

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

DIPLOMOVÁ PRÁCE
(magisterská)

2011

Lucie CHVÁTALOVÁ

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

Analýza systémového pojetí tělesné výchovy v České republice a v Nizozemsku

Diplomová práce
(magisterská)

Autor: Lucie Chvátalová, učitelství pro střední školy,
tělesná výchova – nizozemská filologie
Vedoucí práce: prof. PhDr. Karel Frömel, DrSc.
Olomouc 2011

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Lucie Chvátalová

Název diplomové práce: Analýza systémového pojetí tělesné výchovy v České republice a v Nizozemsku

Pracoviště: Katedra kinantropologie a společenských věd

Vedoucí práce: prof. PhDr. Karel Frömel, DrSc.

Rok obhajoby diplomové práce: 2011

Abstrakt: Tělesná výchova je povinným předmětem na českých základních a středních školách, stejně tak jako v Nizozemsku. Ve své práci analyzuji systémové pojetí tělesné výchovy v Česku a v Nizozemsku a srovnávám pohybovou aktivitu českých a nizozemských studentů střední školy. Srovnání jsem provedla pomocí dotazníků na jedné české a jedné nizozemské střední škole podobného typu. Celkově se průzkumu zúčastnilo 913 studentů. Z výsledků vyplývá, že čeští studenti jsou pohybově aktivnější, než jejich nizozemští kolegové a že jak nizozemští, tak čeští studenti by uvítali tělesnou výchovu častěji, než tomu je dosud. I přes jiné koncepce pojetí jsou v českém i v nizozemském systému tělesné výchovy téměř totožné klíčové kompetence a velmi podobné cíle – přivést studenty k celoživotní pohybové aktivitě.

Klíčová slova: tělesná výchova, vzdělávací systém, klíčové kompetence, kurikulum, pohybová aktivita mládeže, sportovní preference, Česká republika, Nizozemsko

Souhlasím s půjčováním své diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author's first name and surname: Lucie Chvátalová

Title of the master thesis: Analyse of the Systems Concept of the Physical Education in the Czech Republic and the Netherlands

Department: Department of Kinanthropology and Social Science

Supervisor: prof. PhDr. Karel Frömel, DrSc.

The year of presentation: 2011

Abstract: The physical education is a compulsory subject on the basic and high schools in the Czech Republic as well as in the Netherlands. In my thesis I analyse the systems concept of the PE in the Czech Republic and the Netherlands, and I also compare the physical activity of the Czech and Dutch high-school students. I made the comparison on a high school in the Czech Republic and on a high school in the Netherlands using questionnaires as a research method. There are 913 students in total who were concerned in my research. From the results it appears that the Czech students are more physically active than the Dutch students and that both of the participating groups would like to follow the PE classes more often than they can now. Even there are different concepts of the physical education in both systems, are there nearly the same key competences and really close goals of the physical education – to bring the students to the lifelong physical activity.

Keywords: physical education, system of education, key competences, curriculum, physical activity of the youth, sport preferences, Czech Republic, the Netherlands

I agree this thesis paper to be lent within the library services.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně pod vedením prof. PhDr. Karla Frömela, DrSc., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 2. května 2011

.....

Děkuji prof. PhDr. Karlu Frömelovi, DrSc. a Mgr. Františkovi Chmelíkovi, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi poskytli při zpracování diplomové práce.

OBSAH

1 ÚVOD	8
2 PŘEHLED POZNATKŮ	10
2.1 Mezinárodní standardní klasifikace vzdělávání - ISCED	10
2.2 Terminologie	12
2.3 Školský systém České republiky	15
2.3.1 Soukromé a církevní školy	16
2.3.2 Preprimární vzdělávání – ISCED 0	16
2.3.3 Základní vzdělávání – ISCED 1 + ISCED 2	17
2.3.4 Střední vzdělávání – ISCED 3	18
2.3.5 Postsekundární vzdělávání – ISCED 4	19
2.3.6 Terciální vzdělávání – ISCED 5	20
2.4 Školský systém Nizozemska	21
2.4.1 Preprimární vzdělávání	22
2.4.2 Primární vzdělávání – ISCED 1	22
2.4.3 Sekundární vzdělávání – ISCED 2 + ISCED 3	23
2.4.4 Terciální vzdělávání – ISCED 5	25
2.5 Tělesná výchova	26
2.6 Vývoj školní tělesné výchovy	27
2.7 Koncepce školní tělesné výchovy v Evropě	31
2.8 Dokumenty z oblasti tělesné výchovy a vzdělávání – Česká republika	37
2.8.1 Bílá kniha – Národní program rozvoje vzdělávání v České republice	37
2.8.2 Bílá kniha o sportu	39

2.8.3 Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy České republiky	39
2.9 Dokumenty z oblasti tělesné výchovy a vzdělávání - Nizozemsko	41
2.9.1 Rada pro vzdělávání	41
2.9.2 KVLO – Královská asociace učitelů tělesné výchovy	42
2.9.3 NISB – Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen	43
2.9.4 NASB – Nederlandse Actieplan Sport en Bewegen	43
2.10 Klíčové kompetence v tělesné výchově	44
2.10.1 Česká republika	44
2.10.2 Nizozemsko	47
2.11 Cíle tělesné výchovy	50
3 CÍLE A HYPOTÉZY	54
3.1 Hypotézy	54
3.2 Výzkumné otázky	54
4 METODIKA	55
4.1 Výzkumné metody	56
5 VÝSLEDKY	58
6 DISKUZE	68
7 ZÁVĚR	74
8 SOUHRN	78
9 SUMMARY	80
10 REFERENČNÍ SEZNAM	82
11 DALŠÍ LITERATURA	86
12 PŘÍLOHY	88

1 Úvod

Pohyb je základním znakem a zároveň předpokladem života. I když jsme v klidu, jsme stále v pohybu - provádíme dechové pohyby, dochází k cirkulaci krve, k srdečním stahům a dalším pohybům našeho těla. Pohyb je výrazovým prvkem člověka, prvotní formou prastaré lidské komunikace.

V dnešní společnosti převažuje hypokinetický životní styl, a to i přes studiemi jasně prokázané pozitivní vlivy pohybové aktivity na náš život a zdravotní stav (European Commission, 2008). Nedostatek pohybu se objevuje napříč všemi věkovými kategoriemi i společenskými vrstvami ve vyspělých zemích. Snižující se účast obyvatel na pohybové aktivitě je přímo úměrná nárůstu tzv. civilizačních chorob – diabetu II. stupně, ischemické choroby srdeční, obezity (U. S. Department of Health and Human Services, 2008; Dobrý, 2007a).

Namísto nákladného léčení civilizačních chorob a řešení problémů s nepohyblivým se obyvatelstvem bychom se spíše měli zaměřit na prevenci inaktivity. Nejjednodušší a nejefektivnější způsob, jak naučit správnému pohybu co největší počet obyvatel, je pomocí tělesné výchovy:

- tělesná výchova je povinná na všech základních a středních školách
- povinná školní docházka je zdarma
- většina škol má prostory a materiální podmínky vhodné pro tělesnou výchovu

Přesto je tělesné výchově věnována velmi malá pozornost. Hodinová dotace tělesné výchovy na základní škole je stejná jako před 85 lety, kdy byla tělesná výchova

zavedena jako povinný předmět. Od té doby se situace ve společnosti výrazně změnila – ne tak v oblasti tělesné výchovy.

Ve své práci se zabývám srovnáním systémového pojetí tělesné výchovy v České republice a v Nizozemsku. Teoretické poznatky a celostátní dokumenty doplňuje průzkum mezi žáky vybrané české a nizozemské střední školy zaměřený na pohybovou aktivitu a školní tělesnou výchovu.

2 Přehled poznatků

2.1 Mezinárodní standardní klasifikace vzdělávání - ISCED (International Standard Classification of Education)

V roce 1976 byla organizací UNESCO vypracována Mezinárodní standardní klasifikace vzdělávání, která měla zjednodušit a zpřehlednit mezinárodní vzdělávací statistiky.

Klasifikace kmenových oborů vzdělávání byla vypracována tak, aby byla snáze převoditelná na mezinárodní standard ISCED 1997, zejména pokud se jedná o úrovně vzdělávání. Klasifikace ISCED 1997 má 7 úrovní vzdělávání (0 až 6), které mohou mít vnitřní členění A až C (Průcha, 1999), jak ukazuje tabulka 1.

Tabulka 1. Úrovně vzdělávání podle ISCED 1997

Kód	Úroveň vzdělávání
0	Preprimární vzdělávání
1	Primární vzdělávání
2	Nižší sekundární vzdělávání 2A - stupeň, ze kterého je možné přejít na vyšší vzdělávání 2B - přípravný stupeň pro pracovní trh 2C - stupeň směřující na pracovní trh
3	Vyšší sekundární vzdělávání 3A – stupeň, ze kterého je možné přejít na vyšší vzdělávání 3B – přípravný stupeň pro pracovní trh 3C – stupeň směřující na pracovní trh
4	Postsekundární vzdělávání nižší než terciální 4A – stupeň, ze kterého je možné přejít na vyšší vzdělávání 4B – prakticky zaměřené studium
5	První stupeň terciálního vzdělávání 5A – stupeň, ze kterého je možné přejít na vyšší vzdělávání 5B – prakticky zaměřené studium
6	Druhý stupeň terciálního vzdělávání

Zdroj: Průcha, J. (1999). *Vzdělávání a školství ve světě: základy mezinárodní komparace vzdělávacích systémů*. Praha: Portál.

2.2 Terminologie

Pro snazší orientaci v používaných termínech zde uvádím přehled základních pojmů z oblasti vzdělávání a tělesné výchovy.

Tělesná výchova – pedagogická činnost, která cílevědomě využívá tělesných cvičení k působení na všestranný a harmonický rozvoj cvičících, jejím prostřednictvím se záměrně formují jejich morální a charakterové rysy (Hodaň, 1991).

Tělesná cvičení – konkrétní pohybové činnosti realizované v tělocvičné aktivitě, úmyslné pohybové činnosti záměrně konané k plnění cíle a úkolů tělesné výchovy (Hodaň, 1991).

Tělocvičná aktivita – suma skutečně realizovaných tělesných cvičení.

Pohybová aktivita – druh tělesného pohybu člověka, jež je výsledkem svalové práce provázené zvýšením energetického výdeje. Je charakterizována svébytnými vnitřními determinantami i vnější podobou a formou, např. chůze, plavání, běh, skok, fotbal atd. (Stackeová, 2009).

Pohybová aktivnost – souhrn bazálních pohybových aktivit a pohybových aktivit dovednostního charakteru v určité časové jednotce (Stackeová, 2009).

Tělocvičná rekreace – druh tělocvičné aktivity prováděný zájmově ve volném čase.

Tělesná kultura – zahrnuje všechny formy pěstování těla a tělesného rozvoje člověka.

Kinantropologie – věda, která „zkoumá strukturu a funkci účelově zaměřených pohybových činností člověka a jejich rozvoj, kultivaci a léčebné účinky v definovaných podmínkách prostředí, tj. v tělesné výchově, ve sportu a fyzioterapii“ (Dobry, 1997, 5).

Sport – cílevědomá organizovaná pohybová aktivita zaměřená k dosažení nejvyššího výkonu.

Klíčové kompetence – souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a uplatnění každého člena společnosti. Nejsou vázány na jednotlivé vyučovací předměty, rozvíjejí se v průběhu celého vzdělávání prostřednictvím různých školních aktivit. Kompetence k učení, k řešení problémů, k podnikavosti, kompetence komunikativní, sociální a personální, občanská (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Kurikulární dokumenty – pedagogické dokumenty, které vymezují legislativní a obsahový rámec potřebný pro tvorbu školního vzdělávacího programu. Státní úroveň tvoří Národní program vzdělávání a rámcové vzdělávací programy, školní úroveň zahrnuje školní vzdělávací program (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Rámcový vzdělávací program (RVP) – kurikulární dokument státní úrovně. Normativně stanovuje obecný rámec pro jednotlivé etapy vzdělávání. RVP je závazný pro tvorbu školních vzdělávacích programů (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Školní vzdělávací program (ŠVP) – kurikulární dokument školní úrovně. Prezentuje podobu vzdělávání na konkrétní škole a její profilaci. Je zpracován na základě

příslušného RVP. ŠVP vydává ředitel školy, je povinnou součástí dokumentace školy a musí být přístupný veřejnosti (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Školský zákon – zákon č. 561/2004 Sb., zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Učební osnovy – část školního vzdělávacího programu, ve které je vzdělávací oblast jednotlivých vzdělávacích oborů rozpracován do vyučovacích předmětů v jednotlivých ročnících (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Učební plán – na základě rámcového učebního plánu vymezuje organizaci výuky na konkrétní škole. Obsahuje tabulizaci s výčtem povinných a volitelných vyučovacích předmětů a poznámky k jejich organizaci a realizaci (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Vzdělávací oblasti – orientačně vymezené celky vzdělávacího obsahu (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Vzdělávací obory – samostatné části vzdělávacích oblastí v RVP. Vymezují vzdělávací oblasti (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

Vzdělávací obsah – vymezení očekávaných výstupů a učiva na úrovni vzdělávacích oborů. Dále je rozpracován na úrovni ŠVP (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007).

2.3 Školský systém České republiky

Základní principy vzdělávání jsou stanoveny Listinou základních práv a svobod, podle které mají občané bez rozdílu právo na bezplatné vzdělání na základních a středních školách a podle schopností a možností také na školách vysokých.

Školy se člení podle dosahovaného stupně vzdělání a podle charakteru poskytovaného vzdělání: mateřské školy, základní školy, střední školy (gymnázia, střední odborné školy, střední odborná učiliště), konzervatoře, vyšší odborné školy, základní umělecké školy, jazykové školy a vysoké školy. Celkový počet škol (veřejných, soukromých i církevních) a studentů je zobrazen v tabulce 2.

Tabulka 2. Počet škol v České republice

	Počet škol	Počet studentů
Mateřské školy	4 826	314 008
Základní školy	4 125	794 459
Střední školy	1 433	556 260
Gymnázia	379	143 851
Konzervatoře	17	3 435
Vyšší odborné školy	184	28 749
Vysoké školy	71	389 231

Zdroj: Ústav pro informace ve vzdělávání (2010)

2.3.1 Soukromé a církevní školy

Soukromé a církevní školy začaly vznikat teprve po roce 1989, kdy skončil monopol státu na zřizování škol. Zastoupení soukromých a církevních škol je nerovnoměrné jak z hlediska druhů škol, tak oborů vzdělání, počet státních škol převyšuje školy soukromé a církevní na všech úrovních vzdělávání. Největší podíl soukromých škol se nachází v oblasti vyššího vzdělávání. Církevní školy mají menší zastoupení, procentuálně nejvyšší je u vyšších odborných škol a u škol uskutečňujících gymnaziální obory.

2.3.2 Preprimární vzdělávání – ISCED 0

Mateřské školy poskytují preprimární (předškolní) vzdělání dětem od tří do šesti let, a i když předškolní vzdělávání není povinné, většina dětí se jej účastní. Poslední ročník mateřské školy musí být bezplatně umožněn všem dětem. Podle stupnice ISCED má mateřská škola úroveň 0 – neposkytuje stupeň vzdělání, ale připravuje děti na vstup do školy a vytváří předpoklady pro soustavné vzdělávání.

Předškolní vzdělávání podporuje rozvoj osobnosti dítěte, podílí se na jeho zdravém citovém, rozumovém a tělesném vývoji a na osvojení základních pravidel chování, mezilidských vztahů a základních životních hodnot.

Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání sleduje tyto tři cíle:

- Rozvoj dítěte, jeho učení a poznání

- Osvojení si základních hodnot společnosti
- Získání samostatnosti a schopnosti projevit se jako samostatná osobnost

2.3.3 Základní vzdělávání – ISCED 1 + ISCED 2

Základní vzdělávání je složeno ze vzdělávání primárního – ISCED 1 – a nižšího sekundárního – ISCED 2. V struktuře českého školství ovšem nelze oddělovat vzdělávání primární od základního, protože společně tvoří povinnou školní docházku. V České republice je základní (primární) vzdělávání zahajováno ve věku 6 let a má délku 9 let (ročníků školy).

Podle českého vzdělávacího systému se do ISCED 1 řadí první stupeň základní školy (1. - 5. ročník) a speciální základní školy, vzdělávání ve zvláštní škole (1. a 2. stupeň) a v pomocné škole. Obsah vzdělávání této úrovně je určen k zahájení základního vzdělávání. Primární vzdělávání je charakterizováno jako počátek systematického studia, např. čtení, psaní a matematiky. Nižší sekundární vzdělávání ISCED 2 zahrnuje druhý stupeň základní školy – ročník 6 až 9.

Doba povinné školní docházky je ze zákona stanovena na devět let. Žáci mohou povinnou školní docházku absolvovat buď na základní škole, nebo na víceletém gymnáziu, popř. na osmileté konzervatoři. Povinná školní docházka začíná ve školním roce, který následuje po dni, kdy dítě dovrší věk šesti let. Úspěšným ukončením povinné školní docházky (vzdělávacího programu základní vzdělávání) dosahuje žák stupně základní vzdělání (ISCED 2A).

2.3.4 Střední vzdělávání – ISCED 3

Podle ISCED je vyšší sekundární vzdělávání vymezeno jako úroveň 3. Vyšší sekundární vzdělávání můžeme definovat jako „...vzdělávání, které následuje po ukončení nižšího sekundárního vzdělávání....“ (Průcha, 1999). Vyšší sekundární vzdělávání buď připravuje absolventy pro vstup do terciárního nebo postsekundárního vzdělávání, nebo tímto stupněm vzdělávání končí a absolventi přecházejí přímo do trhu práce.

Střední vzdělávání rozvíjí vědomosti, dovednosti, schopnosti, postoje a hodnoty získané během základního vzdělávání. Vytváří předpoklady pro osobní a občanský život, samostatné získávání informací a celoživotní učení. Připravuje studenty pro výkon povolání nebo pracovní činnosti. Střední vzdělávání zahrnuje tři úrovně:

- *Střední vzdělání* (ISCED 3C) – dosahované po 1 až 2 letech studia. Uskutečňuje se na středních školách označovaných jako odborná škola, odborné učiliště nebo praktická škola. Jsou určeny pro žáky, kteří neúspěšně ukončili základní vzdělávání nebo získali pouze základy vzdělání.
- *Střední vzdělání s výučním listem* (ISCED 3B) uskutečňují střední odborná učiliště. Studium trvá 2 – 3 roky, poskytuje kvalifikaci k dělnickým a řemeslným povoláním.
- *Střední vzdělání s maturitní zkouškou* (ISCED 3A) má všeobecný nebo odborný charakter. Vysvědčení o maturitní zkoušce opravňuje ucházet se o přijetí k terciálnímu vzdělávání. Odborné vzdělání poskytují na této úrovni střední odborné školy nebo střední odborná učiliště a trvá 4 roky. Všeobecné

vzdělání se uskutečňuje na gymnáziích, může být čtyřleté (pouze vyšší sekundární), šestileté nebo osmileté (nižší a vyšší sekundární). Připravuje studenty především k vysokoškolskému vzdělávání.

2.3.5 Postsekundární vzdělávání – ISCED 4

Tato nová úroveň zahrnuje programy, které jsou z mezinárodního pohledu hraniční mezi vyšším sekundárním a postsekundárním vzděláním. Tyto programy zpravidla vyžadují úspěšné zakončení úrovně 3. Obsah programu může být specializovanější a podrobnější a jeho realizace může být složitější než u obsahů těch programů, které jsou nabízeny na vyšší sekundární úrovni bez ohledu na to, v jaké instituci je tento program organizován.

Typickými programy této úrovně jsou krátké programy odborné přípravy, předuniverzitní přípravné kurzy (obojí v zahraničí dříve chápáno na úrovni terciální), studium po absolvování středního vzdělání vedoucí k dosažení kvalifikace pro studium vyšší úrovně, další sekundární programy.

V českém systému je do tohoto postsekundárního vzdělávání zařazeno nástavbové studium (4A), učební obory po absolvování střední školy (4C), rekvalifikační kurzy vyžadující předchozí vzdělávání na střední škole (4C), bývalé pomaturitní studium rekvalifikační (4A), kurzy v délce od šesti měsíců do dvou let (4C) a pomaturitní studium na jazykových školách s akreditací MŠMT (4C).

2.3.6 Terciální vzdělávání – ISCED 5

Nejvyšším stupněm v hierarchii úrovní vzdělávacích systémů je stupeň terciálního vzdělávání. Programy úrovně ISCED 5 nevedou přímo k udělení vědecké kvalifikace. Obvyklým minimálním požadavkem pro vstup na tuto úroveň je úspěšné dokončení úrovně 3A, 3B nebo 4A.

Podle ISCED 1997 úroveň ISCED 5 označovaná jako první stupeň terciálního vzdělávání zahrnuje programy bakalářského studia koncipovaného jako předstupeň studia magisterského (5A), dvouleté magisterské studium navazující na bakalářské studium (5A), magisterské studium v délce 4-6 let (5A), další vzdělávání po absolvování vysoké školy nesměřující k udělení titulu (5B), programy vyšších odborných škol (5B), bakalářské studium koncipované jako konečné (5B), bývalé pomaturitní studium specializační a inovační (5B) a poslední dva ročníky konzervatoře a speciální konzervatoře (5B).

Relativně novým typem školských institucí jsou v českém vzdělávacím systému vyšší odborné školy (VOŠ). Byly legalizovány v roce 1996 zákonem č. 258/96 Sb. a vyhláškou MŠMT ČR č. 265/96 Sb. Podle uvedených právních předpisů lze vyšší odborné školy definovat takto: Vyšší odborná škola připravuje pro výkon náročných odborných činností nebo prohlubuje již dosažené vzdělání pro výkon těchto činností. Studium na vyšší odborné škole se zakončuje absolutoriem (Průcha, 1999).

2.4 Školský systém Nizozemska

Vzdělání je v Nizozemsku považováno za významnou, společensky prioritní sféru. Vzdělávací systém je svým způsobem unikátní – jeho diferencovanost odráží principy tolerančnosti, demokratičnosti a svobody. Výrazně podporováno je uplatňování demokratických práv skupin a jednotlivců.

Účast na vzdělávání je neobvykle vysoká – z 16 milionů obyvatel se 3,5 milionu účastní některé formy vzdělávacích programů (Min. OCW).

Školy státní, církevní i soukromé tvoří rovnoprávné součásti celého vzdělávacího systému, který je státem podporován a dosahování jeho vysoké úrovně je součástí vládní politiky. Tato zásada byla ústavně uzákoněna v roce 1815. Jak veřejné tak i soukromé školy jsou ze zákona finančně dotovány stejným dílem. Soukromé i státní školy musí splňovat stejná kritéria stanovená Ministerstvem školství, kultury a vědy (OCW), např. kurikula předmětů, celonárodní zkoušky, počet vyučovacích hodin ročně atd. Zodpovědným za vzdělání je stát, obecní a místní správa a školní výbory v případě soukromých škol.

Státní školy jsou přístupné všem žákům bez rozdílu. Většinou jsou to veřejné instituce zřizované státem nebo obcí. Soukromé školy jsou zřizovány výbory spolků nebo organizací a poskytují vzdělávání náboženské nebo alternativní. Nizozemský školský systém obsahuje přes 70 % soukromých škol. Tak velký podíl nenalezneme v žádné jiné evropské zemi. Svoboda zakládání škol, svoboda ideologie a svoboda vnitřní struktury školy jsou tři základní opěrné sloupy Nizozemského systému.

Značná zodpovědnost je vyvážena podporou škol a učitelů. Důraz se klade na zodpovědnost všech účastníků vzdělávacího procesu, včetně žáků. Do vzdělávání také aktivně zasahují rodiče (Košák, 2006).

2.4.1 Preprimární vzdělávání

Po schválení zákona o základním vzdělávání v roce 1985 byly mateřské školy – ISCED 0 – integrovány do základního vzdělávání – ISCED 1. Samostatné instituce předškolního vzdělávání v Nizozemsku neexistují.

2.4.2 Primární vzdělávání – ISCED 1

Podle Zákona o povinném vzdělávání z roku 1985 je délka povinné školní docházky 12 let. Žák začne chodit do školy v měsíci následujícím po dovršení pěti let věku a končí na konci školního roku, kdy dovrší 16 let. Většina žáků však nastupuje do prvního ročníku základní školy po dovršení čtyř let. Žáci, kteří nepokračují v dalším vzdělávání, musí povinně navštěvovat školu další 1 – 2 roky nejméně dva dny v týdnu.

Primární vzdělávání zahrnuje školu základní i speciální. Všechny děti bez rozdílů mají právo na vzdělání. Důležitost vzdělání jak pro dítě samotné, tak pro soužití ve společnosti je tak velký, že povinná školní docházka byla stanovena na dvanáct let – od pěti let věku dítěte.

Všechny školy nabízí vzdělávání ve stejných předmětech, což je právně ustanoveno osnovách základního vzdělávání, takže všechny děti na konci základní školy mají požadované znalosti a dovednosti.

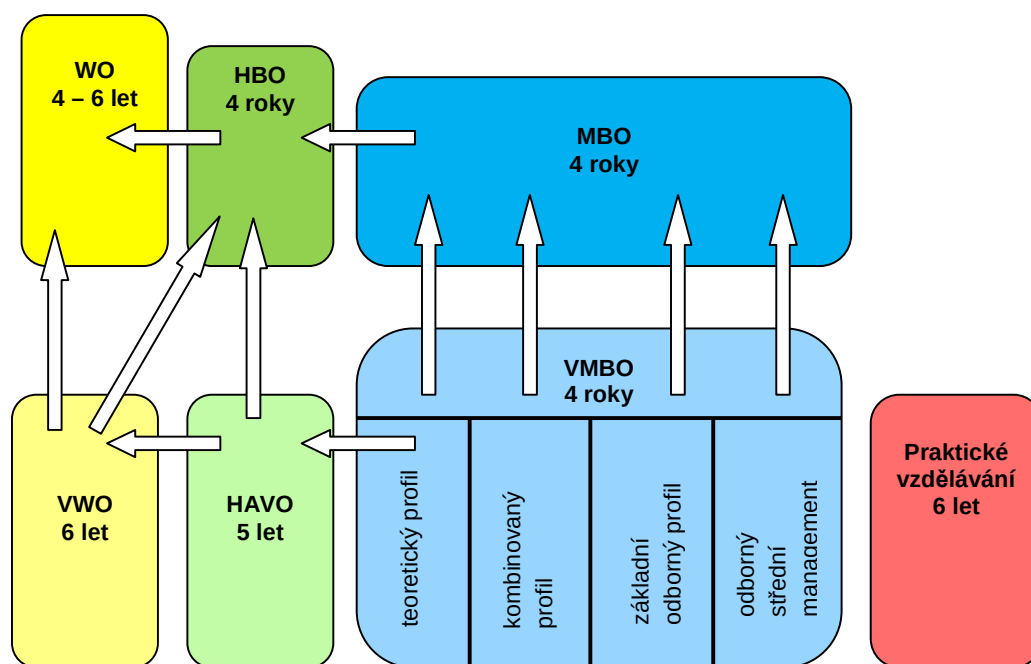
2.4.3 Sekundární vzdělávání – ISCED 2 + ISCED 3

Sekundární vzdělávání připravuje studenty na jejich budoucí roli ve společnosti. Sekundární vzdělávání se skládá ze dvou stupňů. Během prvního stupně absolvují všichni studenti ve věku 12-15 let všeobecný vzdělávací základ (basisvorming), základní sekundární vzdělávání. Na konci druhého ročníku doporučuje škola studentům na základě jejich prospěchu další směr vzdělávání. Délka druhého stupně a volba specifických předmětů závisí na zvoleném vzdělávacím profilu a typu školy. V Nizozemsku existují tři typy sekundárního vzdělávání:

- *VMBO* (voorbereidend middelbaar beroepsonderwijs) připravuje studenty ve věku 12 až 16 let na střední odborné učiliště. Studium trvá čtyři roky a studenti si mohou vybrat ze čtyř studijních profilů – základní odborný, odborný střední management, kombinovaný profil a teoretický profil.
- *HAVO* (hoger algemeen voortgezet onderwijs) – studium trvá pět let a je určeno pro studenty ve věku 12 až 17 let. Připravuje studenty ke studiu na vyšší odborné škole.
- *VWO* (voorbereidend wetenschappelijk onderwijs) připravuje studenty ke studiu na vysoké škole nebo univerzitě. Studium je určeno pro studenty ve věku 12 až 18 let a trvá šest let.

Studenti mohou přestoupit na jiný typ školy, pokud splní podmínky přestupu (obrázek 1). Vyšší ročníky středních škol poskytují vzdělávání typu ISCED 3.

Pro všechny žáky na úrovni základního sekundárního vzdělávání jsou povinné tyto vyučovací předměty: nizozemština, angličtina, druhý cizí jazyk (francouzština nebo němčina), dějepis a politika, zeměpis, ekonomie, matematika, fyzika a chemie, biologie, funkční dovednosti, IKT (informační a komunikační technologie), tělesná výchova a dva vyučovací předměty z nabídky výtvarná výchova, hudební výchova, dramatická výchova a tanec.

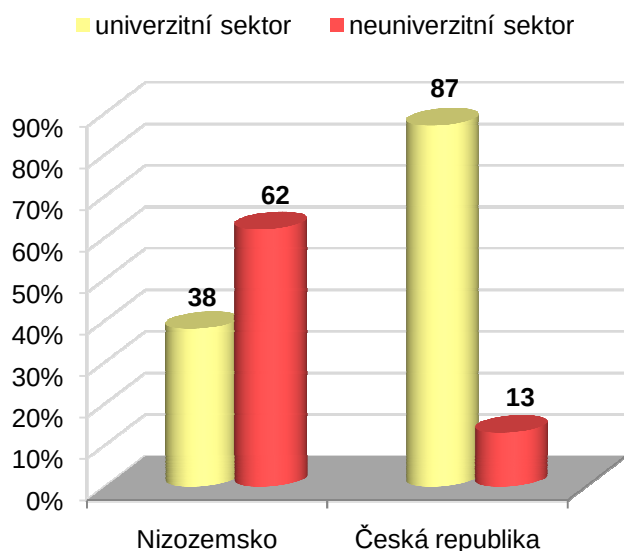


Obrázek 1. Možnosti přestupů na jiný typ střední školy v Nizozemsku

2.4.4 Terciální vzdělávání – ISCED 5

Nizozemské terciální vzdělávání se skládá ze dvou pilířů: *HBO* (*hoger beroepsonderwijs*) představuje odbornou vysokou školu a *WO* (*wetenschappelijk onderwijs*) zahrnuje teoretické vědní disciplíny. Přibližně dvě třetiny studentů absolvují prakticky orientované studium na *HBO* (obrázek 2).

Od září 2002 je v Nizozemsku, stejně jako v jiných zemích Evropské unie, zavedena struktura bakalářského studia a na něj navazujícího studia magisterského. Tímto jednotným systémem se umožnilo mezinárodní srovnání terciálního vzdělávání a studenti dostali možnost část svého studia absolvovat v zahraničí. Nizozemští studenti obdrží titul bakalář po úspěšném absolvování čtyřletého prezenčního studia na *HBO* nebo po třech letech denního studia na *WO*. Magisterské studium se uskutečňuje na obou typech škol terciálního vzdělávání.



Obrázek 2. Rozdělení univerzitní a neuniverzitní složky vzdělávání v České republice a v Nizozemsku (Průcha, 1999)

2.5 Tělesná výchova

Tělesná výchova je jediný školní předmět, který může konkrétně ovlivnit zdraví mládeže. Je klíčovým faktorem v podpoře a zvyšování pohybové aktivity mládeže jako významného činitele zdravotní prevence. Velký nárůst výzkumných poznatků o zdravotních benefitech tělesné výchovy přímo vyžaduje změnu jejího pojetí.

Autory těchto studií jsou převážně lékaři a na základě jasných výsledků žádají, aby tělesná výchova jako povinný předmět, nebo její náhrada, byla do výuky zařazována každý den. Jak uvádí Dobrý ve svém článku (2007a), vědecké důkazy potvrzují fakt, že pohybově aktivní životní styl prodlužuje kvalitní život a snižuje rizika srdečních chorob, cukrovky a rakoviny tlustého střeva. I přes přesvědčující důkazy o benefitech pohybových aktivit trpí ve vyspělých hospodářských zemích až 60 % populace nedostatkem pohybu v důsledku sedavého způsobu života (European Commission, 2008). Mezi důsledky pohybové nedostatečnosti patří:

- Za posledních 20 let se téměř zdvojnásobilo procento mladých lidí s nadváhou
- Pohybová nedostatečnost a špatná strava jsou v USA příčinou minimálně 300 tisíc úmrtí ročně – více zabíjí pouze kouření
- Pohybová nedostatečnost zvyšuje pravděpodobnost úmrtí na srdeční choroby a vzniku diabetu, rakoviny tlustého střeva a vysokého krevního tlaku (Dobrý, 2007a).

Z různých výzkumů vyplývá, že pohybové aktivity zlepšují nejen svalový tonus a tělesné funkce, ale i podporují mozkovou činnost tvorbou nových mozkových buněk v oblasti mozku, která je spojená s učením a pamětí (Dobrý, 2007a).

Existují jednoduché pohybové aktivity, které se dají včlenit do denního režimu a nezaberou mnoho času, například desetiminutová procházka svěžím tempem nebo místo jízdy výtahem chodit do schodů pěšky. Podle výzkumů se pracovníci se sedavým zaměstnáním cítí produktivnější a lépe zvládají pracovní stres, pokud se v průběhu pracovního dne záměrně pohybují (Dobrý, 2007b). Totéž se dá aplikovat na žáky ve škole. Mimo jiné jsou pohybové aktivity bezprostředním i dlouhodobým účinným antidepresivem. Proto by se, především na školách, měly vytvářet podmínky pro tyto pohybové chvíle.

2.6 Vývoj školní tělesné výchovy¹

Důležitost pohybu pro lidský život si lidé uvědomovali již v nejstarších civilizacích. Tělesná cvičení vznikla z pracovní činnosti – příprava k práci a boji – uvědomováním si nutnosti tělesné zdatnosti pro přežití. V období matriarchátu (10. – 9. tis. př. n. l.) vznikla tělesná cvičení a oddělila se od tělesné práce. Tělesná cvičení se stala

¹ Kapitola zpracována podle Švec, J. (1996). *Stručná historie tělesné kultury (pro studenty oboru tělesná výchova)*. Hradec Králové: Gaudeamus.

jediným prostředkem výchovy mladých generací a zároveň ztratila přímý utilitární charakter.

V období starověku (3 500 př. n. l. – 476 n. l.) byla tělesná kultura ve formě zábavy dostupná pouze nejvyšším vrstvám společnosti. Tělesná cvičení hrála důležitou úlohu ve vojenském výcviku.

Ve starověkém Řecku byla tělesná výchova nedílnou součástí výchovy mládeže, i když se v různých městských státech výrazně lišila. Ve Spartě měla tělesná příprava silný vojenský charakter – tuto přípravu absolvovaly i dívky. Atény se přikláněly k všestranné a harmonické výchově.

Římská říše byla největším starověkým otrokářským státem s dokonalou organizací a zákony. Tělesná výchova probíhala v soukromých školách i doma a byla i nadále součástí vojenského výcviku.

Po zániku Říše římské nastal úpadek fyzické kultury, ze systému výchovy se vytrácela tělesná cvičení. Církevní školy se zaměřovaly pouze na duševní výchovu a veškeré projevy tělesných cvičení byly z výchovy vylučovány. Tělesná cvičení se nadále rozvíjela mimo výchovné a vzdělávací instituce.

Až v období humanismu se tělesná cvičení vrátila do systému výchovy. Erasmus Rotterdamský zavedl tělesná cvičení na německé univerzity, Ludovigo Vives zavedl do jezuitských škol předmět „Tělocvik a hry“, Jan Ámos Komenský vypracoval roku 1651 plán na zavedení pohybových her do pedagogické praxe městských škol.

V 18. století nastal převrat ve vývoji evropského myšlení v podobě nového filozofického směru – osvícenství. Rozmach různých oblastí vědy přinesl nové poznatky, mimo jiné i v oblasti tělesného rozvoje člověka a tělesné kultury. Nové požadavky na vzdělání se promítají i do znovuzavedení tělesných cvičení. Významnými osobnostmi té doby, které zdůrazňovaly význam tělesných cvičení, jsou John Locke, Jean-Jacques Rousseau a Jan Jindřich Pestalozzi. Pestalozzi zavedl tělesnou výchovu jako vyučovací předmět rovnocenný s ostatními předměty a položil praktické i teoretické základy novodobé tělesné výchovy. Postupně tělesná výchova pronikala i do dalších typů škol.

V Anglii se rozvíjí tělovýchovný systém s důrazem na hry a sporty. Na středních školách a univerzitách vznikají sportovní kluby, sport se postupně profesionalizuje.

Německý systém nářadového tělocviku – též zvaný Turnerský - měl vliv na rozvoj tělesné výchovy ve střední Evropě. Cvičilo se na hrazdě, bradlech a koni. Adolf Spiess prosazoval tělocvik jako školní předmět, vytvořil školní osnovy, podle kterých se v Rakousku - Uhersku cvičilo až do roku 1918. Hlavní náplní byla hromadná cvičení, ke kterým se postupně přidala i rytmika.

V severských zemích se vyvíjel léčebný tělocvik, cviky byly jednoduché, zaměřené na kloubní pohyblivost a pohyblivost páteře. Švédský systém využívá účelového nářadí – žebřiny, lavičky, bedny, lana, kladina.

Italský lékař Francisko Amoros Yondeano budoval tělesnou výchovu na lékařském základě, na poznatcích z anatomie a fyziologie. Tím vznikla Francouzská přirozená

tělesná výchova. Obsahuje chůzi, skoky, běh, šplh, hody, úpoly, plavání a cviky rovnováhy.

V Čechách byla roku 1862 založena česká tělovýchovná organizace Sokol, která se postupně stala masovou tělovýchovnou organizací.

Na přelomu 19. a 20. Století dochází k rozvoji sportovního hnutí a tělovýchovných systémů. Vznikají sportovní kluby a federace. Byly obnoveny Olympijské hry (1896) a sport – aktivní i pasivní - se stává každodenní součástí života.

Od roku 1744 byla v Čechách zavedena povinná školní docházka. Roku 1868 byla tělesná výchova jako povinný předmět zavedena do některých obecných škol a učitelských ústavů. Následující rok už byla tělesná výchova povinná na všech nižších školách. Na učitelských ústavech byly povinné dvě hodiny týdně. Zavedení tělesné výchovy do škol narazilo na odpor církve i veřejnosti a tak školská reforma v roce 1833 prohlásila tělesnou výchovu dívek za nepovinný předmět. Až v roce 1913 došlo k reformě osnov a tělesná výchova byla zavedena jako povinný předmět na všech středních školách. Od roku 1926 do dneška je povinná tělesná výchova v rozsahu dvou hodin týdně.

Tělesná výchova v Nizozemsku se začala vyvíjet koncem 18. a počátkem 19. století, o něco později, než ve zbytku západní Evropy. Od roku 1857 bylo možné tělesnou výchovu vyučovat na nižším stupni základní školy, avšak tělesná výchova ještě nebyla povinná. Rozvoj tělesné výchovy byl silně ovlivněn děním v Německu a německé pojetí tělesné výchovy bylo v Nizozemsku nadšeně přijato (D'honker & Tolleneer, 2000).

Koncem 19. století ovlivnila nizozemskou tělesnou výchovu také Lingova Švédská gymnastika a počátkem 20. století vznikl na základě evropských tělovýchovných systémů Haagský vzdělávací ústav – eklektický model, který měl svůj vlastní charakter.

Po 1. světové válce následovala v Nizozemsku, stejně jako v dalších zemích Evropy, obnova tělesné výchovy. Především Rakouská škola (K. Gaulhoffer a M. Streicher) získala v Nizozemsku velkou popularitu. Kolem roku 1920 se stala tělesná výchova povinnou součástí vzdělávacího systému, ale krize ve třicátých a čtyřicátých letech minulého století neumožnila její plný rozvoj (D' honker & Tolleneer, 2000).

2.7 Koncepce školní tělesné výchovy v Evropě²

Gymnastické koncepce vytvořené Guts-Muthsem, Jahnem, Lingem a dalšími se během 19. století zformovaly do školní tělesné výchovy. I přes globalizaci, poznání a porozumění kontextům školní tělesné výchovy nepanuje v pedagogickém prostředí shoda v chápání názvu, významu, funkcí i obsahu koncepcí školní tělesné výchovy. Hlavní nedostatek vidí v samotném vymezení pojmu „koncepce“ a v chápání struktury a funkcí tělesné výchovy jako školního předmětu.

² Kapitola zpracována podle Naul, R. (2003). Koncepce školní tělesné výchovy v Evropě. *Česká kinantropologie*, 1, 39-53.

V evropských koncepcích se název předmětu školní tělesná výchova definuje různě. V některých zemích – např. v Itálii, Španělsku, Portugalsku, České republice, Nizozemsku aj. – je anglický pojem „physical education“ překládán doslovně „tělesná výchova“. Ve Francii se používá termín „l'éducation physique et sport“ (tělesná výchova a sport), ve Švédsku „idrott i hälsa“ (sport a zdraví) a v Německu „Sportunterricht“ (sportovní vyučování). Odlišnost koncepcí je patrná i v osnovách školní tělesné výchovy:

- v jejich přísné x liberální implementaci
- ve všeobecném x detailním předepisování obsahu
- v tradičních x nových cílech a úkolech
- v centrálně x místně vytvořených programech
- v dominanci pedocentrického x paidocentrického přístupu
- ve sportovních x všeobecně zaměřených pohybových dovednostech
- v procesuální x výsledkové orientaci

Jak uvádí Naul ve svém článku, ve školní tělesné výchově lze vymezit tyto hlavní koncepce:

- Biologicky orientovaný rozvoj těla (trénink) spojený se švédskou gymnastikou. Cílem je rozvoj anatomických a fyziologických charakteristik žáka;
- Pedagogická výchova prostřednictvím pohybu, jejíž cíle jsou zformulovány v abstraktních pojmech „všeobecného rozvoje osobnosti“ žáka;

- Osobnostně-pohybová výchova – velmi rozšířená v Nizozemsku. Cílem je rozvoj osobnostně pohybové kompetence a identity žáka.
- Konformistická, sportovní socializace. Cílem je rozvoj tělesné zdatnosti, technické a taktické kapacity i potřeby účasti ve známých sportech.
- Kriticko-konstruktivní, pohybová socializace, jejímž cílem je rozvoj technicko-pohybových, sociálně-pohybových a reflektivních kompetencí žáka.

Zabýváme-li se evropskými koncepcemi školní tělesné výchovy, narazíme na překážku nejen etnicko-centrickou, ale také na jazykovou bariéru. Většina literatury o školní tělesné výchově je napsána pouze v mateřském jazyce konkrétní evropské země. I přes to můžeme za základní kritéria při posuzování koncepcí školní tělesné výchovy považovat tyto čtyři:

- poslání a legitimita školní tělesné výchovy jako výchovně-vzdělávacího předmětu
- cíle a úkoly školní tělesné výchovy
- metody výchovy a strategie vyučování ve školní tělesné výchově
- hodnocení a klasifikace ve školní tělesné výchově.

Různé gymnastické koncepce existovaly již na počátku 19. století, avšak pouze tři z nich se ve školní tělesné výchově prosadily a dále rozvíjely – německý nářadový tělocvik, Lingova gymnastika a anglický systém sportů a her. Ve druhé polovině 19. století se tyto historické koncepce tělesné výchovy rozšiřovaly napříč Evropou, čemuž

vydatně pomáhaly mimo jiné „překlady učebnic, migrace, cílené exkurze jednotlivců i národních delegací tělovýchovných expertů, praxe lékařů, zaměstnávání učitelů tělesné výchovy ze zahraničí...“ (Naul, 2003, 42).

Každá evropská země rozvinula jedinečnou kolekci cvičení a metod jejich nácviku. V mnoha zemích tak existovaly směsi tělovýchovných koncepcí přijatých z ciziny, které byly modifikovány a upraveny o národní vlivy, vyučovací metody a cvičení.

Na rozdíl od tendencí do roku 1930, kdy britské sporty a hry byly omezeny pouze jako nepovinné aktivity, zařazovaly po druhé světové válce fašistické a komunistické programy tělesné výchovy sport a hry do povinné tělesné výchovy. Kontinuita cílů a struktury školních tělovýchovných programů byla po druhé světové válce velmi zřetelná. Zvláště v SRN byla patrná přeměna politiky a důraz na britská a americká sociální a morální hlediska v tělesné výchově.

V průběhu „studené války“ začala v Evropě sportifikace tělesné výchovy s myšlenkou, že „sport překoná všechny dřívější tělovýchovné cíle a úkoly“ (Naul, 2003, 46). Nový model tělesné výchovy se z Německa rozšířil do Francie a do dalších evropských zemí.

Koncem šedesátých let začal vývoj tělesné výchovy i v jiných oblastech, než jen sportovní. Odlišné koncepce tělesné výchovy se rozvinuly například v Nizozemsku. Tyto koncepce můžeme interpretovat jako koncepce „osobnostně-interaktivní pohybové výchovy“. V tomto období se objevily tři základní typy koncepcí školní tělesné výchovy, které navazovaly na původní koncepce z předchozích let:

- sportovní výchova v Německu

- pohybová výchova v Nizozemsku a Velké Británii
- výchova ke zdraví ve skandinávských zemích.

I když byla implementace sportu do tělesné výchovy patrná téměř v celé Evropě, sportifikace kurikula se nestala jednotným rysem dalšího vývoje. V Německu nahradil *sport* tělesnou výchovu i název předmětu. Ve Francii byl *sport* přidán k původnímu názvu a v Rakousku začlenění sportu do tělesné výchovy k žádné terminologické změně nevedlo. V Nizozemsku byly sporty přidány k tradičnímu kurikulu tělesné výchovy, ovšem název předmětu „*lichemelijke opvoeding*“ zůstal zachován. Tradiční koncept „osobnostně-interaktivní pohybové výchovy“ se v Nizozemsku dále rozvíjel, zařazené sporty byly transformovány a upraveny v souladu s výchozími cíli této koncepce.

V osmdesátých letech se v Evropě objevily nové, alternativní koncepce tělesné výchovy:

- koncepce „výchovy těla“ jako reakce na vnímanou ztrátu tělesné zkušenosti a jednostrannou socializaci sportem
- koncepce „Frankfurtské skupiny“ vycházející z obecné kritiky vývoje sportu ve společnosti a ztrátou přirozených pohybových schopností

Devalvace sportovního pojetí ale neměla žádný empirický základ – ani pedagogické neúspěchy sportovního pojetí, ani potvrzující pozitivní výsledky alternativní výchovy těla zde nejsou prokázány.

V osmdesátých letech se v evropských zemích objevují tři hlavní faktory, které mají zásadní vliv na současnou koncepci tělesné výchovy – omezování rozpočtů, vyšší nezaměstnanost učitelů tělesné výchovy a redukce počtu hodin tělesné výchovy. Vedlejšími faktory jsou pak preference odlišných hodnot a přístupů ve společnosti, moderní životní styl a především nové typy vztahů dítě – rodič a ve vzdělání celkově.

Jak uvádí Naul, Maastrichtská smlouva z roku 1991 nepřinesla více integrace a konvergence do národních koncepcí tělesné výchovy, ale vedla spíše k její národní profilaci. Tři původní koncepty tělesné výchovy – sportovní výchova, pohybová výchova a zdravotně orientovaná tělesná výchova – se ve vztahu k jejich hranicím i srovnatelné množině základních kritérií zcela diferencovaly.

Rekonstrukce tělesné výchovy v České republice se po roce 1989 posunula směrem k výchově ke zdraví, zatímco v Nizozemsku se koncepce pohybové výchovy ještě více vyhranila – Bewegingsonderwijs (pohybové vzdělávání) můžeme považovat za aktualizovanou verzi tradiční koncepce osobnostně-pohybové výchovy.

2.8 Dokumenty z oblasti tělesné výchovy a vzdělávání – Česká republika

2.8.1 Bílá kniha – Národní program rozvoje vzdělávání v České republice

Bílá kniha vznikla na základě usnesení vlády ze 7. 4. 1999, kdy vláda schválila hlavní cíle vzdělávací politiky. Jedná se o „systémový projekt formulující myšlenková východiska, obecné záměry a rozvojové programy, které mají být směrodatné pro vývoj vzdělávací soustavy ve střednědobém horizontu“ (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, 2001, 7).

Bílá kniha je otevřeným dokumentem, který by měl být průběžně aktualizován podle potřeb společnosti. Text vychází z analýz a hodnocení českého školství, které byly vypracovány českými i zahraničními odborníky. Základním stavebním kamenem jsou převážně výroční zprávy MŠMT „Školství v pohybu“, „Školství na křižovatce“, „Na prahu změn“ a další. Bílá kniha úzce navazuje na publikaci „České vzdělávání a Evropa: strategie rozvoje lidských zdrojů v České republice při vstupu do Evropské unie“.

Ve veřejné diskuzi vyhlášené MŠMT „Výzva pro deset milionů“ se k problémům rozvoje jednotlivých stupňů vzdělávací soustavy vyjadřovali především pedagogičtí pracovníci, školy a představitelé různých zájmových sdružení zabývajících se otázkami výchovy a vzdělávání.

Konečná podoba Národního programu rozvoje vzdělávání byla schválena 7. února 2001. Zároveň byl projednán návrh nového školského zákona, který představuje legislativně závazný mechanismus řízení a správy školy. *Bílá kniha* a *školský zákon* tak představují vzájemně se doplňující nástroje proměn českého vzdělávání.

V roce 2009 si tehdejší ministr školství nechal zpracovat „Analýzu naplnění cílů Národního programu rozvoje vzdělávání v České republice (Bílé knihy) v oblasti předškolního, základního a středního vzdělávání“. Autoři tohoto projektu poukazují na fakt, že díky politickým podmínkám (během osmi let od přijetí Bílé knihy se v úřadu MŠMT vystřídalo šest různých ministrů) nemohla být přijata některá opatření, která byla považována za kontroverzní. Toto období však bylo obdobím ekonomického růstu a rozvoje. Díky strukturálním fondům EU byly podmínky pro realizaci rozvojových a inovačních opatření velmi dobré. Nicméně ani za těchto podmínek se nepodařilo navýšit výdaje na vzdělávání na plánovaných 6 % HDP (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky, 2009).

Autoři studie také poukazují na to, že „Bílé knize chybí konceptuální rámec, který by dával jednotlivé cíle a opatření do vzájemných souvislostí, naznačoval, jak opatření přesně přispějí k naplnění cílů“ (Straková, 2009, 5). I tyto důvody přispěly k faktu, že „Bílá kniha nesplnila očekávanou úlohu zastřešujícího dokumentu, ze kterého by vycházely všechny dokumenty další“. Ovšem svým zpracováním a myšlenkovým obsahem převyšuje podobné dokumenty jak u nás, tak v zahraničí. Stanovené cíle Bílé knihy jsou aktuální i dnes. Důvod, proč se zrealizovalo tak málo z toho, co Bílá kniha stanovila, nemůžeme hledat pouze v samotné Bílé knize, ale především v podobě řízení oblasti vzdělávání v České republice (Straková, 2009).

2.8.2 Bílá kniha o sportu

Bílá kniha o sportu je dokumentem komise Evropských společenství. Byla vydána 11. července 2007 v Bruselu. Jejím cílem je poskytnout strategickou orientaci v souvislosti s rolí sportu v Evropě, podnítit debatu o konkrétních problémech, zviditelnit sport při tvorbě politik EU a zvýšit povědomí veřejnosti o potřebách a specifikách tohoto odvětví (Bílá kniha o sportu, 2007, 2).

2.8.3 Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy České republiky

Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy České republiky 2007 je zpracováván na základě § 9-11 a § 185 odst. 4 zákona č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (tzv. Školský zákon). Dlouhodobý záměr vzdělávání představuje jeden z významných nástrojů formování vzdělávací soustavy. Jeho aktualizace v roce 2007 klade důraz na implementaci nové školské legislativy přijaté v letech 2004 – 2006. Zakotvuje záměry, cíle a kritéria vzdělávací politiky doprovázené koncepční, metodickou i finanční podporou v rozvojových programech a sjednocuje přístup jednotlivých krajů. Kraje trendy a cíle stanovené na státní úrovni rozpracovávají podle svých specifických podmínek a potřeb, navrhují a zdůvodňují svá konkrétní řešení.

Dlouhodobý záměr ČR 2007 stanovil následující základní strategické směry:

- Rovnost příležitostí ke vzdělávání

- Kurikulární reforma – nástroj k modernizaci vzdělávání s důrazem na rozvoj klíčových kompetencí
- Podpora cizích jazyků, informačních a komunikačních technologií
- Tvorba a zavádění systémů kvality, metod hodnocení a vlastního hodnocení škol a školských zařízení
- Zvyšování profesionality a zlepšování pracovních podmínek pedagogických pracovníků
- Podpora dalšího vzdělávání

Realizace strategických směrů je podpořena možností spolufinancování z prostředků Evropské unie.

Kapitola I. *Rozvoj společnosti a vzdělávání* sleduje hlavní trendy změn ve společnosti, které se dotýkají oblasti vzdělávání. Kapitola II. *Výchozí stav a strategie rozvoje regionálního vzdělávání* vyhodnocuje úkoly a podporu prioritních směrů ze strany MŠMT v letech 2005 – 2006. Navrhovány jsou i úkoly pro další programovací období Evropských strukturálních fondů 2007 – 2013. Kapitola III. *Přístup ke vzdělávání a průchod dětí, žáků a studentů vzdělávací soustavou* modeluje na základě demografické projekce, dosaženého stavu a předpokládaných cílových hodnot vývojové trendy v počtu přijímaných žáků a absolventů v jednotlivých úrovních vzdělávání. Kapitola IV. *Financování regionálního školství* zohledňuje potřebu finančních prostředků ze státního rozpočtu a z ESF.

2.9 Dokumenty z oblasti tělesné výchovy a vzdělávání - Nizozemsko

2.9.1 Rada pro vzdělávání³

Rada pro vzdělávání je nezávislým poradním orgánem pro řízení v oblasti vzdělávání. Doporučuje zásady a legislativu pro okruh vzdělávání. Rada čítá minimálně osm, nejvíce však devatenáct členů, kteří jsou jmenováni Jejím Veličenstvem na dobu maximálně čtyři roky. Každý člen může být zvolen nanejvýš dvakrát. Členové jsou voleni z různých sfér společnosti, např. vzdělávání, vědy, veřejné správy apod. Rada pro vzdělávání se schází pravidelně jednou až dvakrát měsíčně.

Každý rok vypracuje ministr vzdělávání, kultury a vědy (Ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap - OCW) program, kde jsou vymezena témata, kterými se Rada pro vzdělávání bude zabývat. Tento program musí být schválen První i Druhou komorou parlamentu.

Rada se zasazuje o jasné a vyrovnané vztahy, o co nejmenší nátlak administrativy a vyrovnanost správních forem. Zde je pět centrálních témat, kterými se Rada zabývá:

- zajistit vyrovnanost a svobodu volby – Rada hájí správní rovnováhu ve vzdělávání a s tím spojenou svobodu volby
- udržet vertikální řízení a horizontální zodpovědnost – potřeba hierarchie v systému kontrol a řízení

³ Zpracováno podle oficiálních informací dostupných na <http://www.onderwijsraad.nl/over-ons/item29>

- vyjasnit roli učitele – pozice a povinnosti učitele v novém správním vztahu musí být jasně vymezena
- vyhýbat se správnímu nátlaku
- zajistit vyvážené vztahy uvnitř školy – vzdělávací instituce představují především sociální spojení, ve kterém mají strany většinou paralelní zájmy

2.9.2 KVLO – Královská asociace učitelů tělesné výchovy⁴

KVLO (Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding) je odborná asociace a organizace založená roku 1862, která představuje autoritu v oblasti tělesné výchovy a pohybové aktivity dětí. Členy KVLO jsou učitelé tělesné výchovy – až 85 % všech učitelů tělesné výchovy je členem této asociace. Všichni členové a spolupracovníci absolvovali minimálně studium učitelství TV, takže přesně vědí, co se v této problematice odehrává.

KVLO usiluje o rozšíření hodinové dotace pro tělesnou výchovu. Se svojí kampaní „3 + 2 = *fit nápad*“ se chce zaměřit na podporu pohybové aktivity jak během vyučování, tak jako mimoškolní aktivity. KVLO spolupracuje se sportovními svazy, politickými stranami i společenskými organizacemi. V oblasti pohybové aktivity a tělesné výchovy organizuje různé lokální i celostátní sportovní akce a hraje také důležitou roli na poli mezinárodním.

⁴ Zpracováno podle Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding. (2008). *Voor kwaliteit in bewegen, elke dag. KVLO Beleidsplan 2008 – 2012*. Retrieved from www.kvlo.nl/sf.mcgi?1287

KVLO pracuje na kvalitativním a vynikajícím vzdělávání. Ve svém dokumentu *Zásady KVLO 2008 – 2012* je shrnuto, čím se KVLO zabývá a jaké jsou její priority v oblasti vzdělávání a pohybové aktivity dětí. Tento dokument byl stanoven na běžném zasedání členů 16. května 2008. Pod heslem „Za kvalitu pohybu, každý den“ se ukrývá jedna z hlavních priorit KVLO – věnovat sportu a pohybové aktivitě větší prostor během školní docházky všech dětí ve věku 4 – 18 let.

2.9.3 NISB – Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen⁵

NISB je nizozemský institut pro poznatky a inovace v oblasti sportu a pohybové aktivity. Zaměřuje se na cílové skupiny, které nejsou vůbec, nebo dostatečně pohybově aktivní. Během programu Nizozemská Norma Zdravého Pohybu (Nederlandse Norm Gezond Bewegen) v letech 2000 – 2008 vzrostlo procento pohybově aktivní populace dospělých s 44,2 % na 60,3 %.

2.9.4 NASB – Nederlandse Actieplan Sport en Bewegen⁶

Nizozemský akční plán pro sport a pohybovou aktivitu je organizace spadající pod ministerstvo veřejného zdraví, zdravotnictví a sportu (VWS), která finančně podporuje sportovní a pohybové aktivity a různé projekty z oblasti sportu. Spolupracuje s NISB

⁵ Zpracováno podle oficiálních informací dostupných na <http://www.nisb.nl/>

⁶ Zpracováno podle <http://www.nasb.nl/over-nasb.html>

institutem, Nizozemským olympijským svazem a dalšími institucemi činnými v oblasti sportu a pohybové aktivity.

2.10 Klíčové kompetence v tělesné výchově

2.10.1 Česká republika

Přijetím *Národního programu rozvoje vzdělávání* („Bílé knihy“) se do vzdělávací soustavy České republiky zavedl nový systém kurikulárních dokumentů pro vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Tyto dokumenty jsou vytvářeny na dvou úrovních – státní a školní. Státní úroveň představují *Národní program vzdělávání* (NPV) a *Rámcové vzdělávací programy* (RVP). V NPV jsou zformulovány požadavky na vzdělání celkově, napříč všemi etapami. RVP vymezují závazné rámce vzdělávání pro vzdělávání předškolní, základní a střední. Školní úroveň kurikulárních dokumentů představují *Školní vzdělávací programy* (ŠVP), podle kterých se vzdělávání uskutečňuje na jednotlivých školách.

Rámcové vzdělávací programy vycházejí ze strategie vzdělávání, kde je kladen důraz na klíčové kompetence, jejich provázanost se vzdělávacím obsahem a uplatnění získaných vědomostí a dovedností v praktickém životě, a formulují očekávanou úroveň vzdělání.

Cílem vzdělávání na gymnáziu je vybavit žáky požadovanými klíčovými kompetencemi a širokým vzdělanostním základem a připravit je k celoživotnímu učení a profesnímu, občanskému i osobnímu uplatnění.

Klíčové kompetence prezentují soubor vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj jedince a jeho aktivní zapojení do společnosti.

Jednotlivé kompetence se navzájem prolínají a doplňují:

- Kompetence k učení
- Kompetence k řešení problémů
- Kompetence komunikativní
- Kompetence sociální a personální
- Kompetence občanská
- Kompetence k podnikavosti

Vzdělávací obsah na gymnáziu je rozdělen do osmi vzdělávacích oblastí. Tělesná výchova spadá do oblasti *Člověk a zdraví*. Tato vzdělávací oblast umožňuje „prohloubit vztah žáků ke zdraví, posílit rozumové a citové vazby k dané problematice a rozvinout praktické dovednosti, které určují zdravý životní styl a kvalitu budoucího života v dospělosti“ (Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2007). Vzdělávání v této oblasti směřuje na gymnáziu k získání schopnosti aktivně podporovat a chránit zdraví.

Vzdělávací obor *Tělesná výchova* usiluje o trvalý – pozitivní – vztah k pohybovým činnostem a o optimální rozvoj tělesné, duševní a sociální zdatnosti. Vychází

z motivující atmosféry a zájmu a předpokladů žáků. K tomu využívá specifických emočních prožitků, sociálních situací a fyzických zátěží vyplývajících z pohybové činnosti. Důležitým aspektem jsou také bezpečnost a úrazová prevence při pohybové činnosti, rozvoj pohybového nadání a korekce pohybových oslabení. Problematika zdraví by neměla být nahlížena pouze oborově, ale měla by prolínat celým vzděláváním a režimem školy.

Vzdělávání v oblasti *Člověk a zdraví* utváří a rozvíjí klíčové kompetence tím, že vede žáka k poznávání tělesných, duševních a sociálních potřeb, ale i k důsledkům jejich naplňování a neuspokojování. Žák se učí vnímat pohybovou činnost jako zdroj zdravotních účinků, ale také jako prožitků uměleckých, emoční a společenských.

Vzdělávací obor *Tělesná výchova* se dělí na tři obsahové části:

- Činnosti ovlivňující zdraví
- Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností
- Činnosti podporující pohybové učení

Učivo v oblasti ovlivňující zdraví zahrnuje zdravotně orientovanou zdatnost, svalovou nerovnováhu, zdravotně zaměřená cvičení, vztah mezi organizmem a pohybovou zátěží a individuální pohybový režim. Žák se učí organizovat si pohybový režim v souladu se svými pohybovými předpoklady a zájmy a dostupné pohybové aktivity. Jednotlivými testy si ověří úroveň zdravotně orientované zdatnosti a svalové dysbalance. Žák se také naučí poskytnout první pomoc při nejen sportovních úrazech, ale i v nestandardních podmínkách.

Vzdělávací obsah *Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností* očekává, že se žák naučí provádět osvojované pohybové dovednosti na úrovni individuálních předpokladů, zvládne základní postupy rozvoje těchto dovedností a bude usilovat o sebezdokonalení. Učivo zde obsahuje pohybové dovednosti a pohybový výkon, cvičení zaměřená na průpravu, kondici, koordinaci, kreativitu i estetiku, pohybové hry různého zaměření, gymnastiku, atletiku, úpoly, sportovní hry, plavání, lyžování, turistiku a sporty v přírodě, netradiční hry a sporty a cvičení s hudbou.

Činnosti podporující pohybové učení učí žáka rozumět tělocvičnému názvosloví na úrovni cvičence, vedoucího pohybové činnosti i organizátora soutěží. Žáci se naučí připravit sportovní akci (třídní nebo školní turnaj, soutěž, turistický výlet) a podílí se na její realizaci. Žák si také osvojí pravidla různých sportů a tato pravidla respektuje. Při pohybových činnostech komunikuje a spolupracuje se spolužáky, zvládá různé sportovní role a řídí se pravidly fair play.

2.10.2 Nizozemsko

V Nizozemsku se klíčové kompetence označují jako *kerncompetenties* (základní kompetence). Tento termín se však neobjevuje v národním kurikulu, které se zmiňuje pouze o vzdělávacích cílech. Vzdělávací cíle se dělí do dvou kategorií – na všeobecné a specifické cíle.

Specifické cíle jsou určeny pro jednotlivé vyučovací předměty. Všeobecné vzdělávací cíle (*Algemene onderwijsdoelen*) nejsou spjaté s obsahem konkrétních vyučovacích předmětů. Tyto cíle vymezuje Ministerstvo školství, kultury a vědy (OCW) a vždy je

jednou za pět let reviduje, aby odrážely aktuální požadavky společnosti. Všeobecné vzdělávací cíle mají přednost před cíli předmětovými (Eurydice, 2007).

Všeobecné vzdělávací cíle odpovídají definici klíčových kompetencí, ale tento termín nepronikl do nizozemského odborného názvosloví kurikulárních dokumentů. Podle nizozemské odborné veřejnosti by zdůraznění kompetencí vedlo k příliš těsnému vymezení cílových požadavků, což by mohlo narušit autonomii škol.

Po zavedení současné podoby základního sekundárního vzdělávání v roce 1993 prošel povinný obsah vzdělávání reformou. Více než na osvojování vědomostí byl kladen důraz na rozvoj dovedností, což časem vedlo ke znepokojení. V současné době se hledá kompromis mezi přístupem založeným na vědomostech a prosazováním kurikula založeným na dovednostech.

Na úrovni základního sekundárního vzdělávání nejsou žádná doporučení vztahující se na vyučovací metody. Učitelé sami odpovídají za výběr vhodného přístupu k výuce.

Národní kurikulum vymezuje sedm oblastí všeobecných cílových požadavků, které obsahují specifické požadavky pro jednotlivé vyučovací předměty. Tyto cílové požadavky jsou považovány za minimální úroveň výkonu, který se od žáka na konci základního sekundárního vzdělávání očekává. Škola si může úroveň výkonu stanovit sama za předpokladu, že každý učitel stanoví co nejvyšší úroveň v závislosti na předpokladech a zájmech daných žáků (Stichting Leerplanontwikkeling Nederland, 2007).

Všeobecné cílové požadavky jsou rozděleny do sedmi vzdělávacích oblastí:

- Nizozemština
- Angličtina
- Matematika a počty
- Člověk a příroda
- Člověk a společnost
- Umění a kultura
- Pohybová výchova a sport

Vzdělávací oblast *Pohybová výchova a sport* obsahuje šest specifických cílových požadavků, které se orientují na různé druhy pohybové aktivity a z toho vyplývající rozšíření vlastních možností. Jak je uvedeno v dokumentu Stichting Leerplanontwikkeling Nederland (2007), tělesná výchova probíhá během celého školního roku, a to v takovém prostředí, které odpovídá obsahovým požadavkům na kvalitu a variabilitu, jak uvádějí tyto kompetence:

- 53 – žák se učí orientovat se v různých pohybových aktivitách v oblastech her, gymnastiky, atletiky, tance, sebeobranu a v aktuálních novinkách tělesné kultury a seznamuje se se svými možnostmi.
- 54 – žák se prostřednictvím různých pohybových situací učí rozšiřovat svůj pohybový repertoár.
- 55 – žák se učí přizpůsobovat základy pohybových aktivit svým možnostem.

- 56 – žák se během pohybové aktivity učí sportovnímu chování, respektu a péči o ostatní a tolerovat možnosti a požadavky druhých.
- 57 – žák se učí respektovat jednoduchá pravidla, která mu umožňují samostatně i s ostatními žáky nacvičovat pohybovou aktivitu.
- 58 – účastí na pohybové aktivitě poznává žák hodnoty pohybu pro zdraví a kondici.

Výchova ke zdraví není v nizozemském kurikulu explicitně obsažena, ale je pouze jedním z obecných cílů tělesné výchovy. Úkolem školy není zajišťovat kondici a zdraví žáků, ale poskytnout jim pohybovou rekreaci (Mužík & Mužíková, 2006).

2.11 Cíle tělesné výchovy

Na úvod této kapitoly zmíním rozdíl v úkolovém a cílovém řízení, jak uvádí Hercig (1995), abychom mohli správně definovat cíle tělesné výchovy. *Úkol* je daný z vnějšku, je potřeba jej splnit. Pokud úkol nesplníme, čeká nás trest, sankce. Podstatou úkolového řízení je záporná motivace. Naopak *cíl* je místo, ke kterému chceme dospět, něco, čeho chceme dosáhnout. Dosáhneme-li vytyčeného cíle, budeme spokojeni. Základem cílového řízení je tedy motivace kladná. *Cíl* je meta, kam chceme dospět svojí činností, *úkol* je prostředek, jak této mety dosáhnout.

Abychom pomocí úkolů dosáhli cílů ve školském prostředí, musí být splněny tyto požadavky:

- cíl učitele je transformován do osobního cíle žáka
- žákovi je zřejmý vztah mezi cílem a úkolem.

Jak uvádí Dobrý (2008), tělesná výchova je „klíčovým faktorem v podpoře a rozšiřování pohybové aktivity mládeže“ a tento fakt dokládají různé výsledky výzkumů. Z těchto výzkumů se předpokládá, že pohybová aktivita má pozitivní vliv nejen na oblast fyzickou, ale i na etickou a sociální. Jako hlavní cíle tělesné výchovy považuje Dobrý (2008):

- podporu zvyšování objemu pohybové aktivity žáků
- snahu získat žáky k celoživotní pohybové aktivitě.

K realizaci těchto cílů je nutné:

- přesvědčit žáky o nutnosti pohybu, a to denně 30 až 60 minut pohybové aktivity střední a vyšší intenzity. Toto je považováno za minimum, kdy má pohybová aktivita pozitivní vliv na lidské zdraví, zvláště na snižování obezity a srdečně cévních chorob.
- pro realizaci výše zmíněného požadavku vytvářet podmínky přímo v areálu školy
- vytvářet radostné prostředí ve vyučování, které bude žáky motivovat a přitahovat.

Dobry (2008) ve svém článku zmiňuje, že děti budou vnitřně motivovány k pohybové aktivitě, pokud budou věřit, že o ní alespoň částečně sami rozhodují, že k ní mají vztah a cítí se při jejím provádění dobře.

Skutečnost, že pohybová aktivita v průběhu dospívání a dospělosti stále klesá, vede k potřebě řešit sedavý způsob života. Učitelé tělesné výchovy mají jedinečnou možnost pozitivně ovlivnit zdraví všech žáků, neboť tělesná výchova poskytuje primární pohybovou aktivitu všem žákům v rámci povinné školní docházky. Pohybové aktivity a další chování vztahující se ke zdraví si žáci osvojují již během dětství a dospívání.

Corbin a Pangrazi (1996) navrhli celoživotní model pohybové aktivity dětí (Children's Lifetime Physical Activity Model – CLPAM), kde doporučují nakumulovat 30 až 60 minut mírné až intenzivnější činnosti v průběhu celého dne, ve škole i mimo školu. Podle tohoto programu je možné kumulovat pohybovou aktivitu i po menších částech, například jízda na kole, chůze do školy, po schodech místo jízdy výtahem atd. Cílem je 60 minut pohybové aktivity denně.

Americké ministerstvo zdravotnictví vypracovalo normu pro pravidelnou pohybovou aktivitu mládeže (U. S. Department of Health and Human Services, 2008), která obsahuje minimálně 60 minut střední až intenzivní aktivity aerobního charakteru alespoň třikrát týdně. Stejná doporučení platí i pro občany Evropské unie na základě dokumentu Evropské komise (European Commission, 2008).

Sdružení Healthy People doporučuje zvýšení středně intenzivní pohybové aktivity mládeže na minimálně 30 minut pětikrát týdně a počítá s vyšším podílem

žáků/studentů, kteří se denně podílí na školní tělesné výchově (U. S. Department of Health and Human Services, 2000).

Osobně vidím jako hlavní cíl školní tělesné výchovy motivovat žáky k pravidelné pohybové aktivitě mimo povinnou školní docházku a přesvědčit mládež k nutnosti celoživotní pohybové aktivity jako nedílné součásti života.

3 CÍLE A HYPOTÉZY

Cílem diplomové práce je analýza systémového pojetí tělesné výchovy a srovnání pohybové aktivity studentů vybraných středních škol v České republice a v Nizozemsku.

3.1 Hypotézy

Hypotézy se týkají vybraných škol v České republice a v Nizozemsku.

H₁ Čeští studenti jsou pohybově méně aktivní než nizozemští studenti.

Zdůvodnění: Vzhledem k lepším materiálním podmínkám, způsobu transportu do školy a ze školy a více hodinám tělesné výchovy týdně předpokládáme vyšší pohybovou aktivitu u studentů z Nizozemska.

H₂ Chlapci jsou pohybově aktivnější než děvčata, a to jak v Česku, tak v Nizozemsku.

Zdůvodnění: Většina studií potvrzuje vyšší pohybovou aktivitu u chlapců, ale v Nizozemsku nebyly výsledky prokázané.

3.2 Výzkumné otázky

1. Jaký je postoj českých a nizozemských studentů k počtu hodin TV v týdnu?
2. Kterou pohybovou aktivitu studenti obou zemí nejvíce preferují?

4 METODIKA

Výzkumný soubor tvoří systematicky vybraný vzorek studentů střední školy z České republiky (Gymnázium Dr. Karla Polesného ve Znojmě) a z Nizozemska (VMBO Focus Harderwijk). Celkem se výzkumu zúčastnilo 913 respondentů (421 děvčat a 492 chlapců) ve věku 12 – 19 let (tabulka 3). Celkový počet respondentů je 913, z toho 593 nizozemských studentů (234 děvčat, 359 chlapců) a 320 českých (187 děvčat, 133 chlapců).

Vybrané střední školy jsou podobného (všeobecného) zaměření. Partnerská města Znojmo a Harderwijk jsou demograficky a geograficky srovnatelná: Znojmo má 34 725 obyvatel (údaje z roku 2010), údaje z ledna 2011 uvádějí 44 936 obyvatel nizozemského Harderwijku. Co do počtu sportovních klubů jsou obě města vybavena téměř stejně – ve Znojmě se nachází dvacet sportovních klubů, v Harderwijku dvacet tři. Vybrané školy spolu pro své studenty pořádají výměnné pobyty.

Gymnázium Dr. Karla Polesného ve Znojmě je státní střední školou nabízející všeobecné zaměření a dvojjazyčné studium pro téměř 720 studentů. Církevní škola VMBO Harderwijk vzdělává přibližně 350 studentů všeobecného zaměření a prakticky orientované studium navštěvuje 600 studentů.

Tabulka 3. Celkový počet respondentů

Počet respondentů	Celkem	1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník
Česká republika	320	79	73	89	79
Nizozemsko	593	119	175	188	111

Hodinová dotace pro tělesnou výchovu je na Gymnáziu Dr. K. Polesného 2 hodiny týdně, což je minimum vyžadované školským zákonem. Studenti VMBO Focus Harderwijk mají tělesnou výchovu tři hodiny týdně v prvním a třetím ročníku a ve druhém a čtvrtém ročníku je hodinová dotace pro TV snížena na dvě hodiny týdně.

4.1 Výzkumné metody

K získání aktuálních informací o situaci v oblasti pohybové aktivity a tělesné výchovy jsem se rozhodla použít kvantitativní metodu dotazníku. Původně jsem zamýšlela využít systém Indares a dotazník IPAQ (International Physical Activity Questionnaire), ale z důvodu náročnosti na organizaci a technické komplikace pro nizozemskou stranu jsem se nakonec rozhodla tuto metodu nepoužít.

Jako lépe využitelné se ukázaly standardizované dotazníky z projektu NISB „Vmbo in Bewegen“ (Střední škola v pohybu), které nizozemští studenti vyplňovali v předešlém roce v rámci stejnojmenného celostátního projektu (viz příloha 2). Česká verze výzkumu neprošla procesem standardizace, otázky jsem přeložila a pouze upravila pro použití v českém prostředí. Např. otázky „Ve které zemi ses narodil/a?“ nebo „Ve které zemi se narodil tvůj otec/tvoje matka?“ nejsou v našem prostředí relevantní vzhledem k demografickému složení. Tyto otázky a odpovídající odpovědi na ně jsem nezahrnula do svého projektu.

Dotazník obsahuje celkem 35 otázek z oblasti tělesné výchovy, sportovních preferencí a životního stylu. Otázky jsou rozděleny do šesti částí – Základní informace, Pohybová aktivita, Pohybová aktivita v létě a v zimě, Televize, DVD,

počítač, Tělesná výchova, Další sportovní a pohybové aktivity (viz příloha 1). Otázky se vztahují k předešlému týdnu, než ve kterém respondenti dotazník vyplňovali.

Norma pohybové aktivity je charakterizována jako pravidelná každodenní pohybová aktivita střední intenzity trvající minimálně 60 minut a/nebo intenzivní pohybová aktivita provozovaná minimálně třikrát týdně po dobu nejméně 20 minut. Tato norma je v souladu s doporučeními pro americké adolescenty (U. S. Department of Health and Human Services, 2008). Studenti, kteří splňují stanovenou normu pohybové aktivity, jsou nazýváni „pohybově aktivní“. Ti studenti, kteří stanovenou normu pohybové aktivity nesplňují, jsou označeni jako „pohybově inaktivní“.

Norma sedavého chování je stanovena prací u počítače (mimo potřeby školy) a/nebo sledováním televize v rozsahu maximálně 2 hodiny denně. Studenti nesplňující tuto normu sedavého chování nemusí být automaticky označeni jako pohybově inaktivní.

Výsledky nizozemského souboru, které mi byly poskytnuty panem A. Petersenem, učitelem tělesné výchovy na VMBO Harderwijk, byly zpracovány v rámci celostátního projektu *VMBO in Beweging*. Odpovědi respondentů znojemského gymnázia, které reprezentuje odpovídající náhodný vzorek českých středních škol, jsem zpracovala v programu Microsoft Excel. Další zpracování výsledků probíhalo ve statistickém programu Statistica.cz. Ke stanovení signifikantnosti diferencí byl použit test rozdílů dvou relativních hodnot.

5 VÝSLEDKY

Procentuelní zastoupení českých a nizozemských respondentů v jednotlivých kategoriích je zobrazeno v tabulce 1. Pohybová aktivita je charakterizována prováděním středně intenzivní pohybové činnosti 7 dní v týdnu minimálně 60 minut a/nebo prováděním intenzivní pohybové činnosti třikrát týdně minimálně 20 minut. Norma sedavého chování je charakterizována sledováním televize/DVD nebo prací na počítači trvající maximálně dvě hodiny denně.

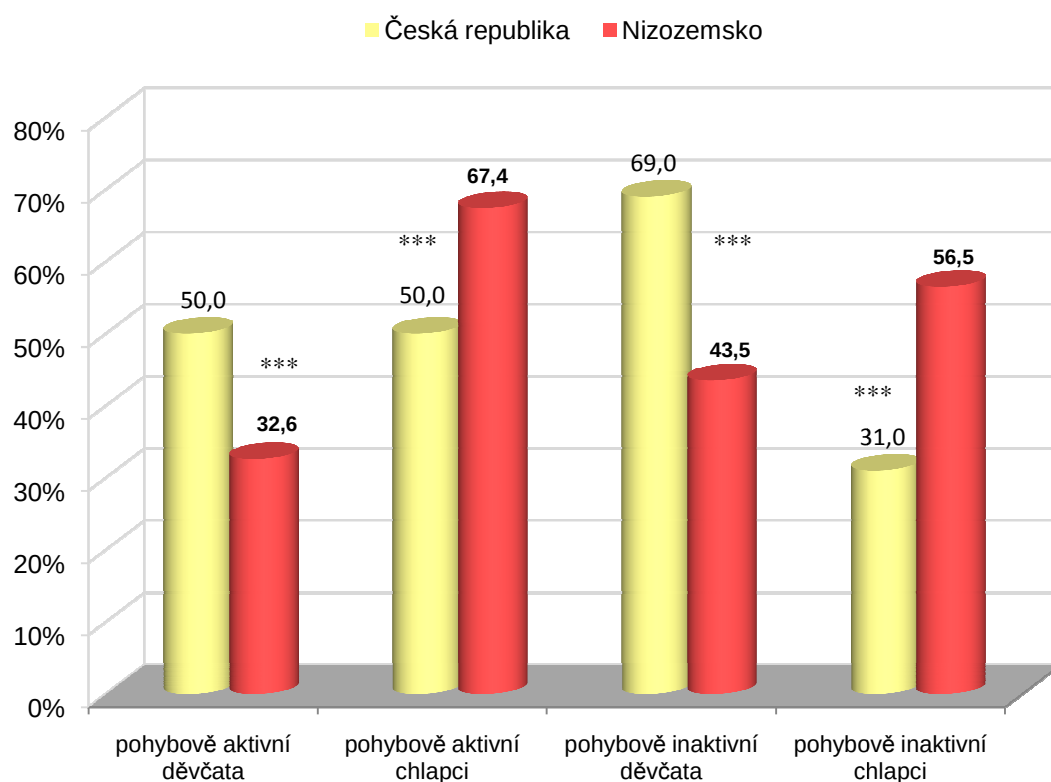
Tabulka 4. Procentuelní zastoupení v jednotlivých kategoriích

	Česká republika % (N = 320)	Nizozemsko % (N = 593)	p
Pohybově aktivní	55,6	36,9	0,000 ***
Člen sportovního klubu/spolku	43,4	61,5	0,000 ***
Splňující normu sedavého chování	59,7	36,7	0,000 ***
Nadváha (25,0 < BMI < 29,9)	6,6	11,8	0,006 **
Obezita (BMI ≥ 30,0)	0,6	0,7	0,430 *

BMI (Body Mass Index) = hmotnost (kg) / výška (m)²

Vysvětlivky: p = hladina významnosti: ***/p < 0,001 **/p < 0,01 */p < 0,05

Rozdělení pohybově aktivních a inaktivních studentů je graficky znázorněno v obrázku 3. V Nizozemsku jsou pohybově aktivnější chlapci, v Česku je pohybově aktivní stejný podíl chlapců jako děvčat.



Obrázek 3. Procentuální rozdělení pohybově aktivních a inaktivních respondentů

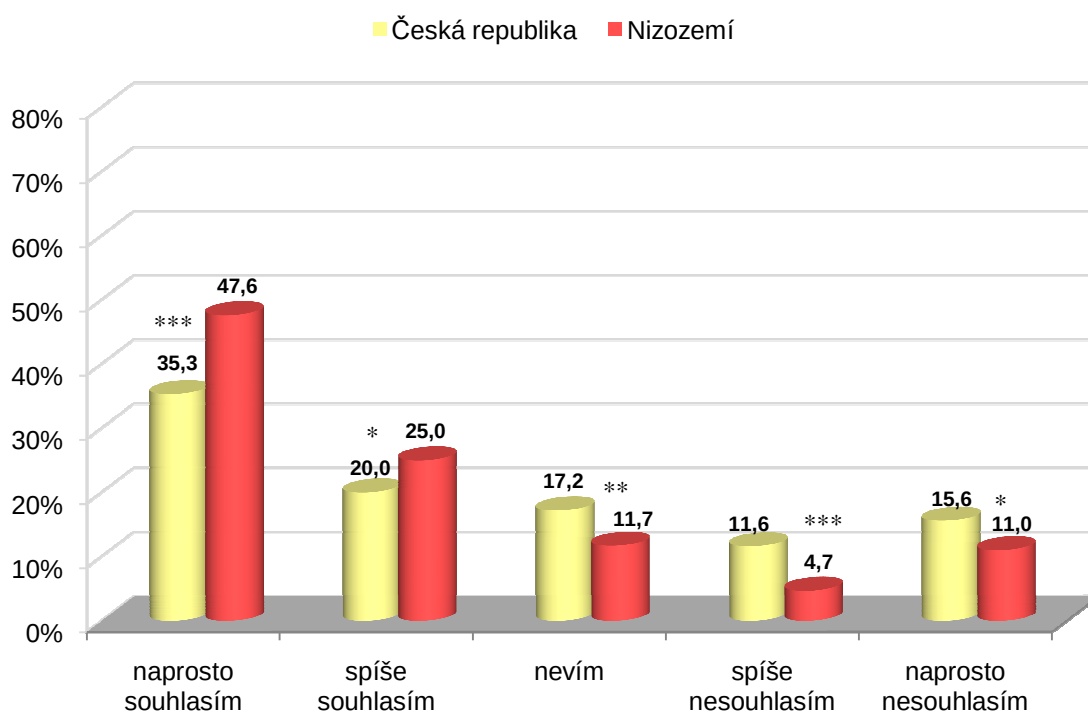
Vysvětlivky: p = hladina významnosti: ***/ $p < 0,001$ **/ $p < 0,01$ */ $p < 0,05$

V následující tabulce (tabulka 5) jsou v procentech znázorněny odpovědi na otázky týkající se tělesné výchovy (otázky č. 23 – 25, viz příloha 1). Nizozemští studenti hodnotí tělesnou výchovu pozitivněji než čeští studenti. 82,1 % nizozemských studentů souhlasí s tvrzením, že se jim tělesná výchova líbí (čeští gymnazisté 72,3 %).

Tabulka 5. Tělesná výchova

Odpověď		Všichni respondenti (%)		Pohybově aktivní respondenti (%)		Pohybově inaktivní respondenti (%)	
		ČR (N = 320)	NIZ (N = 593)	ČR (N = 178)	NIZ (N = 218)	ČR (N = 142)	NIZ (N = 375)
Líbí se mi hodiny TV. p = 0,000	naprosto souhlasím	27,2	37,4	30,9	41,7	22,6	34,8
	spíše souhlasím	45,1	44,7	48,3	43,1	40,9	45,6
	nevím	15,9	7,8	11,8	5,5	21,8	9,1
	spíše nesouhlasím	8,9	6,5	6,7	6,0	10,9	6,9
	naprosto nesouhlasím	2,9	3,6	2,3	3,7	3,8	3,6
Během hodin TV neděláme nic, co by mě bavilo. p = 0,000	naprosto souhlasím	2,7	5,3	2,2	6,4	2,9	4,7
	spíše souhlasím	12,9	27,4	9,6	27,2	16,9	27,6
	nevím	9,7	23,6	10,1	20,6	9,6	25,5
	spíše nesouhlasím	55,3	22,9	53,4	25,2	57,7	21,5
	naprosto nesouhlasím	19,4	20,8	24,7	20,6	12,9	20,7

Rozložení odpovědí na otázku č. 25 „Chtěl/a bych mít TV častěji.“ Je zobrazeno v následujícím grafu (obrázek 4). 55,3 % českých a 72,6 % nizozemských studentů by uvítalo častější hodiny tělesné výchovy.



Obrázek 4. „Chtěl/a bych mít TV častěji.“

Vysvětlivky: p = hladina významnosti: ***/ $p < 0,001$ **/ $p < 0,01$ */ $p < 0,05$

Procenta odpovědí na otázky č. 26 - 30 z části *Další sportovní a pohybové aktivity* (viz příloha 1) zobrazuje tabulka 6. Téměř tři čtvrtiny nizozemských studentů (70,1 %) se účastní pohybových aktivit, pokud jsou tyto aktivity pořádány školou. 32,2 % českých studentů se pohybových aktivit organizovaných školou mimo hodiny tělesné výchovy účastní.

Tabulka 6. Sportovní a pohybová aktivita mimo hodiny tělesné výchovy

	Odpověď	Všichni respondenti (%)		Pohybově aktivní respondenti (%)		Pohybově inaktivní respondenti (%)	
		ČR (N = 320)	NIZ (N = 593)	ČR (N = 178)	NIZ (N = 218)	ČR (N = 142)	NIZ (N = 375)
Organizuje vaše škola sportovní a pohybové aktivity mimo hodiny tv?	ano, pouze mimo školní vyučování	18,2	5,4	17,4	8,3	20,1	3,9
	ano, pouze v rámci školního vyučování	9,2	34,3	9,0	33,3	9,2	34,9
	ano, v rámci školního vyučování i mimo něj	66,1	40,0	68,5	37,0	62,1	41,8
	ne	6,5	20,1	5,1	21,4	8,6	19,4
Tyto sportovní a pohybové aktivity mě baví.	naprosto souhlasím	19,4	36,3	24,7	48,8	12,7	28,9
	spíše souhlasím	34,7	40,2	36,5	41,3	32,4	39,5
	nevím	25,6	14,7	22,5	6,4	29,6	19,6
	spíše nesouhlasím	8,1	4,8	6,7	1,7	9,9	6,5
	naprosto nesouhlasím	5,3	4,1	4,5	1,7	5,1	5,5
Sportovní a pohybové aktivity, které mě baví, nejsou školou organizovány.	naprosto souhlasím	17,2	16,4	19,7	20,3	14,1	14,1
	spíše souhlasím	28,1	28,1	30,3	27,9	25,4	28,2
	nevím	25,6	30,2	19,7	27,3	33,1	32,0
	spíše nesouhlasím	18,1	11,9	21,9	12,8	13,4	11,3
	naprosto nesouhlasím	3,4	13,4	3,4	11,6	3,5	14,4
Pokud moje škola pořádá sportovní a pohybové aktivity, účastním se.	naprosto souhlasím	7,5	37,9	10,7	47,0	3,5	32,4
	spíše souhlasím	24,7	32,2	28,6	29,0	19,7	34,1
	nevím	18,1	18,5	20,8	16,6	14,5	19,7
	spíše nesouhlasím	29,1	5,0	24,2	4,1	35,2	5,5
	naprosto nesouhlasím	20,6	6,4	15,7	3,3	27,1	8,3
Sportovní a pohybové aktivity by měly být organizovány častěji.	naprosto souhlasím	25,3	36,2	30,9	45,2	18,3	30,7
	spíše souhlasím	25,0	34,4	29,2	35,5	19,7	33,8
	nevím	40,9	18,5	32,1	14,3	52,1	21,2
	spíše nesouhlasím	6,6	4,8	6,7	3,2	6,4	5,8
	naprosto nesouhlasím	2,2	6,1	1,1	1,8	3,5	8,5

Pět nejčastěji jmenovaných sportů a sportovních aktivit, které by studenti rádi provozovali v hodinách tělesné výchovy, uvádí (v procentech) tabulky 7 a 8. Studenti mohli vybrat maximálně tři možnosti. Nejčastěji jmenovanou aktivitou byl v obou zemích fotbal.

Tabulka 7. Pět nejčastěji jmenovaných sportů a sportovních aktivit, které by nizozemští studenti rádi provozovali v hodinách tělesné výchovy

Všichni respondenti (N = 593)		Pohybově aktivní respondenti (N = 218)		Pohybově inaktivní respondenti (N = 375)	
Sportovní aktivita	%	Sportovní aktivita	%	Sportovní aktivita	%
1. fotbal	33,9	1. fotbal	39,9	1. fotbal	30,4
2. silové cvičení	17,0	2. silové cvičení	21,1	2. basketbal/ silové cvičení/plavání	14,7
3. plavání	15,0	3. jízda na horském kole (terénem)	17,4	3. kondiční cvičení (posilování)	14,4
4. kondiční cvičení (posilování)	14,0	4. plavání	15,6	4. potápění	12,3
5. basketbal	13,8	5. potápění	13,8	5. hokej	12,0

Tabulka 8. Pět nejčastěji jmenovaných sportů a sportovních aktivit, které by čeští studenti rádi provozovali v hodinách tělesné výchovy

Všichni respondenti (N = 320)		Pohybově aktivní respondenti (N = 178)		Pohybově inaktivní respondenti (N = 142)	
Sportovní aktivita	%	Sportovní aktivita	%	Sportovní aktivita	%
1. fotbal	21,9	1. fotbal	30,0	1. plavání	20,4
2. in-line bruslení/plavání	19,1	2. in-line bruslení	18,5	2. in-line bruslení	19,7
3. volejbal	16,9	3. plavání	18,0	3. volejbal	19,0
4. badminton	15,9	4. volejbal/ pohyb na hudbu (aerobik, streetdance, jazzdance atd.)	15,2	4. badminton	18,3
5. pohyb na hudbu (aerobik, streetdance, jazzdance atd.)	15,6	5. házená/bruslení	14,6	5. stolní tenis/sebeobrana a bojové sporty	16,9

Četnost odpovědí na otázku č. 32 „Kde bys nejraději sportoval/a?“ zaznamenává tabulka 9. Studenti mohli vybrat maximálně dvě možnosti.

Tabulka 9. Kde bys nejraději sportoval/a?

	Všichni respondenti (%)		Pohybově aktivní respondenti (%)		Pohybově inaktivní respondenti (%)	
	ČR (N = 320)	NIZ (N = 593)	ČR (N = 178)	NIZ (N = 218)	ČR (N = 142)	NIZ (N = 375)
na své škole	31,6	37,3	33,7	40,8	28,9	35,2
na jiné škole	1,9	1,7	2,2	1,8	1,4	1,6
ve sportovním klubu (např. FC, BK, PSK atd.)	26,9	44,0	33,1	51,4	19,0	39,7
v komerčním sportovním zařízení (plavecký bazén, taneční škola, posilovna atd.)	36,9	19,7	36,5	22,0	37,3	18,4
v městském sportovním centru	9,4	1,9	11,2	0,5	7,0	2,7
na ulici	10,9	18,5	11,8	18,8	9,9	18,4
nechci sportovat	2,5	3,5	1,1	1,8	4,2	4,3
je mi to jedno	20,0	20,4	15,7	18,3	25,4	21,6
někde jinde	12,5	4,7	13,5	6,4	11,3	3,7

V tabulce 10 je uveden poměr odpovědí na otázku č. 33 „pomoc od školy bys uvítal/a, abys mohl/a provozovat sport?“. Většina jak českých, tak nizozemských respondentů uvedla, že žádnou pomoc nepotřebují.

Tabulka 10. Jakou pomoc od školy bys uvítal/a, abys mohl/a provozovat sport?

	Všichni respondenti (%)		Pohybově aktivní respondenti (%)		Pohybově inaktivní respondenti (%)	
	ČR (N = 320)	NIZ (N = 593)	ČR (N = 178)	NIZ (N = 218)	ČR (N = 142)	NIZ (N = 375)
Rozhovor s učitelem nebo trenérem, jak a kde mohu více sportovat	12,5	8,8	15,2	7,8	9,4	9,3
Informace o sportovních klubech a zařízeních v našem okolí	21,5	11,0	22,4	10,2	19,9	11,6
Test sportovních preferencí, abych věděl/a, který sport se pro mě hodí nejvíce	15,6	16,3	12,4	13,8	19,7	17,8
Nepotřebuji žádnou pomoc	46,3	62,8	45,5	66,4	47,2	60,7
Jinou	4,1	1,1	4,5	1,8	3,8	0,6

Následující tabulka 11 (tabulka 11) zobrazuje četnost odpovědí na otázku „Co považuješ za nejdůležitější, když sportuješ?“ (otázka č. 34, viz Příloha 1). Studenti mohli vybrat maximálně dvě možnosti. Většina všech dotázaných studentů uvedla, že je pro ně při sportu nejdůležitější týmový duch, společnost a přátelství.

Tabulka 11. Co považuješ za nejdůležitější, když sportuješ?

	Všichni respondenti (%)		Pohybově aktivní respondenti (%)		Pohybově inaktivní respondenti (%)	
	ČR (N = 320)	NIZ (N = 593)	ČR (N = 178)	NIZ (N = 218)	ČR (N = 142)	NIZ (N = 375)
vyhrát zápas	15,9	14,2	19,7	18,3	11,3	11,7
zlepšení svých dovedností a techniky	35,3	32,5	41,0	37,2	28,2	29,9
společnost, přátelství, týmový duch	51,6	55,0	50,0	55,5	53,5	54,7
zlepšení zdravotního stavu	10,9	13,7	9,0	11,9	13,4	14,7
zlepšení kondice	32,8	37,8	30,3	41,7	35,9	35,5
zvýšení silových schopností	6,3	11,3	6,7	14,7	5,6	9,3
tvarování postavy	27,5	11,8	25,3	7,8	30,3	14,1
sport a pohybové aktivity nepovažuji za důležité	1,3	1,3	1,7	0,9	0,7	1,6

Odpovědi na otázku č. 35 „Plánuješ v příštím půlroce sportovat a být pohybově aktivní?“ jsou znázorněny v tabulce 12. Více jak 90 % českých studentů (91,9 %) se hodlá v příštím půlroce aktivně účastnit pohybových aktivit. Stejně plány má 67,2 % nizozemských studentů.

Tabulka 12. Plánuješ v příštím půlroce sportovat a být pohybově aktivní?

	Všichni respondenti (%)		Pohybově aktivní respondenti (%)		Pohybově inaktivní respondenti (%)	
	ČR (N = 320)	NIZ (N = 593)	ČR (N = 178)	NIZ (N = 218)	ČR (N = 142)	NIZ (N = 375)
určitě ano	69,4	38,7	83,7	46,5	51,4	33,9
spíše ano	22,5	28,5	12,3	26,3	35,2	29,9
nevím	5,0	24,0	3,4	19,8	7,0	26,6
spíše ne	1,3	6,5	0,6	4,2	2,2	7,9
určitě ne	1,8	2,3	0,0	3,2	4,2	1,7

6 DISKUZE

Normu pohybové aktivity (U. S. Department of Health and Human Services, 2008) splňuje 55,6 % studentů z České republiky a 36,9 % z Nizozemska, viz tabulka 4, což vyvrací hypotézu o nižší pohybové aktivitě českých studentů.

Členem sportovního klubu nebo spolku je 43,4 % českých respondentů oproti 61,5 % studentům z Nizozemska (tabulka 4). I přes vyšší procento pohybově aktivních studentů, je členem sportovního klubu v České republice o téměř 20 % méně studentů než v Nizozemsku. Tento rozdíl může být způsoben různou formou a frekvencí tréninku v rámci sportovních klubů, ale i rozdílným zpracováním výsledků.

Jak vyplývá z tabulky 4, maximálně dvě hodiny denně tráví sledováním televize/DVD a nebo prací na počítači 59,7 % českých a 36,7 % nizozemských respondentů, čímž splňují normu sedativního chování (U. S. Department of Health and Human Services, 2000). Tento údaj odpovídá procentu pohybové aktivity u obou sledovaných skupin i přes to, že pohybově aktivní respondent nemusí nutně splňovat normu sedativního chování.

Podle indexu BMI trpí nadváhou 6,6 % českých a 11,8 % nizozemských respondentů a obezitou 0,6 % českých, respektive 0,7 % nizozemských respondentů (tabulka 4).

Jak vyplývá z grafu rozdělení pohybové aktivity a inaktivity (obrázek 3), je z celkového počtu pohybově aktivních českých respondentů (N = 178) 50 % děvčat a 50 % chlapců. Tímto se nepotvrzuje hypotéza, že chlapci jsou aktivnější než děvčata. U nizozemských respondentů splňuje normu pohybové aktivity z celkového počtu pohybově aktivních respondentů (N = 218) 32,6 % děvčat a 67,4 % chlapců. Tyto

výsledky potvrzují hypotézu o větší pohybové aktivitě chlapců v porovnání s děvčaty. Hypotéza H_2 *Chlapci jsou pohybově aktivnější než děvčata, a to jak v Česku, tak v Nizozemsku* je těmito výsledky vyvrácena.

Z celkového počtu českých respondentů, kteří nesplňují normu pohybové aktivity ($N = 142$), je 69 % děvčat a 31 % chlapců. Jak je vidět z grafu (obrázek 3), skupina nizozemských pohybově inaktivních respondentů ($N = 375$) je rozložena mezi 43,5 % dívek a 56,5 % chlapců.

Podle tabulky 5, která uvádí odpovědi na tvrzení „Líbí se mi hodiny TV.“, 27,2 % českých a 37,4 % nizozemských respondentů s tímto tvrzením souhlasí. Mezi pohybově aktivními respondenty obou zemí je četnost kladných odpovědí na tuto otázku vyšší než mezi pohybově méně aktivními studenty – 45,0 % českých respondentů a 43,1 % nizozemských spíše souhlasí s tím, že se jim hodiny TV líbí a 30,9 % českých a 41,7 % nizozemských studentů s tímto tvrzením naprosto souhlasí. Tyto výsledky ukazují, že tělesná výchova je mezi žáky obou zemí velmi oblíbeným předmětem.

Jak vyplývá z tabulky 5, odpovědělo z celkového počtu respondentů 2,5 % českých a 5,3 % nizozemských respondentů, že během hodin TV nedělají žádnou činnost, která by je bavila. Podíl odpovědí nizozemských studentů je ve všech dalších skupinách rozložen rovnoměrně, a to v rozmezí 20,7 % až 27,4 % (skupina všech respondentů), 20,6 % až 27,1 % ve skupině pohybově aktivních respondentů a u skupiny inaktivních studentů 20,7 % až 27,6 %. Více než polovina českých respondentů s tímto tvrzením spíše nesouhlasí, konkrétně 55,3 % všech respondentů (53,4 % pohybově aktivních a

57,7 % pohybově inaktivních studentů). Celkově jsou nizozemští studenti méně spokojeni s náplní hodin tělesné výchovy, než studenti z Česka.

U odpovědí na otázku, zda by studenti chtěli mít tělesnou výchovu častěji, je patrný rozdíl mezi skupinou pohybově aktivních a neaktivních studentů, a to jak u českých respondentů, tak u nizozemských. 42,7 % aktivních českých studentů s tímto tvrzením souhlasí, stejně tak jako 59,2 % studentů z Nizozemska. Ve skupině pohybově inaktivních respondentů by tělesnou výchovu chtělo mít častěji 26,1 % českých a 40,6 % nizozemských studentů.

Z výše uvedených výsledků vyplývá, že hodiny tělesné výchovy se jak českým, tak nizozemským studentům líbí, náplní těchto hodin jsou víceméně aktivity, které je baví a tělesnou výchovu by uvítali v rozvrhu častěji (viz obrázek 4), než dosavadní dvě hodiny týdně pro české studenty a tři, respektive dvě hodiny týdně pro studenty nizozemské. Tímto se potvrdila hypotéza, že jak čeští, tak nizozemští studenti by chtěli mít tělesnou výchovu častěji.

Sportovní a pohybové aktivity jsou podle 66,3 % českých a 40,0 % nizozemských studentů organizovány školou jak v rámci školního vyučování, tak i mimo hodiny tělesné výchovy (tabulka 6). Tyto pohybové aktivity baví 19,4 % všech studentů z Česka a 36,6 % studentů z Nizozemska (odpověď „naprosto souhlasím“). Stejná odpověď se u skupiny pohybově aktivních respondentů objevila ve 24,7 % případů u českých studentů a ve 48,8 % u nizozemských. Mimoškolní pohybové aktivity nebaví 5,3 % českých studentů a 4,1 % studentů nizozemských.

28,1 % jak českých, tak nizozemských studentů spíše souhlasí s výrokem, že sportovní a pohybové aktivity, které studenty baví, nejsou organizovány školou

(tabulka 6). Pouze 3,4 % českých a 13,4 % nizozemských studentů jsou spokojeni s pohybovými aktivitami organizovány jejich školou.

Mimoškolních pohybových aktivit, které jsou pořádány školou, se účastní pouze 7,5 % všech českých respondentů a celých 37,9 % nizozemských respondentů (odpověď „naprosto souhlasím“). Stejná odpověď byla častější u skupiny pohybově aktivních (10,7 %, respektive 47,0 %), než u skupiny inaktivních (3,5 % českých a 32,4 % nizozemských) respondentů.

Čtvrtina všech českých respondentů (25,3 %) si myslí, že by mimoškolní pohybové aktivity měly být organizovány častěji (tabulka 6). Tento názor má 30,9 % českých pohybově aktivních studentů, a pouze 18,3 % inaktivních. Nizozemští respondenti souhlasí s častější organizací mimoškolních aktivit ve 36,2 % případů. Téměř polovina nizozemských aktivních respondentů (45,2 %) a 30,7 % pohybově inaktivních dotázaných sdílí stejný názor.

Nejčastěji jmenovaným sportem, který by chtěli dotázaní studenti provozovat v hodinách TV, je fotbal – podle 33,9 % všech nizozemských a 21,9 % všech českých respondentů (tabulka 7 a tabulka 8). Jak vyplývá z tabulky 7 a 8, byl fotbal preferován všemi dotazovanými skupinami, kromě českých inaktivních respondentů. Tato skupina jmenovala nejčastěji plavání (20,4 %), in-line bruslení (19,7 %) a volejbal (19,0 %). Tyto výsledky podávají odpověď na otázku „*Kterou pohybovou aktivitu studenti obou zemí nejvíce preferují?*“. Nejčastěji jmenovanou pohybovou aktivitou v tělesné výchově je fotbal. Tento výsledek neodpovídá koncepci tělesné výchovy v Nizozemsku, jak uvádí Naul (2003, s. 47). Na dalších místech preferencí se umístili jiné než míčové aktivity – silové cvičení, plavání, in-line bruslení atd.

Jak je uvedeno v tabulce 9, většina nizozemských studentů (44,0 %) nejraději sportuje ve sportovním klubu (51,4 % pohybově aktivních respondentů a 39,7 % inaktivních) a většina českých respondentů (36,9 %) upřednostňuje komerční sportovní zařízení (36,5 % aktivních a 37,3 % inaktivních dotázaných). Tyto výsledky odpovídají údajům z tabulky 4, která uvádí, že 61,5 % dotázaných nizozemských studentů je členem sportovního klubu.

Podle údajů z tabulky 10 nepotřebuje 46,3 % českých studentů žádnou pomoc od školy, co se týče výběru a provozování pohybové aktivity. Totéž si myslí 62,9 % nizozemských respondentů. Tyto výsledky jsou srovnatelné mezi skupinami studentů pohybově aktivních (45,5 % českých, 66,4 % nizozemských) a inaktivních (47,2 %, respektive 60,7%). Naproti tomu informace o sportovních klubech a zařízeních v okolí školy by uvítalo 21,3 % českých respondentů a 11,0 % nizozemských. Skupina pohybově inaktivních respondentů, a to jak českých (19,7 %), tak i nizozemských (17,8 %), by ráda absolvovala test sportovních preferencí. Stejnou pomoc by uvítalo 12,4 % aktivních českých dotázaných a 13,8 % nizozemských. Zde se nabízí prostor pro zatraktivnění tělesné výchovy se snahou přimět mládež k celoživotním návykům pohybové aktivity.

Pro více jak polovinu všech dotázaných (51,6 % českých a 55,0 % nizozemských) je nejdůležitějším aspektem sportu sociální interakce – společnost, přátelství a týmový duch (tabulka 11). Tento sociální aspekt sportu upřednostňují jak respondenti pohybově aktivní (50,0 % českých a 55,5 % nizozemských), tak inaktivní (53,5 %, respektive 54,7 %). Dalším důvodem ke sportování je podle 35,3 % českých a 32,5 %

nizozemských studentů zlepšení pohybových dovedností a techniky a zlepšení kondice – uvedlo 32,8 % českých respondentů a 37,8 % nizozemských. Pro 27,5 % českých studentů (25,3 % aktivních a 30,3 % inaktivních) je důležitým argumentem pro pohybovou aktivitu tvarování postavy. Totéž uvedlo pouze 11,8 % nizozemských dotázaných studentů (7,8 % aktivních a 14,1 % inaktivních).

Pohybovou aktivitu v příštím půlroce plánuje podle tabulky 12 provozovat 69,4 % českých studentů (83,7 % aktivních a 51,4 % inaktivních) a 38,7 % nizozemských respondentů (46,5 % aktivních a 33,9 % neaktivních). Téměř čtvrtina nizozemských dotázaných studentů (24,0 %) neví, zda v následujících šesti měsících budou provozovat pohybovou aktivitu. Tyto výsledky opět vyvrací hypotézu, že nizozemští studenti jsou pohybově aktivnější, než studenti české střední školy.

Limity výzkumu:

- Použitý dotazník nesplňuje zcela požadavky na překladové standardizační procesy. Chybí zpětné překlady do českého jazyka.
- Aplikace výzkumu pouze na dvou vybraných školách. I přes relativně vysoký počet respondentů můžeme výsledky interpretovat pouze pro tuto vybranou skupinu studentů.
- Výsledky sportovních preferencí nebylo možné rozdělit na skupinu chlapců a dívek, jelikož tento aspekt nebyl zahrnut do výsledků nizozemských respondentů.

7 ZÁVĚR

Tato práce analyzuje systémové pojetí tělesné výchovy v České republice a v Nizozemsku, jejím cílem je srovnání pohybové aktivity českých a nizozemských studentů na dvou vybraných středních školách.

Výsledky překvapivě ukázaly, že čeští studenti jsou pohybově aktivnější, než studenti z Nizozemska, a to i přes to, že dvě třetiny nizozemských studentů jsou členem sportovního klubu.

Čeští studenti dopadli ve srovnání s nizozemskými lépe, i co se týče normy sedavého chování – více než polovina českých studentů tráví u televize a/nebo počítače maximálně dvě hodiny denně. Oproti tomu stejnou dobu tráví sedavými činnostmi pouze něco málo přes jednu třetinu nizozemských studentů.

Celou polovinu pohybově aktivních studentů z České republiky představují děvčata, zatímco mezi nizozemskými studenty tvoří děvčata třetinu pohybově aktivních studentů. Mezi pohybově neaktivní skupinou studentů je rozložení výsledků opačné – téměř polovinu inaktivních respondentů tvoří nizozemská děvčata a bezmála tři čtvrtiny českých pohybově neaktivních studentů představují děvčata.

S hodinami tělesné výchovy je spokojena téměř polovina jak českých, tak nizozemských studentů. Výsledky se nijak výrazně nelišily ani ve srovnání pohybově aktivních a inaktivních skupin.

Více než polovina českých studentů je víceméně spokojená s náplní tělesné výchovy a obsah hodin TV ji baví. To samé si myslí pouze jedna pětina nizozemských

studentů. Četnost odpovědí mezi jednotlivými skupinami pohybově aktivních a neaktivních studentů se významně nelišila.

I přes nižší procento souhlasu s náplní hodin tělesné výchovy u nizozemských studentů, by téměř polovina studentů uvítala hodiny TV častěji než doposud. Tělesnou výchovu častěji než dvě hodiny týdně by chtěla mít více než třetina českých studentů. Zde je výrazný rozdíl mezi skupinou pohybově aktivních a neaktivních studentů, jak na straně Nizozemska, tak Česka. Více než polovina aktivních nizozemských studentů souhlasí s častější tělesnou výchovou a totéž si myslí pouze 40 % pohybově inaktivních respondentů. Na české straně by častěji tělesnou výchovu chtěla mít téměř polovina studentů splňující limit pohybové aktivity a necelá třetina respondentů, která tento limit nesplňuje.

Pohybových aktivit organizovaných školou v rámci školního vyučování i mimo hodiny TV se účastní pouze 7,5 % českých studentů, ovšem celá čtvrtina českých studentů si myslí, že by tyto aktivity měly být organizovány častěji. Více než třetina nizozemských respondentů se účastní pohybových aktivit organizovaných školou a stejný počet souhlasí s jejich častějším pořádáním.

Nejčastěji zmiňovanou aktivitou, kterou by studenti rádi provozovali v hodinách TV, je fotbal, a to u všech skupin respondentů s výjimkou českých pohybově neaktivních studentů – tato skupina preferuje plavání. Další velmi oblíbenou aktivitou je podle průzkumu u českých studentů in-line bruslení. Vzhledem ke vzrůstající oblibě tohoto sportu není tento výsledek nijak překvapivý, i když kvůli náročnosti na vybavení a bezpečnost se pravděpodobně nestane pevnou součástí hodin TV.

Nizozemští studenti preferují sportování v rámci sportovního klubu – skoro polovina respondentů by si zvolila tuto možnost. Mezi českými studenty převládá obliba komerčních sportovních zařízení, které by pro své sportovní aktivity volila více než třetina českých studentů.

K provozování sportu a pohybových aktivit nepotřebuje žádnou pomoc téměř polovina českých a dvě třetiny nizozemských studentů. Z této odpovědi je zřejmé, že školní tělesná výchova plní svůj vzdělávací cíl.

Jako nejdůležitější při sportu a pohybových aktivitách celkově považuje polovina českých i nizozemských studentů sociální aspekt – týmového ducha, přátelství a společnost. Tyto výsledky se v rámci jednotlivých skupin nijak významně neliší. Dalším důvodem k tělesné aktivitě je pro všechny studenty zlepšení dovedností a techniky a zlepšení kondice. Z výsledků také vyplývá, že pro české studenty je důležitým argumentem pro pohybovou aktivitu také tvarování postavy – více než čtvrtina respondentů uvedla tuto odpověď, zatímco totéž platí jen pro desetinu nizozemských studentů.

V následujícím půlroce plánuje provozovat pohybovou aktivitu téměř 70 % českých studentů, zatímco nizozemských pouze necelých 40 %. I toto je překvapivé zjištění, které vyvrací hypotézu, že čeští studenti jsou pohybově méně aktivní než studenti nizozemští.

Tyto závěry samozřejmě není možné zobecňovat, protože sledovaný soubor studentů nepředstavuje dostatečně reprezentativní vzorek. Byli porovnáváni pouze studenti střední školy se všeobecným zaměřením. Nabízí se otázka, jak by výsledky vypadaly,

kdybychom srovnávali například sportovní školy nebo naopak praktické školy typu učiliště. Toto by mohl být námět pro další výzkumnou práci v této oblasti.

8 SOUHRN

Vzájemné česko-nizozemské vztahy trvají již déle jak tisíc let. Obě země si jsou podobny rozlohou, obě země čelily v historii nadvládě Habsburků. V dnešní době se vzájemné vztahy Česka a Nizozemska rozvíjí na poli ekonomickém, politickém i kulturním. Ke spolupráci přispívají mimo jiné i četné aktivity partnerských měst.

Partnerská města Znojmo a Harderwijk spolupracují od roku 1991 v oblasti veřejné správy, obchodu a průmyslu, školství, zdravotnictví, služeb, kultury a sportu.

Tělesná výchova je v obou zemích povinným předmětem základního i středního vzdělávání. Školy v České republice i v Nizozemsku jsou samy odpovědné za obsah a formu vzdělávání, učivo musí pouze splňovat státem stanovená výstupní kritéria – klíčové kompetence. To platí také pro předmět tělesné výchovy, a to jak na státních školách, tak i soukromých. I přes rozdílné koncepce pojetí tělesné výchovy jsou klíčové kompetence v obou zemích téměř totožné. Žáci se učí pohybovým dovednostem a tyto dovednosti dále zdokonalují, seznamují se se základními pravidly různých sportů, jsou vedeni k fair play a seznamování s vlivy pohybové aktivity na zdraví a kvalitu života.

Koncepce tělesné výchovy v České republice se v posledních dvaceti letech přesouvá od sportovní výchovy k výchově ke zdraví. V Nizozemsku převládá pojetí osobnostně-pohybové výchovy, jak už napovídá název tohoto předmětu – pohybová výchova (bewegingsonderwijs).

Ze srovnání pohybové aktivity českých a nizozemských studentů vyplývá, že čeští studenti jsou pohybově aktivnější než studenti z Nizozemska a naopak se nepotvrdil

předpoklad, že chlapci jak v Čechách, tak v Nizozemsku, jsou pohybově aktivnější než děvčata.

Podle téměř tisícovky středoškolských studentů je tělesná výchova oblíbeným školním předmětem, který by studenti rádi měli častěji, než dvě, respektive tři hodiny týdně, jako tomu je dosud.

Jestliže odborná veřejnost usiluje o navýšení hodinové dotace pro tělesnou výchovu a studenti by sami rádi ve svém rozvrhu uvítali tělesnou výchovu častěji, svítá zde naděje, že jednoho dne se tak skutečně stane.

9 SUMMARY

The Czech-Dutch correlation has been lasting for longer than thousand years. The area of both countries is similar; the Habsburg rule was similar as well. In these days the correlation between the Czech Republic and the Netherlands has been developing on the field of economics, politics and culture. The corporation has been supported by many activities of partnership agreements.

The twin cities Znojmo and Harderwijk have been cooperating since 1991 in the sphere of public service, business and industry, education, health, services, culture and sport.

The physical education (PE) is a compulsory subject of the basic education and the secondary school, too. The schools in the Czech Republic as well as in the Netherlands are responsible by themselves for content and form of education; the curriculum has to meet only requirements scheduled by the governments – the key competences. The same applies for the curriculum of the PE – on the state schools and on the private ones either. Even there are some different concepts of the PE theory in the Czech Republic and the Netherlands, the key competences are nearly identical. The students are being learnt the locomotive skills and then they improve them; they are getting familiarized with the basic rules of sports and fair-play and the benefits of sport for the health and life-quality.

In the Czech Republic the concepts of the PE have been shifted during the last twenty years from the sport education to the fitness. In the theory of the PE in the

Netherlands there has been dominating the personality-kinetic education which has already been said in the subject term – kinetic education (bewegingsonderwijs).

From the comparison of the physical activity of the Czech and Dutch students, it appears the Czech students are more physically active than the students from the Netherlands, and there has not been a verified hypothesis that either Czech boys or the Dutch ones are physically more active than girls are.

According nearly thousand high-school students the PE is a favorite school subject that the students would like to follow more often than two or three classes a week, as they can now.

In case experts have already been attempting the increase of the amount of PE classes and the students selves would like to see the PE classes in their schedules more often, there is a chance it may really happen one day.

10 REFERENČNÍ SEZNAM

Bílá kniha o sportu (2007). Brusel: Rada Evropy.

Corbin, C. B., & Pangrazi, R. P. (1996). *How Much Physical Activity Is Enough? The Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 67 (4), 33-37.

D'honker, M., & Tolleneer, J. (2000). *Het vergeten lichaam. Geschiedenis van de lichamelijke opvoeding in België en Nederland*. Retrieved from http://books.google.nl/books?id=6A9IW1hoxT0C&printsec=frontcover&dq=geschiedenis+van+lichamelijke+opvoeding&source=bl&ots=5bRt5HAAwN&sig=b6NeBTHGthUWad8kjXjw7n9Dcdg&hl=cs&ei=9gz9TNLILoqu8gOq-bXuCw&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=7&ved=0CEUQ6AEwBjgK#v=onepage&q&f=false

Dobrá, L. (1997). O co vlastně v tělesné výchově jako povinném školním předmětu jde? *Tělesná výchova a sport mládeže*, 8, 2-5.

Dobrá, L. (1999). Status quo tělesné výchovy v současné reformě vzdělávání. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 6, 8-10.

Dobrá, L. (2000). Pojmoslovné a terminologické vádemékum. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 1, 7-10.

Dobrá, L. (2002). Jak děti a mládež nenásilně přivést k potřebě celoživotní pohybové aktivity. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 3, 2-6.

Dobrá, L. (2007a). Klíčová kompetence, která chybí v RVP: naučit se využívat zdravotních benefitů pohybových aktivit. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 7, 13-18.

Dobrá, L. (2007b). Pohybové aktivity pomáhají zlepšovat studijní prospěch i likvidovat depresi. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 8, 13-16.

Dobrá, L. (2008). Jak by se měla tělesná výchova a sport mládeže podílet na vzdělávání žáků. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 1, 19-20.

European Commission (2008). *EU Physical Activity Guidelines: Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity*. Brusel: Education and Culture DG.

Eurydice (2007). *Pojetí klíčových kompetencí v Nizozemsku*. Retrieved from <http://old.vuppraha.cz/sekce/132>

- Eurydice (2008). *Eurybase: The information database on education systems in Europe. Organisatie van het onderwijssysteem in Nederland*. Retrieved from <http://eacea.ec.europa.eu/portal/page/portal/Eurydice/EuryContents?country=NL&lang=EN&expandMenu=false>
- Eurydice (2008). *Eurybase: The information database on education systems in Europe. Organizace české vzdělávací soustavy*. Retrieved from <http://eacea.ec.europa.eu/portal/page/portal/Eurydice/EuryContents?country=CZ&lang=EN&expandMenu=false>
- Frömel, K., Novosad, J., & Svozil, Z. (1999). *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. Olomouc: UP.
- Hercig, S. (1995). Cíle nebo úkoly? *Tělesná výchova a sport mládeže*, 3, 9-11.
- Hercig, S. (2009). Tělesná výchova ve školním vzdělávacím programu. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 1, 4-6.
- Hodaň, B. (1991). Základní pojmy v tělesné kultuře. In J. Bokůvka (Ed.), *Tělesná kultura. Sborník kateder tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství, svazek 23* (pp. 3-12). Olomouc: UP.
- Hodaň, B. (2000). *Tělesná kultura – sociokulturní fenomén*. Olomouc: UP.
- Klíčové kompetence jinde v Evropě (2007). Retrieved from <http://www.ucitelskyzpravodaj.cz/tema/tabid/332/articleType/ArticleView/articleId/132/Klov-kompetence-jinde-v-Evrop.aspx>
- Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie (2008). *Geschiedenis van sport en lichamelijke opvoeding*. Retrieved from www.kngu.nl/uploadedFiles/Geschiedenis%20sport7327.pdf
- Koninklijke Vereniging van Leraren Lichamelijke Opvoeding (2008). *Voor kwaliteit in bewegen, elke dag. KVLO Beleidsplan 2008 – 2012*. Retrieved from www.kvlo.nl/sf.mcgi?1287
- Košák, P. (2006). Reformuje celá Evropa. In *Reforma školství v České republice* (pp. 7-12). Retrieved from <http://www.varianty.cz/index.php?id=16&item=43>
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky (2001). *Národní program rozvoje vzdělávání v České republice. Bílá kniha*. Praha: Ústav pro informace ve vzdělávání.

- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky (2007). *Dlouhodobý záměr vzdělávání a rozvoje vzdělávací soustavy České republiky*. Retrieved from <http://www.msmt.cz/vzdelavani/dlouhodoby-zamer-vzdelavani-msmt-2007>
- Ministerstvo vnitra ČR (2008). Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. *Sbírka zákonů ČR*. Praha.
- Mužík, V. & Mužíková L. (2006). *Tělesná výchova a výchova ke zdraví v českém a zahraničním školství*. Retrieved from http://www.ped.muni.cz/z21/2006/konference_2006/sbornik_2006/pdf/055.pdf
- Naul, R. (2003). Koncepce školní tělesné výchovy v Evropě. *Česká kinantropologie*, 1, 39-53.
- Nezvalová, D. (1998). *Pedagogika pro učitele. Část druhá-vzdělávací systémy ve vyspělých zemích*. Olomouc: UP.
- Průcha, J. (1999). *Vzdělávání a školství ve světě: základy mezinárodní komparace vzdělávacích systémů*. Praha: Portál.
- Součková, J. (2010). Rámcové vzdělávací programy středního odborného vzdělávání a jejich transformace do školních vzdělávacích programů. Retrieved from <http://www.ftvs.cuni.cz/knspolecnost/pedagogicka/4jitka.doc>
- Stackeová, D. (2009). Zdravotní benefity pohybových aktivit – východisko pro tvorbu doporučení pro mládež a dospělé. *Tělesná výchova a sport mládeže*, 1, 6-11.
- Stegeman, H. (2007). *Effecten van sport en bewegen op school. Een literatuuronderzoek naar de relatie van fysieke activiteit met de cognitieve, affectieve en sociale ontwikkeling*. Retrieved from http://www.sports-media.org/Effect_van_sport_en_bewegen_op_school.pdf
- Stichting Leerplanontwikkeling Nederland (2007). *Concretisering van kerndoelen Bewegen en sport. Kerndoelen voor de onderbouw VO*. Retrieved from http://ko.slo.nl/00001/Bewegen_en_sport.pdf_def/
- Straková, J. et al. (2009). *Analýza naplnění cílů Národního programu rozvoje vzdělávání v České republice (Bílé knihy) v oblasti předškolního, základního a středního vzdělávání*. Retrieved from <http://www.msmt.cz/vzdelavani/strategicke-a-koncepcni-dokumenty-cerven-2009>
- Švec, J. (1996). *Stručná historie tělesné kultury: (pro studenty oboru tělesná výchova)*. Hradec Králové: Gaudeamus.

U. S. Department of Health and Human Services (2000). *Healthy People 2010: Understanding and improving health*. Washington, DC: U. S. Department of Health and Human Services.

U. S. Department of Health and Human Services (2008). 2008 Physical Activity Guidelines for Americans.

Ústav pro informace ve vzdělávání (2010). *Výkonové ukazatele 2009/10 - kapitola A*. Retrieved from <http://www.uiv.cz/clanek/726/2024>

Výzkumný ústav pedagogický v Praze (2007). *Rámcový vzdělávací program pro gymnázia*. Retrieved from <http://www.msmt.cz/vzdelavani/skolskareforma/ramcove-vzdelavaci-programy>

11 DALŠÍ LITERATURA

Dobrý, L., Svatoň, V., Šafaříková, J., & Marvanová, Z. (1997). *Analýza didaktické interakce v tělesné výchově*. Praha: Karolinum.

Evropská charta sportu (2002). Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy České republiky.

Frömel, K. (2001). Tělesná výchova a sport v systému vzdělávání a výchovy v počátku tisíciletí. *Česká kinantropologie*, 1, 39-48.

Frömel, K., Bauman, A. et al. (2006). Intenzita a objem pohybové aktivity 15-69leté populace České republiky. *Česká kinantropologie*, 1, 13-23.

Gavora, P. (2000). *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido.

<http://english.minocw.nl/english/index.html>

<http://www.czso.cz/csu/redakce.nsf/i/home>

<http://www.harderwijk.incijfers.nl/>

<http://www.harderwijk.nl>

<http://www.nasb.nl/home.html>

<http://www.nisb.nl/projecten/kids-jeugd/vmbo-in-beweging/toolbox/analyseren.html>

<http://www.onderwijsraad.nl/over-ons/item29>

<http://www.rijksoverheid.nl/documenten-en-publicaties/vragen-en-antwoorden/wat-is-de-nederlandse-norm-gezond-bewegen-beweegn timer-en-wat-is-de-fitnorm.html>

<http://www.rijksoverheid.nl/ministeries/vws>

<http://www.vamboharderwijk.nl/focus>

<http://www.znojimocity.cz>

Chmelík, F., Frömel, K., Křen, F., & Stelzer, J. (2008). Online monitoring pohybové aktivity vysokoškolských studentů: možnosti systému Indares.com. *Česká kinantropologie*, 4, 30-38.

Komeščík, B. (1997). *Metodologie kinantropologického výzkumu (Vybrané přednášky)*. Hradec Králové: Gaudeamus.

Renner, H. (2002). *Česká republika a Nizozemsko. Historie vzájemných vztahů*. Praha: Paseka.

Sociodemografická charakteristika regionu Znojmo (2006). Retrieved from <http://www.znojmocity.cz/charakteristika-regionu-znojmo/d-2448/query=pocet+obyvatel&p1=1002>

12 PŘÍLOHY

Příloha 1 Dotazník, česká verze

POHYBOVÁ AKTIVITA A SPORT NA STŘEDNÍ ŠKOLE

Informace k vyplnění dotazníku:

- Pozorně si přečti **každou** otázku, ale nepřemýšlej nad ní moc dlouho. Vyber odpověď, která se k Tobě nejlépe hodí, a zakřížkuj ji.
- Vyber pouze jednu odpověď, pokud není uvedeno jinak.
- Dotazník vyplňuj jen za sebe, spolupráce se sousedem není nutná.
- Dotazník je **anonymní**.
- V dotazníku nejsou správné a špatné odpovědi. Je důležité, abys uvedl/a **seriózní odpovědi**, jen tak můžu potom výsledky použít.

Děkuji Ti za vyplnění a přeji příjemný den.

1. ČÁST: ZÁKLADNÍ INFORMACE

1. JSI CHLAPEC NEBO DÍVKA?

☐ chlapec

☐ dívka

2. JAKÉ JE TVÉ DATUM NAROZENÍ?

3. V JAKÉM JSI ROČNÍKU?

☐ 1. ročník

☐ 3. ročník

☐ 2. ročník

☐ 4. ročník

4. KOLIK MĚŘÍŠ?

_____cm

5. KOLIK VÁŽÍŠ?

_____kg

2. ČÁST: POHYBOVÁ AKTIVITA

Všechny následující otázky se vztahují k uplynulému týdnu. Pokud tento týden nebyl „normální“ (např. kvůli nemoci nebo prázdninám), můžeš tuto skutečnost u některých odpovědí uvést.

6. KOLIK DNŮ ZA POSLEDNÍ TÝDEN (7 DNŮ) JSI ŠEL/ŠLA DO ŠKOLY PĚŠKY, NEBO JSI JEL/A NA KOLE?

- ☐ 1 den
- ☐ 2 dny
- ☐ 3 dny
- ☐ 4 dny
- ☐ 5 dnů
- ☐ ani jeden den → přejdi k otázce číslo 8
- ☐ minulý týden jsem nebyl/a ve škole → přejdi k otázce číslo 8

7. JAK DLOUHO JDEŠ/JEDEŠ NA KOLE Z DOMU DO ŠKOLY A ZE ŠKOLY DOMŮ?

Spočítej minuty za 1 den (dopoledne i odpoledne)

- ☐ méně než 10 minut denně
- ☐ 10 – 20 minut denně
- ☐ 20 – 30 minut denně
- ☐ 30 minut – 1 hodina denně
- ☐ více než 1 hodina denně

8. KOLIK DNÍ V TÝDNU MÁŠ VE ŠKOLE TĚLESNOU VÝCHOVU?

- ☐ 1 den
- ☐ 2 dny
- ☐ 3 dny
- ☐ 4 dny
- ☐ 5 dní
- ☐ ani jeden den
- ☐ minulý týden jsem nebyl/a ve škole

9. JSI ČLEMEM NĚJAKÉHO SPORTOVNÍHO KLUBU?

- ☐ ano
- ☐ ne → přejdi k otázce číslo 12.

10. KOLIK DNÍ V TÝDNU SE VĚNUJEŠ SPORTU (POHYBU) V RÁMCI SPORTOVNÍHO KLUBU (NAPŘ. PLAVÁNÍ, FOTBAL, FITNES, TANEC ATD.)?

- ☐ 1 den v týdnu
- ☐ 2 dny v týdnu
- ☐ 3 dny v týdnu
- ☐ 4 dny v týdnu
- ☐ 5 dní v týdnu
- ☐ 6 dní v týdnu
- ☐ 7 dní v týdnu
- ☐ nikdy → přejdi k otázce číslo 12.

☐ minulý týden jsem se nezúčastnil/a žádné pohybové aktivity, ale normálně se účastním
→ přejdi k otázce číslo 12.

11. JAK DLOUHO VĚTŠINOU SPORTUJEŠ V RÁMCI SPORTOVNÍHO KLUBU?

- ☐ méně než půl hodiny
- ☐ půl hodiny – 1 hodinu
- ☐ 1 – 2 hodiny
- ☐ 2 – 3 hodiny
- ☐ 3 hodiny a více

12. KOLIK DNÍ TÝDNĚ SE VĚNUJEŠ SPORTU MIMO SPORTOVNÍ KLUB (NAPŘ. FOTBÁLEK NA ULICI, JÍZDA NA KOLE, PLAVÁNÍ, BĚH ATD)?

- ☐ 1 den v týdnu
- ☐ 2 dny v týdnu
- ☐ 3 dny v týdnu
- ☐ 4 dny v týdnu
- ☐ 5 dní v týdnu
- ☐ 6 dní v týdnu
- ☐ 7 dní v týdnu
- ☐ nikdy → přejdi k otázce číslo 14.
- ☐ minulý týden jsem se nezúčastnil/a žádné pohybové aktivity, ale normálně se účastním
→ přejdi k otázce číslo 14.

13. JAK DLOUHO VĚTŠINOU SPORTUJEŠ MIMO SPORTOVNÍ KLUB?

- ☐ méně než půl hodiny
- ☐ půl hodiny – 1 hodinu
- ☐ 1 – 2 hodiny
- ☐ 2 – 3 hodiny
- ☐ 3 hodiny a více

14. BER V ÚVAHU MINULÝ TÝDEN. KOLIK DNÍ V TÝDNU SES VĚNOVAL/A MINIMÁLNĚ 1 HODINU VŠEM VÝŠE ZMÍNĚNÝM AKTIVITÁM DOHROMADY (CHŮZE nebo JÍZDA NA KOLE DO ŠKOLY A ZE ŠKOLY, TV, SPORT V RÁMCI SPORTOVNÍHO KLUBU I MIMO SPORTOVNÍ KLUB)?

- ☐ ani jeden den
- ☐ 1 den
- ☐ 2 dny
- ☐ 3 dny
- ☐ 4 dny
- ☐ 5 dní
- ☐ 6 dní
- ☐ 7 dní

3. ČÁST: POHYBOVÁ AKTIVITA V LÉTĚ A V ZIMĚ

Nyní následuje několik otázek o pohybové aktivitě, např. turistika, cyklistika, lyžování, běh na lyžích, pohyb ve škole. Jedná se o aktivity minimálně tak náročné, jako intenzivní běh nebo intenzivní jízda na kole.

15. KOLIK DNÍ V TÝDNU PROVOZUJEŠ V LÉTĚ NĚKTEROU Z VÝŠE JMENOVANÝCH AKTIVIT MINIMÁLNĚ 60 MINUT?

Jedná se o průměrný počet dní v týdnu. Pokud je Tvá odpověď „méně než 1 den“, uveď prosím „0“

_____ dní v týdnu

16. KOLIK DNÍ V TÝDNU PROVOZUJEŠ V ZIMĚ NĚKTEROU Z VÝŠE JMENOVANÝCH AKTIVIT MINIMÁLNĚ 60 MINUT?

Jedná se o průměrný počet dní v týdnu. Pokud je Tvá odpověď „méně než 1 den“, uveď prosím „0“

_____ dní v týdnu

Následující otázky se vztahují k intenzivní pohybové aktivitě ve Tvém volném čase.

17. JAK ČASTO BĚHEM JEDNOHO TÝDNĚ PROVOZUJEŠ V LÉTĚ INTENZIVNÍ POHYBOVOU AKTIVITU NEBO FYZICKY NÁROČNOU ČINNOST, KTERÁ TRVÁ DOSTATEČNĚ DLOUHO, ABY SES ZAPOTIL/A?

_____ dní v týdnu

18. JAK ČASTO BĚHEM JEDNOHO TÝDNĚ PROVOZUJEŠ V ZIMĚ INTENZIVNÍ POHYBOVOU AKTIVITU NEBO FYZICKY NÁROČNOU ČINNOST, KTERÁ TRVÁ DOSTATEČNĚ DLOUHO, ABY SES ZAPOTIL/A?

_____ dní v týdnu

4. ČÁST: TELEVIZE, DVD, POČÍTAČ

19. KOLIK DNÍ V TÝDNU SE DÍVÁŠ NA TELEVIZI/DVD?

- ☐ 1 den
- ☐ 2 dny
- ☐ 3 dny
- ☐ 4 dny
- ☐ 5 dní
- ☐ 6 dní
- ☐ 7 dní
- ☐ nikdy → přejdi k otázce číslo 21.

20. JAK DLOUHO SE VĚTŠINOU DÍVÁŠ NA TELEVIZI/DVD?

- ☐ méně než půl hodiny
- ☐ půl hodiny – 1 hodinu
- ☐ 1 – 2 hodiny

- ☐ 2 – 3 hodiny
- ☐ 3 hodiny a více

21. KOLIK DNÍ V TÝDNU VĚTŠINOU TRÁVÍŠ U POČÍTAČE?

- ☐ 1 den
- ☐ 2 dny
- ☐ 3 dny
- ☐ 4 dny
- ☐ 5 dní
- ☐ 6 dní
- ☐ 7 dní
- ☐ nikdy → přejdi k otázce číslo 23.

22. KOLIK ČASU VĚTŠINOU TRÁVÍŠ U POČÍTAČE MIMO ČINNOSTI SPOJENÉ SE ŠKOLOU (INTERNET, GAMEBOY, NINTENDO, FACEBOOK ATD.)?

- ☐ méně než půl hodiny
- ☐ půl hodiny – 1 hodinu
- ☐ 1 – 2 hodiny
- ☐ 2 – 3 hodiny
- ☐ 3 hodiny a více

5. ČÁST: TĚLESNÁ VÝCHOVA

Následující otázky se týkají školní tělesné výchovy. Zakřížkuj odpověď, která se k Tobě nejlépe hodí.

23. LÍBÍ SE MI HODINY TV.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím
- ☐ naprosto nesouhlasím

24. BĚHEM HODIN TV NEDĚLÁME NIC, CO BY MĚ BAVILO.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím
- ☐ naprosto nesouhlasím

25. CHTĚL/A BYCH MÍT TV ČASTĚJI.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím

☐ naprosto nesouhlasím

6. DALŠÍ SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY

Některé školy organizují sportovní a pohybové aktivity mimo hodiny TV. Tyto aktivity mohou být součástí školního vyučování, ale také mohou být pořádány mimo školní vyučování, např. sportovní turnaje, sportovní den, sportovní kurzy, nábor nových členů do sportovních klubů atd.

26. ORGANIZUJE TVOJE ŠKOLA SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY MIMO HODINY TV?

- ☐ ano, pouze mimo školní vyučování
- ☐ ano, pouze v rámci školního vyučování
- ☐ ano, v rámci školního vyučování i mimo něj
- ☐ ne → přejdi k otázce číslo 29.

Zakřížkuj pouze jednu odpověď, která se k Tobě nejlépe hodí.

27. TYTO SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY MĚ BAVÍ.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím
- ☐ naprosto nesouhlasím

28. SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY, KTERÉ MĚ BAVÍ, NEJSOU ŠKOLOU ORGANIZOVÁNY.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím
- ☐ naprosto nesouhlasím

29. POKUD MOJE ŠKOLA POŘÁDÁ SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY, ÚČASTNÍM SE.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím
- ☐ naprosto nesouhlasím

30. SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY BY MĚLY BÝT ORGANIZOVÁNY ČASTĚJI.

- ☐ naprosto souhlasím
- ☐ spíše souhlasím
- ☐ nevím
- ☐ spíše nesouhlasím
- ☐ naprosto nesouhlasím

31. KTERÉ Z UVEDENÝCH SPORTŮ A POHYBOVÝCH AKTIVIT BYS CHTĚL/A V HODINÁCH TV PROVOZOVAT ČASTĚJI?

Vyber maximálně 3 aktivity.

- ☐ atletika (běhy, hody, skoky)
- ☐ badminton
- ☐ bruslení
- ☐ cyklistika (silniční)
- ☐ fotbal
- ☐ házená
- ☐ hokej
- ☐ in-line bruslení
- ☐ jízda na horském kole (terénem)
- ☐ jízda na koni
- ☐ kanoistika
- ☐ kondiční cvičení (posilování)
- ☐ korfbal
- ☐ lezení
- ☐ lukostřelba
- ☐ lyžování
- ☐ plavání
- ☐ pohyb na hudbu (aerobik, streetdance, jazzdance atd.)
- ☐ potápění
- ☐ rugby
- ☐ sebeobrana a bojové sporty (judo, box, karate atd.)
- ☐ silové cvičení
- ☐ softbal
- ☐ squash
- ☐ stolní tenis
- ☐ tenis
- ☐ veslování
- ☐ volejbal
- ☐ jiný, jmenuj _____
- ☐ žádná z výše jmenovaných aktivit

32. KDE BYS NEJRADĚJI SPORTOVAL/A?

Vyber maximálně 2 odpovědi.

- ☐ na své škole
- ☐ na jiné škole
- ☐ ve sportovním klubu (např. FC, BK, PSK atd.)
- ☐ v komerčním sportovním zařízení (plavecký bazén, taneční škola, posilovna atd.)
- ☐ v městském sportovním centru
- ☐ na ulici
- ☐ nechci sportovat
- ☐ je mi to jedno
- ☐ někde jinde, jmenuj kde _____

33. JAKOU POMOC OD ŠKOLY BYS UVÍTAL/A, ABYS MOHL/A PROVOZOVAT SPORT?

- ☐ rozhovor s učitelem nebo trenérem, jak a kde mohu více sportovat
- ☐ informace o sportovních klubech a zařízeních v našem okolí
- ☐ test sportovních preferencí, abych věděl/a, který sport se pro mě hodí nejvíce
- ☐ nepotřebuji žádnou pomoc
- ☐ jinou, jmenuj _____

34. CO POVAŽUJEŠ ZA NEJDŮLEŽITĚJŠÍ, KDYŽ SPORTUJEŠ?

Vyber maximálně 2 odpovědi.

- ☐ vyhrát zápas
- ☐ zlepšení svých dovedností a techniky
- ☐ společnost, přátelství, týmový duch
- ☐ zlepšení zdravotního stavu
- ☐ zlepšení kondice
- ☐ zvýšení silových schopností
- ☐ tvarování postavy
- ☐ sport a pohybové aktivity nepovažuji za důležité

35. PLÁNUJEŠ V PŘÍŠTÍM PŮLROCE SPORTOVAT A BÝT POHYBOVĚ AKTIVNÍ?

- ☐ určitě ano
- ☐ spíše ano
- ☐ nevím
- ☐ spíše ne
- ☐ určitě ne

Toto je konec mého dotazníku. Děkuji za vyplnění.



Příloha 2 Dotazník, nizozemská verze

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Introductie

Hallo,

Hoe denk jij over bewegen en sporten? Wat vind je van de gymlessen en de andere sport- en beweegmogelijkheden op jouw school? Hoe sportief ben je? Dit zijn dingen die we graag van jou willen weten. Met de antwoorden op deze vragenlijst gaat jouw school straks aan de slag om de sport- en beweegactiviteiten op jouw school nog leuker te maken.

Het volgende is belangrijk om te weten voordat je de lijst invult:

- Lees elke vraag **goed** door, maar denk er niet te lang over na. Kies het antwoord dat het beste bij jou past en kruis het hokje aan.
- Je kunt steeds **één antwoord** per vraag geven tenzij anders vermeld.
- Als je een vraag niet goed begrijpt, vraag dan aan je docent om uitleg.
- Vul de vragenlijst helemaal alleen in en overleg niet met je buurvrouw of buurman.
- Op de vragenlijst staat niet je naam. Niemand zal er achter komen welke antwoorden van jou waren.

Belangrijk: Dit is geen toets! Er zijn geen goede en foute antwoorden. Het is wel belangrijk dat je de vragenlijst helemaal invult en dat je eerlijke antwoorden geeft. Alleen dan hebben we er wat aan.

Alvast bedankt voor het invullen!

Over jezelf

1. Ben je een jongen of een meisje?

☐ Jongen

☐ Meisje

2. Wat is je geboortedatum?

(Bijvoorbeeld: 01-01-1998)

Dag(dd) / maand(mm) / jaar(jjjj) DD MM YYYY
 / /

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

3. Op welke school zit je?

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ Burgemeester Harmsma School - Gorredijk | ☐ G.K. Hogendorp - Rotterdam | ☐ Portamosana college - Gronsveld |
| ☐ Almende college locatie wesenthorst - Ulft | ☐ Geuzencollege - Vlaardingen | ☐ Prinsentuin College - Breda |
| ☐ Aloysius College - Den Haag | ☐ Globe college - Utrecht | ☐ RGO Middelharnis - Middelharnis |
| ☐ AOC Terra Winsum - Winsum | ☐ Goese Lyceum - Goes | ☐ RSG Enkhuizen - Enkhuizen |
| ☐ Baken Stad College - Almere | ☐ Helicon Opleidingen Groen - 's Hertogenbosch | ☐ RSG Stad en Esch - Meppel |
| ☐ Blariacumcollege - Venlo-Blerick | ☐ Helicon Opleidingen Vmbo Groen - Eindhoven | ☐ Scheldemond College - Vlissingen |
| ☐ Cals College IJsselstein - IJsselstein | ☐ Helicon Opleidingen VMBO groen - Kesteren | ☐ Scholen aan Zee Den Helder - Den Helder |
| ☐ Carmelcollege Gouda De Meander - Gouda | ☐ Helicon Opleidingen VMBO groen - Nijmegen | ☐ Scholingsboulevard Enschede - Enschede |
| ☐ Charlemagne college loc Brandenburg - Landgraaf | ☐ IJburg College - Amsterdam | ☐ Sophianun Nijswiller - Wittem |
| ☐ Christelijk VMBO Harderwijk - Harderwijk | ☐ Koninklijke Scholengemeenschap Apeldoorn - Apeldoorn | ☐ Spectrum College, loc.Vader Rijn College - Utrecht |
| ☐ College Edith Stein - Den Haag | ☐ KSG Marianum - Lichtenvoorde | ☐ Stanislas college SCE - Rijswijk |
| ☐ College Vos - Vlaardingen | ☐ Maarten van rossem VMBO - Arnhem | ☐ Stanislas College - Delft |
| ☐ Compas - Zaandam | ☐ Maaswaal College - Wijchen | ☐ Stedelijk dalton Lyceum - Dordrecht |
| ☐ CSG Calvijn Lombardijen - Rotterdam | ☐ Mariëndael sector VSO - Arnhem | ☐ Stellingwerf College - Oosterwolde |
| ☐ CSG Comenius - Leeuwarden | ☐ Mollercollege Zuidwesthoek - Ossendrecht | ☐ Trias VMBO - Krommenie |
| ☐ CSG het Noordik - Almelo | ☐ Mollerlyceum - Bergen op Zoom | ☐ Twents Carmel College - Oldenzaal |
| ☐ CSV Veenendaal - Veenendaal | ☐ Mondial College Nijmegen - Nijmegen | ☐ Twickel - Hengelo |
| ☐ DaCapo College - Sittard | ☐ Noorderpoort - Stadskanaal | ☐ Via Nova College - Utrecht |
| ☐ Dollard College Bellingwedde - Bellingwolde | ☐ Noordrand College - Rotterdam | ☐ Wellantcollege - Boskoop |
| ☐ Dollard College Pekela - Oude Pekela | ☐ Openschoolgemeenschap Bijlmer - Amsterdam | ☐ Wellantcollege Naarden - Naarden |
| ☐ Duin en Kruidberg MAVO - Driehuis | ☐ OSG Echnaton - Almere | ☐ Were Di Valkenswaard - Valkenswaard |
| ☐ Etty Hillesum Lyceum "het Slatink" - Deventer | ☐ OSG Nieuw Zuid - Rotterdam | ☐ Werkplaats Kindergemeenschap - Bilthoven |
| ☐ Etty Hillesum Lyceum "Het Stormink" - Deventer | ☐ Pius X-college - Bladel | |

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

4. In welk leerjaar zit je op school?

- ☐ 1e leerjaar
- ☐ 2e leerjaar
- ☐ 3e leerjaar
- ☐ 4e leerjaar

5. Welke leerweg volg je?

- ☐ Basisberoepsgerichte leerweg
- ☐ Kaderberoepsgerichte leerweg
- ☐ Gemengde leerweg
- ☐ Theoretische leerweg

Over jezelf

6. In welk land ben je geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ Suriname
- ☐ Nederlandse Antillen
- ☐ Aruba
- ☐ Turkije
- ☐ Marokko
- ☐ Ander land, namelijk:

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

7. In welk land is je moeder geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ Suriname
- ☐ Nederlandse Antillen
- ☐ Aruba
- ☐ Turkije
- ☐ Marokko
- ☐ Ander land, namelijk:

8. In welk land is je vader geboren?

- ☐ Nederland
- ☐ Suriname
- ☐ Nederlandse Antillen
- ☐ Aruba
- ☐ Turkije
- ☐ Marokko
- ☐ Ander land, namelijk:

Over je lengte en gewicht

9. Hoe lang ben je?

Doe een schatting als je het niet precies weet.

Centimeter (Bijvoorbeeld 171 cm):

10. Hoeveel weeg je?

Doe een schatting als je het niet precies weet.

Kilogram (Bijvoorbeeld 53 kg):

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over je beweging

Alle vragen hebben betrekking op de afgelopen week. Wanneer de afgelopen week niet een normale week was (door bijvoorbeeld ziekte of vakantie), dan kun jij dit bij een aantal vragen aangeven.

11. Hoeveel dagen per week ga jij lopend of fietsend naar school (bushalte/station)?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ Nooit --> Ga door naar vraag 13
- ☐ Ik ben de afgelopen week niet naar school geweest --> Ga door naar vraag 13

Over je beweging

12. Hoe lang ben je meestal lopend of zelf fietsend per dag onderweg van huis naar school en van school naar huis?

Tel de minuten bij elkaar op van één dag (ochtend en middag).
Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ Korter dan 10 minuten per dag
- ☐ 10 tot 20 minuten per dag
- ☐ 20 tot 30 minuten per dag
- ☐ 30 minuten tot een uur per dag
- ☐ Een uur per dag of langer

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over je beweging

13. Hoeveel dagen per week heb jij sport tijdens schooltijd, zoals schoolgym?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ Nooit
- ☐ Ik ben de afgelopen week niet naar school geweest

Over je beweging

14. Ben je lid van een (of meerdere) sportvereniging(en) of een sportschool?

- ☐ Ja
- ☐ Nee --> Ga door naar vraag 17

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over je beweging

15. Hoeveel dagen per week sport je bij een sportvereniging (zoals zwemmen, voetballen, ballet, paardrijden enz.) of sportschool (zoals fitness, dans, vechtsport)?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ 7 dagen per week
- ☐ Nooit --> Ga door naar vraag 17
- ☐ Ik heb afgelopen week niet gesport bij een sportvereniging of sportschool, maar doe dat in een normale week wel --> Ga door naar vraag 17

Over je beweging

16. Hoe lang per keer sport je meestal bij een sportvereniging of sportschool?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ Korter dan een half uur per keer
- ☐ Een half uur tot 1 uur per keer
- ☐ 1 tot 2 uur per keer
- ☐ 2 tot 3 uur per keer
- ☐ 3 uur per keer of langer

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over je beweging

17. Hoeveel dagen per week sport je buiten een sportvereniging of sportschool om (zoals voetballen op straat, fietsen, buitenschoolse sportactiviteiten, hardlopen, skeeleren of zwemmen)?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ 7 dagen per week
- ☐ Nooit --> Ga door naar vraag 19
- ☐ Ik heb afgelopen week niet gesport buiten een sportvereniging of sportschool om, maar doe dat in een normale week wel --> Ga door naar vraag 19

Over je beweging

18. Hoe lang per dag sport je meestal buiten een sportvereniging of sportschool om?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ Korter dan een half uur per dag
- ☐ Een half uur tot 1 uur per dag
- ☐ 1 tot 2 uur per dag
- ☐ 2 tot 3 uur per dag
- ☐ 3 uur per dag of langer

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over je beweging

19. Neem de afgelopen week in gedachten. Hoeveel dagen van de week besteed je dan minimaal één uur aan alle hiervoor genoemde activiteiten bij elkaar opgeteld?

(Dus lopen of fietsen van en naar school, het gymmen op school, sporten bij een sportvereniging of sportschool en sporten buiten een sportvereniging of sportschool om (bijvoorbeeld voetballen op straat)).

- ☐ Geen enkele dag
- ☐ 1 dag
- ☐ 2 dagen
- ☐ 3 dagen
- ☐ 4 dagen
- ☐ 5 dagen
- ☐ 6 dagen
- ☐ 7 dagen

Bewegen in de zomer en winter

De vorige vragen gingen allemaal over de afgelopen week. We willen ook graag weten hoeveel je in het algemeen beweegt in de zomer en de winter.

Er volgt nu een aantal vragen over lichaamsbeweging, zoals bijvoorbeeld wandelen of fietsen, tuinieren, sporten of beweging op het werk of op school. Het gaat om alle lichaamsbeweging die ten minste even inspannend is als stevig doorlopen of fietsen.

20. Hoeveel dagen per week heb je in de zomer ten minste 60 minuten per dag zulke lichaamsbeweging?

Het gaat om het gemiddeld aantal dagen van een gewone week. Is het minder dan 1 dag per week, dan is het antwoord 0.

Dagen per week:

21. Hoeveel dagen per week heb je in de winter ten minste 60 minuten per dag zulke lichaamsbeweging?

Het gaat om het gemiddeld aantal dagen van een gewone week. Is het minder dan 1 dag per week, dan is het antwoord 0.

Dagen per week:

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Bewegen in de zomer en winter

De volgende vragen gaan over inspannende lichaamsbeweging in je vrije tijd.

22. Hoe vaak per week beoefen je in je vrije tijd, in de zomer inspannende sporten of zware lichamelijke activiteiten die lang genoeg duren om bezweet te raken?

Het gaat om inspannende lichaamsbeweging in je vrije tijd die ten minste 20 minuten per keer duurt.

Is het minder dan 1 dag per week, dan is het antwoord 0.

Dagen per week:

23. Hoe vaak per week beoefen je in je vrije tijd, in de winter inspannende sporten of zware lichamelijke activiteiten die lang genoeg duren om bezweet te raken?

Het gaat om inspannende lichaamsbeweging in je vrije tijd die ten minste 20 minuten per keer duurt.

Is het minder dan 1 dag per week, dan is het antwoord 0.

Dagen per week:

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over TV, DVD en computer

24. Hoeveel dagen per week kijk jij TV/DVD?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ 7 dagen per week
- ☐ Nooit --> Ga door naar vraag 26

Over TV, DVD en computer

25. Hoe lang per dag kijk je meestal TV/DVD?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ Korter dan een half uur per dag
- ☐ Een half uur tot 1 uur per dag
- ☐ 1 tot 2 uur per dag
- ☐ 2 tot 3 uur per dag
- ☐ 3 uur per dag of langer

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over TV, DVD en computer

26. Hoeveel dagen per week zit je achter de computer (Internet, gameboy, Nintendo, spelcomputer)(niet voor school)?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ 1 dag per week
- ☐ 2 dagen per week
- ☐ 3 dagen per week
- ☐ 4 dagen per week
- ☐ 5 dagen per week
- ☐ 6 dagen per week
- ☐ 7 dagen per week
- ☐ Nooit --> Ga door naar vraag 28

Over TV, DVD en computer

27. Hoe lang per dag zit je meestal achter de computer of Internet, gameboy, Nintendo, spelcomputer (niet voor school)?

Denk hierbij aan de afgelopen week.

- ☐ Kortere dan een half uur per dag
- ☐ Een half uur tot 1 uur per dag
- ☐ 1 tot 2 uur per dag
- ☐ 2 tot 3 uur per dag
- ☐ 3 uur per dag of langer

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over gymlessen

De volgende stellingen gaan over de gymlessen die op jouw school worden gegeven.

Kruis het antwoord aan dat het beste bij jou past

28. Ik vind de gymlessen op mijn school leuk.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

29. We doen tijdens de gymlessen nooit de sporten die ik leuk vind.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

30. Ik zou vaker gymles willen hebben.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over extra sport- en beweegactiviteiten

Sommige scholen organiseren extra sport- en beweegactiviteiten buiten de gymlessen om. Deze extra sport- en beweegactiviteiten kunnen georganiseerd worden onder schooltijd en buiten schooltijd. Voorbeelden hiervan zijn: sporttoernooien, sportdag, sportcursussen en demonstraties van sportverenigingen en sportaanbieders.

31. Organiseert jouw school extra sport- en beweegactiviteiten buiten de gymlessen om?

- ☐ Ja, alleen buiten schooltijd
- ☐ Ja, alleen binnen schooltijd
- ☐ Ja, zowel buiten als binnen schooltijd
- ☐ Nee --> Ga door naar vraag 34

Over extra sport- en beweegactiviteiten

Kruis het antwoord aan dat het beste bij jou past

32. Ik vind deze extra sport- en beweegactiviteiten leuk.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

33. De sporten en beweegactiviteiten die ik leuk vind, worden niet georganiseerd buiten de gymlessen om.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over extra sport- en beweegactiviteiten

34. Als mijn school extra sport- en beweegactiviteiten organiseert of zou organiseren, doe ik mee.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

35. Extra sport- en beweegactiviteiten zouden vaker georganiseerd moeten worden.

- ☐ Helemaal mee eens
- ☐ Een beetje mee eens
- ☐ Niet eens/niet oneens
- ☐ Een beetje mee oneens
- ☐ Helemaal mee oneens

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over extra sport- en beweegactiviteiten

36. Welk van de onderstaande sporten of beweegactiviteiten zou je vaker willen doen tijdens gymlessen of daarbuiten?

Je mag maximaal drie sporten of beweegvormen aanvinken.

- | | |
|--|--|
| ☐ Atletiek (bijvoorbeeld: hardlopen, werpen, springen) | ☐ Roeien |
| ☐ Badminton | ☐ Rugby |
| ☐ Basketbal | ☐ Schaatsen |
| ☐ Bewegen op muziek (bijvoorbeeld: Aerobics, Streetdance, Jazzdansen) | ☐ Skeeleren |
| ☐ Duiksport | ☐ Skiën |
| ☐ Fitness conditie | ☐ Softbal |
| ☐ Fitness kracht | ☐ Squash |
| ☐ Handbal | ☐ Tafeltennis |
| ☐ Handboogschieten | ☐ Tennis |
| ☐ Hockey | ☐ Voetbal |
| ☐ Kano | ☐ Volleybal |
| ☐ Klimsport | ☐ Wielrennen |
| ☐ Korfbal | ☐ Zelfverdediging of vechtsporten (bijvoorbeeld: judo, boksen, karate-do) |
| ☐ Mountainbiken | ☐ Zwemmen |
| ☐ Paardensport | ☐ Geen van deze sporten en beweegactiviteiten |
| ☐ Iets anders, namelijk: | |
-

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

Over extra sport- en beweegactiviteiten

37. Waar zou je het liefst willen sporten?

Je mag **maximaal twee** antwoorden aanvinken.

- ☐ Op mijn eigen school
- ☐ Op een andere school
- ☐ Bij een sportvereniging (bijvoorbeeld voetbalvereniging, basketbalvereniging)
- ☐ Bij een commerciële sportinstelling (bijvoorbeeld sportschool, dansschool, zwembad)
- ☐ Bij een wijkcentrum
- ☐ Op straat
- ☐ Ik wil niet sporten
- ☐ Maakt me niks uit
- ☐ Ergens anders, namelijk:

Over extra sport- en beweegactiviteiten

38. Welke hulp zou je van school willen bij het meer gaan sporten of bewegen?

- ☐ Een gesprek met een docent of mentor over hoe ik meer kan gaan sporten of bewegen
- ☐ Informatie over sportverenigingen of sportscholen in de buurt
- ☐ Een sportkeuzetest zodat ik erachter kom welke sport het beste bij mij past
- ☐ Ik heb geen hulp nodig
- ☐ Anders, namelijk:

Vragenlijst VMBO in Beweging - pdf-versie

39. Wat vind je belangrijk als het gaat om sport- en beweegactiviteiten?

Je mag maximaal twee antwoorden aanvinken.

- ☐ Het winnen van wedstrijden
- ☐ Het verbeteren van mijn vaardigheden of techniek
- ☐ De gezelligheid
- ☐ Het verbeteren van mijn gezondheid
- ☐ Het verbeteren van mijn conditie
- ☐ Het verbeteren van mijn kracht
- ☐ Het verbeteren van mijn figuur
- ☐ Ik vind sport- en beweegactiviteiten niet belangrijk

40. Ben je van plan om het komende half jaar meer te gaan bewegen?

- ☐ Ja, zeker wel
- ☐ Ja, waarschijnlijk wel
- ☐ Misschien wel/misschien niet
- ☐ Nee, waarschijnlijk niet
- ☐ Nee, zeker niet

Einde

Dit is het einde van de vragenlijst. Hartelijk dank voor het invullen.