

14. APLIKACE PEDAGOGICKÝCH PRINCIPŮ (ZÁSAD) VE SPORTOVNÍ EDUKACI

PEDAGOGICKÉ PRINCIPY

- od starověku – hledání klíčových **požadavků (rysů)**
„dobré“ edukace – využití empirie
- mimořádný příspěvek **J. A. Komenského** (1592–1670)
- konec 20. století – **experimentální ověřování** – zvláště
rozvoj neurověd = pochopit biologický základ psychiky
- **pedagogické principy = základní požadavky usilující
o efektivnost edukačního procesu**
- **aplikace do všech edukačních oblastí** (školní, mimoškolní,
volnočasové, rodinné, autoedukace, **sportovní**, ...)

„Klasické“ pedagogické principy

princip cílevědomosti

- jasně stanovit cíle sportovní edukace (tréninku)
- cíle dostatečně zdůvodnit (motivovat)
- přiměřeně je objasnit jedinci nebo skupině – např. společná příprava

princip soustavnosti (systematičnosti)

- uspořádat veškeré podněty do zdůvodněného systému
- působení i činnosti sportovce mají být co nejsoustavnější

princip uvědomělosti = požadavek, aby sportovec, klient, ...
kladeným nárokům plně porozuměl

„Klasické“ pedagogické principy

princip aktivity = požadavek:

- opřít se o samostatnou činnost sportovce (o jeho podněty, nápady, ...)
- aktivizovat jeho poznávací, citové a volní procesy
- opírat se o jeho zájem a stimulovat jej vhodnou motivací

princip názornosti

- vycházet ze smyslového nazírání skutečnosti i obrazů (statických i dynamických) = **přímý názor** (technologie – kamery, PC, 3D)
- opírat se o dosavadní představy a zkušenosti sportovce = **nepřímý názor**
- systematicky rozvíjet nazírací a představovací schopnosti (vnímání, pozorování, fantazii, ...)

„Klasické“ pedagogické principy

princip trvalosti = požadavek, aby se jednou osvojené vědomosti a hlavně motorické dovednosti staly „trvalým majetkem“ – pomůže:

- opakování a procvičování
- vhodný výběr základních prvků
- přiměřené tempo
- zachovávání předchozích principů
- emotivnost práce

princip emocionálnosti = požadavek:

- probouzet ve sportovní činnosti adekvátní citové prožitky
- opírat se o ně
- udržovat trvale radostnou tvůrčí atmosféru (vtip, pochvala, ...) – „pozitivní náročnost“

„Klasické“ pedagogické principy

princip **přiměřenosti** = požadavek:

- obsah, formy a metody sportovní edukace musí být v souladu s:
 - věkovou vyspělostí
 - s genderovými specifiky
 - s dosavadní úrovní
- východisko = pedagogická (psychologická, sportovní, ...) **diagnostika**
- nutný **individuální přístup**
- **přiměřená náročnost**
- **= klíčový princip ve sportovní edukaci**, např. ve sportovním tréninku
 - viz dvě **cesty dlouhodobé koncepce sportovního tréninku**:
 - a) raná specializace
 - b) trénink odpovídající vývoji

Dvě cesty koncepce (nejen) tréninku

1. Strategie tréninku

RANÁ SPECIALIZACE

Dosáhnout vysoký výkon
co nejdříve.

Plán tréninku si klade za cíl co
nejrychleji dosáhnout úspěchu.

TRÉNINK ODPOVÍDAJÍCÍ VÝVOJI

Dosáhnout pouze výkonnost
přiměřenou věku.

Nejvyšší výkon = perspektivní cíl,
dětství a mládí je přípravnou
etapou k dosažení tohoto cíle.

Dvě cesty koncepce tréninku

2. Obsah tréninku

RANÁ SPECIALIZACE

Úzké zaměření –
vede k jednostrannosti.

Cenu má jen to,
co směřuje rychle k cíli.

TRÉNINK ODPOVÍDAJÍCÍ VÝVOJI

Odpovídající podíl **všestrannosti**.

Prostor pro hru, zážitky,
neformální setkávání ap.

Dvě cesty koncepce tréninku

3. Velikost zatížení

RANÁ SPECIALIZACE

Jít až na hranici únosnosti.

Neúměrné nároky
na ještě nevyzrálé jedince.

TRÉNINK ODPOVÍDAJÍCÍ VÝVOJI

Zřetel na individuální vývoj.

Postupné a pozvolné stupňování
nároků na sportovce.

Dvě cesty koncepce tréninku

4. Pedagogicko-psychologické rysy

RANÁ SPECIALIZACE

Tvrdost, cílevědomost.
Psychické momenty
charakteristické pro práci
dospělých: napětí, vážnost,
racionalizace, tlak na výkon.

TRÉNINK ODPOVÍDAJÍCÍ VÝVOJI

Trénink odpovídající mentalitě
věku, omezování tlaku na výkon.
Aktuální výkonnostní cíle nejsou
zcela nejdůležitější.
Radost, hravost, uvolněnost,
bohatství prožitků, ocenění.

Dvě cesty koncepce tréninku

5. Důsledky

RANÁ SPECIALIZACE

Únava fyzická i psychická.
Burn out – „vyhoření“.
Poškození, úrazy.
Pozdější nižší výkonnost.
Problém celoživotního vztahu ke sportu.

TRÉNINK ODPOVÍDAJÍCÍ VÝVOJI

Mírně vyšší výkonnost.
Šance vyšší fyzické a především psychické pohody.
Předpoklad celoživotního pozitivního vztahu ke sportu.

Principy volnočasové edukace

- jejich aplikace je **klíčová** pro volnočasové sportovní aktivity
(pro rekreační sport)
- jejich aplikace je velmi **vhodná** pro výkonnostní sport
(závodní, soutěžní sport)
- jejich aplikace je **vhodná** pro školní sport
(do školní TV, především v rámci mimovyučovacích aktivit, ...)

Principy volnočasové edukace

princip dosažitelnosti =

- respektovat prostorové a časové možnosti sportovců, dětí, klientů, ... (např. dopravní dostupnost, vhodná doba tréninku, ...)
- oprávněný pocit sportujících, že je provází ochota, náklonnost, laskavost, empatie, úspěch, ...

princip charakteru výzvy =

- inspirující a přitažlivé materiální i sociální prostředí
- nabídky zajímavých nejen sportovních aktivit (= výzev)

Principy volnočasové edukace

princip možnost iniciativy = nabízet a umožnit účastníkům

- rozvíjet vlastní aktivity
- podle možností uspokojovat osobní potřeby
- participovat na celkové koncepci
- rozvoj potřebných sociálních kompetencí
- ...

edutainment = propojit

- **učení** – vzdělávání (education) +
- **zábava** (entertainment)