

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2024

Tereza Bočková

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**Porovnání výuky florbalu na základních školách v různých
městech na základě zkušenosti učitele s florbalovou kariérou**

Bakalářská práce

Vedoucí práce:

[Mgr. Michaela Běhanová]

Vypracovala:

[Tereza Bočková]

Praha 2024

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem závěrečnou bakalářskou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne:

.....

Podpis autora práce:

.....

Poděkování

Ráda bych tímto poděkovala vedoucí práce Mgr. Michaelle Běhanové za její čas, konstruktivní připomínky, pomoc a odborné rady v průběhu tvorby bakalářské práce. Také Mgr. Ivaně Hoškové za gramatickou a formální úpravu textu. Dále bych chtěla poděkovat všem, kteří mi pomohli k dokončení mé bakalářské práce.

Abstrakt

Autor: Tereza Bočková

Název práce: Porovnání výuky florbalu na základních školách v různých městech na základě zkušenosti učitele s florbalovou kariérou

Cíle práce: porovnání výuky na základně pozorování a rozhovoru s učiteli na základních školách.

1. Porovnání přípravy hodiny a výuky florbalu učiteli s osobními florbalovými zkušenostmi a učiteli bez zkušeností s hraním florbalu

Metodika: Výzkumná část bakalářské práce je tvořena pozorováním

Výzkumný soubor: Výzkumný soubor tvořily 3 základní školy a 6 vyučujících tělesné výchovy. Celkem se jednalo o 6 vyučovacích hodin na základních školách, které vedli jak vyučující s osobními florbalovými zkušenostmi, tak bez nich.

Výsledky práce: Domnívám se, že výsledkem práce by mělo být zjištění, že výuka florbalu učitelem s osobními florbalovými zkušenostmi bude kvalitnější a žáci si v hodinách tělesné výchovy rychleji osvojí základy florbalu.

Využití v praxi: Tato práce by mohla pomoci učitelům bez osobní florbalové zkušenosti ke zlepšení úrovně výuky florbalu v hodinách tělesné výchovy.

Klíčová slova: Florbal, zkušenosti s florbalem, tělesná výchova, výuka florbalu na základní škole, učitel tělesné výchovy

Abstract

Author: Tereza Bočková

Title of the bachelor thesis: Comparison of floorball teaching at elementary schools in different cities based on teacher's experience with a career in floorball

Objectives: comparison of floorball teaching based on observation and interviews with elementary school teachers.

1. Comparison of lesson preparation and floorball teaching by teachers with personal experience in floorball and by teachers without personal experience in floorball.

Methodology: The research part of the bachelor thesis is based on observation

Research set: The research set consisted of 3 elementary schools and 6 physical education teachers. In total, there were 6 lessons in elementary schools which were conducted by teachers with and as well as without personal experience in floorball.

Results: I believe that the result of the work should be the finding that teaching floorball by a teacher with personal experience in floorball will be of better quality and the students will learn the basics of floorball faster than students taught by a teacher without personal experience in floorball.

Use in practice: This work could help teachers without personal experience in floorball to improve the level of floorball teaching in physical education classes.

Keywords: floorball, experience with floorball, physical education, teaching floorball at elementary school, physical education teacher.

Obsah

1.	ÚVOD.....	10
2.	TEORETICKÁ ČÁST	11
2.1	Florbal jako sportovní disciplína	11
2.1.1	Historie florbalu.....	11
2.1.2	Současnost z pohledu hráčské profese – popularita.....	12
2.1.3	Struktura řídicích složek	13
2.2	Základní charakteristika, zatížení a výkon, pravidla a vybavenost hráčů	14
2.2.1	Základní charakteristika.....	14
2.2.3	Zatížení a výkon.....	15
2.2.4	Pravidla hry	16
2.2.5	Vybavení hráčů a brankáře.....	17
2.3	Florbal jako vyučovaný předmět	20
2.3.1	Struktura vyučovací jednotky	20
2.3.2	Florbal v RVP (1. st, 2. st ZŠ, SŠ)	21
2.3.3	Florbal ve sportovních hrách	26
2.3.4	Trendy ve sportovních hrách.....	26
2.4	Didaktické formy	27
2.4.1	Metodicko-organizační formy	27
2.4.2	Organizační formy	29
2.4.3	Sociálně-interakční formy.....	29
2.5	Didaktické metody	30
2.5.1	Metoda se vztahem celku a částí.....	30
2.5.2	Metoda konstrukce a distribuce	31
2.6	Didaktické styly	31
3	CÍLE, METODY A ÚKOLY PRÁCE	34
3.1	Cíl práce a výzkumné otázky.....	34
3.1.1	Charakteristika souboru	34
3.1.2	Použité metody	34
4	METODIKA PRÁCE.....	35
4.1	Metodologie a technika sběru dat	35
4.2	Sběr a analýza dat	35
4.2.1	Analýza dat	35

5	VÝZKUMNÁ ČÁST	36
5.1	Škola 1 – PRVNÍ HODINA	36
5.1.1	Zázemí	36
5.1.1	Příprava žáků hodina	36
5.1.2	Průběh hodiny	36
5.1.3	Z pozice učitele	38
5.2	Škola 1- DRUHÁ HODINA	38
5.2.1	Příprava žáků hodina	38
5.2.2	Průběh hodiny	38
5.2.3	Z pozice učitele	40
5.3	Škola 2 - PRVNÍ HODINA.....	41
5.3.1	Zázemí	41
5.3.2	Příprava žáků	41
5.3.3	Průběh hodiny	42
5.3.4	Z pozice učitele	43
5.4	Škola 2 – DRUHÁ HODINA	43
5.4.1	Příprava žáků	43
5.4.2	Průběh hodiny	43
5.4.3	Z pozice učitele	45
5.5	Škola 3 – PRVNÍ HODINA	46
5.5.1	Zázemí	46
5.5.2	Příprava žáků	46
5.5.3	Průběh hodiny	47
5.5.4	Z pozice učitele	48
5.6	Škola 3 – DRUHÁ HODINA	48
5.6.1	Příprava žáků	48
5.4.1	Průběh hodiny	49
5.4.2	Z pozice učitele	50
6	DISKUSE.....	52
7	ZÁVĚR	55
8	SEZNAM LITERATURY	56
9	SEZNAM OBRÁZKŮ GRAFŮ A TABULEK	59
10	PŘÍLOHY	60

1. ÚVOD

Florbal je halový kolektivní sport, který je stále oblíbenější mezi žáky základních škol. S rostoucím zájmem o tento sport je velmi důležité, aby učitelé zařazovali vhodná průpravná a herní cvičení před samotnou hrou. Ta mají za úkol zdokonalovat herní dovednosti a herní činnosti jednotlivce a prostřednictvím správných metodických postupů a didaktických stylů lze u žáků rozvíjet samostatnost v rozhodování i řešení úkolů. Florbal vyučují na základních školách učitelé, kteří používají různé metody, styly a kteří mají odlišné osobní zkušenosti s touto hrou.

Práce je rozdělena na teoretickou a výzkumnou část. V teoretické části mé bakalářské práce je popsán florbal jako sportovní výkonnostní hra a florbal jako hra ve školním prostředí. V kapitole „Florbal jako sportovní disciplína“ je popsána historie florbalu a jeho popularita, kapitola „Základní charakteristika“ představuje řídicí složky ve florbalu a věnuje se výkonu a zatížení hráče. Další kapitola popisuje pravidla, vybavení a výzbroj hráčů a brankáře (florbalové hole, míčky, dresy a brankářská výstroj). Následuje kapitola o výuce florbalu v prostředí základních škol, která se zabývá ukotvením sportovních her v rámcovém vzdělávacím programu a didaktickými formami. V podkapitolách jsou uvedeny metodicko-organizační formy, jež se uplatňují při nácviku a zdokonalování herních činností jednotlivce, herních kombinací a herních systémů, organizační a sociálně-interakční formy, které určují, v jakých uskupeních se bude dané cvičení odehrávat, a také didaktické metody a didaktické styly. V této práci je zmíněno 5 stylů nejpoužívanějších na základních školách.

Výzkumná část obsahuje výsledky mého pozorování 6 učitelů při výuce florbalu v hodinách tělesné výchovy na 2. stupni 3 základních škol v různých městech České republiky. Tři vyučující mají osobní zkušenosti s florbalem, další tři žádnou osobní zkušenost nemají. Cílem mého výzkumu bylo zjistit, jak osobní zkušenosti vyučujících ovlivňují výuku florbalu v hodinách tělesné výchovy, a postihnout rozdílný přístup učitelů k přípravě vyučovací hodiny, k žákům a k volbě cvičení.

Bakalářská práce může sloužit jako návod k náplni výuky florbalu s uvedením konkrétních cvičení, která lze použít.

2. TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Florbal jako sportovní disciplína

Kapitola se zabývá problematikou florbalu obecně, popularitě od kořenů florbalu až po současnost, charakteristikou zatížení a výkonu, a nakonec řídicími složkami, které spravují celý systém fungování florbalu jako výkonnostního sportu.

2.1.1 Historie florbalu

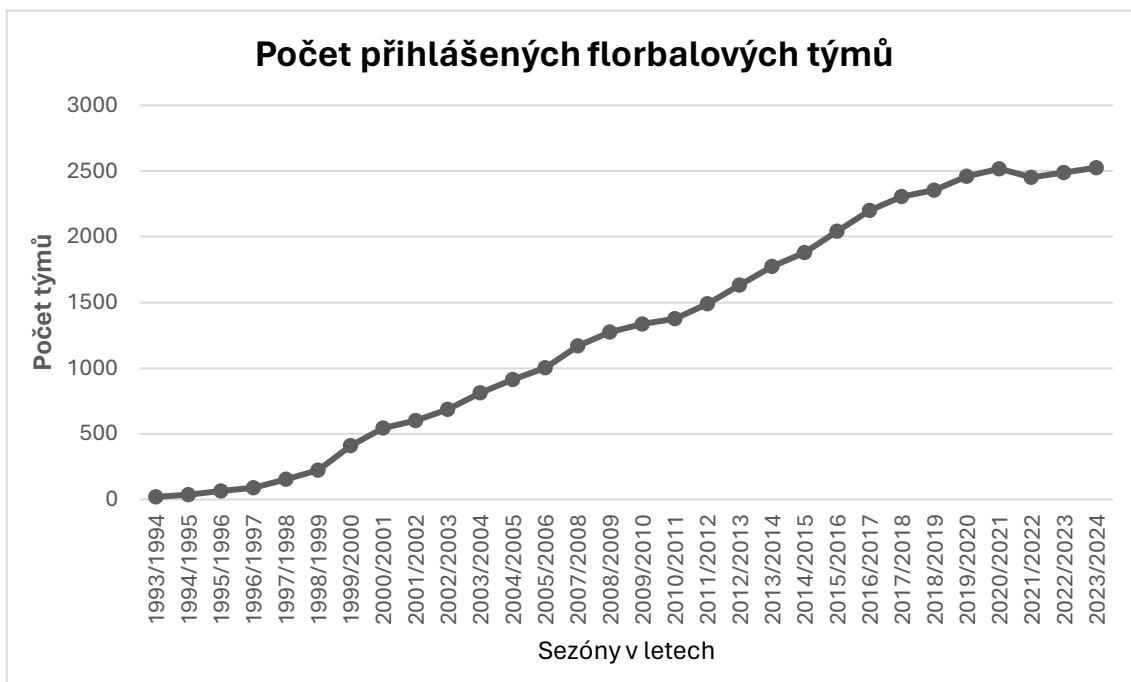
Začátky florbalu v Česku se datují od roku 1984, kdy tehdy student Michal Bauer byl na výměnném pobytu ve Finsku, kde poprvé spatřil hru mezi mantinely s plastovým dřevým míčkem. Po výměnném pobytu zanechali Finové darem v Čechách 12 florbalových holí a míčky. V těchto letech se florbal stal studentskou zábavou po škole a nebyl veřejně známý, To se změnilo v roce 1992, kdy se bratři Vaculíkovi účastnili firemního jednání ve Švédsku a přivezli do Čech florbalové hole, věnované firmou Unihoc. Vaculíkovi poté iniciovali vznik 2 florbalových týmů v TJ Tatran Střešovice – Old Boys a Forza (dnešní Tatran Střešovice). Průkopníkem florbalu na Moravě byl Marcel Pudich, který spolupracoval s firmou VDG a přivezl z Prahy florbalové vybavení do Ostravy, kde se pořádaly první florbalové turnaje. První mantinely se do Česka dostaly z Maďarska, kde Švédové zorganizovali florbalový turnaj. Po turnaji usoudili, že florbal v Česku má potenciál, a Češi tak dostali mantinely darem. Švédští pořadatelé byli přesvědčeni, že se takový turnaj musí odehrát i v Praze. Právě tato událost se stala základním kamenem tradičního turnaje Czech Open, který se v roce 1993 uskutečnil poprvé a na němž se představilo 43 družstev z 5 zemí. (Skružný, 2005)

Začátky florbalu v Česku jsou také spojeny s Jaroměří, kde absolvovali švýcarští florbalisté letní soustředění. Florbal zaujal místní hráče futsalového týmu a Švýcaři jim darovali své florbalky. Tím byl položen základ florbalového týmu TJ Sokol Jaroměř.

V roce 1992 vznikla také Česká florbalová unie (Čfbu) a jejím prezidentem se stal již zmiňovaný Martin Vaculík. V roce 1993 se konaly první ročníky Czech Open a zápasy 1. ligy mužů (dnes Super liga). V roce 1994 se v Česku poprvé uskutečnilo mistrovství Evropy a odstartoval první ročník 1. ligy žen.

Během jednoho roku registrovala unie 40 oddílů a bezmála 700 hráčů, v dnešní době eviduje již přes 2,5 tisíce týmů a přes 77 tisíc hráčů, kteří hrají téměř 400 soutěží v 9

úrovních. (ceskyflorbal.cz, 2024a) Z grafu č.1 lze vyčíst, že florbal stoupá v popularitě a jako jeden z halových sportů se prosazuje nejvíce.



Graf 1: Počet přihlášených florbalových týmů (ceskyflorbal.cz, 2024)

2.1.2 Současnost z pohledu hráčské profese – popularita

Stránka ceskyflorbal.cz uvádí: „Florbal si zahrálo již přes 50 % české populace, je druhým největším kolektivním sportem.“ Florbal je jedním z nejmasovějších sportů a jeho cílem je udržet tuto pozici. V horizontu příštích 10 let se florbal bude soustředit především na zastoupení žen, které by měly tvořit 25 % podíl mezi aktivními hráči.

Po marketingové stránce se florbal opírá o nejvyšší soutěže jak v mužské, tak ženské kategorii a přitahuje mnoho mladých nadšenců do hry jako takové. Vyvrcholením nejvyšších lig je superfinále, které se odehrává ve velkých arénách jako je O2 arena, UNYP aréna v Praze nebo Ostravar aréna v Ostravě. V roce 2023 se odehrál finálový zápas žen před 10 122 diváky, finálový zápas mužů před 12 538 diváky. V roce 2024 stoupla návštěvnost a finálový zápas žen mezi FATPIPE FLORBAL CHODOV a 1. SC TEMPISH Vítkovice sledovalo přes 10 tisíc diváků, mužské superfinále mezi ESA logistika Tatran Střešovice a Předvýběř.CZ Florbal MB sledovalo v Pražské O2 aréně 13 541 diváků, což je aktuální rekord pro české halové sporty ligových soutěží. (Bigboardsuperfinále.cz, 2024)

2.1.3 Struktura řídicích složek

Mezinárodní nejvyšší správní institucí je IFF – International Floorball Federation, která sdružuje všechny země, v nichž se florbal hraje organizovaně. Byla založena švédskou, finskou a švýcarskou florbalovou federací 12. 4. 1986. Od roku 2016 se tento den označuje jako Mezinárodní den florbalu. IFF je členem Mezinárodního olympijského výboru a spolupracuje s Mezinárodní federací univerzitního sportu (FISU) a je řádným členem Globální asociace mezinárodních sportovních federací (dříve SportAccord). Florbal je medailovým sportem v programu Světových her. Strategická vize pro florbal je v prohlášení IFF Vision definována následovně: **" Florbal je nejinkluzivnější týmový sport, který hraje více než milion registrovaných hráčů na všech kontinentech."** (IFF, 2024)



Obrázek 1: Logo IFF (floorball.sport.cz, 2024)

V současnosti sdružuje IFF 80 členských zemí na všech kontinentech, z toho je 45 zemí řádným členem a 35 je čekajících na řádné členství. Ke konci roku 2022 se podle údajů registrovalo přes 330 tisíc hráčů a počet rekreačních hráčů se odhaduje na 3,5 milionu. (ceskyflorbal.cz, 2024a)



Obrázek 2: Logo českého florbalu (ceskyflorbal.cz, 2024)

Českou institucí, která registruje všechny kluby, je Český florbal. Nejvyšším orgánem je Valná hromada, která se schází každý rok. Tvoří ji 79 delegátů, z toho 70 je vysláno z krajských valných hromad. Každý kraj má minimálně 3 delegáty. Jejich celkový počet

se poměrově odvíjí od aktuálních počtů oddílů v daném kraji. Zbýlých 9 delegátů zasedá v tzv. výkonném výboru, který je volen na 4 roky Valnou hromadou. Je složen z 8 delegátů a prezidenta.

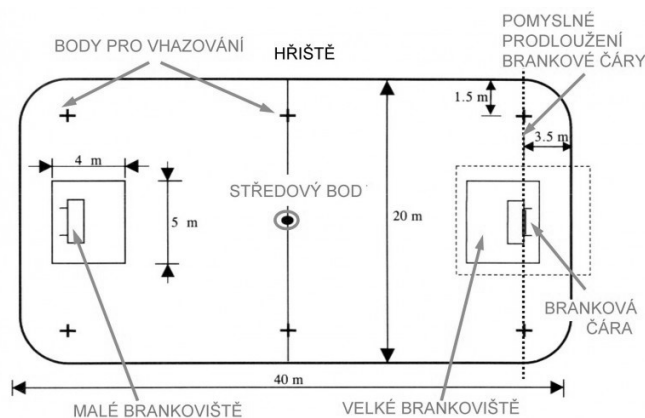
Podobnou strukturou disponují i florbalové regiony, které mají v čele hejtmany. Členství ve výborech a komisích je dobrovolná činnost. (ceskyflorbal.cz, 2024b)

2.2 Základní charakteristika, zatížení a výkon, pravidla a vybavenost hráčů

Kapitola přináší základní charakteristiku florbalu jako halového sportu, soustředí se na zatížení a výkon hráčů, na pravidla hry a základní vybavení hráčů a brankářů.

2.2.1 Základní charakteristika

Florbal je týmový halový sport. Hrací plocha může být z různých materiálů, jako jsou parkety nebo PVC. Plocha hřiště je vymezena plastovými 50 cm vysokými mantinely, které určují rozměry 40 x 20 m. Velikost branek je 115 cm (výška) x 160 cm (šířka) x 60 cm (hloubka). Základním hracím časem pro dospělé kategorie je 3 x 20 minut, přestávky mezi třetinami trvají 10 minut.



Obrázek 3: Rozměry hřiště (Doswich.cz, 2024)

Proti sobě hrají dvě družstva, která mohou mít na soupisce až 20 hráčů. Na hřiště však nastupují s pěti hráči v poli a brankářem. Střídání hráčů se může provádět kdykoli a bez omezení - tzv. „hokejové střídání“. (Bernaciková, Kapounková, Hrazdíra & Novotný, 2011)

2.2.3 Zatížení a výkon

„Zatížení ve sportu se obvykle chápe jako pohybová činnost vykonávaná tak, že vyvolává aktuální změnu funkční aktivity člověka a ve svém důsledku trvalejší funkční, strukturální i psychosociální změny“ (Jansa, Dovalil a kolektiv, 2009, p. 163).

Dovalil a kolektiv (2012, p. 82) považuje zatížení za obecný požadavek, jenž má za následek zvýšení výkonnosti sportovce a dosažení řady adaptačních změn jak biologických, tak psychosociálních. V rámci celku se tedy jedná o změny trénovanosti, zejména úrovně pohybových schopností a dovedností, dále pak změny v somatických a jiných předpokladech. Jejich nová úroveň je výrazem přizpůsobení a adaptace na vnější prostředí.

Ve florbalovém utkání sportovec využívá jak acyklické (přihrávání, střelba, ...), tak cyklické pohybové činnosti (zejména běh a chůzi). Základní svaly vyžívané pro běh jsou podobné jako u chůze, zapojují se především extenzory kyčle a kolene a dále plantární flexory hlezenního kloubu, flexory kyčle a holenní sval. Zatížení florbalistů v zápase je intervalového typu a střídá se střední až maximální intenzita. Doba, jež hráč stráví na hřišti, je závislá na intenzitě pohybu a prováděné činnosti (hra v oslabení, hra v přesilovce, útočení, ...) a pohybuje se mezi 40-70 s, na střídačce potom hráč stráví mezi 30-100 s. (Bernaciková, Kapounková, Hrazdíra & Novotný, 2011).

Pro zvládnutí kteréhokoliv sportu je zapotřebí určité množství energie, to platí i pro florbal. Hráči připravující se k podání co možná nejlepšího výkonu musí svůj organismus přizpůsobit zvýšenému výdeji. Tento proces bývá označován jako adaptace, což se řadí k hlavním cílům tréninkového procesu. Florbal je tedy energeticky velmi náročný sport brankového typu. Obecně lze říci, že při soutěžním utkání je zatížení u všech hráčů charakteristické pravidelným střídáním výkonu maximální intenzity ve hře a odpočinku při střídání. (Martínková, 2009).

Výkony se rozdělují do mnoha kategorií, v tomto případě je vhodné zmínit sportovní a herní výkon.

Sportovní výkon má povahu velmi účelné a dokonalé činnosti sportovce, která je výsledkem dlouhodobé a záměrné adaptace jeho organismu na konkrétní požadavky daného sportovního odvětví, resp. disciplíny. Výkonová motivace ovlivňuje všechny stránky sportovního tréninku, pomáhá vysvětlit rozdíly ve výkonech u jednotlivců a pro sportovce je často hlavní hnací silou jeho dalšího výkonnostního růstu. (Dovalil a kol. 2012)

Herní výkon v kolektivních sportovních hrách chápeme jako realizovanou individuální a skupinovou činnost hráčů v zápase. Tato činnost charakterizuje míru splnění herních úloh. Specifické zvláštnosti herního výkonu ve sportovních hrách jsou dané hlavně nestandardností podmínek, bohatou variabilitou herních situací, potřebou čelit aktivitě soupeře a překonat jeho odpor. Herní situace tvoří ohraničený celek hry, mají své neopakovatelné, ale i standardní a typické znaky. Ve sportovních hrách je to především cílová činnost hráče – dát gól, bod, ovládat míč, anticipovat a rychle reagovat na akce soupeře a eventuální činnost spoluhráčů apod. (Hellebrandt, 2014).

2.2.4 Pravidla hry

Hráči je dovoleno odehrát míček jak florbalovou holí, tak nohou. Míček může být dopraven do brány florbalovou holí a bez úmyslu všemi částmi těla kromě ruky a hlavy. Kontakt mezi hráči už není zakázán jako v počátcích – hra tělem se toleruje. Hra rukou nebo holí nad úroveň kolen je zakázána stejně jako výskok, v dnešní době se toleruje hra hlavou bez úmyslného zahrání míčku. Hráč, který leží na zemi, nesmí odehrát míček a také nemůže zasáhnout do hry, když nedrží florbaluku. Tyto přestupky jsou trestány buď rozehrávkou soupeře jako volný úder, nebo 2minutým trestem. Mezi nejčastější přestupky trestané 2minutovým trestem patří blokování, zvedání, přidržování soupeřovy hokejky, přidržení a podražení protihráče ve snaze získat míč, hra rukou a hlavou, hra bez hokejky, nebezpečná a hrubá hra, příliš mnoho hráčů v poli atd. Původní 5minutové tresty, od nichž pravidla ustoupila, byly nahrazeny tresty 2 + 2 minuty. Těmi se trestají větší přestupky, např. hrubost, hodí-li hráč hokejku nebo jinou část výstroje na hrací plochu ve snaze zasáhnout míček, hákuje-li hráč hokejku soupeře, nebezpečné údery hokejkou a opakované přestupky. Za nesportovní chování může být hráči udělen osobní trest na 2 + 10 minut, kdy si trestaný hráč jde odbyť 10minutový trest a jeho spoluhráč si jde odpykat ještě 2minutový trest. Po 2 minutách se vrací na hřiště a po uplynutí 10 minut se může na

hřiště vrátit i trestaný hráč. Přesilová hra tak trvá pouze 2 minuty. Poté už následuje jen vyloučení do konce utkání, tzv. červená karta, kdy hráč už nesmí zasáhnout do zápasu. Podle závažnosti přestupku může být předvolán i před komisí, která může udělit vyšší trest, tzv. „stopku“ na více následujících utkání.

Brankář může míček odrazit jakoukoli částí těla a chytat do rukou, pokud se dotýká aspoň jednou částí těla velkého brankoviště. Brankář nesmí chytit ani se dotknout rukou míčku od svého spoluhráče, tzv. „malá domů“ a při výhozu nesmí přehodit pŕilicí čaru. (Pravidla florbalu, 2022)

2.2.5 Vybavení hráčů a brankáře

V souladu s pravidly florbalu se musí hráči a brankáři dostatečně vybavit, aby mohli vstoupit na hřiště. Některé vybrané hráčské a brankářské výzbroje a výstroje (florbalová hůl, helma, vesta a kalhoty, ...) musí být atestovány v mezinárodní florbalové unii (IFF). Každé z vybavení musí být opatřeno ochrannou známkou, která zahrnuje testování za nejpřísnějších podmínek, deklaraci technického provedení a garanci bezpečnostních požadavků k ochraně zdraví hráčů. (Pravidla florbalu, 2022)

2.2.5.1 Florbalová hůl

Florbal je hra, která rozlišuje držení hole na levé a pravé straně. Strana se určuje podle ruky, která je při držení florbalčky umístěna níže. Držení hole na levé straně znamená, že hráč drží hůl pravou rukou nahoře a levou dole, zatímco na pravé straně je držení obráceně. Dalšími aspekty jsou tvrdost a délka hole. Optimální délka hole se pozná tak, že ji postavíme čepelí na zem, a její konec by měl sahat po oblast břicha. Pohybuje se v rozmezí od 70–100 cm. (Skružný, 2005)

V roce 2018 vydala IFF vyhlášku o florbalových holicích pro vysoké hráče a pravidlo o délce hole bylo stanoveno na hranici 104 cm. (Eflorbal.cz, 2018) Tvrdost hole se pohybuje od 23-32 mm. Číslo znamená průhyb zatížení tyče, tudíž 32 mm je nejměkčí hůl – dá se nejlépe prohnout. Výběr je individuální i vzhledem ke stylu hry. Existuje velmi

široké spektrum holí od světových značek, které se liší barvou, tvrdostí, technologií výroby, po materiální stránce a váze. (Skružný, 2005)



Obrázek 4: Florbalová hůl (eflorbal.cz, 2024)

2.2.5.2 Míček

Míčky se nabízejí v mnoha barevných kombinacích. V České republice je však do zápasů povolen míček bílé a meruňkové barvy, pokud je opatřen štítkem z IFF. Tato známka se může vyskytovat na všech barevných kombinacích míčků, jež mnohé týmy používají při tréninku nebo pro zpestření hry. Míčky se liší materiálově i technologií výroby, což má vliv na dráhu letu, přesnost a především životnost. (Skružný, 2005)



Obrázek 5: Florbalový míček (eflorbal.cz, 2024)

2.2.5.3 Dresy

Všichni hráči musí oblékat jednotné dresy skládající se z trika, trenek a štulpen. Je zde možná jakákoli barevná kombinace, jen trika nesmí být šedivá. Pokud se dresy družstev podobají, a rozhodčí tak usoudí, musí se hostující družstvo převléct do jiné barevné kombinace. Všechna trika musí mít čísla. Mohou se použít čísla od 1–99 včetně, avšak hráč v poli nesmí nosit číslo jedna. Všichni hráči jsou povinni nosit štulpny stejné barvy a sportovní obuv. (Pravidla florbalu, 2022)

2.2.5.4 Výstroj brankáře

Rozdíl ve výstroji mezi hráčem a brankářem je na první pohled viditelný. Brankářské vybavení se skládá z několika částí. Masky, která se vyrábí z akrylátů nebo laminátů, je nejdůležitější součástí brankářského vybavení. Každý brankář má individuální přístup k výběru masky. Existují lehčí, které kopírují pohyb hlavy a nepřinášejí fyzickou zátěž, zatímco těžší maska vyžaduje více síly k pohybu hlavou. Součástí každé masky je ochranná mříž, která má hlavně zabránit kontaktu obličeje s hokejkou, musí však umožňovat optimální výhled, ale zároveň chránit. Nejdůležitějším aspektem je IFF známka, které zaručuje požadovanou bezpečnost i kvalitu brankářské masky. (Skružný, 2005) Brankář smí používat jakékoli ochranné vybavení, ale žádné z nich nesmí být určeno k chytání střel. To znamená, že nesmí využívat žádné typy ochrany, které zakrývají více než tělo brankáře, například ramenní vycpávky. (Pravidla florbalu, 2022)

Nepovinnou součástí výstroje je použití suspensoru (jak hokejového, tak od florbalových firem), příp. chrániče krku.

Brankářské rukavice nejsou povinnou součástí, i když zvyšují pohodlí brankáře, ale snižují cit pro míček. Proto je také někteří brankáři nepoužívají. Dres je řešen buď jako tričko vycpané na přední části těla, nebo se jedná o 2 kusy oblečení – vycpaná vesta, na niž se obléká týmový dres. Ochrana kalhot je provedena zesílením zátěžových částí těla – holenní a stehenní části, kyčlí a rozkroku. Brankáři také používají chrániče kolen, které jsou důležitou součástí výstroje, jelikož téměř 60 minut hry stráví na kolenou. Brankáři používají buď klasickou sálovou obuv, nebo speciálně upravené boty, které jsou zesíleny na nártu, aby mohli bezbolestně zasáhnout míček nohou. (Skružný, 2005)



Obrázek 6: Brankářská výstroj (florbal.com)

2.3 Florbal jako vyučovaný předmět

W. Dombroth ve své publikaci uvádí, že florbal představuje ideální kolektivní sport pro školní prostředí, neboť hra je:

- týmový sport, při kterém je v popředí schopnost týmu,
 - rychlá, dynamická a atraktivní hra,
 - spravedlivá a bezkontaktní, poněvadž bezohledné chování je ihned potrestáno,
 - provozovatelná bez speciálních tělesných a technických předpokladů,
 - hratelná ve všech ročnících s určitými odpovídajícími přizpůsobeními,
 - proměnlivá (variabilní) v mnoha ohledech (sport s hokejkou, míček, početnost týmu, velikost brány, rozměr hřiště, hra tělem, hra nohou),
 - cenově dostupné sportovní odvětví s poměrně nepatrnými pořizovacími náklady.
- (Dombroth, 2014)

2.3.1 Struktura vyučovací jednotky

Struktura vyučovací jednotky věnované florbalu v tělesné výchově na základní škole zahrnuje kombinaci fyzické přípravy, technických a taktických dovedností, herních situací a reflexi. Je důležité, aby výuka respektovala individuální schopnosti studentů, podporovala fair play a týmovou spolupráci a poskytovala prostor pro rozvoj dovedností a radost z pohybu. Vyučovací jednotka má několik částí:

Úvodní část seznamuje žáky s náplní vyučovací jednotky a stanoví cíle výuky.

Další částí je **fyzická příprava**, která zahrnuje zahřátí a protažení svalů, aby byli žáci připraveni na fyzickou aktivitu. Důraz se klade na správnou techniku běhu a základních florbalových pohybů.

V **technické části** se rozvíjejí základní technické dovednosti žáků, držení a kontrola míče, driblování, přihrávka a úder neboli střela. Důležitou součástí výuky jsou demonstrační cvičení a praktické ukázky, které předvádí učitel. Je vhodné střídat individuální a hromadná cvičení.

V **taktické části** jsou cvičení přizpůsobena herním situacím a týmové spolupráci. Žáci přijímají roli hráče ve hře (útočník, obránce, brankář).

Herní část je založena na vlastní hře. Důraz je kladen na aplikaci naučených dovedností v herních situacích. Učitel hodnotí herní výkon žáků, fair play a vede je k týmové spolupráci.

Vyučovací jednotka končí **závěrečnou reflexí**, při níž učitel shrne výsledky, diskutuje se žáky a získává od nich zpětnou vazbu k průběhu hodiny. Je vhodné, aby učitel žáky motivoval a plánoval další aktivity spojené s florbalem nebo jinými sportovními hrami. (Mitchell, 2013 & Graham, 2008).

2.3.2 Florbal v RVP (1. st, 2. st ZŠ, SŠ)

Rámcový vzdělávací program je velice důležitý kurikulární dokument, který schvaluje a vydává Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Byl zaveden v roce 2004, kdy byla změněna celá koncepce školství. V této fázi se české vzdělávání dělí do dvou úrovní, a to na státní a školní. Státní úroveň v systému představují Národní program vzdělávání a rámcové vzdělávací programy (dále jen RVP). RVP vymezují vzdělávací rámce pro jednotlivé etapy – předškolní, základní a střední vzdělávání. Školní úroveň představují školní vzdělávací programy (dále jen ŠVP), podle nichž se uskutečňuje vzdělávání na jednotlivých školách. (MŠMT, 2023) V RVP obsahuje cíle výuky a klíčové kompetence, které musí být splněny během vzdělávání. Program se dělí na vzdělávací oblasti, jež jsou pak členěny na vzdělávací obory. Tělesná výchova a sport se řadí do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví a do vzdělávacího oboru Tělesná výchova. Každý obor nabízí seznam očekávaných výstupů, které by měli žáci ovládat, a vymezuje i učivo, které by si měl žák osvojit. V následujícím textu jsou vybrány aktivity, které souvisejí s florbalem. (MŠMT, 2023)

2.3.2.1 Činnosti ovlivňující zdraví

Pro první stupeň:

- význam pohybu pro zdraví – pohybový režim žáků, délka a intenzita pohybu

- příprava organismu – příprava před pohybovou činností, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení
- zdravotně zaměřené činnosti – správné držení těla, správné zvedání zátěže; průpravná, kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení a jejich praktické využití
- rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu
- hygiena při TV – hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí, vhodné oblečení a obutí pro pohybové aktivity
- bezpečnost při pohybových činnostech – organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečnost v šatnách a umývárkách, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek, první pomoc v podmínkách TV

Pro druhý stupeň:

- zdravotně zaměřené činnosti – správné držení těla, správné zvedání zátěže; průpravná, kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení a jejich praktické využití
- rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu
- význam pohybu pro zdraví – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců
- zdravotně orientovaná zdatnost – rozvoj zdravotně orientované zdatnosti, kondiční programy, manipulace se zatížením
- prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení

- hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného (MŠMT, 2023a)

Pro gymnázia:

- zdravotně orientovaná zdatnost – složky ZOZ; kondiční testy svalová nerovnováha – příčiny
- svalové nerovnováhy; testy svalové nerovnováhy
- zdravotně zaměřená cvičení
- organismus a pohybová zátěž – způsoby zatěžování; kompenzace jednostranné zátěže
- individuální pohybový režim
- hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí
- rizikové faktory ovlivňující bezpečnost pohybových činností – zásady jednání a chování v různém prostředí; úprava pohybových činností podle aktuálních podmínek (možných rizik)
- první pomoc při sportovních úrazech – závažná poranění a život ohrožující stavy; improvizovaná první pomoc v podmínkách sportovních činností (MŠMT, 2023b)

2.3.2.2 Činnosti podporující úroveň pohybových dovedností

Pro první stupeň:

- základy sportovních her – manipulace s míčem, pálkou či jiným herním náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených pravidel mini sportů

Pro druhý stupeň:

- sportovní hry (alespoň dvě hry podle výběru školy) – herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie (MŠMT, 2023a)

Pro gymnázia:

- sportovní hry – herní systémy, herní kombinace a herní činnosti jednotlivce v podmínkách utkání (alespoň ve dvou vybraných sportovních hrách podle podmínek školy a zájmu žáků) (MŠMT, 2023b)

2.3.2.3 Činnosti podporující pohybové učení

Pro první stupeň

- komunikace v TV – základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály
- organizace při TV – základní organizace prostoru a činností ve známém (běžném) prostředí
- zásady jednání a chování – fair play a symboly
- pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží
- zdroje informací o pohybových činnostech

Pro druhý stupeň:

- komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech

- organizace prostoru a pohybových činností – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování
- pravidla osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží
- zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech (MŠMT, 2023a)

Pro gymnázia:

- vzájemná komunikace a spolupráce při pohybových činnostech
- sportovní výzbroj a výstroj – účelnost, funkčnost, bezpečnost, finanční dostupnost a kvalita
- pohybové činnosti, sportovní a turistické akce – organizace, propagace, vyhodnocení, dokumentace
- pravidla osvojovaných pohybových činností
- sportovní role
- měřitelné a hodnotitelné údaje související s tělesnou výchovou a sportem
- olympismus v současném světě: jednání fair play – spolupráce ve sportu a pomoc soupeři, pomoc pohybově znevýhodněným, sport pro každého, sport a ochrana přírody, odmítání podpůrných látek neslučitelných s etikou sportu
- úspěchy našeho sportu na pozadí nejdůležitějších historických sportovních událostí (MŠMT, 2023b)

2.3.3 Florbal ve sportovních hrách

2.3.3.1 Sportovní hry

Sportovní hru chápeme jako pohybovou činnost dvou stran. Tyto strany jsou v neustálém současném vztahu a vzájemně se potřebují. Obě strany chtějí prokázat svou převahu. V týmové sportovní hře proti sobě nastupují družstva, důležitý je týmový herní výkon. „*Sportovní hry jsou oblastí, do které můžeme mluvit každý, počínaje vědcem, přes odborníka, praktika, lajka a sportovním analfabetem konče. Proto jsou sportovní hry více než jakákoli jiná oblast lidské činnosti vystaveny stálému nebezpečí křížení a směšování výrazů odborného jazyka a slangu.*“ (Dobry, 1988)

Sportovní hry lze rozdělit podle různých kritérií:

Podle plochy se dělí na invazivní (hřiště není rozdělené na poloviny, ale hraje se po celé ploše, např. hokej, florbal, fotbal atd.) a na neinvazivní (hřiště je rozděleno napůl a každý hráč/tým má svoji půlku, např. volejbal, tenis atd.).

Podle počtu hráčů se dělí na individuální (tenis, badminton), párové (čtyřhra v tenise) a týmové (florbal, fotbal, volejbal atd.).

Podle způsobu pohybu lze rozlišovat hry, které jsou založeny na přirozeném pohybu bez prostředků, s prostředky, na pohybu ve vodě a na pohybu s živým nebo neživým dopravním prostředkem. (Táborský, 2004)

2.3.4 Trendy ve sportovních hrách

Ve výuce sportovních her v tělesné výchově lze pozorovat několik trendů, které se vyvíjejí a mění v závislosti na nových poznatcích, technologiích a pedagogických metodách. Některé z těchto trendů zahrnují:

Inkluzivní přístup – snaha začlenit do výuky sportovních her žáky se speciálními potřebami nebo omezeními. To může znamenat modifikovaná pravidla, adaptované vybavení nebo alternativní formy sportů, které jsou přístupné všem žákům.

Zdravý životní styl – důraz na celkový zdravý životní styl, včetně fyzické aktivity, správné výživy a duševního zdraví. Výuka sportovních her může být spojena s osvětou o výživě, regeneraci, prevenci zranění a psychickém zdraví.

Technologické inovace – využívání moderních technologií, jako jsou aplikace pro sledování aktivity, senzory pro měření výkonu, virtuální reality nebo interaktivní systémy pro výuku taktiky a strategie v různých hrách.

Variabilita her – kromě klasických sportovních her se výuka zaměřuje i na různé alternativní sporty, rekreační aktivity nebo tréninkové metody, které zahrnují prvky z různých disciplín.

Týmová spolupráce – posilování dovedností týmové spolupráce, komunikace a leadershipu prostřednictvím her a cvičení, které vyžadují koordinaci a spolupráci mezi hráči.

Osobní rozvoj – výuka sportovních her se stále více zaměřuje na osobní rozvoj žáků, včetně budování sebevědomí, odolnosti vůči stresu, fair play a emoční inteligence.

Tyto trendy jsou reakcí na potřeby moderních studentů a pedagogů, kteří se snaží vytvořit prostředí, kde se žáci nejen naučí sportovní dovednosti, ale také rozvíjejí širší spektrum kompetencí a hodnot. (Wright, P.M. 2018)

2.4 Didaktické formy

2.4.1 Metodicko-organizační formy

Existují didaktické formy, které vnitřně zajišťují řízení tréninkového procesu sportovců v tréninkových jednotkách. Ve školním prostředí jsou to formy, které se využívají při organizaci hodiny tělesné výchovy. Patří mezi ně průpravná cvičení, herní cvičení a průpravné hry. Obsahem metodicko-organizačních forem (dále MOF) jsou různě složitě herní činnosti jednotlivce, herní kombinace a herní systémy. „*Metodicko-organizační formy (MOF) představují způsob účelného uspořádání vnějších situačních podmínek a obsahu tvořeného herními činnostmi s cílem umožnit realizaci daných požadavků*

formulovaných jako konkrétní herní úlohy.“ (Dobry, 1988) Jedná se hlavně o vztah mezi vnějšími faktory, jako je rozdělení žáků, vymezení prostoru a času.

Průpravná cvičení (dále jen PC) jsou charakteristická nepřítomností soupeře a předem určenými částečně neměnnými podmínkami. Zaměřují se na opakování pohybového úkolu, jehož cílem je zdokonalení v provedení pohybové činnosti. Je určena přesná posloupnost a přemístování hráčů s náčiním. Rozlišujeme dva typy PC, prvním z nich je cvičení charakteristické nepřítomností soupeře a předem určenými neměnnými podmínkami. Druhý typ je charakteristický nepřítomností soupeře a náhodně proměnlivými podmínkami.

Průpravná cvičení vedou hráče k uvědomění, že jsou součástí týmu, k aktivnímu pojetí hry a autonomnímu rozhodování, ke zvýšení reakce na podněty a volbě vhodného řešení situace. PC by neměla být složitá, o úrovni dovednosti rozhoduje množství praxe a opakování. (Dobry, 1988).

Herní cvičení (dále jen HC) se vyznačují přítomností soupeře a předem určenými nebo náhodně proměnlivými podmínkami. Složitost HC je dána počtem hráčů/žáků, prostorem a délkou časového úseku potřebného k realizaci dané herní činnosti. Lze je zařazovat formou soutěže. Rozlišujeme 2 typy herních cvičení. První z nich je specifický tím, že je přítomen soupeř, který má předem určené situační herní podmínky a průběh řešení herní situace. Druhý typ je specifický přítomností soupeře a náhodně proměnlivými situačními podmínkami, které jsou omezeny prostorově a časově. HC se dají ještě dělit podle počtu zapojených hráčů – s početní převahou útočících hráčů, s vyrovnaným počtem útočnicků i obránců, anebo s vyrovnaným počtem útočnicků a obránců, avšak k dispozici je několik pomocníků.

Hlavním úkolem při HC je dodržování přesně stanovených pravidel. Činnost útočnicků i obránců a organizace je přesně stanovena, stejně jako počty opakování a trvání činnosti. Opakování činností jak v roli útočníka, tak obránce by měla být početně vyrovnaná. Je nutné sledovat úspěšnost jednotlivců i skupiny a hodnotit jejich výkon, vést hráče k využívání většího prostoru, k delším únikům bez míče, k náhlým změnám a k trvalé aktivitě s míčem a bez míče. Cílem je dosáhnout vysoké intenzity v bránění, která donutí

útočníky ke kvalitativně jiné činnosti. Důležité je také motivovat hráče vhodnými způsoby. (Dobry, 1988)

Průpravná hra (dále jen PH) je nejbližší vlastní hře ve stejných nebo velmi podobných podmínkách. Hráči si procvičují a zlepšují jak obranné, tak útočné činnosti. Rovněž se zdokonalují v řešení herních situací a ve správné volbě nejvhodnějšího řešení. PH je souvislá hra s proměnlivými podmínkami, která vzniká úpravou pravidel, úpravou malých pohybových her a přibližuje obsah. Existuje více PH – řízené, které rozvíjejí děj, aniž by bylo dosaženo konečného bodového výsledku, soutěživé, v nichž oba týmy usilují o vítězství, a průpravné hry volné. (Dobry, 1988)

2.4.2 Organizační formy

Organizační formy jsou určeny vnějšími podmínkami, jsou časově, místně a obsahově vymezeny. Základní formou školní tělesné výchovy je jedna vyučovací hodina. (Dobry, 1988)

2.4.3 Sociálně-interakční formy

Sociálně-interakční formy vyjadřují vzájemný vztah mezi učitelem a žáky nebo mezi žáky samotnými. Rozlišujeme hromadnou, skupinovou a individuální formu.

Hromadná forma je charakteristická tím, že celý kolektiv vykonává stejnou činnost kontrolovanou učitelem.

Skupinová forma může mít více podob: spolupracují různě početné skupiny a plní stejné úkoly na různých stanovištích, nebo každá skupina plní jiný úkol, příp. se jedná o komunikaci mezi členy skupiny, která je ve srovnání s předchozími složitější.

Individuální forma se od ostatních liší cílem, charakterem individuální činnosti a v důsledku toho i jinou úrovní sociální interakce. Individuální úkoly vedou žáka k aktivnímu a samostatnému tvořivému myšlení. (Dobry, 1988)

2.5 Didaktické metody

Metoda je pojem, který je spojován s otázkou “jak”. Dobrý, 1988 ve své publikaci uvádí: *“Didaktickou metodu chápeme především jako teoretický model uspořádání operací a časových aspektů nácviku, herního a kondičního tréninku, přičemž tento model je záměrně plánován trenérem s ohledem na hráče a družstvo a hodí se k opakovanému použití.*

Dobrý, 1988 rozděluje didaktické metody do tří kategorií podle kritérií:

- a) struktura herních činností související se vztahem celku a částí (vcelku, po částech, spojování částí v celek)
- b) metody koncentrace a distribuce herních činností
- c) metody manipulace se zatížením v bioenergetickém smyslu

Ve školní tělesné výchově se používají především metody se vztahem celku a částí a metody koncentrace a distribuce, neboť u žáků nezatěžujeme organismus v dlouhodobém smyslu.

2.5.1 Metoda se vztahem celku a částí

Celek můžeme chápat v různých úrovních. V této práci je za celek považována celková hra žáků a její herní projev. Části lze chápat jako herní kombinace, jejich součástí jsou herní činnosti jednotlivce. Ještě nižším celkem mohou být konkrétní herní činnosti jednotlivce. Pro potřeby herních činností se využívají metody, jejichž dělení je uváděno v souvislostech s osvojováním a zdokonalováním dovedností. (Dobrý, 1988)

Metoda v celku se používá především u nacvičení herních činností a ukazuje se, že lépe působí na motivaci hráče, protože dochází k rychlejšímu pozorovatelnému zlepšení dovedností. Některé části nelze rozdělit, protože by pak hráči nedávaly smysl. Tato metoda pomáhá trenérovi objevit kritická místa činnosti, na jejichž zlepšení se dá pracovat. Metodu v celku lze modifikovat na metodu s postupným zdůrazňováním kritických míst.

Metoda po částech je založena na kladení důrazu techniky a jejím opakování. Nebere v úvahu skutečné podmínky, jako je např. utkání nebo souvislosti mezi prvky činností tvořící kombinace. Složitá činnost vzniká tak, že se skládají vedle sebe jednotlivé části.

Metoda progresivního spojování částí v celek se zjednodušeně praktikuje tak, že se nacvičují dvě části, které se pak spojí v jeden celek. Pak se začíná nacvičovat třetí část, která se přiřadí k předcházejícímu už naučenému celku, a vytvoří se tak nový celek, na nějž se pak vážou další části. Naučené části se poskládají tak, aby se propojily v jeden celek.

2.5.2 Metoda konstrukce a distribuce

Tato skupina metod vede k uspořádání činností v čase. Koncentrace znamená zhuštění a soustředění určité činnosti do jednoho bloku. Distribuce naopak rozděluje a rozptyluje činnosti do menších bloků, mezi něž se pak zařazuje i jiná aktivita. Existují i kombinace mezi těmito metodami, které vyjadřují různé stupně intenzity a opakování činnosti.

Při florbalové hodině v tělesné výchově vycházíme především z řešení herního úkolu. Pro konkrétní herní činnost je nutné určit vhodnou metodicko-organizační formu, jejímž cílem je správná realizace úkolu. Poté je třeba provést analýzu herního výkonu hráče. Až pak se určí forma pro účinný rozvoj, provádějí se korekce a zpracuje se pravděpodobný plán progresivního zvyšování náročnosti. (Dobry, 1988)

2.6 Didaktické styly

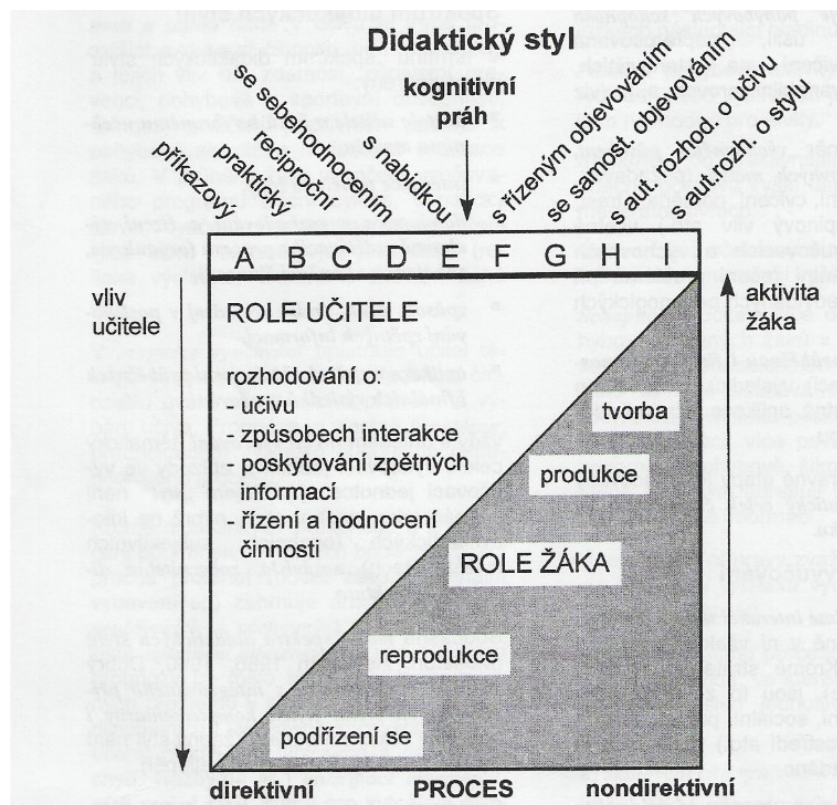
Ve výchovně vzdělávacím procesu rozlišujeme učitelské činnosti nepřímé (strategické, plánovací) a přímé (interakční). Vzájemně se doplňují. Při sportovních hrách se dovednosti jedince rozvíjejí v několika etapách. Přípravná etapa je charakteristická nepřímou interakcí mezi učitelem a žáky. Vychází ze zpracovaného ročního plánu nebo tematického celku či z přípravy na vyučovací jednotku. Druhou etapou je samotná realizace výuky, při níž je učitel v přímé interakci se žáky. Průběh vyučovací hodiny je podmíněn zejména kvalitou přípravy a materiálními podmínkami nezbytnými pro realizaci hodiny. Aby byla vyučovací jednotka efektivní, je nutné zvolit adekvátní metodu

a didaktický styl. Tím je možné ovlivnit postoj žáků k prováděné aktivitě a prohloubit prožitek z hry. (Fialová, Rychtecký, 1998)

Existuje 9 základních didaktických stylů, které jsou vyjádřeny na základě:

- postoje učitele a žáků k vybranému učebnímu modelu,
- interakce učitele s žáky,
- dominance v rozhodování a řízení vzdělávacího procesu,
- způsob a druh poskytování zpětných informací,
- aplikace a způsoby hodnocení jak průběžných, tak finálních výsledků.

Ve školní tělesné výchově jsou nejčastěji používány styly příkazový, praktický, reciproční, se sebehodnocením a s nabídkou, zbývající 4 styly (s řízeným objevováním, se samostatným objevováním, s autonomním rozhodováním o učivu a s autonomním rozhodováním o stylu) se uplatňují ve výkonnostním sportu.



Obrázek 7: Schéma spektra didaktických stylů (Rychtecký, Fialová, 2004, s. 120)

Ze schématu lze vyčíst, jak se postupně mění role žáka a role učitele. Vliv učitele na žáka klesá, ale do jisté míry stoupá samostatnost žáka při různých činnostech, řešení úkolů a problémových situacích. Dochází k postupnému přenášení zodpovědnosti na žáka. Zvyšují se tak nároky na uplatnění tvořivosti, samostatnosti a spoluzodpovědnosti za výsledky učení.

Styl příkazový je charakteristický tím, že učitel provádí veškeré vedení činnosti sám. Žák se řídí jeho pokyny. Vyznačuje se vysokou efektivitou využití učebního času. Tento styl vede k udržení dobré kázně žáků a funguje dobře ve hromadném či skupinovém cvičení.

Ve ***stylu praktickém*** přenáší učitel dílčí části rozhodování na žáka. Učitel rozhoduje o výběru učiva, určuje metody a formy, žák rozhoduje o místě, okamžiku zahájení a skončení aktivity. Vhodným cvičením je např. rozcvičení nebo skupinové cvičení.

Styl reciproční přesouvá na žáka poskytování zpětné vazby. Učitel určuje obsah, provedení pohybu a instruuje žáky o jejich rolích. Žáci cvičí ve dvojicích a střídají se ve funkcích „cvičenec a pozorovatel“. Pozorovatel provádí korekce cvičení podle pokynů učitele. Učitel pak pozoruje oba žáky, ale korekci a zpětnou vazbu dává pouze pozorovateli. Příkladem využití tohoto stylu je kontrola správného postoje, driblování s míčkem. Často se uplatňuje v početných třídách.

Styl se sebehodnocením vede žáky k autokorekci. Žáci cvičí samostatně a sami posuzují správnost provedení cviku. Učitel sleduje žáky a jen v případě nutné korekce poskytuje zpětnou vazbu, např. prostřednictvím videozáznamu.

Pro styl s nabídkou je příznačné, že žák sám rozhoduje o stupni obtížnosti daného cvičení. Např. u cvičení 1 na 1 si žák volí, do jaké míry ho může obránce bránit nebo z jaké vzdálenosti bude přihrávat na spoluhráče. Učitel získává informace o tom, jaké cíle si žák nastavuje.

Společným znakem zmíněných didaktických stylů je reprodukce známého – pohybová úroveň žáků, naučené pohybové dovednosti a vzorce chování. (Rychtecký, Fialová, 2004)

3 CÍLE, METODY A ÚKOLY PRÁCE

3.1 Cíl práce a výzkumné otázky

Cílem mé práce bylo ověřit, zda hodina florbalu vedená učiteli s osobními zkušenostmi s florbalem bude pro žáky ZŠ přínosnější hodinou tělesné výchovy, a porovnat přípravy hodin vyučujících s osobními florbalovými zkušenostmi a bez nich. Na vyučovací hodině jsem byla pouze pozorovatelem, který podle stejných kritérií hodnotil vedení hodiny florbalu.

3.1.1 Charakteristika souboru

Výzkumný soubor tvořily 3 základní školy a 6 vyučujících tělesné výchovy. Celkem se jednalo o 6 vyučovacích hodin na základních školách, které vedli jak vyučující s osobními florbalovými zkušenostmi, tak bez nich. Vyučovací hodiny na jedné škole byly analyzovány a porovnávány mezi sebou. Školy mezi sebou porovnávány nebyly. Výzkum byl zaměřen na přípravu a angažovanost učitelů, na průběh vyučovací jednotky, na využití času a na výběr cvičení. Výzkum nebyl zaměřen na to, jak kvalitně žáci předvedli dané úkoly.

3.1.1.1 Časový harmonogram práce

Samotná realizace výzkumu probíhala od dubna do května 2024. Navštívila jsem 3 základní školy, kde jsem se zúčastnila hodin TV u každého ze 6 oslovených učitelů. Na začátku listopadu 2023 byla Etické komisi zaslána žádost o výzkum ke schválení. V polovině března 2024 byly opraveny části žádosti, které Etická komise nepovažovala za správné. V polovině dubna byla žádost schválena a výzkum mohl být realizován.

3.1.2 Použité metody

V bakalářské práci byl využit teoreticko-empirický kvalitativní výzkum ve formě pozorování. Před zahájením sběru dat bylo třeba vyhotovit záznamový arch, kam byla zapisována data, která byla následně analyzována. Prostřednictvím empirického kvantitativního pozorování byla shromážděna data z hodin TV na různých školách.

4 METODIKA PRÁCE

4.1 Metodologie a technika sběru dat

Následující kapitola je věnována metodologii výzkumu, jenž byl realizován na 3 základních školách (dále jen ZŠ) v Česku. Na hodinách tělesné výchovy jsem pozorovala učitele jak s osobními florbalovými zkušenostmi mimo školu, tak učitele, kteří nemají zkušenosti s florbalem mimo školní prostředí. Zaznamenávala jsem si rozdíly ve vedení vyučovací hodiny učiteli s osobními zkušenostmi s florbalem a bez zkušeností. Výzkum probíhal na základě pozorování hodin tělesné výchovy na vybraných ZŠ a záznamu do hodnoticího protokolu.

4.2 Sběr a analýza dat

Pozorování, které jsem prováděla v rámci svého výzkumu, se označuje jako zúčastněné pozorování a je definováno jako „*dlouhodobé, systematické a reflexivní sledování probíhajících aktivit přímo ve zkoumaném terénu s cílem objevit a reprezentovat sociální život a proces.*“ (Švaříček, R. a Šed'ová K., 2010). Při zúčastněném pozorování „*dochází k interakci mezi výzkumníkem a pozorovanými účastníky výzkumu, i když badatel nezasahuje do výuky.*“ (Švaříček, R. a Šed'ová K., 2010). Pozorování bylo přímé, nestrukturované a otevřené všem vzniklým situacím. Od jiných forem pozorování se liší tím, že jsem se sama aktivně účastnila dění v hodinách TV a pozorovala jsem náplň vyučovací hodiny, formy a metody použité příslušným vyučujícím. Data byla sbírána mnou jako výzkumníkem a výstupy z hodin byly zaznamenávány do vytvořeného formuláře a jsou v bakalářské práci uvedeny.

4.2.1 Analýza dat

Vzorek pro můj výzkum tvořili učitelé s osobními florbalovými zkušenostmi i bez nich, kteří vedli hodinu TV u žáků druhého stupně na základních školách v Praze, Litvínově a Týně nad Vltavou. Učitelé mají několikaletou praxi ve výuce tělesné výchovy. Mé pozorování se týkalo skupiny v počtu 7–12 aktivních žáků i žákyň, kteří se věnovali nácviku florbalových dovedností a hře.

5 VÝZKUMNÁ ČÁST

5.1 Škola 1 – PRVNÍ HODINA

5.1.1 Zázemí

V kritériu „vybavenost školy“ se porovnává dostatečný počet florbalových holí a jejich výrobní značka, dostatečný počet míčků, dostupnost brankářské výstroje a mantinelů.

V případě florbalových holí se jednalo především o staré modely značky UNIHOC a bylo jich celkem 20 kusů v kombinaci pravostranných i levostranných. Florbalové míčky byly k dispozici v počtu 1 kusu na každého žáka. Brankářská výstroj byla zastaralá, tvořil ji jen vycpaný dres, staré modely kalhot a nejlevnější brankářská helma. Škola nedisponuje mantinely a tělocvična je na florbalový výcvik uzpůsobena tak, že pod žebřinami a nebezpečnými místy jsou umístěny překlopené lavičky.

5.1.1 Příprava žáků hodina

Hodiny florbalu se účastnily žačky 6. třídy, které se dostavily ve sportovním oblečení. Před hodinou vyučující (s osobními florbalovými zkušenostmi) zkontroloval cvičební úbor, obuv a odložení šperků. Všechny aktivní účastnice měly vlasy sepnuté gumičkou.

5.1.2 Průběh hodiny

Vyučovací hodiny se aktivně účastnilo 12 dívek, 4 byly omluveny. Před začátkem hodiny nebyly žákyně seznámeny s náplní a cílem hodiny. Příprava hřiště nebyla nutná, jelikož překlopené lavičky jsou v tělocvičně nastálo.

5.1.2.1 Zahřátí a rozcvičení

Úvodní zahřátí bylo realizováno „honičkou“, při níž všichni žáci mají určenou roli. Jeden hráč je vlk, druhý je zajíc, ostatní jsou zelí a jsou v podřepu. Vlk honí zajíce, pokud ho chytí, role se střídají. Zajíc si ovšem může kdykoliv sednout nebo přidřepnout za zelí. V takové situaci se ze zelí stává zajíc a ze zajíce zelí. Tato aktivita trvala 4-5 minut.

Rozcvička byla pod dohledem učitele vedena žákem, při níž předcvičoval atletickou abecedu. Následovalo dynamické rozcvičení, které už vedl učitel a zapojil také florbalovou hůl, aby si žáčky zvykli na to, jak ji držet a pracovat s ní. Cviky s florbalkou byly zaměřeny především na rotaci v zápěstí, ramenou a na protažení zad.

5.1.2.2 Hlavní část

Hlavní část vyučovací hodiny se skládala ze 3 složek. Úvodní aktivitou bylo průpravné cvičení 1. typu, které bylo rozděleno do 3 činností a vyučující postupně navyšoval tempo a obtížnost. Nejdříve se vytvořily zástupy a žáčky s i vzájemně přihrávaly. Cvičení trvalo 4 minuty a žákyně byly aktivně zapojeny po dobu 2 a půl minuty. Později bylo ztíženo o přidanou otočku a zpětnou přihrávku. V tomto cvičení byly žákyně aktivně zapojeny po dobu 1 minuty, protože otočka dělala některým potíže. Druhým ztížením bylo cvičení „dlouhá-krátká-krátká“. Jedná se o cvičení v zástupech, kde první hráč na řadě posílá přihrávku na druhou stranu tělocvičny, po přihrávce vybíhá na druhou stranu do zástupu, ale dostává zpětnou přihrávku do středu hřiště a vrací ji zpět do zástupu, kam běží. Stejným způsobem pokračují hráčky v jednotlivých zástupech. V tomto cvičení, které trvalo celkem 4 minuty, byly žákyně zapojeny po dobu 1 minuty. Následovalo herní cvičení 1. typu, při němž stály žákyně ve 2 zástupech a měly za úkol přeběhnout délku hřiště. Po hřišti byly rozmístěny kužely, které nahrazovaly pasivní obránce. Ze zástupů vybíhaly dvojice, které musely překonat pasivní obránce pomocí přihrávek a na konci hřiště zakončovaly do malých branek bez brankáře. Toto cvičení zabralo 5 minut a aktivně se do něj zapojily dvojice po dobu 3 min.

Po krátké pauze začala průpravná hra. Učitel určil 2 kapitánky a ostatní hráčky se rozpočítáním rozdělily do dvou týmů, které začaly hrát hru na malé branky systémem 4 na 4. Střídání hráček signalizoval učitel pomocí píšťalky po přibližně stejném čase.

5.1.2.3 Ukončení hodiny

Hodina byla ukončena nástupem žákyň a vzájemným pozdravem. Chyběla reflexe a zhodnocení vyučovací hodiny.

5.1.3 Z pozice učitele

Během výuky měnil učitel tempo, ztěžoval a zjednodušoval jen průpravná cvičení 1. typu. K signalizaci změn ve cvičeních používal píšťalku. Všechny pohybové aktivity na sebe plynule navazovaly a byly zařazeny v posloupnosti od průpravného cvičení přes herní cvičení až po průpravnou hru. Čas byl využit smysluplně. Při cvičení se žákyně rovnoměrně zapojily do aktivit, používaly florbalky, míčky, kužely a malé branky. Učitel se žákyním nevěnoval individuálně, pouze doporučoval, jak zdokonalit herní činnosti. Při výuce používal jak metodu po částech, tak metodu v celku, využil skupinovou formu a veškeré vedení činnosti prováděl příkazovým stylem.

5.2 Škola 1- DRUHÁ HODINA

5.2.1 Příprava žáků hodina

Hodiny florbalu se účastnily žáčky 6. třídy, které přišly ve sportovním oblečení. Před hodinou vyučující (bez osobních florbalových zkušeností) zkontroloval cvičební úbor, obuv a odložení šperků. Všechny aktivní účastnice měly vlasy sepnuté gumičkou.

5.2.2 Průběh hodiny

Vyučovací hodiny se účastnilo 12 dívek, 8 žákyně se aktivně zapojilo, 4 byly omluveny. Před začátkem hodiny nebyly žákyně seznámeny s náplní a cílem hodiny. Příprava hřiště nebyla nutná, neboť překlopené lavičky jsou v tělocvičně nastálo.

5.2.2.1 Zahřátí a rozcvičení

Úvodní zahřátí splnily žáčky 4 kolečky běhu kolem tělocvičny. Rozcvičku složenou z cviků atletické abecedy vedl učitel pasivně a pouze kontroloval správné provádění cviků.

5.2.2.2 Hlavní část

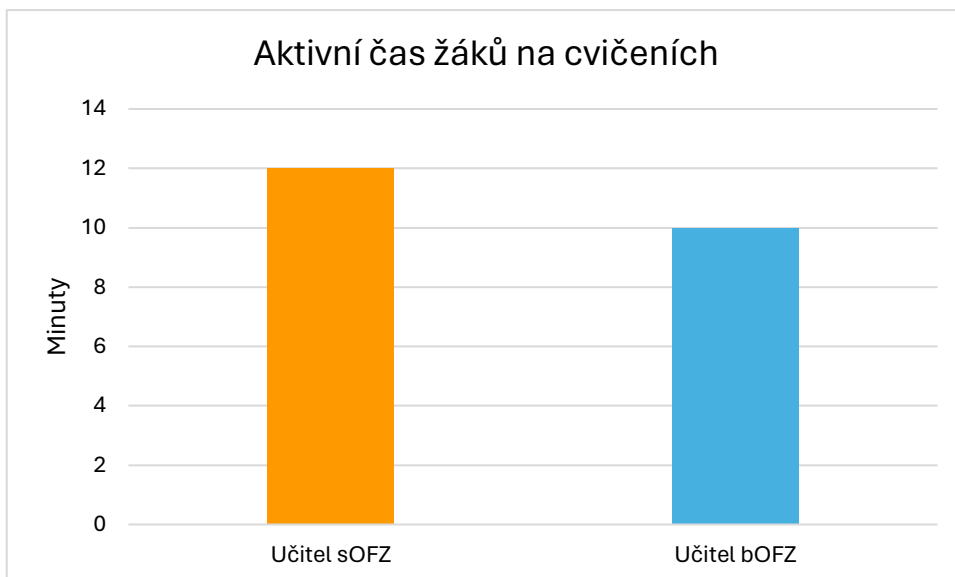
Po rozcvičce následovalo průpravné cvičení 2. typu, tzv. „zrcadlo“. Učitel si stoupl před žáčky, které byly rozmístěny po délce hřiště a kopírovaly učitele jako v zrcadle. Učitel naznačoval pažemi směr pohybu (vpravo, vlevo, dopředu, dozadu) a podle pohybu paží učitele se žáčky s florbalkami a míčky pohybovaly. Ztížení proběhlo tak, že učitel ukazoval různý počet prstů na levé nebo pravé ruce, žákyně musely vykřikovat jejich počet a při tom se posouvat na levou nebo pravou stranu. Toto cvičení trvalo přibližně 3 a půl minuty.

Následovalo cvičení 1. typu, při němž si jednotlivé žákyně musely florbalkou posouvat míček mezi nohama (tzv. osmičky) a poté provádět hokejový driblínek před sebou a vedle těla.

Po krátké pauze vytvořily žákyně dvojice a jejich úkolem bylo nacvičit přihrávky na šířku hřiště pomocí forehandu, pomocí backhandu a v kombinaci forehandu a backhandu. Nácvič přihrávek trval 3 minuty a po celou dobu byly žákyně aktivní.

Další průpravné cvičení se věnovalo nácvič přihrávek po délce hřiště. Dvojice si stouply na šířku hřiště a pomocí přihrávek po délce hřiště zakončovaly střelou na malou branku bez brankáře. Hráčky aktivně trávily s míčkem 20 s, v zástupu čekaly 40 s. Celé cvičení trvalo 5 minut, takže každá dvojice si ho zopakovala 5krát.

Do průpravné hry se zapojilo všech 8 žákyň rozdělených do 2 týmů po čtyřech. Hra byla stopovaná učitelem, byly zařazeny pauzy místo střídání.



Graf 2: Aktivní čas žáků na cvičeních. (vlastní tvorba, 2024)

Graf zachycuje čas, po který žáci pracovali s míčkem. První sloupec naznačuje, že učitel s osobními florbalovými zkušenostmi (sOFZ) aktivně zapojoval žáky po dobu 12 minut, učitel bez osobních florbalových zkušeností (bOFZ) pouze 10 minut.

5.2.2.3 Ukončení hodiny

Na konci hodiny neproběhlo žádné protažení. Chyběla reflexe a zhodnocení vyučovací hodiny.

5.2.3 Z pozice učitele

Během výuky neměnil učitel tempo, ale ztěžoval cvičení. K signalizaci změn ve cvičeních nepoužíval píšťalku, protože měl dostatečně silný hlas. Všechny pohybové aktivity na sebe nenavazovaly a byla narušena posloupnost průpravných cvičení. Při cvičení se žákyně rovnoměrně zapojily do aktivit, používaly florbalky, míčky a malé branky. Učitel se žákyním nevěnoval individuálně ani nekomentoval způsob provedení cviků. Při výuce používal jak metodu po částech, tak metodu spojování v celek, využil skupinovou a hromadnou formu a veškeré vedení činnosti prováděl příkazovým stylem.

ŠKOLA1			
Učitel sOFZ		Učitel bOFZ	
změna tempa	ANO	změna tempa	NE
individuální přístup	NE	individuální přístup	NE
správná posloupnost cvičení	ANO	správná posloupnost cvičení	NE
PC	3x	PC	3x
HC	1x	HC	0x
PH	1x	PH	1x

Tabulka 1: Hlavní aspekty hodiny (vlastní tvorba, 2024)

Tabulka zobrazuje výsledky porovnání učitelů na základě použitých metodicko-organizačních forem.

5.3 Škola 2 - PRVNÍ HODINA

5.3.1 Zázemí

V kritériu „vybavenost školy“ se porovnává dostatečný počet florbalových holí a jejich výrobní značka, dostatečný počet míčků, dostupnost brankářské výstroje a mantinelů.

V případě florbalových holí se jednalo především o staré modely značky Salming, a dokonce o necertifikované kusy, kterých bylo celkem 15 v kombinaci pravostranných i levostranných. Florbalové míčky byly k dispozici v počtu 1 kusu na každého žáka. Brankářská výstroj byla staršího typu, tvořil ji jen vycpaný dres, staré modely kalhot a kvalitní brankářská helma. Škola nedisponuje mantinely a tělocvična je na florbalový výcvik uzpůsobena tak, že pod žebřinami a nebezpečnými místy jsou umístěny překlopené lavičky.

5.3.2 Příprava žáků

Hodiny florbalu se účastnily žačky 6. třídy, které přišly ve sportovním oblečení. Před hodinou učitel (s osobními florbalovými zkušenostmi) zkontroloval cvičební úbory, obuv a odložení šperků. Všechny aktivní účastnice měly vlasy sepnuté do gumičky.

5.3.3 Průběh hodiny

Hodiny tělesné výchovy se účastnilo 17 děvčat, 14 z nich se aktivně zapojilo a 3 byly omluveny. Všechny pasivní žákyně tvořily zápis z hodiny. Před začátkem hodiny byly žákyně seznámeny s náplní a cílem hodiny. Příprava hřiště nebyla nutná, protože překlopené lavičky jsou v tělocvičně umístěny nastálo.

5.3.3.1 Zahřátí a rozcvička

Na začátku hodiny se žákyně zahřály při hře „na babu“. Dvě děvčata byla určena jako „baby“, ostatní hráčky před nimi utíkaly. Úkolem „baby“ bylo předat dotekem svou roli další spoluhráče. Po 3 minutách byla hra obměněna na hru dvojic, které se musely stále držet za ruce. Rozcvičku vedl učitel a její náplní byla atletická abeceda.

5.3.3.2 Hlavní část

Do hlavní části bylo zakomponováno několik průpravných cvičení. Prvním cvičením byl hokejový driblink s míčkem na místě, a to zepředu a stranou. Pak byla přidána otočka s kontrolou míčku, při níž individuálně učitel pomáhal těm, kterým tento cvik činil potíže. Posledním krátkým cvikem byl test zručnosti. Úkolem bylo udělat s míčkem na čepeli otočku, dřep a pohybovat se chůzí dopředu a dozadu. Každá část trvala přibližně 1 minutu a všechny žákyně byly po celou dobu aktivní. Poté se děvčata rozdělila na poloviny a nacvičovala „vedení míčku“ v chůzi nebo běhu po délce hřiště. Úkol byl ztížen otočkou v pŕlce tělocvičny. Cvičení trvalo 4 minuty, ale každá z dívek byla aktivně zapojena 2 minuty. Následovala průpravná cvičení 2. typu. V prvním vytvořily žákyně dvojice a po dobu 2 minut jedna z dvojice ukazovala různý počet prstů na ruce a druhá z dvojice driblovala s míčkem a hlásila počet prstů, které spolužačka naznačovala. Po minutě si vyměnily role. Při cvičení „udrž si svůj míček“ se všechna děvčata pohybovala v určeném prostoru a pomocí driblinku si musela na čepeli udržet svůj míček. Učitel pouze zvyšoval tempo běhu a snižoval tempo chůze. Tato aktivita trvala také 4 minuty a všechny žákyně byly po celou dobu aktivní. Posledním cvičením byla hra „zlodějina“, při níž učitel postupně odebíral míčky ze hry. Každá hráčka se pohybovala v prostoru a musela si uhlídat svůj míček před „zlodějky“ (hráčky, které neměly míček). Na toto cvičení byly vymezeny 4 minuty a po celou dobu byla děvčata aktivní. Na posledních 10 min. zařadil

učitel průpravnou hru, před níž byla zopakována pravidla. Žákyně hrály na malé branky systémem 3 na 3 nebo 2 na 2. Střídání se opakovalo po 30 sekundách, při hře učitel motivoval a podporoval děvčata. Žačky byly aktivní po dobu 3 minut.

5.3.3.3 Ukončení

Na konci hodiny neproběhlo žádné protažení. Zpětnou vazbu sdělil učitel žákyním v kruhu a oznámil jim náplň příští hodiny.

5.3.4 Z pozice učitele

Během hodiny učitel měnil tempo a ztěžoval cvičení. K signalizaci změn ve cvičeních nepoužíval píšťalku, protože měl dostatečně silný hlas. Všechny pohybové aktivity na sebe nenavazovaly a byla narušena posloupnost průpravných cvičení. Při cvičení se žákyně rovnoměrně zapojily do aktivit, používaly florbalky, míčky a malé branky. Učitel žačky podporoval a těm, které potřebovaly pomoc, se věnoval individuálně. Během vyučovací jednotky byl čas využit smysluplně. Při výuce používal jak metodu po částech, tak metodu v celku, využil skupinovou a hromadnou formu a vedení činnosti prováděl příkazovým a recipročním stylem.

5.4 Škola 2 – DRUHÁ HODINA

5.4.1 Příprava žáků

Hodiny florbalu se účastnily žačky 7. třídy, které přišly ve sportovním oblečení. Před hodinou učitel (bez osobních florbalových zkušeností) důsledně zkontroloval cvičební úbory, obuv, a především odložení šperků (ve škole dodržují přísná pravidla bezpečnosti při výuce TV). Všechny aktivní účastnice měly vlasy sepnuté do gumičky.

5.4.2 Průběh hodiny

Hodiny tělesné výchovy se účastnilo 12 děvčat, 9 z nich bylo aktivních, 3 byly omluveny. Před hodinou nebyly žákyně seznámeny s náplní a cílem hodiny, neboť byly oznámeny

na předchozí hodině. Příprava hřiště nebyla nutná, protože překlopené lavičky jsou v tělocvičně umístěny nastálo.

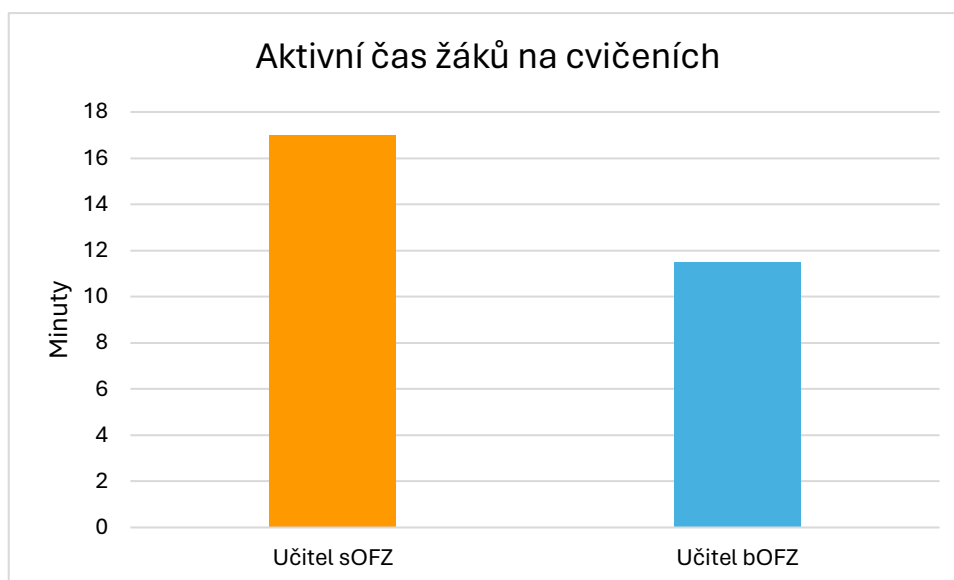
5.4.2.1 Zahřátí a rozvíčka

Na začátku hodiny se žáčky zahřály pouze při rozvíčce, která obsahovala prvky atletické abecedy. Florbalová hůl do rozvíčky nebyla zapojena.

5.4.2.2 Hlavní část

Hlavní část byla sestavena ze 4 průpravných cvičení. Prvním cvičením byl hokejový driblínek s míčkem na místě, a to zepředu a stranou. Pak byla přidána chůze s driblínekem po celé ploše tělocvičny. Děvčata byla aktivně zapojena po dobu minuty a půl. Poté bylo zařazeno průpravné cvičení 2. typu, tzv. „zrcadlo“. Po dobu 2 minut jedna žákyně z dvojici ukazovala různý počet prstů na ruce a druhá z dvojice driblovala s míčkem a hlásila počet prstů, které spolužačka naznačovala. Dalším cvičením 1. typu byly přihrávky ve dvojici na šířku hřiště, které trvalo 2 minuty. Poté se děvčata rozdělila na poloviny a nacvičovala vedení míčku přes celou délku hřiště s otočkou na půlicí čáře. Učitel zvyšoval tempo běhu a snižoval tempo chůze. Toto cvičení trvalo 2 minuty a každá dívka byla aktivně zapojena 1 minutu.

Průpravná hra se hrála na malé branky bez brankáře systémem 2 na 2. Před hrou nebyla zopakována pravidla bezpečnosti, a proto docházelo k mnoha střetům (sekání, bránění, vrážení, ...). Hráčky se střídaly po cca 40 sekundách a hra trvala 15 minut.



Graf 3: Aktivní čas žáků na cvičeních. (vlastní tvorba, 2024)

Graf zachycuje čas, po který žáci pracovali s míčkem. První sloupec naznačuje, že učitel s osobními florbalovými zkušenostmi (sOFZ) aktivně zapojoval žáky po dobu 17 minut, učitel bez osobních florbalových zkušeností (bOFZ) pouze 11,5 minut.

5.4.2.3 Ukončení

Na konci hodiny neproběhlo žádné protažení. Chyběla reflexe a zhodnocení vyučovací hodiny, ale oznámil děvčatům náplň příští hodiny.

5.4.3 Z pozice učitele

Během hodiny učitel měnil tempo a ztěžoval cvičení. K signalizaci změn ve cvičeních nepoužíval píšťalku, protože měl dostatečně silný hlas. Všechny pohybové aktivity na sebe nenavazovaly a byla narušena posloupnost průpravných cvičení. Při cvičení se žákyně rovnoměrně zapojily do aktivit, používaly florbalky, míčky a malé branky. Učitel se žákyním nevěnoval individuálně ani nekomentoval způsob provedení cviků. Při výuce používal jak metodu po částech, tak metodu v celku, využil skupinovou a hromadnou formu a vedení činnosti prováděl příkazovým a recipročním stylem.

ŠKOLA 2			
Učitel sOFZ		Učitel bOFZ	
změna tempa	ANO	změna tempa	NE
individuální přístup	ANO	individuální přístup	NE
správná posloupnost cvičení	ANO	správná posloupnost cvičení	NE
PC	4x	PC	3x
HC	0x	HC	0x
PH	1x	PH	1x

Tabulka 2: Hlavní aspekty hodiny (vlastní tvorba, 2024)

Tabulka zobrazuje výsledky porovnání učitelů na základě použitých metodicko-organizačních forem.

5.5 Škola 3 – PRVNÍ HODINA

5.5.1 Zázemí

V kritériu „vybavenost školy“ se porovnává dostatečný počet florbalových holí a jejich výrobní značka, dostatečný počet míčků, dostupnost brankářské výstroje a mantinelů.

V případě florbalových holí se jednalo především o staré neznačkové modely, několik kusů holí značky Salming bylo novějších. Celkový počet florbalových holí byl 30 kusů v kombinaci pravostranných i levostranných. Florbalové míčky byly k dispozici v počtu 1 kusu na každého žáka. K dispozici byla kompletní brankářská výstroj, kde vršek tvořila vycpaná vesta a dres, staré modely kalhot a kvalitní brankářská helma. Škola nedisponuje mantinely a tělocvična je na florbalový výcvik uzpůsobena tak, že pod žebřinami a nebezpečnými místy jsou umístěny překlopené lavičky.

5.5.2 Příprava žáků

Hodiny florbalu se účastnili žáci 9. třídy, kteří přišli ve sportovním oblečení. Před hodinou učitel (s osobními florbalovými zkušenostmi) zkontroloval cvičební úbory, obuv a odložení doplňků, především hodinek.

5.5.3 Průběh hodiny

Hodiny tělesné výchovy se účastnilo 14 chlapců, 10 z nich se aktivně zapojilo a 3 byli omluveni. Před začátkem hodiny byli žáci seznámeni s náplní a cílem hodiny. Příprava hřiště nebyla nutná, protože překlopené lavičky jsou v tělocvičně umístěny nastálo.

5.5.3.1 Zahřátí a rozcvička

Úvodní zahřátí splnili žáci 3 kolečky běhu kolem tělocvičny. Poté si chlapci zahráli hru „na mrazíka“, která je obdobou hry „na babu“. Na závěr proběhla krátká dynamická rozcvička, na niž navázala cvičení s florbalovou holí při krouživých pohybech okolo těla, s důrazem na procvičení horních končetin a trupu. Celá rozcvička trvala přibližně 5 minut.

5.5.3.2 Hlavní část

Hlavní část sestávala z 4 průpravných cvičení a průpravné hry. Prvním cvičením bylo vedení míčku ze zástupu do zástupu. Žáci se rozdělili do 4 zástupů na šířku tělocvičny tak, aby stály 2 zástupy naproti sobě. Žák vyběhl ze zástupu s florbalkou a míčkem, aby jej protějším hráči předal z florbalky na florbalku. Musel překonat celou šířku tělocvičny s míčkem na čepeli. Cvičení trvalo 3 minuty, žáci byli aktivní po dobu 1 minuty.

Ve druhém průpravném cvičení 1. typu trénovali chlapci slalomy na délku hřiště. Jeden byl v přímce a žáci museli projít jen s florbalkou a míčkem mezi kužely. Druhý slalom byl vytvořen do „W“, který museli s florbalkou a míčkem oběhnout. V tomto cvičení byli chlapci zapojeni po dobu 20 s aktivně. Celé cvičení trvalo cca 4 minuty.

Poté bylo zařazeno průpravné cvičení 2. typu, tzv. „zrcadlo“. Po dobu 2 minut jeden žák z dvojice ukazoval různý počet prstů na ruce a druhý z dvojice dribloval s míčkem a hlásil počet prstů, které spolužák naznačoval.

Dalším cvičením 2. typu byly „lajny s pokyny“. Polovina chlapců se postavila na základní čáru po šířce hřiště. Učitel určil 3 „lajny“, ke kterým se žáci museli dostat a vzápětí vrátit zpět na základní čáru. Během tohoto cvičení učitel ztěžoval chlapcům pohyb dalšími

pokyny: dřep, otočka, driblink, běh pozadu. Totéž cvičení následně plnila i druhá polovina chlapců. Při každém střídání se zvýšilo tempo. Každý chlapec zopakoval cvičení v různém tempu 3x. Žáci byli aktivní po dobu 1,5 min.

Průpravná hra se hrála na malé branky bez brankáře systémem 2 na 2 a 3 na 3. Před hrou byli chlapci seznámeni s pravidly, a proto nedocházelo k nebezpečným situacím (sekání, bránění, vrážení, ...). Hráči se střídali po cca 40 sekundách a hra trvala 10 minut.

5.5.3 Ukončení

Hodina byla ukončena bez protažení. Žáci provedli na základní čáře nástup, při němž proběhla krátká reflexe a zhodnocení hodiny. Učitel chlapcům oznámil náplň příští hodiny.

5.5.4 Z pozice učitele

Během hodiny učitel měnil tempo a ztěžoval několik cvičení. K signalizaci změn ve cvičeních nepoužíval píšťalku, protože měl dostatečně silný hlas. Všechny pohybové aktivity na sebe navazovaly a nebyla narušena posloupnost průpravných cvičení. Při cvičení se žáci rovnoměrně zapojili do aktivit, používali florbalový míček, kužely a malé branky. K některým žákům přistupoval individuálně a opravoval chyby během jejich cvičení např.: špatné držení florbalové hole nebo zpracování míčku. Při výuce používal metodu v celku, využil skupinovou a hromadnou formu a vedení činnosti prováděl příkazovým stylem.

5.6 Škola 3 – DRUHÁ HODINA

5.6.1 Příprava žáků

Hodiny florbalu se účastnili žáci 8. třídy, kteří přišli sportovně oblečení. Před hodinou učitel (bez osobních florbalových zkušeností) zkontroloval cvičební úbory, obuv a odložení doplňků, především hodinek.

5.4.1 Průběh hodiny

Na hodinu tělesné výchovy se dostavilo 14 chlapců a 11 z nich se jí účastnilo aktivně. Před hodinou byli žáci seznámeni s náplní a cílem hodiny. Příprava hřiště nebyla nutná, protože překlopené lavičky jsou v tělocvičně umístěny nastálo.

5.4.1.1 Zahřátí a rozcvička

Úvodní zahřátí splnili žáci 3 kolečky běhu kolem tělocvičny. Poté chlapci vytvořili dvojice a trojici, v nichž každý byl označen jedničkou nebo dvojkou. Na pokyn učitele začaly jedničky honit dvojky a obráceně. V další hře se žáci rozdělili na tým červených a tým bílých. Všichni seděli na půlící čáře hřiště a čekali na učitelův pokyn. Oznámením barvy se všichni dali do běhu a tým oznámené barvy chytal tým druhé barvy. Rozcvička nebyla zařazena.

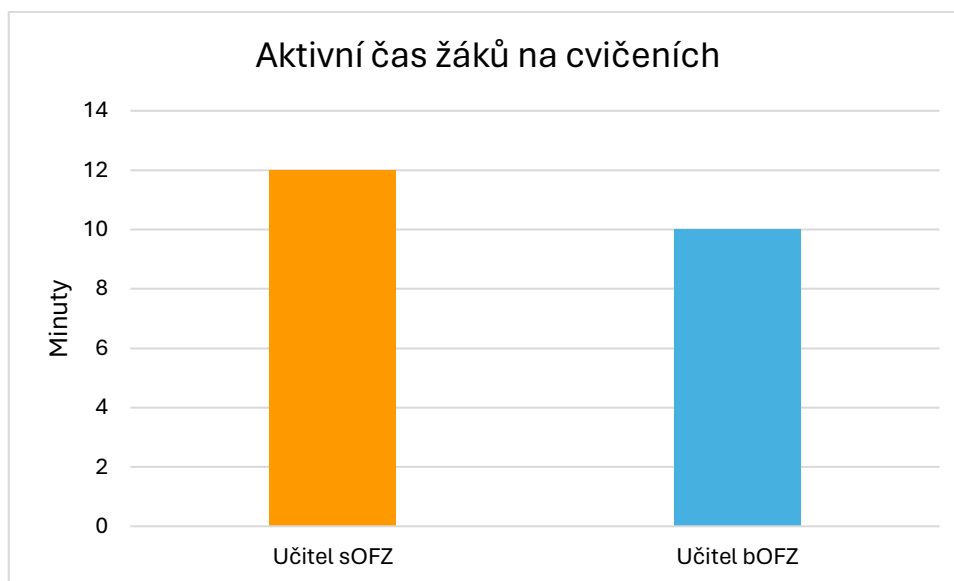
5.4.1.2 Hlavní část

Hlavní část byla rozdělena na 2 průpravná cvičení 1. typu a 1 průpravné cvičení 2. typu. Prvním cvičením 1. typu byl „živý slalom v kruhu“. Žáci se s florbalkou a míčkem postavili do kruhu. Určený žák opustil kruh a své spolužáky obíhal formou slalomu, přičemž musel udržet míček na čepeli florbalky. Po návratu na své místo vyběhl další žák. Žáci při tomto cvičení byli aktivní po dobu 20 s. Celé cvičení trvalo 3 minuty.

V druhém průpravném cvičení 1. typu pracovali žáci se dvěma kužely, které stály na zemi před nimi v šíři ramen. Úkolem bylo posouvat florbalkou míček mezi kužely (tzv. osmičky). Posunutím kuželů na delší vzdálenost cca 1–1,5m se cvičení ztížilo. Chlapci s florbalkou a míčkem kličkovali mezi kužely ve formě osmiček. Jejich aktivita trvala přibližně 4 minuty.

V průpravném cvičení 2. typu byli žáci rozděleni na 2 skupiny. Každá skupina plnila jiné cvičení. První skupinu tvořily dvě dvojice, které si z kuželů postavily 2 čtverce. Žáci si stoupili ke kuželům jednoho čtverce a na pokyn učitele obíhali čtverec. Úkolem bylo chytit toho druhého. Druhá skupina tvořená sedmi jednotlivci probíhala na druhé polovině tělocvičny slalom mezi kužely. Skupiny si po 2 minutách vyměnily stanoviště. Průpravná

hra se hrála na malé branky bez brankáře systémem 3 na 3. Do hry se zapojil i učitel, aby byly mohly hrát 4 kompletní trojice. Před hrou nebyla zopakována pravidla bezpečnosti, a proto docházelo ke krizovým situacím. Každá trojice hrála v limitu 3 minut jeden zápas.



Graf 4: Aktivní čas žáků na cvičeních. (vlastní tvorba, 2024)

Graf zachycuje čas, po který žáci pracovali s míčkem. První sloupec naznačuje, že učitel s osobními florbalovými zkušenostmi (sOFZ) aktivně zapojoval žáky po dobu 12 minut, učitel bez osobních florbalových zkušeností (bOFZ) pouze 10 minut.

5.4.1.3 Ukončení

Hodina byla ukončena bez protažení. Při závěrečném nástupu proběhla krátká reflexe a zhodnocení hodiny.

5.4.2 Z pozice učitele

Během hodiny učitel neměnil tempo a ztížil jedno cvičení. K signalizaci změn ve cvičeních nepoužíval píšťalku, protože měl dostatečně silný hlas. Pohybové aktivity na sebe nenavazovaly, nebyla narušena posloupnost průpravných cvičení. Při cvičení se žáci rovnoměrně zapojili do aktivit, používali florbalky, míčky, kužely a malé branky. Učitel se žákům nevěnoval individuálně ani nekomentoval způsob provedení cviků.

Při výuce používal metodu v celku a po částech k celku, využil skupinovou a hromadnou formu a vedení činnosti prováděl příkazovým stylem.

ŠKOLA 3			
Učitel sOFZ		Učitel bOFZ	
změna tempa	ANO	změna tempa	NE
individuální přístup	ANO	individuální přístup	NE
správná posloupnost cvičení	ANO	správná posloupnost cvičení	ANO
PC	4x	PC	3x
HC	0x	HC	0x
PH	1x	PH	1x

Tabulka 3: Hlavní aspekty hodiny (vlastní tvorba, 2024)

Tabulka zobrazuje výsledky porovnání učitelů na základě použitých metodicko-organizačních forem.

6 DISKUSE

Z výzkumu vyplývá, že skladba hodin TV, jejichž náplní je výuka florbalu, je na všech zúčastněných školách podobná.

Hodina u 3 učitelů začínala seznámením žáků či žákyň s náplní a cílem hodiny. Navazovala zahřívací část, při níž se žáci rozcvičili, orientovali se v prostoru a plnili pokyny vyučujícího v různých cvičeních. Na 2 školách použili učitelé s osobními zkušenostmi florbalovou hůl do rozcvičky. Podle mého názoru je to správný přístup, protože žák má náčiní celou dobu v ruce a učí se s ním pohybovat. Florbalová hůl je součástí hráče ve výkonnostním sportu po celou dobu zápasu, a proto je důležité, aby s ní žák při výuce strávil co nejdéle čas.

Po zahřívací části začaly pohybové hry s florbalovou holí a plynule se přešlo do hlavní části vyučovací jednotky, v níž byl pohyb žáků s florbalovou holí a míčkem organizován a ztížen prostřednictvím připravených překážek (kužely, branky). Jednotlivé aktivity trvaly 2-5 minut a požadovaný úkol byl žáky několikrát zopakován. Cílem jednotlivých cvičení byla průprava při vedení míčku a zlepšení herních činností jednotlivce. Žáci byli průběžně upozorňováni na správné držení florbalové hole.

Před výzkumem jsem předpokládala, že v hodině budou použita herní cvičení. Pouze jeden učitel s osobními zkušenostmi využil jedno herní cvičení v hodině florbalu. (Při herním cvičení vedeme hráče k využívání většího prostoru a k delším únikům bez míčků a k trvalé aktivitě s míčkem i bez něj). Všichni 3 učitelé s osobními zkušenostmi s florbalem ve své hodině použili průpravná cvičení ve správném pořadí cviků. Dva učitelé bez osobní zkušenosti s florbalem nezařadili správnou posloupnost cvičení tak, aby odpovídala vzestupné obtížnosti, tzn. že na průpravné cvičení 2. typu navázali průpravným cvičením 1. typu. Žáci mají postupovat od nejlehčích cvičení k nejobtížnějším (s florbalovou hůlí a míčkem na místě až po herní cvičení s obráncem). Výzkum potvrdil, že byla porušena správná posloupnost cvičení. Této chyby se dopouštěli především učitelé bez osobní zkušenosti s florbalem.

Při pozorování jsem také zjišťovala, zda učitel změnil tempo, především rychlost při provádění jednotlivých cvičení. Učitelé s osobními zkušenostmi tempo měnili, žádný učitel bez osobních zkušeností nezměnil tempo cvičení.

Součástí každé hodiny byla průpravná hra, při níž si žáci ověřovali dodržování pravidel hry a nabyté florbalové dovednosti. Podle počtu žáků na hodině TV se hrálo systémem 4 na 4, 3 na 3 a 2 na 2. V jednom případě zastoupil chybějícího hráče sám učitel. Na žádné hodině nedošlo k modifikaci hry. Učitelé tedy nevyužili jiné jednoduché průpravné hry, kterými by oživil výuku florbalu.

Z pozorování vyšlo najevo, že na konci hodiny bylo opomenuto závěrečné protažení s uvolňovacími cviky. Je namístě zamyslet se nad tím, proč je protažení a zklidnění organismu tak přehlížené. Vzhledem k tomu, že vyučovací jednotka trvá pouhých 45 minut, se pravděpodobně závěrečné protažení vynechává. Osobně nejsem zastáncem cvičení bez protažení po něm. Podle mého názoru by se hodina měla ukončovat dechovými, relaxačními nebo protahovacími cvičeními. Zklidní se jak tepová frekvence, tak dech. Zároveň budujeme u žáků návyk uvolnit a rychleji zregenerovat tělo.

Strečink je metoda určená k protahování svalů a je důležitá pro každého amatérského i profesionálního sportovce. Existuje více druhů strečinku – dynamický, statický, proprioceptivní neuromuskulární facilitace a balistický strečink (Fakulta sportovních studií Masarykovy univerzity, 2011). Strečink je pomalé provedení cvičení k protažení svalů. Dělí se na fáze, kdy sval dostaneme do mírného tahu a napětí. Ve fázi stah svalu je zapotřebí zatnutí (kontrakce) nejméně 10 s bez pohybu v kloubu. Jako 3. fázi zařazujeme protažení svalu s vědomím relaxace svalového napětí, ve které je nutné vydržet 10 s. Cvičení je velmi jemné, lehké a nesmíme cítit bolest. Efekt strečinku má vliv na zlepšení výkonnosti, snížení rizika zranění, prevenci před tuhnutím svalů a stahováním svalů, uvědomování si polohy těla a koordinaci pohybů. Po zátěži se jedná o zmírnění bolesti a zlepšení regenerace svalu (Ramík, 2010).

Pouze na 3 hodinách učitel provedl krátkou reflexi s rozbohem a hodnocením vyučovací hodiny. Na hodinách jsem sledovala ještě individuální přístup učitele k žákům. Většině žáků nečinilo potíže pochopit a splnit úkol, některým žákům, kteří měli problém zvládnout cvik úspěšně, se vyučující s osobní zkušeností s florbalem věnoval

individuálně. Žákům, kteří měli problém splnit daný úkol, vysvětlil, jak provést dané cvičení lépe, a demonstroval cvik, např. držení hole, postavení při převzetí míčku z přihrávkou nebo postavení v prostoru při přihrávání.

Výzkum potvrdil, že učitel s osobními florbalovými zkušenostmi odvede hodinu tělesné výchovy ve všech směrech kvalitněji než učitel bez osobních florbalových zkušeností. Hodina vedená vyučujícím s osobními florbalovými zkušenostmi je kvalitnější v individuálním přístupu, ve změně tempa u průpravných cvičení a v použití florbalové hole při rozcvičce. Na základě svých osobních zkušeností s florbalem nezařadili vyučující více herních cvičení. Chybu jsem pozorovala u učitelů bez osobních zkušeností, kteří použili cvičení vedoucí pouze k částečnému naplnění cíle. S pravidly hry a bezpečností při hře byli žáci seznámeni pouze na 2 hodinách TV.

7 ZÁVĚR

Tato práce se zabývá porovnáním výuky florbalu na 2. stupni vybraných základních škol vyučujícími na základě osobní florbalové zkušenosti a bez ní. Součástí výzkumu bylo zmapovat zařazování průpravných a herních cvičení do hodin tělesné výchovy. Ta mají za úkol zdokonalovat herní dovednosti a herní činnosti jednotlivce a prostřednictvím správných metodických postupů a didaktických stylů rozvíjet u žáků samostatnost v rozhodování.

Teoretická část seznamuje čtenáře s florbalem jako sportovní výkonnostní hrou a s florbalem ve školním prostředí. V první kapitole je popsána historie vzniku, struktura řídicích složek a popularita florbalu. Ve druhé kapitole jsou představena pravidla a vybavení hráčů a brankářů. Kapitola „Florbal jako vyučovaný předmět“ se zabývá rámcovým vzdělávacím programem a florbalem ve sportovních hrách. Objasněny jsou také didaktické formy, metody a styly, které se nejčastěji používají ve školním prostředí.

Cíle bakalářské práce byly splněny. Výzkum potvrdil moji domněnku, že učitelé s osobními florbalovými zkušenostmi připravují atraktivnější hodiny, do nichž zařazují i herní cvičení. Díky nim se žáci dokážou zlepšit v herním projevu v průpravných nebo herních cvičeních.

Důvodem, proč jsem si zvolila toto téma, je můj velmi pozitivní vztah ke sportu, především k florbalu. S touto hrou jsem se seznámila už na základní škole a dosud jsem aktivní hráčkou. Dalším důvodem volby je fakt, že u žáků základních škol narůstá obliba tohoto sportu. Chtěla jsem zjistit rozdíly ve výuce na základě porovnání vyučujících jedné školy s osobní florbalovou zkušeností a bez ní.

Tato bakalářská práce by mohla být přínosem pro učitele základních škol bez osobních florbalových zkušeností, neboť vyzdvihuje důležitost zařazování herních cvičení do výuky. Herní cvičení s florballou a míčkem, kterým by byla věnována delší časová dotace, by umožnila žákům zlepšit své herní dovednosti.

8 SEZNAM LITERATURY

1. BORŮVKOVÁ, K. (2011). *Metodika florbalu pro základní školy*. Brno, 57 s. Bakalářská práce. Masarykova univerzity v Brně, fakulta sportovních studií, Katedra sportovních her.
2. DOBRÝ, L. (1988). *Didaktika sportovních her*. 2. přeprac. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
3. DOMBROTH, W. (2014). *Floorball und Hockeyvarianten Unterrichtseinheiten für die 5.-10. Klasse*. 1. Aufl., neue Ausg. Buxtehude: Auer Verlag in der AAP Lehrerfachverlage GmbH. ISBN 9783403072317.
4. DOVALIL, J., & CHOUTKA, M. (2012). *Výkon a trénink ve sportu*. (4. vyd., 331 s.) Praha Olympia.
5. GRAHAM, G. (2008). *Teaching Children Physical Education: Becoming a Master Teacher*. Nakladatelství: Human Kinetics, Inc., 3. přepracované vydání
6. JANSA, P., & DOVALIL, J. (2009). *Sportovní příprava*. (Rozš. 2. vyd., 295 s.) Praha: Q-art.
7. KYSEL, J. (2010). *Florbal: kompletní průvodce*. 1. vyd. Praha: Grada, 141 s. Sport extra. ISBN 978-80-247-3615-0.
8. MARTÍNKOVÁ, Z. (2009). *Florbal: Praktický průvodce tréninkem mládeže*. První vydání. Praha: Česká florbalová unie, 2009. 162 s. 56
9. MITCHELL, S. (2013). *Teaching Sport Concepts and Skills: A Tactical Games Approach*. Nakladatelství: Human Kinetics, Inc., 3. vydání
10. RAMÍK, K. (2010). *Strečink. Jednoduché protažení před a po zátěži*. Praha: Grada. ISBN: 978-80-247-3153-7.
11. RYCHTECKÝ A., FIALOVÁ L. (1998). *Didaktika školní tělesné výchovy*. 2. přep. vyd. Praha: Karolinum. 171 s. ISBN: 80-7184-127-7
12. RYCHTECKÝ A., FIALOVÁ L. (2004). *Didaktika školní tělesné výchovy*. 3. přep. vyd. Praha: Karolinum.
13. SKRUŽNÝ, Z. (2005). et al. *Florbal*. První vydání. Praha: Grada, 120 s. ISBN 80-247-0383-1.
14. ŠVARŤÍČEK, R. a ŠEĐOVÁ K. (2010). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. 2. vyd. ISBN: 978-80-262-0644-6

15. TÁBORSKÝ, F. (2004). *Sportovní hry*. Vyd. Praha: Grada. 160 s. ISBN: 80-247-0875-2
16. WRIGHT, P. M. (2018). Current Trends in Teaching Team Sports in Physical Education: A Review. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*.

Seznam internetových zdrojů

1. BERNACIKOVÁ, M., KAPOUNKOVÁ, K., HRAZDÍRA, E., & NOVOTNÝ, J. (2011). *Fyziologie sportovních disciplín: Florbal*. Dostupné z: https://is.muni.cz/do/fsps/e-learning/fyziologie_sport/index.html (10.3. 2024)
2. BIGBOARDSUPERFINÁLE.CZ (2024). *Historie superfinále*. Dostupné z: <https://superfinale.ceskyflorbal.cz/historie-superfinale> (15.4. 2024)
3. CESKYFLORBAL.CZ (2024). *Český florbal*. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/> (5.3. 2024)
4. CESKYFLORBAL.CZ (2024a). *Florbal ve světě*. Mezinárodní florbalová federace. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/svet> (8.3. 2024)
5. CESKYFLORBAL.CZ (2023b). *Florbal v kostce*. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/v-kostce> (8.3. 2024)
6. DOSWICH.CZ (2024). *Pravidla hry*. Dostupné z: <https://www.doswich.cz/pravidla-florbalu/> (8.3. 2024)
7. EFLORBAL.CZ (2024). *Florbalové hole*. Dostupné z: https://www.eflorbal.cz/p/41777/unihoc-unilite-superskin-max-titan-29-black-blue-florbalova-hul?variant-id=214598&gad_source=1&gclid=CjwKCAiAi6uvBhADEiwAWiyRdlJA4ch6FeCHInhMmsAs_ayGNIjd_8KJ7YyoaaHgJizu3aRE1tdjbhoCItMQAvD_BwE (8.3. 2024)
8. EFLORBAL.CZ (2024). *Florbalový míček*. Dostupné z: <https://www.eflorbal.cz/p/23388/floorbee-torpedo-iff-match-florbalovy-micek> (8.3. 2024)
9. FAKULTA SPORTOVNÍCH STUDIÍ MASARYKOVY UNIVERZITY (2011): *Aplikace dynamického a statistického strečinku*. Druhy strečinku. Fakulta sportovních studií Masarykovy univerzity. Dostupné z: <https://www.fsps.muni.cz/strecink/?stranka=druhy-strecinku> (20. 5. 2024)

10. FLOORBALL.SPORT.CZ (2024). *International floorball federation*. Dostupné z: <https://floorball.sport/> (5.3. 2024)
11. FLORBAL.COM (2024). *Brankářská výstroj*. Dostupné z: <https://www.florbal.com/clanky/nova-kolekce-jadberg-pro-brankare/> (8.3. 2024)
12. HELLEBRANDT, V. (2014). *Definice sportovního výkonu*. Dostupné z: <http://www.fsps.muni.cz/impact/sportovni-trenink/sportovni-vykon/definicesportovniho-vykonu/> (10.3. 2024)
13. IFF (2024). *THE IFF*. Dostupné z: <https://floorball.sport/theiff/> (8.3. 2024)
14. MŠMT (2023). *Rámcové vzdělávací programy*. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/> (1.5. 2024).
15. MŠMT (2023a). *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělání*. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcovy-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/> (1.5. 2024).
16. MŠMT (2023b). *Rámcový vzdělávací program pro gymnázia*. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavaci-programy-pro-gymnazia-rvp-g/> (1.5. 2024).
17. Pravidla florbalu (2022). *Pravidla florbalu a jejich výklad*. Praha: Česká florbalová unie. Dostupné z: https://www.ceskyflorbal.cz/data/document/20220725/184116_c458_Pravidla-florbalu-2022.pdf (7.3. 2024)

9 SEZNAM OBRÁZKŮ GRAFŮ A TABULEK

Graf 1: Počet přihlášených florbalových týmů (ceskyflorbal.cz, 2024)	12
Graf 2: Aktivní čas žáků na cvičeních. (vlastní tvorba, 2024).....	40
Graf 3: Aktivní čas žáků na cvičeních. (vlastní tvorba,2024).....	45
Graf 4: Aktivní čas žáků na cvičeních. (vlastní tvorba, 2024).....	50
Obrázek 1: Logo IFF (floorball.sport.cz, 2024).....	13
Obrázek 2: Logo českého florbalu (ceskyflorbal.cz, 2024).....	13
Obrázek 3: Rozměry hřiště (Doswich.cz, 2024).....	14
Obrázek 4: Florbalová hůl (eflorbal.cz, 2024).....	18
Obrázek 5: Florbalový míček (eflorbal.cz, 2024).....	18
Obrázek 6: Brankářská výstroj (florbal.com)	19
Obrázek 7: Schéma spektra didaktických stylů (Rychtecký, Fialová, 2004, s. 120)	32
Tabulka 1: Hlavní aspekty hodiny (vlastní tvorba, 2024).....	41
Tabulka 2: Hlavní aspekty hodiny (vlastní tvorba, 2024).....	46
Tabulka 3: Hlavní aspekty hodiny (vlastní tvorba, 2024).....	51

10 PŘÍLOHY

Příloha 1: Souhlas Etické komise UK FTVS	61
Příloha 2: Informovaný souhlas 233/2023 pro rodiče nezletilých žáků	62
Příloha 3: Informovaný souhlas 233/2023 pro učitele.....	64
Příloha 4: Hodnotící arch.....	65

Příloha 1: Souhlas Etické komise UK FTVS

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

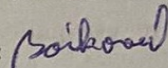
Požizování fotografií/videí/audio nahrávek účastníků: Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie, videozáznamy ani audiozáznamy.

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu (IS): přiložen zjednodušený IS ve formě úvodu k dotazníku přiložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně. Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 15. 4. 2024

Podpis předkladatele: 

Datum a podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martínková, Ph.D.

Členové: prof. MUDr. Jan Heller, CSc.

prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: 133/2023

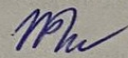
dne: 16. 4. 2024

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a **neshledala rozpory** s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise UK FTVS.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6
razítko UK FTVS

- 20 -


.....
podpis předsedkyně EK UK FTVS

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Porovnání výuky florbalu na základních školách na základě zkušeností učitele s florbalovou kariérou v různých městech

Forma projektu: výzkumná práce – bakalářská

Období realizace: 04/2024–05/2024

Předkladatel: Tereza Bočková, UK FTVS, Katedra sportovních her

Hlavní řešitel: Tereza Bočková, UK FTVS, Katedra sportovních her

Místo výzkumu (pracoviště): Náslechové hodiny u učitelů v jejich školách/ tělocvičnách – 3 školy v oblasti: Týn nad Vltavou, Litvínov a Praha

Vedoucí práce (v případě studentské práce): Mgr. Michaela Běhanová

Finanční podpora: Žádná

Popis projektu: Cílem práce je porovnání výuky florbalu na základě porovnání výuky na různých základních školách, co se týče vybavení a hodnocení výuky učitele se zkušenostmi s florballem v kontrastu s učitelem, který nemá zkušenosti s florballem v rámci jeho výuky. Metoda sběru dat je pouze pozorování hodin tělesné výchovy u daného učitele s předem připraveným hodnotícím archem.

Pro analýzu je potřeba zkoumat hodiny tělesné výchovy, které se účastní žáci daných škol u daného učitele, ale jejich jména ani názvy škol nebudou nijak zmíněny v práci. Bude posuzována pouze skladba hodin a kvalita výuky florbalu.

Charakteristika účastníků výzkumu: Předpokládaný počet účastníků je 6 učitelů, 3 z nich budou mít zkušenost s florballem jako výkonnostním sportem a 3 naopak nemají žádné zkušenosti s florballem jako výkonnostním sportem. Učitelé budou osloveni na základě svých vlastních kontaktů. Průměrný věk se pohybuje od 28–40 let. Výběr bude probíhat na základě e-mailové domluvy s učiteli, kteří mají zájem se do projektu zapojit. Výzkumu se nezúčastní osoby s akutním (zejména infekčním) onemocněním.

Zajištění bezpečnosti: Jedná se o neinvazivní metodu, kde žáci budou plnit pouze zadání cvičení, které jim učitel zadá v rámci tělesné výchovy. Minimalizace rizik je na samotném učiteli tělesné výchovy, který bude zároveň dozorem v projektu. Obsah hodiny není součástí projektu, hodina by se uskutečnila i mimo projekt. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto typu výzkumu.

Etické aspekty výzkumu: Všichni respondenti budou vybíráni z nevulnerabilních skupin, avšak žáci, které učitel vede, jsou nezletilí. Výzkum je zaměřen na pozorování učitele při práci s žáky a zadání jednotlivých cvičení. Jedná se o hodnocení výuky, jak je využit čas, jaké cvičení se do výuky hodí či nehodí. Žáci, budou absolvovat hodinu florbalu, kterou učitel povede podle školního vzdělávacího programu. Žáci si mohou vyzkoušet hodinu florbalu, když někdo zvenčí přihlíží, jak hodina vypadá. Výsledek může ovlivnit kvalitu výuky na školách, což je přínosné pro děti.

Potenciální střet zájmů: V rámci výzkumu neexistuje střet zájmů. Výzkum není prováděn pro žádnou instituci či organizaci. Nejsem v pracovním (ani rodinném) vztahu k žádnému účastníkovi výzkumu. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ovlivnit objektivitu výzkumu. Nemám soukromý zájem na výsledku výzkumu a ani výzkum nevede k osobnímu prospěchu. Vedoucí práce bude dohlížet nad korektností a nestranností posuzování výsledků výzkumu mou osobou. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ohrozit integritu a důvěryhodnost výzkumu. Učitelé budu mezi sebou porovnávat, avšak jen v rámci každé školy, ne mezi školami.

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: email, vyplněné hodnotící archy s názvem školy a jménem učitele, které budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít hlavní řešitel práce. Názvy škol nebudou v publikované práci uváděny.

Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

Příloha 2: Informovaný souhlas 233/2023 pro rodiče nezletilých žáků

Informovaný souhlas 233/2023 pro rodiče nezletilých žáků

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (*jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicině č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné*), Vás žádám o souhlas s účastí Vašeho syna/dcery ve výzkumném projektu na UK FTVS v rámci bakalářské práce s názvem: Porovnání výuky florbalu na základních školách na základě zkušeností učitele s florbalovou kariérou v různých městech prováděné v hodinách tělesné výchovy na základní škole, kterou navštěvuje Váš syn/ dcera.

1. Projekt bude probíhat od dubna 2024 do května 2024
2. Projekt není financován.
3. Cílem výzkumného projektu porovnání výuky florbalu na základě porovnání výuky na různých základních školách, co se týče vybavení a hodnocení výuky učitele se zkušenostmi s florbalu v kontrastu s učitelem, který nemá zkušenosti s florbalu.
4. Výzkum nemá invazivní charakter. Budete se podílet pouze jako účastník hodin, ve kterých budou hodnoceni a pozorováni učitelé, s ohledem na to, jak Vás učí florbal.
5. Děti, které se nebudou účastnit výuky kvůli nepodepsanému IS, budou mít nahrazenou tělesnou výchovu s druhou skupinou, která má paralelní výuku v druhé tělocvičně, popřípadě na venkovním hřišti.
6. Časová náročnost projektu: s každým účastníkem budou provedeny tři následující hodiny v hodinách tělesné výchovy, tudíž 3x 45minut.
7. Projektu se nemohou účastnit osoby bez patřičného vzdělání.
8. Výzkum nemá invazivní charakter, rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto typu výzkumu. Obsah hodiny není součástí projektu, hodina by se ve stejné podobě uskutečnila i mimo projekt. Minimalizace rizik je tedy na učiteli, tak jak je tomu v rámci výukových hodin. Během sledování nebudu do výuky nijak zasahovat a není třeba si mé osoby všimnout. Po hodině nebude potřeba žádná zpětná vazba.
9. Přínosem tohoto výzkumného projektu pro Vás bude možnost porovnání různých výukových hodin v rámci tohoto projektu.
10. Všichni účastníci výzkumu budou před jeho započátkem poučeni o průběhu, sběru dat i jejich vyhodnocení. Na všechny otázky jim bude adekvátně odpovězeno, aby nedošlo k případným nejasnostem.
11. Informace ohledně shromažďování, zpracování a publikování dat: jméno školy, jméno učitele na hodnotícím archu – jen pro výzkumné účely, nebudou používány dále v práci a nebudou publikovány.
12. Během výzkumu nebudou pořizovány, jak fotografie, videozáznamy či audiozáznamy.
13. Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: hodnotící údaje s jménem školy a učitele. Žádné osobní údaje o dětech nebudou zjišťovány. Všechny tyto údaje budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít hlavní řešitel práce. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotlivé osoby nebyly rozpoznatelné v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou bezprostředně do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.
14. S celkovými výsledky a závěry výzkumného projektu se můžete seznámit na emailové adrese: t.bockova33@gmail.com
15. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu Tereza Bočková

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení Tereza Bočková Podpis:

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu. Dále potvrzuji, že mi byl předán jeden originál vyhotovení tohoto informovaného souhlasu.

Místo, datum

Jméno a příjmení zákonného zástupce:

Vztah zákonného zástupce k účastníkovi

Podpis:

Příloha 3: Informovaný souhlas 233/2023 pro učitele

INFORMOVANÝ SOUHLAS k žádosti 233/2023 pro učitele

Vážený pane, vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (*jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicině č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné*), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí/účastí ve výzkumném projektu na UK FTVS v rámci bakalářské práce s názvem: Porovnání výuky florbalu na základních školách na základě zkušeností učitele s florbalovou kariérou v různých městech prováděné ve Vašich hodinách tělesné výchovy.

Projekt bude probíhat od dubna 2024 do května 2024

Projekt není financován.

Cílem výzkumného projektu porovnání výuky florbalu na základě porovnání výuky na různých základních školách, co se týče vybavení a hodnocení výuky učitele se zkušenostmi s florballem v kontrastu s učitelem, který nemá zkušenosti s florballem.

Výzkum nemá invazivní charakter, rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto typu výzkumu. Budete se podílet pouze jako respondent na hodnocení a pozorování Vašich hodin tělesné výchovy. Obsah hodiny není součástí projektu, hodina by se ve stejné podobě uskutečnila i mimo projekt. Minimalizace rizik je tedy na Vás, tak jak je tomu v rámci výukových hodin. Během sledování Vaší výuky nebudu do hodin nijak zasahovat a není třeba si mé osoby všimnout. Po hodině nebude potřeba žádná zpětná vazba.

Časová náročnost projektu: s každým účastníkem budou provedeny tři následující hodiny v hodinách tělesné výchovy, tudíž 3x 45 minut.

Projektu se nemohou účastnit osoby bez patřičného vzdělání. Výzkumu se nezúčastní osoby s akutním (zejména infekčním) onemocněním.

Přínosem tohoto výzkumného projektu pro Vás bude možnost porovnání vašich výukových hodin s jinými respondenty tohoto projektu.

Vaše účast v projektu je dobrovolná a nebude finančně ohodnocena.

Během výzkumu nebudou pořizovány, jak fotografie, videozáznamy či audiozáznamy.

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: email, hodnotící údaje s jménem školy a učitele.

Všechny tyto údaje budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít hlavní řešitel práce. Názvy škol ani Vaše jméno nebude v publikované práci uváděno.

Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby - budu dbát na to, aby jednotlivé osoby nebyly rozpoznatelné v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou bezprostředně do 1 dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

S celkovými výsledky a závěry výzkumného projektu se můžete seznámit na emailové adrese: t.bockova33@gmail.com

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu Tereza Bočková

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení Tereza Bočková Podpis:

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu. Dále potvrzuji, že mi byl předán jeden originál vyhotovení tohoto informovaného souhlasu.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka Podpis:

Příloha 4: Hodnotící arch

Kritéria hodnocení výuky na základních školách

- Vybavenost školy
 - Značka florbalek
 - Dostatečný počet florbalek
 - Dostatečný počet míčků
 - Brankářská výstroj
 - Mantinely
- Připravenost žáků na hodinu
 - Bezpečnost (kontaktní sport)
 - Sportovní oblečení
- Zahájení hodiny:
 - Cíle hodiny
 - Náplň vyučovací jednotky
 - Příprava hřiště
 - Průběh hodiny
 - Zahřátí
 - Rozcvička se zapojením florbalové hole
 - Průpravné cvičení 1
 - Průpravné cvičení 2
 - Herní cvičení 1
 - Herní cvičení 2
 - Průpravná hra
 - Protahání
 - Ukončení hodiny, náplň příští hodiny
- Přístup učitele k zadaným úkolům/cvičením
 - Individuálně
 - Změnil tempo
 - Zjednodušil/ztížil cvičení
- Aktivní čas žáků
 - Celkové využití času, Příprava cvičení, jejich posloupnost
