

Obsah :	str.
Úvod	1
1. Fyzický a psychický vývoj dítěte školního věku	2
1.1 Fyzický vývoj dítěte školního věku	2
1.2 Psychický vývoj dítěte školního věku	4
2. Tělesná a sportovní výchova jako faktor výchovy člověka	7
2.1 Tělesná a sportovní výchova v systému teorie výchovy	7
2.2 Úkoly tělesné a sportovní výchovy	10
2.3 Kolektivní výchova a její postavení v tělesné a sportovní výchově	15
3. Sociální vliv tělesné výchovy a sportu na jednotlivce	22
3.1 Socializace osobnosti	22
3.2 Vliv tělesné výchovy a sportu při socializaci osobnosti	23
3.3 Psychosociální funkce pohybových aktivit	25
3.4 Psychosociální funkce pohybových aktivit předškolního a školního věku	26
4. Výzkumná sonda zaměřená na sociálně pedagogické aspekty tělovýchovných a sportovních činností ve školním a mimoškolním prostředí	29
4.1 Cíl výzkumu, formulace hypotéz	29
4.2 Metodika výzkumu, výsledky výzkumu, potvrzení hypotéz a závěry	29
Závěr	34
Resumé	36
Anotace	37
Literatura	38

Úvod

Lidstvo provázejí pohybové aktivity již od nepaměti. Tyto aktivity – chceme-li, tělocvičné činnosti – kladně působí na rozvoj osobnosti člověka. Máme tím na mysli jak fyzickou, tak i psychickou stránku. V ideálních případech hovoříme o vyváženosti těchto dvou stránek. Být pedagogem tělesné výchovy znamená využít všechny získané poznatky a vědomosti z této oblasti ke kladné orientaci žáků a studentů na různé pohybové a tělocvičné aktivity, které by pak zůstaly trvalou součástí jejich života.

Tělesná výchova a sport není samozřejmě určena pouze pro žáky základních a studenty středních škol. Tělesná výchova a pohybové aktivity jsou určeny všem věkovým kategoriím počínaje novorozenci až po lidi důchodového věku. Ve své práci bych se však chtěl zaměřit na děti školního věku již z toho důvodu, že toto období velmi výrazně ovlivňuje rozvoj člověka a formuje jej. V tělesné a sportovní výchově jde totiž nejen o překonávání obtíží spojených s výdejem fyzických sil. Jde tu také, a není to zanedbatelná stránka, o překonávání sebe sama, tedy o překonávání obtíží psychických. Tímto působí tělesná a sportovní výchova na fyzickou i psychickou stránku osobnosti, je výrazným faktorem při zdravém rozvoji člověka a podílí se nemalou měrou na rozvoji kladných morálně volných vlastností.

Ve své práci jsem se tedy zaměřil na věkovou kategorii dětí školního věku. Pro vypracování mé práce jsem jednak čerpal teoretické poznatky z odborné literatury a také mně významně pomohly mé vlastní zkušenosti, které jsem získal při práci s dětmi v rámci různých tělovýchovných a sportovních aktivit.

1. Fyzický a psychický vývoj dítěte školního věku

1.1 Fyzický vývoj dítěte školního věku

Nástup dítěte do školy je pro dítě velmi významným životním mezníkem. Mění se jeho dosavadní způsob života, dítě dostává novou sociální roli. Jeho život, resp. denní režim, dostává díky škole pevnější charakter. Dítě musí dodržovat jistá pevně stanovená pravidla, na která nebylo doposud zvyklé. Musí být na určitou hodinu ve škole, musí dodržovat délku vyučovacích hodin, délku přestávek, musí se podřizovat autoritě pedagoga. Vše je pevně stanoveno a to je pro dítě nové. „Škola vnáší systém a pořádek do organizace života dítěte, do způsobu získávání poznatků a vnáší požadavky i na jeho chování a jednání.“ (4:85)

Mladší školní věk zahrnuje zhruba prvních pět let docházky. V tomto vývojovém období je pro dítě charakteristický především výškový růst (hovoříme o 6-8 cm v průměru za rok), což je samozřejmě doprovázeno zvyšováním hmotnosti. Dále se přesněji a jemněji vyvíjí motorika, dítě tohoto věku je mimořádně tělesně aktivní což se projevuje při nejrůznějších pohybových a tělesných činnostech, hrách, cvičeních. Je nutné umožnit dítěti přijatelným způsobem „vybít“ si tuto aktivitu i během výuky, jinak se totiž často stává neposedným a není schopno se na vyučování dostatečně soustředit.

Další vývojovou etapu, tedy střední školní věk, bychom mohli také nazvat jakousi předpubertou. Jedná se o etapu mezi desátým či jedenáctým až dvanáctým či čtrnáctým rokem života dítěte. Hovoříme tedy o žácích 6. – 7. ročníku základní školy. „Je to poměrně krátké vývojové období, charakterizované tím, že se tu naznačují změny, které se výrazně

projeví až v pubertě. V předpubertě se mění především tělesný vzhled dítěte a částečně jeho chování. Mění se také vztah dítěte k sobě samému, k rodičům, ke škole i k druhému pohlaví.“ (4:98). Vzhledem k tomu, že v tomto období rostou končetiny rychleji než tělo, říká se o těchto dětech, že jsou „samá ruka, samá noha“. Hovoříme zde o změnách proporcionality jednotlivých částí organismu. Dítě, jehož pohybové projevy byly v předcházejícím období víceméně ladné a harmonické, nyní působí dojemem neohrabanosti a nešikovnosti.

O období mezi dvanáctým či čtrnáctým a patnáctým či sedmnáctým rokem života dítěte hovoříme jako o období staršího školního věku. Nazýváme jej obdobím puberty. Toto období začíná prvními projevy pohlavní zralosti a je zakončeno tělesným, zvláště pohlavním, dozráním. U chlapců pozorujeme nástup puberty o jeden až dva roky později než u děvčat. Podle literatury se u našich dětí pohybuje nástup puberty mezi jedenáctým a třináctým rokem života. O pubertálním období bychom mohli hovořit jako o jakémsi „hormonálním a růstovém výbuchu“. Pozorujeme především prudký růst kosterní a svalové soustavy, který se zpomaluje a ustává v šestnáctém až osmnáctém roce života. Začínají se také projevovat první znaky pohlavní zralosti. U děvčat se jedná o první menstruace, u chlapců o spontánní výron semene, tedy o poluce. Také druhotné pohlavní znaky, které jsou ovlivněny hormonální činností, jsou snadno pozorovatelné. Pozorujeme odlišnou stavbu ženské a mužské postavy, ochlupení, u chlapců růst vousů a postupnou změnu hlasu v hluboký mužský hlas- mutaci. Toto tělesné, respektive pohlavní, dozrávání však nelze srovnávat s dozráváním psychickým, které v tomto období pouze začíná.

1.2 Psychický vývoj dítěte školního věku

Nástup do školy, tedy účast na výuce, působí především na poznávací vjemy dítěte. „Vnímání je základní biologickou potřebou, jejímž cílem je příjem informací z vnějšího světa, umožňující adaptaci. Vnímání je současně branou, jíž vchází do paměti subjektu jeho veškerá individuální zkušenost, a také všechny vývojově vyšší formy poznání, reprezentované různými druhy myšlení, se vyvíjejí ze souhry vnímání a předmětné činnosti.“ (7:232) Při tomto procesu musí pedagog vnímání dítěte směřovat správným směrem a to především zadáváním přesných a konkrétních úkolů.

Na počátku školní docházky, tedy v mladším školním věku, jsou na pedagoga kladeny požadavky aby vedl vyučování pestře, zajímavou formou, kterou by si jakýmsi přirozeným způsobem získal pozornost žáků. „Pozornost je stav vyznačující se tím, že jsme určitou dobu soustředěni na jednu oblast jevů, kdežto ostatní jsou v pozadí, popřípadě si je neuvědomujeme.“ (1:39). „Zvláštním znakem pozornosti je, že nemá žádný obsah, ale že je funkčně spojena se všemi psychickými procesy, s vnímáním, ale i emocemi a myšlením.“(7:258). U dítěte jsou tedy kladeny stále větší nároky na jeho záměrnou paměť, což se však musí dít pozvolna a nenásilnými metodami, abychom se nedostali do rozporu s vývojovými možnostmi žáka. U žáků mladšího školního věku v úvodu školní docházky převládá mechanické zapamatování, tzv. mechanická paměť, které je však postupně a pozvolna nahrazováno logickým myšlením, tedy uplatňováním paměti logické. Jistěže u žáků této věkové kategorie nelze hovořit o plnohodnotných logických pojmech, ale obohacováním svých zkušeností, smyslových zážitků, se postupně dostávají k používání abstraktnějších forem myšlení, tedy k logickým pojmům, logickému myšlení. U žáků mladšího školního věku dochází také ke změnám v citovém prožívání, kdy se city stávají

rozvinutějšími a bohatšími, jejichž vnější projev je však do značné míry omezen. „Požadavky školy, disciplína a normy chování kladou na žáka velké nároky a nedovolují mu, aby dával své city najevo tak intenzivně, jak je právě prožívá. Avšak vzrůstající sebekázeň mu umožňuje redukovat vnější výraz citů.“ (4:93) Ve většině případů by se dalo říci, že celkové osobnostní založení žáků této kategorie je extrovertní. Zaměřují se tedy na prostředí, které je obklopuje, na společnost, jejich zájmy často souvisejí s bezprostřední činností, kterou vykonávají. Žáky mladšího školního věku samozřejmě také ovlivňuje a formuje třídní kolektiv, který posuzuje a hodnotí veškeré jednání a výkony každého jednotlivce. Ten si pak na základě tohoto „hodnocení“ získává postavení v třídním kolektivu.

Střední školní věk by se dal charakterizovat jako období, které doprovází neklid fyzického i duševního rázu, který je jakousi předzvěstí růstových i duševních změn. Můžeme pozorovat jednak hlučné chování, vytahování se, ale stejně tak i ztrátu jistoty v chování a to dokonce i ve známých situacích. Je vidět také zvýšená pozornost o svůj zevnějšek. Ve vztazích mezi rodiči a dětmi se začíná proces pozvolného uvolňování vztahů, projevuje se přehnaná snaha o nezávislost, která je doprovázena vzrůstající kritičností. Toto se může také projevovat neposlušností až drzostí a předpubescentální děti již nejsou ochotny si plnit bezvýhradně své povinnosti tak, jak tomu bylo dříve.

Ve starším školním věku, tedy v pubertě, je již citová labilita a podrážděnost charakteristická. V tomto období se výrazně rozvíjí abstraktní myšlení, logická paměť, zevšeobecňování, dovršuje se pojmotvorná činnost a velmi se rozvíjí úsudkové myšlení. „Pro myšlení, jakož i pro jednání je v pubertě příznačné úsilí o samostatné řešení problémů, jistá unáhlenost v závěrech – neuspokojování se s kompromisním řešením.“ (4:101).

Ve srovnání s předchozím obdobím mají pubertální děti velmi výraznější obrazotvornost. Vzhledem k tomu, že se v jejich životě objevilo něco nového – pohlavní pud, chtějí neustále získávat nové poznatky týkající sexuální problematiky. Zde je velmi nutná důkladná a kvalitní zdravotní výchova a sexuální osvěta. Ve svém chování se pubertální děti často nedovedou ovládat, jsou podrážděné a jednají impulzivně. Charakteristické pro sociální vztahy dítěte tohoto věku je odpoutání se od svých rodičů. Pubertální děti se velmi často za své rodiče stydí, ba jimi přímo pohrdají. Nejedná se o nějaké přerušení vztahů mezi dětmi a rodiči, ale jen o jakousi „úpravu“ vztahu podřízenosti. Zároveň však současně s tímto odpoutáním se od svých nejbližších zaujímají v životě jedince významné místo přátelské vztahy a city. „Pubescent vytváří jiné sociální vztahy a volí si authority. Od těch, s nimiž se stýká, chce především individualizaci, osobní přístup.“ (8:426)

2. Tělesná a sportovní výchova jako faktor výchovy člověka

2.1 Tělesná a sportovní výchova v systému teorie výchovy

Sport ve škole hraje klíčovou roli v rané výchově a formování speciálních sociálních dovedností. I když se vysoké procento dětí aktivně věnuje sportu, určitý počet z nich má tuto možnost pouze ve škole. Zejména v jejich raném věku je sport ve škole jejich jedinou příležitostí vyvinout větší fyzickou aktivitu a naučit se hravým způsobem některým základním pravidlům, například pravidlům týmové spolupráce. V kontextu všeobecně – vzdělávacího procesu je školní sportování neocenitelné i proto, že redukuje agresivní tendence a povzbuzuje účinnost a schopnost koncentrace.

Sport ve škole je ve své podstatě výborným základem pro učení sociálních dovedností a základem pro výchovu a zdraví. Učitelé mají možnost prostřednictvím zajímavého sportovního rozvrhu motivovat žáky k provozování dlouhodobých fyzických aktivit přesahujících rámec školních osnov. Odpovídající učební prostředí, je-li k dispozici, neklade důraz na výhru či prohru, ale soustřeďuje se na maximální zapojení všech studentů do různých sportů. Sporty rozvíjejí sociální a osobní schopnosti každého jednotlivce, zprostředkovávají zábavu, jsou měřítkem úspěšnosti, umožňují získávání dovedností a mají vliv na zlepšování a rozvoj správného sportovního chování, včetně sebekontroly, disciplíny, spolupráce, tolerance a respektování druhých.

V současné době však bývá tělesné výchově ve školách mnohdy přisuzována větší odpovědnost, než může sama o sobě naplnit. Vede k tomu přesvědčení, že může nebo musí nahradit veškeré funkce pohybových aktivit, jež jsou jinak v životě dětí a mládeže opomíjeny. Školní tělesná výchova však zajišťuje pouze určitý, i když velmi významný podíl na biologickém vývoji jedince a na tvorbě zdravého životního stylu. Dvě hodiny tělesné výchovy týdně nelze v žádném případě považovat za dostatečné. Jedním z hlavních úkolů tělesné výchovy ve škole je naučit žáky, jakým nejvhodnějším způsobem rozvíjet pohybové dovednosti a pohybový režim ve volném čase i mimo školní tělesnou výchovu.

Moderní pojetí školní tělesné výchovy zdůrazňuje odhalování individuálních pohybových předpokladů, kultivaci pohybových dovedností jedince a rozvoj zdravotně orientované zdatnosti. Základním požadavkem je kladné a libé prožívání pohybových aktivit a upevňování pozitivních postojů k nim. V pozadí je jednostranná orientace na pohybovou výkonnost a soutěživost, mylně mnohdy pokládanou za dominující v motivaci žáků v případě tělesné výchovy.

Akcent na plnění výkonových požadavků osnov vyhovuje pohybově nadanějším a fyzicky disponovaným dětem. Převážná část průměrně a podprůměrně disponovaných dětí prožívá v takto pojímané tělesné výchově frustraci, pocity ztráty důstojnosti, strachu z neúspěchu s navozením potřeby vyhnout se účasti na tělesné výchově. Bývá to nejčastěji u dětí obézních, nešikovných a z domova pohybově deprivovaných dětí, které objektivně naopak potřebují co nejvíce podnětů z oblasti pohybových aktivit. Tím, že se jim ale vyhýbají, se jejich tělesná nedostatečnost ještě více prohlubuje.

Celkový pohybový režim žáka ve škole je záležitostí nejen učitelů tělesné výchovy, ale všech pedagogů. Je žádoucí vytvořit a vhodně nabídnout co nejvíce příležitostí k pohybu pro každého žáka. Ve větší míře je třeba zpřístupnit řízenou tělesnou výchovu i možnosti pro spontánní pohybové aktivity zejména méně pohybově nadaným a zájmově jinak orientovaným žákům. Je také třeba vhodným způsobem zapojovat i zdravotně oslabené a tělesně postižené děti.

Pojetí školní tělesné výchovy se musí snažit respektovat individualitu žáka. Je velmi důležité vytvářet atmosféru důvěry a sympatie, která dodává žákům odvalu dát průchod svým potřebám a nápadům a tyto realizovat ve spolupráci s ostatními spolužáky. Spolupráce v kooperativních pohybových hrách a tvořivost v kreativních pohybových hrách jsou žádoucími prvky školní tělesné výchovy.

Již bylo řečeno, že škola je vedle rodiny, důležitým místem pro utváření návyků pro pravidelnou celoživotní pohybovou činnost. V rámci školy je třeba vytvářet podmínky pro volný pohyb a pro aktivní cílevědomý pohyb při každé příležitosti. Zohlednit potřeby a zájmy jednotlivců, jejich vývojové předpoklady, zdravotní stav, psychické potřeby a prožívání sportovních činností. Význam pohybu pro poznávací funkce, emoční motivace a posilování volního úsilí je znám a stále potvrzován novými poznatky.

Celý výchovně vzdělávací proces, včetně školní tělesné výchovy, musí směřovat k tomu, aby si žák oblíbil některé pohybové činnosti a chtěl je využívat mimo školu ve volném čase, ať již výkonově nebo rekreačně. Utváření pravidelné celoživotní pohybové činnosti je chápáno jako hlavní a dlouhodobý cíl školní tělesné výchovy. K tomu je důležitá a pestrá nabídka sportovních odvětví v rámci tělesné výchovy i mimo ni. Pro některé žáky

může být oblíbenou aktivitou kolektivní sport, pro jiného sport individuální nebo některý z nově se objevujících sportů. V této souvislosti je vhodné zmínit některé záměrně vytvořené sporty nenáročné na pohybové dovednosti, které umožňují zapojení i pohybově méně nadaných jedinců s cílem zpříjemnit jim volný čas a přivést je pravidelnému cvičení a sportování. Jedná se například o upravení pravidel známých a rozšířených sportů umožňující jejich provozování i v omezených podmínkách a s menším počtem účastníků. Typickým příkladem je basketbal, jehož úprava do podoby streetbalu nabídla zábavu dětem a mládeži trávící volný čas na ulicích.

2.2 Úkoly tělesné a sportovní výchovy

Věnování se plně tělesné výchově a sportu znamená zvládnutí úkolů tělesné výchovy:

1. osvojení potřebných vědomostí o tělesné výchově – smysl činnosti, technika apod.
2. osvojení potřebných pohybových i rozumových dovedností, odhad vlastních možností
3. rozvoj fyzické zdatnosti a pro danou činnost účelných pohybových schopností – rychlost, vytrvalost
4. utváření potřebných návyků – životospráva, režim dne, hygiena
5. rozvoj specifických schopností – periferní vidění, odhad soupeře
6. ovlivňování postojů k cvičiteli, trenérovi, soupeři
7. regulace interpersonálních vztahů ve skupině sportovců
8. všestranné působení na vlastnosti cvičence jako jedince – sebekázeň, cílevědomost, odolnost, smysl pro spolupráci

Obsahem jsou pak vědomosti, dovednosti a návyky, které mají cvičenci získat společně s určitými postoji, zájmy a názory.

Během života prochází každý člověk složitými vývojovými změnami. Zjišťujeme, že jak dítě, tak dospělý člověk je v určitém věku konstitučně, či svými vlastnostmi, zájmy a postoji některým lidem podobný, nebo se naopak od jiných výrazně odlišuje. Tato skutečnost je podmíněna činiteli vývoje – dědičností, vlivem prostředí a výchovou. Všichni učitelé, trenéři a cvičitelé musí proto při své pedagogické práci vycházet především ze znalostí specifických věkových charakteristik. Z hlediska fylogenetického vývoje předpokládáme, že morfologicky, fyziologicky i psychicky je vývoj celé populace určitého věkového stupně na relativně stejné úrovni. Současně jsme si i vědomi častých individuálních odlišností.

Celý lidský věk se dělí zhruba na tři základní období:

1. integrační (mládí) 0 – 20 let
 - a) dětství 0 – 11 let
 - b) dorost 11 – 20 let
2. kulminační (dospělost) 20 – 60 let
 - a) dospělí 20 – 30 let
 - b) dospělí 30 – 45 let
 - c) dospělí 45 – 60 let
3. involuční (stáří) 60 let a více

Nejbohatší na kvantitativní i kvalitativní změny je však období mládí, je stádiem celkového formování osobnosti. Charakteristickými rysy populace v tomto věku je hravost, aktivita, vnímavost a životní optimismus. Z hlediska trenérské a cvičitelské práce začínáme pracovat s dětmi převážně od 6-ti let.

Z hlediska vývojové fyziologie jsou hranice mezi jednotlivými obdobími nepřesné, individuální odchylky často uvedou kalendářní věk dítěte do nesouladu s fyzickým věkem, dítě se ve vývoji někdy opoždí, častěji vývoj předbíhá, zejména v dnešní vývojové etapě+ dobrých sociálních podmínek v rodinách. Přesto by bylo nesprávné opomíjet věkové zákonitosti, neboť jejich nerespektování a neznalost by mohly přivodit vážné poškození zdraví dítěte.

Stručné charakteristiky vývojových fází:

- období mladšího školního věku (6 – 11 let) – pozvolní a rovnoměrné přírůstky tělesné váhy a výšky, pravidelný růst energie, rovnoměrně se zvyšující výkonnost organismu, vstup do školy – přechod z období hry na školní práci, většinou bezproblémová motivace, zvykání si v kolektivu.
- období staršího školního věku (11 – 15 let) – v organismu dochází k velkým biologickým změnám, diferencují se rozdíly mezi chlapci a děvčaty, pomalejší váhový přírůstek vzhledem k výškovým přírůstkům způsobuje určitou pohybovou diskordinovanost (neohrabanost), stabilizace některých vnitřních orgánů (srdce, plíce), zvyšování tělesné výkonnosti, stabilizace centrální nervové soustavy, v citové oblasti jde o nejsložitější období, nárůst síly a pohybových dovedností.
- Období adolescence (15 – 20 let) – poslední vývojová fáze mezi dětstvím a dospělostí, anatomické a fyziologické dozrání, plný rozvoj všech pohybových schopností, z hlediska sportovní výkonnosti označujeme jako období vrcholných výkonů, z hlediska výchovy též období značně náročné.
- Období dospělosti (20 – 30 let) – konečné tělesné dozrání, období fyzické a psychické energie a síly, zhruba dovršen i psychický vývoj, sportovně orientovaní jedinci dosahují obvykle svých špičkových výkonů, z hlediska pravidelnosti cvičení a sportování bývá toto období často kritickým.

- Období produktivního věku (30 – 45 let) – o první části této periody můžeme hovořit jako o období vrcholné fyzické a psychické výkonnosti, v druhé části se již začíná projevovat pokles některých tělesných a psychických funkcí, pravidelná pohybová aktivita by měla plnit především úkoly zdravotní prevence a zajišťovat přiměřenou fyzickou a tím i psychickou výkonnost a odolnost.
- Období postproduktivního věku (45 – 60 let) – začínají se projevovat regresivní biologické procesy, ve fyzickém i psychickém smyslu, pokračuje atrofie svalových skupin, zvláště u lidí, jimž chybí pohyb a fyzické zatížení, velký význam pohybové aktivity jako pravidelného způsobu života – aktivní odpočinek.
- Období stáří (nad 60 let) – biologické stárnutí všech fyzických a psychických funkcí, změny podmiňují ztrátu celkové elasticidy, dynamiky, síly a nervosvalové koordinace, na základě správných režimových návyků a přiměřené životosprávy lze udržet relativně vysokou úroveň tělesné zdatnosti i výkonnosti, důležitá jsou cvičení podporující správnou funkci oběhového a dýchacího systému.

„Každý zkušený učitel tělesné výchovy, cvičitel či trenér ví, že lidi stejného věku mají kromě řady společných znaků i mnoho znaků rozdílných. Teprve analýza těchto individuálních zvláštností umožní jemnější diferenciaci a tím i vyšší úspěšnost v záměrném ovlivňování vychovávaných svěřenců.“(10:23)

Chceme-li úspěšně, tedy efektivně a účelně zasahovat do formování osobnosti, musíme zjistit, jakými trvalejšími znaky se osobnost vyznačuje. Ovšem toto zjištění má pouze relativní platnost, může se měnit. Při zjišťování individuálních zvláštností posuzujeme především vlastnosti svých svěřenců. Poznat jedince předpokládá ověřit si určité teoretické znalosti o vývoji, struktuře a dynamice osobnosti. A též praktické diagnostické zkušenosti.

Na základě pozorování jednání a chování jedince získáme obraz jeho osobnosti. Ani však vlastnosti nejsou ničím neměnným. Vlastnost tedy chápeme jako relativně stálou tendenci chovat se obdobným způsobem v určitých podobných situacích. Vlastnosti zcela běžně dělíme na vlastnosti – temperamentu, charakteru a schopností. Temperament je výchovou těžko ovlivnitelný. Projevuje se v citové vzrušivosti a v síle a tempu probíhání psychických projevů. Charakter je tvořen specifickým spojením podstatných vlastností osobnosti. Vlastnosti charakteru se formují především pod vlivem výchovy, na základě zkušeností z životní praxe. Schopnosti jsou vlastnosti osobnosti, které podmiňují vyšší výkon v určité oblasti činnosti. Jsou též předpokladem rychlejšího a kvalitnějšího průběhu procesu učení. Nejsou samy o sobě vrozené, jejich rozvoj je podmíněný vlohami – anatomicko-fyziologickými dispozicemi organismu. „Obecně můžeme vymezit schopnost jako psychickou vlastnost, která se projevuje tím, že člověk dokáže naučit se určitým činnostem a vykonávat je.“ (1:61) Zájmy a postoje – zájem můžeme vidět jako potřebu vyvolanou specifickou zaměřeností k určité činnosti. Pozitivní zájmovou orientaci bychom měli ve výchově posilovat a negativní potlačovat. Na základě emocionálních zkušeností pak vznikají postoje – tedy vztahy k předmětům, osobám, myšlenkám, situacím a činnostem. Poznání individuálních vlastností je tedy obtížné, ovšem z hlediska optimálního průběhu výchovně vzdělávacího procesu nezbytné.

2.3. Kolektivní výchova a její postavení v tělesné a sportovní výchově

Problematika kolektivní výchovy v tělesné výchově je součástí celkové výchovy. Osobnost jedince se však nevytváří odděleně, ale většinou ve skupině lidí. Většina pohybových aktivit se odehrává v kontaktu s jinými osobami. Již od narození jsme členy nějaké skupiny a po celý život podléháme nejrůznějším skupinovým vlivům. A proč se vlastně sdružujeme, proč skupiny vznikají? Zřejmě nejdůležitějším momentem je snazší dosahování společných cílů a tím přímo či nepřímo snazší uspokojování potřeb jednotlivých členů. Některé složitější aktivity by ani jedinec sám dělat nemohl, například kolektivní sporty. Tato skupina může uspokojovat u různých členů různé potřeby. Kromě nepřímého uspokojování fyziologických potřeb se přímo v sociální interakci uspokojují sociální potřeby : potřeba sociálního styku vůbec, potřeba lásky, potřeba pocitu někam přináležet, potřeba uznání a prestiže, potřeba dominovat, vést a být veden a jiné. „Člověk je společenský tvor a v jeho formování jde o socializaci, o to, aby se naučil žít ve společnosti, aby si osvojil zkušenosti ve styku s lidmi.“ (1:259) V tělesné výchově můžeme tento okruh lidí nazvat sportovní skupinou a pro její velikost, jako jedním z možných kritérií, hovoříme o malé sociální skupině. Je pochopitelné, že je něco jiného skupina přátel, školní třída nebo sportovní družstvo. Abychom lépe pochopili fungování skupiny, musíme si je nějak rozdělit a popsat. Uvedme si alespoň některá dělení malých skupin:

- a) Na formální a neformální – formální skupinou rozumíme takový okruh lidí, který má předem stanovený plán pro svoji strukturu a organizaci, pro své cíle. Je zakládána nějakou organizací či institucí. Plní hlavně nadosobní cíle, osobní ale také. Chování a činnost jsou stanoveny a regulovány předpisy a předem stanovenými pravidly. Neformální skupina je taková, která vzniká spontánně, chování a styk nejsou

jednoznačně předepsány a zakládají se spíše na potřebách, zájmech a emocích jedinců. Vyznačuje se větší intimitou, přátelskostí a jsou zde více sledovány cíle skupinové a osobní. Samozřejmě mohou plnit i cíle nadosobní a mimoskupinové. Formální skupiny mají občas tendence přerůstat ve skupiny neformální, naopak to neplatí, protože neformální skupina se v takovém případě rozpadá.

- b) Na vlastní a cizí – u vlastní skupiny je zdůrazňováno vědomí a pocit „my“. Vytvářejí se určité stereotypy v posuzování vlastní a cizí skupiny. Vlastní skupina se spíše nadhodnocuje, úzce to souvisí se soutěživostí či řevnivostí. Cizí skupina jsou „ti druzí“, nebo „oni“. Těm je tendence přisuzovat vlastnosti záporné, sobě kladné. Je zde jakási obdoba hodnocení sama sebe. Pokud existuje vnější soupeř, zvyšuje se tím vnitřní soudržnost (koheze) skupiny a vyžaduje se striktnější plnění vnitřních norem a stanovených úkolů. Například si můžeme uvést zahajovací „rituál“ kolem brankáře v ledním hokeji. Nejedná se o show pro diváky, nýbrž jde o snahu zvýšit soudržnost skupiny, ještě ji více podnitit a upevnit. Skupiny by šlo ještě dělit různě, například primární, sekundární apod.

Pro kolektivní výchovu jsou významné vzájemné vztahy ve skupině. Označujeme je jako vztahy meziosobní nebo též interpersonální. Vycházíme z toho, že každá skupina má svou strukturu. Tedy ne všichni členové mají ve skupině stejné postavení či pozici. Někdo je takzvaným „kapitánem“ – vedoucím skupiny, jiný má speciální funkci a další je běžným členem. Každé pozici přináleží určitá funkce, ale i ohodnocení ostatními členy skupiny. Hovoříme o vlivu a vážnosti uvnitř skupiny, ale i mimo ni. Každý člen podle své funkce hraje určitou roli. Role jedinců je chování, které se od nich očekává podle jejich zastávané pozice. „Pojmem – role – tedy vyjadřujeme komplex chování, který s určitou pozicí nebo dělbu činností souvisí.“ (12:24) Podívejme se však na tento stav více do hloubky.

Struktura skupiny – jsme v roli pozorovatele a před sebou máme několik jedinců, z nichž právě vzniká skupina. Co uvidíme? Někteří jedinci se volně a relativně náhodně stýkají. Po určité době a vzájemném poznání se někteří baví mezi sebou častěji. Sdělují si své názory a emoce. Pokud vystane nějaký problém, vidíme, že někdo se na jeho řešení podílí více, dává ostatní dohromady, udílí rady apod. Prostě z náhodného, nestrukturovaného seskupení se stává skupina, sice ještě ne příliš stabilní, ale již s určitou strukturou. Rozdělují se role, tvoří sympatie a antipatie, objevují se vůdce. Jakmile se skupina takto zformuje, začne plnit, byť jen dočasné cíle. A tím získává určitou přitažlivost a soudržnost. Členové si jednak cení svého členství v ní (tím více, čím více uspokojuje potřeby jednotlivců ve skupině), jednak si skupina váží svých jednotlivých členů. Pokud již skupina získá tyto vlastnosti, to je soudržnost (kohezi) a přitažlivost, může fungovat jako celek. Tedy pracovat, chránit své členy, odolávat vnějším tlakům, bavit se. Skupina je velice pevná v případě, že trvá dosti dlouho. Její struktura je jednoznačně určená a je relativně stálá. Pozice každého jedince ve skupině bude postupně jiná. Odlišovat se bude podle oblíbenosti, či neoblíbenosti (popularity) a podle míry osobní moci (vůdce, člen). Také se pozice členů liší podle toho, jak je jedinec ve skupině přijímán. „Zde rozlišujeme:

- a) osoby, které se prosazují a jejichž prosazení bylo přijato
- b) osoby, které se chtějí prosadit, ale jsou přehlíženy
- c) osoby, které se chtějí prosadit, ale jsou přímo odmítány – silnější stupeň než předchozí“ (3:63)

Jak jsme již naznačili, ne všichni jedinci ve skupině mají stejné slovo, ne všichni dělají stejné věci. Chceme-li celou situaci lépe pochopit, je nutné si objasnit ještě několik dalších pojmů, jako jsou – pozice, status, role.

Pozice – v rámci jakékoli skupiny má každý jedinec určitou relativně stálou pozici. Jiná je například pozice učitele a žáka, jiná trenéra a jiná sportovce, jiná otce a dítěte, jiná vedoucího a jiná běžného člena skupiny.

Status – každé pozici přináleží nejen určité funkce, ale také určité osobní ohodnocení ostatními, určitá míra prestiže. Jinak řečeno, každá pozice má určitý společenský status. To platí nejen v malých skupinách, ale i v širších společenských souvislostech. Například společenský statut lékaře, či učitele je jiný, než společenský status uklízečky, status olympionika je vyšší než status průměrného dorostence. Po tomto shrnutí lze říci: „Každý jedinec ve skupině má určitou pozici a tato pozice je určitým způsobem ostatními hodnocena, tj. má určitý status.“ (3:64)

Role – jak jsme si již řekli, každé pozici odpovídají určité funkce. Zcela jinou bude mít roli otec rodiny doma a zcela jinou týž člověk ve svém zaměstnání. Každé plnění funkce vyžaduje v dané pozici jiné aktivity, jiné dovednosti, jiné znalosti, jiné schopnosti, apod. Role je vlastně chování, které od jedince v určité pozici očekáváme. Jistě by bylo velmi podivné, kdyby se například rozhodčí začal chovat jako zaujatý fanoušek. Očekáváme prostě něco zcela jiného. Role v malé skupině jsou na sebe vázané. Mění-li se jedna, mění se i druhé. Pro příklad si uveďme roli dítěte. Jakmile začne dospívat, začne se jeho role měnit, a tím nejen jeho, ale stejně tak se začne měnit role matky.

Co je významné u sportovních skupin? Některé aspekty jsou důležitější než jiné hodně také záleží na druhu skupiny a na situaci, ve které se nachází. Jsou to hlavně – soudržnost skupiny, motivace jednotlivých členů skupiny, skupinová atmosféra, skupinová morálka a disciplína. Můžeme si je stručně charakterizovat:

„Soudržnost skupiny (neboli koheze) – je výslednicí sil, které působí na členy tak, že chtějí ve skupině zůstat a skupinu udržet.“ (3:64)

Motivace jednotlivých členů skupiny – to znamená stav, nakolik se angažují členové skupiny v dosahování skupinových cílů. Zde záleží, jaký význam má skupina pro jedince, nakolik a jaké uspokojuje jeho potřeby. Též zde hraje roli i úsilí, jaké jedinec musel vynaložit, aby se do skupiny dostal a jak si cení svého členství v ní.

Skupinová atmosféra – znamená, jak se přátelsky a otevřeně ve skupině komunikuje, jak členové skupiny spolu spolupracují a jak se ve skupině cítí.

Skupinová morálka a disciplína – to je nakolik se dodržují skupinové normy, jak jsou tvrdé, případně jak se trestá jejich porušování. Samozřejmě je ve hře více faktorů, například styl vedení a osobnost vůdce skupiny a další. Co se však bude dít se skupinou, bude-li podrobena jako celek zátěži? Toto opět záleží na mnoha okolnostech. Velkou roli hrají ty, které jsme již uvedli, tedy koheze, motivace, atmosféra, apod. Ale také druh zátěže a zkušenost skupiny, jak zátěži čelit. Uvedme si základní druhy zátěže a její projev na skupinu.

Skupina mimo zátěž – družstvo, tým, výrazně vyhrává:

- zachovává se soudržnost, ale klesá výrazně bojovnost, uvolňuje se vnitřní napětí
- zvyšuje se skupinové sebevědomí, podceňuje se soupeř nebo vnější podmínky
- více se bere ohled na potřeby jednotlivých členů
- pod dojmem jasného vítězství dokáže skupina ztratit zápas, nebo si výrazně zkomplikovat výsledek, který je již rozhodnut

Skupina v mírné zátěži – skupina jako družstvo těsně prohrává a do konce klání je ještě daleko:

- koheze se spíše zvyšuje
- zvyšuje se orientace na úkol, také se více komunikuje, snaha o nápravu situace je velká
- vůdce bývá autoritativnější, jednoznačně rozděljuje příkazy a instrukce

- bere se menší ohled na osobní potřeby členů, například ohledy na drobná zranění, únavu apod.
- začínají náznaky konfliktů

Skupina ve vysoké, extrémní, zátěži – skupina jako družstvo výrazně prohrává, šance na zvrácení klání je malá:

- koheze se radikálně snižuje, klesá
- skupina má tendenci se rozpadnout
- osobní motivace členů nejsou v souladu se skupinovou (někteří to vzdávají, jiní ještě chtějí pokračovat), tím klesá kooperace, mění se názor na skupinu
- atmosféra je nepřátelská až agresivní (výčitky, nadávky, pocity viny)
- je tendence zkreslovat situaci (vinu přenést na rozhodčího, na počasí)
- vedení téměř úplně selhává, není respektováno a dochází často ke změnám pozic a rolí, mohou se objevit i noví vůdci.

Uvedli jsme si základní druhy zátěže, jaký vliv mají na skupinu. Nyní si řekněme, jaký vliv má skupina na jedince. Ukazuje se, že malé skupiny mohou mít značný vliv na své členy. „V této oblasti byla prováděna řada výzkumů a závěry ukázaly, že skupinový tlak značně ovlivňuje nejen chování, ale i vnímání, myšlení a snahy svých členů. Ukázalo se, že příslušník skupiny často podlehne skupinovému tlaku i tehdy, když s názorem skupiny nesouhlasí.“ (3:66) V čem tento tlak spočívá? Trvá-li skupina jako celek déle, vytváří si vlastní vnitřní normy. U formálních skupin jsou dány předem, u neformálních vzniknou spontánně. Některé chování skupina preferuje, některé toleruje, jiné odmítá. Vnitřní normy určují, jak se chovat při styku s jinými skupinami, koho uznávat a koho ne, komu a čemu naslouchat atd. Obecně lze tedy říci, že pokud jedinec jedná v souladu se skupinovými normami a pracuje na skupinových cílech, je přijímám. Ovšem každá

skupina je jinak tolerantní. Řada norem a zásad nebyla nikdy vyřčena, a přesto se stroze uplatňují (tzv. nepsané zákony).

3. Sociální vliv tělesné výchovy a sportu na jednotlivce

3.1 Socializace osobnosti

Člověk je tvor společenský. Potřeba jedince patřit do nějakého kolektivu či společenství je stejně stará jako lidstvo samo. Možná, že nejdůležitějším momentem je snadnější dosahování společných cílů a tím přímo či nepřímo snazší uspokojení potřeb jednotlivých členů. „Socializace vede k postupné přeměně člověka z biologické bytosti v bytost lidskou, a to vlivem sociálního prostředí, hry a práce. Jde o to, aby se jedinec naučil žít s druhými lidmi, efektivně s nimi kooperovat a komunikovat.“ (5:5) Navíc některé aktivity by člověk ani sám provádět nemohl, například kolektivní sporty. Vedle uspokojování fyziologických potřeb je pro člověka velmi důležité také uspokojování potřeb sociálních. Hovoříme-li o sociálních potřebách, máme na mysli potřebu lásky, pocitu sounáležitosti, potřebu někoho vést nebo také být někým veden, potřebu sociálního styku jako takového. „Proces socializace je tedy vytváření orientace v oblasti společenských hodnot, v jejich složitém systému. Patří sem např. vytváření pojmu zla a dobra, pojetí slušného a neslušného, vytváření hygienických a pracovních návyků, zdokonalování pohybové a výrazové činnosti, příprava na manželství a rodičovství apod.“ (5:6)

3.2 Vliv tělesné výchovy a sportu při socializaci osobnosti

Při svém procesu socializace prochází jedinec různými skupinami. Stává se jejich členem, v jejich rámci zaujímá určitou pozici, jíž náleží určitý společenský status a odpovídá jí určitá role.

Ve sportovním prostředí hovoříme o sociálních skupinách jako o sportovních skupinách a vzhledem k jejich velikosti jako o malých sociálních skupinách. „Malou sociální skupinu, například sportovní družstvo, můžeme charakterizovat jako skupinu jejíž členové se navzájem znají, mají společné některé cíle, vzájemně se stýkají, jsou spojeni trvalejšími zájmy, vytvářejí si společné normy, které jsou pro chování závazné a jejich sociální role jsou na sobě závislé.“ (3:61) Pro sportovní skupinu, družstvo, tým jsou velmi důležité vzájemné vztahy uvnitř skupiny. Významná je zde motivace jednotlivých členů skupiny, která v souhrnu vytváří celkovou soudržnost celé skupiny. Tato soudržnost (koheze) pak zpětně působí na jednotlivé členy, hovoříme o skupinové atmosféře, skupinové morálce. Každý jednotlivý člen sportovní skupiny si v jejím rámci plní své úkoly, tedy podle své funkce hraje určitou roli. Ne každý může být vedoucí či kapitán, ale v konečném důsledku si musí být všichni členové této skupiny jisti, že se můžou jeden na druhého spolehnout. Sportovní skupina, sportovní tým, zde sociálně působí na její jednotlivé členy ve smyslu konečného skupinového úspěchu i za cenu upuštění od cílů a potřeb individuálních.

Sportovní skupina se také může (a velmi často dostává) do krize, nebo zvýšené zátěže. Zde se zvláště projeví soudržnost skupiny. Například utkání či klání se může zdát již předem prohrané a ztracené a někteří členové skupiny by nejraději vše vzdali. Je-li koheze skupiny dobrá, skupina tyto své členy „podrží“ a pomůže jim tím překonat vlastní individuální krizi, překonat sebe sama.

Tělesná výchova a sport však nepůsobí na jednotlivce při procesu socializace osobnosti pouze v kolektivních sportech. Sociální aspekty jakými jsou houževnatost, vytrvalost, píle, čestnost, cílevědomost, sebekázeň, odolnost, smysl pro spolupráci aj. platí pro celé spektrum tělovýchovných a sportovních činností bez ohledu na to, na jaké úrovni jsou tyto činnosti provozovány či vykonávány. „Vcelku lze nalézt pozitivní socializační dopady sportu především v pěstování schopností soutěživé akceschopnosti, uplatňování sportovních dovedností, pěstování osobní angažovanosti a utužování přátelských vazeb. Sport tak zvyšuje pravděpodobnost úplnější komplexnosti procesu socializace a vyšší úrovně sociálních vazeb.“ (9:31)

3.3 Psychosociální funkce pohybových aktivit

Komplexní, holistický přístup k pohybové aktivitě, pojímá pohybovou aktivitu jak z hlediska

- tělesných účinků,
- psychoregulačního efektu a
- socializačního efektu.

Pohybová aktivita u dětí a mládeže je prostředkem k zajištění normálního tělesného vývoje. Stimulace prostřednictvím přiměřené pohybové aktivity je nutná pro optimální růst a vývoj nervového systému. Pozitivně podporuje vývoj pohybového ústrojí zejména tím, že působí na zvyšování svalové hmoty a její výkonnost, posiluje kostru a šlachy, zabraňuje vadnému držení těla. Má vliv na správný rozvoj krevního oběhu, je důležitým regulátorem obezity. Stále aktuálnější je důležitost pohybové aktivity při kompenzaci škod vzniklých sedavým způsobem života.

Pohybová aktivita má významný psychoregulační efekt při tlumení mentální zátěže dětí a mládeže.“ Příznivě zvyšuje toleranci ke stresu, depresi a přetížení nervového systému, plní funkci relaxační plynoucí ze vztahu napětí svalového a psychické tenze.“ (3:125) Významný je také vliv tělesné aktivity na emoce člověka a estetizující vlivy tělesných aktivit, jako je například tanec a podobně.

Socializační efekt je dán tím, že pohybová aktivita přináší možnost seberealizace, estetického prožitku a prožitku výkonu, pocitu spokojenosti a pohody, navozování přátelských a dalších pozitivních mezilidských kontaktů. Neméně důležitá je i funkce rozvoje morálních vlastností a racionálního poznání.

Pohybová aktivita přispívá všemi těmito složkami ke zdravému životnímu stylu a zároveň také k prevenci sociálně patologických jevů. Je tedy významným prvkem prevence a zdravého vývoje ve všech věkových obdobích.

3.4 Psychosociální funkce pohybových aktivit předškolního a školního věku

Stimulační význam tělesných aktivit v ranném věku je všeobecně znám a to i z hlediska vlivu na mentální rozvoj dítěte. Ohromný socializační význam v předškolním věku má dětská hra, která je jakousi školou sociální interakce. Formativní význam má i spontánní tělesná aktivita typu dovádění a skotačení, na kterou se mnohdy dospělí dívají jako na zbytečné „blbnutí“.

Základním prvkem ochrany před společensky nežádoucími jevy je výchova ke zdravému způsobu života od nejútlejšího věku. Myšleno v holistickém pojetí to znamená ve složce tělesné, duševní a sociální, kdy tyto složky jsou navzájem propojeny a tvoří spolu harmonickou jednotu.

V předškolním věku mezi kompetence podpory zdraví a zdravého životního stylu, které jsou zároveň prevencí společensky nepřijatelných jevů patří:

- sebedůvěra, samostatnost a sebejistota

- podpora zkušeností, které poskytují potěšení a touhu účastnit se pohybových aktivit
- schopnost přizpůsobení se životu v sociální komunitě, vnímavý a otevřený vztah k okolnímu světu, schopnost přiměřeně kriticky myslet a rozhodovat se
- seberozvíjení
- motivace k aktivnímu poznávání a prožitkům
- rozvoj tvořivosti a estetického cítění

K vytvoření a upevnění uvedených kompetencí zdravého životního stylu u dětí slouží zejména pohybové aktivity, hry a hraní. Optimální se jeví spontánní dětské pohybové aktivity bez viditelných zásahů dospělých a pedagogů, kdy je dětem poskytována možnost volby samostatné činnosti i její obtížnosti. Dítě ví, že si samo může vybrat a vyzkoušet své síly. Je nutné, aby motivace k činnosti vzcházela z dítěte a byl respektován jeho zájem, aby pohybová činnost vycházela z vnitřní motivace, z potřeby pohybu, z potřeby zjistit, co umím. V nesoutěživém prostředí, bez potřeby předhonorovat kamaráda je tělesný rozvoj provázený vědomím odpovědnosti za své zdraví. Dítě je motivované a vzniká posléze i trvalá potřeba pocitu libosti z naplnění potřeby pohybu.

Klíčovou kompetencí zdravého životního stylu, kterou pěstují pohybové aktivity je sebedůvěra. Přiměřené vědomí vlastní důvěry v sebe je silným ochranným mechanismem. Součástí zdravého životního stylu je i zdravé sebevědomí. Vlastní sebevědomí spojené s úctou k druhému patří k základní životní kompetenci. Sebedůvěra dětí je podmíněna optimální kvalitou vztahu k dětem v praktickém životě. Takovým uspořádáním společenského života, který umožňuje uspokojování potřeb dítěte a tím i zdravý rozvoj jeho osobnosti. Umění realisticky odhadnout, nepřeceňovat ani nepodceňovat své síly, je prevencí nejen úrazů, ale i posílení pevného postoje dětí vůči budoucím stresům,

neúspěchům i pádům, které nepřípravení jedinci mnohdy řeší zástupným způsobem: agresí, zneužíváním drog, alkoholu nebo jiným negativním způsobem.

Důležitým prvkem pohybových aktivit u dětí školního věku je povinná školní tělesná výchova. Její užitek by se neměl omezovat jen na úroveň biologickou, ale měla by zde být zahrnuta i složka psychosociální. Sebeprosběšnější tělesná aktivita je neefektivní, pokud je pro žáky deprimující, frustrující, nebo degradující. Opakovaně nepříjemné prožitky v rámci tělesných aktivit mají demotivující charakter. Blokují nesmírně důležitý cíl tělesné výchovy ve školách – vytvořit zájem o tělesné aktivity v rámci zdravého životního stylu člověka. Děti se pak tělesné výchově vyhýbají, nechávají se osvobodit od tělesné výchovy ze zdravotních důvodů. Důležité je proto dát dětem možnost prožít v tělesné aktivitě zdar, radost, kooperaci a kreativitu bez ohledu na výkon a limity. Ke kvalitě života mládeže patří prožitky a vzrušení. V tomto období je důležité, aby naprostá většina vzrušujících prožitků nebyla spojena s tělesnou pasivitou. Tedy neměla pouze diváckou a virtuální povahu, nebo nebyla „chemického původu“. Kombinace nudy s touhou po dobrodružství je v tomto věkovém období jedním z častých rizikových faktorů vzniku sociálně patologických jevů. Zejména sportovní aktivity, přizpůsobené svým charakterem a obsahem této věkové skupině, mohou nahradit nežádoucí volnočasové aktivity mládeže.

4. Výzkumná sonda zaměřená na sociálně pedagogické aspekty tělovýchovných a sportovních činností ve školním a mimoškolním prostředí

4.1. Cíl výzkumu, formulace hypotéz

Základním cílem výzkumu bylo proniknout do struktury skupin a ověřit fakta získaná studiem literatury o vnitřních postojích, pozicích a rolích ve skupinách dětí školního věku a různých sociálně pedagogických aspektů z toho vyplývajících. Na základě teoretického rozboru v souladu s cílem výzkumu jsem stanovil následující hypotézy:

1. Většina jednotlivců ve skupině má kolektivnější cítění
2. Ve skupině jsou jednotlivci, kteří se snaží skupinu vést
3. Ve skupině je většina jednotlivců, kteří jsou skupinou ovlivňováni a podřizují se jí
4. U většiny dětí školního věku má větší autoritu škola než rodina

4.2. Metodika výzkumu, výsledky výzkumu, potvrzení hypotéz a závěry

K ověření hypotéz byla vypracována anketa ve formě dvou dotazníků se vztahem k tělesné výchově a sportu a skupinám, a byla provedena na Základní škole v Podivíně u žáků 8. ročníku a to ve třídě běžného typu a ve třídě se zvýšeným počtem hodin tělesné výchovy – se zaměřením na lehkou atletiku. Pro tuto anketu byly připraveny otázky ve formě jednoduchých, obecně znějících dotazníků, které byly předloženy postupně:

1. Dáš raději přednost
 - a) kolektivním hrám (fotbal, košíková, odbíjená)
 - b) individuální disciplíně (běh na 60m, vytrvalostní běh, skok do dálky)
2. Máš raději
 - a) zimní sporty (lyžování, lední hokej, sáňkování)
 - b) letní sporty (plavání, atletika, jízda na kole)
3. V kolektivu – ve skupině
 - a) jsi raději vedoucím
 - b) spíše se podřídíš oblíbenějšímu kamarádovi

Ve třídě běžného typu vyplnilo anketní lístky 26 žáků. Ve třídě sportovního zaměření 22 žáků. Po vyplnění anketních lístků žáky bylo provedeno jejich vyhodnocení a porovnání. Odpovědi žáků třídy běžného typu byly označeny N a odpovědi žáků ze třídy se sportovním zaměřením S. V tabulce je uvedeno zastoupení odpovědí v počtech žáků procentuálně.

TABULKA I.

	N -% z 26ž.	S -% z 22ž.
1.dáš raději přednost		
kolektivním hrám	22 - 85%	15 - 68%
individuální disciplíně	4 - 15%	7 - 32%
2. máš raději		
zimní sporty	4 - 15%	5 - 23%
letní sporty	22 - 85%	17 - 77%
3. v kolektivu - skupině		
jsi raději vedoucím	9 - 35%	10 - 45%
spíše se podřídíš	17 - 65%	12 - 55%

Ve výsledné tabulce sledujeme potvrzení hypotézy č. 1,2 a 3. A dále z této jednoduché tabulky vyčteme poznatky, ze kterých můžeme vycházet při různé tělovýchovné činnosti. Nejvýraznější je srovnání v jednotlivých otázkách mezi odpověďmi a,b. Zde je patrný větší procentuální rozdíl mezi odpověďmi u třídy běžného typu. Ve třídě se sportovním zaměřením je tento poměr vyrovnanější a můžeme říci, že je to proto, že jde o specializovanou třídu. K tomuto též můžeme poukázat na rozdílný poměr v otázce č. 2. Zde je vidět větší vyrovnanost mezi zimními a letními sporty u sportovní třídy, která je sportovně všestrannější. Další velmi zajímavé srovnání žáků mezi třídou běžného typu a třídou sportovního zaměření je mezi otázkami č. 1 a č. 3. Porovnání máme uvedeno v následující tabulce.

TABULKA II.

	N	S
A. kolektivní hry je raději vedoucím	22 žáků 6 - 27%	15 žáků 6 - 40%
spíše se podřídí	16 - 73%	9 - 60%
B. individuální disciplína je raději vedoucím	4 žáci 4 - 100%	7 žáků 4 - 57%
spíše se podřídí	0	3 - 43%

Při porovnání údajů v TABULCE II. můžeme vyčíst z oddílů A, že ve třídě se sportovním zaměřením je vyšší procentuální zastoupení žáků s vizí individuálního prosazení se ve skupině. Oproti tomu v oddíle B vidíme, že ve třídě běžného typu je sice méně žáků, kteří si vybrali individuální disciplínu, ale spoléhají výhradně na sebe. Můžeme říci, že výsledek ankety nám potvrzuje větší všestrannost v tělesné výchově ve složení sportovní třídy, kam se vybírají talentovaní žáci se zvýšeným zájmem o sport. Při porovnání

tabulek můžeme říci, že jak v běžné třídě, tak ve třídě sportovní je převaha žáků, které spojuje kolektivní cítění a soudržnost, dávají raději přednost kolektivním hrám a většina z nich se podřídí ve skupině přirozenému vůdci. Na druhé straně vidíme, že ve třídách jsou osobnosti, které vedou kolektiv a mohou být tak pedagogovi nápomocní při řešení různých situací v rámci skupiny. Můžeme říci, že výsledek ankety potvrdil, že ve třídách, jako ve skupinách, jsou jedinci zaujímající určité role, postoje a pozice. Tedy potvrzení stanovených hypotéz

č. 2 a 3.

V další anketě byly položeny otázky se snahou zjistit a potvrdit další sociálně pedagogické aspekty – vztah ke škole, rodičům a skupině a potvrdit již uvedené hypotézy:

1. Věříš více poznatků získaným
 - a) ve škole
 - b) doma
2. Víkendy trávíš raději
 - a) s rodiči
 - b) s kamarády
3. Názoru ve skupině
 - a) se podřídíš
 - b) budeš jednat podle svého

TABULKA III.

	N - % z 26 ž.	S - % z 22 ž.
1. věříš více poznatkům ve škole	15 - 58%	12 - 55%
doma	11 - 42%	10 - 45%
2. víkendy trávíš raději s rodiči	12 - 46%	8 - 36%
s kamarády	14 - 54%	14 - 64%
3. názoru ve skupině se podřídíš	20 - 77%	15 - 68%
budeš jednat podle svého	6 - 23%	7 - 32%

V tabulce sledujeme potvrzení hypotéz č. 2, 3 a 4.

Ve zjišťování působení dalších sociálně pedagogických aspektů vyplynulo z dalších anketních otázek, že většina žáků nesportovní i sportovní třídy vidí stále větší autoritu ve škole. Též v mimoškolní činnosti se většina již snaží vymanit z podřízenosti rodině, více se osamostatnit, určovat si své vyplnění volného času. A při zkoumání dalšího aspektu – postavení ve skupině – vidíme znovu podobné výsledky v nesportovní a sportovní třídě. Většina žáků je ovlivnitelná skupinou, většinovým názorem. Dalším zajímavým srovnání, a to výsledků otázek č. 3 z TABULKY I. A III., vidíme, že většina ze žáků, kteří raději skupinu vedou, se nenechávají ovlivnit samotnou skupinou, ale ponechávají si svůj názor. A na druhé straně je většina žáků, kteří se nechají ovlivnit názorem skupiny a nechají se skupinou i vést.

Závěry z výzkumu, který byl součástí práce, měly vést k potvrzení stanových hypotéz. Potvrzení hypotéz je uvedeno ve výzkumné části i s poznatky z nich vyplývajících.

Závěr

Téma bakalářské práce jsem vybíral s přihlédnutím na svůj vztah k tělesné a sportovní výchově, kterou mám jako svou středoškolskou kvalifikaci a též s ohledem do budoucna, kdy se chci zabývat sportovní činností dětí a mládeže. Cílem mé práce bylo získat a prohloubit objektivní informace o sociálně pedagogických aspektech působících v tělesné a sportovní výchově. Každý pedagog, který se zabývá a především působí v tělovýchovném procesu, by měl umět postihnout vztahy uvnitř skupiny, aby ji mohl správně směřovat ve výchovném působení. Měl by zjistit právě již zmíněné interpersonální vztahy mezi jednotlivými členy. Častým problémem skupiny je její soudržnost. Společný cíl a vůle všech ve skupině k jeho dosažení a též ohodnocení a uznání pozice skupiny (zveřejnění výsledků, veřejná pochvala, zájem ostatních) vede k jejímu většímu semknutí. Konflikty, nezajímavá činnost, nedodržování morálky a disciplíny ve skupině jsou pak na závalu funkčnosti skupiny. Každá skupina má vytvořena pravidla, tedy normy, jejichž plnění by mělo vést k dosažení společných cílů. Stejně tak nemůžeme opomenout skupinové problémy. Ty se výrazně projeví v situacích, kdy je skupina podrobena nějaké zátěži. Soudržnost skupiny se spíše zvyšuje v situacích s mírnou zátěží, v níž se rozvíjí komunikace mezi členy, čímž může docházet i k menším konfliktům. Tyto se mohou vyhrotit se stoupající zátěží až k tendenci rozpadu skupiny. Mění se názor na spolupráci, osobní motivace členů nejsou ve společném souladu a mohou se objevit snahy zkreslit situaci, tedy přenést vinu na někoho jiného (například na rozhodčí, na počasí apod.). Pro fungování skupiny jsou důležité též takzvané role. Můžeme hovořit o dvou nejzákladnějších, a to o roli formálního a neformálního vůdce. Formální vůdce je předem určen nebo se též může jmenovat do této role sám, skupina si jej nevybrala. Neformální vůdce se vytvoří spontánně nebo je vybrán na základě rozhodnutí ostatních členů, například pro zvládání zátěžových situací. Ovšem jak formální, tak neformální vůdce ve skupině musí mít dostatečný zájem na existenci

skupiny, mít organizační schopnosti, být iniciativní. Stranou nesmí zůstat jeho pochopení pro potřeby skupiny i jednotlivců, jeho uznání a citlivý přístup k dění ve skupině. Můžeme říci, že jedním z aktuálních problémů dnešní tělesné výchovy, z hlediska pedagoga, jeho vedení hodin tělesné výchovy, dodržení vyučovacích osnov, příprava na vyučování, motivace v hodině, její vedení a podobně, v problematice kolektivní výchovy v tělovýchovném procesu, je poznání zaměřenosti zájmů, postojů a rolí ve skupině z hlediska jejích členů. Poznání postavení členů ve skupině, například tréninkové skupině, vzájemná komunikace členů s učitelem (trenérem), vede k užší spolupráci, podtržené větší motivací po úspěchu. Právě zvládnutí kolektivní spolupráce v hodinách tělesné a sportovní výchovy je přípravou pro sportovní kolektivy i jednotlivce k dosažení hodnotných úspěchů v jakémkoli sportovním odvětví. Právě zjišťování sociálně pedagogických aspektů při formování osobnosti a výchově dítěte, žáka, člověka, a jejich využívání při formování a rozvoji zdravé osobnosti, zcela jistě napomůže k správnému postoji pedagoga při výchově jako takové.

Aby výchova dětí a mládeže byla co nejlepší, je nutná nejen osobnost vzdělaného pedagoga, ale i spolupráce všech výchovných činitelů, které se ve výchově dětí a mládeže podílejí.

Resumé

Cílem této práce bylo zjistit a potvrdit sociálně pedagogické aspekty působící na děti školního věku a to v oblasti tělesné a sportovní výchovy ve školním a mimoškolním prostředí. Tělesná a sportovní výchova jsou složky výchovy působící nejen na fyzickou stránku osobnosti, ale i na psychickou stránku. Při formování osobnosti je důležité znát a dále zjišťovat pedagogicko-psychologické poznatky působící na její rozvoj. Nejdůležitější období formování osobnosti je zcela jistě období školního věku. A velmi podstatná je znalost aspektů působících ve formování a funkčnosti skupin. Pokud budeme znát tyto faktory, můžeme využívat struktury skupin k plnění vytyčených úkolů nejen ve škole, ale i mimo školu. Jejich uplatnění je tedy velmi široké a pro práci pedagoga velmi potřebné. Výsledky, kterých jsem v této práci dosáhl jsou použitelné pro všechny pedagogy působících ve výchovně-vzdělávacím procesu dětí a mládeže, především ve skupinové formě školních a mimoškolních činnostech.

Anotace

Tato práce částečně osvětluje význam tělesné výchovy a sportu na formování osobnosti člověka. Zaměřuje se na působení aspektů těchto činností. Zahrnuje faktory, které lze využívat ve výchovném procesu ve škole i mimo ni.

Klíčová slova

Tělesná výchova, sport, pedagogický aspekt, sociální aspekt, sociální role.

Annotation

This essay partly to show the reason of physical training and sport to form the personality of human. It focus on operated aspect this activities. It include facts which can we used in the education process.

Keywords

Physical training, sports, educational implication, social aspect, sociable land

Literatura :

1. Čáp, J. : Psychologie pro učitele, 3. vydání Praha, SPN 1987, 384 str.
2. Fialová, L., Rychtecký, A. : Didaktika školní tělesné výchovy, 2. vydání Brno, Paido 2002, 85str.
3. Jindrová, Š a kol. : Psychologie sportu, 1. vydání Praha Olympia 1979, 152str.
4. Klindová, L. a Rybářová, E. : Vývojová psychologie, 1. vydání Praha, SPN 1974, 132 str.
5. Kohoutek, R. : Sociální psychologie, 1. vydání Brno, IMS 2004, 214 str. 152 str.
6. Maňák, J. : Nárys didaktiky, 1. vydání Brno, Paido 1995, 76 str.
7. Nakonečný, M. : Základy psychologie, 1. vydání Český Těšín, Academia 1998, 590 str.
8. Příhoda, V. : Ontogeneze lidské psychiky I, 3. vydání Praha, SPN 1971, 461 str.
9. Sekot, A. : Sociologie v kostce, vydání Brno, Paido 2002, 142 str.
10. Kobllová,S. a kolektiv : Základy pedagogiky a didaktiky tělesné výchovy, 3. vydání Praha, Olympia 1988, 61 str.
11. Řezáč,J. : Sociální psychologie, 1. vydání Brno, PAIDO 1998, 268 str.