

# DIDAKTIKA TĚLESNÉ VÝCHOVY

## ÚVOD

1. VÝVOJ DIDAKTIKY TĚLESNÉ VÝCHOVY	7
1.1 Zavedení tělesné výchovy jako povinného vyučovacího předmětu na školách v Čechách	7
1.1.1 Zavedení tělesné výchovy do školních osnov	7
1.1.2 Tyršova národní soustava	8
1.1.3 Vývoj školní tělesné výchovy po 2. světové válce	9
2. DIDAKTIKA TĚLESNÉ VÝCHOVY	12
2.1 Tělesná výchova	12
2.2 Didaktika tělesné výchovy	13
2.2.1 Projekt výchovy a vzdělání	14
2.2.2 Činnosti žáka	15
2.2.3 Činnosti učitele tělesné výchovy	15
2.2.4 Podmínky	15
2.3 Výzkumné metody v didaktice tělesné výchovy	16
2.3.1 Metody teoretického poznávání a zpracování informací	18
3. VYUČOVÁNÍ A UČENÍ V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	19
3.1 Učení a motorické učení	20
3.2 Pedagogické základy motorického učení	21
3.3 Obsah učiva a jeho uspořádání v procesu motorického učení	23
3.4 Průběh a fáze motorického učení	24
4. TĚLESNÝ, FUNKČNÍ A PSYCHICKÝ VÝVOJ DĚTÍ A MLÁDEŽE	30
4.1 Periodizace vývoje	30
4.2 Mladší školní věk	30
4.3 Střední školní věk	31
4.4 Starší školní věk	35
5. TĚLESNÁ ZDATNOST VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	39
5.1 Struktura pohybových (motorických) schopností	39

5.2	Rozvoj pohybových schopností ve školní tělesné výchově	39
5.2.1	Síla a její rozvoj	41
5.2.2	Rychlost a její rozvoj	42
5.2.3	Vytrvalost a její rozvoj	44
5.2.4	Obratnost a její rozvoj	45
5.2.5	Ohebnost – pohyblivost a její rozvoj	46
5.3	Testování pohybových schopností ve školní tělesné výchově	47
6.	UČITEL TĚLESNÉ VÝCHOVY	48
6.1	Struktura předpokladů a vlastností pedagoga	48
6.1.1	Hodnotová orientace, zaměřenost osobnosti	48
6.1.2	Pedagogické předpoklady a rozvinuté osobnostní vlastnosti	48
6.1.3	Soustava poznatků, vědomostí, praktických dovedností a zkušeností	50
6.2	Proces formování pedagoga – utváření pedagogických předpokladů	52
6.2.1	Typologie učitelských osobností	53
7.	VYUČOVACÍ A VÝCHOVNÉ ČINNOSTI UČITELE TĚLESNÉ VÝCHOVY	56
7.1	Vyučovací činnosti učitele tělesné výchovy	56
7.2	Spektrum didaktických stylů	57
7.3	Vyučovací postupy	61
7.4	Uplatňování didaktických zásad ve školní tělesné výchově	61
7.5	Vyučovací metody	66
7.6	Výchovné metody	70
7.7	Zásady při zatěžování mladého organismu	71
8.	ORGANIZAČNÍ FORMY PRÁCE V TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	73
8.1	Organizační formy	73
8.2	Vyučovací hodina tělesné výchovy	75
8.2.1	Typologie vyučovací hodiny	77
8.3	Struktura vyučovací hodiny	79
8.4	Efektivita vyučovací hodiny	82
8.5	Speciální didaktické formy ve vyučovací hodině	85

9.	HODNOCENÍ VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	91
9.1	Vymezení a charakteristika pojmu	91
9.2	Hodnocení v zahraničních systémech	91
9.3	Hodnocení jako součást výchovně-vzdělávacího procesu v tělesné výchově	92
9.3.1	Metody a prostředky hodnocení	93
9.3.2	Principy hodnocení	95
9.3.3	Klasifikace nebo slovní hodnocení	96
10.	PROJEKTY TĚLESNÉ VÝCHOVY NA ZÁKLADNÍCH A STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH	98
10.1	Charakteristika učebních osnov tělesné výchovy pro 1.-9. ročník základní školy	107
10.2	Charakteristika učebních osnov tělesné výchovy pro střední školy	110
10.3	Charakteristika učebních osnov tělesné výchovy pro odborná učiliště	113
10.4	Charakteristika RVP oblast Člověk a zdraví – tělesná výchova	114
11.	PODMÍNKY VZDĚLÁVÁNÍ A VÝCHOVY VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	125
11.1	Podmínky výchovy a vzdělávání ve školní TV	125
11.2	Institucionální podmínky	125
11.3	Sociální, personální a materiální podmínky	127
11.4	Právní podmínky	129
11.5	Bezpečnost ve školní TV	131
12.	PLÁNOVÁNÍ VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	134
12.1	Druhy tematických plánů	135
12.1.1	Roční plán vyučování tělesné výchovy	135
12.1.2	Plány tematických celků	135
12.1.3	Příprava učitelů na vyučování	136
13.	LITERATURA	138