

MUNI SPORT

5. Vzdělávací proces v tělesné výchově (plánování, prvky, učivo)

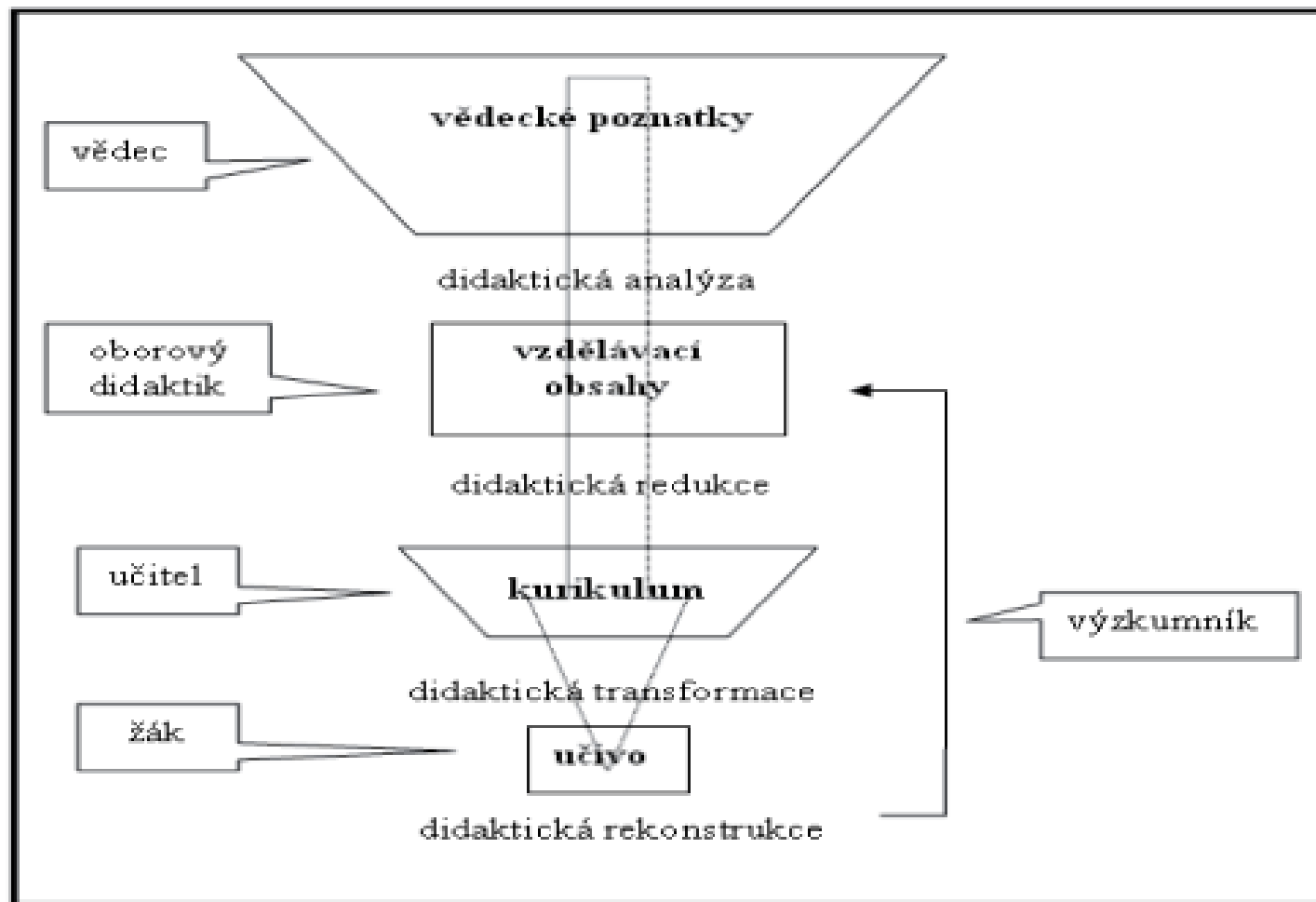
Mgr. Jiří Sliacky, Ph.D.

Katedra pedagogiky sportu

Plánování výuky

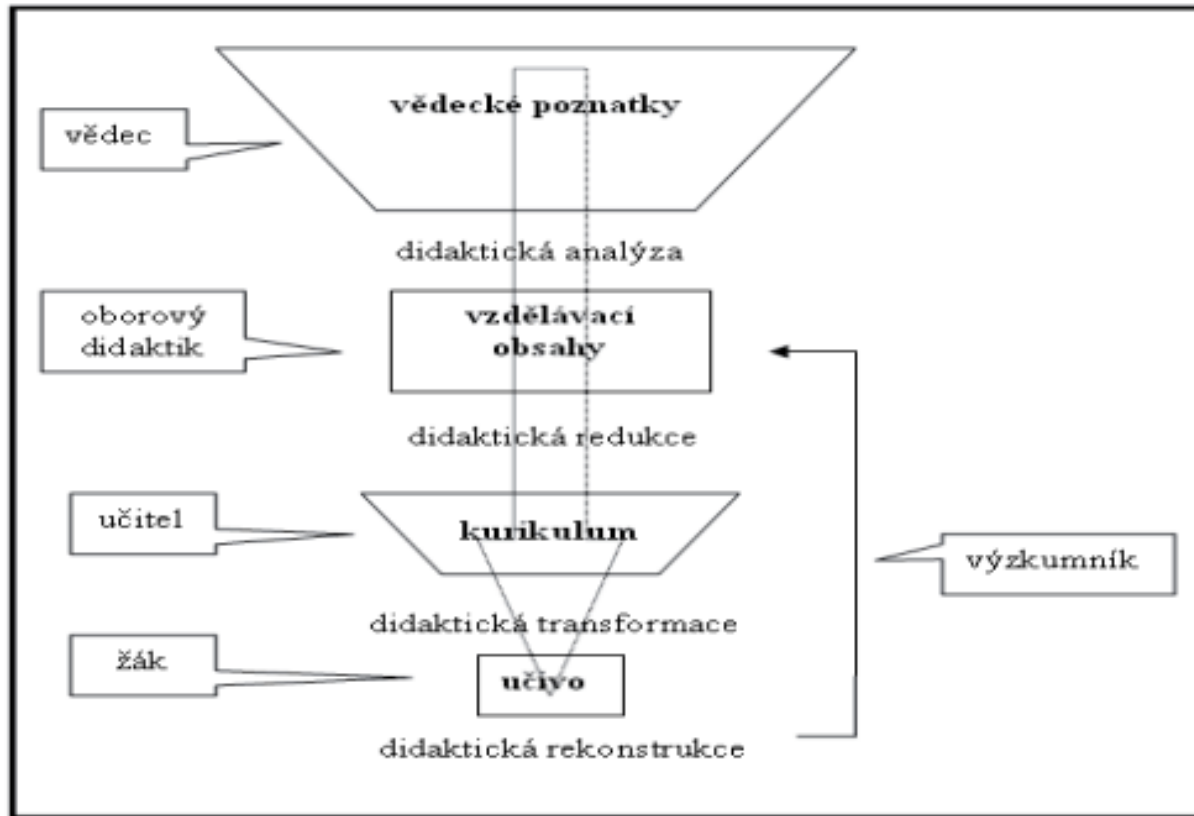
- při samotném plánování výuky z pohledu učitele je výchozím kurikulárním dokumentem **ŠVP**
- na začátku každého školního roku jsou výstupy ŠVP rozpracovány do vzdělávacích cílů pro daný školní rok každého předmětu a odpovídajícího ročníku studia (učitel si tak vytváří plán výuky pro danou třídu a daný předmět na celý školní rok, tzv. **roční tematický plán**, který kromě cílů určuje i sled jednotlivých tematických celků a jejich časovou dotaci)
- v ročních tematických plánech je vzdělávací obsah zpravidla rozdělen ještě na **širší tematické celky** s podrobněji rozpracovanými cíli, pořadím částí a opět časovou dotací
- jednotlivé výstupy ročního tematického plánu a tematických celků jsou potom rozpracovávány do cílů jednotlivých vyučovacích jednotek (klíčový krok pro **přípravu na vyučovací jednotku**)

Didaktické zprostředkování učiva



Knecht, 2007, s. 76

Didaktické zprostředkování učiva

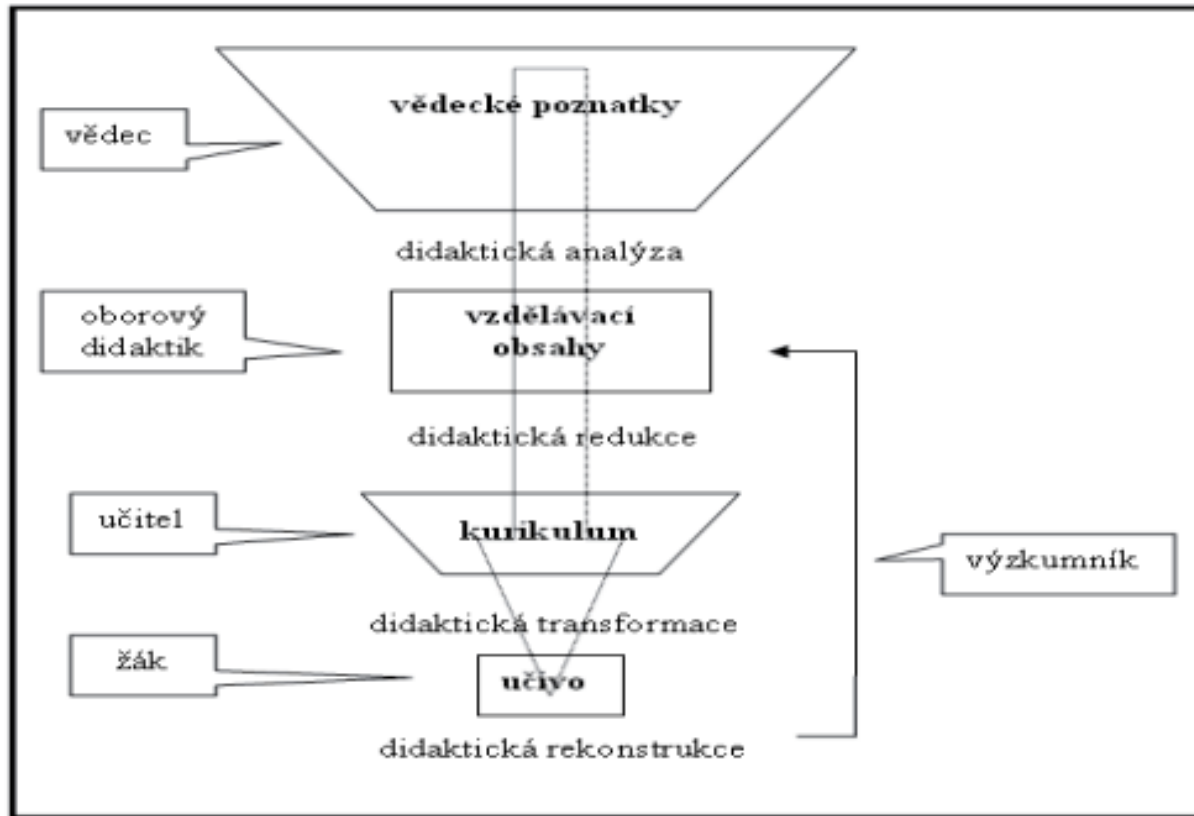


Knecht, 2007, s. 76

Didaktická analýza

Proces výběru obsahů různých oblastí naší kultury (vědy, techniky, umění, hodnot...) pro transformaci na vzdělávací obsah.

Didaktické zprostředkování učiva



Knecht, 2007, s. 76

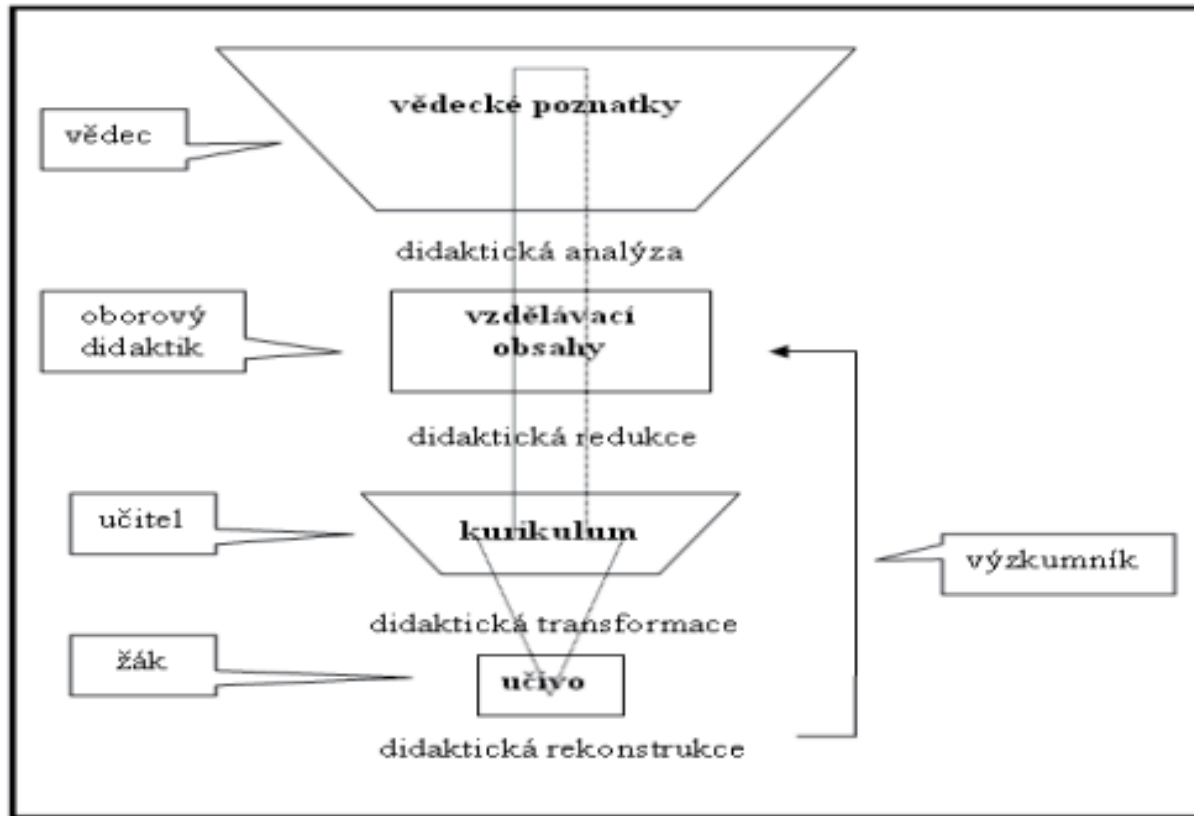
Didaktická redukce

Zjednodušení a zpřehlednění vzdělávacích obsahů za účelem jejich zprostředkování žákům.

Didaktická transformace

Proces přeměny vybraného vzdělávacího obsahu do zjednodušené a srozumitelné podoby s ohledem na receptivní a kognitivní vyspělost žáků a stanovené vzdělávací cíle.

Didaktické zprostředkování učiva



Knecht, 2007, s. 76

Didaktická rekonstrukce

Přetváření zprostředkovaných vzdělávacích obsahů v myslí žáků v individuální koncept poznání každého jedince.

Jeho zachycení prostřednictvím pedagogického výzkumu by pak mělo směřovat k vlastní rekonstrukci školního kurikula.

Od ŠVP k ročnímu tematickému plánu

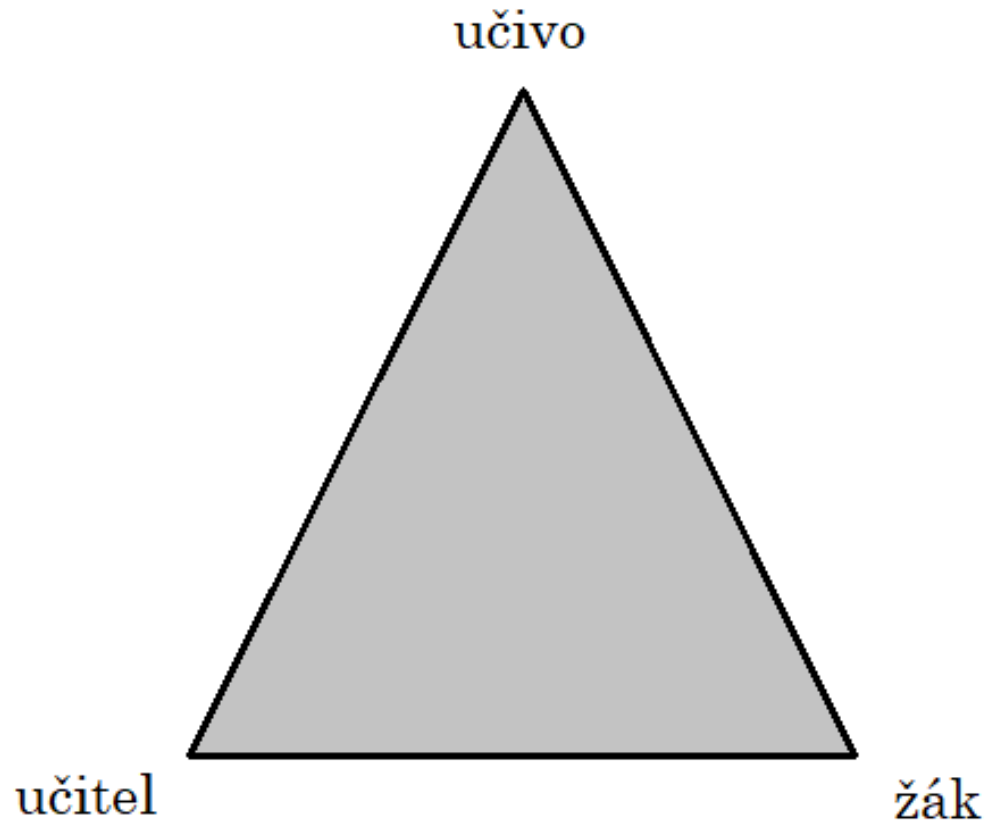
- cíle kognitivní, afektivní a psychomotorické
- **didaktická znalost obsahu** – propojování znalostí obsahu a didaktických znalostí, konstrukce takové podoby obsahu, jež bude zohledňovat specifické učební možnosti žáků
 1. Analýza jednotlivých výstupů ŠVP pro daný ročník s ohledem na stávající úroveň znalostí a dovedností žáků, jejich schopnosti, aktuální podmínky výuky...
 2. Ke každému odpovídajícímu výstupu ŠVP sestavit strukturu učiva (struktura učiva určuje hloubku a šířku každého konkrétního tématu, je to vlastně osnova všeho, co je nutné žáka naučit, aby bylo dosaženo cíle).
 3. V souladu s pravidly pro tvorbu cílů definovat jednotlivé cíle každého tématu.

Od RTP k přípravě na vyučovací jednotku

- postup je v prvních krocích vlastně obdobný
 - výběr výstupu RTP, který bude ve vyučovací jednotce realizován a jeho analýza (neopomenout návaznosti na předcházející obsah)
 - sestavení odpovídající struktury učiva
 - definování cíle hodiny
- na základě stanoveného cíle jsou potom vybrány didaktické řídicí styly, vyučovací postupy a metody, didaktické prostředky a jsou definovány metody hodnocení, případně hodnotící kritéria
- po sestavení celého obsahu vyučovací jednotky je naplánována její organizace

Prvky vzdělávacího procesu

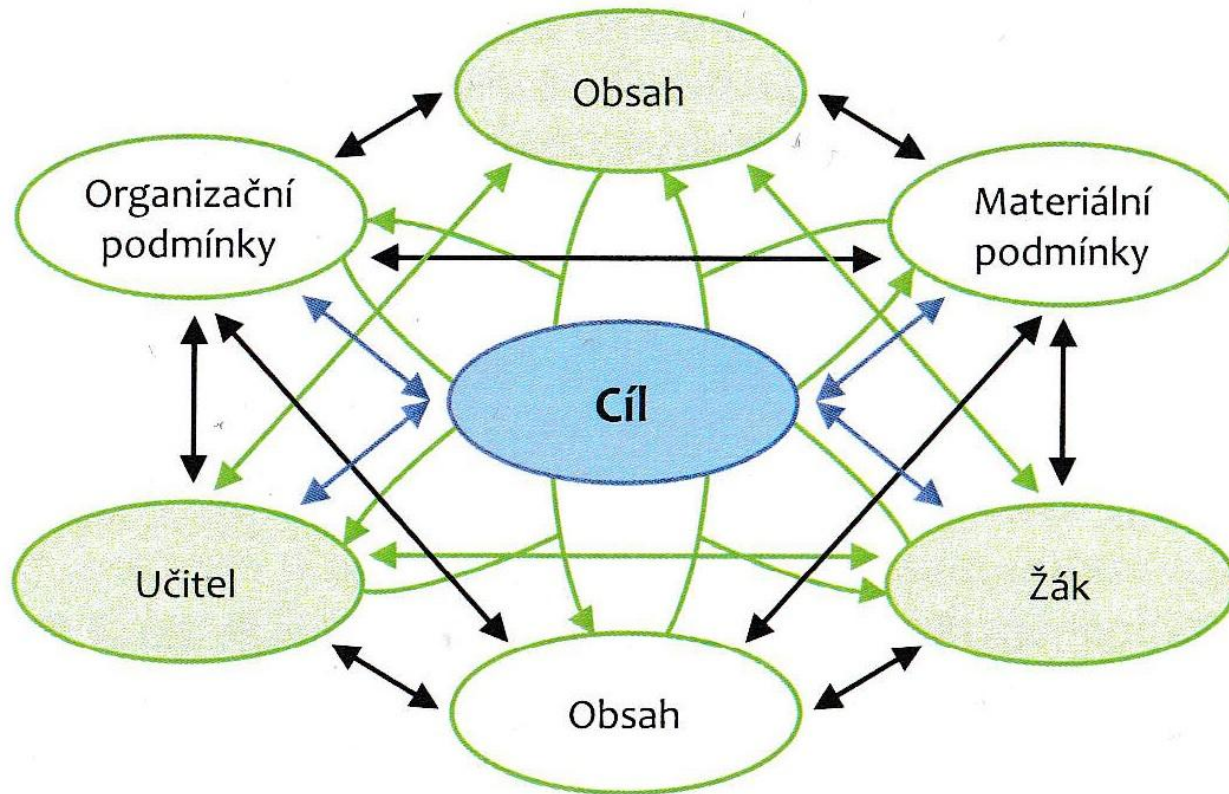
Herbartův (didaktický) trojúhelník



(Skalková, 2007, s. 112)

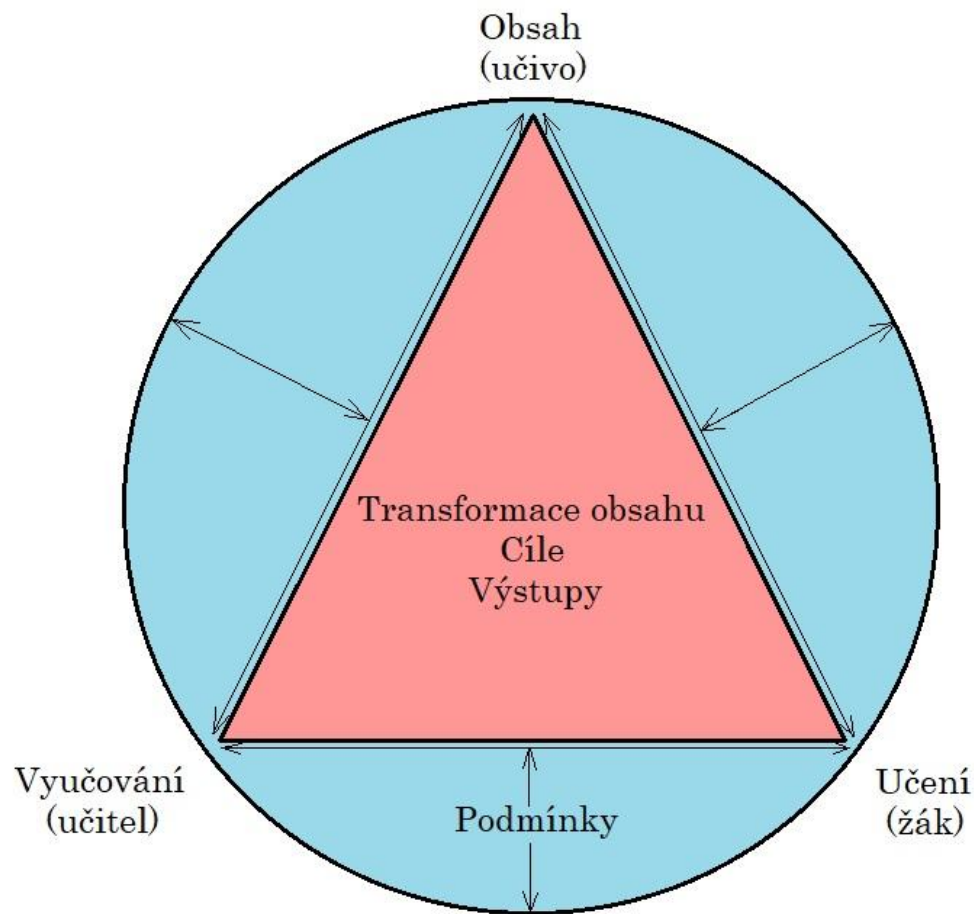
Prvky vzdělávacího procesu

Hendrichův model



(Hajerová Müllerová, Slavík, 2020, s. 36)

Prvky vzdělávacího procesu



Vzdělávací proces je **interakcí mezi učitelem a žákem**, při které za daných **podmínek** dochází prostřednictvím učitelova **vyučování** a žákova **učení** zprostředkovaného **obsahu (učiva)**, jak k vytváření nových **hodnot** ve znalostech, dovednostech a postojích žáka, tak v pedagogických kompetencích učitele.

Učivo ve školní tělesné výchově

- výběr učiva vždy koresponduje s nastavenými cíli vzdělávání
- podle RVP ZV a RVP G je učivo TV členěno do třech základních oblastí
 - činnosti ovlivňující zdraví
 - činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností
 - činnosti podporující pohybové učení
- samostatným vzdělávacím oborem s vlastním obsahem (učivem) je v RVP ZV a RVP G obor Zdravotní tělesná výchova

Učivo RVP ZV

ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ

Očekávané výstupy

žák

- TV-9-1-01 aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem*
- TV-9-1-02 usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program*
- TV-9-1-03 samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly*
- TV-9-1-04 odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší*
- TV-9-1-05 uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost*

Učivo

- význam pohybu pro zdraví – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců
- zdravotně orientovaná zdatnost – rozvoj zdravotně orientované zdatnosti, kondiční programy, manipulace se zatížením
- prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení
- hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného

Učivo RVP ZV

ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ

Očekávané výstupy

žák

- TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech*
- TV-9-2-02 posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny*

Učivo

- **pohybové hry** – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity
- **gymnastika** – akrobacie, přeskoky, cvičení s náčiním a na náradí
- **estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem** – základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení pro daný věk žáků; tance
- **úpoly** – základy sebeobrany, základy aikido, judo, karate
- **atletika** – rychlý běh, vytrvalý běh na dráze a v terénu, základy překážkového běhu, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem nebo granátem, vrh koulí
- **sportovní hry** (*alespoň dvě hry podle výběru školy*) – herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie
- **turistika a pobyt v přírodě** – příprava turistické akce, přesun do terénu a uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty, chůze se zátěží i v mírně náročném terénu, táboření, ochrana přírody, základy orientačního běhu, dokumentace z turistické akce; přežití v přírodě, orientace, ukrytí, nouzový přístřešek, zajištění vody, potravy, tepla
- **plavání** (*podle podmínek školy – zdokonalovací plavecká výuka, pokud neproběhla základní plavecká výuka, musí předcházet adaptace na vodní prostředí a základní plavecké dovednosti*) – další plavecké dovednosti, další plavecký způsob (plavecká technika), dovednosti záchranného a branného plavání, prvky zdravotního plavání a plaveckých sportů, rozvoj plavecké vytrvalosti
- **lyžování, snowboarding, bruslení** (*podle podmínek školy*) – běžecké lyžování, lyžařská turistika, sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu, bezpečnost pohybu v zimní horské krajině, jízda na vleku; (*popř. další zimní sporty podle podmínek školy*)
- **další (i netradiční) pohybové činnosti** (*podle podmínek školy a zájmu žáků*)

Učivo RVP ZV

ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ

Očekávané výstupy

žák

- TV-9-3-01 užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu*
- TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu*
- TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji*
- TV-9-3-04 rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora*
- TV-9-3-05 sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí*
- TV-9-3-06 zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže*
- TV-9-3-07 zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci*

Učivo

- **komunikace v TV** – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech
- **organizace prostoru a pohybových činností** – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování
- **historie a současnost sportu** – významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta
- **pravidla osvojovaných pohybových činností** – her, závodů, soutěží
- **zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech**
- **měření výkonů a posuzování pohybových dovedností** – měření, evidence, vyhodnocování

Učivo RVP G

ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ

Očekávané výstupy

žák

- ▶ organizuje svůj pohybový režim a využívá v souladu s pohybovými předpoklady, zájmy a zdravotními potřebami vhodné a dostupné pohybové aktivity
- ▶ ověří jednoduchými testy úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové nerovnováhy
- ▶ usiluje o optimální rozvoj své zdatnosti; vybere z nabídky vhodné kondiční programy nebo soubory cviků pro udržení či rozvoj úrovně zdravotně orientované zdatnosti a samostatně je upraví pro vlastní použití
- ▶ vybere z nabídky vhodné soubory vyrovnávacích cvičení zaměřených na kompenzaci jednostranného zatížení, na prevenci a korekci svalové nerovnováhy a samostatně je upraví pro vlastní použití
- ▶ využívá vhodné soubory cvičení pro tělesnou a duševní relaxaci
- ▶ připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení
- ▶ uplatňuje účelné a bezpečné chování při pohybových aktivitách i v neznámém prostředí
- ▶ poskytne první pomoc při sportovních či jiných úrazech i v nestandardních podmínkách

Učivo

- zdravotně orientovaná zdatnost – složky Z0Z; kondiční testy
- svalová nerovnováha – příčiny svalové nerovnováhy; testy svalové nerovnováhy
- zdravotně zaměřená cvičení
- organismus a pohybová zátěž – způsoby zatěžování; kompenzace jednostranné zátěže
- individuální pohybový režim
- hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí
- rizikové faktory ovlivňující bezpečnost pohybových činností – zásady jednání a chování v různém prostředí; úprava pohybových činností podle aktuálních podmínek (možných rizik)
- první pomoc při sportovních úrazech – závažná poranění a život ohrožující stavy; improvizovaná první pomoc v podmínkách sportovních činností

Učivo RVP G

ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ

Očekávané výstupy

žák

- ▶ provádí osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů
- ▶ zvládá základní postupy rozvoje osvojovaných pohybových dovedností a usiluje o své pohybové sebezdokonalení
- ▶ posoudí kvalitu stěžejních částí pohybu, označí zjevné příčiny nedostatků a uplatní konkrétní osvojované postupy vedoucí k potřebné změně
- ▶ respektuje věkové, pohlavní, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly a přizpůsobí svou pohybovou činnost dané skladbě sportujících

Učivo

- **pohybové dovednosti a pohybový výkon**
- **pohybové odlišnosti a handicap** – věkové, pohlavní, výkonnostní
- **průpravná, kondiční, koordinační, tvořivá, estetická a jinak zaměřená cvičení**
- **pohybové hry různého zaměření**
- **gymnastika** – akrobacie; přeskočky a cvičení na nářadí; cvičení s náčiním
- **kondiční a estetické formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem** (určeno především děvčatům – alespoň dvě formy cvičení podle podmínek a zájmu žáků, případně žáků)
- **úpoly** – sebeobrana; základy džudo; aikido; karatedo (základem je sebeobrana, rozsah ostatních činností je stanoven v návaznosti na připravenost vyučujícího a zájem žáků)
- **atletika** – běh na dráze a v terénu (sprinty, vytrvalý běh, štafetový běh); skok do výšky nebo do dálky (podle materiálního vybavení školy); hody, vrh koulí
- **sportovní hry** – herní systémy, herní kombinace a herní činnosti jednotlivce v podmínkách utkání (alespoň ve dvou vybraných sportovních hrách podle podmínek školy a zájmu žáků)
- **turistika a pobyt v přírodě** – příprava turistické akce a pobytu v přírodě; orientace v méně přehledné krajině, orientační běh, příprava a likvidace tábořiště
- **plavání** – zdokonalování osvojených plaveckých technik (další plavecká technika); skoky do vody; branné plavání, dopomoc unavenému plavci, záchrana tonoucího (plavání je zařazováno podle materiálních podmínek školy)
- **lyžování** – běžecké, sjezdové; snowboarding (jednotlivé formy lyžování jsou zařazovány podle aktuálních sněhových podmínek, materiálních podmínek a zájmu žáků)
- **další moderní a netradiční pohybové činnosti** (činnosti jsou zařazovány podle podmínek školy a zájmu žáků)

Učivo RVP G

ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ

Očekávané výstupy

žák

- ▶ užívá s porozuměním tělocvičné názvosloví (gesta, signály, značky) na úrovni cvičence, vedoucího pohybových činností, organizátora soutěží
- ▶ volí a používá pro osvojované pohybové činnosti vhodnou výstroj a výzbroj a správně ji ošetřuje
- ▶ připraví (ve spolupráci s ostatními žáky) třídní či školní turnaj, soutěž, turistickou akci a podílí se na její realizaci
- ▶ respektuje pravidla osvojovaných sportů; rozhoduje (spolurozhoduje) třídní nebo školní utkání, závody, soutěže v osvojovaných sportech
- ▶ respektuje práva a povinnosti vyplývající z různých sportovních rolí – jedná na úrovni dané role; spolupracuje ve prospěch družstva
- ▶ sleduje podle pokynů (i dlouhodobě) pohybové výkony, sportovní výsledky, činnosti související s pohybem a zdravím – zpracuje naměřená data, vyhodnotí je a výsledky různou formou prezentuje
- ▶ aktivně naplňuje olympijské myšlenky jako projev obecné kulturnosti

Učivo

- vzájemná komunikace a spolupráce při pohybových činnostech
- sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita
- pohybové činnosti, sportovní a turistické akce – organizace, propagace, vyhodnocení, dokumentace
- pravidla osvojovaných pohybových činností
- sportovní role
- měřitelné a hodnotitelné údaje související s tělesnou výchovou a sportem
- olympismus v současném světě: jednání fair play – spolupráce ve sportu a pomoc soupeři, pomoc pohybově znevýhodněným, sport pro každého, sport a ochrana přírody, odmítání podpůrných látek neslučitelných s etikou sportu
- úspěchy našeho sportu na pozadí nejdůležitějších historických sportovních událostí

Použité zdroje

FIALOVÁ, Ludmila. *Aktuální témata didaktiky: školní tělesná výchova*. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1854-8.

HAJEROVÁ MÜLLEROVÁ, Lenka a Jan SLAVÍK. *Modelování kurikula*. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická, 2020. ISBN 978-80-261-0903-7.

KNECHT, Petr. Didaktická transformace aneb od „didaktického zjednodušení“ k „didaktické rekonstrukci“. *Orbis scholae*, 2007, roč. 2, č. 1, s. 67 – 81. ISSN 1802-4637.

Rámcové vzdělávací programy pro gymnázia (RVP G*). *Edu.cz* [online]. [cit. 2022-08-09]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavaci-programy-pro-gymnazia-rvp-g/>.

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (RVP ZV). *Edu.cz* [online]. [cit. 2022-08-09]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>.

SKALKOVÁ, Jarmila. *Obecná didaktika: vyučovací proces, učivo a jeho výběr, metody, organizační formy vyučování*. Praha: Grada, 2007. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-1821-7.