

**MUNI**  
**SPORT**

# 9. Vyučovací jednotka TV

Mgr. Jiří Sliacky, Ph.D.

Katedra tělesné výchovy a společenských věd (EDUC)

# Vyučovací jednotka TV

- uspořádaný systém hlavních prvků vzdělávacího procesu a jejich vztahů, determinovaný cíli, časem a prostorem
- primárním řídicím prvkem je učitel, který nese odpovědnost za přípravu, průběh a výsledky výuky
- minimální časovou dotaci výuky TV (počet vyučovacích jednotek) stanovuje Rámcový učební plán příslušného RVP
- specifikace časové dotace výuky TV uvádí Učební plán ve ŠVP
- organizace vyučovacích jednotek TV je dána platným rozvrhem vyučovacích hodin pro dané období

# Struktura vyučovací jednotky TV

## 1. Úvodní část

- ideálně cca. 5 – 7 min.
- *organizační část* (společné zahájení výuky, seznámení s cílem/cíli, informace k jejímu průběhu a organizaci, evidence přítomných, necvičících a nepřítomných, kontrola způsobilosti žáků k absolvování výuky, motivační vstup do výuky)
- *rušná část* (zahřátí organismu, aktivace metabolismu, postupné zvýšení tepové a dechové frekvence, prokrvení svalů a orgánů, odreagování)
  - přirozená cvičení – chůze, cval, běh (nízké či střední intenzity)
  - překonávání jednoduchých překážek
  - manipulace s náradím či náčiním, např. házení, chytání...
  - z důvodu skokového intenzivního zatížení nezařazujeme honičky a jiné soutěživé hry

# Struktura vyučovací jednotky TV

## 2. Průpravná část

- ideálně cca. 5 minut
- příprava organismu na zatížení v rámci hlavní části vyučovací jednotky (není tedy vhodné používat nějaké univerzální rozcvičení, je nutné zohlednit typ zatížení v hlavní části vyučovací jednotky)
- kloubně-mobilizační cvičení, protahovací (především dynamické) a tonizační cvičení
- při volbě pořadí jednotlivých cviků je nutné dodržovat funkčně logickou posloupnost
- využívání správného názvosloví, cviky doplňovat výkladem a ukázkou, dávat zpětnou vazbu a opravovat chyby
- s ohledem na pestrost průpravné části (součást motivace) využívat nářadí, náčiní (i netradiční), zapojovat hudbu, cvičení ve dvojicích...

# Struktura vyučovací jednotky TV

## 3. Hlavní část

- ideálně alespoň 25 min.
- vnitřní struktura hlavní části je dána stanoveným cílem, podle kterého můžeme následně vyučovací jednotky různě typizovat
- nácvik nových pohybových dovedností by měl být zařazen na začátku hlavní části a následován jejich procvičováním
- rychlostně a koordinačně orientovaná cvičení je vhodné zařazovat rovněž v úvodu hlavní části
- opakování již známých dovedností nebo rozvoj vytrvalostních schopností by mělo být zařazeno spíše v závěru hlavní části

# Struktura vyučovací jednotky TV

## Typologie vyučovacích jednotek TV

- expoziční (seznamují s učivem, umožňují nácvik)
- fixační (upevňují a zdokonalují pohybové dovednosti)
- motivační (vzbuzují a prohlubují zájem o vzdělávací obsah)
- diagnostické (zahrnují kontrolu, zařazují se především na začátek a konec tematických celků)

*(Fialová, 2010, s. 129 – 130)*

# Struktura vyučovací jednotky TV

## 4. Závěrečná část

- ideálně cca. 7 min.
- *relaxační a kompenzační část* (uvolňovací, protahovací a kompenzační cvičení, relaxace a celkové uklidnění organismu)
- *organizační část* (vyhodnocení průběhu a výsledků výuky, zpětná vazba k míře dosažení stanovených cílů, motivační výhled na následující vyučovací jednotky, kontrola zdravotního stavu žáků na konci výuky a její formální ukončení)

# Příprava na vyučovací jednotku

- učitel je povinen se na vyučování řádně připravovat (rozdělení pracovní doby na přímou a nepřímou pedagogickou činnost)
- forma přípravy však explicitně nikde stanovena není (učitel je však jako zaměstnanec povinen, na základě zákoníku práce, plnit pokyny a úkoly od svého zaměstnavatele, tedy ředitele či ředitelky, případně delegovaného zástupce)
- výchozími body přípravy na vyučovací jednotku jsou
  - kurikulární dokumenty (ŠVP, roční tematický plán - cíle a učivo)
  - výstupy předcházející vyučovací jednotky a záměry navazující vyučovací jednotky
  - aktuální podmínky a situace ve třídě, škole



# Příprava na vyučovací jednotku

## Příprava studenta na vyučovací jednotku (VJ) tělesné výchovy n4130 Pedagogická praxe 2

Student(ka): \_\_\_\_\_ Provézející učitel(ka): \_\_\_\_\_  
Škola: \_\_\_\_\_ Prostředí: \_\_\_\_\_  
Ročník, třída: \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_  
Počet cvičicích: \_\_\_\_\_ Pomůcky: \_\_\_\_\_  
Téma hodiny: \_\_\_\_\_  
Cíl hodiny: \_\_\_\_\_

Doba trvání	Vzdělávací obsah <i>Při sepisování obsahu dběj SPRÁVNĚ terminologie!</i>	Organizace, bezpečnost a poznámky k průběhu VJ a plnění cíle
	Úvodní část:	
	Rušná část:	
	Průpravná část:	
	Hlavní část:	
	Závěrečná část:	

Reflexe VJ provázejícím učitelem (pokud proběhla ústně, stačí zde tuto skutečnost pouze poznamenat):

Podpis provázejícího učitele (v případě písemného záznamu reflexe):

\*) Nehodící se škrtněte.

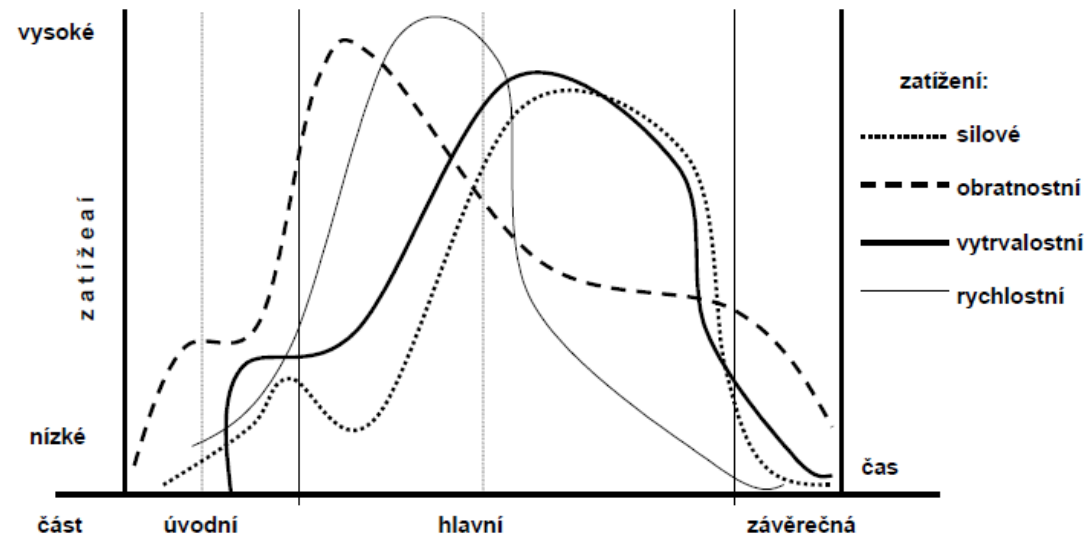
# Efektivita vyučovací jednotky TV

- úroveň splnění cíle vyučovací jednotky
- využití doby vyučovací jednotky
  - pedagogicky využitý čas (čas, ve kterém se žák aktivně zabývá učivem, tedy cvičí, ale také připravuje či sklízí nářadí, věnuje pozornost ukázce či výkladu, poskytuje záchranu a pomoc...)
  - ztrátový čas (čas, ve kterém je žák pasivní, čeká až na něho přijde řada při cvičení, čeká na pokyny učitele...)
- z pohledu efektivního rozvoje pohybových schopností je důležitá také fyziologická účinnost vyučovací jednotky (v dnešní době lze posuzovat např. prostřednictvím TF s pomocí sporttestrů)
- struktura zatížení ve vyučovací jednotce

*(podle Rychteckého, Fialové, 1998, s. 146)*

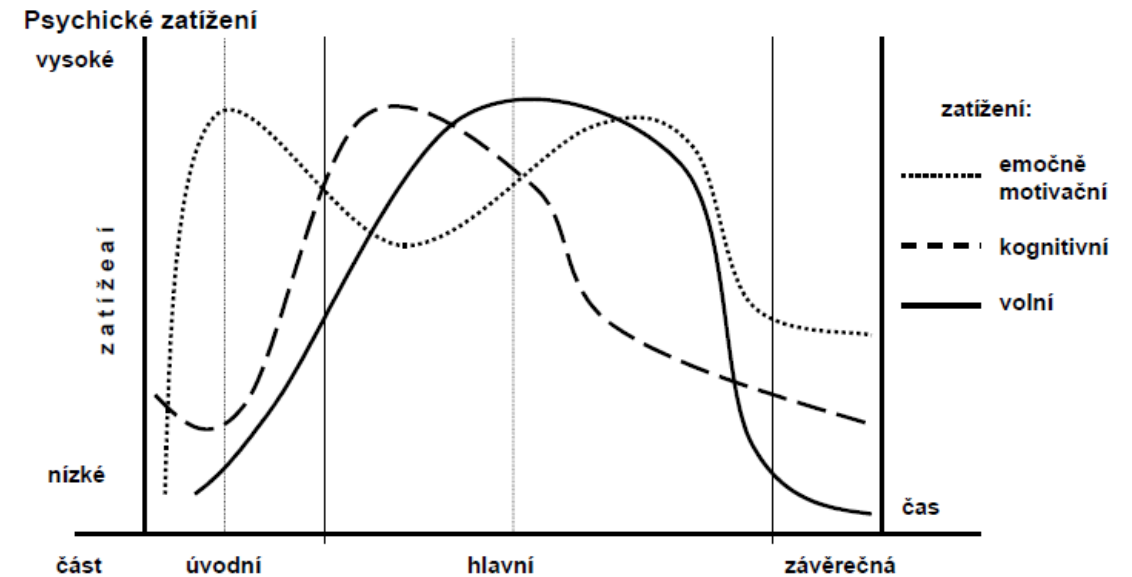
# Struktura zatížení ve vyučovací jednotce TV

## Fyzické zatížení žáků ve VJ TV



(Rychtecký, Fialová, 1998, s. 147)

## Psychické zatížení žáků ve VJ TV



(Rychtecký, Fialová, 1998, s. 146)

# Bezpečnost ve školní TV

- učitel TV má legislativně danou povinnost pečovat o zdraví a bezpečnost žáků
- mezi základní požadavky na naplňování této povinnosti patří:
  - fyzická přítomnost ve vyučovacím procesu
  - stálý přehled o svěřených žácích (včetně necvičících)
  - výuka v souladu s legislativou, učebními osnovami, didakticko-metodickými postupy a požadavky
  - kontrola nářadí a náčiní, cvičebního úboru a obuvi
  - kontrola a údržba cvičebního prostoru
  - výuka dopomoci a záchrany jako součást nácviku
  - výcvik v poskytování první pomoci

*(volně podle Fialové, 2010, s. 136)*

# Bezpečnost ve školní TV

- bezpečnost je součástí projektování výuky, projekt výuky musí minimalizovat rizika a respektovat všechna preventivní opatření
- postup při úrazu žáka:
  - poskytnutí první pomoci (cvičební prostor by měl být vybaven lékárníčkou)
  - pokud je potřeba, zajištění lékařského ošetření (přivolání ZZS, doprovod dospělé osoby – zaměstnanec školy)
  - vyrozumění vedení školy, provedení zápisu do knihy úrazů žáků (vždy, jakýkoliv úraz), sepsání záznamu o úrazu žáka (pokud je potřeba)
  - informování zákonných zástupců
- každý úraz žáka je potřeba vyhodnotit, zjistit jeho příčiny a v souladu s tímto zjištěním přijmout preventivní opatření (při závažnějších úrazech vše ideálně konzultovat a kooperovat s vedením školy, případně odborně způsobilou osobou v BOZP)

# Použité zdroje

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

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