



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

**Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích**

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy a sportu

Bakalářská práce

**Zjištění vztahu k tělesné výchově a sportu  
u vybraného vzorku žáků na druhém  
stupni ZŠ v Jihlavě**

Vypracoval: Alena Mísařová

Vedoucí práce: PaedDr. Gustav Bago, Ph.D.

České Budějovice, 2017



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

**University of South Bohemia in České Budějovice**

Faculty of Education

Department of Sports Studies

Graduation theses

**The finding of the relation of the selected  
sample of the upper primary school  
students to the physical education and  
sport**

Author: Alena Mísařová

Supervisor: PaedDr. Gustav Bago, Ph.D.

České Budějovice, 2017

## **Bibliografická identifikace**

**Název bakalářské práce:** Zjištění vztahu k tělesné výchově a sportu u vybraného vzorku žáků na druhém stupni ZŠ v Jihlavě

**Jméno a příjmení autora:** Alena Mísařová

**Studijní obor:** PŘu-TVZu-SZu

**Pracoviště:** Katedra tělesné výchovy a sportu PF JU

**Vedoucí bakalářské práce:** PaedDr. Gustav Bago, Ph.D.

**Rok obhajoby bakalářské práce:** 2017

### **Abstrakt:**

Cílem bakalářské práce bylo zjištění vztahu k tělesné výchově a sportu u vybraného vzorku žáků na druhém stupni základních škol v Jihlavě. Celkově se výzkumu zúčastnilo 336 žáků druhého stupně vybraných základních škol v Jihlavě. Výzkum byl uskutečněn na čtyřech základních školách v Jihlavě. Na ZŠ Evžena Rošického, ZŠ Seifertova, ZŠ Otakara Březiny a ZŠ Kollárova. Kritériem záměrného výběru bylo sportovní a nesportovní zaměření škol a přibližně stejná velikost škol. Základní školy E. Rošického a Seifertova byly vybrány vzhledem k tomu, že jsou jediné sportovně zaměřené základní školy v Jihlavě. Základní školy Otakara Březiny a Kollárova byly vybrány na základě přibližně stejného počtu žáků, jako mají sportovní základní školy. K získání vstupních hodnot byl použit standardizovaný dotazník (Sivák et al., 2000). Návratnost dotazníku byla 100% díky spolupráci škol a naší osobní přítomnosti při výzkumu. Výsledky byly zpracovány do přehledných tabulek a grafů. Výsledky výzkumu nám ukazují, že žáci 6. ročníku mají spíše kladný postoj a žáci 9. ročníků mají postoj spíše neutrální. Kladný vztah k tělesné výchově a sportu převažuje u chlapců. Dále se prokázalo, že sportovní třídy mají pozitivnější vztah, než třídy bez sportovního zaměření. Z celkových výsledků vyplývá, že převažuje pozitivní postoj žáků k tělesné výchově a sportu.

**Klíčová slova:** tělesná výchova, sport, standardizovaný dotazník, žáci, základní školy

## **Bibliographical identification**

**Title of the graduation thesis:**

**Author's first name and surname:** Alena Mísařová

**Field of study:** Secondary school teaching, Biology – Physical Education

**Department:** Department of Sports studies

**Supervisor:** PaedDr. Gustav Bago, Ph.D.

**The year of presentation:** 2017

### **Abstract:**

The goal of the bachelor thesis was to find what relation has the selected sample of the upper primary students of the primary schools in Jihlava to the physical education and the sport. Altogether 336 upper primary students of the selected primary schools in Jihlava took part in the research. The research was done at the four primary schools in Jihlava, specifically at the ZŠ Evžena Rošického, the ZŠ Seifertova, the ZŠ Otokara Březiny and the ZŠ Kollárova. The sport or the unsport specialization of the each primary school was the criterion of the selection, also the approximately same size of the schools was important. The ZŠ E. Rošického and the ZŠ Seifertova were selected because of the fact that they are the only one sport-specialized schools in Jihlava. The selection of the ZŠ Otokara Březiny and the ZŠ Kollárova was based on the fact, that these two schools have approximately the same number of the students in the proportion to the sport-specialized schools in Jihlava. The standardized questionnaire (Sivák et al., 2000) was used to obtain the input values. The cooperation of the schools and our personal presence during the research was the cause of the 100% return of the questionnaire. The results were processed into the transparent tables and graphs. The results of the research indicates, that the position of the students of the 6th grade is more likely positive and the position of the students of the 9th grade is more likely neutral. The positive position prevail upon a boys. It was also proved that the sport-specialized classes have more positive position than the non-specialized classes. The final results shows that the positive position of the students to the physical education and the sport prevail.

**Keywords:** physical education, sport, standardized questionnaire, students, elementary schools

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji kvalifikační práci jsem vypracoval/a samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své kvalifikační práce, a to v nezkrácené podobě - v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných ... fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum

Podpis studenta

### **Poděkování:**

Ráda bych tímto poděkovala panu PaedDr. Gustavu Bagovi, Ph.D., za metodické vedení a odborné konzultace, které mi poskytl při zpracování mé bakalářské práce.

## Obsah

1 Úvod .....	8
2 Přehled poznatků .....	9
2.1 Tělesná výchova a sport .....	9
2.1.1 Charakteristika tělesné výchovy .....	9
2.1.2 Charakteristika sportu .....	10
2.1.3 Vývoj tělesné kultury .....	10
2.2 Školní tělesná výchova .....	17
2.2.1 Cíle a úkoly školní tělesné výchovy .....	17
2.2.2 Didaktika tělesné výchovy .....	18
2.2.3 Struktura vyučovací hodiny tělesné výchovy .....	20
2.2.4 Charakteristika učebních osnov tělesné výchovy pro druhý stupeň .....	21
2.2.5 Bezpečnost ve školní tělesné výchově .....	23
2.3 Střední školní věk .....	24
2.3.1 Ontogenetické aspekty motorického učení .....	24
2.3.2 Pohybové schopnosti a jejich rozvoj .....	26
3 Cíle, úkoly a výzkumné otázky práce .....	29
3.1 Cíle práce .....	29
3.2 Úkoly práce .....	29
3.3 Výzkumné otázky .....	29
4 Metodologie .....	30
4.1 Charakteristika zkoumaného souboru .....	30
4.2 Metodika získávání údajů .....	31
4.3 Metody zpracování údajů .....	31
5 Výsledky .....	33
6 Diskuze .....	55
7 Závěr .....	58
Referenční seznam .....	59
Seznam příloh .....	60

# 1 Úvod

V současné době se ztrácí nadšení žáků pro tělesnou výchovu a sport. Právě kvůli upadajícímu zájmu o tento předmět mi přišlo zajímavé vytvořit bakalářskou práci, ve které budu zjišťovat vztah dětí k tělesné výchově a sportu na základních školách. Hlavním cílem tělesné výchovy ve školách je vytvořit u dětí celoživotně pozitivní vztah k pohybovým aktivitám.

K zjištění vstupních hodnot byl použit standardizovaný dotazník (Sivák et al., 2000). Naší cílovou skupinou byla věková kategorie žáků druhého stupně, a to z důvodu mého studijního zaměření. Výzkum jsme uskutečnili v Jihlavě na čtyřech základních školách. V tomto městě se nachází školy se sportovním i nespportovním zaměřením. Ve výzkumu jsme se zabývali porovnáním výsledků dvou běžných základních škol a dvou základních škol, které jsou sportovně zaměřeny. V jedné ze sportovních škol je výuka orientovaná na plavání a druhá na hokej. Dalším kritériem porovnání byl zájem o tělesnou výchovu mezi chlapci a děvčaty a zároveň porovnáním vztahu žáků z šestých a devátých ročníků.

Práce je rozdělena do dvou hlavních částí – teoretické a praktické. Na začátku teoretické části se zabýváme charakteristikou tělesné výchovy a sportu a vývojem tělesné kultury. V této části se dále věnujeme rozboru školní tělesné výchovy z hlediska vzdělávacího předmětu. V závěru teoretické části charakterizujeme věkové období z hlediska ontogenetického aspektu motorického učení a pohybových schopností žáků druhého stupně. Praktická část obsahuje cíle, úkoly, výzkumné otázky, metodiku a výsledky výzkumu. Výsledky každé třídy jsou vyhodnoceny v samostatném grafu a tabulce. Pod grafy jsou vypracována krátká slovní vyhodnocení.



## 2 Přehled poznatků

### 2.1 Tělesná výchova a sport

Tělesná výchova a sport jsou nezastupitelnou složkou v obecné výchově, lidské kultuře a ve školním systému. Ve výchovně vzdělávacích systémech slouží kompenzační protiváhou k výchově rozumové, estetické, pracovní a mravní. U žáků přispívá k harmonizaci a komplexnosti (Fialová & Rychtecký, 2004).

#### 2.1.1 Charakteristika tělesné výchovy

*„Tělesná výchova je charakterizována jako cílevědomá výchova a vzdělávací činnost působící na tělesný a pohybový vývoj člověka, upevňující jeho zdraví, zvyšování tělesné zdatnosti a pohybové výkonnosti a utváření vztahu k pohybové aktivitě. Mezi hlavní úkoly tělesné výchovy patří osvojování, zdokonalování a upevňování pohybových návyků a dovedností, rozvíjení kondičních a koordinačních pohybových schopností. Další důležitý úkol je vytvářet trvalý vztah k pohybové aktivitě. Do základní struktury tělesné výchovy patří základní tělesná výchova, rekreační tělesná výchova, zdravotní tělesná výchova, někdy se zde zařazuje i specializovaná tělesná výchova.“ (Vilímová, 2009, 12)*

Základní tělesná výchova je určená pro každého jednotlivce a zaměřuje se na optimální tělesný rozvoj, pohybový vývoj a získání základního tělovýchovného vzdělání. Rekreační tělesná výchova slouží především k aktivnímu odpočinku, zábavě a potěšení z pohybové aktivity. Přispívá k udržení optimální tělesné zdatnosti a pohybové výkonnosti. Zdravotní tělesná výchova má zejména vliv na odstraňování zdravotních nedostatků nebo je snižovat. Specializovaná tělesná výchova využívá prostředků jednotlivých druhů sportu na plnění cílů tělesné výchovy. Uskutečňuje se v různých tělovýchovných a sportovních kroužcích (Vilímová, 2009).

### **2.1.2 Charakteristika sportu**

*„Sport je společenský jev, jehož jádrem jsou historicky vzniklá a rozvinutá sportovní odvětví, reprezentovaná konkrétními sportovními činnostmi. Dlouhodobá, cílevědomá a plánovitá příprava spolu se systémem soutěžení jsou základními součástmi sportu, v nichž probíhá proces tvorby a zprostředkování hodnot sportu. Prostřednictvím těchto procesů se uskutečňují společenské vztahy mezi jedinci, sociálními skupinami a společnostmi.“ (Choutka, 1988, 7)*

Sport byl ve své podstatě vždy pouze hrou, zábavou, tedy činností prováděnou ve volném čase. Postupem času se však vyvinul v typickou společenskou činnost. Sport vždy vyjadřoval jistý životní názor, např. hra v duchu fair play a společenské normy, které se staly určitým životním stylem lidí zabývajícím se sportem. Sport je výjimečný v tom, že dokáže potlačovat do pozadí rozdíly politické, národnostní, náboženské, rasové a vyzdvihuje mírové hodnoty soužití a soutěžení. Popularita sportu ve světě neustále narůstá. Lidé ve sportu nacházejí stále více uspokojování svých potřeb a zájmů, díky tomu stoupá jeho přínos v sociálním a kulturním životě společnosti (Choutka, 1988).

### **2.1.3 Vývoj tělesné kultury**

V dávné minulosti byl člověk nedílnou součástí přírody. Hlavním problémem bylo přežít, udržet rod. Zpočátku pro lidi byla hlavní pracovní činnost sběr potravy a později lov zvěře. Tyto činnosti rozvíjeli základní pohyby člověka mezi, které patří chůze, běh, skoky, lezení, plavání a šplhání. Později si lidé vyráběli různé nástroje, které jim zejména při lovu pomáhaly. Každá výroba nového nástroje byla spojena s naukou nové pohybové činnosti. Tedy docházelo k rozvoji pohybových schopností, jako jsou házení, vrhání, chytání, pálkování, jízda na zvířatech atd. Lovecká činnost se stala hlavním prostředkem tělesného rozvoje člověka (Kössl, Štumbauer & Waic, 1999).

Můžeme říci, že tělesná výchova vznikla jako proces učení mládeže staršími členy rodu. Učili je používat primitivní nástroje, jak se bránit před dravou zvěří, jak ulovit zvěř a jak bojovat s jinými lidmi (Berdychová et al., 1978).

V průběhu dalších tisíciletí lidská společnost přecházela ke společnosti otrokářské. V této době příslušníci vládnoucí třídy nepracovali, ale soustřeďovali se na bojovou činnost a na její přípravu, aby mohli udržovat svou moc. Prováděli různé druhy vojenských a tělesných cvičení jako jsou např. střelba prakem, lukostřelba, zápas, metání kopím, jízdu na zvířatech apod. V této době tělesná výchova byla zaměřená hlavně vykořisťovatelským způsobem, ale najdeme i výjimky jako čínský systém kong-fu (Berdychová et al., 1978).

Kong-fu je systém léčebné a zdravotní gymnastiky, který byl vytvořen v roce 2 689 př.n.l. císařem Chuang-ti. Patří k nejstarší soustavě tělesné výchovy (Kössl, Štumbauer & Waic, 1999).

Ve většině antických řeckých států se uplatnil princip osobní a politické svobody plnoprávných občanů, kteří měli právo ale i povinnost se plně zapojit do řízení společnosti. To bylo předpokladem jejich vysoké vzdělanosti, kulturního a politického přehledu, tedy existenci soustavné přípravy a propracovaného výchovného systému. V antickém Řecku se vytvořily dva základní výchovné systémy, systém spartský a aténský. Oba systémy byly determinovány ekonomickými a politickými základy, na nichž byly oba státy vybudovány (Kössl, Štumbauer & Waic, 1999).

Tělesná příprava ve Spartě měla vojenský charakter. Tělesná výchova, která byla základem pro vojenský výcvik, byla nutná pro válečná tažení a pro potlačování povstání otroků. Výchova ve Spartě byla stejná pro chlapce i dívky. Hned po narození byly děti prohlíženy a slabé utráceny. Postupem času se nároky na tělesnou přípravu zvyšovaly a byly u chlapců přípravou na vojenskou službu, u dívek na práci v rodině. Tvrdost spartského systému byla ovlivněna politicko-hospodářským systémem, který potřeboval velké množství otroků, kteří početně několikrát převyšovali svobodné Sparty (Švec, 1996).

Oproti Spartě nebyla výchova v Aténách státní, ale soukromá, pouze pro chlapce. Byl zde vytvořen dosud neznámý a ucelený systém výchovy. Jejich ideál představoval harmonický rozvoj všech tělesných a duševních schopností, která se nazývá kalokagathia. Zdravé a krásné tělo bylo pro ně sídlem zdravého a ušlechtilého ducha (Švec, 1996).

Vrcholem řecké tělesné výchovy byly olympijské hry, které se staly pojítkem mezi všemi řeckými státy, a v době jejich konání se neválčilo. Byly přístupny pouze

svobodným řeckým občanům a otroci, ženy a cizinci se her účastnit nemohli. Zde závodníci soutěžili v běhu, zápase, v pětiboji, v běhu se zbraní, v jízdě na koních, v jízdě vozů atd. Také patřily k největším politickým a kulturním událostem starověkého Řecka (Berdychová et al., 1978).

Ve starověkém Římě byla situace podobná jako ve starověkém Řecku. Tělesná příprava byla soustředěná zejména k boji. Římská tělesná kultura byla spíše podobná spartské než athénské, ale nedosáhla řecké duchovní úrovně. Kladli velký důraz na plavání a také pořádali četné hry. Římská říše byla největší starověký otrokářský stát s dokonalou organizací a zákony (Berdychová et al., 1978).

Antická kultura, tedy řecká a římská vzdělanost, vyzvedla úroveň tělesné kultury. Bohužel v době císařského Říma se tělesná cvičení staly atrakcí pro obecnost a olympijské hry byly nahrazeny hrami gladiátorskými (Berdychová et al., 1978).

Ve 3. až 7. století našeho letopočtu byl otrokářský způsob nahrazen feudálním způsobem vykořisťování. Touto dobou se v Evropě ustálilo křesťanství. Pouze středověké vojsko – *rytířstvo*, rozvíjelo fyzickou zdatnost a tím tělesnou kulturu. Základem rytířské výchovy bylo sedm rytířských ctností, mezi ně patří jízda na koni, lov, střelba, plavání, zápas, hra v dámu, neboli šachy a umění veršovat, při kterém měli hudební doprovod. Měšťanstvo přejímalo některé upravené prvky z rytířské výchovy (Švec, 1996).

Ve 14. a 15. století vznikly nové filozofické a pedagogické směry, které souhrnně nazýváme jako humanismu a renesance. Humanismus byl směr, který se myšlenkovým názorem vracel do antické kultury. Humanisté se snažili o harmonickou výchovu tedy o spojení výchovy těla a ducha (Berdychová et al., 1978).

Vrcholem humanistického a pedagogického úsilí bylo dílo Jana Amose Komenského. Komenský velice čerpal z antického myšlení a pokládal za důležité tělesné zdraví, které pro něj bylo podmínkou zdárné školní výchovy. Komenský byl první pedagog, který začlenil tělesnou výchovu do školního procesu. Doporučoval správnou životosprávu, vydatnou stravu, cvičení, hry, střídání práce a odpočinku. Komenský nenapsal samostatný spis, který by věnoval pouze tělesné výchově, ale téměř ve všech svých dílech se o její důležitosti zmiňoval (Berdychová, 1991).

Tento vývoj ke zdravějšímu stylu života zbrzdila třicetiletá válka v Evropě. Poté došlo ke vzniku filozofického a kulturního hnutí zvaného osvícenství. Hlavní

představitelé osvětenství John Locke a Jean Jacques Rousseau postavili tělesnou výchovu na první místo ve své pedagogické teorii (Berdychová et al., 1978).

Koncem 18. a počátkem 19. století se vlivem odlišných politicky-hospodářských situacím v Evropě vyvinuly tři výchovné systémy. Mezi, které patří anglický sport, německý turnérský tělocvik a švédský zdravotní tělocvik (Švec, 1996).

Anglický sport se rozvíjel především na středních školách, kde byly zakládány sportovní týmy. Později došlo k rozvoji i na universitách. Mezi hlavní propagátory sportovního anglického systému patří Tomáš Arnold a Herbert Spencer. Tomáš Arnold byl pedagog, který probouzel ve studentech zájem o hry, jako jsou kriket, fotbal, rugby, veslování, boxing a atletiku. Také poukazoval na jejich důležitost ve výchově tzv. fair play (Švec, 1996).

Tvůrci kontinentálního systému německého tělocviku jsou Friedrich Ludwig Jahn a Ernest Wilhelm Eiselen. Zpočátku cvičili přirozeným způsobem, ale později cvičení bylo prováděno na tělocvičném nářadí, uskutečňované v uzavřené tělocvičně. Cvičilo se např. na hrazdě, koni, bradlech apod. Časem tento způsob cvičení převládal nad cvičením přirozeným a stal se náplní německého spolkového turnérského hnutí (Berdychová et al., 1978).

Zakladatelem švédského systému tělesné výchovy je Pär Henrik Ling, který vypracoval tělocvičnou soustavu na základě anatomických a přírodovědných poznatků. Zdůrazňoval jednoduchost, harmoničnost a důsledné procvičování celého těla. Ling využíval nové druhy nářadí a náčiní, jako např. ribstoly, lavičky, průlezký, kladiny, bedny, stoly, kužele, malé činky, stuhy, obruče apod. (Kössl, Štumbauer & Waic, 1999).

Ve Francii došlo k vzniku přirozené metody francouzské, která vznikla pedagogy a fyziology. George Demény byl kritikem švédského systému a požadoval, aby tělesná výchova byla založena na pohybu a skladbě pohybů, na dynamice a syntéze práce. Rozlišoval vhodnost tělesných cvičení podle pohlaví. Georges Hébert odmítal umělé cvičení, proto sestavil osm cvičebních odvětví: běh, chůze, skok, šplh, zvedání, házení, úpoly a plavání. Georges Racine kladl důraz na správné dýchání v souladu s rytmem cvičení (Švec, 1996).

Koncem 19. století byl prudký rozvoj sportovního hnutí a důsledkem toho vznikaly první mezinárodní sportovní organizace. O vzkříšení olympijských her se zasloužil zakladatel novodobého olympijského hnutí francouzský baron Pierre De Coubertin.

První obnovené olympijské hry se konaly v Aténách roku 1896. Další hry se vždy pořádaly po čtyřech letech a od roku 1924 se také konají zimní olympijské hry (Berdychová et al., 1978).

Počátkem 20. století se objevily snahy vrátit se k přírodě jako prostředku morální nápravy civilizované společnosti. Ve spojených státech severoamerických Ernest Thompson Seton propagoval zálesácké hnutí, které spočívalo v tom, že členové v organizaci Woodcraft Indiáns chtěli žít v divoké přírodě jako Indiáni. Robert Baden-Powel využil Setonových myšlenek a vytvořil skauting v Anglii roku 1908. Začátkem století se rozvíjely i jiné odvětví tělesné kultury, například tělesná kultura žen, kde došlo k rozvoji rytmiky a tance. K vývoji tělesné kultury také přispěl Emil Jacques Dalcroze tím, že spojil pohybovou výchovu s hudbou (Berdychová et al., 1978).

Na Karlu Marxovi a Bedřichu Engelsovi vyrůstaly vědecké základy tělesné výchovy. Marx a Engels pokládali tělesnou výchovu za neodlučitelnou součást všestranné výchovy, jejíž opravdové uskutečnění je možné v příští komunistické společnosti. Pod vedením komunistické strany došlo k širokému rozvoji tělesné kultury. V armádě se tělesná výchova spolu s politickou přípravou staly povinnou součástí bojové přípravy. V tomto období se postupně vyvinul sovětský systém tělesné výchovy. Jeho základ ideálů je položen v marxiscko-leninském učení, který se zabývá všestrannou výchovou budovatelů a obránců socialismu. Tělesná výchova se stala neodlučitelnou součástí výchovy sovětských lidí (Berdychová et al., 1978).

Kapitalistická část Evropy se snažila co nejrychleji odstranit následky první světové války. Díky tomu docházelo k reformám v systému tělesné výchovy. O velkou reformu školní tělesné výchovy se zasloužili rakouští pedagogové Karl Gaulhofer a dr. Margarete Streicherová. Společně vypracovali tzv. novorakouskou metodu, která měla za úkol vést mládež k tělesné zdatnosti, ke zdraví, kráse a k slušnému chování (Berdychová et al., 1978).

V době před založením Sokola již v Praze existovaly soukromé tělocvičné ústavy, ve kterých se cvičilo podle systému Jahna a Eiselena. Základy sokolského hnutí byly položeny prací dr. Miroslava Tyrše a Jindřicha Fugnera. Tělocvičná jednotka pražská, byla ustanovena 16. února 1862. Později se název změnil na Sokol. Původní pozdrav zněl „Zdař Bůh“, který byl nahrazen pozdravem „Nazdar“. Jejich znak obsahoval sokola, který držel ve svých pařátech činku a heslo „Tužme se“. Došlo k rozvoji sokolských jednot,

které se zakládaly i mimo Prahu. Tyrš působil v Sokolu jako náčelník, utvořil sbor cvičitelů, ale i sám vedl cvičení. Tyrš vytvořil a redigoval časopis Sokol. Roku 1897 Sokol vstoupil do svazu evropských tělocvičných spolků. Došlo k ovlivnění tělesné výchovy ve školách, protože se cvičilo podle Tyršovy soustavy (Švec, 1996).

V roce 1892 vzniklo několik dělnických tělocvičných spolků na Brněnsku. Vytvoření dělnického tělocviku je u nás spojeno se vznikem politické strany sociální demokracie. Dělničtí tělocvikáři se organizovali samostatně a spolky zakládaly pod jménem Dělnické tělocvičné jednoty. Svaz dělnických tělocvičných jednot byl jako organizace ustanoven roku 1903. Později roku 1905 začal vycházet časopis Tělocvičný ruch. Po první světové válce dochází k rozkolu a vzniká Federace dělnických tělocvičných jednot (Švec, 1996).

Katoličtí sportovci zakládali lokální katolické tělocvičné spolky a roku 1909 došlo k jejich sloučení a dostaly společný název Orel, ve kterém se cvičilo podle Tyršovy tělocvičné soustavy. Tento spolek také vydával od roku 1910 vlastní časopis Orel.

Na území republiky působily spolky jako YMCA a YWCA, což jsou křesťanské společenství mladých mužů a žen. Dále u nás byl např. Klub českých turistů, který vznikl roku 1888 v Praze. Proniklo k nám před první světovou válkou skautské hnutí a roku 1914 vznikla v Čechách samostatná organizace Junák – český skaut (Švec, 1996).

Ekonomické a politické rozpory mezi kapitalistickými státy vyvrcholily roku 1914 v první světovou válku. Občanská svoboda byla zrušena, zavedla se přísná cenzura a byla omezena společenská činnost. Roku 1915 byla rozpuštěna Česká obec sokolská a během války většina tělovýchovných spolků zanikla. Po Velké říjnové revoluci se 28. října 1918 vytvořila Československá republika. Největší rozšíření a vliv měl Sokol, který byl proti kapitalistickému režimu (Berdychová et al., 1978).

Školní tělesná výchova v ČSR byla řízena ministerstvem školství a národní osvěty (MŠANO) a v roce 1920 se ustanovil Poradní sbor tělesné výchovy. V jeho čele stál MUDr. Karel Weigner, který později roku 1926 byl zvolen ředitelem Českého vzdělávacího kursu pro učitelství tělesné výchovy na středních školách a učitelských ústavech při lékařské fakultě KU. Od roku 1922 byla uzákoněna osmiletá povinná školní docházka. Na základních školách se cvičilo podle Tyršových osnov, ale na středních školách podle osnov předválečných. Roku 1933-34 došlo k zmodernizování osnov, které obsahovaly

více přirozených cvičení, her, rytmického tělocviku a více pobytu v přírodě v podobě různých kurzů. Také docházelo k rozvoji mimoškolní tělesné výchovy (Švec, 1996).

Byly zavedeny státní tělovýchovné kursy pro učitele tělocviku na obecných a měšťanských školách. V Praze a Brně byly vzdělávací kursy, na kterých se připravovali učitelé pro střední školy. Od roku 1930 uchazeči museli splnit přijímací zkoušky. Roku 1939 byly vysoké školy uzavřeny německými okupanty (Švec, 1996).

Po skončení druhé světové války byla opět otevřena tělesná výchova na vysokých školách a zavedená povinná tělesná výchova do odborných škol. Roku 1946 bylo zákonem o pedagogických fakultách zajištěno vysokoškolské vzdělání všech učitelů a zlepšila se příprava učitelů tělesné výchovy. Pedagogické fakulty byly na univerzitách v Praze, Brně, Olomouci, Bratislavě a jejich pobočky v Plzni, Českých Budějovicích, Bánské Bystrici a Košicích. Roku 1949 vyšel zákon o státní péči o tělesnou výchovu a sport, který byl stanoven zřízením Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Ovšem tento orgán nebyl funkční a prakticky tělesnou kulturu řídil Státní úřad pro tělesnou výchovu a sport. Na vysokých školách byly zřízeny ústavy pro tělesnou výchovu, které byly roku 1952 změněny na katedry tělesné výchovy. Roku 1966 se utvořila Fakulta tělesné výchovy a sportu v Praze. Na školách se začalo učit podle jednotných osnov tělesné výchovy v roce 1960. Tyto osnovy byly roku 1974 a 1976 nahrazeny novými osnovy pro výuku tělesné výchovy na obou stupních škol a také byly zřízeny sportovní třídy i školy se zaměřením na výchovu sportovně talentované mládeže (Švec, 1996).

Po rozdělení Československa roku 1989, se v Česku o školní tělesnou výchovu staralo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Docházelo k demokratickým proměnám a obnovila se činnost Československé obce sokolské, Orla a vznikaly nové asociace sportu pro všechny (Švec, 1996).



## **2.2 Školní tělesná výchova**

### **2.2.1 Cíle a úkoly školní tělesné výchovy**

Cíl můžeme charakterizovat jako metu, ke které spějeme určitou činností. Je to něco čeho chceme dosáhnout. Základem k dosažení cíle je kladná motivace. Úkol můžeme charakterizovat jako konkrétní požadavek, který je prostředkem pro dosažení stanoveného cíle. Úkol je většinou zadáván učitelem (Mužík & Krejčí, 1997).

Tělesná výchova je nedílnou součástí obecné výchovy dítěte. Je pět základních složek výchovy: mravní, rozumová, estetická, polytechnická a tělesná. Tyto složky se navzájem prolínají, nepůsobí každá samostatně (Melka, 1985).

Cíle školní tělesné výchovy můžeme rozdělit na cíle psychomotorické, kognitivní a afektivní. Za psychomotorický cíl považujeme, když žáci dokáží prokázat pohybovou způsobilost v řadě pohybových činností prováděných jednotlivě nebo ve skupinách. Kognitivním cílem je, když žáci dovedou vytvářet osobní programy denního režimu, které jsou založené na zdravém způsobu života a odpovídající regeneraci. Též chápou obsah pojmu zdravotně orientovaná zdatnost a zdravotní přínos pravidelné pohybové činnosti. Dokáží využít osvojené pohybové dovednosti pro bezpečnou a efektivní pohybovou činnost a mají dobrou orientaci a znalosti ve zvolené sportovní aktivitě. Afektivní cíl znamená, že žáci projevují při pohybové činnosti prožitek, sebevědomí a tvořivost. Chápou individuální rozdíl mezi jednotlivci. Oceňují přínos vztahů, které mohou být utvářeny a prohlubovány při pohybové činnosti. Projevují pozitivní soutěživost, osobní nezávislost a čestnost (Mužík & Krejčí, 1997).

Úkoly tělesné výchovy lze rozdělit na úkoly zdravotní, vzdělávací a výchovné. Odpovědnost za plnění těchto úkolů nesou rodiče, ředitel školy, učitel TV a školní lékař (Melka, 1985).

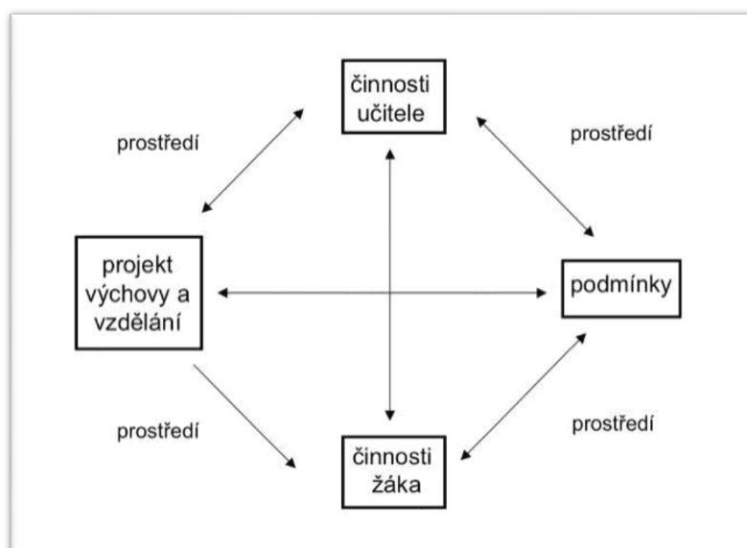
Úkoly slouží k upevnění zdraví, zvyšování tělesné zdatnosti, zvyšování pohybové výkonnosti, utváření kladného vztahu k pohybové aktivitě, získání vědomostí o účinku tělesných cvičení, získání základního praktického a teoretického vzdělání v oblasti tělesné výchovy (Mužík & Krejčí, 1997).

## 2.2.2 Didaktika tělesné výchovy

Původní význam slova didaktika zahrnoval všechno vědění o výchově, časem se zúžil jen na teorii vyučování. Později významově ustálen jako teorie vzdělávacího procesu ve vyučování (Fialová & Rychtecký, 2004).

Didaktika tělesné výchovy je vědní obor, který patří do skupiny pedagogických věd i do skupiny věd o tělesné kultuře. Prvkem zkoumání didaktiky tělesné výchovy jsou zákonitosti pedagogického procesu v tělesné výchově, které označujeme jako tělovýchovný proces. Zpočátku se tělovýchovný proces zkoumal pouze po jednotlivých prvcích, jako obsah, učitel, žák, formy organizace a jiné. Tělovýchovný proces byl považován za jednoduchý proces, při kterém docházelo k osvojování pohybových činností a operací pouhým napodobováním a opakováním těchto činností a operací. V současnosti je tělovýchovný proces považován za komplexní jev, který se skládá z určitých prvků. Mezi základní prvky zařazujeme objektivní i subjektivní činitele (Sýkora et al., 1985).

Předmětem didaktiky tělesné výchovy je zkoumání a interpretace zákonitostí procesu vzdělávání a výchovy, všech jeho vnitřních i vnějších činitelů i vztahů mezi nimi. Základními prvky v didaktickém procesu školní tělesné výchovy jsou projekty výchovy a vzdělání, činnosti žáka, činnosti učitele a podmínky (Fialová & Rychtecký, 2004).



Obrázek 1 Systém didaktického procesu ve školní tělesné výchově (Fialová & Rychtecký, 2004, 23)

Na obrázku jsou vyznačeny základní vztahy uvnitř i vně didaktického procesu. Do těchto základních vztahů zasahují i další vnější vlivy z přírodního a sociálního systému, které jeho efektivitu buď zesilují, nebo zeslabují (Fialová & Rychtecký, 2004).

Projekt výchovy a vzdělání obsahuje výčet základních tendencí a cílů tělesné výchovy, učební osnovy, učivo, metodické směrnice, školní a klasifikační řád bezpečnostní předpisy aj. Tento projekt má určující roli z hlediska cílů, programu a obsahu školní tělesné výchovy (Fialová & Rychtecký, 2004).

Žák působí ve vzdělávacím procesu jako subjekt i objekt. Cílem tělovýchovného procesu je zdokonalování žáka, působí na jeho mravní i duševní vývoj a tím přispívá k jeho všestrannému rozvoji. Žák je lépe připraven na život a práci. Žák v tomto procesu není pasivní složkou, ale vystupuje jako aktivní činitel. Jeho aktivita závisí na vztahu k ostatním prvkům výchovně-vzdělávacího procesu, a to k učiteli, k projektu a k podmínkám (Sýkora et al., 1985).

Žák svojí vlastní aktivitou, společně s projektem výchovy a vzdělání a za pomoci učitele, si osvojuje dovednosti, vědomosti, tělovýchovné a sportovní činnosti, rozvíjí své schopnosti, utváří své postoje k pohybové aktivitě i některé sociální normy. Z hlediska výsledků didaktického procesu má žák dominantní roli. Když dochází k pozitivním změnám ve struktuře a dynamice osobnosti žáka jedná se o efektivní vzdělávací a výchovný proces (Fialová & Rychtecký, 2004).

Učitel tělesné výchovy je z hlediska didaktiky subjektem, ale částečně i objektem výchovně-vzdělávacího procesu, který společně s dalšími činiteli realizuje cíle školní tělesné výchovy. Kvalita tělesné výchovy částečně závisí na osobnosti učitele (Frömel, 1987).

Didaktické činnosti učitele zahrnují souhrn profesních vyučovacích i výchovných aktivit učitele, i jeho osobnostní dispozice a vlastnosti. Učitel zprostředkovává realizaci záměru projektu výchovy a vzdělání pro rozvoj osobnosti žáků. Během výchovně vzdělávacího procesu učitel řídí, plánuje a hodnotí proces tak, aby byl co nejvíce efektivní. Jeho dominantní role spočívá v řízení a organizaci vyučovacích i ve společenské odpovědnosti za výsledky vzdělání a výchovy žáků (Fialová & Rychtecký, 2004).

Podmínky jsou souhrnem společenského, materiálního a právního prostředí, v němž výchovně vzdělávací proces probíhá. Tyto podmínky mohou přispívat k efektivitě

výchovně vzdělávacího procesu. Na žáka působí i další vnější činitelé. K těm nejvýznamnějším patří rodinná výchova, mass média, trenéři, mezipředmětové vztahy a lékaři (Fialová & Rychtecký, 2002).

### **2.2.3 Struktura vyučovací hodiny tělesné výchovy**

Aby výchovně-vzdělávací proces vykonával svou funkci, je nezbytné zajistit jeho vnější uspořádání. Relativní stálost a determinovanost výchovně-vzdělávacího procesu zajišťují organizační formy. Organizační formou výchovně vzdělávacího procesu v tělesné výchově rozumíme relativně stálý systém souvislostí výchovně vzdělávacího procesu vyznačující se uspořádáním podmínek především z hlediska obsahu, místa a času. Za základní organizační formu školní tělesné výchovy považujeme vyučovací jednotku tělesné výchovy. Cílem vyučovacích jednotek tělesné výchovy je přispívat k plnění cílů školní tělesné výchovy a k plnění cílů výchovně vzdělávacího procesu školy. V podstatě každou vyučovací jednotkou tělesné výchovy jsou plněny určité dílčí cíle, které jsou součástí celkové struktury cílových kvalit výchovně vzdělávacího procesu školy. Úkoly vyučovacích jednotek tělesné výchovy jsou výchovný, vzdělávací a zdravotní (Frömel, 1986).

Vyučovací hodinu členíme na tři a více částí. Není vhodné setrvávat na jediné doporučené podobě, protože hodina je ovlivněna mnoha činiteli. Vyučovací proces má pedagogické, psychologické, didaktické a fyziologické zákonitosti (Fialová & Rychtecký, 1998).

Úvodní část dělíme na organizační a rušnou část. Organizační část může zahrnovat nástup, pozdrav, navození atmosféry, motivace, seznámení s obsahem a cílem hodiny. Rušná část se soustředí na zahřátí organismu. V této části by se žák neměl unavit, ale pouze rozehrát (Vilímová, 2009).

Cílem části průpravné je připravit pohybový aparát na zátěž. Můžeme se věnovat uvolňovacím, protahovacím, posilovacím a relaxačním cvičením. Nejčastěji cvičíme v kruhu nebo na značkách. Využíváme různých náčiní, jako jsou švihadla, míče, tyče, kruhy, apod. Obě tyto části trvají max. 15 minut (Vilímová, 2009).

Hlavní část je zaměřená na nejobtížnější úkoly celé vyučovací hodiny. Cílem hlavní části je plnit úkoly, které jsou uvedeny v učebních osnovách, vzdělávacím programem pro tělesnou výchovu v jednotlivých tematických celcích. Do hlavní části řadíme nácvik a výcvik. Nácvik je proces, ve kterém si žáci osvojují pohybové dovednosti. Ve výcviku většinou učivo několikrát opakujeme a procvičujeme. Žáci cvičí ve vysokém tempu a vyšším fyzickém zatížení než u nácviku. Zde je velmi důležitá praktická ukázka. Zásady praktické ukázky jsou, aby žáci setrvali na místě, ze kterého dobře vidí, předcvičující cvičí zrcadlově, učitel nevysvětluje, když provádí náročný cvik, učitel vyhraní čas na dotazy, učitel se ujistí, zda žáci pochopili ukázku. Celkově hlavní část má být dlouhá 30 minut (Peráčková et al., 2001).

Na závěr hodiny je vhodné využít strečinkové sestavy cviků s delší výdrží v maximálních polohách 15-20 s. Cílem závěrečné části je celkové uklidnění organismu žáka. V úplném závěru je třeba zhodnotit průběh celé hodiny, individuálně upozornit na případné chyby a nezapomenout pochválit (Vlasáková, 1994).

#### **2.2.4 Charakteristika učebních osnov tělesné výchovy pro druhý stupeň**

Učivo v tělesné výchově představuje plánovitý systém vědomostí, pohybových dovedností a činností, které si má žák osvojit, včetně pohybových schopností (Vilímová, 2009).

V současné době se vyučuje podle Rámcových vzdělávacích programů pro základní vzdělávání, které si jednotlivé školy upravují do svých školních vzdělávacích programů. Tělesná výchova je zařazována do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Témata předmětu jsou upravována podle vývoje žáků, jejich motorického rozvoje, adaptace na pracovní zátěže a jejich konkrétní pohybové úrovně. V tomto období se začínají objevovat pubertální projevy. Začínají se uplatňovat silové a vytrvalostní. Dochází k odlišení dívčích a chlapeckých zájmů a jejich individualizace. Žáci začínají být více soutěživí a samostatní. Do určité míry dokáží aktivně organizovat a řídit výuky tělesné výchovy. Též je zapotřebí zohledňovat individuální hlediska (Vilímová, 2009).

Obsah předmětu tělesné výchovy je převážně vyučován v koncentrovaných tematických blocích. Rozlišováno je pouze učivo základní a rozšiřující. Základní učivo

učitel nabízí všem žákům, aby zajistil naplnění vzdělávacího standardu a konkrétních vzdělávacích cílů. Rozšiřující učivo škola nabízí celé třídě, skupinám žáků nebo jednotlivcům v případě rozšířené časové dotace předmětu a umožňuje dosáhnout vyšší pohybové úrovně žáků. Výběr základního i rozšiřujícího učiva je plně v pravomoci učitele, který také vytváří konkrétní vzdělávací program pro jednotlivé ročníky (Vilímová, 2009).

Tematické celky, vyžadující zvláštní materiální, prostorové a klimatické podmínky, jakou jsou plavání, lyžování, bruslení, turistika a pohyby v přírodě, jsou do výuky řazeny ve formě kurzů, soustředěné výuky nebo v jiných organizačních formách (Vilímová, 2009).

Do 5. ročníku probíhá společná školní výuka děvčat a chlapců, od 6. ročníku výuka probíhá odděleně. Ovšem pro některé činnosti je vhodné žáky spojovat i na 2. stupni základní školy (Vilímová, 2009).

Do přehledu tematických celků patří poznatky z TV a sportu, komunikace, organizace, hygiena a bezpečnost v TV a sportu, průpravná, kondiční, koordinační, kompenzační, relaxační, vyrovnávací, tvořivá a jiná cvičení, gymnastika, rytmické a kondiční gymnastické činnosti s hudbou, tanec, úpoly, atletika, pohybové hry a netradiční pohybové činnosti, sportovní hry, plavání, bruslení, lyžování, turistika a pohyb v přírodě (Vilímová, 2009).

Mezi základní sportovní hry patří basketbal, házená, fotbal a volejbal. Podle podmínek škola vybírá minimálně dvě hry. Doporučují se i softbal, korfbal, ringo, florbal, lední hokej, ringet, tenis, stolní tenis, lakros aj. U sportovních her, které vyžadují ochranné pomůcky, je jejich používání povinné (Vilímová, 2009).

Plavání se doporučuje zařazovat ve všech etapách vzdělání, ale zpravidla je zařazováno ve 4. ročníku ve formě kurzu. Bruslení je zařazováno do výuky v případě vhodných podmínek pro bruslení. Lyžování je zařazováno do základního vzdělání zpravidla v 7. ročníku ve formě týdenního kurzu. Při vhodných materiálních a klimatických podmínkách je možné zařazovat činnost i v ostatních etapách vzdělávání (Vilímová, 2009).

### **2.2.5 Bezpečnost ve školní tělesné výchově**

V současné době neexistuje žádná příručka, která by jednoznačně určila, jak se chovat, aby se pedagog nedostal do rozporu se zákonem. Mezi nejčastější postižitelné chyby učitele tělesné výchovy patří absence vyučujícího, chybná metodika, chyby v organizaci výuky, neposkytnutí informací o bezpečnosti, nezajištění podmínek výuky, nepřiměřený úkol, nedodržení počtu žáků, zanedbání první pomoci a zajištění činnosti necvičících (Fialová & Rychtecký, 2004).

Učitel má být přítomen 15 minut před začátkem výuky, po celou dobu až po oficiální ukončení vyučovacího procesu. Další příčinou úrazu může být chybná metodika učitele, vždy je nutno prvek správně vysvětlit, ukázat a zajistit pomoc a záchranu. Je nutné, aby učitel zajistil kázeň, bezpečnost zejména při hodech a vrzích a dostatečný prostor mezi náradími. Učitel má poskytnout žákům informace o bezpečnosti, především při plaveckém a lyžařském výcviku. Dále, aby nedocházelo k úrazům, má učitel za povinnost vždy před začátkem hodiny zkontrolovat náradí, cvičební úbor žáků a bezpečnost plochy, na kterém probíhá výuka. Učitel nesmí zadávat nebezpečná cvičení, která jsou nepřiměřená věku žáků a jejich možnostem. Je nutné hlídat přiměřený počet žáků na jednoho učitele. Při exkursi a výletu 1 dospělá osoba na 25 dětí ZŠ, při koupání 1 dospělá osoba na 10 dětí, v tělocvičně maximálně 40 dětí na jednoho učitele. Když dojde k úrazu, učitel má za povinnost poskytnout první pomoc i zabezpečit lékařské vyšetření, zapsat záznam o úrazu a vyrozumět rodiče. Učitel je zodpovědný i za necvičící, neměl by je tedy nechávat bez dozoru (Fialová & Rychtecký, 2004).

Je důležité u žáků vypěstovat vědomí odpovědnosti za upevnění zdraví, sebekritického posuzování vlastních možností i odpovědnosti za bezpečnost sebe, cvičícího spolužáka, skupiny i celé třídy. Žáci, kteří jsou soustavně vedeni k vědomí bezpečnosti, lépe odhadují své možnosti a pravděpodobnost úrazu se u nich zmenšuje (Fialová & Rychtecký, 2004).

## 2.3 Střední školní věk

### 2.3.1 *Ontogenetické aspekty motorického učení*

Postoje patří do základního psychického uzpůsobení člověka. Člověk se s postoji nerodí, ale vytvářejí se na základě životních zkušeností. Vytvářejí se počínaje asi třetím - čtvrtým rokem života (Kubáni, 2004).

Postoj je podle Hartla (2004) hodnotící vztah vyjádřený sklonem reagovat ustáleným způsobem na předměty, osoby, situace a na sebe sama. Předurčují poznání, chápání, myšlení a cítění. Podobně podle Kosové & Kasáčové (2009) je postoj vztah k něčemu. Jde o relativně ustálené tendence kladně, či záporně reagovat na určité podněty. Předem určuje naše chování v situacích, obsahuje emotivní, hodnotící aspekty, kognitivní složku a konající - je připraven jednat. Podle Bartík (2007) jeden z klíčových výchovných cílů povinného vyučovacího předmětu tělesná a sportovní výchova v nové koncepci je formování vztahu a reálného aktivního postoje žáků k tělesné a sportovní výchově a k vlastnímu zdraví.

Střední školní věk je období, kdy u dítěte dochází k duševnímu a tělesnému dozrávání, které zahrnuje nejrůznější kvantitativní a kvalitativní přeměny organismu. Nejvýznamnějším znakem těchto přeměn je růstové zrychlení, akcelerace, provázené současně rychlým růstem gonád a rozvojem sekundárních pohlavních znaků. Zhruba v polovině středního věku dochází k tzv. pubertálním pochodům, které rozdělujeme do dvou fází. První fáze nastává od 10 do 12 let a nazýváme ji prepubescencí. Druhá fáze je od 12 do 14 let a představuje pubertu (Příhoda, 1963).

Z hlediska motorického vývoje je první fáze považována za vrchol ve všeobecném průběhu ontogeneze. Žáci v tomto období jsou výrazně učenliví a dokáží lépe ovládat ekonomičnost provedení svého pohybu. Dosahují také vyšší úrovně silových a rychlostních schopností. Rovněž na poměrně vysoké úrovni je anticipace vlastních pohybů, pohybů ostatních spolužáků i pohybů neživých těles. Pro vysoký stupeň motorického vývoje je důležitý vývoj vyšší nervové činnosti, charakteristický vyrovnaným poměrem mezi procesy vzruchu a útlumu a rychlým upevněním podmíněných reflexů. Také jsou výhodné tělesné předpoklady, které jsou dány



vyrovnanými tělesnými proporcemi, rovnoměrným růstem a optimálním poměrem mezi hmotností a silou. V první fázi se motorické učení uskutečňuje osvojováním pohybů často po první ukázce. Už po prvním pokusu bývá pohyb proveden na velmi dobré úrovni. Viděnou pohybovou dovednost vnímají a chápou jako celek a realizují ho ihned, přičemž přeskakují běžné fáze motorického učení a motorické učení probíhá na první ráz. Proto bývá první fáze středního školního věku označována jako zlatý věk motoriky. Hraje zde významnou roli činnost učitele především v kvalitě předvedení ukázky, osobním přístupu i v motivaci žáků. V tomto vývojovém období má učitel ideální možnost vytvořit efektivně všestranný základ tělesné zdatnosti a výkonnosti žáků. Zdlouhavé technické výklady a detailní metodické návody nejsou v tomto období nutné, ale ani žádoucí (Juřinová & Stejskal, 1987).

V druhé fázi středního školního věku dochází k pohlavnímu dospívání, což přináší řadu změn v organismu. Také se mění motorické projevy v negativním smyslu. Ovšem ne všechny sféry motoriky jsou postiženy stejnou měrou. Především u pravidelně sportujících žáků, lze pozorovat jen zřídka stagnaci výkonnosti nebo snížení úrovně pohybových dovedností. V pubertálním období dochází k hormonální přestavbě organismu, se kterou úzce souvisí labilita vyšší nervové činnosti. Ta způsobuje narušení rovnováhy mezi procesy vzruchu a útlumu. Mezi hlavní změny motoriky v pubertální fázi patří celkové zhoršení motoriky, protikladnost celkového motorického projevu, narušení dynamiky vynaložené síly v poměru k pohybové činnosti, snížení účelnosti a ekonomičnosti pohybu, snížení docility, snížení úrovně obratnostních schopností a snížení cílové přesnosti pohybu. U dívek jsou pohybové poruchy méně výrazné než u chlapců. Z pedagogického hlediska je třeba zaměřit pozornost na udržení dosažené úrovně pohybových dovedností a schopností žáků. Je vhodné dávat přednost zdůrazňování teoretických, technických a taktických otázek, abychom alespoň udrželi jejich zájem o tělesnou výchovu (Juřinová & Stejskal, 1987).

### **2.3.2 Pohybové schopnosti a jejich rozvoj**

Mezi základní předpoklady pro pohybovou činnost řadíme somatické předpoklady, motorické schopnosti a pohybové dovednosti. Motorické schopnosti lze rozdělit na kondiční a koordinační. Kondiční pohybové schopnosti jsou determinovány energetickými procesy probíhajícími v lidském organismu. Koordinační schopnosti jsou determinovány řídicími procesy nervové soustavy. Mezi kondiční pohybové schopnosti patří rychlost, síla, vytrvalost. Mezi koordinační pohybové schopnosti diferenciací, orientační, reakční, rovnováhová a rytmická (Vilímová, 2009).

Žáci středního školního věku mají rozvoj pohybových schopností rozdělen na dvě fáze. U chlapců v první fázi dochází stále k rozvoji kloubní pohyblivosti a obratnostních schopností a to z důvodu pozdějšího nástupu pubertální akcelerace. U chlapců v tomto období převažuje náchylnost k rychlostně silovým cvičením. U dívek v první fázi vzrůstá úroveň vytrvalostních a silových schopností, lineárně se rozvíjí obratnostní schopnosti a kloubní pohyblivost především v oblasti páteře. Naopak se zpomaluje rozvoj rychlosti a rychlostně silových schopností. Ve druhé fázi u chlapců dochází ke zvýšení rozvoje vytrvalostních, rychlostních a silových schopností, zpomaluje se rozvoj kloubní pohyblivosti. U dívek probíhá ke snížení zejména úrovně vytrvalostní, rychlostní a rychlostně silových schopností. Ukazatelé absolutní síly se zvyšují, naopak u relativní síly klesají (Juřinová & Stejskal, 1987).

#### ***Rychlostní schopnosti***

Základní mechanickou charakteristikou pohybu je dráha za čas. V rychlostní pohybové schopnosti jde především o krátkodobé pohyby prováděné nejvyšší možnou rychlostí, maximálním úsilím, bez vnějšího odporu nebo jen s malým odporem. Je zde třeba rozlišovat rychlost jednotlivého pohybu, rychlost frekvence pohybů a rychlost reakce. Rychlost jednotlivého pohybu neboli rychlost acyklická je jednorázový pohyb prováděný některou z částí těla. Rychlost frekvence pohybů neboli rychlost cyklická je provedení opakovaných pohybů v nejvyšší frekvenci. Rychlost reakce je dána dobou reakce na určitý signál (Štílec et al., 1989).

Tato pohybová činnost probíhá v anaerobních podmínkách, energie se čerpá ze zásob přímo ve svalech. To umožňuje provádět pohyb vysokou intenzitou, ale pouze

krátkodobě. Mimořádnou roli zde hraje CNS, projevující se pohyblivostí nervových procesů, rychlostí střídání podráždění a útlumu. Jejich souhra podmiňuje součinnost svalů provádějících pohyb, oba tyto děje se musí střídat v co nejkratších časových intervalech. Tyto procesy se formují hlavně do 12-13let (Štilec et al., 1989).

Nejvhodnější a neoptimálnější období pro rozvoj rychlostních schopností a rychlosti provedení pohybů náročných na koordinaci je věkové období odpovídající základní škole. Tedy především věk od 6 do 13-14 let. Rozvoj rychlostních schopností probíhá v těsné souvislosti s rozvojem svalové síly. Při pravidelném zařazování rychlostních a rychlostně-silových cvičení do výuky tělesné výchovy, se zvyšují aerobní schopnosti organismu, tedy se rozvíjí aerobní vytrvalost žáků. Mezi základní prostředky rozvoje rychlosti patří sportovní hry, skokanská cvičení, hody, běžecká cvičení, starty z různých poloh, změny rychlosti a směru běhu, chytání a rychlé přihrávky míče atd. Trvání jednoho úseku z těchto cvičení by nemělo přesahovat 10-15s u mladších žáků a žáků středního věku (Juřinová & Stejskal, 1987).

### ***Silové schopnosti***

Sílu lze definovat jako schopnost překonávat, udržovat nebo brzdit jistý odpor svalovou kontrakcí. Ovšem kromě velikosti odporu také musíme brát v úvahu při provedení pohybové činnosti rychlost projevené síly a její trvání. Především pro sportovní trénink rozlišujeme tyto druhy síly absolutní sílu, rychlou a výbušnou sílu a sílu vytrvalostní. Absolutní neboli maximální síla je schopnost překonat nebo udržet nejvyšší možný odpor, také se někdy označuje jako pomalá síla. Rychlá a výbušná síla je schopnost překonávat nemaximální odpor vysokou rychlostí, s nejvyšším zrychlením pohybu těla a náčiním. Síla vytrvalostní je schopnost provádět pohyb s nemaximálním odporem opakovaně nebo ho udržovat (Štilec et al., 1989).

Nejvhodnější období pro rozvoj silových schopností je střední školní věk. Bylo zjištěno, že u dívek toto období nastává mezi 11. a 13. rokem, u chlapců mezi 12. a 15 rokem. Mělo by docházet zejména k rozvoji velkých svalových skupin, které se podílejí na správném držení těla. Je vhodné zařazovat cvičení zaměřené na všeobecný tělesný rozvoj s využitím laviček, prolézaček, žebřin. Později lze zařazovat šplh na laně a na tyči, lezení, ručkování a gymnastická cvičení s použitím náčiní. V období středního školního věku je žádoucí postupně zvyšovat objem rychlostně silových cvičení, postupně se

zvyšuje i hmotnost používaného náčiní. Zařazujeme zde cvičení s překonáváním hmotnosti vlastního těla, náčiní do 15 kg hmotnosti, pohybové hry s prvky hodů, skoků, vrhů, a hodů s medicinbaly. Také využíváme kruhové tréninky s přiměřeným zatížením na jednotlivých stanovištích (Juřinová & Stejskal, 1987).

### ***Vytrvalostní schopnosti***

Vytrvalostní schopnost lze definovat jako soubor předpokladů k provedení déletrvající pohybové činnosti. Je třeba rozlišovat dlouhodobou a krátkodobou vytrvalost podle převažujícího způsobu energetického zabezpečení. Dlouhodobá vytrvalost, která se také nazývá jako aerobní nebo obecná, je schopnost kontinuálně provádět pohybovou činnost střední a mírné intenzity déle než 3-4 min. Krátkodobá vytrvalost neboli anaerobní je schopnost kontinuálně provádět pohybovou činnost pokud možno vysoké intenzity po dobu 2-3minut (Štílec et al., 1989).

Vhodné je od 7-9 let začít záměrně rozvíjet aerobní vytrvalost. Mezi 7. až 16. rokem se vytvářejí optimální podmínky pro zvýšení hodnot maximální spotřeby kyslíku. Při rozvoji vytrvalostní schopnosti není důležitý charakter pohybové činnosti, ale především její intenzita a doba trvání. Učitel by měl vybrat takové cvičení, které stimuluje činnost srdečně cévního systému a vyžaduje velkou spotřebu kyslíku, proto musí trvat dostatečně dlouhou dobu. Vhodná jsou cvičení cyklická jako běh, cyklistika, lyžování, plavání a také sportovní hry. V tělocvičně se dají využívat různé skoky, švihadla, cvičení s míčem a kondiční cvičení v podobě kruhového tréninku. Záměrný rozvoj anaerobní vytrvalosti má začít až v 16-17 letech, teprve až když je položen dobrý aerobní základ (Juřinová & Stejskal, 1987).

## **3 Cíle, úkoly a výzkumné otázky práce**

### **3.1 Cíle práce**

Cílem bakalářské práce bylo zjištění vztahu k tělesné výchově a sportu u vybraného vzorku žáků na druhém stupni základních škol v Jihlavě.

### **3.2 Úkoly práce**

Ke splnění cíle bakalářské práce byly stanoveny následující úkoly:

- ✓ Provést detailní rozbor veškeré dostupné literatury domácích a zahraničních autorů.
- ✓ Na základě literatury sestavit náplň bakalářské práce.
- ✓ Vlastní výzkum – metoda teoretické analýzy a syntézy, dotazníkové šetření, statistické metody. Hlavní výzkumnou metodou je postojový dotazník určený pro žáky druhého stupně ZŠ (Sivák et al., 2000).
- ✓ Vyhodnocení výsledků dotazníku postojů žáků k tělesné výchově a sportu.
- ✓ Vyvození závěru.

### **3.3 Výzkumné otázky**

Mají žáci šestých ročníků pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci devátých ročníků základních škol?

Mají chlapci pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než děvčata?

Mají žáci sportovních tříd pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci běžných tříd?

## 4 Metodologie

### 4.1 Charakteristika zkoumaného souboru

Celkově se výzkumu zúčastnilo 336 žáků druhého stupně základních škol v Jihlavě. Z šestého ročníku bylo 86 tázaných žáků, ze sedmého ročníku 94 žáků, z osmého ročníku 81 žáků a z devátého ročníku 75 žáků. Výzkum byl uskutečněn na čtyřech základních školách v Jihlavě. Na ZŠ Evžena Rošického, ZŠ Seifertova, ZŠ Otakara Březiny a ZŠ Kollárova. V tomto městě je více základních škol. Kritériem záměrného výběru bylo sportovní a nesportovní zaměření škol a přibližně stejná velikost škol. Základní školy E. Rošického a Seifertova byly vybrány vzhledem k tomu, že jsou jediné sportovně zaměřené základní školy v Jihlavě. Základní školy Otakara Březiny a Kollárova byly vybrány na základě přibližně stejného počtu žáků, jako mají sportovní základní školy. Zkoumané třídy 6.A, 7.A, 8.A a 9.A jsou třídy základní školy Evžena Rošického. Tyto třídy jsou sportovní, se zaměřením na plavání. Třídy 6.B, 7.B, 8.B a 9.B spadají do základní školy Seifertova. Tyto třídy jsou též sportovní, ale se zaměřením na hokej. Pod základní školu Otakara Březiny patří třídy 6.C, 7.C, 8.C a 9.C, tyto třídy jsou nesportovní. Třídy 6.D, 7.D, 8.D a 9.D spadají do základní školy Kollárova a jsou též nesportovní.

Tabulka 1 Charakteristika tázaných respondentů šestého ročníku (Zdroj: vlastní)

6. ročník	6.A	6.B	6.C	6.D	CELKEM
Chlapci	19	10	11	18	58
Dívky	6	4	10	8	28
Celkem	25	14	21	26	86

Tabulka 2 Charakteristika tázaných respondentů sedmého ročníku (Zdroj: vlastní)

7. ročník	7.A	7.B	7.C	7.D	CELKEM
Chlapci	10	13	16	15	54
Dívky	10	11	11	8	40
Celkem	20	24	27	23	94

**Tabulka 3** Charakteristika tázaných respondentů osmého ročníku (Zdroj: vlastní)

8. ročník	8.A	8.B	8.C	8.D	CELKEM
Chlapci	11	5	15	11	42
Dívky	8	13	9	9	39
Celkem	19	18	24	20	81

**Tabulka 4** Charakteristika tázaných respondentů devátého ročníku (Zdroj: vlastní)

9. ročník	9.A	9.B	9.C	9.D	CELKEM
Chlapci	9	11	5	15	40
Dívky	10	8	10	7	35
Celkem	19	19	15	22	75

## 4.2 Metodika získávání údajů

Na zjištění postojů žáků devátého, osmého, sedmého a šestého ročníku na základních školách k pohybovým a sportovním aktivitám jsem použila standardizovaný dotazník (Sivák et al., 2000).

Dotazník je určen pro druhý stupeň základních škol a slouží ke zjištění postojů k tělovýchovným činnostem. Dotazník obsahuje 51 položek.

Žák svůj názor ke každé položce zaznamenává do tabulky odpovědí podtržením jedné z možností. Žák si vybírá jednu ze tří alternativ: ano – nevím – ne.

## 4.3 Metody zpracování údajů

Vyhodnocení odpovědí žáků se realizuje podle klíče:

- V pozitivních položkách

Ano = 2 body

Nevím = 1 bod

Ne = 0 bodů

- V negativních položkách

Ano = 0 bodů

Nevím = 1 bod

Ne = 2 body

Negativní položky jsou: 11, 12, 13, 16, 17, 34, 46, 48, 51. Ostatní položky jsou pozitivní.

Maximální počet bodů v každé položce postojů je 34 bodů.

Maximální počet bodů z celého dotazníku je 102 bodů.

Intenzitu postoje k tělesné výchově určuje celkový zisk bodů a to:

- Negativní vztah – od 0 do 34 bodů
- Neutrální vztah – od 35 do 68 bodů
- Pozitivní vztah – od 69 do 102 bodů

(Bartík, 2009)



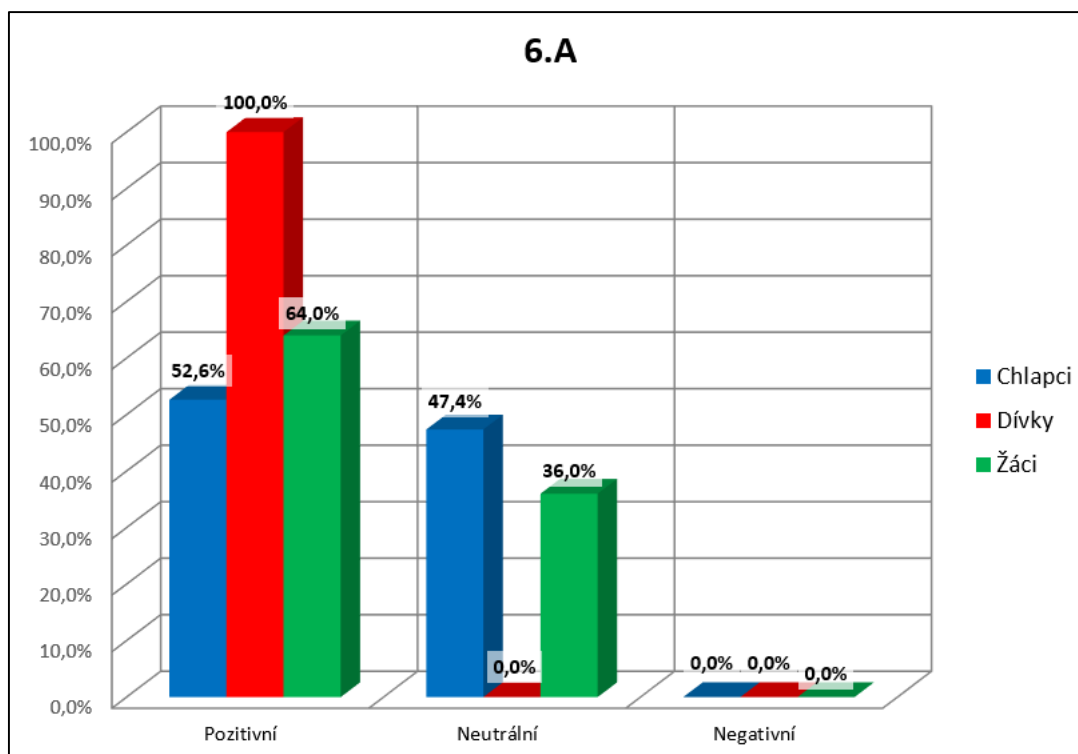
## 5 Výsledky

V této části jsme se zaměřili na zpracování výsledků, které jsme získali z dotazníkového šetření. Zjištěné a zpracované výsledky jsou uvedeny jednak v tabulkách, ale i v grafické podobě. Tyto způsoby znázornění jsme zvolili z důvodu ucelenější a přehlednější orientace ve zjištěných výsledcích. Celkem bylo 336 tázaných respondentů, kteří byli rozděleni podle tříd a pohlaví. Nejdříve jsme vyhodnotili výsledky každé třídy zvlášť. V grafu jsou znázorněny vztahy k tělesné výchově a sportu mezi chlapci, děvčaty a celkový vztah jednotlivých tříd. Pod grafy jsou vypracována krátká slovní vyhodnocení. Následně jsme se zaměřili na zhodnocení odpovědí výzkumných otázek této bakalářské práce. Ve kterých jsme porovnali výsledky vztahu žáků šestého a devátého ročníku. Dalším kritériem vyhodnocení byl vztah mezi chlapci a děvčaty k tělesné výchově a sportu. Dále jsme vyhodnotili výsledky mezi sportovními a nesportovními třídami. Na závěr jsou zpracovány výsledky celkového vztahu žáků druhého stupně základních škol k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 6.A

Tabulka 5 Výsledky dotazníkového šetření třídy 6.A (Zdroj: vlastní)

6.A	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	10	6	16
Neutrální	9	0	9
Negativní	0	0	0
Celkem	19	6	25



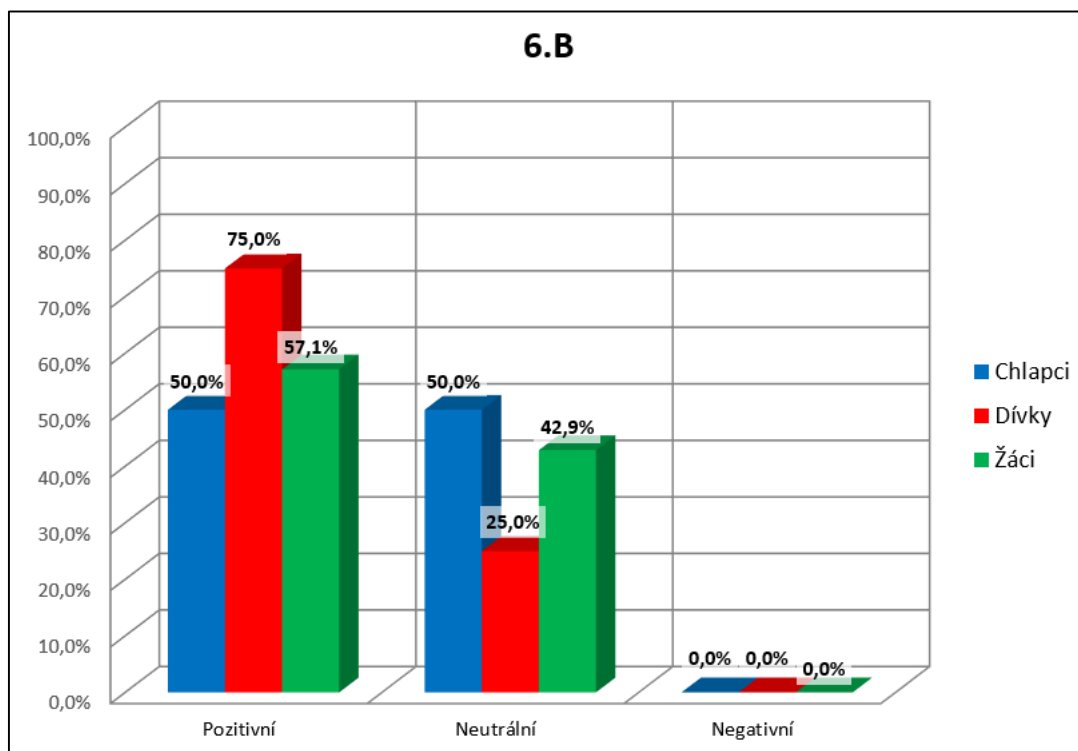
Obrázek 2 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 6.A (Zdroj: vlastní)

6.A patří do ZŠ E. Rošického, jedná se o sportovní třídu se zaměřením na plavání. V dotazníkovém šetření se prokázalo, že každá dívka z této třídy má kladný vztah k tomuto předmětu, proto společně dosáhly 100%. U chlapců je z výsledků patrné, že o tento předmět neprojevují takový zájem jako děvčata. Kladně odpovědělo pouze 52,6%. Nevyhraněný názor zaujímá 47,4% chlapců. Vzhledem k tomu, že děvčata dosáhla stoprocentního kladného výsledku, můžeme celkově tuto třídu vyhodnotit s tím, že většina dětí má pozitivní vztah k tělesné výchově a sportu. Tento výsledek ovlivnila i skutečnost, že nikdo ze třídy nezaujímá negativní postoj.

## Výsledky třídy 6.B

Tabulka 6 Výsledky dotazníkového šetření třídy 6.B (Zdroj: vlastní)

6.B	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	5	3	8
Neutrální	5	1	6
Negativní	0	0	0
Celkem	10	4	14



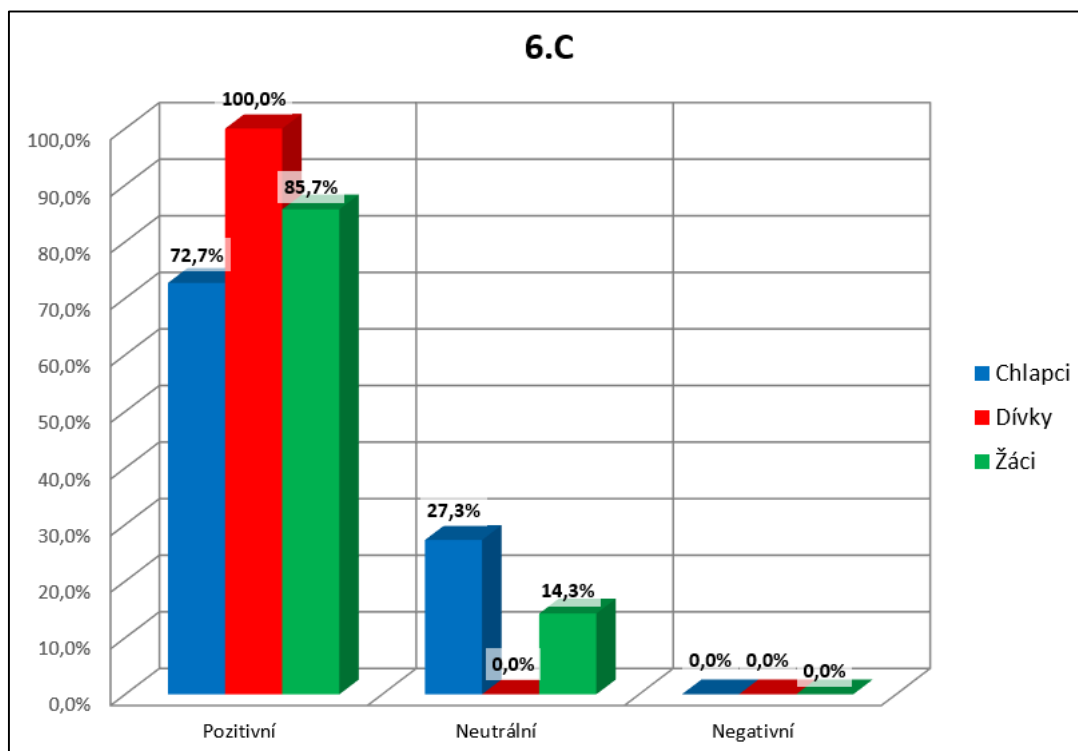
Obrázek 3 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 6.B (Zdroj: vlastní)

6.B patří do ZŠ Seifertova, jedná se o sportovní třídu se zaměřením na hokej. Shodného výsledku mezi pozitivním a neutrálním vztahem dosáhli chlapci. U děvčat byla situace odlišná.  $\frac{1}{4}$  dívek zaujímá nevyhraněný postoj a zbylé  $\frac{3}{4}$  dívek mají tento předmět v oblibě. V této třídě je 57,1% respondentů, kteří mají pozitivní vztah, 42,9% neutrální vztah a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že mírně převažuje počet žáků, kteří mají kladný vztah nad žáky s neutrálním postojem k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 6.C

Tabulka 7 Výsledky dotazníkového šetření třídy 6.C (Zdroj: vlastní)

6.C	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	8	10	18
Neutrální	3	0	3
Negativní	0	0	0
Celkem	11	10	21



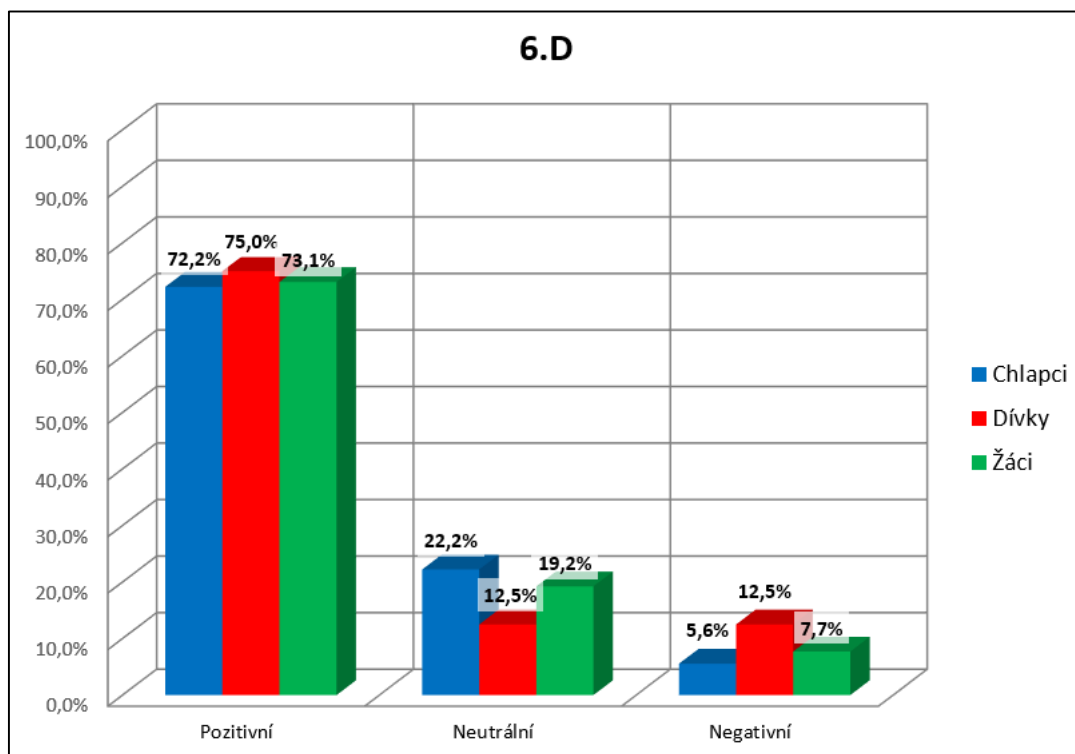
Obrázek 4 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 6.C (Zdroj: vlastní)

6.C patří do ZŠ Otakara Březiny, jedná se o nespportovní třídu. V dotazníkovém šetření dívky dosáhly 100% kladného postoje k tomuto předmětu. U chlapců je z výsledků patrné, že o tento předmět nejeví takový zájem jako děvčata. Pozitivního vztahu dosáhlo 72,7% chlapců a zbylé procento chlapců má nevyhraněný názor. Prokázalo se, že i v této třídě mají dívky pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než chlapci. V 6.C je 85,7% respondentů, kteří mají pozitivní vztah, 14,3% neutrální vztah a žádný chlapec, ani dívka neodpověděli záporně. Na základě těchto výsledků lze potvrdit, že zde převažuje počet žáků s kladným postojem k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 6.D

Tabulka 8 Výsledky dotazníkového šetření třídy 6.D (Zdroj: vlastní)

6.D	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	13	6	19
Neutrální	4	1	5
Negativní	1	1	2
Celkem	18	8	26



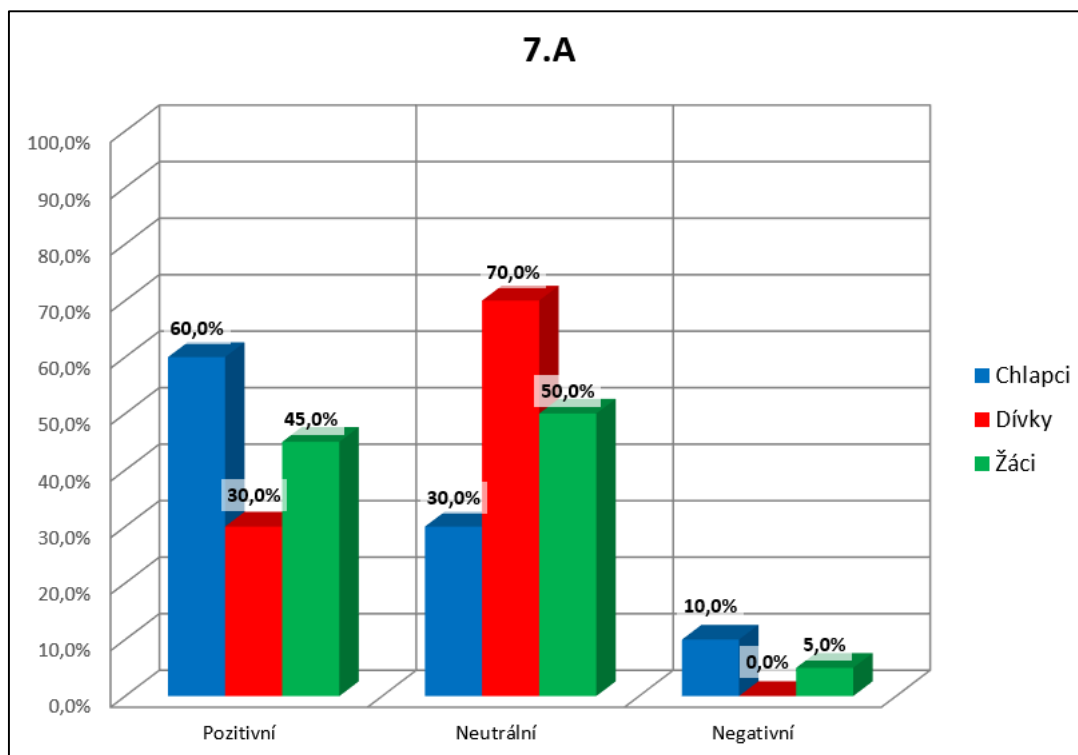
Obrázek 5 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 6.D (Zdroj: vlastní)

6.D patří do ZŠ Kollárova, jedná se o třídu nesportovní. Výsledky pozitivního postoje mezi chlapci a dívkami se procentuálně příliš neliší. O 9,7% více chlapců zde zaujímají nevyhraněný názor na tento předmět než dívky. Ovšem dívky zde mají o 6,9% větší zastoupení negativního postoje než chlapci. V této třídě má pozitivní vztah 73,1%, neutrální 19,2% a negativní vztah 7,7% respondentů k TV a sportu. Na základě těchto výsledků lze prokázat, že zde převažuje počet žáků, kteří mají kladný vztah k tělesné výchově a sportu. Tato třída je jediná z šestého ročníku, kde se můžeme setkat s odpověďmi, které jsou negativní. Zajímavé je, že negativně odpověděl jeden chlapec i jedna dívka.

## Výsledky třídy 7.A

Tabulka 9 Výsledky dotazníkového šetření třídy 7.A (Zdroj: vlastní)

7.A	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	6	3	9
Neutrální	3	7	10
Negativní	1	0	1
Celkem	10	10	20



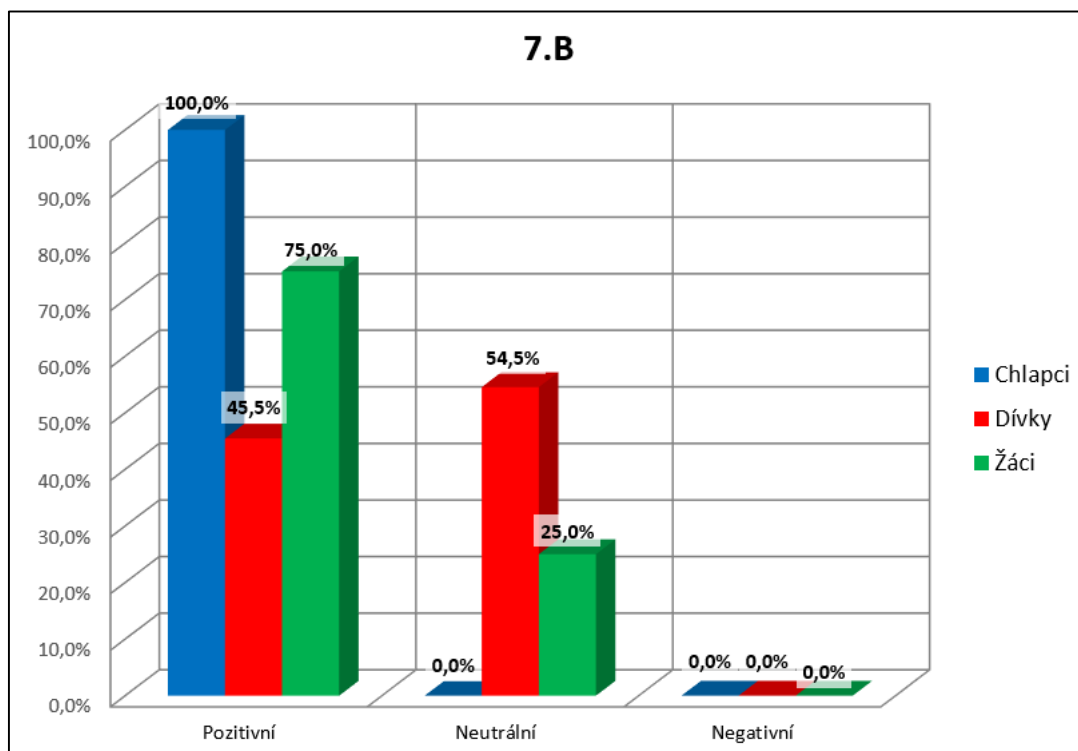
Obrázek 6 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 7.A (Zdroj: vlastní)

7.A je třídou ZŠ E. Rošického, jedná se o sportovní třídu se zaměřením na plavání. Z grafu vyplývá, že tělesnou výchovu a sport mají spíše v oblibě chlapci, děvčata mají zájem o polovinu nižší. V této třídě se nestranně vyjádřilo 50% děvčat, kdežto z chlapců se nestranně vyjádřilo pouze 30% a jeden chlapec odpověděl negativně. Pozitivní vztah z této třídy má celkově 45% respondentů, neutrální vztah zaujímá 50% a negativní vztah 5% respondentů. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že v této třídě převažuje počet žáků s nevyhraněným názorem na tělesnou výchovu a sport. Vzhledem k tomu, že se jedná o sportovní třídu, byl zde předpokládán převažující počet žáků s pozitivním vztahem k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 7.B

Tabulka 10 Výsledky dotazníkového šetření třídy 7.B (Zdroj: vlastní)

7.B	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	13	5	18
Neutrální	0	6	6
Negativní	0	0	0
<b>Celkem</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>24</b>



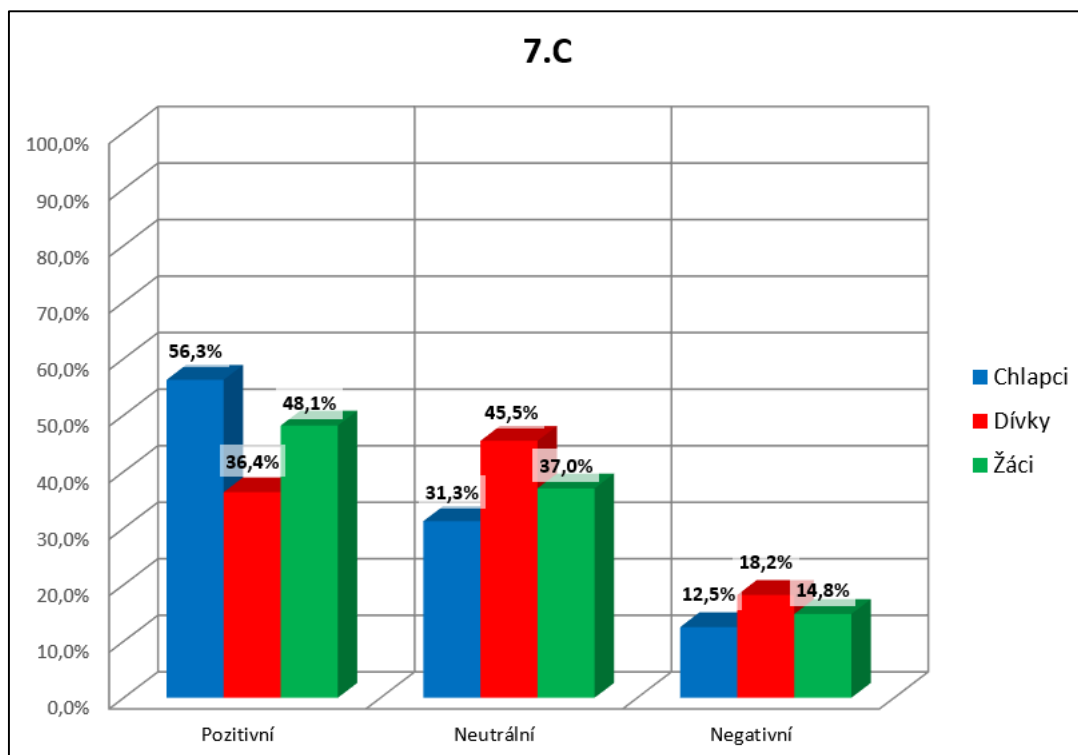
Obrázek 7 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 7.B (Zdroj: vlastní)

7.B patří do ZŠ Seifertova, jedná se o sportovní třídu se zaměřením na hokej. Zde se prokázalo, že chlapci mají mnohem lepší vztah k TV a sportu než dívky, a to o 54,5%. U dívek je z výsledků patrné, že o tento předmět neprojevují takový zájem jako chlapci. Kladně odpovědělo pouze 45,5% a nevyhraněný názor zaujímá 54,5% dívek. V této třídě je 75% respondentů, kteří mají pozitivní vztah, 25% neutrální vztah a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Výsledky prokázaly, že zde převažuje počet žáků s kladným postojem k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 7.C

Tabulka 11 Výsledky dotazníkového šetření třídy 7.C (Zdroj: vlastní)

7.C	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	9	4	13
Neutrální	5	5	10
Negativní	2	2	4
<b>Celkem</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>27</b>



Obrázek 8 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 7.C (Zdroj: vlastní)

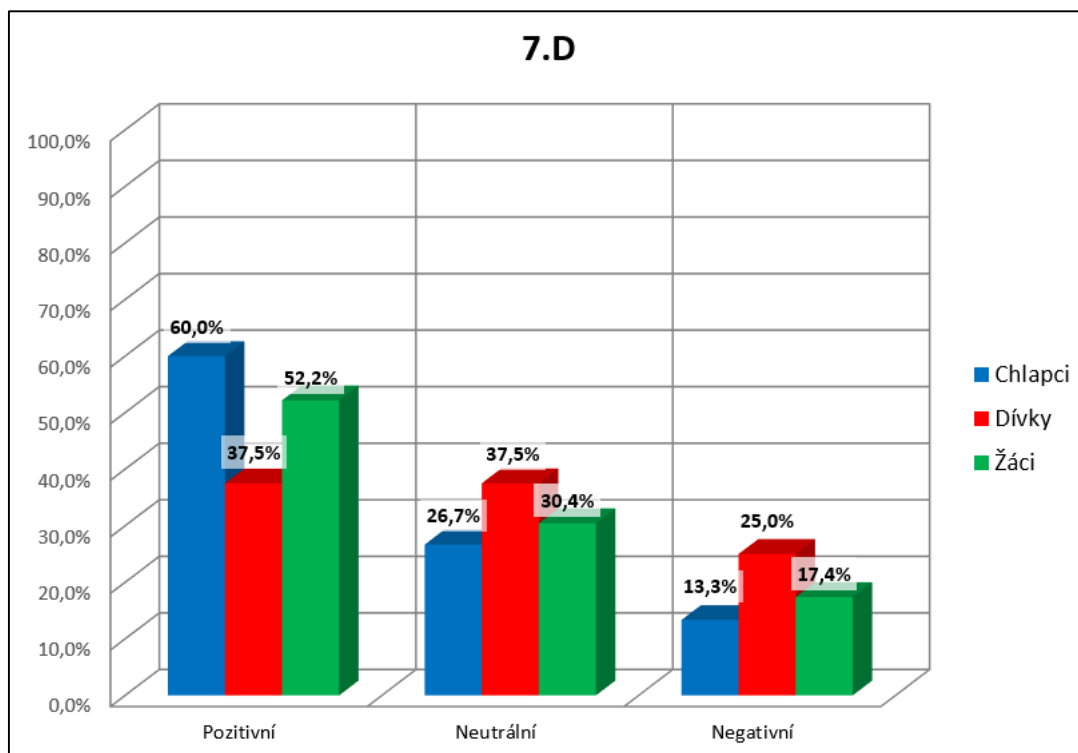
7.C patří do ZŠ Otakara Březiny, jedná se o třídu, která nemá žádné sportovní zaměření. Výsledky respondentů zahrnují všechny tři možné odpovědi. Pozitivní vztah k tělesné výchově a sportu mají především chlapci, neutrální a negativní vztah se vyskytuje u děvčat. Pozitivní vztah z této třídy má celkově 48,1% respondentů, neutrální vztah zaujímá 37% a negativní vztah má 14,8% respondentů. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že v 7.C mírně převažuje počet žáků, kteří mají kladný vztah nad žáky s neutrálním postojem k tělesné výchově a sportu. Tato třída je již třetí v pořadí se zastoupením negativního postoje u žáků.



## Výsledky třídy 7.D

Tabulka 12 Výsledky dotazníkového šetření třídy 7.D (Zdroj: vlastní)

7.D	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	9	3	12
Neutrální	4	3	7
Negativní	2	2	4
<b>Celkem</b>	<b>15</b>	<b>8</b>	<b>23</b>



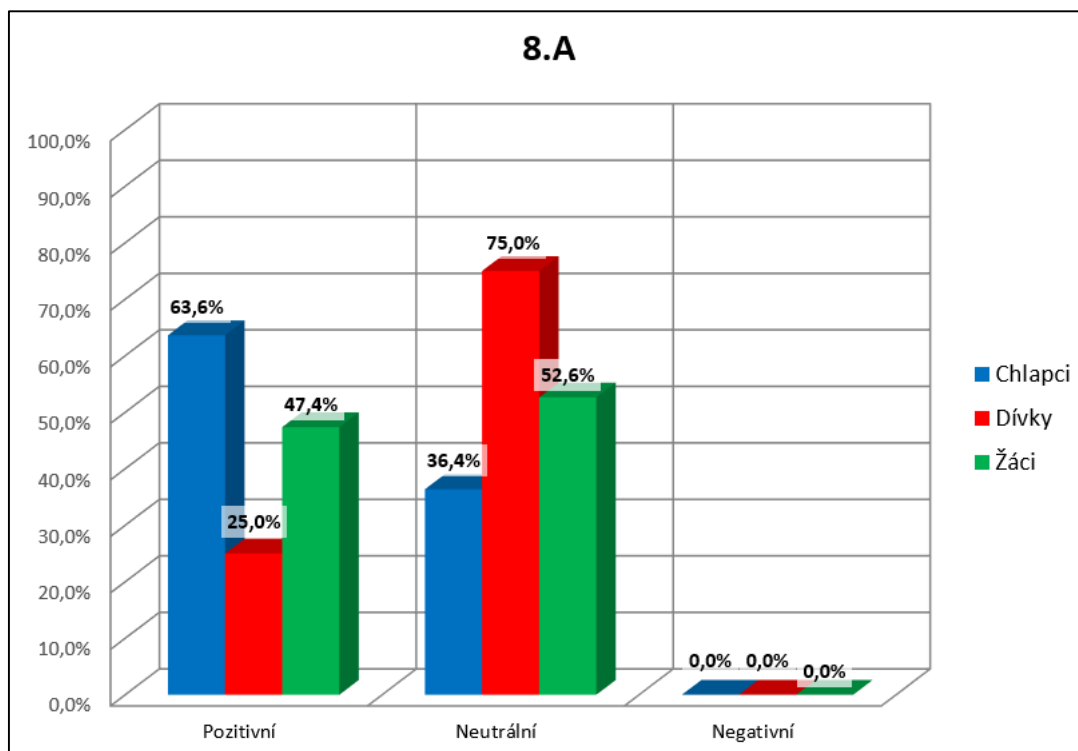
Obrázek 9 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 7.D (Zdroj: vlastní)

Třída 7.D spadá do ZŠ Kollárova, jedná se o třídu, která nemá žádné sportovní zaměření. V dotazníkovém šetření se prokázalo, že chlapci převyšují děvčata v kladném vztahu o 22,5%. Shodný výsledek mezi pozitivním a neutrálním vztahem dosáhly dívky. Negativní postoj zaujímají děvčata i chlapci, ale děvčata je převyšují o 11,7%. V této třídě má pozitivní vztah 52,2%, neutrální 30,4% a negativní vztah 17,4% respondentů k TV a sportu. Na základě těchto výsledků lze vyhodnotit, že žáci mají zájem o tělesnou výchovu a sport. Lze však zároveň konstatovat, že tato třída má největší procentuální zastoupení negativního postoje ze sedmého i šestého ročníku.

## Výsledky třídy 8.A

Tabulka 13 Výsledky dotazníkového šetření třídy 8.A (Zdroj: vlastní)

8.A	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	7	2	9
Neutrální	4	6	10
Negativní	0	0	0
<b>Celkem</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>19</b>



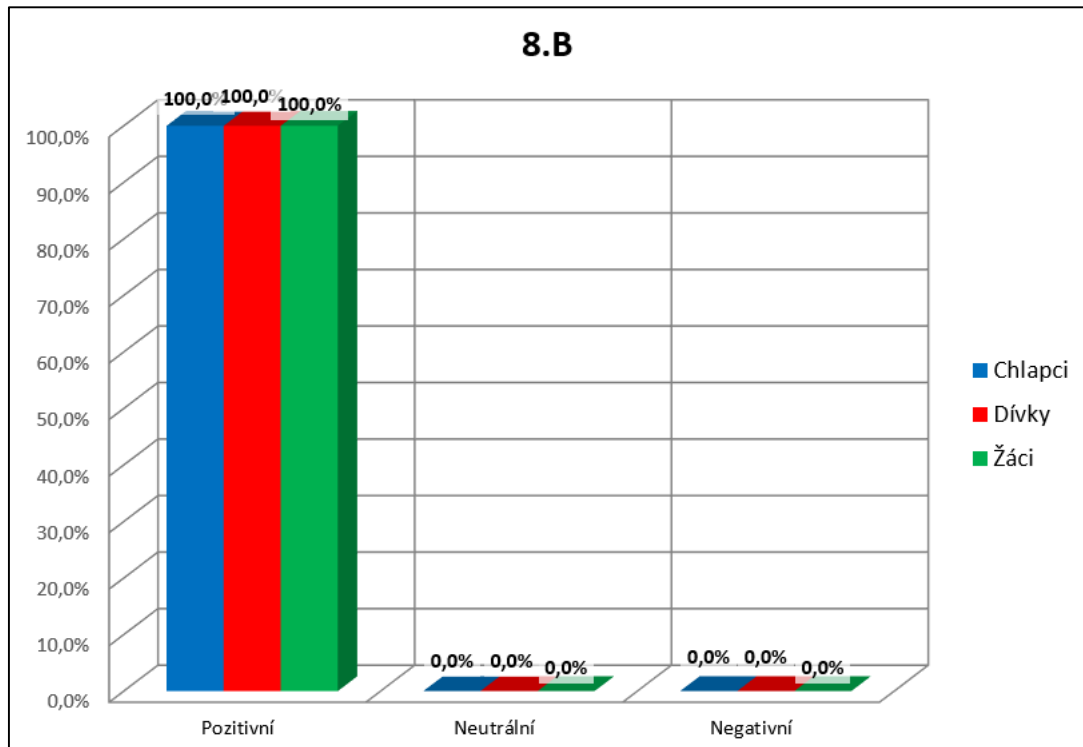
Obrázek 10 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 8.A (Zdroj: vlastní)

8.A je třídou ZŠ E. Rošického, jedná se o sportovní třídu se zaměřením na plavání. V 8.A se prokázalo, že chlapci mají lepší vztah k tělesné výchově a sportu než dívky o 38,6%.  $\frac{1}{4}$  dívek má tento předmět v oblibě a zbylé  $\frac{3}{4}$  zaujímají nevyhraněný postoj. Pozitivní vztah z této třídy má celkově 47,4% respondentů, neutrální vztah zaujímá 52,6% a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Na základě těchto výsledků lze vyhodnotit, že mírně převažuje počet žáků, kteří mají nevyhraněný názor, nad žáky s kladným postojem. Vzhledem k tomu, že se jedná o sportovní třídu, byl zde předpokládán převažující počet žáků s pozitivním vztahem k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 8.B

Tabulka 14 Výsledky dotazníkového šetření třídy 8.B (Zdroj: vlastní)

8.B	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	13	5	18
Neutrální	0	0	0
Negativní	0	0	0
Celkem	13	5	18



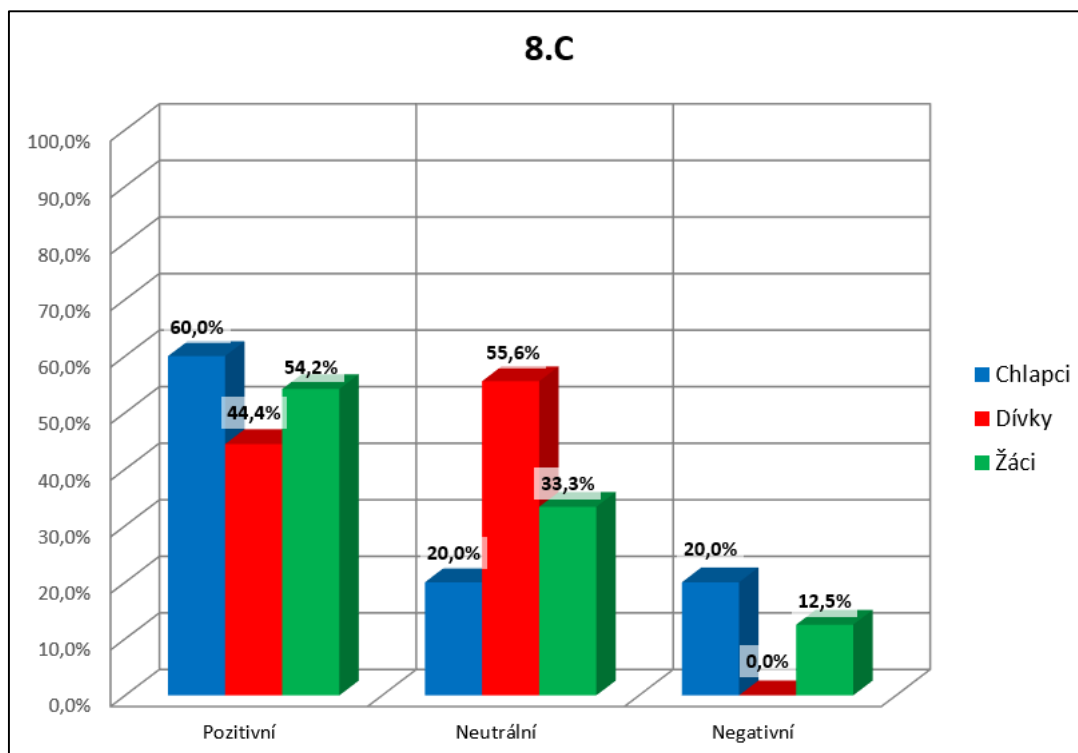
Obrázek 11 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 8.B (Zdroj: vlastní)

8.B je třídou ZŠ Seifertova, jedná se o sportovní třídu se zaměřením na hokej. V dotazníkovém šetření se prokázalo, že každá dívka i chlapec z této třídy má kladný vztah k tomuto předmětu, proto každý z nich dosáhl 100%. Z těchto výsledků je zřejmé, že třída jako celek zaujímá pozitivní vztah k tělesné výchově a sportu. 8.B je jediná třída ze všech dotazovaných, která vyšla s jednoznačně kladným postojem.

## Výsledky třídy 8.C

Tabulka 15 Výsledky dotazníkového šetření třídy 8.C (Zdroj: vlastní)

8.C	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	9	4	13
Neutrální	3	5	8
Negativní	3	0	3
<b>Celkem</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>24</b>



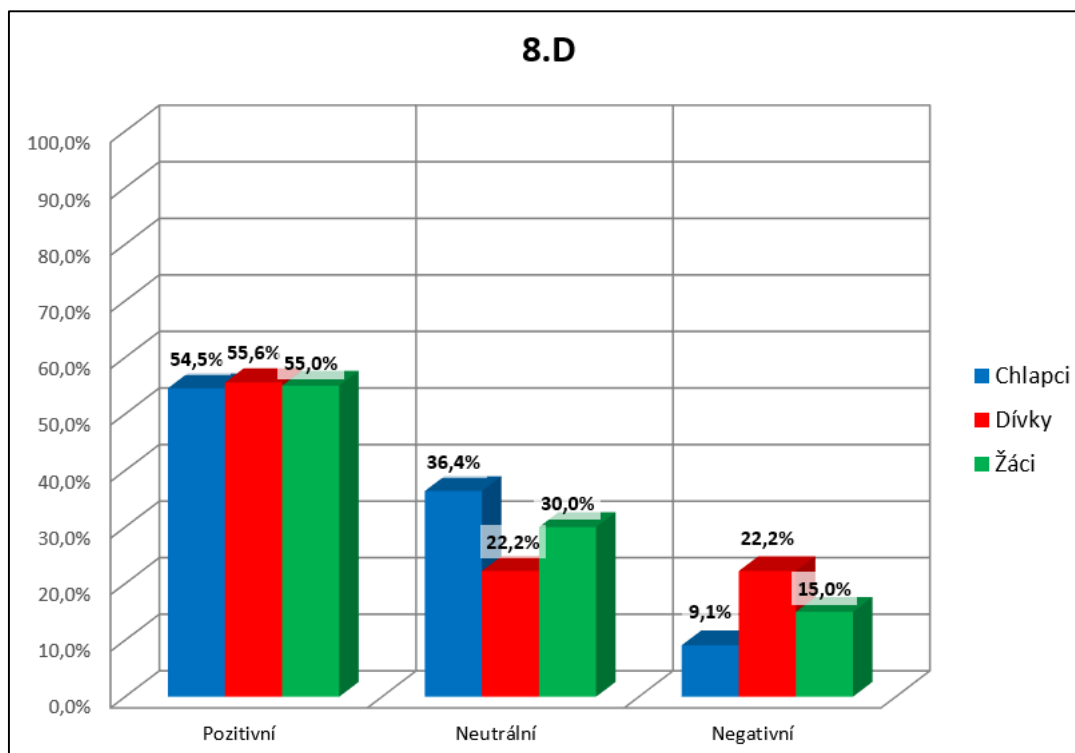
Obrázek 12 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 8.C (Zdroj: vlastní)

8.C je třídou ZŠ Otakara Březiny, jedná se o nesportovní třídu. V dotazníkovém šetření se prokázalo, že výsledky chlapců zahrnují všechny tři možné odpovědi. Chlapci zde zauímají z 60% kladný vztah k tělesné výchově a sportu a zbylých 40% je rovnoměrně rozdělených na vztah neutrální a negativní. U dívek převažuje neutrální vztah o 11,2 % nad pozitivním vztahem k TV a sportu. Celkově tato třída zauímá 54,2% pozitivní vztah, 33,3% neutrální vztah a 12,5% negativní vztah k tělesné výchově a sportu. Na základě těchto výsledků lze vyhodnotit, že žáci v této třídě mají zájem o tělesnou výchovu a sport.

## Výsledky třídy 8.D

Tabulka 16 Výsledky dotazníkového šetření třídy 8.D (Zdroj: vlastní)

8.D	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	6	5	11
Neutrální	4	2	6
Negativní	1	2	3
Celkem	11	9	20



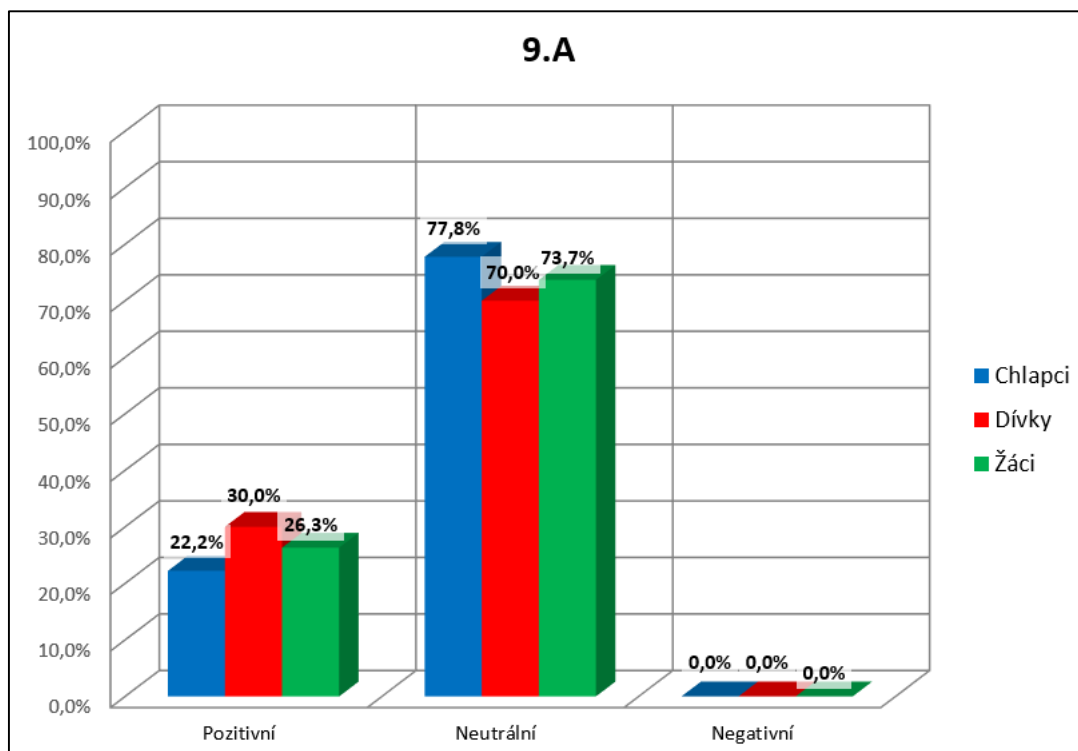
Obrázek 13 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 8.D (Zdroj: vlastní)

8.D je třídou ZŠ Kollárova, jedná se o nesportovní třídu. Z grafu lze konstatovat, že dívky i chlapci mají téměř stejné procentuální zastoupení v kladném vztahu k tělesné výchově a sportu, liší se pouze o 1,1%. Nevyhraněný názor zaujímají spíše chlapci o 14,2%, zatímco negativní vztah převládá u dívek o 13,1%. V této třídě je 55% respondentů, kteří mají pozitivní vztah, 30% neutrální vztah a 15% negativní vztah k tělesné výchově a sportu. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že v této třídě převažuje počet žáků s kladným postojem k TV a sportu.

## Výsledky třídy 9.A

Tabulka 17 Výsledky dotazníkového šetření třídy 9.A (Zdroj: vlastní)

9.A	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	2	3	5
Neutrální	7	7	14
Negativní	0	0	0
<b>Celkem</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>19</b>



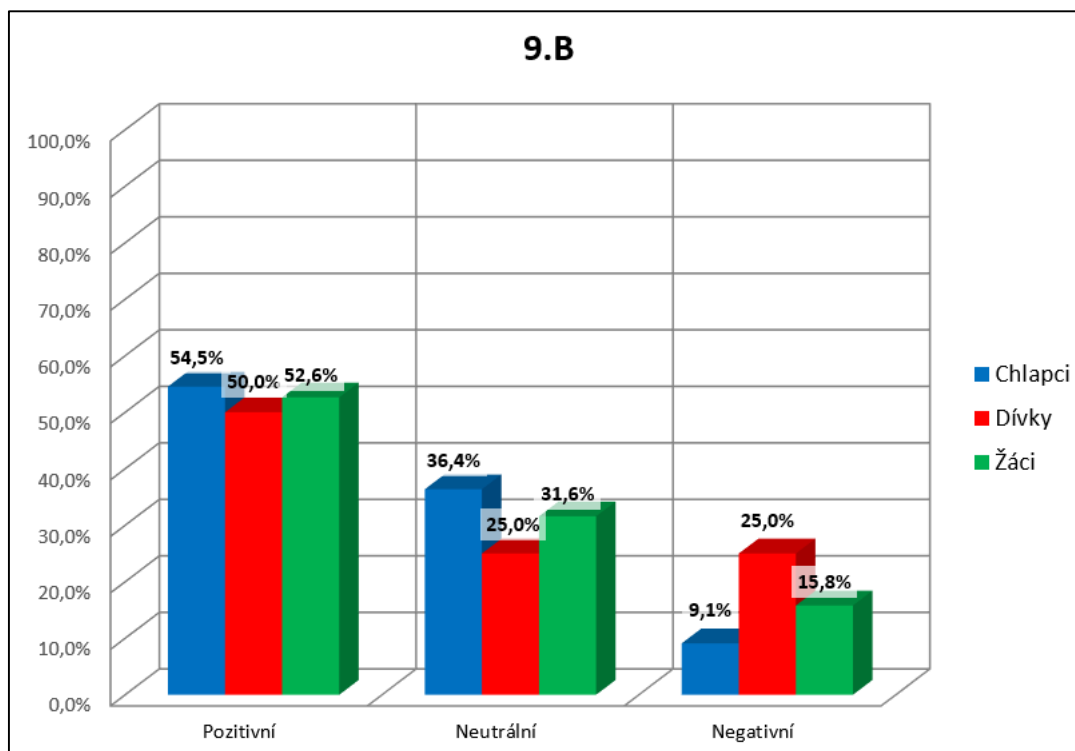
Obrázek 14 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 9.A (Zdroj: vlastní)

9.A je třídou ZŠ E. Rošického. Tato třída je sportovní se zaměřením na plavání. Z dotazníkového šetření se prokázalo, že u chlapců i dívek převládá nevyhraněný názor na tělesnou výchovu a sport. Kladný postoj má 22,2 % chlapců a 30% dívek. Pozitivní vztah z této třídy má celkově 26,3% respondentů, neutrální vztah zaujímá 73,7% a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že převažuje počet žáků s neutrálním postojem k TV a sportu. Vzhledem k tomu, že se jedná o sportovní třídu, byl zde předpokládán převažující počet žáků s pozitivním vztahem k tělesné výchově a sportu.

## Výsledky třídy 9.B

Tabulka 18 Výsledky dotazníkového šetření třídy 9.B (Zdroj: vlastní)

9.B	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	6	4	10
Neutrální	4	2	6
Negativní	1	2	3
<b>Celkem</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>19</b>



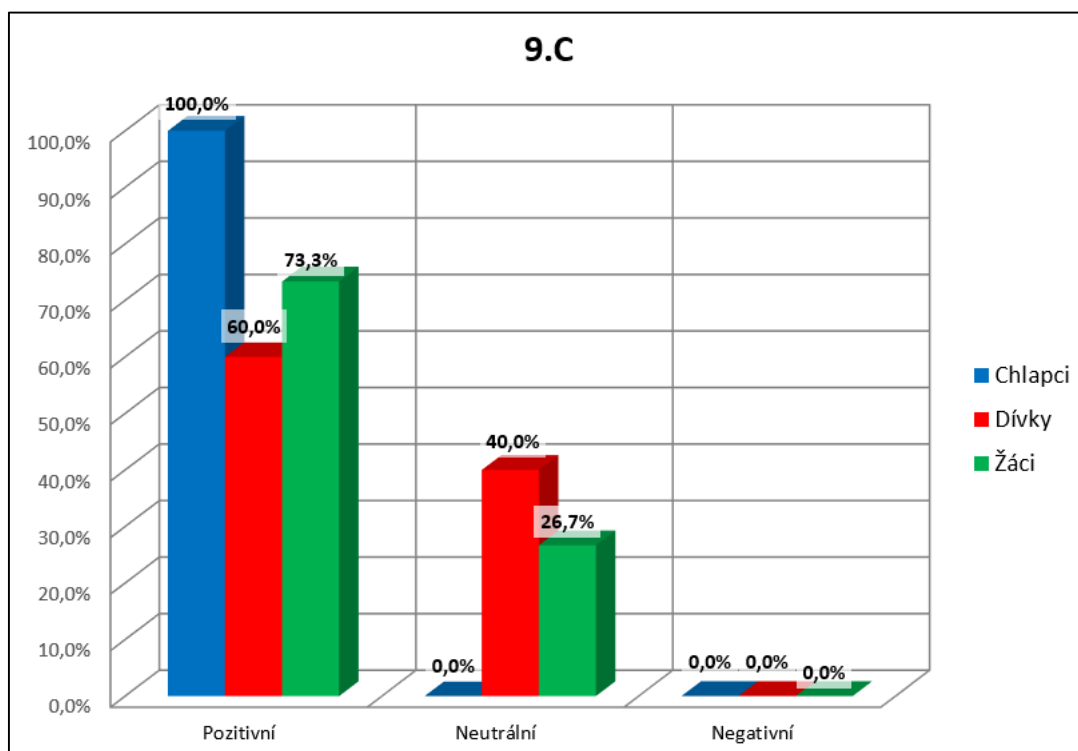
Obrázek 15 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 9.B (Zdroj: vlastní)

9.B je třídou ZŠ Seifertova, jedná se o třídu sportovní se zaměřením na hokej. Respondenti využili všech tří možných odpovědí. Dívky i chlapci mají téměř stejné procentuální zastoupení kladného vztahu k tělesné výchově a sportu, liší se pouze o 4,5%. 36,4% chlapců má neutrální vztah a negativní vztah 9,1% chlapců. Neutrální a negativní vztah k tělesné výchově a sportu má 25% děvčat. V této třídě má pozitivní vztah 52,6%, neutrální 31,6% a negativní vztah 15,8% respondentů k tělesné výchově a sportu. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že v této třídě převažuje počet žáků s kladným postojem k TV a sportu.

## Výsledky třídy 9.C

Tabulka 19 Výsledky dotazníkového šetření třídy 9.C (Zdroj: vlastní)

9.C	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	5	6	11
Neutrální	0	4	4
Negativní	0	0	0
<b>Celkem</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>



Obrázek 16 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 9.C (Zdroj: vlastní)

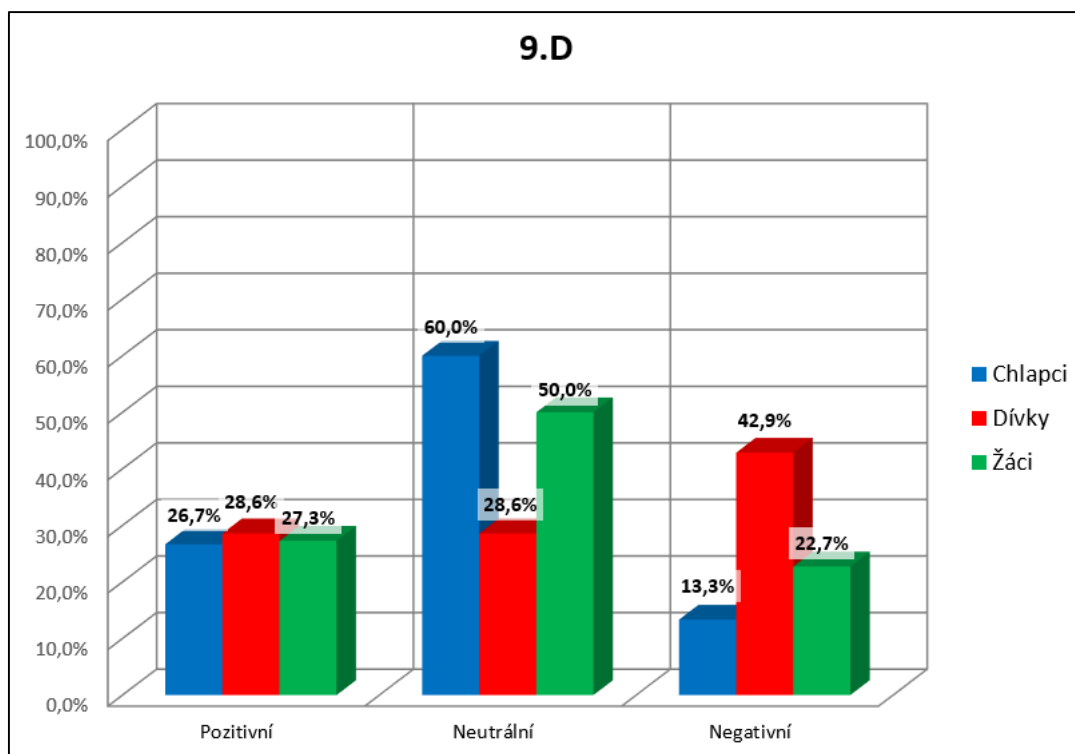
9.C je třídou ZŠ Otakara Březiny, jedná se o nesportovní třídu. Zde mají chlapci 100% kladný vztah k tělesné výchově a sportu. U dívek je z výsledků patrné, že o tento předmět neprojevuji takový zájem jako chlapci. Kladně odpovědělo 60% a nevyhraněný názor zaujímá 40% dívek. Celkově tato třída zaujímá 73,3% pozitivní vztah, 26,7% neutrální vztah a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že v této třídě převažuje počet žáků s kladným postojem k TV a sportu.



## Výsledky třídy 9.D

Tabulka 19 Výsledky dotazníkového šetření třídy 9.C (Zdroj: vlastní)

9.D	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	4	2	6
Neutrální	9	2	11
Negativní	2	3	5
Celkem	15	7	22



Obrázek 17 Postoj k tělesné výchově a sportu třídy 9.D (Zdroj: vlastní)

9.D je třídou ZŠ Kollárova, jedná se o nespportovní třídu. Dívky i chlapci mají téměř stejné procentuální zastoupení kladného vztahu k tělesné výchově a sportu, liší se pouze o 1,9%. Nevyhraněný názor převládá u chlapců o 31,4% více, než u dívek. Negativní vztah zaujímají dívky o 29,6% více, než chlapci. V této třídě má pozitivní vztah 27,3%, neutrální 50% a negativní vztah 22,7% respondentů k tělesné výchově a sportu. Ze všech tázaných tříd, se v této vyskytuje nejvíce odpovědí, kde respondenti uvedli, že mají vztah negativní. Výsledky též prokázaly, že v této třídě převažuje počet žáků s neutrálním postojem k TV a sportu.

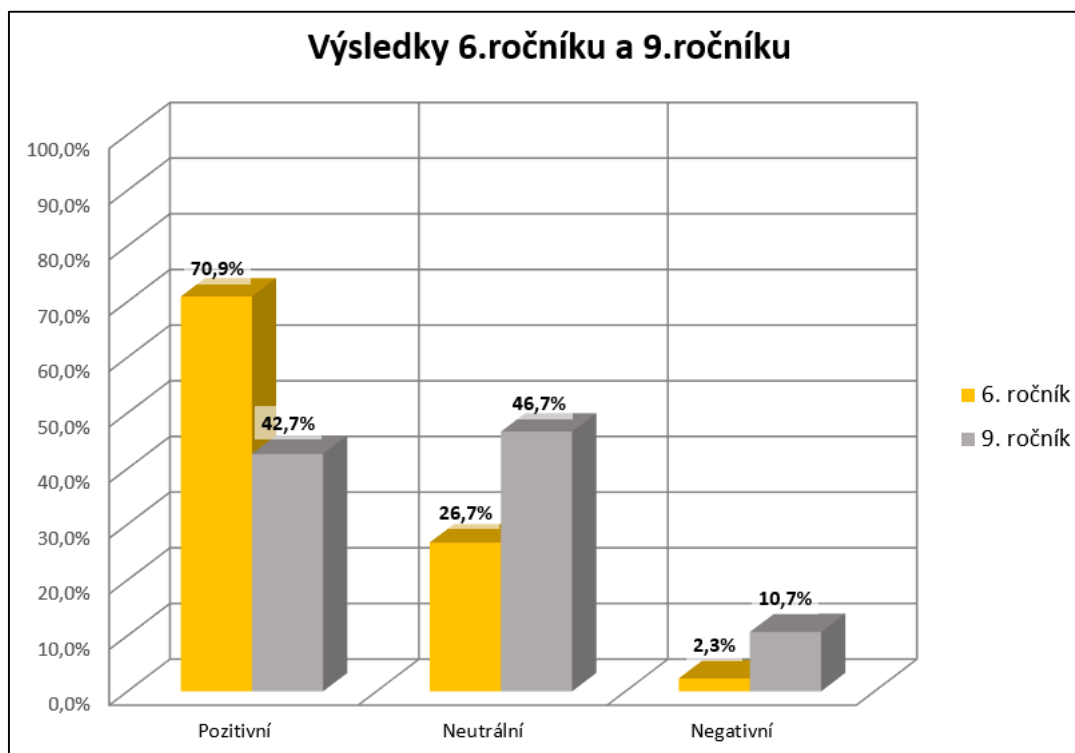
## Srovnání výsledků šestého a devátého ročníku

Tabulka 20 Výsledky dotazníkového šetření 6. ročníku (Zdroj: vlastní)

6. ročník	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	36	25	61
Neutrální	21	2	23
Negativní	1	1	2
Celkem	58	28	86

Tabulka 21 Výsledky dotazníkového šetření 9. ročníku (Zdroj: vlastní)

9. ročník	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	17	15	32
Neutrální	20	15	35
Negativní	3	5	8
Celkem	40	35	75



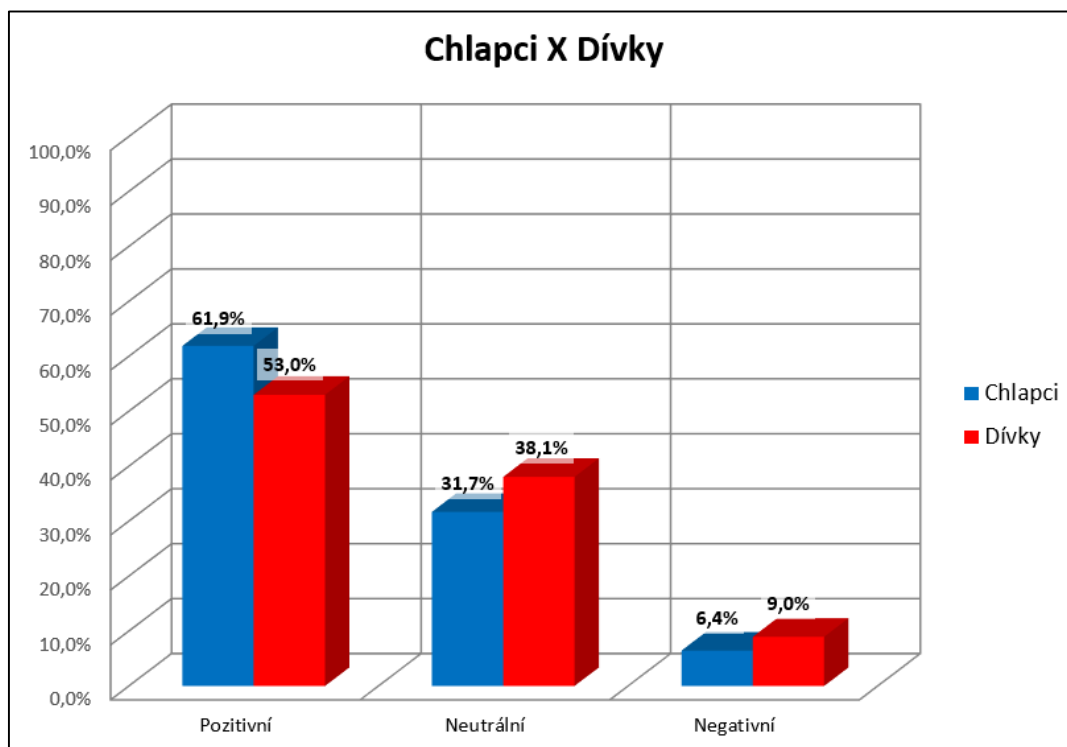
Obrázek 18 Postoj k tělesné výchově a sportu 6. ročníku a 9. ročníku (Zdroj: vlastní)

Z grafu je zřejmé, že u žáků 6. ročníku převažuje kladný postoj, zatímco žáci 9. ročníku spíše zauímají nevyhraněný postoj na tělesnou výchovu a sport. Rozdíl mezi kladným vztahem žáků 6. a 9. ročníku je 28,2% ve prospěch žáků 6. ročníku. Neutrální vztah se mezi zkoumanými ročníky liší o 20% a negativní vztah převládá u žáků 9. ročníku o 8,4% nad žáky 6. ročníku. Na základě těchto výsledků se potvrdilo, že žáci 6. ročníků mají pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci 9. ročníků.

## Srovnání výsledků chlapců a dívek

Tabulka 22 Výsledky dotazníkového šetření chlapců a dívek (Zdroj: vlastní)

	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	125	71	196
Neutrální	64	51	115
Negativní	13	12	25
Celkem	202	134	336



Obrázek 19 Postoj k tělesné výchově a sportu u chlapců a dívek (Zdroj: vlastní)

Na základě výsledků z dotazníkového šetření došlo ke zjištění, že chlapci i dívky mají kladný postoj k tělesné výchově a sportu. U chlapců převládá o 8,9% pozitivnější vztah než u dívek. Více dívek zaujímá nevyhraněný názor a to přesně o 6,4%. Dívky mají také větší procentuální zastoupení negativního vztahu než chlapci. Na základě těchto výsledků se potvrdilo, že chlapci mají pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než děvčata.

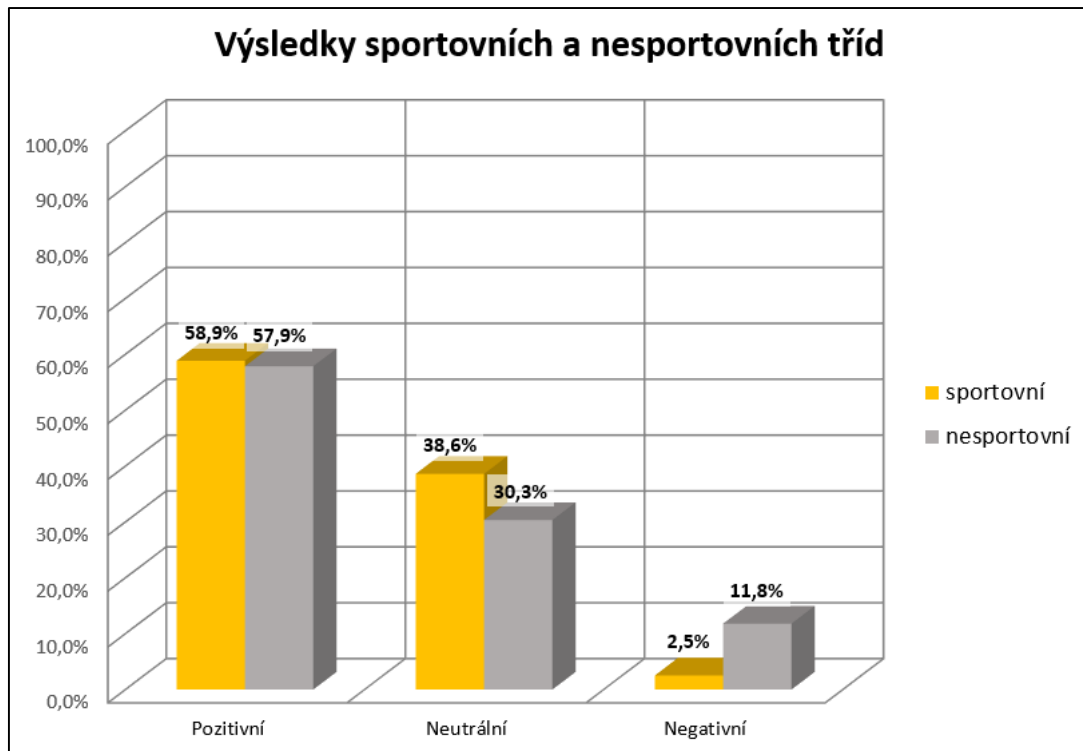
## Srovnání výsledků sportovních a nespportovních tříd

Tabulka 23 Výsledky dotazníkového šetření sportovních tříd (Zdroj: vlastní)

Sportovní	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	62	31	93
Neutrální	32	29	61
Negativní	2	2	4
<b>Celkem</b>	<b>96</b>	<b>62</b>	<b>158</b>

Tabulka 24 Výsledky dotazníkového šetření nespportovních tříd (Zdroj: vlastní)

Nespportovní	Chlapci	Dívky	Celkem
Pozitivní	63	40	103
Neutrální	32	22	54
Negativní	11	10	21
<b>Celkem</b>	<b>106</b>	<b>72</b>	<b>178</b>



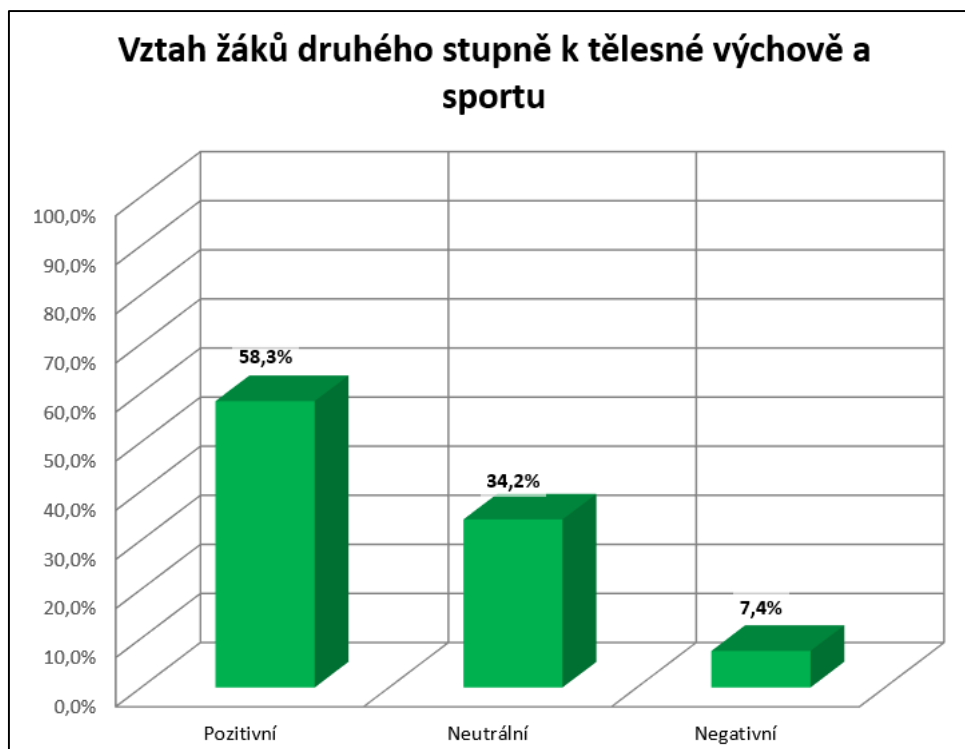
Obrázek 20 Postoj k tělesné výchově a sportu u sportovních a nespportovních tříd (Zdroj: vlastní)

Z výsledků dotazníkového šetření je zřejmé, že u sportovních i nesportovních tříd převažuje kladný postoj k tělesné výchově a sportu. Rozdíl mezi těmito třídami v kladném postoji se liší o pouhé 1%. Nevyhraněný názor zaujímají žáci sportovních tříd o 8,3% nad žáky nesportovních tříd, kteří mají i vyšší procentuální zastoupení negativního postoje k tělesné výchově a sportu. Na základě těchto výsledků se potvrdilo, že žáci sportovních tříd mají pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci nesportovních tříd. Je překvapivým zjištěním, že tento rozdíl mezi třídami sportovními a nesportovními je o pouhé 1%.

## Celkové výsledky vybraného vzorku žáků druhého stupně základních škol v Jihlavě

Tabulka 25 Výsledky dotazníkového šetření žáků druhého stupně (Zdroj: vlastní)

	Celkem
Pozitivní	196
Neutrální	115
Negativní	25
<b>Celkem</b>	<b>336</b>



Obrázek 21 Postoj k tělesné výchově a sportu u žáků druhého stupně (Zdroj: vlastní)

Z výsledku dotazníkového šetření je zřejmé, že u vybraného vzorku žáků druhého stupně základních škol v Jihlavě převažuje kladný postoj k tělesné výchově a sportu. Pozitivní vztah má celkově 58,3% respondentů, neutrální vztah zaujímá 34,2% a negativní 7,4% respondentů.

## 6 Diskuze

V bakalářské práci jsme zjišťovali vztah k tělesné výchově a sportu u vybraného vzorku žáků na druhém stupni základních škol v Jihlavě. V diskuzi se snažíme nastínit a zhodnotit získané výsledky. K dosažení cíle bakalářské práce jsme uplatnili standardizovaný dotazník.

Výzkum byl uskutečněn na čtyřech základních školách v Jihlavě. Na ZŠ Evžena Rošického, ZŠ Seifertova, ZŠ Otakara Březiny a ZŠ Kollárova. Kritériem záměrného výběru bylo sportovní a nespportovní zaměření škol a přibližně stejná velikost škol. Základní školy E. Rošického a Seifertova byly vybrány vzhledem k tomu, že jsou jediné sportovně zaměřené základní školy v Jihlavě. Základní školy Otakara Březiny a Kollárova byly vybrány na základě přibližně stejného počtu žáků, jako mají sportovní základní školy. Celkově se výzkumu zúčastnilo 336 žáků. Z šestého ročníku bylo 86 tázaných žáků, ze sedmého ročníku 94 žáků, z osmého ročníku 81 žáků a z devátého ročníku 75 žáků. Zkoumané třídy 6.A, 7.A, 8.A a 9.A jsou třídy základní školy Evžena Rošického. Tyto třídy jsou sportovní, se zaměřením na plavání. Třídy 6.B, 7.B, 8.B a 9.B spadají do základní školy Seifertova. Tyto třídy jsou též sportovní, ale se zaměřením na hokej. Pod základní školu Otakara Březiny patří třídy 6.C, 7.C, 8.C a 9.C, tyto třídy jsou bez sportovního zaměření. Třídy 6.D, 7.D, 8.D a 9.D spadají do základní školy Kollárova a jsou též nespportovní.

V bakalářské práci jsme položili tři výzkumné otázky. První otázka zní, zda mají žáci šestých ročníků pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci devátých ročníků základních škol. Z výsledků je zřejmé, že žáci šestých ročníků mají kladnější postoj k tomuto předmětu než žáci devátých ročníků. Pozitivní vztah z šestého ročníku má celkově 70,9% respondentů. Respondenti z devátého ročníku dosáhli v pozitivním vztahu pouhých 42,7%. Rozdíl tedy mezi kladným vztahem žáků šestého a devátého ročníku je 28,2% ve prospěch žáků šestého ročníku. Neutrální vztah z šestého ročníku má celkově 26,7% respondentů. Respondenti z devátého ročníku dosáhli v neutrálním vztahu 46,7%. Neutrální vztah se mezi zkoumanými ročníky liší o 20%. Negativní vztah převládá u devátého ročníku, respondenti z toho ročníku dosahují 10,7%. Žáci šestého ročníku zaujímají negativní vztah k tomuto předmětu pouze 2,3%. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že u žáků šestého ročníku převažuje kladný postoj, ale u žáků

devátého ročníku převažuje nevyhraněný názor na tělesnou výchovu a sport. Jako velký problém během dotazníkového šetření, sledujeme v tom, že někteří žáci, především žáci starších ročníků mohli při vyplňování dotazníků ztrácet pozornost, jelikož dotazník obsahuje 51 položek. Naopak žáci mladších ročníků ne vždy porozuměli zadané otázce.

Druhá výzkumná otázka zní, zda mají chlapci pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než děvčata. Z výsledků dotazníkového šetření je zřejmé, že chlapci mají kladnější postoj k tomuto předmětu než dívky. Chlapci v pozitivním vztahu celkově dosáhli 61,9%. Děvčata mají kladný postoj o 8,9% nižší, tedy celkově dosáhla v pozitivním vztahu 53%. Neutrální vztah k tomuto předmětu má 31,7% chlapců a dívky zaujímají 38,1%. Nevyhraněný názor je tedy u dívek o 6,4% vyšší než u chlapců. Negativní vztah převládá u dívek a dosahují 9%. Chlapci zaujímají negativní vztah k tomuto předmětu pouze 6,4%, což je o 2,6% méně než u dívek. Na základě těchto výsledků se prokázalo, že u chlapců i dívek převládá kladný postoj k tělesné výchově a sportu.

Třetí výzkumná otázka zní, zda mají žáci sportovních tříd pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci běžných tříd. Z výsledků dotazníkového šetření je zřejmé, že sportovní třídy mají kladnější postoj k tělesné výchově a sportu než třídy bez sportovního zaměření. Pozitivní vztah ze sportovních tříd má celkově 58,9% respondentů. Respondenti z běžných tříd dosáhli v pozitivním vztahu 57,9%. Rozdíl mezi těmito třídami v kladném postoji se liší o pouhé 1%. Vzhledem k tomu, že se jedná o sportovní třídy, byl zde předpokládán větší převažující počet žáků s pozitivním vztahem k tělesné výchově a sportu. Je to tedy překvapující výsledek. Dotazované sportovní třídy byly se zaměřením na plavání a hokej. Všechny třídy se zaměřením na hokej vyšly s kladným postojem. Třídy se sportovním zaměřením na plavání mají převažující neutrální vztah k tomuto předmětu. Jediná třída 6.A vyšla s pozitivním vztahem. Právě kvůli výsledkům tříd se zaměřením na plavání kleslo procentuální zastoupení pozitivního vztahu u celkově zkoumaných tříd sportovních. Neutrální vztah ze sportovních tříd má celkově 38,6% respondentů. Respondenti z běžných tříd dosáhli v neutrálním vztahu 30,3%. Neutrální vztah se mezi zkoumanými třídami liší o 8,3%. Negativní vztah převládá u tříd bez sportovního zaměření, respondenti z těchto tříd dosahují 11,8%. Žáci sportovních tříd zaujímají negativní vztah k tomuto předmětu pouze 2,5%.

Z celkového dotazníkového šetření lze potvrdit, že vzorek vybraných žáků druhého stupně základních škol v Jihlavě má kladný postoj k tělesné výchově a sportu.



Pozitivní vztah má celkově 58,3% respondentů, neutrální vztah zaujímá 34,2% a negativní 7,4% respondentů.

Stejně dotazníkové šetření proběhlo na Slovensku v ZŠ s MŠ J. S. Neresníckeho Dobrá Niva. Zde byl výzkum prováděn ve školních letech 2008/2009, 2014/2015 a 2015/2016, ale pouze v devátém ročníku. Na této základní škole ve školním roce 2008/2009 zaujímá 75% žáků pozitivní postoj, 25% žáků má nevyhraněný názor a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Ve školním roce 2014/2015 se výsledky značně zhoršily. Pozitivní postoj zaujímá 47,2% respondentů, stejné procento zaujímá neutrální postoj a zbylých 4,76% odpovědělo negativně. Tedy za 6 let klesl pozitivní vztah devátého ročníku o 27,8%. V následujícím školním roce však došlo k vzrůstu pozitivního postoje o 9,94%. Ve školním roce 2015/2016 zaujímá 57,14% žáků pozitivní postoj, 42,86% žáků má nevyhraněný názor a nikdo z dotazovaných neodpověděl negativně. Ve srovnání se školním rokem 2008/2009 došlo v roce 2015/2016 k poklesu pozitivního vztahu o 17,86%. Dotazovaný devátý ročník na ZŠ v Jihlavě zaujímá pozitivní vztah 42,7%, což je nejméně ve srovnání se ZŠ a MŠ J. S. Neresníckeho Dobrá Niva.

Dotazníkové šetření na ZŠ a MŠ J. S. Neresníckeho Dobrá Niva bylo rozděleno i podle pohlaví. Ve školním roce 2008/2009 chlapci projeví 75% pozitivních postojů a pouze 25% neutrálních, ve školním roce 2014/2015 projeví shodně po 50% pozitivních a neutrálních postojů. Velkým pozitivem je, že v předmětných dotaznících ani jeden chlapec neprojevil negativní postoj k tělesné výchově a sportu. Tímto konstatujeme, že s odstupem času došlo u chlapců devátého ročníku na této škole ke snížení pozitivních postojů k tělesné výchově a sportu o 25% a naopak o stejné množství nárůstu postojů neutrálních, což považujeme za negativní zjištění tohoto průzkumu. Situace u dívek byla opačná. Ve školním roce 2008/2009 dívky projeví pouze 11,11% pozitivních postojů a až 77,78% neutrálních, ve školním roce 2014/2015 projeví shodně po 46,15% pozitivních a neutrálních postojů. Tímto konstatujeme, že s odstupem času došlo u dívek devátého ročníku na této škole ke zvýšení pozitivních postojů k tělesné výchově a sportu o 35,04% a naopak o snížení množství neutrálních postojů o 31,63%. Negativní postoj k tělesné výchově a sportu v obou školních letech projevíla pouze jedna dívka. Ve školním roce 2008/2009 představovala 11,11% a ve školním roce 2014/2015 to bylo 7,7%.

## 7 Závěr

Dnešní doba je plná nových technologií, které bohužel ne vždy pozitivně ovlivňují mládež. Děti svůj volný čas raději tráví za obrazovkami monitorů nebo mobilních displejů. Způsob tohoto životního stylu však děti může negativně ovlivňovat, čím dál více trpí různými poruchami pohybového aparátu a jinými nemocemi, které dříve nebyly běžné. Dřívější nadšení žáků pro tělesnou výchovu a sport se ztrácí. Děti tento předmět vnímají jako neoblíbený a snaží se ho spíše přetrpět než užívat. Domníváme se, že tělocvik berou jako méně důležitý často i učitelé, vedení školy a obecně celá společnost. Od učitelů se očekává, že děti naučí psát, číst a počítat. Jestli jim vstřípí lásku k pohybu, naučí je základní pohybové dovednosti, je jaksi navíc. Právě kvůli upadajícímu zájmu o tělesnou výchovu a sport nám přišlo zajímavé vytvořit bakalářskou práci, ve které budeme zjišťovat vztah dětí k tomuto předmětu.

Tato práce byla vypracovaná za účelem zjištění vztahu u vybraného vzorku žáků k tělesné výchově a sportu na druhém stupni základních škol v Jihlavě. Z výzkumu je patrné, že žáci mají kladný postoj k tomuto předmětu. Také se prokázalo, že žáci mladších ročníků mají pozitivnější vztah k tělesné výchově a sportu než žáci starších ročníků. Dále bylo prokázáno, že chlapci zaujímají kladnější postoj k tomuto předmětu než dívky. Potvrdilo se také, že sportovní třídy mají kladnější postoj než třídy bez sportovního zaměření.

Domníváme se, že k tomu, aby byl vytvořen pozitivní vztah dítěte k tělesné výchově a sportu je důležité především kvalitní vzdělání pedagogického charakteru (kvalitní vzdělání zaručuje profesionální přístup k dětem) a osobnostní rysy pedagoga, ale také samotný přístup dítěte. Dále se domníváme, že je potřeba zkvalitnit výchovně vzdělávací proces ve školní tělesné a sportovní výchově, zavádět netradiční pohybové a sportovní aktivity, modernizovat obsah vyučování, formy a metody práce. Zároveň je důležité zlepšit prostorové a materiální vybavení škol, zaktivizovat spolupráci školy s rodiči a sportovními kluby, s cílem zlepšit postoje žáků ke školní tělesné výchově a pravidelné pohybové aktivitě a to zejména na 2. stupni základní školy.

## Referenční seznam

- Bartík, P. (2007). *Postoje žiakov 5. a 9. ročníkov na vybraných ZŠ k telesnej výchove*. Hradec Králové: PF UHK.
- Bartík, P. (2009). *Úroveň postojov k telesnej výchove a športu žiakov ZŠ v stredoslovenskom regióne*. Banská Bystrica: PF UMB.
- Berdychová, J. (1991). *J.A.Komenský a tělesná kultura*. Praha: Olympia.
- Berdychová, J., Reitmayer, L., Libenský, J., Prášilová, M., Pařízková, V., Janovská, J., . . . Hladil, J. (1978). *Tělesná výchova pro studující učitelství základní školy /1.stupeň/*. Praha: SPN.
- Fialová, L., & Rychtecký, A. (1998). *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum.
- Fialová, L., & Rychtecký, A. (2004). *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum.
- Frömel, K. (1986). *Vyučovací jednotka tělesné výchovy*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Frömel, K. (1987). *Úvod do didaktiky TV I*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Hartl, P. (2004). *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Choutka, M. (1988). *Teorie sportu*. Praha: Univerzita Karlova.
- Juřinová, I., & Stejskal, F. (1987). *Rozvoj pohybových schopností ve školní tělesné výchově*. Praha: SPN.
- Kosová, & B., Kasáčová, B. (2009). *Základné pojmy a vzťahy v edukácii*. Banská Bystrica: Pdf UMB.
- Kössl, J., Štumbauer, J., & Waic, M. (1999). *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. Praha: Karolinum.
- Kubáni, V. (2004). *Všeobecná psychológia*. Prešov: FHPV PU.
- Melka, M. (1986). *Didaktika tělesné výchovy*. České Budějovice: Pedagogická fakulta.
- Mužík, V., & Krejčí, M. (1997). *Tělesná výchova a zdraví*. Olomouc: Hanex.
- Peráčková, J., Antala, B., Chromík, M., Labudová, J., Majerský, O., Melicher, A., & Sýkora, F. (2001). *Didaktika školskej telesnej výchovy*. Bratislava: FTVŠ UK.
- Příhoda, V. (1963). *Ontogeneze lidské psychiky I*. Praha: SPN.
- Sivák, J. (2000). *Vzdelávací štandard z telesnej výchovy pre 2. stupeň základných škôl*. Bratislava: MŠ SR.
- Sýkora, F., Kostková, J., Frano, J., Janouch, V., Labudová, J., Pischová, Ž., Rychtecký, A., & Stráňai, K. (1985). *Didaktika tělesné výchovy*. Praha: SPN.
- Štilec, M., Dovalil, J., Hošek, V., Choutka, M., Choutková, B., & Kocourek, J. (1989). *Sportovní příprava dětí a mládeže*. Praha: SPN.
- Švec, J. (1996). *Stručná historie tělesné kultury*. Hradec Králové: Gaudeamus.
- Vilímová, V. (2009). *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Masarykova univerzita.
- Vlasáková, N. (1994). *Alternativní pojetí struktury vyučovacích hodin školní tělesné výchově*. Praha: Fortuna.

## Seznam příloh

### Dotazník k bakalářské práci

Milý žáku,

v zájmu zkvalitnění vyučování tělesné výchovy na základní škole se obracíme na Tebe s prosbou o vyplnění dotazníku, kterým chceme zjistit názory a postoje žáků k tělesné výchově.

Jen zodpovědným a upřímným přístupem k vyplnění dotazníku můžeš přispět k tomu i Ty osobně.

Při vyplňování dotazníku postupuj tak, že si nejdříve pozorně přečteš výrok – tvrzení v textové části a svůj názor k němu zaznamenáš do tabulky odpovědí.

Zachovej pořadí tvrzení – výroků v textové části s pořadím odpovědí v tabulce, kde svoje osobní stanovisko k nim vyjádříš podtrhnutím jedné z třech možností, které znamenají:

**ANO** – souhlas s daným výrokiem – tvrzením

**NEVÍM** – neinformovanost, nerozhodnost,

**NE** – nesouhlas s daným výrokiem – tvrzením.

Škola (název): \_\_\_\_\_

Město (obec): \_\_\_\_\_

Chlapec/Dívka

1. Na hodinách tělesné výchovy bych se měl naučit hlavně to, co můžu využít i po skončení školy.
2. Tělesná zdatnost pomáhá při studiu a při vykonávání povolání.
3. Nejlepší odpočinek po vyučování (po práci) je odpočinek formou aktivního tělesného cvičení.
4. Tělesná zdatnost a odolnost organismu je základem štěstí člověka.

5. Aktivní odpočinek je základem dobrého subjektivního pocitu.
6. Množství pohybu, které poskytuje povinná tělesná výchova je pro mládež nedostatečná.
7. Tělesná výchova – tělovýchovná a sportovní činnost jsou důležité na odstranění duševní únavy.
8. Způsob a zásady vykonávání tělovýchovné činnosti ve volném čase musí být známé a dostupné pro všechny.
9. Je velmi potřebné zvýšit počet hodin tělesné výchovy ve škole.
10. Škola je povinná organizovat rekreační tělesnou výchovu pro žáky.
11. Ekonomické a materiální zabezpečení školní tělesné výchovy je dobré.
12. Tělesná výchova deformuje člověka tělesně i duševně.
13. Tělesná výchova unavuje tolik, že oslabuje následnou duševní činnost žáků.
14. Tělesná výchova zlepšuje smyslové vnímání.
15. Tělesná výchova otužuje organismus žáků.
16. Tělesná výchova je ekonomicky příliš nákladná.
17. Tělesná výchova je potřebná jen pro duševně pracující lidi ve městech.
18. Zvládnutí nového pohybu (cvičení) je u mě vždy spojené s příjemným pocitem.
19. Imponují mi lidé s dobrou fyzickou kondicí.
20. Líbí se mi pocity, které mám po tělesné námaze.
21. Cvičit, sportovat je pro mě vždy zajímavé.
22. Když se nemůžu zúčastnit tělesné výchovy, je mi vždy velmi líto.
23. Každý pohyb vyvolává ve mně příjemné pocity.
24. Na hodinách tělesné výchovy vykonává všechna cvičení s radostí a co nejlépe.
25. Cítím se příjemně, když i moji kamarádi (kamarádky) vykonávají cvičení s radostí.
26. Při cvičení (sportování) najdu snáze přítele (přítelkyni) než v průběhu jiných činností.
27. Tělesná výchova mě uspokojuje i tím, že mě vychovává k zodpovědnosti.
28. Tělesná výchova podporuje moji sebedůvěru ve vlastní síly a schopnosti.
29. Tělesná výchova rozvíjí moji odvahu a rozhodnost.
30. Tělesná výchova formuje můj charakter (ohleduplnost, citlivost, toleranci, apod.).
31. Tělesná výchova podporuje „vůdcovství“, víc než jiné činnosti.
32. Účast v tělesné výchově podporuje smysl pro „zdravou“ bojovnost a agresivitu.
33. Tělesná výchova podporuje smysl pro spolupráci.

34. Tělesná výchova nemůže přinášet žádné uspokojení.
35. Když si plánujete čas, je v něm vždy vyhrazené místo pro tělovýchovnou, případně sportovní činnost.
36. Ve volném čase organizuji někdy tělovýchovnou a sportovní činnost i pro přátele.
37. Jsem přesvědčený, že i v budoucnosti se budu pravidelně věnovat tělovýchovné a sportovní činnosti.
38. Proto, abych si zacvičil, jsem schopný překonávat hodně překážek, i zříct se jiných koníčků.
39. Kdyby to bylo možné, chodil bych do školy pěšky, na kole nebo na bruslích.
40. Tělovýchovnou a sportovní činnost jsem schopný a ochotný vykonávat i ve špatném počasí.
41. Během prázdnin věnuji hodně času cvičení, sportování, turistice.
42. Mám zájem nejen cvičit, ale i rozšiřovat své vědomosti o tělesné kultuře (tělesné výchově, sportu, turistice, atd.).
43. Pravidelná pohybová aktivita, sport odstraňují mojí pohodlnost a lenivost.
44. Pravidelná pohybová aktivita, sport jsou pro mě bezpodmínečně nutné.
45. Tělesná výchova a sport ovlivňují celý můj život.
46. Tělovýchovná a sportovní činnost je v porovnání s jinými činnostmi nudná.
47. Tělovýchovné a sportovní činnosti věnuji značnou část svého volného času.
48. Tělovýchovná činnost je pro mě ztrátou času.
49. Tělovýchovná sportovní činnost je pro mě hlavně zábava.
50. Tělesná výchova a sport mě udržují v činorodé aktivitě.
51. Tělovýchovné a sportovní činnosti nevěnuji příliš času.