dovedností jsou rozvinuté pohybové schopnosti. Proto se někdy na *základní škole* více zdůrazňuje *rozvoj pohybových schopností* a na střední škole jsou programy více orientovány na *pohybové dovednosti*. Lepší je však jejich kontinuální rozvoj. Umožňuje zaměřit se dle zájmu žáků na určité *sportovní odvětví*. Podmínkou takovéto specializace je ale *optimální všestrannost*. Učební osnovy pro jednotlivé stupně škol vymezují cíle a úkoly tělesné výchovy. Ty se zásadně příliš neodlišují, ale berou v úvahu věkovou, pohlavní a individuální zvláštnosti i druh školy. Proto v jednotlivých učebních osnovách jsou rozdíly ve formulaci i počtu uváděných dílčích cílů a úkolů.

Z časového hlediska rozlišujeme *cíle perspektivní a průběžné*. Uznáváme jejich jednotu a vzájemnou podmíněnost, určujícími jsou ale *cíle perspektivní*. Z jednoty těchto cílů vyplývá požadavek na aktuální rozvoj pohybových schopností, kompenzaci jednostranného zatížení, aktivní odpočinek a kladné emocionální prožívání se získáváním, zpevňováním a prohlubováním vědomostí, dovedností a návyků i utváření vlastní osobnosti.

Ve vztazích: *cíle - žák, cíle - učitel a cíle - podmínky* jsou určujícími faktory *cíle*, které jsou primárně vymezené objektivními společenskými požadavky na tělesnou výchovu. I ve vztazích: *cíle - obsah a cíle - prostředky výchovy a vzdělání* jsou *cíle primárním faktorem*. Obsah a jeho přizpůsobení prostředky, působí zpětně na cíle. V obsahu se cíle konkretizují a tím modifikují.

Učivo

Termín učivo má *více významů i funkcí*. Nejobecněji učivo představuje *souhrn poznatků, dovedností a činností, k nimž lidé dospěli svým kulturním vývojem*. Toto pojetí je však velmi široké, neboť není v lidských silách osvojit si všechny poznatky, dovednosti, hodnoty aj. Proto chápeme učivo v užším smyslu

(pedagogickém) jako tu *část poznatků a činností, které jsou adresovány určitému vývojevému stupni, školnímu věku, jako stimuly pro jejich záměrný rozvoj*. Ve spojitosti s vyučovacím procesem a vyučovacími předměty (literárními i výchovnými), se také mluví o učivu jako o *systému poznatků a činností, které vyjadřují obsah a strukturu určitého vědního oboru*. Tyto poznatky a činnosti se pak mají v průběhu vyučovacího procesu stát pro žáky novými vědomostmi a dovednostmi.

Ve *výchovných předmětech*, mezi které patří i tělesná výchova, plní učivo i funkci prostředku k dosažení jak výchovných i vzdělávacích cílů. Obtíž v přesném vymezení učiva spočívá v tom, že ve výchovných předmětech lze dosáhnout stanovených cílů *rozmanitými prostředky*, tedy i *rozmanitým učivem*. Učivo, jeho rozsah i struktura, jsou vymezeny v učebních plánech a osnovách curriculum každého příslušného vyučovacího předmětu, ale i ve vztazích mezi nimi: *vzdělávací - výchovné předměty*.

Při upřesňování rozsahu a funkcí učiva ve výchovně vzdělávacím procesu se historicky prolínají tendence: *encyklopedické a strukturované pojetí učiva; informační a operacionální modely*.

Encyklopedické učivo má charakter *povrchní informace* ve formě přehledů. Shromažďuje veškeré nově přibývající informace a bez kontroly či výběru se snaží podat ucelený obraz o předmětu. Cílem je především *osvojení poznatků, dovedností*, méně však metod a postupů. Kumulace poznatků se děje *bez důrazu na poznání vnitřních souvislostí*. Nejen uvnitř učiva jednoho předmětu, ale i v mezipředmětových vztazích.

Strukturované učivo naopak před jeho začleněním do osnov prochází výběrem tak, aby co nejlépe odráželo *strukturu vědního obsahu* a jeho *vnitřní logiku*. Učivo je proto vymežováno zároveň se vztahy k činnostem, jimiž má být osvojováno. Výsledkem osvojování je *rozvoj schopností* a jejich modifikované použití v dalším procesu *sebevzdělání jedince*. Při výběru učiva spolupracují různé vědní obory a učivo je vybíráno se zřetelem k žákovi (jeho intelektuálnímu a motorickému potenciálu).

Modely učiva, učení a vyučování

Již tradičně v koncepci učebního curricula převažuje postup: „*vnější* (učivo) *do vnitřního*“ (poznatky, dovednosti aj.), ale již méně aktivní typ transformace: „*vnější skrze vnitřní*“. V prvně jmenovaných přístupech je nejdříve vytvořena logická skladba učiva dovedností, vědomostí, postojů atd. a teprve potom se vymezují předpoklady a podmínky didaktické, materiální, sociální aj. k jeho osvojení. Aktivita žáka ve vyučování v procesu zvnitřňování vnějšího - učiva do vnitřních podmínek jeho osobnosti není příliš brána v úvahu. V zásadě existují dva druhy modelů učiva, učení a vyučování: *informační a operacionální* (Jakimanskaja 1989).

Informační modely

Dominující v nich, z hlediska vztahů: *žák - učitel - učivo*, je učivo. Jsou sestaveny na předpokladu, že smyslem učební činnosti je ovládnutí poznatků, dovedností, návyků aj. v jejich *předmětném obsahu*. Vychází se z rozpracovaných *normativních požadavků* na obsah učení a jeho pevnou fixaci v učebních programech. Jasně je vyznačeno, co musí umět žák v každém předmětu. Hlavním cílem je *zvládnutí informací*, v určitém obsahu a objemu učiva. Tomu cíli odpovídá i *didaktika* (technologický návod), jak si tyto poznatky osvojovat. Učení se chápe jako *informační proces*, který spočívá v přijímání, znovuvybavení a přepracování podaných informací. Kvalita osvojení se určuje třemi ukazateli:

- *reprodukcí poznatků, dovedností*
- *jejich aplikací dle návodu*
- *využitím v nestandardních podmínkách.*

Za normu se považují střední charakteristiky, dostupné většině učících se žáků. Konstruují se i normativy k minimu poznatků (vědomosti a dovednosti), didaktické materiály pro různou úroveň složitosti učebních doporučení a návodů.

Operacionální modely

Vycházejí z *teorie činnosti* (předmětného obsahu, struktury), kde jsou vyčleněny její základní elementy: *cíle, motivy, předmět a prostředky činnosti*, včetně jejího *řízení a*

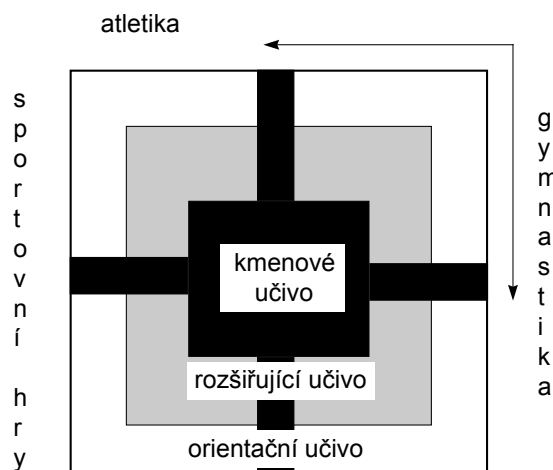
hodnocení. Rozhodující pro skladbu učiva je rozdělení předpokládané učební a vyučovací činnosti do systému aktů (rozumových i praktických), ve kterých aktivita žáka spočívá v přepracování (modelování) zadaných podmínek učení. Konstrukce učiva v osnovách tedy vychází z předpokládaného a ověřeného systému učebních činností žáka a vyučovacích činností učitele. Zvládnutí dílčích komponent učební činnosti neprobíhá skrytě. Je řízeno učitelem, prostřednictvím speciální skladby vyučovacích činností. Učební činnost je chápána jako *nástroj rozvoje osobnosti žáka*. Maximální přiblížení žáka v jeho dějích, aktech k zadanému stupni (měřítku, cíli), se chápe jako základní ukazatel jeho aktivity.

Výběr učiva

Z historického pohledu bylo do vzdělávacích soustav přiřazováno stále nové učivo, až jeho celkový rozsah přesáhl možnosti osvojit si toto množství látky v daném vyučovacím čase. Část učiva se mohla stát nadbytečnou (zastaralé, v praxi neupotřebitelné učivo). Proto hledáme *kritéria*, pomocí nichž lze provádět výběr učiva. Nejen do osnov, ale i z osnov do ročních i tématických plánů. Základní možnosti jsou tři: *výběr užitelný, exemplární a fundamentální* (Janouch 1982).

Užitelný výběr klade důraz na *kmenové (základní) učivo*. V tělesné výchově se jedná o ty pohybové činnosti, které jsou nejfrekvencovanější a potřebné k životu a práci člověka. Toto učivo bylo dříve nazýváno základním, dnes se užívá pojmu kmenové učivo. Nalezení plné shody v oblasti kmenového učiva a *verifikovaných standardů* (testů) k ověřování jeho splnění je v tělesné výchově poměrně obtížné.

Exemplární výběr znamená, že z příbuzných pohybů a činností jsou do osnov či výchovných projektů vybírány ty příklady, které si mohou žáci v daném čase osvojit a pochopit. Jde o preferenci některých sportovních disciplín, které na základě předpokládaného transferu, zastupují i sporty další. Tak jsou vybírány příklady z bloku sportovních her, gymnastiky, atletiky apod. Exemplární výběry se mohou vzájemně doplňovat (od jednoho ročníku ke druhému i mezi stupni škol).



Obr. 23. Příklad exemplárního výběru učiva

Fundamentální výběr postihuje hlubší základy vědního oboru. Jde o podstatu činnosti, pochopení jejího smyslu na základě poznatých zákonitostí. Takto do hloubky by měli učivo zvládnout učitelé, vědečtí a vysokoškolské pracovníci.

Strukturace učiva

Je dána *návazností v učivu* (co předchází a co následuje), *vzájemným propojením* a vazbou mezi dílčími částmi učiva i volbou jeho cílů.

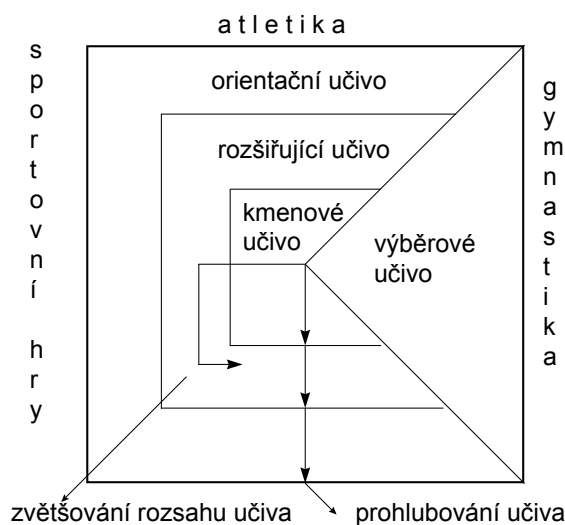
Kmenové učivo (základní) by měl znát každý kulturní člověk a měla by si je osvojit převážná *většina žáků* tj. všichni s průměrnými schopnostmi a nadáním. Tvoří ucelenou, relativně uzavřenou vzdělávací soustavu, ve které dochází ve vývoji k *nejpomalejším změnám*. Toto učivo by mělo být *neopomínutelné*. Jeho zvládnutí má umožnit v tělesné výchově „*pohybovou gramotnost*“ a návaznost výuky ve vyšších ročnících.

Dále se v učebních osnovách setkáváme s pojmy: *rozšiřující, výběrové, orientační, speciální učivo*.

Rozšiřující učivo je určeno *talentovanějším žákům*. Při diferencovaném přístupu mohou žáci zvládnout za stejnou dobu, v různé kvantitě, kvalitě i hloubce osvojení rozdílné učivo. Pro žáky nadanější je po zvládnutí kmenového učiva, zařazováno rozšiřující učivo jako *doplňkové*.

Orientační učivo slouží k vyhledávání, rozvíjení speciálních zájmů a schopností. Většinou bývá zařazováno do předmětů volitelných a nepovinných. Vzdělávací soustava

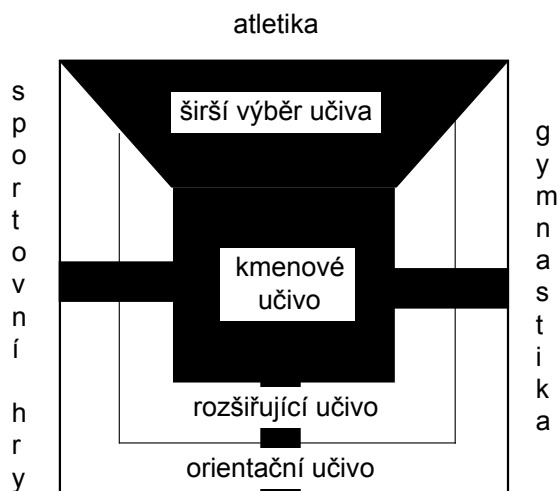
se ta neustále dynamizuje a zůstává otevřenou pro další nové poznatky.



Obr. 24. Základní pojmy v učivu

Výběrové (specializované) učivo znamená *zúžení rozsahu* (soustředění se na některá sportovní odvětví), ale zároveň i *prohloubení osvojeného učiva*. Tato *částečná specializace* je s úspěchem uplatňována u adolescentů, ale vyžaduje předchozí *všestrannou přípravu*. Na základní škole se tento přístup nedoporučuje.

Speciální učivo představuje soubor cviků ve *zdravotní tělesné výchově*, které mají zmírnit či úplně odstranit oslabení a poškození cvičících. Pro jednotlivé druhy oslabení existuje rozdílné speciální učivo i rozdílné *kontraindikační učivo* mohlo by poškození prohloubit.



Obr. 25. Příklad výběrového učiva

Osnování učiva

Učivo to nejsou dílčí izolované dovednosti, poznatky a činnosti, ale jejich soustava. Ta vyplývá ze vzájemných vztahů mezi jednotlivými poznatky a činnostmi ve vědě, umění či praktických zkušenostech. Vztahy mezi dílčími částmi učiva, jejich návaznost (co bude zařazeno dříve, co později) ovlivňují biologické, psychologické aspekty, eventuálně i praktická pedagogická zkušenost. Například biologické zřetele dospívání organismu ovlivňují výběr vhodného, přiměřeného učiva. Stejně působí i zřetele psychologické i zobecněné zkušenosti praktiků aj. Učivo proto musí být jak v osnovách tělesné výchovy, tak v praktickém sestavení celoročního, či tématického plánu *vzájemně propojeno*, svázáno. Lze to provést následujícími způsoby: *cyklicky*, *postupně* nebo *spirálovitě*.

Cyklické osnování znamená, že se k učivu, které již bylo probráno, neustále vracíme, cyklicky je *opakujeme*. Před každým náběrem nového učiva zopakujeme učivo již probrané. Tím by mělo být docíleno těsnějších *asociačních vztahů mezi starým a novým učivem*.

Postupné osnování je principiálně jiné. V určité posloupnosti se přechází od učiva jednoduchého k učivu následujícímu, obtížnějšímu. Předchozí blok učiva je uzavírán *kontrolou, zkouškou* a již se k němu nevracíme. Tento způsob může být efektivní pouze v tom případě, jestliže blok učiva mohl být dostatečně žáky procvičen a mohl tak být odolný vůči zapomínání.

V praxi bývají oba způsoby osnování kombinovány do tzv. *spirálovitého průběhu*. To znamená, že postupujeme vpřed, ale na vyšší úrovni se cyklicky vracíme k témuž učivu.

Základní charakteristika učiva v tělesné výchově

Učivo v tělesné výchově představuje plánovitý systém vědomostí, pohybových dovedností a činností, které si má žák osvojit, včetně pohybových schopností, které by měl dále rozvinout. Protože vzdělávání a výchova jsou neoddelitelné, měli by si žáci ve výchovně vzdělávacím procesu zvýšit

samostatnost v myšlení, osvojit si normy pozitivního chování a jednání aj.

Základními prvky systému učiva jsou *poznatky a činnosti*. Ve vyučovacím procesu se poznatky transformují do *vědomostí*, a činnosti do *pohybových dovedností a schopností*.

Činnosti v tělesné výchově nacházejí své uplatnění v provádění tělesných cvičení. Učební osnovy předkládají podrobný soupis jednotlivých činností v těchto oblastech:

- *pořadová cvičení*
- *kondiční cvičení gymnastika a tance*
- *atletika*
- *sportovní hry*
- *úpoly*
- *testování všeobecné pohybové výkonnosti*,
- *sezónní činnosti (bruslení, lyžování, plavání a turistika)*.

Poznatky v tělesné výchově sdružují informace z různých vědních oborů (fyziologie, anatomie, biomechaniky, hygieny, pedagogiky, didaktiky, psychologie apod.). K těmto elementárním požadavkům, které si mají žáci osvojit jako základní vědomosti patří: *znalost základních pravidel sportovních her a soutěží, názvosloví, vědomosti o lidském těle a změnách, které při provádění tělesných cvičení probíhají, základy hygieny, pravidla správné výživy, zásady sestavování a vedení komplexů všestranně rozvíjejících cvičení, bezpečnost v tělesné výchově, regenerace a kompenzace*. Určitá část učiva v této oblasti je nezastupitelná jinými předměty a není jinde vyučována.

Transformace školské soustavy přinesla i některé změny do koncepce tvorby osnov, výběru učiva i práce učitele s osnovami a učivem. Dřívější osnovy přesně stanovovaly obsah pro jednotlivé ročníky včetně *kontrolních cviků*. Dnes je obsah také členěn do *tematických celků*, ale je širší, než býval. Tento záměr má vyhovět *vývojové diferenciaci žáků* a učivo není jako dosud přiřazováno k určitým ročníkům. Základním závazným vodítkem pro výběr učiva je naplnění tzv. *zdravotně kondičního programu*. Jde o záměrné, cílené a pravidelné zařazování kondičních a zdravotně orientovaných pohybových činností do každé vyučovací jednotky v rozsahu a podobě, která odpovídá zjištěným a průběžně sledovaným potřebám rozvoje žáků. U ostatních součástí

obsahu předmětu se učitel řídí především věkovými a vzdělávacími *potřebami žáků*, jejich *zájmy*, *podmínkami školy* a návrhem tzv. kmenového (neopominutelného) učiva. Jeho akceptování má zabránit „*pohybové negramotnosti*“ v některých tématech a problémům v návaznosti výuky ve vyšších ročnících (stupních) školy. Pokud by učitel chtěl překročit i tak poměrně široký rámec učebních osnov, musí být nově navržené učivo schváleno ředitelem školy, v závažných případech inspektorem. Časové dotace jsou v osnovách doporučeny v podobě vhodného procentuálního zastoupení v daném ročníku. Učitel je však může optimálně upravovat (Tupý 1994).

Celoroční plán

Představuje *rozpis učiva* v jednotlivých tematických celcích pro 1 konkrétní třídu na *celý školní rok*. To znamená na 66 vyučovacích jednotek při dotaci 2 hodiny týdně, či na 99 vyučovacích jednotek při dotaci 3 hodin týdně. Tento plán si vytváří (na rozdíl od předchozích) učitel sám. Při tom vychází z učebních osnov, ale je pouze na něm, jaké učivo vybere a zařadí. *Musí respektovat pouze kmenové učivo*. V plánu prezentované učivo je pro učitele tělesné výchovy a školu potom závazné ve smyslu jeho předložení žákům a naučení v souladu s jejich úrovní.

Tento plán po podrobnějším zpracování v učebních celcích (tématech), slouží samotnému *učiteli* (dává přehled o tom, co se učilo minule, co bude následovat a v jakém pořadí), ale i *kontrolním orgánům*. Plán plní funkci *časové kontroly* (aby bylo možno učivo v průběhu roku zvládnout) a *kontroly návaznosti a logické uspořádanosti učiva*.

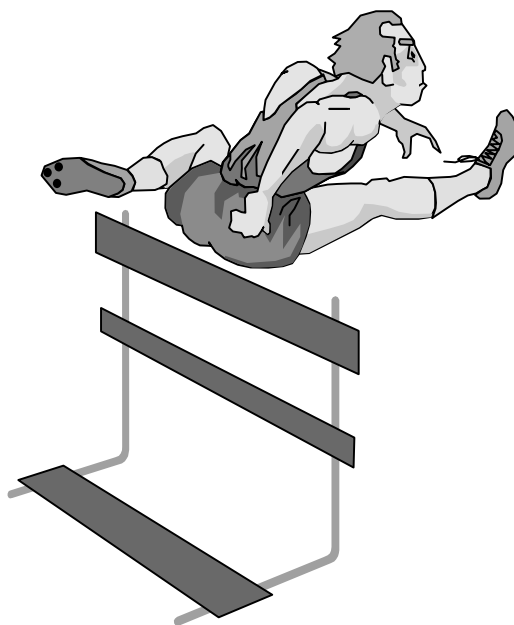
Z tohoto plánu vychází potom *nejpodrobnější plán*, a tím je *příprava na vyučovací jednotku*. Učitel je povinen se na vyučování připravit, ale není předepsána forma této přípravy. Písemné přípravy bývají požadovány od začínajících učitelů a od těch, u kterých byly zjištěny určité nedostatky. Přesto se většina učitelů na výuku písemně připravuje. Pro vyučovací jednotku tělesné výchovy se doporučuje v přípravě uvést: *učivo, čas či dávku, organizaci, základní vyučovací postupy a metody a cíl vyučovací jednotky*.

Při své výchovně vzdělávací práci musí učitel znát a respektovat *školní a klasifikační řád*, které vymezují jeho pracovní povinnosti i práva a zároveň jsou podkladem pro *hodnocení žáků*. Velmi důležité je respektovat všechny *bezpečnostní předpisy*, protože zdraví žáků stojí na prvním místě, teprve za ním veřejnost zajímá, co jsme žáky naučili, jak se jim to líbilo apod.

Další součástí projektu jsou *metodické příručky pro učitele*, které vysvětlují celkovou koncepci vyučovacího předmětu, cíle tematických celků v ročníku a především rozpracovávají postupy, metody a formy v jednotlivých tématech.

Do projektu zahrnujeme i různé *směrnice a metodické pokyny* pro realizaci zvláštních forem tělesné výchovy (plaveckých kursů, lyžařských kursů, výletů, školních soutěží atd.).

Obecnými směrnici pro práci ve všech vyučovacích předmětech na příslušném stupni (druhu) školy jsou: *organizační směrnice, směrnice pro výstavbu a zřizování školních objektů, minimální inventář učebních pomůcek a další*.



Příklad celoročního plánu pro I. ročník Gymnázia, chlapci

v tématickém celku							
Úkoly, učivo	Počet hodin	1	2	3	4	5	6
<u>A. Všeobecný tělesný a pohybový rozvoj</u>							
➤ aerobní vytrvalosti		■		■			■
➤ dynamické síly		■		■	■	■	■
➤ rychlosti		■	■	■		■	■
➤ pohyblivosti			■	■	■		
➤ obratnosti		■	■	■	■	■	■
<u>B. Osvojování činností a pohybových dovedností</u>							
1. Gymnastika a tance	13						
1.1. Akrobacie				3			
1.2. Přeskoky					2		
1.3. Nářadí				2	2	1	
1.4. Aerobik, tance			3				
2. Úpoly	6						
2.1. Sebeobrana			3			3	
3. Atletika	16						
3.1. Vytrvalostní běh		3					3
3.2. Sprinty		2				2	
3.3. Vrh koulí		2				1	
3.4. Skok vysoký							3
4. Sportovní hry	22						
4.1. Odbíjená	11	2	3	1		3	2
4.2. Basketbal	11		3	5	3		
5. Kruhový provoz	4				4		
6. Průpravná cvičení	průběžně						
<u>C. Teoretické informace</u>	1	1					
<u>D. Kontrola pohybové výkonnosti</u>	4	2					2
Celkem:	66	12	12	11	11	10	10