



ČESKÁ

2018, vol. 22, no. 3–4

KINANTROPOLOGIE



Časopis České kinantropologické společnosti vychází s finanční podporou
AV ČR, ČOV, FTVS UK Praha, FTK UP Olomouc a FSpS Brno.

Journal of the Czech kinanthropological society is published with financial support
of AV ČR, COV, FTVS UK Prague, FTK UP Olomouc a FSpS Brno.



Česká kinantropologie

(ISSN 1211-9261)

vydává Česká kinantropologická společnost.

Vychází 4x ročně.

Časopis Česká kinantropologie je recenzovaný vědecký časopis zaměřený na kinantropologii. Publikuje příspěvky o výsledcích výzkumu z oblasti teorie, empirického výzkumu a metodologie. Cílem je podporovat rozvoj vědeckého poznání záměrné pohybové činnosti, její struktury a funkcí a jejich vztahů k rozvoji člověka jako biopsychosociálního individua.

Nabídka rukopisů

Redakce přijímá původní výzkumné práce, teoretické studie, přehledové studie, stručné zprávy z odborných akcí (konference, semináře apod.), recenze nových knih a informace o akcích České kinantropologické společnosti v českém (popř. slovenském) jazyce, od zahraničních autorů v anglickém jazyce.

Rukopis dodejte elektronicky do systému na adrese **www.ceskakinantropologie.cz** nebo e-mailem: **ceskakinantropologie@seznam.cz**. Na závěr textu uveďte úplnou kontaktní adresu včetně e-mailové adresy.

Rukopis musí obsahovat název, jména autorů, souhrn s klíčovými slovy v češtině (15–20 řádků), název statí, souhrn a klíčová slova v angličtině, vlastní text, abecední seznam literatury, kontaktní údaje.

Bibliografické odkazy musí být úplné a odpovídat požadavkům našeho časopisu. Rukopisy musí používat velikost písma 12 a řádkování 1,5. Stati by neměly přesahovat 12 – 15 normostran (tj. 5000 slov, recenze 3 normostrany, zprávy a informace 2 normostrany). Pro grafy a obrázky vyžadujeme zdrojové soubory (soubor, v němž byly vytvořeny, grafy nejlépe v programu Excel, obrázky ve formátu TIF, JPG nebo EPS). Redakce provádí jazykovou úpravu textu.

Recenzní řízení je oboustranně anonymní dvěma nezávislými recenzenty. Redakce si vyhrazuje právo anonymizace textu, tj. odstranění údajů usnadňujících identifikaci autorů předtím, než text postoupí do recenzního řízení. Nabídnout rukopis jinému časopisu, zatímco je posuzován našim časopisem, je považováno za neetické. Autoři budou vyrozuměni o výsledku recenzního řízení a instruováni o případných změnách.

Podrobné pokyny pro autora jsou uveřejněny na internetu: **www.ceskakinantropologie.cz**

Adresa redakce: Česká kinantropologie,

José Martího 31, 162 52 Praha

Telefon: (+420) 220 172 062

E-mail: **ceskakinantropologie@seznam.cz**

Česká kinantropologie

(ISSN 1211-9261)

published 4x annually

by Czech Kinanthropology Association.

Journal Česká kinantropologie is reviewed scholarly journal that focuses on kinanthropology. It publishes papers about results of theoretical, empirical and methodological research. The objective is to endorse scientific development of the intentional physical movement, its structure and functions as well as its connections to development of men as bio-psycho-sociological entity.

Manuscript submission

The editors accept original empirical research papers, theoretical studies, short news about conferences and workshops, reviews of new books and information about proceedings of Czech Kinanthropology Association in Czech (eventually in Slovak) language or in English language from foreign authors. Add the manuscript to the system in the electronic form at the address: **www.ceskakinantropologie.cz** or via e-mail: **ceskakinantropologie@seznam.cz**. The end should contain complete information, including contact address and e-mail address.

Manuscript must contain title, name of authors, abstract with key words in Czech language (15–20 lines), title, abstract and keywords in English language, text of the article, alphabetical list of references for literature cited in the text, contact data. Bibliographic references must be fully defined and correspond to Journal standards. Manuscripts must use font size 12 and 1,5 space. The maximum length of original research papers is 12–15 pages (about 5000 words), review 3 pages and information 2 pages. Please submit all tables, graphs and illustrations as separate files in the format, in which they were created, with graphs preferably in Excel and illustrations preferably in TIF, JPG or EPS. The editors review and edit the text.

The editorial review process is anonymous on both sides. The editors reserve the right to ensure the anonymity of the text's content, i.e. to eliminate any information or data that could facilitate identification of the author, before submitting the text to the review process. Submission of a manuscript to another journal while it is under review by the Journal Česká kinantropologie is considered unethical. Review guideline and full guidelines for authors are on the Internet: **www.ceskakinantropologie.cz**

Address: Česká kinantropologie,

José Martího 31, 162 52 Praha, Czech Republic

Phones: (+420) 220 172 062

E-mail: **ceskakinantropologie@seznam.cz**

OBSAH

FLEMR, L., SUCHÝ, J. Úvodem.....	5
FLEMR, L. Aktuální témata tělesné výchovy na 2. stupni základní školy.....	7
KOTLÍK, K., JANSÁ, P. Geografické aspekty životního stylu a životosprávy středoškolských učitelů tělesné výchovy.....	13
HAVEL, R., FIALOVÁ, L., JASANSKÁ, K. Názory učitelů na standardy tělesné výchovy	24
VLČEK, P., KOUŘILOVÁ, I., ŠERÁKOVÁ, H., SAWICKI, Z., SOŁTYSIK, M., SUCHÝ, J., CIEPLIK, J. Evaluační kritéria a výstupové standardy tělesné výchovy ve Španělsku – vybrané kvality projektovaného kurikula	37
SAWICKI, Z., SOŁTYSIK, M., SUCHÝ, J., CIEPLIK, J. Physical activity of German tourists. Sports and tourism centre in Berchtesgaden – a case study.	53
KOMÍNKOVÁ, L., PERIČ, T. Raná sportovní specializace nebo trénink odpovídající vývoji? Klady a zápory	63
JANDOVÁ, S., CHAROUSEK, J. Změna typu došlapu při použití minimalistické obuvi u rekreačních běžců	77
BRODA, M. Polský Sokół v meziválečném období – na úsvitu nové éry	88

CONTENT

FLEMR, L., SUCHÝ, J. Foreword.....	5
FLEMR, L. Present topics of physical education lessons in primary schools in the Czech Republic.....	7
KOTLÍK, K., JANSÁ, P. Geographical aspects of lifestyle and regimen of physical education teachers at secondary school.....	13
HAVEL, R., FIALOVÁ, L., JASANSKÁ, K. Opinions of teachers on physical education standards.....	24
VLČEK, P., KOUŘILOVÁ, I., ŠERÁKOVÁ, H., SAWICKI, Z., SOŁTYSIK, M., SUCHÝ, J., CIEPLIK, J. Evaluation criteria and performance standards of physical education in Spain – chosen qualities of the intended curricula.	37
SAWICKI, Z., SOŁTYSIK, M., SUCHÝ, J., CIEPLIK, J. Physical activity of German tourists. Sports and tourism centre in Berchtesgaden – a case study.	53
KOMÍNKOVÁ, L., PERIČ, T. Early or late specialization in sport? Pros and cons.	63
JANDOVÁ, S., CHAROUSEK, J. The effect of the use of minimalist footwear on the change in foot strike pattern in recreational runners.....	77
BRODA, M. Polish Sokół in the interwar period – at the dawn of a new era.....	88

ÚVODEM

FOREWORD

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

přesto že scientometricky v současné době není výhodné pořádat a účastnit se konference, a to zejména národního charakteru, jsme se tohoto projektu v květnu roku 2019 ve spolupráci s Pedagogickou fakultou Univerzity Karlovy, zejména pak PhDr. PaedDr. Ladislavem Kašparem, Ph.D., zhostili v rámci Progresu Q17: Příprava učitele a učitelská profese v kontextu vědy a výzkumu. Rád bych za to poděkoval všem zainteresovaným osobám z vědeckého a organizačního výboru konference a samozřejmě i přímým účastníkům. Konference nazvaná „Učitel a žák ve výuce tělesné výchovy na základní a střední škole“ ukázala svou smysluplnost vytvořením odborného fóra pro diskusi i vzájemné obohacení účastníků. Navzdory „nepřízní osudu“ v podobě ignorování uznatelnosti vědeckých výstupů usilovalo o publikování v České kinantropologii přibližně dvě třetiny prezentovaných konferenčních příspěvků, přičemž v recenzním řízení uspěla zhruba polovina.

Z obsahu konference a předkládaných příspěvků je zřejmé, že pedagogika sportu, potažmo tělesné výchovy, se velmi dynamicky vyvíjí a proměňuje, obdobně jako nové generace dětí. Je proto nanejvýš vhodné se touto problematikou komplexně a kontinuálně zabývat.

S potěšením a zájmem konstatujeme, že zejména v poslední době se k nám velmi často donesla podpora sportu a školní tělesné výchovy od „méně sportovně orientovaných“ jedinců, úspěšných v jiných, nejen pedagogických oborech. Shodují se na tom, že by byli rádi, aby tělesná výchova ve škole měla výraznější podporu, jelikož jí s odstupem doby považují za velmi důležitou, a to nejen pro své potomky, ale také pro „zdravý“ rozvoj společnosti jako celku, ale i individualit. Tento postoj je jistě na první pohled potěšitelný, nicméně z „politického“ úhlu pohledu to paradoxně není úplně výhodná pozice sportu a tělesné výchovy. Všeobecná shoda totiž „publikum“ obvykle příliš nezajímá, kromě gratulací mistrům před kamerami.

Poznámka šéfredaktora k současnému stavu scientometrie, kterou spíš výstižně charakterizuje termín prof. Kampmiller z bratislavské UK FTVŠ „scientománie“: nejdříve mateřské instituce autorů přestaly od státu dostávat finanční podporu za příspěvky prezentované na konferencích (s výjimkou indexovaných na WOS). Dle mého názoru je přitom setkávání na konferencích klíčové pro rozšiřování odborných obzorů a budování pracovních i sociálních vazeb. Autoři hodnocení vědy však mají bohužel odlišný názor. Nyní byla v rámci metodiky hodnocení „M17+“ z finanční podpory vyřazena většina časopisů publikovaných (nejen) v češtině. Finanční odměnu obdrží instituce autorů jen za články v časopisech indexovaných v databázích SCOPUS a WOS, dále pak za několik málo vybraných odborných textů. Toto rozhodnutí je jednoznačně špatné, neboť jaký přínos má pro české prostředí článků publikovaných například v indickém časopise evidovaném v databázi WOS? Nemluvě o skutečnosti, že za přečtení některých článků musí čtenáři vydavateli platit poplatky. Zrušení poplatků za čtení

vědeckých článků plánuje sice EU změnit v rámci svého programu „Horizon 2020“, ale předpokládáme, že vydavatelé zareagují navýšením již tak nesmyslně (až desítky tisíc Kč) vysokých poplatků za otištění.

Na Slovensku jsou o krok dál, protože vyřadili z finančního hodnocení články indexované v databázi Scopus. Nabízí se úvaha, zda náhodou není cílem zcela zrušit finanční podporu institucí za publikace?

Situace s hodnocením publikací připomíná mánii s (mě osobně nesympatickým) korejským hudebním pseudostylem roku 2012 „Gangman Style“, který by byl jistě považován současnou terminologií „M17+“ za „výsledek na špičkové úrovni“ (world-leading). Odborníci z Národního divadla se na základě jeho velkého ohlasu rozhodně nerozhodli zaměnit v programu například Prodanou nevěstu za tento bizarní výstřelek.

Preferujeme pozitivní vnímání světa, proto si myslíme, že není dobré podléhat máním.

V intencích předchozí věty velmi děkujeme všem oponentům i spolupracovníkům za skvělou práci, protože bez jejich ochotné spolupráce by časopis nemohl vycházet.

PhDr. Libor Flemr, Ph.D.
editor čísla

doc. PhDr. Jiří Suchý, Ph.D.
šéfredaktor

AKTUÁLNÍ TÉMATA TĚLESNÉ VÝCHOVY NA 2. STUPNI ZÁKLADNÍ ŠKOLY¹

PRESENT TOPICS OF PHYSICAL EDUCATION LESSONS IN PRIMARY SCHOOLS IN THE CZECH REPUBLIC

LIBOR FLEMR

Katedra pedagogiky, psychologie a didaktiky TV a sportu
Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

SOUHRN

Příspěvek předkládá a analyzuje na základě semistrukturovaných interview s učiteli tělesné výchovy (N = 55) na 2. stupni základních škol z Prahy a okolí současná problematická témata školní tělesné výchovy. Ve vztahu k výuce bylo identifikováno pět hlavních témat, seřazených podle četnosti výskytu od nejčastěji zmiňovaného: stížnosti na výuku TV na 1. stupni, jejímž důsledkem jsou zejména pohybově zanedbané děti; problematika bezpečnosti, resp. nalezení optimálního poměru mezi dobrodružstvím a bezpečností; problematika hodnocení, resp. známkování tělesné výchovy; problematika příliš častých účastí na soutěžích, čímž trpí standardní výuka tělesné výchovy ve škole a navíc se soutěží zpravidla účastní úzký okruh dětí; obavy z inkluze oslabených jedinců. Mezi nevýukovými tématy bylo identifikováno těchto pět problematických: přílišná a vzrůstající byrokracie; menší podpora vedení obecně, ale i konkrétně pro výuku tělesné výchovy; disharmonické vztahy mezi učiteli; vysoký podíl hodin tělesné výchovy, které probíhají s méně než 10 cvičenci (až z jedné pětiny); nevyhovující prostorové a materiální podmínky pro výuku školní tělesné výchovy, což bylo zmiňováno ve vztahu k výuce i mimo ni.

Klíčová slova: tělesná výchova, základní škola, hodina TV, učitel TV

ABSTRACT

This contribution relates and analyzes semi-structured interviews on the theme of school physical education with PE teachers (N = 55) from the second degree of primary schools in Prague and the surrounding area. Five main themes were identified in relation to teaching. In order of most mentioned they are as follows: complaints about the teaching of PE at the basic school level, which results physically incapable children; safety problems, respectively finding the optimal balance between adventure and safety; evaluation problems, respectively grading physical education; the problem of too frequent competition participation, which causes standard school PE lessons to suffer and even more only a small selection of children compete; concerns about the

¹ Článek vznikl díky podpoře programu PROGRES (Q17) Příprava učitele a učitelská profese v kontextu vědy a výzkumu.

inclusion of weaker individuals. Among the non-teaching themes the following five themes were also identified: too much and ever increasing bureaucracy; less support from administration generally, but specifically for teaching physical education; tense relationships between teachers; high share of PE hours which take place with less than 10 participants (up to 1/5); unsuitable space and equipment for teaching school physical education, which was mentioned in relation to teaching and apart from teaching.

Key words: physical education, primary school, PE class, PE teacher

ÚVOD

Školní tělesné výchově by se mělo postupem doby věnovat stále více pozornosti, a to z mnoha důvodů – vzrůstající podíl osob s nadváhou a obezitou, narůstající počet lidí s civilizačními chorobami, klesající tělesná zdatnost populace atd. Není pochyb o tom, že i výuka tohoto předmětu na základních školách prochází poměrně dynamickým vývojem. Zejména v odborných kruzích jsou diskutována témata materiálních podmínek pro školní tělesnou výchovu (zavedení normy pro minimální vybavení jednotlivých škol), diskuse o aktualizaci výkonových norem, až po téměř „filozofická“ témata typu, co by mělo být základním posláním a cílem školní tělesné výchovy a jak toho vlastně docílit.

Dle Fialové et al. (2014) je žádoucí podpora tělesné výchovy ze strany MŠMT, vedení škol, ale i fakult připravujících budoucí učitele. Autoři dále upozorňují, že větší efektivitu školní TV a kladnější vztah dětí k výuce TV by učitel měl být kvalifikovaným odborníkem s mnoha kompetencemi – např. motivační, hodnotící apod. V této souvislosti lze uvést jeden z paradoxů výzkumu Tilingera & Flemra (2015): na otázku „Jaký by měl především absolvent UK FTVS být?“ s velkým rozdílem odpověděli nejčastěji studenti (50 %), že by měl mít zdůrazněné pedagogicko-psychologické vzdělání typu „učitel – odborník“. Avšak teoretické předměty doporučuje omezit téměř stejné procento studentů (46 %). Nicméně v roce 1996 chtělo redukci teoretických předmětů až 70 % respondentů. Ve výzkumu Pokorné & Jansy (2015) více jak 80 % učitelů deklarovalo řešení teoretických témat souvisejících s pohybem v rámci výuky tělesné výchovy na 2. stupni základních škol. Inovativní technologie využitelné v rámci výuky tělesné výchovy zkoumal např. Palička (2017).

Z výše nastíněného je potřebné znát aktuální stav „problematických bodů“, resp. příležitostí pro zlepšení, ve výuce tělesné výchovy na 2. stupni základních škol, ale i hlavní zátěžové body mimo výuku pro učitele tělesné výchovy.

METODIKA

Výzkumné šetření bylo realizováno na základních školách v Praze a Středočeském kraji (v letech 2017 a 2018) a zahrnovalo 55 semistrukturovaných interview s učiteli (30 žen; 25 mužů) tělesné výchovy. Délka jejich praxe se pohybovala mezi 5–33 lety. Byla použita semistrukturovaná interview ohledně výuky tělesné výchovy na základních školách s důležitým prostorem na volné vyjádření. Tato metoda byla zvolena na základě zkušeností z toho důvodu, že při této méně „formální“ metodě je předpoklad větší otevřenosti a upřímnosti. V případě dotazníku mají učitelé spíše tendenci odpovídat ve smyslu, co se od nich očekává a být více opatrní. Semistrukturovaná interview bylo paradoxně vnímáno jako „anonymnější“, patrně

vlivem toho, že učitelé nic „oficiálně“ nevyplňovali, ale „pouze vypovídali“. Rozhovory probíhaly zpravidla v průběhu výuky tělesné výchovy (učili studentky a studenti, kteří byli na předmětných školách na pedagogické praxi). Proto neměli učitelé pocit, že je to zdržuje nad rámec jejich povinností a byl dán dostatečný prostor pro vyjádření. Objektivně nutno přiznat, že navštívené školy neměly charakter reprezentativního výběru, zpravidla se jednalo o tzv. fakultní školy (buď s oficiálním či neoficiálním statutem; jednalo se o fakultní školy Univerzity Karlovy: Fakulty tělesné výchovy a sportu, Pedagogické fakulty, příp. Přírodovědecké fakulty), kde mohou studentky a studenti plnit pedagogické praxe v rámci předmětu tělesná výchova. Z tohoto důvodu byli všichni dotazovaní učitelé plně aprobovaní pro výuku tělesné výchovy, což není zcela obvyklé. Nicméně cílem příspěvku bylo generování stěžejních témat (nikoliv jejich procentuální či plošné vyjádření), takže určitá nereprezentativnost při výběru škol není podstatnou vadou výzkumu (Punch, 2008). Naopak tento výběr základních škol lze označit za určitou přednost, jelikož to byly zpravidla školy, které se o problematiku výuky tělesné výchovy aktivně zajímají.

VÝSLEDKY A DISKUSE

Ve vztahu k výuce tělesné výchovy bylo identifikováno pět hlavních témat uvedených od nejčastěji zmiňovaného: stížnosti na výuku tělesné výchovy na prvním stupni, tzn. pohybově zanedbané děti. V této souvislosti je třeba uvést, že v podmínkách některých plně organizovaných základních škol (zpravidla situovaných v jedné budově) učitelé tělesné výchovy aprobovaní pro druhý stupeň vyučují také ve vyšších ročnících stupně prvního. To je v kontextu již ustáleného pětiletého prvního stupně jediné dobře, zvláště s vědomím, že tzv. „zlatý věk motoriky“ podstatnou částí spadá právě do docházky prvního stupně (nemluvě o dětech, které měly odklad nástupu do školy). Zmiňované stížnosti na pohybovou nepřípravenost a zanedbanost dětí po absolvování prvního stupně plně korespondují s nižší aprobovaností učitelů na 1. stupni s vědomím, že řada z nich neměla specializaci tělesná výchova (viz Flemr, 2015).

Druhým nejčastěji zmiňovaným tématem byla problematika bezpečnosti, resp. najít „správný“ poměr mezi dobrodružstvím a bezpečností. Z našeho úhlu pohledu, když je nulová hladina nejistoty, tak se nemůže jednat o dobrodružnou aktivitu, která právě může být pro mnoho jedinců přitažlivá. V opačném případě může výuka tělesné výchovy být nezajímavá až nudná. A to asi není hlavní cíl výuky tělesné výchovy. Je pravda, že např. mediální tlak na bezpečí snad všeho druhu je velký a všeobecný. V souvislosti s případnými úrazy byl také zmiňován fakt toho, že je s tím spojené poměrně rozsáhlé papírování a zejména tlak ze strany rodičů (dle výpovědí učitelů asi zejména těch rodičů, kteří ve svém životě nepřikládají tělesné výchově důležitost). Navíc bylo upozorňováno na fakt, že učitelé mají často pocit, že v případě nějakých úrazů v rámci tělesné výchovy vedení školy raději straní rodičům, než by se zastalo učitelů. U této problematiky, jako jediné, byl zaznamenán rozdíl mezi služebně staršími pedagogy, kteří zpravidla byli ještě opatrnější („Proč bychom si zbytečně přidělávali práci...“), než jejich méně zkušení kolegové.

Jako další důležité téma vztažené k výuce byla problematika známkování, resp. hodnocení žáků v tělesné výchově. Zdá se, že je to téma nejen tělesné výchovy, ale i ostatních „výchovných předmětů“. Bylo upozorňováno na fakt, že je se známkováním

spojeno docela hodně práce např. „v terénu“, a že stejně nemá tak důležitou funkci jako v ostatních předmětech. Že se vlastně stejně očekává nějaká dobrá známka na vysvědčení z tělesné výchovy. V opačném případě je to spíše bráno jako učitelské selhání, že se nepodařilo dítě namotivovat k lepšímu postoji k tělesné výchově a tím do určité míry k lepší známce na vysvědčení. Další otázkou je nejednotnost a určení priorit, za které by se měly udělovat známky. Za výkonnost? Za kladný postoj k TV? Za účast? Za snahu? Za oblečení a obuv? Atd. Vystala tedy otázka, zda za současné situace plní známkování v tělesné výchově svou motivační funkci.

Mezi dalšími nejčastěji uváděnými problémovými otázkami byla příliš častá účast dětí, potažmo učitelů, na soutěžích, čímž trpí standardní výuka tělesné výchovy ve škole a navíc se soutěží zpravidla účastní úzký okruh dětí. Takže nejen, že je málo dětí ve výuce, což někdy dokonce znemožňuje hraní některých her „na celé hřiště“, ale navíc chybějí zpravidla ti nejtalentovanější. To způsobuje nižší intenzitu výuky, jelikož chybějí tzv. „tahouni“. Nízký počet žáků v hodinách tělesné výchovy lze jen z přímého pozorování potvrdit, jelikož až z jedné pětiny sledovaných hodin byl jednociferný počet cvičících žáků. Nízký počet cvičících jedinců je právě z důvodu účasti na soutěžích či jiných organizačních důvodů.

Předchozí nastolené téma souvisí s dalším, které se týkalo obav z inkluze oslabených jedinců do výuky tělesné výchovy. Někteří učitelé již s tím měli své zkušenosti, jiní by si potenciální situaci „neuměli ani představit“ s tím, že péče o oslabeného jedince by je příliš časově i jinak vyčerpávala na úkor ostatních jedinců. Tyto výpovědi se shodují s našimi poznatky, a sice, že je obecně kladen důraz na oslabené jedince, ale na ty na konci druhé části spektra, tedy talentované, není již kapacita se jim adekvátně věnovat.

V neposlední řadě byly často zmiňovány a zpozorovány jako problematické prostorové a materiální podmínky pro výuku školní tělesné výchovy. Např. jejich stáří a s tím spojený proces certifikace (nejen z finančního úhlu pohledu). Dále se v otázkách materiálních podmínek objevoval požadavek opětovného nějakého centrálního nastavení ze strany MŠMT na alespoň minimální materiální vybavení. Toto téma bylo zmiňováno nejen jako výukové, ale i jako „nevýukové“, takže se hodně prolínalo. Nicméně téma prostorových a materiálních podmínek bylo velmi individuální, dle vybavení jednotlivých škol, příp. konkrétního vybavení pro dané sportovní odvětví, které je danému učiteli nejbližší. Z hlediska Prahy se potvrdil fakt, že základní školy v centru města mají stísněnější prostorové podmínky na druhou stranu jsou schopny tento handicap kompenzovat hojným a moderním materiálním vybavením. Tady je možné upozornit na fakt, že i se špatnými prostorovými a materiálními podmínkami lze realizovat zajímavou a hodnotnou hodinu tělesné výchovy. Avšak v dlouhodobém časovém horizontu toto, zdá se, není reálné, jelikož chybí ta kýžená atraktivita prostředí či pomůcek. Absence vhodných prostorových a materiálních podmínek pro výuku tělesné výchovy je vhodným úskalím pro studenty tělesné výchovy jako těžké průpravy, jakožto cesty k budoucí dobré pedagogické činnosti. Ale asi by těchto obtížných situací nemělo být mnoho, aby potenciální adepty učitelství spíše neodrazovaly. Jednoznačně se totiž ukazuje, že výuka v obtížnějších podmínkách vyžaduje důkladnější a detailnější přípravu na hodinu, lhostejno jedná-li se o studenta na praxi či zkušeného učitele.



Mezi nevýukovými tématy byla identifikována přílišná a vzrůstající byrokracie, což není překvapující zjištění. To zajisté koresponduje se znaky doby, vše zaznamenávat a v hojné míře archivovat. Dále byla zmiňována menší podpora vedení školy obecně. Konkrétně si lze pod tím představit třeba menší ochotu vedení podporovat pobytové akce pro žáky – různé kurzy – lyžařské, cyklistické, vodní turistiku apod. To bychom si mysleli, že opět souvisí s již zmiňovanou bezpečností. Dále někdy nepřílišnou ochotu vylepšovat, zejména materiální podmínky, pro výuku tělesné výchovy. Potvrdilo se, že je lepší situace na těch školách, kde je ve vedení školy aprobovaný tělocvikář. Jako další problematický bod byly uváděny interpersonální vztahy mezi jednotlivými učiteli, což není úplně pozitivní zjištění. Bylo též zmíněno ještě nedostatečné finanční ohodnocení s vidinou přiblížení se „mediálním prezentacím“. U třídních učitelů náročnost péče o „své“ žáky z hlediska výchovných či jiných problémů (i mimoškolních) a určitá nejistota, jaká témata ještě s nimi řešit či je odkázat na kompetentnější odborníky, ať už v rámci školy, či mimo ni.

Velmi zajímavý a do jisté míry zarážející je následující fakt. Bylo shledáno, že „nevýuková témata“ jsou pro učitele více vyčerpávající a jsou větším zdrojem frustrací, než ta témata, která přímo souvisela s výukou.

Posledním tématem, které se objevovalo zřetelně častěji, byla příliš častá různá šetření a testování na předmětných školách. Jelikož se zpravidla jednalo o tzv. fakultní základní školy, tak se objevovaly názory přílišného zahlcení různého druhu průzkumů a testování. Při detailnějším dotazování vyplynulo, že když je požadavek na testování nějaké třídy z ročníku, tak zpravidla škola či učitel tělesné výchovy vybere tu nejlepší, protože je to nejjednodušší varianta (a také si „nechtějí udělat ostudu“). Z toho je patrné, že pak mohou být výsledky za danou školu velmi zkreslené. Dále je nutné si připustit ten fakt, že status tzv. fakultní školy již apriori definuje danou základní školu jako do jisté míry progresivní s touhou být lepší a do určité míry vybočovat z průměru. Takže již samotné výsledky z tohoto typu institucí mohou být samy o sobě zkreslené v rámci „celé populace škol“. Čtyřikrát se objevila dokonce stížnost na to, že nejmenované plošné testování dětí nelze časově i jinak snad ani zvládnout, tak byli v minulosti „nuceni“ použít výsledky z minulého roku nebo si je dokonce vymyslet, jen aby splnili danou „povinnost“. Myslíme si, že z hlediska vědy a výzkumu jsou toto velmi závažná zjištění a měla by se tomuto problému věnovat adekvátní pozornost.

Akademická sféra by se tedy měla zamyslet, zda příliš nezatěžuje některé školy testováním či jiným výzkumem, kdy nadměrná zátěž realizace převáží užitečnost možné zpětné vazby z výsledků šetření (je-li vůbec poskytována...).

ZÁVĚRY

Výzkum přinesl mnohá zjištění v těchto oblastech – přímá výuka tělesné výchovy – pohybová zanedbanost dětí z 1. stupně základní školy, téma bezpečnosti, problematika hodnocení a známkování ve výuce tělesné výchovy, příliš mnoho sportovních (a jiných) soutěží v průběhu školního roku, obavy z inkluze oslabených jedinců do procesu běžné výuky tělesné výchovy, problematika místy neatraktivních prostorových a materiálních podmínek pro výuku tělesné výchovy; ekonomicko-organizační hledisko – někdy velmi nízký počet cvičících jedinců. Dále byla identifikována mimovýuková témata – vzrůstající byrokracie, necitelná podpora



ze strany vedení školy, zatím ještě nedostatečné finanční ohodnocení či interpersonální vztahy mezi učiteli. Zarážející je, že témata mimo výuku byla často shledávána jako palčivější.

LITERATURA

- FIALOVÁ, L., FLEMR, L., MARÁDOVÁ, E. & MUŽÍK, V. (2014). *Vzdělávací oblast Člověk a zdraví v současné škole*. Praha: Karolinum.
- FLEMR, L. (2015). Výuka tělesné výchovy na základních školách v České republice. *Česká kinantropologie*, 19(2), pp. 56–63.
- PALÍČKA, P. (2017). *Využití moderních technologií při výuce školní tělesné výchovy*. Disertační práce. Praha: UK FTVS.
- POKORNÁ, J. & JANSÁ, P. (2015). *Výbrané poznatky z realizace školních vzdělávacích programů tělesné výchovy na základních školách*. Praha: UK FTVS.
- PUNCH, K. (2008). Úspěšný návrh výzkumu. Praha: Portál.
- Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání* (verze platná od 1. 9. 2013), úplné znění upraveného RVP ZV. Praha: MŠMT.
- TILINGER, P., & FLEMR, L. (2015). *Dílčí výsledky hodnocení studijního programu TVS na UK FTVS*. Praha: UK FTVS.

PhDr. Libor Flemr, Ph.D.

UK FTVS, J. Martího 31, 162 52 Praha 6-Veleslavín

e-mail: flemr@ftvs.cuni.cz

GEOGRAFICKÉ ASPEKTY ŽIVOTNÍHO STYLU A ŽIVOTOSPRÁVY STŘEDOŠKOLSKÝCH UČITELŮ TĚLESNÉ VÝCHOVY

GEOGRAPHICAL ASPECTS OF LIFESTYLE AND REGIMEN OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AT SECONDARY SCHOOL

KAMIL KOTLÍK, PETR JANSÁ

Katedra pedagogiky, psychologie a didaktiky TV a sportu

Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

SOUHRN

V článku uvádíme výsledky jedné z částí širšího výzkumného šetření zaměřeného na učitele středních i základních škol všech aprobací. Předkládaná část se věnuje výhradně učitelům tělesné výchovy na středních školách (v kombinaci s jinými aprobacemi či bez nich), konkrétně jejich životosprávě, dennímu režimu a vybraným komponentám životního stylu, které mají těsné spojení s oběma výše uvedenými pojmy. Vše uvedené je zároveň posuzováno z geografického úhlu pohledu, přičemž hlavními geografickými aspekty jsou velikost sídelní jednotky, v níž dotazovaní učitelé tělesné výchovy žijí, a geografická poloha této sídelní jednotky.

Výzkumné šetření bylo provedeno v celkem 37 městech České republiky, a to na základě dvoustupňového stratifikovaného výběru. Zastoupeny byly všechny základní typy středních škol, a to z jádrových i periferních oblastí. Celkový počet respondentů činil 461 osob, z čehož bylo 262 mužů a 199 žen.

Výsledky ukazují především několik hlavních zjištění. Předně se ukazuje, že velikost a geografická poloha sídla ovlivňují námi hodnocené oblasti životosprávy jako i životního stylu. Nepravidelnosti denního režimu (a tedy i porušování životosprávy) se vyskytují více ve větších sídlech. Stejně tomu je i v případě subjektivního vnímání stresu vyplývajícího z výkonu profese učitele tělesné výchovy. Na druhou stranu život se ukazuje, že mít bydliště v aglomerační zóně ještě neznamená přejímat všechny aspekty velkoměstského života. Dále lze konstatovat, že spolu s velikostí sídla a jeho geografickou polohou se mění i některé aspekty demografické struktury učitelů tělesné výchovy.

Klíčová slova: učitelé, životní styl, tělesná výchova, sídelní jednotka, urbanizační procesy

ABSTRACT

In paper, we mention results of one part of wider research inquiry focused on teachers of all teaching qualification at secondary as well as elementary school.

Presented part of this research is devoted strictly to secondary school PE teachers (with as well as without a combination of other teaching qualifications), specifically to their regimen, daily regime and those chosen components of their lifestyle which have a tight connection with the daily regime and regimen. All these facts are also assessed from the geographical point of view, where the main geographical aspect are: the size of a settlement unit in which questioned teachers live and geographical location of this settlement unit.

Our research inquiry was realized in 37 cities of Czech republic on the basis of two-staged stratified selection. This inquiry was realized in all types of secondary school – from the core areas as well as from the marginal ones. Total amount of respondents was 461 individuals, where there were 262 men and 199 women.

The results show several important findings. Firstly, it is evident that size and geographical location influence assessed components of regimen and lifestyle. Irregularities of the lifestyle (it means breaking of a regimen) are present more often in bigger cities. The same influence is present in the case of a subjective perception of the stress arising from the profession of PE teacher. On the other side, it is evident that having a place of residence in an agglomerative area still doesn't mean also the reception of all aspects of a metropolitan life. Further, we can conclude that together with a size of a city/village and its geographical location there are changing also some aspects of a demographical structure of PE teachers.

Key words: teachers, lifestyle, physical education, settlement area, urbanization processes

ÚVOD DO PROBLÉMU

V posledních dekádách prochází český venkov výraznou proměnou, která je zřetelná především v aglomeračních zónách, ale má dopady i na podobu tradičního venkova. Jedním z nejvíce viditelných aspektů tohoto procesu je změna charakteru venkovských sídel a jejich nejbližšího okolí, dále pak např. využití půdního fondu, charakter ekonomických aktivit místního obyvatelstva, mobilita obyvatelstva atp. Život na venkově se tak postupně stává odlišným od doby před třiceti či čtyřiceti lety. Stejně tak se mění i krajina měst a jejich zázemí.

Pojem venkov se také obtížně definuje, význam pojmu se mění v závislosti na časovém období a geografickém umístění. Je důležitá společenská, politická a kulturní situace na určitém místě či v určité době.

Venkov lze chápat například jako oblasti volné nezastavěné krajiny spolu s osídlením v daném prostoru. Jedná se tedy o vzájemně provázaný komplex jak venkovských sídel, tak také zemědělských a vodních ploch, lesů atp. Typickými znaky venkova jsou zpravidla řídké osídlení, početně menší sídla, vyšší zaměstnanost v priméru, specifický charakter zástavby a v neposlední řadě také určitý životní styl. V řadě případů jsou však již některé z výše uvedených znaků potlačeny či přeměněny (Chromý a kol., 2011).

Mezinárodně uznávaná metodika OECD, na jejímž základě lze vymezit venkovský a městský prostor, přihlíží především ke dvěma kritériím. Prvním z nich je hustota osídlení venkovského místa, které označuje území s hustotou zalidnění menší než 150 obyvatel/km² a druhým pak počet obyvatel – za venkov je považováno sídlo,

kde žije méně než 3 000 obyvatel. Nelze však jednoznačně rozlišit venkovskou a městskou oblast, ale je možné přibližně určit tři typy území, které můžeme považovat za venkovský prostor: příměstský venkov (obec v rámci městské aglomerace), mezilehlý venkov (prostor zahrnující zbylý venkovský prostor na daném území) a odlehlý venkov (obec charakterizována nepříznivými podmínkami pro obyvatele, zpravidla ležící na periferii zájmu okresních či krajských jader).

V současné době, následkem změn probíhajících posledních několik desítek let, dochází k jinému chápání venkova z několika důvodů. Tím prvním je podle Chromého a kol. (2011) přechod od industriální společnosti ke společnosti postindustriální, dále je to pak změna při využívání metod a ukazatelů, kterými se prostor posuzuje, v neposlední řadě je to proměna společenského prostoru vlivem vnitřních a vnějších podmínek, stávajících procesů spojených s určitými sociokulturními znaky dané společnosti a specifická interpretace. V posledních dvaceti letech dochází k vyrovnávání rozdílů mezi městem a venkovem, který je provázen urbanizačními procesy, většinou růstem okrajových částí velkých měst do tzv. městských aglomerací. Tento proces probíhá celosvětově, přesto však jednotlivé oblasti světa v něm projevují své zvláštnosti, v České republice dochází k podobnému vyrovnávání velkých měst (Praha, Brno, Ostrava aj.) s venkovem suburbanizací, především výstavbou satelitních městeček nebo širších městských aglomerací (Rejlová, 2015).

Problematickou suburbánního prostoru, jeho růstem a přeměnou jako také koexistencí s jádrovým sídlem se dlouhodobě zabývá Ouředníček (např. Ouředníček, 2000 či Ouředníček, Špačková, & Novák, 2013), dále pak Sýkora (2002) či Kostecký & Čermák (2004).

Výše uvedené geografické aspekty mohou ovlivňovat životní styl obyvatel daných lokalit. Učitelé jsou zpravidla vnímáni jako nositelé tradičních hodnot, resp. jako osoby předávající tradiční hodnoty dětem a mládeži. Toto předávání hodnot rovněž reprezentuje mezigenerační přenos obecné morálky a její kontinuitu v každé společnosti. Kromě výše uvedeného by učitelé měli být i vzory z hlediska životního stylu. V první řadě by se to samozřejmě mělo týkat učitelů tělesné výchovy. Učitelé (především učitelé tělesné výchovy) by tak měli být rezistentnější k současným výrazným změnám ve společnosti, z nichž některé jsou spojeny právě s jednotlivými urbanizačními procesy a s tím spojenými změnami v životním stylu obyvatelstva České republiky. Životním stylem učitelů tělesné výchovy ve vztahu k sídelní jednotce se zabývá např. Novotný (2006), který nachází rozdíly mezi tělocvikáři žijícími v městském prostoru a jejich kolegy na venkově, nicméně ne vždy výsledky hovoří pro venkovský prostor (např. v oblasti konzumace návykových látek). Celkově práce Novotného (2006) neprokázala větší zastoupení negativních komponent životního stylu mezi učiteli z měst. Vzhledem k současným velice rychlým změnám v životním stylu v aglomeračních či konurbačních zónách jsme tak zaměřili naše šetření orientované na životní styl právě na učitele tělesné výchovy.

METODIKA

Výzkumné šetření bylo zaměřeno na získání informací o životosprávě a denním režimu učitelů tělesné výchovy na středních školách v rámci širšího výzkumného úkolu PROGRES Q 17 řešeného na UK FTVS. Dílčí úkoly se pak týkaly analýzy a komparací vybraných položek – rodinného stavu, denního režimu, stravování, pravidelnosti spánku, prožívání stresu aj. z pohledu velikosti místa bydliště učitelů.

K získávání dat jsme využili „Dotazník pro pedagogy“, který prošel pilotáží a byl upraven pro potřeby výzkumného šetření, podrobněji srov. Jansa, Kotlík, & Němec (2014). Celkově dotazník obsahoval 30 otázek rozčleněných do čtyř oblastí – a. životospráva, b. denní režim, c. pohybové aktivity, d. identifikační údaje včetně seznamu pohybových aktivit a sportů.

Výzkumný soubor tvořili učitelé tělesné výchovy ze středních škol z celé ČR (zastoupeny byly všechny kraje), kdy výběr byl proveden proporčním stratifikovaným výběrem. Celkem se výzkumného šetření zúčastnilo 37 středních škol (gymnázia, střední odborné školy a střední odborná učiliště). Dotazník vyplňovali učitelé i jiných aprobací, respektive všichni, kteří tvořili daný učitelský sbor. Pro naše sdělení analyzujeme pouze soubor učitelů s aprobací tělesné výchovy.

Šetření se zúčastnilo celkem 461 středoškolských učitelů a učitelek tělesné výchovy (v kombinaci s dalšími aprobacemi či bez nich). Skladbu učitelů podle pohlaví a zároveň velikosti sídla ilustruje tabulka 1.

Z níže uvedené tabulky vyplývá, že nejvíce dotázaných učitelů tělesné výchovy pracovalo ve městech od 5 001 do 20 000 obyvatel a také ve městech se 100 001 až 1 000 000 obyvatel, nejméně naopak ve městech střední velikosti, konkrétně od 20 001 do 100 000 obyvatel. Po analýze řady odborných pramenů jsme se rozhodli do této kategorie zařadit i České Budějovice a Ústí nad Labem, i když dle oficiálních pramenů nedosahují počtu 100 000 obyvatel, neboť reálný počet obyvatel, kterým musí dané město zajistit infrastrukturu a další potřebné služby a kteří v něm během dne reálně pobývají je výrazně vyšší než 100 000 obyvatel.

Tabulka 1
Složení výzkumného souboru podle pohlaví a velikosti sídla

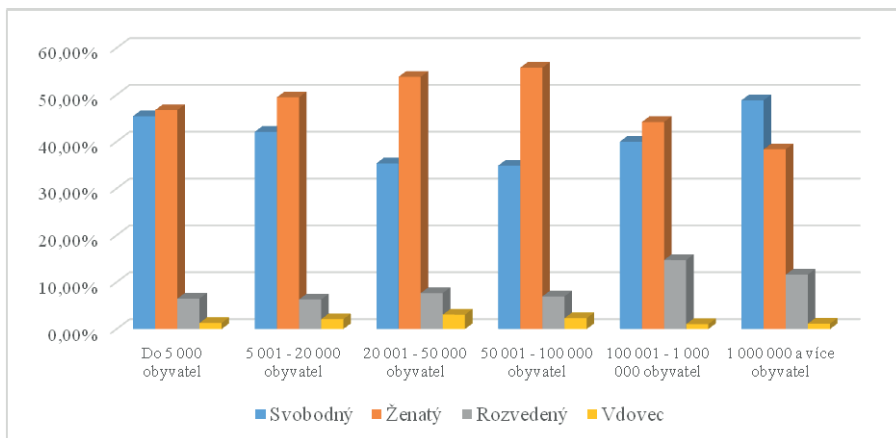
Velikost místa bydliště	Muži	Ženy	Celkem
Do 5 000 obyvatel	37	40	77
5 001–20 000 obyvatel	63	32	95
20 001–50 000 obyvatel	36	29	65
50 001–100 000 obyvatel	24	19	43
100 001–1 000 000 obyvatel	63	32	95
1 000 000 a více obyvatel	39	47	86
Celkem	262	199	461

Celkově mezi dotázanými převažují muži (262 mužů oproti 199 ženám), což není pro školství typické, nicméně tělesná výchova je obor s tradičně vyšším indexem maskulinity. Počet dotázaných učitelů z jednotlivých velikostních kategorií sídel je však značně vyrovnaný z mimopražských škol je převážně vyrovnaný, což je výhodou pro následnou analýzu a umožňuje to i vzájemnou komparaci.

VÝSLEDKY A DISKUSE

První oblastí našeho zájmu byla struktura učitelů podle jejich rodinného stavu. Jedná se sice o demografický údaj, nicméně se však těsně váže k životnímu stylu a výrazně jej ovlivňuje, v některých případech jej může dokonce determinovat (např. současný fenomén singles atp.). V rámci našeho šetření pracovalo na středních školách

nejvíce svobodných učitelů žijících v Praze (48,84 %) a v sídlech nejmenší velikostní kategorie, tj. do 5 000 obyvatel (45,45 %). Komplexní obraz poskytne graf 1.



Graf 1

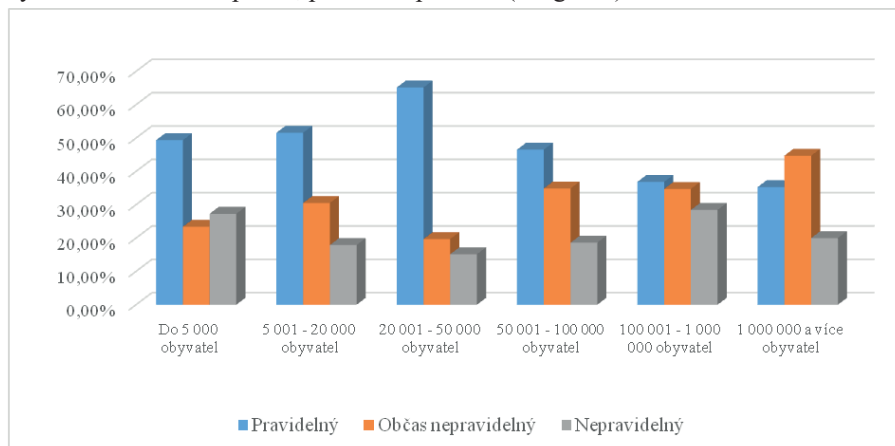
Rodinný stav středoškolských učitelů tělesné výchovy podle velikosti místa bydliště

Toto zjištění plně odpovídá současným urbanizačním procesům, kdy mladí lidé po vystudování vysoké školy zůstávají často v daném městě a nevracejí se do místa bydliště svých rodičů (vysokoškolsky vzdělaných pedagogů vyučovalo tělesnou výchovu na středních školách v rámci našeho šetření 97,18 %, což je velice pozitivní výsledek). Tito mladí lidé se ve velké míře také stěhují do suburbii, která na jednu stranu nabízejí venkovský vzhled, blízkost přírody, zdravější životní prostředí a klid, na druhou stranu však také umožňují městský způsob života, na který jsou tyto noví přistěhovalci zvyklí, a fungují tak v zásadě jako pouhé noclehárny pro pracovníky velkých měst s bonusem víkendového bydlení v přírodě. Tento fenomén se uplatňuje především v zázemí velkých měst, kdy se výrazně rozrůstají aglomerační zóny. V rámci našeho šetření byly v kategorii do 5 000 obyvatel do výzkumného souboru zařazeny 4 školy, z toho byly 2 z aglomeračních zón a 2 z tzv. vnitřní periferie, kde zůstávají především starší obyvatelé a mladší se stěhují z různých ekonomických i sociálních důvodů pryč. Pojem vnitřní periferie detailně analyzují např. Bernard & Šimon (2017), případně Hampl & Marada (2015), problematice se dále věnuje řada autorů, např. Ouředníček, Špačková, & Feřtová (2011) či Havlíček & Chromý (2001). I přesto vykazuje tato sídelní kategorie druhý nejvyšší podíl svobodných středoškolských učitelů.

Nejvyšší podíly ženatých, resp. vdaných vykazují města střední velikosti (uvažováno v intencích českého prostředí). V případě kategorie 50 001 až 100 000 obyvatel je to 55,81 %, pro města s počtem obyvatel 20 001 až 50 000 je to 53,85 %. V těchto městech jsme rovněž zjistili vyšší podíl starších učitelů tělesné výchovy mezi dotázanými. Zajímavým zjištěním je rovněž téměř dvojnásobný počet rozvedených mezi učiteli z velkých měst (cca 13 % oproti průměrně 7 % rozvedených z ostatních sídel).

Součástí dotazníku byly rovněž otázky zjišťující význam sportu a pohybových aktivit pro život respondentů, místo daných aktivit v jejich životě a vlastní aktuální pohybovou aktivitu či sport. Ve všech třech případech dosáhly jednoznačně kladné odpovědi výše minimálně 97,83 %, což je sice potěšitelné, ale v zásadě také očekávatelné, proto nebudeme dané výsledky dále analyzovat.

Další oblastí, kterou jsme se zabývali, je životospráva učitelů tělesné výchovy na středních školách, konkrétně denním režimem, realizací ranního cvičení, pravidelností stravování, kouření, alkoholu a frekvenci vystavení jednotlivce stresu. Nejprve se budeme zabývat pravidelností denního režimu ve smyslu pravidelného a časově vyváženého střídání spánku, práce a odpočinku (viz graf 2).



Graf 2

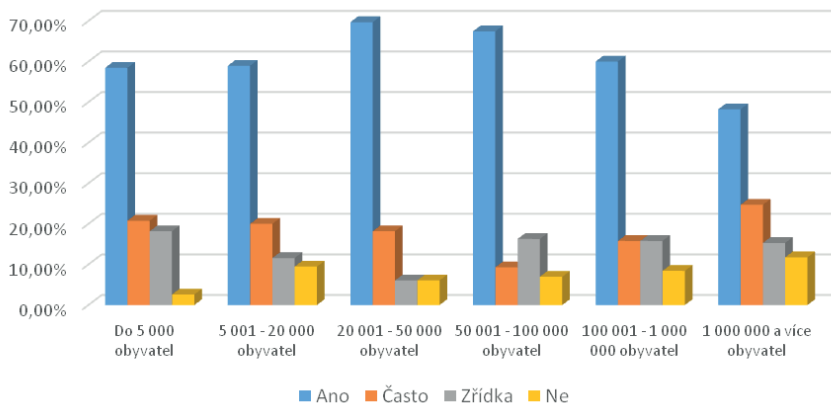
Denní režim v posledním půl roce (spánek, práce a odpočinek) učitelů tělesné výchovy na středních školách podle velikosti místa bydliště

Prvním zajímavým zjištěním je, že až do sídel velikosti 50 000 obyvatel podíl pravidelného denního režimu roste, dále pak spolu se zvětšující se velikostí sídla klesá. V tomto případě není příliš zřetelný vliv městského způsobu života v aglomeračních zónách, nicméně se potvrzuje předpoklad o vlivu velikosti sídla, kdy život ve velkoměstě vykazuje odlišnou dynamiku od života v menších sídlech (Gondová, 2004). Výše uvedený trend narušuje pouze vysoký podíl pražských tělocvikářů s občasnou nepravidelností denního režimu.

Stran ranního cvičení, toto realizuje pravidelně pouze velice málo dotázaných. Nejvyššího skóru dosahují tělocvikáři z měst mezi 5 001 a 100 000 obyvateli (všechny 3 kategorie sídel vykazují cca 30 % pravidelně cvičících středoškolských učitelů tělesné výchovy. Vůbec pak nejčastěji necvičí dotázaní učitelé z velkých měst (100 001 a více obyvatel). V případě Prahy je to 57,65 %, v případě měst mezi 100 001 a 1 000 000 obyvatel činí podíl necvičících dokonce 68,42 %. Tyto výsledky odpovídají i celkovému dennímu režimu, který byl analyzován výše v textu.

S pravidelností celkového denního režimu je úzce spojena i pravidelnost stravování a rozložení hlavních jídel během dne. Tomu se věnuje graf 3. Situace, kterou předem

zmíněný graf dokumentuje, plně odpovídá předchozímu grafu 2 věnujícímu se dennímu režimu. Až do sídel velikosti 50 000 obyvatel podíl pravidelného denního režimu roste, dále pak spolu se zvětšující se velikostí sídla klesá. Vliv velkoměsta je tak velice zřetelný.

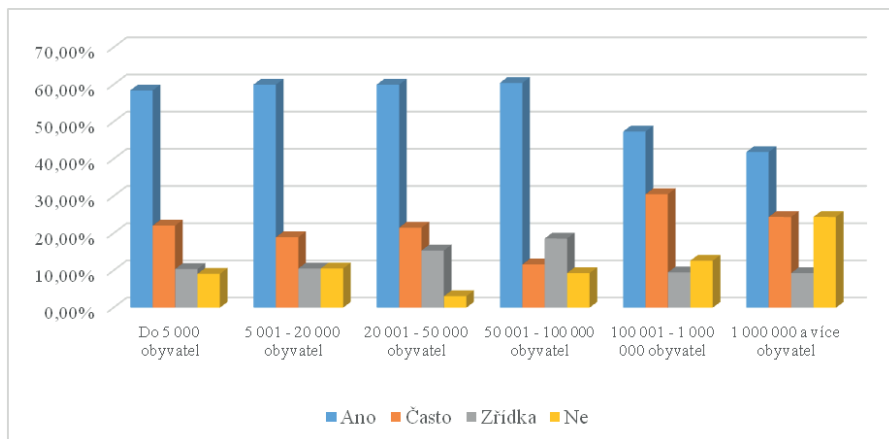


Graf 3

Pravidelnost stravování učitelů tělesné výchovy působící na středních školách podle velikosti místa bydliště

Podíly pravidelně se stravujících jsou obecně poměrně vysoké, toto pozitivní zjištění je však nutno zmírnit, protože u osob vyučujících tělesnou výchovu by měla být tato skutečnost spíše očekávatelná, navíc rozdíl mezi městy střední velikosti a Prahou je v oblasti pravidelnosti stravování tělocvikářů větší než 20 %! Konkrétně se ve městech s 20 001 až 50 000 obyvateli stravuje pravidelně 69,70 % dotázaných středoškolských učitelů tělesné výchovy, v Praze však tento podíl činí pouze 48,24 %. Pravidelně se stravujících tělocvikářů je tam dle našeho zjištění méně než polovina. To vůbec neodpovídá společenským očekáváním, která máme s tímto zodpovědným a náročným povoláním spojena.

Prakticky totožné výsledky vykazuje oblast pravidelnosti spánku, které se věnuje graf 4. Podíly dotázaných učitelů tělesné výchovy na středních školách, kteří uvádějí, že mají pravidelný spánek je vysoký u obyvatel sídlé do 100 000 obyvatel, respektive setrvale nepatrně stoupá (od 58,44 % u obcí do 5 000 obyvatel do 60,47 % u měst s 50 001 až 100 000 obyvateli). V poslední jmenované kategorii však evidujeme již pouze poloviční počet odpovědí „často“ (11,63 % oproti cca průměrně 21 % v předchozích třech velikostních kategoriích obcí). Je zde tedy již zřetelný pokles pravidelnosti spánku. Ve velkoměstech pak podíl tělocvikářů na středních školách s pravidelným klesá nejprve na 47,37 % dotázaných v kategorii měst se 100 001 až 1 000 000 obyvatel a následně dokonce na 41,86 % dotázaných v Praze. Rozdíl oproti malým městům je zde až 20 %!

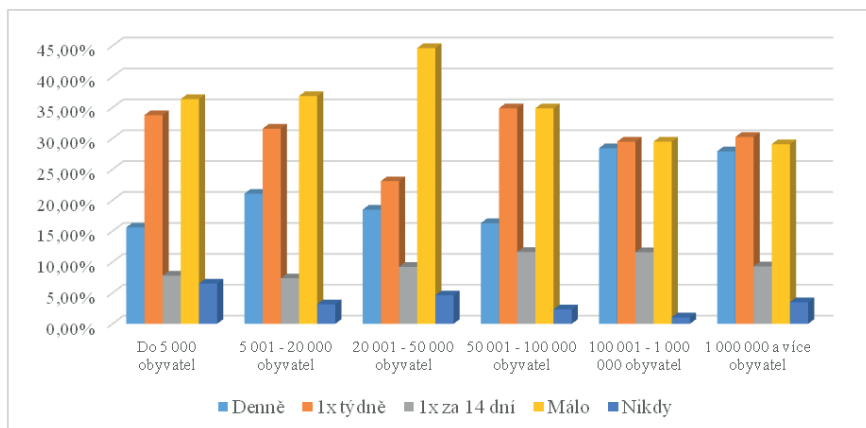


Graf 4

Pravidelnost spánku učitelů tělesné výchovy na středních školách podle velikosti místa bydliště

Životosprávu a životní styl významně ovlivňuje také vystavení jedince stresu a psychická odolnost každého z nás, případně techniky vyrovnání se se stresem (Hošek, 2001). Tématu frekvence, se kterou se učitelé tělesné výchovy na středních školách dostávají do stresových situací, jež vyplývají z výkonu jejich povolání, se věnuje graf 5.

Nejvyšší hodnoty každodennímu vystavení pracovnímu stresu uvádějí učitelé z měst nad 100 000 obyvatel včetně Prahy (dané hodnoty dosahují 28,42 %, resp. 27,91 % v případě Prahy). Rozdíl oproti nejnižšímu skóru, kterého dosáhli učitelé z obcí do 5 000 obyvatel (15,58 %), tak činí takřka 13 %. Vzhledem k tomu, že mezi tělocvikáři z výše zmíněných největších a nejmenších obcí není zřetelný rozdíl v odpovědi „1x týdně“, což lze považovat také za časté a pravidelné působení stresu v práci (rozdíl činí max. cca 4 %), lze konstatovat, že práce ve velkoměstě je spojena s vyšší mírou stresu. To je v souladu s obecně vyšší dynamikou života ve velkých sídlech. Zajímavý je také nízký podíl odpovědi „1x za 14 dní“. Domníváme se, že tato kategorie dostatečně nerozlišuje a je významově spojena s odpovědí „málo“, v níž podíl kladných odpovědí opět stoupá až do sídel velikosti max. 50 000 obyvatel a pak setrvale klesá, přičemž rozdíl mezi městy s 20 001 až 50 000 obyvateli a Prahou činí více než 15 %!

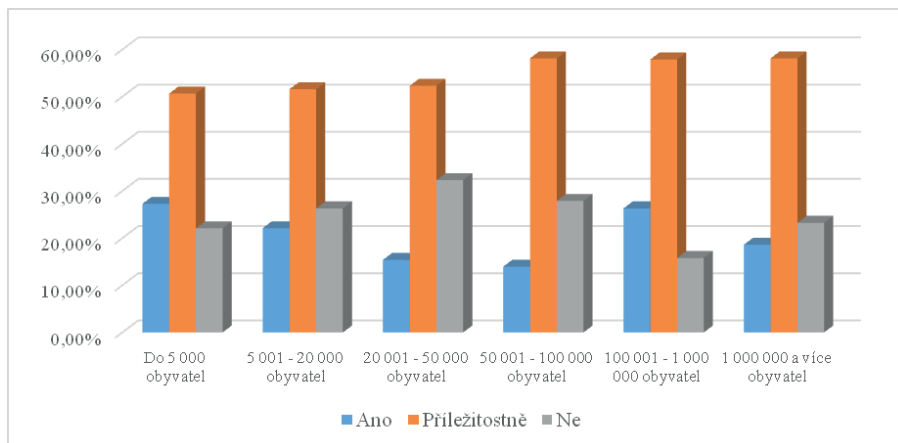


Graf 5

Četnost stresových situací vyplývajících z výkonu povolání mezi středoškolskými učiteli tělesné výchovy podle velikosti místa bydliště

Do životosprávy, ale i do životního stylu neodmyslitelně patří i případné užívání návykových látek či dokonce závislost na nich. Kouření je méně časté než u běžné populace, kdy pravidelných kuřáků je mezi dotázanými učiteli tělesné výchovy na středních školách v sídlech všech velikostních kategorií pouze mezi 8,14 % (Praha) a 11,63 % (města s 50 001 až 100 000 obyvateli). Dle údajů Státního zdravotního ústavu (Sovinová, Sadílek, & Csémy, 2012) kouří pravidelně 24,20 % české populace mezi 15 a 64 lety (alespoň 1 cigareta denně). Mezi tělocvikáři je rovněž poměrně nízký podíl osob s nadváhou, rozdíly jsou však v tomto případě poměrně značné (13,95 % v Praze a 4,65 % ve městech s 50 001 až 100 000 obyvateli). Je ale nutno vzít v úvahu vyšší možnou míru subjektivního zkreslení v případě této citlivé otázky. Podle Státního zdravotního ústavu již v roce 2007 mělo nadváhu více než 50 % dospělé populace (<http://www.szu.cz/tema/podpora-zdravi/nadvaha-a-obezita-1>) a podle longitudinální studie serveru obezita.cz (Kollerová, 2017) mělo v roce 2013 nadváhu či přímo obezitu 55 % dospělé populace. Námi zjištěné údaje je tak možno vnímat jako pozitivní, nicméně toto se netýká již zmíněných pražských středoškolských učitelů tělesné výchovy.

V případě požívání alkoholu (viz graf 6) klesá podíl pravidelné konzumace od nejmenších obcí (27,27 %) až k městům s 50 001 až 100 000 obyvateli (13,95 %) a pak opět stoupá ve velkých městech (26,32 % v městech s 100 001 až milionem obyvatel a v 18,60 % v Praze). Toto odpovídá zjištěním stran rodinného stavu a věkové struktury učitelů v suburbánních zónách a ve velkoměstech (viz např. graf 1). Abstinentů je mezi středoškolskými učiteli tělesné výchovy nejvíce ve městech střední velikosti, která můžeme v ČR považovat i za spíše konzervativní prostředí. Celkově je počet abstinentů mezi tělocvikáři vyšší, než je tomu běžné mezi ostatní českou populací a naopak počet pravidelných konzumentů nižší. Vejmelková (2008) uvádí 3,6 % abstinentů a 32,7 % pravidelných konzumentů.



Graf 6

Konzumace alkoholu středoškolskými učiteli tělesné výchovy podle velikosti místa bydliště

ZÁVĚRY

Z výše uvedených výsledků vyplývá především několik základních skutečností. Prvním z nich je, že prakticky všechny hodnocené oblasti životního stylu a životosprávy učitelů tělesné výchovy na středních školách jsou spolu ve shodě. Životosprávu dle našeho šetření mají lepší tělocvikáři z menších a středních sídel, naopak ve velkých městech (na české poměry) učitelé tělesné výchovy životosprávu dodržují výrazně méně. Lze tak vnímat nepravidelnost většiny komponent denního režimu ve velkoměstech, což odpovídá vyšší dynamice života v těchto sídlech. Velice důležitým zjištěním je také výrazně vyšší míra vnímání stresu plynoucího z výkonu profese ve velkých městech.

Dalším zjištěním je odlišná struktura učitelů z hlediska rodinného stavu v jednotlivých velikostních kategoriích sídel. Toto je v souladu se současnými urbanizačními procesy a růstem suburbii kolem velkých měst.

Velikost sídla a jeho geografická poloha tedy ovlivňují životosprávu a denní režim učitelů tělesné výchovy, stejně tak i jejich životní styl. Otázkami míry daného vlivu, resp. potenciální závislosti, se bude zabývat další šetření.

LITERATURA

- BERNARD, J., & ŠIMON, M. (2017). Vnitřní periferie v Česku: Multidimenzionalita sociálního vyloučení ve venkovských oblastech. *Sociologický časopis/Czech Sociological Review*, 53(1), 3–28.
- GONDOVÁ, G. (2004). Životný styl obyvatelů v suburbánnej zóne Prahy. Magisterská práce. Praha: PFF UK.
- HAMPL, M., & MARADA, M. (2015). Sociogeografická regionalizace Česka. *Geografie*, 120(3), 397–421.
- HAVLÍČEK, T., & CHROMÝ, P. (2001). Příspěvek k teorii polarizovaného vývoje území se zaměřením na periferní oblasti. *Geografie*, 106(1), 1–11.
- HOŠEK, V. (2001). *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum.
- CHROMÝ, P., JANČÁK, V., MARADA, M., & HAVLÍČEK, T. (2011). Venkov – žitý prostor: regionální diferenciace percepce venkova představiteli venkovských obcí v Česku. *Geografie*, 116(1), 23–45.

- JANSA, P., KOTLÍK, K., & NĚMEC, J. (2014). *Komparace názorů a postojů české veřejnosti k životosprávě, pohybovým aktivitám a sportu*. Praha: Karolinum.
- KOSTELECKÝ, T., & ČERMÁK, D. (2004). *Metropolitan Areas in the Czech Republic – Definitions, Basic Characteristics, Patterns of Suburbanisation and Their Impact on Political Behaviour. Sociologické studie*. Praha: Sociologický ústav AV ČR.
- OUŘEDNÍČEK, M. (2000). Teorie stádií vývoje měst a diferenciální urbanizace. *Geografie*, 105(4), 361–369.
- OUŘEDNÍČEK, M., ŠPAČKOVÁ, P., & FEŘTOVÁ, M. (2011). „Změny sociálního prostředí a kvality života v depopulačních regionech České republiky. *Sociologický časopis/Czech Sociological Review*, 47(4), 777–803.
- OUŘEDNÍČEK, M., ŠPAČKOVÁ, P., & NOVÁK, J. (2013). *Sub Urbs: krajina, sídla a lidé*. Praha: Academia.
- REJLOVÁ, T. (2015). *Třídní učitel v současné venkovské škole*. Magisterská práce. Olomouc: PF UP.
- SÝKORA, L. (2002). *Suburbanizace a její sociální, ekonomické a ekologické důsledky*. Praha: Ústav pro ekopolitiku.
- VEJMĚLKOVÁ, L. (2008). *Statistické zpracování výzkumu konzumace alkoholu*. Bakalářská práce. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita, Provozně ekonomická fakulta.

Internetové zdroje

- KOLLEROVÁ, M. (2017). *Výskyt obezity v ČR od roku 2000 do 2013*. Dostupné z <http://www.obezita.cz/obezita/vyskyt/vyskyt-obezity-v-cr-od-roku-2000-do-2013-2/>.
- NOVOTNÝ, J. (2006). *Životní styl učitelů tělesné výchovy*. Magisterská práce. Praha: Pedagogická fakulta. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/3809/DPTX_2005_2_11410_OSZD001_62820_0_20729.pdf?sequence=1.
- SOVINOVÁ, H., SADÍLEK, P., & CSĚMÝ, L. (2012). *Vývoj prevalence kouření v dospělé populaci ČR: Názory a postoje občanů ČR k problematice kouření (období 1997–2011)*. Dostupné z <http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/zavislosti/koureni/zprava-kuractvi-2011.pdf>.
- Státní zdravotní ústav (2013). *Nadváha a obezita*. Dostupné z: <http://www.szu.cz/tema/podpora-zdravi/nadvaha-a-obezita-1>.

PhDr. Kamil Kotlík, Ph.D.

UK FTVS, J. Martího 31, 162 52 Praha 6-Veleslavín

e-mail: kotlik@ftvs.cuni.cz

NÁZORY UČITELŮ NA STANDARDY TĚLESNÉ VÝCHOVY¹

OPINIONS OF TEACHERS ON PHYSICAL EDUCATION STANDARDS

ROSTISLAV HAVEL, LUDMILA FIALOVÁ,
KATEŘINA JASANSKÁ

Katedra pedagogiky, psychologie a didaktiky TV a sportu
Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

SOUHRN

Pracovní skupinou pod vedením Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy byl vytvořen návrh Standardů základního vzdělávání i pro obor Tělesná výchova. Tento evaluační prvek představuje podpůrný materiál pro učitele k ověření, zda je cílů tělesné výchovy na úrovni 5. a 9. ročníku dosahováno. Z pohledu školy je podstatná možnost využití tohoto podpůrného materiálu v praxi. Učitelé hrají při implementaci standardů zásadní roli, proto je důležitý jejich postoj, znalost a samotné uchopení standardů v rámci výuky. Cílem studie bylo zmapovat názory učitelů na problematiku tělovýchovných standardů. Šetření se zúčastnilo 266 učitelů tělesné výchovy na základní škole. Výsledky ukázaly na souhlas učitelů s ověřováním standardů pro tělesnou výchovu. Nejvíce se přiklání k alternativě, aby ověřování probíhalo dobrovolně v rámci tzv. školního testování. Zároveň preferují, aby předvedení pohybových činností tvořilo hlavní hodnotící složku při ověřování standardů. Výzkum současně odhalil nízkou obeznámenost učitelů s navrhovanými standardy.

Klíčová slova: vzdělávací standardy, učitel TV, základní škola, ověření

ABSTRACT

The work group under the Ministry of Education, Youth and Sports prepared the draft of the Elementary Education Standards also for the field of Physical Education. This evaluation element presents a supporting material for teachers that helps them check whether the objectives of physical education at the level of the 5th and 9th grades are achieved. From the school's point of view, the option to use this supporting material in practice is substantial. Teachers play a fundamental role in the implementation of the standards, therefore their attitude, knowledge and grasping of standards in their lessons are important. The aim of the study was to map the opinions of teachers on the issue of physical education standards. The survey included 266 elementary physical education teachers. The results showed that teachers agree with the verification of standards for physical education. The most favoured alternative was to perform the

¹ Výzkum byl podpořen Grantovou agenturou Univerzity Karlovy (projekt č. 1056718 – Standardizace evaluačního nástroje pro ověřování standardu základního vzdělávání v oboru tělesné výchovy); s podporou projektu PROGRES Q19.

verification voluntarily within school testing. At the same time, they also prefer to include the performance of physical activities as the main evaluation element when verifying the standards. The survey also showed low awareness of teachers of the proposed standards.

Key words: educational standards, PE teacher, elementary school, verifying

ÚVOD

Přibližně od 90. let 20. století byla v mnoha zemích, včetně České republiky, realizována decentralizace školských systémů. S touto vlnou se podle Veselého (2013) jeví jako nemožné ignorovat perspektivy různých aktérů, zejména pak učitelů, ředitelů, rodičů a místních politiků. Mnozí vedoucí představitelé škol uznávají potřebu zajistit, aby byli učitelé efektivní. Proto je žádoucí se zabývat přímým propojením žákovských výsledků k hodnocením učitelů, a to zejména v oblasti, kde nejsou v současné době používány standardizované testy (Mercier & Doolittle, 2013). V tomto procesu mohou být evaluační standardy důležitým prvkem. Sama tělesná výchova, z které vychází návrh Standardů základního vzdělávání oboru Tělesná výchova (Standard TV), má při hodnocení jistá specifika a kritéria. V tělesné výchově je velmi důležité motivační hodnocení žáků, které vychází ze somatotypu žáka a je postaveno na posuzování osobních výkonů každého jednotlivce a jejich zlepšování bez paušálního porovnávání žáků podle výkonových norem (tabulky, grafy aj.), které neberou v úvahu růstové a genetické předpoklady a aktuální zdravotní stav žáků (Fialová, 2014).

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ve svém materiálu „*Hlavní směry strategie vzdělávací politiky České republiky do roku 2020**“ (MŠMT, 2013b) představuje jeden z hlavních cílů tak, že chce formulovat ověřitelné standardy jako předpoklad zajišťování kvality. K tomuto kroku směřuje hlavní zamýšlené opatření: Nastavit standardy tak, aby bylo možné propojit monitorování výsledků a přidáné hodnoty škol i s poskytováním zpětné vazby učitelům a žákům z pohledu jejich pokroku ve vzdělávání. V roce 2013 došlo k zařazení Standardů základního vzdělávání do Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání (RVP ZV). Záměrem Standardů základního vzdělávání je napomoci učitelům, školám, rodičům i žákům při naplňování vzdělávacích cílů a stát se oporou pro hodnocení žáků. Z pohledu školy je důležitá možnost využití tohoto podpůrného materiálu v praxi.

Standardy TV jsou tvořeny indikátory, které vycházejí z očekávaných výstupů vzdělávacího oboru. Indikátory kladou důraz na vymezení minimální úrovně základních znalostí, pohybových i organizačních dovedností a na jejich nejjednodušší aplikace při konkrétních pohybových činnostech žáků. Ilustrativní úlohy by měly sloužit jako příklad toho, jak lze ověřovat, že je cílů tělesné výchovy na úrovni 5. a 9. ročníku dosahováno se všemi žáky (s většinou žáků) (MŠMT, 2013a). Indikátory jsou formulovány pro učitele, oni s nimi pracují a měli by jim rozumět. Ilustrativní úlohy jsou pak určeny prostřednictvím učitelů žákům a měly by být srozumitelné především jim (MŠMT, 2013a). V roce 2016 byl vydán podpůrný materiál „Metodické komentáře ke standardům pro základní vzdělávání – Tělesná výchova“ (Polívka, 2016), který komentuje ilustrativní úlohy na třech úrovních obtížnosti – minimální, optimální, excelentní. Umožňuje učitelům orientačně posoudit úroveň zvládnutí dané problematiky celou třídou či pouze jednotlivými žáky.

Učitelé tělesné výchovy nejsou jen realizátory dvou vyučovacích hodin týdně. Standardy tělesné výchovy představují významný evaluační prvek, který může učitelům, žákům, rodičům i vedení školy nabídnout hodnotící kritéria pro to, zda je cílů tělesné výchovy dosahováno či nikoliv. A tak tvoří důležitý nástroj akontability pro učitele tělesné výchovy. Velká část vzdělávacích koncepcí míří přímo do škol a záleží tedy na učitelích, zdali se přizpůsobí požadovanému chování (úspěšná implementace), či nikoliv (neúspěšná implementace) (Frödová, 2017).

Stejnou paralelu shledáváme i v případě Standardů TV. Případná implementace ověřování Standardů TV samozřejmě vyžaduje další práci. Pokud učitel změně dostatečně nerozumí, nebo je dokonce v rozporu s jeho přesvědčením, s velkou pravděpodobností nebudou takovýmito učiteli standardy přijaty. Ideologie, historie pronikající do filozofie učitelů a jejich školních souvislostí, vytváří určitý kontext (Alfrey, O'Connor, & Jeanes, 2017), který nakonec může diktovat proces aplikace tělovýchovných standardů ve školní praxi. Proto cílem našeho výzkumu bylo prostřednictvím dotazníkového šetření zjistit názory učitelů TV na problematiku spojenou se standardy tělesné výchovy. Zároveň jsme hledali odpověď na výzkumnou otázku: Sledují učitelé TV změny v RVP spojené s návrhem standardů TV?

METODIKA

Výzkumný soubor

Cílovou skupinou v rámci výzkumného šetření byli učitelé vyučující tělesnou výchovu na druhém stupni základní školy. Celkově se dotazování zúčastnilo 266 pedagogických pracovníků, z toho 121 mužů a 145 žen. Tři čtvrtiny dotazovaných učitelů (N = 200) má aprobaci pro výuku TV a jedna čtvrtina (N = 66) učí tělesnou výchovu na ZŠ bez aprobace. Tělesnou výchovu v kombinaci s jiným předmětem mělo 174 učitelů a 26 učitelů mělo samostatnou aprobaci pro výuku TV. Stratifikovaný výběr byl proveden ve všech krajích včetně hl. města Prahy.

Organizace výzkumu

Prezentované dílčí šetření bylo součástí rozsáhlejšího výzkumu „Ověření navrhovaných standardů pro tělesnou výchovu ve školní praxi“ (Havel, 2016). V rámci organizace tohoto výzkumu byl rozeslán e-mail s uvedením základních informací o výzkumném šetření a odkazem na webovou adresu projektu. Administrace dotazníků byla uskutečněna přes webové rozhraní online systému Survio (<http://www.survio.com/cs/>), který zároveň umožnil částečnou analýzu jednotlivých odpovědí a report souhrnných výsledků. Systém Survio zaznamenal u elektronického dotazníku pro učitele 620 návštěv, přičemž 265 osob dotazník nedokončilo a 89 návštěvníků si dotazník pouze zobrazilo. Celková úspěšnost vyplnění dotazníku činí 42,9 %.

Dotazník

Anonymní dotazník určený učitelům obsahoval 16 otázek. Dotazník zahrnoval uzavřené položky s výjimkou poslední otázky, kde se mohli respondenti vyjádřit k řešené problematice. Dotazník byl rozdělen na tyto části: základní demografické údaje respondenta; znalost, funkce a potřebnost standardu TV v českém prostředí; ověřování standardů TV ve školní praxi; garanti ověřování standardů TV. Struktura dotazníku vznikla modifikací dotazníku (ankety), který byl použit k získání informací

v rámci připomínkového řízení Standardů vzdělávacích oborů základního vzdělávání a podkladu pro diskusi ke Strategii vzdělávací politiky do roku 2020: Ověřitelné standardy jako předpoklad zajišťování kvality vzdělávání (MŠMT, 2013c).

Zpracování dat

Data z dotazníků byla podrobena kontrole z hlediska správnosti načtených dat a správnosti přiřazení. Následně byla zkontrolována data zpracována matematicko-statistickými procedurami. K analýze dat byl využit software MS Excel 2013 a internetová platforma Survio umožňující statistickou analýzu dat získaných z online dotazníku vytvořeného v tomto prostředí. Zpracování a interpretace dotazníkového šetření u učitelů jsme provedli kvantitativním vyhodnocením uzavřených otázek, spočítáním absolutní četnosti a procent. Pro lepší přehlednost jsme číselné informace uvedli do grafu nebo do tabulky. Interpretace otevřené položky byla strukturována podle odpovědí respondentů na kategorie souhlasu nebo nesouhlasu k návrhu tělovýchovných standardů.

VÝSLEDKY

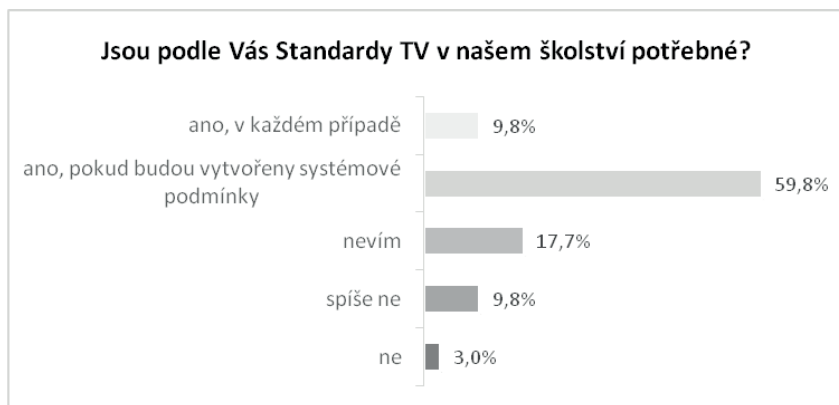
Jedna z prvních otázek zjišťovala, kolikaletou praxi mají respondenti s výukou TV na základní škole. Nejvíce učitelů, kteří se zúčastnili výzkumu, spadá do kategorie 1–5 let praxe (35,7 %). Dvě kategorie (6–10 let a více než 20 let) jsou obsazeny téměř srovnatelným počtem vyučujících, a to 19,5 %, resp. 18,8 % učitelů. Kategorie 11–20 je zastoupena 25,9 % respondenty. Celkem je v souboru zastoupeno 44 % učitelů nad 10 let praxe.



Graf 1

Znalost obsahu Standardu pro základní vzdělávání oboru Tělesná výchova

V grafu 1 uvádíme obeznámenost učitelů s obsahem standardu TV. Necelá polovina respondentů (45,9 %, $n = 122$) zná standardy TV pouze okrajově. Vůbec nezná standardy TV 15,4 % ($n = 41$) dotazovaných učitelů. Čili 61 % učitelů téměř nezná zmíněné standardy. Třetina výzkumného souboru ($n = 84$) standardy TV zná bez preference, zda dobře či málo. O obsahu standardů TV ví poměrně hodně pouze 11 respondentů. Ještě méně učitelů ($n = 8$) zná standardy TV velmi dobře.



Graf 2

Názory učitelů TV na potřebnost Standardů TV v našem školství

Názor učitelů na potřebnost standardů TV v českém školství prezentuje graf 2. Výzkum naznačuje spíše pozitivní směr. Odpověď „ano“ zaškrtnlo dohromady 185 (70 %) učitelů. Z toho 159 (59,8 %) „ano“ s podmínkou, že budou vytvořeny systémové podmínky a 26 (9,8 %) „ano v každém případě“. Rezolutně proti standardům TV je 8 respondentů a 26 je spíše proti. Neutrální postoj k potřebě standardů TV v našem školství má 47 (17,7 %) učitelů.

Tabulka 1

Funkce Standardu TV podle učitelů TV

Co by měl Standard TV plnit? (přidávejte body podle důležitosti: 5 = nejdůležitější, 1 = nejméně důležité)	1 bod	2 body	3 body	4 body	5 bodů
Sledovat vývoj výkonu žáka (např. srovnávat žákův stav v 5. třídě s jeho stavem v 9. třídě).	(31) 11,6 %	(26) 9,8 %	(61) 22,9 %	(57) 21,5 %	(91) 34,2 %
Norma stanovující, co by měl každý žák v ČR znát v oboru Tělesné výchovy.	(25) 9,3 %	(43) 16,2 %	(78) 29,3 %	(71) 26,6 %	(50) 18,7 %
Zajistit, aby nedocházelo k velkým rozdílům mezi úrovní znalostí žáků v různých školách.	(32) 12,0 %	(39) 14,7 %	(99) 37,2 %	(63) 23,7 %	(33) 12,4 %
Srovnání se Standardy v dalších zemích, aby bylo možné mezinárodní srovnání.	(53) 19,9 %	(64) 24,1 %	(90) 33,8 %	(42) 15,8 %	(17) 6,4 %

Nejdůležitější funkci standardu TV učitelé spatřují v tom, aby sledoval vývoj výkonu žáka v průběhu povinné školní docházky, kdy škálu 5 (nejdůležitější) přidělilo této funkci 34 % učitelů. Naopak pouze 6 % respondentů pokládá za nejdůležitější funkci možnost mezinárodního srovnávání. Norma stanovující, co by měl každý žák v ČR znát v oboru Tělesné výchovy, je dle respondentů druhou hlavní funkcí, kterou by měl evaluační standard TV plnit (důležitost 3–29 %, důležitost 4–27 %). Ve třetím (středním) pásmu důležitosti získala nejvíce procentuálních bodů možnost, aby nedocházelo k velkým rozdílům mezi úrovní znalostí žáků v různých školách (37 %).

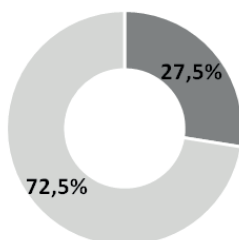
Tabulka 2

Názor učitelů na ověřování Standardů TV

Otázka	Zcela nesouhlasím	Částečně nesouhlasím	Částečně souhlasím	Zcela souhlasím
Souhlasíte s ověřováním naplňování Standardu TV celoplošně u žáků 9. ročníku základní školy?	14,3 %	19,9 %	51,5 %	14,3 %
Souhlasíte s ověřováním naplňování Standardu TV celoplošně u žáků 5. ročníku základní školy?	16,5 %	21,1 %	47,7 %	14,7 %
Souhlasíte, aby ověřování standardů TV probíhalo dobrovolně v rámci tzv. Školního testování?	7,9 %	11,3 %	40,2 %	40,6 %
Domníváte se, že Standardy TV nemají být ověřovány?	25,9 %	43,6 %	23,3 %	7,1 %

Tabulka 2 podrobněji dokumentuje postoj učitelů tělesné výchovy k ověřování standardů TV v rámci základního vzdělávání. S celoplošným ověřováním u žáků 9. ročníku základní školy souhlasí 65,8 % učitelů, z toho 51,5 % částečně a 14,3 % zcela. Obdobná je situace i v případě celoplošného ověřování u žáků 5. ročníku základní školy. U této varianty částečně souhlasí 47,7 % a zcela 14,7 % dotazovaných. Signifikantně nejvyšší počet učitelů preferuje dobrovolné ověřování v rámci tzv. školního testování, kdy částečně souhlasí 40,2 % a zcela souhlasí 40,6 %, což v celkovém součtu souhlasné škály znamená, že se školním testováním souhlasí 80,8 % (215) učitelů tělesné výchovy. Podle 30,4 % (n = 81) respondentů nemají být standardy TV u žáků ZŠ ověřovány. Čtvrtina (n = 69) dotazovaných pak zcela souhlasí, aby byly Standardy TV ve školním prostředí ověřovány.

Která hodnotící složka má být nejdůležitější při ověřování Standardu TV.

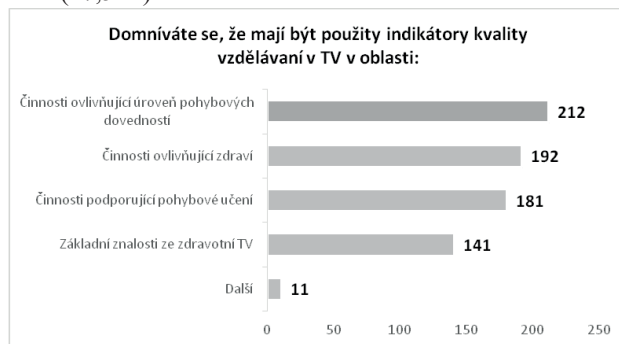


- Vědomostní test (teorie z oblasti TV, pravidla sportovních her, apod.)
- Předvedení pohybových činností

Graf 3

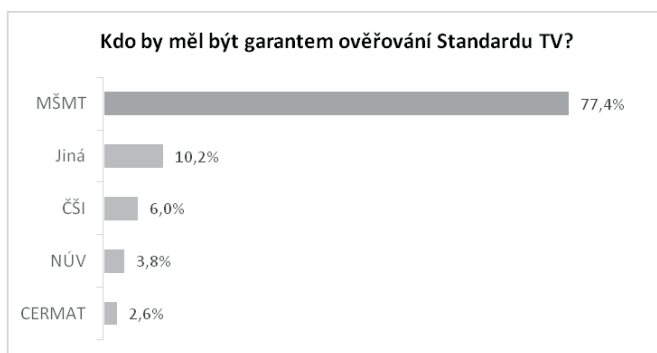
Váha hodnotící složky při ověřování Standardu TV

V grafu 3 jsou vyjádřeny procentuální hodnoty kritérií, ke kterým by se mělo přihlížet při ověřování standardů TV. Respondenti měli rozdělit 100 bodů mezi teoretickou a praktickou část hodnocení. Z grafu vyplývá, že jasně dominuje praktická složka hodnocení, tj. předvedení pohybových činností s 19 278 body (72,5 % z celkových rozdělených bodů). Naopak vědomostní test čili teoretický obsah testování dostal 7 322 bodů (27,5 %).



Graf 4
Okruhy použití indikátorů kvality vzdělávání v TV

Indikátory mapující kvalitu vzdělávání mají být dle respondentů zastoupeny nejvíce v tematickém okruhu „Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností“ (79,7 %). Následují tematické okruhy „Činnosti ovlivňující zdraví“ (72,2 %) a „Činnosti podporující pohybové učení“ (68,0 %). Více jak polovina respondentů (53,0 %) považuje též za vhodné zařazení indikátoru z oblasti „Základní znalosti ze zdravotní TV“. Jako další uváděli učitelé následující varianty: *prevence úrazů; výživa a relaxace; prožitek z pohybu; rozvoj podmínek jednotlivých škol k výuce TV (hřiště, tělocvičny a jejich vybavení); činnosti podporující fair play; zájem o pohyb, zapojení podle pohybových možností žáka; vztah k pohybovým činnostem.*



Graf 5
Garant ověřování Standardu TV

Jedna z otázek v dotazníkovém šetření se zabývala tím, která instituce (organizace) by měla být hlavním garantem ověřování standardů TV ve školní praxi. Ze seznamu uváděných možností učitelé uváděli za nejvhodnějšího garanta ověřování MŠMT (n = 206). Ostatní odpovědi ČŠI (n = 16), NUV (n = 10), CERMAT (n = 7) vybíral nepatrný počet učitelů z výzkumného souboru. Desetina respondentů (n = 27) preferovala odpověď „jiná“ a někteří z nich následně uvedli níže prezentované varianty garantů ověřování: *Učitel, který zná děti. ČOV (2x). Někdo, kdo se pohybuje v praxi. MŠMT ve spolupráci s odborníky. Učitel TV na škole. Škola a především učitel TV, který se má snažit přivést žáky ke sportu, aby se na TV těšili. FTVS. Garantem by měl být ČOV a MŠMT. Učitel TV, který žáka učí, protože ten ví nejlépe, zda žák dělá pokrok či nikoli. Fakulty sportovních studií. AŠSK.*



Graf 6

Dohled na ověřování Standardu TV v rámci školy

Zatímco předchozí otázka se týkala celostátního garanta ověřování, tak graf 6 ukazuje, kdo by měl dohlížet na ověřování na úrovni jednotlivých škol. Pětina odpovídajících (n = 58) je toho názoru, aby ve škole dohlížel na ověřování zkušený a uznávaný učitel dané školy. Z grafu je dále patrné, že ředitel (n = 46), kolega stejné aprobace (n = 45) a metodik (n = 40) jako garanti v rámci školy dosáhli podobné četnosti odpovědí. U odpovědi „jiná“ psali učitelé následující možnosti: *Neměl by to být jen jeden člověk (př. ředitel a kolega stejné aprobace). Zkušený praktik. Učitel TV pro jeden kraj zaškolený. Je to jedno, hlavně ať za to je patřičně ohodnocen. Speciálně vyškolená osoba. aprobovaný a proškolený učitel z jiné školy. MŠMT.*

Poslední otázka umožnila respondentům z řad učitelů TV vyjádřit své další sdělení, připomínky, návrhy a náměty k šetřené problematice. Možnost volně se vyjádřit k problematice standardu TV využila necelá pětina dotazovaných (n = 47). Názy respondentů byly velice různorodé. V části, ve které měli respondenti příležitost komentovat standardy, se objevovaly hlasy plného souhlasu i naprostého nesouhlasu s předloženým návrhem. Některé odpovědi naznačují, že nedošlo k pochopení funkce standardů. Často došlo i k prezentaci osobní nespokojenosti se vzdělávacím systémem. Případně byly vzneseny požadavky na tvorbu norem, limitů a systémovosti.

Pro ilustraci předkládáme některé příklady autentických výroků (odpovědi respondentů jsou citovány v původním znění bez jakýchkoliv redakčních úprav):

„Je třeba podpořit NÁVRAT k tzv. soutěžím třeba vesnických škol nebo škol se stejným počtem žáků a nesrovnávat nesrovnatelné. V tomto standard opravdu nepomůže. Dnešní situace ve sportovních soutěžích je demotivující a diskriminační pro malé školy. Dále systém odměňování PP je „nespravedlivý“. Učitel na soutěži žáky vede, koučuje, motivuje, často rozhoduje a neplní přímou výchovnou a vyučovací činnost – hodiny nemá odučeny a další den ve volné hodině supluje ZDARMA. Toto je třeba řešit a zabývat se problematikou.“

„Měly by se udělat tabulky, dle kterých by se žáci hodnotili. Stanovit nějaké povinné cviky, které by měli všichni žáci, kteří chtějí 1 z TV zvládnout. A to by mělo být v povědomí hlavně rodičů, aby se pak nebouřili, když jejich dítě nemá jedničku z TV. Aby byly všechny děti hodnoceny podle stejné tabulky s limity.“

„Spíše než standardy by bylo lepší řešit podmínky pro výuku TV, podpořit finančně učitele, aby mohli učit menší skupiny a ne spojené skupiny (třídy). Dále by bylo vhodné řešit prevenci vysoké úrazovosti v hodinách TV.“

„V případě nastavení + sjednocení + hodnocení a porovnávání standardů, se musí navýšit hodinová dotace tělesné výchovy.“

„Jestliže chceme do škol zavést standardy, musíme se nejdříve zaměřit na skupinu, pro kterou je budeme vytvářet. Nelze zavést stejnou škálu vědomostí a dovedností pro celou skupinu žáků. Musíme vzít v úvahu nejenom mentální věk, ale také biologický. To co je pro jednoho žáka lehké, může pro druhého, stejného věku, znamenat nepředstavitelný problém.“

„Snižme max. počet žáků ve skupině na 15, dělme děti do skupin podle zdatnosti, uvolníme prostředky ke zlepšení podmínek pro pohyb dětí ve školách.“

„Jestliže standardy budou tvořit lidé z kanceláře, kteří nemají neustálou interakci s praxí, tak bude celá záležitost k ničemu a bude se jednat jen o vyhození peníže. Pokud chceme, aby měla tato akce smysl, tak se musíme zaměřit nejdříve na systémové řešení celkové pohybové aktivity u žáků. A to nejen ve školách, ale hlavně ve volném čase.“

„Dlouhodobý problém je v tom, že učitele od učení čím dál více zdržuje byrokracie a administrativa. Čím dál více se nesmyslně papíruje, vykazuje atd. a na samotné učení a praxi není čas:-(“

„Nechápu potřebu vytvářet nějaké standardy. Raději upřednostním působení na rodiče, aby se s dětmi více hýbali. Stejně tak nepomůže zvýšený počet hodin TV ve škole, pokud se děti nebudou hýbat ve volném čase.“

„Ověřování standardů u Tv je přece jenom trochu náročnější, než u jiných teoretických předmětů, kdy se využívá VT. ČŠI na to nemá dostatečnou kapacitu, aby to zvládala sama. Ale i tak by to pro učitele bylo přínosné, záleželo by na jeho profesionalitě, jak by s tím pracoval.“

„Celý tento proces standardizace Tv je úplně mimo mísu. Dnešní děti učíme správně chodit po rovině, pak s kopce a do kopce, pak po schodech nahoru a dolů. Já jako zkušený a nadšený učitel TV naprosto nesouhlasím se standardy v Tv. Je to totální nesmysl, protože vůbec nerespektuje stav dětí na školách. Je to výchova a ne měření

nějakého výkonu. Jak chcete standardizovat devátáka, který váží 140 kg a méně než za 15 vteřin prostě sprint 60m nezaběhne!!!!???“

„V dnešní době je potřeba dětem „vštípit“ pozitivní vztah k pohybovým aktivitám a sportu, aby si učinily návyky do dospělosti. Neznalíbit dětem plněním standardizovaných tabulek výkonů, které jsou pro mnohé děti v dnešní přetechizované době nesplnitelné, sport a pohyb jako takový.“

„Tělocvikář má samozřejmě směřovat žáky ke zlepšování pohybových dovedností a kondice (výkonů), ale ne za cenu vyplňování nejrůznějších formulářů a registrací.“

„Bylo by opravdu vhodné začít ověřování standardů v TV realizovat.“

DISKUSE

Jednoznačně nejvíce učitelé TV souhlasí (částečně souhlasí 40,2 %; zcela souhlasí 40,6 %), aby ověřování standardů TV probíhalo dobrovolně v rámci tzv. Školního testování. Pro ověřování standardu TV v 5. a 9. ročníku ZŠ se taktéž vyslovila nadpoloviční většina učitelů TV. Z toho je patrné, že učitelé souhlasí s celoplošným ověřováním standardu TV na konci etapy základního vzdělávání. Přesto není toto přesvědčení drtivé jako v případě dobrovolného testování. Jelikož okolo 50 % respondentů vybralo škálu „spíše souhlasím“ a necelých 15 % „zcela souhlasím“. Studie Chvála, Gregera, Černého a Walterové (2009) věnovala pozornost tomu, jak veřejnost vnímá státní testování na konci základních škol. Ukazuje se, že názory na testování žáků na konci základní školy se velmi liší (od jasného souhlasu po jasné odmítání v přibližně srovnatelném zastoupení respondentů). Veřejnost tedy toto téma vnímá částečně rozporuplně. Dokladem jistých rozporů v náhledu je například iniciativa s názvem „Stop plošnému testování žáků 5. a 9. ročníků“ (<http://stopplosnetestovani.webnode.cz>), která byla vyvolána hlasy hlavně z řad rodičů. Chvála, Gregera, Černý a Walterová (2009) taktéž zjišťovali, které předměty mají být testovány u žáků na konci základní školy. Veřejnost podporuje český jazyk, cizí jazyk, matematiku a informační a komunikační technologie. Čtyři uvedené předměty jsou patrně chápány jako jádro současného všeobecného vzdělání, kdežto tělesné výchově spolu s ostatními předměty výchovného zaměření je často přikládán druhotný význam.

Častým argumentem proti centrálním testům je obava, aby školy, potažmo učitelé nesoustředili převažující činnost na přípravu ke zkouškám, a tím nedocházelo k opomíjení ostatních vzdělávacích aktivit. Část učitelů z našeho výzkumu projevuje skepsi, aby zavedení standardů TV nezvýšilo už tak vysokou administrativní činnost učitelské profese, tudíž aby nešlo o další dokument na pomoc školám a učitelům, který by měl ve svém důsledku opačný efekt. Straková, Spilková a Simonová (2013) zdůrazňují potřebu učitele pro změnu motivovat, získat je pro nové, mnohdy velmi náročné úkoly. Zároveň žádné změny ve školství není možné realizovat jen normativními zásahy „shora“, o jejich osudu rozhodují hlavní aktéři změny – školy, jednotliví učitelé a ředitelé.

Zodpovědnost za stanovení celostátních testů v Evropě mají dva hlavní typy institucí. Útvar spadající pod ministerstvo školství nebo státní agentura ministerstvem zřízená, ale na něm nezávislá. Vypracování celostátních testů se účastní často také učitelé škol, pedagogičtí odborníci nebo univerzitní pracovníci (Eurydice, 2009). MŠMT ČR je klíčovým resortem pro vytváření a prosazování vzdělávacích standardů.

S tím korespondují výsledky našeho šetření. Podle naprosté většiny učitelů TV (77 %) by mělo být MŠMT hlavním garantem ověřování Standardu TV. Roztříštěnější odpovědi učitelů nalézáme u otázky, kdo by měl dohlížet na ověřování standardu TV v rámci jednotlivých škol. Zkušený učitel, ředitel, kolega stejné aprobační a metodické jsou kategorie, které byly učiteli nejvíce preferovány.

Učitelé preferují, aby předvedení pohybových činností tvořilo hlavní hodnotící složku při ověřování Standardu TV. Vyšel poměr 72,5 % (pohybové činnosti) ku 27,5 % (teoretický test). V kontextu teoretických znalostí z TV upozorňuje Vašíčková et al. (2010) na potřebnost zařazovat poznatky o PA a zdraví nejen do školských vzdělávacích programů, ale i do populárně naučných článků přístupných pro širokou populaci. Oproti teoretickému ověřování je testování pohybových dovedností náročnější na organizační zajištění a i případnou standardizaci. Ověřování znalosti předmětu skrze dílčí zkoušky je známo z maturitních zkoušek, například lze vycházet z hodnocení maturitní zkoušky z cizího jazyka. Výsledné hodnocení výkonu žáka v komplexní zkoušce je souhrnem jeho výsledků v dílčích zkouškách. Ověřované části mají následující váhu: didaktický test 50 % (1/2), písemný test 25 % (1/4) a ústní zkouška 25 % (1/4) (CERMAT, 2009).

Alarmující je obeznamenost učitelů s obsahem tělovýchovných standardů, kdy necelá polovina učitelů TV (46 %) slyšela o standardech TV jen něco málo a 15,4 % o nich dokonce neslyšelo nikdy. Naopak pouze 3 % znají standardy TV velmi dobře. Přitom podle tří pětín dotazovaných jsou standardy TV v našem školství potřebné, přičemž vnímají potřebu vytvořit systémové podmínky. Desetina učitelů je pro zavedení v každém případě. Téměř pětina neví, zda jsou standardy TV nezbytné. Možná právě nedostatečná znalost obsahu standardu neumožňuje relevantně posoudit jejich uplatnění.

Dotazníkové šetření učitelů poskytlo i některá velmi striktní vyjádření. Jedno takové například zní „*Všechny výzkumy jsou k ničemu, podstatné je, co si stát přeje.*“ Politická reprezentace jistě rozhodne o konkrétní podobě využití standardu TV ve školním prostředí, nicméně na základě prostudování různých studií a materiálů k dané problematice. Reformy vzdělávacích programů probíhající v současnosti v několika zemích mají přímý vztah k různým aspektům tělesné výchovy ve školách. Například jsou upravovány cíle a obsah tohoto předmětu, jeho časová dotace a hodnocení pokroku žáků (Eurydice, 2013). V ČR ČŠI (2012) zdůrazňuje potřebu realizace nezbytných kroků pro úspěšné spuštění ověřování. Mezi tyto kroky řadí dopracování standardů, aktualizace RVP, důslednější legislativní ukotvení apod. Záměrem by mělo být vypracování nových typů úloh.

Formování pozitivního vztahu žáků k pravidelné pohybové aktivitě by mělo být cílem současného pojetí vyučovacích jednotek TV (Pavelka, 2013). U standardu TV učitelé z našeho výzkumu vidí nejdůležitější funkci v tom, aby sledoval vývoj žáka v průběhu povinné školní docházky. V souvislosti se snahou o zvýšení úrovně PA je nutné podle Pavelky (2013) pracovat nejen s žáky a pedagogy, ale také s rodiči.

ZÁVĚR

V kontextu Standardů TV jsou důležití lidé z praxe, tedy názory učitelů jakožto potenciálních zprostředkovatelů cílů a obsahu tělesné výchovy. Proto jsme zjišťovali názory učitelů TV základních škol na vybrané aspekty ověřování standardů pro

tělesnou výchovu. Nejvíce (80,8 %) se tato skupina respondentů přiklání, aby ověřování standardů TV probíhalo dobrovolně v rámci tzv. Školního testování. Spíše souhlasný trend byl patrný také u celoplošného ověřování v 5. a 9. ročníku ZŠ.

Česká školní inspekce provádí pravidelné testování a vybírá školy, třídy i předměty ověřování (výběrová šetření). Přesto je školám nabízena dobrovolná autoevaluace ke sledování míry naplnění požadavků minimálních standardů. Školy by měly mít možnost absolvovat školní testování odpovídající jejich představám a potřebám i v případě tzv. neprofilových předmětů. Do této skupiny předmětů patří rovněž tělesná výchova.

Vedení škol by muselo v případě zavedení ověřování standardů TV provést revizi školních vzdělávacích programů a akcentovat význam a roli vyučovacích jednotek TV. Muselo by se změnit vnímání TV jako doplňku k ostatním „hlavním (důležitým) předmětům“ (český jazyk, matematika atd.). S tím je zároveň nutné podporovat další vzdělávání pedagogických a ostatních pracovníků školy v oblasti tělesné výchovy, aby se mimo jiné zvýšila informovanost o tělovýchovných standardech a jejich možném využití ve školních podmínkách. Vždyť TV je jediný vyučovací předmět ve škole, který má přímý vztah ke zdraví současné mládeže – budoucí generace.

LITERATURA

- ALFREY, L., O'CONNOR, J., & JEANES, R. (2017). Teachers as policy actors: Co-creating and enacting critical inquiry in secondary health and physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(2), 107–120.
- CERMAT (2009). *Komplexní zkouška z cizího jazyka společné části maturitní zkoušky: informační podpora učitelů cizího jazyka k nové maturitní zkoušce*. Praha: Centrum pro zjišťování výsledků vzdělávání.
- ČŠI (2012). *Závěrečná zpráva o přípravě, průběhu a výsledcích první celoplošné generální zkoušky ověřování výsledků žáků v počátečním vzdělávání: (ve školním roce 2011/2012 pilotovaném na úrovni 5. a 9. ročníků základních škol)*. Praha: ČŠI.
- DVOŘÁK, D. (2011). Standardy pro základní vzdělávání: odkud přicházejí, kde jsou, kam směřují?. *Učiteléské noviny* (23). Praha: GNOSIS, spol. s r. o.
- EURYDICE (2013). *Tělesná výchova a sport ve školách v Evropě: Studie Eurydice*. 1. Lucemburk: Úřad pro publikace Evropské unie.
- EURYDICE (2009). *Celostátní testování žáků v Evropě: Cíle, organizace a využití výsledků*. Brusel: Education, Audiovisual and Culture Executive Agency.
- HAVEL, R. (2016). *Ověření navrhovaných standardů pro tělesnou výchovu ve školní praxi*. Rigorózní práce. Praha: UK FTVS.
- FIALOVÁ, L. et al. (2014). *Vzdělávací oblast Člověk a zdraví v současné škole*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2885-1.
- FRÖDOVÁ, J. (2017). *Nezisková organizace EDUin jako aktér vzdělávací politiky*. Magisterská práce. Brno: FF MU.
- CHVÁL, M., GREGER, D., ČERNÝ, K. & WALTEROVÁ, E. (2009). Testování žáků na konci základní školy a nová maturita: Aktuální otázky současné vzdělávací politiky. *Orbis scholae*, 3(3), s. 79–102.
- MERCIER, K., & DOOLITTLE, S. (2013). Assessing student achievement in physical education for teacher evaluation. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 84(3), 38–42.
- MŠMT (2013a). *Standardy pro základní vzdělávání: Tělesná výchova*. Praha: MŠMT.
- MŠMT (2013b). *Hlavní směry strategie vzdělávací politiky České republiky do roku 2020*. Praha: MŠMT.
- MŠMT (2013c). *Podklad pro diskuzi ke Strategii vzdělávací politiky do roku 2020: 3. Ověřitelné standardy jako předpoklad zajišťování kvality vzdělávání*. Praha: MŠMT.
- NÚV (2017). *Revize RVP: Vyhodnocení ankety*. NÚV.

- PAVELKA, J. (2013). *Tvorba doporučení podpory pohybové aktivity dětí a školáků pro pedagogické pracovníky škol a školských zařízení v České republice*. Disertační práce. Olomouc: FTK UP.
- POLÍVKA, P. (2016). *Metodické komentáře ke standardům pro základní vzdělávání – Tělesná výchova*. Praha: NÚV. ISBN 978-80-7481-174-6.
- STRAKOVÁ, J., SPILKOVÁ, V. & SIMONOVÁ, J. (2013) Názory učitelů základních škol na potřebu změn ve školním vzdělávání. *Orbis Scholae*, 7(1), 79–100.
- Stop plošné testování žáků 5. a 9. ročníků* (2012). [online]. [cit. 2016-07-13]. Dostupné z: <http://stopplosnetestovani.webnode.cz/>.
- VESELÝ, A. (2013). Vzdělávací politika: rozdílná vymezení, předpoklady a implikace. *Pedagogická orientace*, 23(3), 279–297.
- VASÍČKOVÁ, J. et al. (2010). *Vědomostní test o problematice zdraví a pohybové aktivity na 4 českých univerzitách: Pilotní studie* [online]. [cit. 2016-06-25]. Dostupné z: http://ftk.upol.cz/fileadmin/user_upload/FTK-katedry/institut-akt-ziv-stylu/Clanky/Frydlant2010textVasickova.pdf.

PhDr. Rostislav Havel

UK FTVS, J. Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

e-mail: havelrostislav@gmail.com

EVALUAČNÍ KRITÉRIA A VÝSTUPOVÉ STANDARDS TĚLESNÉ VÝCHOVY VE ŠPANĚLSKU – VYBRANÉ KVALITY PROJEKTOVANÉHO KURIKULA¹

EVALUATION CRITERIONS AND PERFORMANCE STANDARDS OF PHYSICAL EDUCATION IN SPAIN – CHOSEN QUALITIES OF THE INTENDED CURRICULA

PETR VLČEK, IVA KOUŘILOVÁ, HANA ŠERÁKOVÁ

Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví

Pedagogická fakulta, Masarykova univerzita

SOUHRN

Příspěvek uvádí vybrané analýzy projektovaného kurikula tělesné výchovy ve Španělsku, které následně srovnává s projektovaným kurikulem tělesné výchovy v České republice. Vznik předkládaného textu byl iniciován výsledky české kurikulární reformy, které podle některých výzkumných prací zaostávají za původními očekáváními. Motivem příspěvku tedy byla snaha získat a posoudit přístupy k projektování tělesné výchovy našich zahraničních kolegů, jež by mohly napomoci při tvorbě, revizích a inovacích českých kurikulárních dokumentů, které jsou v současnosti velice aktuální. V analýze a deskripci španělského kurikulárního dokumentu pro primární vzdělávání, která je pro předložený text klíčová, se zabýváme jeho formální a obsahovou stránkou. Důraz klademe především na oblast tělesné výchovy. Ve výsledcích a závěrech jsou diskutovány podobnosti a rozdíly ve formálním a obsahovém zpracování analyzovaných kurikulárních dokumentů primárního vzdělávání ve Španělsku a v České republice. Hodnoceny jsou vybrané kvality analyzovaného projektovaného kurikula a formulována doporučení pro revize českých vzdělávacích programů projektujících tělesnou výchovu.

Klíčová slova: Španělsko, Česká republika, tělesná výchova, kurikulum, vzdělávací program, komparace

ABSTRACT

This study deals with the comparison of current physical education curricular documents (especially education programmes) of the Czech Republic and Spain for primary education. The motive for elaborating this text arises from the Czech

¹ Tento příspěvek vznikl s podporou projektu specifického výzkumu MUNI/A/0994/2016 „Výzkum kurikula tělesné výchovy a výchovy ke zdraví“ realizovaného na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity.

educational reform and its unsatisfactory results. Thus, the authors intention is to assess different approaches toward projecting physical education curricula. The results could support current elaboration, revision and innovation of the Czech curricula documents. In the key analysis and description of the Spanish curricula paper for primary education we concentrate on the framework of the document and especially its physical education content. In the result part we discuss the similarities and differences between the Czech and Spanish physical education curricula. We analyse some chosen qualities of the analysed intended curricula and we formulate some recommendations for the Czech educational programmes revisions.

Key words: Spain, The Czech Republic, Physical Education, Curriculum, Educational programmes, Comparison

ÚVOD

Tělesná výchova (TV) společně s ostatními předměty školního kurikula prošla v České republice transformačním obdobím, které bylo započato přibližně před dvaceti lety. Podstatnou součástí proběhlých změn byl vznik nových vzdělávacích programů, které jsou postupně revidovány a doplňovány, a to, jak upozorňuje Fialová (2017), v současné době velice aktuálně. Autorka ve svém textu upozorňuje na problematiku sledování, hodnocení, kontrolování a standardizování některých očekávaných výstupů tělesné výchovy. Ke změnám v oblasti vzdělávání, tedy i v TV, dochází i v dalších zemích. Předložená studie si klade za cíl přispět ke zmapování stavu projektovaného kurikula TV v evropských státech, přičemž v tomto příspěvku se zaměříme na Španělsko. Dále si klademe za cíl reflektovat stav českého projektovaného kurikula tělesné výchovy v primárním vzdělávání, čímž částečně navazujeme a doplňujeme dřívější práce autorů, kteří se výzkumem projektované formy kurikula TV v České republice zabývali (viz Vlček, 2011; Vlček & Janík, 2010; Vlček & Mužík, 2012; Habrdlová, 2013; Lupač, 2014, 2016; Habrdlová, Lupač & Vlček, 2017 aj.).

Projektované kurikulum v České republice je dle některých autorů (např. Dvořák, Starý & Urbánek, 2015; Janík et al., 2010; Hrubý, 2011; Kuhn, 2011) vnímáno spíše jako nevyhovující, a to z důvodu nesprávného provedení kurikulárního reformování, v jehož počátku byla nedostatečnost původního kurikula přijatelně zdůvodněna (Šíp, 2014). Často diskutovaným pojmem je proto kvalita implementace kurikulárních změn. To je ovšem pojem poměrně široký, proto zdůrazňujeme, že těžiště předložené studie tvoří zejména analýza kurikulárních dokumentů ve Španělsku a částečné srovnání s českým Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělávání (RVP ZV) jako doplnění poznatkové báze širšího výzkumu v oblasti kurikula tělesné výchovy.

METODIKA

Cílem studie je analyzovat současné kurikulární dokumenty (zejména vzdělávací programy) tělesné výchovy na úrovni ISCED 1 ve Španělsku a následně je stručně srovnat s českým Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělávání a posoudit vybrané kvalitativní ukazatele analyzovaných dokumentů. Základním východiskem pro volbu výzkumných metod byla struktura forem kurikula (Vlček & Janík, 2010), přičemž se v tomto textu zaměřujeme výhradně na projektovanou formu. Tato forma kurikula se vztahuje k vzdělávacím programům, učebním plánům a osnovám (škol, předmětů), ke standardům vzdělávání, učebnicím apod. Posner (1992)

dělí metody výzkumu kurikula na dvě skupiny: strukturální a funkční přístup. Předložené výzkumné sdělení spadá do první skupiny, poskytující pohled na „anatomii kurikula“ umožňující podívat se „dovnitř“, „rozebrat kurikulum na součástky“, případně zkoumat strukturální vztahy mezi elementy kurikula. Dle Dvořáka (2012) je takový výzkum kurikula možné označit za vnitřní analýzu². Jak upozorňují Vlček a Janík (2010), je kurikulum ve své projektované formě relativně dobře výzkumně uchopitelné. Zpravidla totiž vystupuje v podobě konkrétního kurikulárního dokumentu (např. vzdělávacího či studijního programu, učebního plánu, sylabu, osnov). Ve výzkumech projektované formy kurikula tedy můžeme kurikulum studovat jako text, přičemž se uplatňuje zejména metoda obsahové analýzy (srov. Dvořák, 2007). V tomto textu bude použita kvalitativní metoda výzkumu. Jak uvádí Hendl (2008), při kvalitativní analýze jde o systematické nenumerné organizování dat s cílem odhalit témata, pravidelnosti, kvality a vztahy. Účelem takové analýzy není přinést představu o rozložení jevu, nýbrž přesvědčivou evidenci o tom, že daný jev existuje a je určitým způsobem strukturován. „Kvalitativní analýza je proto vždy do určité míry popisná“ (Vlček & Janík, 2010, s. 42), data neredukuje do formy frekvenčních tabulek, „ale často ve výsledné zprávě uvádí kratší či delší pasáže z analyzovaného textu, jež ilustrují důležitá témata“ (Dvořák, 2012, s. 77).

Základním souborem pro výzkum projektované formy kurikula tělesné výchovy pro primární vzdělávání (ISCED 1) ve Španělsku byl dokument Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria analyzovaný v rámci diplomové práce (Pelcová, 2017). Jak uvádí Dvořák (2012), kurikulární dokumenty představují specifické „texty“, které se liší od mediálních sdělení (např. novinových článků), pro jejichž analýzu byly původně vypracovány postupy obsahové analýzy. V literatuře proto pro „obsahové analýzy“ kurikula nacházíme modifikované metody např. pod označením kurikulární analýzy (curriculum analysis). Obvyklým principem kurikulární analýzy (Posner, 1992) je popis a izolování určitých obsahových (tematických) jednotek v kurikulu, tedy doménově specifických znalostí, jež jsou cílem kurikula.

V rámci primární analýzy kurikula zaměříme naši pozornost nejprve na formální stránku dokumentu, konkrétně na jeho rozsah, strukturu, formální zpracování. Následně se zaměříme na obsahovou stránku analyzovaného dokumentu. Zde budeme analyzovat charakteristiku vzdělávání v tělesné výchově, popsány budou cíle TV, evaluační kritéria a výstupové standardy.

VÝSLEDKY

Legislativní rámec primárního vzdělávání ve Španělsku

Španělské království je rozděleno na 17 autonomních oblastí³, které disponují vlastní vládou a parlamentem s rozdílnou mírou pravomocí. Tato míra je stanovena

² Funkční přístupy, které se zabývají kontextem kurikula, si kladou otázky, co bylo „před tím“, než bylo vytvořeno kurikulum jako dokument, a co následovalo „po tom“. Dokumentují kurikulární procesy – vývoj kurikula, jeho implementaci, recepci v praxi a jeho účinky na žáky a učitele. Zde je možné mluvit o funkčních (vnějších) přístupech (Dvořák, 2012).

³ Andalusie, Aragonie, Asturie, Baleárské ostrovy, Baskicko, Extremadura, Galicie, Kantábie, Kanárské ostrovy, Kastilie a León, Kastilie-La Mancha, Katalánsko, La Rioja, Madrid, Murcie, Navarra, Valencie a dvě autonomní města ležící na pobřeží severní Afriky, Ceuta a Melilla.

tzv. statutem, normou, která upravuje kompetence a vztahy s centrální úrovní té které autonomní oblasti (srov. Homolová, 2009). Základní kurikulární dokument udávající principy pro vzdělávání žáků nese název Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. Tento dokument můžeme pojímat jako ekvivalent našeho Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání. Jedná se o dokument oficiální, závazný a platný na celém území Španělska. Real Decreto 126/2014 je upravován a reformován zákony. Aktuální jsou Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) a nejnovější Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE). LOMCE má za cíl nové uspořádání základního a středoškolského kurikula a upravuje některé články LOE.

Jak jsme již uvedli, cílem dokumentu Real Decreto 126/2014 je ukotvit základní kurikulum primárního vzdělávání, které je rozděleno do tří bloků: „asignaturas troncales“ (primární předměty), „asignaturas específicas“ (sekundární předměty) a „asignaturas de libre configuración“ (volitelné předměty), přičemž tělesná výchova je zařazena mezi sekundární předměty. Dohled nad nimi je rozdělen mezi vládu, Ministerstvo školství, kultury a sportu a školské instituce autonomních oblastí. Mezi pravomoci vlády a Ministerstva školství, kultury a sportu patří vymezení vzdělávacího obsahu, výukových postupů, kritérií hodnocení a minimálního počtu vyučovacích hodin u primárních předmětů, vymezení výukových postupů a kritérií hodnocení u předmětů sekundárních a vymezení konečného hodnocení pro primární vzdělávání. Školské instituce jednotlivých autonomních oblastí mají díky tomuto dokumentu na rozdíl od minulosti také určité kompetence. Mohou doplňovat výukový obsah primárních předmětů, určovat výukový obsah sekundárních předmětů a výukový obsah a výukové postupy volitelných předmětů. Dále mohou stanovit maximální počet vyučovacích hodin primárních předmětů, stanovit počet hodin sekundárních a volitelných předmětů. Dále mohou doplnit kritéria hodnocení primárních a sekundárních předmětů a stanovit kritéria hodnocení volitelných předmětů.

Real Decreto 126/2014 uvádí následující cíle primárního vzdělávání: a) znát a vážit si hodnot a norem soužití, naučit se jednat v souladu s nimi, respektovat lidská práva, b) rozvíjet pracovní návyky jak individuální, tak skupinové, úsilí a odpovědnost při studiu, sebedůvěru, kritický přístup, iniciativu, zvědavost, zájem a kreativitu v procesu učení a podnikavého ducha, c) získat schopnost předcházet konfliktům, případně je řešit adekvátním způsobem, d) poznat, pochopit a respektovat kulturní rozdíly a odlišnosti mezi jednotlivci, rovnost práv a svobod mužů a žen a bez předsudků a diskriminace přijímat jedince s postižením, e) poznat a adekvátně používat „la lengua castellana“ (castilština neboli španělština), po případně „kooficiální“ jazyk té určité autonomní oblasti a rozvíjet čtecí návyky, f) naučit se nejméně jeden cizí jazyk na základní komunikativní úrovni, která dovoluje vyjadřovat a přijímat jednoduchá sdělení a poradit si v každodenních situacích, g) rozvíjet základní matematické kompetence a obeznámit se s řešením problémů, které vyžadují provedení základních početních operací, znalosti geometrie a schopnost využít poznatky v situacích každodenního života, h) znát základní aspekty přírodních věd, společenských věd, geografie, historie a kultury, i) obeznámit se s používáním informačních a komunikačních technologií ve vzdělávání a rozvíjení kritického úsudku v jejich používání, j) využívat různá ztvárnění a umělecká vyjádření a obeznámit se s tvorbou

vizuálních a audiovizuálních návrhů, k) **znát hodnotu svého zdraví a hygieny, přijímat vlastní tělo, respektovat rozdíly a využívat tělesné výchovy a sportu jako prostředku k podporování osobního a sociálního rozvoje**, l) znát zvířata nejbližší lidskému druhu a osvojit si způsoby péče o ně, m) rozvíjet citové schopnosti ve vztazích s ostatními a reakce na problematické události jako špatné chování, násilí, předsudky jakéhokoli typu a sexistické nářázky, n) podněcovat dopravní výchovu, respekt k provozu a prevenci dopravních nehod.

Jak jsme již uvedli Real Decreto 126/2014⁴ má zákonnou formu. Jedná se o sedmdesátí dvou stránkový dokument zaměřený pouze na primární vzdělávání. Úvodní šestnácti stránková část dokumentu se věnuje popisu náležitostí týkajících se primárního vzdělávání. Zde nalezneme základní principy primárního vzdělávání, cíle primárního vzdělávání a organizaci a uspořádání primárního vzdělávání. Dále se zmiňuje o žactvu se specifickými poruchami, autonomii vyučovacích center, podílení rodičů a zákonných zástupců na vyučovacím procesu, průřezových tématech a dalších, které uvádíme v následujícím textu.

Dokument také zmiňuje „competencias clave“ neboli klíčové kompetence. Popisuje je jako kompetence, které každý jedinec potřebuje ke své realizaci a osobnímu rozvoji. Využívá je celý život například při začleňování se do společnosti nebo při hledání zaměstnání. Hovoříme zde na rozdíl od šesti klíčových kompetencí českého RVP ZV o kompetencích sedmi.

Tabulka 1

Srovnání klíčových kompetencí ve Španělsku a v České republice

7 klíčových kompetencí dle Real Decreto 126/2014	6 klíčových kompetencí dle RVP ZV
1. Kompetence komunikativní (Comunicación lingüística) 2. Řešení problémů v oblasti matematiky, technologie a věd (Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología) 3. Orientace v digitálním světě (Competencia digital) 4. Kompetence k učení (Aprender a aprender) 5. Kompetence sociální a občanské (Competencias sociales y cívicas) 6. Kompetence pracovní (Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor) 7. Kompetence kulturní (Conciencia y expresiones culturales)	1. Kompetence k učení 2. Kompetence k řešení problémů 3. Kompetence komunikativní 4. Kompetence sociální a personální 5. Kompetence občanské 6. Kompetence pracovní

Z přehledu v tabulce 1 vyplývá, že mezi španělským a českým kurikulem je úplná shoda ve třech kompetencích: *Kompetence komunikativní, pracovní a k učení*. V rámci dalších kompetencí je částečná shoda. Částečně se shodují, překrývají nebo jsou konkrétněji specifikované např.: Řešení problémů v oblasti matematiky, technologie a věd je v rámci českých kompetencí jen obecně uvedena jako *Kompetence k řešení*

⁴ Kompletní Real Decreto 126/2014 je dostupný na „Boletín Oficial del Estado“ (oficiální státní tabule) na webových stránkách <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2014-2222>.

problémů. *Kompetence sociální a občanská; Kompetence kulturní* je v pro naše vzdělávání rozdělena na *Kompetence sociální a personální; Kompetence občanské*. Španělsko uvádí kompetenci, kterou v česku výslovně definovanou nemáme, konkrétně – *Orientace v digitálním světě*.

V dosahování těchto kompetencí má být podporována mezioborovost a celistvost výuky.

Na úvodní část Real Decreto 126/2014 navazuje výčet jednotlivých předmětů, jejich zařazení a specifika. Jednotlivé předměty jsou rozděleny do tří skupin:

- 1) ANEXO I – „asignaturas troncales“ (primární předměty). Jedná se o předměty, které jsou společné a povinné pro všechny žáky. U těchto předmětů nalezneme v popisu „criterios de educación“ (evaluační kritéria), „estándares de aprendizaje“ (výstupové standardy) a „contenidos“ (náplň, tedy učivo a vzdělávací postupy). Řadíme sem „Ciencias de la Naturaleza“ (přírodní vědy), „Ciencias Sociales“ (společenské vědy), „Lengua Castellana y Literatura“ (castilština neboli španělština a literatura), „Matemáticas“ (matematika) a „Primera Lengua Extranjera“ (první cizí jazyk). Tyto předměty jsou nejbližše specifikovány a spadají pod pravomoc státu.
- 2) ANEXO II – „asignaturas específicas“ (sekundární předměty). Tyto předměty nespádají tak striktně pod pravomoc státu, ale je zde jistá míra autonomie. Je umožněna například nezávislost při tvorbě rozvrhu (počet vyučovacích hodin) a při plánování výukového obsahu. Na rozdíl od „asignaturas troncales“ (primární předměty) jsou ve španělském kurikulárním dokumentu určeny pouze „criterios de educación“ (evaluační kritéria) a „estándares de aprendizaje“ (výstupové standardy). „Contenidos“ (náplň, tedy učivo a vzdělávací postupy) si určují jednotlivé autonomní oblasti samy. Do této skupiny předmětů spadá „Educación Artística“ (výtvarná výchova), **„Educación Física“ (tělesná výchova)**, „Segunda Lengua Extranjera“ (druhý cizí jazyk) a „Valores Sociales y Cívicos“ (občanská nauka).
- 3) „Asignaturas de libre configuración“ (volitelné předměty) – skupina těchto předmětů není v našem výchozím dokumentu blíže rozepsána, je pouze zmíněna v úvodní části. Jedná se o předměty, u kterých mají jednotlivé autonomní oblasti největší míru nezávislosti na centrální vládě. Školské úřady a centra v jednotlivých autonomních oblastech poskytují vlastní nabídku těchto předmětů, které souvisí s jedinečnými kulturními specifiky té, které oblasti. Může se jednat o výuku „kooficiálního“ jazyka (katalánština, baskičtina atd.), případně o předměty rozšiřující „troncales“ (primární) a „específicas“ (sekundární). Díky pravomoci školských úřadů a center jednotlivých autonomních oblastí lze stanovit tuto nabídku předmětů, mohou určovat směr, jakým se bude výuka ubírat a systém je celkově flexibilnější.

Tělesné výchově jsou věnovány 4 strany dokumentu.

Projektování tělesné výchovy ve Španělsku (Real Decreto 126/2014)

Předmět tělesná výchova je v kurikulárním dokumentu Real Decreto 126/2014 zařazen mezi sekundární předměty („asignaturas específicas“), spadá tedy pod „ANEXO II“. Dle citovaného dokumentu (Real Decreto 126/2014, s. 58) je hlavním



cílem předmětu tělesná výchova rozvíjet v lidech jejich pohybové kompetence, jakožto souhrn znalostí, aktivit, postojů a pocitů spojených především s pohybovou činností. K jejich dosažení nestačí pouze samotná pohybová aktivita, ale je nezbytná také kritická analýza, která upevní postoje a hodnoty související s tělem, pohybem a vztahem k okolí. Tímto způsobem budou moci žáci kontrolovat a dávat smysl samotným pohybovým aktivitám, budou moci pochopit percepční, emoční a kognitivní aspekty pohybových aktivit a řídit pocity spojené s nimi a zároveň získají znalosti a dovednosti, jako je např. týmová práce, fair play a dodržování pravidel.

Tělesná výchova je rovněž spojena se získáváním dovedností týkajících se zdraví prostřednictvím činností, které pomáhají získávat návyky spojené s pravidelnou pohybovou aktivitou a s osvojováním kritických postojů k nezdravému životnímu stylu.

Pohybové schopnosti se vyvíjí po celou dobu lidského života a rozvíjí naše povědomí tak, abychom věděli co, jak, s kým a kde dělat v závislosti na okolních podmínkách. Mezi postupy souvisejícími s pohybovou činností je třeba vyzdvihnout vnímání, interpretaci, analýzu, rozhodování, provádění a vyhodnocování. K nejvýznamnějším poznatkům, které souvisejí se zmíněnými postupy, patří kromě těch, jež se vztahují k různým pohybovým aktivitám také ty, které se vztahují k tělesnosti, k pohybu, zdraví, způsobům, které vedou například ke zlepšení pohybových dovedností a zlepšení společenských zvyklostí spojených s pohybem. Důležité je také vyhodnocení pocitů spojených s vlastními možnostmi a limity, radost z pohybu a propojení s ostatními aktivitami.

V situacích, kterým odpovídá pohybová aktivita v procesu učení, se předpokládá vytvoření různých podmínek, jimž odpovídají také různé významy. V některých případech se bude jednat o dosažení výkonu, v jiných půjde o ergonomii, způsob vyjádření, aktivní odpočinek a podobně. V tomto smyslu musí tělesná výchova nabízet různé podmínky a kontexty učení od těch, které se pouze snaží kontrolovat vlastní pohyb a lépe poznat osobní možnosti až po ty, při nichž musí žáci reagovat na nejrůznější vnější podněty a musí se zkoordinovat s vystoupením kolegů nebo soupeřů, a ve kterých se mohou podmínky prostředí měnit. Vnitřní logika situací nebo navrhovaných pohybových aktivit se tak stává nezbytným nástrojem při sestavování obsahu předmětu.

Kurikulární prvky při sestavování obsahu předmětu tělesná výchova mohou být strukturovány kolem pěti různých pohybových situací:

- a) Individuální pohybové aktivity ve stálých podmínkách
Obvykle jsou založeny na technických modelech cvičení, ve kterých je rozhodující schopnost přizpůsobení se s cílem dosáhnout stále účinnějších pohybových výkonů, optimalizace provedení, řízení rizika a dosažení obratnosti při cvičení. Takový typ situací se většinou vyskytuje v aktivitách zaměřených na tělesný rozvoj, získávání individuálních schopností, individuální tělesnou přípravu a na některé aspekty atletiky, plavání a gymnastiky.
- b) Pohybové aktivity v situacích opozice
V těchto situacích je nezbytný správný výklad aktivit soupeře, správný výběr aktivity, načasování její realizace a samotné uskutečnění tohoto rozhodnutí. Pozornost, očekávání a předvídání důsledků samotných aktivit s cílem překonat



soupeře, jsou některé ze schopností, které tato cvičení vyžadují. Těmito situacím odpovídají hry jeden proti jednomu, bojové hry a další, jako např. judo, badminton, tenis, minitenis a stolní tenis.

- c) Pohybové aktivity v situacích spolupráce, s protivníkem nebo bez něj
V těchto situacích se vytváří vztahy kooperace a součinnosti s ostatními účastníky ve stálém prostředí za účelem dosažení nějakého cíle. Může se stát, že vztah spolupráce může mít za cíl překonání jiné skupiny. Selektivní pozornost, interpretace akcí ostatních účastníků, předvídatost a očekávání vlastních aktivit s přihlédnutím ke kolektivním strategiím, dodržování pravidel, schopnost orientace v prostoru a čase, řešení problémů a týmová práce jsou schopnosti, které v těchto situacích nabývají na významu. Kromě tlaku, který může představovat stupeň opozice ze strany soupeřů, pokud existují. Tradiční hry, aktivity přizpůsobené světu cirkusu, jako akrobacie či žonglování ve skupině; sporty jako párové bruslení, štafety, skupinové skladby v gymnastice a paralympijské sporty, skupinové hry; kolektivní sporty jako např. basketbal, házená, baseball, ragby, fotbal a volejbal jsou aktivity, které můžeme zařadit do této skupiny.
- d) Pohybové aktivity v situacích vyžadujících přizpůsobení se okolnímu prostředí
Nejdůležitější na těchto aktivitách je skutečnost, že prostředí, ve kterém se odehrávají, nemá vždy stejné podmínky, takže vyvolává nejistotu. Většinou se jedná o přesuny s materiálem nebo bez něj, uskutečňované v přírodním nebo městském prostředí, které může být více či méně podobné, ale může se měnit, takže žáci potřebují zorganizovat a přizpůsobit své chování různým podmínkám. Výklad podmínek okolního prostředí je nezbytně nutný k tomu, aby se zorientovali, stanovili si priority bezpečnosti před rizikem a regulovali intenzitu úsilí v souladu s vlastními možnostmi. Tyto aktivity umožňují spojení s dalšími oblastmi poznávání a prohloubení hodnot vztahujících se k ochraně prostředí, především životního prostředí. Mohou to být individuální, skupinové aktivity nebo aktivity založené na spolupráci či soupeření. K aktivitám tohoto typu patří například pochody a pěší turistika nebo jízda na kole, kempování, orientační aktivity, hry v přírodě (bojovky atd.), lyžování ve všech jeho podobách nebo horolezectví.
- e) Pohybové aktivity uměleckého nebo výrazového charakteru
V těchto situacích jsou požadovány pohybové aktivity estetické a komunikační, jak individuální, tak skupinové. Využití prostoru, kvalita pohybu, stejně jako rytmická složka a schopnost představivosti a tvořivosti při použití různých výrazových prostředků (těla, slova, tance, hudby) jsou základem pro tyto aktivity. Radíme sem např. hry za doprovodu zpěvu, taneční projev, dramatické hry a pantomimu.

Real Decreto 126/2014 (s. 61) stanovuje pro tělesnou výchovu (Educación Física) evaluační kritéria (Criterios de evaluación) a výstupové standardy (Estándares de aprendizaje), které uvádíme v následující tabulce. Evaluačních kritérií je 13 a jsou formulovány v infinitivu. Ke každému evaluačnímu kritériu je potom přiřazen jeden nebo více výstupových standardů. Těch je celkem 44. Výstupové standardy v Real Decreto 126/2014 jsou formulovány ve třetí osobě jednotného čísla, stejně jako očekávané výstupy uvedené v RVP ZV.

Tabulka 2

Evaluační kritéria a výstupové standardy tělesné výchovy v Real Decreto 126/2014

Criterios de evaluación (evaluační kritéria)	Estándares de aprendizaje (výstupové standardy)
1. Řešit pohybové situace s různými podněty a časoprostorovými předpoklady a vybírat a kombinovat základní pohybové dovednosti a účinně je přizpůsobovat daným podmínkám.	1.1 Přizpůsobuje <i>přemisťování</i> různým typům prostředí a sportovním a umělecko-výrazovým aktivitám tak, aby jejich uskutečňování bylo v souladu s časoprostorovými parametry udržující rovnováhu. 1.2 Přizpůsobuje základní pohybovou dovednost <i>skok</i> různým typům prostředí a sportovním a umělecko-výrazovým aktivitám tak, aby jejich uskutečňování bylo v souladu s časoprostorovými parametry udržující rovnováhu. 1.3 Přizpůsobuje základní pohybové dovednosti <i>manipulace s předměty</i> (házení, chytání, driblování atd.) různým typům prostředí a sportovním a umělecko-výrazovým aktivitám tak, aby byla správně používána gesta. 1.4 Používá základní pohybovou dovednost <i>obraty</i> v různých typech prostředí a sportovních a umělecko-výrazových aktivitách, respektuje tři osy v těle a oba směry tak, aby uskutečňování aktivit bylo v souladu s časoprostorovými parametry udržující rovnováhu. 1.5 Udržuje rovnováhu v různých pozicích a na různých površích. 1.6 Uskutečňuje pohybové aktivity a hry v přírodě nebo v neobvyklém prostředí a přizpůsobuje pohybové dovednosti různorodosti prostředí a pocitu nejistoty vycházející z tohoto prostředí.
2. Používat výrazové prostředky těla a sdělovat pocity, emoce a myšlenky estetickým a kreativním způsobem.	2.1 Představuje osoby, situace, myšlenky, city a používá výrazové prostředky těla individuálně, ve dvojicích nebo ve skupinách. 2.2 Představuje nebo vyjadřuje pohyby na základě rytmických nebo hudebních podnětů individuálně, ve dvojicích nebo ve skupinách. 2.3 Zná a provádí jednoduché tance, které jsou typické pro různé kultury a různá období podle stanovené choreografie. 2.4 Vytváří skupinové kompozice se spolužáky a používá výrazové prostředky těla na základě hudebních, výtvarných nebo slovních stimulů.
3. Řešit základní taktické výzvy, které jsou vlastní hře i pohybovým aktivitám, s protějškem nebo bez něj. Používat zásady a pravidla k vyřešení pohybových situací a pracovat individuálním, koordinovaným a kooperativním způsobem. Hrát různé role obsažené v hrách a aktivitách.	3.1 Používá přiměřené prostředky k řešení základních situací při individuální nebo společné taktice při různých pohybových aktivitách. 3.2 Kombinuje základní pohybové dovednosti tak, aby jejich uskutečňování bylo v souladu s vytyčeným cílem a časoprostorovými parametry.
4. Spojovat specifické pojetí tělesné výchovy s ostatními předměty a provozovat sportovní a umělecko-výrazové aktivity.	4.1 Prokazuje základní pohybové schopnosti, které jsou nezbytné k praktikování většiny pohybových aktivit. 4.2 Uvědomuje si význam rozvoje pohybových schopností pro zlepšení pohybových dovedností. 4.3 Rozlišuje při hrách a individuálních a kolektivních sportech strategii při spolupráci a soupeření. 4.4 Rozumí výkladu, popisuje uskutečňované pohybové aktivity a používá správné termíny a znalosti, které souvisejí s pohybovým aparátem z pohledu přírodních věd.

5. Uvědomovat si účinky pohybové aktivity, hygieny, výživy a návyků při držení těla na zdraví a směřovat tak k odpovědnému postoji k sobě samému.	5.1 Má zájem zlepšovat své fyzické schopnosti. 5.2 Spojuje základní pravidla zdravé výživy s pohybovou aktivitou (denní režim stravování, kvalita a kvantita přijímané stravy atd.). 5.3 Uvědomuje si blahodárné účinky pohybové aktivity na zdraví. 5.4 Popisuje negativní účinky sedavého způsobu života, nevyvážené stravy, konzumace alkoholu, tabáku a jiných látek. 5.5 Provádí rozvíčování a uvědomuje si jeho preventivní funkci.
6. Zlepšovat úroveň svých fyzických schopností, regulovat a dávkovat intenzitu a délku cvičení s ohledem na své možnosti a zdraví.	6.1 Prokazuje celkové zlepšení svých pohybových schopností orientovaných na zdraví s ohledem na svou počáteční úroveň. 6.2 Uvědomuje si intenzitu srdeční činnosti a činnost dýchacího ústrojí při různém stupni zátěže. 6.3 Přizpůsobuje intenzitu zátěže době trvání aktivity. 6.4 Uvědomuje si svou úroveň tak, že srovnává výsledky dosažené v testech pohybových a koordinačních schopností s hodnotami, které náleží jeho věku.
7. Zhodnotit, přijmout a respektovat stav vlastního těla a tělesný stav ostatních a zaujmout reflexivní a kritický postoj.	7.1 Respektuje různost fyzických vlastností a úroveň pohybových schopností mezi chlapci a děvčaty ve třídě. 7.2 Bere do úvahy nároky a ohodnocení úsilí, které s sebou přináší učení se novým dovednostem.
8. Znat a ocenit rozmanitost pohybových, herních, sportovních a uměleckých aktivit.	8.1 Vysvětluje rozdíly, vlastnosti a vztahy mezi oblíbenými hrami, kolektivními sporty, individuálními sporty a aktivitami v přírodě. 8.2 Uvědomuje si kulturní bohatství, historii a původ her a sportu.
9. Logicky a kriticky se zamýšlet, jak z perspektivy účastníka, tak jako pozorovatel, s ohledem na potenciální konfliktní situace. Účastnit se debat a přijímat názory ostatních.	9.1 Přijímá kritický postoj k módním proudům a představě lidského těla v reklamních modelech. 9.2 Vysvětluje svým spolužákům pravidla hry uskutečňované ve třídě a její vývoj. 9.3 Prokazuje dobrou schopnost řešit konflikty rozumným způsobem. 9.4 Uvědomuje si a negativně hodnotí nevhodné chování při provozování sportu nebo při sledování sportovních zápasů.
10. Ukazovat respekt k okolí a životnímu prostředí při outdoorových aktivitách, identifikovat a uskutečňovat konkrétní akce k jeho ochraně.	10.1 Je zodpovědný za úklid odpadků, které vzniknou při aktivitách v přírodě. 10.2 Využívá přírodní prostor a respektuje místní flóru a faunu.
11. Ztotožnit se a informovat o významu prevence, regenerace a bezpečnostních opatření při provádění fyzické aktivity v praxi.	11.1 Vysvětluje a uvědomuje si nejčastější sportovní zranění a nemoci stejně jako důležitost prevence a první pomoci.
12. Vyhledávat a zpracovávat informace zajímavé pro různá období růstu. Využívat kvalitní informační zdroje a používat informační a komunikační technologie jako podpůrný prostředek.	12.1 Používá nové technologie pro vyhledávání a zpracování informací, o které je žádán. 12.2 Představuje svou práci v souladu s náležitými vzory, metodicky, strukturovaně a přesně, za použití prezentačních programů. 12.3 Vysvětluje své myšlenky koherentně a vyjadřuje se korektně v různých situacích. Respektuje názory ostatních.
13. Prokazovat odpovědné osobní i společenské chování, respektovat sebe i ostatní při pohybových aktivitách a hrách. Přijímat stanovené normy a pravidla a pracovat se zaujetím a iniciativou samostatně i v týmu.	13.1 Má zájem zlepšovat své pohybové schopnosti. 13.2 Prokazuje samostatnost a odvahu v různých situacích, řeší spontánně a kreativně pohybové problémy. 13.3 Zahnuje mezi dovednosti péči o své tělo a osobní hygienu. 13.4 Účastní se shromažďování a organizace materiálu používaného v hodinách. 13.5 Přijímá své místo ve skupině i výsledky sportovních soutěží.

V rámci výše uvedené tabulky (tab. 2) jsou představeny hodnotící a výstupové standardy v rámci tělesné výchovy. Jejich porovnání s českými evaluačními a výstupovými kritérii je uvedeno v následujícím shrnutí a diskuzi.

DISKUSE

Pokud bychom se zaměřili na srovnání obecných charakteristik výukových systémů Španělska a České republiky, pozorovali bychom odlišnosti v nejrůznějších aspektech. Mnoho rozdílností je zapříčiněno odlišným uspořádáním obou států, například rozdělením Španělska na autonomní oblasti s rozdílnou sférou pravomocí apod. Konkrétním příkladem rozdílu v organizaci školského systému je délka povinné školní docházky, kdy žáci ve Španělsku navštěvují základní školu 10 let oproti našim 9, přičemž období, které je pro tento text stěžejní, tedy primární vzdělávání, je ve Španělsku šestileté. V předložené studii se koncentrujeme na deskripci formální a obsahové stránky španělského vzdělávacího programu pro primární vzdělávání, tedy španělského Real Decreto 126/2014, který stručně srovnáváme s českým Rámcovým vzdělávacím programem pro základní vzdělávání (RVP ZV, 2016). Zde můžeme definovat jak významné shody, tak odlišnosti.

Z hlediska struktury a uspořádání jsou oba dokumenty velice podobné v tom smyslu, že se jedná o komplexní dokumenty projektující vzdělávací obsah všech vyučovacích předmětů. Tato forma projektování kurikula není zcela běžná (viz dřívější komparace zaměřené na projektovanou formu kurikula tělesné výchovy: Habrdlová, Lupač & Vlček, 2017; Habrdlová, Vlček, Mužíka & Lupač, 2016; Vlček et al., 2016; Mužík & Vlček, 2016; Habrdlová & Vlček, 2015; Vlček, 2015; Vlček & Masaryková, 2014; Masaryková, 2014, 2015; Vlček & Janík, 2010...). Kurikulární dokumenty jsou často zpracovány samostatně pro jednotlivé předměty, například včetně evaluačních kritérií, cílových standardů a ilustračních úloh. Vzdělávací obsah jednotlivých předmětů je potom v takto koncipovaných kurikulárních dokumentech uváděn v odlišném (často až o řád větším) rozsahu. Z tohoto pohledu jsou tedy oba porovnávané dokumenty velice dobře srovnatelné⁵. Rozchází se však ve svém zaměření, když RVP ZV (2016) se zaměřuje na charakteristiku základního vzdělávání, jeho pojetí, cíle a kompetence jako kombinaci pro 1. i 2. stupeň základní školy, Real Decreto 126/2014 obsahuje náplň týkající se pouze primárního vzdělávání. Oba dokumenty jsou orientovány na kompetence, definován je ovšem různý počet a znění klíčových kompetencí.

Také v projektování vzdělávacího obsahu tělesné výchovy lze pozorovat jak shody, tak odlišnosti. Tělesná výchova je v českých vzdělávacích programech zařazena spolu s předmětem Výchova ke zdraví do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, zatímco v Real Decreto 126/2014 se předměty nerozdělují do vzdělávacích oblastí, ale do okruhů ANEXO I a II, kam také patří předmět Educación Física (Tělesná výchova). Zatímco vzdělávací obsah tělesné výchovy pro 1. stupeň základního vzdělávání je v RVP ZV rozdělen do očekávaných výstupů prvního (1. – 3. ročník) a druhého (4. a 5. ročník) období, v Real Decreto 126/2014 takové dělení nenalezneme. Učivo uvedené u tělesné výchovy v RVP ZV se u Educación Física v Real Decreto 126/2014 neuvádí, stejně jako u ostatních předmětů patřících do ANEXO II. Stanovení učiva a vzdělávacích postupů u těchto předmětů spadá pod pravomoci jednotlivých autonomních oblastí. Připomeňme však, že Real Decreto 126/2014 obsahuje oddíl popisující pět různých

⁵ Viz principy komparativního výzkumu (Vlček, 2015).

pohybových situací (viz výše), ve kterých jsou stručně formulovány možné vzdělávací postupy. Španělský Real Decreto 126/2014 je i přes to zaměřený spíše na výstupy (outcome based curriculum) a je tak více orientovaný na žáka (blíže viz Vlček & Janík, 2010). České vzdělávací programy jsou zaměřeny jak na učitele a učivo (content based curriculum), tak na výstupy žáků (outcome based curriculum).

V kapitole Projektování tělesné výchovy ve Španělsku jsme již uvedli, že španělský kurikulární dokument Real Decreto 126/2014 (s. 58) definuje jako hlavní cíl předmětu tělesná výchova rozvoj pohybové kompetence, jakožto souhrn znalostí, aktivit, postojů a pocitů spojených především s pohybovou činností. Jedná se tedy o tělesnou výchovu pohybově orientovanou (viz Vlček & Mužík, 2012). Ve shodě s pohybovou koncepcí se jeví i výstupové standardy tělesné výchovy v Real Decreto 126/2014, které jsou ve většině případů orientovány na „...účelnost a „krásu“ tělesného pohybu, dovednost kultivovaně se pohybovat, orientovat se v benefitech pohybu, využít pohybové dovednosti v běžném životě aj.“ (Vlček & Mužík, 2012, s. 24), tedy na pohybové pojetí tělesné výchovy.

Cíle vzdělávání v českém kurikulu TV jsou významně orientovány na podporu zdraví v bio-psycho-sociálním kontextu a splňují zaměření zdravotní koncepce tělesné výchovy podle vymezení základních koncepcí německým autorem Naulem (2003, viz také Krüger, 2012). Učivo oboru Tělesná výchova je ale více zaměřeno na pohybové dovednosti a činnosti než na přímou podporu zdraví. Odpovídá proto spíše pohybové koncepci podle vymezení Naulem. Lze tedy konstatovat, že školní tělesná výchova v ČR se v současné době pohybuje na pomezí pohybové a zdravotní koncepce.

Projektovaný vzdělávací obsah se v mnoha oblastech do značné míry shoduje, i když je zřejmá rozdílná úroveň významnosti, jež je jednotlivým obsahům přisuzována. V obou vzdělávacích programech jde především o proměnu celkové zkušenosti žáka ve škole, nikoli o oborově specifické otázky tělesné výchovy. S tím souvisí např. odklon od jednostranné orientace na výkon v českém i španělském dokumentu – tato oblast je nahrazována důrazem na osobní prožitek, uspokojení a seberealizaci žáků. V dokumentech zaujímají sportovní aktivity spíše vedlejší úlohu; jak je avizováno, je třeba rozvíjet zvláště pohybové dovednosti. Také pojem zdatnost je nahlížen v obou případech v zásadě shodně – prostředkem jejího rozvoje také není dosažený výkon (tzv. výkonově orientovaná zdatnost), ale zdatnost je považována za nezbytnou součást lidského zdraví (tzv. zdravotně orientovaná zdatnost). V obou porovnávaných zemích je patrný požadavek komplexnosti působení na žáka, na jeho rozvoj v oblasti kognitivní, sociální a osobnostní, volní, u českých a španělských dokumentů také v oblasti emocionální.

Vedle srovnání vybraných obsahových znaků analyzovaných dokumentů je naším záměrem porovnání také vybraných kvalit projektovaného kurikula. Zde je nutný krátký náhled do teorie kvality vzdělávání. Výsledky výzkumů o kvalitě vzdělávání v posledních desetiletích (srov. Fend, 1998; Egger et al., 2002; Buhren, 2004; Dubs, 1998) totiž potvrzují, že zde do hry vstupuje mnoho faktorů. Oblasti, které se spolupodílejí na kvalitě výstupů, označuje Buhren (2004, viz také Vlček & Mužík, 2012, s. 25–26) jako vstupy, procesy a kontextové faktory. Hodnocení kvality ve vzdělávání proto představuje velice komplexní problematiku a diskuse o kvalitě vzdělávání je poměrně rozsáhlá (viz Slavík, Janík, Najvar & Knecht, 2017). Námi

vybraná oblast, tedy oblast vstupních faktorů je pouze jednou z částí ovlivňující kvalitu vzdělávání. V návaznosti na výše uvedené vymezení se ukazuje potřeba jasně definovat kritéria kvality vzdělávání jednotlivých faktorů, které ji ovlivňují (viz Mužík & Janík, 2003). Autoři Thijs a van den Akker (2009, s. 39) uvažují 4 kritéria kvality kurikula: 1. relevance – kurikulární reforma je vyvolána reálnou potřebou, dokument odpovídá současné úrovni vědeckého poznání, 2. konzistence – struktura dokumentu je logická, 3. praktičnost – předpokládaná praktičnost (lze očekávat použitelnost v podmínkách, pro které je dokument navrhován), skutečná praktičnost (dokument je použitelný v podmínkách, pro které je navržen), 4. efektivnost – předpokládaná efektivnost (lze očekávat, že reforma/dokument povedou k žádoucím výsledkům), skutečná efektivnost (implementace reformy/dokumentu vedou k žádoucím výsledkům). Protože předmětem této studie je především analýza dokumentů (vzdělávacích programů), zaměříme svou pozornost na ty pojmy, které se vztahují ke struktuře dokumentu a jež v právě uvedeném výčtu zastupuje pojem konzistence. V tomtéž smyslu se ovšem v literatuře poměrně často užívají také termíny koherence, konzistence, kontinuita (Dvořák, 2012), či kongruence (Janík et al., 2011). Dle Dvořáka (2012) poměrně širokého výkladu jsou tyto pojmy používány ve dvou různých významech. V jednom pojetí je sledován vztah mezi různými typy kurikulárních dokumentů (typicky mezi obsahovými standardy, učebnicemi, testy navzájem) nebo kurikulem a výukou. Druhé pojetí se týká především vnitřních vztahů v jednom kurikulárním materiálu. Zde Dvořák (2012) navrhuje mluvit o vnitřní koherenci, Janík et. al. (2011), viz také Habrdlová, Lupač & Vlček, (2017) uvádějí pojem vnitřní kongruence, česky shoda, která označuje provázání či provázanost dokumentu. Na vnitřní kongruenci jsme také soustředili pozornost v provedené analýze španělského kurikula, kde cíle jsou ve shodě s výstupovými standardy a dokument je tak obsahově provázaný, tedy vnitřně kongruentní. Je tak naplněna jedna z podstatných kvalit kurikula. Dodejme, že vnější kongruenci projektovaného kurikula tělesné výchovy ve Španělsku posiluje existence učebnic tělesné výchovy (Educación Física 1-5, Educación Física – Propuesta Didáctica 1-5, Educación Física ESO 1, 2, Educación Física ESO – Cuaderno 1, 2), které jsou koncipovány dle současného projektovaného kurikula.

Odlišně je projektována tělesná výchova v České republice, neboť byla zvolena pohybově zdravotní koncepce tělesné výchovy. Tělesná výchova v RVP ZV (2016) je součástí vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, a především proto se cíle předepsané pro tuto oblast, a tedy i pro tělesnou výchovu jednoznačně orientují na zdravotní problematiku. Tím je narušena vnitřní kongruence dokumentu, protože vzdělávací obsah je spíše orientován na pohybové pojetí (viz Vlček & Janík, 2010).

ZÁVĚR

V návaznosti na výše popsané můžeme formulovat několik doporučení pro možné směřování aktuálních⁶ revizí českého kurikula. Dle našeho názoru je zásadním nedostatkem tělesné výchovy projektované v RVP ZV neprovázanost (značně abstraktních⁷) vzdělávacích cílů a vzdělávacího obsahu. Navíc očekávané výstupy

⁶ Viz Návrh pojetí revizí rámcových vzdělávacích programů (NÚV, 2017).

⁷ Je ovšem nutné poznamenat, že kritizovaná abstraktnost a neuchopitelnost vzdělávacího obsahu, konkrétně očekávaných výstupů (viz např. Habrdlová, Lupač & Vlček, 2017) je konkretizována ve formě Standardů pro základní vzdělávání, Tělesná výchova (2013). K tomu blíže Fialová (2017).

formulované v RVP ZV, jako je například „kladný postoj k rozvoji zdravotně orientované zdatnosti“, „ovlivňování pohybového režimu“ nebo „podpora pohybové aktivity“, je velice obtížné standardizovat a evaluovat. Tyto výstupy jsou tak pojmány spíše jako vedlejší či následné efekty vzdělávání než jako základní součásti projektovaného obsahu, který má být realizován ve školní praxi. Cíle, jak jsme uvedli výše, akcentují především podporu zdraví a česká projektovaná tělesná výchova tak z pohledu cílů odpovídá zdravotní koncepci tělesné výchovy. V dříve uveřejněných studiích (např. Vlček & Mužík, 2012) již bylo diskutováno, že má-li tělesná výchova směřovat k podpoře zdraví⁸ jako základní hodnotě vzdělávání v tělesné výchově, je třeba tyto cíle promítnout také do vzdělávacího obsahu, tedy očekávaných výstupů a učiva. Je třeba si uvědomit, že na hranici mezi otázkami, jaký kurikulární dokument vlastně je (jakou má strukturu) a proč takový je, tematicky leží problematika vztahu mezi vzdělávacím oborem a jeho „mateřskou“ disciplínou (srov. Dvořák, 2012). Připojujeme se proto také k návrhu na opětovné nastolení otázky, zda životní hodnotou, od níž se odvíjí koncepce tělesné výchovy, má být podpora zdraví a zdravotní gramotnost. Pro současnou společnost může být akceptovatelnou hodnotou např. „jen“ pohybová gramotnost (Vašíčková, 2016) a z ní odvozená pohybová koncepce tělesné výchovy (viz Naul, 2003), umožňující účast v nejrůznějších pohybových aktivitách. Dle našeho názoru je zde také nutná debata o šířce a hloubce kurikula tělesné výchovy, jako významných kvalitativních faktorů projektovaného kurikula (viz Murdock, 2008) a jejich vlivu na dosažené kurikulum. Také v tomto případě je třeba vynakládat snahu o kongruenci, v tomto případě vnější. Tomuto zásadnímu kurikulárnímu problému by měla být věnována stěžejní pozornost dříve, než skutečně dojde k plánovaným revizím projektovaného kurikula.

POUŽITÁ LITERATURA

- AUTORES, P. V. H., & DIRECCIÓN DIDÁCTICA, I. G. G. (1997). *Educación física 4: primaria*. Madrid: Anaya.
- AUTORES, P. V. H., & DIRECCIÓN DIDÁCTICA, I. G. G. (1997). *Propuesta didáctica. Educación física: tercer curso*. Madrid: Anaya.
- AUTORES, P. V. H., & ILUSTRACIÓN, M. L. M. (1997). *Educación Física 2: Primaria*. Madrid: Anaya.
- AUTORES, P. V. H., & ILUSTRACIÓN, M. L. M. (1997). *Educación física: cuarto curso*. Madrid: Anaya.
- AUTORES, P. V. H., & ILUSTRACIÓN, M. L. M. (2002). *Educación física 3*. Madrid: Anaya.
- AUTORES, P. V. H., & ILUSTRACIÓN, M. L. M. (2003). *Educación física 5*. Madrid: Anaya.
- AUTORES, P. V. H., DIRECCIÓN DIDÁCTICA, I. G. G., & ILUSTRACIÓN, M. L. M. (1997). *Educación Física 2: primaria*. Madrid: Anaya.
- BUHREN, C. (2004). Schulqualitätsentwicklung – Referenzpunkte für den Schulsport? In: *Qualitätsentwicklung im Schulsport, 3. Europäisches Schulsportforum*. Citováno 15. 1. 2018 z World Wide Web: <http://eads.de/cms/upload/downloads/schriften/akademieschrift24s.1-192.pdf>.
- DUBS, R. (1998). *Qualitätsmanagement für Schulen*. Universität in St. Gallen: Institut für Wirtschaftspädagogik.
- DVOŘÁK, D. (2007). Obsahová analýza vzdělávacích programů. In: *Sborník z konference ČAPV [CD-ROM]*. České Budějovice: Pedagogická fakulta JČU.
- DVOŘÁK, D. (2012). *Od osnov ke standardům: Proměny kurikulární teorie a praxe*. 1 vyd. Praha: Pedagogická fakulta UK.

⁸ V odborném diskursu se objevuje stále častěji úvaha o směřování k pohybové gramotnosti (viz Vašíčková, 2016).

- DVOŘÁK, D., STARÝ, K., & URBÁNEK, P. (2015). Malá škola po pěti letech: proměny školy v době reformy. *Pedagogická orientace*, 25(1), 9–31.
- EDUCACIÓN FÍSICA PROPUESTA DIDÁCTICA: [primaria]. (1998). Madrid: Anaya.
- EGGER, K., KÜHNIS, J. B., NUSSBAUM, P., & VON DÄNIKEN, P. (2002). *Qualität des Sportunterrichts: Projektbericht*. Bern: Schriftenreihe des Instituts für Sport und Sportwissenschaft der Universität Bern.
- FEND, H. (1998). *Qualität im Bildungswesen*. Schulforschung zu Systembedingungen, Schulprofilen und Lehrerleistung. Weinheim: Juventa.
- FIALOVÁ L. (2017). Evaluační standardy pro tělesnou výchovu. *Česká kinantropologie*, 21(2), 6–19.
- GONZÁLEZ, I. ... [et al.]. (1996). *Educación física 1*. Madrid: Anaya.
- GONZÁLEZ, I. ... [et al.]. (1997). *Educación física 2: [ESO]*. Cuaderno. Madrid: Anaya.
- GONZÁLEZ, I. ... [et al.]. (1997). *Educación física 2: [ESO]*. Madrid: Anaya.
- GONZÁLEZ, I. ... [et al.]. (1998). *Educación física 1: [ESO]*. Madrid: Anaya.
- HABRDLOVÁ, M. (2013). *Projektované kurikulum tělesné výchovy pro primární vzdělávání v Irsku*. Diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita.
- HABRDLOVÁ, M., & VLČEK, P. (2015). Srovnání kurikula tělesné výchovy pro primární vzdělávání v Irsku a České republice. *Česká kinantropologie*, 19(4), 34–48.
- HABRDLOVÁ, M., LUPAČ, M., & VLČEK, P. (2017). *Pedagogická orientace*, 27(3), 449–472.
- HABRDLOVÁ, M., VLČEK, P., MUŽÍK, V., & LUPAČ, M. (2016). Comparison of PE curriculum in chosen countries - the Czech paradigm. In: *FIEP European Congress*. Banja Luka: Republic of Srpska.
- HENDL, J. (2008). *Kvalitativní výzkum : základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- HRUBÝ, D. (2011). Kurikulární reforma přišla pozdě. *Pedagogická orientace*, 21(4), 474–480.
- JANÍK, T., KNECHT, P., & KUBIATKO, M. (2011). *Kvalita školy a kurikula: od expertního šetření ke standardu kvality*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický.
- JANÍK, T., KNECHT, P., NAJVAR, P., DOSKOČILOVÁ, M., DUCHÁČKOVÁ, G., JANKO, T. ... ZLATNÍČEK, P. (2010). *Nástroje pro monitoring a evaluaci kvality výuky a kurikula*. Brno: Paido.
- KRÜGER, A. (2012). Multiperspectivity as a basis of current German physical education. *Movement & Sport Sciences*, 78, 11–23.
- KUHN, J. (2011). Kurikulární reforma v poločase. *Pedagogická orientace*, 21(4), 480–486.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación* (LOE). Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2006. Citováno 19. 1. 2017 z World Wide Web: <http://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2006-7899>.
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa* (LOMCE). (2013). Citováno 19. 1. 2017 z World Wide Web: https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2013-12886.
- LUPAČ, M. (2014). Kategoriální systém jako nástroj pro komparaci kurikulárních dokumentů tělesné výchovy. In: Pešková, K. *Kurikulum základní školy: metodologické přístupy a empirická zjištění* (pp. 13–23). Brno: Masarykova univerzita.
- LUPAČ, M. (2016). Obsahová analýza kurikulárních dokumentů tělesné výchovy v Nizozemsku z hlediska vybraných faktorů kvality projektovaného kurikula: komparace s RVP ZV. *Studia Sportiva*, 10(1), 15–32.
- MASARYKOVÁ, D. (2014). School reforms and their influence on PE curriculum development in Slovakia. *Sport, Stress, Adaptation*. Extra issue, 206–209.
- MASARYKOVÁ, D. (2015). *Súčasnosť a perspektívy telesnej výchovy na Slovensku a v zahraničí*. Trnava: Typi Universitatis Tyrnaviensis.
- MURDOCK, J. (2008). Comparison of curricular breadth, depth, and recurrence and physics achievement of TIMSS population in three countries. *International Journal of Science Education*, 30(9), 1135–1157.
- MUŽÍK, V., & JANÍK, T. (2003). Kvalita vyučování v tělesné výchově. In: *Sborník ze semináře pedagogické kinantropologie 17. – 19. října 2003 v Daňkovicích*. Praha: UK FTVS.
- MUŽÍK, V., & VLČEK, P. (2016). Proměny tělovýchovných koncepcí a jejich vliv na realizaci obsahu vzdělávání v tělesné výchově. *Orbis Scholae*, 10(2), 131–143.

- NÁUL, R. (2003). Koncepce školní tělesné výchovy v Evropě. *Česká kinantropologie*, 7(1), 39–53.
- NÚV (2017). *Návrh pojetí revizí rámcových vzdělávacích programů*. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/t/navrh>.
- PELCOVÁ, V. (2017). *Projektované kurikulum tělesné výchovy pro primární vzdělávání ve Španělsku*. Diplomová práce. Brno: Masarykova univerzita.
- POSNER, G. J. (1992). *Analyzing the Curriculum*. New York: McGraw-Hill.
- PURIFICACIÓN VILLADA HURTADO, M. V. C., & ILUSTRACIÓN, M. L. M. (1997). *Educación Física 1*. Primaria, primer ciclo. Madrid: Anaya.
- PURIFICACIÓN VILLADA HURTADO, M. V. C., & ILUSTRACIONES, J. R. A. ... et al. (1997). *Educación Física 1*, Primaria. Madrid: Anaya.
- Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání – verze 2016*. Praha: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR. Citováno 15. 1. 2018 z World Wide Web: http://www.nuv.cz/uploads/RVP_ZV_2016.pdf.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria* (2014). Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Citováno z <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2014-2222>.
- SLAVÍK, J., JANÍK, T., NAJVAR, P., & KNECHT, P. (2017). *Transdisciplinární didaktika : o učitelském sdílení znalostí a zvyšování kvality výuky napříč obory*. Brno: Masarykova univerzita.
- Standardy pro základní vzdělávání, Tělesná výchova* (2013). Citováno 19. 1. 2018 z World Wide Web: http://clanky.rvp.cz/wp-content/upload/prilohy/17383/telesna_vychova_zdravotni_telesna_vychova.pdf.
- ŠÍP, R. (2014). *Problematické aspekty současné pedagogiky z pohledu pedagogické filozofie: vztah praxe a teorie a potlačení somatické dimenze pedagogických procesů*. Habilitační práce. Brno: Masarykova Univerzita.
- THIJS, A. & VAN DEN AKKER, J. (Eds.) (2009). *Curriculum in development*. Enschede: SLO.
- VAŠÍČKOVÁ, J. (2016). *Pohybová gramotnost v České republice*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- VLČEK, P. (2011). Kurikulum tělesné výchovy v ČR, SRN a USA. *Česká kinantropologie*, 15(1), 90–101.
- VLČEK, P. (2015). Srovnávací výzkum v pedagogice: některé úvahy o metodologii problémového přístupu. *Pedagogická orientace*, 25(3), 394–412.
- VLČEK, P., & JANÍK, T. (2010). *Školské reformy a tvorba kurikula tělesné výchovy v České republice, Spolkové republice Německo a Spojených státech amerických: Pedagogický výzkum v teorii a praxi*. Brno: Paido.
- VLČEK, P., & MASARYKOVÁ, D. (2014). A comparison of the recent physical education curriculum development in the Czech Republic and Slovakia. *International Journal of Physical Education*, 51(2), 30–38.
- VLČEK, P., & MUŽÍK, V. (2012). Soulad mezi projektovaným a realizovaným kurikulem jako faktor kvality vzdělávání v tělesné výchově. *Česká kinantropologie*, 16(1), 31–45.
- VLČEK, P., PLANINC, T., SVOBODOVÁ, H., CLAUSEN, S. W., CONRADSEN, K., HERGAN, I., HOFMANN, E...VOLSHØJ, E. (2016). *Integrating Physical Education and Geography – Case Study of the Czech Republic, Slovenia and Denmark*. Brno: Masaryk University.

PhDr. Mgr. Petr Vlček, Ph.D.
 PedF MU, Poříčí 31, 603 00 Brno
 e-mail: vlcek@ped.muni.cz

PHYSICAL ACTIVITY OF GERMAN TOURISTS. SPORTS AND TOURISM CENTRE IN BERCHTESGADEN – A CASE STUDY

ZYGMUNT SAWICKI¹, MARIUSZ SOŁTYSIK², JIŘÍ SUCHÝ³,
JUSTYNA CIEPLIK²

- ¹ Department of Tourism and Recreation, University of Business in Wrocław, Elite School of Sport of German Olympic Sports Confederation, Oberstdorf/Germany
- ² Department of Tourism, University School of Physical Education in Wrocław
- ³ Department of Pedagogy, Psychology and Didactics of Physical Education and Sport, Faculty of Physical Education and Sport, Charles University, Prague

ABSTRACT

Physical activity (tourism and sport related) belongs to the leisure category most often undertaken by travellers visiting tourist and holiday destinations in Germany. This is confirmed by numerous studies in the field of sport tourism. Berchtesgaden deserves special attention as one of the most important German tourist and sports centres. Thanks to favourable natural and climatic conditions, as well as good tourism and sport infrastructure, Berchtesgaden offers optimal conditions for sport tourism, both in summer and winter.

In order to examine selected aspects of sports and tourism activities of tourists and their opinions on tourism development and the possibilities of its use for the purpose of participating in sports and tourism activities, a questionnaire designed by the authors' was used. The work also uses informational materials from the Bavarian Statistical Office in Munich concerning mainly data on tourist traffic in Berchtesgaden and its selected websites.

The study involved a group of 316 individuals staying in the area during the 2017 winter season. The results of research indicate high physical activity of tourists staying in Berchtesgaden. Most of them were involved in several hours of activity on a daily basis, including various forms of physical activity (tourism and sports), among which mountain and cycling trips as well as water forms of physical activity may be found during the summer season, while in winter, downhill and cross-country skiing as well as mountain hiking can be noted. The health and hedonistic aspects as well as social relations were among the most important reasons for undertaking tourism and sport activities by the surveyed tourists.

Key words: motor activity, sport, tourism, Berchtesgaden

INTRODUCTION

Sport tourism is one of the most popular forms of human physical activity. The name of the concept clearly indicates a bilateral relationship between tourism and sports, and its nature results from the way of understanding individual elements of sport tourism. In literature on the subject, the diverse understanding of the concept of

sport determining the specificity of sport tourism is emphasized. Freyer (2002) highlights the dominance of competitive sports of acute competitive nature, which until the 1970s, determined the nature of sport tourism. Currently, sports and leisure activities reflect new tendencies of free-time behaviours, which are directly related to a healthy lifestyle, modern trends and satisfaction from undertaking physical activity. Standeven & De Knop (1999), Freyer (2002) and Schwark (2016) define sport tourism as traveling away from one's place of residence and professional activity in order to actively or passively engage in sports. Passive participation in sports is primarily understood as a trip to sports competitions as a spectator, while active participation means practicing sports as part of a tourist trip. Freyer (2002) lists the following three categories of a sports tourist: (1) active tourist or athlete who leaves his/her place of residence in order to practice sport as a competitor or recreationally; (2) passive tourist who leaves his/her place of residence by going to the location of a sporting event as a spectator or other sports attractions (well-known sports venues, famous sportspersons, etc.); (3) people supporting participation in sports (coaches, organizers, employees of medical services, sponsors, etc.). Sobry and Dorville (2010) emphasize the great importance of the economic aspect in sport tourism. In addition to the general phenomenon of commercialization in professional sport (Slepičková, 2010), attention is often paid to the creation and stabilization of jobs in the sport tourism sector, such as the educating specialized training staff in the field of recreational sport and tourism (Škorić and Bucăr, 2016). In addition, Sobry and Dorville (2010) also emphasize business trips as an important segment of sport tourism bearing in mind the importance of sport and public health in the world of business. Schwark (2006), specifying sport tourism, lists three of its main forms: (1) tourism related to visiting sports competitions (sport event tourism); (2) tourism related to active sports tourism; (3) tourism related to visiting well-known sports venues or athletes (nostalgia sport tourism).

The author uses the so-called 'hard' definition of sports tourism regarding active or passive participation in sports competitions and the 'soft' definition of performing only recreational sports activities by tourists. According to Dreyer (1995), active sport tourism is primarily characterized by tourist trips, the main purpose of which is physical activity of a tourist connected with performing sports. Unlike typical tourists, the author also indicates out-of-town travels for athletes whose aim is to prepare for or participate in sport competitions. In literature on the subject, the particular significance of sport tourism related to practicing sports during tourist and recreational trips is underlined (Wopp & Diekert, 2002). The dominance of mountain and lowland hiking, mountain biking, as well as trend sport disciplines performed in the natural mountain environment can be found among the preferences of tourists (Lutz, 2002; Egner, 2002). In addition, winter sports, individual and team sports, fitness and strength exercises, sports training, self-defence and others, are also very popular among tourists. In sports and tourism activities, specific motives play a very important role, in which Beier (2002) includes: contact with nature, hedonistic experiences related to sports activity, physical skills and fitness, health, aesthetic factors, well-being, interpersonal contact and others.

The main objective of this work is to describe and attempt to analyse the possibilities for undertaking physical activity in its various forms by German tourists in one of the most important sports and tourism centres in Germany – Berchtesgaden. In addition, some aspects of sports and tourism activities of the respondents were diagnosed, as

well as their opinions on the possibilities for performing sports and the level of tourist development of the studied town. The following research questions were formulated:

1. What are the tourists' purposes for visiting Berchtesgaden?
2. What forms of physical activity do the tourists undertake in Berchtesgaden during the winter and summer seasons?
3. How often do the studied tourists take part in sports and tourism activities and what motives do they have for these activities?
4. How do the tourists evaluate the possibilities for performing various sports disciplines and the level of tourism development in Berchtesgaden?

Berchtesgaden as a sports and tourism centre

Berchtesgaden is a German market town with an area of 35.6 km² located 572 m above sea level in the district of Berchtesgadener Land in the south-east of Bavaria. The village is surrounded by the Berchtesgaden Alps on the southern side. They are part of the Bavarian Alps, which include the third highest mountain peak in Germany – Watzmann (2,713 m above sea level). From the east side, Berchtesgaden is located in the immediate vicinity of the border with Austria, approx. 25 km from Salzburg. Although Berchtesgaden is a relatively small town (7,888 inhabitants), it is one of the most important tourist destinations in Germany (www.tourismus-berchtesgaden.de). Berchtesgaden is a famous climatic resort and a very popular tourist destination in Germany. Thanks to favourable climatic and geographical conditions, this place also fulfils the role of an important centre for leisure and sport tourism both during the winter and summer seasons (Brugger, 1998). Berchtesgaden is also one of the largest winter sports centres in Germany, which regularly hosts high-level international sports competitions. The source information points to the large and growing tourist traffic in Berchtesgaden. It mainly concerns the dynamics of its development in terms of the number of visiting tourists and the accommodation provided. In 2016, the largest number of guests (542,495 people) and almost 2.4 million accommodations were registered in this tourist resort in recent years. The constant increase in the use of accommodation facilities in also noteworthy (Tab. 1).

Table 1
Tourist traffic in Berchtesgaden in the years 2012–2016

Subject/Year	2012	2013	2014	2015	2016
Tourists	469,899	473,898	485,163	518,233	542,495
Provided accommodation	2,274,155	2,257,919	2,231,274	2,315,599	2,395,398
Average stay (days)	4.84	4.76	4.97	4.47	4.42
Degree of accommodation facilities usage (%)	40	41	42	45	46

Source: the data from Bayerisches Landesamt für Statistik [Bavarian Regional Office of Statistics] (2017) and www.tourismus-berchtesgaden.de

As already mentioned, Berchtesgaden has favourable conditions for undertaking recreational activity in its various forms, both during summer and winter. This mainly concerns the possibilities related to physical activity in outside areas and in many well-prepared sports and recreation facilities for residents and tourists (Krakauer, 1998). During the winter season, Berchtesgaden offers great opportunities for downhill skiing. 2 cabin lifts and 4 ski lifts are used, which transport skiers to a height of 2,500 m above sea level.

In addition, a well-prepared network of cross-country ski trails and ski tours with a total length of 230 km, as well as a more than two-kilometre-long sledding track with a height difference of 400 m are also available. In Berchtesgaden, other winter sports such as ice-skating, ice-hockey and curling are also popular and can be performed at special specific-purpose sports facilities. Berchtesgaden also offers favourable sports opportunities for summer sports lovers. These include, above all, hiking and mountain climbing, cycling and water sports activities (www.tourismus-berchtesgaden.de).

METHODS

The surveys included a group of 316 adults (169 men and 147 women) who were in Berchtesgaden as tourists in January and February 2017. The studied tourists declared that have been regularly visiting Berchtesgaden for several years not only in winter but also in summer, thanks to which it was possible to diagnose forms of sports and tourism activities during the two major seasons of the year. In order to conduct questionnaires, the examined individuals were visited at accommodation facilities in Berchtesgaden as well as areas around sports facilities and equipment randomly selected by the authors of this work. Research was carried out by the authors of this study and participation was anonymous and voluntary. In the research, a questionnaire designed by the authors', examining selected aspects of sports and tourism activities as well as the opinions of tourists on tourism development and the possibilities of its use for the purposes of participating in sports and tourist activities, was used. The research questionnaire contained the following parts:

1. Declarations of the studied tourists regarding their reason for stay in Berchtesgaden.
2. Declarations regarding the choice of accommodation facility by the tourists.
3. Motives for undertaking sports and tourism activity by the respondents.
4. Forms of sports and tourism activity undertaken by tourists in winter and summer.
5. Frequency of sports and tourism activity undertaken by tourists.
6. Tourists' opinions regarding possibilities for performing sports in Berchtesgaden.
7. Tourists' opinions regarding tourist development in Berchtesgaden.

In addition, the informational materials of the Bavarian Statistical Office in Munich concerning mainly tourism data in Berchtesgaden and its selected websites were also used.

All the results of our research were subjected to statistical analysis. In order to calculate statistically significant differences between the sexes of the subjects, the Chi-squared test was used, while the significance level of $\alpha \leq 0.05$ was adopted.

RESULTS

The most important purpose of the visit to Berchtesgaden (Tab. 2) was sports and tourist activity declared by the vast majority of tourists surveyed (81%). Men (88%) were more interested in this activity than women (74%), which confirmed statistically significant differences in this category of responses ($p < 0.05$). Other reasons for staying in this city were of no greater importance to tourists, while the surveyed women preferred passive rest and visiting friends or family more often than men, but in these categories, no statistically significant differences were noted ($p > 0.05$).

Table 2
Reason for coming to Berchtesgaden (in %)

Reason for visit	Men	Women	Total
Physical activity (sports and tourism)	88	74	81*
Passive rest	4	12	8
Visiting friends/family	3	11	7
Business trip	5	3	4

* $p < 0.05$

In Table 3, the results of research on the selection of accommodation facility during the stay in Berchtesgaden by the surveyed tourists is presented. Over $\frac{1}{2}$ of the respondents used hotel services, $\frac{1}{4}$ preferred the services of boarding houses, while $\frac{1}{5}$ of the respondents stayed in holiday homes. It should also be added that in winter, that is when the research was carried out, camps were not very popular among tourists (5%). In all categories of answers, no statistically significant differences were noted, which gives grounds for stating that both the surveyed men and women had similar preferences regarding the choice of accommodation facility.

Table 3
Accommodation facilities chosen by tourists in Berchtesgaden (in %)

Accommodation facility	Men	Women	Total
Hotel	48	54	52
Boarding house	27	25	26
Holiday home	19	17	18
Camping	6	4	5

In Table 4, the results of research on the motives of tourists for undertaking sports activities during their stay in Berchtesgaden is presented. The most important motive was health, much more frequently chosen by women (87%) than men (69%). In this category, there were statistically significant differences in favour of the women ($p < 0.05$). The surveyed tourists, regardless of their gender, also highly appreciated pleasure (71%), social interaction (55%) and relaxation (44%) related to sports and tourist activity. It is worth emphasizing that men were more prepared to take risks than women during sport activities. In this category, there were statistically significant differences in favour of the men ($p < 0.05$).

Table 4
Motives for undertaking physical activity by the studied tourists (in %),
multiple choice questions, sum % > 100

Motive	Men	Women	Total
Health	69	87	78*
Pleasure	74	68	71
Social interactions	52	58	55
Relaxation	46	42	44
Desire for risk-taking	38	20	29*

* $p < 0.05$

The most popular forms of sports and tourism activity undertaken by tourists in Berchtesgaden are presented in Table 5. They include primarily alpine skiing, declared by $\frac{2}{3}$ of respondents. This discipline, however, was much more popular among the surveyed men (72%) than women (53%), which was confirmed by the results of statistical analysis ($p < 0.05$). Over $\frac{1}{2}$ of the respondents also performed cross-country skiing, around 40% of tourists preferred mountain trekking and more than $\frac{1}{3}$ declared practicing snowboarding. As expected, the surveyed men preferred disciplines requiring more physical effort and courage much more than the women. These include ice-hockey and bobsledding. In these categories, the responses show statistically significant differences in favour of the men ($p < 0.05$).

Table 5

Forms of physical activity of tourists in Berchtesgaden performed during the winter season (in %), multiple choice questions, sum % > 100

Form of activity	Men	Women	Total
Alpine skiing	72	53	63*
Cross-country skiing	51	55	53
Winter mountain trekking	40	36	38
Snowboarding	36	32	34
Sledding	28	24	26
Ice-hockey	19	3	24*
Ice-skating	18	24	21
Ski trekking	21	17	19
Bobsledding	23	7	15*
Curling	13	9	11

* $p < 0.05$

The surveyed tourists in Berchtesgaden were also asked about preferences regarding forms of sports and tourism activities practiced during the summer season. According to the results of research presented in Table 6, mountain trekking (67%) turned out to be the summer's most popular sport and recreation discipline. About $\frac{1}{2}$ of respondents preferred both Nordic walking and cycling. The list of the most popular forms of physical activity includes extreme sports, such as mountain climbing, which, according to statistical analysis, was much more popular among men than women ($p < 0.05$) and paragliding, although in this category of answers, no statistically significant differences between sexes were noted.

**Table 6**

Forms of physical activity of tourists in Berchtesgaden performed during the summer season (in %), multiple choice questions, sum % > 100

Form of activity	Men	Women	Total
Mountain trekking	69	65	67
Nordic walking	56	52	54
Cycling	49	47	48
Running	40	46	43
Golf	39	35	37
Swimming	35	31	33
Tennis	31	25	28
Volleyball	21	27	24
Mountain climbing	24	8	16*
Paragliding	17	11	14

* $p < 0.05$

The high level of physical activity of the surveyed tourists residing in Berchtesgaden can be confirmed by the results of research on the number of hours they set aside for undertaking various forms of sports and tourist activity during the day (Tab. 7). Almost $\frac{1}{2}$ of respondents were physically active for 3–4 hours a day and only 9% of respondents spent less than 1 hour on this activity. Statistically significant differences can be observed in the category of 5 or more hours dedicated to sports ($p < 0.05$), which was declared much more often by the surveyed men (36%) than women (20%).

Table 7

Frequency of physical activity declared by tourists in Berchtesgaden (in %)

Frequency (hours per day)	Men	Women	Total
Less than 1 hour	5	13	9
1–2 hours	13	23	18
3–4 hours	46	44	45
5 hours or more	36	20	28*

* $p < 0.05$

The surveyed tourists residing in Berchtesgaden also spoke about the possibilities for undertaking sports and tourism. Due to the fact that the vast majority of respondents – both men and women – assessed these possibilities as high, it can be concluded that Berchtesgaden is an attractive sports and tourist centre, especially for those preferring active rest (Tab. 8).



Table 8

Tourists' opinions regarding the possibilities for sports and tourism in w
Berchtesgaden (in %)

Rating	Men	Women	Total
High	88	84	86
Average	7	11	9
Low	5	5	5

In addition, the surveyed tourists, regardless of gender, also highly assessed the level of tourism development in Berchtesgaden (Tab. 9). About $\frac{3}{4}$ of the respondents rated the accommodation and gastronomic base highly, while over $\frac{2}{3}$ of those surveyed rated the transportation base in the city very highly.

Table 9

Tourists' opinions regarding the quality of Berchtesgaden tourism development (in %)

Type of base / Rating	High	Average	Low
Accommodation base	74	14	12
Gastronomic base	72	12	16
Transportation base	69	16	15

DISCUSSION

Berchtesgaden is one of the most well-known tourist destinations in Germany. It is also one of the most important sports and recreation centres in which many sports competitions of international importance are organized. Moreover, in Berchtesgaden as a recognized climate resort, more than 500,000 tourists are registered annually, as well as more than 2.4 million accommodations, with the constant dynamics of tourism development confirmed by both our research and data from the Bavarian Statistical Office (Bayerisches Landesamt für Statistik, 2017). Our research indicates high physical activity of tourists coming to Berchtesgaden, whose main purpose of stay, mainly at hotels and boarding houses, is active participation in sports, recreation and tourism. The forms of sports and tourist activity undertaken by German tourists in this resort are characterized by high daily frequency of participation, as well as a large variety of their types. Numerous studies on sports and tourism activities of German tourists also confirm tourists' great involvement in sport (Opaschowski, 2000; Bässler, 2002; Brösel, 2002 and Hadzik et al. 2015).

The most popular sports, recreation and tourist disciplines performed in winter in Berchtesgaden include alpine and cross-country skiing and mountain hiking in winter, while in summer, mountain hiking, Nordic walking and cycling. These results are also confirmed by the studies of Trümper (1995), Günther (1996), Freyer (2002), Wopp (2002), Lohmann (2002), Hadzik et al. (2015) and Škorić and Cernaianu (2016), in which the particularly high popularity of hiking, as well as cycling, running, swimming, skiing and playing sports among German and other summer and winter tourists is emphasized. For the majority of respondents, physical activity was mainly determined by the health factor. Over $\frac{2}{3}$ of the respondents played sports for pleasure, in the company of friends or acquaintances. Opaschowski (2000), Schwark (2002), Bauman (2007) and others emphasize the importance of not only health as a motive for undertaking sports and recreational activities but also social interaction and pleasure

coming from an active lifestyle. Alfermann (1995) and Pfister (2002), considering the gender differences of recreational sport participants, emphasizes the prevalence of aesthetic factors for women, while in men, physical fitness and efficacy, as well as the risk-taking tendency, which in our research found clear confirmation. The tourism development in Berchtesgaden, along with its favourable conditions for tourism and recreation, were highly appreciated by the studied tourists. Moreover, the tourism development of the town is confirmed by the Berchtesgaden Tourism Department. These factors undoubtedly have positive impact on the continuous development of tourist traffic in Berchtesgaden.

CONCLUSIONS

From the obtained data, it can be concluded that the main reason for tourists' arrivals to Berchtesgaden is sports and tourism activity. The studied tourists mainly used hotel services in Berchtesgaden, and the most important motives for undertaking physical activity were health, pleasure and interpersonal relations. The most popular form of physical activity among the surveyed people in winter was – downhill skiing, while in summer – mountain hiking. In addition, the surveyed tourists highly assessed the possibilities of undertaking sports and recreation and tourism as well as the level of tourism development in Berchtesgaden.

The results of this study may be helpful for associations, social institutions and individuals responsible for organizing recreational, tourist and sports activities for people in different age groups.

REFERENCES

- ALFERMANN, D. (1995). *Geschlechterrollen und geschlechtstypisches Verhalten*. Stuttgart: Kohlhammer.
- BAUMAN, Z. (2007). *Flaneure, Spieler und Touristen. Essays zu postmodernen Lebensformen*. Hamburg: Hamburger Edition.
- BAYERISCHES LANDESAMT FÜR STATISTIK, 2017, München.
- BÄSSLER, R. (2002). Fit for success –Touristische Aspekte in der Personalentwicklung. In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus* (pp. 183–196). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- BEIER, K. (2002). Was reizt Menschen an sportlicher Aktivität in der Natur? In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus* (pp. 81–92). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- BRÖSEL, J. (2002). Die Bedeutung des Sportreisemarktes für Reiseveranstalter. Gegenwart und Zukunft. In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus* (pp. 200–205). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- BRUGGER, W. (Ed.) (1998). *Geschichte von Berchtesgaden. Band 3: Berchtesgaden im Königreich und Freistaat Bayern von 1810 bis zur Gegenwart Teil 1. Kirche, Kunst, Kultur, Alpinismus, Sport, Vereinswesen* (pp. 231–246). Berchtesgaden: Plenk Verlag.
- DREYER, A. (1995). Der Markt für Sporttourismus. In: Dreyer, A. et al. (Eds.) *Sporttourismus* (pp. 9–51) München: Oldenbourg Verlag.
- EGNER, H. (2002). Natursport-Tourismus als Wirtschaftsstrategie einer peripheren Kleinstadt? In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus* (pp. 134–150). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- FREYER, W. (2002). Sport-Tourismus. Einige Anmerkungen aus Sicht der Wissenschaft(en). In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus* (pp. 2–26). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.

- GÜNTHER, D. (1996). *Alpine Quergänge*. Frankfurt/New York.
- HADZIK, A., SAWICKI, Z., BARTIK, P. & GÖRNER, K. (2015). *Sporttourismus. Theoretische und praktische Aspekte*. Fh-prints FH Schmalkalden.
- KRAKAUER, J. (1998). *In eisige Höhen*. München.
- LOHMANN, M. (2002). Sport light-Der Stellenwert des Sports im Urlaubstourismus. In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus* (pp. 175–181). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- LUTZ, R. (2002). Traumpfade und Irrwege im Bergtourismus. In: Dreyer, A. (Ed.) *Tourismus und Sport. Wirtschaftliche, soziologische und gesundheitliche Aspekte des Sport-Tourismus*. (pp. 109–120). Wiesbaden: Deutscher Universitäts-Verlag.
- OPASCHOWSKI, H. (2000). *Xtrem. Der kalkulierte Wahnsinn. Extremsport als Zeitphänomen*. Hamburg: BAT Freizeit-Forschungsinstitut.
- PFISTER, G. (2002). Frauen und Männer. In: Diekert, J. & Wopp, C. (Eds.) *Handbuch Freizeitsport* (pp. 197–208). Schorndorf: Verlag Hofmann.
- SCHWARK, J. (2002). *Sporttourismus zwischen Kultur und Ökonomie*. Münster: Waxmann.
- SCHWARK, J. (2006). *Grundlagen zum Sporttourismus*. Münster: Waxmann.
- SCHWARK, J. (2016). *Handbuch Sporttourismus*. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft mbH.
- ŠKORIĆ, S. & BUCAR, K. (2010). The Importance of quality of personnel in sports tourism. In: Sobry, C. (Ed.) *Sport et travail* (pp. 417–424). Paris: L'Harmattan.
- ŠKORIĆ, S. & CERNAIANU, S. (2016). Comparative Study about the Development of Winter Sports Tourism in Croatia and Romania. In: Sobry, C. (Ed.) *Sport Tourism and Local Sustainable Development* (pp. 35–50). Paris: L'Harmattan.
- SLEPIČKOVÁ, I. (2010). Football as a field of new professionalism in sport in the Czech Republic. In: Sobry, C. (Ed.) *Sport et travail* (pp. 321–336). Paris: L'Harmattan.
- SOBRY, C. & DORVILLE, C. (2010). General Introduction. In: Sobry, C. (Ed.) *Sport et travail* (pp. 9–20). Paris: L'Harmattan.
- STANDEVEN, J. & DE KNOP, P. (1999). *Sport Tourism*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- TRÜMPER, T. (1995). Die touristische Entwicklung der Risiko- und Abenteuersportarten. In: Dreyer, A. et al. (Eds.) *Sporttourismus* (pp. 203–235). München: Oldenbourg Verlag.
- WOPP, C. (2002). Selbstorganisiertes Sporttreiben In: Diekert, J. & Wopp, C. (Eds.) *Handbuch Freizeitsport* (pp. 175–186). Schorndorf: Verlag Hofmann.
- WOPP, C. & DIEKERT, J. (2002). Sport und Freizeit-Freizeitsport. In: Diekert, J. & Wopp, C. (Eds.) *Handbuch Freizeitsport* (pp. 11–22). Schorndorf: Verlag Hofmann.
- www.berchtesgaden.de (21.01.2018).
- www.tourismus-berchtesgaden.de (22.01.2018).

Zygmunt Sawicki, PhD

Department of Tourism and Recreation, University of Business in Wrocław
 ul. Ostrowskiego 22, 53 238 Wrocław,
 Elite School of Sport of German Olympic Sports Confederation, Oberstdorf
 e-mail: zygmunt.sawicki@handlowa.eu

RANÁ SPORTOVNÍ SPECIALIZACE NEBO TRÉNINK ODPOVÍDAJÍCÍ VÝVOJI? KLADY A ZÁPORY

EARLY OR LATE SPECIALIZATION IN SPORT? PROS AND CONS

LINDA KOMÍNKOVÁ, TOMÁŠ PERIČ

Katedra pedagogiky, psychologie a didaktiky TV a sportu

Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

SOUHRN

Ačkoliv je problematika rané sportovní specializace a tréninku odpovídající vývoji probírána již od 50. let minulého století, v současné době se opět diskutuje o tom, který z těchto dvou přístupů ke dlouhodobé koncepci sportovního tréninku je vhodnější.

Cílem tohoto review je představit, jak jsou v současné době chápány pojmy „raná specializace“ a „trénink odpovídající vývoji“, a porovnat jak pozitivní, tak negativní aspekty těchto dvou cest k dosažení vrcholové sportovní výkonnosti.

Na základě studia vybraných vědeckých článků jsme došli k závěru, že zatím neexistuje jednoznačná odpověď, která cesta k dosažení špičkové sportovní výkonnosti je vhodnější, protože obě tyto cesty mají svá pozitiva i negativa, která jsou poměrně vyrovnaná. Avšak vzhledem k tomu, že raná specializace může být příčinou zejména zdravotních problémů, se zdá být trénink odpovídající vývoji vhodnější, jelikož snižuje riziko zranění, respektuje věkové zákonitosti vývoje organismu a podporuje celoživotní zapojení jedince do pohybových aktivit.

Vzhledem k tomu, že většina odborných článků o této problematice nevychází z empiricky získaných dat, je zapotřebí více empirických výzkumů, zejména s longitudinálním výzkumným designem, které by potvrdily nebo vyvrátily pozitivní či negativní aspekty rané specializovaného tréninku, popřípadě tréninku odpovídajícímu vývoji.

Klíčová slova: raná sportovní specializace, trénink odpovídající vývoji, pozitivní a negativní aspekty rané specializace a tréninku odpovídající vývoji

ABSTRACT

Early and late specialization in sport is not a new topic, because it has been debated since 1950s. Current literature is controversy about this topic. On the one hand, scientific research shows, that early specialization approach to children sports training could have a lots of negative consequences, but some studies claims that early sport specialization is the only way how to achieve elite sport performance.

The aim of this review is to summarize current knowledge about early and late specialization in sport and compare these two paths to elite sport performance. We want to deal with positive and negative aspects of early and late specialization in sport and discuss these aspects from the practical point of view.

We found, that there is not clear opinion which of these two paths is better. But due to the relatively large amount of early specialization negative consequences, late specialization is more appropriate way to achieve elite sport performance. However the late specialization can be more demanding in terms of financial and time requirements.

Also most of the articles are not based on empirically obtained data. Therefore we need more empirical studies, specifically with longitudinal design, to answer the question, which path to elite sport performance is more efficient.

Key words: early sport specialization, late sport specialization, positive and negative aspects of early and late specialization in sport

ÚVOD

V rámci dlouhodobé koncepce sportovního tréninku je diskutováno, jaká je nejvhodnější cesta k dosažení vrcholové sportovní výkonnosti. Dle Dovalila (2002) existují dvě cesty. Jsou to raná specializace a trénink odpovídající vývoji. Hlavní rozdíly v těchto dvou přístupech jsou v tréninku dětí. Jde o otázku poměru specializace a všestrannosti a také o celkový názor na trénink, jeho přístup a cíle.

Již v padesátých letech minulého století panoval názor, že raná sportovní specializace je tou nejlepší cestou k dosažení vrcholové sportovní výkonnosti, to znamená, že raně specializovaní jedinci budou po přechodu mezi dospělými nadále zvyšovat svou sportovní výkonnost. To se však nestalo. Chybou byl přežívající názor, že hlavním a mnohdy jediným kritériem správnosti používané metodiky tréninku je sportovní výkon (Valík, 1974).

V osmdesátých letech pak výzkum prokázal, že raná specializace nezajišťuje dosažení elitní sportovní výkonnosti a o sportovním tréninku se začalo hovořit jako o dlouhodobém procesu, který zahrnuje několik věkových období sportovce, a jeho obsah i struktura se proto mění s ohledem na věkové zákonitosti a etapy sportovního tréninku (např. Matvejev, 1981).

Problematika rané specializace ve sportu se zdála být „uzavřená“, avšak v současnosti se opět objevují názory, že je raně specializovaný přístup k tréninku nezbytným předpokladem k dosažení vrcholového sportovního výkonu, což potvrzují například Feeley, Agel, LaPrade (2015), kteří se shodují, že za posledních 15 let se zvýšil zájem mladých sportovců o specifickou sportovní přípravu v raném věku.

V zahraniční literatuře se tematikou dlouhodobé koncepce sportovního tréninku v současné době zabývají především kanadští profesori Jean Côté a Joseph Baker, v domácí literatuře pak Josef Dovalil a Tomáš Perič.

CÍL PRÁCE

Vzhledem k tomu, že je v poslední době publikováno množství článků zabývajících se klady a zápory raně specializovaného sportovního tréninku a tréninku odpovídající vývoji, je cílem této literární rešerše představit, jak jsou v současné době chápány

termíny „raná specializace“ a „trénink odpovídající vývoji“ a vytvořit systematický přehled o negativních a pozitivních aspektech těchto dvou přístupů ke dlouhodobé koncepci sportovního tréninku.

METODIKA

Vědecké články byly vyhledávány v období červen až srpen roku 2018 v databázích EBSCOhost (SPORTDiscus with Full Text), MEDLINE a Google Scholar. V těchto databázích byla pro vyhledávání použita tato klíčová slova: early sport specialization, late sport specialization, children and youth.

Do rešerše byly zařazeny články, pokud splňovaly všechna následující kritéria: (1) byly publikovány v odborném časopise v letech 1980–2017, (2) obsahovaly alespoň jeden odkaz na ranou specializaci ve sportu, (3) zaměřovaly se na děti a/nebo mládež ve sportu.

Dle těchto kritérií bylo vybráno celkem 43 vědeckých článků. Zahrnuty byly jak kvalitativní, tak kvantitativní studie.

REŠERŠNÍ ČÁST

Raná specializace ve sportu

Obecně přijímaná definice rané sportovní specializace neexistuje, autoři vytvářejí definice vlastní, avšak většina z nich má podobný základ hovořící o intenzivním celoročním tréninku v jednom sportu a vyloučení účasti v dalších sportech v mladém věku (Ericsson, 1993; Wiersma, 2000; Myer a kol., 2016). Ferguson a Stern (2014) uvádějí přehled společných bodů, která jsou v těchto definicích obsažena (viz tabulka 1).

Tabulka 1

Typické aspekty rané sportovní specializace (Ferguson, Stern, 2014)

Vysoká intenzita a délka tréninku vzhledem k věku.
Minimální čas na odpočinek; regeneraci.
Vysoce strukturovaný trénink s důrazem na kondiční přípravu.
Vyloučení účasti v jiných sportech.
Trénink je iniciován rodiči nebo trenérem.
Cílem je prostřednictvím dosažených výsledků získat společensky uznávaný status.

Baker a kol. (2009) charakterizují čtyři specifické parametry rané specializace, a to brzké zahájení sportovní přípravy v organizovaném sportu vzhledem k věku dítěte; účast dítěte jen v jednom organizovaném sportu (na rozdíl od účasti v různých sportovních aktivitách); specifický a vysoce intenzivní trénink v raném věku a dřívější zapojení do soutěžení.

Jayanthi a kol. (2015) definovali tři parametry, které mohou sloužit jako pomůcka pro určení úrovně specializace, a to trénink v jednom sportu po dobu delší než 8 měsíců, zaměření se na jeden sport a ukončení účasti v jiných sportech. Dle těchto autorů vysoce specializovaní mladí sportovci splňují všechny tři výše uvedené podmínky. Ti, kteří splňují dvě, mohou být klasifikováni jako středně specializovaní a ti, kteří splňují pouze jednu z těchto podmínek, lze označit jako nízké specializované.

Pro raně specializovaný trénink je charakteristický koncept založený na „usilovném“ tréninku již od mladého věku, v anglickém překladu *deliberate practice*, což je vysoce

strukturovaná činnost s výslovným cílem zlepšit výkonnost (Ericsson, 2003; Myer a kol., 2016), vyžaduje vysokou koncentraci, není přirozeně příjemná a musí se provádět opakovaně v průběhu času (Côté et al., 2007), zahrnuje praktické aktivity, jež jsou náročné, s nízkým prožitkem a jsou záměrně navrženy tak, aby řešily aktuální nedostatky sportovce (Ericsson a kol., 1993).

Trénink odpovídající vývoji

Naproti tomu trénink odpovídající vývoji¹ (angl. *late sport specialization*) chápeme jako přístup, který vychází ze specifík ontogenetického vývoje a těmto specifickým přizpůsobuje cíle a metody tréninku (sportovní přípravy). Celá příprava je charakteristická vysokým podílem tzv. všestranné přípravy (angl. *multisite development*), která je širokým spektrem adaptačních podnětů (z velké části nespecifických) (Perič, Pecha, 2014). Charakteristiky tréninku odpovídajícího vývoji dle Periče a Pechy (2014) jsou následující:

- výkonnost přiměřená věku, nejvyšší výkon jako perspektivní cíl, dětství a mládí je přípravnou etapou,
- odpovídající podíl všestrannosti,
- zřetel na stupeň individuálního vývoje, postupné a pozvolné stupňování nároků,
- trénink odpovídající mentalitě věkového stupně, omezování tlaku na výkon, aktuální výkonnostní cíle a požadavky nejsou výlučné, radost, hravost, uvolněnost, bohatství prožitků, přiměřené ocenění.

V počáteční etapě sportovní přípravy je trénink odpovídající vývoji charakteristický zapojením dětí a mládeže do různých sportovních aktivit a také tzv. herním principem. Herní princip (angl. *deliberate play*) je dobrovolný, neformální a sdílí kontextové charakteristiky volných aktivit, jako je například běh nebo horolezectví. Děti se těchto aktivit založených na herním principu účastní, protože jsou přirozeně zábavné, ale i přesto mohou přispět k osvojení speciálních dovedností (Côté a kol., 2007). Neformálnost aktivit umožňuje dětem sportovat s minimálním vybavením, v jakémkoli prostoru, s jakýmkoliv počtem hráčů a s hráči různých věkových kategorií a velikostí. Tento druh prostředí je snadno vytvořen a nevyžaduje charakteristiky formálního organizovaného sportu a strukturované praxe, jako je dohled dospělých, trenérů, speciální výbava nebo časový limit (Côté, Lidor, Hackfort, 2009).

V zahraniční literatuře je tato počáteční etapa sportovního tréninku, kdy si děti zkouší různé sportovní aktivity, nazývána *early sampling* nebo *early diversification* (např. Côté a kol., 2007), v překladu raná diverzifikace. Pozdně specializovaní jedinci jsou v tomto případě nazýváni jako „samplers“ (např. Sluder a kol., 2017; Goodway, Robinson, 2015). V některých odborných článcích je tato raná diverzifikace představována právě jako alternativní přístup právě k rané sportovní specializaci (např. Baker, Cobley, Fraser, Thomas, 2009).

Odborné články často řeší klady a zápory rané specializace a tréninku odpovídající vývoji (např. Baker a kol., 2009; Sluder a kol., 2017; Ferguson, Stern, 2014; Goodway, Robinson, 2015; Malina, 2010; Wiersma, 2010; Horn, 2015; Strachan, Côté, Deakin, 2009; Myer a kol., 2015; Jayanthi a kol., 2013). Například Ferguson a Stern (2014) uvádějí přehled kladů a záporů rané sportovní specializace (tabulka 2) a Sluder a kol. (2017) prezentuje klady a zápory tréninku odpovídajícího vývoji (tabulka 3).

¹ V anglofonní literatuře je termín „trénink odpovídající vývoji“ překládán jako „late sport specialization“.

Tabulka 2

Klady a zápory rané specializace ve sportu (Ferguson, Stern, 2014)

Klady	Zápory
• Získání výhody oproti konkurenci • Rychlejší nácvik dovedností • Dřívější rozpoznání talentu • Lepší příležitost pro získání stipendia nebo odborné smlouvy	• Vyšší riziko zranění z přetrérování • Nedostatečná regenerace • Omezený nácvik sportovních dovedností • Dřívější ukončení sportovní kariéry • Riziko sociální izolace • Riziko tzv. syndromu vyhoření • Zvýšené riziko nadměrné závislosti na ostatních

Tabulka 3

Klady a zápory tréninku odpovídajícího vývoji (Sluder a kol., 2017)

Klady	Zápory
• Rozvoj prosociálního chování a osobnosti • Podporuje rozvoj vnitřní motivace • Podporuje nácvik široké škály motorických dovedností • Podporuje spojení se společností, s rodinou a zdravý vývoj jedince	• Větší časové zatížení • Větší finanční nároky

Negativní aspekty rané sportovní specializace

Nejvíce diskutovanými riziky rané sportovní specializace je zvýšená pravděpodobnost zranění, narušený psychický a psychosociální vývoj, syndrom vyhoření a předčasný odchod ze sportu. Myer a kol. (2015) uvádějí, že u dětí se tyto negativní následky předčasné sportovní specializace mohou projevit, pokud trénují více hodin týdně, než je jejich aktuální chronologický věk, nebo obecně více než 16 hodin za týden.

Zranění

Zranění ve sportu je závažným problémem, jelikož může být příčinou předčasného ukončení sportovní kariéry a obvykle bývá spouštěčem pro tzv. syndrom vyhoření (Malina, 2010; Myer a kol., 2016). Zvýšené riziko zranění existuje u mladých sportovců, kteří se specializují na jeden sport, a to bez ohledu na objem tréninku a jejich věk. Toto riziko roste se zvyšujícím se stupněm specializace a zranění hrozí hlavně mladým sportovcům, kteří trénují více hodin týdně, než je jejich aktuální chronologický věk, a také těm mladým sportovcům, kteří tráví dvakrát více hodin tréninkem v organizovaném sportu, než v neorganizovaných sportovních aktivitách (Jayanthi a kol., 2015).

Ačkoliv je nedostatek dostupných údajů, které přímo porovnávají fyziologické účinky speciální a všeobecné přípravy (Kaleth, Mikesky, 2010), studie naznačují, že raně specializovaný trénink je pro vznik zranění velkým rizikovým faktorem, a že bez všestranné účasti v různých sportech se u dětí nemusí plně rozvinout neuromuskulární vzorce, které je mohou před zraněním chránit (Sluder a kol., 2017).

Například u dívek v období adolescence je sportovní specializace spojena se zvýšeným výskytem patelofemorální bolesti (PFP) ve srovnání se sportovkyněmi, které se věnují různým sportovním aktivitám (Hall a kol., 2015). Rovněž mladí gymnasté, kteří trénují více než 16 hodin týdně, mají vyšší incidence poranění zad (Goldstein, Berger, Windler a Jackson, 1991).

Zejména v kritických obdobích biologického vývoje by intenzivní formy tréninku mohly mít vážné následky. Protože svaly a šlachy se v mládí nezvětšují v délce stejnou rychlostí jako kosti, zvyšuje se těsnost a nepružnost kolem kloubů a vzniká nerovnováha, která pak zvyšuje náchylnost mládeže ke specifickým typům zranění (Dalton, 1992), jako je například osteochondróza, což je skupina onemocnění zahrnující degeneraci osifikace, kde se šlachy přikládají ke kostem (Kulund, 1982). Tato skupina onemocnění zahrnuje onemocnění Osgood-Schlattera, Sinding-Larson Johansson syndrom a Severovu nemoc, což jsou stavy, jejichž společnou etiologií je opakující se mikrotrauma, které může být způsobeno právě nadměrným tréninkovým zatížením (Baker a kol., 2009).

Myer a kol. (2015) uvádějí tabulku, která vyjadřuje vztah mezi úrovní specializace a rizikem zranění (viz tabulka 4).

Tabulka 4
Míra specializace a riziko zranění (Myer a kol., 2015)

Stupeň specializace podmínky: • Celoroční trénink (> 8 měsíců v roce) • Zaměření se na 1 sport • Ukončení účasti ve všech ostatních sportech	Riziko zranění	Riziko vážného zranění z přetrérování	Riziko akutního zranění
Nízce specializovaný (splňuje 0 až 1 podmínku z výše uvedených)	Nízké	Nízké	Střední
Středně specializovaný (splňuje 2 podmínky z výše uvedených)	Střední	Střední	Nízké
Vysoce specializovaný (splňuje všechny výše uvedené podmínky)	Vysoké	Vysoké	Nízké

Sociální izolace, nízká sebedůvěra a sebeúcta

Sport je vynikající prostředek pro rozvoj sociálních dovedností, tedy spolupráce a společenského chování. Zaměření se na jediný sport a s tím související časový závazek však může podpořit sociální izolaci. Nedostatek vzájemné socializace, zejména v dospívajících letech, může změnit vztahy s vrstevníky, rodiči a rodinou (Malina, 2010) a narušit normální vývoj osobnosti (Gould, 2010). Raná specializace by tedy mohla potlačit sociologický a psychologický vývoj jedince tím, že sníží počet příležitostí pro růst v těchto oblastech (Wiersma, 2000). Zvýšený tlak na výkon již od dětství může také vést ke snížení sportovního prožitku, pocitu selhání, nízké sebedůvěře a sebeúctě (Baker a kol., 2009).

Syndrom vyhoření

V důsledku intenzivního, drilového tréninku v raném věku sportovec může později trpět takzvaným syndromem vyhoření, ztrátou motivace a/nebo emočním stresem (Gould, 2010). Syndrom vyhoření (angl. *burnout*) není náhlý, ale vyvíjí se v průběhu času (Malina, 2010). Současný výzkum ukazuje, že právě syndrom vyhoření je nešťastným vedlejším produktem rané specializace ve sportu, která přináší fyzické a emocionální vyčerpání z psychologických a fyziologických požadavků sportu (Kutz, Secrest, 2009). Na jeho vzniku se podílí více faktorů, z nich nejvýznamnější jsou tyto tři: negativní hodnocení výkonnosti jedince, kritická zpětná vazba od trenérů a přetrérování. Dalšími faktory mohou být zranění, nadměrný dozor a ochrana trenérů, rodičů a také to, že sportovec sebe sama vnímá tak, že není schopen splnit svá očekávání nebo očekávání druhých (Goud, 2010).

Poruchy příjmu potravy

Předčasně specializovaní jedinci mohou trpět i poruchami příjmu potravy. Obecně je výskyt poruch příjmu potravy vyšší u sportovců než u nesportující populace (Beals, Manore, 1994). Avšak zvláště náchylní ke špatnému stravování jsou sportovci, na které jsou kladeny estetické požadavky (např. tanec, gymnastika, krasobruslení), neboť jsou často vylučováni z týmů nebo oddílů, pokud nedosáhnou své ideální hmotnosti nebo složení těla (Smolak, Murnen, Ruble, 2000). Zdá se tedy, že existuje zvýšené riziko poruch příjmu potravy zejména u mladých sportovců, kteří se věnují estetickým sportům, ve kterých je tendence následovat model rané specializace (Baker a kol., 2009).

Narušený růst a dospívání

Komplikace růstu a zrání se občas připisují ranému intenzivnímu sportovnímu tréninku. Například nižší tělesná výška vrcholových moderních gymnastek a baletních tanečnic jsou nejčastěji připisované intenzivnímu tréninku v mladých věkových kategoriích. Přičemž dřívější intenzivní trénink bývá také spojován s pomalejším dospíváním (opožděným vývojem) (Malina, 1999).

Nadměrná závislost na ostatních a na organizovaném programu

Život mladých vrcholových sportovců bývá velmi regulován. To může podporovat nadměrnou závislost na ostatních a v mnoha případech ztrátu kontroly nad tím, co se v životě právě odehrává. Mladí vrcholoví sportovci mohou být „uvěznění slávou“, což může ovlivnit vnímání jejich vlastností jako lidské bytosti – sportovce, nikoliv člověka, ale zboží, které má být prodáváno. Zpomalený vývoj sociálního chování je možným následkem, stejně jako sociální maladaptivní chování během mládí a později i v dospělosti (Malina, 2010).

Předčasné ukončení sportovní kariéry

Konečným negativním důsledkem rané specializace může být předčasný odchod ze sportu (angl. *dropout*). Butcher, Lindner, & Johns (2002) ve své desetileté retrospektivní studii zjistili, že v počátečních fázích tréninku byl nejdůležitějším důvodem pro odchod do jiného sportu nebo dokonce pro úplné ukončení sportovní kariéry „nedostatek radosti a zábavy“, a to u dětí ve všech věkových kategoriích. Fraser-Thomas a kol. (2008) porovnávali sportovní vývoj 25 plavců, kteří předčasně ukončili sportovní kariéru, a 25 aktivních plavců v adolescentním věku a zjistili, že plavci, kteří předčasně ukončili svou kariéru, dříve absolvovali tréninkové kempy, tréninky na suchu a také dříve dosáhli vrcholové sportovní výkonnosti. Byla u nich také větší pravděpodobnost, že jsou nejmladší ve své tréninkové skupině, mají zde méně kamarádů a také, že mají rodiče, kteří se v mládí věnovali sportu na vrcholové úrovni.

Pozitivní přínosy rané sportovní specializace

Odborníci tvrdí, že raná specializace je důležitá pro budoucí úspěch, protože čím dříve jedinec začne dodržovat přísný tréninkový režim, tím rychleji dosáhne požadované úrovně dovedností. Přesněji řečeno někdo, kdo začne rutinu záměrné praxe v pozdějším věku, nebude schopen „dohnat“ výkonnost sportovce, který začal se speciálním tréninkem dříve, přestože všechny ostatní podmínky měli tito sportovci stejné (Ericsson a kol., 1993). Raná sportovní specializace tedy poskytuje výhodu

sportovcům především díky zkušenostem získaným ze záměrné praxe (Ericsson, 1996; Gould, 2010). Nicméně Ericsson a kol. (1993) tvrdí, že to nejsou jen nahromaděné hodiny záměrné praxe, které vedou k vyšší výkonnostní úrovni, ale že nahromadění takových hodin se musí shodovat s klíčovými obdobími biologického a kognitivního vývoje (tj. dětstvím).

Pravidlo 10 000 hodin

Hodiny záměrné praxe v raném věku tak mohou přispět k rychlejšímu osvojení sportovních dovedností a také přispět k odhadovaným 10 000 hodinám usilovného tréninku, což je asi 10 let, které jsou potřeba k tomu, aby jedinec dosáhl vrcholné výkonnosti ve svém oboru, tedy i ve sportu (Ericsson, Charness, 1994). Pojem „pravidlo 10 000 hodin neboli 10 let“ představili již v roce 1973 Simon a Chase, kteří zjistili, že 10 let je dostatečné časové období pro získání určité úrovně znalostí, které jsou potřebné k tomu, aby se začátečník stal expertem v šachu. Toto pravidlo bylo od té doby pozorováno v několika oblastech včetně sportu. Gould (2010) navíc poznamenal, že přínos rané specializace spočívá také často v lepším koučování a tedy v kvalitnějším nácviku sportovních dovedností, protože ti nejzkušenější trenéři obvykle pracují se sportovci, kteří se specializují.

„Raně vrcholové sporty“

V některých sportech je raná specializace nezbytná, pokud chce sportovec dosáhnout špičkové výkonnosti. Neboli hodiny záměrné praxe v mladém věku jsou potřebné k dosažení vrcholové úrovně (Côté a kol., 2007). V těchto sportech se trenéři snaží zahájit u svých svěřenců specializaci včas. Jedná se například o gymnastiku (Law et al., 2008), krasobruslení (Deakin, Copley, 2003) nebo také plavání, kde sportovci dosahují své vrcholné sportovní výkonnosti již kolem 15 let. Jsou to tedy sporty, ve kterých často dochází k dosažení špičkového výkonu *před dospělostí*.

Právě například v gymnastice nebo v krasobruslení jsou jisté akrobatické dovednosti, které musí sportovci zvládnout před začátkem puberty, jelikož později už by zvládnuty být nemusely (Judge, Gilreath, 2009). Zvláště u ženské gymnastky je začátek puberty faktorem, který by měl být zvažován, neboť má nepříznivý vliv na výkon (Goodway, Robinson, 2015). Dokonce Ward a kolegové tvrdí, že i ve fotbalu je raná sportovní specializace a „usilovný“ trénink během preadolescence neúčinnější cestou k dosažení vrcholové sportovní výkonnosti (Soberlak, Côté, 2003).

„Pozdně vrcholové sporty“

Na druhou je pro některé sporty typická specializace pozdní (např. pro basketbal, atletiku nebo baseball), jelikož vrcholné výkony jsou podávány v dospělém věku. Specializace v dětství tedy není předpokladem pro dosažení mimořádné sportovní výkonnosti v dospělosti (Hill, 1993).

Pozitivní přínosy tréninku odpovídající vývoji

Sociální aspekty

Potvrzuje se, že pozdně specializovaní jedinci (angl. *samplers*) mají větší předpoklady spolupracovat s různými skupinami vrstevníků a mají také lepší vztahy s rodinou a se společností. Sportovci, kteří se nespecializují předčasně, jsou vzhledem k účasti v různých sportech obklopeni různými typy a skupinami lidí, a mají tak více příležitostí k interakci se sportovci, protože každý sport vyžaduje komunikaci či porozumění spoluhráčům (Strachan, Côté, Deakin, 2009).



Dřívější nalezení vlastní identity a rozvoj vnitřní motivace

Také se ukazuje, že sportovci, kteří se v raných fázích sportovního tréninku věnují více sportovním aktivitám, najdou svou identitu v životě dříve (Strachan, Côté, Deakin, 2009), že hravé zapojení do řady sportů je přínosem pro rozvoj vnitřní motivace, která je vyžadovaná během pozdějších fází, kdy se trénink stává strukturovanější a náročnější (Côté, 1999; Côté, Hay, 2002; Côté a kol., 2003).

Prevence zranění

Trénink odpovídající vývoji je spojen s nižší frekvencí sportovních zranění než raná specializace. Je tedy důležitý pro prevenci úrazů (Côté, Lidor, Hackfort, 2009). Protože na ty, kteří se specializují brzy, je primární důraz kladen na rozvoj dovedností prostřednictvím vysokého množství záměrné praxe, která může vést ke zranění právě v důsledku nadměrného zatěžování mladého organismu (Côté, Horton, MacDonald, Wilkes, 2009).

Zvýšená pravděpodobnost věnování se sportu i v dospělosti

Studie autorů Robertson-Wilson, Baker, Derbyshire a Côté (2003) o fyzicky aktivních a neaktivních dospělých ženách potvrdila, že účast v různých sportovních a pohybových aktivitách v dětství je spojena s vyšší fyzickou aktivitou v dospělosti. Trénink odpovídající vývoji tedy může přispět k celoživotnímu zapojení do fyzických aktivit, protože poskytuje příjemnější první sportovní zážitky. Bez možnosti účastnit se různých sportovních aktivit v dětství je menší pravděpodobnost, že si mladí sportovci osvojí základní pohybové, psychosociální a kognitivní dovednosti, které jsou důležité pro úspěch ve sportu z dlouhodobého hlediska.

Pozdně specializovaní jedinci nejsou v nevýhodě vůči raně specializovaným

Také se potvrzuje, že sportovci, kteří měli v dětství rozmanité sportovní zázemí, nebyli v nevýhodě ve srovnání se sportovci, kteří se specializovali brzy. Již v roce 1988 Carlson zjistil, že vrcholoví tenisoví hráči se specializovali později a trénovali méně než jejich skoro-vrcholoví vrstevníci ve věku od 13 do 15 let, ale po 15. roce věku jejich trénink výrazně nabyl na intenzitě. Později například Stevenson (1990), který zkoumal vrcholové hráče ragby, hokeje a vodního póla potvrdil, že ti, kteří se v mladém věku účastnili různých sportů, nebyli znevýhodněni. Rovněž ve studii elitních plavců Barynina a Vaitsekhovskii (1992) je naznačeno, že sportovci, kteří se raně specializovali, strávili méně času v národním týmu a ukončili svou sportovní kariéru dříve, než sportovci, kteří se specializovali později. Dále pak v roce 1999 Côté a kol. uvedli jako příklad jednoho z nejznámějších hráčů NBA Steve Nashe, jenž se v dětství věnoval nejrůznějším sportům včetně lakrosu, fotbalu, hokeje a na basketbal se začal specializovat až v období dospívání. V nedávné době také Moesch a kol. (2011) zjistili, že vrcholoví sportovci, kteří začali se speciální přípravou později, navzdory jejich pozdnímu začátku absolvovali dostatek hodin záměrné praxe, aby dosáhli vrcholové sportovní výkonnosti.

Transfer sportovních dovedností

Otázka přenosu nebo také transferu sportovních dovedností a schopností mezi sporty (angl. *transfer across sport*) je základním principem tréninku odpovídajícímu vývoji nebo také raně diverzifikovaného tréninku, kdy se děti zapojují do široké škály pohybových aktivit (Baker, Cobley, Fraser-Thomas, 2009). Díky zapojení do řady sportů si děti osvojí motorické dovednosti a taktické strategie, které se mohou přenášet i do jiných sportů (Brylinsky, 2010).



Baker, Côté, Abernethy (2003) a také Soberlak, Côté (2003) potvrzují, že vrcholoví sportovci, kteří se v mládí účastnili různých sportů, si osvojili širokou škálu motorických dovedností, které později využili v jejich primárním sportu, přičemž pro sporty a aktivity, jimž se věnovali, byl charakteristický v tréninku herní princip. Také Baker a kol. (2003) tvrdí, že díky účasti v jiných relevantních činnostech vyžadujících podobné pohybové schopnosti nebo dovednosti, sportovci získají benefity prostřednictvím určitého mechanismu přenosu.

Negativní aspekty tréninku odpovídající vývoji

Zvýšené nároky na organizaci času

Naproti tomu existují také negativní aspekty tréninku odpovídající vývoji. Sportovci, kteří se v mládí účastní více sportů, musí být schopni zorganizovat si svůj čas, což může být vzhledem k množství sportů, kterým se věnují, velmi obtížné (Sluder a kol., 2017).

Zajištění účasti dítěte na všech trénincích a soutěžích tak mnohdy vyžaduje předem naplánovaný časový harmonogram (Bodey a kol., 2013).

Vyšší finanční zátěž

Dále v souvislosti s účastí dětí ve více sportech také rodičům přibývají další povinnosti a závazky. Například nákup vybavení pro každý sport není levná záležitost a jistě se projeví v rodinném rozpočtu (Bodey a kol., 2013).

Z časového a finančního hlediska může být tedy trénink odpovídající vývoji mnohem náročnější než raná specializace.

DISKUSE

Z přehledu vyplývá, že trénink odpovídající vývoji, se zdá být vhodnější cestou k dosažení špičkového sportovního výkonu, protože díky tomuto přístupu k dlouhodobé koncepci sportovního tréninku děti získají širokou základnu motorických dovedností, jež mohou využít ve sportu, kterému se později budou věnovat prioritně. Dále tento přístup umožňuje mladým sportovcům fyzicky a psychicky vyžrát, snižuje riziko zranění a psychických poruch a lépe je připraví na budoucí aktivní život.

Při posuzování negativních a pozitivních aspektů raně specializovaného tréninku a tréninku odpovídajícímu vývoji si musíme uvědomit, že oba tyto přístupy k dlouhodobé koncepci sportovního tréninku mohou být aplikovatelné jak ve sportech, pro které je typické dosažení vrcholových sportovních výkonů již před dospělostí, mezi které podle Balyiho (2004) patří například gymnastika a krasobruslení, tak ve sportech, pro které je typické dosažení špičkové výkonnosti až v dospělém věku, jako například v atletice nebo ve sportovních hrách (Balyi, 2004).

Dále bychom si měli uvědomit, že veškerá pohybová aktivita dětí je dnes většinou organizovaná, řízená zvenčí. Děti si v dnešní „počítačové“ době chodí hrát a sportovat ven samy, jen výjimečně a je běžné, že se účastní pouze jednoho organizovaného sportu a školní tělesné výchovy. Ostatní svůj volný čas tak tráví spíše pasivně, zvláště pokud žijí ve větších městech, kde bývají podmínky pro sportování ve volném čase pro děti horší, a to především kvůli bezpečnostním podmínkám a také městské zástavbě. Tyto děti pak mají pohybovou aktivitu pouze ve školní tělesné výchově, tedy dvě hodiny týdně a v případě, že navštěvují sportovní kroužky či oddíly, tak samozřejmě také zde.

A proto, ať už se jedná o tzv. raně vrcholové sporty nebo pozdně vrcholové sporty či školní tělesnou výchovu, záleží především na trenérovi v daném sportovním odvětví, respektive na učiteli školní tělesné výchovy, zda sportovní přípravu či školní tělesnou výchovu povede cestou rané specializace nebo cestou tréninku odpovídajícímu vývoji.

Z výše uvedených důvodů je tedy velmi důležité vzdělávání trenérů a také učitelů tělesné výchovy, tedy zvyšování jejich znalostí o dlouhodobé koncepci sportovní přípravy. Měli by vědět o rizicích rané sportovní specializace, orientovat se ve specifických zvláštěnostech sportovní přípravy dětí a mládeže, dokázat pro děti sestavit všestranně zaměřenou sportovní přípravu, a v neposlední řadě by měli umět správně komunikovat s rodiči dětí. Jak by měli trenéři s rodiči komunikovat, vhodně popisují například autoři Bodey a kol. (2013).

Bohužel se v dnešní době setkáváme s velkým tlakem na výkon, a to jak ze strany sportovních organizací, které hodnotí a financují sportovní kluby dle výkonnosti v uplynulé sezoně, tak ze strany rodičů, kteří často sní o tom, že se právě jejich dítě stane vrcholovým sportovcem, a především ze strany společnosti, která dnes vyvíjí mnohem vyšší tlak na výkon, než dříve a v důsledku toho se zvyšují i nároky na výkon dětí. Právě tyto tlaky na výkon trenéry často svádí k tomu, aby začali s dětmi a mládeží se speciální přípravou dříve. Vystává tedy otázka, jak omezit tyto tlaky na výkon, které vedou právě k předčasnému zahájení specializované sportovní přípravy?

Dále v rámci koncepce pozdní sportovní specializace neboli tréninku odpovídajícímu vývoji je v mladém věku doporučována účast v různých sportovních aktivitách (angl. *early sampling* nebo *early diversification*), což však může být pro rodiče dětí finančně a časově velmi náročné, jelikož tréninky ve sportovních oddílech či sportovních kroužcích vyžadují finanční prostředky na zaplacení oddílových příspěvků a na nákup sportovního vybavení do každého sportu, kterému se dítě věnuje. Samozřejmě záleží na tom, jakým konkrétním sportům se dítě věnuje, protože každé sportovní odvětví má jiné požadavky na vybavení. Srovnáme-li například hokej a atletiku, zjistíme, že pro atletický trénink dítě v podstatě potřebuje pouze vhodnou běžeckou obuv, zatímco v hokeji celou hokejovou výstroj, která obsahuje brusle, helmu, hokejku, chrániče, rukavice a další. Čím více sportů však dítě bude navštěvovat, tím větší finanční zátěž to pro rodinu bude. Dále účast dítěte ve více sportovních aktivitách vyžaduje čas rodičů na jeho doprovod či přepravu na trénink. Děti do věku 12 let obvykle nechodí na tréninky samy, rodiče je na tréninky přivádějí a po skončení tréninku odvádějí, a to vyžaduje předem naplánovaný časový harmonogram. Trénink odpovídající vývoji tak může být z finančního a časového hlediska mnohem náročnější než raná specializace, což potvrzují i autoři Bodey a kol. (2013).

Jak jsme tedy uvedli na začátku diskusní části, cesta tréninku odpovídajícímu vývoji se zdá být vhodnější cestou k dosažení vrcholové sportovní výkonnosti. Avšak i přes to, že tato cesta má méně negativních aspektů než raná specializace, jsou tyto aspekty poměrně stěžejní, protože zajištění kvalifikovaného trenéra, finančních prostředků a dostatku času pro sportovní přípravu dítěte je v dnešní době nadstandard, který si nemůže dovolit každý.

ZÁVĚR

Cílem této literární rešerše bylo posoudit pozitivní a negativní aspekty rané specializace a tréninku odpovídajícího vývoji, a poskytnout tak ucelený přehled o těchto aspektech.

Na základě literární rešerše 43 vědeckých článků jsme došli k závěru, že zatím neexistuje jednoznačná odpověď, která cesta k dosažení vrcholové sportovní výkonnosti je vhodnější, jelikož obě cesty mají svá pozitivita a negativa, která jsou poměrně vyrovnaná.

Pozdně specializovaný trénink neboli trénink odpovídající vývoji se však zdá být jako přístup ke sportovní přípravě dětí vhodnější než raná specializace, jelikož chrání to nejdůležitější – zdraví a podporuje vlastní motivaci dětí k účasti ve sportu. U dětí, kterým je poskytnuta možnost účastnit se různých sportovních aktivit, je menší pravděpodobnost, že budou zranění, předčasně ukončí sportovní kariéru nebo nebudou fyzicky aktivní v dospělosti.

Většina odborných článků vyzdvihuje zejména negativní aspekty rané sportovní specializace, budoucí výzkum by se mohl zaměřit na pozitiva rané specializace. Například by se mohl zabývat otázkou, zda má raná specializace pro sportovce i jiné přínosy, než rychlejší nácvik dovedností a dřívější dosažení špičkové sportovní výkonnosti. Rovněž minimum článků se zabývá negativními aspekty tréninku odpovídajícímu vývoji.

Dále vzhledem k tomu, že většina studovaných odborných článků nevycházela z empiricky získaných dat, je zapotřebí více empirických výzkumů, zejména s longitudinálním výzkumným designem, které by potvrdily, nebo vyvrátily pozitivní a negativní aspekty rané specializovaného tréninku či tréninku odpovídajícího vývoji.

LITERATURA

- BAKER, J., CÔTÉ, J., ABERNETHY, B. (2003). Sport specific training, deliberate practice and the development of expertise in team ball sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 12–25.
- BAKER, J., COBLEY, S., FRASER-THOMAS, J. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much!. *High ability studies*, 20(1), 77–89.
- BARYNINA, I. I., VAITSEKHOVSKII, S. M. (1992). The aftermath of early sports specialization for highly qualified swimmers. In: Baker, J. (2003). Early specialization in youth sport: A requirement for adult expertise?. *High ability studies*, 14(1), 85–94.
- BEALS, K. A., MANORE, M. M. (1994). The prevalence and consequences of subclinical eating disorders in female athletes. In: Baker, J., Cobley, S., & Fraser-Thomas, J. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much!. *High ability studies*, 20(1), 77–89.
- BODEY, K. J., JUDGE, L. W., & HOOVER, J. V. (2013). Specialization in youth sport: What coaches should tell parents. *Strategies*, 26(1), 3–7.
- BRYLINSKY, J. (2010). Practice makes perfect and other curricular myths in the sport specialization debate. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 81(8), 22–25.
- BUTCHER, J., LINDNER, K. J., & JOHNS, D. P. (2002). Withdrawal from Competitive Youth Sport: A Retrospective Ten-year Study. *Journal of Sport Behavior*, 25(2).
- CARLSON, R. (1988). The socialization of elite tennis players in Sweden: An analysis of the players' backgrounds and development. *Sociology of sport journal*, 5(3), 241–256.
- CÔTÉ, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sport. *The sport psychologist*, 13(4), 395–417.
- CÔTÉ, J., LIDOR, R., HACKFORTH, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International journal of sport and exercise psychology*, 7(1), 7–17.
- CÔTÉ, J. & HAY, J. (2002). Children's involvement in sport: A developmental perspective. In: Silva, J. and Stevens, D. (Eds.) *Psychological Foundations of Sport* (pp. 484–502). Boston, MA: Allyn and Bacon.

- CÔTÉ, J., BAKER, J., ABERNETHY, B. (2003). From play to practice: a developmental framework for the acquisition of expertise in team sports. In: Ericsson, K. A. & Starkes, J. L. (Eds.) *Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise* (pp. 89–113). Champaign, IL: Human Kinetics.
- CÔTÉ, J., BAKER, J., ABERNETHY, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. *Handbook of sport psychology*, 3, 184–202.
- CÔTÉ, J., HORTON, S., MACDONALD, D., WILKES, S. (2009). The benefits of sampling sports during childhood. *Physical & Health Education Journal*, 74(4), 6.
- DALTON, S. E. (1992). Overuse injuries in adolescent athletes. In: Baker, J., Cobley, S., & Fraser-Thomas, J. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much!. *High ability studies*, 20(1), 77–89.
- DEAKIN, J. M., COBLEY, S. (2003). A search for deliberate practice: An examination of the practice environments in figure skating and volleyball. In: Starkes, J. & Ericsson, K. A. (Eds.) *Expert performance in sport: Recent advances in research on sport expertise* (pp. 115–135). Champaign, IL: Human Kinetics.
- ERICSSON, K. A. (2003). Development of elite performance and deliberate practice: An update from the perspective of the expert performance approach. In: Starkes, J. & Ericsson, K. A. (Eds.) *Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise* (pp. 49–81). Champaign, IL: Human Kinetics.
- ERICSSON, K. A., KRAMPE, R. T., TESCH-RÖMER, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological review*, 100(3), 363.
- ERICSSON, K. A., CHARNESS, N. (1994). Expert performance: Its structure and acquisition. *The American Psychologist*, 49, 725–747. doi:10.1037/0003-066X.49.8.725.
- FEELEY, B. T., AGEL, J., LAPRADE, R. F. (2016). When is it too early for single sport specialization?. *The American journal of sports medicine*, 44(1), 234–241.
- FERGUSON, B., STERN, P. J. (2014). A case of early sports specialization in an adolescent athlete. *The Journal of the Canadian Chiropractic Association*, 58(4), 377.
- FRASER-THOMAS, J., CÔTÉ, J., DEAKIN, J. (2008). Examining adolescent sport dropout and prolonged engagement from a developmental perspective. *Journal of applied sport psychology*, 20(3), 318–333.
- GOLDSTEIN, J. D., BERGER, P. E., WINDLER, G. E., JACKSON, D. W. (1991). Spine injuries in gymnasts and swimmers: an epidemiologic investigation. In: Côté, J., Horton, S., MACDONALD, D., WILKES, S. (2009). The benefits of sampling sports during childhood. *Physical & Health Education Journal*, 74(4), 6.
- GOODWAY, J. D., ROBINSON, L. E. (2015). Developmental trajectories in early sport specialization: a case for early sampling from a physical growth and motor development perspective. *Kinesiology review*, 4(3), 267–278.
- GOULD, D. (2010). Early sport specialization: A psychological perspective. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 81(8), 33–37.
- HALL, R., FOSS, K. B., HEWETT, T. E., MYER, G. D. (2015). Sport specialization's association with an increased risk of developing anterior knee pain in adolescent female athletes. *Journal of sport rehabilitation*, 24(1), 31–35.
- HILL, G. (1993). Youth sport participation of professional baseball players. *Sociology of Sport*, 10, 107–114.
- HORN, T. S. (2015). Social Psychological and Developmental Perspectives on Early Sport Specialization. *Kinesiology Review*, 4(3), 248–266.
- JAYANTHI, N., LABELLA, C., FISCHER, D., DUGAS, L. (2015). Sports-specialization intensive training and the risk of injury in young athletes: a clinical casecontrol study. *Am. J. Sports Med.*, 43, 794–801.
- JAYANTHI, N., PINKHAM, C., DUGAS, L., PATRICK, B., LABELLA, C. (2013). Sports specialization in young athletes: evidence-based recommendations. *Sports health*, 5(3), 251–257.
- JUDGE, L. W., GILREATH, E. (2009). The growing trend of early specialization: Why can't Johnny play three sports? *Indiana AHPERD Journal*, 38(2), 4–10.

- KALETH, A. S., MIKESKY, A. E. (2010). Impact of early sport specialization: A physiological perspective. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 81(8), 29–37.
- KULUND, D. N. (1982). The injured athlete. In: Baker, J., Cobley, S., & Fraser-Thomas, J. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much!. *High ability studies*, 20(1), 77–89.
- KUTZ, M., SECREST, M. (2009). Contributing factors to overtraining in the adolescent multi-season/sport athlete. *Strength & Conditioning Journal*, 31(3), 37–42.
- LAW, M. P., CÔTÉ, J., ERICSSON, K. A. (2008). Characteristics of expert development in rhythmic gymnastics: A retrospective study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5, 82–103.
- MALINA, R. M. (1999). Growth and maturation of elite female gymnasts: is training a factor. *Human growth in context*. London: Smith-Gordon, 291–301.
- MALINA, R. M. (2010). Early sport specialization: roots, effectiveness, risks. *Current sports medicine reports*, 9(6), 364–371.
- MATVEJEV, L. P., NOVIKOV, A. D. (1981). *Teorie a didaktika tělesné výchovy a sportu*. Praha: Olympia.
- MOESCH, K., ELBE, A.-M., HAUGE, T., WIKMAN, J. M. (2011). Late specialization: the key to success in centimeters, grams, or seconds (cgs) sports. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 21, 282–290.
- MYER, G. D., JAYANTHI, N., DIFIORI, J. P., FAIGENBAUM, A. D., KIEFER, A. W., LOGERSTEDT, D., & MICHELI, L. J. (2015). Sport specialization, part I: does early sports specialization increase negative outcomes and reduce the opportunity for success in young athletes?. *Sports Health*, 7(5), 437–442.
- MYER, G., JAYANTHI, N., DIFIORI, J., FAIGENBAUM, A., KIEFER, A., LOGERSTEDT, D., & MICHELI, L. (2016). Sports specialization, part II: alternative solutions to early sport specialization in youth athletes. *Sports Health*, 8(1), 65–73.
- PERIČ, T., PECHA, J. (2014). Sportovní příprava dětí – co ovlivňuje kvalitu tréninkového procesu. In: Flemr, L., Němec, J., Novotný, O. (Eds.) *Pohybové aktivity ve vědě a praxi. Konferenční sborník*. U příležitosti 60. výročí založení fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze. Praha: Karolinum, s. 465–475.
- ROBERTSON-WILSON, J., BAKER, J., DERBYSHIRE, E., & CÔTÉ, J. (2003). Childhood physical activity involvement in active and inactive female adults. *Avante*, 9(1), 1–8.
- SLUDER, J. B., FULLER, T. T., GRIFFIN, S. G., & MCCRAY, Z. M. (2017). Early vs. Late Specialization in Sport. *GAHPERD Journal* [online], 49(3), 9–15.
- SMOLAK, L., MURNEN, S. K., RUBLE, A. E. (2000). Female athletes and eating problems: A meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 27, 371–380.
- SOBERLAK, P., CÔTÉ, J. (2003). The developmental activities of elite ice hockey players. *Journal of applied, sport psychology*, 15(1), 41–49.
- STEVENSON, C. L. (1990). The athletic career: Some contingencies of sport specialization. In: Baker, J. (2003). Early specialization in youth sport: A requirement for adult expertise?. *High ability studies*, 14(1), 85–94.
- STRACHAN, L., CÔTÉ, J., DEAKIN, J. (2009). “Specializers” versus “samplers” in youth sport: comparing experiences and outcomes. *The sport psychologist*, 23(1), 77–92.
- VALIK, B. V. (1975). *Trenérům mladých atletů*. Atletika do kapsy. Praha: Olympia.

Mgr. Linda Komínková

UK FTVS, J. Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

e-mail: kominkova@ftvs.cuni.cz

ZMĚNA TYPU DOŠLAPU PŘI POUŽITÍ MINIMALISTICKÉ OBUVI U REKREAČNÍCH BĚŽCŮ

THE EFFECT OF THE USE OF MINIMALIST FOOTWEAR ON THE CHANGE IN FOOT STRIKE PATTERN IN RECREATIONAL RUNNERS

SOŇA JANDOVÁ^{1,2}, JAN CHAROUSEK³

¹ Katedra mechaniky, pevnosti a pružnosti, Fakulta strojní, Technická univerzita v Liberci

² Katedra přírodních věd v kinantropologii, Fakulta tělesné kultury, Univerzita Palackého v Olomouci

³ Katedra tělesné výchovy, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická, Technická univerzita v Liberci

SOUHRN

Cílem předkládané studie bylo zjistit, jak se mění typ došlapu v souvislosti s použitím minimalistické a sportovní obuvi u rekreačních běžců. Došlap byl sledován pomocí dynamografického záznamu (systém Pedar-X®) a pomocí vysokofrekvenčního videozáznamu (Olympus speed i3). Měření proběhlo u skupiny 15 rekreačních běžců (věk: 34,6, SD = 6,2 let, hmotnost: 65,10, SD = 8,9 kg a výška: 1,81, SD = 0,08 m) při běhu ve shodném typu minimalistické i sportovní obuvi na rovném úseku. Kromě typu došlapu byla analyzována trajektorie CoP a časové trvání stojné a švihové fáze běhu. U vybrané skupiny rekreačních běžců došlo při použití minimalistické obuvi k posunu plantárních tlaků směrem dopředu. Typ došlapu se změnil celkem u 5 běžců, a to vždy o jednu zónu (z paty ke střední části, případně ze střední části ke špičce). Také u běžců, kteří používali došlap přes špičku v obou typech obuvi, došlo v minimalistických botách k posunu plantárních tlaků směrem dopředu. Při běhu v minimalistické obuvi byla stojná fáze a fáze celého kroku statisticky významně kratší ($p \leq 0,05$). Rozdíl v trvání švihové fáze nebyl statisticky významný ($p > 0,05$). Vzhledem ke zkrácení stojné fáze a k posunu tlaků směrem ke špičce při použití minimalistické obuvi považujeme z hlediska úrazů rizikové místo především v oblasti metatarsů a v souvislosti se změnou postavení hlezenního kloubu může být ohrožena také Achillova šlacha. Proto doporučujeme před dlouhodobým používáním minimalistické obuvi nejprve adekvátně posílit svaly nohy.

Klíčová slova: dynamografie, plantární tlak, stojná fáze, švihová fáze

ABSTRACT

The main objective of the research was to find out how the use of minimalist and sport footwear influences the type of foot strike pattern in recreational runners. Dynamographic analysis (Pedar-X® system) and high-speed video analysis (Olympus

speed i3) were used for monitoring of foot strike pattern. 15 recreational runners were tested (age: 34.6 ± 6.2 years, body weight: 65.10 ± 8.9 kg and body height: 1.81 ± 0.08 m). They were running on an even surface using the same type of minimalist and sport footwear. In addition to the foot strike pattern detection, the CoP trajectory and the duration of the stance and swing phase were analysed. Plantar pressure shifted forward in the group of recreational runners when minimalist footwear was used. The type of foot strike pattern of five runners changed and it shifted one zone forward every time (from the rearfoot to the midfoot or from the midfoot to the forefoot). Moreover, there was a shift forward in plantar pressure when runners, who has been using a forefoot strike in both types of footwear, used minimalist footwear. The stance phase and the entire gait cycle became significantly shorter ($p \leq 0.05$) when runners used minimalist footwear. The difference in the duration of the swing phase was not statistically significant ($p > 0.05$). Considering the shorter duration of the stance phase and the plantar pressure shift towards the forefoot when minimalist footwear was used, it can be assumed that the metatarsal area would become potentially more vulnerable to injuries. Furthermore, the change of the position of the ankle joint means that the Achilles tendon would become potentially more vulnerable to injuries as well. Therefore, we recommend to sufficiently strengthen muscles of the foot before using minimalist footwear for longer periods of time.

Key words: dynamography, plantar pressure, stance phase, swing phase

ÚVOD

K nejstarším a zároveň přirozeným pohybovým aktivitám člověka patří chůze a běh, který je velmi rozšířen v rekreační i závodní podobě. Běhá se na různých typech povrchů, což v současném technizovaném světě vyžaduje specifické konstrukce obuvi.

Obuv od svého počátku prošla dlouhým vývojem (Hlaváček, 1994). První dochované informace o použití obuvi pochází ze starší doby kamenné. Důkazy přinášejí nástěnné malby v jeskyních ve Španělsku a Skandinávii. Tehdejší člověk si obaloval nohy kůží z ulovených zvířat, omotával si je kolem nohou až po kotníky a přivazoval je lýkem či různými motouzy z trávy. Dokladem toho je nález lidské mumie na rakousko-italských hranicích, která byla pod ledovcem ukryta 5 300 let. Postupem času se kvalita obuvi zvyšovala a také se dochovalo více dokladů o její existenci. Řemeslná výroba obuvi se objevuje na přelomu 11. a 12. století, kdy jsou boty stále používány především k chůzi. V průběhu 19. století se začínají vyrábět sportovní boty, rozšiřuje se i zakázková výroba obuvi. K tvorbě sportovní obuvi přispělo hlavně masivní rozšíření sportů. Objevují se první běžecké boty, ale také boty na golf, cyklistiku, tenis, bruslení a další sporty. Velký vliv na výrobu a používání sportovní obuvi měl i vynález šicího stroje roku 1846. Od této doby se obuv vyráběla mnohem snadněji a bylo možné vytvořit pohodlnější a specifické typy obuvi. Z novodobé historie je za velký zlom považováno období, kdy do výroby sportovní obuvi bylo zavedeno používání gumy. Dalším významným milníkem ve výrobě sportovní obuvi bylo období 50. a 60. let minulého století, kdy na trh vstupují hlavní producenti sportovní obuvi, kteří hrají významnou roli i v dnešní době (Hlaváček, 1994).

V současné době většina běžců používá běžnou sportovní obuv, která zajišťuje ochranu a tlumí nárazy, vlivem kterých může docházet k přetížení či opotřebení kloubů. Vedle toho se objevuje nový trend, a to běh buď naboso, nebo v minimalistické

obuvi, který je velmi diskutován především mezi běžci, kinantropology, podiatry a ortopedy. Přestože existuje poměrně hodně studií o běhu naboso příslušníků domorodých kmenů (Liebenberg, 2006; D'Aou et al., 2009; Lieberman et al., 2010; Lieberman, 2014; Pontzer et al., 2014), zájem o běh naboso se významně zvýšil díky světovému bestselleru „Born to run“, který byl do češtiny přeložen pod názvem Zrození k běhu McDougal (2009). Přibližně v tomto období také začíná relativně velký boom běhu v tzv. barefoot či v minimalistické obuvi. Barefoot se svou konstrukcí nejvíce blíží chůzi či běhu naboso, neboť má ultratenkou podešev (3–6 mm), která zaručuje vnímání kontaktu plosky nohy s povrchem. Zároveň nemá žádnou podporu klenby a u barefoot je nulový sklon mezi patou a špičkou. Vedle toho minimalistická obuv je více podobná té sportovní, má silnější podešev nežli barefoot (7–11 mm) a má mezi patou a špičkou mírný sklon (drop). Špička boty je úzká, aby nedocházelo k samovolnému pohybu prstů. Klenba boty je obdobná jako u sportovních bot. Pata je tlumená, což není tak výrazné jako u běžných sportovních bot.

Nové trendy v použití barefoot, minimalistické obuvi a v neposlední řadě vzrůstající zájem o běh naboso vedly ke sledování pohybového vzorce při použití sportovní obuvi, minimalistické obuvi a při běhu naboso (Hasegawa et al., 2007; Larson et al., 2011; Hein & Grau, 2014; Miller et al., 2014; Kasmer et al., 2014; Ahn et al., 2014). Způsob došlapu se obvykle stanovuje na základě úhlu dopadu pomocí 3D kinematografické analýzy, kdy se sleduje úhel horizontály a spojnice značek umístěných na calcaneu a na hlavičce pátého metatarsu na prvním snímku při kontaktu nohy s podložkou. Poté se od tohoto úhlu odečte tento úhel změřený při položené noze (Lieberman et al., 2010; Altman & Davis, 2012). Způsob došlapu lze určit také pomocí vizuálního sledování videozáznamu (Lieberman, 2014).

Studie provedené v minulosti (Hasegawa et al., 2007; Larson et al., 2011) ukázaly, že u 75–90 % obutých běžců se vyskytuje především dopad na patu, tedy tzv. rearfoot strike (RFS). Vedle toho některé studie (Lieberman et al., 2010; De Wit et al., 2000; Squadrone & Gallozzi, 2009) uvádějí, že u běžců, kteří běhají obvykle naboso, dochází většinou k dopadu buď na přední část nohy, tehdy se jedná o tzv. forefoot strike (FFS), kdy se jako první dotknou země laterální hlavičky metatarsů, anebo k dopadu na střední část nohy (tzv. midfoot strike – MFS), kdy se pata a bříško palce dotknou země najednou. Nigg (2010) zjistil, že původně obutí běžci, po kterých byl vyžadován běh naboso, velmi často přešli z dopadu na patu k dopadu na špičku, a to především při běhu po tvrdém povrchu. Velmi často se uvažuje o tom, že běžci naboso při dlouhých distancích běhají raději přes přední část nohy, aby tak eliminovali velké bolestivé rázy v oblasti paty. Tyto rázy jsou při použití sportovní obuvi tlumeny. Typ došlapu ovlivňuje reakční síly podložky. Dopad na patu, tedy tzv. rearfoot strike (RFS), způsobuje v prvních 20–50 ms oporové (stojné) fáze výrazný náraz a velmi výrazný nárůst vertikální reakční síly podložky (Whittle, 1999).

Převážná většina uvedených studií je založena na sledování kinematografického záznamu běhu v různých typech obuvi a běhu naboso anebo na měření aktivity zapojených svalů pomocí EMG (Ahn et al., 2014). Vedle toho u některých studií autoři používají pro analýzu kontaktu nohy s podložkou dynamografickou metodu – v případě běhu to jsou zpravidla měřicí stélky, které zaručují velmi vysokou přesnost naměřených dat (Putti et al., 2007; Ramanathan et al., 2010; Hurkmans et al., 2006).

Cílem této studie je pomocí měřících stélek a pomocí vysokofrekvenčního videozáznamu určit způsob došlapu a porovnat jej při běhu ve sportovní obuvi a minimalistické obuvi u rekreačních běžců. Studie je provedena v situaci imitující podmínky začátku tréninku či závodu, kdy typ došlapu není ovlivněn únavou (Kasmer et al., 2014). Dále je snahou zjistit, jak se mění časové trvání kontaktu nohy s podložkou. Předpokládáme, že se ve stanovených podmínkách pohybový vzorec dopadu při použití minimalistických bot a sportovních bot bude lišit.

METODA

Sledovaný soubor

Měření se zúčastnilo 15 rekreačních běžců (8 mužů a 7 žen; věk: 34,6, $SD = 6,2$ let, hmotnost: 65,10, $SD = 8,9$ kg a výška: 1,81, $SD = 0,08$ m), kteří pravidelně běhají déle než 1 rok (alespoň 4krát týdně – z toho alespoň 2krát týdně v minimalistické obuvi). Podmínkou účasti na měření bylo více než 30 naběhaných kilometrů týdně) a v minulosti neutrpěli žádný úraz pohybového aparátu, který by ovlivnil jejich způsob běhu. Studie byla provedena v souladu s etickými standardy Helsinské deklarace a účastníci podepsali před měřením informovaný souhlas, který byl schválen institucionální etickou komisí.

Sběr dat

Pro analýzu došlapu byl použit vysokofrekvenční videozáznam (vysokofrekvenční kamera Olympus speed i3 – frekvence snímání 500 Hz), který byl synchronizován se záznamem z dynamografického systému měřících stélek Pedar-X® (Novel, Německo). Ten umožňuje snímat dynamické parametry v průběhu stejné fáze a časové parametry v průběhu opakovaných běžeckých kroků. Vysokofrekvenční kamera byla umístěna kolmo na směr pohybu tak, aby bylo možné zachytit 1 došlap levou a 1 došlap pravou nohou (obr. 1). Měřící stélky dovolují měření v průběhu delšího úseku, což je zvýhodňuje oproti externím silovým deskám kombinovaným s 3D kinematickou analýzou. Reakční síly byly měřeny pomocí 99 sensorů umístěnými v každé měřící stélce. Použitý měřící systém umožňoval snímání a ukládání dat do interní paměti frekvencí 100 Hz. Poté byla data přenesena do počítače a dále zpracována příslušným softwarem (Pedar-X®). Přesnost měření tímto systémem uváděná výrobcem je $\pm 5\%$. Běžci běželi nejprve v minimalistické obuvi (New Balance Minimus WT 10v2 – pro každého stejný typ) a poté ve sportovní obuvi (Nike Wild Trail).



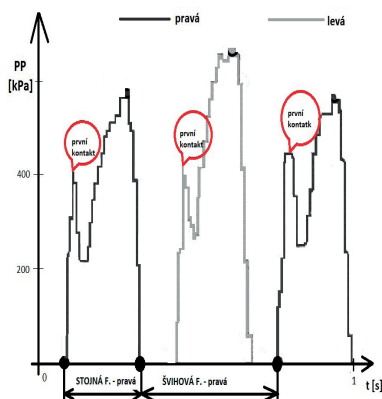
Obrázek 1
Vybraný úsek sledování pro vysokofrekvenční záznam

Protokol

Běžci byli nejprve seznámeni s protokolem měření a poté podepsali informovaný souhlas. Jako první byly zjištěny antropometrické parametry (hmotnost, výška, věk). Samotné měření bylo zahájeno po 15min. zahřátí (běh 1 200 m střední intenzitou, dynamické rozcvičení a dvě rovinky sprint). Běžci běželi 800 m rychlostí pro dlouhé tratě ($v = 4,50 \pm 0,18$ m/s) s jejich přirozeným typem došlapu. Dynamická data byla nahrávána na rovném úseku dlouhém 70 m, což bylo 500 m od startu. Na tomto úseku byl měřen čas a spočítána průměrná rychlost běhu. Pro vysokofrekvenční záznam byl vybrán úsek 6 metrů, na kterém byl realizován došlap levou i pravou nohou u všech probandů (obr. 1). Shodně se postupovalo v případě MO i SO. Mezi jednotlivými měřeními byl 10min. odpočinek a proběhla překalibrování systému stélek na jinou obuv. Kalibrace proběhla vždy před zahájením běhu v příslušné obuvi, a to při stoji na jedné noze, kdy mohlo proběhnout tzv. nulování dle doporučení výrobce měřícího systému (Pedar-X®, Novel, Munich, Germany).

Analýza dat

Měřicí stélky byly rozděleny na 3 části – přední část, střední a zadní část. Způsob došlapu byl stanoven podle prvního kontaktu v těchto zónách až po dosažení prvního vrcholného plantárního tlaku (first peak), a to na základě naměřených sil a tlaků z celkem 20 levých a pravých kroků, které byly vybrány uprostřed sledovaného úseku 70 m. Vedle toho byly sledovány tyto časové proměnné (obr. 2): doba trvání stejné fáze [s], doba trvání švihové fáze [s] u vybraných levých i pravých kroků a trajektorie působíště vektoru reakční síly podložky (Centre of Pressure – CoP).



Obrázek 2

Průběh plantárních tlaků při běhu

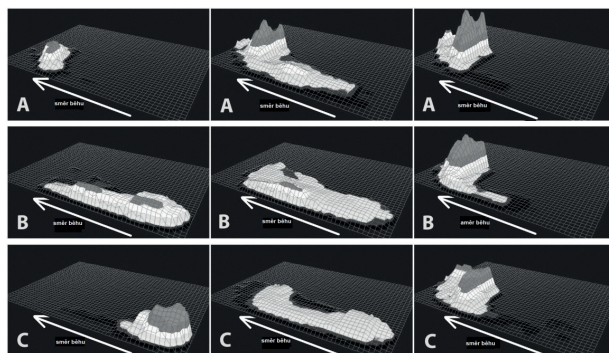
Statistická analýza

Pro testování hypotéz byl použit neparametrický Wilcoxon test pro opakovaná měření. Počítány byly hodnoty párového t -testu v případě normálního rozdělení dat. Statistická významnost byla hodnocena na 5% hladině významnosti ($p \leq 0,05$). Všechna data jsou uváděna jako průměr $\pm$ SD. Výpočty byly provedeny v programu MATLAB (MathWorks, Natick, MA, USA).

VÝSLEDKY

Způsob došlapu

Podle analýzy dynamometrického záznamu při běhu ve sportovní obuvi z 15 sledovaných běžců běželi způsobem přes špičku (forefoot strike pattern – FFS) 4 běžci (26,7 %). Došlap přes střední část nohy (middlefoot strike pattern – MFS) používali ve sportovní obuvi také 4 běžci a u 7 běžců (46,7 %) byl ve sportovní obuvi první kontakt v oblasti paty (rearfoot strike pattern – RFS). U minimalistické obuvi došlo ke změně typu došlapu celkem u pěti běžců (33,3 %). Došlap se v tomto případě měnil z FFS na MFS nebo z MFS na RFS. U těchto pěti běžců došlo vlivem minimalistické obuvi ke změně prvního kontaktu s podložkou směrem dopředu, a to vždy o jednu zónu. Nikdy nedošlo vlivem minimalistické obuvi ke změně typu došlapu ve smyslu změny od dopadu na patu až k dopadu na špičku nohy. Ve výsledku tedy z 15 běžců jich 6 (40 %) v minimalistické obuvi používalo FFS (obr. 3a), dalších 5 (33,3 %) jich běželo způsobem MFS (obr. 3b) a zbývajících 4 (26,7 %) jich běželo způsobem RFS (obr. 3c), tedy první kontakt s podložkou byl u těchto čtyř běžců v oblasti paty. V důsledku tohoto posunu došlo celkem u 3 běžců používajících FFS k tomu, že při použití minimalistické obuvi v některých krocích dokonce nedochází k žádnému kontaktu paty s podložkou v průběhu celého krokového cyklu. Tento jev se u vybraných probandů objevil výhradně v případě použití minimalistické obuvi. Při použití sportovní obuvi vždy alespoň ke krátkému kontaktu paty s podložkou došlo i u běžců používajících FFS (0,02–0,04 s).



Obrázek 3

Typy došlapů stanovené dle pedobarografického záznamu – špička (A), střed (B), pata (C)

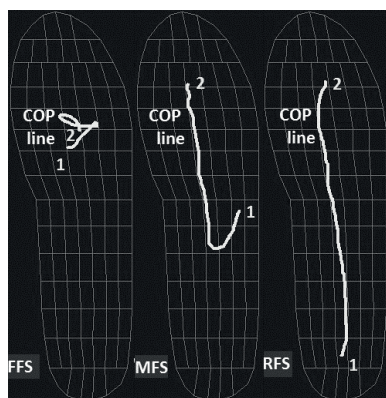


Obrázek 4

Typy došlapů dle vysokofrekvenčního videozáznamu – vlevo FFS, vpravo MFS

Trajektorie CoP

Při různých typech došlapů dochází také k tomu, že trajektorie CoP je odlišná (obr. 5). V případě dopadu na patu (RFS) vede trajektorie CoP od paty směrem k hlavičkám metatarsů. Trajektorie CoP se v předozadním směru u skupiny běžců používajících RFS měnila nejvíce v porovnání s běžci používajícími MFS nebo FFS. U MFS je tomu tak, že dráha CoP začíná ve střední části nohy (v oblasti pod podélnou klenbou), dále směřuje k patě a poté se vrací zpět k hlavičkám metatarsů. Trajektorie CoP v předozadním směru se u této skupiny běžců měnila méně nežli u běžců používajících RFS. U FFS se CoP vychyluje nejméně, když začíná na úrovni hlaviček metatarsů, dále vede směrem ke střední části nohy a následně se opět vrací zpět před hlavičky metatarsů.



Obrázek 5

Trajektorie CoP u třech typů došlapu (FFS – špička, MFS – střed, RFS – pata)

Z dynamometrického záznamu bylo možno vysledovat, že u 3 probandů dochází k prvnímu kontaktu s podložkou v oblasti pod malíkovou hranou. První se dotknou země laterální hlavičky metatarsů. Pokud běžci používali tento malíkový způsob došlapu, pak jej použili v případě minimalistické i sportovní obuvi.

Časové trvání stojné a švihové fáze

Doba trvání stojné a švihové fáze se při použití minimalistické a sportovní obuvi lišila (tab. 1). Při běhu v minimalistické obuvi byla stojná fáze statisticky významně kratší ($p = 0,029$). Kratší byla i švihová fáze, ale rozdíl nebyl statisticky významný ($p > 0,05$). Celý krok pak byl opět v minimalistické obuvi statisticky významně kratší ($p = 0,002$) nežli ve sportovní.

Tabulka 1
Časové proměnné krokového cyklu

	MO	SO	MO vs SO	
	Mean SD	Mean $\pm$ SD	%SO	P
STANCE (s)	0,184	0,199	108	0,029*
	0,018	0,021		
SWING (s)	0,448	0,462	103	0,151
	0,05	0,069		
STRIDE (s)	0,632	0,661	105	0,002*
	0,034	0,035		

Legenda: MO – minimalistická obuv; SO – sportovní obuv; P – statistická významnost – Wilcoxon test

DISKUSE

Tato studie byla zaměřena na sledování rozložení plantárních tlaků při došlapu u skupiny rekreačních běžců, kteří používají sportovní i minimalistickou obuv. U obou typů obuvi byl sledován způsob došlapu, a to podle toho, kterou část nohy používali běžci pro první kontakt nohy s podložkou. Předchozí studie charakterizují typ došlapu především na základě analýzy videozáznamu (D'Aou, et al., 2009; Lieberman, 2014; Pontzer et al., 2014; Larson et al., 2011) a rozlišují se tak tři typy došlapů. Jedná se o došlap přes špičku (FFS), přes střední část nohy (MFS) a přes patu (RFS).

V provedené studii (N = 15), v níž byl pro analýzu došlapu použit jednak vysokofrekvenční videozáznam a jednak dynamografický záznam plantárních tlaků, 4 běžci (26,7 %) používali ve sportovní obuvi FFS a dopadali nejprve na přední část nohy. Poté docházelo postupně ke kontaktu směrem ke střední části nohy (především k vnější části) a dále opět zpátky směrem ke špičce. Trajektorie COP se u této skupiny běžců v předozadním směru měnila nejméně. U této skupiny běžců nedocházelo ke kontaktu paty se zemí. Další 4 běžci (26,7 %) používali ve sportovní obuvi MFS. Došlapovali nejprve na střední část nohy, nejčastěji v oblasti vnější strany chodidla. Poté kontakt se zemí zůstával ve střední části nohy, rozšířil se mediolaterálním směrem (směrem dovnitř) a poté se přesouval směrem ke špičce. Odraz (konec stojné fáze) probíhal z přední části nohy. Trajektorie CoP se v předozadním směru u této skupiny běžců měnila více nežli u běžců používajících FFS. Při běhu ve sportovní obuvi 7 běžců (46,7 %) došlapovalo nejprve na patu (RFS). Toto procentuální zastoupení je výrazně nižší nežli procentuální zastoupení RFS u obutých běžců sledovaných v minulosti v jiných studiích [9, 10, 18]. U této skupiny běžců se trajektorie CoP v předozadním směru vychylovala nejvíce. První kontakt se zemí byl pod patou, dále se plantární tlaky přesouvaly do střední části nohy a odraz (konec stojné fáze) probíhal z oblasti bříšek metatarsů.



Při použití minimalistické obuvi došlo k posunu plantárních tlaků směrem dopředu oproti sportovní obuvi, což koresponduje se změnou úhlu v hlezenním a kolenním kloubu, kterou popisuje De Wit et al. (2000). Z 15 běžců jich 6 (40 %) používalo v minimalistické obuvi došlap přes špičku (FFS). To je o 2 běžce více, nežli tomu bylo ve sportovní obuvi. U 3 běžců používajících FFS došlo k prvnímu kontaktu s podložkou v oblasti pod malíkovou hranou. První se dotkly země laterální hlavičky metatarsů, což je v souladu s jinými studiemi (Lieberman et al., 2010; De Wit et al., 2000; Squadrone & Gallozzi, 2009). Pokud běžci používali tento malíkový způsob došlapu, pak jej použili v případě minimalistické i sportovní obuvi. Další 5 běžců (33,3 %) běželo způsobem MFS, což je sice pouze o jednoho běžce více, nežli při běhu v minimalistické obuvi, ale je nutné vzpomenout, že u 2 běžců došlo vlivem minimalistické obuvi k přechodu od MFS k FFS a u dalších 3 běžců došlo vlivem minimalistické obuvi k přechodu od RFS k MFS. Při MFS se pata a břicho palce při prvním kontaktu s podložkou dotknou najednou (Lieberman et al., 2010; De Wit et al., 2000; Squadrone & Gallozzi, 2009). Zbývajících 4 běžci (26,7 %) došlapovali při použití minimalistické obuvi nejprve na patu (RFS). Všichni tito běžci dopadali na patu při běhu v minimalistické i sportovní obuvi, což je ve shodě také s jinou studií (Hein & Grau, 2014). Při použití minimalistické obuvi došlo tedy u pěti běžců (33,3 %) ke změně typu došlapu. Vždy to bylo ve smyslu posunu prvního kontaktu při dopadu směrem dopředu o jednu zónu. Nikdy nedošlo vlivem minimalistické obuvi ke změně došlapu ve smyslu změny od dopadu na patu až k dopadu na špičku nohy.

Sportovní obuv svou konstrukcí napomáhá tlumit rázy v oblasti paty (Nigg, 2010; Whittle, 1999). Oproti tomu minimalistická obuv tyto nárazy tlumí méně. Tím se zvyšuje riziko možných úrazů, a to především v oblasti metatarsů. Jak uvádí Whittle (1999), v prvních 20–50 ms došlapu dochází k velkému nárůstu reakčních sil podložky. To se projevilo také v naší studii, kdy v tomto okamžiku došlo k velkému nárůstu plantárních tlaků. Průběh narůstajícího tlaku až do okamžiku dosažení prvního vrcholu posloužil ke stanovení způsobu došlapu.

U běžců často dochází ke změnám došlapu, kdy tendence bosých běžců a běžců v minimalistické obuvi je došlapovat na přední část nohy (Hasegawa et al., 2007; Larson et al., 2011; Hein & Grau, 2014; Miller et al., 2014; Kasmer et al., 2014; Ahn et al., 2014). Při došlapu na špičku a zvětšené plantární flexi v hlezenním kloubu je však více zatěžován musculus triceps surae, což může vést k přetěžování Achillovy šlachy. Vedle toho se však mění úhel v kolenním kloubu, což může mít pozitivní vliv na zatížení tohoto kloubu (Bonacci, et al., 2013). Podle studie Nigg (2010) dochází ke změně z dopadu na patu k dopadu na špičku především na tvrdém povrchu. Naše sledování proběhlo na umělé trávě, což není tak tvrdý povrch, jako je např. asfalt, po kterém se běhá při maratónu či půlmaratónu. Je možné připustit, že při běhu po asfaltu by se změna došlapu projevila u více běžců, když na umělém povrchu došlo vlivem minimalistické obuvi ke změně u pěti (40 %) běžců. Závislost na kvalitě povrchu však nebyla v této studii ověřována.

ZÁVĚRY

Předkládaná studie hodnotí způsob došlapu při běhu v minimalistické a sportovní obuvi na základě kombinace dynamografického záznamu a vysokofrekvenčního videozáznamu záznamu. K analýze došlapu se dynamografický záznam pomocí měřících stélek dosud příliš nepoužíval, přestože přináší shodné výsledky jako časové



méně náročný 2D kinematografický záznam. Pomocí obou diagnostických metod byly zjištěny změny ve způsobu došlapu při použití minimalistické obuvi oproti sportovní, a to ve smyslu posunu plantárních tlaků směrem dopředu. U vybraného souboru probandů se vyskytovaly v MO i SO všechny tři typy došlapu a k posunu směrem dopředu došlo při použití minimalistické obuvi u 5 běžců, a to vždy o jednu zónu. V souvislosti s tím se měnila také trajektorie COP. Při došlapu na patu (RFS) vede trajektorie CoP od paty směrem k hlavičkám metatarsů, u MFS dráha COP začíná ve střední části nohy a dále směřuje k patě a poté se vrací zpět k hlavičkám metatarsů. U FFS se COP vychyluje nejméně, když začíná na úrovni hlaviček metatarsů, dále vede směrem ke střední části nohy a následně se opět vrací zpět před hlavičky metatarsů. Časové trvání stejné fáze a trvání celého kroku byla při běhu v minimalistické obuvi statisticky významně kratší. U švihové fáze nebyl rozdíl významný ($\alpha = 5\%$).

Směrem k praktickému využití uvedených výsledků je třeba respektovat skutečnost, že posunem plantárních tlaků směrem dopředu při použití minimalistické obuvi dochází ke zvýšení nárazů a přetížení především v oblasti metatarsů, což může být kritické místo z hlediska rizika úrazů. Kromě toho zvětšená dorzální flexe v hlezenním kloubu při běhu přes špičku zvyšuje nároky na práci musculus triceps surae a na Achillovu šlachu. Z tohoto důvodu doporučujeme, aby dlouhodobému užívání minimalistické obuvi předcházela vhodná trénink na posílení svalů nohy a v oblasti zmíněných kritických míst.

LITERATURA

- AHN, A. N., BRAYTON, C., BHATIA, T., MARTIN, P. (2014). Muscle activity and kinematics of forefoot strike runners. *J. Sport Health Sci.*, pp. 102–112.
- ALTMAN, A. R., DAVIS, I. S. (2012). A kinematic method for footstrike pattern detection in barefoot and shod runners. *Gait and Posture*, 35, pp. 298–300.
- BONACCI, J., VICENZIO, B., SPRATFORD, W. et al. (2013). Take your shoes off to reduce patellofemoral joint stress during running. *Br. J. Sports Med.*, 48, pp. 425–428.
- D'AOU, T. K., PATAKY, T. C., DE CLERCQ, D., AERTS, P. (2009). The effects of habitual footwear use: foot shape and function in native barefoot walkers. *Foot-wear Sci.*, 1, pp. 81–94.
- HLAVÁČEK, P. (1994). Nejstarší zachovalá evropská obuv. In: *Sborník materiálů z 1. Mezinárodní konference Obuv v historii 1994*. Zlín: Muzeum jhv Moravy ve Zlíně, 1994.
- DE WIT, B., DE CLERCQ, D., AERTS, P. (2000). Biomechanical analysis of the stance phase during barefoot and shod running. *J. Biomech.*, 33, pp. 269–278.
- HASEGAWA, H., YAMAUCHI, T., KRAEMER, W. J. (2007). Foot strike patterns of runners at the 15-km point during an elite-level half marathon. *J. Strength Cond. Res.*, 21(3), 888–893.
- LIEBENBERG, L. (2006). Persistence hunting by modern hunter-gatherers. *Curr. Anthropol.*, 47(6), 1017–1026.
- HEIN, T., GRAU, S. (2014). Can minimal running shoes imitate barefoot heel-toe running patterns? A comparison of lower leg kinematics. *J. Sport Health Sci.*, 3(2), pp. 67–73.
- HURKMANS, H. L. P., BUSSMANN, J. B. J., BENDA, E., VERHAAR, J., STAM, H. J. (2006). Accuracy and repeatability of the Pedar Mobile system in long-term vertical force measurements. *Gait & Posture*, 23(1), pp. 118–125.
- KASMER, M. E., KETCHUM, N. C., LIU, X. C. (2014). The effect of shoe type on gait in forefoot strike runners during a 50-km run. *J. Sport Health Sci.*, 3(2), pp. 122–130.
- KERR, B. A., BEAUCHAMP, L., FISHER, V., NEIL, R. (1983). Footstrike patterns in distance running. In: Nigg, B. M., Kerr, B. (Eds.) *Biomechanical aspects of sport shoes and playing surfaces*. Calgary: University of Calgary Press; pp. 135–142.

- LARSON, P., HIGGINS, E., KAMINSKI, J., DECKER, T., PREBLE, J., LYONS, D., et al. (2011). Foot strike patterns of recreational and sub-elite runners in a long-distance road race. *J. Sports Sci.*, 29(15), pp. 1665–1673.
- LIEBERMAN, D. E. (2014). Strike type variation among Tarahumara Indians in minimal sandals versus conventional running shoes. In: *J. Sport Health Sci.*, pp. 86–94.
- LIEBERMAN, D. E., VENKADESAN, M., WERBEL, W. A., DAOUD, A. I., D'AEANDREA, S., DAVIS, I. S., et al. (2010). Foot strike patterns and collision forces in habitually barefoot versus shod runners. *Nature*, 463:531–535.
- MCDUGALL, C. (2009). *Born to run: a hidden tribe, superathletes, and the greatest race the world has never seen*. New York: Knopf. 304 p.
- MILLER, E. E., WHITCOME, K. K., LIEBERMAN, D. E., NORTON, H. L., DYER, R. E. (2014). The effect of minimal shoes on arch structure and intrinsic foot muscle strength. *J Sport Health Sci.*, 3:74–85.
- NIGG, B. M. (2010). *Biomechanics of sports shoes*. Calgary: Topline Printing. 300 p.
- PONTZER, H., SUCHMAN, K., RAICHLEN, D. A., WOOD, B. M., MABULLA, A. Z. P., MARLOWE, F. W. (2014). Foot strike patterns and hind limb joint angles during running in Hadza hunter-gatherers. In: *J. Sport Health Sci.*, 3(2), pp. 95–101.
- PUTTI, A. B., ARNOLD, G. P., COCHRANE, L., ABOUD, R. J. (2007). The Pedar in-shoe system: Tepeatability and normal pressure values. In: *Gait & Posture*, 25(3), pp. 401–405.
- RAMANATHAN, A. K., KIRAN, R., ARNOLD, G. P., WANG, W., ABOUD, R. J. (2010). Repeatability of the Pedar-X in-shoe pressure measuring system. In: *Foot and Ankle Surgery*, 16(2), pp. 70–73.
- SQUADRONE, R., GALLOZZI, C. (2009). Biomechanical and physiological comparison of barefoot and two shod conditions in experienced barefoot runners. *J. Sports Med. Phys. Fitness*, 49(1), pp. 6–13.
- WHITTLE, M. W. (1999). Generation and attenuation of transient impulsive forces beneath the foot: a review. *Gait & Posture*, 10(3), pp. 264–275.

doc. PhDr. Soňa Jandová, Ph.D.

Technická univerzita v Liberci, Studentská 2, 461 17 Liberec

e-mail: sona.jandova@tul.cz

POLSKÝ SOKÓŁ V MEZIVÁLEČNÉM OBDOBÍ – NA ÚSVITU NOVÉ ÉRY

POLISH SOKÓŁ IN THE INTERWAR PERIOD – AT THE DAWN OF A NEW ERA

MICHAL BRODA

Katedra základů kinantropologie a humanitních věd
Fakulta tělesné výchovy a sportu, Univerzita Karlova

ABSTRACT

The study describes a development of Polish Sokół movement in the area of Cieszyn Silesia since division of this territory at the end of the World War I up to the year 1938. It is also focused on national conditions in Cieszyn Silesia and the impact of the national composition upon the function of Sokół. At this time the Cieszyn Silesia was split into two countries and it was necessary to characterize development of Sokół on both sides of border. Polish Sokół in the Czechoslovakia, which came to existence in the Czech part, lost its pre-war position, but its pioneering role is highly important. Sokół in the Polish area played an important political and social part. For that reason the development of Polish Sokół is introduced also in state, regional and local dimension.

Key words: Cieszyn Silesia, Silesia, Sokols, sporting organization, national question, patriotism, Sokol festivals, interwar period

THE INTRODUCTION TO THE PROBLEMS – CIESZYN SILESIA IN HISTORICAL CONTEXT

From time immemorial Cieszyn Silesia has been a place of conflicts among several different cultures and nations as it is located on the frontier of Poland and the Czech state and for some time it was also on the border with Germany. In different periods of history as well as in present days Cieszyn Silesia is a linking bridge of the East and the West, but it is also a barrier that divides nations. The territory of Cieszyn Silesia is not too large. It covers an area of 5 150 km², where the natural western border is the river Ostravice (Silesian Ostrava, Frýdek), in the east it is River Biała (Bielsko) and River Olza in the north (Bohumín) and Wisła (Strumień). In the south take place Jablunkov Pass that served as important defensive point on the way to Hungary in the past. This geographical position is a main source of problems of political, economic, social, religious and ethnic origin. The very name of Cieszyn Silesia or Duchy of Cieszyn comes from the name of Cieszyn, the political center of region, where Cieszyn principals, minor branch of Polish Piast rulers, were housed. Throughout the history, the Duchy of Cieszyn found itself under the sway of various governments, especially of Polish and Czech kingdom, and later Austrian monarchy.

Before 990 AD Cieszyn Silesia was a part of the Czech state, but this territory was annexed by Mieszko prince of Poland soon afterwards. In 1290 the Duchy of Cieszyn was created in this area as a result of the disintegration of Poland caused by the testament of Boleslaw Krzywousty in 1138, which separated Polish territory into

smaller units. After the installation of Luxemburg dynasty on Czech throne the Prince of Cieszyn paid homage to John of Bohemia in 1327. Until 1653, when the last Princess of Cieszyn Elżbieta Lukrecja died, the Duchy of Cieszyn Silesia was alternately dependant on Poland and the Czech state. After this date Cieszyn Silesia was up to 1918 under the direct rule of the Hapsburg monarchy, which gain control over the Czech lands.

Since the beginning of 20th century the inhabitants of the Cieszyn Silesia were associated in social organizations, among others also in sport associations. The first of them already appeared before the Great War. These organisations had the nation-oriented character and the sport activities were not their only task. Some of them bear even military features, but they especially manifested their national character. After the World War I, when Czechoslovakia and Poland were constituted, situation in Cieszyn Silesia was very complicated and during 1918–1920 some negative activities took place here. Acts of violence were triggered by national conflicts and ended up in Polish-Czechoslovak War. The plebiscite was followed by arbitrage and other events. In consequence of this situation territory of Cieszyn Silesia was on the Conference of the victorious powers in Belgian Spa on 28 July 1920 divided between Poland and Czechoslovakia on the river Olza. As a result of this decision the Czechoslovakian part remained about 130 000 residents of Polish nationality. These people developed high activity in social life not only in sport. Polish, Czech, German and even Jewish sports organisations were set up in this region.

THE GOALS OF SCIENTIFIC RESEARCH

- Describe the origin, development and functioning of polish Sokół in Cieszyn Silesia in interwar period.
- Contribute to research this issue in terms of sporting activity residents, since this is still only minimally researched.
- Summarize the current knowledge of Czech, Polish and regional authors, merge them together and supplemented with new information.
- Determine the significance of the national question in relation to sporting activities in Sokół.
- Analyze the connection of nationality and sport in polish Sokół.
- Describe a function of Sokół organization in czech and polish part of Cieszyn Silesia.

THE METHODS OF RESEARCH

Heuristic refers to the method gathering and sorting resources and information. It is a method of data processing in historical texts based on criticism of contemporary spring. I will focus mainly on comparing the information from the press and archival sources.

Comparison

This method based on a comparison of particular events, which are similar for different sources of information. In this project will compare the development of sport as a whole in the Polish and Czech part of Cieszyn Silesia and sports associations among themselves with a particular focus on their nationalist character.

Direct and indirect method of historical research

Each of sources have revealed something about past events. The basic criterion of the truth of knowledge is the degree of reliability of the sources. The direct method is very close to the criticism of source. A prerequisite for use the direct method is that sources are exist. This method used directly in larger sport associations with source material (eg. Sokol/Sokół). If there is a lack of direct sources, we use indirect methods : “If is not here the source that directly answer on the question, we can use the source on similar historical facts, that can give testimony on analogous relationships, attitudes, etc.”¹ In addition to insights into analogous sources, while the indirect method can still work with the knowledge of general relations (in this case they are a contemporary periodicals). Indirect method can not be describe a whole, but only part, the results that we obtained, we can indirectly applied to the remaining part. These methods are used on a smaller organizations, which we have not so much material, or those organizations that functioned for a short time.

Probe method

Method of probes is based on the process identification of a representative sample. Will be determine a representative sample by random or systematic selection or select a sample of independent character. The probe can never give a complete picture. Conversely, results based on the application of the probe can be used on the entire sample. This method will be used to research about the largest organizations. For example Sokol, information from one regional organization will be applied to the entire organization.

POLITICAL SITUATION IN CIESZYN REGION AND GYMNASTICS ORGANISATIONS (1918–1920)

Following the First World War, the situation in the Cieszyn region was extremely volatile. After the split of Austria-Hungary, national movements became activated, began to push their demands and compete with each other. At the end of 1918 there was an open conflict between the young states of Czechoslovakia and Poland. It culminated in 1919 in a seven-day war and in the events around plebiscite. Eventually, the territory of Cieszyn Silesia was divided between these two states by the decision of the victorious powers in the Belgian Spa on July 28, 1920. Not only did this affect the already deteriorated Polish-Czech relations throughout virtually the whole interwar period, but also the national composition and migration of the population, as well as the federal activity in the area. Afterwards, about 120–180 thousand inhabitants on the Czechoslovak side claimed Polish nationality, which brought many complications in the field of physical education and sports and the association of the population with sports organisations. The Czechoslovak authorities immediately intervened with hard assimilation – new people from the Czech environment began to take on more important functions, the educational system was reorganised, and new Czech schools were created in areas where they had not been before. In order for pupils to attend, the Polish population was pressured through a variety of means. Peculiar redeployments took place within the Church – Polish priests were replaced by Czechs, religious lessons were taught exclusively in Czech language, some Catholic churches were transformed into churches of the Czechoslovak Church. The local Polish population

¹ HROCH (1985). Úvod do studia dějepisů. Praha: SPN, s. 205.

regarded these actions with gross disapproval, and answered with the rise of the Polish national movement not only in Sokół, but in many other organisations, especially political ones. Sokół was not the most important organisation in the interwar period defending the interests of the Polish population in the Czech Cieszyn region.

In the field of physical education, the division of the Cieszyn region influenced the organisational management of sport, since in the times of Austria-Hungary sports clubs operated throughout the whole Cieszyn region, or throughout the whole of Galicia, as a single organisational structure. Problems arose as the organisations had to internally divide by the new frontier, and they continued to act as separate societies in the Czech and Polish parts. Polish "Siła" had twenty-seven sections in the Czech part of Cieszyn and only ten on the Polish side, its headquarters was on the Czech side, and there were organisational problems with those ten "Polish" sections, which lacked management, instructors and organisers. There were no problems regarding nationality on the Polish side, as most of the population were of Polish nationality, with Germans inhabiting several towns, and almost no Czechs. However, in the Czech part, the situation was much more complicated. The Czechs formed the majority in the western part – the district of Frydek – the Germans stayed in the towns, and the Poles prevailed in the districts of Fryštát and Czech Cieszyn. Paradoxically, Czech schools were to be opened in these two districts, but there was a lack of Czech pupils, so they either had to close down or provide the pupils in ways which did not exactly correspond with legal rights or the protection of national minorities. In sports, the situation was similar – Polish organisations were formed in municipalities with a Polish majority, while Czech societies originated mainly in the west, where the Czech population prevailed and expanded to the newly acquired territories in the 1920s, after the division of the controversial territory. Czech societies either recruited immigrant members or, with state support, had to create conditions attractive enough for athletes, they did not become members of associations of other nationalities. At this time, the national struggle for athletes began, not only in the field of sporting competitions, but also on the national, social, economic and mainly political level. The Germans were in a similar situation, except that until 1918 they were members of the ruling nation, so they were mostly derived from the higher social classes, while the Poles typically belonged to the working class. Moreover, according to the census of 1921, the size of the German population was not as high – about 10% compared to about 40% Polish population in the Cieszyn region, and 50% Czechs.

The Czechoslovak state policy focused on unnatural assimilation of the native population, and aimed to limit other nationalities in all areas of life: society, economics, politics and sports. As mentioned above, new Czech sports clubs and gymnasiums were established and supported by the state financially, materially, and politically. Their goal was to get the best athletes of all nationalities, and offer them more lucrative conditions than clubs of other nations could provide. The intention was to prove that one nationality is better than others in sports. The state supported sports organisations of other nationalities only exceptionally; at the end of the 1920s, Polish football clubs began to disappear, and by 1929 only the two strongest ones remained – Polonia Karwina and Siła Trzyniec. *The physical education of Polish youths in Cieszyn did not reach the level required by the Czechs. After finishing their compulsory schooling, Polish youths were forced to work physically in mines, factories or in agriculture, as they came from poor conditions and it was difficult to raise funds for the construction*

of federal houses, playgrounds, and swimming pools, or the organisation of races, without the support of the state. Nevertheless, a certain shift took place and there were three major Polish sports organisations: "Siła", "Sokół" and *harcerstwo polskie*.² This is the way Franciszek Kulisiewicz, the author of the brochure for the Polish national exhibition in Poznań, sees the state of Polish physical education in the Czech part of the Cieszyn region.

The development of sport in the post-war period also had a social impact in the Cieszyn region. The number of clubs, sections and membership bands increased as well as the number of sports facilities and its officials. New sections emerged, new sporting activities were developed, sports events of various kinds and focus were organised. Sporting events became not only a spectator interest but also social events and a sporting encounters of the participant's national ideas of the participating nationalities that have been constantly overtaken in an effort to show which one is better.

POST-WAR SITUATION (1920–1924)

Following the end of the war, in 1919–1920, the Sokół work in the Cieszyn unions became organised again – the number of units lowered, while the number of members increased. The members of the Polish Sokół, who mostly fought in the Polish Legions, returned to the Cieszyn region, where the state of affairs was not definitive, as conflicts between the newly-established Czechoslovakia and Poland were taking place. The interim Polish-Czech agreement did not solve anything, so the Sokóls defended their state-building ideals with weapons in their arms. After clarifying the political situation, the Cieszyn Silesia was divided between the two newly established states on July 28, 1920 and so were the Sokół organisations. The tradition was revived, but had to adapt to new political conditions. The pre-war Sokół formed a single unit within Galicia. Before the First World War, there were twenty-two Sokół units and six *delegaturas*, who did not survive the war. Although thirteen disappeared during the war and were not renewed, completely new units emerged in their place. The state border divided the unified organisation into two parts, and most pre-war unions found themselves in the Czechoslovak territory with limited possibilities of cooperation with their parent organisation. Sokół suffered repression by the Czechoslovak authorities, and most of the restored or emerging unions were not allowed by the authorities, which gradually led to their decline. The Czechoslovak government was opposed to Polish efforts in the Czech Cieszyn region, so only the Polish Sokół unions in Karviná and Trinec were kept until 1924, which exacerbated the nationalist rivalry between the Czech government and the Polish population. It was necessary to reorganise the entire Sokół, and there was a division of the singular Polish Sokół organisation into two separate organisations.

POST-WAR BEGINNINGS OF POLISH SOKÓŁ IN UPPER SILESIA (1918–1921)

Before World War I, *twenty-three units comprising about a thousand troops*³ were active in Prussia's Upper Silesia. After the outbreak of the war, activity in Sokół was reduced and German authorities arrested the most important Sokół officials. Only in 1917 did Józef Dreyza and Michał Wolski reactivate the *Dzielnicy Śląskie* chiefties, which in the interwar period organised the entire *Województwa Śląski* ward.

² KULISIEWICZ, F. *Polacy w Czechosłowacji*. Frysztat 1929, s. 85–88.

³ 100 lat Sokoła na Górnym Śląsku. Katalog wystawy. Katowice 1995, s. 7.

Subsequently, a unit from the territory of the Polish Cieszyn region joined. *On October 16, 1918, the first meeting of Okręgu VI Śląski's technical team took place in Katowice-Zalęzi, with the attendance of Józef Dreyza, Chief of the District, Jan Przybylek, Youth Chief, Chief of Unit Bogucice Henryk Mękina, Chief of Unit Gliwice Stanisław Masztelarz, and Sokół from Piekary Jan Baron and Wincent Renka.*⁴ At this meeting, the technical work of the entire Dzielniczy and the creation of the Sokół People's Guard Stations were agreed to ensure order. At the time of the war, new unions emerged and the old ones were reactivated. In 1919 there were fifty-nine associations in the whole of Upper Silesia. However, the situation changed during the Silesian uprising (1919–1921) when the Polish population, who disapproved of the border establishment in Silesia, fought for Poland, and eventually succeeded; another change occurred after the success of the Third Silesian Uprising in 1921, when Poland accrued more Silesian territory. In December 1919, Dzielnica Śląska, headed by Michał Wolski as chairman and Józef Dreyza as the chief of staff, became independent. Dzielnica Śląska included its entire territory of Silesia in the Polish state, from the border with Prussia through the Cieszyn region to Auschwitz and Żywiec. In 1921, it included sixteen districts (county) with 265 associations.

ORGANISATION OF POLISH SOKÓŁ IN CZECHOSLOVAKIA (1924–1938)

The split of the organisation was followed by a period of apathy and waiting for the situation to change. No new centre was being prepared to be set up on the Czech side, because in case of a reassessment of the political division, associations on the Czech side would again merge with those working on the Polish side, which became the case in 1938 when Zaolzie was accrued by Poland. On the Czech side, Sokół was suddenly lacking leadership, which had had its seat in the maternity unit in Cieszyn since the beginning of the organisation, but many active unions outside the centre were on the Czech side. After a certain period of time, when the initial state of resignation and the wait for new political development ceased, the Polish Sokół association was confronted with a new situation and in 1924 entered a union known as Związek Polskich Towarzystw Gimnastycznych "Sokół" w Czechosłowacji. The federal status of this organisation was confirmed at the Czechoslovak Ministry on February 15, 1925. Two days later the first congress of the representatives took place, with the participation of Karviná, Fryštát, Darkova, Třinec, Horní Suchá and Jablunkova associations representatives. Dr. Leon Wolf, a prominent Polish politician sitting in the Czechoslovak parliament, became the chairman, his deputy was Jan Badura, a professor at the Polish grammar school in Orlová, Prof. Gustaw Zielina served as the Chief, Jan Maulitz as the Deputy Chief, and Franciszek Pieczka as the secretary. Organisational activity was greatly assisted by brother Kinast, the President of Sokół Karwina. Not one association owned a building or a playground; exercising took place in school gymnasiums, libraries, workers' houses, and pubs. Under the new conditions, Polish Sokół hardly kept up with other youth and sporting organisations, in spite of having been the original inspiration for them. This was accompanied by problems with the approach of the Czechoslovak authorities, which were opposed to nationally-oriented organisations. Contacts with the Polish side were not completely ruptured, associations from Czech Silesia regularly participated in Polish Sokół festivals as well as Czechoslovakian

⁴ PONCZEK, M. Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" na Górnym Śląsku. Zarys dziejów (1895–1939). Katowice 1987, s. 7.

festivals. The Związek Polskich Towarzystw Gimnastycznych “Sokół” w Czechosłowacji association sends its delegates to Sokół festivals to Prague in 1926, to Lwow in 1927 and to Królewské Huty in 1928. In 1928 Sokół held thirty-six public appearances and organised forty-one trips. The statutory goal of the organisation was to educate its members in the areas of courage, discipline, and continuity, through exercise, in particular through gymnastics, thus leading members to work on a national level. Working-class youth claiming Polish nationality also exercised in Sokół. Unions, as before the war, were struggling with a lack of space for exercise, so had to rent premises in school gymnasiums, libraries, workers’ houses, and even restaurants. In 1928, the Polish Sokół in Czechoslovakia had 750 members in eleven clubs, and in 1929, had 723 members in eleven clubs (*Karviná, Fryštát, Trinec, Czech Cieszyn, Jablunkov, Horní Suchá, Louka, Vendryně, Bystřice, Komorní Lhotka and Darkov*)⁵, of which there were 198 men, seventy-three women, and sixty-six adolescents.

Polish Sokol in the Czech Těšín region in the interwar period			
Michálkovice	1903	1920	–
Fryštát	1903	1920	1925
Karviná	1904	–	1920
Doubrava	1906	1920	–
Německá Lutyně	1906	1920	–
Orlová	1906	1920	–
Wędrynia	1906	1912	1931
Louky	1907	1920	1925
Bohumín	1907	1920	–
Jablunkov	1907	1920	1925
Trinec	1908	–	1920
Polská Ostrava	1909	1920	–
Ropice	1909	1913	–
Petřvald	1910	?	–
Polská Lutyně	1910	?	–
Skřečoň	1910	1920	–
Horní Suchá	1910	1920	1925
Hrušov	1911	1914	
Dolní Bludovice	1913	1920	
Darkov	1913	1920	1925
Rychvald	1914	1914	–
Návsí	1914	1914	–
Horní Žukov	1914	1914	–
Bystřice	1931	1936	
Český Těšín	1931	1936	
Koňská	1931	1936	
Komorní Lhotka	1931		

⁵ SZCZEPAŃSKI, J. Sokółstwo polskie na Śląsku Cieszyńskim w r. jub. 1931. In: Szczurek, J. (red.) Jedniodniówka wydana z okazji 40-lecia “Sokoła” w Cieszynie. Cieszyn 1931, s. 31.

In the 1930s Sokół cultivated light athletics, sports games, skiing and gymnastics. The Czech Cieszyń association had a wrestling and boxing sections which performed at various events. Their most famous members were Jan and Julius Adamczyk and Adolf Bolko-Kantor. *Members of the Silesian Cieszyń Sokół also took part in the Sokół festival in Prague between the 3rd and 6th July, 1922, and performed at the National Theatre between October 40 and November 1, 1937.*⁶ Sokół members also formed the PKS Polonia Karwina football team.

*In 1931 there were eleven associations – there was a reactivation of the association in Vendryn, and new ones were established in Czech Cieszyń, Bystřice, and Komorní Lhotka, and there was also an association in Koňská; although it soon reduced its activities.*⁷ In 1935, the association consisted of 635 members in thirteen associations, in 1936 it had 776 members in twelve associations (*Bystřice, Czech Cieszyń, Darkov, Fryštát, Jablunkov, Karviná, Koňská, Komorní Lhotka, Louka, Hormni Sucha, Trinec and Vendryně*).⁸ Although it was not the largest Polish sport organisation in terms of its member base, its greatest importance lay in the fact that, as the first organisation of its kind, it became an ideological model for emerging national organisations.

INTER-WAR SOKÓŁ IN POLAND, ITS ORGANISATION AND GATHERINGS (1920–1938)

The Sokół actively participated in the rise of the Polish state, fought in the Legions, defended the borders of the new state, engaged in all rebellions and struggles (the Velopol uprising, the Silesian uprising, the struggle for eastern Malopolskie), formed militias which guarded order, and had many other merits. In the newly formed state of Poland, Sokół took on an important role, but its role was different from the one before the war. Its sporting role was gradually taken over by sports clubs, so its activity had a different content in the interwar period.

The goal of the pre-war Sokół was to gain freedom for the Poles, a goal successfully fulfilled after the establishment of an independent Poland. As such, the question remained as to whether Sokół was still needed. For this reason, a survey was made with only one question: *whether Sokół should continue to function, in order to elevate the national spirit and to work generously and persistently for the nation.*⁹ The response to the poll was positive, so Sokół programmatically adopted new goals. The main goal was to *educate conscientious and patriotic citizens. The core values of Sokół became freedom, equality and fraternity, discipline, authenticity, preservation and refinement of national qualities, and humanitarianism, through the formation of physical fitness, and spiritual and moral strength through physical exercise, sport, education and organisational work.*¹⁰ The statutes were confirmed on October 12th, 1920, and November 29th, 1920, Sokół was recognised by the government. The statutes stipulate that *Sokół is to be an apolitical and supranational organisation that*

⁶ JOSIEK, W. Związek Sokół w Czechosłowacji. Zwrot, 10/1976, 28(10), s. 32–33.

⁷ OGRODZIŃSKI, W. Dzieje dzielnicy Śląskiej Sokoła. Katowice 1937, s. 44.

⁸ Kalendarz Sokół na rok 1937. Katowice 1937. s. 119.

⁹ PRZYBYLSKI, H. Związek Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Województwie Śląskim w latach 1922–1939. In: Przybylski, H., Słężyński, J. Towarzystwo Gimnastyczne “Sokół” na Górnym Śląsku. Katowice 1986, s. 69.

¹⁰ PRZYBYLSKI, H. Związek Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Województwie Śląskim w latach 1922–1939. In: Przybylski, H., Słężyński, J. Towarzystwo Gimnastyczne “Sokół” na Górnym Śląsku. Katowice 1986. s. 69.

develops the health of its members through physical activity and population education and co-organises the adaptation of military reserves to defend the state through movement games, light athletics and other sports and military exercises.¹¹ Sokół set up their attitudes towards its homeland and nation (*Sokół love their homeland*¹²), towards the citizens (respecting their language, nationality and civic attitudes), the political situation (impartiality, apoliticisation – supranational, anti-communist and anti-revolutionary, loyalty to the state); towards God and religion (*the Sokóls are moral and religious foundations, openly admitting their belonging to the Catholic Church*¹³). The Church had a tremendous influence on the nature of the organisation, since many priests were members of Sokół, and the cooperation between the two institutions developed in the spirit of the motto “*Bóg, Honor i Ojczyzna*”.¹⁴

In April 1919, the Sokół representatives from all the former occupied territories met in Warsaw to discuss the merging of the three former associations into a single one. As a result of this internal project, Wszechzwiązek Sokółstwa Polskiego was founded under the leadership of Dr. Bernard Chrzanowski (1919–1923), followed by Adam Zamoyski (1923–1936); in the 1930s, Col. Franciszek Arciszewski (1936–1939). Since 1921, the scout organisation, which formed itself before the war as a platform for attracting youth to Sokół, became an independent organisation – Harcerstwo.¹⁵ The membership base consisted above all of Hungarian higher and lower nobility, intellectuals, small craftsmen, merchants, rich farmers and workmen. According to Przybylski and Ślężyński, *the majority of the workers are labourers*.¹⁶ According to Wolańczyk, *the Polish Sokół had 630 unions in 1922 with 58,402 members, and in 1932 it had 1,200 unities with about 100,000 members*.¹⁷ And until World War II, the number of members of the whole Polish Sokół did not fall below a hundred thousand.

During the whole period of Sokół activity, in the years 1892–1939, a total of 8 gatherings took place. Five of them took place before World War I, and three during the interwar period, the first in Warsaw in 1921, the second in Poznań in 1929, and in 1937 in Katowice, Silesia. The first interwar gathering in Warsaw was held to celebrate the Battle of Warsaw when the Poles defeated the Bolsheviks, and this event is also called the “Miracle of the Vistula”. An important aspect was that this gathering took place in the territory formerly occupied by Russia, as Sokół had been forbidden by the tsar. In the fields near the capital, *a total of seven thousand people met; trained Polish Sokóls from all corners of the world who were finally able breathe in the atmosphere of*

¹¹ PONCZEK, M., DROZDEK-MAŁOLEPSZA, T., MAŁOLEPSZY, E. Działalność narodowa i społeczno-polityczna Towarzystwa Gimnastycznego “Sokół”. In: Kultura Fizyczna. Zeszyt III. Częstochowa 2000, s. 11.

¹² WOLAŃCZYK, M., ZAMOYSKA, J. Katechizm sokoli. Lwów 1927, s. 20.

¹³ WOLAŃCZYK, M., ZAMOYSKA, J. Katechizm sokoli. Lwów 1927, s. 19.

¹⁴ “Bůh, čest a vlast” PONCZEK, M., DROZDEK-MAŁOLEPSZA, T., MAŁOLEPSZY, E. Działalność narodowa i społeczno-polityczna Towarzystwa Gimnastycznego “Sokół”. In: Kultura Fizyczna. Zeszyt III. Częstochowa 2000, s. 15.

¹⁵ Harcerstwo – polská obdoba skauta, tato organizace funguje dodnes také v české části Těšínska mezi příslušníky polské národnosti.

¹⁶ PRZYBYLSKI, H. Związek Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Województwie Śląskim w latach 1922–1939. In: Przybylski, H., Ślężyński, J. Towarzystwo Gimnastyczne “Sokół” na Górnym Śląsku. Katowice 1986, s. 70.

¹⁷ WOLAŃCZYK, M. Historia sokolstwa polskiego (skrót). Lwów 1932, s. 41.

national spirit.¹⁸ The first meeting pointed out the need for integration of the whole Polish nation, not only with regards to Sokół. This need for integration lasts until today, and I think it has a certain unique quality within the European peoples. In 1924 a joint ideological declaration was issued and the rules of cooperation and support between Poles in the homeland and the Poles in emigration were determined. In 1929, at the turn of June and July, a meeting was held in Poznań on the occasion of the opening of Powszechna Wystawa Regionalna and a ten-year anniversary of the Polish independence. The Polish Sokół from abroad, especially from France, the USA, Germany and Czechoslovakia (also Czech Sokół and Sokółové from Zaolzi), had significant presentation. After the end of the session, numerous groups of Sokół wandered around the country and held performances in various parts of the state, especially in Warsaw and Lvov as the cradle of the organisation. The assembly of the entire Slavic Sokół took place in Warsaw from June, 23 to July, 1 1935 as competitions, performances and tours of the whole Slavonic Sokół. The last interwar gathering took place between 26–30 June 1937 in Katowice on the 15-year anniversary of Silesia's return to the homeland and the seventy-year anniversary of the establishment of the first Sokół association in Lvov. The patronage was taken over by Marszałek Polski gen. Edward Rydz-Śmigły and Prymasa Polski Cardinal August Hlond, confirming Sokół's cooperation with the Church. Katowice hosted twenty-five thousand Sokóls. This was a great national and Catholic manifestation when the Silesian Sokół and Sokół associations in adjacent counties, headed by Sokółstwa Polskiego Col. Arciszewski, marched through the streets of the city, placing a wreath under the monument of the Silesian insurgents. Speech was also pronounced by Leon Wolf, chairman of the Sokółstwa Polskiego Czechoslovakia.

LEGACY OF POLISH SOKÓŁ IN POLISH CIESZYN REGION (1920–1939)

Dzielnica Śląska

On March 25, 1920, after the reorganisation of post-war life, the last congress of Związek Sokółów Polski District VI was held in Bytom. There the Dzielnica Śląska Sokół was created from the pre-war structures, and was later joined by associations from the Polish Cieszyn Silesia after the reorganisation of the Sokół structures in 1924. The entire Dzielnicy was divided into smaller organisational structures – okręgi (districts), starting with twelve and adding one more later. The next congress, which took place in March 1922, aimed to evaluate the initial activity and set new targets for the following period. In July there was another reorganisation, and the thirteen okręgi were reduced to just ten. At the end of 1920, Dzielnica Śląska included a total of *thirteen okręgi and 185 associations, with a total of 12 633 members (10 791 men and 1 842 women)*.¹⁹ *The elected chairman was Michał Wolski (1920–1922), his deputy was Wiktor Polak, and the chief was Józef Dreyza, and the deputy chief Józef Wesolý.*²⁰ Only four chairmen held the seat of Dzielnica – M. Wolski was followed by Stanisław Kobylński (1922–1923), Józef Dreyza (1923–1932), and Tomasz Kowalczyk

¹⁸ PONCZEK, M. Udział Sokolstwa polonijnego w złotach sokolich w kraju w latach międzywojennych. In: Polonijna Kultura Fizyczna. Tradycja i Współczesność, tom 1. Poznań-Gorzów Wlk 1990, s. 174.

¹⁹ Srebrna Księga Sokół Katowickiego. 1896–1925. Katowice 1923, s. 71.

²⁰ Srebrna Księga Sokolstwa Polskiego na Śląsku. 1895–1920. Bytom 1920, s. 61.

(1932–1939). Other functionaries include Karol Koźlik, Wincent Spaltenstein, Kazimierz Spaltensteinow, Alfred Hamburger, Henryk Boryczka, Józef Światała, Andrzej Zontek, Jan Brzeskot, Zygmunt Wójcik, Paweł Jarczyk, Jerzy Król, Juliusz Szydło, Józefat Wesoły, Eberhard Bartniczek, Ludwik Piątek, Kaplan – ks. Jan Brandys, Sokół Chief Waleria Gawlikówna, or Waleria Zielonkowa. According to statistic data, at the beginning of 1924, the Ogrodzińskiego Dzielnica consisted of a total of 7 751 members (6 479 men and 1 272 women, 2 835 trainees – 2 183 men and 652 women), 115 associations, of which ten were not active.²¹ And according to statistics at the end of 1924, it had 115 associations with a total of 6835 members, of which 3354 were youth (14–18 years) in 1925, 121 associations (increased by 15 units and decreased by 9) and loss of membership figured minus 138 members and minus 541 of youth members.²² Dzielnica had the lowest number of members in 1926 – a total of 5768.

Development of Sokół in Silesia²³ – districts, associations, members

*In 1929 Dzielnica Śląska had 112 associations in thirteen districts with 6 510 members. In 1937, there were 114 unities in thirteen districts, but with 9 355 members.*²⁴ At the beginning of the 1930's, Województwa Śląski's new educational programs were formed, and Sokół spread the idea of Poland as the "bastion of Christianity." The Dzielniczy emphasized the socio-political education of the organisation, organisational-national work and educational, patriotic and civic activity. The leadership of Dzielniczy in 1932 stood up against the abolition of military service for the residents of Województw Śląski. They claimed that military service a patriotic duty of each of the citizens. In the 1930s, mainly gymnastics was being practiced in Sokół, together with light athletics, Sokół sports clubs or sports sections are formed within individual associations, members of which focused mainly on sporting activities. Sokół continued to acquire residential skills, educate and provide paramilitary preparation for its members. It held a national guard in Silesia according to the slogan: "Svůj do svojego po svoje".²⁵ There was an increasing demand for instructors with growing memberbase and therefore various trainings and instructor courses were organised, both on the district and central level, in order to improve training in individual associations and reach the basic sports goals. Sport increasingly became a political tool both on the Polish-German border in Upper Silesia and on the Polish-Czech border in Cieszyn, which resulted in the creation of various resistance groups which recruited members of Polish Sokół, and their involvement in sabotage activities in the territory of Czech Cieszyn Silesia in particular, particularly in the months preceding the Munich dictation. Members of Sokół had had a paramilitary training, like they had before 1914. One of the goals of Dzielnica Śląska's leadership was to improve the material conditions to ensure exercise and sporting activities. This objective was not fulfilled until 1939, since in 1939 *the whole Silesian Sokół only owned four buildings and ten playgrounds.*²⁶

²¹ OGRODZIŃSKI, W. Dzieje dzielnic Śląskiej Sokola. Katowice 1937, s. 167.

²² V. Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce. Katowice 1925, s. 11.

²³ Srebrna Księga Sokola Katowickiego. 1896-1925. Katowice 1923, s. 71.

²⁴ PONCZEK, M. Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" na Górnym Śląsku. Zarys dziejów (1895–1939). Katowice 1987, s. 10.

²⁵ Svůj ke svému po své (překlad autora).

²⁶ 100 lat Sokola na Górnym Śląsku. Katalog wystawy. Katowice: Muzeum Śląskie, 1995, s. 9.

Okręg X. Cieszyński

*In April 1919 mainly from the initiative of Deputy Chair Mieczysław Konopek, Cieszyn Sokół was revived with Dr. Jan Galicz as Chairman and Jan Wojnar as the Chief.*²⁷ The next line of chairmans included Jan Galicz (1919–1922), Jerzy Heczko (1922–1923), Jerzy Szczurek (1923–1924) Józef Woźniakowski (1924–1926), Erwin Szewczyk (1926–1928) and Antoni Anders (1928). Dziedzice and Bielsko followed the Cieszyn association and also renewed their activities. On the Polish side, only four Sokół associations were left after the division of Cieszyn in 1920: Bielsko, Cieszyn and Jasienica Dziedzice that were attached to the Dzielnicę Krakowską

and okręg żywiecki. As the number associations started to grow (Chybie 1922, Zebrzydowice 1923, Kaczycze Dolne 1924), *a reorganisation was necessary and took place in 1924 and the original okręg X. Pszczyński dzielnica Śląskie was replaced okręg X. Cieszyńskim based in Cieszyn (Dom Narodowy) on January 1, 1924 with Chairman Dr. Jan Galicz.*²⁸ Silesian Cieszyn associations were transferred from Dzielnica Krakowska connected to okręg X. This district also had the task of cooperating with associations on the Czechoslovak side of the border. This included the district Cieszyn, Bielsko district and the southern part of the district Pszczyna.

The new district was reorganised; on January 20, 1924, a new Okręg council was elected – Chairman Jan Galicz, Secretary Jerzy Szczurek, Chief of Staff Józef Jurczyk, Deputy Chief Prof. Jan Madej. Its headquarters was in the magnificent building of Narodowy House in Cieszyn. A total of nine non-functioning associations were eliminated, so that okręg X. was only formed by eight of them units in 1924 and another one joined later in the year. Since 1924, numbers of members began to dwindle considerably as a result of unemployment. This effect was amplified by the coup in 1926, when the political changes directly affected associations in the entire Dzielnicę. This also involved organisational fragmentation; new organisations of a similar nature were created, which weakened the role of the organisation, not only within the district, but also on national level. Okręgowy slet took place on June 29, 1925, representatives of the district participated in the Dzielnicę meeting in Katowice on August 3, 1924 and in Królewské Hutě between June, 28 – July, 1 1928.

In 1931, okręg cieszyński (District X) included a total of seventeen associations with 1,500, members and had the largest base from Dzielnicę Śląskiej²⁹; in 1936 there were 910 members in twelve associations, (804 men, 106 women), of which were 175 men, 63 women and 166 youth active. Jan Krudysz, Chief Jan Madej and Chief Maria Żakówna, were in the leading positions. Associations founded mainly ski, hiking, football, basketball and sections. Okręg organised mainly gymnastic and athletic races – September 12, 1932 in Chybie, August 2., 1933 in Zebrzydowice, June 17, 1934 Bielsko, July 5, 1936 Cieszyn. Women's exercise and gymnastics were mainly cultivated by the Unity of Bielsko, Dziedzice, Pszczyna and Cieszyn.

²⁷ Jednodniówka wydana z okazji Złotu Sokolstwa Dzielnicę Krakowskiej w Cieszynie dnia 30 czerwca i 1 lipca 1923 r. Cieszyn 1923. s. 30.

²⁸ OGRODZIŃSKI, W. Dzieje dzielnicę Śląskiej Sokół. Katowice 1937, s. 176.

²⁹ SZCZEPAŃSKI, J. (1931). Sokolstwo polskie na Śląsku Cieszyńskim w r. jub. 1931. In: Szczurek, J. (red.) Jednodniówka wydana z okazji 40-lecia "Sokoła" w Cieszynie. Cieszyn: Towarzystwo gimnastyczne "Sokół" w Cieszynie, s. 33.

THE WORK OF POLISH SOKÓŁ IN THE INTERWAR PERIOD

Polish Sokół was far from being the strongest organisation in the interwar period but especially in the Czech Cieszyn region it was the bearer of the idea and the national tradition, it was faithful to the goals set in 1895 and represented a basic pillar of the pre-World War I period – the struggle for Polish culture, tradition, language, an organised structure of physical culture, on which they could build, and other organisations were to be only the bearers of its link, which subsequently expanded among its members. Although the Sokół organisation was not competitive in the sports movement compared to other sports organisations that could offer better conditions for both athletes and youth work, where Harcerstwo was being promoted. However, Sokół fulfilled its social mission and had immense authority.

The Sokół activity also had a cultural and educational character, such as the construction of new buildings (*the Śląskie w Katowicach Museum, the Sejmov Library*), *the Sokół libraries within the associations, language courses, amateur theater, choirs, the Sokół literature, journalism (Orędzie Sokóła) celebration of national holidays (national rebellion, Konstytucja 3 Maja, October 11 Silesian uprising, annexation of Silesia after World War I), patronage of Tadeusz Kościuszko.*³⁰

Polish gatherings of members from around the world were not only a means of civilized cultural and gymnastic-sports integration, but became a national manifestation of a common integration of Polish emigration and the original member base. Common values were language, nationality, and Catholic faith. Sokół in the Cieszyn region was represented by Dzielnica Śląskie on the Polish side and delegations from the Czech side led by its chairman, Dr. Leon Wolf, who visited not only as a functionary of Sokół but also a member of the Parliament and leading Czechoslovak delegate for the Polish minority in Czechoslovakia.

*Although originally an apolitical organisation, Sokół was later recognised as part of a national camp. Silesia was mainly represented by Christian Democracy/Chrześcijańska Demokracja (Dreyza, Kobyliński, Walny, Dombek); National Democracy/Narodowa Demokracja (Kowalczykowie); Narodowa Partia Robotnicza (Spaltenstein, Brzeskot) Zjednoczenia Zawodowe Polskie (Valerian, Brzeskot, Sosiński) Związek Powstańców Śląskich (Wikarski, Mańczyk)*³¹. Although other authors argue that as an organisation, Sokół maintained its apolitical function throughout its whole operating period, I am inclined to take the view that the political activity of Sokół's members had an overall impact on the organisation. The second aspect that did not support the apoliticisation of the Polish Sokół Association was the coup of Józef Piłsudski in 1926, which struck directly at the moral ideological nature of Sokół, advocating the legal government, and then the coup which wanted to drag Sokół to its side, resulting in the rivalry of Sokół and Związek Strzelecki and Związek Powstańców Śląskich. So Sokół was drawn into politics with the threat of problems with the new government. The government has finally succeeded in 1934 to get Sokół on its side, not only because of coercion and force, but

³⁰ PONCZEK, M. (1987). Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" na Górnym Śląsku. Zarys dziejów (1895–1939). Katowice: Wszechnica muzeum śląskiego, s. 11.

³¹ PRZYBYLSKI, H. (1986). Związek Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Województwie Śląskim w latach 1922–1939. In: Przybylski, H., Słżyński, J. Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" na Górnym Śląsku. Katowice: Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach, s. 69.

also in the spirit of the Sokół idea and its dissemination – strengthening national cohesion and the state, meaning the German threat and the endorsement Voivod Michał Grażyński's policies towards the German minority.

Inter-war, Sokół gatherings have shown the need for Poles in emigration with Poles in Poland, and to unify common ideas such as common culture, traditions, religion, and common roots. The outbreak of World War II has prevented the continuation of these contacts for many decades, which has greatly contributed to the functioning of structures of gym organisations outside the DP. After the political changes in the following periods, these ideas have lost importance, and progress has left this type of institutions obsolete.

In 1938, as a result of the Munich Agreement, Zaolzie was returned to Poland for eleven months. This act reconstituted Polish Sokół in the Cieszyn region. In August 1939, Dzielniczy Śląskie was held in Orłowe at Załziowie, and two weeks later the Polish Sokół once again became a weapon in their hands to fight German occupation, to defend their native land, and again they were the first to honor their patriotic duty of defending their homeland. After 1945, despite all efforts, Sokół was not reactivated on the Polish side of the border, which was established on the Olza River as after the World War I, which was the end of the Sokół organisation in Silesia.

DISCUSSION

The most significant aspects of the development of Polish Sokół in Cieszyn area has been described in this work. Certain difficulties in research were caused by lasting division of Cieszyn territory between two countries. The previous research has been always undertaken in the range of national borders. Polish authors deal mainly with Sokół in the Polish part of Cieszyn area and just some hints about Polish Sokół in the Czechoslovakia can be found in their work. On the other hand the Czech authors are interested only in Czech Sokol movement and they perceive Polish Sokół as marginal one. However, it always depends on author's point of view. After all, there is still a question if it makes any sense to study Sokół as one united cross border organization, as it was before First World War, in this period or not. During the time of Austria-Hungary Empire Polish Sokół was constituted as one united organization which was stretched from Lvov to Silesian Ostrava, but it has been divided in two parts in the interwar period and both of them had their own development. The goals of organizations have been set by central institutions of the new neighbouring countries and it is hard to say if the organizations on both sides of borders had something in common.

CONCLUSION

From author's point of view the goals of the work has been achieved. After thorough analysis and appraisal of all of the accessible sources it can be claimed that a development of Polish Sokół in the chosen area was successfully described with all the necessary aspects. The pioneering role of this organization has been showed in terms of development of physical education in Cieszyn area. Sokół had contributed much to the development of all the Polish national organizations here. From this perspective Sokół became a protector of Polish national interests in the Czech part of Cieszyn area. The then rhetoric argues that it was Sokół which had the patriotic role and its significance in national clashes was irreplaceable.

REFERENCES

- V. *Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce*. Katowice: Przewodnictwo Dzielnic Śląskiej Związku Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce, 1925.
- VII. *Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce*. Katowice: Przewodnictwo Dzielnic Śląskiej Związku Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce, 1930.
- XI. *Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce*. Katowice: Przewodnictwo Dzielnic Śląskiej Związku Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce, 1933.
- XII. *Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce*. Katowice: Przewodnictwo Dzielnic Śląskiej Związku Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce, 1934.
- XIII. *Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce*. Katowice: Przewodnictwo Dzielnic Śląskiej Związku Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce, 1935.
- XV. *Sprawozdanie Zarządu Dzielnic Śląskiej Związku Polskich Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce*. Katowice: Przewodnictwo Dzielnic Śląskiej Związku Towarzystw Gimnastycznych Sokół w Polsce, 1937.
- 100 lat Sokola na Górnym Śląsku. Katalog wystawy*. Katowice: Muzeum Śląskie, 1995.
- Jednodniówka. 25-lecie "Sokola" w Dziedzicach*. Dziedzice: Towarzystwo gimnastyczne "Sokół" w Dziedzicach, 1930.
- Jednodniówka wydana z okazji Zlotu Sokolstwa Dzielnic Krakowskiej w Cieszynie dnia 30 czerwca i 1 lipca 1923 r.* Cieszyn: Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół", 1923.
- Kalendarz Sokoli na rok 1935*. Katowice: Związek Gimnastycznych Towarzystw Sokół w Polsce, 1935.
- Kalendarz Sokoli na rok 1937*. Katowice: Związek Gimnastycznych Towarzystw Sokół w Polsce, 1937.
- Srebrna Księga Sokola Katowickiego. 1896–1925*. Katowice: Towarzystwo Gimnastyczne Sokół w Katowicach, 1923.
- Srebrna Księga Sokolstwa Polskiego na Śląsku. 1895–1920*. Bytom: Katolik, 1920.
- OGRODZIŃSKI, W. (1937). *Dzieje dzielnic Śląskiej Sokola*. Katowice: Związek Gimnastycznych Towarzystw Sokół w Polsce Dzielnic Śląska.
- PONCZEK, M. (1990). Udział Sokolstwa polonijnego w zlotach sokolich w kraju w latach międzywojennych. In: *Polonijna Kultura Fizyczna. Tradycja i Współczesność*, tom 1. Poznań-Gorzów Wlk.: AWF Poznań – ZWWF Gorzów Wlk.
- PONCZEK, M., DROZDEK-MAŁOLEPSZA, T., MAŁOLEPSZY, E. (2000). Działalność narodowa i społeczno-polityczna Towarzystwa Gimnastycznego "Sokół". In: *Kultura Fizyczna. Zeszyt III*. Częstochowa: Wyższa Szkoła Pedagogiczna.
- PONCZEK, M. (1987). *Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" na Górnym Śląsku. Zarys dziejów (1895–1939)*. Katowice: Wszechnica muzeum śląskiego.
- PRZYBYLSKI, H., ŚLĘŻYŃSKI, J. (1986). *Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" na Górnym Śląsku*. Katowice: Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach.
- SZCZEPAŃSKI, J. (1931). Sokolstwo polskie na Śląsku Cieszyńskim w r. jub. 1931. In: Szczurek, J. (red.) *Jednodniówka wydana z okazji 40-lecia "Sokola" w Cieszynie*. Cieszyn: Towarzystwo gimnastyczne "Sokół" w Cieszynie.
- WOLAŃCZYK, M., ZAMOYSKA, J. (1927). *Katechizm sokoli*. Lwów: Dzielnic Małopolska Związku Tow. Gimnastycznych Sokół w Polsce.
- WOLAŃCZYK, M. *Historja sokolstwa polskiego (skrót)*. Lwów: Pierwsza Związkowa Drukarnia we Lwowie, 1932.

Mgr. Michał Broda

UK FTVS, J. Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešleslavin

e-mail: MichalBroda@seznam.cz

ŘEDAKCE ČESKÉ KINANTROPOLOGIE VELMI DĚKUJE VŠEM RECENZENTŮM ZA ROK 2018:

doc. PhDr. Miloš Bednář, Ph.D.
doc. PaedDr. Elena Bendíková, Ph.D.
PaedDr. Ladislav Bláha, Ph.D.
doc. PaedDr. Marie Blahutková, Ph.D.
Mgr. Jan Busta
Mgr. David Cihlář, Ph.D.
PaedDr. Irena Čechovská, CSc.
Mgr. Lenka Černá, Ph.D.
prof. PaedDr. Pavel Doulík, Ph.D.
doc. PhDr. Hana Dvořáková, CSc.
Mgr. Jan Dygrýn, Ph.D.
prof. PaedDr. Ludmila Fialová, Ph.D.
PhDr. Libor Flemr, Ph.D.
doc. MUDr. Jan Heller, CSc.
RNDr. Svatopluk Horák
prof. PhDr. Václav Hošek, DrSc.
Mgr. Martin Chlumský, DiS.
prof. PhDr. Ivo Jirásek, Ph.D.
PhDr. Aleš Kaplan, Ph.D., MBA.
PhDr. PaedDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.
Mgr. Gabriela Kavalířová, Ph.D.
Mgr. Tomáš Kočíb
doc. PaedDr. Pavel Korvas, CSc.
doc. PaedDr. Bronislav Kračmar, CSc.
Mgr. Petra Krásová
doc. Jiří Mudrák, Ph.D.
doc. PaedDr. Vladislav Mužík, CSc.
PhDr. Jaroslav Nekola, CSc.
PhDr. Alice Němcová Tejkalová, Ph.D.
Mgr. Martin Nosek, Ph.D.
Mgr. Jan Pecha, Ph.D.
Mgr. Martin Pelc, Ph.D.
PhDr. Mgr. Radka Peřinová, Ph.D.

prof. PhDr. Aleš Sekot, CSc.
Mgr. František Seman, Ph.D.
doc. PhDr. Irena Slepíčková, CSc.
doc. PhDr. Daniela Stackeová, Ph.D.
Mgr. Milena Strachová, Ph.D.
Mgr. Karel Sýkora, Ph.D.
doc. PhDr. Jiří Škoda, Ph.D.
doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc.
PhDr. Tomáš Tlustý, Ph.D.
prof. PhDr. Marek Waic, CSc.
doc. RNDr. Jiří Zháněl, Dr.