

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

**ANALÝZA ZAČLENĚNÍ VZDĚLÁVACÍHO OBORU VÝCHOVA KE ZDRAVÍ
DO VÝUKY NA STŘEDNÍCH ŠKOLÁCH V OLOMOUCKÉM KRAJI**

Diplomová práce

(magisterská)

Autor: Martina Poláková, rekreologie

Vedoucí práce: Doc. PhDr. Ferdinand Mazal, CSc.

Olomouc 2011

BIBLIOGRAFICKÁ IDENTIFIKACE

Jméno a příjmení autora: Martina Poláková

Název diplomové práce: Analýza začlenění vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví do výuky na středních školách v Olomouckém kraji

Pracoviště: Katedra sportu

Vedoucí diplomové práce práce: Doc. PhDr. Ferdinand Mazal, CSc.

Rok obhajoby diplomové práce: 2011

Abstrakt: Tato diplomová práce se zabývá vzdělávacím oborem Výchova ke zdraví, na středních odborných školách pak Péče o zdraví. Práce zjišťuje, zda se vybrané střední školy v Olomouckém kraji tímto vzdělávacím oborem vůbec zabývají a jakým způsobem ho zařazují do výuky. Dále pak odhaluje, jaká hodinová dotace je na vybraných školách tomuto oboru vyhrazena a zda funguje v rámci samostatného předmětu nebo je implementována do jiných předmětů.

Klíčová slova: rámcový vzdělávací program – školní vzdělávací program – klíčové kompetence – Člověk a zdraví – tělesná výchova – výchova ke zdraví

BIBLIOGRAPHICAL IDENTIFICATION

Autor's first name and surname: Martina Poláková

Title of the thesis: Analysis of the integration of educational field of Health Education in teaching in secondary schools in the Olomouc Region.

Department: Department of Sport

Supervisor: Doc. PhDr. Ferdinand Mazal, CSc.

The year of presentation: 2011

Abstract: This thesis deals with the educational field of Health Education on secondary vocational schools, the Health Care. The work investigates whether secondary schools in the Olomouc region by all involved in educational field and how will you be classified into teaching. Furthermore, it highlights the number of hours in selected schools, the field reserved and it works in a separate the subject or is implemented in other subjects.

Keywords: general educational program – educational program – key competencies – human and health – physical education – health education

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně pod vedením Doc. PhDr. Ferdinanda Mazala, CSc., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 28. 4. 2011

.....

Děkuji vedoucímu diplomové práce Doc. PhDr. Ferdinandu Mazalovi, CSc. za pomoc, ochotný přístup a cenné rady, které mi věnoval při zpracování diplomové práce.

OBSAH

1	ÚVOD	7
2	SYNTÉZA POZNATKŮ	9
2.1	Rámcový vzdělávací program	9
2.1.1	Rámcový vzdělávací program pro gymnázia.....	9
2.1.2	Rámcový vzdělávací program pro odborné vzdělávání.....	11
2.2	Vzdělávací oblasti.....	12
2.2.1	Člověk a zdraví.....	14
2.2.2	Vzdělávání pro zdraví.....	14
2.3	Vzdělávací obory.....	16
2.3.1	Tělesná výchova.....	16
2.3.2	Výchova ke zdraví.....	17
2.4	Klíčové kompetence.....	18
2.4.1	Jednotlivé klíčové kompetence ve školním vzdělávání.....	19
2.5	Průřezová témata.....	21
2.5.1	Osobnostní a sociální výchova.....	22
3	CÍLE A HYPOTÉZY	25
3.1	Hlavní cíl.....	25
3.2	Dílčí cíle.....	25
3.3	Výzkumné otázky.....	25
4	METODIKA	26
5	VÝSLEDKY A DISKUSE	29
5.1	Výsledky týkající se pozice výchovy ke zdraví ve vyučování na středních školách.....	29
5.2	Výsledky zjišťující názor respondentů na výchovu ke zdraví.....	42
6	ZÁVĚRY	46
7	SOUHRN	48
8	SUMMARY	50
9	REFERENČNÍ SEZNAM	52
10	PŘÍLOHY	54

1 ÚVOD

V roce 2004 byl vydán nový školský zákon, který platí od roku 2006/2007 a který přinesl do systému vzdělávání v České republice mnoho nového. Tento zákon upravuje předškolní, základní, střední, vyšší odborné a některé další vzdělávání ve školách a školských zařízeních. Škol a školních zařízení se tyto změny dotkly především v tom, že pro každý obor vzdělání v základním a středním vzdělání a pro předškolní, základní umělecké a jazykové vzdělávání se vydávají rámcové vzdělávací programy a vzdělávání na jednotlivých školách se uskutečňuje podle školních vzdělávacích programů.

Vzhledem k tomu, že se v dnešní době výrazným způsobem mění nároky kladené na studenty z hlediska jejich uplatnění po ukončení školní docházky, jsou tyto změny ve vzdělávání pochopitelné a podle mého názoru i nutné. S velmi rychlým vývojem technologií souvisí i větší množství informací a údajů, se kterými ve velmi krátké době musíme pracovat a porozumět jim. Požadavky zaměstnavatelů na nového pracovníka jsou především v rovině flexibility, odolnosti vůči stresu, práce s informacemi a počítačem. Nutností je umět komunikovat, pracovat v týmu, řešit náročné situace a být ochoten se dále rozvíjet. Nový vzdělávací systém klade důraz právě na tyto problémy a především na to, aby žáci pasivně nevstřebávali předkládané informace, ale byli schopni získané znalosti a dovednosti zpracovat a aplikovat při řešení problémových situací i v praktickém životě.

Změny se neobjevují pouze ve školních dokumentech, ale důležitá je hlavně oblast výuky, metod ve vyučování a přímého působení učitele na žáky. Setkáváme se s novými pojmy – klíčové kompetence, vzdělávací oblasti, průřezová témata, integrovaná výuka a další, které vysvětlují, jaké výstupy a výsledky by vyučování mělo přinést a přesně vymezují, co by se žáci měli ve škole naučit.

Ve své diplomové práci jsem se zaměřila především na vzdělávací oblast Člověk a zdraví, která v sobě zahrnuje vzdělávací obory Tělesná výchova a Výchova ke zdraví (dále jen VkZ). Zajímalo mě, kolik pozornosti věnují učitelé na středních školách těmto oborům, kterých témat se nejvíce dotýkají a zda vůbec výchovu ke zdraví na škole vyučují.

Všude se můžeme dočíst, že tělesná výchova na českých školách je na ústupu, že už nemá takovou váhu jako dříve a že se pomalu řadí mezi „podřadné“ předměty. Nový vzdělávací systém tyto oblasti naopak podporuje a řadí na stejnou úroveň s ostatními předměty, snaží se je propojit a integrovat i do jiných vzdělávacích oblastí. Jakou

důležitost má ve škole problematika zdraví vystihla Havlínová et al. (1998, 33), podle které pokud přijímáme zdraví jako jednu z nejdůležitějších hodnot a uznáváme nezastupitelnou úlohu školy v jeho podpoře, pak podpora zdraví musí prolínat celým životem školy, napříč všemi předměty, a týkat se všech lidí ve škole. Není něčím navíc, ale stává se součástí školního kurikula.

Z důvodu toho, že už nyní v rámci praxe působím jako učitel tělesné výchovy a také v budoucnu bych se této profesi chtěla věnovat, zajímají mě právě tyto oblasti. Snažím se zjistit, jak jsou na tom střední školy z hlediska TV a VkZ. Akceptují to, že by se měli v rámci tělesné výchovy věnovat i tématům zdravé výživy, první pomoci, civilizačních chorob atd.? Nebo věnují Výchově ke zdraví více prostoru v rámci samostatného předmětu? Na tyto a další otázky se snažím ve své práci odpovědět.

2 SYNTÉZA POZNATKŮ

2.1 Rámcový vzdělávací program

V souladu s novými principy kurikulární politiky byl do vzdělávací soustavy zaveden nový systém kurikulárních dokumentů pro vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Tyto dokumenty jsou vytvářeny na dvou úrovních – státní a školní. Na úrovni státní sem patří Národní program vzdělávání (NPV) a rámcové vzdělávací programy (RVP). „Zatímco NPV formuluje požadavky na vzdělávání, které jsou platné v počátečním vzdělávání jako celku, RVP vymezují závazné rámce vzdělávání pro jeho jednotlivé etapy (pro předškolní, základní a střední vzdělávání)“ (Balada, J. et al., 2007, 5). Na úroveň školní spadají školní vzdělávací programy (ŠVP), které si vytváří každá škola podle RVP a podle kterých se uskutečňuje výuka na dané škole.

Rámcové vzdělávací programy vycházejí z nové vzdělávací strategie a vymezují stěžejní zásady, podle kterých by měly školy vytvářet vlastní školní vzdělávací programy. RVP nastiňuje pouze obecný rámec vzdělávání. Školy si pak ve svých školních vzdělávacích programech mohou tento rámec doplňovat a pozměňovat podle vlastních záměrů, podle potřeb a zájmů žáků i podle místních podmínek. RVP zahrnují koncepci celoživotního vzdělávání, zdůrazňují klíčové kompetence a to, aby získané znalosti a dovednosti byly uplatněny i v praktickém životě. Formulují také úroveň vzdělání, které má být dosaženo v jednotlivých vzdělávacích etapách a stanovují odpovědnost učitelů za výsledky vzdělávání.

2.1.1 Rámcový vzdělávací program pro gymnázia

V rámci mé diplomové práce jsem prováděla výzkum na středních školách v Olomouckém kraji. Pracovala jsem především s RVP pro gymnázia a RVP pro odborné vzdělávání. Rámcové vzdělávací programy se samozřejmě podle zaměření daného typu školy liší, proto bych v této části chtěla přiblížit tyto dva dokumenty.

Rámcový vzdělávací program pro gymnázia vytvořil Výzkumný ústav pedagogický v Praze a od 1. září 2009 se podle něj uskutečňuje výuka na všech gymnáziích v České republice. Pro lepší pochopení je potřeba uvést základní principy RVP pro gymnázia:

- je určen pro tvorbu ŠVP na čtyřletých gymnáziích a vyšším stupni víceletých gymnázií;
- stanovuje základní úroveň vzdělávání, kterou musí daná škola ve svém ŠVP zohlednit;

- vymezuje klíčové kompetence, které by měli žáci po skončení gymnázia dosáhnout;
- vymezuje závazný vzdělávací obsah - očekávané výstupy a učivo;
- zařazuje jako závaznou součást vzdělávání průřezová témata;
- podporuje komplexní přístup k realizaci vzdělávacího obsahu a předpokládá volbu různých vzdělávacích postupů, metod a forem výuky;
- umožňuje změny vzdělávacího obsahu pro žáky se speciálními potřebami a žáky mimořádně nadané. (Balada, J. et al., 2007, 6)

Tento dokument je stále otevřený a v určitých časových obdobích bude inovován a přizpůsobován změnám společnosti, zkušenostem učitelů s ŠVP i měnícím se potřebám a zájmům žáků.

V rámcovém vzdělávacím programu pro gymnázia jsou vymezeny cíle a pojetí vzdělávání na čtyřletých a na vyšším stupni víceletých gymnázií. Základním smyslem gymnaziálního vzdělávání je vybavit žáky klíčovými kompetencemi a všeobecným rozhledem, což je pro orientaci a uplatnění v jejich budoucím životě rozhodující.

Gymnázium má vytvářet náročné a motivující studijní prostředí, v němž žáci musí mít dostatek příležitostí osvojit si stanovenou úroveň klíčových kompetencí, tzn. osvojit si některé důležité vědomosti, dovednosti, postoje a hodnoty a dokázat je využívat v osobním, občanském i profesním životě. Smyslem vzdělávání na gymnáziu není předat žákům co největší objem dílčích poznatků, fakt a dat, ale vybavit je systematickou a vyváženou strukturou vědění, naučit je zařazovat informace do smysluplného kontextu životní praxe a motivovat je k tomu, aby chtěli své vědomosti a dovednosti po celý život dále rozvíjet. To předpokládá uplatňovat ve vzdělávání postupy a metody podporující tvořivé myšlení, pohotovost a samostatnost žáků, využívat způsoby diferencované výuky, nové organizační formy, zařazovat integrované předměty apod. (Balada, J. et al., 2007, 8).

Rámcový vzdělávací program také zmiňuje, že by měl absolvent získat široký vzdělanostní základ, který mu umožní dále rozvíjet své schopnosti a dovednosti a získávat pro život cenné zkušenosti. Vše, o co se gymnaziální vzdělávání snaží, je předpokladem pro další studium na vysokých školách a pro to, aby byli absolventi flexibilní, zodpovědní a tvořiví v jejich dalším profesním i osobním životě.

Základními cíli vzdělávání na gymnáziu je vybavit žáky klíčovými kompetencemi a co nejširším vzdělanostním základem na úrovni, kterou RVP G předpokládá a připravit žáky k celoživotnímu učení, profesnímu, občanskému i osobnímu uplatnění.

2.1.2 Rámcový vzdělávací program pro odborné vzdělávání

Rámcový vzdělávací program pro odborné vzdělávání je vzhledem k širokému množství vzdělávacích oborů dokumentem složitějším, proto se na jejich postupném zavádění do škol stále pracuje a probíhají neustálé úpravy a přizpůsobování programů jednotlivým oborům. „Pro každý obor vzniká samostatný RVP a zároveň se redukuje původních 800 oborů na cca 275 šířeji koncipovaných oborů. Rámcové vzdělávací programy pro odborné školy jsou proto připravovány postupně v Národním ústavu odborného vzdělávání a jejich schvalování probíhá v několika fázích.“ (Národní ústav odborného vzdělávání. Retrieved 18.1.2011 from the World Wide Web: <http://www.nuov.cz/ramcove-vzdelavaci-programy>) Dosud bylo vydáno (schváleno) v první etapě 63 RVP pro odborné vzdělávání a školy podle ŠVP učí od 1. září 2009, v druhé vlně bylo vydáno 82 RVP a školy podle něj pracují od 1. září 2010, ve třetí etapě bylo schváleno 82 RVP a školy začnou podle ŠVP učit od 1. září tohoto roku a v poslední etapě bylo vydáno 49 RVP pro obory odborného vzdělávání a školy mají začít pracovat podle ŠVP nejpozději od 1. září 2012.

RVP pro odborné vzdělávání usilují především o:

- lepší uplatnění absolventů na trhu práce;
- lepší připravenost absolventů na další vzdělávání či rekvalifikaci;
- zvýšení kvality a účinnosti středního odborného vzdělávání.

Jednotlivé obory se ve svých RVP liší především ve výstupech vzdělávání, některé oblasti RVP pro odborné vzdělávání jsou však společné pro všechny vzdělávací programy.

Rámcové vzdělávací programy pro odborné vzdělávání usilují o lepší uplatnění absolventů na trhu práce, usilují o jejich připravenost dále se vzdělávat a vést kvalitní osobní i občanský život. RVP jsou vypracovány tak, aby zajišťovaly srovnatelnou úroveň odborného vzdělávání a přípravy všech absolventů a aby zároveň umožňovaly škole reagovat na potřeby trhu práce v regionu, popřípadě prohloubit vzdělávání směrem k určitým skupinám odborných činností. Cíle středního odborného vzdělávání vychází z konceptu čtyř cílů vzdělávání pro 21. století:

- **Učit se poznávat** – to znamená získat určité postupy, jak porozumět světu a rozvíjet dovednosti potřebné k učení;
- **Učit se pracovat a jednat** – tj. naučit se zasahovat do prostředí, které nás obklopuje, umění řešit problémy a zvládat různé životní situace, umět spolupracovat a vykonávat povolání, pro které jsou žáci připravováni.

- **Učit se být** – tj. snaha porozumět sám sobě, stavba hodnotového systému a učení se vlastní zodpovědnosti.
- **Učit se žít společně** – učit se žít s ostatními, žít ve společnosti a podílet se na jejím utváření.

(Národní ústav odborného vzdělávání. Retrieved 18.1.2011 from the World Wide Web: <http://zpd.nuov.cz/RVP/ML/RVP%202341M01%20Strojirenstvi.pdf>)

2.2 Vzdělávací oblasti

Vzdělávání na gymnáziích je podle RVP rozděleno do osmi vzdělávacích oblastí:

- Jazyk a jazyková komunikace,
- Matematika a její aplikace,
- Člověk a příroda,
- Člověk a společnost,
- Člověk a svět práce,
- Umění a kultura,
- Člověk a zdraví,
- Informatika a informační a komunikační technologie.

Vzdělávacích oblastí na odborných středních školách je celkem 9. Rozdíly ve vzdělávacích oblastech oproti gymnáziím najdeme především v názvech jednotlivých oblastí, které však svým obsahem naplňují to stejné:

- Jazykové vzdělávání a komunikace,
- Společenskovědní vzdělávání,
- Přírodovědné vzdělávání,
- Matematické vzdělávání,
- Estetické vzdělávání,
- Vzdělávání pro zdraví,
- Vzdělávání v informačních a komunikačních technologiích,
- Ekonomické vzdělávání,
- Odborné vzdělávání.

Pod jednotlivé vzdělávací oblasti spadají vyučovací předměty, které se svým obsahem dané oblasti dotýkají.

Každá vzdělávací oblast zahrnuje svou charakteristiku, cílové zaměření a vzdělávací obsah. Charakteristikou vzdělávací oblasti je myšlena pozice a význam dané oblasti na

gymnáziu a její návaznost na vzdělávací oblasti základního vzdělávání. Cílové zaměření pak představuje, jakým způsobem určitá vzdělávací oblast a její součásti přispívá k rozvoji klíčových kompetencí žáků. Cílové zaměření je pro školu při sestavování výchovných a vzdělávacích strategií, které jsou popsány v osnovách každého vyučovacího předmětu ve školním vzdělávacím programu, závazné a škola toto zaměření musí respektovat. Jde o různé postupy, metody a formy práce, které učitelé na základě svých vlastních zkušeností ve výuce jednotlivých předmětů uplatňují a které vedou k naplnění vzdělávacích cílů a k rozvoji žáků. Nejrozsáhlejší částí vzdělávací oblasti je vzdělávací obsah. Vzdělávací obsah dané oblasti zahrnuje očekávané výstupy a učivo. Učivo je v tomto případě chápáno jako prostředek k dosažení těchto výstupů, které určují úroveň toho, co by měl absolvent školy zvládnout a jakými znalostmi, dovednostmi, ale i postoji a hodnotami by měl na konci studia disponovat. Očekávané výstupy se zaměřují především na to, aby byli žáci schopni tyto osvojené znalosti využívat i v praktických činnostech. Můžeme si všimnout posunu od dříve hodně používaného „biflování“, to znamená učení se teorie nazpaměť k tomu, aby nám tyto vědomosti posloužily i v praktickém životě a abychom je vůbec někdy využili.

Celý vzdělávací obsah v RVP G je pro všechny žáky závazný a s výjimkou povinných vzdělávacích oborů je možné využít také doplňkové obory, které vzdělávací nabídku rozšiřují. Vzdělávací obsah oborů je rozčleněn do tematických okruhů, tematických celků nebo témat. V ŠVP pak je obsah oborů rozpracován do učebních osnov jednotlivých předmětů. „Vyučovací předmět může převzít celý vzdělávací obsah jednoho oboru vymezeného v RVP G, ale vzdělávací obsah jednoho vzdělávacího oboru může být také rozdělen mezi více vyučovacích předmětů nebo je možné vzdělávací obsah více oborů spojovat (integrovat) do jednoho předmětu. V ŠVP je také možné integrovat tematické okruhy, celky a témata různých vzdělávacích oborů v RVP G tak, aby byly maximálně podpořeny mezioborové (mezipředmětové) vztahy.“ (Balada, J. et al., 2007, 12) Propojování a integrace různých předmětů mezi sebou si můžeme povšimnout i u výchovy ke zdraví, která jako nový, samostatně uvedený vzdělávací obor nachází široké souvislosti s obsahem mnoha jiných předmětů. Problematika integrace či samostatnosti vzdělávacího oboru výchova ke zdraví je i součástí mého výzkumu (viz kapitola Výsledky a diskuse).

2.2.1 Člověk a zdraví

Vzhledem k zaměření mé práce se budu nejvíce věnovat vysvětlení oblasti Člověk a zdraví, do které spadají stěžejní obory mého výzkumu – tělesná výchova a výchova ke zdraví. I když si můžeme všimnout, že v dnešní společnosti se dostává do popředí problematika zdraví, péče o zdraví či zdravého životního stylu, ve školním vzdělávání je tato oblast spíše opomíjena. Je nutné si ale uvědomit, že nedostatečnou informovaností o zásadách zdravé výživy nebo o důležitosti a nutnosti pohybu v životě se podílíme na tom, že u mladé generace narůstá počet obézních. Samozřejmě, že nejvíce návyků získává dítě v prostředí rodiny, ale i na základních a středních školách by neměly být tyto informace zanedbávány.

Zařazení oblasti Člověk a zdraví do vzdělávání umožňuje prohloubit vztah žáků k zdraví, posílit rozumové a citové vazby k dané problematice a rozvinout praktické dovednosti, které určují zdravý životní styl a kvalitu budoucího života v dospělosti. Zařazení této vzdělávací oblasti vychází i z předpokladu, že dobře připravení a motivovaní absolventi gymnázií mohou později výrazně ovlivňovat životní a pracovní postoje ke zdraví v celé společnosti. (Balada, J. et al., 2007, 56).

Cílové zaměření této oblasti směřuje především k rozvoji žáků po stránce poznávání tělesných, duševních a sociálních potřeb a poznávání životních hodnot a formování postojů souvisejících se zdravím a vztahy mezi lidmi. Dále si klade za cíl vést žáka k uvědomění si odpovědnosti za zdraví a kvalitu životního prostředí, k uplatňování zdravého způsobu života a aktivní podpory zdraví. Kromě toho vzdělávání v této oblasti směřuje žáky k osvojení si schopnosti diskutovat o problematice související se zdravím, k vnímání pohybové činnosti jako zdroje zdravotních účinků, ale i dalších neméně přínosných prožitků, které pohyb přináší. Důležitou oblastí je i první pomoc, proto by si během vzdělávání v této oblasti měli žáci osvojit způsoby chování a zajištění nezbytné pomoci v situacích ohrožení zdraví a bezpečí, i během mimořádných událostí.

2.2.2 Vzdělávání pro zdraví

Vzdělávací oblast na středních odborných školách, která v sobě zahrnuje vzdělávací obory Tělesná výchova a Péče o zdraví, je označována jako Vzdělávání pro zdraví. V podstatě se od vzdělávací oblasti na gymnáziích zásadně neliší. Stejně tak jako oblast Člověk a zdraví i Vzdělávání pro zdraví na odborných školách si klade za cíl předat žákům

znalosti a dovednosti potřebné k preventivní a aktivní péči o zdraví a podpořit u nich vztah ke zdravému způsobu života a odpovědnosti za své zdraví i zdraví druhých. Snahou je vést žáky k tomu, aby porozuměli tomu, jak výživa, životní prostředí, pohybové aktivity, jednostranné činnosti a mezilidské vztahy působí na zdraví. Důraz je kladen na výchovu proti závislostem (drogy, alkohol, hrací automaty, ale i nevhodné doplňky výživy), proti médii vnucovanému ideálu tělesné krásy mladých lidí a na výchovu k odpovědnému přístupu k sexu.

Úkolem tělesné výchovy jako součást této vzdělávací oblasti je úsilí o to, aby žáci byli připraveni pro celoživotní provádění pohybových aktivit.

Žáci jsou vedeni k pravidelnému provádění pohybových činností, ke kvalitě v pohybovém učení, jsou jim vytvářeny podmínky k prožívání pohybu a sportovního výkonu, ke kompenzování negativních vlivů způsobu života a ke spolupráci při společných činnostech. Nezanedbatelné je dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při pohybových aktivitách. (Národní ústav odborného vzdělávání. Retrieved 25.1.2011 from the World Wide Web)

Co se týká výchovy ke zdraví, tak tato vzdělávací oblast na odborných středních školách obsahuje oproti gymnáziím jednu hlavní oblast s názvem **Péče o zdraví**, která pod sebe zahrnuje tyto části:

- **Zdraví** – tato část obsahuje činitele ovlivňující zdraví jako jsou životní prostředí, pracovní podmínky, pohybové aktivity, výživa a stravovací návyky, rizikové chování; duševní zdraví, partnerské zdraví a sexualita, prevence úrazů a další;
- **Zásady jednání v situacích osobního ohrožení a za mimořádných událostí** – za mimořádné události jsou uváděny živelní pohromy, havárie, krizové situace a žáci získávají znalosti z ochrany obyvatelstva (varování, evakuace);
- **První pomoc** – souvisí především s ošetřováním úrazů a poskytnutím základní pomoci, také se soustřeďuje tato část na poranění při hromadném zasažení obyvatelstva a na stavy bezprostředně ohrožující život.

Žáci by měli po absolvování této oblasti zvládnout vysvětlit význam zdravého životního stylu, popsat jak životní prostředí ovlivňuje zdraví, orientovat se v zásadách zdravé výživy, poskytnout základní první pomoc atd.

Do ŠVP si škola tato témata už rozpracovává sama a záleží jen na ní, zda tuto tematiku zařadí do předmětů blízkých – občanská nauka, základy ekologie nebo pro ni vytvoří samostatný předmět nebo využije forem kurzů či bloků, ve kterých se této problematice bude věnovat.

2.3 Vzdělávací obory

Každá vzdělávací oblast je tvořena jedním nebo více vzdělávacími obory, které jsou svým obsahem své nadřazené oblasti blízké. Pod vzdělávací oblast **Člověk a zdraví** řadíme dva vzdělávací obory – **Tělesná výchova** a **Výchova ke zdraví**. Už ze samotných názvů vzdělávacích oblastí je patrná spojitost se zastřešující oblastí **Člověk a zdraví**. Jde především o souvislosti s pohybem, zdravím, prevencí, životním stylem a podobně.

2.3.1 Tělesná výchova

Vzdělávací obor **Tělesná výchova** jako součást komplexnějšího vzdělávání žáků v problematice zdraví již nesměruje pouze k osvojení pohybových dovedností, k získání dokonalých pohybů při tradičních pohybových aktivitách, ale zaměřuje se i na odstranění svalových dysbalancí a nedostatků pohybového aparátu prostřednictvím speciálních cvičení. Tím je i méně zdatným či zdravotně méně způsobilým žákům umožněna účast na tělesné výchově, například formou zdravotní tělesné výchovy. I z tohoto důvodu vidíme, že obor Tělesná výchova je rozdělen na činnosti ovlivňující zdraví (učivo obsahuje problematiku svalové nerovnováhy, pohybové zátěže a jejího vlivu na organismus, významu zdravotně zaměřených cvičení ...) a činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností (učivo zahrnuje již konkrétní pohybové dovednosti z různých sportovních odvětví, které by měl žák zvládnout).

Tělesná výchova usiluje o trvalý vztah k pohybovým činnostem a o optimální rozvoj tělesné, duševní a sociální zdatnosti. Z hlediska celoživotní perspektivy směřuje tělesná výchova k hlubší orientaci žáků v otázkách vlivu pohybových aktivit na zdraví. Vede je k osvojení a pravidelnému využívání konkrétních pohybových činností (kondičních a vyrovnávacích programů) v souladu s jejich pohybovými zájmy a zdravotními potřebami. Významná zůstává otázka bezpečnosti a úrazové prevence při pohybových činnostech. (Balada, J. a kol., 2007, 57)

Po absolvování tohoto vzdělávacího oboru se předpokládá, že žák je schopen si sám zorganizovat pohybový režim v souladu s vlastními pohybovými a zdravotními předpoklady, zájmy atd. Žák si dokáže pomocí testů ověřit svou pohybovou zdatnost či svalovou nerovnováhu. Žák získá širokou zásobu protahovacích a posilovacích cvičení, relaxačních technik a při všech aktivitách uplatňuje účelné a bezpečné chování. Co se týká činností ovlivňujících úroveň pohybových dovedností, učivo obsahuje základní pohybové aktivity, které dávají pohybový základ k tomu, aby na ně mohl žák při jeho další

individuální specializaci navázat. Jedná se o klasické pohybové aktivity jako je gymnastika, úpoly, atletika, sportovní hry, plavání, turistika a pobyt v přírodě, lyžování, ale i nově zařazené moderní a netradiční pohybové činnosti. Především pozitivně hodnotím doplnění základních aktivit o činnosti, které si každým rokem mezi mladými získávají stále větší oblibu a představují zatraktivnění tělesné výchovy a pohybu samotného (in-line bruslení, frisbee, lakros, florbal, zumba, pilates, joga, nordic walking, horská kola, bojové sporty a další). Učitelé zde mají možnost přizpůsobit tělesnou výchovu zájmům svých žáků a lépe v nich probudit kladný vztah ke sportu a pohybovým dovednostem. Je to do určité míry závislé na podmínkách školy, ale se zapojením vlastní iniciativy a kreativního myšlení je zde podle mě obrovský potenciál. To potvrzuje i Svatoň & Tupý (1997), kteří zdůrazňují, že význam aktivního pohybu pro žáky musí být nutně spojen s větším podílem učitele tělesné výchovy na vytváření celkové koncepce i na tvorbě konkrétního vzdělávacího programu školy. K tomu učitel potřebuje přísun nových informací, námětů a návodů, které mu usnadní výběr učiva i didaktických doporučení. Tím by měl získat i více času a inspirace pro volbu efektivních postupů ve výuce, pro častější komunikaci se žáky a jejich rodiči i pro vytváření příznivých podmínek a atmosféry k pohybovému a sociálnímu učení nebo k aktivnímu odpočinku žáků.

2.3.2 Výchova ke zdraví

Výchova ke zdraví se jako samostatný vzdělávací obor vyskytuje ve vzdělávání na středních školách nově, ale má zde své nezastupitelné místo.

Výchova ke zdraví jako samostatný vzdělávací obor se musí svým obsahem učiva jevit jako výchova ke zdravému životnímu stylu člověka v současné a hlavně budoucí společnosti. Co do postavení složek ve výchově je jednou z nejvýznamnějších v působení školy. Rámcový vzdělávací program učitelům vymezuje cílové zaměření pro daný obor vzdělávání. Při realizaci této vzdělávací oblasti klademe důraz především na praktické dovednosti a jejich aplikaci v modelových situacích i v každodenním životě. Vzhledem k individuálním i sociálním rozměrům zdraví je vzdělávací obor Výchova ke zdraví úzce propojen s průřezovým tématem Osobnostní a sociální výchova (Mazal, F., 2007, 83).

Význam předmětu výchovy ke zdraví spočívá nejen v předávání důležitých informací a praktických rad o zdraví a zdravém životním stylu, ale působí také jako primární prevence a tím jako důležitý zdroj šetření finančních prostředků vydávaných na zdravotní péči.

„Tím, že výchova ke zdraví dává studentům přehled o základech podpory a udržování zdraví, o rizikových faktorech vzniku onemocnění a učí je orientovat se v záplavě informací o zdraví a zdravotnictví, stává se tak nedílnou součástí primární prevence osobní i celospolečenské a posléze i zdravotnické.“ (Čevela, R., Čeledová, L., Dolanský, H., 2009, 10) Podle Machové (2009) je cílem výchovy ke zdraví pomoci žákům utvářet a postupně rozvíjet klíčové kompetence, které souvisí se zdravým způsobem života, a to po stránce tělesné, duševní i sociální. Důraz je kladen především na prevenci a odpovědnost každého člověka za své zdraví.

Výchova ke zdraví zahrnuje ve svém vzdělávacím obsahu tyto oblasti:

- **Zdravý způsob života a péče o zdraví** – patří sem učivo týkající se zdravé výživy, první pomoci při úrazech a náhlých zdravotních příhodách, psychohygieny apod.,
- **Vztahy mezi lidmi a formy soužití** – tato oblast obsahuje rozvoj sociálních dovedností pro život s druhými lidmi, pomoc nemocným a handicapovaným,
- **Změny v životě člověka a jejich reflexe** – spadá sem učivo o změnách v období adolescence, péče o reprodukční zdraví,
- **Rizika ovlivňující zdraví a jejich prevence** – učivo zahrnuje problematiku civilizačních chorob, poruchy příjmu potravy, stres a jeho zvládání,
- **Ochrana člověka za mimořádných událostí** – význam tohoto tématu se dnes výrazně zvyšuje, učivo se zaměřuje na živelní pohromy, vyhlášení hrozby a vzniku mimořádné události a další.

Výchova ke zdraví má ve vzdělávání především praktický a aplikační charakter. V návaznosti na přírodovědné a společenskovední vzdělávání a s využitím specifických informací o zdraví směřuje především k hlubšímu poznávání rizikového a nerizikového chování a k osvojování praktických postupů vhodných pro všestrannou aktivní podporu osobního, ale i komunitního a globálního zdraví. (Balada, J. a kol., 2007, 57)

2.4 Klíčové kompetence

Stěžejním pojmem pro nový vzdělávací systém a pro jeho základní dokumenty jsou klíčové kompetence. Jejich důležitost vychází z požadavků dnešní společnosti na absolventy, kteří se chtějí na trhu práce i ve svém osobním životě uplatnit a prosadit. Tento

pojem se snaží postihnout, že cílem vzdělání není pouhé osvojení si poznatků a dovedností, ale i rozvoj schopnosti s těmito vědomostmi pracovat a uplatňovat je v životě i při výkonu povolání.

Úlohou školy bude poskytnout systematickou a vyváženou strukturu základních pojmů a vztahů, které umožní zařazovat informace do smysluplného kontextu vědění i životní praxe. Půjde o vyváženost poznatkového základu kurikula, rozvoje kompetencí i osvojování postojů a hodnot. Bude prohloubena vzájemná provázanost mezi cíli, obsahem vzdělávání a kompetencemi, důraz bude kladen na získání klíčových kompetencí. (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Retrieved 25.1.2011 from the World Wide Web: <http://aplikace.msmt.cz/pdf/bilakniha.pdf>)

Definice klíčových kompetencí uvedená v RVP G zní takto:

„Klíčové kompetence představují soubor vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot, které jsou důležité pro osobní rozvoj jedince, jeho aktivní zapojení do společnosti a budoucí uplatnění v životě.“ (Balada, J. et al., 2007).

Obě definice shodně klíčovými kompetencemi označují celek schopností, vědomostí, dovedností, díky kterým se člověk umí lépe orientovat a integrovat ve společnosti a co nejlépe plnit své povinnosti občanské i pracovní. Klíčové kompetence jsou úzce spjaty s celoživotním učením a s rozvojem vlastní osobnosti. Představují cílové oblasti, kterých by měl člověk během vzdělání dosáhnout a o které by měl v životě usilovat, aby byl schopen obstát v dnešní společnosti.

2.4.1 Jednotlivé klíčové kompetence ve školním vzdělávání

Výběr a pojetí jednotlivých kompetencí závisí na tom, jaké kompetence jsou podstatné pro vzdělávání na daném typu školy. Ve vzdělávání na středních školách jde především o další rozvoj klíčových kompetencí, které žáci získali na základní škole.

Osvojování klíčových kompetencí je dlouhodobý a složitý proces. Úroveň klíčových kompetencí popsany ve školních programech představuje stav, ke kterému by se žáci měli v průběhu vzdělávání a vzhledem ke svým individuálním předpokladům snažit přiblížit. Snahou učitelů by proto měl být respekt vůči individuálním možnostem každého žáka a jeho pokroky by měly být vzhledem k tomuto hodnoceny.

Aby se s kompetencemi dalo lépe pracovat a porozumět jim, jsou zpracovány ve školních vzdělávacích programech jednotlivě a odděleně, v praxi se ale navzájem prolínají a doplňují.

Na čtyřletých gymnáziích a na vyšším stupni víceletých gymnázií by si žák měl osvojit těchto 6 klíčových kompetencí:

- **kompetenci k učení,**
- **kompetenci k řešení problémů,**
- **kompetenci komunikativní,**
- **kompetenci sociální a personální,**
- **kompetenci občanskou,**
- **kompetenci k podnikavosti.**

Na středních odborných školách se rozlišují podle zaměření oboru ještě kompetence odborné, které se vztahují k výkonu pracovních činností a odvíjejí se od požadavků na výkon konkrétního povolání. Jedná se například u oboru Strojní mechanik o kompetence opravovat stroje, zařízení a kovové konstrukce, provádět jejich údržbu a vykonávat servisní činnosti; obsluhovat strojní zařízení apod.

Konkrétní klíčové kompetence dále specifikují, co by měl daný žák ovládat a čím by měl disponovat:

- **Kompetence k učení** představuje schopnost žáka zorganizovat si vlastní učení, využívat různé postupy učení k získání a zpracování poznatků, pracovat s informacemi a kriticky hodnotit své pokroky i neúspěchy v učení.
- **Kompetence k řešení problémů** charakterizuje to, že žák dokáže rozpoznat a analyzovat problém, hledat vhodné metody a postupy řešení, nahlíží na problém z různých pohledů a uvědomuje si dopady jednotlivých variant řešení. Snaží se také při řešení dané situace spolupracovat s jinými lidmi.
- **Kompetence komunikativní** je jednou z nejdůležitějších kompetencí, které by měl každý žák ovládat, aby byl schopen uspět v dnešním světě. Jde o to, že žák umí efektivně využívat moderní informační technologie, používat vhodně odborný jazyk, vyjadřovat se srozumitelně a odpovídajíc situaci, aktivně argumentovat a zapojovat se do diskuzí.
- **Kompetence sociální a personální** – žák je schopen si stanovovat vzhledem ke svým osobním dispozicím cíle a priority, zodpovědně se stavět ke svému zdraví a zdraví druhých, spolupracovat na dosahování společných cílů a přizpůsobovat se měnícím se životním a pracovním podmínkám.
- **Kompetence občanská** – žák respektuje různorodost hodnot, názorů a postojů ostatních; je si vědom svých práv, povinností a zodpovědnosti vůči společnosti,

rozšiřuje si své znalosti o kulturních a duchovních hodnotách, chápe význam životního prostředí pro člověka.

- **Kompetence k podnikavosti (Kompetence k pracovnímu uplatnění a podnikatelským aktivitám** – RVP pro obory středního vzdělání s výučním listem) – žák má zodpovědnost a zájem o další vzdělávání a profesní zaměření, vyvíjí vlastní iniciativu o dalších příležitostech, rozumí podstatě a principům podnikání.

V RVP pro odborné vzdělávání oproti RVP G jsou obsaženy ještě další dvě klíčové kompetence – matematické a kompetence využívat prostředky informačních a komunikačních technologií a pracovat s informacemi.

2.5 Průřezová témata

Průřezová témata jsou povinnou součástí vzdělávání a představují témata, která jsou dnes vnímána jako aktuální. Tato témata se dotýkají především postojů, hodnotového systému a jednání žáků. Průřezová témata procházejí celým vzděláváním a navazují na témata, se kterými se žáci setkali již na základní škole. Promítají se do vzdělávacích oblastí a pomáhají propojovat to, co si během studia žáci osvojili. Díky aktuálnosti jednotlivých témat a jejich blízké návaznosti na dění v současné společnosti, lze lépe získané informace prolnout do běžného života a později uplatnit i v zaměstnání.

Co se týká formálního zpracování průřezových témat, mají tato témata jednotné zpracování. Obsahují svou charakteristiku, která zdůrazňuje jejich význam a postavení ve vzdělávání na gymnáziu. Dále je vyjádřen jejich vztah ke vzdělávacím oblastem a jejich přínos k rozvoji osobnosti žáka a to z hlediska jeho postojů a hodnot, ale i vědomostí, dovedností a schopností.

Obsah průřezových témat je rozpracován do tematických okruhů a všechny tyto okruhy jsou povinné a škola je musí do svého školního programu zařadit. Hloubka, rozsah a formy, jakými budou tyto okruhy realizovány jsou zcela v kompetenci školy. Forem, jak lze průřezová témata do výuky zařadit je celá škála. Je možné využít různých seminářů, projektů, kurzů, besed, ale i samostatného vyučovacího předmětu. Pro efektivní propojení jednotlivých témat s ostatními předměty je vhodné tyto formy různě kombinovat.

Do vzdělávání ve čtyřletých gymnáziích a na vyšším stupni víceletých gymnázií jsou zařazena tato průřezová témata:

- Osobnostní a sociální výchova;
- Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech;

- Multikulturní výchova;
- Environmentální výchova;
- Mediální výchova.

Jednotlivá témata souvisí s některými vzdělávacími oblastmi více, s jinými se prolínají méně. Všechna témata ovšem lze propojit s každou vzdělávací oblastí. S výchovou ke zdraví se nejvíce propojuje téma osobnostní a sociální výchovy, proto se na ni zaměřím více.

2.5.1 Osobnostní a sociální výchova

S rostoucími požadavky na vzdělávání a osobnostní kvality jedince, je zařazení tohoto tématu do školního vzdělávání na místě. „Osobnostní a sociální výchova pomáhá žákům vést zdravý a zodpovědný život jako jednotlivcům i členům společnosti, poskytuje žákům příležitosti přemýšlet o svých zkušenostech a o vlastním vývoji. Rozvíjí u žáků sebeúctu, sebedůvěru a schopnost přebírat zodpovědnost za své jednání v různých životních situacích, při sebevzdělávání a při práci. Učí rozumět hodnotě mezilidských vztahů a respektovat názory, potřeby a práva ostatních.“ (Balada, J. et al., 2007, 66)

Průřezové téma směřuje k:

- rozvoji osobnostních, individuálních předpokladů každého jedince pro svůj život i život s druhými lidmi;
- rozvoji sociálních dovedností pro život s druhými lidmi;
- rozvoji etických předpokladů pro život ve společnosti.

Cílem tedy je rozvíjet obecně lidský potenciál žáků tak, aby byli schopni orientovat se v široké škále lidských činností, v sociálních situacích a mezilidských vztazích. Je nutné, podněcovat žáka k dalšímu vzdělání a seberozvoji, jelikož jedině s vlastní touhou po vědění a zdokonalování se je schopen uplatnit se v dnešním světě.

Toto téma se svou obecností promítá prakticky do všech vzdělávacích oblastí. V souvislosti s oblastí Člověk a zdraví může být tímto průřezovým tématem významně podpořena tato oblast například z hlediska směřování jedince ke zdravému životnímu stylu, psychohygieně a hygieně komunikace. Vždy je důležité podle Brychnáčové (2007) při výběru a zařazení průřezového tématu s prvky podpory zdraví zvažovat společenský způsob realizace tohoto tématu na úrovni školy a předmětů, které budou dané téma zajišťovat především.

Přínos průřezového tématu k rozvoji osobnosti žáka se projevuje ve dvou rovinách –

v oblasti postojů a hodnot a v oblasti vědomostí, dovedností a schopností. V oblasti postojů a hodnot má žákovi pomoci:

- uvědomit si a respektovat přirozenost, rozmanitost, odlišnost a individualitu jedince;
- uvědomit si, hodnotu lidské spolupráce;
- uvědomit si, že v různých životních situacích nebývá pouze jediné řešení;
- uvědomit si, že téměř každý sociální nebo komunikační akt má svůj mravní rozměr.

V oblasti vědomostí, dovedností a schopností má žákovi pomoci:

- směřovat k porozumění sobě samému;
- hledat cesty, jak se vypořádat se zátěží různého charakteru v životě;
- rozpoznávat faktory ovlivňující duševní energii a kreativitu;
- nabýt specifické dovednosti pro zvládání různých sociálních situací;
- porozumět sociální skupině a umět v ní žít;
- tvořit kvalitní mezilidské vztahy a být si vědom svých práv i práv druhých, svých závazků a zodpovědnosti;
- umět spolupracovat ...

Můžeme si všimnout, že je zde kladen velký důraz na vztahy, komunikaci a spolupráci mezi lidmi. Bez druhých lidí člověk nemůže existovat a zvláště v dnešní době je kontakt s ostatními nevyhnutelný, pokud pomineme komunikaci přes internet, telefony a podobně. Každý člověk je jiný a umět komunikovat a vycházet s každým není jednoduché. Proto považují za jednu z velmi podstatných dovedností, dovednost komunikativní. Souvisí to i s mírou empatie, která se zase odvíjí od porozumění sobě samému, čili můžeme vidět, že všechno se opodstatněně mezi sebou prolíná a vše souvisí se vším.

Průřezové téma Osobnostní a sociální výchova je rozčleněna do následujících tematických okruhů:

- Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti;
- Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů;
- Sociální komunikace;
- Morálka všedního dne;
- Spolupráce a soutěž.

Vzhledem k výchově ke zdraví zmíním ty souvislosti, ve kterých se jednotlivé tematické okruhy s VkZ prolínají a jak konkrétně se vzájemně rozvíjejí.

- **Poznávání a rozvoj vlastní osobnosti** – středem pozornosti je vlastní „já“, čili jak rozumím vlastnímu tělesnému, psychickému a sociálnímu vývoji, jaký mám vztah k vlastnímu tělu a psychice, jak mám rozvíjet zdravý a bezpečný životní styl a jak mám být připraven na životní změny.
- **Seberegulace, organizační dovednosti a efektivní řešení problémů** – tento tematický okruh se dotýká z hlediska VkJ způsobů a relaxačních technik, jak zvládat sám sebe a jak pečovat o své duševní i tělesné zdraví. Žák se učí pracovat s vlastní vůlí a využívat ji ke zvládnutí zátěžových situací a stresu.
- **Sociální komunikace** – zahrnuje verbální i neverbální komunikaci, její specifika, porozumění vlastnímu způsobu komunikace s druhými. I při výchově ke zdraví musí žák komunikovat s ostatními, měl by umět říct si, pokud ho něco bolí nebo mu je něco nepříjemného apod.
- **Morálka všedního dne** – tato oblast souvisí především s hodnotovou orientací žáka, jaké jsou jeho priority a čemu dává v životě přednost. Ve vztahu k tělesné výchově vnímám propojení v situacích sportovního odvětví a především dodržování pravidel fair play, ale i z hlediska ochrany a péče o zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty.
- **Spolupráce a soutěž** – nejvíce se dotýkající tělesné výchovy z pohledu sportovních her, týmových sportů, závodů či turnajů. Jak se umí žák přizpůsobovat druhým, kooperovat s nimi při utkáních, vztah a respektování soupeře atd.

3 CÍLE A HYPOTÉZY

3.1 Hlavní cíl

Hlavním cílem diplomové práce je zjistit, jakým způsobem je na vybraných středních školách v Olomouckém kraji obsažen ve výuce vzdělávací obor Výchova ke zdraví.

3.2 Dílčí cíle

1. Zjistit, zda je výchova ke zdraví na vybraných středních školách spíše součástí jiných předmětů nebo je vyučována v rámci samostatného předmětu.
2. Zjistit, kolik hodin ročně je vyhrazeno pro výchovu ke zdraví.
3. Zjistit, jakým tématům se ve výuce výchovy ke zdraví učitelé nejvíce věnují.

3.3 Výzkumné otázky

1. Je výchova ke zdraví na sledovaných gymnáziích a středních odborných školách vyučována?
2. Je výchova ke zdraví vyučována v rámci samostatného předmětu?
3. Je výchova ke zdraví integrována do jiných vyučovacích předmětů?
4. Do kterých vyučovacích předmětů je výchova ke zdraví implementována?
5. Kolik hodin ročně je pro výchovu ke zdraví vyhrazeno?
6. Jaká témata jsou ve výchově ke zdraví nejvíce probírána?

4 METODIKA

Pro zpracování mé diplomové práce jsem využila metod pedagogického výzkumu. „Předmětem pedagogického výzkumu mohou být pedagogické ideje minulosti i vývoj výchovných institucí, výchovně vzdělávací proces, škola (její jednotlivé druhy) i jiná výchovně vzdělávací zařízení, mimoškolní činnost atd. V závislosti na zkoumaném předmětu se projevuje specifickým způsobem výběr, systém i způsob použití výzkumných metod.“ (Skalková, J. et al., 1983, 35).

Pro potřeby mého šetření jsem použila následující teoretické metody pedagogického výzkumu:

- **Metoda získávání informací** – ze široké škály dat a údajů jsem zpracovávala informace týkající se mého zkoumaného problému. Poznatky z odborné literatury a dalších informačních zdrojů jsem porovnávala, vyhodnocovala a zaznamenávala.
 - **Analýza** – tato metoda umožňuje odhalovat různé stránky a vlastnosti zkoumaných jevů a procesů, jejich stavbu, vyčleňovat jejich různé etapy apod. Díky této metodě je možné osvětlit zkoumaný problém z různých stran. Analýza umožňuje oddělit podstatné od nepodstatného, odlišit trvalé vztahy od vztahů nahodilých. Ve vědeckém pedagogickém výzkumu se uplatňují různé formy analýzy. Pro prvotní popisné stadium výzkumu je charakteristická **klasifikační analýza**, která mi pomohla uspořádat a utřídit si zkoumané jevy.
 - **Syntéza** – po analýze se opět snažíme dostat k původnímu celku a v tom nám pomáhá syntéza, která spojuje ty části vyčleněné prostřednictvím analýzy. Syntéza vytváří nový celek, ve kterém se uplatňuje to podstatné a typické pro zkoumaný jev. „Rozhodující význam teoretické analýzy a syntézy se projevuje při výzkumu, formulaci problémů výzkumu, při vymezení vedoucí ideje a vypracování hypotézy výzkumu.“ (Skalková, J. et al., 1983, 118)
 - **Indukce** – tento pojem označuje úsudek od konkrétního k obecnému. „V širokém slova smyslu se indukci nazývá souhrn řady empirických metod, přechodu od známého k neznámému, souhrn způsobů zobecňování, analýzy faktů, opírajících se o pozorování, experiment, praxi.“ (Skalková, J. et al., 1983, 122)

o **Dedukce** – z jednoho nebo několika jiných tvrzení vyvozují vlastní závěr. Postupují od obecného tvrzení k jednotlivému a na základě svých vlastních poznatků a úsudků jsem schopna doplnit, upřesnit chybějící či neúplné údaje.

- **Metoda dotazníková** – pro získání většího množství dat jsem použila tuto metodu, která je založena na dotazování osob. Podmínkou k získání toho, co potřebujeme, je přesné formulování konkrétního cíle a úkolů dotazníku ve vztahu ke zkoumanému problému. Při sestavování otázek sledujeme především vztah otázky k výzkumnému cíli. Důležité je, aby otázky byly jasně a konkrétně formulovány. Respondent musí otázce rozumět a chápat ji.

Při sestavování mého dotazníku (Příloha 1) jsem dodržovala zásady pro formulování otázek a dbala jsem na to, aby byly ve vztahu k výzkumnému cíli mé práce. Využívala jsem především otázky uzavřené, které mi usnadnily kvalitativní zpracování získaných údajů. Pro získání „hlubších“ informací o zkoumaném jevu jsem uzavřené otázky v závěru doplnila o možnost volné odpovědi, kde mohli respondenti blíže rozvést svoji odpověď pokud si nevybrali z předchozí nabídky odpovědí.

Dotazník obsahuje 16 otázek – prvních 5 otázek se vztahuje k osobě a profesnímu zázemí dotazovaného. Další otázky jsou zaměřeny na sledovaný problém, v tomto případě na vzdělávací obor Výchova ke zdraví – její začlenění do výuky, hodinová dotace, další aktivity školy v návaznosti na VkZ. V poslední části dotazníku se snažím zjistit vztah a osobní postoj respondenta k VkZ. V úvodu dotazníku je respondent seznámen s cílem práce a zaměřením dotazníku a s informací, že dotazník je anonymní. Dále se vyskytuje návod, jak dotazník vyplnit.

Po získání adres a kontaktů na střední školy jsem dotazník rozeslala na 67 středních škol zřizovaných Olomouckým krajem. Společně s dotazníkem jsem posílala ředitelům škol dopis s popisem výzkumu a prosbou o spolupráci. Školy v nejbližším okolí jsem navštívila osobně a dotazník vyplnila s respondenty.

Vzhledem k užšímu zkoumanému souboru se jedná o kvalitativní výzkum, jehož výsledky popisují současný stav této problematiky. Podobný výzkum byl proveden dosud pouze na základních školách.

V samotné analýze dat jsem využívala kvalitativní metodu vyhledávání a vyznačování vztahů mezi proměnnými. Ta je založena na dvou základních principech. Prvním je vyhledávání a popis vztahů, na které nás upozorňují sami účastníci. Druhým

principem je vyhledávání vzájemných vztahů mezi proměnnými na základě vnitřních nebo vnějších souvislostí. Úkolem výzkumníka je tyto vztahy identifikovat, popsat a pokusit se je vysvětlit (Miovský, 2006). Na základě této metody jsem tedy přistoupila k vyvozování závěrů a interpretaci výsledků.

5 VÝSLEDKY A DISKUSE

Výsledky jsou formulovány na základě provedené analýzy dat v návaznosti na definované výzkumné otázky. Jednotlivé zkoumané jevy jsou zobrazeny v grafických schématech. „Při kvalitativní analýze a interpretaci jde o systematické nenumerné organizování dat s cílem odhalit témata, pravidelnosti, datové konfigurace, formy, kvality a vztahy“ (Hendl, 2008, 223).

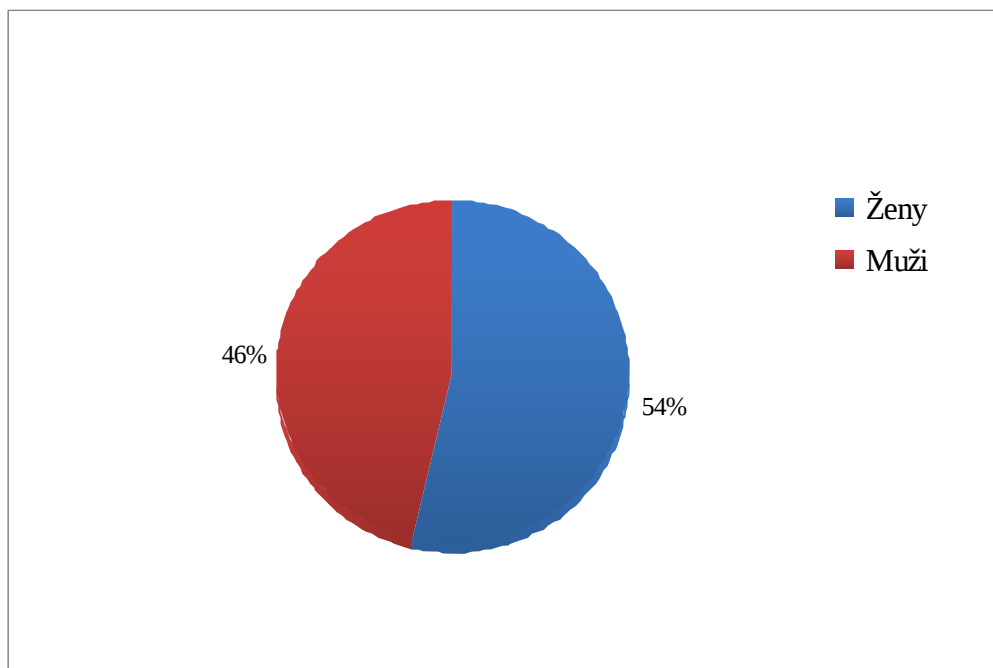
Pro výzkum mé práce jsem použila dotazníkové šetření. Dotazníky jsem rozeslala na 67 středních škol zřizovaných Olomouckým krajem. Ze 67 středních škol se jednalo o 14 gymnázií a 53 středních odborných škol (SOŠ). Mezi střední odborné školy řadím všechny školy odborného zaměření – střední zdravotnické školy, obchodní akademie, střední průmyslové školy, školy elektrotechnické, technické, stavební, automobilní, zemědělské školy, školy lesnické, střední odborné školy služeb, gastronomie, hotelové školy a odborná učiliště. Pro tento výzkum jsem střední odborné školy podle zaměření konkrétněji nerozdělovala, stačilo mi rozlišení středních škol podle RVP na gymnázia a na střední školy odborného zaměření.

Návratnost dotazníků byla necelých 42% (41, 79%), tzn. že ze 67 rozeslaných dotazníků se mi vrátilo vyplněných 28 dotazníků – 8 dotazníků z gymnázií a 20 ze středních odborných škol (Obrázek 4.). Dotazníky byly určeny pro učitele TV, Výchovy ke zdraví a předmětů, do kterých je VkZ případně implementována.

5.1 Výsledky týkající se pozice výchovy ke zdraví ve vyučování na středních školách

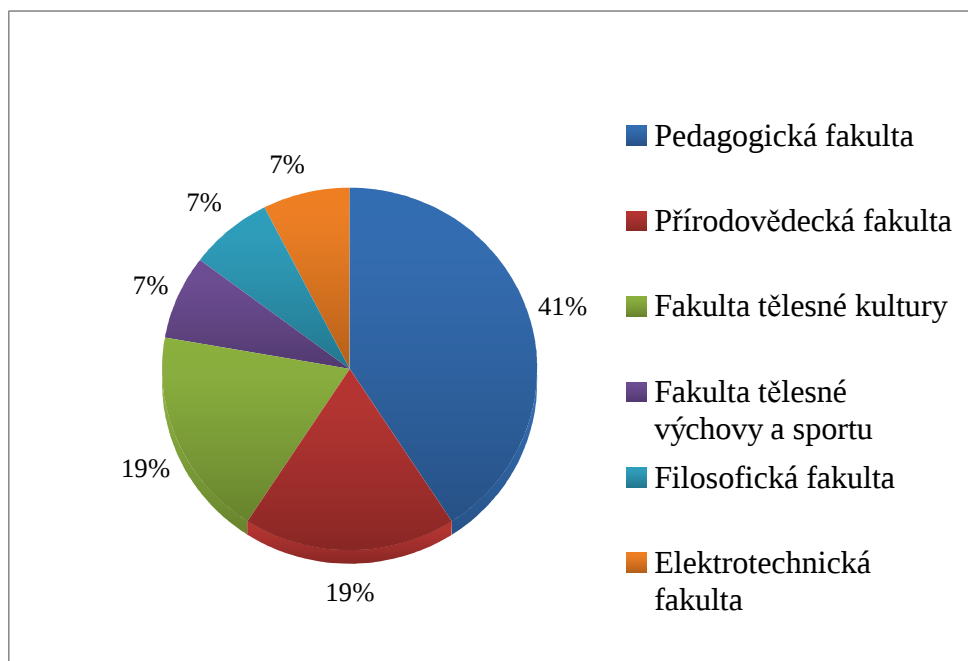
První část výzkumu zahrnuje informace o respondentech a jejich profesním zázemí. V navazující části jsou obsaženy otázky, které monitorují pozici výchovy ke zdraví ve vyučování na spolupracujících středních školách.

Obrázek 1. Pohlaví respondentů



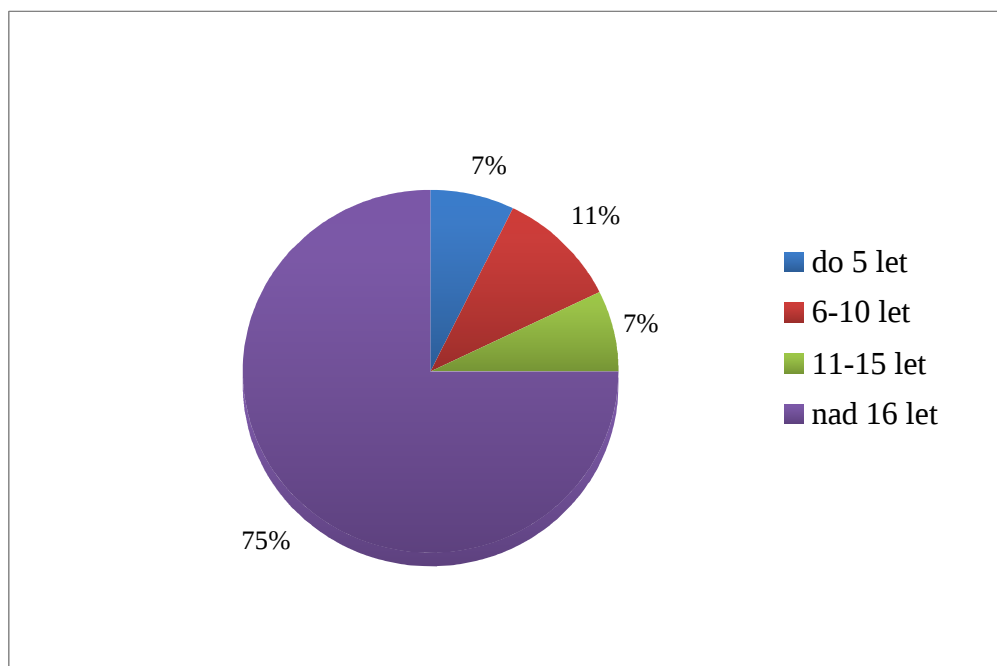
Z 28 respondentů, od kterých byl dotazník vrácen, se jednalo o 15 žen a 13 mužů a 75% z nich působí ve školství více jak 16 let (Obrázek 3.). Tyto údaje nejsou pro můj výzkum nijak rozhodující, ale pro celkový pohled na šetření je uvádím.

Obrázek 2. Vystudovaná fakulta



U respondentů mě také zajímalo jejich nejvyšší dosažené vzdělání, z čehož jsem mohla usuzovat, zda předměty spojené s výchovou ke zdraví učí kvalifikovaní učitelé a tím pádem mají přehled o školské reformě a dokumentech, které s sebou přinesla.

Obrázek 3. Délka učitelské praxe

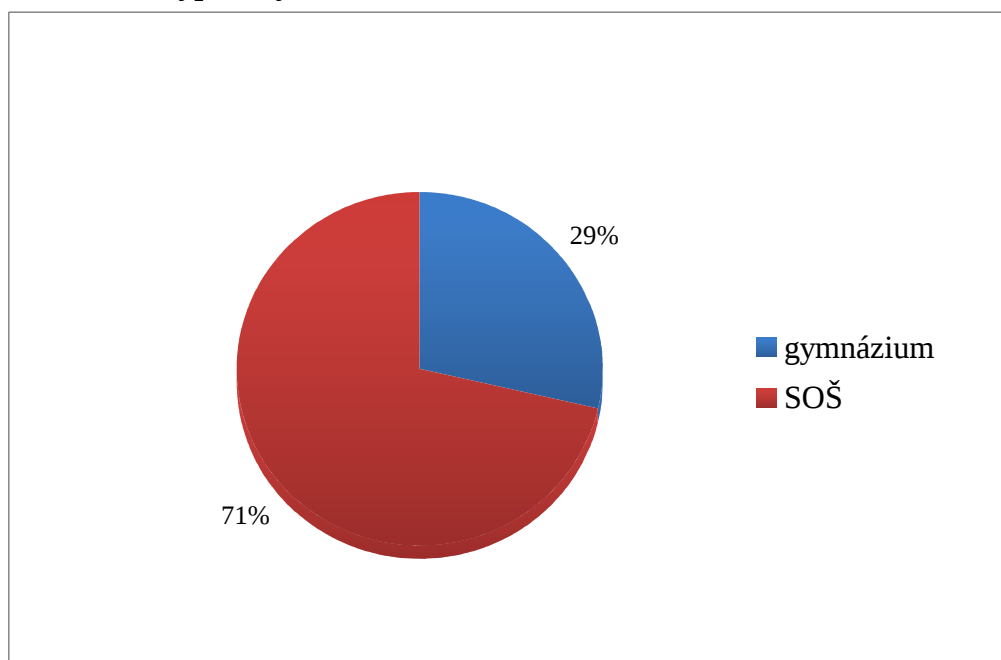


Z počtu roků praxe respondentů můžeme usuzovat, že změny ve školství, které s sebou přinesla školská reforma, mohou tito kantoři hůře přijímat. Domnívám se, že zavedení nových vzdělávacích programů do školského systému je pro ně něco nového a je možné, že s tím nemusí umět správně pracovat. Dokládá to i výzkum Ministerstva školství mládeže a tělovýchovy z roku 2009, který zjišťoval předpoklady a vzdělávací potřeby pedagogických pracovníků pro zkvalitnění jejich práce. Názory učitelů na změny ve školství odhalily následující:

Přínos zavedení rámcových vzdělávacích programů byl nejčastěji hodnocen známkou 3, která symbolizuje střední hodnotu mezi velkou a žádnou změnou. Průměrná známka za všechny učitele je 3,4 bodu, což indikuje obecné vnímání zavedení RVP jako spíše nepodstatné změny. Většina učitelů si myslí, že zavádění reformy probíhá na většině škol pouze formálně, že se vytvoří potřebné dokumenty, ale učí se pořád stejně, a že při vytváření rámcových programů dochází k plagiátorství – opisování od jiných škol. Sedm z deseti učitelů souhlasí s kritickým tvrzením, že zavedení RVP do praxe proběhlo bez vysvětlení a podpory centrálních orgánů (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Retrieved 10.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolskareforma/predpoklady-a-vzdelavaci-potreby-pedagogu>)

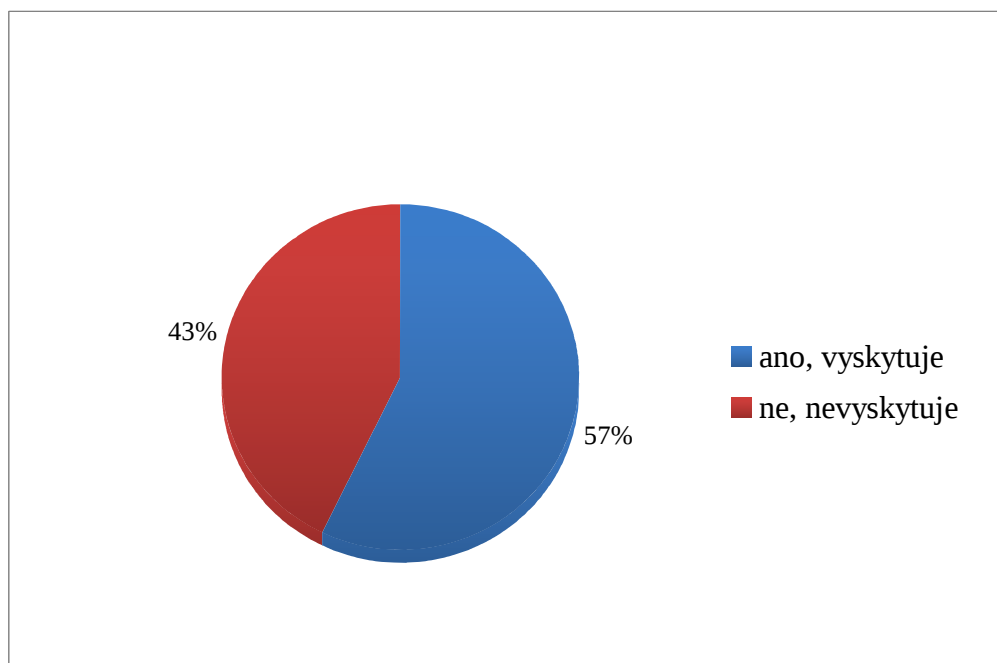
Z toho usuzuji, že učitelé neumí správně sestavovat vlastní školní vzdělávací programy a tím pádem je neumí ani dobře zavádět do školní praxe. Myslím si, že i proto, se v mém šetření objevilo tak málo škol, které ve výuce uplatňují výchovu ke zdraví. Z dalších výsledků výzkumu MŠMT vychází, že učitelé považují zavedení RVP spíše za obtíž, která jim přinesla další administrativu a práci navíc, za kterou ovšem nejsou řádně ohodnoceni. Také se vyjádřili, že všechno, co reforma požaduje, už školy praktikují. Učitelé jsou takto nedostatečně motivováni a nejsou ztotožnění s tím, že má reforma nějaký přínos pro jejich učitelskou praxi. Proto se domnívám, že zůstávají ve svých „zajetých“ postupech a metodách a přístupům, které školská reforma přinesla se brání nebo jim nerozumí. Proto se i v mém výzkumu objevily školy, kde se výchova ke zdraví nevyučuje, i když je zmíněna v RVP jako vzdělávací obor, který má být do výuky zařazen buď jako samostatný předmět nebo zasazen do obsahu jiných předmětů.

Obrázek 4. Typ školy



Do výzkumu se zapojilo 8 gymnázií a 20 středních škol s odborným zaměřením. Jak jsem uvedla již v předchozích kapitolách, specifikace středních odborných škol dle jejich zaměření není nutná, jelikož rámcové vzdělávací programy pro jednotlivé obory z hlediska tělesné výchovy a výchovy ke zdraví se shodují. Rozdíly mezi gymnázii a středními odbornými školami, na které narazíme níže, se týkají především hodinové dotace pro výchovu ke zdraví nebo předmětů, s kterými je tento vzdělávací obor propojován.

Obrázek 5. Výskyt vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví (VkZ) ve výuce



Cílem dotazníkového šetření bylo zjistit, jakým způsobem je na středních školách obsažena ve výuce Výchova ke zdraví. Z vyhodnocení dotazníků vyplývá, že na 16-ti středních školách je VkZ ve výuce obsažena a 12 respondentů uvedlo, že jejich škola VkZ nevyučuje. Zajímavé může být, že ze 16 škol pouze 4 gymnázia vyučují výchovu ke zdraví a 4 gymnázia se VkZ nevěnují. Zde vyvstává rozpor s novým školským zákonem. Jelikož byly zavedeny Rámcové vzdělávací programy, které určují rámec oblastí a vzdělávacích oborů, které mají být ve školních vzdělávacích programech zahrnuty, což znamená, že sem spadá i vzdělávací obor Výchova ke zdraví jako součást vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, tak se objevily školy, které Výchovu ke zdraví nevyučují. Domnívám se, že spousta škol ještě dnes neumí správně vytvářet školní vzdělávací programy a integrovat různé předměty mezi sebou. Proto si třeba ani neuvědomují, že VkZ vyučují v rámci jiného předmětu. Je proto potřeba učitele v tomto směru dále motivovat a vzdělávat. Existuje spousta manuálů a metodických příruček, které kantorům poskytují rady a náměty, jak mezi sebou jednotlivé předměty propojovat nebo jakým způsobem do výuky zařazovat konkrétní témata. Ovšem v první řadě je důležité vůbec pochopit a porozumět smyslu školních vzdělávacích programů.

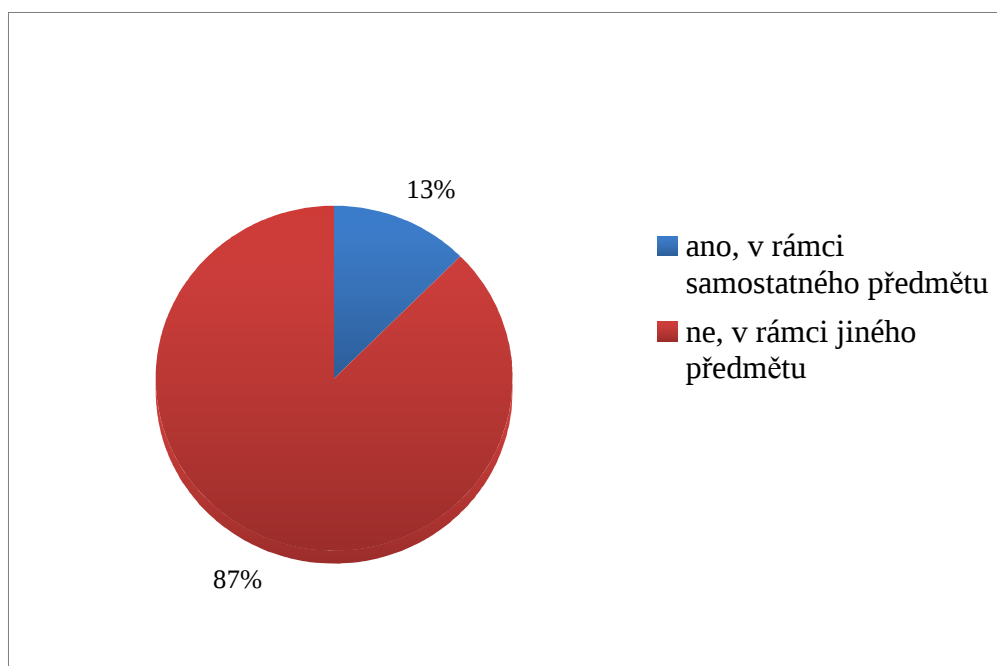
Učitelé mají možnost prostřednictvím ŠVP profilovat svoji školu a odlišit ji od jiných škol. Mohou svobodně formulovat vlastní představy o nejvhodnější podobě vzdělávání na jejich škole. ŠVP umožňuje vhodný výběr vzdělávacího obsahu a jeho

rozvržení tak, aby vznikl větší prostor pro rozvíjení schopností, dovedností a postojů žáků, kteří pak budou lépe připraveni na zvládání životních situací a budou motivováni k celoživotnímu vzdělávání. Příprava ŠVP posiluje mezipředmětové vztahy a souvislosti, může přispět ke zlepšení komunikace a spolupráce uvnitř školy a při tvorbě ŠVP se mohou využít zkušenosti jednotlivých učitelů. (Výzkumný ústav pedagogický v Praze. Retrieved 12.2.2011 from the World Wide Web: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2010/02/Manual_SVP-G.pdf)

Podle Mazala (2007) dávají školní vzdělávací programy v souvislosti s výchovou ke zdraví žákům možnost osvojit si v praxi názor k problematice zdraví. Žáci o něm diskutují se svými spolužáky, učiteli i nejbližšími v rodině a okolí a tento způsob jim dává možnost uplatňování osvojovaného preventivního způsobu rozhodování, chování a jednání. Z tohoto hlediska se stávají odpovědnými za vlastní zdraví i zdraví druhých a vyvozují z toho odpovědnost ve prospěch aktivní podpory zdraví.

Z dotazníků se nám po tomto zjištění vyselektovaly školy, které VkZ mají a které ne, další výsledky tedy zahrnují už jen školy, které vyučují výchovu ke zdraví.

Obrázek 6. Výskyt VkZ v rámci samostatného předmětu



Zajímalo mě také, zda školy, které vyučují VkZ pro ni mají vyhrazený samostatný předmět nebo ji integrují do jiných příbuzných předmětů. Pouze 2 školy uvedly, že mají pro výchovu ke zdraví vyhrazený samostatný předmět, zbylých 14 škol VkZ integruje do

jiných předmětů (Obrázek 8.). Logicky můžeme usuzovat, že v případě, kdy je VkZ vyučována jako samostatný předmět, je více prostoru pro to, věnovat se konkrétním tématům. Je zde podle mého názoru větší možnost zaměřit se na výuku VkZ i prakticky a podívat se na problematiku zdraví z různých pohledů a do hloubky. „Současná vzdělávací politika nám při tvorbě školních vzdělávacích programů umožňuje zakomponovat do výuky výchovu ke zdraví nenásilnou a zajímavou formou, a to v podobě praktických her, dílen, projektů a činností, jejichž výběr je dán zájmy žáků.“ (Mazal, F., 2007, 83) Naopak integrace VkZ do jiných předmětů na mě působí spíše dojmem „zabít dvě mouchy jednou ranou“, tzn. že například integrace do biologie je na první pohled únikovou cestou, jelikož samotný předmět úzce souvisí se zdravím a tím pádem nenutí pojmut VkZ „jinak“ a věnovat se více konkrétním tématům, která jsou podle RVP jasně daná, například zdravý životní styl, zásady zdravé výživy apod.

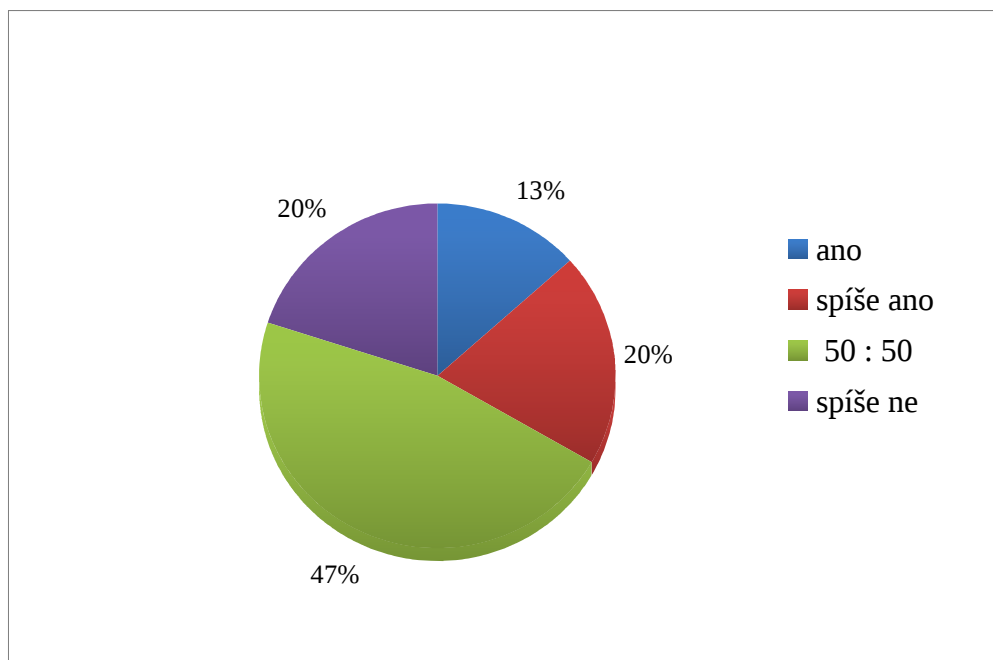
Dalším často zmiňovaným předmětem, se kterým je výchova ke zdraví úzce propojena je tělesná výchova. Zde už je výchova ke zdraví aplikována do praktických cvičení, ovšem i v tomto případě si myslím, že ji učitelé TV neumí dostatečně propojit a zmiňovat se o ní i v jiných souvislostech než pouze ve spojení se samotným cvičením. Žáci neustále slýchají, že pohyb je zdravý a že je důležité se hýbat, ale už jim chybí ty podstatné informace o tom, jak se hýbat – jakou intenzitou, jak často, co ze sportovních aktivit je vhodné pokud jsem obézní nebo jaké zásady dodržovat pokud mám diabetes. V tomto směru si myslím, že se nachází spousta prostoru pro to, jak propojit výchovu ke zdraví s tělesnou výchovou. Samotné propojení těchto dvou oblastí vnímám tak, že v předmětu výchova ke zdraví by žáci měli nasbírat teoretické poznatky o zdravé výživě (zásady sestavování jídelníčku, vysvětlení pojmů kalorie, denní příjem, glykemický index atd.), o první pomoci (důležitá telefonní čísla, zásady ošetření jednotlivých typů zranění), o psychohygieně (význam relaxace, pojem stres), o vývojových změnách v období adolescence (tělesné změny, osvěta v oblasti sexuality, návykových látek), o civilizačních chorobách (obezita, výpočet BMI, význam pohybu – spalování kalorií, aerobní a anaerobní práh) a v tělesné výchově pak tyto informace aplikují do praktických úkolů. Například si jednotlivými testy zjistí svou aerobní kapacitu, vyzkouší si práci se sportesterem, krokoměrem, seznámí se s novými pohybovými aktivitami (nordic walking, spinning, heat program ...), naučí se pracovat s tepovou frekvencí, budou znát výpočet pro maximální tepovou frekvenci a budou vědět v jakém tepovém pásmu se mají pohybovat, aby to mělo význam pro jejich zdraví, sami na sobě si zjistí význam protahovacích a posilovacích cvičení, zásady posilování na strojích a další.

Výuka nemůže být omezena na teorii, ale hlavním rysem by mělo být umožnit dostatečný prostor k prožitku žáka v realizovaných činnostech, tedy praktické činnosti. Současně žák získá praktické zkušenosti a návyky. Pro školy tento způsob práce samozřejmě přináší nové povinnosti související s vytvářením materiálních podmínek pro podporu zdraví, se specializací pedagogů a s přenášením problematiky výchovy ke zdraví do vztahů mezi školou, rodinou a obcí. (Mazal, F., 2007, 84)

Takto to vnímám i já. Uvědomuji si materiálovou náročnost tohoto způsobu výuky (návštěva fitnesscenter, zapůjčení sportesterů, krokoměrů apod.), ale vidím v tom velký přínos pro osvětu mládeže v oblasti zdravého životního stylu a prevence zdravotních problémů v pozdějším věku. Na středních školách jsou studenti již dostatečně vyspělí a vzdělaní, co se týče anatomie lidského těla a jeho fungování, proto za další nadstavbu považují tyto informace.

Několik let zaběhlý systém tělesné výchovy není ztracen, ale je potřeba se přizpůsobit požadavkům dnešní společnosti na mladého člověka. Je potřeba zařadit do běžných cvičení i cvičení nová, pestrá, atraktivní pro mládež. Jedině tak je možné očekávat jejich nadšení a aktivní zapojení do vyučovacího procesu.

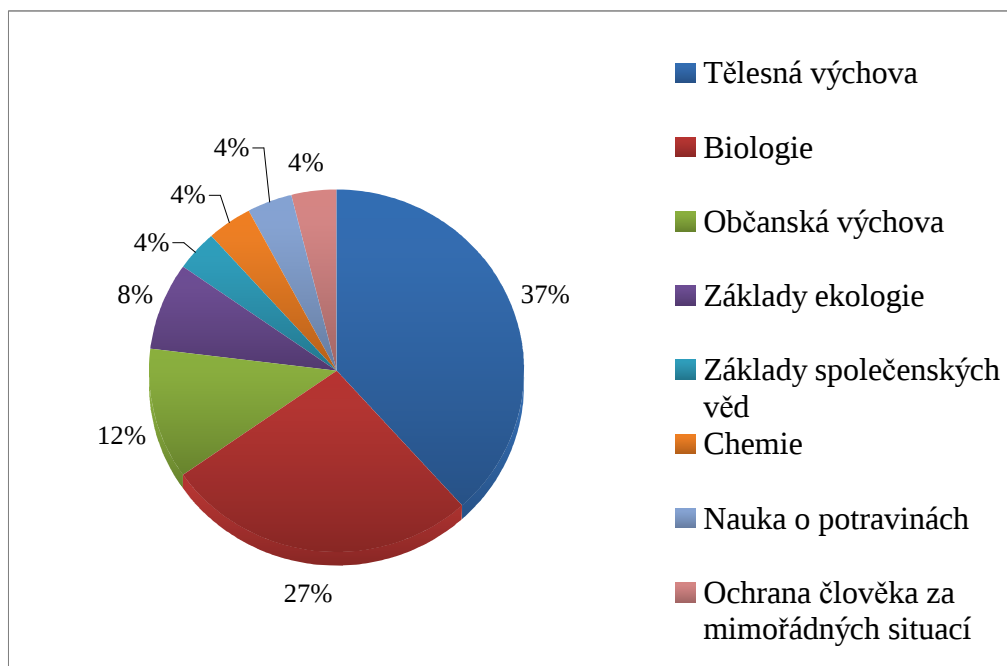
Obrázek 7. Praktický nebo teoretický způsob výuky VkJ



Otázka pro výsledky tohoto grafu zjišťovala, zda učitelé vyučují výchovu ke zdraví více prakticky než teoreticky. 47% uvedlo, že je to rovnoměrně rozloženo na teoretickou část a praktickou část. Tento způsob výuky se mi zdá rozumný a vhodný. I když by se

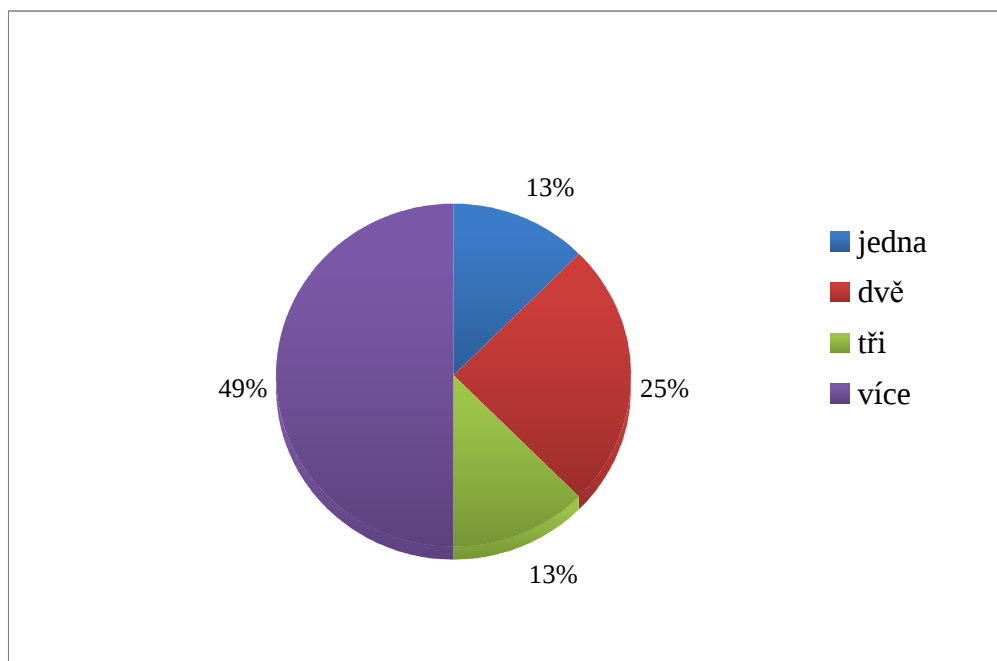
mohlo zdát, že učivo, které výchova ke zdraví obsahuje je spíše záležitostí teoretických poznatků, v kombinaci s jinými předměty, do kterých může být integrována (jak jsem uvedla výše), vyvstává prostor pro její praktickou aplikaci. Propojování teorie s praxí je přeci hlavním smyslem nového školského systému a je proto důležité, aby žáci uměli teoretické poznatky využít i ve svém každodenním životě mimo školu.

Obrázek 8. Výskyt VkZ v rámci jiných předmětů



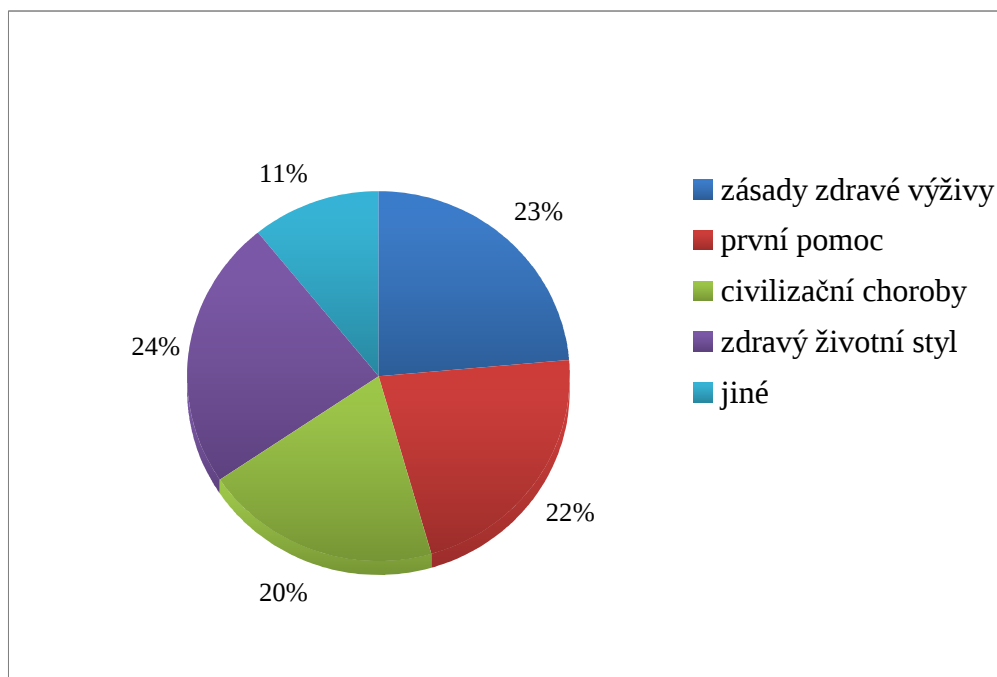
Výchova ke zdraví je nejčastěji propojena s předměty biologie, občanská nauka, základy ekologie a samozřejmě tělesná výchova. V této otázce najdeme rozdíly mezi gymnázii a odbornými školami. Odborné školy vzhledem ke svému odbornému zaměření obsahují jiné předměty než gymnázia. Na středních odborných školách je VkZ nejčastěji implementována do předmětu základy ekologie, občanská nauka, nauka o potravinách. U obou typů škol si ovšem můžeme všimnout, že předměty, do kterých je VkZ aplikována s ní úzce souvisí. Biologie už sama o sobě obsahuje člověka, jeho stavbu, funkce, které je potřeba znát k tomu, abychom věděli, jak působit na jeho zdraví, jaká zdravotní rizika a jakým způsobem ho ovlivňují, k jakým vývojovým změnám dochází v období puberty apod. V občanské nauce najdeme také příbuzná témata jako jsou sexuální chování, vztahy mezi lidmi, návykové látky a další. Základy ekologie obsahují otázky týkající se vlivu životního prostředí na člověka a jeho zdraví a nauka o potravinách se s VkZ propojuje především z pohledu zdravé výživy, energetického obsahu potravin, pestrosti jídelníčku atd.

Obrázek 9. Průměrný počet vyučovacích hodin za rok věnovaných VkZ



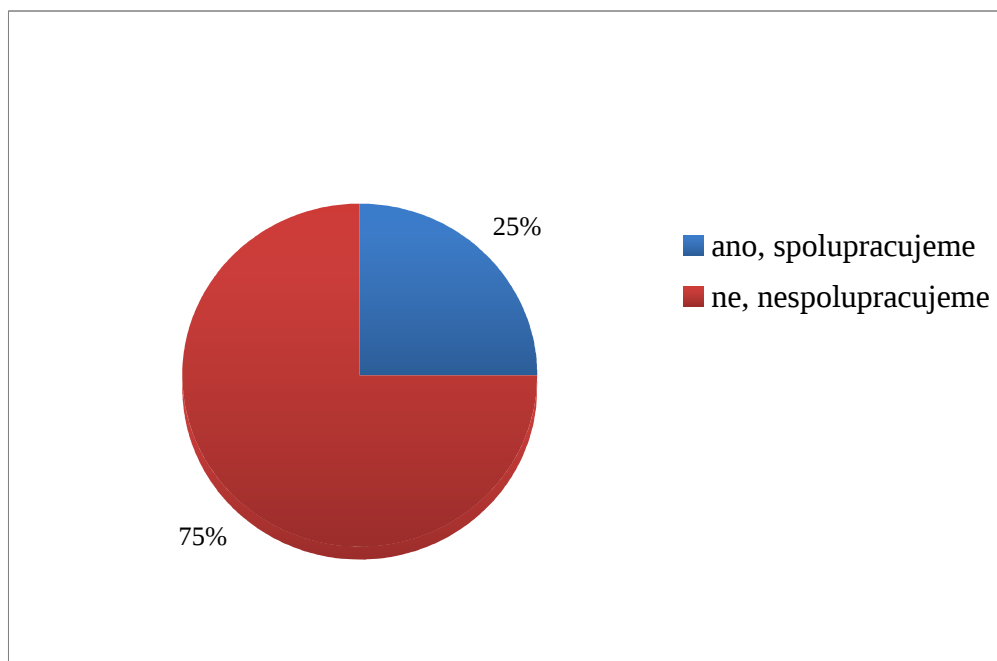
V průměru za rok se učitelé věnují výchově ke zdraví více než 3 hodiny. 8 respondentů uvedlo, že za rok je to v rozmezí 5-10 hodin, 4 respondenti uvedli, že 2 hodiny ročně a 2 učitelé se věnují VkZ tři hodiny ročně. Všech 16 učitelů uvedlo, že při výuce výchovy ke zdraví se věnují tématům uvedeným v RVP – zásadám zdravé výživy, první pomoci, civilizačním chorobám a zdravému životnímu stylu. Všeobecně zaměřená gymnázia se odlišují od odborných škol i hodinovou dotací pro tělesnou výchovu a tím pádem i výchovu ke zdraví. Je to z důvodu toho, že velká část výuky je zaměřena na praxi studentů v jejich oboru. Například učni na střední průmyslové škole mají pro tělesnou výchovu vyhrazenou 1 hodinu týdně. Na základě toho si můžeme udělat představu o postavení tělesné výchovy na odborných školách.

Obrázek 10. Témata probíraná ve výchově ke zdraví



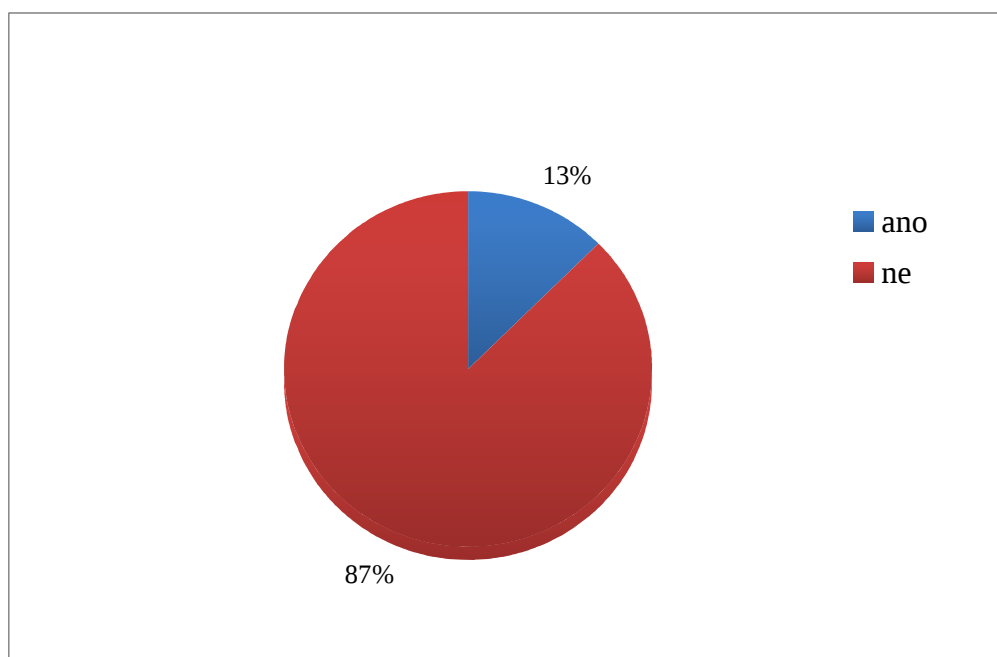
Vzdělávací obor Výchova ke zdraví ve svém obsahu zahrnuje tyto oblasti: Zdravý způsob života a péče o zdraví, Vztahy mezi lidmi a formy soužití, Změny v životě člověka a jejich reflexe, Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence. Každá z těchto oblastí má pod sebou přesné učivo, které zastřešuje. Do mého výzkumu jsem tedy vybrala z každé této oblasti jedno téma, abych zjistila, zda se učitelé věnují všem oblastem nebo pouze některé z nich. Vybrala jsem konkrétní učivo, neboť mi přišlo srozumitelnější uvádět obecná témata než kdybych uvedla název dané oblasti. Z výsledků vyplývá, že se učitelé více méně věnují všem oblastem výchovy ke zdraví a především učitelé odborných škol uvedli, že se věnují i tématům jiným, daných jejich oborovým zaměřením. Například zdravotnické školy probírají témata jako systém a právní úprava zdravotní péče, přehled zdravotnických organizací nebo zabezpečení v případě nemoci a jiných tíživých sociálních událostí.

Obrázek 11. Spolupráce škol při výuce VkZ s externími odborníky

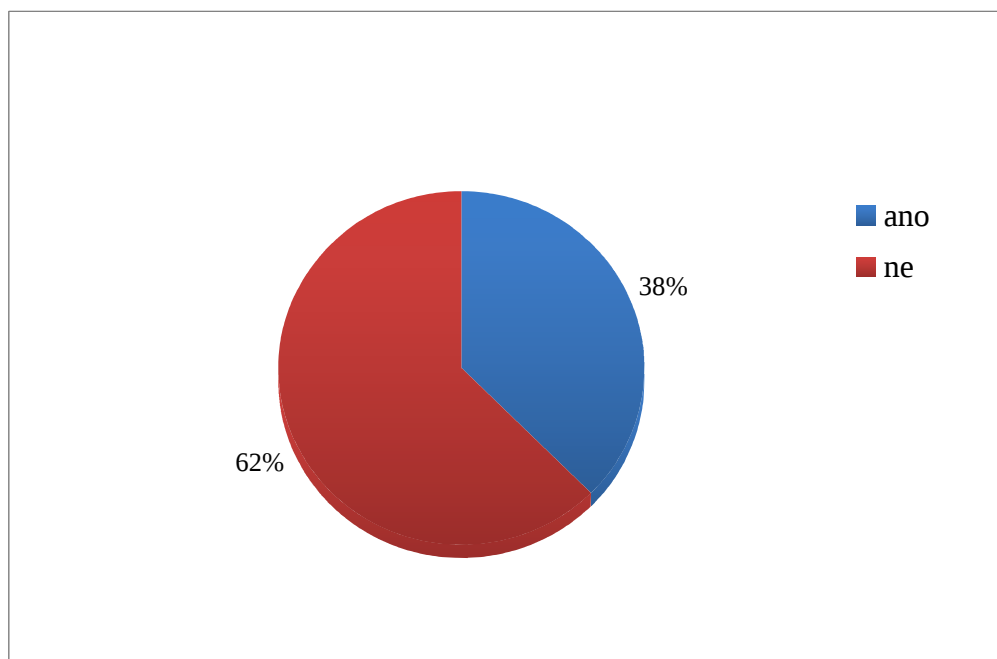


Protože se jedná o nový vzdělávací obor, který je samostatně zařazen do vzdělávacího programu, vyvstává zde prostor pro spolupráci s externími odborníky. Výchova ke zdraví obsahuje oblasti, které vybízí ke konzultacím odborníků – například výživového poradce, osobního trenéra, diabetologa, profesionálního záchranáře apod. 12 škol při zajištění předmětu výchova ke zdraví nespolupracuje s externími odborníky, 4 školy uvedly, že pomoc externistů využívají – jednalo se o Horskou službu, trenéra ve fitness centru, plaveckou školu a transfúzní stanici.

Obrázek 12. Projektové dny s využitím VkZ



Obrázek 13. Mimoškolní aktivity zaměřené na VkZ



Zajímaly mě také projektové dny a mimoškolní aktivity jako dobrovolné formy výuky výchovy ke zdraví. Projektové dny, které jsou podle nového školského zákona do školního systému zavedeny, by měly probíhat za určité období na každé škole. Projektové dny slouží k realizaci cílů a osvojení učiva, které vyžaduje širší časové bloky a lze ho vyučovat formou kurzu nebo projektového vyučování. Projektové dny mohou mít libovolný námět, kterému se učitelé věnují v každém svém předmětu z pohledu a v souvislostech s daným předmětem. Pro lepší představu o pojmání výchovy ke zdraví na středních školách jsem zjišťovala i její zapojení do projektových dnů. Projektové dny se zaměřením na VkZ uskutečňují pouze 2 školy – na jedné škole jde o Prezentační akci Integrovaného záchranného systému a na druhé škole Den Ochrany člověka za mimořádných událostí.

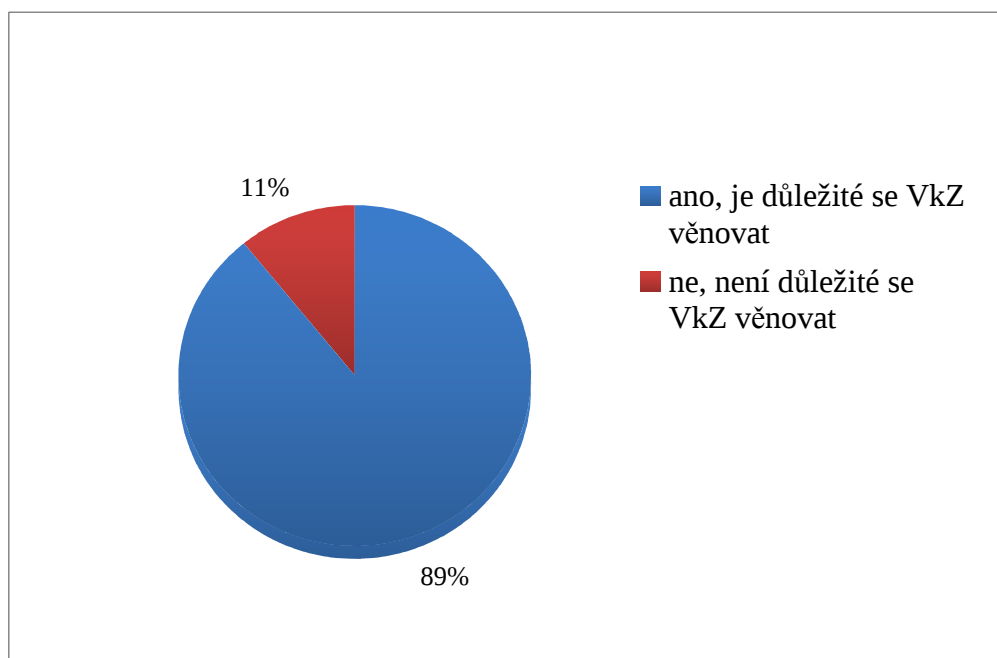
Z hlediska mimoškolních aktivit zaměřených na výchovu ke zdraví jsou výsledky následující: 6 respondentů mimoškolní aktivity na škole nabízí – jedná se o sportovní kroužky, kurzy, soutěže, kroužek první pomoci a akce Zdravé město. Lze sem zařadit i zdravotní tělesnou výchovu, ovšem pro tento výzkum řadím zdravotní tělesnou výchovu pod klasickou tělesnou výchovu, protože podle RVP pro gymnázia jsou součástí učiva tělesné výchovy i zdravotně orientovaná cvičení. Škola ovšem může pro zdravotně oslabené žáky uvést zdravotní tělesnou výchovu i v rámci samostatného předmětu mimo dané hodiny tělesné výchovy.

5.2 Výsledky zjišťující názor respondentů na výchovu ke zdraví

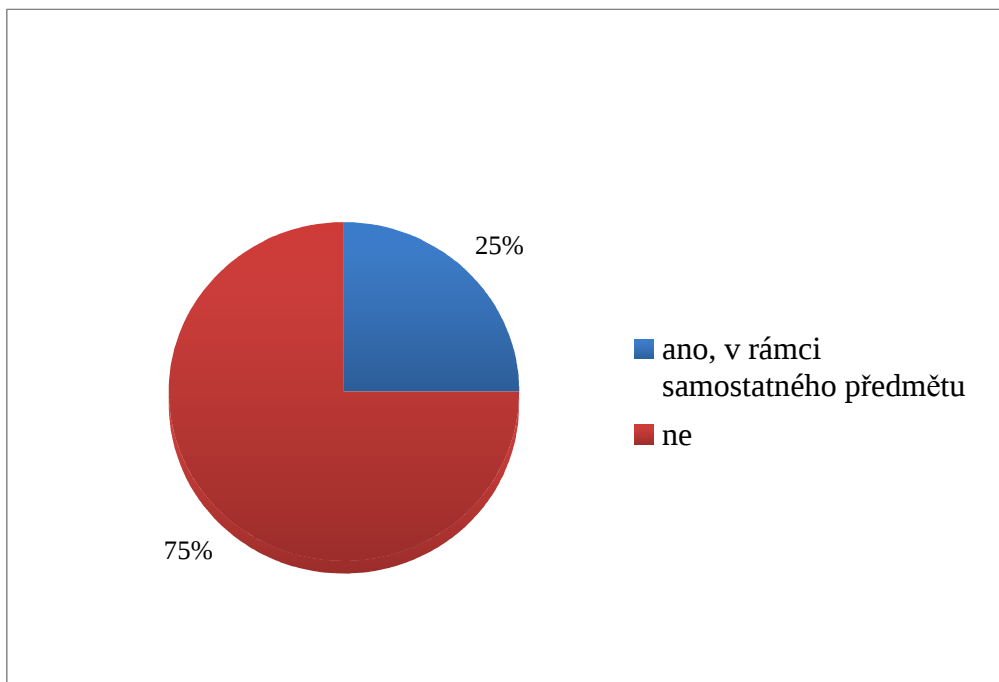
Tato část výzkumu je zaměřena na názory a postoje učitelů k předmětu výchova ke zdraví. I přesto, že první část výzkumu zjišťovala skutečnou situaci na škole z hlediska výchovy ke zdraví, snažila jsem se zjistit i to, zda vůbec sami učitelé jsou ztotožnění s tím, že vyučovat výchovu ke zdraví má smysl, že je důležité se jí věnovat více než jednu vyučovací hodinu za rok a že jsou její témata pro dnešní dobu aktuální. Většina ze získaných odpovědí poukazuje na to, že učitelé význam výchovy ke zdraví vnímají pozitivně i když se jí sami na škole nevěnují.

Z otázek zaměřených na postoj a názor respondentů na výchovu ke zdraví vyplynulo (Obrázek 14.), že pouze 3 ze všech dotázaných (na tyto otázky odpovídali všichni dotázaní = 28) nepovažují za důležité věnovat se na středních školách výchově ke zdraví. 25 oslovených si myslí, že tento předmět má svůj význam a především pak témata první pomoc, zdravý životní styl a výživa. Z těchto názorů můžeme usuzovat, že i když v samotném školním vzdělávacím programu na některých školách oficiálně výchova ke zdraví uvedena není, tak se jí učitelé snaží z vlastní iniciativy věnovat ve svém předmětu. Také si uvědomují, že znalosti z oblasti první pomoci, výživy či zdravého životního stylu je nutné ve výuce obsáhnout.

Obrázek 14. Důležitost VkZ na středních školách podle názoru respondentů

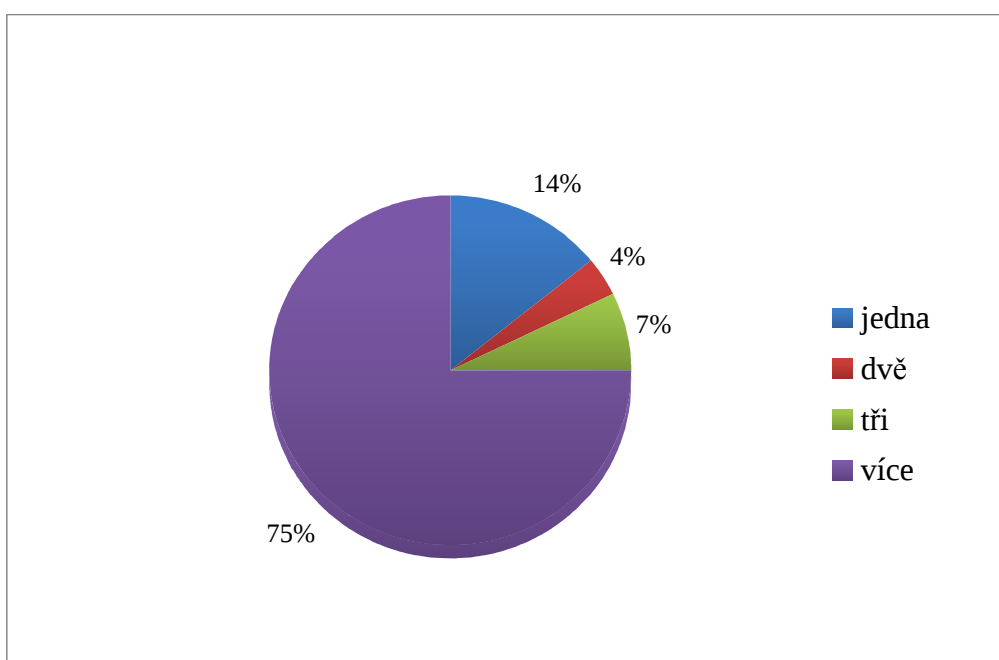


Obrázek 15. Výuka VkZ v rámci samostatného předmětu podle názoru respondentů



I přesto, že z předchozích údajů vyplynul zájem učitelů o výuku výchovy ke zdraví, podle 21 z nich není potřeba, aby výchova ke zdraví měla svůj předmět. 7 respondentů se domnívá, že vzhledem k významu výchovy ke zdraví je potřeba tomuto oboru věnovat pozornost v rámci vlastní vyučovací hodiny.

Obrázek 16. Počet vyučovacích hodin za rok věnovaných VkZ podle názoru respondentů



Z hlediska hodinové dotace 21 respondentů uvedlo, že by se výchově ke zdraví měly za rok věnovat více než tři hodiny. Respondenti měli uvést konkrétní počet hodin a v průměru podle jejich názoru by to mělo být 5-10 hodin za rok. Ve dvou případech dokonce 15-20 hodin vyhrazených výchově ke zdraví.

Sama si myslím, že by bylo vhodné 2 hodiny tělesné výchovy týdně doplnit o 1 vyučovací hodinu výchovy ke zdraví. Protože prvním rokem vyučuji na střední průmyslové škole tělesnou výchovu, setkávám se s tímto problémem. Po nástupu do učitelské profese jsem zjistila, že výchova ke zdraví se na naší škole nerealizuje, ani ve spojitosti s jiným předmětem. Starší kolegové, kteří tělesnou výchovu na této škole vyučují či učili mi sdělili, že výchovu ke zdraví automaticky zmiňují v rámci hodin tělesné výchovy. Probíhá to způsobem, že při cvičení žáky opravují, zdůrazňují jim význam strečinku, správného provedení posilovacích cviků, snaží se jim nastínit problematiku zdravé výživy, rizika potravinových doplňků a tak dále. Netvrdím, že to dělají špatně, určitě se snaží studentům poskytnout alespoň základní informace o zdravém způsobu života, ale jistě to není dostačující a mladí lidé často mívají mylné představy o tom, co dělat proto, aby byli krásní, štíhlí a zdraví.

Informace o zdravém životním stylu, zdravé stravě, dietách, atraktivním vzhledu a štíhlé postavě působí na mladé lidi ze všech stran. Především média hrají v tomto obrovskou úlohu. Člověk, který nemá k dispozici ověřené informace, ale věří pouze údajům z časopisů a dalších médií, může velmi lehce sklouznout ke špatným návykům, ať už jde o držení nesmyslných diet, problémy s příjmem potravy, nevhodný výběr sportovních aktivit apod. Proto by základní znalosti o této problematice měli žáci získat už na základní škole. Středoškoláci by pak na tyto znalosti měli navázat na středních školách, kde už jsou schopni sami určité údaje vyhodnocovat a aplikovat v praxi. „Vzhledem k zásadnímu významu životního stylu pro zdraví je proto nutné, aby poskytování odpovídajících znalostí, rozvíjení dovedností a návyků a formování postojů bylo součástí výchovy, aby bylo spojováno s výchovou k odpovědnosti za vlastní zdraví.“ (Čeledová L., Čevela R., 2010, 54). V období dospívání prochází jedinec změnami fyzickými i emocionálními, mění se jeho pohled na sebe samotného, proto by se v tomto období měl stát mladý člověk zodpovědnějším za své zdraví a kvalitní život. „Adolescenti a mladí lidé potřebují získat zdravé návyky, aby si udrželi zdraví i v dospělosti.“ (Čeledová L., Čevela R., 2010, 53) Čím dříve se s výchovou a budováním vztahu k pohybové aktivitě a zdravému životnímu stylu začne, tím větší je pravděpodobnost, že postoj a vztah mladého člověka k pohybu bude silný a bude ho prohlubovat i v pozdějším věku.

V současné době nezhoršují kvalitu života infekční nemoci, ale tzv. civilizační choroby, které mají vliv na kardiovaskulární nemoci, nádorová onemocnění či metabolické poruchy (obezita, cukrovka). Tato onemocnění a komplikace, které s sebou přinášejí, mají svůj původ v životním stylu. Souvisí to především se sedavým způsobem života, nevhodnými stravovacími návyky, ale také se zhoršujícími se mezilidskými vztahy a tlakem společnosti na vzhled člověka. Důsledek těchto problémů vidí v životním stylu i Stejskal (2004), který tvrdí, že díky nedostatku pohybové aktivity se prohlubuje energetická nerovnováha a vznikají poruchy tělesného i duševního zdraví. Tím pádem se zvyšuje výskyt hromadných neinfekčních onemocnění, mezi které patří především ischemická choroba srdeční, cévní mozková příhoda a hypertenze, které patří mezi nejčastější příčinu úmrtí. Nemělo by nás zajímat pouze to, jak tyto nemoci léčit, ale především, jak jim předcházet. Proto je důležité začít s prevencí již v období základní docházky a později i během středoškolského vzdělávání. Je žádoucí poskytnout studentům základní informace o této problematice a především je naučit s nimi pracovat a používat je v jejich osobním životě.

6 ZÁVĚRY

Toto šetření se vztahovalo na všechny střední školy zřizované Olomouckým krajem. Celkem jich bylo obesláno 67, z toho skutečně spolupracujících škol bylo 28, tj. necelých 42%. Ve svých komentářích tedy mluvím o školách vybraných, na které vztahuji výsledky mého výzkumu. Samotný dotazník byl rozeslán učitelům tělesné výchovy a výchovy ke zdraví, případně jí příbuzných předmětů.

Hlavním cílem mé diplomové práce bylo zjistit, jakým způsobem je na vybraných středních školách obsažen ve výuce vzdělávací obor Výchova ke zdraví. Z výsledků vyplývá, že vzdělávací obor Výchova ke zdraví na vybraných středních školách je do výuky začleněn a to více jak na polovině zúčastněných škol. Výsledky v oblasti způsobu, jakým je výchova ke zdraví vyučována poukazují na to, že většina škol integruje tento vzdělávací obor do výuky jiných předmětů. Nejčastěji se jednalo o předměty tělesná výchova a biologie, čili předměty nejbližší obsahu učiva výchovy ke zdraví. Ovšem těžko usuzovat, jaké postavení v rámci této integrace výchova ke zdraví má a zda je jejímu učivu věnována spravedlivá část výuky a zda nejsou její témata opomíjena.

Výzkum této práce naplňuje i dílčí cíle týkající se hodinové dotace pro výchovu ke zdraví a učiva, které výchova ke zdraví obsahuje. Podle mého zjištění se učitelé věnují výchově ke zdraví více jak 3 vyučovací hodiny za rok, ve většině případů je to 5 – 10 hodin za rok. Je nutné zdůraznit, že je to v součtu vyučovacích hodin za rok. Čili 5 – 10 hodin za rok není zase až tak moc, vzhledem k důležitosti probíraných témat. Témata, kterým se učitelé nejvíce věnují byla předem zadána a reprezentovala základní učivo výchovy ke zdraví. Učitelé se tedy zabývají všemi uvedenými problémy – zásady zdravé výživy, první pomoc, civilizační choroby, zdravý životní styl a jiné. V kombinaci se způsobem, jakým tuto problematiku vyučují vychází, že dané učivo probírají ve většině případů stejnou měrou prakticky i teoreticky, v menší míře pak věnují více pozornosti praktickým cvičením.

Další výsledky, které rozšiřují pohled na tuto problematiku odhalily, že z vybraných škol pouze malé procento využívá služeb externích odborníků. Vzhledem k tomu, že je to obor nový a má své specifické podoblasti, možnost využít znalosti kvalifikovaných odborníků – zdravotníků, záchranářů, osobních trenérů, výživových poradců a dalších se zde přímo nabízí. I pohled na mimoškolní a projektové aktivity související s VkZ ukázal, že málokterá škola něco takového realizuje. Pomineme-li klasické sportovní kroužky,

kurzy či semináře, pouze 2 školy uvedly, že poskytují jiné mimoškolní aktivity nesportovního charakteru.

Mimo tyto stěžejní údaje, byly zjištěny i vlastní názory a postoje vyučujících k této problematice. S výjimkou 3 oslovených kantorů, všichni ostatní považují výchovu ke zdraví za významnou součást středoškolského vzdělávání. Všichni také potvrdili, že je nezbytné věnovat se výše uvedeným tématům a nejen těmto, ale i problematice fitness, péči o tělo a vzhled a v nespolední řadě vhodným pohybovým aktivitám. Ovšem nepovažují za důležité, aby výchova ke zdraví měla vlastní vyučovací hodinu, stačí pokud se jí bude věnovat více jak tři hodiny za rok, průměrně 5 – 10 hodin, což potvrzuje i realitu vyplývající z první části výzkumu.

Tato práce se zabývá v první řadě výchovou ke zdraví na středních školách v Olomouckém kraji, ale také se dotýká problematiky nové školské reformy, vzdělávacích dokumentů a práce učitelů s těmito dokumenty. Konkrétně jde o rámcové vzdělávací programy pro gymnázia a pro střední odborné vzdělávání a školní vzdělávací programy. Hlavním smyslem mé práce bylo zjistit, jak učitelé přijali a zařadili do svých školních vzdělávacích programů nový vzdělávací obor Výchova ke zdraví. Také jsem se snažila poukázat na to, co s sebou nový vzdělávací systém přinesl a zda jsou na něj učitelé připraveni.

Školská neboli kurikulární reforma, která se u nás rozběhla v roce 2005, měla přinést zásadní změny v obsahu a cílech vzdělávání, což se také stalo. Tím jak je tato reforma nastavena, vzdělávání jednoznačně směřuje k tomu, aby se žáci při osvojování informací učili, jak s nimi zacházet, jak při jejich získávání a využívání vzájemně spolupracovat a domlouvat se, jak své znalosti prezentovat a podobně. Přinesla ale také spoustu nejasností, další práce a administrativy.

Z výzkumů, které byly provedeny v počátcích zavádění této reformy do škol, vyplynulo, že většina škol neplní v potřebné míře požadavky na výchovu ke zdraví. Výsledky také poukazují na nejasnosti v tom, jak výchovu ke zdraví ve školách implementovat, že její postavení ve školní praxi je nízké, což nekoresponduje s tím, jaký důraz je na tuto oblast kladen příslušnými kurikulárními dokumenty. (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Retrieved 15.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolskareforma/skolska-reforma-v-pedagogickem-vyzkumu>)

To potvrzují i výsledky mé práce. Pouze 16 z 28 škol výchovu ke zdraví na své škole realizuje. Z toho pouze 2 školy se jí zabývají v samostatném předmětu. Ostatních 14 škol ji implementuje do jiných předmětů, a to zejména biologie a tělesné výchovy. Tyto předměty se svým obsahem velmi úzce prolínají, proto je těžké posoudit, zda není učivo výchovy ke zdraví zaměňováno s učivem těchto předmětů, ale je jí věnována rovnocenná pozornost.

Jak jsem uvedla výše, sama nyní působím na střední odborné škole, takže s tvorbou školního vzdělávacího programu jsem se prakticky setkala. Zaujalo mě, že na naší škole výchova ke zdraví vůbec nefunguje, ani ve spojitosti s jinými předměty. Také po nahlédnutí do školních vzdělávacích programů po předchozím učiteli jsem zjistila, že co se

týká tělesné výchovy, žádné změny od zavedení reformy se neudály. A přitom tvorba vlastních vzdělávacích programů představuje pro učitele větší volnost než dříve. Na druhé straně to ale přináší s sebou zvýšené požadavky na kvalifikaci a osobnost učitele. Předpokládá se jejich větší iniciativa, kreativita a samostatnost. Tím, že je snahou jednotlivé předměty mezi sebou propojovat, objevuje se zde prostor pro spolupráci s ostatními kolegy, pro posílení vztahů ve škole i pro vzájemné obohacení o vlastní zkušenosti. Důležitá je také podpora ředitele školy, který se stává významným motivátorem pedagogů k jejich dalšímu rozvoji a vzdělávání.

Mějme na mysli hlavní cíl školské reformy a to, aby studenti dokázali získané vědomosti a dovednosti uplatnit i v běžném životě a především v jejich budoucím povolání. Aby chápali jejich smysl, obsah, aby jim dokázali porozumět a dále s nimi pracovat. Také nezapomeňme na to, aby si během studia osvojili klíčové kompetence, které jsou důležité pro jejich osobní rozvoj a jejich aktivní a kvalitní zapojení do společenského života. Z hlediska výchovy ke zdraví je nutné naplnit tyto cíle propojením teoretických poznatků s praktickým využitím a zdůraznit studentům význam těchto informací pro jejich osobní život. Jde o poznatky, se kterými se budou neustále setkávat – krása, zdraví, výživa, zdravý životní styl, obezita, sexuální vztahy, návykové látky a další. Zorientovat se v záplavě těchto informací a nepodlehnout tlaku společnosti na to, jak bychom měli vypadat, představuje pro mladého člověka velkou zátěž. Proto bychom se měli snažit, ulehčit mu to poskytnutím srozumitelných souvislostí již na studiu střední školy.

Navíc vnímám výchovu ke zdraví jako prostředek k tomu, jak zpestřit tělesnou výchovu a dát možnost i pohybově či zdravotně oslabeným žákům se jí účastnit. Nechci však přeceňovat význam výchovy ke zdraví a nadřazovat ho nad odborné rady lékařů. Vždy je nutné mít na paměti zdraví a individuální předpoklady daného jedince.

8 SUMMARY

This work is primarily concerned with health education in secondary schools in the Olomouc region, but also touches the issue of a new school reform, educational documents and teachers work with these documents. Specifically, the framework curricula for school and for vocational training and education programs. The main purpose of my job was to find out how teachers have received and included in their school curricula, new educational field of Health Education. I also tried to point out what you brought a new education system and whether teachers are prepared for it.

The school or curricular reform, which started here in 2005, should bring about fundamental changes in the content and goals of education, which it did. This is how this reform is set, education clearly points to the fact that students in learning the information taught how to treat them both in their acquisition and use to work together and negotiate how to present their knowledge and so on. But also brought a lot of uncertainties, and other administrative work. The research, conducted in the early implementation of the reforms however, showed that most schools fail to comply with any necessary requirements for health education. The results also highlight the lack of clarity in how health education in schools to implement that its position in the school's practice is low, which does not correspond with what emphasis is placed on this area of the curriculum. This is confirmed by my research work. Only 16 of 28 school health education in their school provides. It only 2 schools have dealt with in a separate article. The remaining 14 schools implement it into other subjects, especially biology and physical education. These items are in content very closely intertwined, so it is difficult to assess whether the health education curriculum confused with the curriculum of these subjects, but is given equal attention.

As I said above, she is now I work at a secondary vocational school, so with the creation of the school curriculum, I practically met. I was surprised that our school health education is not working, or in conjunction with other subjects. Also, the insight into the school curriculum after the previous teacher, I found that with regard to physical education, no changes since the reform did not happen. And while creating their own educational programs for teachers is more freedom than before. On the other

hand, it also brings with it increased demands for teacher qualifications and personality. Are expected to be greater initiative, creativity and independence. By the efforts of individuals among themselves link, appears to be room for collaboration with other colleagues, to strengthen the relations in school and for the mutual enrichment of our own experience. Also important is support of the school, which has become a major motivator for teachers to further their development and education.

Keep in mind the main objective of school reform, and that students were able to acquired knowledge and skills to apply in every day life and especially in their future careers. To understand their meaning, content, and make them able to understand and work with them. Also let's not forget that you acquire during their studies core competencies that are important for their personal development and their active participation in and quality of life. In terms of health education is necessary to achieve these goals by bringing together theoretical knowledge with practical applications to students and emphasize the importance of this information in their personal lives. These findings, which will be constantly meeting - beauty, health, nutrition, healthy lifestyle, obesity, sexual relations, and other addictive substances. Orientation in the flood of information and pressure to succumb to it, how we should look for a young person is a heavy burden. Therefore, we should try to relieve him by providing context already understood the high school graduation.

Moreover, I see health education as a means to diversify both physical education and the opportunity and mobility impairments and disabled students to participate in it. I do not over estimate the importance of health education and build it over the expert advice of doctors. It is always necessary to bear in mind health and individual requirements of the individual.

9 REFERENČNÍ SEZNAM

- Balada, J., Baladová, G., Boněk, J., Brant, J., Brychnáčová, E., Doležalová, O., Foltýn, J., Herink, J., Holasová, T., Horská, V., Houska, J., Hovorková, M., Bučinová, L., Hudcová, G., Charalambidis, A., Jeřábek, J., Jonák, Z., Janoušková, S., Kodet, S., Krčková, S., Kůlová, A., Lisnerová, R., Maršák, J., Masaříková, J., Novák, J., Pastorová, M., Pernicová, H., Rokosová, M., Smejkalová, A., Tůmová, J., Tupý, J., Zahradníková, J., Zelenková, E. (2007). *Rámcový vzdělávací program pro gymnázia*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický.
- Brychnáčová, E. (2007). *Environmentální a mediální výchova ve vzdělávací oblasti Člověk a zdraví*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Čevela, R., Čeledová, L. (2010). *Výchova ke zdraví – Vybrané kapitoly*. Praha: Grada Publishing.
- Čevela, R., Čeledová, L., Dolanský, H. (2009). *Výchova ke zdraví pro střední zdravotnické školy*. Praha: Grada .
- Frömel, K. (2002). *Kompendium psaní a publikování v kinantropologii*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Frömel, K., Bokůvka, J., Měkota, K. (1992). *Diplomová práce*. Olomouc: rektorát Univerzity Palackého v Olomouci.
- Havlíňová, M., Kopřiva, P., Mayer, I., Vildová, Z. et al. (1998). *Program podpory zdraví ve škole. Rukověť projektu Zdravá škola*. Praha: Portál.
- Hendl, J. (2008). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Machová, J., Kubátová, D. et al. (2009). *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada Publishing.
- Mazal, F. (2007). *Hry a hraní pohledem ŠVP*. Olomouc: Hanex.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
- Prášilová, M. (2006). *Tvorba školního vzdělávacího programu*. 1. vydání. Praha: Triton.
- Skalková, J. et al. (1983). *Úvod do metodologie a metod pedagogického výzkumu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Stejskal, P. (2004). *Proč a jak se zdravě hýbat*. Břeclav: PRESSTEMPUS.
- Svatoň, V., Tupý, J. (1997). *Program zdravotně orientované zdatnosti*. Praha: NS Svoboda.
- Travers, M. W. R. (1969). *Úvod do pedagogického výzkumu*. Praha: Státní pedagogické Nakladatelství.

Vondráček, M., Kavan, L., Krausová, J., Petráková, M., Pokorná, B., Šrollová, D., Urbánková, J., Vitoušová, A. (1992). *Kapitoly ze zdravotní výchovy*. Praha: Fortuna.

INTERNETOVÉ ZDROJE:

Gymnázium Olomouc – Hejčín (2009). *Školní vzdělávací program pro gymnaziální vzdělávání*, 52, Retrieved 20.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.gytool.cz/soubory/skolni-vzdelavaci-program.pdf>.

Janík, T., Janíková, M., Janko, T., Knecht, P., Najvar, P., Najvarová, V., Šebestová, S., Vlčková, K. (2008). *Školská reforma v pedagogickém výzkumu. Analýza nálezů pedagogického výzkumu (2001 – 2008) Kurikulum - výuka – školní klima – učitelské vzdělávání*, 10, Retrieved 12.2.2011 from the World Wide Web: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2010/02/Manual_SVP-G.pdf

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR (2007). *Rámcové vzdělávací programy pro obory středního vzdělání s maturitní zkouškou. Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání 23-41-M/01 Strojírenství*, 5, Retrieved 18.1.2011 from the World Wide Web: <http://zpd.nuov.cz/RVP/ML/RVP%202341M01%20Strojirenstvi.pdf>

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR (2007). *Rámcové vzdělávací programy pro obory středního vzdělání s maturitní zkouškou. Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání 26-41-M/01 Elektrotechnika*, 40, Retrieved 25.1.2011 from the World Wide Web: <http://zpd.nuov.cz/RVP/ML/RVP%202641M01%20Elektrotechnika.pdf>

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR (2001). *Národní program rozvoje vzdělávání v České republice. Bílá kniha*, 38, Retrieved from the World Wide Web: <http://aplikace.msmt.cz/pdf/bilakniha.pdf>

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR (2009). *Předpoklady a vzdělávací potřeby pedagogů. Analýza předpokladů a vzdělávacích potřeb pedagogických pracovníků pro zkvalitňování jejich práce - Učitelé ZŠ a SŠ*, 10, Retrieved 10.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolskareforma/predpoklady-a-vzdelavaci-potreby-pedagogu>

Národní ústav odborného vzdělávání. *Rámcové vzdělávací programy*. Retrieved 18.1.2011 from the World Wide Web: <http://www.nuov.cz/ramcove-vzdelavaci-programy>

Slovanské gymnázium Olomouc (2009). *Školní vzdělávací program Slovanského gymnázia Olomouc*, 26, Retrieved 20.2.2011 from the World Wide Web: http://www.sgo.cz/soubory_oskole/data/SVP_1.pdf.

Střední škola zemědělská Přerov. *Školní vzdělávací program – Agropodnikání*, 72, Retrieved 20.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.szesprerov.cz/>.

Výzkumný ústav pedagogický v Praze (2007). *Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů na gymnáziích*, 9, Retrieved 12.2.2011 from the World Wide Web: http://www.vuppraha.cz/wp-content/uploads/2010/02/Manual_SVP-G.pdf

10 PŘÍLOHY

Příloha 1. Dotazník

Příloha 2. Výňatky ze školních vzdělávacích programů dvou vybraných gymnázií týkající se integrace oboru Výchovy ke zdraví do výuky

Příloha 3. Výňatek ze školního vzdělávacího programu vybrané střední odborné školy týkající se vzdělávacích oborů Tělesná výchova a Péče o zdraví

Příloha 1. Dotazník

Vážená paní učitelko, vážený pane učiteli,

dovolte, abych Vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku, který se vztahuje k výuce tělesné výchovy a výchovy ke zdraví na středních školách.

Dotazník je zcela anonymní a získané informace budou použity pro potřeby mé diplomové práce. Výsledky tohoto šetření Vám budou dle Vašeho zájmu poskytnuty.

Předem velmi děkuji za Vaši ochotu a čas strávený nad tímto dotazníkem. Vyplněný dotazník prosím odešlete na můj email: polakmartina@gmail.com nebo polakovam@sps.hranet.cz.

Martina Poláková

studentka oboru Rekreatologie na FTK UP v Olomouci

Vybrané odpovědi označte prosím **křížkem** (lze označit i více odpovědí). Otázky, které nejste schopni zodpovědět, protože VkZ nevyučujete, nechte volné nebo předejte k zodpovězení příslušnému učiteli. Děkuji!

1) Vaše pohlaví:

- ☐ žena
- ☐ muž

2) Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:

- ☐ základní
- ☐ středoškolské, uveďte typ školy (gym., SOU, SOŠ apod.)

.....

- ☐ vysokoškolské: ☐ prezenční studium
- ☐ kombinované studium
- + uveďte fakultu

3) Počet roků praxe:

- ☐ do 5 let
- ☐ 6 – 10 let
- ☐ 11 – 15 let
- ☐ nad 16 let

4) Typ školy, na které vyučujete:

- ☐ gymnázium
- ☐ SOU
- ☐ SOŠ
- ☐ SPŠ
- ☐ jiný, uveďte:

5) Uveďte prosím předměty, které vyučujete:

.....

**6) Objevuje se ve výuce na Vaší škole vzdělávací obor Výchova ke zdraví (VkZ),
ať už jako samostatný předmět nebo jako součást jiných předmětů?**

- ☐ ano
- ☐ ne

Další otázky jsou určeny pro učitele, kteří vyučují VkZ. V případě, že VkZ nevyučujete, uveďte prosím jméno příslušného vyučujícího, na kterého se mohu obrátit nebo mu tento dotazník přepošlete. Děkuji!

7) Vyučuje se na Vaší škole Výchova ke zdraví (VkZ) v rámci samostatného předmětu?

- ☐ ano
- ☐ ne, uveďte v rámci kterého předmětu:

8) Kolik vyučovacích hodin průměrně ve školním roce věnujete výuce VkZ?

- ☐ jednu
- ☐ dvě
- ☐ tři
- ☐ více, uveďte kolik:

9) Vyučujete VkZ více prakticky než teoreticky?

- ☐ ano
- ☐ spíše ano
- ☐ 50 : 50
- ☐ spíše ne

10) Kterým tématům se při výuce VkZ věnujete?

- ☐ zásady zdravé výživy
- ☐ první pomoc
- ☐ civilizační choroby
- ☐ zdravý životní styl
- ☐ jiná, uveďte:

.....

11) Spolupracujete při výuce VkZ s externími odborníky?

- ☐ ano, uveďte:

.....

- ☐ ne

12) Uskutečňují se na Vaší škole projektové dny, kde se uplatňuje VkZ?

- ☐ ano, uveďte příklad:

.....

- ☐ ne

13) Nabízí Vaše škola mimoškolní aktivity zaměřené na VkZ?

- ☐ ano, uveďte:

.....

- ☐ ne

14) Myslíte si, že je důležité věnovat se VkZ na středních školách?

- ☐ ano; uveďte, kterým

tématům:.....

- ☐ ne

15) Měla by být podle Vás VkZ vyučována v rámci samostatného předmětu?

- ☐ ano

- ☐ ne

16) Kolik hodin za rok by se VkZ mělo podle Vás věnovat?

- ☐ jedna

- ☐ dvě

- ☐ tři
- ☐ více, uveďte:

Velmi Vám děkuji za spolupráci a čas, který jste věnoval/a tomuto dotazníku.

Martina Poláková

**Příloha 2. Výňatky ze školních vzdělávacích programů dvou vybraných gymnázií
týkající se integrace oboru Výchovy ke zdraví do výuky**

Integrace (INT) vzdělávacích oborů

Výchova ke zdraví – integrována do vyučovacích předmětů: Chemie (CH), Hudební výchova (HV), Biologie (BI), Základy společenských věd (ZSV), Tělesná výchova (TV).

Výchova ke zdraví Vzdělávací obsah / Ročník	1. ročník (kvinta)	2. ročník (sexta)	3. ročník (septima)	4. ročník (oktáva)
Zdravý způsob života a péče o zdraví	HV/INT, ZSV/INT	HV/INT	ZSV/INT, CH/INT, BI/INT	
Vztahy mezi lidmi a formy soužití	HV/INT, ZSV/INT	HV/INT	ZSV/INT	
Změny v životě člověka a jejich reflexe	HV/INT,ZSV/INT		BI/INT	
Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence	ZSV/INT	HV/PRO	BI/INT, ZSV/INT	
Ochrana člověka za mimořádných událostí	CH/INT	CH/INT, Z/INT	TV-KURZ	

(Slovanské gymnázium Olomouc (2009). *Školní vzdělávací program Slovanského gymnázia Olomouc*, 26, Retrieved 20.2.2011 from the World Wide Web: http://www.sgo.cz/soubory_oskole/data/SVP_1.pdf.)

Rozpis integrace vzdělávacího oboru (IVO) „Výchova ke zdraví“

Vzdělávací obsah vzdělávacího oboru „Výchova ke zdraví“ je *plně integrován* celkem 3,10 hod.. Integrace je rozepsána 1 hodinou do předmětu „Základy společenských věd“, 0,75 hod. do předmětu „Fyzika“, 0,1 hod. do předmětu „Chemie“, 1,25 hod. do předmětu „Biologie“ a do předmětu „Výtvarná/Hudební výchova“ bez hodinové dotace.

Výchova ke zdraví Vzdělávací obsah / Ročník	1. ročník (kvinta)	2. ročník (sexta)	3. ročník (septima)	4. ročník (oktáva)
Zdravý způsob života a péče o zdraví	Bi		Bi, Ch	Bi
Vztahy mezi lidmi a formy soužití	HV/VV	ZSV, HV/VV	Bi	
Změny v životě člověka a jejich reflexe		ZSV, HV/VV	ZSV	
Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence	Bi		F, Bi	F, Bi
Ochrana člověka za mimořádných událostí	F	ZSV	Bi	F, Bi

(Gymnázium Olomouc – Hejčín (2009). *Školní vzdělávací program pro gymnaziální vzdělávání*, 52, Retrieved 20.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.gytool.cz/soubory/skolni-vzdelavaci-program.pdf>.)

Příloha 3. Výňatek ze školního vzdělávacího programu vybrané střední odborné školy týkající se vzdělávacích oborů Tělesná výchova a Péče o zdraví

**UČEBNÍ OSNOVA
TĚLESNÁ VÝCHOVA**

1. Pojetí výuky

Obecný cíl předmětu

Tělesná kultura se svým sportovním zaměřením, rekreačními aktivitami a školní tělesnou výchovou je nedílnou součástí společenského života člověka. Nabízí celou řadu aktivit a činností, které naplňují potřeby člověka, prostřednictvím tělesných cvičení dochází k uspokojování potřeb člověka v širokém věkovém rozpětí. Tělesná kultura pozitivně ovlivňuje, pro samotného člověka i kulturní společnost, žádoucí zdravý životní styl.

Tělesná výchova je završením povinného pohybového vzdělávání a orientuje se na upevnění, doplnění a praktické ověření uceleného systému informací, dovedností a postojů v životě mladého člověka jako součásti zdravého životního stylu, k jejich pravidelnému a vhodnému užití, k zájmu o vlastní tělesnou zdatnost. V tělesné výchově se usiluje zejména o výchovu a vzdělávání pro celoživotní provádění pohybových aktivit a rozvoj pozitivních vlastností osobnosti. Žáci jsou vedeni k pravidelnému provádění pohybových činností, ke kvalitě v pohybovém učení, jsou jim vytvářeny podmínky k prožívání pohybu a sportovního výkonu, ke kompenzování negativních vlivů způsobu života a čestné spolupráci při společných aktivitách a soutěžích (principy Fair Play ve sportu).

Charakteristika učiva

Tělesná výchova je povinná pro všechny dívky a chlapce s výjimkou krátkodobých nebo dlouhodobých úlev nebo omezení (navrhovaných a sledovaných lékařem) ve shodě se zdravotním stavem žáka. V rámci tematických celků je učivo členěno do ročníků a učitel volí učivo ve shodě s didaktickými principy tělesné výchovy, s konkrétními podmínkami školy, klimatickými podmínkami, konkrétní pohybovou úrovní jednotlivých žáků, jejich zájmy, aktuálním zdravotním stavem apod. Uplatňuje se škála didaktických vzdělávacích stylů. Tělesná výchova souvisí s předmětem biologie tím, že využívá poznatky o stavbě a funkcích lidského organismu, o péči o zdraví apod., získané v její výuce. Dále se bude ve výuce využívat poznatků z fyziky a matematiky (poznatky k biomechanice pohybů), jazykové vybavenosti žáka (poznatky z pravidel sportů, pojmy k novým sportovním aktivitám), historie civilizace a sportu (motivační a informační funkce tělesné výchovy).

Předmět se zařazuje s celkovou hodinovou dotací minimálně 8 vyučovacích hodin týdně za studium. Tělesná výchova musí být zařazena v každém ročníku, bude se usilovat o realizaci cvičení v rámci rozvrhu tělesné výchovy odděleně pro dívky a chlapce.

Strategie výuky

Výuka tělesné výchovy má být pro žáky zajímavá a má je pozitivně motivovat. Tělesná výchova bude realizována ve vyučovacím předmětu a jiných organizačních formách (plavání, lyžařský kurs, turistický kurs, sebeobrana , sportovní den, účast na soutěžích AŠSK ČR a soutěžích dalších vyhlášovateli) podle možností, podmínek školy (organizační podmínky školy, materiální podmínky, klimatické podmínky,

podílu chlapců a dívek), v neposlední řadě podle zájmu žáků a spolupráce zákonných zástupců se školou.

Hodnocení výsledků žáků

Hodnocení a klasifikace žáků je chápána jako součást výchovného působení a vytváření vztahu k tělesné výchově a sportu jako celoživotní potřebě. Žák je především hodnocen za změnu ve vlastním výkonu (dovednosti), za zvládnutí konkrétního cíle, za zájem o tělesnou výchovu a sport, za aktivitu a vztah k pohybu, za snahu prakticky využívat některé osvojené pohybové činnosti v denním režimu. Do hodnocení jsou zahrnuty činnosti, postoje, aktivita, zvládnuté konkrétní cíle, které souvisí i s jinými organizačními formami. Hodnocení a klasifikace je v souladu s klasifikačním řádem školy.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

1. Tělesná výchova rozvíjí tyto klíčové kompetence žáků:

- kompenzovat nedostatek pohybu a jednostrannou tělesnou a duševní zátěž umět přistupovat k tělesným cvičením a pohybovým aktivitám tak, aby pozitivně
- působily na zdravotní stav organismu
- pociťovat radost a uspokojení z provádění tělesné a sportovní činnosti
- usilovat o pozitivní změny tělesného sebepojetí
- využívat pohybových činností, pravidel a soutěží ke správným rozhodovacím postupům
- podle zásad fair play
- kontrolovat a ovládat své jednání, chovat se odpovědně v zařízeních tělesné výchovy a sportu a při pohybových činnostech vůbec, chránit přírodní bohatství
- preferovat pravidelné provádění pohybových aktivit v denním režimu
- dosáhnout optimálního pohybového rozvoje v rámci svých možností
- prožívat kladně pohybové činnosti, regulovat volní projevy
- chápat pohyb jako prostředek duševní hygieny a psychické vyrovnanosti
- plně chápat sociální vztahy a role ve sportu a jiných pohybových aktivitách
- vyhledávat aktivně příležitosti ke zdravotně vhodným pohybovým aktivitám

2. Očekávané výsledky vzdělávání v afektivní oblasti (city, postoje, preference, hodnoty).

- vážit si zdraví jako jedné z prvořadých hodnot a cílevědomě je chránit,
- preferovat takový způsob života, aby byly zdraví ohrožující návyky, činnosti a situace co nejvíce eliminovány
- přistupovat ke zdraví a tělesné zdatnosti jako hodnotám potřebným ke kvalitnímu prožívání života a znát prostředky, jak chránit své zdraví, zvyšovat tělesnou zdatnost a kultivovat svůj pohybový projev
- posoudit důsledky komerčního vlivu médií na zdraví a zaujmout k mediálnímu obsahům
- kritický odstup

3. Výsledky vzdělání v kognitivní (poznatkové) oblasti jsou uvedeny níže v rozpisu učiva.

Zařazováním průřezových témat je možno pozitivně ovlivňovat hodnotovou orientaci žáků a jejich morální postoje a volní úsilí, učit je občanskému soužití, přijímat odpovědnost za stav životního prostředí i kulturního dědictví.

Rozpis učiva a výsledků vzdělávání

Téma	1.r.	2.r.	3.r.	4.r.
Č.1 Teoretické poznatky	6	4	4	4
Č.2.1. Tělesná cvičení, kondice	8	8	8	6
Č.2.2. Gymnastická cvičení	8	6	10	4
Č.2.3. Atletika	8	8	8	4
Č.2.4. Sportovní hry	20	20	24	22
Č.2.5. Úpoly	1	4	1	1
Č.2.6. Rekreačně kondiční tv	3	3	3	3
Č.2.7. Plavání		8		8
Č.2.8. Kursy	6 dnů	5 dnů		
Č.3.1. Péče o zdraví	1	1	1	1
Č.3.2. První pomoc	1	1	1	1
Č. 4 Testování	2	1	3	2
Celkem	64	64	62	56

Výsledky vzdělávání	Učivo
Žák: - volí sportovní vybavení odpovídající příslušné činnosti a okolním podmínkám, dovede je udržovat a ošetřovat - komunikuje při pohybových činnostech, dodržuje smluvené signály a vhodně používá odbornou terminologii - dovede se zapojit do organizace turnajů a soutěží a umí zpracovat jednoduchou dokumentaci - dokáže rozhodovat, zapisovat a sledovat výkony jednotlivců nebo týmu - dovede připravit prostředky	1. Teoretické poznatky - význam pohybu pro zdraví, prostředky ke zvyšování síly, rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a pohyblivosti, techniky, základy a principy rozcvičení - technika a taktika, zásady sportovního tréninku - odborné názvosloví, komunikace - výstroj, výzbroj, údržba - hygieny a bezpečnost, vhodné oblečení, záchrana a dopomoc, zásady chování a jednání v různém prostředí, regenerace a kompenzace, relaxace - pravidla her, závodů a soutěží - rozhodování - zásady sestavování a vedení cíleně

k plánovaným pohybovým činnostem - umí uplatňovat zásady sportovního tréninku - dokáže vyhledat potřebné - informace z oblasti zdraví a pohybu - dovede o pohybových činnostech diskutovat, analyzovat je a hodnotit	- zaměřených cvičení - pohybové testy, měření výkonů - zdroje informací - kultura hmotná a duchovní
Žák : - dovede rozvíjet svalovou sílu, rychlost, vytrvalost, obratnost a pohyblivost - ovládá kompenzační cvičení k regeneraci tělesných a duševních sil, i vzhledem k požadavkům budoucího povolání, uplatňuje osvojené způsoby relaxace	2. Pohybové dovednosti - Tělesná cvičení, kondice - pořadová, všestranně rozvíjející, kondiční, posilovací, koordinační, kompenzační, relaxační, strečink aj (jako součást všech celků), - silový víceboj
- dovede uplatňovat techniku a základy taktiky v základních a vybraných sportovních odvětvích - uplatňuje zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách - pokusí se sladit pohyb s hudbou, sestavit pohybové vazby a vytvořit pohybovou sestavu - umí využívat pohybové činnosti pro všestrannou pohybovou přípravu a zvyšování tělesné zdatnosti - zapojuje se aktivně do týmových herních činností družstva a dovede využívat základní taktické varianty - dovede rozlišit jednání fair play od nesportovního jednání - zvládne základní techniky sebeobrany	2.2 Gymnastická cvičení - gymnastika, cvičení z akrobacie (kotouly vpřed, vzad, letmo, přemet stranou a překot vpřed, skoky a rovnovážné polohy) skoky, sestava cvičení na nářadí: přeskoky (roznožka, skrčka, odbočka – bedna, koza, kůň), kotoul letmo(bedna), hrazda (vzpor jízdo, výmyk, komíhání ve visu, vzepření sklopmo), kruhy (houpání, komíhání, svis stojmo – vznesmo - svis stojmo vzadu a zpět), - šplh na tyči a na laně, přešplhy - rytmická gymnastika, aerobik, cvičení s náčiním: švihadlo,obruč 2.3 Atletika - běhy (rychlý, vytrvalý, štafetový), starty, skoky, hody a vrh koulí, běh pro zdraví (joging) 2.4 Sportovní hry – drobné a sportovní - sportovní hry (florbal, fotbal, volejbal, nohejbal, basketbal) - technika osvojovaných dovedností, taktika hry, upevňování herních činností jednotlivce, průpravné herní činnosti, herní kombinace, herní systémy, nácvik, hra, utkání, drobné pohybové hry a dovednosti 2.5 Úpoly a úpolová cvičení - pády, základní sebeobrana - překážkové dráhy, pohybové kontaktní hry

- dovede sestavit vlastní kondiční program, - zvládne pohybové základy a pravidla netradičních sportovních odvětví - zvládne základní techniky tří plaveckých stylů - zvládne základní techniky pomoci a dopomoci unavenému plavci - dovede aplikovat základní techniky regenerace ve vodním prostředí - zvládne tábornické a turistické dovednosti a znalosti, respektuje specifika bezpečnosti při pohybu a pobytu v přírodním prostředí uplatňuje principy malé ekologie, dovede pracovat s topografickou a turistickou mapou	2.6. Rekreačně kondiční cvičení - netradiční sportovní hry (softball, stolní tenis, badminton, streetwork, softtenis, lakros, freesbee) - vlastní kondiční program 2.7 Plavání - základní techniky plaveckých stylů - zdravotní plavání - základy záchrany tonoucího 2.8. Kursy a pohybové aktivity v přírodě - kurs lyžování (základy sjíždění, běh na lyžích, snowboarding) - kurs sportu a turistiky (vodácký výcvik, cykloturistika, pěší turistika, slaňování, sportovní vzduchovková střelba, topografie a základy orientace, turistické soutěže, triatlon, biatlon, orientační běh)
- uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích stimulujících mimořádné události - zná úlohu orgánů státní správy při ochraně životů a zdraví obyvatel, majetku a živ. prostředí při vzniku mimořádných událostí - dovede rozpoznat hrozící nebezpečí a ví, jak na ně reagovat - ošetří drobná poranění a prokáže dovednosti poskytnutí první pomoci - zajistí lékařskou pomoc	Péče o zdraví 3.1 Zásady jednání v situacích ohrožení a za mimořádných událostí - druhy mimořádných událostí: živelní pohromy, havárie, ostatní mimořádné události - integrovaný záchranný systém - krizové situace 3.2 První pomoc - úrazy - náhlé zdravotní příhody (neodkladná resuscitace, krvácení)
- pozná chybně a správně prováděné činnosti, umí zhodnotit kvalitu pohybové činnosti a výkonu - ověří si svoji úroveň tělesné zdatnosti - dovede využívat pracovní pásma TF	- Testování tělesné zdatnosti - motorické a kondiční testy - měření vybraných charakteristik tělesné stavby , BMI

(Střední škola zemědělská Přerov. Školní vzdělávací program – Agropodnikání, 72,
Retrieved 20.2.2011 from the World Wide Web: <http://www.szesprerov.cz/>.)