



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



# SYLABUS A METODICKÁ DOPORUČENÍ PRO VZDĚLÁVÁNÍ V PŘEDMĚTU: DIDAKTIKA ÚPOLŮ

Adam Zdobinský

Katedra gymnastiky a úpolových sportů

UK FTVS

2022

Dokument vznikl v rámci realizace projektu: „Podpora pregraduálního vzdělávání budoucích učitelů na UK“; reg. č. projektu: CZ.02.3.68/0.0/0.0/19-068/0016093.

Toto dílo s názvem Syllabus a metodická doporučení pro vzdělávání v předmětu: Didaktika úpolů od autora Adama Zdobinského je dostupné pod licencí Creative Commons BY-SA 4.0 International. Licenční podmínky jsou dostupné na adrese <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>. Při zachování těchto podmínek, tedy především uvedení původu díla, jste oprávněni dílo šířit, upravovat, a to i komerčně.



# Obsah

Informace o předmětu Didaktika Úpolů .....	4
Anotace .....	4
Cíle předmětu a výstupy z učení .....	4
Požadavky k zakončení předmětu: .....	5
Sylabus .....	5
Didaktika úpolových cvičení .....	10
Systematika úpolových aktivit .....	10
Průpravné úpoly .....	10
Úpolové sporty .....	12
Sebeobrana .....	12
Úpolové aktivity v kurikulu .....	13
Princip adaptace na kontakt .....	15
Výhody úpolových aktivit.....	16
Funkční trénink 2.0.....	16
Benefity sociální a psychické .....	16
Úpoly a agrese .....	17
Heterogenní skupina a vulnerabilní jedinci.....	18
Doporučení k zařazování úpolů do programu .....	21
Organizace.....	21
Komentář k věku .....	21
Terminologie .....	22
Literatura.....	24
Komunikace a spolupráce se zákonnými zástupci žáků .....	25
Charakteristika přednášky .....	25
Cíl přednášky .....	27
Realizace výuky .....	27
Obsah přednáškového tématu .....	28
Literatura .....	31

# **Informace o předmětu Didaktika Úpolů**

## **Anotace**

Úpoly poskytují jednoduchý a pestrý nástroj ke zkvalitnění náplně hodin školní tělesné výchovy (TV). Obsah předmětu Didaktika úpolů systémově navazuje a rozvíjí obsah předmětu Úpoly, který studenti absolvovali v 1. ročníku bakalářského studia. Předmět apeluje na využitelnost úpolových aktivit pro tvorbu tréninkových programů rozsáhlého spektra zaměření.

Základní linii probíraných témat tvoří oblasti úpolových aktivit zanesených v rámcových vzdělávacích programech (RVP). Během výuky je kladen důraz na přizpůsobování obtížnosti cvičení v závislosti na rozmanitých možnostech cílové skupiny (heterogenní skupiny, případně vulnerabilních jedinců). Předmět stimuluje k využití úpolových aktivit pro potřeby školní tělesné výchovy, případně pro další kondiční rozvoj cvičenců v jiných sportovních odvětvích, které pracují s kontaktní složkou pohybu (fotbal, házená, basketbal).

Úpolové aktivity poskytují možnosti pro rozvoj iniciativy a bojovnosti, ovládnutí strachu pro řešení kontaktních herních situací a zkvalitnění herního potenciálu hráčů. V nekontaktních sportovních odvětvích slouží jako možnost kompenzace či zpestření tréninkové rutiny. Studenti se v rámci předmětu významně podílí na výběru náplně lekcí po zvážení významu pro svoji budoucí kariéru.

## **Cíle předmětu a výstupy z učení**

Cílem předmětu je získat kompetenci k zařazování úpolových aktivit v rozdílných sportovních programech. Zvláštní důraz je kladen na využití ve školní TV. Po dokončení předmětu si student uvědomuje kondiční, psychické a sociální benefity úpolových aktivit. Po absolvování předmětu je student vybaven následujícími kompetencemi:

- Student zná spektrum jednoduchých úpolových her a je schopen vymýšlet variace těchto cvičení v závislosti na vstupních podmínkách.
- Student dokáže analyzovat strategické body určitých úpolových aktivit a upozornit na potenciální úskalí.
- Student dokáže vytvořit adekvátní didaktickou řadu ke zamýšlené činnosti v závislosti na úrovni cvičenců a okolních podmínkách.

- Student je připraven dosáhnout pomocí jemných technik participace vulnerabilních jedinců.
- Student umí aplikovat rozmanité didaktické styly v oblasti úpolových aktivit a navýšit tak atraktivitu programu pro heterogenní skupinu.
- Student dokáže poskytnout fundovanou reflexi didaktických výstupů svých spolužáků.
- Student zná základní způsoby komunikace se zákonnými zástupci žáků dle legislativy a pravidel školy.
- Student zná diagnostické postupy, a zná způsoby krizové komunikace ve škole.

### **Požadavky k zakončení předmětu:**

Jako zápočtový požadavek je stanovena tvorba příručky úpolových her. Příručka je vytvářena studenty rozdělenými do čtyřlenných skupinek. Vytvořený produkt má významný přínos pro následnou pedagogickou praxi. Studenti si k úpolovým cvičením zároveň vytvoří hlubší vztah vzhledem k faktu, že si sami vytvořili metodickou příručku.

Dalším požadavkem je vedení didaktického výstupu na úpolové téma ve tříčlenných skupinách. Výstup má obsahovat adekvátní rozcvičku, hlavní část, která může být kondičního nebo technického rázu a závěrečnou kompenzaci. Dovednost vedení lekce ve skupině je uplatnitelná v praxi. Demonstrováný didaktický výstup je poté podroben reflexi celé skupiny. Kritéria pro hodnocení didaktického výstupu jsou představována na první přednášce. Výstup musí být v týdenním předstihu diskutován s vyučujícím předmětu. Během této konzultace se optimalizuje obsah tak, aby průběh hodiny gradoval a aby došlo k zařazení adekvátních (a pestrých) organizačních forem a didaktických stylů, což je jednou z podmínek úspěšného zakončení předmětu. V rámci didaktického výstupu musí být zařazena výuka alespoň jedné specifické úpolové dovednosti extrahované z určitého úpolového sportu, aby se daly demonstrovat rozmanité didaktické styly.

### **Sylabus**

Předmět je dotován hodnotou 1/1, což znamená, že studenti během semestru absolvují 7 přednášek a 7 cvičení. Předmět je zakončován zkouškou.

#### **Témata a obsah přednášek:**

Všechny přednášky probíhají teoretickou formou v posluchárně s projektorem.

### **Přednáška č. 1**

- Výklad požadavků k zakončení předmětu, vysvětlení systému spolupráce v týmech, vysvětlení smyslu dílčích úkolů.
- Sestavení kritérií pro hodnocení didaktického výstupu celou skupinou studentů.
- Systematika úpolových aktivit.
- Úpoly v RVP.
- Princip zvyku na kontakt v školní TV.
- Fyzické, psychické a sociální benefity úpolových aktivit.

### **Přednáška č. 2**

- Využití organizačních forem a didaktických stylů v úpolových aktivitách.
- Časté chyby při didaktickém výstupu a jejich prevence.
- Princip aplikování situací z bojových sportů v rámci vytváření úpolových her.
- Výsledky výzkumu šetření frekvence zařazování úpolových aktivit v školní TV.

### **Přednáška č. 3**

- Management heterogenní třídy.
- Vulnerabilní jedinci, druhy vulnerability, jak nakládat s určitými problémovými situacemi.
- Sestavení „třídních pravidel“ pro hodiny TV v kontextu zařazování úpolových aktivit.
- Možnosti diagnostiky problémového chování, spolupráce mezi učiteli.

### **Přednáška č. 4**

- Možnosti využití pomůcek v úpolových aktivitách v rámci principu zvyku na kontakt.
- Výhody a nebezpečí hromadných úpolových aktivit.

### **Přednáška č. 5**

- Specifické rozcvičení pro úpolové aktivity.
- Přesah průpravných úpolů do běžného života.
- Biomechanika pádové techniky, principy didaktických řad.

### **Přednáška č. 6**

- Základy sebeobrany – jak učit sebeobranu, když neumíme sebeobranu.
- Výklad § 29 trestního zákoníku.
- Možnosti výchovy k prevenci fyzických konfliktů.

## **Přednáška č. 7**

- Legislativní východiska komunikace se zákonnými zástupci žáků.
- Běžná komunikace se zákonnými zástupci i uvnitř školy, její nastavení a pravidla.
- Diagnostická komunikace.
- Krizová komunikace ve škole.

### **Témata, obsah a výstupy z učení praktických cvičení:**

Všechny lekce probíhají praktickou formou v prostorách pokrytých měkkou podložkou (tatami).

#### **Cvičení č. 1**

Kondiční úpolové hry ve dvojicích inspirovány řecko-římským zápasem, hromadné úpolové hry.

##### Výstup z učení:

- Student umí vymyslet pořadí aktivit tak, aby respektoval princip zvyku na kontakt.
- Student vyjmenuje základní zásady bezpečnosti při úpolových aktivitách v postoji.
- Student demonstruje taktické možnosti řešení vzniklých situací při úpolových aktivitách v postoji.
- Student umí vymyslet alternativu pravidel pro rozmanité úrovně cvičenců.

#### **Cvičení č. 2**

Kondiční úpolové hry ve dvojicích na zemi inspirovány grapplingem.

##### Výstup z učení:

- Student dokáže vlastními slovy popsat, kdy jsou tyto aktivity vhodné a kdy nikoliv.
- Student dokáže rozlišit mezi dominantní a submisivní pozicí a tyto pozice popsat.
- Student dokáže do rozcvičky zařadit spektrum průpravných cvičení z oblasti „zápasnické gymnastiky“, kterými vybaví cvičence k taktickým řešením situací. Tato řešení jsou vhodná i do základů sebeobrany.
- Student dokáže popsat a demonstrovat několik průpravných her s jednoduchými pravidly, které jsou vhodné pro zahájení vyučovací jednotky na toto téma.
- Student dokáže demonstrovat několik technik z kategorie „sweep“ a „guard passing“. Pro tyto techniky umí navrhnout adekvátní didaktický styl, aby efektivizoval proces učení.

### **Cvičení č. 3**

Úpolové hry s jednoduchými pravidly (přetahy, přetlaky), hromadné úpolové hry.

#### Výstup z učení:

- Student je schopen vytvořit kreativní úpolovou hru ve vztahu k zamýšlenému kondičnímu efektu. Tyto aktivity umí zařadit na kontinuum principu zvyku na kontakt.
- Student je schopen přizpůsobit konkrétní aktivitu pro různé žáky ve vztahu k heterogenní skupině. Rovněž je schopen navrhnout optimální organizační formu (skupinky) a didaktický styl (s nabídkou obtížnosti).
- Student umí navrhnout množství her v závislosti na nárocích vnějšího prostředí.

### **Cvičení č. 4**

Základní techniky sebeobrany.

#### Výstup z učení:

- Student umí vyjmenovat a odůvodnit zásady komunikace v konfliktní situaci.
- Student umí svými slovy popsat hodnotové principy, které je vhodné respektovat s ohledem na kulturní zvyklosti ČR.
- Student umí odůvodnit využití konceptu „osobní zóny“ ve vztahu k řešení fyzického konfliktu.
- Student umí popsat a demonstrovat základní postoj a pozici rukou, které jsou pro prekonfliktní fázi stěžejní. Rovněž umí navrhnout spektrum průpravných cvičení, která vedou k osvojení základního postoje.
- Student umí sestavit didaktickou řadu ke specifickému úderu, který je využitelný v sebeobraně.

### **Cvičení č. 5**

Demonstrace didaktických výstupů a reflexe.

#### Výstup z učení:

- Skupiny studentů předvedou zkrácenou lekci zaměřenou na úpolové aktivity.
- Studenti demonstrují adekvátní výběr didaktických stylů a organizačních forem vzhledem ke stanovenému cíli lekce.
- Ostatní studenti pronesou odbornou reflexi předvedené lekce. Komentáře a argumenty se budou opírat o seznam kritérií, která byla stanovena na přednášce a přijata celou skupinou.



## **Cvičení č. 6**

Demonstrace didaktických výstupů a reflexe.

### Výstup z učení:

- Skupiny studentů předvedou zkrácenou lekci zaměřenou na úpolové aktivity.
- Studenti demonstrují adekvátní výběr didaktických stylů a organizačních forem vzhledem ke stanovenému cíli lekce.
- Ostatní studenti pronesou odbornou reflexi předvedené lekce. Komentáře a argumenty se budou opírat o seznam kritérií, která byla stanovena na přednášce a přijata celou skupinou.

## **Cvičení č. 7**

Demonstrace didaktických výstupů a reflexe.

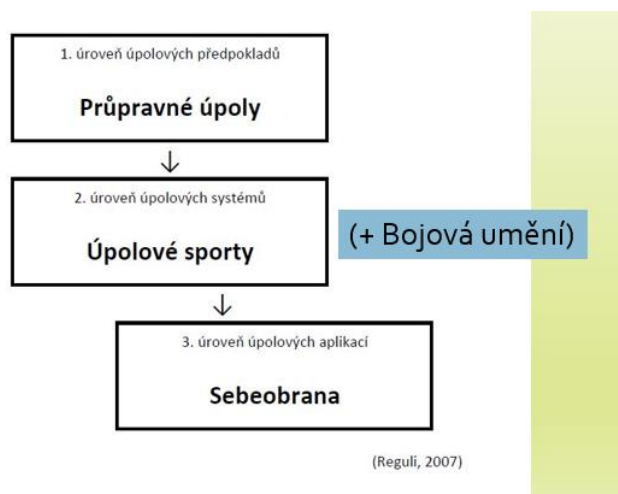
### Výstup z učení:

- Skupiny studentů předvedou zkrácenou lekci zaměřenou na úpolové aktivity.
- Studenti demonstrují adekvátní výběr didaktických stylů a organizačních forem vzhledem ke stanovenému cíli lekce.
- Ostatní studenti pronesou odbornou reflexi předvedené lekce. Komentáře a argumenty se budou opírat o seznam kritérií, která byla stanovena na přednášce a přijata celou skupinou.

# Didaktika úpolových cvičení – východiska obsahu přednášek a seminářů

## Systematika úpolových aktivit

Úpolové aktivity lze rozdělit podle několika kritérií. Velmi přehledný model nabízí Reguli, Ďurech a Vít (2007). Zejména pro učitele TV je toto rozdělení přínosné z hlediska kvalitnější orientace v RVP a zhodnocení smyslu konkrétních aktivit pro rozmanité věkové kategorie.



### Průpravné úpoly

Do této kategorie patří veškerá průpravná cvičení, která cvičence připravují k úpolovým činnostem. Cvičení lze vykonávat samostatně (návětr pádů a zápasnická gymnastika vycházející z modifikovaných provedení prvků základní gymnastiky), nebo ve dvojicích. Taková cvičení mohou mít podobu drobných úpolových her, nebo návětrů konkrétní situace, které se vyskytují v úpolových sportech. Průpravné úpoly mohou mít rovněž přesah do problematiky sebeobrany. Některé mohou být pomocí spolupráce cvičenců orientovány na kondiční posilování, rovnováhu, či smysl pro kooperaci.

### Pády

Technika pádů nám poskytuje způsob, jak bezpečně spadnout na zem. K pádu může dojít vlastní vinou, vinou prostředí, či soupeře. Způsob provedení pádu spočívá ve správné organizaci končetin a trupu tak, aby pád nebyl veden na tvrdé (a snadno zranitelné) části těla (páteř, hlava, klouby, hrany kostí), ale na měkké osvalené partie (hýždě, široký zádočný sval). Rovněž je nutné, aby při konečné fázi pádu byly končetiny

mimo prostor, kam dopadá trup. V případě pádové techniky se jedná o dovednost, která má opravdu reálný přenos do praktického života široké populace. Je na profesních dovednostech učitele, aby byl schopný výuku pádové techniky hravou formou dovést na úroveň automatizace (jinak dovednost postrádá smysl).

## **Úpolové hry**

Úpolové hry jsou činnosti, kterých se účastní minimálně dva cvičenci. Jeden druhého se snaží překonat za dodržování jednoduchých pravidel. Úpolové hry můžeme dělit na:

- hry s krátkým kontaktem (plácnutí, úder) / s dlouhým kontaktem;
- hry se stejnou rolí cvičenců / s nestejnou rolí cvičenců / s průběžně se měnící rolí;
- hry párové / hromadné (všichni proti všem) / týmové (vyrovnané nebo nevyrovnané = přesilovky);
- hry v postoji / v sedu / v kleku / v lehu;
- hry s náčiním / bez náčiní.

Obratné nakládání s upravováním pravidel drobných úpolových her je jedním z očekávaných výstupů tohoto předmětu. Při častém opakování stejných her může program výuky sklouznout do stereotypu, což je nežádoucí.

## **Úpolové sporty**

Jedná se o rozsáhlé systémy s (často mezinárodně) definovanými pravidly s požadavkem na možnost kvantifikace (bodové hodnocení, atd.). Úpolové sporty jsou sekularizované a racionalizované. Mnoho z nich je zařazeno do programu olympijských her (box, šerm, zápas a další). Systémově do této kategorie patří i bojová umění, která se svou image stále drží mimo soutěžní pole a snaží se o zachování určité dobové tradice. Výuka úpolových sportů je v oblasti školní TV komplikovaná z toho důvodu, že je náročná na výbavu (kimono, rukavice) a tou učitel v praxi bohužel zpravidla neoplývá. Směrodatné však je, že se z úpolových sportů dají přejímat konkrétní situace a na základě nich opět vymýšlet jednoduché hry. Úpolové sporty tak pro nás představují studnici inspirace pro tvorbu úpolových her, které jsou pro školní TV nejpřínosnější.

## **Sebeobrana**

Sebeobrana tvoří komplex preventivního chování, jak zabránit napadení v běžném životě, případně jak odrazit útok při snaze o co nejefektivnější zmírnění škod. V zákoně je problematika sebeobrany zakotvená pod § 29 – nutná obrana. Primárním cílem je vždy problému předcházet. Když se toto nevydaří, je vždy lepší utéct, pokud je to možné. V případě, že není možnost útěku, je lepší vyjednávat pomocí asertivní či manipulativní komunikace. Až když toto selže, je na řadě boj (Miller, 2017). Smutným faktem je, že v některých situacích nemá jedinec šanci ani na útěk nebo vyjednávání a náhle se ocitá rovnou uprostřed boje, třeba i na zemi. I takové situace sebeobrana řeší. Zařazení výuky sebeobrany do školní TV naplňuje rozvoj několika klíčových kompetencí zakotvených v kurikulu:

- kompetence k řešení problémů;
- kompetence komunikativní;
- kompetence sociální a personální;
- kompetence občanské.

Na základě praxe výuky úpolových aktivit mezi běžnou populací se dá říct, že sebeobrana je přijímána jako velmi atraktivní činnost. Lidé mají tendenci přistupovat k vzdělávání v této oblasti bez rozsáhlého ospravedlňování, protože cítí, že se týká každého.

## Úpolové aktivity v kurikulu

V dokumentu Rámcového vzdělávacího programu jsou úpolové aktivity zaneseny na několika místech. O zařazení do Školních vzdělávacích programů (ŠVP) však rozhodují předmětové komise dílčích vzdělávacích institucí a neposledně kompetence konkrétního učitele. Každý učitel tělesné výchovy má potom možnost na základě ŠVP využít úpolové aktivity ve svém tematickém plánu. Výběr konkrétních aktivit je určen následujícím výčtem:

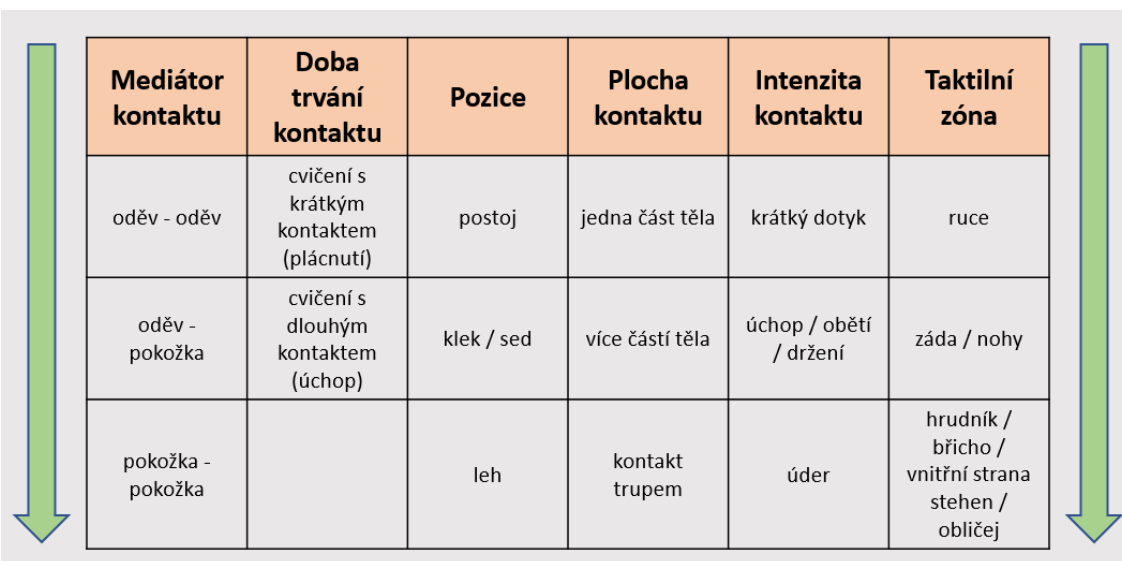
- **Vztah učitele k úpolům.** Ve společnosti převládá domněnka, že úpoly jsou zlé a nebezpečné chování. Ve skutečnosti však učitelé neumějí činnosti moderovat, a tak mají strach ze zranění. Je to pochopitelné: každý pedagog se specializuje na něco jiného.
- **Kompetence a pedagogické dovednosti.** Úpoly jsou živé a dynamické aktivity, které si vyžadují permanentní pozornost a organizaci. Mdlý učitel tedy nepochodí. Cvičení se musí neustále přizpůsobovat. Učitel musí organizovat silově vyvážené dvojce.
- **Vybavenost prostor, kde probíhá TV.** Škola zpravidla nedisponuje tak velkou žíněnkou (nebo tatami), na které by se daly realizovat úpolové aktivity v kleku a v leže. Je to limitující faktor, avšak existuje spousta úpolových her v postoji, které mají rovněž významný kondiční efekt.
- **Počet žáků přítomných na hodině.** Velký počet žáků si vyžaduje zdatnější organizaci prostoru. Může to být náročné, ale nikoliv nezvládnutelné. Možným řešením je přestat lpět na hromadné formě a experimentovat se skupinovým uspořádáním. V každé skupince může cvičit v jeden moment jen několik cvičenců a zbytek může jejich výkony komentovat.

**RVP se pro oblast úpolů vyjadřuje takto:**

RVP pro ZŠ – 1. stupeň	<b>Průpravné úpoly:</b> přetahy a přetlaky
RVP pro ZŠ – 2. stupeň	<b>Úpoly:</b> základy sebeobran, základy aikido, judo, karate
RVP pro gymnázia	<b>Úpoly:</b> sebeobrana, základy judo, aikido, karate ( <i>základem je sebeobrana, rozsah ostatních činností je stanoven v návaznosti na připravenost vyučujícího a zájem žáků</i> )
RVP pro střední odborné školy	<b>Úpoly:</b> základy sebeobran <b>Úpoly:</b> pády, základní sebeobrana

Těžištěm náplně úpolových bloků ve školní TV by měly být průpravné úpoly pro svou nenáročnost na pomůcky a snadnou organizaci. Sebeobrana v hodinách školní TV se přímo podílí v naplňování záměru vzdělávacího oboru „Výchova ke zdraví“. Náplní tohoto oboru je výchova v kompetenci předcházet zdraví škodlivým vlivům, které mohou na člověka působit během života.

## Princip adaptace na kontakt



Mediátor kontaktu	Doba trvání kontaktu	Pozice	Plocha kontaktu	Intenzita kontaktu	Taktilní zóna
oděv - oděv	cvičení s krátkým kontaktem (plácnutí)	postoj	jedna část těla	krátký dotyk	ruce
oděv - pokožka	cvičení s dlouhým kontaktem (úchop)	klek / sed	více částí těla	úchop / obětí / držení	záda / nohy
pokožka - pokožka		leh	kontakt trupem	úder	hrudník / břicho / vnitřní strana stehen / obličej

Úpolové aktivity jsou svojí podstatou velmi kontaktní a nezkušení cvičenci se tak můžou v úvodu cítit nekomfortně. Je proto nutné respektovat určité zákonitosti a nastavit program tak, aby se začínalo činnostmi, které jsou pro cvičence přijatelné. Při tvorbě úpolového bloku je tedy nutné vzít na vědomí následující faktory.

- **Věk cvičenců – zejména** úroveň vývinu svalů a kloubů a dále jejich psychického rozvoje. Zda jsou cvičenci schopni regulovat intenzitu a domýšlet důsledky svého chování vzhledem k tělu partnera.
- **Pohlaví – od** pubertální fáze vývoje se začíná lišit pojetí vlastního těla mezi chlapci a děvčaty. U děvčat může trvat déle, než dojde k adaptaci na charakter úpolových činností. Je tedy dobré dostatečně vysvětlit účel cvičení, případně provázanost se sebeobrannou situací pro stimulování motivace.
- **Individuální zkušenost – předchozí** zkušenost s kontaktní činností. Dále je nutné zhodnotit kondiční dispozice, zda mají cvičenci dostatečně stabilizované klouby, které budou při dané činnosti nejvíce namáhány.
- **Prostředí – zejména** povrch a povětrnostní podmínky. Schopný učitel má kompetenci k tomu, aby přizpůsobil činnost pro pozici v postoji v případě cvičení venku, za stálého zachování kondičního efektu cvičení.

Následující tabulka poskytuje pomůcku pro přizpůsobení činností zejména pro skupinu, která má s kontaktem malé zkušenosti.

## Výhody úpolových aktivit

Úpolové aktivity představují jednoduchý a dostupný prostředek pro zpestření výuky v školní TV, ale i v kondičním tréninku pro různá sportovní odvětví. Obecně by mohly být tyto aktivity považovány za příliš agresivní a zlé. Od toho je tu však učitel, aby možné předsudky svojí argumentací vyvrátil a vyzdvihl benefity.

### Funkční trénink 2.0

- Úpolové činnosti se podílejí na rozvoji funkční síly. V rámci manipulace se svým tělem a tělem soupeře se tělo vystavuje variabilním nárokům na udržení stability. Vzniká tak požadavek na stabilizaci a zapojení synergistů. Soupeř představuje „volnou váhu“, která činí odpor, potažmo v (dominantních) pozicích na zemi nahrazuje „balanční pomůcku“.
- Nevšedním a zábavným způsobem přispívají k rozvoji mobility.
- Úpoly rozvíjejí schopnost komunikace dotyky a podporují vnímání taktilních podnětů. Činnosti jsou natolik kontaktní, že mnohdy není možná orientace pomocí vizuálních vjemů.
- Rozvíjejí fyzickou frustrační toleranci a pomáhají objevit slabiny i možnosti svého těla. Odolnost lidského těla při kvalitním zpevnění je totiž vyšší, než by si laická veřejnost mohla myslet. Cvičenci si zvyšují odolnost vůči nepříjemným pocitům z aktivní úpolové činnosti soupeře.
- Osvojení pádové techniky má přesah do běžného života. Potenciálně snižuje úrazovost.
- V kontextu sebeobrany přispívají úpoly k zlepšování úrovně brannosti a kompetenci k čelení problémům. Cvičenci tak rozšiřují dovednosti v obraně své osoby, ostatních lidí či demokratických hodnot v obecném smyslu. (Reguli et al., 2007)

### Benefity sociální a psychické

- Úpolová cvičení učí přijímat odpovědnost za svého partnera a rozvíjí důvěru a empatii při provádění potenciálně nebezpečných pohybů. Partner je v jedné chvíli konkurentem, ale z dlouhodobého hlediska pomocníkem v rámci osobního růstu.
- Cvičenci se mohou chovat tak jak nikde jinde, a to v bezpečném prostředí. V rámci úpolů jsou dovolené věci, které jsou v běžném životě považovány za nepřijatelné.



- Pohyb v osobní zóně zprostředkovává vzájemné prožitky: bolest, soucit, strach, řízená agrese, radost i možný pocit viny. Činnosti jsou provázeny silnými emocemi, které mohou sloužit jako motivace i zábava.
- Úpolové činnosti přispívají k objektivizaci sebehodnocení cvičenců. Cvičenci zjistí, jak se postavit k situaci, kdy se nedá spolehnout na pomoc z vnějšku.
- Úpolové činnosti pomáhají k reflexi vlastních emocí, ovládnutí vzteku a strachu (Reguli, Ďurech a Vít, 2007).

### **Úpoly a agrese**

Na rozdíl od jiných sportovních odvětví je v úpolech agresivita hlavním prostředkem k dosažení cíle. To však primárně není nic špatného, protože agresivita a násilí je běžná součást světa a je všude kolem nás. Bylo by krátkozraké držet žáky v izolovaném prostředí a namlouvat si že je v životě nic takového nečeká. Velmi však záleží na interpretaci výuky a na rámcování za účelem kvalitní výchovy. Úpoly poskytují učitelům explicitní nástroj k výchově v oblasti hodnot a emocionální inteligence. V rámci výuky se snažíme eliminovat a potlačit veškeré projevy afektivní agrese, která by neměla být k vidění v žádné sportovní činnosti. Naopak by učitel měl vychovávat žáky v dovednosti konstruktivní agresivity, která pomůže řešit racionální problém.

## Heterogenní skupina a vulnerabilní jedinci

Hlavním cílem školní TV je budování pozitivního vztahu ke svému tělu a k pohybu obecně. Pokaždé, když učitel vkráčí do hodiny, měl by si položit otázku, jestli má připravený takový program, kterým podporuje pozitivní vztah k tělu a k pohybu. Když ne, tak je program pravděpodobně nezdařile připraven. K dosažení tohoto cíle pomáhá učiteli mimo jiné náležité podporující chování a zpětná vazba v rámci formativního hodnocení.

Školní třída v rámci hodin TV bývá zpravidla tvořena žáky rozmanité úrovně fyzického potenciálu. Tato heterogenita představuje vysoké nároky na organizační dovednosti učitele. Učitel by měl vládnout značným repertoárem didaktických nástrojů, aby zajistil podmínky pro individualizaci přístupu a vytvořit bezpečný prostor pro všechny žáky ve třídě. V průběhu předmětu Didaktika úpolů se některé z těchto nástrojů procvičují.

Klíčová dovednost učitele je vytvoření úkolu pro žáky, kteří se učí rychleji, aby měl více času věnovat se žákům, kteří se učí pomaleji. Pro tento účel je velmi výhodné provést ukázkou, z které budou vyplývat klíčové body techniky. Velmi častou chybou je, že učitel v rámci dlouhého výkladu klíčové body dostatečně nezdůrazní, či nezopakuje na konci monologu. Ty potom zaniknou pod nánosem slov. Velmi výhodné je poprosit sebevědomého žáka, aby učitelovu ukázkou zopakoval. Když ostatní žáci vidí demonstraci „jednoho z nich“, budí to dojem větší přístupnosti. Kompetence k definování klíčových bodů techniky je dobré rozvíjet u všech žáků. Jedině s dostatečně definovanými klíčovými body techniky je možné efektivně aplikovat reciproční didaktický styl.

Velmi efektivním nástrojem je shrnutí obsahu na konci hodiny TV. Důležité však je, aby bylo toto shrnutí provedeno žáky. Jedině tak se učitel dozví, jestli měla jeho práce na skupinu dopad a jestli v paměti žáků něco utkvělo. Zahájit takové shrnutí se dá například jednoduchou otázkou: „Co jste se dnes naučili?“. Díky otázkám tohoto rázu se může dozvědět názor od veškerých členů třídy.

Součástí rozmanité heterogenní třídy bývají i jedinci vulnerabilní. Vulnerabilní (zranitelný) jedinec je ten, který je v danou chvíli jakýmkoliv způsobem indisponován. Může se jednat o oslabení pohybového aparátu, sociální indispozice, plynoucí z rodinných poměrů, ale rovněž momentální (nebo dlouhodobý) psychický stav. Z tohoto pohledu může být vulnerabilním jedincem vývojově opožděné dítě, ostrakizované dítě nebo dítě, které prožívá určité trauma v osobním životě. Problematika tělesných oslabení

je dalekosáhle rozebrána v předmětech zdravotní tělesné výchovy odkud si student odnáší dovednosti identifikace jednotlivých oslabení a ví, kterým činností se má žák vyvarovat, případně jak určité činnosti vhodně upravovat. V tom případě může učitel konkrétní jedince pověřit činností přizpůsobenou, případně pro něj určit jakoukoliv jinou „zúčastněnou roli“, která bude napomáhat k hladkému průběhu vyučovací jednotky.

Příklad: učitel zadá úpolovou hru, kdy se mají žáci vychylovat pomocí strkání v pozici na jedné noze. V případě přítomnosti žáka s oslabením valgozity dolních končetin, může aktivitu přizpůsobit a zadat vychylování ve stabilnějším postavení na obou nohách v podřepu. Kondiční efekt a zábavnost je velmi podobná. Vždy je dobré k oslabenému jedinci přiřadit výkonnostně ekvivalentního partnera, případně partnera, který bude schopen dostatečně ovládat intenzitu cvičení.

Kromě oslabení pohybového aparátu narážíme v tělesné výchově i na mentální indispozice jako je třeba porucha autistického spektra (PAS), porucha soustředěnosti (ADHD), kognitivní deficit, stavy úzkosti a poruchy chování. Tyto skutečnosti by však neměly být samy o sobě argumentem, proč úpoly nezařazovat. Je jisté, že si situace vyžaduje větší nároky na dovednosti učitele.

Žáci s ADHD se zpravidla vyznačují větší živostí a menší schopností soustředění. Žák se nechá velice snadno strhnout chaosem situace. Rovněž může mít žák tendenci k nepřiměřené intenzitě provedení dílčích aktivit. Je tedy nezbytné stát nablízku a dbát zvýšené pozornosti. Je dobré tohoto žáka stavět vždy do dvojice s partnerem podobné hmotnosti a podobného silového potenciálu. V případě učitelovi snahy o verbální interakci se třídou je někdy vhodné takového žáka vůbec nedotazovat před ostatními žáky. Odchytky v „normalitě“ vyjadřování a nepozornost může vyvolat opovržení třídy a sekundárně prohlubovat úzkost. Takový jedinec pak může snadno nabýt dojmu „nespravedlnosti světa“ kolem a zaujmout „obrannou pozici“, která může vyústit v agresivitu vůči učiteli či ostatním žákům.

Pro určité výkyvy v chování je výhodné zavádění třídních pravidel pro hodiny TV. Za předpokladu, že tyto pravidla pro jiné předměty existují, je možno je pouze upravit pro naše potřeby. Případně ustanovit speciální pravidla pro hodiny, které budou zaměřeny na úpolové aktivity. Větší efekt mají taková pravidla, která jsou sestavována společně se žáky. V nich může být zanesena definice takového chování, které je pro průběh úpolové aktivity nezbytné. Dále by mělo být definováno, jak toto chování nevypadá. Soustavné napomínání zpravidla nemá dlouhodobý efekt a přechází do stereotypu. V případě nouze se učitel může na pravidla průběžně odvolávat.

Žáci s PAS mají zpravidla sklony k hypersenzitivitě. Je pro ně obtížné selektovat pozornost mezi množstvím podnětů a snadno se ztrácí v rozmanitém dění. Z tohoto důvodu může být pro žáky obtížná až nemožná účast při sportovních hrách. Úpolové aktivity však nabízí možnost soustředění jen na jednu věc a tou je jeden soupeř. V případě přítomnosti žáka s PAS má učitel obvykle k dispozici určité množství informací o žákovi a má tedy možnost posoudit, zda charakter úpolových aktivit nebude pro žáka spouštěčem nežádoucího psychického efektu.

Vulnerabilním jedince je i žák s problémovým chováním. Když vyjdeme z předpokladu, že špatné chování není vlastnost, ale reakce na podnět (prostředí, osobnost učitele, provokace spolužáků, čas, nuda, zákaz pohybu v lavici), můžeme se pokusit vykročit směrem k řešení problému. Je však nutné, aby učitel TV nebyl jediným členem sboru s tímto přístupem a měl mezi kolegy dostatečnou oporu a vstřícné prostředí ke konzultaci. K řešení může pomoci funkční analýza chování, založená na sledování žáka v rozmanitých situacích a následném popisu jeho chování (délka, průběh, intenzita, kontext atd.). Popisný komentář oproštěný od emotivního nálepkování poskytuje podklady k porovnání zkušeností ostatních učitelů. Je totiž možné, že někde se problémové chování nevyskytuje, což značí, že nějaký učitel dělá něco jinak (Prokeš, 2022). Popisný charakter záznamu je velmi podobný popisné části zpětné vazby v rámci formativního hodnocení. Úpolové aktivity v rámci hodin TV poskytují pro takovou funkční analýzu mimořádné podmínky – nevšední a rozmanitá aktivita, nakládání s bouřlivými emocemi atd. Učitel TV tedy pozoruje chování žáka z jiného úhlu než ostatní.

Učitel TV má rovněž jedinečnou možnost pozorovat dynamiku celé skupiny a potenciálně identifikovat patologické jevy, jako je například počáteční stádium šikany. Včasné podchycení situace a následné adekvátní řešení spadá do kompetence každého učitele. Kvalitně vedený blok úpolových aktivit může pomoci odkrýt to, co bylo doposud maskované.

## **Doporučení k zařazování úpolů do programu**

### **Organizace**

Při zařazování kompetitivních úpolových cvičení je standardně využíváno rozdělení do dvojic. Je dobré respektovat podobnou výšku a váhu, ale pro zpestření je možné žáky promíchat a organizovaně střídat. Není nutné vždy rozdělovat skupiny do dvojic. V případě, že vyučujeme novou techniku, případně použití techniky s aktivním odporem partnera, je dobré použít organizaci ve trojici v rámci recipročního didaktického stylu. Tento styl může být efektivní pouze tehdy, když má pozorující žák kontrolovat určité stěžejní body techniky nebo pravidel. Tím že jeden žák pozoruje dění, je v něm rozvíjena dovednost kritiky a hodnocení. Učitel tak rozvíjí více kognitivních procesů a výuka se stává efektivnější.

Úpolové hry je vhodné zařazovat do sekvencí s narůstající náročností. Učitel tedy může vyzvat žáky s určitým pohybovým oslabením, aby zůstali u předchozí činnosti (pozice) a zdatnějším jedincům poskytnout výzvu v podobě náročnější aktivity.

Při realizaci kondičních úpolových her je vhodné tvořit relativně krátké vstupy (cca 15-20 min). Je naivní myslet si, že udržíme pozornost při stejnorodé aktivitě po celou hodinu. Doba cvičení a odpočinku je vždy založena na pozorování skupiny. V moment, kdy upadne morálka, nebo nastoupí únava, je dobré cvičení přerušit nebo zastavit. Rovněž je třeba hlídat kvalitu provedení a stabilitu v pozicích, ve kterých hra probíhá. Tím je myšleno, že neexistuje univerzální doporučení na délku intervalu. Učitelovo expertní posouzení hraje klíčovou roli. Jiná situace by byla, kdybychom pracovali se skupinou vyspělých cvičenců a přistupovali k tomu, jako k promyšlené a směřované kondiční intervenci. To se nám ale v hodinách TV stává zřídka.

Při demonstraci techniky je dobrá aktivní prostorová organizace cvičenců. Některé detaily jsou skryté a obtížně viditelné z dálky. Učitel tedy musí vyzývat skupinu, aby si neustále úhel pohledu přizpůsobovala. Mnoho technik je potřeba vidět z několika stran.

V určitých situacích je vhodné pracovat s WOW efektem, to znamená demonstrovat techniku v plném, ale kontrolovaném nasazení. Tento prostředek podporuje motivaci. Cvičenci si rovněž mohou vytvořit dobrou představu o smyslu jednotlivých průpravných cvičení (na první pohled to totiž pro laika nemusí být zřetelné).

### **Komentář k věku**

Sportovní příručky někdy doporučují, jakých aktivit se pro určité věkové kategorie vyvarovat. Je však dobré vždy vnímat, jak přesně vypadá a jak je vyvinutá skupina lidí,

s kterou se chystáme pracovat. Pro některé kategorie není doporučena izometrická kontrakce, avšak spousta sportovních specializací tyto cviky zařazuje už od útlého věku, protože to charakter sportovního výkonu přímo vyžaduje. Ohledně úpolových aktivit platí pravidlo, že je vhodné je zařazovat ve všech věkových kategoriích. Důležité je ovšem průběžně sledovat kvalitu provedení a od toho odvozovat přiměřenost objemu.

Praxe ukazuje, že z hlediska kontaktu, je kategorie mladšího školního věku velmi vstřícná. Pohyby a pozice pro tuto kategorii ještě nejsou zavádějící a děti se kontaktu nebojí. V případě cvičení koedukovaných dvojic se však může stát, že dívka přemůže chlapce nebo chlapec přemůže dívku. Je to situace, která může ve skupině vyvolat posměch či určitou formu opovržení. V ten moment je na učiteli, aby situaci kvalitně moderoval a usměrnil tok emocí správným směrem. Není ostuda prohrát proti komukoliv. Úpolové aktivity by měly představovat bezpečné prostředí, aby se během nich mohli děti chovat tak, jak nikde jinde nemůžou.

Na druhém stupni ZŠ už jsou skupiny chlapců a dívek odděleny. V chlapeckých skupinách se tedy můžeme setkat s homofobií (např. „přece se takhle nebudu dotýkat kluka“), v dívčích skupinách se můžeme setkat s nechutí dotýkat se tréninkové partnerky hrudníkem. V rámci této problematiky nám pomůže kapitola o postupné adaptaci na kontakt. Dále je třeba, aby učitel v tomto případě vystupoval sebevědomě a důvěryhodně a představil situaci jako sportovní aktivitu. I když v běžném životě mají dotyky na těchto partiích erotický nádech, v oblasti úpolů se jedná o běžný nástroj. Je tedy nutné to takto nazývat a prezentovat. Obecně se však dá říci, že za největší překážku lidé na začátku vnímají přiblížení obličejů. Opět je možné takové aktivity ze začátku vynechat.

## **Terminologie**

Úpolové sporty čerpají především z japonského názvosloví, které je specifické pro karate nebo judo. Zápas (wrestling) má svůj vlastní slang převážně používaný v českém jazyce. V poslední době vstupuje do kultury těchto odvětví MMA, ve kterém se používají amerikanismy. V kontextu českého tělovýchovného názvosloví je tedy těžké říci, jaké výrazové prostředky je vhodné používat. Nutné však je udržet určitou dlouhodobou konzistenci a svěřence s termíny důkladně seznámit při výkladu. Přikláníme se k používání češtiny, nebo angličtiny, kterou dnes mnoho lidí ovládá. Pro ucho žáka 21. století je poněkud vhodnější název pro specifický úpolový poraz takedown než

morote-gari či poraz se záběrem nohy. Při tréninku malých dětí se doporučuje vytvoření vlastní zábavné terminologie (např. opičí úchop, slimák nebo kohoutí tanec).

## Literatura

Miller, R. (2017). *Realita násilí*. Mladá fronta.

Prokeš, M. (2022). *Jak na „zlobivého“ žáka? Funkční analýzou chování*. Online přednáška. Eduall

Reguli, Z., Ďurech, M. & Vít, M. (2007). *Teorie a didaktika úpolů ve školní tělesné výchově*. Masarykova Univerzita, Fakulta sportovních studií.

Starý, K., Laufková, V. (2016). *Formativní hodnocení ve výuce*. Portál.

Svoboda J., Němcová, L. (2015). *Krizové situace výchovy a výuky*. Triton.

Žáčková, H., Jucovičová, D. (2017) *Nepozornost, hyperaktivita a impulzivita*. Grada.



# **Komunikace a spolupráce se zákonnými zástupci žáků**

## **Charakteristika přednášky**

Přednáška se zaměřuje na několik dílčích oblastí. První z nich je znalost legislativního nastavení komunikace ve školství se zaměřením především na zákonné zástupce, ve výuce však nejsou opomenuty ani jiné, do interakce se školou běžně zahrnované, třetí strany (pedagogicko-psychologické poradny, odbory sociálně-právní ochrany dětí, Policie České republiky, sportovní kluby a oddíly, lékaři atp.). Součástí první z oblastí je rovněž legislativní nastavení komunikace s žákem samotným. Druhou oblastí pak je přenos získaných vědomostí do praktické roviny, frekventanti se na praktických příkladech seznámí s reálným procesem komunikace ve školství.

Znalost obou výše zmíněných oblastí bude mít za výsledek jednak znalost komunikace v prostředí, kam budoucí učitelé tělesné výchovy teprve zamíří, především však budou absolventi přednášky znát úskalí a pravidla komunikace ve vztahu k zranitelným jedincům a jejich zákonných zástupců, jako i dalším třetím stranám. Obsah přednášky tedy přispěje jak k ochraně zjevně i potenciálně vulnerabilních žáků tak také ochraně vlastních pedagogů.

Kromě legislativního rámce komunikace ve škole je přednáška zaměřena na jednotlivé druhy komunikace. Prvním z nich je tzv. běžná komunikace, která může mít podobu pravidelných sdělení (směřovaných či vyžádaných či ad hoc komunikace vyplývající z běžného provozu školy. Absolventům budou poskytnuty návody, kdy a jakou formu komunikace použít (elektronickou, telefonickou, osobní atp.). Modelovými situacemi mohou být plánovaná či pravidelná sdělení zákonným zástupcům (využíván je jak školní informační systém, např. Bakaláři, tak také e-mail, nevhodné jsou platformy jako např. MS Teams, a to z důvodu neprokazatelného dosahu na zákonného zástupce a možnosti sdělení nežádoucích informací třetí osobě - účty jsou zpravidla vedeny na žáky) či sdělení aktuálního, neplánovaného charakteru, (např. z důvodu nevolnosti žáka, potřeby uvolnění žáka z rodinných důvodů atp., v tom případě budou frekventanti upozorněni na úskalí uvolňování či předávání žáků třetím osobám v závislosti na věku žáka, době vyučování atp. V neposlední řadě bude zmíněna i možnost komunikovat se zákonnými zástupci přes veřejné komunikační platformy (např. Facebook, Instagram, ...) a rizika s tím spojená.

Dále je náplní je diagnostická komunikace, která probíhá mezi školou, zákonnými zástupci a zpravidla pedagogicko-psychologickými poradnami (či speciálně pedagogickými centry v případě závažnějšího znevýhodnění, a tedy i vysoké míry vulnerability) či lékaři. V tomto případě budou absolventi jako výsledek svého studia znát komunikační řetězec diagnostického procesu. Tento komunikační řetězec se samozřejmě mírně liší v závislosti na obsazení specifických pozic v jednotlivých školách jako i v závislosti na konkrétní situaci. Z toho důvodu se studenti dozví i přehled jednotlivých specifických pozic (třídní učitel, výchovný poradce, metodik prevence, kariérní poradce, koordinátor péče o nadané žáky, školní psycholog, speciální pedagog, vedoucí pracovník) jako i základní přehled jejich gescí. V případě, že na dané škole není přítomen školní psycholog či speciální pedagog, je základní komunikační linka následující: učitel-třídní učitel-výchovný poradce či metodik prevence-vedoucí pracovník-opět výchovný poradce či metodik prevence-zákonný zástupce. Na něm pak je rozhodnutí o dalších diagnostických krocích, např. pedagogicko-psychologická poradna, lékař, psycholog atd. V případě obráceného komunikačního řetězce, tedy sdělení např. z pedagogicko-psychologické poradny je pak nutno upozornit na to, kdo má, k jakým informacím následně přístup a že mohou mít za cíl a následek tvorbu individuálního vzdělávacího plánu či plánu pedagogické podpory.

Součástí přednášky je i tzv. „krizová komunikace ve škole“. Jedná se o znalost zásad a možností v případě neočekávaných událostí, které mohou, ale i nemusí pramenit či se vztahovat k zranitelnosti či znevýhodnění zúčastněných. Konkrétně se jedná o komunikaci v případě úrazu, sociálně neakceptovatelného jednání žáků různého druhu (disociální, asociální či antisociální chování), verbálního či jiného napadení z třetí strany (zákonní zástupci, ostatní veřejnost), depresivních aj. stavů, nenadálých nezaviněných situací apod. Jedná se zejména o to, kdy dát vědět zákonným zástupcům a jakou formou informace sdělovat. Dále je důležité vědět, kdy je třeba při zranění volat zdravotnickou záchrannou službu (např. by se tak mělo činit vždy při úrazech hlavy). S tímto bodem je spojena i informace, jakou posloupnost by měly mít sdělované informace a jejich adresáti, např. nejprve volat zdravotnickou záchrannou službu a až poté informovat zákonného zástupce v případě úrazu hlavy či zřejmého zranění velkého rozsahu, naopak opačný postup zvolit v případě lehčích zranění. Stejně tak je nezbytné, aby studenti věděli, že v případě medicace žáka (např. na školní akci) je nutné vyžádat si souhlas zákonného zástupce, a to doložitelnou formou, např. SMS. V případě napadení může být adresátem

komunikace Policie České republiky (stejně tak v případě jiných antisociálních jevů, např. prodeje omamných látek atp.). Studenti by měli vědět, že jako pedagogičtí pracovníci mají tzv. ohlašovací povinnost, vždy je však třeba nejprve komunikovat s vedoucím pracovníkem školy. Další z možností je pak podezření na syndrom CAN (syndrom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte) či zanedbávání povinné péče atp. V tom případě má škola ohlašovací povinnost Odboru sociálně-právní ochrany dítěte. Absolvent tak bude vybaven kompetencemi a strategiemi k zvládání náročných situací spojených s edukačním procesem.

Poslední součástí je heterogenita studijní skupiny jako významný faktor v komunikaci pedagoga. Tato oblast navazuje na běžnou komunikaci ve škole a opírá se o základní pedagogické principy komunikace. Přínos této oblasti lze vnímat především v oblasti primární prevence a nastavení komfortního a podnětného prostředí pro vulnerabilní žáky.

## **Cíl přednášky**

Hlavním cílem je připravit budoucí pedagogy na běžné i neočekávané situace ve školství a usnadnit jim i jejich žákům edukační proces v celé jeho šíři. Dílčím cílem je eliminovat potenciální vulnerabilitu jak žáků, tak i pedagogů. Dalším dílčím cílem je prostřednictvím výše uvedeného zvýšit efektivitu edukačního procesu. V neposlední řadě je cílem i přispět k zvýšení komfortu působení pedagogů ve škole, což vnímáme jako velmi důležité v boji proti časnému vyhoření a opouštění profese.

## **Realizace výuky**

Výuka Komunikace a spolupráce se zákonnými zástupci žáků je realizována v rozsahu 90minutové přednášky v 2. úseku navazujícího magisterského studia ve studijních programech Učitelství tělesné výchovy pro střední školy a Učitelství tělesné výchovy a vojenské tělovýchovy pro střední školy v předmětu Didaktika úpolů.

Během přednášky získají studenti teoretické informace různých aspektech komunikace se zákonnými zástupci žáků jako i uvnitř školského prostředí.

## Obsah přednáškového tématu

Přednáškový blok je rozdělen na celkem 4 části, viz níže.

### 1) Legislativní východiska komunikace se zákonnými zástupci

- pojmy pedagogický a nepedagogický pracovník, vedoucí pracovník, zákonný zástupce, pedagogicko-psychologická poradna, speciálně pedagogické centrum
- Vyhláška č. 27/2016 Sb. o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných
- Vyhláška č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních
- Vyhláška č. 197/2016 Sb., kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů, a některé další vyhlášky
- Zákon č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon)
- Zákon č. 563/2004 Sb. o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů
- Zákon č. 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů

### 2) Běžná komunikace se zákonnými zástupci i uvnitř školy, její nastavení a pravidla

- možnosti sdělování informací ústní cestou a písemnou cestou
- komunikační kanály pro písemný styk (Bakaláři, e-mail, SMS) a situace, kdy je vhodné použít konkrétní kanály
- rizika spojená s používáním dalších komunikačních platforem (Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp atp.)
- rozlišení rizikových a nerizikových informací
- nastavení komunikace uvnitř školy, komunikační kanály využívané pro komunikaci s kolegy a s vedením školy

### 3) Diagnostická komunikace

- specifické pozice ve škole
- komunikační řetězec v případě potřeby formální diagnostiky žáky, jeho podoby v závislosti obsazení specifických pozic ve škole a role zákonného zástupce v diagnostickém procesu
- diagnostická komunikace následující po předání diagnózy škole, povaha a objem informací sdělovaných pracovníkům na konkrétních pozicích ve škole, nakládání s těmito informacemi)

#### 4) Krizová komunikace ve škole

- základní přehled krizových situací, které mohou ve škole nastat (např. úraz, sociálně neakceptovatelné jednání ze strany žáka, verbální či fyzické napadení ze strany zákonného zástupce, vniknutí třetí osoby do školy, depresivní stavy a ataky psychických poruch u žáků atp. a styly komunikace v případě těchto událostí)
- přehled nutné komunikace (např. Policie České republiky, Zdravotnická záchranná služba, Odbor sociálně právní ochrany dítěte, zákonný zástupce atd.) a její posloupnosti
- ohlašovací povinnost školy
- komunikace v případě potřeby medikace žáka na školní akci či ve škole

#### **Kompetence, dovednosti a znalosti získané aktivním, zodpovědným a uvědomělým absolvováním přednášky:**

##### 1. Legislativní východiska komunikace se zákonnými zástupci

- znalost legislativního prostředí ve škole ve vztahu ke komunikaci
- kompetence k adekvátnímu postupu v mezích zákona a dalších závazných dokumentů (obecně platných i interních)

##### 2. Běžná komunikace, její nastavení a pravidla

- dovednost orientace v komunikaci ve škole v intencích psaných i nepsaných pravidel
- kompetence ke komunikaci v dynamicky proměnlivém prostředí
- znalost jednotlivých aktérů komunikace
- znalost možných komunikačních kanálů, jejich výhod i rizik

##### 3. Diagnostická komunikace

- znalost základních diagnostických postupů
- znalost aktérů v diagnostické komunikaci
- znalost řetězce diagnostické komunikace a její posloupnosti
- znalost role zákonného zástupce v procesu diagnostické komunikace
- orientace v povaze sdělovaných diagnostických údajů (např. po určení diagnózy specializovaným pracovištěm)
- kompetence k aktivnímu participování na diagnostickém procesu

#### 4. Krizová komunikace ve škole

- přehled v náročných situacích, které mohou v průběhu edukačního procesu nastat
- kompetence ke komunikaci s jejich zákonnými zástupci žáků a dalšími třetími stranami v případě vybraných náročných situací
- znalost ohlašovací povinnosti školy a institucí, kterým je třeba konkrétní situace hlásit
- kompetence ke komunikaci v případě potřeby medikace žáka

## Literatura

- Armour, K. (2013). *Sport Pedagogy: An Introduction for Teaching and Coaching*. London and New York: Routledge, 346 s. ISBN 978-0-273-73258-7.
- Armour, K. (2014). *Pedagogical Cases in Physical Education and Youth Sport*. London and New York: Taylor & Francis Ltd., 304 s. ISBN 978-0-415-70245-4.
- Čáp, J., Mareš, J. (2007). *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, ISBN 978-80-7367-273-7.
- Dvořáček, J. (2014). *Základy pedagogiky*. Praha: Oeconomica, 299 s. ISBN 978-80-245-2014-8.
- Braun, R. (2014). *Pedagogicko-psychologická diagnostika*. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 117 s. ISBN 978-80-7290-656-7.
- Čapek, R. (2010). *Třídní klima a školní klima*. Praha: Grada. Pedagogika, 328 s. ISBN 978-80-247-2742-4.
- Gordon, T. (2015). *Škola bez poražených*. Praha: Malvern, 326 s., ISBN 978-80-753-0006-5.
- Jansa, P. (2018). *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 228 s. ISBN 978-80-246-3986-4.
- Kyriacou, CH. (1996). *Klíčové dovednosti učitele: cesty k lepšímu vyučování*. Praha: Portál, Pedagogická praxe, 155 s. ISBN 80-7178-022-7.
- Light, R., Harvey, S. (2020). *Applied Positive Pedagogy in Sport Coaching*. London and New York, Taylor & Francis Ltd., 168 s. ISBN 978-0-367-48982-1.
- Macurová, J. (2009). *Komunikace s rodiči neprospívajících žáků očima učitelů*. Magisterská práce. Brno: Filozofická fakulta Masarykovy univerzity, Ústav pedagogických věd. 84 s.
- Mareš, J., Křivohlavý, J. *Komunikace ve škole*. Brno: Masarykova univerzita, 1995. ISBN 80-210-1070-3.
- Mertin, V., Krejčová, L. a kol. (2016). *Metody a postupy poznávání žáka: pedagogická diagnostika. 2., doplněné a aktualizované vydání*. Praha: Wolters Kluwer, 400 s. ISBN 978-80-7552-014-2.
- Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2022). *RVP – Rámcové vzdělávací programy*. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/>.
- Šedřová, K., Švaříček, R., Šalamounová, Z. (2012). *Komunikace ve školní třídě*. Praha: Portál, 296 s. ISBN 9788026200857.

Vybíral, Z. (2005). Psychologie komunikace. Praha: Grada, 320 s. ISBN 80-7178-998-4.

Vyhláška č. 27/2016 Sb. o vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků nadaných. In: [Sbírka zákonů](#). 1. 1. 2016. [Dostupné online](#).

Vyhláška č. 72/2005 Sb. o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních. In: [Sbírka zákonů](#). 17. 2. 2005. [Dostupné online](#).

Vyhláška č. 197/2016 Sb., kterou se mění vyhláška č. 72/2005 Sb., o poskytování poradenských služeb ve školách a školských poradenských zařízeních, ve znění pozdějších předpisů, a některé další vyhlášky. In: [Sbírka zákonů](#). 1. 9. 2016. [Dostupné online](#)

Zákon č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon). In: [Sbírka zákonů](#). 1. 1. 2005. [Dostupné online](#). Ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 563/2004 Sb. o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů. In: [Sbírka zákonů](#). 1. 1. 2005. [Dostupné online](#). Ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů. In: [Sbírka zákonů](#). 1. 6. 2000. [Dostupné online](#). Ve znění pozdějších předpisů.