

# **10. Diagnostika a hodnocení v tělesné výchově**

Mgr. Jiří Sliacky, Ph.D.

np/nk 4115 Didaktika tělesné výchovy

Katedra tělesné výchovy a společenských věd (EDUC)

Co a jak v tělesné výchově vlastně hodnotíme?

# Předmět hodnocení v TV

- rozvoj tělesných, funkčních a pohybových schopností žáků, zejména úroveň tělesné zdatnosti a pohybové výkonnosti s ohledem na individuální předpoklady žáka
- úroveň osvojení si pohybových dovedností a teoretických vědomostí
- vztah žáka k pohybovým aktivitám a jeho sociální chování v kolektivu v rámci výuky

# Diagnostika v TV a její metody

## 1. Rozvoj tělesných, funkčních a pohybových schopností žáků

- tělesný rozvoj
  - zjišťování úrovně základních antropometrických ukazatelů (výška, váha, BMI...)
  - hodnocení držení těla (např. hodnocení posturálního stereotypu dle Mathiase, hodnocení posturálního stereotypu dle Kleina, Thomase a Mayera...)
  - hodnocení hybných stereotypů
    - protažení svalů s převahou tonických vláken (šíjové svaly, prsní svaly, bederní vzpřimovače, vzpřimovače páteře, bedrokyčlostehenní svaly, svaly na zadní straně stehen, lýtkové svaly)
    - funkční zdatnost svalů s převahou fázických vláken (hluboké ohýbače krku, mezilopatkové svaly, břišní svaly, hýžděové svaly)

# Diagnostika v TV a její metody

## 1. Rozvoj tělesných, pohybových a funkčních schopností žáků

- funkční rozvoj
  - tepová frekvence (měření palpační metodou, sporttesterem, chytrými hodinkami...) a zátěžové testy (např. step test, Ruffierova zkouška...)
  - dechová frekvence
- pohybové schopnosti
  - silové schopnosti
    - statické (dynamometrie, výdrž ve shybu, v přednosu...)
    - dynamické (vzpor ležmo – klik opakovaně, shyb opakovaně, výskok odrazem snožmo, skok z místa do dálky, hod plným míčem obouruč za hlavou...)

# Diagnostika v TV a její metody

## 1. Rozvoj tělesných, pohybových a funkčních schopností žáků

- pohybové schopnosti
  - rychlostní schopnosti
    - akční rychlost (člunkový běh, sprint s pevným startem, slalomový běh – překážková dráha...)
    - reakční rychlost (reakce na zrakový, zvukový nebo taktilní podnět, např. starty z různých poloh, zachycení padajícího předmětu – gymnastické tyče...)
  - obratnostní schopnosti (diferenciační, orientační, reakční, rytmická, rovnováhová, sdružování, přestavby) – bubnování, tleskání (rytmická), chůze po kladině, váha předklonmo (rovnováhová)...

# Diagnostika v TV a její metody

## 1. Rozvoj tělesných, pohybových a funkčních schopností žáků

- pohybové schopnosti
  - vytrvalostní schopnosti (Cooperův test, vytrvalostní člunkový běh...)
  - flexibilita – viz testy hodnocení hybných stereotypů

# Diagnostika v TV a její metody

## 2. Úroveň pohybových dovedností a teoretických vědomostí

- základní znaky pohybové dovednosti
  - přesnost a preciznost provedení
  - rychlost provedení
  - ekonomičnost (efektivita) provedení
  - styl provedení
- odborné posuzování s využitím kritérií a hodnotících (posuzovacích) škál
- využívání testů speciální pohybové výkonnosti (např. skok do dálky, střelba na koš, odbíjení obouruč zdola o stěnu...)



# Diagnostika v TV a její metody

## 2. Úroveň pohybových dovedností a teoretických vědomostí

- pozorování a posuzování reálného používání vědomostí v samotné tělovýchovné praxi (např. odborné terminologie, terminologie her a cvičení...)
- rozhovor
- problémové úkoly
- případně vědomostními testy

# Diagnostika v TV a její metody

## 3. Vztah k pohybovým aktivitám, sociální chování v kolektivu

- pozorování při samotné činnosti (angažovanost, aktivita, snaha, samostatnost, tvořivost, spolupráce s ostatními, naplňování zásad fair-play...)
- analýza zapojení žáka do pohybových a tělovýchovných aktivit školy mimo výuku (např. účast na reprezentačních sportovních akcích, zapojení do organizace sportovních akcí pro ostatní žáky, jako třeba školní turnaj, aktivní účast v celoroční pohybové aktivitě pořádané v rámci TV...)
- analýza písemných podkladů žáka (např. tréninkový deník, deník sportovních aktivit, reflexe sportovních aktivit za určité období...)
- přihlídnutí k docházce a naplňování formálních požadavků (převlečení, přezutí, bezpečnost)

# Hodnocení v TV

Jak mám k hodnocení přistoupit, aby moje hodnocení ukazovalo žákům cestu?

# Význam cíle pro hodnocení

Pouze explicitně formulovaný cíl pomáhá učiteli zajistit soulad mezi tím co vyučuje a tím co hodnotí!

*Žák ovládá akrobatický prvek stoj na rukou.*

*Žák technicky správně předvede stoj na rukou se záchranou.*

# Hodnocení v TV

- 1. Rozvoj tělesných, pohybových a funkčních schopností žáků**
  - u standardizovaných testů probíhá hodnocení podle popisu (nejčastější je vyhodnocení prostřednictvím hodnotící tabulky s výkony)
  - u nestandardizovaných testů si učitel zpravidla vytváří vlastní „hodnotící tabulku“, založenou na zkušenostech či předchozích výkonech žáků
  - zpětná vazba s doporučením pro zlepšení
  - využití klasifikace v této oblasti je pochopitelně možné (např. udělení známky podle uběhnuté vzdálenosti při Cooperově testu), ale z pohledu funkcí hodnocení je to spíše kontraproduktivní

# Hodnocení v TV

- 2. Úroveň pohybových dovedností a teoretických vědomostí**
- hodnocení je vhodné zaměřit nejen na výsledek, ale také na samotný proces učení
- kritériální hodnocení
- zpětná vazba s doporučením pro zlepšení a optimalizaci
- klasifikaci je vhodné opírat rovněž o kritériální hodnocení

# Kriteriální hodnocení

*Žák technicky správně předvede stoj na rukou se záchranou.*

## Kritéria jako „checklisty“

- ✓ aktivní využití švihové nohy
- ✓ pohyb nohou zastaven o oporu
- ✓ zpevnění těla
  - ✓ bederní oblast bez nadměrného prohnutí
  - ✓ ruce vytaženy z ramen, lokty prople
  - ✓ hlava není zakloněna ani předkloněna

## Kritéria jako sady s indikátory

- **vynikající provedení** – přechod do stoje je plynulý s aktivním využitím švihové nohy, pohyb je zastaven po kontaktu s oporou, tělo je komplexně zpevněné, bedra bez prohnutí, ruce vytaženy z ramen, hlava v prodloužení trupu
- **velmi dobré provedení** – přechod do stoje je plynulý s aktivním využitím švihové nohy, pohyb je zastaven po kontaktu s oporou, tělo je zpevněné, ale jsou patrné nedokonalosti, zvláště prohnutí v bederní oblasti, nebo zatažená ramena, či zakloněná, předkloněná hlava
- **slabé provedení** – přechod do stoje není plynulý, je potřeba opakování, švihová noha je minimálně využívána, po kontaktu s oporou je tendence přepadávat, tělo nezpevněné, objevují se výrazné chyby především v prohnutí beder, zatažení ramen a záklonu či předklonu hlavy

# Hodnocení v TV

## 3. Vztah k pohybovým aktivitám, sociální chování v kolektivu

- slovní hodnocení
- pro tuto oblast je klíčové, aby hodnocení bylo průběžné
- při hodnocení pozor na nepřiměřeně navýšený objem pozitivní zpětné vazby pro žáky s přirozeným zájmem o pohybové a sportovní aktivity (snažit se proporcionálně rozložit oceňování i směrem k žákům, kteří nejsou k pohybu tolik motivovaní)
- klasifikace se v této oblasti často využívá v podobě známky „za snahu“, „za (zvýšenou) aktivitu“, „za (dobrý) přístup“ ...
- je ale potřeba pamatovat na to, aby byl stále zajištěn rovný přístup ke klasifikaci pro všechny



# Další doporučení k hodnocení v TV

- minimalizovat srovnávání žáků mezi sebou
- ocenit to, co se žákovi povedlo, snahu, nasazení...
- v případě negativního hodnocení se snažit povzbudit
- afektivní cíle raději neklasifikovat (stejně jako kázeňské problémy by neměly být zohledňovány v klasifikaci)
- zohledňovat specifika ve vývoji a rozvoji jednotlivých žáků (nejde jen o oficiální doporučení ŠPZ, ale i o skutečné zohlednění toho, na co žák reálně má a na co již nikoliv)

# Sebehodnocení žáka v TV

- proces, při němž **sám žák rozpozná**, zda dosáhl stanoveného cíle a co mu k tomu pomohlo
- **reflexe** kvality vlastní práce, **identifikace** svých silných a slabých stránek
- nositelem hodnotící aktivity je žák, učitel nabízí žákovi **hodnotící kritéria**
- žákova reflexe má vést k **metareflexi** – žák odhalí nejen kde chybu udělal, ale i proč k chybě došlo
- učitelova metareflexe – sleduje myšlenkové pochody žáka, chápe proč žák chyboval a umí mu poradit jak v učebním činnosti postupovat dále
- **cílem sebehodnocení** tedy není jen „jak svoji práci hodnotím“, ale také „proč ji takto hodnotím“
- proto by mělo být sebehodnocení **systematickou a plánovanou činností**, která bude běžnou součástí vzdělávání

(Starý, Laufková, 2016, s. 34 – 35)

# Použité zdroje

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

HRABINEC, Jiří. *Tělesná výchova na 2. stupni základní školy*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3625-2.

RYCHTECKÝ, Antonín a Ludmila FIALOVÁ. *Didaktika školní tělesné výchovy*. 2. přeprac. vyd. Praha: Karolinum, 1998. ISBN 80-7184-659-7.

STARÝ, Karel a Veronika LAUFKOVÁ. *Formativní hodnocení ve výuce*. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1001-6.