

Univerzita Karlova  
Pedagogická fakulta  
Katedra tělesné výchovy

## DIPLOMOVÁ PRÁCE

Porovnání výuky házené ve výuce tělesné výchovy na 2. stupni základních  
škol a na víceletých gymnáziích

Comparison of teaching handball in the teaching of physical education at the  
2nd grade of elementary schools and at multi-year gymnasiums

Vypracovala: Bc. Veronika Stránská

Vedoucí práce: PaedDr. Ladislav Pokorný

Studijní program: Učitelství tělesné výchovy pro 2. stupeň základní školy  
a střední školy

Studijní obor: Navazující magisterské studium tělesná výchova a sport, základy  
společenských věd

Praha 2023

### **Prohlášení**

Odevzdáním této diplomové práce na téma „Porovnání výuky házené ve výuce tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích“ s použitím uvedených bibliografických citací potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 18. 4. 2023

.....

Veronika Stránská

## **Poděkování**

Tímto bych ráda poděkovala vedoucímu diplomové práce panu PaedDr. Ladislavu Pokornému za veškerou pomoc, ochotu a vedení mé práce, za poskytnutí odborných informací, rad a cenných zkušeností z jeho mnohaleté praxe na katedře tělesné výchovy a sportu, Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy. Dále bych chtěla poděkovat veškerým učitelům, žákům, studentům základních škol a víceletých gymnáziích, kteří mi byli nápomocnými při realizaci mé diplomové práce. V neposlední řadě bych chtěla také poděkovat celé své rodině za podporu po celou dobu studia i při psaní této diplomové práce.

## **ABSTRAKT**

Tato diplomová práce se zabývá problematikou výuky házené v hodinách tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha. Diplomová práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. Teoretická část se zabývá pojetím výuky házené v rámci Rámcového vzdělávacího programu, ve školní tělesné výchově, pravidly a didaktikou házené. Praktická část se věnuje mapování a následnému porovnání výuky a vybavenosti škol k výuce školní házené na základních školách a víceletých gymnáziích v kraji Praha, prostřednictvím dotazníkového šetření.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

**Výuka, tělesná výchova, házená, základní škola, víceletá gymnázia, Rámcový vzdělávací program (RVP)**

## **ABSTRACT**

This diploma thesis deals with the issue of teaching handball in physical education classes at the second level of elementary schools and multi-year high schools in the Prague region. The diploma thesis is divided into a theoretical and a practical part. The theoretical part deals with the concept of teaching handball within the Framework Educational Program, school physical education, rules and didactics of handball. The practical part is devoted to mapping and subsequent comparison of teaching and school equipment for teaching school handball at elementary schools and multi-year high schools in the Prague region, through a questionnaire survey.

## **KEYWORDS**

Teaching, physical education, handball, elementary school, multi-year gymnasium, Framework educational program

# 1 Obsah

2	Úvod .....	3
2.1	Cíle práce .....	5
3	Teoretická část .....	8
3.1	Pravidla házené .....	8
3.1.1	Hrací plocha.....	8
3.1.2	Branky.....	9
3.1.3	Jednotlivé označení čar .....	9
3.1.4	Hrací doba .....	12
3.1.5	Závěrečný signál .....	14
3.1.6	Time-out .....	15
3.1.7	Míč.....	16
3.1.8	Týmy .....	16
3.1.9	Střídání hráčů .....	17
3.1.10	Vybavení hráčů.....	18
3.1.11	Zranění hráčů .....	19
3.1.12	Brankář .....	19
3.1.13	Brankoviště.....	20
3.1.14	Hra s míčem.....	21
3.1.15	Dovolená akce .....	22
3.1.16	Fauly a nespornovní chování.....	23
3.1.17	Dosažení gólu .....	24
3.1.18	Výhoz.....	24
3.1.19	Hody brankáře.....	25
3.1.20	Nařízení volného hodů .....	26
3.1.21	Sedmimetrový hod .....	26
3.1.22	Rozhodčí, časoměřič a zapisovatel.....	27
3.2	Rámcový vzdělávací program (RVP) a pojetí sportovních her včetně házené v Rámcovém vzdělávacím programu .....	28
3.2.1	Pojetí sportovních her včetně házené v Rámcovém vzdělávacím programu .....	30
3.2.2	Očekávané výstupy žáků na druhém stupni základních škol .....	31
3.2.3	Školní tělesná výchova .....	32
3.2.4	Zásady školní tělesné výchovy.....	33
3.2.5	Organizační formy ve školní tělesné výchově .....	33
3.2.6	Vyučovací jednotka tělesné výchovy.....	34

3.2.7	Typologie vyučovací jednotky .....	34
3.2.8	Vyučovací jednotky dle obsahu zařazených sportů .....	35
3.2.9	Struktura vyučovací jednotky .....	35
3.3	Systematika v házené .....	36
3.3.1	Základní postavení hráčů – charakteristika .....	37
3.3.2	Herní činnosti jednotlivce.....	38
3.3.3	Obranné herní činnosti jednotlivce .....	44
3.3.4	Herní kombinace .....	51
3.3.5	Herní systémy.....	57
3.4	Rešerše tématu .....	61
4	Praktická část.....	63
5	Diskuze .....	107
6	Závěry .....	117
7	Seznam literatury .....	120
8	Internetové zdroje.....	124
9	Akademické práce .....	125
10	Seznam příloh.....	126
10.1	Příloha 1 .....	126
11	Seznam grafů.....	133
12	Seznam zkratk .....	135

## 2 Úvod

Téma diplomové práce, které se věnuje výuce týmového míčového sportu – házené, nebylo vybráno náhodně, neboť sama autorka zařazení házené do výuky vedených hodin tělesné výchovy s radostí uvítala již na oborových praxích. Jakožto začínající učitel tělesné výchovy, autorka házenou zařazuje do výuky průběžně, kombinace průpravných cvičení, her a hry samotné. Důvodů, proč je házená všestranným pomocníkem žákům i školním institucím je hned několik. Mezi ty nejdůležitější patří fakt, že je možné její hru upravit a přizpůsobit prostorům a vybavení škol. Jedná se o finančně nenáročný sport – postačí nákup míčů a branek, dále není nikterak náročným sportem ani pro žáky z hlediska dovedností. Házená využívá přirozené pohyby jako je chůze, běh, skok, házení a chytání apod. Je taktéž možné zařazení hry jak do dívčích hodin tělesné výchovy, tak i chlapeckých. Pravidla hry mohou být upravena, lze hrát venku i ve vnitřních prostorech dle velikosti herní plochy – je možné upravit také počet hráčů, herní čas apod. A tak je možné výuku házené realizovat i v těch nejmenších tělocvičnách či v prostorech školních hřišť. Žáky tak prostřednictvím házené můžeme i zábavnou formou motivovat k lepším pohybovým návykům a předcházet tak riziku rozvinutí civilizačních chorob, a především naučit žáky fair play, respektu k ostatním hráčům ale i pravidlům hry a k vedení zdravé soutěživosti. Dále těmito aktivitami je možné podpořit kolektiv ve třídě a pozitivně ovlivnit sociální vztahy mezi žáky. Vzhledem k situaci, kdy autorka jakožto žákyně a student neměla možnost se s házenou osobně setkat, vidí, jak je důležité se těmito pohybovými aktivitám věnovat a zábavnou formou je i nadále předávat v hodinách tělesné výchovy.

Cílem diplomové práce je zmapovat a následně porovnat aktuální situaci školní tělesné výchovy na základních školách a víceletých gymnáziích v kraji Praha se zaměřením na míčový sport házená a jeho didaktické zapracování ve vyučování. Tato diplomová práce se v teoretické části věnuje pravidlům hry házené a didaktice tělesné výchovy, vyučovacím jednotkám v rámci Rámcového vzdělávacího programu. Empirická část práce je zaměřena na dotazníkové šetření, mapování aktuálního stavu házené v prostředí školní tělesné výchovy v kraji Praha v materiální, prostorové ale i didaktické rovině.



Autorka stanovila svůj výzkum na základě devíti předem formulovaných hypotéz, které použitými metodami dotazníkového šetření a analyzováním na vybraném a porovnatelném vzorku základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha, v závěru své práce verifikuje.

Použitými metodami výzkumu jsou komparace a analýza dat na základě dotazníkového šetření s jednotlivými učiteli tělesné výchovy druhého stupně základních škol a víceletých gymnázií.

Motivací autorky k potřebě analyzovat skutečný stav začleňování házené do hodin tělesné výchovy na základních školách a víceletých gymnázií byla učitelská a trenérská praxe, ve které byly spatřeny viditelné pohybové, dovednostní a motivační rozdíly mezi žáky a dětmi, které se s házenou a dalšími sporty setkávají častěji než jiné či se s těmito pohybovými aktivitami nesetkaly nikdy. Rámcový vzdělávací program poskytuje základní oporu školním institucím, a však nikterak nekonkretizuje, jakou formou je didaktického cíle dosaženo. V realizaci tělesné výchovy tak poté můžeme spatřit rozdílné a mnohdy kontraproduktivní metody a náplň výuky směřující k nezábavné a stereotypní rutině vyučování vedoucí ke ztrátě zájmu o pohyb z pohledu žáků a studentů.

## 2.1 Cíle práce

**Hlavní cíl:** Zmapovat a porovnat výuku házené na 2. stupni základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha.

### Dílčí cíle:

- 1) Zjistit a porovnat prostorové možnosti učitelů tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a na víceletých gymnáziích pro výuku házené v kraji Praha.
- 2) Zjistit a porovnat materiální vybavení učitelů tělesné výchovy druhého stupně základních škol a víceletých gymnázií pro výuku házené v kraji Praha.
- 3) Zjistit a porovnat zařazování házené do výuky tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.
- 4) Zjistit a porovnat využívané didaktické řídicí styly a didaktické postupy v hodinách školní tělesné výchovy zaměřených na výuku házené na druhém stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.
- 5) Zjistit a porovnat zařazování samotné hry házené do vyučovacích jednotek učitelů 2. stupně základních škol a víceletých gymnázií v Praze.
- 6) Zjistit a porovnat zařazování průpravných cvičení, průpravných a závodivých her do výuky házené na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.
- 7) Zjistit a porovnat rozvíjení herních činností žáků na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.
- 8) Zjistit a porovnat nacvičování herních kombinací žáků na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.

9) Zjistit a porovnat účasti žáků na házenkářských mezi školních turnajích na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.

10) Zjistit a porovnat pořádání školních utkání na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.

### **Problémové otázky:**

- 1) Jaké mají pedagogové školní tělesné výchovy v kraji Praha prostorové možnosti, podmínky pro výuku házené (na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích)?
- 2) Jaké mají učitelé školní tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích v kraji Praha materiální vybavení pro výuku házené?
- 3) Je výuka házené na víceletých gymnáziích a na druhém stupni základních škol (v kraji Praha) do výuky školní tělesné výchovy zařazena? Pokud zařazena je, jaký typ házené učitelé zařazují a jaký didaktický řídicí styl a postup v hodinách zaměřených na házenou využívají nejvíce? V jakém časovém horizontu v rámci školního roku učitelé házenou zařazují?
- 4) Zařazují učitelé 2. stupně základních škol a víceletých gymnáziích (v kraji Praha) samotnou hru házené do každé vyučovací jednotky? Pokud ano, kolik procentuálně času věnují samotné hře ve vyučovací jednotce?
- 5) Zařazují učitelé na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích (v kraji Praha) průpravná cvičení nebo průpravné a závodivé hry? Pokud ano, kterou variantu zařazují do hodin tělesné výchovy nejvíce?
- 6) Rozvíjejí učitelé na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích (v kraji Praha) herní činnosti žáků v házené? Pokud ano, které házenkářské herní činnosti žáků učitelé rozvíjejí nejvíce?

- 7) Nacvičují učitelé na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích (v kraji Praha) herní kombinace žáků? Pokud ano, které herní kombinace nacvičují nejvíce?
- 8) Účastní se žáci 2. stupně základních škol a víceletých gymnázií (v kraji Praha) mezi školních turnajů v házené? Pokud ano, účastní se více žáci učitelů základních škol či žáci víceletých gymnázií?
- 9) Pořádají základní školy a víceletá gymnázia v kraji Praha školní utkání v házené?

## 3 Teoretická část

### 3.1 Pravidla házené

Házená je sportovní míčová hra, ve které se uskutečňuje nepřeborné množství nadnárodních i národních soutěží, počínaje mistrovstvím světa, kontinentálním mistrovství až po Olympijské hry, kterými je házená součástí. Házená nabízí soutěže pro různé věkové kategorie i pohlaví. Ve hře házená proti sobě soutěží dvě družstva, každé o sedmi hráčích, hraje se na hřišti s rozměry 40 x 20 metrů a na obou kratších stranách jsou umístěny branky. Před oběma brankami jsou vyznačené brankoviště šesti metrovou čarou, v těchto brankovištích se mohou pohybovat pouze brankáři bránících družstev. Každé družstvo může mít pro celé utkání maximálně šestnáct hráčů, z tohoto počtu však je současně ve hře sedm hráčů včetně brankáře. Zbylí hráči jsou připraveni na střídání. Hráči mohou vystřídat kteréhokoliv hráče v poli či brankáře, ke střídání však musí dojít ve vymezeném území pro střídání. Dospělí hrají v hracím čase 2x30 min, mladší kategorie hráčů hrají kratší hrací dobu. Hrací doba se přerušuje pouze na pokyn rozhodčích.<sup>1</sup>

#### 3.1.1 Hrací plocha

Hrací plochou pro hru házená je obdélník dlouhý čtyřicet metrů, jeho šíře je dvacet metrů. Hrací plocha obsahuje dvě brankoviště a vyznačené hrací pole. Hrací pole je vyznačené čarami, na delší straně jsou postranní čáry, kratší strany plochy ohraničují brankové čáry a vnější brankové čáry. Čáry, které jsou mezi dvěma na sebe navazujícími prostory, mohou být nahrazeny odlišnými barvami sousedních částí hrací plochy.

Po celém obvodu hrací plochy by měla být ochranná zóna vedle postranních čar široká nejméně jeden metr. Ochranná zóna za brankovými a brankovými autovými čarami by měla být široká nejméně dva metry. Během utkání je zakázáno měnit vlastnosti hrací plochy ve prospěch jednoho z družstev.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>2</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

### 3.1.2 Branky

Branky stojí ve středu každé vnější brankové čáry a musí být pevně zakotveny do podlahy či zdi, která se nachází za nimi. Branky mají na výšku rozměry dvou metrů a na šířku mají tři metry. Brankové tyče jsou pevně uchyceny a spojeny vodorovným příčným břevnem. Hrany zadních tyčí a břevna se musí překrývat se zadním okrajem brankové čáry. Rozměry brankových tyčí a břevna jsou čtvercového průřezu, měřícího 8 x 8 centimetrů. Brankové tyče musí být natřeny pruhy dvou kontrastních barev a musí být viditelné na třech stranách z hracího pole. Zároveň se tyto kontrastní barvy musí výrazně odlišovat od pozadí. Branka obsahuje síť, která je zavěšena takovým způsobem, který zabezpečí, aby do branky vhozený míč zůstal v brance. Brankové čáry jsou mezi tyčemi osm centimetrů široké, všechny zbylé čáry mají šířku 5 centimetrů. Před oběma brankami je čárami vyznačeno a ohraničeno brankoviště, jedná se o čtvrtkruh měřen od zadních vnitřních rohů brankových tyčí, které jsou v šíři branky spojeny rovnou čarou. Brankoviště měří 6 metrů a tento prostor je vyhrazen brankáři.

### 3.1.3 Jednotlivé označení čar

**Čára volného hodu** – jedná se o devítimetrovou přerušovanou čáru, nacházející se ve vzdálenosti 3 metrů před čarou brankoviště, souběžně s ní. Jednotlivé mezery mezi úseky čáry měří 15 centimetrů.

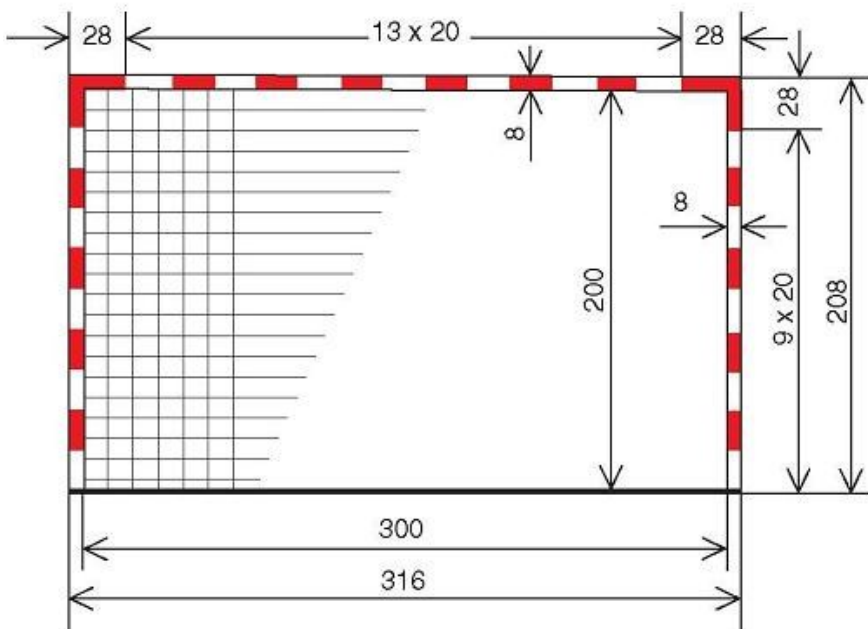
**Sedmimetrová čára** je čára, která měří jeden metr a je umístěna přímo před středem branky, její vyznačení je rovnoběžné s brankovou čarou se vzdáleností sedm metrů od ní.

**Čára hranice brankáře** – označení 15 centimetrů dlouhé čáry přímo před brankou, čára je vyznačena rovnoběžně s brankovou čarou a nachází se ve vzdálenosti čtyř metrů před ní.

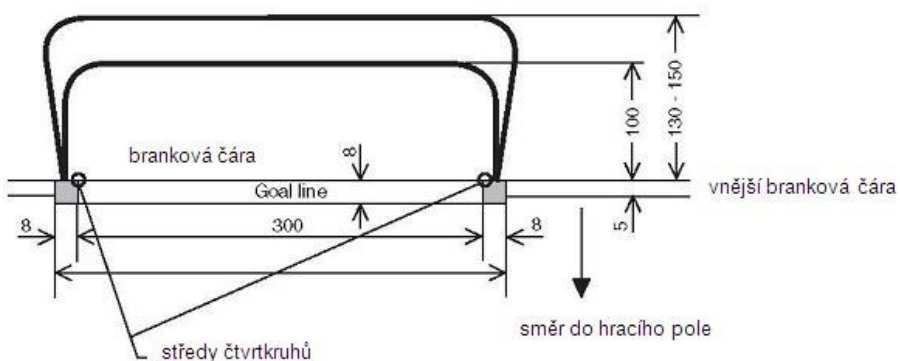
**Středová čára** – čára označující dvě poloviny hrací plochy, spojující půlicí body obou postranních čar a vede dvacet metrů od obou z brankových čar.

**Čára pro střídání** – čára vymežující prostor pro střídání hráčů během hry, úsek dlouhý 4,5 metru od středové čáry, tento koncový bod čáry pro střídání je označen čarou,

kteřá je rovnoběžná s čárou středovou s dělkou patnácet centimetrů na obě strany od postranní čáry.<sup>3</sup>

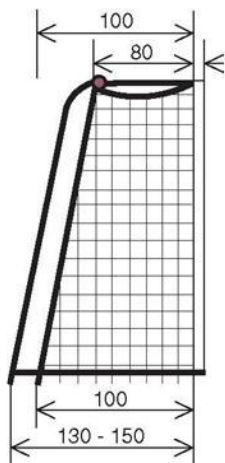


Obrázek 1: Rozměry branky (Zdroj: TUMA, Martin. Systematika házené [online]. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2015)



Obrázek 2: Rozměry branky (Zdroj: TUMA, Martin. Systematika házené [online]. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2015)

<sup>3</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

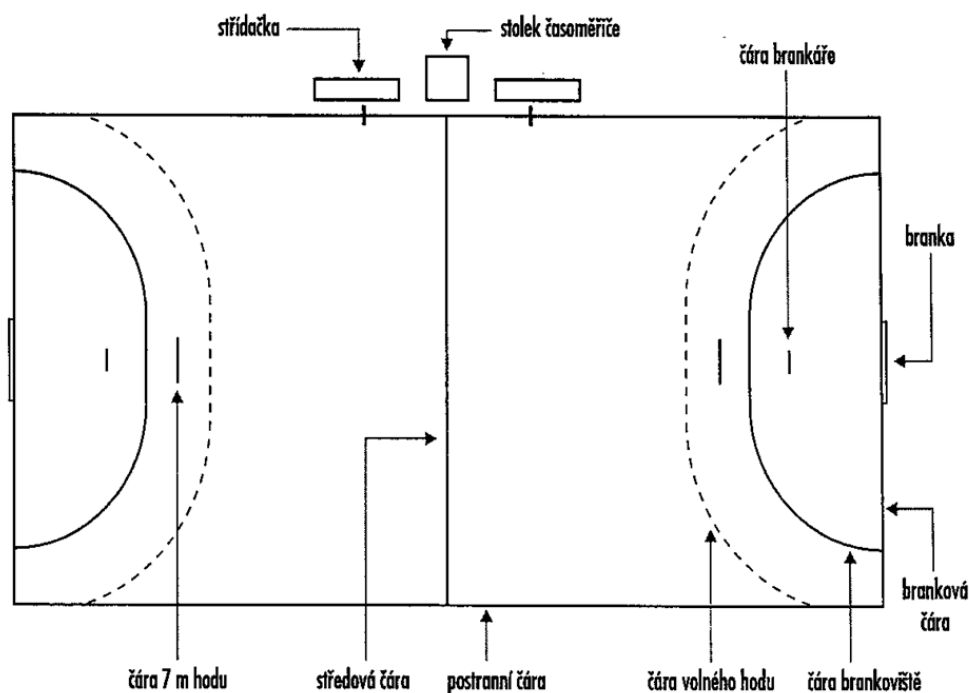


Obrázek 3: Rozměry branky ze strany (Zdroj: TŮMA, Martin. *Systematika házené [online]*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2015)



Obrázek 4: Čáry a prostory pro střídání (Zdroj: TŮMA, Martin. *Systematika házené [online]*. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2015)





Obrázek 5: Hrací plocha. (Zdroj: TŮMA, Martin. *Systematika házené* [online]. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2015)

### 3.1.4 Hrací doba

Hrací doba pro všechna družstva s hráči od věkového limitu šestnácti let má dva poločasy, každý poločas trvá 30 minut. Přestávka mezi poločasy je 10 minut. Hrací doba pro mladší družstva jsou rozdělena následovně. Mládež, družstva ve věku od 12 do 16 let činí 2x25 minut, družstva ve věku od 8 let do 12 let trvá 2x 20 minut. V obou těchto kategoriích je přestávka v poločase trvající deset minut. Ve výjimečných případech IHF, kontinentální federace a národní federace mají právo ustanovit odlišné trvání poločasové přestávky, maximální délka přestávky však může být maximálně 15 minut.<sup>4</sup>

<sup>4</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

V případě nerozhodného stavu utkání po skončení hrací doby následuje prodloužení, k prodloužení dochází po pětiminutové přestávce. Doba trvání prodloužení je 2 poločasy po pěti minutách, s přestávkou v poločase trávající jednu minutu.

Pakliže ani v případě prvního prodloužení není o výsledku výherního týmu rozhodnuto, následuje pětiminutová přestávka a druhé prodloužení. Toto prodloužení trvá znovu 2 poločasy po pěti minutách s minutovou přestávkou v poločase. V případě stále nerozhodného stavu utkání se postupuje dle rozpisu příslušné soutěže.

Má-li být vítěz určen střelbou 7 m hodů, využije se následující postup. Účastnit se rozhodujícího výsledku utkání střelbou 7 m mohou pouze hráči, kteří nebyli na konci hrací doby diskvalifikováni či vyloučeni. Každé družstvo vybere pět hráčů, tito hráči střelí každý jednou, střídavě s hráči druhého družstva. Není nutností družstev určit pořadí střelb hráčů. Brankáře lze vždy určit libovolně pro každý hod, na každou střelbu z oprávněných hráčů

k účasti. Každý oprávněný hráč (viz předchozí zmíněné podmínky – uvedeno výše) se může účastnit střelby 7 m hodů jako střelec i jako brankář. Rozhodčí určuje, na jakou branku se bude střílet, dále rozhodčí provedou losování pomocí mince, to družstvo, které vyhraje los, si může vybrat, zda střelbou začne či zda bude střílet jako druhé.

Pokud by skóre bylo stále nerozhodné i po celé první sérii 5 hodů z obou stran, bude střelba pokračovat v opačném pořadí. Znovu družstvo nominuje pět hráčů, kteří se střelby budou účastnit. Hráči mohou být stejní jako v první sérii hodů, všichni či pouze někteří z nich. Tento scénář, jmenování pěti hráčů pro další sérii se opakuje, dokud je to nezbytné, tedy dokud není o výsledku vítěze rozhodnuto.

Vítěz soutěže je určen tehdy, když je rozdíl ve skóre v okamžiku, kdy obě družstva dokončila stejný počet sedmimetrových hodů. Hráči mohou být vyřazeni z další účasti sedmimetrové střelby v případech vážného či opakovaného nesportovního chování. Pokud se tato skutečnost dotkne hráče právě zvoleného do skupiny pěti střelců, musí družstvo doplnit jiného hráče.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

### 3.1.5 Závěrečný signál

Hrací doba startuje hvizdem rozhodčího, po tomto hvizdu následuje zahajovací výhoz a hrací doba končí automatickým závěrečným signálem veřejného časoměrného zařízení či závěrečným signálem časoměřiče. Pakliže žádný signál nezazní, rozhodčí je povinen zapískat a potvrdit tímto hvizdem konec hrací doby. Pokud není k dispozici veřejné časoměrné zařízení s automatickým závěrečným signálem, použije časoměřič stolní hodiny či stopky a ukončí hrací čas závěrečným signálem. Veškerá porušení pravidel a nesportovní chování, ke kterým došlo před či současně se závěrečným signálem – v poločase, na konci utkání a v prodloužení, musí být potrestána. Toto pravidlo platí i v případě, že příslušný volný hod lze provést až po závěrečném signálu. Podobně se musí opakovat volný nebo sedmimetrový hod, jestliže závěrečný signál zazní právě v okamžiku provedení takového hodu nebo pokud míč z rozehraného volného nebo sedmimetrového hodu při zaznění závěrečného signálu letěl vzduchem. V obou těchto případech rozhodčí ukončuje utkání (poločas) až po provedení volného či sedmimetrového hodu a poté, co bude jednoznačně určen bezprostřední výsledek takového hodu. Pro volné hody v rámci, kterých došlo k porušení pravidel či nesportovního chování za zaznění či před zazněním závěrečného signálu, platí zvláštní omezení pro postavení hráčů a střídání. Povoleno je zde pouze jedno střídání jednoho hráče útočícího družstva, což je výjimka z normální volnosti střídání, obdobně je povoleno vystřídat pouze jednoho hráče bránícího týmu z pole za brankáře, pakliže toto družstvo hrálo při zaznění závěrečného signálu bez brankáře. Další podmínkou je postavení spoluhráčů při prováděném volném hodu jednoho z hráčů, spoluhráči musí být vzdáleni od takového hráče nejméně tři metry, kromě toho, že musí být vně čáry volného hodu soupeře. Za porušení pravidel a nesportovní chování mohou být hráčům a funkcionářům družstev uděleny osobní tresty při provádění volného nebo sedmimetrového hodu, výjimkou je však trest v podobě volného hodu opačným směrem, tento trest udělit nelze. V případě, kdy rozhodčí zjistí ukončení hry závěrečným signálem časoměřiče předčasně, je jejich povinností tuto skutečnost ohlásit a zadržet tak hráče na hrací ploše a nechat tak dohrát zbytek hrací doby dle pravidel. Při opětovném zahájení hry zůstává míč tomu týmu, které mělo držení míče v okamžiku předčasného ukončení hry závěrečným signálem časoměřiče. V situaci, kdy míč nebyl ve hře, utkání pokračuje příslušným hodem, který odpovídá herní situaci. Pokud míč již byl ve hře, hra je znovu zahájena volným hodem. V případech, kdy byl první poločas utkání či jeho prodloužení ukončeno opožděně, musí být druhý poločas o odpovídající časový úsek zkrácen. Pokud tato situace nastala u druhého

poločasu či rozhodujícího prodloužení, rozhodčí v tomto případě nemohou na situaci nic změnit.<sup>6</sup>

### 3.1.6 Time-out

Time-out z anglického jazyka znamená přerušení hrací doby, takovéto přerušení je povinné v následujících situacích:

- a) Vyloučení či diskvalifikace;
- b) Time-out týmu;
- c) Hvizd časoměřiče či technického delegáta;
- d) Nezbytně nutná domluva mezi rozhodčími v souvislosti s herní situací.

Porušení pravidel během přerušení hrací doby – Time-outu, má stejné následky jako porušení pravidel během hrací doby viz vysvětlení výše.

Dále taktéž rozhodčí určují, kdy bude v souvislosti s time-outem spuštěna a zastavena časomíra. O přerušení hrací doby vzniklým time-outem rozhodčí oznamuje časoměřiči třemi krátkými hvizdy a signalizačním znakem č. 15. V případě povinného time-outu signálem časoměřiče či technického delegáta, musí časoměřič zastavit oficiální časomíru bez prodlevy či čekání na potvrzení rozhodčím. Po každém uplynulém time-outu, musí být hra znovu zahájena hvizdem rozhodčího.

Poznámka: Jakékoliv zapískání časoměřiče či technického delegáta efektivně zastavuje hru, a to i kdyby si rozhodčí a hráči ihned nevšimli přerušení hry, v takovémto případě jakékoliv akce po zapískání nejsou platné ani v případě dosaženého brankového gólu, nelze jej tedy uznat jako platný. Hra se znovu obnovuje způsobem odpovídající situaci na hřišti při zapískání time-outu technickým delegátem či časoměřičem. K těmto situacím nejčastěji dochází při špatném střídání či team time-outu. V platnosti zůstávají pouze přestupky hráčů – osobní tresty uděleny rozhodčími v době mezi hvizdem od stolku a okamžikem, kdy rozhodčí zastavili hrací čas. A to bez ohledu na druh přestupku a druhu potrestání takového přestupku.

Každý tým má nárok jednoho team time-outu v délce jedné minuty během každého poločasu řádné hrací doby, výjimkou je prodloužení – zde team time-out není možný.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>7</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

### 3.1.7 Míč

Míč pro házenou je zhotovený z kůže či syntetického materiálu, takový míč musí být kulatý a jeho vnější materiál nesmí být lesklý či hladký. Míče v házené jsou přizpůsobeny různě dle věkových kategorií hráčů a hráček. Kategorie mužů a dorostenců (hráči ve věku 16 let a více) musí používat míče ve velikosti 58-60 cm a ve váze 425-475 gramů, jedná se o velikost IHF 3. Kategorie žen, dorostenek (hráčky ve věku 14 let a starší) a žáků (hráči od 12 do 16 let věku), musí používat míč o velikosti 54-56 centimetrů a váze 325-375 gramů, označení velikosti míče je IHF 2. Pro žákyně – věková kategorie od 8 do 14 let a žáky – věková kategorie od 8 do 12 let je velikost míče 50-52 centimetrů a jeho hmotnost je 290-330 gramů.

Poznámka: IHF zkratka znamená International handball federation – Mezinárodní házenkářská federace, označení pro velikost a hmotnost míče dle IHF obsahuje technické požadavky na míče používané při všech oficiálních mezinárodních soutěžích. Tato pravidla však neurčují technické požadavky míčů pro miniházenou.

Pro každý zápas musí být k dispozici nejméně dva házenkářské míče, náhradní míče musí být během zápasu bez jakýchkoliv omezení k dispozici u stolku časoměřiče. Všechny míče musí odpovídat pravidlům pro předpis IHF o technických požadavcích házenkářských míčů.

Náhradní míč je použit na pokyn rozhodčího, rozhodčí náhradní míč předává do hry rychle, aby bylo přerušeno hry minimální a nebylo nutné nařizovat time-out.<sup>8</sup>

### 3.1.8 Týmy

Tým obsahuje nejvýše 14 hráčů, na hrací ploše se může nacházet nejvýše 7 hráčů, zbylí hráči střídají. Brankář může kdykoliv zaujmout roli hráče v poli a stejně tak může jakýkoliv hráč stejného družstva z hracího pole zaujmout roli brankáře, pakliže bude označen jako brankář.

V situaci, kdy tým hraje bez brankáře, je nutné znovu dodržet počet hráčů v hracím poli – celkově tedy 7 hráčů.

K zahájení zápasu musí na hrací plochu nastoupit alespoň pět hráčů týmu. Počet hráčů týmu může být kdykoliv během hry či prodloužení doplněn do počtu čtrnácti hráčů.

---

<sup>8</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

V případě, kdy klesne počet hráčů pod pět je možné v utkání pokračovat, taková situace závisí na posouzení rozhodčích, kdy a za jakých podmínek bude nutné utkání ukončit.

Tým může během utkání zvolit nejvýše čtyři funkcionáře družstva. Již zvolení funkcionáři však nemohou být v průběhu zápasu vyměněni, jeden ze čtyř funkcionářů musí být uveden jako odpovědný funkcionář družstva. Tento funkcionář je jako jediný oprávněn hovořit s časoměřičem, zapisovatelem a případně i s rozhodčími. Funkcionáři nemohou vstupovat během zápasu na hrací plochu, porušení tohoto ustanovení je chápáno a následně trestáno jako nesportovní chování. Hra je poté znovu zahájena volným hodem pro družstvo druhé, družstvo soupeře. Označený odpovědný funkcionář musí zabezpečit, že od zahájení zápasu se nebudou v prostoru pro střídání hráčů vyskytovat žádné jiné osoby kromě těch již zapsaných funkcionářů družstva a oprávněných střídajících hráčů. Funkcionář dále zodpovídá za dodržování pravidel o prostoru pro střídání, při porušení těchto pravidel bude odpovědný funkcionář týmu progresivně potrestán.

Hráč či funkcionář týmu je oprávněn k účasti na zápasu, pakliže je přítomen při samotném zahájení utkání a je zapsán v zápise o utkání. Všichni hráči či funkcionáři, kteří se nedostaví na zahájení utkání musí dostat od zapisovatele či časoměřiče oprávnění k účasti a musí být dopsáni v zápise o utkání. Oprávněný hráč může kdykoliv vstoupit na hrací plochu přes vlastní vymezený prostor pro střídání daného týmu. Funkcionář týmu znovu zodpovídá za dostavení se pouze oprávněných hráčů na hrací plochu, porušením tohoto pravidla se trestá jako nesportovní chování odpovědného funkcionáře.<sup>9</sup>

### **3.1.9 Střídání hráčů**

Hráči se mohou během hry kdykoliv střídát a opakovaně nastoupit do hry bez ohlášení zapisovateli či časoměřiči, podmínkou je však předchozí opuštění hrací plochy střídanými hráči. Střídající hráči opouští hrací plochu a vstupují na ni vždy pouze přes vlastní čáru pro střídání, stejné podmínky platí i pro střídání brankářů.

Chybné střídání je trestáno vyloučením hráče, který se chybným střídáním provinil v délce na 2 minuty mimo hru. Pokud dojde k porušení a k chybnému střídání vícero hráčů,

---

<sup>9</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

je vyloučen pouze hráč, který se jako první dopustil porušení pravidla o střídání. Hra dále pokračuje volným hodem družstva soupeře.

Vstoupí-li nadpočetný hráč bez vystřídaní na hrací plochu nebo hráč neoprávněně zasáhne z plochy pro střídání do hry, bude takový hráč potrestán vyloučením na dvě minuty. V takové chvíli je tedy chybující družstvo pro následující dvě minuty redukováno o jednoho hráče na hrací ploše. V době svého vyloučení hráč nemůže zůstat na hrací ploše či na ní opětovně vejít v této době. Porušením tohoto prvního vyloučení na dvě minuty je hráčův čas vyloučení prodloužen o další dvouminutový trest. Toto vyloučení začíná ihned, tudíž na zbývajícím čas jeho původního vyloučení musí být družstvo na hrací ploše znovu početně poníženo o dalšího jednoho hráče. Hra dále pokračuje volným hodem družstva soupeře.<sup>10</sup>

### **3.1.10 Vybavení hráčů**

Hráči stejného týmu musí mít jednotné sportovní oblečení. Oblečení obou týmů musí být navzájem zřetelně odlišné. Hráči družstva nasazení jako brankáři musí mít všichni odpovídající oblečení stejné barvy, a však se tato barva musí lišit od zbývajících barev oblečení všech hráčů v poli i od barvy oblečení brankářů soupeřícího týmu. Hráči jsou povinni mít na zádech nejméně dvacet centimetrů a vepředu nejméně deset centimetrů vysoká viditelná čísla. Čísla na dresech musí být celá čísla od jedné do devadesáti devíti. Hráč střídající role hráče v poli a brankáře, musí mít po celou dobu stejné číslo, v obou dvou rolích. Barvy čísel musí být odlišné od barev a vzorů dresů.

Hráči musí nosit sportovní obuv, není možné nosit předměty, které mohou hráče ohrozit. Omezení se týká např. chráničů hlavy, obličejových masek, náramků, hodinek, prstenů, viditelných piercingů, řetízků, náhrdelníků, náušnic, brýlí bez upevňovacích pásků a pevných obrouček a dalších podobných předmětů, které by mohly způsobit zranění. Hráči, kteří porušují toto pravidlo se nemohou hry účastnit, dokud problém neodstraní.

Výjimkou z toho ustanovení jsou ploché prsteny, malé náušnice či piercingy, které jsou pevně přelepeny způsobem, že tyto předměty poté nejsou nebezpečnými pro ostatní hráče. Další předměty jako jsou čelenky, šátky a kapitánské pásky jsou povoleny, pokud jsou vyhotoveny z měkkého a zároveň elastického materiálu, který neohrožuje ostatní hráče.

---

<sup>10</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

Odpovědný funkcionář týmu potvrzuje svým podpisem před začátkem utkání, že oblečení a vybavení všech účastníků se hráčů je v souladu s pravidly. Zjištění rozhodčích takového porušení pravidel vybavení hráče již po zahájení hry znamená progresivní trest pro vedoucího družstva a dotčený hráč musí opustit hřiště do doby, kdy chybu neodstraní. Pokud má družstvo jakékoli pochybnosti o správnosti či povolení vybavení je vedoucí družstva povinen kontaktovat rozhodčí či delegáta před zahájením zápasu. <sup>11</sup>

### **3.1.11 Zranění hráčů**

Hráč, který krvácí nebo má krev na těle či na svém hráčském vybavení, musí ihned dobrovolně opustit hrací plochu vystřídáním. Jakmile je krvácení zastaveno, rána je ošetřena a zakryta, krev je odstraněna a oblečení vyčištěno, je možné. Aby hráč znovu vstoupil na hrací plochu. Hráč nerespektující tyto pokyny rozhodčího je potrestán za nesportovní chování.

Jen za účelem pomoci zraněnému hráči je možné, aby rozhodčí povolili vstup na hrací plochu dvěma oprávněným osobám z týmu v době time-outu. Po dokončeném zdravotním ošetření zraněného hráče, musí hráč okamžitě opustit hrací plochu. Hráč může znovu vstoupit na hrací plochu až po skončení třetího následujícího útoku svého družstva či při zahájení hry po přestávce v poločase.

Osoby, které poruší svolení o pomoci zraněnému hráči tím, že kromě pomoci zraněnému ještě dávají instrukce ostatním hráčům, jsou potrestáni za nesportovní chování. <sup>12</sup>

### **3.1.12 Brankář**

Brankář se může dotknout při obranném zákroku v brankovišti míče kteroukoli částí těla. Brankář se může pohybovat s míčem v brankovišti nehledě na omezení platná pro hráče v poli, brankář nesmí zdržovat provedení hodů brankáře. Brankáři je dovoleno opustit brankoviště bez míče a zapojit se do hry v hracím poli, pokud se tak stane, podléhá brankář pravidlům platným pro hráče v poli. Brankoviště je opuštěné, pokud se brankář kteroukoli částí svého těla dotkne hracího pole za čarou vyznačeného brankoviště. Brankář může

---

<sup>11</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>12</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]



opustit brankoviště s míčem, který nedostal pod kontrolu a je možné, aby s ním dále hrál v hracím poli.<sup>13</sup>

Brankář nesmí při obranné činnosti ohrožovat soupeře. Nesmí opustit brankoviště s míčem, který dostal pod kontrolu. Brankáři není dovoleno se dotknout míče, který leží či se kutálí po ploše mimo vyznačené brankoviště, pokud se sám nachází v brankovišti. Není dovoleno, aby brankář vnesl do brankoviště míč, který se nachází mimo brankoviště. Pakliže se brankář rozhodne opustit brankoviště a přejít do hracího pole, nesmí se vrátit s míčem z hracího pole do brankoviště. Brankáři také není dovoleno se dotknout nohou – v úrovni pod kolenem míče, který směřuje do hracího pole. Brankář nesmí překročit čáru hranice brankáře při provádění sedmimetrového hodů nebo její prodloužení na kteroukoli stranu dříve, než míč opustí ruku házejícího hráče.<sup>14</sup>

### **3.1.13 Brankoviště**

Brankoviště je určeno výhradně jen brankáři. Při vstupu do brankoviště hráčem z pole se musí rozhodnout následovně:

- a) Pakliže útočící hráč získal výhodu vstupem do brankoviště či vstoupil do brankoviště s míčem – následuje hod brankáře ;
- b) Volný hod následuje, pokud do brankoviště vstoupil hráč z pole bránícího týmu a získal tím výhodu, a však nezmařil jasnou brankovou příležitost.
- c) Při vstupu hráče z pole do brankoviště je rozhodnuto o sedmimetrovém hodu, pokud hráč v poli bránícího týmu vstupem do brankoviště zmařil jasnou brankovou šanci. Pro naplnění těchto podmínek je nutné zřetelné vstoupení do brankoviště ne pouze dotek čáry brankoviště.

Podmínkami, za kterých se vstup do brankoviště netrestá jsou:

- a) Pokud do brankoviště vstoupil hráč po odehraném míči a nezpůsobil tím nevýhodu soupeři;
- b) Pokud do brankoviště vstoupil hráč některého týmu bez míče a nezískal tím žádnou výhodu .

---

<sup>13</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>14</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

Míč zůstává ve hře, pokud se kutálí po ploše brankoviště, je v držení bránícího týmu a pouze brankář se ho může dotknout, může jej zvednout a tímto úkonem se míč dostane mimo hru. Míč je tedy mimo hru, pokud jej má brankář v brankovišti pod kontrolou. Míč je dále mimo hru, jakmile leží bez pohybu na hrací ploše v prostoru vymezeným čarami brankoviště a jen brankář se ho může dotknout. Pakliže se takto ležícího míče dotkne kterýkoli jiný hráč hrající z pole, hra pokračuje hodem brankáře. Brankář poté musí míč vrátit do hry v souladu s pravidly hry.<sup>15</sup>

V situacích, kdy se kutálejícího se míče dotkne spoluhráč brankáře v brankovišti, následuje volný hod. Hra pokračuje hodem brankáře za předpokladu, že se míče dotkne hráč soupeřícího týmu.

Dovolen je taktéž dotek s míčem, který se nachází ve vzduchu nad brankovištěm, a to kterýmkoliv hráčem v poli.

Pokud se míč z brankoviště dostal zpět do hracího pole, není postaven mimo hru.<sup>16</sup>

### **3.1.14 Hra s míčem**

Je možné, aby hráči hráli s míčem za použití rukou – pěstí i otevřenou dlaní, paží, hlavou, trupem, stehny i koleny. Hráči mohou míčem házet, chytat jej či zastavovat. Držení míče hráčem je možné tři sekundy, ačkoliv míč pouze leží na hrací ploše. Hráči mohou s míčem udělat nanejvýše tři kroky bez driblinku.

Za jeden krok se považuje:

- a) pokud hráč, stojící oběma nohama na hrací ploše, jednu nohu zvedl a znovu položil, anebo posunul jednu nohu z jednoho místa na místo druhé
- b) pokud hráč, stojící na jedné noze, chytil míč a dotknul se pak hrací plochy nohou druhou
- c) pokud se hráč po skoku dotkl hrací plochy jen jednou nohou a potom na stejné noze provedl skok nebo se dotkl hrací plochy nohou druhou
- d) pokud se hráč po skoku dotkl hrací plochy oběma nohama současně a potom jednu nohu zvedl a znovu ji položil, nebo posunul jednu nohu z jednoho místa na druhé

---

<sup>15</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>16</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

Na místě nebo v běhu s míčem je dovoleno odrazit míč jedenkrát od země a jednou nebo oběma rukama jej znovu chytit. Dále na místě nebo v běhu je možné opakovaně jednou rukou driblovat s míčem o zem a potom ho jednou nebo oběma rukama znovu chytit nebo zvednout. Na místě nebo v běhu s míčem je dále možné míč kutálet po ploše opakovaně jednou rukou a potom ho jednou nebo oběma rukama znovu chytit nebo zvednout.<sup>17</sup>

Pakliže hráč po výše zmíněném jednou nebo oběma rukama míč uchopí, musí ho během tří sekund nebo později po třech krocích odehrát. Driblink začíná tehdy, když se hráč libovolnou částí těla dotknul míče a usměrnil míč k hrací ploše.

Dále je dovoleno míč překládat z jedné ruky do druhé či hrát s míčem vkleče, vsedě nebo vleže na hrací ploše, to však taktéž znamená, že je dovoleno provádět hod z takové pozice, pokud jsou dodrženy veškeré požadavky na pravidla, a to včetně všech povinností mít část jedné nohy v trvalém styku s hrací plochou.

Není dovoleno se dotknout míče více než jednou, pokud se míč mezitím nedotkl hrací plochy, jiného hráče či branky. Výjimka z trestů je však situace, kdy se hráč snaží míč chytit a nedostal míč pod kontrolu hned při pokusu o jeho chycení či zastavení a dotkl se tak míče vícekrát. Dále není dovoleno se dotknout míče od kolene níže, výjimka je zde v případě, že se míč na hráče hodil hráčem soupeře. Ačkoliv se míč na hrací ploše dotkne rozhodčího, pokračuje se ve hře dále. Pokud se hráč pohybuje jednou nebo oběma nohama mimo hrací plochu, např. v případě, aby obešel hráče a míč se stále nachází uvnitř hrací plochy – je nařízen volný hod pro soupeře.

Týmu není povoleno držet míč bez zjevného pokusu o útok nebo o střelbu na bránu. Zdržování hry opakovaně po výhozu, volném hodů či vhažování nebo hodů brankáře vlastního družstva je posuzováno jako pasivní hra. Pasivní hra je následně trestána volným hodem proti družstvu držícímu míč, pakliže svou pasivní tendenci nezmění. Volný hod se provádí z místa, kde byla hra přerušena pro pasivní hru.<sup>18</sup>

### **3.1.15 Dovolená akce**

Hráčům v hracím poli je dovoleno otevřenou rukou odebrat či vypíchnout míč z ruky jinému hráči, dále je možné používat pokrčené paže ke kontaktu s tělem protivníka a takto

---

<sup>17</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>18</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

kontrolovat jeho pohyb a sledovat jej. Blokování soupeře tělem při soupeření o pozici na hřišti je dovoleno taktéž, a však veškeré blokování musí být provedeno pasivním způsobem ve vztahu k protihráči.<sup>19</sup>

### **3.1.16 Fauly a nespportovní chování**

Hráčům není dovoleno míč vyrazit či vytrhnout z rukou soupeře, blokovat soupeře rukama, nohama, pažemi či použít jakoukoli část těla k vytlačení nebo odstrčení protihráče z místa. Není možné soupeře, jakkoliv držet či svírat, ať už za tělo nebo za část oblečení, i když protivník zůstává schopen pokračovat ve hře. Jakékoliv nabíhání či naskakování na protihráče taktéž není dovoleno. Fauly zmíněné v tomto odstavci nemají za následek v normální situaci osobní tresty, je zde nařízen volný hod nebo sedmimetrový hod.

Fauly vyžadující osobní trest jsou fauly, při kterých zákrok směřuje výhradně nebo převážně proti tělu soupeře. U těchto zákroků se přistupuje s progresivním potrestáním, které spočívá v napomenutí, poté vyloučením na dvě minuty a diskvalifikací. Některé druhy faulu se trestají bez napomenutí s okamžitým vyloučením na dvě minuty, další s diskvalifikací a zároveň je zde vyžadována i zvláštní zpráva provedeného skutku.

Do kritérií, zda je osobní trest přiměřený pro konkrétní herní situace s fauly zařazujeme několik faktorů:

- a) pozice hráče dopouštějícího se faulu – zepředu, zezadu, ze strany ;
- b) část těla, proti které byl faul proveden;
- c) Dynamika, intenzita nedovoleného zákroku;
- d) Efekt nedovoleného zákroku.

Dále do kritérií zařazujeme bezohledný přístup ze strany faulujícího hráče v době faulu, mimořádně agresivní zákrok směřující do tváře a krku a ztrátu kontroly těla při běhu nebo náskoku, střelbě či odhodu.

Příklady nespportovního chování, které vyžaduje okamžité vyloučení na dvě minuty jsou např. Hlasité protesty se silnou gestikulací či provokativním chováním, pokud hráč odmítá poskytnout míč soupeři či stojí za jeho bráněním v přístupu k míči.

---

<sup>19</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

Příklady hrubého nesportovního chování vyžadujícího diskvalifikaci jsou např. odhození či úder míče po výroku rozhodčích, jakožto demonstrativní počín nespokojeného hráče. Dále nastřelení brankáře či obránce do hlavy z hodů, pokud tito hráči nepohybovali hlavou do směru letu míče. Nakonec také i oplácení faulu faulem hráče.

Příklady diskvalifikace za mimořádné nesportovní chování, které vyžaduje písemné hlášení je např. Zmaření jasné brankové příležitosti, který neoprávněně vstoupil nebo zasáhl do hry z prostoru střídání, dále za urážlivé nebo ohrožující chování mířené na jinou osobu, zde se může jednat o rozhodčího, časoměřiče, zapisovatele, delegáta, funkcionáře družstva, hráče i diváka a takovéto chování může mít podobu verbální i nonverbální.<sup>20</sup>

### **3.1.17 Dosažení gólu**

Dosažení gólu je možné za předpokladu, že míč přejde celým svým objemem přes brankovou čáru a pokud se před hodem nebo při něm házející hráč či jeho spoluhráči nedopustili porušení pravidel. Gól, který byl jednou uznán, již nemůže být anulován poté, co rozhodčí zapískají k výhozu. Vítězem se rozumí v házené družstvo, které dosáhlo většího počtu brankových gólů než družstvo soupeře. Pakliže obě družstva dosáhnou shodného množství gólů, výsledek je nerozhodný a dle situace dochází i k prodloužení.<sup>21</sup>

### **3.1.18 Výhoz**

Vyhazování, volný hod a vhažování je v klasických herních situacích prováděno bez zapískání rozhodčího. Výhoz a sedmimetrový hod provádí hráči až po zapískání rozhodčího. Výhozy se provádí na začátku každého poločasu a po dosažení branky. Hráči soupeřova týmu musí být od hráče připraveného k výhozu nejméně tři metry. Útočící hráči mohou vstoupit na útočnou polovinu hřiště hned po provedení výhozu.

Výhoz začínající hry prvního poločasu získá tým, který si po vyhraném losu zvolilo míč, druhé družstvo má právo výběru strany. Pokud si však vítěz losu zvolil stranu, pak má výhoz družstvo soupeře.

---

<sup>20</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>21</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

Při vhazování se vhazující hráč musí postavit jednou nohou na postranní čáru a zůstat v pozici, dokud míč neopustí jeho ruku.

Před zahájením druhého poločasu si družstva vymění strany a výhoz provádí družstvo, které nevyhazovalo v poločasu prvním. Při nerozhodném výsledku a následnému prodloužení se znovu losuje a platí stejná pravidla jako při klasické hrací době na dva poločasy.<sup>22</sup>

Výhoz je vždy proveden ze středu hrací plochy a musí být rozehraný do tří sekund od zapískání. Hráč, který provádí výhoz musí jednou nohou stát na středové čáře a druhou nohou musí stát za čárou či znovu na středové čáře. V této pozici hráč musí zůstat, dokud míč neopustí jeho ruku, hráči družstva, které provádí výhoz nesmí překročit středovou čáru před hvizdem rozhodčího k výhozu. Při každém výhozu na začátku poločasu se hráči svého týmu musí nacházet na své polovině hrací plochy. Při výhozu, který následuje po dosažení gólu se mohou hráči týmu, které neprovádí výhoz, pohybovat na obou polovinách hrací plochy. Při každém výhozu však musí být protihráči vzdáleni od hráče provádějícího výhoz alespoň tři metry. Vhazování se provádí v situacích kdy: míč přešel za postranní čáru nebo pokud se míče předtím, než přešel za vnější brankovou čáru, jako poslední dotkl hráč z pole bránícího družstva. Dále se vhazování provádí v situaci, kdy se míč dotknul stropu či předmětů upevněných nad hrací plochou.<sup>23</sup>

### 3.1.19 Hody brankáře

Hod brankáře provádí brankáři bez zapískání z brankoviště směrem ven přes čáru brankoviště do hracího pole. Pakliže družstvo hraje bez brankáře, není možné, aby hod učinil hráč z pole. Tento hod musí učinit pouze brankář, tudíž tým musí vystřídat jednoho hráče z pole brankářem. Dle herní situace rozhodčí usoudí, zda je zapotřebí time-out. Hráči druhého týmu se mohou zdržovat u čáry brankoviště, ale musí posečkat, až míč celým svým objemem přejde čáru brankoviště brankářským hodem, teprve tehdy se mohou míče dotknout.

Hod brankáře je nařizován v situacích, kdy hráč týmu soupeře vstoupil do brankoviště způsobem odporujícím pravidlům nebo v situaci, kdy brankář dostal míč pod kontrolu ve svém brankovišti či pokud míč leží bez pohybu v brankovišti. Dále se hod brankáře

---

<sup>22</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>23</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

nařizuje v herní situaci, kdy se hráč týmu soupeře dotkl míče, který se kutálel v brankovišti, anebo když míč přešel za vnější brankovou čáru potom, co se ho jako poslední dotkl brankář či hráč týmu soupeře.<sup>24</sup>

### **3.1.20 Nařízení volného hodu**

Nařízení volného hodu je herní situace, při níž rozhodčí přerušují hru k jejímu znovu zahájení výše zmíněným volným hodem. Volný hod následuje, pokud družstvo, které má míč se dopustilo porušení pravidel vedoucí ke ztrátě míče či pokud bránící tým učinil chybu – dopustil se porušení pravidel a útočící tým na základě této chyby o míč přišel. Možností rozhodčích je dále možnost udělit osobní trest, pakliže toto přerušení hry nezpůsobí nevýhodu týmu, který pravidla neporušil. Pokud žádné družstvo nemělo míč v držení v okamžiku přerušení hry, míč znovu obdrží to družstvo, které jej mělo jako poslední.

Pokud je míč v okamžiku zapískání k nařízení volného hodu v rukách hráče z týmu, proti kterému byl nařízen volný hod, tento hráč musí ihned míč položit či nechat spadnout na hrací plochu, aby bylo možné s míčem dále hrát. Před provedením volného hodu se nesmí hráči útočícího týmu dotýkat čáry volného hodu družstva soupeře a ani tuto čáru nesmí překročit. Rozhodčí, po zjištění chybného postavení hráčů útočícího týmu, kteří jsou před provedením volného hodu mezi čarou brankoviště a čarou volného hodu, musí toto chybné postavení opravit za předpokladu, že by chybné postavení mělo vliv na hru. Při volném hodu musí být hráči soupeře vzdálení nejméně tři metry od rozehrávajícího hráče.<sup>25</sup>

### **3.1.21 Sedmimetrový hod**

Sedmimetrový hod je přímý hod hráče na branku, prováděný do tří sekund od zapískání rozhodčího. Sedmimetrový hod je nařízen, pokud došlo ke zmařené jasné gólové příležitosti v rozporu s pravidly, na jakémkoli místě hrací plochy hráčem, funkcionářem soupeřova družstva či např. vstupem diváka do hřiště či zastavením hráče neoprávněným zapískáním. Dále se toto pravidlo uplatňuje v nevyžádaných situacích, jako například náhlý výpadek elektřiny, který zastaví jasnou brankovou příležitost. Sedmimetrový hod musí být proveden do tří vteřin od hvizdu rozhodčích a střelící hráč se nesmí dotknout čáry sedmimetrového

---

<sup>24</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>25</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

hodu a ani tuto čáru překročit do doby, kdy míč neopustí hráčovu ruku. Zbylí spoluhráči v tento okamžik musí být vně čáry volného hodu a zůstat tam, dokud míč neopustí ruku střílejícího hráče. Pokud tak tito hráči neučiní, bude nařízen další sedmimetrový hod, tentokrát proti družstvu, které sedmimetrový hod provádělo. Jestliže brankář při sedmimetrovém hodu překročí čáru hranice brankáře dříve, než míč opustil ruku střílejícího hráče, musí se sedmimetrový hod opakovat, pokud nebylo dosaženo gólu.<sup>26</sup>

### **3.1.22 Rozhodčí, časoměřič a zapisovatel**

Každé utkání řídí dva naprosto rovnoprávní rozhodčí, kterým pomáhá zapisovatel společně s časoměřičem. Rozhodčí dohlíží na chování hráčů a funkcionářů družstev jejich od jejich vstupu do areálu sportoviště a okolí, následně dohled rozhodčích končí, až když sportoviště družstvo opouští. Rozhodčí jsou dále odpovědní za přezkoumání stavu hrací plochy, branek a míčů před zahájením utkání. Rozhodčí rozhodují, jakými míči se utkání bude hrát. Rozhodčí kontrolují kromě chování družstev a funkcionářů také dodržení předepsaného sportovního oblečení obou družstev, kontrolují vybavení hráčů a zápis o utkání. V neposlední řadě rozhodčí musí zajistit, aby počet hráčů a funkcionářů v prostoru pro střídání odpovídal pravidlům. Kontrolují přítomnost a totožnost odpovědných funkcionářů obou družstev. V případě zjištěných nedostatků, všechny nedostatky musí být odstraněny. Celé utkání je řízeno stejnými rozhodčími. Rozhodčí přebírají odpovědnost za hru v souladu s pravidly a případné porušení těchto pravidel jsou povinni potrestat. Pokud dojde k situaci, kdy jeden z rozhodčích není schopen utkání dokončit, utkání řídí zbývající rozhodčí sám. Pokud se rozhodčí nemohou shodnout na výši potrestání při porušení pravidel jednoho z hráčů, je udělen vždy přísnější z trestů. Rozhodčí jsou odpovědní za sledování skóre a za všechna napomenutí, vyloučení a diskvalifikace, které jsou povinni si zaznamenávat. Rozhodčí odpovídají za kontrolu hracího času a mají právo utkání přerušit či ukončit. Rozhodčí mají přednostně určenou černou barvu oděvu a mají možnost používat elektronická zařízení pro vzájemnou interní komunikaci.

Časoměřič má odpovědnost za hrací dobu, time-outy a čas vyloučených potrestaných hráčů. Pakliže není k dispozici žádná veřejná časomíra, je povinností časoměřiče informovat odpovědné funkcionáře obou družstev o odehraném nebo ještě zbývajícím čase, zejména při

---

<sup>26</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]



time-outech. Pokud je k dispozici časomíra, která nedisponuje automatickým závěrečným signálem, přebírá časoměřič odpovědnost za včasné provedení závěrečný signál v poločase a na konci utkání. Časoměřič musí uvádět také čas návratu do hry hráče, který je vyloučený, číslo jeho dresu uvádí na kartu, která je posléze postavena na stolku časoměřiče. Pokud však je k dispozici časomíra s ukazatelem času vyloučení, pak časoměřič kartu nevypisuje. Zapisovatel má odpovědnost za seznamy hráčů, zápis o utkání, za nástup hráčů, kteří dorazí po zahájení utkání a za vstup neoprávněných hráčů.<sup>27</sup>

### **3.2 Rámcový vzdělávací program (RVP) a pojetí sportovních her včetně házené v Rámcovém vzdělávacím programu**

Rámcový vzdělávací program charakterizuje obecně závazný rámec pro tvorbu školních vzdělávacích programů škol ve všech oborech vzdělání – v předškolním (RVP PV) a základním vzdělávání (RVP ZV), ve vzdělávání základním uměleckém (RVP ZUV), v jazykovém a středním vzdělávání (RVP SOV), včetně gymnaziálního vzdělávání (RVP G) a vzdělávání speciálního (RVP spec.vzděl.). Rámcové vzdělávací programy mají oporu v ústavě školským zákonem č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání.

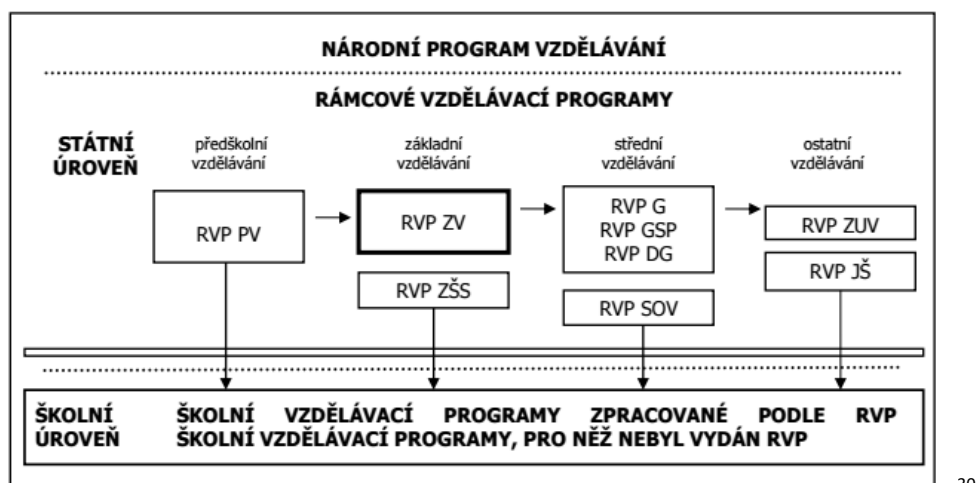
Rámcové vzdělávací programy stanovují konkrétní cíle, formy, délku, povinný obsah vzdělávání, organizační uspořádání vzdělávání, podmínky průběhu a ukončování vzdělávání. Rámcové vzdělávací programy mají dále na starost podmínky pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a nezbytné materiální, personální a organizační podmínky či podmínky bezpečnosti a ochrany zdraví. Rámcové vzdělávací programy taktéž musí odpovídat nejnovějším vědeckým poznatkům vědních disciplín, skrze které by se vzdělávání mělo zprostředkovat – jejich základy a praktické využití přiměřené věku a rozvoji vzdělávaného. Tvorba a oponentura rámcových vzdělávacích programů je zajištěna příslušnými ministerstvy za využití odborníků vědy a praxe, a to včetně pedagogiky a psychologie.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup> Dostupné online: <https://www.handball.cz/aktualita/pravidlahazene> [8.5.2023]

<sup>28</sup> Dostupné online: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/> [8.5.2023]

Obrázek 6- Systém kurikula vzdělávání v ČR<sup>29</sup>



30

Zároveň jsou rámcové vzdělávací programy předlohou pro školní vzdělávací program (zkratkou ŠVP). Školní vzdělávací program je kurikulárním dokumentem, vytvářeným pedagogickými pracovníky České republiky a je schvalován a vydáván ředitelem příslušné vzdělávací instituce. Zároveň je nutné, aby tento dokument byl zveřejněn ředitelem školy či školského zařízení na přístupném místě každé školní instituce. Tento dokument je připravován každou školní institucí zvlášť a mnohdy se liší, a však všechny školní vzdělávací plány směřují ke stejnému cíli – klíčovým kompetencím. Školní vzdělávací plán podrobněji popisuje očekávané klíčové kompetence a výstupy žáků a studentů nebo například zahrnují i témata výuky. Tento kurikulární dokument je tak vzdělávacím obsahem každé školy a dává jí možnost vlastního rozdělení obsahu vzdělávání do předmětů nebo modulů. Školní vzdělávací program se vždy dodatečně upravuje dle změn Rámcového vzdělávacího programu a podle preferencí či možností škol. ŠVP zároveň stanovuje podmínky bezpečnosti a ochrany zdraví, za kterých se vzdělávání ve školských institucích uskutečňuje. Kromě již zmíněného jsou zde zahrnuty i podmínky přijímání uchazečů, označení dokladu o ukončeném vzdělání nebo konkrétní cíle vzdělávání.<sup>31</sup>

<sup>29</sup> Dostupné online: <http://www.pedagogicke.info/2017/01/ramcovy-vzdelavaci-program-pro.html> [8.5.2023]

<sup>30</sup> Dostupné online: <http://www.pedagogicke.info/2017/01/ramcovy-vzdelavaci-program-pro.html> [8.5.2023]

<sup>31</sup> Dostupné online: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/> [8.5.2023]

### **3.2.1 Pojetí sportovních her včetně házené v Rámcovém vzdělávacím programu**

#### **Klíčové kompetence na 2. stupni základního vzdělávání**

Klíčové kompetence označují souhrn důležitých vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot pro osobní rozvoj a následné uplatnění každého jednotlivce ve společnosti. Tyto klíčové kompetence se navzájem prolínají a doplňují a lze je získat jakožto výslednici celého procesu vzdělávání. V průběhu vzdělávání je tedy nutné, aby byli žáci vybaveni nejen předmětovými vědomostmi a dovednostmi ale také znalostmi, dovednostmi, postoji a hodnotami, které žáci mohou dále uplatnit i mimo prostředí školy, v běžném osobním životě, při studiu a později ve svém profesním životě. Klíčové kompetence umožňují žákům uplatnění v jejich životech bez ohledu na to, co mu ve škole jde. Klíčové kompetence můžeme najít v mnoha vzdělávacích programech po celé Evropě včetně České republiky.

Rámcový vzdělávací program stanovuje stejné klíčové kompetence pro předškolní, základní i gymnaziální vzdělávání, které na sebe logicky navazují a jejich úroveň je postupně graduující s ohledem na vyspělost žáků jednotlivých stupňů vzdělávání.

Klíčové kompetence v Rámcovém vzdělávacím programu základního vzdělávání jsou:

Kompetence k učení;

Kompetence komunikativní;

Kompetence k řešení problémů;

Kompetence sociální a personální;

Kompetence občanské;

Kompetence digitální;

Kompetence pracovní.

Poslední zmíněná kompetence pracovní je obsahem pouze Rámcového vzdělávacího programu pro základního vzdělávání a jejím předpokladem je mimo jiné rozvoj manuální zručnosti a pracovních návyků, které budou pro žáky v dalších etapách jejich životů velice důležitými nástroji v každodenním životě. Klíčové kompetence představují ideální stav, o který by měli učitelé žáků usilovat, nicméně schopnosti žáků a jejich osobní dispozice jsou velice různé a měli bychom mít na paměti, že ne v každém případě, lze u každého žáka

očekávat osvojení všech klíčových kompetencí ve stoprocentní míře úspěšnosti. Míra osvojení klíčových kompetencí je ovlivněna vícero faktory, např. typem osobnosti žáka. Klíčové kompetence je zapotřebí doplnit i konkrétními vědomostmi, neboť bez nich bychom nemohli například řešit problémy či efektivně komunikovat. Kompetence digitální je novou kompetencí, která vyšla v platnost s novou revizí RVP ZV z roku 2021. Klíčová kompetence digitální se opírá o koncept průřezového rozvoje digitální gramotnosti dětí a žáků, které jest klíčovou odpovědí na rostoucí množství nových digitálních technologií v jednadvacátém století.

Obsahově, v Rámcovém vzdělávacím programu je Tělesná výchova společně s Výchovou ke zdraví zařazena do oblasti s názvem Člověk a zdraví. RVP pro druhý stupeň základního vzdělávání je shodný s RVP pro nižší ročníky víceletých gymnázií. Tělesná výchova je zde rozdělena do tří skupin činností. Jedná se o činnosti ovlivňující zdraví, činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností a činnosti podporující pohybové učení. S ohledem na téma a problematiku této práce je nutné zmínit sportovní hry, zde je učivo uváděno v činnostech ovlivňující úroveň pohybových dovedností následovně:

- **sportovní hry (alespoň dvě hry podle výběru školy) herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie.**<sup>32</sup>

### 3.2.2 Očekávané výstupy žáků na druhém stupni základních škol

#### Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

##### Očekávané výstupy

##### Žák

- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech;
- posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny.

---

<sup>32</sup> Dostupné online: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/> [8.5.2023]

## Činnosti podporující pohybové učení

### Očekávané výstupy

#### Žák

- užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu;
- naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky –čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu;
- dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji;
- rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora;
- sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí;
- zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže;
- zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci.<sup>33</sup>

### 3.2.3 Školní tělesná výchova

Tělesná výchova je cílevědomá výchovná a vzdělávací činnost působící na tělesný a pohybový vývoj člověka.<sup>34</sup>

Cíle školní tělesné výchovy se dělí do tří základních kategorií, jsou to vzdělávací cíle, výchovné cíle a zdravotní cíle.

---

<sup>33</sup> Dostupné online: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/> [8.5.2023]

<sup>34</sup> VILÍMOVÁ. Didaktika tělesné výchovy, 2009.

### 3.2.4 Zásady školní tělesné výchovy

Zásady didaktické lze definovat jakožto obecné požadavky, které v souladu s cíli výchovy a jejich zákonitostmi ve vyučovacím procesu určují charakter vyučování a přímo i nepřímo ovlivňují jeho efektivitu.

**Při respektování didaktických zásad tělesné výchovy lze skrze vytyčení kýžených cílů, volbu optimálních prostředků, metod a forem řídit tělesnou výchovu, jakožto cílevědomou a úspěšnou činnost pedagogů.**

Mezi základní didaktické zásady patří:

- Zásada uvědomělosti a aktivity;
- Zásada názornosti;
- Zásada soustavnosti;
- Zásada přiměřenosti;
- Zásada trvalosti;
- Zásada posloupnosti.<sup>35</sup>

### 3.2.5 Organizační formy ve školní tělesné výchově

Organizační forma je organizační a didaktické uspořádání podmínek vyučování, v kterém se realizuje výchovně vzdělávací proces.

Základní organizační formou povinného předmětu tělesná výchova je vyučovací jednotka.

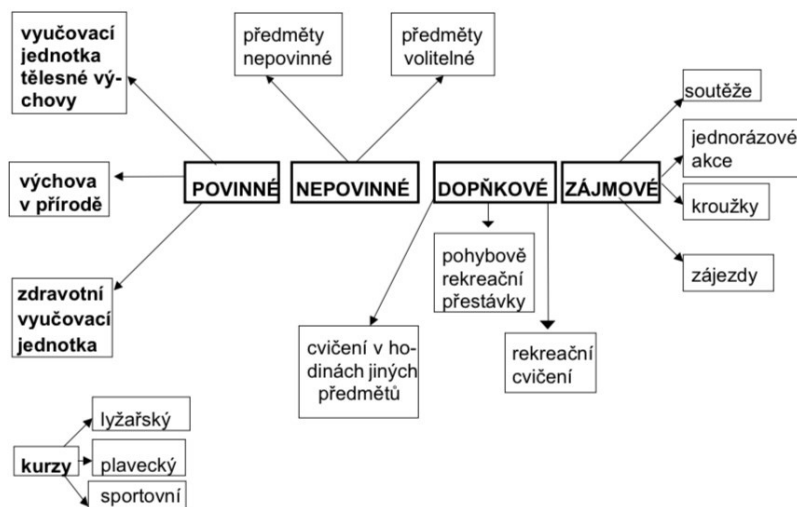
Organizační formy ve školní tělesné výchově je možné rozčlenit do skupin pohybových činností, které jsou povinné, nepovinné, doplňkové a zájmové.<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> HOŠKOVÁ, MATOUŠKOVÁ. Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy, 2010.

<sup>36</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000, s. 138

Obrázek 7- Organizační formy a výchovy vzdělávání ve školní tělesné výchově<sup>37</sup>



### 3.2.6 Vyučovací jednotka tělesné výchovy

„Vyučovací jednotka je relativně stabilně uspořádaný systém hlavních faktorů výchovně vzdělávacího procesu a jejich vzájemných vztahů, determinovaný obsahem a cílem učiva, prostorem, kde je uskutečňován, časem, v němž je realizován, psychickou i fyzickou úrovní žáků, zkušenostmi a předpoklady učitele a řadou dalších didaktických skutečností.“<sup>38</sup>

Organizační forma je přímo řízena pedagogem, který má v tomto procesu dominantní postavení a nese plnou odpovědnost za výsledky výchovně vzdělávacího procesu.<sup>39</sup>

### 3.2.7 Typologie vyučovací jednotky

S ohledem na různě zaměřené vyučovací jednotky tělesné výchovy lze vymezit nejdůležitější typy vyučovacích jednotek dle hlavních složek výchovně vzdělávacího procesu.

Rozlišujeme tak vyučovací jednotky na:

1. Diagnostické – zahrnují i následnou kontrolu cvičenců
2. Motivační – vzbuzují a prohlubují zájem cvičenců

<sup>37</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000, s. 138

<sup>38</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000, s. 139

<sup>39</sup> KOSTKOVÁ A KOL. *Didaktika školní tělesné výchovy*, 1978.

3. Expoziční – upevňují a zdokonalují techniku cvičení, dovedností cvičenců<sup>40</sup>

### 3.2.8 Vyučovací jednotky dle obsahu zařazených sportů

Dalším dělením vyučovacích jednotek je dle obsahu zařazených sportů do vyučovací hodiny.

Rozlišujeme vyučovací jednotky na:

1. Gymnastické;
2. Atletické;
3. **Herní;**
4. Úpolové aj.

Dalšími rozděleními vyučovacích jednotek jsou na základě pohlavní diference cvičenců – dívčí, chlapecké a koedukované dělení vyučovacích jednotek. Pohlavní diference je v České republice uplatňována od 2. stupně základního vzdělávání. Stále se však doporučuje při aktivitách, jako jsou například tance, výuka ve skupině koedukované. V neposlední řadě rozlišujeme vyučovací jednotky monotematické a smíšené. Monotematické vyučovací jednotky jsou zaměřeny na rozvoj dovedností, schopností a prostředky jednoho sportu, s kterým se obsahově pokryje celá vyučovací jednotka. Ve smíšených hodinách je pak zařazeno více sportů než jeden, které znovu obsahově pokryjí celou vyučovací jednotku. Tyto sporty navzájem nemusí přímo souviset.<sup>41</sup>

### 3.2.9 Struktura vyučovacích jednotek

Struktura vyučovacích jednotek označuje souhrn částí vyučovacích jednotek a jejich vzájemné vztahy. Nejčastěji uváděné didaktické členění vyučovacích jednotek je děleno do čtyř částí.

1. Úvodní část – organizace vyučovacích jednotek, sdělení obsahu a cílů hodiny, příprava organismu na zvýšenou tělesnou zátěž;
2. Průpravná část – kvalitní rozcvičení a příprava organismu cvičence na hlavní část výuky;
3. Hlavní část – nejdelší část vyučovacích jednotek, zde se věnujeme učení nových dovedností, jejich rozvíjení a zdokonalování;

---

<sup>40</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000.

<sup>41</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000.



4. Závěrečná část – závěrečný strečink, na konci vyučovací jednotky zařazujeme relaxační cvičení, kompenzační cvičení, které předchází vzniku mikrotraumat a svalových dysbalancí.<sup>42</sup>

V úvodní části hodiny dochází k nástupu cvičenců, evidenci a seznámení se s obsahem a cíli hodiny, dále také k motivaci žáků. Následuje část průpravná, hlavním cílem průpravné části je připravení žáků po tělesné i psychické stránce na zatížení v hlavní části vyučovací jednotky a v rámci možností i k plnění cílů školní tělesné výchovy. **Hlavní část hodiny je vymezena Školním vzdělávacím programem, který vychází z požadavků Rámcových vzdělávacích programů.** V hlavní části je vhodné nejprve zařadit nácvik nových pohybových dovedností, dále koordinační cvičení a případně cvičení rychlostní a silová (v závislosti na aktivitě a obsahu vyučovací hodiny). V závěru hlavní části je vhodné zařadit cvičení na zvýšení aerobní kapacity organismu – utkání, průpravné hry. Závěrečná část má za hlavní cíl žáka uklidnit po fyzické i psychické stránce, zhodnotit splnění cílů a formálně ukončit hodinu. Její uklidňující část by měla obsahovat relaxační, kompenzační, uklidňující, kontrolní charakter.<sup>43 44</sup>

### 3.3 Systematika v házené

Rozdělení herních činností dělíme dvojím způsobem, podle vztahu k míči a podle počtu žáků potřebných k realizaci házené. U začátečníků a ve školní tělesné výchově je třeba souběžného nacvičování herních činností jednotlivce s herními systémy. Po dosažení tohoto nacvičování budou žáci lépe schopni sehrát utkání.

Rozdělení herních činností podle vztahu k míči je buďto útočné či obranné.

Rozdělení herních činností podle počtu žáků potřebných k realizaci házené je následující:

- Herní činnosti jednotlivce;
- Herní činnosti skupiny neboli kombinace;
- Herní činnosti týmové (systémy).

---

<sup>42</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000,

<sup>43</sup> FIALOVÁ, RYCHTECKÝ. *Organizační formy výchovy a vzdělávání ve školní tělesné výchově*, 2000,

<sup>44</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014.s. 16.

Týmový míčový sport házená, tak jako další sportovní hry má několik hráčských úloh, dělené dle specifických hráčských úkolů, funkcí v utkání. Pedagog by měl brát v úvahu dovednosti žáků a podle nich, udělit hráčské funkce, role v házenkářském týmu.<sup>45</sup>

### 3.3.1 Základní postavení hráčů – charakteristika

- **pravé a levé křídlo (krajní obránce)** – základní postavení v rohu hřiště
  - útočné požadavky – rychlost, výbušná síla, okamžité zrychlení ze stoje, střelba z malých úhlů
  - obranné požadavky – zmenšení střeleckého úhlu, nahušťování obrany;
- **pravá a levá spojka (druhý obránce z kraje)** – základní postavení u postranní čáry hřiště
  - útočné požadavky – střelba z dálky, spolupráce s pivotem, se střední spojkou i s křídlem
  - obranné požadavky – blokování střelby, spolupráce hlavně se středním obráncem;
- **střední spojka (střední obránce)** – střední hráč útoku
  - útočné požadavky – řízení hry, různé způsoby střelby, rychlost, vytváření šancí pro spoluhráče
  - obranné požadavky – brání třetího hráče zprava nebo zleva, blokování střelby, orientace v prostoru, dále řízení obrany;
- **pivot (střední obránce)** – v útoku se nachází v prostoru mezi obránci na brankovišti (otočen zády k soupeřově bráně)
  - útočné požadavky – vytváření prostoru pro spoluhráče, orientace v prostoru, technická střelba, správné zpracování všech druhů přihrávek
  - obranné požadavky – stejné jako u středního obránce.<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014. s. 18

<sup>46</sup> HIANIK, Ján. *Házená v telocvični*. Vyd. 1. Bratislava: Slovenský zväz hádzanej

### **3.3.2 Herní činnosti jednotlivce**

Herní činnosti jednotlivce jsou hráčské dovednosti, pro které je charakteristické neustálé spojení s vnímáním a interpretací dané herní situace na úrovni odpovídajících herních úkolů a s rozhodováním hráče (taktikou) a prováděné tímto jedním hráčem.

Herní činnosti jednotlivce dělíme na útočné a obranné.

#### **3.3.2.1 Útočné herní činnosti jednotlivce**

Útočné herní činnosti jednotlivce se dále dělí na:

- Zaujímání útočného postavení (bez míče);
- Uvolňování útočníka bez míče;
- Přihrávání;
- Uvolňování útočníka s míčem;
- Střelba.<sup>47</sup>

#### **Zaujímání útočného postavení (bez míče)**

Včasné a výhodné postavení pro útočné činnosti je hlavním cílem této činnosti.

#### **Uvolňování útočníka bez míče**

Hlavním cílem této herní činnosti je odpoutat se od obrany protihráče pro úspěšné převzetí přihrávky od spoluhráče a pro získání, co nejvýhodnějšího střeleckého postavení (vbíhání, zabíhání, přebíhání, vybíhání, odbíhání, nabíhání)

Průpravná a herní cvičení pro uvolňování útočníka bez míče:

- Starty z různých poloh útočníků – na zapískání;
- Kopírování pohybu spoluhráče;
- Obíhání překážek, slalomové dráhy.

---

<sup>47</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014s. 18

- Běhy se změnou rychlosti, směru či poloh – kombinace;
- Útočník bez balonu se snaží vyhnout obránci na ohraničeném místě způsobem, díky kterému by mohl získat přihrávku.

#### Průpravné hry pro uvolňování útočníka bez míče:

- Pokládána ve dvojicích, jeden má roli útočníka a druhý roli obránce – úkolem útočníka je dotknout se žíněnky, kterou obránce brání;
- Ve středu kruhu stojí učitel (nebo hráč) s míčem, v obvodu kruhu jsou útočníci a obránci, útočníci se snaží uvolnit ze svárů obránců pro chycení míče ze středu kruhu;
- Baba s výměnou rolí, hráči vytvoří trojice a rozdají si dresy s čísly jedna až tři. Učitel určí, že hráč s číslem dva honí hráče s číslem jedna a hráč číslo tři brání hráče s číslem jedna, po určitém časovém limitu se role obměňují dle potřeby tak, aby si všichni hráči vyzkoušeli všechny úlohy;
- Dvojičky, ve dvojicích mají hráči jeden míč. Míč umístí na jakékoliv místo a od míče se oba hráči vzdálí. Jakmile první hráč vyběhne k míči, druhý se mu v tomto úkonu snaží zabránit. Úkolem je získat míč, poté dotyčný hráč obdrží bod a role se vymění.<sup>48</sup>

## **Přihrávání**

Cílem přihrávání je účinně zpracovat míč a dopravit jej spoluhráči. Druhy přihrávek, které se využívají při házené jsou: přihrávka jednoruč vrchem, spodní přihrávka pravoruč (levoruč) za tělem či před tělem, spodní přihrávka pravoruč či levoruč stranou (vpravo, vlevo), vrchní přihrávka pravoruč či levoruč za hlavou, přihrávka obouruč trčením od prsou, spodní přihrávka obouruč

Dále je možné dělit přihrávky dle jejich délky na dlouhé a krátké, dále dle dráhy míče na přímé přihrávky, obloučkem nebo přihrávky o zem či podle doprovodného pohybu těla – na přihrávky z místa, v běhu a na přihrávky ve výskoku. Při správném držení míče palce směřují k sobě a zbylé prsty jsou vějířovitě roztaženy na vrchní polovině míče, zápěstí musí být uvolněné.

---

<sup>48</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014 s.19

#### Průpravná cvičení a hry pro držení míče:

- Předávání dvou míčů mezi dvěma hráči – předávání míčů různými způsoby na místě či v pohybu;
- Driblování současně dvou míčů oběma rukama;
- Žáci opakovaně pouštějí míč na zem a znovu jej chytají, zprvu z místa, poté s kroky a v běhu;
- Štafetový běh, žáci vytvoří týmy a závodí v běhu, přičemž je úkolem míč položit a sebrat.

Pro správné chytání míče by měly být ruce před tělem mírně pokrčené, palce směřují znovu k sobě a musí vytvářet takzvaný košík.

#### Průpravná cvičení pro chytání míče:

- Chytání přihrávky letící z různých stran a pod různými úhly;
- Nadhození míče a následné provedení změny polohy těla, např. kleku a stoje, následuje chycení míče;
- Výhoz balonu do vzduchu, provedení celé otočky a chycení míče.

#### Správné provedení sběru míče:

Prsty hráče jdou proti kutálejícímu míči, hřbet ruky směřuje k zemi, poté dochází ke sbírání míče. Možná je i dopomoc druhou hráčovou rukou. Ležící míč je sbírán hráči obouruč, ruce jsou směřovány pod míč.

#### Nácvik sbírání míče:

- V pohybu kutálení míče před sebou, následuje opakovaný sběr a pokládání míče zpět do kutálení

#### Správné provedení přihrávky:

Přihrávka začíná hodem s náprahem a pohybem boku vpřed, v případě hráče praváka má hráč vykročeno levou nohou, v případě leváka má hráč vykročeno pravou. Poté dochází k přechodu paže s míčem do zapažení s mírným pootočením stejného ramene vzad.

#### Průpravná cvičení pro přihrávky:

- Ve dvojicích, přihrávky ve dřepu, sedu, lehu;

- Ve dvojicích, přihrávky s obměnou vzdálenosti a rychlosti či způsoby;
- Ve dvojicích, přihrávky dvěma míči současně;
- Ve dvojicích, přihrávky v běhu, zakončení střelbou;
- V zástupech proti sobě, po odhození hráč běží do protějšího zástupu.

### Průpravné hry pro přihrávky

Přihrávková hra, vybíjená na vymezeném prostoru – pedagog vybere dva hráče mající jeden míč, tyto hráči se pohybují výhradně pomocí přihrávek mezi sebou. Cílem je chytit zbylé hráče pomocí doteku míče, vybitím. Vybití hráči míčem se přidávají k útočící dvojici.

### Nejčastější chyby přihrávek:

- Míč je držen dlaní, ne prsty;
- Loket je v nižší poloze při přihrávce, než je rameno;
- Chybné odhadnutí vzdálenosti a letové dráhy míče – míč při přihrávce nesměruje před nabíhajícího hráče;
- Vykročení souhlasné nohy vpřed při odhodu míče. <sup>49</sup>

## **Uvolňování útočníka s míčem**

Cílem je, se vymanit od obránce a získat tak výhodné postavení pro střelbu či přihrávku na střelbu. Druhy uvolňování se od obránce jsou: obrátka (styk jedné nohy se zemí), otočka (bez styku se zemí), uvolňování se s vedením míče – obvykle při rychlém útoku či protiútku. V házené je možné s míčem v ruce provést pouze tři kroky. Po provedení tří kroků musí následovat driblíng či přihrávka, potažmo střelba. Podle pravidel v házené však hráč, který chytil míč a současně dopadl na zem nohama, neprovedl žádný krok. <sup>50</sup>

### Herní cvičení pro uvolňování útočníka s držením míče:

- Uvolňování s míčem za pomoci tří kroků přes pasivní či aktivní obranu;

<sup>49</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014, s.19

<sup>50</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014, s.19-20.

- Nabíhání do místa volného hodů, zde obdržení přihrávky a za pomoci tří kroků uvolňování hráče přes pasivní obranu (či aktivní obranu), zakončení střelbou.

#### Průpravné hry pro uvolňování útočníka s držením míče

- Hra pokládaná – cílem hry je míč položit celým svým objemem na žíněnku obránce, uvolnění je možné pouze s držením míče.

#### Nejčastější chyby:

- Sklonění hlavy;
- Míč v držení přímo před obráncem – možná ztráta míče;
- Namísto uvolňování s držením míče, využití driblinku.<sup>51</sup>

## **Driblink**

Více úderový driblink by se měl z hlediska taktiky používat až po vyčerpání možností pro uvolnění s držením míče. Hráč má tak lepší podmínky pro krytí míče před soupeřem, než pokud se rozhodne použít driblink. Při použití driblinku, jakožto uvolnění hráče s vedením míče se daný hráč musí soustředit na zrakovou kontrolu pohybu soupeře. Hráč, který se uvolňuje driblinkem tak musí měnit driblující paži takovým způsobem, aby dribloval paží vzdálenější od obránce a aby měl tělo mezi míčem a obráncem.<sup>52</sup>

#### Technicky správné provedení driblinku:

Míč musí být stlačován k zemi předloktím a zápěstím, ruka k míči směřuje shora šikmo vpřed a prsty jsou široce vějířovitě rozevřeny. Hráč vede míč driblinkem vedle nebo před svým tělem. Vypouštění míče probíhá z dlaně přes konečky prstů intenzivním pohybem v zápěstí dolů. Po odrazu míče hráč tlumí volnějším pohybem zápěstí a předloktí mírně vzhůru, taktéž výška odrazu míče je značně závislá na poloze těchto částí horní končetiny.

#### Průpravná cvičení pro driblink:

- Driblink s provedením ve stoje před tělem;
- Driblink s provedením předávání míče z jedné ruky do druhé;
- Driblink dvou míčů oběma rukama současně.

<sup>51</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.50.

<sup>52</sup> BĚLKA, SALČÁKOVÁ. *Nebojme se házené, didaktika a metodika házené*, 2014,s.19-20

- Driblink se změnou polohy těla – ve stoji, dřepu, sedu, kleku či lehu;
- Driblink osmička – provedení driblinku mezi nohama;
- Driblink mezi kuželi či lavičkami – slalom, štafetový závod;
- Provedení driblinku hráči, pedagog ukazuje směr, kterým mají vézt míč.

#### Průpravné hry driblinku:

- Provedení driblinku hráči na vymezené ploše, cílem je vzájemné vypíchnutí míče a neztratit ten svůj

#### Nejčastější chyby

- Skloněná hlava, zraková kontrola zaměřená pouze na míč;
- Neuvolněné zápěstí;
- Provádění driblinku bližší paží k obránci;
- Extrémní výška driblinku či naopak velmi nízký driblink.<sup>53</sup>

## **Střelba**

Cílem střelby je dopravení míče do brány soupeře podle pravidel házené. Střelba v porovnání s přihrávkami, se liší v její intenzitě, rychlosti a síle provedení hodu. Střelbu nacvičujeme pomocí zástupů a řad, každý hráč má svůj míč. Nejprve střelbu nacvičujeme bez obránce, poté proti brankáři, a nakonec s obráncem.

#### Druhy střelby v házené jsou následující:

- Vrchní střelba jednoruč ze země;
- Vrchní střelba jednoruč ve výskoku;
- Střelba v pádu;
- Střelba v letu.

#### Průpravná cvičení pro střelby (zaměřen na vrchní střelbu jednoruč):

- Střelba na vyznačená místa v bráně;
- Střelba na kužely;
- Provedení střelby z místa a různých pozic;
- Střelba z jednoho, dvou či tří kroků;

---

<sup>53</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.50.



- Opakovaná střelba v rychlém sledu z různých míst, tzv. kulometry;
- Postupně se zvětšuje dynamika střelby.

#### Průpravné hry pro střelby:

- Hra na krále střelců – hráči stojí v zástupu, postupně střílí na bránu ze stejného místa, vypadává hráč, který nestřelí gól, pokud hráč před ním gól střelil;
- Obměna hry na krále střelců – hráči postupně střílí na bránu z jednotlivých pozic. Začíná se z levého křídla, hráč, který střelí gól, pokračuje na další pozici – pivota, sedmimetrový hod. Hráč, který gól netrefí, střílí v dalším kole ze stejné pozice.

#### Nejčastější chyby při nacvičování střelby:

- Odraz ze souhlasné nohy;
- Stoj na jedné noze při střelbě ze země;
- Loket níže než rameno střelce;
- Nedostatečně uvolněné zápěstí.
- 

### **Útočné činnosti brankáře**

Zaujímání útočného postavení – rychlý útok zakládáný brankářem – okamžitou, dlouhou přihrávkou běžícímu spoluhráči v poli či zakládáný rychlý útok při vyhazování. Pakliže je soupeřův brankář daleko od brány, je možné, aby brankář vystřelil přímo na bránu protihráčů.

#### Průpravné cvičení pro útočné činnosti brankáře:

- Brankář vyběhne z brány, sebere libovolný míč (z několika ležících míčů v brankovišti) a přihraje jednomu ze tří spoluhráčů v poli podle učitelova okamžitého určení. Posléze se brankář vrací do základního postavení v brance a cvičení se opakuje.<sup>54</sup>

### **3.3.3 Obranné herní činnosti jednotlivce**

#### Obranné herní činnosti jednotlivce se dále dělí na:

1. Zaujímání obranného postavení;

<sup>54</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.85.

2. Obsazování útočníka bez míče;
3. Získávání míče;
4. Obsazování útočníka s míčem;
5. Jednoblok;
6. Obranné činnosti brankáře.

## **Zaujímání obranného postavení a postoje**

Cílem zaujímání obranného postavení je včas zaujmout výhodné postavení pro obranné herní činnosti.

Obranný postoj neboli hráčský střeh, je výchozím postojem pro obsazování hráčů v obranných činnostech, při tomto postoji jsou chodidla od sebe vzdálena na šířku pánve, špičky směřují vpřed. Váha těla je rovnoměrně rozložena na obě nohy a spočívá na přední části chodidel. Nohy daného hráče jsou mírně pokrčeny v kolenou, trup je v mírném předklonu a paže jsou v mírném předpažení pokrčmo. Z hráčského střehu lze okamžitě zahájit pohyb jakýmkoliv směrem, v závislosti na hráčské taktice obránce, je možné využít hráčský střeh na levou či pravou stranu. Tímto způsobem obránce přinutí útočníka k pohybu určitým směrem. Střídání stran u hráčského střehu závisí na úpravě postoje v předsunutí pravé či levé nohy mírně vpřed a ve vysunutí pravé či levé paže taktéž vpřed.

## **Obsazování útočníka bez míče**

Cílem této herní činnosti je zabránění útočníkovi uvolnit se pro chycení míče. Vhodným výchozím postojem pro obsazování hráče bez míče je postoj hráčského střehu s volným obsazováním. Při volném obsazování je totiž možné sledovat útočníka i míč zároveň. Kromě zmíněného hráčského střehu se v házené využívá při sledování útočníka v pohybu běh vpřed i vzad, dále přísunného kroku nebo cvalu stranou. Při cvalu stranou je důležité, aby hráč měl chodidla co nejvíce ve styku se zemí a udržel pokrčené nohy, přesun nohou je tedy prováděn těsně nad zemí. Při provedení cvalu stranou tímto způsobem, je možné rychlé vyražení hráče do nového směru. Nejméně vhodný je pohyb s křížením nohou, neboť při tomto pohybu dochází k horší stabilitě hráče a není možné ani rychlé vyražení do nového směru.

### Průpravná cvičení pro obsazování útočníka bez míče:

- Běhy se změnou směru na povel pedagoga;
- Skupina útočníků přebíhá vymezené pásmo tam a zpět, stejný počet obránců se jim v přebězích snaží zabránit – cvičení je možné provádět s míčem i bez míče a je ukončeno časovým úsekem či počtem přeběhů útočníků;
- Dále je možné využít stejná cvičení viz uvolňování hráče bez míče.<sup>55</sup>

### Nejčastější chyby:

- Nepokrčení nohou v kolenou – nemožnost brzké reakce na hrací činnost útočníka;
- Přenesení váhy na paty;
- Paže jsou v upažení – nemožnost kontrolního kontaktu s útočníkem;
- Křížení nohou při změně strany pohybu – špatná koordinace, nemožnost brzké reakce na hrací činnost útočníka.<sup>56</sup>
- 

## **Získávání míče**

Cílem je získat pod kontrolu míč, který je v daný okamžik volný a nepatří žádnému týmu nebo míč odebrat soupeři. Nejméně snadné je odebírání míče driblujícím útočníkovi. Obránce se v takovém případě musí dostat do bezprostřední blízkosti k driblující paži útočníka a míč vypíchnout jednou paží ihned po odrazu od země. Postavení obránce je klíčové i v případě vbíhání do soupeřovy přihrávky. Vbíhání je vhodné provádět blíže k chytajícím útočníkovi, díky tomu obránce získává více času na správné odhadnutí dráhy letícího míče. Při chybném načasování a špatném odhadu dráhy letícího míče, může dojít k vážnému narušení obrany, protože chybující obránce uvolňuje prostor pro akci útočníkovi, který v ten okamžik získal míč. Zisk míče je nejlepším výsledkem obránců. Při zisku míče obránce nedochází jen k zabránění gólové šance, ale i k šanci na rychlý útok tohoto družstva zpět na soupeřovu branku.

### Průpravná a herní cvičení pro získávání míče:

- Vběhnutí do přihrávky;

---

<sup>55</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.82

<sup>56</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.83.

- Získávání volného míče po střelbě – odraženým od brankáře, bloku obránců či od samotné brány;
- Vypichování míče driblujícími hráčům bezprostředně po odrazu od země;
- Dvojičky, jeden hráč dribluje, druhý vypichuje míč – výměna hráčských rolí po určitém časovém úseku;
- Všichni hráči mají míč a driblují na vymezené hrací ploše, cílem je vypíchnout míč jinému hráči a neztratit přitom svůj balon;
- Trojice, 2 hráči si míč přihrávají o zem, ve chvíli, kdy jeden z nich započne přímou přihrávkou, startuje obránce a snaží se míč získat.

#### Nejčastější chyby:

- Chybné odhadnutí dráhy letu míče;
- Chybné načasování vypíchnutí míče.

### **Obsazování útočníka s míčem**

Pro úspěšné zvládnutí obsazování je opět zapotřebí zaujetí hráčského střehu. V případě obsazování útočníka s míčem se postavení těla hráče mírně liší. V tomto případě je obránce mírně posunut do strany natolik, aby byl na spojnici mezi míčem a brankou. Obranné postavení je v herním poli zaujato mezi útočníkem a míčem či mezi útočníkem a brankou. Při zaujímání obranného postavení mezi útočníkem a míčem platí pravidlo, že čím blíže je útočník míči, tím těsněji musí být obsazen. Těsné obsazení je obsazení, při kterém je obránce natolik blízko, že na útočníka dosáhne. Při volném obsazování je tato vzdálenost větší.

Pakliže se útočník uvolňuje driblinkem, obránce má za úkol být neustále proti driblující paži. V situaci, kdy je útočník již v těsné blízkosti brankoviště, je hlavním snažením obránce, přimět útočníka k ukončení driblinku svou zvýšenou aktivitou. Zbrzdění či zastavení uvolňujícího se útočníka je vždy pro obránce výhodou.<sup>57</sup>

#### Průpravná a herní cvičení pro obsazování útočníka s míčem:

---

<sup>57</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.77

- Obsazování útočníka na vymezené hracím prostoru od doby, kdy obdrží přihrávku až do odhodu;
- Skupina útočníků přebíhá vymezené pásmo tam a zpět, stejný počet obránců se jim v přebězích snaží zabránit – cvičení je možné provádět s míčem i bez míče a je ukončeno časovým úsekem či počtem přeběhů útočníků;
- Přistupování a odstupování obránce k útočnickovi naznačujícím uvolnění ke střelbě.

#### Nejčastější chyby:

- Chybné postavení obránce k útočnickovi – v důsledku nemožnost zbrzdit či zastavit útočníka či neohlídání si střelecké paže – v důsledku dochází k volné střelbě pro útočníka;
- Křížení nohou při změnách pohybu – v důsledku ztráta koordinace a nemožnost rychlého reakčního pohybu obránce;
- Příliš pomalé přistoupení k hráči s míčem, příliš pomale odstupování od hráče po zahrané přihrávce;
- Nedostatečně pokrčené nohy v kolenech – v důsledku nemožnost rychlé reakce obránce na herní činnosti útočníka.<sup>58</sup>

## **Jednoblok**

Kromě herních činností brankáře, je jednoblok posledním způsobem, jak zastavit vystřelený míč v postupu na branku. Hlavní náplní jednobloku je postavení a zaujímání polohy paží v předpokládané dráze letu vystřeleného míče. Blok rozlišujeme podle počtu blokujících paží na jednoruč, obouruč. Dále jej rozlišujeme podle polohy blokujících paží na: blok nad hlavou, stranou a blok spodní. Blok je možné provést nejen ve stoji, ale i ve výskoku. Při provedení jednobloku obránce usměrní své ruce mírně sklopené vpřed, aby došlo k odrazu míče před tělo daného obránce.

#### Průpravná cvičení pro jednoblok:

- Blokování střelby útočníka ze země;
- Blokování střelby útočníka z výskoku;

---

<sup>58</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.77

- Blokování střelby útočníka z náskoku.

#### Nejčastější chyby:

- Vyhýbání se střele;
- Provedení jednobloku s příliš velkým prostorem mezi pažemi – v důsledku proklouznutí míče;
- Nesledování dráhy letu míče.<sup>59</sup>
- 

### **Obranné činnosti brankáře**

Hlavním cílem brankáře je zamezit soupeři vstřelit míč do branky. Obranné činnosti brankář plní chytáním a vyrážením míčů směřujících na jeho branku. Pro úspěšné herní činnosti brankáře je tak zapotřebí odpovídající postavení a postoj. Postavením rozumíme v házené místo, na kterém brankář v daný okamžik stojí.

Postavení brankáře se mění v závislosti na momentální poloze míče na hřišti. Brankář by měl stát v ose úhlu vytvořeného spojnicemi míče a jednotlivých brankových tyčí. Při přesouvání útočníků je úlohou brankáře se mezi tyčemi v prostoru brány přesouvat alespoň stejně rychle, jako útočníci. Brankář při přesouvání v prostoru brány využívá přísunných kroků, aby byl kdykoliv připraven k provedení zákroku a potřebného odrazu k tomuto pohybu.

V případě, kdy se míč nachází v prostoru spojek či pivota, připomíná postoj brankáře hráčský střeh. Brankář je v mírném stoji rozkročném, kolena jsou lehce pokrčena a váha těla spočívá na přední části chodidel. Jediným rozdílem je poloha rukou, ty má brankář v rovině trupu, poloha dlaní je zcela individuální, doporučené jsou však dlaně v úrovni ramen.

Zastavení letícího míče provádí brankáři vyrážením a srážením. Jsou to úkony vedené způsobem, aby působící končetina vykryla co největší prostor dané části brány. Střely, které jsou mířeny do dolních rohů branky vyrazí brankář výkrokem či výpadem souhlasné nohy. Chodidlo se pohybuje těsně nad zemí, aby byl pohyb dostatečně rychlý. V zákroku figuruje i brankářova souhlasná paže, která vykřívá prostor nad nohou, tento úkon je důležitý především při střelách s úderem o zem.

---

<sup>59</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.80.

Pakliže se míč nachází v prostoru křídla, stojí brankář u bližší tyče či zhruba 30 cm před ní. Vždy však platí, že vzdálenost mezi tělem brankáře a tyčí není větší než průměr samotného míče. Pokud střely z těchto prostor směřují k bližší tyči, brankář by měl vykryt střelu svým tělem.

Střely směřující ke vzdálenější tyči vyráží brankář vzdálenější rukou či nohou podle brankářovy výšky.

V případech, kdy brankář zvolí vybíhání proti letícímu míči je lepší se již zpět pozadu nevracet. Koordinační náročnost pohybu zpět by se v těchto případech nemusela brankáři vyplatit.

V každém případě je nutné, aby brankář vždy při blížícím se míči provedl zpevnění svalů a zamezil tak případnému poranění kloubů v zákroku. Pro zpevnění svalstva brankáře v utkání je možné využít i zadržení dechu v okamžiku provedení zákroku na branku.

#### Průpravná cvičení a hry pro obranné činnosti brankáře:

- Střelba z různých hracích pozic;
- Střelba v pohybu;
- Hra na krále střelců – hráči stojí v zástupu, postupně střílí na bránu ze stejného místa, vypadáva hráč, který nestřelí gól, pokud hráč před ním gól střelil;
- Obměna hry na krále střelců – hráči postupně střílí na bránu z jednotlivých pozic. Začíná se z levého křídla, hráč, který střelí gól, pokračuje na další pozici – pivota, sedmimetrový hod. Hráč, který gól netrefí, střílí v dalším kole ze stejné pozice.

#### Nejčastější chyby:

- Přílišné vybíhání brankáře před střelbou;
- Příliš široký postoj nohou brankáře;
- Příliš úzký postoj nohou brankáře;
- Vytáčení se bokem ke střílejícímu útočníkovi;
- Zavírání očí před střelou.

### 3.3.4 Herní kombinace

V házené, se herní činnosti hráče, jakožto jednotlivce vyskytují výjimečně (v utkání). Nejčastěji dochází k součinnosti dvou a více hráčů. Úspěšné řešení herních kombinací však vyžaduje prostorové i časové sladění činnosti jednotlivých spoluhráčů.

Ačkoliv při utkání nedochází k herní činnosti jednotlivce často, stále je nutné technické zvládnutí herních činností jednotlivce, neboť bez nich by nedocházelo k úspěšnému nacvičování herních kombinací. Ke zvládnutí úspěšné součinnosti v herních kombinacích, je nutné sladění hráčů, prostorové i časové.

Herní kombinace se dělí na útočné a obranné.

Útočné herní kombinace dělíme na:

1. Přihrávání;
2. Odlákání;
3. Přebíhání (křížení);
4. Clonění.

#### **Přihrávání**

Cílem je předat míč výhodněji postavenému hráči. O kombinaci, která je založena na přihrávání se jedná tehdy, pokud přihrávka směřuje do míst, kde je výhodněji situovaný spoluhráč, a to v okamžiku, kdy se chycením míče vyřeší herní úkol.

Průpravná cvičení pro přihrávání:

- Přihrávky v pohybu;
- Uvolňování dvojic – dva útočníci na jednoho obránce či tři útočníci na dva obránce.

Nejčastější chyby:

- Chybné načasování přihrávky – příliš brzy či pozdě;
- Čitelná taktika hráčů vedené přihrávky.



## **Odlákání**

Cílem odlákání je odvézt obránce z jeho postavení, aby nebránil druhému útočníkovi uvolnit se do odkrytého prostoru. Tímto způsobem je možné získat výhodné střelecké postavení.

Dále se využívá útočné herní kombinace klamání. Ta má za cíl zmást soupeře a zakrýt tak pravou úmyslnou hrací činnost. Ke klamání se využívají náznaky přihrávky vpravo a vlevo nebo náznak střelby ze země a následné uvolnění kolem obránce.

### Další klamavé činnosti:

- Náznak zastavení a rychlé vystartování v původním směru (možná i obrana);
- Náznak uvolnění jedním směrem a uvolnění do jiného směru (i obrana);
- Náznak přihrávky a střelba;
- Náznak střelby ve výskoku, poté driblink;
- Náznak střelby jednoruč vrchem, poté spodní přihrávka;
- Náznak vrchní střelby jednoruč vrchem, poté střelba spodní jednoruč;
- Umístění míče jiným směrem, než se dívá střelec.

### Nejčastější chyby:

- nepřesná přihrávka spoluhráči po např. náznaku střelby;
- čitelné klamavé činnosti. <sup>60</sup>

## **Přebíhání (křížení)**

Cílem přebíhání je narušit součinnost obránců při obsazování útočnicků a prostoru, obsahem je výměna míst mezi dvěma hráči, takzvaná vzájemná výměna prostorů, ve kterých dotyční útočníci působí. Takovou výměnu lze uskutečnit s míčem i bez míče. Pokud se při přebíhání kříží dráhy pohybu obou hráčů, nazýváme takovou změnu křížení. <sup>61</sup>

### Průpravná a herní cvičení pro kombinace přebíhání:

- Zástupy – překřížení mezi střední spojkou a levou, hráči utvoří tři zástupy s jedním míčem. Rozdělení zástupů je na pravé, střední a levé spojky. S míčem zůstávají

---

<sup>60</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.91-93.

<sup>61</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.94.

střední spojky, hráč střední spojky nahrává míč na nabíhající spojku pravou. Pravá spojka přihrávku vrací spojce střední, kde se mezitím uvolnila i spojka levá.

#### Nejčastější chyby:

- Chybné načasování přihrávky v překřížení;
- Samočelné křížení – bez možnosti výhodnějšího postavení.<sup>62</sup>

### **Clonění**

Cílem clonění je zabránit obránci v pohybu určitým směrem, díky čemuž se vytvoří prostor pro činnost spoluhráče - např. střelba, uvolnění. Clonu rozlišujeme na čelní a boční, podle postavení clonícího hráče vzhledem k obránci. Clona čelní má zabránit pohybu obránce vpřed. Clona boční má zabránit pohybu obránce směrem do strany. Průběh provedení clony a clonění musí být provedeno pasivním způsobem ve vztahu k protihráči. Podle pravidel házené, není povoleno využít ke clonění rukou nebo nohou ani použít jakoukoliv část těla k vytlačení či odstrčení hráče z místa.

#### Průpravná cvičení pro kombinace clonění:

- Honičky se střídáním rolí, hráči vytvoří trojice, pedagog určí čísla hráčů. Na povel hráči mění své herní činnosti a hráčské role. Jeden z trojice honí druhého hráče, poslední hráč jej brání.

#### Nejčastější chyby:

- Porušení herních pravidel házené pro clonění;
- Přílišná čitelnost zamýšleného clonění.

#### Obranné herní kombinace dále dělíme na:

1. Zajišťování;
2. Proklouzávání;
3. Přebírání.

---

<sup>62</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.94.

## **Zajišťování**

Cílem zajišťování je zesílení obrany v místech, kde aktuálně hrozí největší nebezpečí, místo, kde se nachází míč. Obsahem zajišťování je součinnost v zaujímání obranného postavení mezi obráncem obsazujícím hráče s míčem a nejbližšími spoluhráči, takzvané vypomáhání při obsazování hráče s míčem. Principem je, že se obránce obsazující útočníka bez míče za účelem výpomoci posouvá směrem k míči, aniž by přitom ztrácel možnost zákroku proti svému soupeři.

### Herní cvičení pro zajišťování:

- Tři útočníci přebíhají od jednoho brankoviště k druhému a libovolně si přihrávají. Tři obránci je obsazují a vzájemně se zajišťují;
- Ze zástupu se hráči v prostoru pravé spojky postupně dostávají směrem k čáře brankoviště. Druhý obránce zleva k nim přistupuje, poté se zasouvá na stranu hracího pole, kam odehráli míč, tím zajišťuje buď prvního levého krajního obránce či třetího obránce zleva.<sup>63</sup>

### Nejčastější chyby:

- Obránce zvolí k zajišťování spoluhráče, který obsazuje útočníka pro tým momentálně. nepříteliš nebezpečného, než je útočník, za kterého je sám zodpovědný;
- Hráč setrvává v zaujatém postavení i tehdy, kdy se herní situace už stačila změnit;
- Pozdní zajišťování útočníka s míčem;
- Hráč provádí zajišťování i v situacích, kdy to zjevně není potřebné.

## **Proklouzávání**

Cílem proklouzávání je udržet obsazování stejného útočníka i v případě, kdy si mění místo se spoluhráčem. Obsahem proklouzávání je vzájemné vyhýbání se dvou obránců při obsazování útočníků s míčem i bez míče. Této kombinace lze dosáhnout odstupováním nebo přistupováním. Podle dané herní situace se hráč rozhoduje, který z nich použije.

---

<sup>63</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.94.

Pokud je možné útočníka obsadit pouze volně, používá se odstoupení. Ve zbylých herních situacích je vhodné využít přistoupení.

#### Herní cvičení pro proklouzávání:

- Ve vymezeném prostoru pásu je rozmístěno několik kuželů, mezi kužely stojí dvojice obránce a osobně bráněný útočník. Druhá dvojice obránce a útočník se pohybují od jednoho kužele k druhému, obránce provede se spoluhráči proklouzávání a střídavě využívají odstupování a přistupování.;
- Na vymezeném prostoru se pohybují dvojice obránce-útočník. Jeden z útočníků vlastní míč a uvolňuje se driblinkem. Jeho obránce provádí proklouzávání se svými spoluhráči.

#### Nejčastější chyby:

- Obránce odstupuje příliš daleko od útočníka, důsledkem útočník může získat výhodné postavení;
- Obránce odstupuje příliš brzy od útočníka, důsledkem útočník může získat výhodné postavení;
- Obránce se soustředí pouze na svého útočníka a odstoupí či přistoupí pozdě;
- Obránce chybně zvolí přistoupení místo odstupování a prodlouží tak svému spoluhráči dráhu pohybu k obsazení útočníka.<sup>64</sup>

### **Přebírání**

Přebírání se využívá v herních situacích jako je křížení (kdy si útočníci mění postavení), cílem přebírání je vyměnit si obsazované útočníky beze změny obranných prostorů. Přebírání pomáhá udržet tvar obranné formace a zabraňuje vzájemným případným srážkám obránců.

K přebírání by mělo dojít nejpozději v okamžiku, kdy se oba útočníci míjejí.

---

<sup>64</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.94.

### Herní cvičení pro kombinaci přebírání:

- U čáry brankoviště stojí 2 pivoti a 3 obránci. Zbylí útočníci postupně vyběhají a střídavě z levého a pravého křídla. Zbylí obránci se uvolňují podél čáry volného hodu do protějšího křídla. Obránci útočníky postupně obsazují a předávají si je.<sup>65</sup>

### Průpravné cvičení pro kombinaci přebírání:

- U čáry brankoviště jsou připraveni čtyři obránci. V pravém a levém křídle jsou vždy dva útočníci s míči. Ti se na signál uvolňují driblinkem podél čáry brankoviště do protějšího křídla, snaží se přitom dotknout nohou čáry brankoviště. Obránci útočníky obsazují a přebírají. Po určeném časovém úseku si hráči mění své role. Vítězí tým, který umožnil soupeři nižší počet dotyků.

### Nejčastější chyby:

- Nedostatečná nebo chybná komunikace mezi obránci v přebírání, důsledkem nedostatečného obsazení je volný útočník;
- Chybné načasování přebírání;
- Přebíraný útočník zůstane mezi nebo za obránci.

## **Vícebloky (skupinový blok)**

Taktéž jako u jednobloku, je cílem skupinového bloku zpomalit, srazit nebo zastavit míč.

Víceblok je možné realizovat s nejméně dvěma hráči. Oproti jednobloku víceblok klade větší nároky na odhad prostoru a času. Dvojblok musí být proveden se čtyřmi blokujícími pažemi ve stejné linii vedle sebe a ve stejný okamžik takovým způsobem, aby mezi nimi nebyl žádný prostor pro průlet míče. Jakékoliv špatné provedení dvojbloku vede ke komplikaci situace pro brankáře, neboť míč je pro něho viditelným až po průletu blokem a má tak velmi omezené možnosti reakce. Pro správné provedení dvojbloku je nutné umístění vnitřní paže dvojbloku proti míči. Nejlepší příležitost pro seskupování dvojbloku nebo vícebloku mají

---

<sup>65</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.95

obránci při provádění volného hodů soupeřem, a to z důvodu časového intervalu mezi hvizdem rozhodčího a zaujetím postavení a také z důvodu nutného provedení bloku z místa.

Průpravné cvičení pro vícebloky:

- Nacvičování bránění klasické situace při volném hodu;
- Bloky ve výskoku;
- Bloky v náskoku;
- Bloky ze země.

Nejčastější chyby:

- Uhýbání střele;
- Zavírání očí při bloku střely;
- Pozice paží obránců je příliš daleko, důsledkem míč proletí do brány.

### **3.3.5 Herní systémy**

Herní systémy představují organizaci vztahů mezi hráči jednoho družstva při předpokládané opozici soupeře, zaměřené na dosažení konečného cíle družstva v utkání či na společném úkolu útoku nebo obrany v úsecích utkání.

Rozdělujeme je na útočné herní systémy a na obranné herní systémy.

Pojmenování hráčských funkcí z hlediska útoku je: pivot, křídlo, spojka apod.

Pojmenování hráčských funkcí z hlediska obrany je: krajní obránce (křídla), vysunutý a zasunutý obránce.

Herní systémy útočné jsou děleny na:

1. Protiútok;
2. Rychlý útok;
3. Postupný útok.

## **Protiútok, rychlý útok**

Jak u protiútoků, tak i u rychlého útoku se jedná o útok na vracející se nezorganizovanou obranu soupeře. Cílem je rychlý přesun před branku soupeře a střelení gólu dříve než obránci stačí zaujmout základní obranné postavení.<sup>66</sup>

Protiútok je útočná akce vedená jedním hráčem.

Rychlý útok je útočnou akcí, která je vedená skupinou útočníků, kteří se ihned po získání míče přesouvají k soupeřově brankovišti (Jančálek, Táborský, Šafaříková, 1989).

### Průpravná cvičení rychlého útoku:

- Učitel střílí na bránu, brankář posílá přihrávku připravenému hráči, který zvedl ruku. V útočné polovině jsou čtyři hráči;
- Učitel střílí na bránu, ve stejnou chvíli soupeřův brankář vybíhá z brankoviště a obsazuje jednoho ze dvou útočníků, kteří stojí v útočné polovině hřiště. Brankář střílí na prázdnou bránu či nahrává volnému útočníkovi;
- Okamžité sbírání míče brankářem po střelbě či chybě útočníka.

### Nejčastější chyby:

- Nepřesná první přihrávka;
- Útočník mění rychlost běhu a tím svým spoluhráčům znesnadňuje přihrávku.<sup>67</sup>

## **Postupný útok**

O postupném útoku hovoříme tehdy, pokud se soupeřovo družstvo stačilo vrátit včas do prostoru vlastního brankoviště a zaujmout zorganizované obranné postavení.

### Herní cvičení postupného útoku:

- Nacvičování postupného útoku provádíme pomocí modelových situací – nejprve s pasivní obranou a poté s aktivní.

---

<sup>66</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.95.

<sup>67</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.95.

### Nejčastější chyby:

- Pivot je v obranné činnosti příliš pasivní, nevytváří prostor pro své spoluhráče;
- Spojky se nachází moc blízko k obraně;
- Pasivní hra, bez útoku.<sup>68</sup>

## **Obranné herní systémy**

### Obranné herní systémy jsou dále děleny na:

1. Osobní obranné systémy;
2. Zónové obranné systémy;
3. Kombinované obranné systémy;

## **Osobní obranné systémy**

Principem osobních obranných systémů je, že každý hráč obsazuje určeného hráče soupeře a v obsazování pokračuje bez ohledu na to, v jakém prostoru se útočník pohybuje. Dle podmínek, kde dochází k prvnímu obsazení útočníků obránci, rozlišujeme systém osobní obrany po celém hřišti a systém osobní obrany na polovině hřiště. V případě osobní obrany po celém hřišti je snahou obsadit (nejbližšího) útočníka okamžitě po ztrátě míče. V osobní obraně na polovině hřiště jsou možné dvě varianty obrany. První variantou je, že ihned po ztrátě míče se všichni hráči bránícího družstva snaží co nejrychleji dostat k půlící čáře, kde se otáčejí a obsazují si přibíhající útočníky. U druhé varianty obránci obsazují útočníky pouze na jejich polovině ve snaze znemožnit rychlý útok.<sup>69</sup>

Pro nacvičení osobních obranných systémů využíváme cvičení z obsazování hráče s míčem a bez míče – viz předchozí kapitoly.

### Nejčastější chyby:

- Špatná komunikace mezi obránci;
- Obrana vedoucí k porušování pravidel házené – k faulům.

---

<sup>68</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.101.

<sup>69</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.117.



## **Zónové obranné systémy**

Při zónové obraně má každý hráč určený prostor pro obranné úkony, obránci se mohou rozdělit do jedné až tří obranných rovin.<sup>70</sup>

Podle počtu obránců v obranných rovinách rozlišujeme systémy na:

- Systém 0:6 – Obránci jsou v jedné linii na brankovišti, hraje se buď hra s přístupováním, nebo bez přístupování;
  - Systém 1:5 – Jde o hru, ve které jeden z obránců operuje mezi útočícími spojkami v prostoru volného hodů nebo i dále. Podobně se hrají systémy 2:4 nebo 3:3;
  - Systém 1:2:3 – Obránci operují ve třech řadách. Přední vysunutý operuje cca na 10 metrech, dva hráči v druhé řadě za ním cca na 8 metrech od vlastního brankoviště. Zbývají tři hráči brání na brankovišti. Obměnou může být systém 2:1:3
- Nacvičování zónové obrany je realizováno pomocí modelových situací.

Nejčastější chyby:

- Neaktivita obránců;
- Nedostatečná či chybná komunikace obránců.

## **Kombinované obranné systémy**

Kombinovaná obrana je obranou kombinující osobní a zónovou obranu.

Dle počtu obránců rozdělujeme následující systémy:

- Systém 1+0:5 – Jeden obránců brání osobně jednoho útočníka v celém prostoru hřiště a zbylých pět obránců brání v jedné řadě před čarou brankoviště;
- Systém 5+0:1 – Tento systém se využívá v početní převaze, kdy 5 obránců brání osobně pět útočníků a šestý obránců zajišťuje své spoluhráče před čarou brankoviště.

71

---

<sup>70</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.118.

<sup>71</sup> ŠAFAŘÍKOVÁ, TÁBORSKÝ. *Malá škola házené*. 1986, s.119.

### 3.4 Rešerše tématu

Pro účely rešerše autorka objevila dvě práce a jednu studii, které se obdobné problematice k tématu házené věnovaly. První z nich je diplomová práce autorky Kláry Kadlecové, která napsala diplomovou práci s názvem Házená v hodinách tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích z roku 2016. Druhou prací je diplomová práce autora Milana Vojíře, který napsal práci s názvem Házená ve výuce tělesné výchovy na 2. stupni základní školy z roku 2011.

Autorka ve své diplomové práci zvolila metodu dotazníku, kterou následně uplatnila pro 29 respondentů. Z kterých na otázky 11-22 odpovídali pouze učitelé zařazující házenou do školní tělesné výchovy. V tomto případě odpovídalo celkem 20 respondentů. Nutno říci, že z tohoto autorčina výzkumného souboru není nikde známo, kolik % respondentů je s příslušností k základní škole a kolik z nich je učitelé víceletého gymnázia. Můžeme zde najít pouze informaci, kolik % dotázaných jsou ženy a kolik % muži. Zřejmě je tato informace skryta z důvodu zachování anonymity daných respondentů. Kadlecová (2016) ve své diplomové práci uvádí následující výsledky k házenkářské vybavenosti respondentů 24 % vyučujících má k dispozici dostatečný počet míčů ( 1 do dvojice) na házenou, zatímco 2 házenkářské brány má k dispozici 52 % vyučujících v kraji Vysočina. Dále ve výzkumné části došla k závěru, který ukazuje na prostorové podmínky učitelů pro výuku házené. 52% učitelů má dostatečné prostorové podmínky pro výuku házené. Kadlecová (2016) Kromě již zmíněného se autorka dotazovala na zařazování házené do výuky tělesné výchovy, poté na zařazování samotné hry do každé vyučovací jednotky a na procentuální vyčíslení času, který respondenti věnují ve vyučovací jednotce samotné hře házené v kraji Vysočina. Z uvedených otázek došla k závěru, že 69 % učitelů zařazuje do výuky tělesné výchovy házenou a samotné hře je v průměru věnováno 61 % času z jedné vyučovací jednotky. Kadlecová (2016)

Kromě Kláry Kadlecové se házené věnoval i Milan Vojíř, který svou práci mapoval zařazování výuky házené na 2. stupni základních škol v Praze a ve středočeském regionu. Ke splnění těchto cílů bylo využito dotazníkové metody. Na dotazník Milanu Vojířovi odpovědělo 22 respondentů z 22 oslovených škol, dále uvádí, že pouze 16 škol zařazuje výuku do hodin tělesné výchovy. Vojíř (2011)

Házená je podle Vojíře nejméně zařazovanou hrou ze všech sportovních her;

Do komparace Vojíř zařadil házenou s dalšími uvedenými možnostmi: florbal, fotbal, basketbal a vybíjená. Dle jeho výsledků práce se házené pravidelně věnuje 50 % učitelů, kteří se věnují i průpravným hrám a nácviku hráčských dovedností. Ze závěrů je dále patrné, kolik % učitelů má k dispozici hřiště o velikosti 20 x 40 metrů. 22,7 % dotazovaných učitelů má k dispozici hřiště zmíněných rozměrů. Dle jeho výsledků dále zmiňuje, že většina škol má prostorové podmínky výrazně omezeny 68 %. Kromě prostorové vybavenosti dále Vojíř mapoval i materiální vybavení určené k výuce házené. Uvádí, že 18,2 % škol nemělo k dispozici ani jeden házenkářský míč. Vojíř (2011)

V neposlední řadě se Vojíř věnoval také formě házené a jaký typ házené je na základních školách nejvíce vyučován. Z jeho souboru respondentů odpovědělo 50% Mezinárodní házenou a 50% Miniházenou. Vojíř (2011) Nakonec Vojíř přidává své poznatky, které mu

jeho výzkum přinesl a které v diskuzi autorka této diplomové práce dále rozvede se svými výsledky výzkumu:

- V kraji Praha a ve Středočeském kraji má 15 (38 %) učitelů vyhovující prostorové podmínky a 7 (32 %) učitelů nikoli;
  - 50% respondentů nejčastěji vyučuje Mezinárodní házenou a 50% Miniházenou.
- Vojtř (2011)

Tuto tématickou rešerši autorka uzavírá třetím pramenem. Jedná se o odborný článek z *International Journal of Environmental Research and Public Health*, který nese název: *Game space and game situation as mediators of the external load in the tasks of school handball*. Odborný článek pojednává o problematice házené ve školním prostředí z několika závěrečných prací a autoři těchto prací jsou: Sebastian Feu, Juan Manuel Garcia-Ceberino, María Gracia Gamero, Sergio González-Espinosa a Antonio Antúnez. Dále autorka přidává akademické editory článku: Corrado Lupo a Paul B. Tchounwou z roku 2023.<sup>72</sup>

V tomto odborném článku je ústředním tématem výuka tělesné výchovy na základních školách ve Španělsku se zaměřením na házenou. Autoři zde rozebírají několik proměnných včetně **didaktického aspektu učitele**, který dle jejich slov, hraje dominantní roli nejen v osvojování motorických pohybů, házenkářských dovedností cvičenců ale i v motivaci žáků k lepším házenkářským pohybovým výsledkům v tělesné výchově. **Učitelé základních škol ve Španělsku dle autorů odborného článku totiž převážně trénují házenou po částech za účelem natrénování hlavně házenkářských dovedností skrze průpravná házenkářská cvičení a herní činnosti jedince – tedy, že se učitelé soustředí na technické provedení herních činností primárně a následně tím vytrhávají házenou z jejího herního jádra.** V kontextu s herními situacemi jsou průpravná cvičení mechanickým opakováním, nacvičováním, které snižuje motivaci žáků a negativně ovlivňuje jejich vztah k házené.

**Na rozdíl od herních situací v samotné hře házené, je toto nacvičování a opakování pohybového úkolu neměnné. Tudiž cvičence nenutí k žádnému promýšlení užitých herních činností, taktiky a jako doplněk je pak již zmíněná ztráta motivace, potažmo nechť nejen ke sportu házená ale k jakémukoliv nacvičování či zdokonalování se ve sportu. Proto je důležité promýšlet každou vyučovací jednotku a volit vhodné didaktické i metodické způsoby vedených hodin, a to nejen ke splnění Rámcových vzdělávacích programů, ale i k vyšším cílům, jako je zdravý životní styl dalších generací, který se pojí i se zdravým pohybem ve smyslu kalokagathia.**

Na závěr rešerše autorka práce předesílá, že zdravý pohyb je nejen o tom, že se jedinec pohybuje a jak efektivně či technicky správně, avšak i o radosti, spolupráci a o dosaženém cíli, který tento pohyb přináší. Co může být pro někoho gól, pro druhého nové sociální vazby v týmu a pro třetího smysluplně strávený čas, kdy udělal něco sám pro svoje vlastní zdraví.

---

<sup>72</sup> Feu, Sebastián, Juan Manuel García-Ceberino, María Gracia Gamero, Sergio González-Espinosa, and Antonio Antúnez. 2023. "Game Space and Game Situation as Mediators of the External Load in the Tasks of School Handball" *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20, Dostupné z [www: https://doi.org/10.3390/ijerph20010400](https://doi.org/10.3390/ijerph20010400) [8.5.2023]

## 4 Praktická část

### Hypotézy

Hypotézy byly formulovány na základě tří podobných studií (prací).

- 1) Předpokládám, že méně než 30 % všech dotázaných učitelů tělesné výchovy nemá k dispozici prostory hřiště nebo tělocvičny potřebných rozměrů pro házenou (20x40m).
- 2) Předpokládám, že méně než 30% ze všech dotázaných učitelů tělesné výchovy nemá k dispozici potřebné materiální vybavení, jako jsou branky a 1 míč do dvojice pro výuku házené.
- 3) Předpokládám, že více jak 70 % všech dotázaných učitelů tělesné výchovy házenou do výuky nezařazuje.
- 4) Předpokládám, že více jak 50 % dotázaných učitelů zařazujících házenou do školní výuky zařazuje samotnou hru do každé vyučovací jednotky házené.
- 5) Předpokládám, že méně než 5 % dotázaných učitelů, kteří házenou zařazují do školní výuky, nezařazují průpravná cvičení do vyučovacích hodin.
- 6) Předpokládám, že méně než 10 % dotázaných pedagogů, kteří zařazují házenou do výuky, také rozvíjí herní činnost brankáře pravidelně.
- 7) Předpokládám, že více jak 60 % učitelů, kteří zařazují házenou do výuky, také nacvičují herní kombinace s žáky.
- 8) Předpokládám, že více jak 50 % dotázaných škol, které zařazují házenou do výuky, se nezúčastňují mezi školních soutěží v házené.

- 9) Předpokládám, že více jak 80 % dotázaných škol, které zařazují házenou do výuky, nepořádají školní utkání.

## **Využité výzkumné metody**

Pro zpracování této diplomové práce byly použity metody kvantitativního anonymního dotazníku, analýzy a následné komparace. Tyto činnosti byly klíčové ke zmapování aktuální situace využití házené ve vyučování tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha.

### **Dotazníková metoda**

Metoda dotazníku je nejrozšířenější metodou k získání velkého množství dat s méně podrobnými informacemi. S ohledem na zadání své diplomové práce byl zasílán dotazník učitelům tělesné výchovy základních škol (vyučujícím na 2. stupni ZŠ) a víceletých gymnázií v kraji Praha. Dotazník obsahoval odpovědi strukturované i nestrukturované, tedy odpovědi s uzavřenými i otevřenými otázkami. Samotný dotazník autorka stanovila na základě předem stanovených cílů.

### **Distribuce dotazníků**

Výzkum autorka vedla v období od ledna do dubna 2023 na základních školách a víceletých gymnáziích v kraji Praha. Dotazníky byly šířeny elektronickou formou pomocí e-mailových adres daných učitelů se souhlasem vedení příslušných škol.

### **Obsah dotazníku věnovanému učitelům**

Úvodem dotazníku je autorčino vysvětlení záměru dotazníkového šetření a stručný návod k jeho vyplnění. Dotazník obsahoval uzavřené i otevřené otázky. Rozdělení dotazníku spočívalo ve třech částech, které se věnovalo identifikaci respondentů včetně příslušnosti ke školní instituci, dále prostorovým a materiálním podmínkám k zajištění výuky házené, a nakonec dotazování k didaktice, metodice vyučovacích hodin ve školní tělesné výchově. K otázkám 12 až 36 odpovídali pouze učitelé, kteří zařazují házenou do vyučovacích jednotek tělesné výchovy.

### **Metody zpracování dat**

## **Metoda analýzy a komparativní metoda**

Metoda analýzy má za cíl redukovat nepodstatná a nedůležitá data, vyčlenit a analyzovat podstatné prvky a jejich vlastnosti či odlišnosti. Komparativní metoda slouží k porovnání sběru důležitých dat mezi sebou, na základě předcházejících použitých metod slouží jako pomocný nástroj k vyhotovení výsledků tohoto výzkumu.

### Metody využití k zpracování statistik:

- Absolutní a relativní četnost – číselné a procentuální vyjádření odpovědí;
- Aritmetický průměr;
- Modus – nejčastější výskyt hodnoty v daném souboru;
- Posuzovací stupnice – verbální stupnice (škály) – posuzovatel zvolí nejvýstižnější možnost – skutečnost dle zadaných kritérií.

## **Postup práce**

Pro sepsání této diplomové práce bylo prvotně zapotřebí vyhledat a kontaktovat všechny základní školy a víceletá gymnázia v kraji Praha.

Dále bylo zapotřebí sestavit dotazníky pro pedagogické pracovníky vyučující tělesnou výchovu na daných základních školách a víceletých gymnáziích v Praze. V další fázi autorka provedla analýzu ke kompletaci a dokončení sběru dat, poté následovalo porovnání a výsledky práce.

Oslovení o vyplnění dotazníků pro učitele tělesné výchovy vedly školní instituce společně s autorkou práce po telefonu, dále osobně, a nakonec i elektronicky formou e-mailové korespondence, poté byly dotazníky zaslány a vyplněny dle časových možností pedagogů. Odesláno bylo na 140 dotazníků, nakonec odpovědělo 60 respondentů.

V čase čekání na vyplnění dotazníků o vyučovacích hodinách tělesné výchovy a míčového sportu házená na druhém stupni základních škol a víceletých gymnáziích, byly sepsány informace k metodice a systematické házené.

Po této fázi byla všechna data k dispozici a bylo je tak možné sepsat pro účely této práce.

Poslední fází byla fází komparace zjištěných výsledků šetření a vzájemné zhodnocení výsledků práce.

## **Charakteristika výzkumného souboru**

Dotazník byl rozeslán celkem na 140 základních škol a víceletých gymnáziích do všech částí Prahy – Praha 1 až Praha 22. Výběr respondentů byl se záměrem obsáhnout každý pražský obvod alespoň s jednou základní školou a s jedním víceletým gymnáziem. Dohromady tedy 44 respondentů. Autorce se nakonec povedlo zkompletovat ve všech obvodech vždy minimálně 1 základní školu a 1 víceleté gymnázium, ze kterých je tento výzkum složen. Navíc je ve výzkumném souboru 8 základních škol a 8 víceletých gymnáziích, které jsou z již zmíněných obvodů: Praha 1, Praha 2, Praha 3, Praha 4, Praha 5, Praha 7, Praha 9 a Praha 10. Z důvodu zachování anonymity dotázaných respondentů autorka dále nerozvádí přidávaný výběr 16 škol na jednotlivé počty škol k daným obvodům.

Dotazníky byly šířeny pomocí e-mailové korespondence získané z informací na internetových stránkách příslušných škol v kraji Praha. Ze 140 (100 %) rozeslaných



dotazníků činí návratnost dotazníků 43 %, tedy 60 dotazníků, které byly dále využity k výzkumu. Dotazníky byly určeny pro učitele tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha.

Pro výzkum bylo využito 60 navrácených dotazníků, z toho jde o 30 (50 %) dotazníků od učitelů základních škol a 30 (50 %) dotazníků od učitelů víceletých gymnázií. Z 60 učitelů jde ve 46 % o ženy – 28 a v 54 % o muže – 32. Z tohoto vzorku je ve věkovém rozmezí do 30 let 13 pedagogů (21 %), ve věkovém rozmezí 31-40 let 16 pedagogů (27 %), ve věkovém rozmezí 41-50 let 15 pedagogů (25%) a ve věkovém rozmezí 51 let a více je 16 pedagogů (27%).

Pro otázky 1-11 autorka vychází ze všech 60 odpovědí respondentů, kteří odpověděli na dané otázky (100% = 60 odpovědí).

K otázkám 12-36 odpovídá na otázky 47 respondentů, které autorka počítá dále rovněž jako 100 % , neboť jde o počet pedagogů zařazujících házenou do výuky a o otázky, které jsou určeny pouze těmto respondentům.

Ze 47 respondentů je pak 24 (51%) respondentů s příslušností k základním školám a 23 (49%) s příslušností k víceletým gymnáziím.

## Výsledky dotazníkového šetření

Tato kapitola obsahuje výsledky dotazníkového šetření získaných od učitelů 2. stupně základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha.

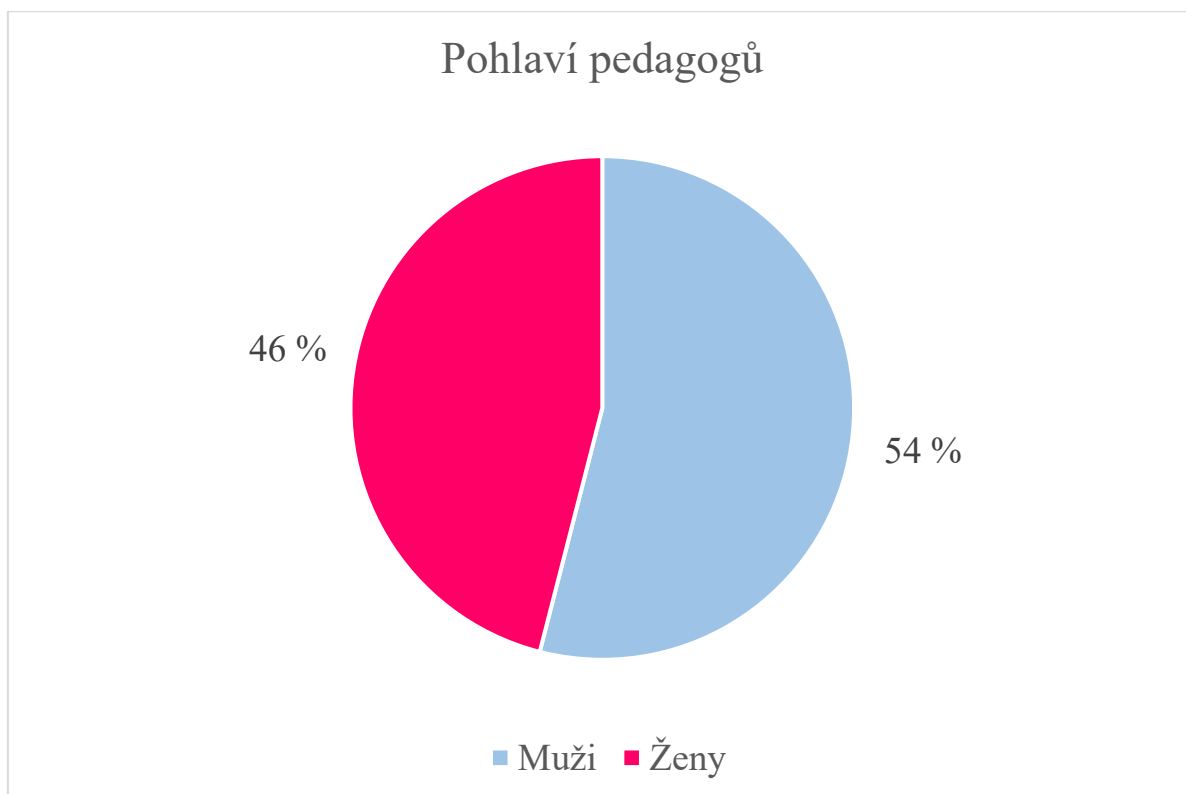
### Shrnutí výsledků

Tato kapitola shrnuje, rozebírá a porovnává získané informace o házené vyučované na 2. stupni základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha.

### Otázka č.1 dotazníku věnovanému pedagogům

V první otázce se autorka ptala na pohlaví respondentů.

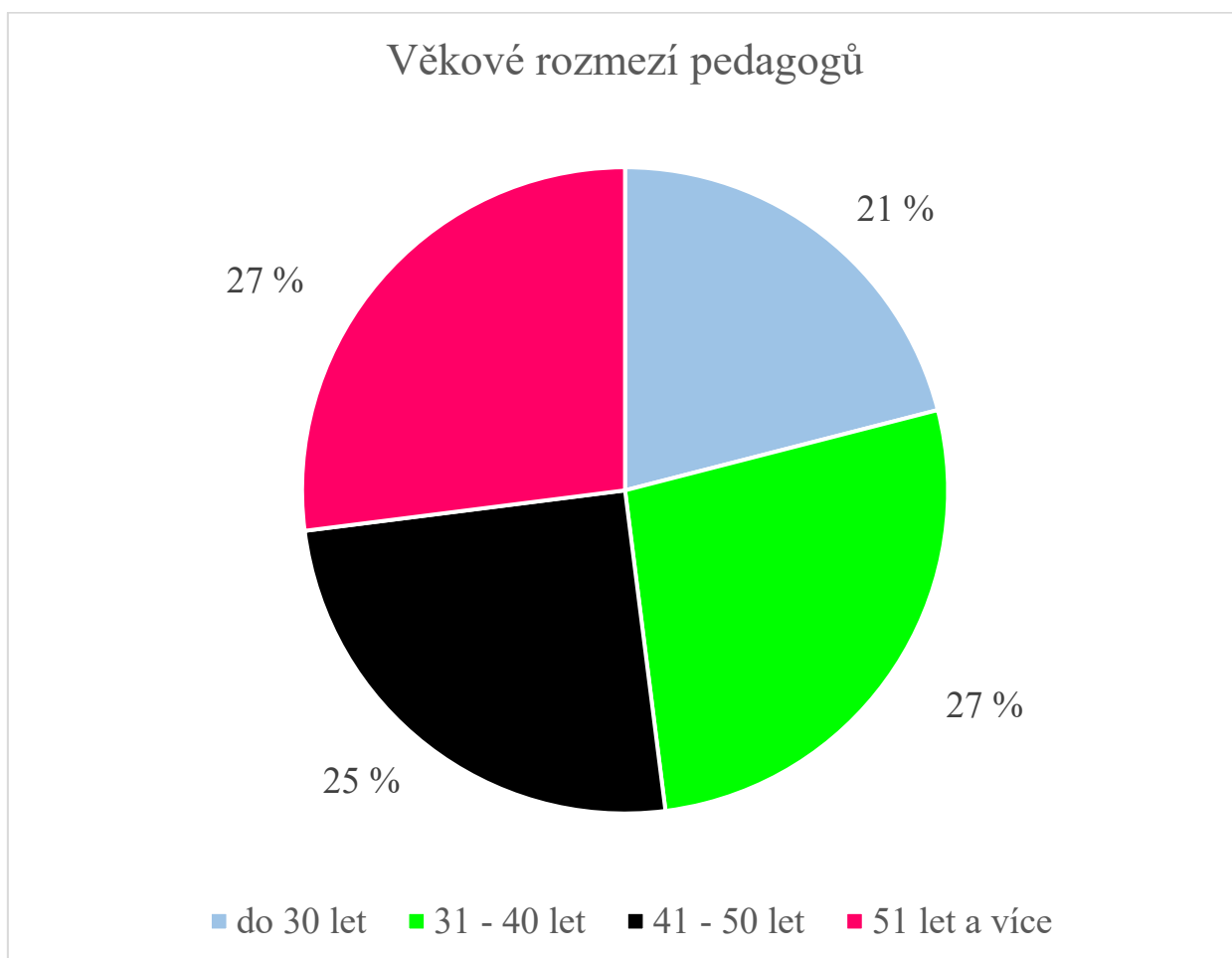
Dotazníkového šetření se účastnilo 28 (46 %) žen a 32 (54 %) mužů. Výsledky šetření jsou znázorněny v grafu č. 1 – Pohlaví pedagogů.



Graf 1: Pohlaví pedagogů (Zdroj: vlastní)

## Otázka č.2 dotazníku věnovanému pedagogům

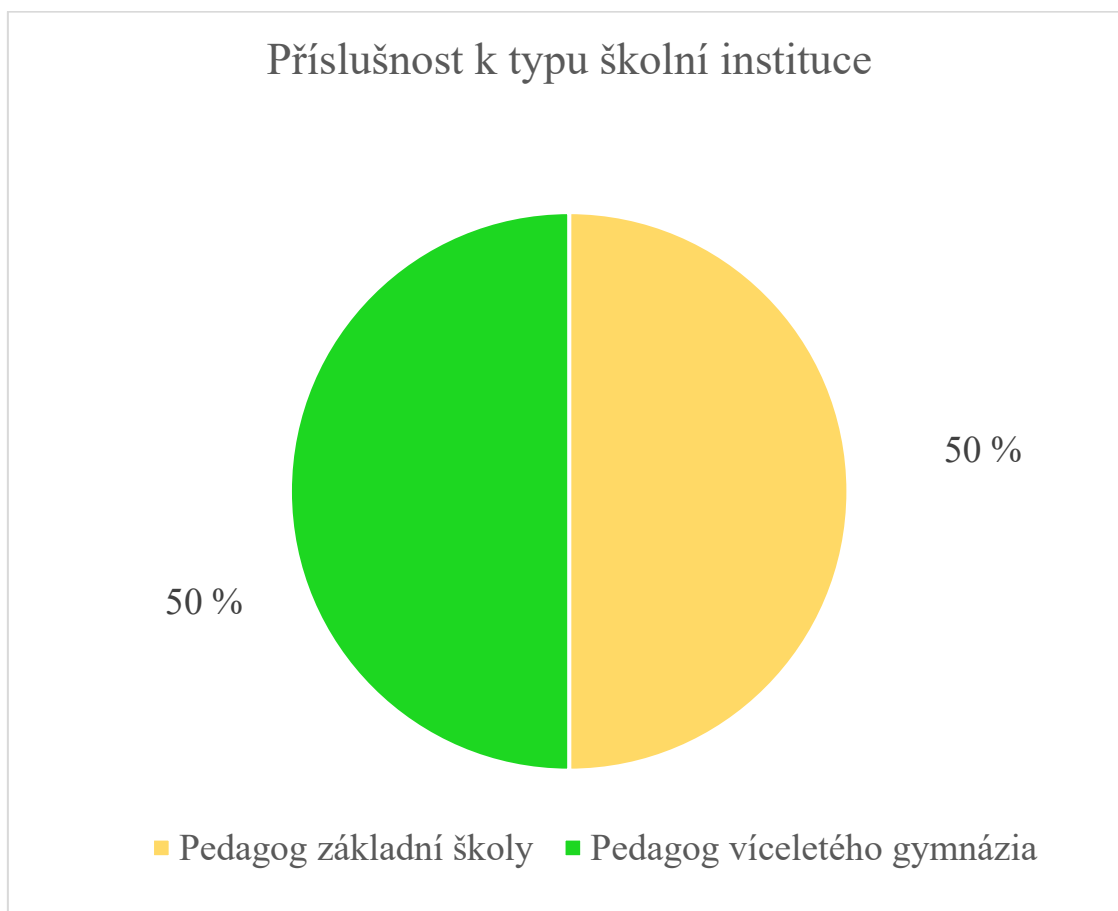
Ve druhé otázce dotazníku byl dotazován věk respondentů. Z celkových 60 dotázaných je: 13 dotázaných pedagogů do 30 let (21 %), 16 pedagogů ve věkovém rozmezí 31–40 let (27 %), 15 pedagogů ve věku 41–50 let (25 %) a 16 pedagogů ve věku 51 let a více (27 %).



Graf 2: Věkové rozmezí pedagogů (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.3 dotazníku věnovanému pedagogům

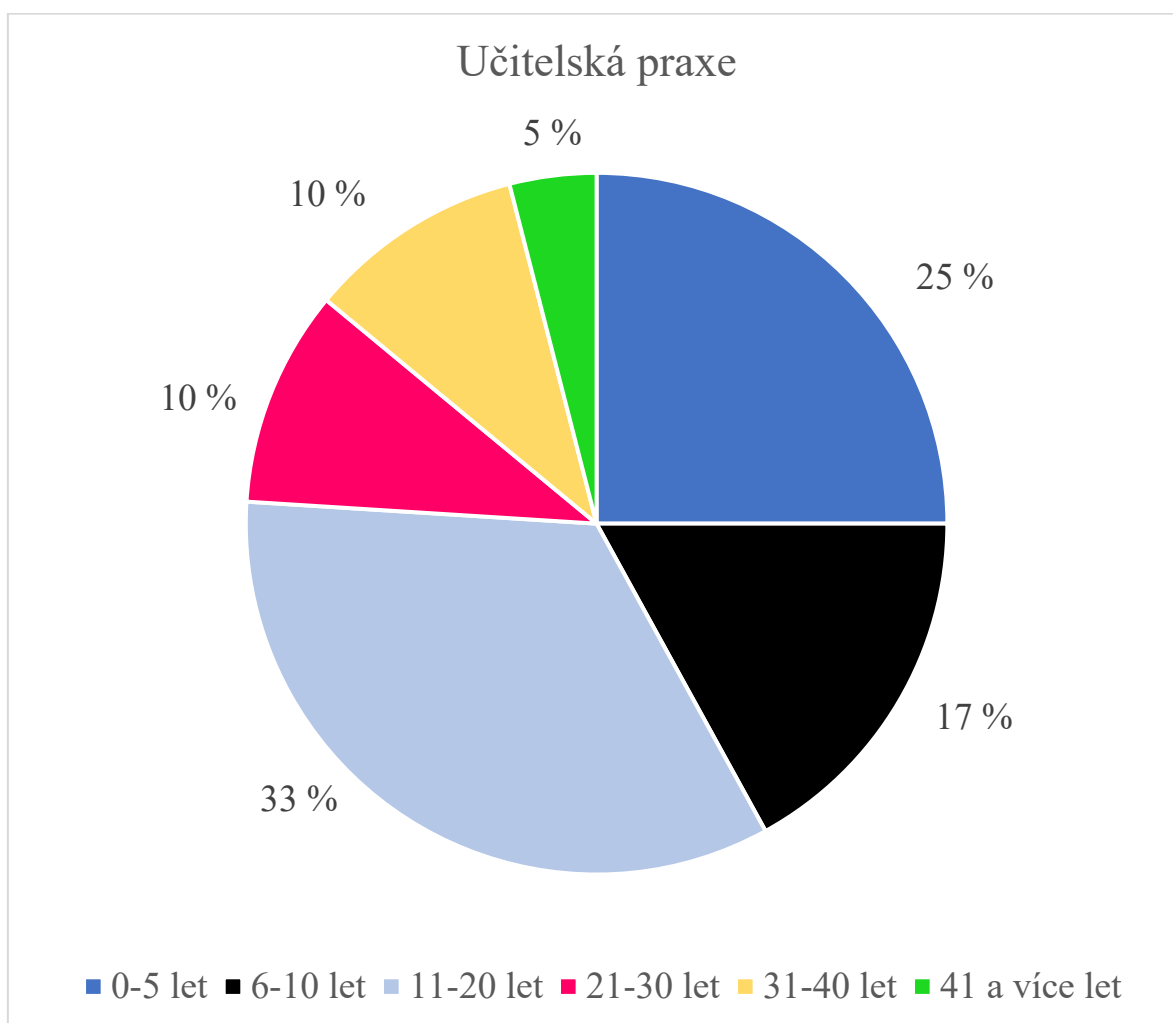
Ve třetí otázce dotazníku byla dotazována příslušnost ke druhu, typu školní instituce – základní škola či víceleté gymnázium. Z celkového počtu 60 dotázaných **respondentů bylo 30 (50 %) příslušností k víceletým gymnáziím a 30 (50 %) s příslušností k základním školám.**



*Graf 3: Příslušnost k typu školní instituce (Zdroj: vlastní)*

#### Otázka č.4 dotazníku věnovanému pedagogům

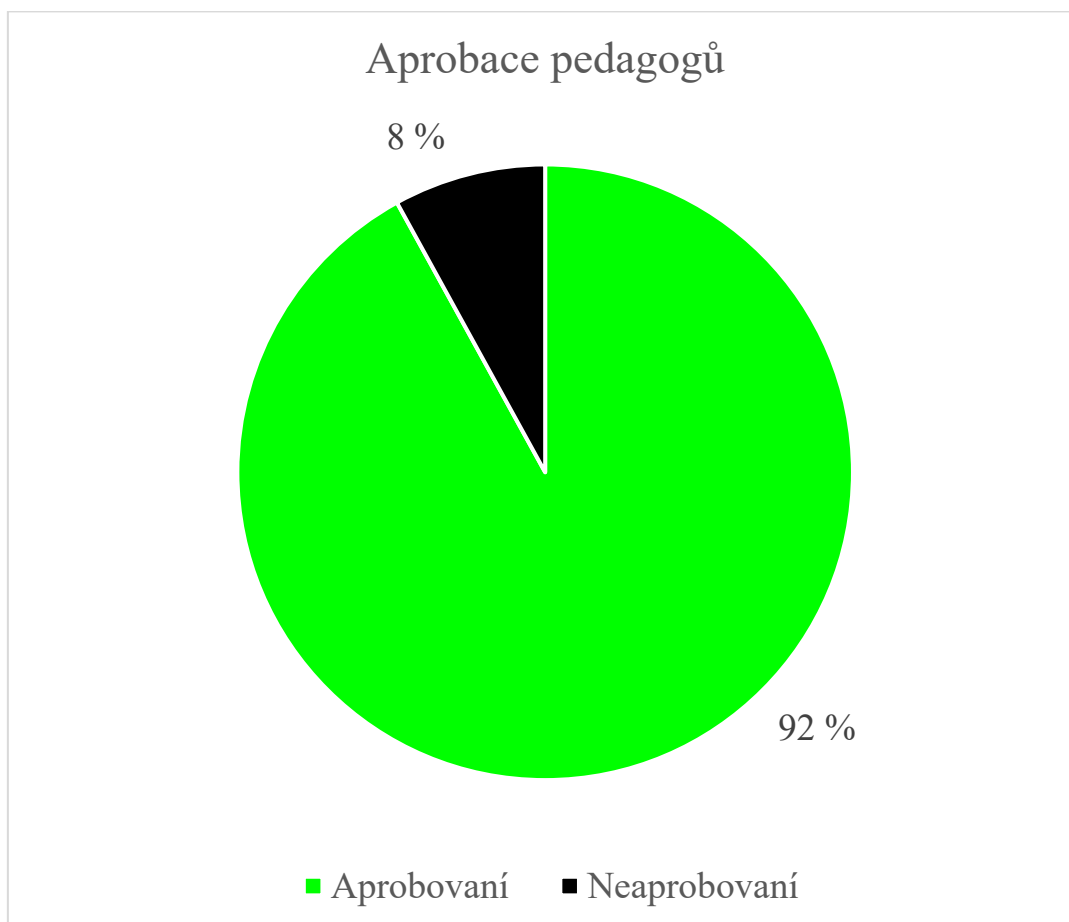
Ve čtvrté otázce byli respondenti dotazováni na délku jejich učitelské praxe. **0-5 let praxe mělo dohromady 15 pedagogů (25 %) ze 60, 6-10 let učitelské praxe mělo 10 pedagogů (17 %), 11-20 let praxe mělo 20 pedagogů (33 %), 21-30 let praxe mělo 6 (10 %) pedagogů, 31-40 let praxe mělo 6 (10 %) pedagogů a 41 a více let praxe měli 3 pedagogové (5 %).**



Graf 4: Učitelská praxe (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.5 dotazníku věnovanému pedagogům

V otázce páté bylo dotazováno na aprobaci daných učitelů. Z celkového počtu 60 pedagogů je 55 (92 %) aprobovaných pedagogů tělesné výchovy a 5 (8 %) je neaprobovanými pedagogy.



Graf 5: Aprobace pedagogů (Zdroj: vlastní)

## **Otázka č.6 dotazníku věnovanému pedagogům**

Otázka šestá se soustředila na názor studia vysoké školy pedagogické daných pedagogů. Zda informace a poznatky, které získali na vysoké škole byly dostačující pro výuku tělesné výchovy či nikoliv.

Pro zodpovězení měli pedagogové tři varianty:

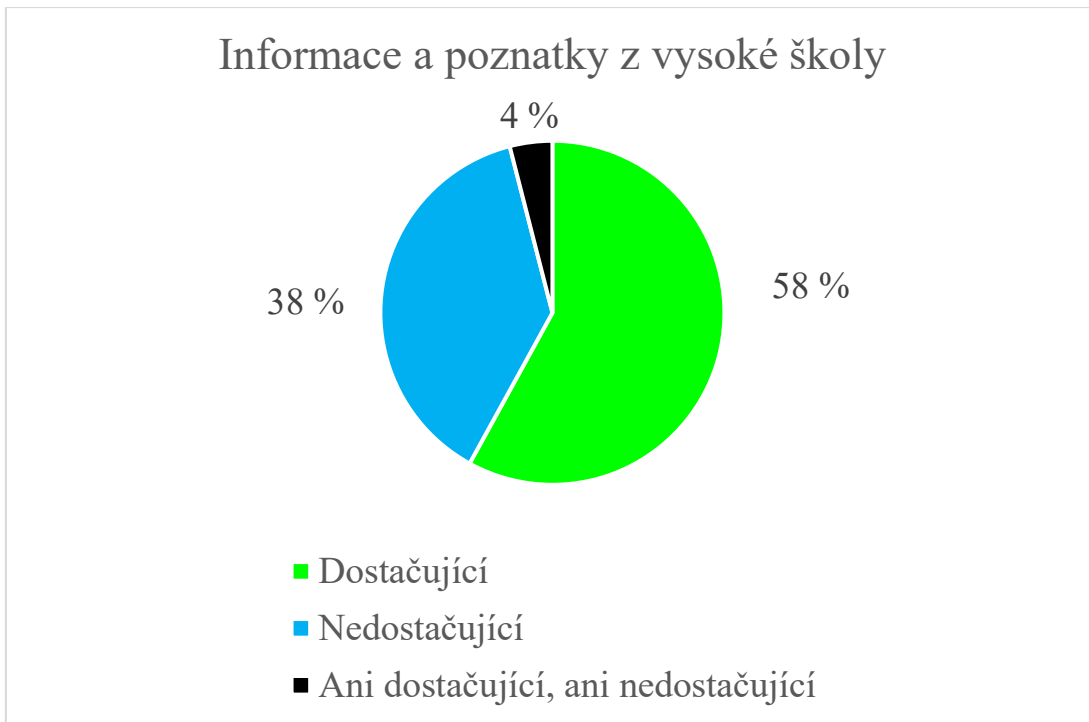
- Ano, dostačující;
- Ne, nedostačující;
- Ani dostačující, ani nedostačující.

**Ze 60 dotázaných pedagogů odpovědělo 35 (58 %) ano, dostačující. Dále 23 (38 %) odpovědělo nedostačující a 2 (4 %) odpověděli možnost ani dostačující, ani nedostačující.**

Nejčastějšími dodatky a důvody, proč nebyly dostačující informace a poznatky, které učitelé získali ze studia vysoké školy byly následující. Nejvíce odpovědí se týkalo nedostatečné či nulové pedagogické praxe – jmenována byla konkrétně samotná výuka házené. Dalším opakujícím se dodatkem bylo nedostatečné připravení vysokých škol na vedení administrativy spojené s výukou každého učitele, učitele tělesné výchovy nevyjímaje.

Dva pedagogové odpověděli možností ani dostačující, ani nedostačující s následujícími dodatky:

První pedagog nemá vysokoškolské vzdělání ale trenérskou licenci, a proto zvolil možnost odpovědi: ani dostačující, ani nedostačující. Druhý pedagog odpověděl, že získal spoustu užitečných poznatků, a však hodně informací bylo nutné získat praxí, kterou do té doby ve spojitosti s házenou a tělesnou výchovou neměl.



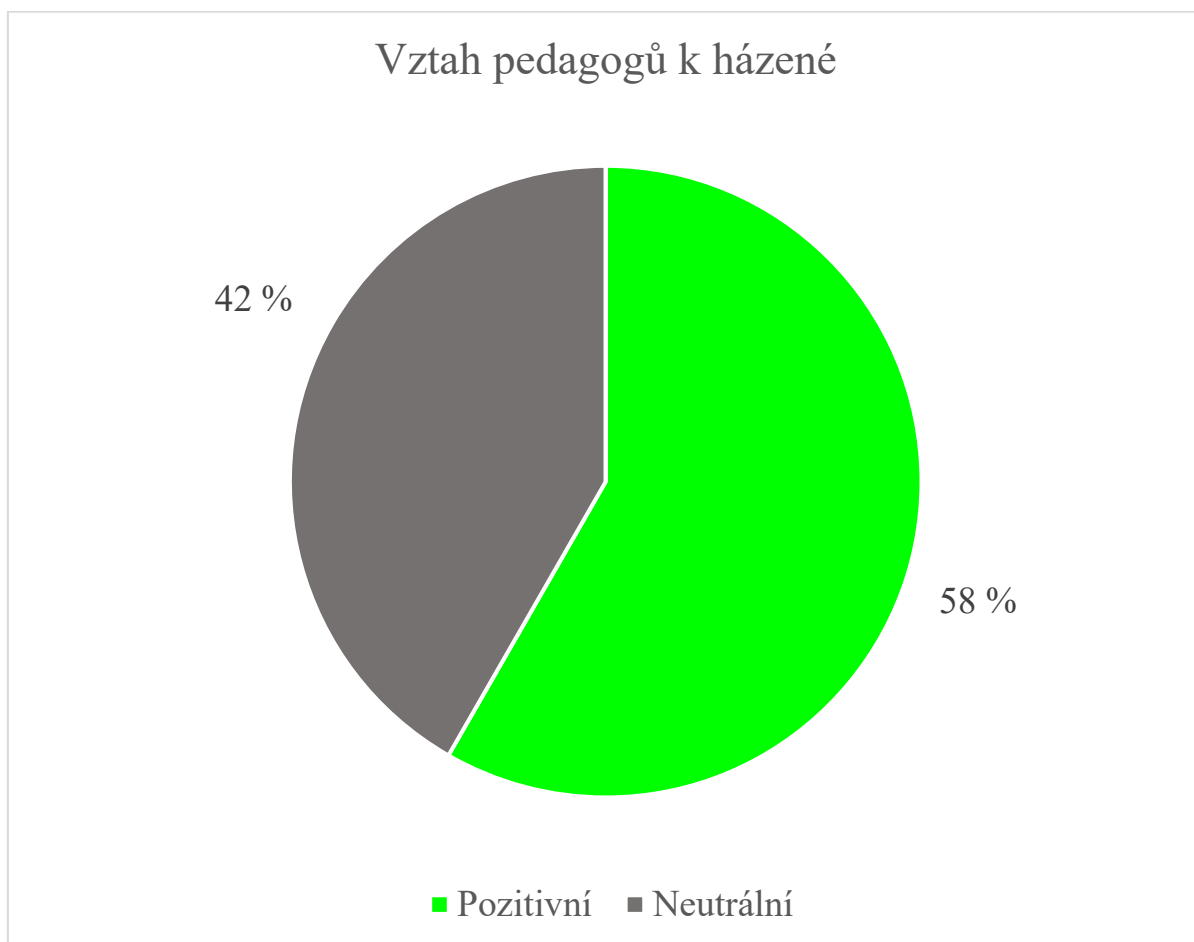
*Graf 6: Informace a poznatky z vysoké školy (Zdroj: vlastní)*



### Otázka č.7 dotazníku věnovanému pedagogům

Otázka číslo sedm se dotazovala na vztah učitelů k házené. Respondenti měli na výběr z následujících odpovědí: pozitivní vztah, neutrální vztah či negativní vztah k házené.

**35 (58 %) pedagogů má pozitivní vztah k házené, 25 (42 %) ze 60 pedagogů má vztah neutrální k házené. Žádný pedagog neodpověděl na otázku s odpovědí negativního vztahu k házené.**



*Graf 7: Vztah pedagogů k házené (Zdroj: vlastní)*

**V otázce osmé až desáté, se autorka věnuje možnostem a vybaveností školních institucí potřebných pro hraní míčové hry házená.**

### Otázka č.8 dotazníku věnovanému pedagogům

V osmé otázce se autorka dotazovala, zda školní instituce dotázaných pedagogů splňuje předepsané požadavky na rozměry pro házenkářské hřiště ( 40 x 20 m), ať už pouze tělocvična či pouze venkovní hřiště nebo obojí. Mezi možnostmi odpovědi bylo ano, ne a možnost vepsat dodatečnou poznámku k odpovědi ano – obojí či ne a možnost vepsání rozměrů daných hřišť, které prostorové podmínky nesplňují.

**Z celkových 60 dotázaných bylo 30 (50 %) ano, 30 (50 %) ne. K odpovědi ano, bylo dodatku využito pouze v jednom případě, kdy respondent uvedl, že předepsané požadavky na rozměry házenkářského hřiště splňuje nejen školní hřiště, ale i tělocvična.**



Graf 8: Požadavky na rozměry házenkářského hřiště (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.9 dotazníku věnovanému pedagogům

Devátá otázka se dotazovala na disponování házenkářských míčů daných školních institucí. Otázka zněla: Máte ve škole dostatek házenkářských míčů, to znamená alespoň jeden míč do dvojice?

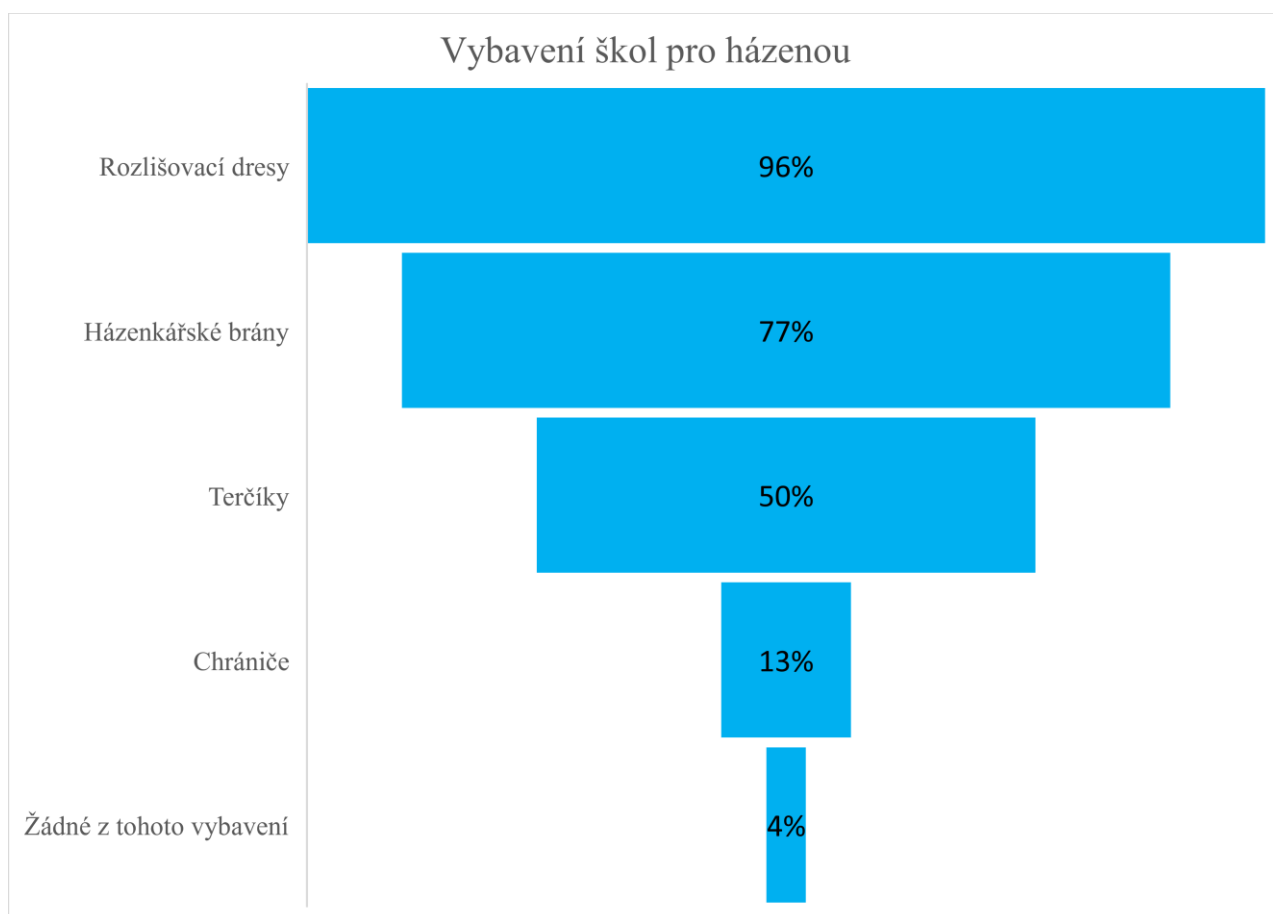
Z celkového počtu 60, 43 pedagogů odpovědělo ano (71 %) a 17 odpovědělo ne (29 %).



Graf 9: Školní vybavenost házenkářských míčů (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.10 dotazníku věnovanému pedagogům

Obsahem otázky číslo deset bylo, zda pedagogové mají ve škole k dispozici i další vybavení, pomůcky pro házenou. Mezi možnostmi pro odpověď byly rozlišovací dresy, házenkářské branky, terčíky, chrániče, házenkářské lepidlo a možnost ne, uvedené házenkářské vybavení nemáme. **Z celkově 60 dotázaných disponuje 58 (96%) škol rozlišovacími dresy, 46 (77 %) škol disponuje házenkářskými brankami, 30 (50%) dotázaných vlastní terčíky a 8 (13 %) vlastní chrániče. Možnost: žádné uvedené vybavení na házenou nemáme zvolili 2 (4 %) dotazovaní. Možnost disponování házenkářského lepidla ne zvolil nikdo z dotázaných pedagogů.**



Graf 10: Vybavení škol pro házenou (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.11 dotazníku věnovanému pedagogům

V jedenácté otázce se pedagogů dotazovalo, zda zařazují házenou do výuky. **Z celkového počtu 60 respondentů odpovědělo 47 (79 %) pedagogů, že házenou zařazují. 13 (21 %) z 60 pedagogů nezařazuje házenou do výuky vůbec.**

Dodatky z dotazníků učitelů, kteří odpověděli, že házenou do výuky nezařazují:

„Ne, házená je vysoce kontaktní sport, pro děti s agresivním chováním není vhodný, dále náročný na fyzickou kondici, a ne všichni chtějí se do hry zapojit a těžké je přemlouvat, to lze provádět spíše se zájemci v kroužkách.“

„Ne, výuku házené bereme okrajově. Nemáme prostor, ani prostředky. Hrajeme různé modifikace např. Tchoukball.“

„Ne, většinu třídy házená nebaví, nemají k ní žádný vztah, nikdy předtím ji nehráli.“



Graf 11: Zařazování házené do výuky tělesné výchovy (Zdroj: vlastní)

Vyhodnocení následujících (otázky číslo: 12 až 33) otázek je tedy z konečného počtu 47 (100 %) respondentů zařazujících házenou do výuky tělesné výchovy.

### Otázka č.12 dotazníku věnovanému pedagogům

Ve dvanácté otázce dotazníku se pedagogů dotazovalo, zda zařazují házenou blokově 1-2 měsíce v roce nebo 1-2 hodiny měsíčně a více. (S ohledem na předešlou otázku se počítá 100 % dotazovaných ze 47 respondentů, kteří házenou zařazují do výuky.)

**Blokově zařazuje házenou 31 (66 %) pedagogů ze 47, 1-2 hodiny měsíčně a více věnuje házené 16 (34 %) pedagogů z celkových 47.**



Graf 12: Zařazování házené do výuky tělesné výchovy (Zdroj: vlastní)

### **Otázka č.13 dotazníku věnovanému pedagogům**

Šetření otázky číslo 13 obsahovalo dotazování, zda mají pedagogové dostatek času pro výuku metodiky házené. Zde bylo nutné dodatečné vedení rozhovoru respondentů ochotných k doplnění jejich odpovědí. Vyhodnocení bylo provedeno z celkového počtu 47 (100 %) respondentů, kteří házenou zařazují do školní výuky.

**37 (79 %) respondentů odpovědělo ano.** Jeden z těchto pedagogů dodal, že je pouze těžké rozhodnout, co upřednostnit více, neboť prostor je a čas si najde ale je to na časový úkor jiné pohybové aktivity. Takže ano, pro nacvičení metodiky konkrétně házené čas je, a však v ideálním případě by bylo možné zařadit více hodin v týdenní dotaci pro tělesnou výchovu a tím pádem i více metodiky by bylo možné využít (nejen pouze u dvou míčových her ale i u dalších sportovních her).

Další z těchto respondentů napsal, že metodiku házené trénují, převážně formou miniházené.

#### Další dodatky ze skupiny respondentů, kteří odpověděli ano:

„Házená je podle mého názoru jednou ze základních sportovních her, které by se měly na českých základních školách vyučovat, proto si na její trénink v naší škole čas vždy najdeme.“

„Zařazuji hry obecně rozvíjející koordinaci při házení.“

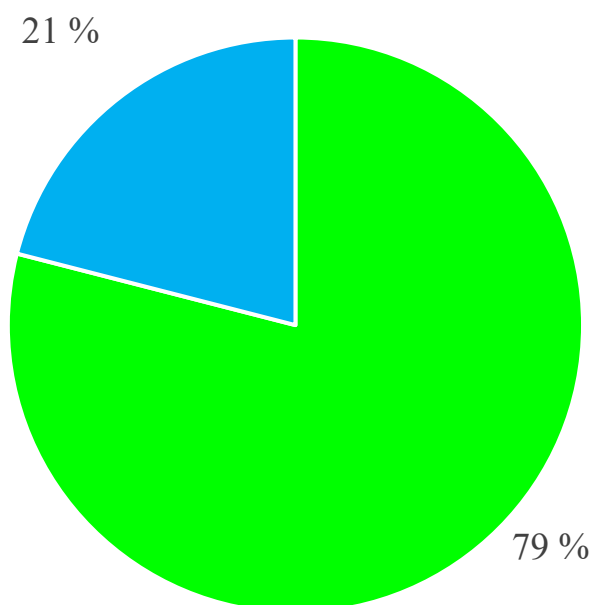
„Ano, průprava s míči (přihrávky, střelba, driblink) je vhodná pro všechny míčové hry.“

**10 (21 %) respondentů odpovědělo ne, důvodů, proč nemají dostatek času pro výuku metodiky házené bylo více viz odstavec níže:**

Důvodem prvního pedagoga, který uvedl odpověď ne byla jeho aktuální situace. Dodal, že je začínajícím učitelem tělesné výchovy a že je v této roli půl roku, tudíž se teprve seznamuje se schopnostmi a dovednostmi žáků a jakákoliv metodika je nutná v téměř každé vyučovací hodině a v téměř každé pohybové aktivitě. Je to vždy na úkor jiné herní aktivity, času tedy moc není – odpověď jednoho (10 %) respondenta z celkových 10 (100 %).

Dalším dodatkem bylo uvedeno, že na metodiku házené z důvodu časové dotace tělesné výchovy nezbyvá čas, celkově tak podle respondentů nestačí pro skoro žádný ze sportů – odpovědělo 9 (90 %) respondentů z celkových 10 (100 %).

### Časová dotace pro výuku metodiky házené



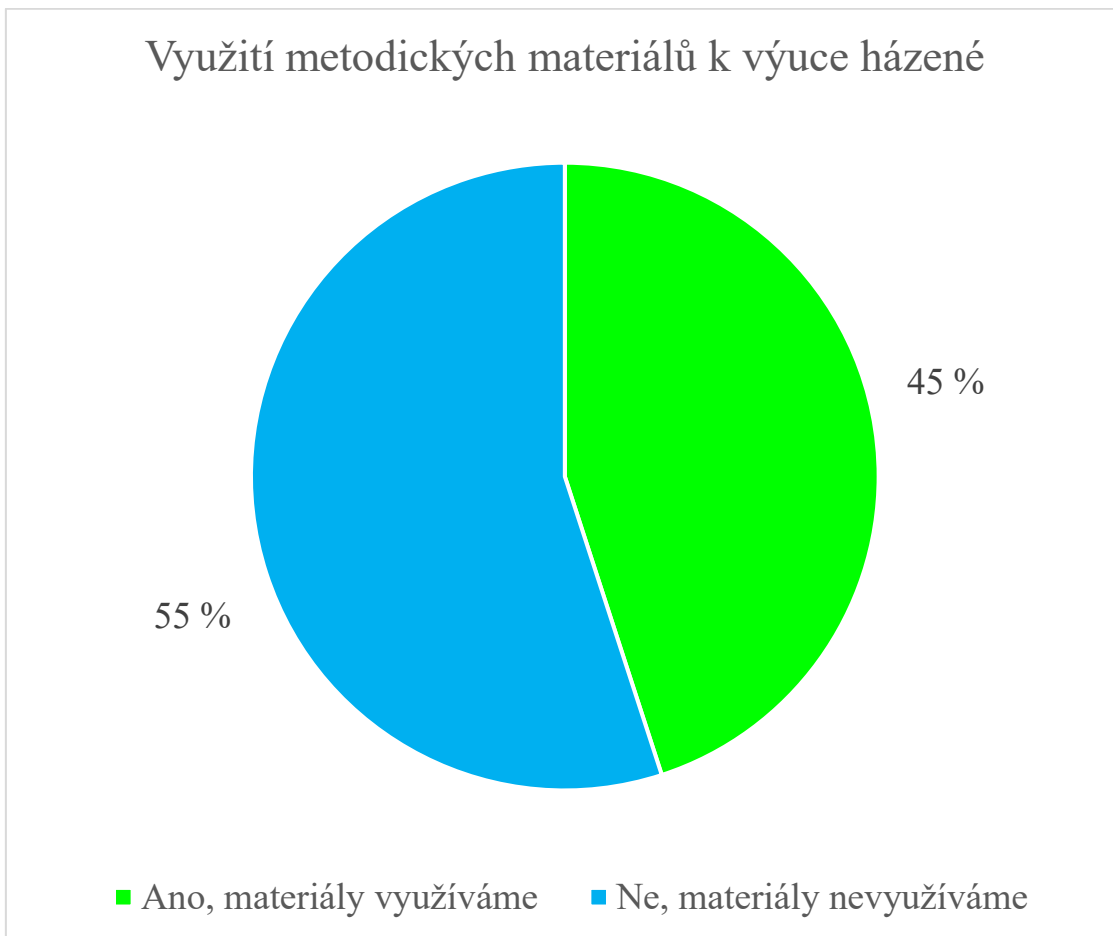
- Ano, máme dostatek času pro metodiku házené
- Ne, nemáme dostatek času pro metodiku

Graf 13: Časová dotace pro výuku metodiky házené (Zdroj: vlastní)



### Otázka č.14 dotazníku věnovanému pedagogům

V otázce č.14 bylo dotazováno, zda pedagogové používají metodické materiály k výuce házené. Ano odpovědělo 21 (45 %), ne odpovědělo 26 (55 %) ze 47 (100 %) pedagogů.

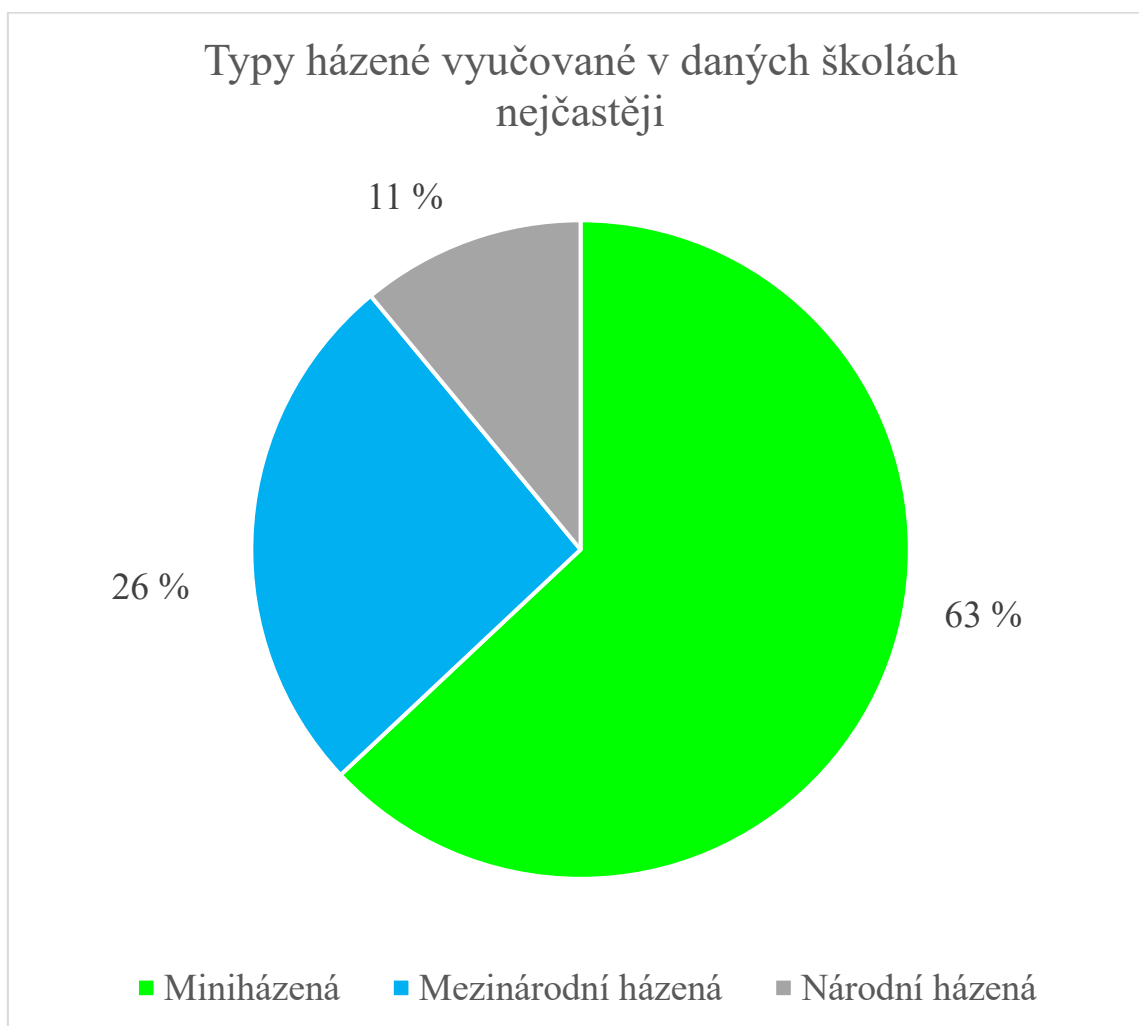


Graf 14: Využití metodických materiálů k výuce házené (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.15 dotazníku věnovanému pedagogům

V otázce č. 15 byli pedagogové dotazováni na typ házené, který vyučují nejčastěji.

Nejvíce pedagogů 30 (63 %) ze 47 (100 %) zvolilo možnost Miniházené, druhou možnost Mezinárodní házené zvolilo 12 (26 %) pedagogů a třetí možnost Národní házená zvolilo 5 (11 %) pedagogů.



Graf 15: Typy házené vyučované nejčastěji (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.16 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, zda učitelé provádí v hodinách zaměřených na házenou průpravná cvičení. **37 (79 %) učitelů zařazuje průpravná cvičení, 10 (21 %) nezařazuje průpravná cvičení do vyučovacích hodin.**



Graf 16: Zařazování průpravných cvičení (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.17 dotazníku věnovanému pedagogům

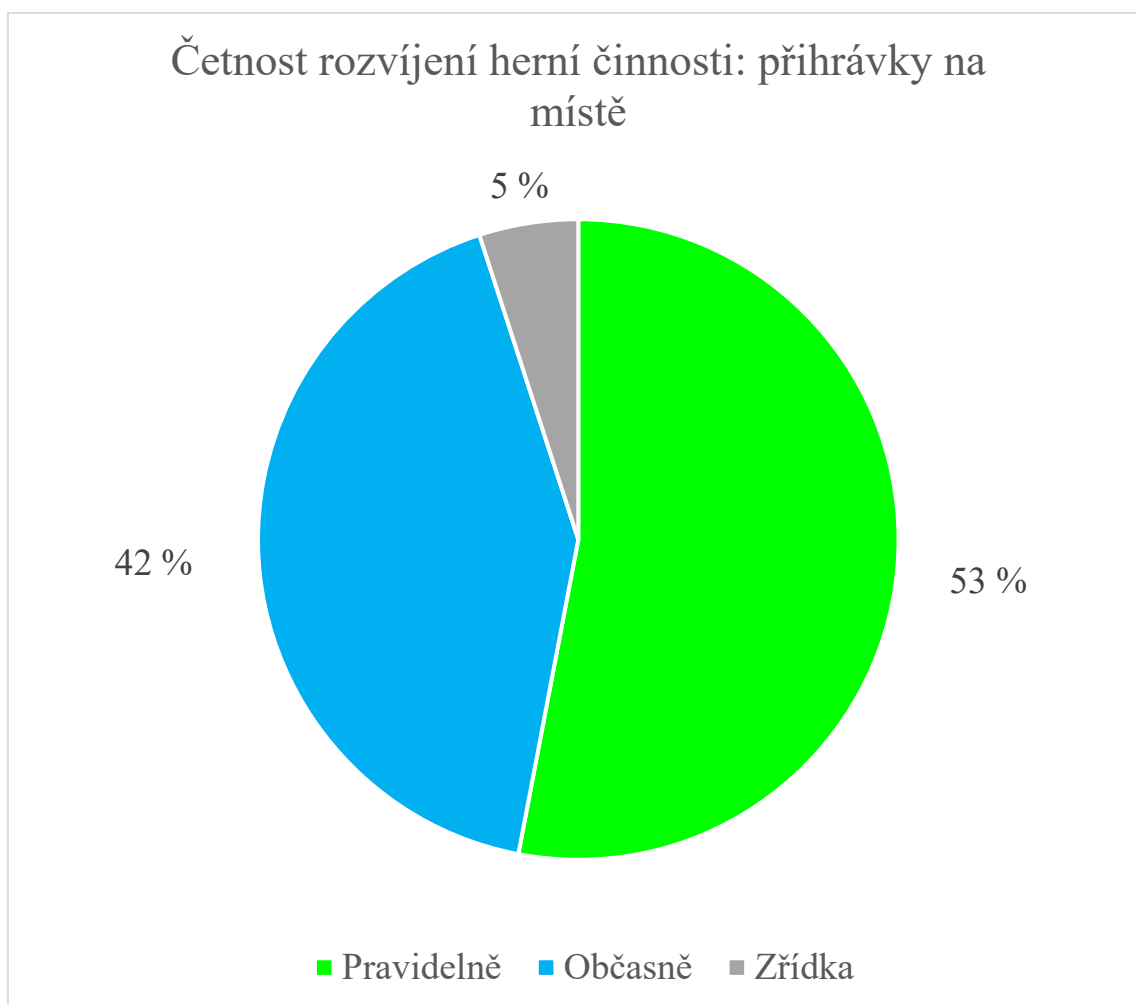
V sedmnácté otázce bylo dotazováno, zda pedagogové zařazují do výuky i závodivé či průpravné hry. **Ano, odpovědělo 40 (85 %) dotazovaných ze 47. Ne, odpovědělo 7 (15 %) respondentů. Důvody pro nezařazování her byly následující: nedostatek času, soustředění výuky na hráčské činnosti jedince, následované samotnou hrou házené.**



Graf 17: Zařazování průpravných či závodivých her (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.18 dotazníku věnovanému pedagogům

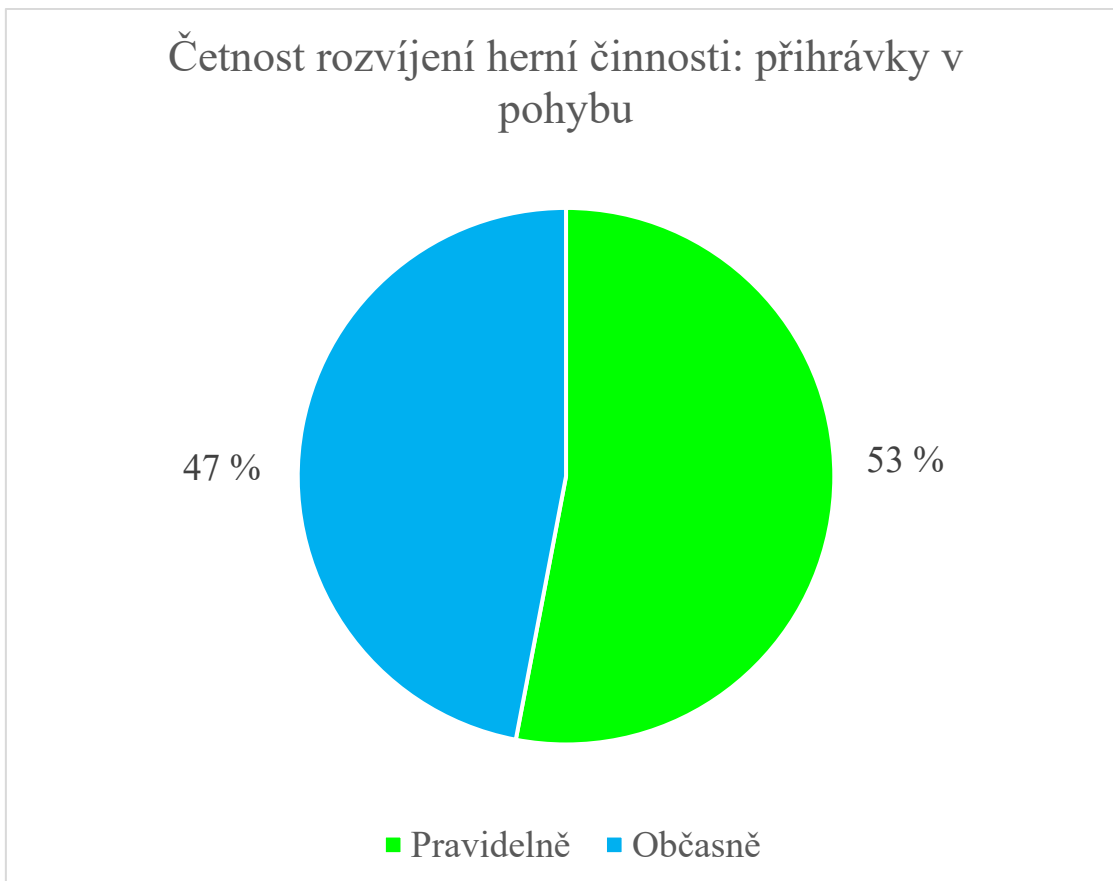
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: příhrávky na místě. **Odpověď pravidelně vyplnilo 25 (53 %), odpověď občas 20 (42 %), odpověď zřídka 2 (5 %), odpověď vůbec 0 (%) respondentů.**



Graf 18: Četnost rozvíjení herní činnosti: příhrávky na místě (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.19 dotazníku věnovanému pedagogům

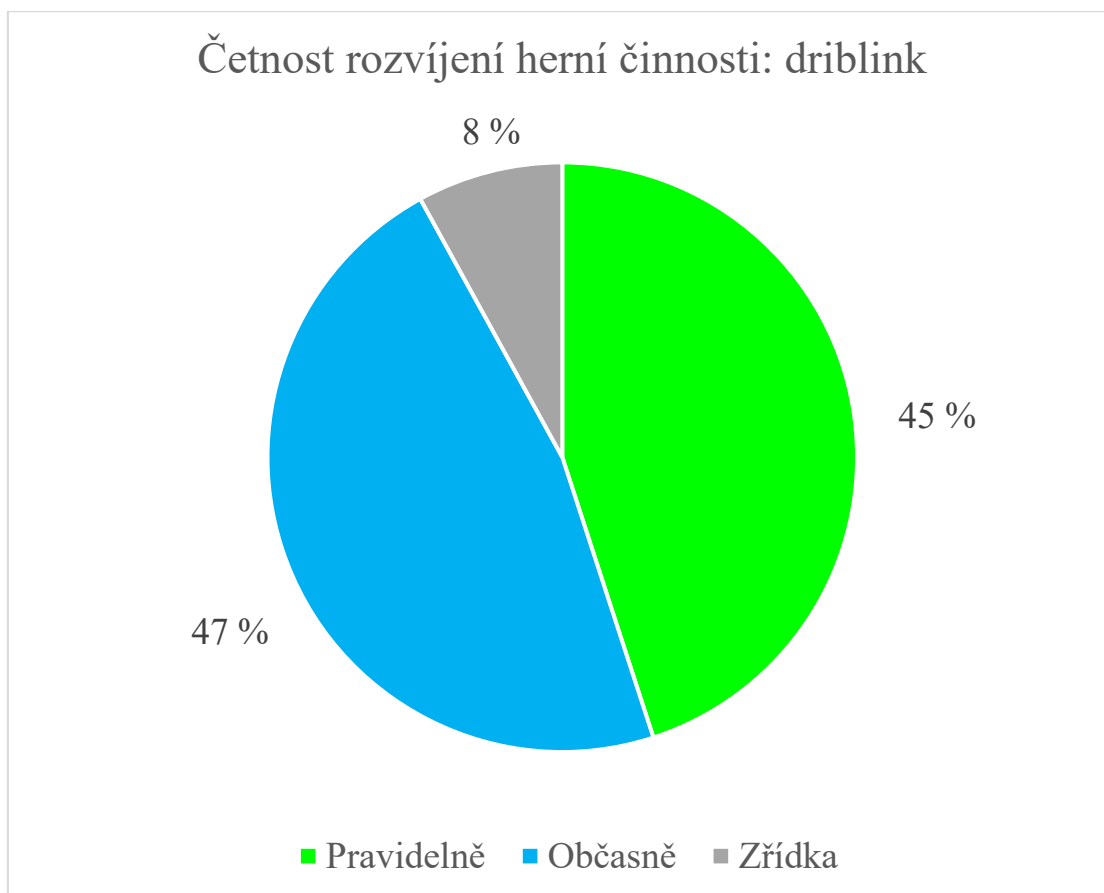
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: přihrávky v pohybu. **Odpověď pravidelně vyplnilo 25 (53 %), odpověď občas 22 (47 %), odpověď zřídka 0 (%), odpověď vůbec 0 (%) respondentů.**



Graf 19: Četnost rozvíjení herní činnosti: přihrávky v pohybu (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.20 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: driblink. **Odpověď pravidelně vyplnilo 21 (45 %), odpověď občas 22 (47 %), odpověď zřídka 4 (8 %), odpověď vůbec 0 (%) respondentů.**

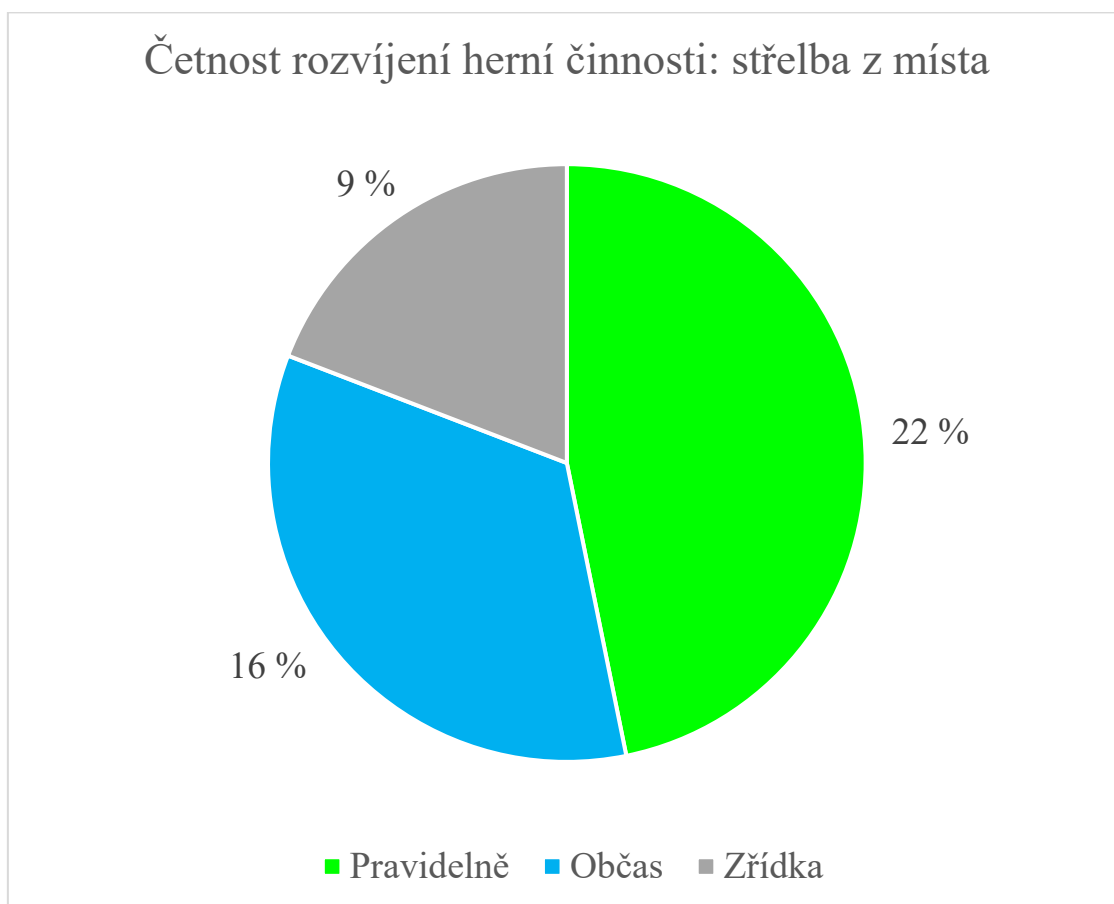


Graf 20: Četnost rozvíjení herní činnosti: driblink (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.21 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: střelba z místa.

**Odpořěd' pravidelně vyplnilo 22 (47 %), odpořěd' občas 16 (34 %), odpořěd' zřídka 9 (19 %), odpořěd' vůbec 0 (%) respondentů.**

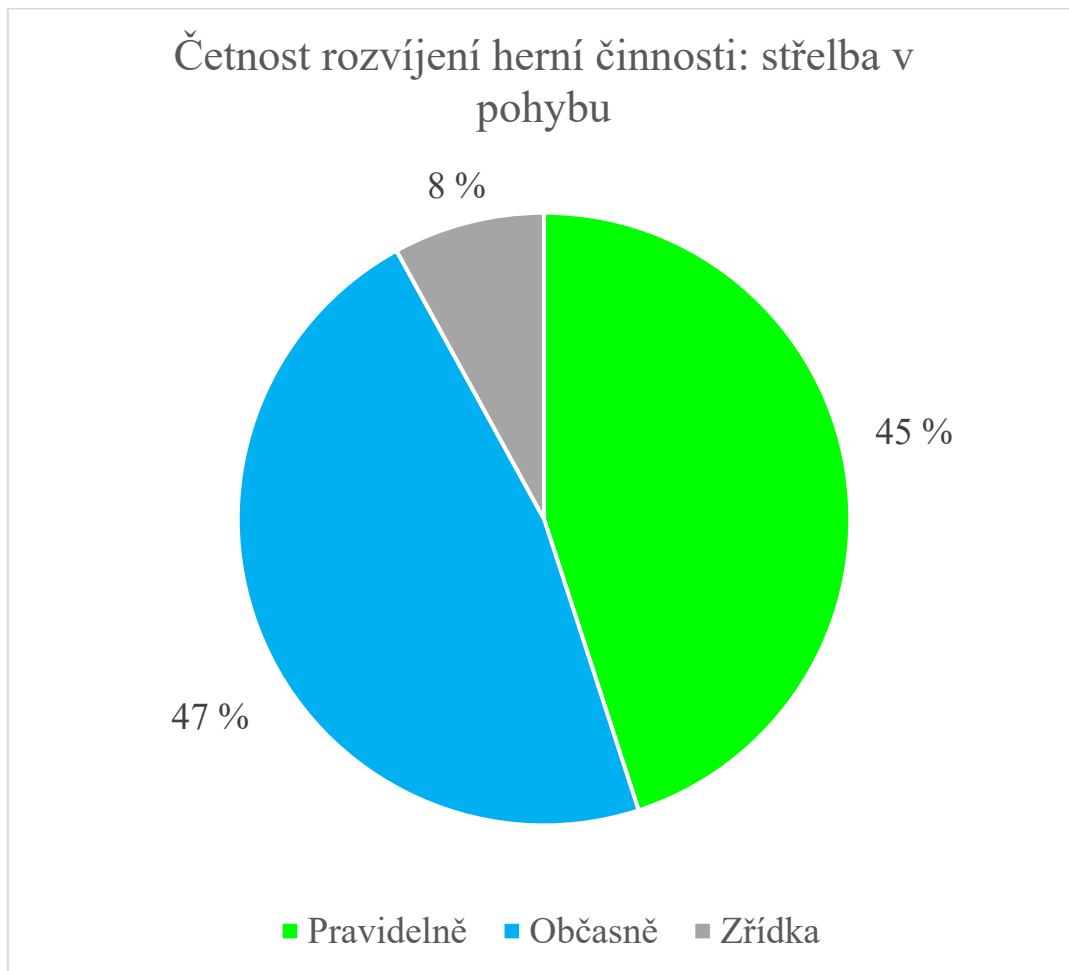


Graf 21: Četnost rozvíjení herní činnosti: střelba z místa (Zdroj: vlastní)



## Otázka č.22 dotazníku věnovanému pedagogům

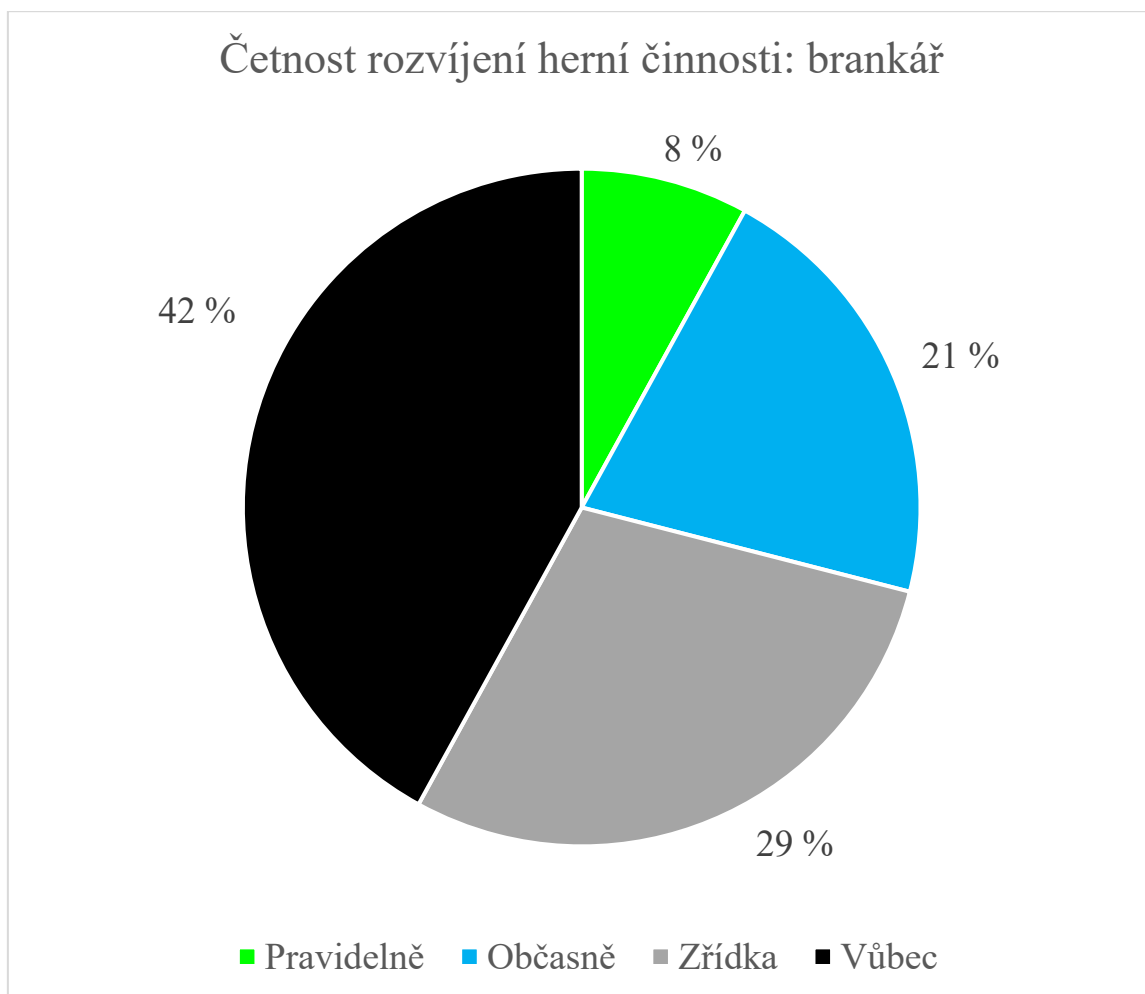
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: střelba v pohybu. **Odpověď pravidelně vyplnilo 21 (45 %), odpověď občas 22 (47 %), odpověď zřídka 4 (8 %), odpověď vůbec 0 (%) respondentů.**



Graf 22: Četnost rozvíjení herní činnosti: střelba v pohybu (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.23 dotazníku věnovanému pedagogům

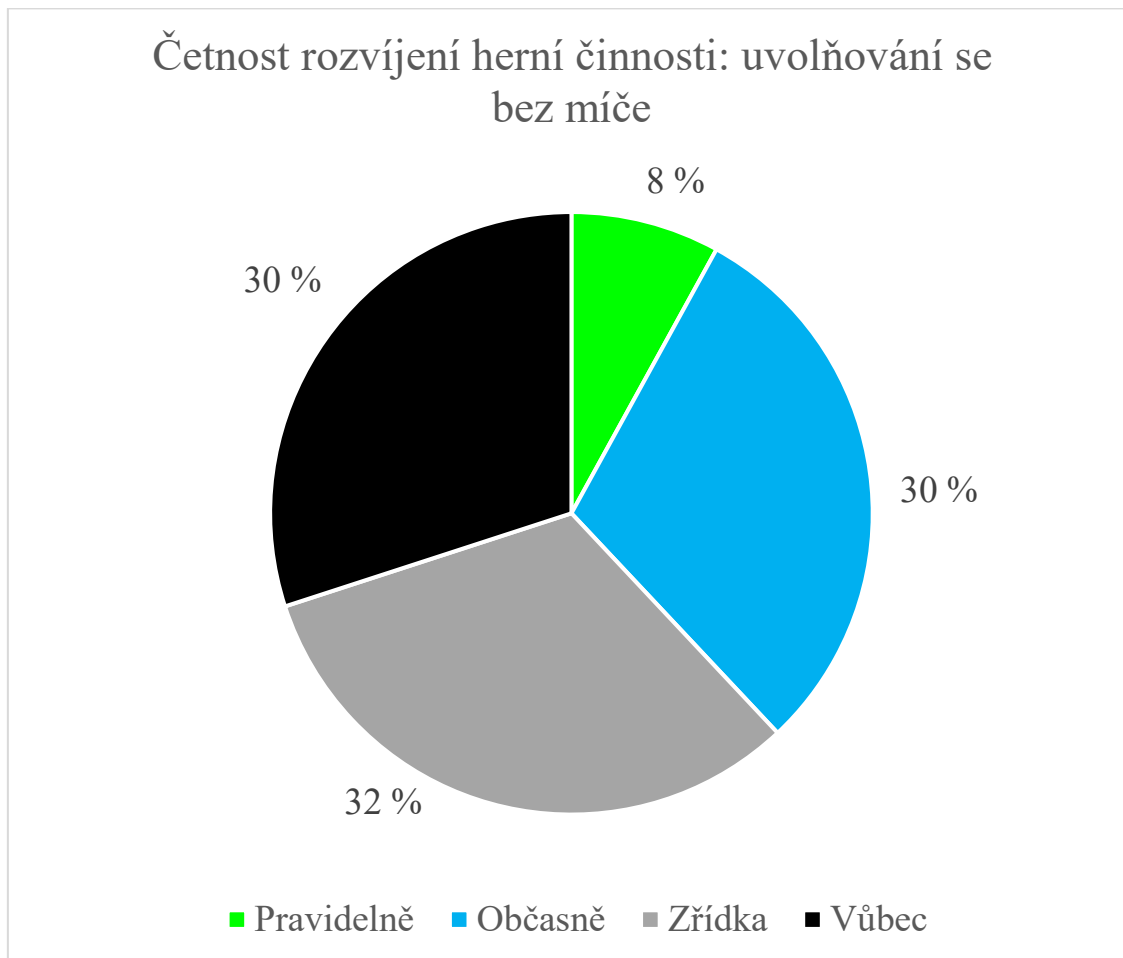
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: brankář. **Odpoověď pravidelně vyplnilo: 3 (8 %), odpověď občas 10 (21 %), odpověď zřídka 14 (29 %), odpověď vůbec 20 (42 %) respondentů.**



Graf 23: Četnost rozvíjení herní činnosti: brankář (Zdroj: vlastní)

## Otázka č.24 dotazníku věnovanému pedagogům

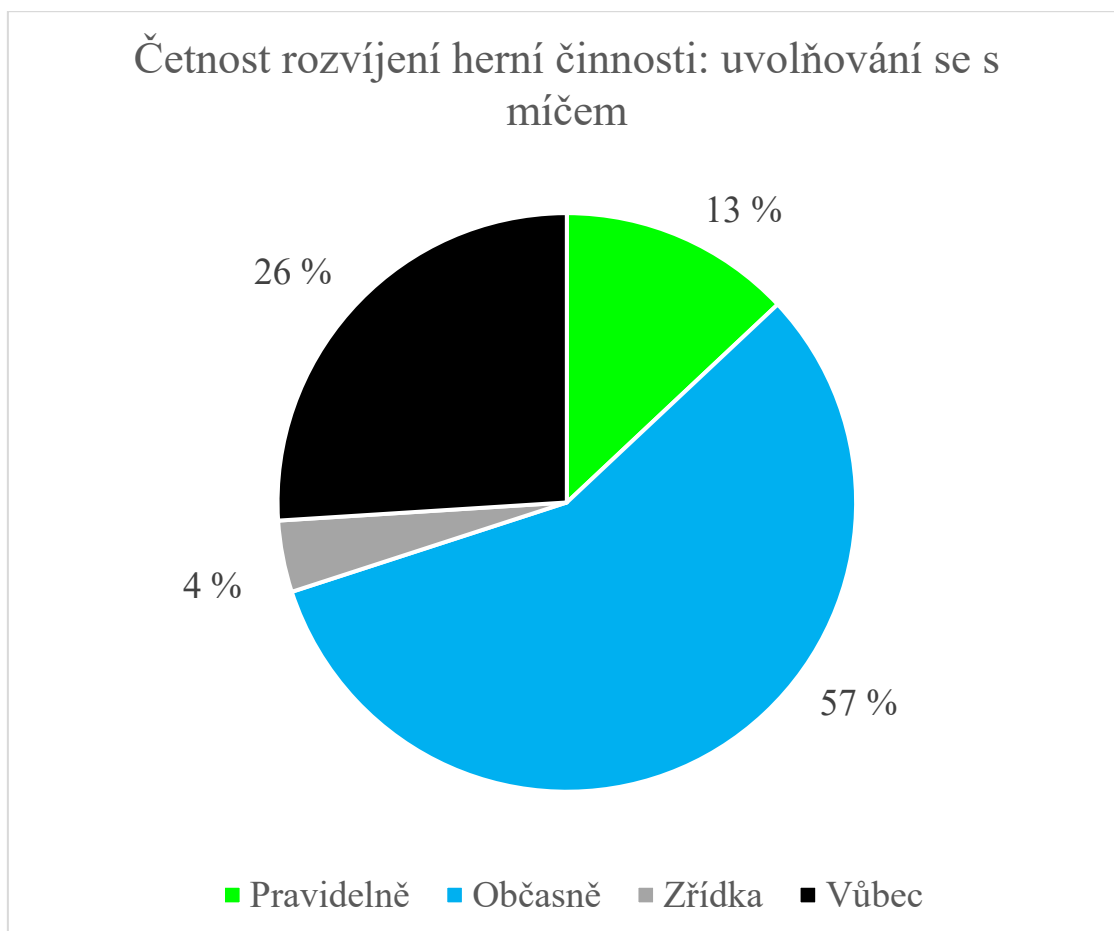
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: uvolňování se bez míče. **Odpověď pravidelně vyplnilo 4 (8 %), odpověď občas 14 (30 %), odpověď zřídka 15 (32 %), odpověď vůbec 14 (30 %) respondentů.**



Graf 24: Četnost rozvíjení herní činnosti: uvolňování se bez míče (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.25 dotazníku věnovanému pedagogům

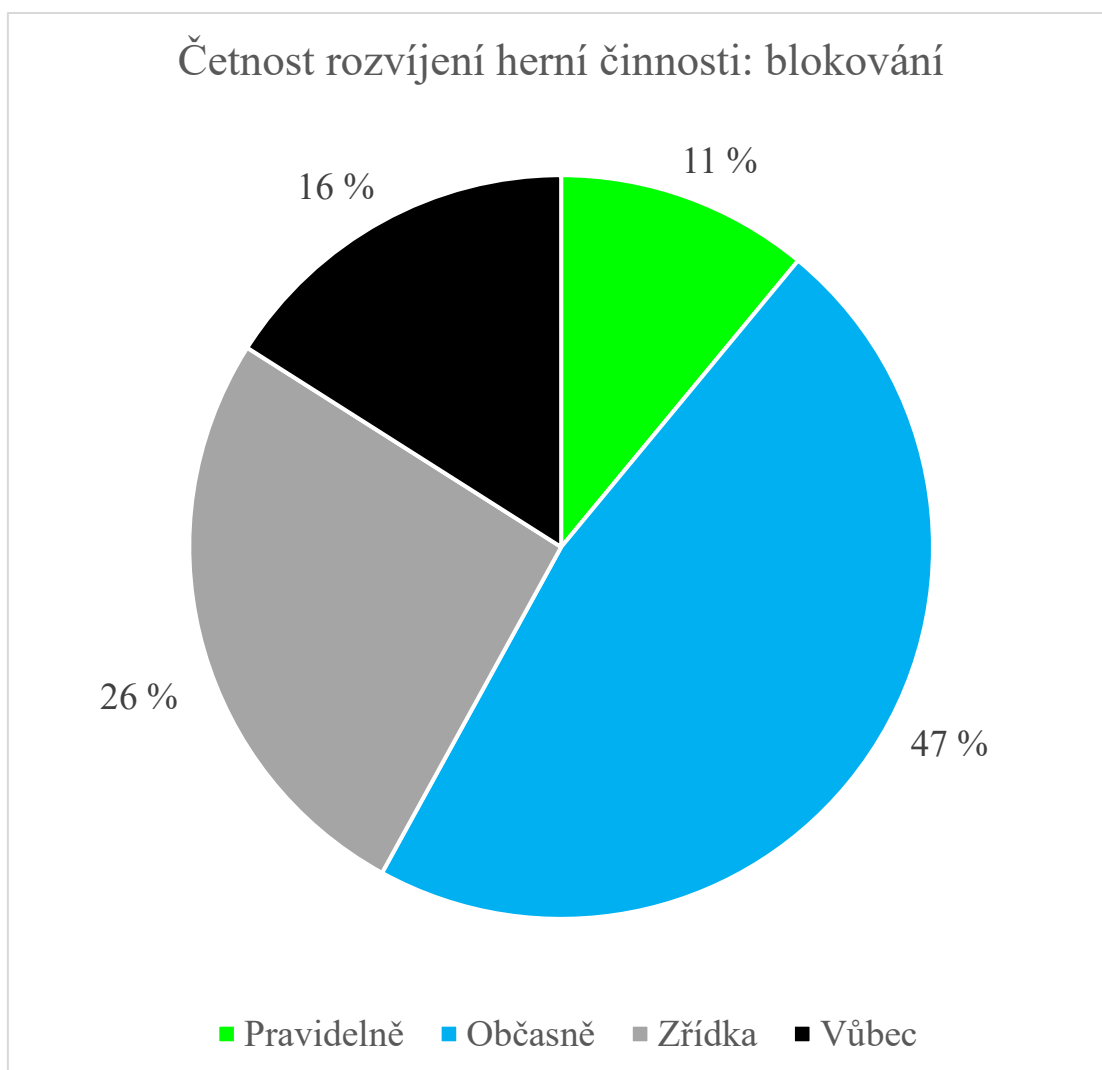
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: uvolňování se s míčem. **Odpověď pravidelně vyplnilo 6 (13 %), odpověď občas 27 (57 %), odpověď zřídka 2 (4 %), odpověď vůbec 12 (26 %) respondentů.**



Graf 25: Četnost rozvíjení herní činnosti: uvolňování se s míčem (Zdroj: vlastní)

**Otázka č.26 dotazníku věnovanému pedagogům**

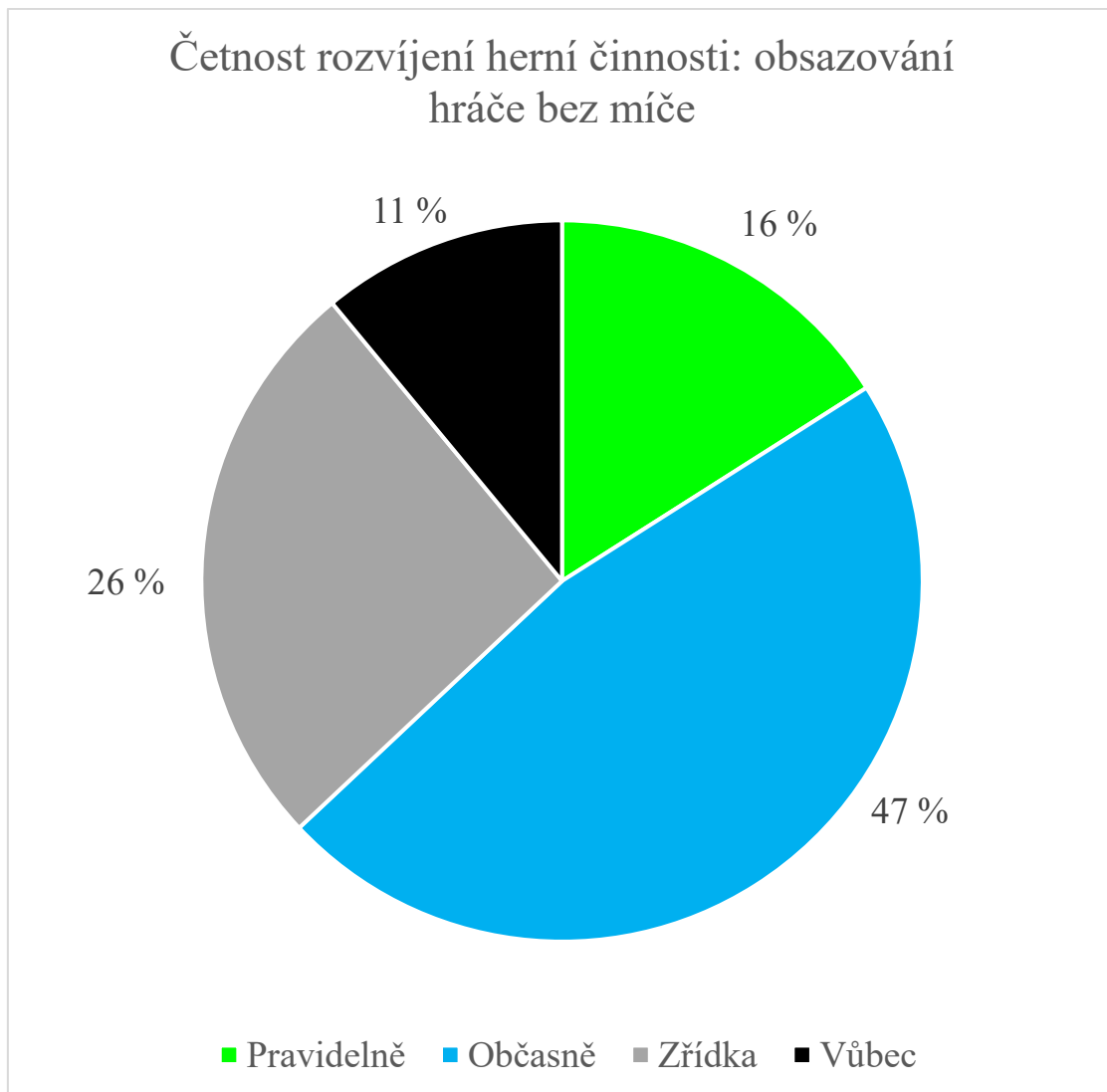
**V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: blokování střelby. Odpověď pravidelně vyplnilo 5 (11%), odpověď občas 22 (47%), odpověď zřídka 12 (26%), odpověď vůbec 8 (16%) respondentů.**



*Graf 26: Četnost rozvíjení herní činnosti: blokování (Zdroj: vlastní)*

### Otázka č.27 dotazníku věnovanému pedagogům

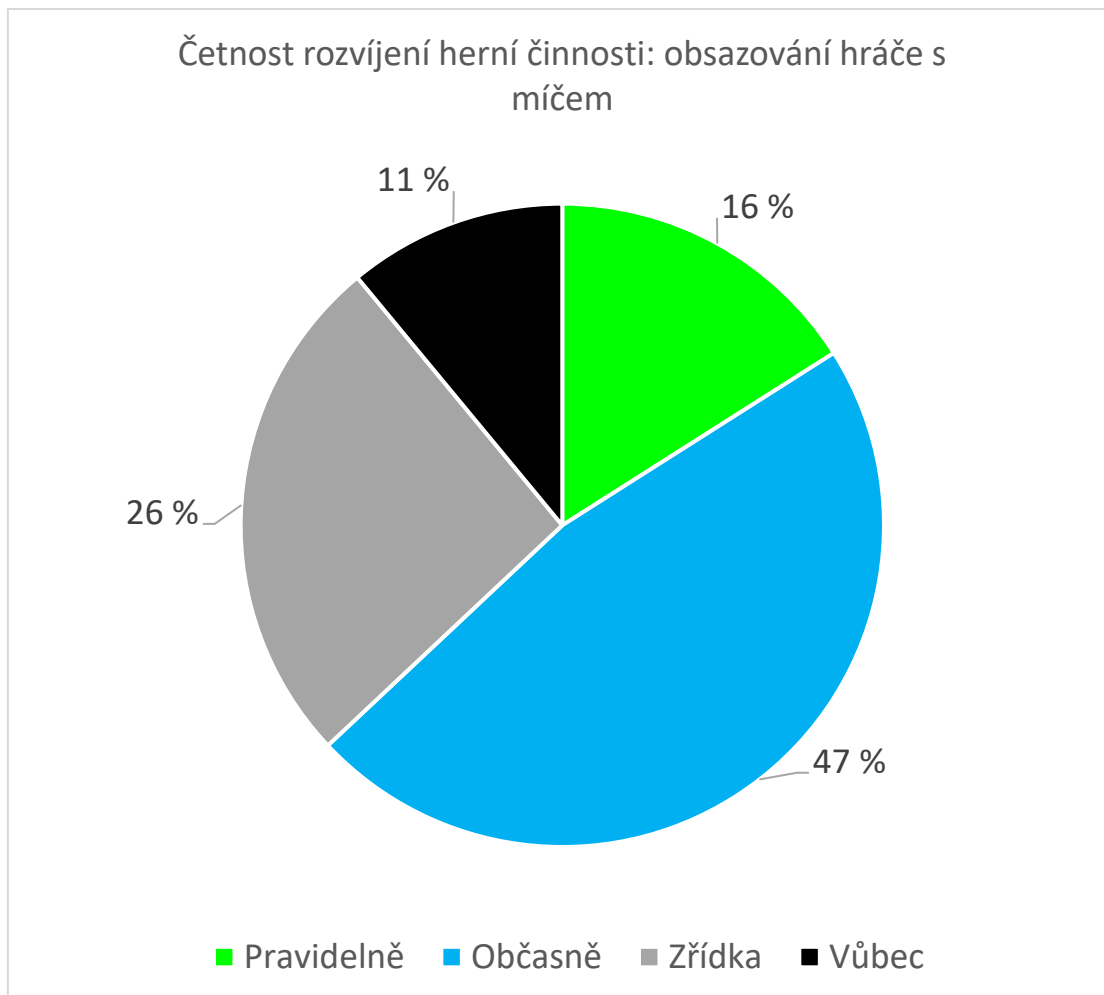
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: obsazování hráče bez míče. **Odpověď pravidelně vyplnilo 8 (16 %), odpověď občas 22 (47 %), odpověď zřídka 12 (26 %), odpověď vůbec 5 (11 %) respondentů.**



Graf 27: Četnost rozvíjení herní činnosti: obsazování hráče bez míče (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.28 dotazníku věnovanému pedagogům

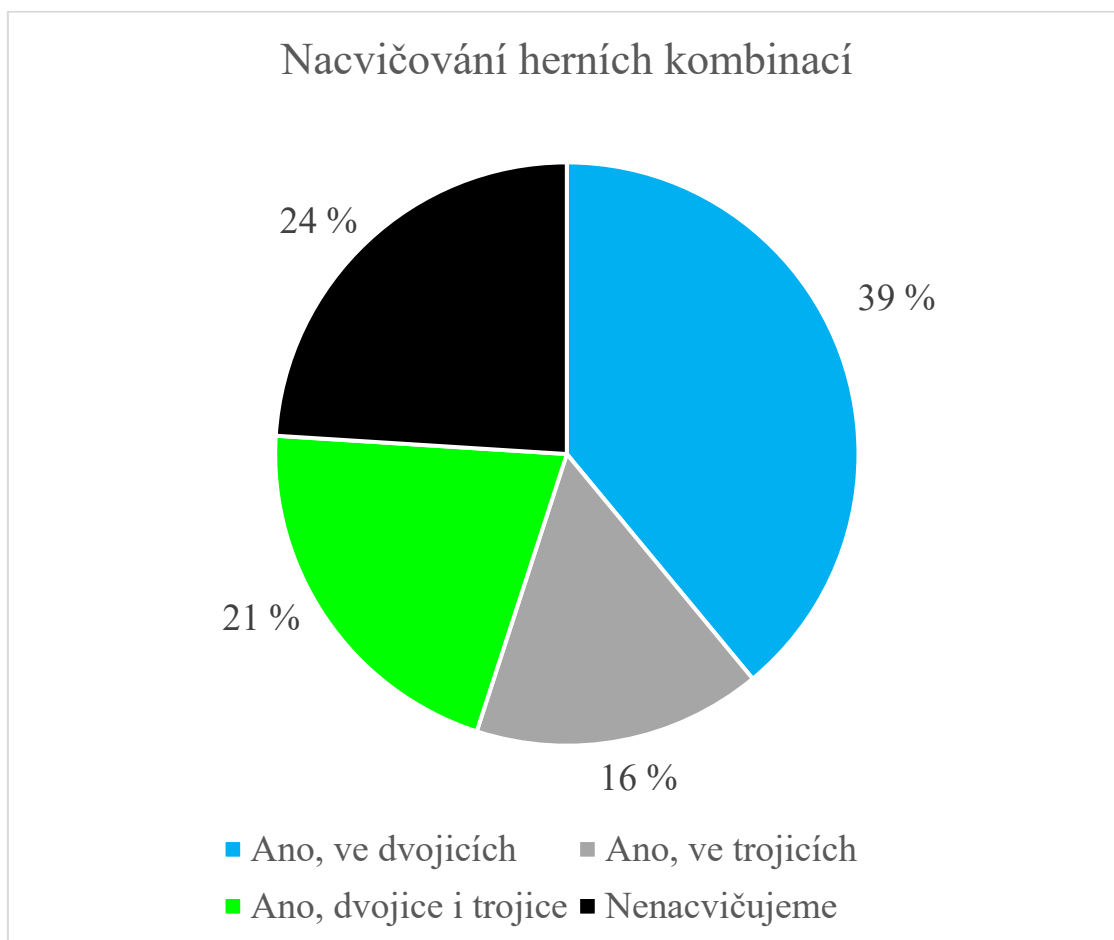
V této otázce bylo dotazováno, jak často rozvíjí učitelé u žáků herní činnost: obsazování hráče s míčem. **Odpověď pravidelně vyplnilo 8 (16 %), odpověď občas 22 (47 %), odpověď zřídka 12 (26 %), odpověď vůbec 5 (11 %) respondentů.**



Graf 28: Četnost rozvíjení herní činnosti: obsazování hráče s míčem (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.29 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, zda učitelé s žáky nacvičují herní kombinace. **Ano, pouze ve dvojicích odpovědělo 18 (39 %) respondentů. Ano, pouze ve trojicích odpovědělo 8 (16 %) respondentů. Ano, nacvičujeme obě varianty odpovědělo 10 respondentů (21 %) a 11 (24 %) respondentů odpovědělo, že herní kombinace nenacvičují.**



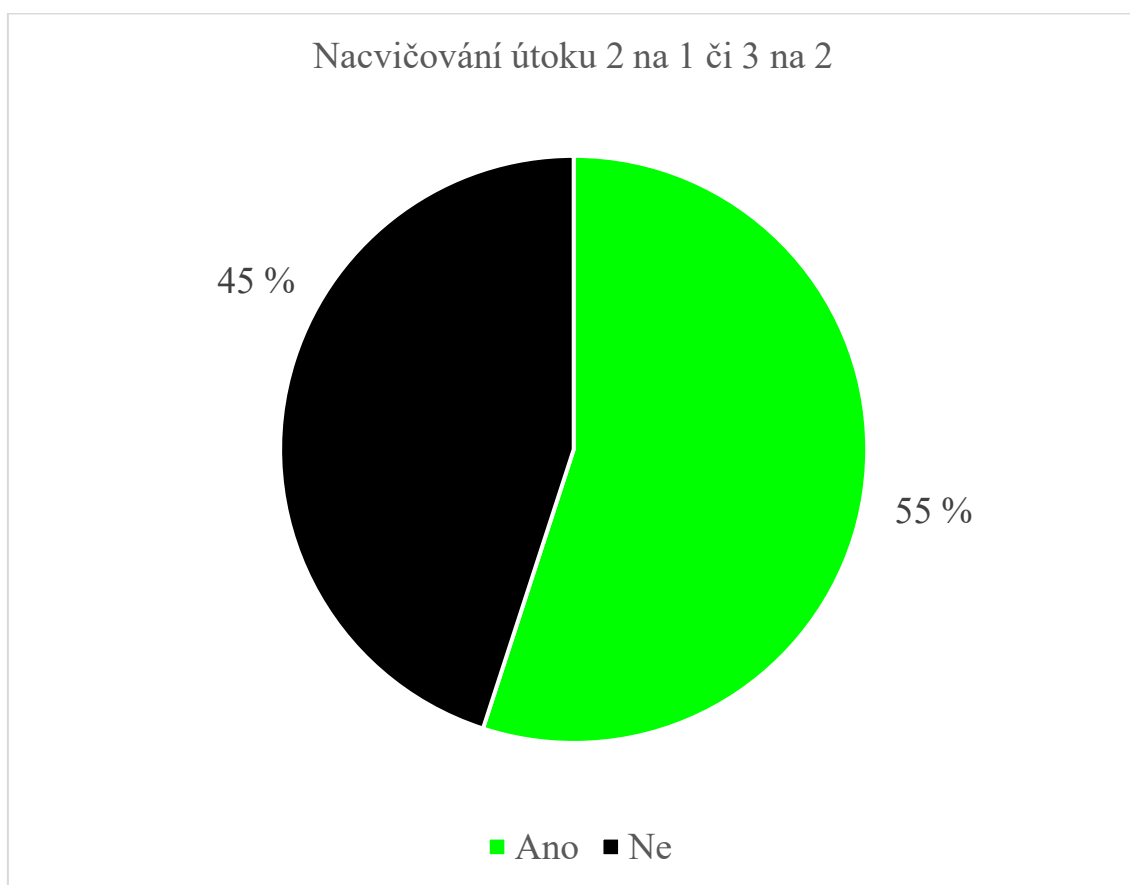
Graf 29: Nacvičování herních kombinací (Zdroj: vlastní)



### Otázka č.30 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, zda učitelé s žáky nacvičují útok 2 na 1 či 3 na 2.

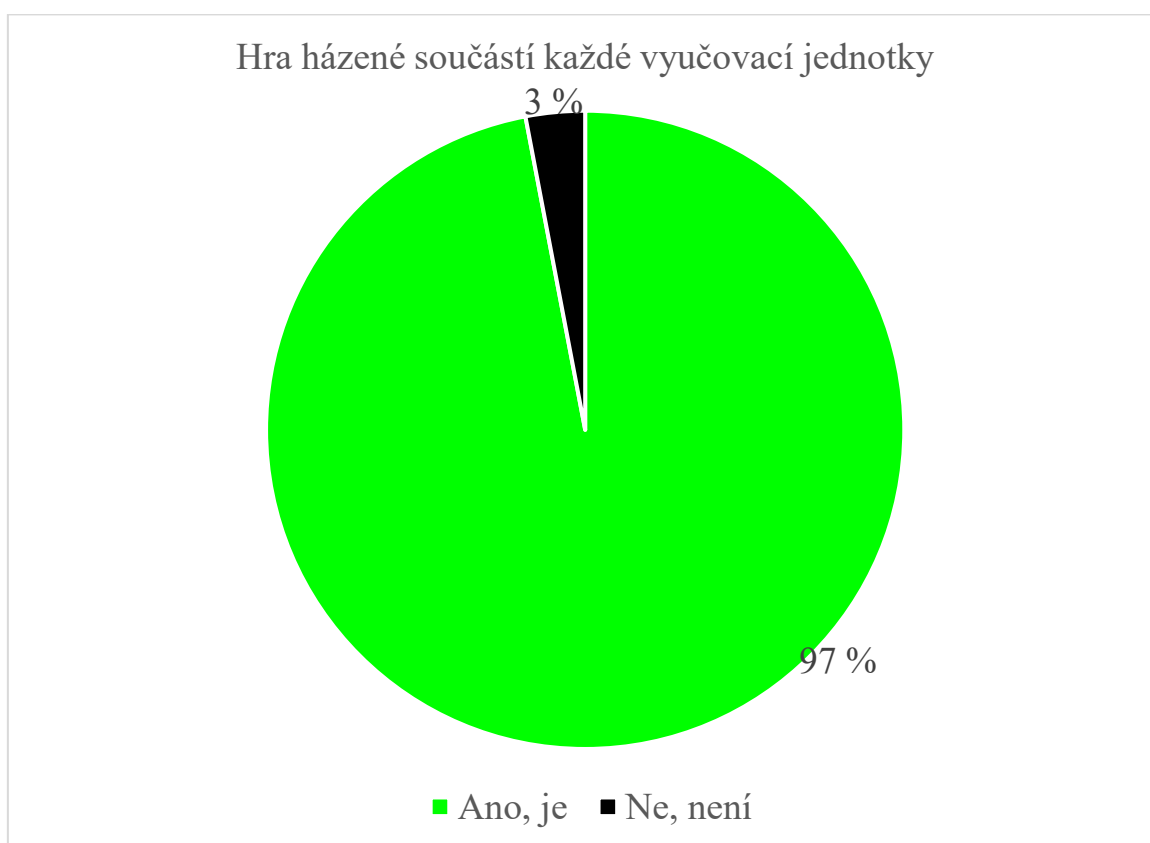
**Možnost ano, nacvičujeme vybralo 26 respondentů (55 %), možnost nenacvičujeme vybralo 21 (45 %). Z celkových 47 respondentů.**



Graf 30: Nacvičování útoku (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.31 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, zda učitelé vkládají do každé vyučovací hodiny i samotnou hru házené. **Odpověď ano vyplnilo 46 (97 %) pedagogů, ne vyplnil pouze 1 (3 %) pedagog.**

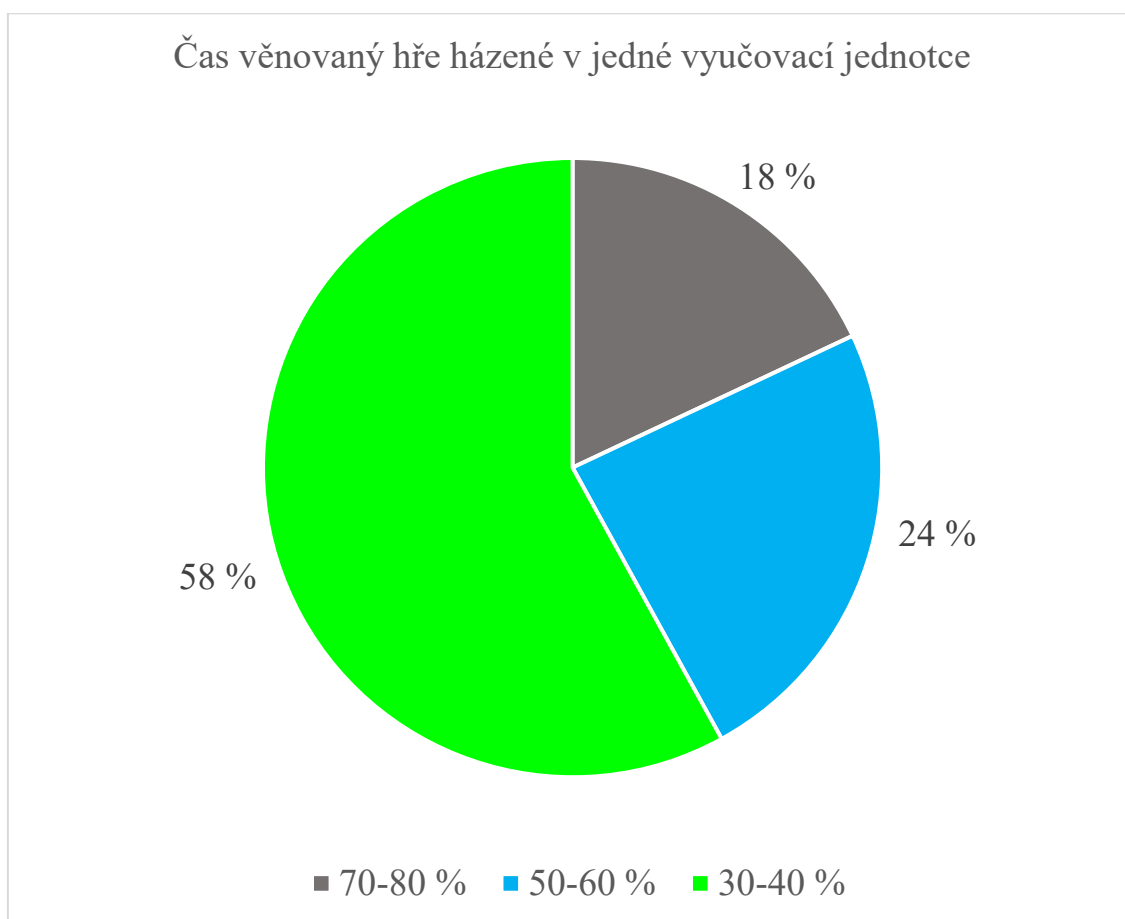


Graf 31: Hra házené v každé vyučovací hodině (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.32 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo dotazováno, kolik přibližně času věnují učitelé samotné hře ve vyučovací jednotce – vyčíslení v procentech. Mezi možnostmi kromě zmíněných v grafu – viz níže, bylo možné odpovědět variantami: 10-20 % a 90-10 %, a však tyto dvě varianty nezvolil žádný z dotazovaných učitelů.

Nejvíce učitelů - 27 (58 %) věnuje samotné hře házené 30-40 % celkového času z jedné vyučovací jednotky. Druhou častou odpovědí bylo 50-60 % z jedné vyučovací jednotky – tuto variantu odpovědělo 11 (24 %) respondentů. Dále 9 (18 %) pedagogů zvolilo možnost 70-80 % času pro samotnou hru házené, z jedné vyučovací hodiny.



Graf 32: Čas věnovaný samotné hře házené (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.33 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo učitelů dotazováno, jaké didaktické styly v hodinách tělesné výchovy zaměřené na házenou využívají nejvíce. Kromě zmíněných stylů měli učitelé na výběr: se sebehodnocením, reciproční, s nabídkou, se samostatným objevováním, s autonomním rozhodováním žáka o učivu a stylu, styl s řízeným objevováním – z těchto možností však nezvolil odpověď ani jeden respondent.

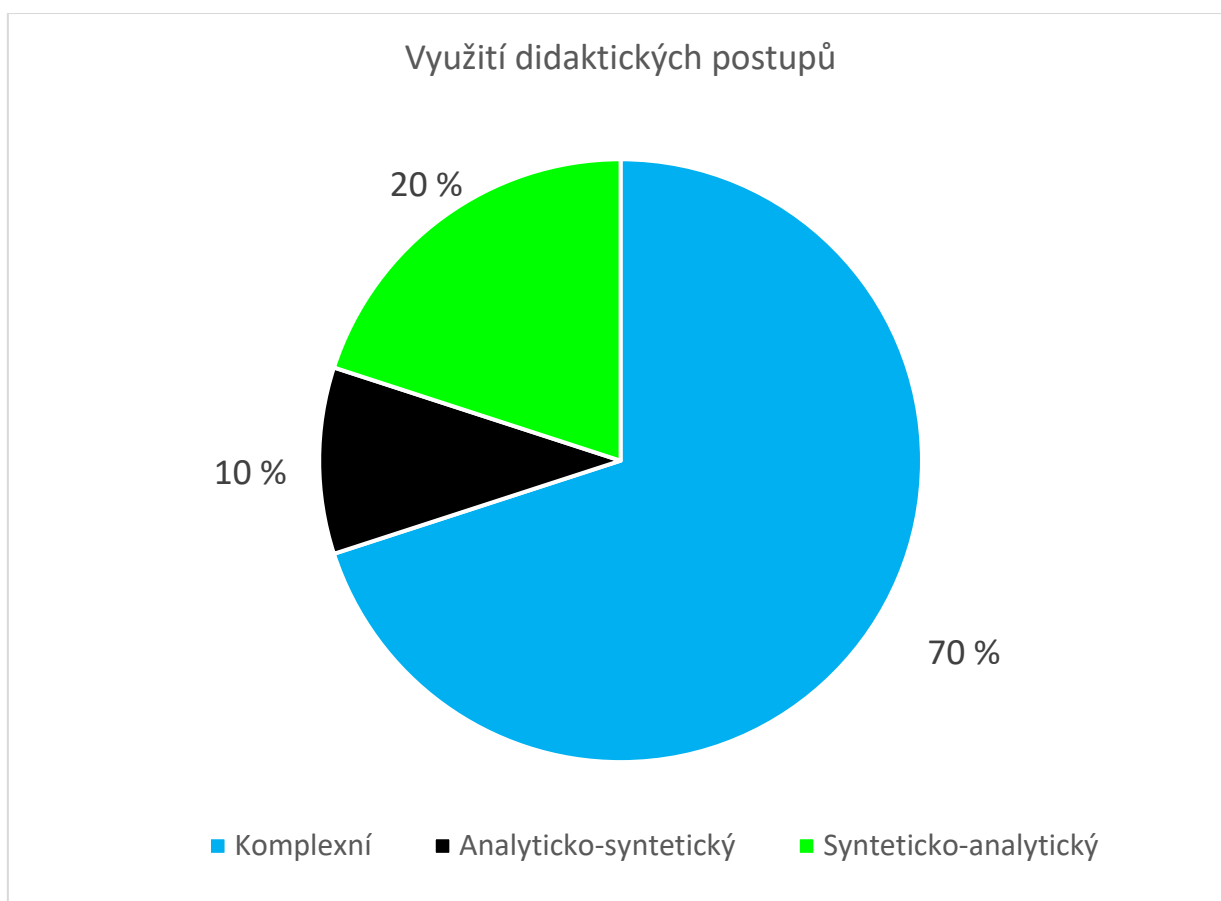
**Odpověď příkazový styl vyplnilo 25 (53 %), odpověď kombinace příkazového a praktického stylu 22 (47 %).**



Graf 33: Využití řídicích didaktických stylů (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.34 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo učitelů dotazováno, jaké didaktické postupy při osvojování pohybových dovedností v házené učitelé využívají. Zda komplexní (jde o přirozené pohyby, které je zbytečné dále rozkládat, učíme celý pohyb najednou), analyticko-syntetický (rozdělení pohybu na dílčí části u pohybových dovedností, které si žáci nemohou osvojit najednou), synteticko-analytický (nacvičení kombinace komplexního provedení a částí pohybu). Ze 47 (100 %) dotazovaných zvolilo odpověď komplexní 70 %, tedy 33 respondentů. Možnost analyticko-syntetický 10 % - 5 respondentů a možnost synteticko-analytický 20 %, 9 respondentů.

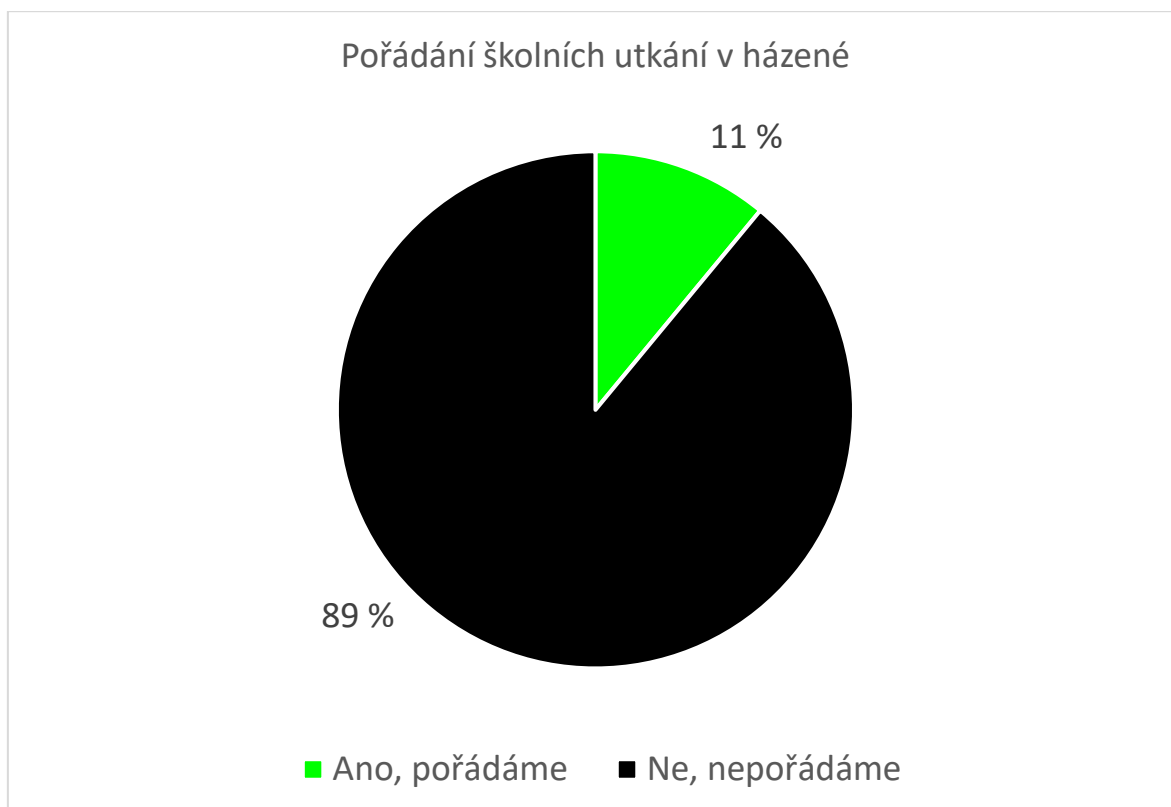


Graf 34: Využití didaktických postupů (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.35 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo učitelů dotazováno, zda pořádají školní utkání v házené.

**Ze 47 respondentů odpovědělo ano 5 (11 %) dotázaných, ne odpovědělo 42 (89 %) učitelů.**



Graf 35: Pořádání školních utkání v házené (Zdroj: vlastní)

### Otázka č.36 dotazníku věnovanému pedagogům

V této otázce bylo učitelů dotazováno, zda se jejich žáci účastní mezi školních turnajů v házené. Ze 47 dotazovaných, odpovědělo ano 17 (37 %), odpověď ne zvolilo 30 (63 %) respondentů.



Graf 36: Účast na mezi školních turnajích v házené. (Zdroj: vlastní)

## 5 Diskuze

Hlavním cílem diplomové práce bylo zmapování a porovnání aktuální situace házené ve školním prostředí, ve vyučovacích hodinách tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha.

**PO 1 – Jaké mají pedagogové školní tělesné výchovy v kraji Praha prostorové možnosti, podmínky pro výuku házené (na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích)?**

Pro zjištění dat k problémovým otázkám, včetně problémové otázky číslo 1 autorka použila dotazníkové šetření. K zodpovězení prostorových podmínek bylo pedagogů dotazováno, zda jejich školní tělovýchovné prostory (tělocvična či hřiště) splňují podmínky pro předepsané rozměrové požadavky házenkářského hřiště, tedy 40 x 20 metrů. Výsledkem tohoto šetření vyšlo najevo, že přesně 50% dotazovaných institucí požadavky pro házenkářské hřiště splňuje, a zbylých 50 % nikoliv z celkového počtu 60 školních institucí. Pouze v jednom případě bylo uvedeno, že prostorové podmínky splňují nejen venkovním školním hřištěm, ale i tělocvičnou. Zbylí respondenti uvedli vždy jen jednu možnost, a ve většině případů se jednalo o venkovní hřiště, které splňovalo rozměry 40 x 20 m.

**H1:** Předpokládám, že méně než 30 % všech dotázaných učitelů tělesné výchovy nemá k dispozici prostory hřiště nebo tělocvičny potřebných rozměrů pro házenou (20x40m).

**Hypotéza se nepotvrdila:** Z nasbíraných odpovědí dotazníkového šetření došla autorka k následujícím výsledkům. 50 %, tedy 30 z 60 (100 %) dotázaných základních škol i víceletých gymnázií v Praze nemá k dispozici prostory hřiště potřebných rozměrů pro házenou – 20 x 40 metrů, uvedené rozměry učitelů, kteří nemají potřebné rozměry hřišť byly o obsahu od 200 do 400 metrů čtverečních.

Pro porovnání těchto výsledků jsou přidány závěry z výzkumu Kláry Kadlecové (2016) a Milana Vojře (2011), kteří došli k obdobným hodnotám jako tato práce:

V práci Kláry Kadlecové 15 (52%) učitelů uvedlo, že mají odpovídající rozměr tělocvičny či hřiště. Zbylých 14 (48 %) mělo menší rozměry hřiště. (Kadlecová, 2016)



V kraji Praha a ve Středočeském kraji má 15 (68 %) učitelů vyhovující prostorové podmínky a 7 (32 %) učitelů nikoliv. (Vojíš, 2011)

### **PO2 – Jaké mají učitelé školní tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a víceletých gymnázií v kraji Praha materiální vybavení pro výuku házené?**

Kromě prostoru bylo pedagogů dále dotazováno na disponování házenkářského vybavení. Konkrétně u házenkářských míčů učitelé uváděli, zda disponují alespoň jedním míčem do dvojice cvičenců či nikoliv. Z celkového počtu 60 zapojených škol, 43 pedagogů, tedy 71 % odpovědělo ano. Zbylých 17 (29 %) učitelů disponuje méně než jedním míčem do dvojice cvičenců. Dalším vybavením pro házenou, jako jsou rozlišovací dresy disponuje největší množství dotazovaných škol, tedy 58 (96 %) z celkových 60 škol. Házenkářské brány mají k dispozici učitelé 46 škol, tedy 77 % všech dotazovaných. Polovina dotázaných vlastní terčíky (30 škol) a pouze osm (4 %) učitelů základních škol a víceletých gymnázií disponuje chrániči. Poslední možnost, házenkářské lepidlo nemá žádná škola k dispozici, tuto možnost nezvolil žádný z respondentů.

**H2** – Předpokládám, že méně než 30% ze všech dotazovaných učitelů tělesné výchovy nemá k dispozici potřebné materiální vybavení, jako jsou branky a 1 míč do dvojice pro výuku házené.

**Hypotéza se potvrdila:** Počet respondentů, kterých nedisponuje házenkářskými míči je 17, v procentuálním vyčíslení 29 %. Házenkářskými brankami nedisponuje 14 respondentů, tedy 23 %. V obou případech se jedná o méně než 30% což potvrzuje stanovenou hypotézu.

Dále jsou přidány výsledky práce Kláry Kadlecové ke zhodnocení a porovnání výsledků vybavenosti školních institucí v kraji Praha a v kraji Vysočina.

Dostatek míčů nemá k dispozici 22 pedagogů (76 %), házenkářské brány pak nemá k dispozici 14 (48 %) pedagogů. (Kadlecová, 2016)

Z porovnání výsledků výše je možné konstatovat, že v kraji Praha vychází házenkářská vybavenost školních institucí procentuálně lépe než v kraji Vysočina.

**PO3 – Je výuka házené na víceletých gymnáziích a na druhém stupni základních škol (v kraji Praha) do výuky školní tělesné výchovy zařazena? Pokud zařazena je, jaký typ házené učitelé zařazují a jaký didaktický styl a postup v hodinách využívají nejvíce? V jakém časovém horizontu v rámci školního roku učitelé házenou zařazují?**

Téměř 80 % (přesněji 79 %, 47 respondentů) učitelů zařazuje házenou do školní tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích v kraji Praha (z celkových 60, 100 %). Z výsledků dotazníkového šetření vyplynulo, že házenou do výuky zařazují jak vyučující muži, tak i ženy a její uplatnění využívají pedagogové napříč generacemi. Při dotazování, jaký typ házené vyučující volí nejčastěji bylo nejčastěji zvolenou formou házené miniházená, tuto možnost zvolilo 63 %, tedy 30 pedagogů ze 47 respondentů. Jako druhá nejčastěji zařazovaná forma byla Mezinárodní házená, tuto možnost zvolilo 12 (26 %) učitelů. Nejméně vyplněnou variantou byla Národní házená, kterou nejvíce využívá 5 (11 %) pedagogů ze 47. Při dotazování na časový rámec zařazování házené do výuky tělesné výchovy v rámci školního roku byla nejčastější odpověď blokově – 1–2 měsíce v roce, tuto variantu vybralo 31(66 %) pedagogů z celkového počtu 47 (100 %) pedagogů zařazujících házenou do výuky . Variantu 1-2 hodiny měsíčně vybralo 16 (34 %) respondentů ze 47 (100 %) pedagogů zařazujících házenou do výuky.

Zbylých 13 (21 %) pedagogů házenou do výuky nezařazuje. Nejčastějšími důvody bylo zvolení jiných míčových her a jejich upřednostnění na úkor házené – vyplnilo osm respondentů (62 %) ze 13. Dále nedostatečné prostorové možnosti či vybavení pro házenou – vyplnili 2 učitelé (15 %) Jiný dotazovaný hraje s žáky netradiční sportovní hry, modifikace typu Tchoukball – vyplnil jeden respondent (8 %) a jiní zase vypověděli, že většinu třídy házená nebaví a nemají k ní žáci žádný vztah – 2 respondenti (15 %).

Didaktické styly, které v hodinách tělesné výchovy zaměřené na házenou využívají učitelé nejvíce, uvedli učitelé dva: 1) příkazový styl a 2) praktický styl. Příkazový styl vyplnilo 25 (53%), odpověď kombinace příkazového a praktického stylu 22 (47 %). Učitelé na druhém stupni základních škol a víceletých gymnáziích volí frontální styl výuky nejčastěji, tedy přímé vedení žáků (53 %). Nepřímé vedení žáků, skupinové vyučování učitelé volí jako druhý nejčastější styl výuky(47 %).

Didaktický postup, který využívají učitelé nejvíce je postup komplexní, tuto variantu vybralo 70 %, tedy 33 respondentů, ze 47 (100 %). Dalšími zvolenými didaktickými postupy

byly – analyticko-syntetický 10 % - 5 respondentů a možnost synteticko-analytický zvolilo 20%, 9 respondentů.

**H3:** Předpokládám, že více jak 70 % všech dotázaných učitelů tělesné výchovy házenou do výuky nezařazuje.

**Hypotéza se nepotvrdila:** Z výsledků dotazníkového šetření se předem stanovená hypotéza nepotvrdila. K autorčině překvapení je situace v Praze v současné době se zařazováním házené na dobré úrovni. Pouze 13 pedagogů z 60 celkově dotazovaných hru házené nevyučuje, což je pouhých 21 %, téměř čtyři pětiny všech dotazovaných házenou do výuku zařazuje (79 %).

K dalšímu porovnání přidávám diplomové práce Kláry Kadlecové a Milana Vojíře:

Z výsledků Kadlecové vyplnilo z 29 respondentů 9 (31 %), že házenou do výuky nezařazují. (Kadlecová, 2016)

Z výsledků Milana Vojíře je patrné, že 6 (27 %) z 22 (100 %) pedagogů házenou do výuky nezařazuje. (Vojíř, 2011)

Z výše popsaných výsledků prací je zřejmé, že v kraji Vysočina, v Praze a ve Středočeském kraji házenou do výuky nezařazuje cca 20–30 % pedagogů.

**PO4 – Zařazují učitelé 2. stupně základních škol a víceletých gymnázií (v kraji Praha) samotnou hru házené do každé vyučovací jednotky? Pokud ano, kolik procentuálně času věnují samotné hře ve vyučovací jednotce?**

Z předchozích výsledků je patrné, že většina učitelů tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a víceletých gymnázií házenou do výuky zařazuje, dalším dotazováním bylo na samotnou hru házené, zda hru učitelé zařazují do každé vyučovací jednotky. Z výběru škol je samotná hra házené součástí každé vyučovací jednotky u 97 % vyučujících, odpověď ano zvolilo 46 učitelů z celkových 47. Pouze jeden učitel (3 %) odpověděl, že hru házené do každé vyučovací jednotky nezařazuje. Na konkrétní doptávaný časový prostor, který obvykle věnují pedagogové hře házené v jedné vyučovací jednotce bylo v největším počtu 27, 58 % případů vyplněno 30-40 %, což je 14-18 minut z jedné vyučovací jednotky (45 minut). 50-60 % z vyučovací jednotky samotné hře věnuje 24 %, 11 pedagogů a v přepočtu na minuty se jedná o 23-27 minut z celkových 45 minut. Nejméně pedagogů (dohromady 9, 18 %) zvolilo možnost 70-80 % času z vyučovací jednotky, což je 32 až 36 minut z kompletních 45 minut. Z těchto výsledků je patrné, že u poslední skupiny respondentů

obyčejně nezbyvá příliš času na vedení metodických či průpravných her a cvičení v jedné vyučovací jednotce, zhruba 9-13 minut je dostačujících při nejmenším pro úvodní část vyučovací hodiny a část průpravná, která by měla být v každé hodině zahrnuta je v tomto případě neobvykle krácena, což může vést k vyššímu počtu zraněných cvičenců.

**H4:** Předpokládám, že více jak 50 % dotázaných učitelů zařazujících házenou do školní výuky zařazuje samotnou hru do každé vyučovací jednotky házené.

**Hypotéza se potvrdila:** Po získání výsledků dotazníkového šetření bylo zjištěno, že kromě jediného respondenta všichni vyučující zařazující házenou do školní výuky, zařazují házenou do každé vyučovací jednotky, tedy 46 respondentů (97 %) z celkových 47.

Nakonec přidávám výsledky diplomové práce Kláry Kadlecové, která se věnovala stejné tématice v kraji Vysočina.

Kadlecová došla k těmto závěrům:

69 % učitelů zařazuje do výuky tělesné výchovy házenou a samotné hře je v průměru věnováno 61 % času z jedné vyučovací jednotky. Kadlecová (2016)

Obě autorky došly k podobně vysokým hodnotám zařazování samotné hry házené do každé vyučovací jednotky.

**PO5 – Zařazují učitelé na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích (v kraji Praha) průpravná cvičení nebo průpravné a závodivé hry? Pokud ano, kterou variantu zařazují do hodin tělesné výchovy nejvíce?**

Učitelé na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích zařazují průpravná cvičení do hodin tělesné výchovy v 79 %, tedy 37 z celkových 47 dotázaných. 21% (10) učitelů nezařazuje průpravná cvičení do hodin házené. Dále zařazení průpravných či závodivých her zvolilo větší množství respondentů, 40 dotázaných, což je 85 % pedagogů. V obou případech se jedná o více než většinu respondentů, kteří zařazují důležitou přípravu pro herní činnosti v házené. Nejvíce zařazují pedagogové tedy variantu průpravných a závodivých her.

**H5:** Předpokládám, že méně než 5 % dotázaných učitelů, kteří házenou zařazují do školní výuky, nezařazují průpravná cvičení do vyučovacích hodin.

**Hypotéza se nepotvrdila:** Z výsledků dotazníkového šetření vychází, že 21 %, tedy 10 respondentů průpravná cvičení do hodin tělesné výchovy nezařazuje, což je ve výsledku více než zadaný předpoklad této hypotézy.

**PO6 – Rozvíjejí učitelé na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích (v kraji Praha) herní činnosti žáků v házené? Pokud ano, které házenkářské herní činnosti žáků učitelé rozvíjejí nejvíce?**

V praktickém šetření je možné spatřit několik otázek k četnosti rozvíjení herních činností. V otázkách se autorka zaměřila na následující herní činnosti a jejich šetření:

- Rozvíjení herní činnosti: přihrávky na místě;
- Rozvíjení herní činnosti: přihrávky v pohybu;
- Rozvíjení herní činnosti: driblink;
- Rozvíjení herní činnosti: střelba z místa;
- Rozvíjení herní činnosti: střelba v pohybu;
- Rozvíjení herní činnosti: brankář;
- Rozvíjení herní činnosti: uvolňování se bez míče;
- Rozvíjení herní činnosti: uvolňování se s míčem;
- Rozvíjení herní činnosti: blokování;
- Rozvíjení herní činnosti: obsazování hráče bez míče;
- Rozvíjení herní činnosti: obsazování hráče s míčem.

V dotazníkovém šetření s rozvíjením herních činností žáků bylo dotazováno četnosti tohoto rozvíjení, odpovědi obsahovaly možnosti: pravidelně, občas, zřídka a vůbec. Rozvíjení herní činnosti přihrávek na místě uskutečňuje pravidelně 25 učitelů (53 %), občas tuto herní činnost rozvíjí 22 ( 47 %) pedagogů. Poslední zodpovězenou možnost zřídka uvedli 2 respondenti (5 %). Poslední možnost odpovědi nevyplnil ani jeden respondent. V případě přihrávek v pohybu možnosti zřídka a vůbec nevyplnil žádný z učitelů. Odpověďmi, které učitelé zvolili, byly: pravidelně – v 53 %, tedy 25 respondentů a občasně – 47 %, tedy 22 respondentů. Z dodatečného rozhovoru s danými respondenty (5 %), kteří zvolili možnost zřídka u otázky na herní činnosti přihrávek z místa bylo patrné, že žákům přihrávky z místa nedělají sebemenší problém, tudíž pokud učitelé volí rozvíjení přihrávek jakožto herních činností, jedná se více o pravidelný i občasný trénink přihrávek v pohybu.

Dalším výsledkem dotazníkového šetření bylo dotazování na četnost rozvíjení herní činnosti driblinku, zde možnost vůbec nezvolil ani jeden respondent. Odpověď pravidelně zvolilo 45 % dotazovaných, tedy 21 respondentů. Odpověď občasně vyplnilo nejvíce respondentů 47 %, tedy 22 a poslední variantu zřídka označili 4 respondenti (8 %). Při dodatečném rozhovoru s dotčenými čtyřmi respondenty, kteří uvedli možnost zřídka, autorka došla k obdobnému výsledku jako u přihrávek z místa, respondenti vypověděli, že se velmi výjimečně soustředí na nacvičování driblinku, neboť její žáci zvládají bez větších obtíží.

Dále v pořadí čtvrtým dotazovaným aspektem byla střelba, nejprve střelba z místa. Nacvičování této herní činnosti provádí pravidelně 22 učitelů, tedy 47 %. Možnost občas vybralo 16 učitelů, tedy 34 % a poslední možnost, kterou učitelé uváděli bylo zřídka, označilo jí 9 učitelů, tedy 19 %. Možnost vůbec neuvedl nikdo z dotázaných učitelů. Dodatečné doptávání formou rozhovoru se týkalo devíti respondentů, kteří označili odpověď zřídka. Hlavním důvodem k označení této možnosti byl fakt, že učitelé nemohou zabezpečit vícero branek ke střelbě či míčů, tudíž to znamená zbytečně dlouhé čekání žáků na míč či volnou branku a následně zbytečné časové prostoje. Podobné výsledky jsou i u střelby v pohybu, zde možnost pravidelně zvolilo 21 respondentů (45 %), dále odpověď občas zvolilo 22 respondentů (47 %) a odpověď zřídka 4 respondenti (8 %). Odpověď vůbec neuvedl jediný respondent.

Nejméně nacvičovanou herní činností je činnost brankáře. Z dodatečného rozhovoru s pedagogy (s učiteli, kteří zvolili možnost zřídka a vůbec) vyšlo najevo, že z časových a materiálních důvodů tuto činnost pravidelně zahrnují do školní tělesné výuky pouze čtyři pedagogové (8 %). Odpověď občas pro nácvik brankářských herních činností vybralo 14 pedagogů (30 %). Stejný počet učitelů vybralo odpověď vůbec 14 (30 %) a zřídka vybralo obdobné množství respondentů, tedy 15 (32 %).

Kromě již zmíněných herních činností bylo dotazováno na četnost rozvíjení uvolňování se bez míče i s míčem. Uvolňování se bez míče, rozvíjí pravidelně pouze 4 učitelé (8 %), občas tuto činnost rozvíjí 14 pedagogů (30 %). Nejvíce odpovědi získala možnost zřídka, tuto variantu vybralo 15 učitelů (32 %). Odpověď vůbec uvedlo 14 vyučujících (30 %). Uvolňování se s míčem je v porovnání s uvolňováním se bez míče o něco lépe rozvíjeno, pravidelně se této činnosti věnuje 6 pedagogů (13 %), občasně pak 27 (57 %), zřídka se této činnosti věnují pouze 2 pedagogové (4 %) a vůbec tuto činnost nerozvíjí 12 učitelů – 26 %.

Při rozhovoru byl nejčastější důvod pedagogů, proč tuto činnost nerozvíjí je nedostatek času v hodinách, uvedlo 12 učitelů z 12 (100 %).

Herní činnost blokování střelby rozvíjí pravidelně 5 učitelů (11 %), občasně 22 (47 %) pedagogů. Zřídka tuto činnost rozvíjí 12 (26 %) pedagogů a vůbec nerozvíjí blokování 8 (16 %) respondentů. Taktéž jako u činnosti výše, je důvodem nedostatek času pro rozvíjení této činnosti.

Posledními činnostmi byly: obsazování hráče bez míče a s míčem. Obsazování hráče bez míče rozvíjí pravidelně osm respondentů (16 %), občasně rozvíjí 22 (47 %) pedagogů. Odpověď zřídka zvolilo 12 (26 %) a odpověď vůbec 5 (11 %) respondentů. Obsazování hráče s míčem podle výsledků vycházelo velice obdobně, tuto variantu rozvíjí osm (16 %) učitelů pravidelně, občasně pak 22 pedagogů (47 %), zřídka 12 (26 %) pedagogů a odpověď vůbec 5 (11 %) respondentů.

Nejvíce rozvíjenou herní činností byly přihrávky v pohybu, zde nebyla ani jednou uvedena možnost zřídka či vůbec jako varianta odpovědi a pravidelně tuto herní činnost rozvíjí 25 (53 %) učitelů, občasně jí rozvíjí 22 (47 %) učitelů. Druhým v pořadí byly přihrávky na místě – odpovědi: pravidelně 25 (53 %), občasně 20 (42 %), zřídka 2 (5 %) a na třetí pozici driblink společně se střelbou v pohybu – odpovědi: 21 (45 %) pravidelně, (22) 47 % občasně a 4 (8 %) zřídka.

**H6:** Předpokládám, že méně než 10 % dotázaných pedagogů, kteří zařazují házenou do výuky, také rozvíjí herní činnost brankáře pravidelně.

**Hypotéza se potvrdila:** Pravidelně rozvíjí herní činnost brankáře pouze čtyři pedagogové ze 47, tedy 8% dotázaných ze 100%. Důvody pro nerozvíjení herní činnosti brankáře byly časové a materiální, nedostatek času a prostoje mezi střelbami na brankáře, vybavenost pouze dvěma házenkářskými brankami a několika míči.

Kromě této práce se herním činností věnovala i Kadlecová, která došla k podobným výsledkům. V její práci 15 pedagogů (75 %) uvedlo, že se herní činnosti brankáře vůbec nevěnují (Kadlecová, 2016).

**PO7 – Nacvičují učitelé na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích (v kraji Praha) herní kombinace žáků? Pokud ano, které herní kombinace nacvičují nejvíce?**

Dotazníkové výsledky četnosti nacvičování herních kombinací byly následující. Herní kombinace nenacvičuje 11 (24 %) ze 47 dotazovaných (100 %). Pouze ve trojicích nacvičuje herní kombinace osm (16 %) respondentů. Pouze ve dvojicích nacvičuje herní kombinace 18 (39 %) učitelů a nácvik obou variant herních kombinací odpovědělo 10 (21 %) respondentů. Největší množství učitelů nacvičuje s žáky herní kombinace ve dvojicích 18 (39 %).

**H7:** Předpokládám, že více jak 60% učitelů, kteří zařazují házenou do výuky, také nacvičují herní kombinace s žáky.

Z dostupných dotazníkových výsledků je patrné, že dohromady 36 pedagogů zařazujících házenou do školní výuky, herní kombinace s žáky nacvičuje, jedná se tedy celkem o 76 % učitelů, kteří nacvičují buďto herní kombinace ve dvojicích, trojicích nebo oboje.

Klára Kadlecová došla k těmto výsledkům ve své diplomové práci:

15 (75 %) učitelů odpovědělo, že herní kombinace nacvičují ve dvojicích, 2 (10 %) ve trojicích a 3 (15 %) učitelé je nenacvičují vůbec.

**PO8 – Účastní se žáci 2. stupně základních škol a víceletých gymnázií (v kraji Praha) mezi školních turnajů v házené? Pokud ano, účastní se více žáci základních škol či žáci víceletých gymnázií?**

V dotazníkovém šetření bylo 47 učitelů dotazováno, zda se jejich žáci účastní mezi školních turnajů v házené. Výsledky tohoto šetření ukázaly, že většina žáků se školních turnajů neúčastní – tuto odpověď zvolilo 30 (63 %) respondentů, odpověď ano, účastní zvolilo pouze 17 (37 %) respondentů.

**H8:** Předpokládám, že více jak 50 % dotázaných škol, které zařazují házenou do výuky, se nezúčastňují mezi školních soutěží v házené.

**Hypotéza se potvrdila:** Z uskutečněného šetření došlo k potvrzení hypotézy, neboť neúčast na mezi školních turnajích potvrdilo 30 institucí, v procentuálním vyčíslení 63 % škol.

Klára Kadlecová uvádí, že 7 (35 %) učitelů se turnajů v házené účastní a 13 (65 %), že se neúčastní. (Kadlecová, 2016)



Milan Vojíř ve své práci konstatuje, že se turnajů účastní 3 (14 %) pedagogů a 19 (86 %) pedagogů se neúčastní turnajů v házené. (Vojíř, 2011)

V kraji Praha, v kraji Středočeském a v kraji Vysočina z výše uvedeného platí, že se stále více školních institucí mezi školních turnajů neúčastní než naopak.

### **PO9 – Pořádají základní školy a víceletá gymnázia v kraji Praha školní utkání v házené?**

Výsledky dotazníkového šetření ukázaly, že kromě neúčasti žáků na mezi školních turnajích taktéž dotázané školy spíše nepořádají školní utkání v házené. Odpověď ne, nepořádáme byla získána od 42 učitelů, tedy v 89 % všech dotázaných respondentů, kteří zařazují házenou do školní výuky. Odpověď ano, pořádáme byla vyplněna 5 učiteli, tedy 11 % učitelů, kteří házenou zařazují do hodin tělesné výchovy.

**H9:** Předpokládám, že více jak 80 % dotázaných škol, které zařazují házenou do výuky, nepořádají školní utkání.

**Hypotéza se potvrdila:** Z konečných 47 respondentů pořádá školní utkání pouze 5 (11 %) školních institucí. V 89 % tedy v případě 42 respondentů školní utkání dotázané školy nepořádají.

Pro porovnání přidávám práci Milana Vojíře, který došel k závěrům, že školní utkání z 22 respondentů v kraji Praha a Středočeském kraji nepořádá přesně 100 % respondentů. (Vojíř, 2011)

V případě této práce však alespoň 5 (11 %) školních institucí školní utkání v házené pořádá ( z celkových 47 respondentů).

## 6 Závěry

Hlavním cílem diplomové práce je zmapování a porovnání výuky míčové hry házená v hodinách tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích v kraji Praha. Teoretická část se zaměřuje na pravidla házené, didaktiku házené a na pojetí tělesné výchovy a míčových her v Rámcových vzdělávacích programech.

V praktické výzkumné části bylo použito dotazníkové šetření, které bylo elektronicky rozesláno prostřednictvím e-mailové korespondence. Kontakt na všechny základní školy a víceletá gymnázia byla dohledána prostřednictvím internetových stránek jednotlivých škol. Veškeré výsledky byly porovnány a graficky znázorněny, na jejich základě byly stanoveny následující závěry.

- 1. Z výzkumu prostorových možností základních škol a víceletých gymnázií vyplývá, že vhodné prostorové podmínky pro házenou má pouze polovina z 60 dotazovaných základních škol a víceletých gymnázií. Školy, které nemají vhodné prostorové podmínky uvedly rozměry o obsahu od 200 do 400 metrů čtverečních.**
- 2. Z výzkumu materiální vybavenosti základních škol a víceletých gymnázií vyplývá, že z celkového počtu 60 zapojených škol disponuje jedním míčem do dvojice cvičenců celkem 43, 71 % škol. Rozlišovacími dresy disponuje 58 škol, tedy 96 %. Házenkářské brány vlastní 46 škol, v procentuálním vyčíslení 77 % dotázaných základních škol a víceletých gymnázií. 50 % (třicet) škol vlastní terčíky a pouze 8 škol, tedy 4 % vlastní chrániče.**
- 3. Z výzkumu zařazování házené do výuky školní tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a víceletých gymnázií vyplývá, že házenou zařazuje 79 % škol, hovoříme tedy o 47 školních institucích z celkového dotazovaného výběru 60 škol. Dále z výzkumu vyplývá pokles zařazování házené do hodin tělesné výchovy u respondentů ve věku 51 let a více, zde z 27 % (16 respondentů) tohoto věkového zastoupení, házenou nezařazuje přesně 50 % dotázaných, tedy 8 respondentů, což je více než většinové zastoupení celkového počtu učitelů (13 respondentů, 22 %), kteří nezařazují házenou do výuky tělesné výchovy.**

Nejčastěji vyučovaným typem házené je miniházená, zastoupená 30 pedagogy – 63 % ze 47 škol (100 %). Pedagogové - 16 respondentů, 34 % házenou zařazují v časovém horizontu 1-2 hodiny měsíčně a blokově 1-2 měsíce v roce – 31 respondentů, 66 %. Nejčastěji využívanými didaktickými styly výuky jsou příkazový styl – 25 odpovědí (53 %) a kombinace příkazového a praktického stylu 22 odpovědí (47 %). Učitelé na druhém stupni základních škol a víceletých gymnáziích volí frontální styl výuky nejčastěji, tedy přímé vedení žáků 31 respondentů (53 %). Nepřímé vedení žáků, skupinové vyučování učitelé volí jako druhý nejčastější styl výuky 22 respondentů (47 %). Didaktický postup, který využívají učitelé nejvíce je postup komplexní, tuto variantu vybralo 70 %, tedy 33 respondentů, ze 47 (100 %).

4. Z výzkumu zařazování samotné hry házené do každé vyučovací jednotky vyplývá, že 46 respondentů, což je 97 %, samotnou hru házené zařazuje. V nejvíce zastoupeném procentuálním časovém vyčíslení samotné hry vyplývá varianta 30-40 % vyučovací jednotky, varianta zvolená 58 %, tedy 27 dotazovanými respondenty
5. Z výzkumu zařazování průpravných cvičení a her vyplývá, že nejvíce pedagogů zařazuje průpravné a závodivé hry – 85 % pedagogů, což je celkově 40 respondentů. 79 % pedagogů zařazuje do výuky házené průpravná cvičení, tedy 37 z celkových 47 dotázaných.
6. Z výzkumu o rozvíjení herních činností vyplývá, že nejvíce rozvíjenou herní činností jsou přihrávky v pohybu, pravidelně tuto činnost rozvíjí 25 respondentů (53 %) a občasně 22 respondentů (47 %).
7. Z výzkumu o nacvičování herních kombinací vyplývá, že největší množství dotázaných pedagogů nacvičuje s žáky herní kombinace ve dvojicích, tuto variantu nacvičuje 18 učitelů, tedy 39 % dotázaných.
8. Z výzkumu o účasti žáků a studentů na mezi školních turnajích vyplývá, že se turnajů účastní pouze 17 škol, tedy 37 % dotázaných institucí.

**9. Z výzkumu o pořádání školních utkání v házené vyplývá, že pouze 5 (11 %) škol školní utkání pořádají.**

Tato diplomová práce může být využita především učiteli tělesné výchovy na druhém stupni základních škol a učiteli víceletých gymnázií. V práci lze najít pravidla házené, aktuální rámcové vzdělávací programy pro výuku tělesné výchovy a metodiku házené s technikami nácviku házenkářských hráčských činností, včetně herních kombinací, které jim mohou být nápomocnými při výuce házené.

## 7 Seznam literatury

- 1) BAUER, Julian. Attacking 7: 6 in the German DKB Handball-Bundesliga. Hamburg: Diplomica Verlag, 2019. ISBN 3-96146-223-2.
- 2) BARTH, Katrin a Maik NOWAK. Ich lerne handball. Aachen, Germany: Meyer & Meyer Verlag, 2017. ISBN 3-8403-1244-2.
- 3) BARTH, Katrin a Maik NOWAK. Ich trainiere handball. Aachen, Germany: Meyer & Meyer Verlag, 2017. ISBN 3-8403-1247-7.
- 4) BĚLKA, Jan a Kristýna SALČÁKOVÁ. Nebojme se házené: (metodika a didaktika házené). Olomouc: Hanex, 2014. ISBN 978-80-7409-078-3.
- 5) BUCHER, W. 704 Spiel-und Ubungsformen im Handball. Schonrndorf : Hofmann-Verlag, 1999. 180 s. ISBN 978-3-7780-2043-2
- 6) CLANTON, Reita E. a Mary Phyl DWIGHT. Team handball: steps to success. Champaign: Human Kinetics, 1997. ISBN 0-87322-411-6.
- 7) DEX, R. Házená. Brno: Nakladatelství Moravských novin, 1927.
- 8) DOBRÝ, Lubomír a Emil VELENSKÝ. Košíková: (teorie a didaktika) : učebnice pro posluchače studijního oboru tělesná výchova a sport. 2., přeprac.vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1987. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství).
- 9) DOBRÝ, Eduard. Česká házená. Praha: Státní tělovýchovné nakladatelství, 1955.
- 10) DOVALIL, J., & kol., (2009). Výkon a trénink ve sportu. Praha: Olympia, 2009. ISBN 978-80-7376-326-8.
- 11) ENDERT, Theo a Gerd LANGHOFF. Handball in der Schule: ein Buch für Schule und Sportgemeinschaft. Berlin: Volk und Wissen, 1976.
- 12) GABIO, Ghislain Joseph. Le Handball Féminin Au Congo-Brazzaville: Les Grandes Dames des Diables Rouges. Paris: Editions L'Harmattan, 2015. ISBN 2-336-39301-8.
- 13) GONZÁLEZ GARCÍA, Iván. Balonmano actual: análisis del juego e indicadores de rendimiento. Sevilla: Wanceulen Editorial, 2019. ISBN 84-9993-965-1.
- 14) HAAG, H. Theorie der Sportart Handball. Basel: IHF, 2007.

- 15) HÁJEK, Jeroným. Antropomotorika. 2., přeprac. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2012. ISBN 978-80-7290-598-0.
- 16) HIANIK, Ján. Hádzaná v telocvični. Vyd. 1. Bratislava: Slovenský zväz hádzanej, 2011. ISBN 978-80-970766-4-1.
- 17) HONS, Bohuslav. Národní házená: pro trenéry III. a II. třídy. Praha: Olympia, 1982.
- 18) HOŠKOVÁ, Blanka a Miluše MATOUŠOVÁ. Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy pro studující FTVS UK. 2. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2010. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 978-80-246-1392-5.
- 19) HRABINEC, Jiří. Tělesná výchova na 2. stupni základní školy. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3625-2.
- 20) HRONZOVÁ, Marie. Vyrovnávací a kondiční cvičení: učební text a zásobník cviků pro studenty pedagogické fakulty. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2011. ISBN 978-80-7290-500-3.
- 21) JANČÁLEK, Svatopluk, František TÁBORSKÝ a Jana ŠAFAŘÍKOVÁ. Házená: teorie a didaktika. 2., přeprac. vyd. Ilustrace Viktor Sodoma. Praha: SPN, 1990. Učebnice pro vysoké školy (Státní pedagogické nakladatelství). ISBN 80-04-23974-9.
- 22) JANČÁLEK, Svatopluk. Kapitoly z teorie a didaktiky házené. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 1974. Monografie.
- 23) JANS, Wojciech. Handball – offensiv verteidigen: 300 Übungen für die Abwehr. [1. Auf.]. Berlin: Sportverlag, 1992. ISBN 3-328-00513-7.
- 24) KYSEL, Jiří. Florbal: kompletní průvodce. Praha: Grada, 2010. Sport extra. ISBN 978-80-247-3615-0.
- 25) MASSANO, Nicole. Handball. Paris: Amphora, 1973.
- 26) MAYER ARIAS, Ana. 100 ejercicios y juegos seleccionados de iniciación al balonmano. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva, 2020. ISBN 9788418486807.

- 27) MÖLLER, Ruwen. Handball: Alles, was man wissen muss. Aachen: Meyer & Meyer, 2020. ISBN 3-8403-1356-2
- 28) MRÁZ, Jaroslav. Házená mládeže. 1. vyd. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, 1963. Sbírká příruček k jednotným osnovám tělesné výchovy mládeže.
- 29) MÜLLER, Manfred. Handball spielend trainieren: das komplette Übungssystem. Berlin: Sportverlag, 1992. ISBN 3-328-00464-5.
- 30) MUŽÍK, V. a KREJČÍ, M. Tělesná výchova a zdraví. 1.vyd. Olomouc: Hanex, 1997.
- 31) RADU, Felicia Lidia a Beatrice Aurelia ABĂLASEI. 101 team handball: techniques, tactics and drills. London, England: Bloomsbury, 2015. ISBN 1-4729-0181-9.
- 32) RYCHTECKÝ, Antonín a Ludmila FIALOVÁ. Didaktika školní tělesné výchovy. 2. přeprac. vyd. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-7184-659-7.
- 33) SKALKOVÁ, Jarmila. Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1983. Učebnice pro vysoké školy.
- 34) STEIN, Hans-Gert a Edgar FEDERHOFF. Handball. Berlin: Sportverlag, 1972.
- 35) STIBITZ, František. Jednotné názvosloví sportovních her: košíková – házená – pálkovaná: B/3. Praha: Sportovní a turistické nakladatelství, 1959.
- 36) ŠAFAŘÍKOVÁ, Jana. Házená. Vyd. 1. Praha: NS Svoboda, 1998. Edice metodických textů pro školní i mimoškolní tělesnou výchovu a sport 11-15 letých žáků. ISBN 80-205-0554-7.
- 37) ŠAFAŘÍKOVÁ, Jana a František TÁBORSKÝ. Malá škola házené. 1. vyd. Praha: Olympia, 1986. ISBN 27-038-86.
- 38) ŠAFAŘÍKOVÁ, Jana a Martin TŮMA. Praktická cvičení k didaktice házené. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1983.
- 39) ŠAFAŘÍKOVÁ, Jana. Nebojte se házené! Tělesná výchova mládeže, 1993, roč. 59, č.1.

- 40) ŠNITZER, Lubomír. Didaktika házené. 1. vyd. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1991. ISBN 80-7067-015-0.
- 41) STIEHLER, Günther. Sportspiele: Basketball, Fußball, Handball, Volleyball. Berlin: Sportverlag, 1988. ISBN 3-328-00144-1.
- 42) TÁBORSKÝ, František. Házená ve škole. Praha: CSH, AŠSK. 2000.
- 43) TÁBORSKÝ, František. Sportovní hry: sporty známé i neznámé. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0875-2.
- 44) TÁBORSKÝ, František. Základy teorie sportovních her: učební text pro bakalářské studium. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2007. ISBN 978-80-86317-48-9.
- 45) TŮMA, Martin a Jiří TKADLEC. Házená: herní trénink, kondiční trénink, přípravná a herní cvičení. 1. vyd. Praha: Grada, 2002. ISBN 80-247-0219-3.
- 46) VALIŠOVÁ, Alena a Hana KASÍKOVÁ. Pedagogika pro učitele. 2., rozšířené a aktualizované vydání. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-3357-9.
- 47) VELENSKÝ, Michal a kolektiv. Přípravné hry. Praha: Karolinum, 2005. ISBN: 80-246-0970-3.
- 48) VILÍMOVÁ, Vlasta. Didaktika tělesné výchovy. Brno: Paido, 2002. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-7315-033-6.
- 49) WAGNER, Herbert. a Vanja. RADIC. Handball TAKT: Moderne Methoden für spielnahes Training. Aachen: Meyer & Meyer, 2022. ISBN 9783840314711.



## 8 Internetové zdroje

- 50) Český svaz házené [online]. Metodika. [cit. 2023-03-05]. Dostupné na [www:  
http://old.svaz.chf.cz/metodika.aspx](http://old.svaz.chf.cz/metodika.aspx)
- 51) JEŘÁBEK, J. a TUPÝ, J. Rámcový vzdělávací program [online]. Praha: Výzkumný ústav pedagogický, 2007, [cit.2023-03-01]. Dostupné z [www:  
http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ucebni-dokumenty](http://www.msmt.cz/vzdelavani/zakladni-vzdelavani/ucebni-dokumenty).
- 52) TŮMA, Martin. Systematika házené [online]. Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2015. [cit. 2023-03-05]. Dostupné na [www:  
http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/sportovnihry2/hazena/index.php?c=1](http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/sportovnihry2/hazena/index.php?c=1)
- 53) Feu, Sebastián, Juan Manuel García-Ceberino, María Gracia Gamero, Sergio González-Espinosa, and Antonio Antúnez. 2023. "Game Space and Game Situation as Mediators of the External Load in the Tasks of School Handball" *International Journal of Environmental Research and Public Health* 20, no. 1: Dostupné na [www:  
https://doi.org/10.3390/ijerph20010400](https://doi.org/10.3390/ijerph20010400) [cit. 2023-03-05].

## 9 Akademické práce

- 54) VOJÍŘ, Milan. Házená ve výuce tělesné výchovy na 2. stupni základní školy. Praha, 2011. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Vedoucí práce PaedDr. Ladislav Pokorný.
- 55) KADLECOVÁ, Klára. Házená v hodinách tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a víceletých gymnáziích. Diplomová práce. Univerzita Karlova. Vedoucí práce PaedDr. Ladislav Pokorný. Pedagogická fakulta, 2016.

## 10 Seznam příloh

### 10.1 Příloha 1

Dobrý den,

jsm studentkou magisterského studijního programu Specializace v pedagogice, studijního oboru Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání – Základy společenských věd se zaměřením na vzdělávání, který zakončuji diplomovou prací na téma: Porovnání výuky házené ve výuce tělesné výchovy na 2. stupni základních škol a na víceletých gymnáziích.

Smyslem dotazníku je zmapovat a porovnat podmínky pro vyučování házené v jednotlivých základních školách (2. stupeň) a víceletých gymnáziích. Dotazník mi pomůže získat informace a ty následně zpracovat ve své diplomové práci. Použití odpovědí je zcela anonymní a nikde nebudou uvedeny žádné Vaše osobní údaje.

1) Pohlaví

a) žena

b) muž

- Vaše příslušnost ke školní instituci:

a) Pedagog ZŠ    b) Pedagog víceletého gymnázia

2) Uveďte prosím Vaše věkové rozmezí.

a) do 30 let

b) 31–40 let

c) 41–50 let

d) 51 a více

3) Jaká je Vaše učitelská praxe tělesné výchovy?

a) 0-5 let

b) 6-10 let

c) 11–20 let

d) 21-30 let

e) 31-40 let

f) 40 let a více

4) Jste aprobovaným učitelem?

a) ANO

b) NE

5) Domníváte se, že informace a poznatky při výuce házené na VŠ byly pro Vaši praxi dostatečné?

a) ANO, dostačující

b) NE, nedostačující

c) Ani dostačující, ani nedostačující: .....

6) Splňuje vaše tělocvična či školní hřiště předepsané rozměry (40x20m) na házenou? Pokud ne, prosím připište k odpovědi přibližné rozměry Vašeho hřiště nebo tělocvičny (délka x šířka m)

a) ANO

b) NE

7) Máte dostatek házenkářských míčů? Alespoň jeden do dvojice cvičenců?

a) ANO

b) NE

8) Uved'te, kolik zhruba kusů máte od následujícího vybavení potřebného k výuce házené.

a) Házenkářské brány .... ks

b) Chrániče .... ks

c) Terčíky .... ks

d) Rozlišovací dresy .... ks

e) Házenkářské lepidlo .... Ks

9) Jaký je Váš vztah k (výuce) házené?

a) pozitivní

b) neutrální

c) negativní

10) Jak často zařazujete házenou do výuky

a) Často, 1-2 hodiny měsíčně

b) Blokově 1-2 měsíce v roce

c) Nezařazují.

Pokud Vaše odpověď byla nezařazují, vyberte prosím Váš nejčastější důvod.

a) Jiné míčové hry

b) Jiné aktivity dle plánu

c) Náročné technické požadavky

d) Jiné .....

1) Máte dostatek času pro výuku metodiky házené?

a) ANO

b) NE

Uveďte prosím nejčastější důvod: a) jiné aktivity, b) jiné míčové hry, c) náročné technické požadavky, d) jiné .....

2) Využíváte nějaké metodické materiály k výuce školní házené?

a) ANO

b) NE

3) Jaký typ házené zařazujete do výuky tělesné výchovy nejčastěji?

a) Mezinárodní

b) Národní

c) Miniházená

4) Upravujete pravidla házené?

a) ANO

b) NE

Pokud vaše odpověď byla ano, prosím vyplňte následující možnosti:

a) Úrazová prevence

- b) Počet žáků a studentů
  - c) Náročnost, složitost
  - d) Prostorové podmínky
- 5) Využíváte s žáky průpravné nebo závodivé hry vhodné pro házenou?
- a) ANO
  - b) NE

Pokud vaše odpověď byla ne, prosím vyplňte následující:

- a) Nezájem žáků
  - b) Technická náročnost
  - c) Počet žáků
  - d) Čas
  - e) Jiné .....
- 6) Jak často rozvíjíte následující herní činnosti? Vyberte z možností pravidelně, občas, zřídka a vůbec.

Přihrávky na místě

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

Přihrávky v pohybu

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

Střelba z místa

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

Střelba v pohybu

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

#### Driblink

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

#### Uvolňování se bez míče

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

#### Uvolňování se s míčem

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

#### Herní činnosti brankáře

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

#### Blokování střelby

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

#### Obsazování hráče bez míče

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

Obsazování hráče s míčem

- a) Pravidelně
- b) Občas
- c) Zřídka
- d) Vůbec

7) Jaké herní kombinace nacvičujete?

- a) Ve dvojicích
- b) Ve trojicích
- c) Více
- d) Nenacvičujeme

8) Věnujete se nácviku útoku dva na jednoho nebo tři na dva?

- a) ANO
- b) NE

9) Vkládáte do každé vyučovací hodiny zaměřené na házenou i samotnou hru?

- a) ANO
- b) NE

10) Jaké procentuální vyčíslení času – viz níže výuky házené věnujete samotné hře?

- a) 10-20 %
- b) 30-40 %
- c) 50-60 %
- d) 70-80 %
- e) 90-100 %

11) Využíváte při hodinách tělesné výchovy se zaměřením na házenou průpravná cvičení?

- a) ANO
- b) NE

12) Jaké didaktické styly ve výuce využíváte nejčastěji?



- a) Příkazový styl
  - b) Praktický styl
  - c) Styl se sebehodnocením
  - d) Reciproční styl
  - e) Styl s nabídkou
  - f) Se samotným objevováním
  - g) S autonomním rozhodováním žáka o učivu a stylu
  - h) Styl s řízeným objevováním
- 13) Jaké didaktické postupy při osvojování pohybových dovedností v házené využíváte?  
 (Komplexní= jde o přirozené pohyby, které je zbytečné dále rozkládat, učíme celý pohyb najednou  
 Analyticko-syntetický= rozdělení pohybu na dílčí části u pohybových dovedností, které si žáci nemohou osvojit najednou  
 Synteticko-analytický= nacvičení kombinace komplexního provedení a částí pohybu)
- a) Komplexní
  - b) Analyticko-syntetický
  - c) Synteticko-analytický
- 14) Účastní se Vaši žáci a studenti mezi školních turnajů v házené?
- a) ANO
  - b) NE
- 15) Pořádáte na Vaší škole školní utkání v házené?
- a) ANO
  - b) NE
- 16) Na závěr nechávám prostor k napsání dodatku Vašich odpovědí, pouze prosím o označení otázky, ke které se Váš dodatek vztahuje, mockrát děkuji za Vaši účast při vyplňování tohoto dotazníku.

## 11 Seznam grafů

Graf 1 - Pohlaví pedagogů .....	69
Graf 2- Věkové rozmezí pedagogů .....	70
Graf 3- Příslušnost k typu školní instituce .....	71
Graf 4- Učitelská praxe .....	72
Graf 5- Aprobace pedagogů .....	73
Graf 6 - Informace a poznatky z vysoké školy.....	75
Graf 7- Vztah pedagogů k házené .....	76
Graf 8- Požadavky na rozměry házenkářského hřiště .....	77
Graf 9- Školní vybavenost házenkářských míčů.....	78
Graf 10- Vybavení škol pro házenou .....	79
Graf 11- Zařazování házené do výuky tělesné výchovy .....	80
Graf 12- Zařazování házené do výuky tělesné výchovy .....	81
Graf 13- Časová dotace pro výuku metodiky házené.....	83
Graf 14- Využití metodických materiálů k výuce házené .....	84
Graf 15- Typy házené vyučované nejčastěji .....	85
Graf 16- Zařazování průpravných cvičení.....	86
Graf 17- Zařazování průpravných či závodivých her.....	87
Graf 18- Četnost rozvíjení herní činnosti: přihrávky na místě.....	88
Graf 19- Četnost rozvíjení herní činnosti: přihrávky v pohybu .....	89
Graf 20- Četnost rozvíjení herní činnosti: driblink .....	90
Graf 21- Četnost rozvíjení herní činnosti: střelba z místa.....	91
Graf 22- Četnost rozvíjení herní činnosti: střelba v pohybu .....	92
Graf 23- Četnost rozvíjení herní činnosti: brankář.....	93
Graf 24- Četnost rozvíjení herní činnosti: uvolňování se bez míče .....	94
Graf 25- Četnost rozvíjení herní činnosti: uvolňování se s míčem .....	95

Graf 26- Četnost rozvíjení herní činnosti: blokování .....	96
Graf 27- Četnost rozvíjení herní činnosti: obsazování hráče bez míče .....	97
Graf 28- Četnost rozvíjení herní činnosti: obsazování hráče s míčem .....	98
Graf 29- Nacvičování herních kombinací .....	99
Graf 30- Nacvičování útoku .....	100
Graf 31- Hra házené v každé vyučovací hodině.....	101
Graf 32- Čas věnovaný samotné hře házené .....	102
Graf 33- Využití řídicích didaktických stylů.....	103
Graf 34- Využití didaktických postupů.....	104
Graf 35- Pořádání školních utkání v házené .....	105
Graf 36- Účast na mezi školních turnajích v házené.....	106

## 12 Seznam zkratk

IHF – International Handball Federation

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

RVP – Rámcový vzdělávací programy

RVP ZV – Rámcový vzdělávací programy základního vzdělávání

ŠVP – Školní vzdělávací plán

TV – Tělesná výchova