



PROJEKT  
ZDRAVÁ ŠKOLA

# Ratolesti podpory zdraví ve školách ČR

Informační příloha

leden 2006



PROJEKT ZDRAVÁ  
MATEŘSKÁ ŠKOLA

## PRŮVODCE VÝCHOVOU KE ZDRAVÍ

### Seriál - část 6.

*Seriál vychází od září v příloze Ratolesti v každém čísle Učitelských listů 2005-06*

V úvodu 6. části seriálu přinášíme dokončení textu, který byl uveřejněn v prosincové příloze a týkal se mezioborové integrace obsahů vzdělávacích oborů Výchovy ke zdraví a Přírodopisu. Tentokrát se jedná se o ukázkou mezioborové integrace obsahů vzdělávacích oborů Výchova ke zdraví a Výchova k občanství. Touto ukázkou také končí část seriálu věnovaná vzdělávacímu oboru Výchova ke zdraví.

V navazujícím textu se pokusíme přiblížit další část vzdělávací oblasti Člověk a zdraví, kterou je vzdělávací obor Tělesná výchova.

## B. Východiska pro mezioborovou integraci vzdělávacích oborů - Výchova ke zdraví, Výchova k občanství

**1. krok:** hledání logických vazeb a vnitřních souvislostí na úrovni tematických okruhů integrovaných vzdělávacích oborů

**Vzdělávací obor: Výchova k občanství**

**TO: Člověk jako jedinec**

**TO: Člověk ve společnosti**

**TO: Stát a právo**

**Vzdělávací obor: Výchova ke zdraví**

**TO: Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence**

**TO: Osobnostní a sociální rozvoj**

**TO: Vztahy mezi lidmi a formy soužití**

**TO: Zdravý způsob života a péče o zdraví**

**TO: Osobnostní a sociální rozvoj**

**TO: Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence**

**2. krok:** hledání logických vazeb a vnitřních souvislostí na úrovni „očekávaných výstupů“ a „učiva“ z RVP

**TO: Člověk jako jedinec**

**Očekávané výstupy z RVP ZV:**

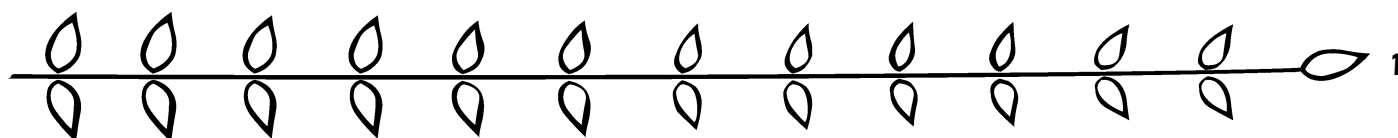
- posoudí vliv osobních vlastností na dosahování individuálních i společných cílů, objasní význam vůle při dosahování cílů a překonávání překážek (Vko)
- rozpozná projevy záporných charakterových vlastností u sebe i u druhých lidí, kriticky hodnotí a vhodně koriguje své chování a jednání (Vko)
- vysvětlí role členů komunity (rodiny, třídy, spolku) a uvede příklady pozitivního a negativního vlivu na kvalitu sociálního klimatu z hlediska prospěšnosti zdraví (VkJ)
- posoudí různé způsoby chování lidí z hlediska odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví druhých a vyvozuje z nich odpovědnost ve prospěch aktivní podpory zdraví (VkJ)
- dává do souvislosti psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a životní perspektivou mladého člověka; uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni (VkJ)

**Vzdělávací obor: Výchova ke zdraví**

**TO: Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence**

**Učivo:**

- osobní rozvoj** – životní cíle a plány, životní perspektiva, adaptace na životní změny, sebezvědomí; význam motivace, aktivity, vůle a osobní kázně při seberozvoji (Vko)
- **auto-destruktivní závislosti** – psychosociální rizika zneužívání návykových látek, patologické hráčství, práce s počítačem (VkJ)
- **mezilidské vztahy, komunikace, kooperace** – chování podporující dobré vztahy, aktivní naslouchání dialogu, efektivní a asertivní komunikace o kooperaci v různých situacích (VkJ)
- **seberegulace a sebeorganizace činností a chování** – zvládání problémových situací; stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení (VkJ)
- **morální rozvoj** – dovednosti pro řešení problémů v mezilidských vztazích; pomáhající a prosociální chování (VkJ)



## TO: Člověk ve společnosti

### Očekávané výstupy z RVP ZV:

- uplatňuje vhodné způsoby chování a komunikace v různých životních situacích, případné neshody či konflikty s druhými lidmi řeší nenásilným způsobem (VkJ)
- zhodnotí a na příkladech doloží význam vzájemné solidarity mezi lidmi, vyjádří své možnosti, jak může v případě potřeby pomáhat lidem v nouzi a v situacích ohrožení (VkJ)
- kriticky přistupuje k mediálním informacím, vyjádří svůj postoj k působení propagandy a reklamy na veřejné mínění a chování lidí (VkJ)
- respektuje přijatá pravidla soužití mezi vrstevníky a partneři a pozitivní kooperací a komunikací přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů (VkJ)
- vyhodnotí na základě svých znalostí a zkušeností možný manipulativní vliv vrstevníků, médií, sekt; uplatňuje osvojené dovednosti komunikační obrany proti manipulaci a agresi (VkJ)
- projevuje odpovědné chování a situacích ohrožení zdraví, osobního bezpečí, při mimořádných událostech (VkJ)

### TO: Stát a právo

#### Očekávané výstupy z RVP ZV:

- rozlišuje a poznává úkoly orgánů právní ochrany občanů, uvede příklady jejich činnosti a spolupráce při postihování trestných činů (VkJ)
- rozpoznává protiprávní jednání, rozliší přestupek a trestný čin, uvede jejich příklady (VkJ)
- rozlišuje trestný čin a přestupek, vymezí podmínky trestní postížitelnosti občanů a uvede příklady postihů trestné činnosti (VkJ)
- uvede důsledky porušování paragrafů trestního zákona související s výrobou a držením návykových látek a činností pod jejich vlivem a vyvozuje z nich osobní odpovědnost (VkJ)
- uvede důsledky porušování paragrafů trestního zákona související se šikanou, brutalitou, zanedbáváním, týráním a sexuálním zneužíváním dítěte (VkJ)

**3. krok:** rozpracování vzdělávacího obsahu z RVP ZV (očekávané výstupy – učivo) do ročníků, delších časových úseků  
**Viz ukázka 4 a 5 v předcházející části seriálu**

## TO: Vztahy mezi lidmi a formy soužití

### TO: Zdravý způsob života a péče o zdraví

### TO: Osobnostní a sociální rozvoj

#### Učivo:

- **vztahy mezi lidmi** – osobní a neosobní vztahy, mezilidská komunikace; konflikty (VkJ)
- **zásady lidského soužití** – morálka a mravnost, svoboda a vzájemná závislost, pravidla chování (VkJ)
- **vztahy ve dvojicích** – kamarádství, přátelství, láska, partnerské vztahy, manželství a rodičovství (VkJ)
- **vztahy a pravidla soužití v prostředí komunity** – rodina, škola, vrstevnická skupina, obec, spolek (VkJ)
- **skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání** – šikana a jiné projevy násilí; formy sexuálního zneužívání dětí; komunikace se službami odborné pomoci (VkJ)
- **manipulativní reklama a informace** – reklamní vlivy, působení sekt (VkJ)
- **bezpečné chování** – komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi; pohyb v rizikovém prostředí; přítomnost v konfliktních a krizových situacích (VkJ)
- **dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví** – bezpečné chování ve škole, při různých činnostech, v dopravním provozu (VkJ)
- **ochrana člověka za mimořádných událostí** – živelní pohromy, terorismus (VkJ)

### TO: Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence

#### Učivo:

- **lidská práva** – základní lidská práva, práva dítěte, jejich ochrana; úprava lidských práv a práv dětí v dokumentech; poškozování lidských práv, šikana, diskriminace (VkJ)
- **protiprávní jednání** – druhy a postihy protiprávního jednání, trestní postížitelnost; porušování předpisu silničního provozu, porušování práv k duševnímu vlastnictví (VkJ)
- **skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání, sexuální kriminalita** – šikana a jiné projevy násilí; zanedbávané, týrané a sexuálně zneužívané dítě z pohledu práva dítěte (VkJ)
- **auto-destruktivní závislosti** z pohledu trestné činnosti (VkJ)

# O VZDĚLÁVACÍM OBORU TĚLESNÁ VÝCHOVA V ZÁKLADNÍM VZDĚLÁVÁNÍ A NEJEN O NĚM

Následující text by měl směřovat k poznání některých možností tvorby učebních osnov Tělesné výchovy ve školních vzdělávacích programech.

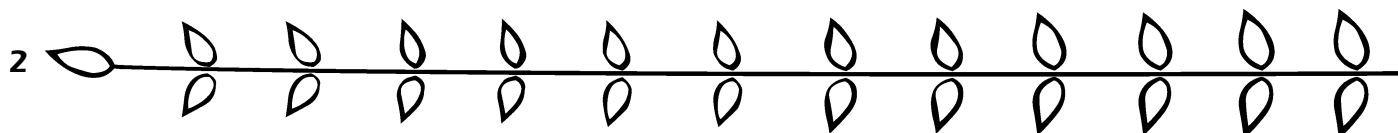
Než se však budeme zabývat učebními osnovami, vraťme se ještě k některým aspektům, které provázely tvorbu Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání. Pokusme se osvětlit některá východiska, která jsou pro Tělesnou výchovu a pro vlastní podporu zdraví v základním vzdělávání důležitá, která bychom si měli uvědomovat, respektovat, promýšlet atd.

## Tělesná výchova pokračuje v nastoleném trendu

Z hlediska Tělesné výchovy jako takové se v základním vzdělávání vymezeném v RVP ZV až tak mnoho podstatného nemění. Spíše jde o *pokračování trendů* nastolených v současných vzdělávacích programech – o *důraznější některých postupů a*

*nových vazeb v rámci podpory zdraví* na úrovni celé školy při utváření klíčových kompetencí žáků jako závazných výstupních hodnot základního vzdělávání.

Nadále jde tedy o postupné *přebudovávání postojů* (učitelů,



žáků, jejich rodičů) ke zdraví, dennímu režimu a pohybovým aktivitám v návaznosti na stravování, odmítání škodlivin, vztah k přírodě, zdravotní potřeby jiných lidí atd. I nadále to znamená *utváření příznivého režimu a činností ve škole* v souladu s fyziologickými, psychickými, sociálními a jinými potřebami žáků. Stále se jedná o kladení *důrazu na vybavování žáků* takovými *vědomostmi a praktickými zkušenostmi o pohybu a zdraví*, aby mohli zvažovat konkrétní situace, hledat různá řešení a uskutečňovat optimální rozhodnutí pro sebe i s ohledem na jiné lidi. Znamená to i nadále představovat tělesnou výchovu a sport jako *prospěšnou součást životního stylu moderního člověka* s možnými a v mnohém prokazanými příznivými dopady do oblasti zdraví, osobní kultivace, sociálních vztahů i vazeb s jinými oblastmi lidské kultury.

Pokud se něco v RVP ZV zásadněji mění, pak by to měla být *výrazná podpora Tělesné výchovy* (a zdraví žáků vůbec) *ze strany změněného vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví i některých průřezových témat*. Hlavním podnětem je skutečnost, že podpora zdraví je jedním ze základních cílů celého vzdělávání – „povinným“ zájmem celé školy.

Tělesná výchova už tedy na škole není a nadále nebude

## Východiska pro koncepci Tělesné výchovy v RVP ZV

Při koncipování vzdělávací oblasti Člověk a zdraví a jeho vzdělávacích oborů Výchova ke zdraví a **Tělesná výchova** v RVP ZV byla zvažována některá zcela zásadní východiska a hledala se odpovídající koncepční řešení, která by na jedné straně podpořila ucelené pojetí podpory zdraví ve škole a na druhé zvýraznila specifický „zdravotní příspěvek“ obou oborů ve vzdělávání žáků. Některá řešení se podařilo prosadit a odpovídají představám autorů vzdělávací oblasti *Člověk a zdraví*, jiná se nepodařilo naplnit zcela a teprve vývoj ukáže, do jaké míry to je na škodu či ne<sup>1</sup>.

### 1. Zdraví a klíčové kompetence

Jednou se základních myšlenek při vytváření koncepce klíčových kompetencí bylo, aby devíti *cílům základního vzdělávání* odpovídalo i devět *klíčových kompetencí*. To znamená, aby cíli „umožnit žákům osvojit si strategie učení a motivovat je pro celoživotní učení“ odpovídala „kompetence k učení“, aby cíli „podněcovat žáky k tvořivému myšlení, logickému uvažování a k řešení problémů“ odpovídala „kompetence k řešení problémů“, aby cíli „vést žáky k všestranné, účinné a otevřené komunikaci“ odpovídala „kompetence komunikativní“... a také aby cíli „učit žáky aktivně rozvíjet a chránit fyzické, duševní a sociální zdraví a být za ně odpovědný“ odpovídala „kompetence k podpoře zdraví“.

To že se tak nakonec nestalo je především odrazem zatím stále nízké prestiže problematiky zdraví v našem vzdělávání (teprve se začíná prosazovat, bojuje s podceňováním významu, neukotveností v systému vzdělávání učitelů a jejich malou připraveností pro prosazování v životě školy i „vlastním předmětu“ atd.), ale je i odrazem situace v jiných evropských kurikulárních systémech, které se ke zvýraznění podpory zdraví ve vzdělávání také propracovávaly a propracovávají postupně.

To, že se problematika zdraví v současném schváleném pojetí RVP ZV objevuje jako součást několika klíčových kompetencí (sociální a personální, občanské a pracovní) může být pro celkovou podporu zdraví na škole výhodou (objevuje se „na více místech“), ale i nevýhodou (je jakoby „zakryta“ celkovými názvy kompetencí, které přímo o zdraví nevyprávějí).

izolovanou součástí vzdělávání, která téměř jediná směřuje k podpoře zdraví žáků. Naopak, propojením s Výchovou ke zdraví (i jinými obory), s průřezovými tématy a návaznými zdravotně zaměřenými aktivitami v životě školy se může Tělesná výchova obohatit o mnohá poznání žáků a *cíleněji zaměřit na praktický vklad pohybových činností pro život*, na porozumění zdravotním aspektům pohybu a jejich využití v každodenním životě.

Nemění se ani *motivační základ Tělesné výchovy*, který spoluvytváří perspektivní vztah ke zdraví a k pohybu především tím, že je tělesná výchova ve své každodenní (aktuální) podobě kvalitní (žáci se naučí, poznají), že je prováděna v dostatečném množství a vhodných podmínkách, že v ní převažují radostné a úspěšné pocity a prožitky, že poskytuje dostatek pozitivních vzorů (příkladů, námětů), že žáka nepoškozuje a hlavně neodraduje. Nemění se také podstatně *obsahový základ Tělesné výchovy s výjimkou většího důrazu na některé poznatky o pohybu a prvky zdravotní tělesné výchovy pro všechny žáky*. Je však zřejmé, že volnost, která je dávana učitelům pro vytváření vzdělávacího obsahu vzhledem k podmínkám a zájmům žáků, může být právě *zájmy žáků* výrazně ovlivněna.

Bude záležet na každé jednotlivé škole, jaké základní vztahy a vazby mezi cíli (záměrem), klíčovými kompetencemi (výsledkem vzdělávání), vzdělávacími strategiemi (postupy k dosažení výsledků) a vzdělávacím obsahem (prostředkem pro dosažení výsledků) pro začleňování problematiky zdraví objeví a uplatní. Jaký prostor jí věnují, jaké formy a metody výuky použijí.

### 2. Zdraví a průřezová témata

Dalším zvažovaným koncepčním problémem bylo, zda zařadit mezi průřezová témata Výchovu ke zdraví nebo ne. Základní úvahy vycházely z toho, že průřezová témata jako povinná součást základního vzdělávání musí být školou realizována na 1. i 2. stupni a škola se musí věnovat i všem tematickým okruhům daného průřezového tématu.

Pokud by bylo průřezové téma „věnované zdraví“ nadstavbou plnohodnotné vzdělávací oblasti Člověk a zdraví v současném pojetí, bylo by to pro podporu zdraví ve škole velmi přínosné a rozšířilo by to spektrum příležitostí pro žáky setkat se s otázkami zdraví. Pokud se však problém zvažoval v poloze buď průřezové téma, nebo vzdělávací obor *Výchova ke zdraví*, pak se jevílo jako vhodnější (a pro „setkání“ žáků s danou problematikou jistější) prosadit spíše vzdělávací obor *Výchova ke zdraví*. Je třeba plně využít, co nabízejí ostatní průřezová témata a na tom stavět další kroky pro podporu zdraví.

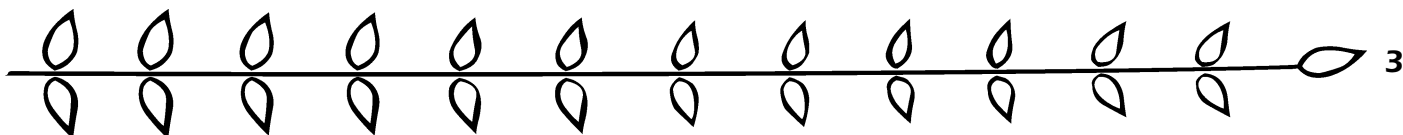
### 3. Zdraví a vzdělávací obsah

Zařadit do obsahu RVP ZV samostatnou vzdělávací oblast *Člověk a zdraví* nebylo tak obtížné. Jednak byla vzdělávací oblast stejného názvu už v současném Standardu základního vzdělávání, jednak výrazně působil vliv úspěšného *projektu „Zdravá škola“* a vládou podporovaného *programu Zdraví 21*.

Otázkou bylo spíše, v jakém rozsahu a pojetí zařadit danou vzdělávací oblast? Tělesná výchova se nabízela okamžitě. Podpora tělesné kondice, pohybové kultivace, bezpečnosti a fair play jednání jsou tradičními příspěvky ve vzdělávání k podpoře zdraví.

Zařazení Výchovy ke zdraví ve výrazně pozměněné podobě (oproti Standardu základního vzdělávání) mělo za cíl *vytvoření*

<sup>1</sup> Řada dále vymezených kroků, které byly zvažovány a učiněny (případně nebyly prosazeny) při koncipování vzdělávacího oboru Tělesná výchova, platí i pro celou vzdělávací oblast, tedy i pro vzdělávací obor Výchova ke zdraví.



prostoru pro dlouhodobé, cílené a systematické vzdělávání v problematice zdraví, které je pro člověka jednou z nejdůležitějších životních hodnot, a přesto se mu zatím věnuje ve vzdělávání minimum prostoru.

#### **4. Vztah mezi Výchovou ke zdraví a Tělesnou výchovou**

Podobně se zvažovaly obsahové proporce mezi Výchovou ke zdraví a Tělesnou výchovou. To znamená, v čem je odlišit a v čem propojit, zda začlenit do Výchovy ke zdraví všechny teoretické poznatky (včetně těch, které se týkají pohybu) a z Tělesné výchovy vytvořit obor pouze praktický. Výsledkem je určitý kompromis, který respektuje především zaměření oborů.

U Výchovy ke zdraví to vedlo k výraznějšímu příklonu k praktickému pojetí oboru a u Tělesné výchovy naopak k obohacení i o prvky, které vyžadují „teoretické“ poznání jako základ pro praktickou aplikaci.

Jak škola ve svém školním vzdělávacím programu vzdělávací obsah obou vzdělávacích oborů rozčlení do konkrétních vyučovacích předmětů, se ponechává na ní s tím, že důraz je kladen na „praktickou využitelnost osvojovaného v životě“ a na „porozumění činnostem podporujícím zdraví“.

#### **5. Týdenní časové dotace**

Se vzdělávacím obsahem úzce souvisela otázka časové dotace pro vzdělávací oblast Člověk a zdraví a pro jeho vzdělávací obory. Mnohými připomínaná šance zvýšit povinnou časovou dotaci pro Tělesnou výchovu neprošla především proto, že by znamenala výrazné snížení disponibilní časové dotace pro veškerou další vzdělávací nabídku. Tím by se omezilo a prakticky znemožnilo zaměření škol na některý vzdělávací obor či skupinu oborů. Škola tedy sama musí zvážit, do jaké míry a v jaké formě rozšířit pohybovou nabídku pro všechny žáky.

Naštěstí neprošly ani názory opačného zaměření – snížit ještě víc minimální povinnou časovou dotaci pro vzdělávací oblast Člověk a zdraví a ponechat na škole, zda a o co ji navýší. Zatím není záruka, že by nebyla pohybová aktivita pro některé žáky snížena na neúnosnou míru.

Výsledkem je tedy povinné zachování minimální dvouhodinové dotace pro tělesnou výchovu v každém ročníku 1. i 2. stupně, s možností využití disponibilní časové dotace pro plavecký výcvik, lyžařské a jiné sportovní kurzy, pro posílení povinného vyučovacím předmětu, k vytváření volitelných předmětů atd.

Pro Výchovu ke zdraví zůstávají na 2. stupni tři vyučovacím hodiny (na 1. stupni je začleněna do vzdělávacím oboru Člověk a jeho svět). Využití této časové dotace je dáno rozsahem a náročností vzdělávacím obsahu Výchovy ke zdraví, ale nemusí být (při dosažení očekávaných výstupů „kratší“ cestou) dodrženo.

Jde v současné době především o *problém související s připraveností učitelů pro danou problematiku*. S postupem času by se měl problém odbourávat a minimální tři hodiny by měly být plně využity, případně posilovány ve prospěch zdravotně preventivních dovedností žáků.

#### **6. Členění vzdělávacím oboru Tělesná výchova**

S obsahem a rozsahem vzdělávacím oborů souvisí i jejich členění a náročnost očekávaných výstupů.

U Tělesné výchovy se zvažovalo, zda přiblížit obsahové vymezení spíše současnému Standardu základního vzdělávání (mé-

ně částí s výrazně odlišným zaměřením) nebo spíše podobě současných vzdělávacím programů (podrobnější členění s převládajícím zaměřením na druhy sportů).

To, že se autoři přiklonili k první variantě, má několik důvodů. Zvýrazňuje se zdravotní aspekt Tělesné výchovy, škola má větší možnost variantního řešení vlastních učebních osnov a výběru konkrétních obsahových prostředků.

Jako výstupy z oboru Tělesná výchova se objevují některé dovednosti, které se možná zdají být na první pohled obtížné (nereálné) – např. „usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program“ nebo „posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny“. Za prvé je třeba si uvědomit, že žáci směřují k těmto výstupům devět let, že to není výsledek jednoho roku, ale systematické práce učitelů 1. a 2. stupně (a jejich spolupráce, kde je reálná). Za druhé je třeba vidět tyto výstupy jako jednoznačnou dlouhodobou praktickou zkušenost a dovednost žáků: vím, co vede k rozvoji zdatnosti, dokážu tedy vybrat odpovídající pohybové aktivity v odpovídajícím rozsahu; učím se sledovat pohybovou činnost jiných, vím, co je zásadní chybou stěžejních pohybových činnostech, dovedu tedy chybu u konkrétního žáka odhalit (poradit, jak ji provádět lépe).

#### **7. Zdravotní tělesná výchova povinná nebo nepovinná**

Nárůst zdravotních oslabení vedl k tomu, aby se zvažovala varianta povinné zdravotní tělesné výchovy pro všechny žáky III. případně II. zdravotní skupiny. Diskuse s učiteli, kteří připomínali špatnou diagnostickou práci lékařů, nedobré personální a materiální podmínky pro daný předmět, nevstřícný postoj rodičů i potřebu vyrovnávacích a korektivních činností pro všechny žáky, vedla k modelu, který začleňuje základní očekávané výstupy ze *zdravotní tělesné výchovy* a výběr odpovídajícího učiva podle potřeb žáků přímo do povinné tělesné výchovy. Tím se zajišťuje poučení o vyrovnávacích a korektivních cvičeních i jejich praktická aplikace pro všechny žáky. Školám se pak dává možnost vytvořit samostatný předmět Zdravotní tělesná výchova jako povinný, volitelný či nepovinný, případně jej nerealizovat.

#### **8. To nejpodstatnější je skryto v charakteristice vzdělávacím oblasti (oboru) a v dalších nevyřčených vztazích**

Díváme-li se na RVP ZV jako *rámcový předpis*, pak je mnoho základních skutečností o pojetí Tělesné výchovy v základním vzdělávání a o dalších vazbách na celkovou koncepci školy při podpoře zdraví jen *naznačeno*. Předpokládá se, že učitel je vzdělán ve své profesi, že při tvorbě ŠVP a učebních osnov vyučovacím předmětu využije nejen svých zkušeností, ale že se znovu podívá do dřívějších dokumentů (Bílá kniha, současné vzdělávacím programy), do metodických publikací (Svatoň – Tupý: Zdravotně orientovaná zdatnost; Mužík – Krejčí: Tělesná výchova a zdraví atd.).

Nepospíchejte se samotnou tvorbou učebních osnov, *promýšlejte souvislosti* a pokud už učební osnovy máte zpracované, vracejte se k nim a promýšlejte, co a proč jste formulovali, jak to vzájemně váže mezi sebou v rámci předmětu i ŠVP, v čem vám to bude prospěšné, jak to využijete, jak by se dal dokument případně ještě vylepšit atd. Konkrétněji v dalším pokračování seriálu.

Autory této části jsou: PaedDr. Hana Pernicová (dokončení z předchozí části), PaedDr. Jan Tupý (nová část týkající se TV). Případné dotazy na adresu pernicova@vuppraha.cz a tupy@vuppraha.cz.

