UNIVERZITA MATEJA BELA V BANSKEJ BYSTRICI
FAKULTA HUMANITNÝCH VIED
KATEDRA TELESNEJ VÝCHOVY A ŠPORTU

prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD.

POSTOJE ŽIAKOV ZÁKLADNÝCH ŠKÔL K TELESNEJ VÝCHOVE A ŠPORTU A ÚROVEŇ ICH TEORETICKÝCH VEDOMOSTÍ Z TELESNEJ VÝCHOVY V INTENCIÁCH VZDELÁVACIEHO ŠTANDARDU

(Monografia)

Banská Bystrica
2009

Vedecká monografia prezentuje výsledky výskumu v rámci riešenia výskumnej úlohy VEGA 1/4505/07 „Postoje žiakov 4. a 9. ročníkov ZŠ v regióne stredného Slovenska k telesnej výchove a úroveň ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy v intenciách vzdelávacieho štandardu.“

Autor: prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD.

Recenzenti: prof. PaedDr. Karol Görner, PhD.
prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.

ISBN

ABSTRAKT

BARTÍK, Pavol: Postoje žiakov základných škôl k telesnej výchove a športu a úroveň ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy v intenciách vzdelávacieho štandardu.
(Monografia)/ prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD. – Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici. Fakulta humanitných vied, Katedra telesnej výchovy a športu. Banská Bystrica: FHV UMB, 2009.

Vedecká monografia prezentuje výsledky výskumu v rámci riešenia výskumnej úlohy VEGA 1/4505/07 „Postoje žiakov 4. a 9. ročníkov ZŠ v regióne stredného Slovenska k telesnej výchove a úroveň ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy v intenciách vzdelávacieho štandardu.“ Vedúci riešiteľ projektu: prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD**.** Riešitelia: doc.Mgr. Naďa Novotná, PhD. – zástupca vedúceho, doc. PaedDr. Jiří Michal, PhD., PhDr. Miroslav Sližik, PhD., PaedDr. Peter Mandzák, PhD., Mgr. Eva Zellmanová, PhD.

Cieľom realizovaného výskumu bolo zistiť, aké postoje k telesnej výchove a pohybovým a športovým aktivitám majú žiaci základných škôl a aká je úroveň ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu z telesnej výchovy. Skúmaný súbor tvorilo 621 žiakov 4.ročníka základných škôl stredoslovenského regiónu a 1606 žiakov 9.ročníka základných škôl. Na získanie faktografického materiálu boli použité standardizovaný dotazník a vedomostný test. Výskumom bolo zistené, že až 73,75% žiakov 4.ročníkov malo pozitivny postoj k telesnej výchove a športu. Naopak, len 45,21% žiakov 9.ročníkov malo pozitivny postoj k telesnej výchove a športu a až 52,55% žiakov malo k telesnej výchove a športu indiferentný postoj. Len 46 žiakov 4.ročníka ZŠ (tj. 7,41%) a 667 žiakov 9.ročníka ZŠ (t.j. 43,42%) splnilo vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu.

Kľúčové slová: Žiaci základných škôl - postoje k telesnej výchove a športu - teoretické vedomosti z telesnej výchovy a športu.

ABSTRACT

BARTÍK, Pavol: The attitudes of pupils at basic schools to Physical Education and Sport and level of their theoretical knowledge from Physical Education and Sport according to educational standard.
(Monograph)/ prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD. – Matej Bel University in Banská Bystrica. Faculty of Humanities. Department of Physical Education and Sport. Banská Bystrica: FHV UMB, 2009.

Scientific monograph presents the results of research activities during the solution of grant VEGA 1/4505/07 „The attitudes of pupils at basic schools in region of Central Slovakia to Physical Education and Sport and level of their theoretical knowledge from Physical Education and Sport according to educational standard.“
The Head of Project: prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD**.** Co-workers: doc.Mgr. Naďa Novotná, PhD. – The Deputy, doc. PaedDr. Jiří Michal, PhD., PhDr. Miroslav Sližik, PhD., PaedDr. Peter Mandzák, PhD., Mgr. Eva Zellmanová, PhD.

The aim of this Project was to find out the level of the attitudes of pupils at basic schools in region of Central Slovakia to Physical Education and Sport and level of their theoretical knowledge from Physical Education and Sport according to educational standard.

The research sample consisted of 621 pupils of 4th forms and 1606 pupils of 9th forms of basic schools. The main research methods were educational test and questionare. We found out that 73.75% pupils of 4th forms showed positive attitudes to Physical Education and Sport and only 45.21% pupils of 9th forms showed positive attitudes to Physical Education and Sport and 52.55% pupils showed indifferent attitudes to Physical Education and Sport. Only 46 pupils of 4th forms (i.e. 7.41%) and 667 pupils of 9th forms (i.e. 43.42%) were succesfull in educational standard from Physical Education and Sport.

Key words: Pupils of basic schools - the attitudes to Physical Education and Sport - the theoretical knowledge from Physical Education and Sport.

PREDHOVOR

Jedným z hlavných cieľov vyučovacieho predmetu telesná výchova je okrem rozvíjania pohybových schopností a osvojovania pohybových zručností poskytnúť žiakom aj teoretické telovýchovné vzdelanie a formovať u nich už od útleho veku kladný postoj k pohybovej aktivite a k športu vôbec.

V telovýchovnom procese sú práve teoretické poznatky základným predpokladom uvedomelého osvojovania pohybových činností, rozvíjania pohybových schopností a rozvoja charakterových a iných vlastností osobnosti. Sú nevyhnutnou podmienkou pre úspešné vykonávanie praktických činností a zároveň zohrávajú dôležitú úlohu pri utváraní postoja žiakov k telovýchovnému procesu, k zdravej životospráve i k celoživotnej pohybovej aktivite. Navyše, ovládanie poznatkov z oblasti telesnej kultúry patrí k všeobecnému rozhľadu a prirodzenej inteligencii našej spoločnosti.

Predložená monografia vznikla na základe záujmu výskumne si overiť úroveň teoretických vedomostí z vyučovacieho predmetu telesná výchova v intenciách vzdelávacieho štandardu u žiakov 4. a 9. ročníka z vybraných základných škôl. Súčasťou výskumu bolo zisťovanie postojov žiakov k telesnej výchove a športu.

Ďakujeme za spoluprácu a ústretovosť vedeniu vybraných základných škôl, ako aj učiteľom na 1. stupni ZŠ a učiteľom telesnej výchovy na 2.stupni ZŠ, ktorí s nami úzko spolupracovali pri riešení našej výskumnej úlohy. Taktiež naše poďakovanie patrí študentom Pedagogickej fakulty a Fakulty humanitních vied UMB v Banskej Bystrici. Bez ich pomoci by sme nemohli získať potrebné faktografické údaje o postojoch žiakov k telesnej výchove a športu a o ich teoretických vedomostiach z telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu.

OBSAH

ÚVOD

1 TEORETICKÝ ROZBOR PROBLÉMU

1.1 Vývojové osobitosti žiakov 1. stupňa základných škôl
1.2 Vývojové osobitosti žiakov 2. stupňa základných škôl
1.3 Postoje, zložky postojov, vznik a formovanie postojov
1.4 Postoje k telesnej výchove a k športu
1.5 Vzdelávacie štandardy z telesnej výchovy pre 1. a 2. stupeň základných škôl
1.6 Vedomosti zo školskej telesnej výchovy a športu

2 CIEĽ, HYPOTÉZY A ÚLOHY VÝSKUMU

3 METODIKA VÝSKUMU

3.1 Metódy získavania faktografického materiálu
3.2 Metódy spracovania získaného faktografického materiálu
3.3 Charakteristika skúmaného súboru a podmienok výskumu

4 VÝSLEDKY VÝSKUMU A ICH INTERPRETÁCIA

4.1 Postoje žiakov štvrtých ročníkov základných škôl k telesnej výchove a športu
4.2 Postoje žiakov deviatych ročníkov základných škôl k telesnej výchove a športu
4.3 Úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov základných škôl z telesnej výchovy a športu
4.4 Úroveň teoretických vedomostí žiakov deviatych ročníkov základných škôl z telesnej výchovy a športu

ZÁVER

ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY
PRÍLOHY

ÚVOD

Postoje patria do základného psychického uspôsobenia človeka. Človek sa s nimi nerodí, postoje sa vytvárajú na základe životnej skúsenosti, počnúc asi tretím až štvrtým rokom života. Každý jedinec si systém alebo štruktúru postojov vytvára sám v sebe v priamej súčinnosti s ľuďmi, so spoločnosťou, s jej inštitúciami či organizáciami. Niektorí psychológovia považujú vznik postojov za dôsledok mnohých opakovaných reakcií, cítení, dojmov, správaní, dramatických skúseností a psychických tráum. Napriek tomu, že postoje sú relatívne ustálené sústavy hodnotenia, predsa sa v priebehu života človeka menia, dokonca môžu prechádzať až do svojho protikladu. Vznik postojov ovplyvňuje celý rad vonkajších a vnútorných činiteľov.

Telesná výchova je svojím zameraním špecifický povinný vyučovací predmet, pretože sa orientuje nielen na telesné, funkčné, pohybové, ale aj psychické a rozumové zdokonaľovanie žiakov a jedným z jeho hlavných cieľov je okrem iného aj formovať u žiakov pozitívny postoj nielen k tomuto vyučovaciemu predmetu, ale aj k pohybovej aktivite a športu vôbec.

Najúčinnejším prostriedkom formovania a upevňovania pozitívneho postoja žiakov k telesnej výchove je kvalitne vedený telovýchovný proces vyznačujúci sa všestrannosťou, primeranou intenzitou, originálnosťou a náležitou emocionálnosťou. V tomto procese zohráva dôležitú úlohu práve učiteľ telesnej výchovy, ktorý svojou odbornosťou a prístupom významne ovplyvňuje postoje svojich zverencov k telesnej výchove ako k vyučovaciemu predmetu, k pohybovej aktivite a k športu. Mnohokrát sa stane, že aj menej pohybovo zdatný žiak alebo menej vyspelý športovec podá lepší výkon ako jeho technicky a takticky lepší spoluhráč. Rozdiel môže spočívať v postoji, t.j. v snahe, v bojovnosti, v nasadení pri plnení úloh.

Učitelia prirodzene nepoznajú všetky činitele, ktoré ovplyvňujú žiakov postoj. Pri jeho utváraní má významný vplyv rodina, rovesníci, skupina, ale aj vzory. A práve učiteľ môže byť jedným z týchto faktorov, pretože práve on ovplyvňuje postoje žiakov k učebnej látke a k učeniu vôbec. Pravdepodobnosť, že žiak bude svoje vedomosti využívať, závisí od jeho postojov k vyučovaciemu predmetu. Neobľúbené veci ľahko zabúda. Práve preto by mal byť jedným z cieľov pedagóga aj priaznivo ovplyvňovať postoje žiakov k predmetu telesná výchova.

1 TEORETICKÝ ROZBOR PROBLÉMU

1.1 Vývojové osobitosti žiakov 1. stupňa základných škôl

Obdobie mladšieho školského veku sa začína vstupom dieťaťa do školy, t.j. 6., resp. 7. rokom života dieťaťa a trvá do nástupu puberty zavŕšením 11. roku života. Turek (1999) ho ohraničuje zhora vekom 10 rokov, Kačáni (2004) 10. až 11. rokom, Oravcová (2004) 11. – 12. rokom života a Vágnerová (2000) hornú hranicu neoznačuje. Všeobecne obdobie mladšieho školského veku trvá až po objavenie sa prvých známok pohlavného dospievania. Toto obdobie sa označuje za najvýznamnejšie v živote človeka pre jeho ďalší všestranný telesný a pohybový rozvoj. Je nazývané aj obdobím prepubescencie.

Najvýznamnejšou udalosťou v tomto období je vstup do školy. Dieťa sa musí vyrovnávať s novými požiadavkami, ktoré naňho kladie škola. Podstatne sa mení činnosť dieťaťa, u ktorého bola doposiaľ prevládajúcou formou činnosti hra, ktorá sa v školskom období mení na učenie. U dieťaťa, ktoré vstupuje do školy, sa predpokladá určitá úroveň jeho rozvoja po stránke poznávacej, emocionálnej i sociálnej, ale predovšetkým jeho fyzická pripravenosť a zdravie.

Z anatomického a fyziologického hľadiska je obdobie mladšieho školského veku charakteristické stálym rastom a spevňovaním celého organizmu. Pre telesný vývin detí mladšieho školského veku je oproti deťom predškolského veku charakteristické spomalenie rastu tela do výšky a intenzívnejší rast objemu tela. Medzi 6. – 11. rokom žiaci priberajú ročne 2,5 – 3kg na hmotnosti a telesný rast činí 5 - 6cm (Vágnerová – Valentová, 1991). Na konci tohto obdobia sa prejavujú rozdiely v telesnom vývine chlapcov a dievčat (Šemetka a kol., 1993).

V tomto období sa menia telesné proporcie, a to hlavne pomer veľkosti hlavy, hrudníka a trupu. Predlžujú sa končatiny, chrupavkové tkanivo sa mení na kostné, ale kosti sú v tomto období ešte stále mäkké a pružné. K zrastaniu panvovej a bedrovej kosti dochádza okolo 7. roku. Zápästné kosti osifikujú od 6. do 8. roku a články prstov od 9. do 11. roku. Detská chrbtica v tomto období je už esovitá s ustálenou krčnou lordózou a hrudnou kyfózou, i keď je stále poddajná. Úplné ustálenie chrbtice sa končí 12. rokom života dieťaťa. V tomto období je sklon k vzniku deformácií chrbtice, najmä pod vplyvom nesprávneho sedenia, nosenia aktoviek a neprimeraného zaťaženia (Žiga 1993).

U detí v tomto období značne narastá svalová hmota, zvyšuje sa sila svalstva a pevnosť kĺbových väzov. U 7 - 11 ročných detí tvorí hmotnosť svalstva približne 27 – 28% hmotnosti tela. Jednotlivé svalové skupiny tela sa však u detí nevyvíjajú rovnomerne. Predovšetkým sa rýchlejšie vyvíja svalstvo horných končatín, pričom chlapci dosahujú väčšie hodnoty sily jednotlivých svalových skupín. Sila svalov rovnomerne stúpa od 7. roku, kedy si deti osvojujú základné návyky písania a uskutočňujú jednoduché pohybové činnosti s ľahkými predmetmi. Pri jemnej motorike však ešte pracujú nehospodárne a preto sa rýchlo unavia. Značný súlad v pohyboch nastáva okolo 9. roku života (Sýkora, 1983).

V prepubescencii je výraznejší rast a zrenie vnútorných orgánov. Srdce je v porovnaní s dospelým človekom väčšie, čo umožňuje dieťaťu bez ťažkostí reagovať aj na vytrvalostnú činnosť a kladne to vplýva na jeho krvný obeh. Dýchanie je povrchné. Zvýšená spotreba kyslíka sa prejavuje zrýchlením dýchania. Vitálna kapacita pľúc postupne pribúda. Mozog detí mladšieho školského veku sa stavbou a hmotnosťou približuje mozgu dospelého človeka. Postupne sa rozvíja útlmová stránka kôrovej činnosti, čo umožňuje schopnosť koncentrovať sa. Vnímanie je u 7 – 11 ročných detí stále zámernejšie a diferencovanejšie. Myslenie ako najdôležitejší duševný proces sa postupne rozvíja a prechádza od konkrétne obrazného k abstraktne logickému. Deti tohto obdobia sú schopné jednoduchých myšlienkových operácií (Oravcová, 2004).

Pre deti mladšieho školského veku je charakteristická pohyblivosť, aktivita, všeobecný záujem o pohyb a radosť z neho (Šemetka a kol.,1993). Utvára sa schopnosť nielen nové podmienené reflexy vytvárať, ale aj upevňovať. Pohyby sa stávajú rozmanitejšie, plynulejšie a harmonickejšie. Dieťa sa v tomto období učí rozdeľovať svoje sily, vykonávať pohyby s menšou stratou energie rýchlejšie a presnejšie (Klindová – Rybárová, 1987). Na základe poznatkov z výskumu motoriky dieťaťa možno toto obdobie rozdeliť podľa Juřinovej – Stejskala (1987) na:

1. obdobie od 8 do 10 rokov
2. obdobie od 10 do 12 rokov.

Podľa Klindovej – Rybárovej (1987) sa tieto obdobia navzájom od seba odlišujú v pohybovom vývine detí. V prvom období je charakteristický intenzívny rozvoj pohybových funkcií, v ktorom je najvhodnejšie učenie sa pohybom. V období od 10 do 12 rokov sa začína intenzívnejšie rozvíjať sila. Deti tohto veku zameriavajú všetku svoju činnosť na dosiahnutie určitého cieľa, na zlepšenie výkonu. Vo zvýšenej miere sa začína v tomto veku prejavovať záujem žiakov o šport. Belej (2001) uvádza, že v mladšom školskom veku sú najvyhovujúcejšou telovýchovnou činnosťou pohybové hry, prípravné cvičenia, chôdza, beh,

skákanie, lezenie, hádzanie, poradové cvičenia, cvičenie s hudbou, plávanie, korčuľovanie, lyžovanie, turistika, atď.

Do psychického vývinu dieťaťa tohoto obdobia radikálne zasahuje škola, ktorá výrazne ovplyvňuje vývoj poznania i formovania záujmov. Petty (2001) uvádza, že pri rozvíjaní poznania detí je dôležité utvárať predstavu (o správnej technike pohybu, na základe vhodnej ukážky a názorných pomôcok). Takisto je veľmi dobre rozvinutá pamäť na predstavy, ktoré vznikajú v priebehu činnosti (Oravcová, 2004). Činnosť, ktorá je stereotypná a monotónna dieťa ubíja. Pozitívne citové zážitky u mladšieho školáka vyvoláva pohybová činnosť, najmä súťaživá. Spôsobuje mu uspokojenie a radosť. Pozornosť detí je nestála a schopnosť sústrediť sa je pomerne krátka, ale v tomto veku rýchlo narastá (Chromík a kol. 1993).

Sociálne vzťahy sa prehlbujú a rozširujú. Vzťah k dospelým je veľmi kladný a svet dospelých sa pre deti stáva vzorom a cieľom. Dôležitú úlohu zohráva učiteľ, ktorý sa stáva autoritou. Utvárajú sa už hracie skupiny a v triede vznikajú tzv. žiacke skupiny. Spoločným záujmom týchto kolektívov je hra. Sociálny život je zdrojom mnohých kladných, ale aj negatívnych citových zážitkov. Dieťa citovo reaguje na spoločnosť spolužiakov. Niektorých vrstovníkov obdivuje, k niektorým je ľahostajné. Rozvoj sebacitu závisí od dobrého prospievania dieťaťa v škole. Príznačný pre toto obdobie je vzrast sebauvedomenia so sklonom preceňovať vlastné schopnosti (Ďurič – Štefanovič 1977).

Medzi úlohy telesnej výchovy detí mladšieho školského veku patrí zabezpečiť pre každého žiaka denne dostatok pohybovej aktivity, a tým im pomáhať správne rozvíjať orgány a ich funkcie, dopriať im aktívny oddych v hygienickom prostredí. Najdôležitejšiu pozornosť treba venovať formovaniu správneho držania tela, lebo práve v tomto období sa ustáľujú všetky zakrivenia chrbtice (Sýkora a kol. 1983).

Juřinová – Stejskal (1987) uvádzajú, že tento vek je najkrajší a najradostnejší vek dieťaťa, kde starostlivosť zo strany dospelých je maximálna, nedochádza k psychickým konfliktom a dieťa má radosť z novoobjavených poznatkov.

Je všeobecne známe, že pohyb, ktorý je jedným z kľúčových potrieb detí mladšieho školského veku, sa po ich nástupe do školy radikálne obmedzuje. Dokazujú to výskumy viacerých autorov (Bartošík, 1994; Kopřivová, 1989; Kos, 1985; Krejčí, 1996, 1997; Labudová, 1992, 1996), ktorí zároveň upozorňujú na dôsledky adaptácie detí na hypokinetický režim práce v škole, ktorý sa prejavuje zníženou svalovou zdatnosťou, a tým i zhoršeným držaním tela s ďalšími nepriaznivými zdravotnými následkami. Zámernou a plánovitou didaktickou riadiacou činnosťou môže učiteľ významne pôsobiť na upevňovanie zdravia žiakov, rozvíjanie ich pohybových schopností a osvojovanie základných pohybových

zručností, kladných morálno-vôľových vlastností, zmyslu pre účelný a estetický realizovaný pohyb, utváranie aktívneho vzťahu k telesnej výchove a osvojenie základných pohybovo hygienických návykov a poznatkov, ktoré sú nevyhnutné pre ich život a prácu (Žiga 1993).

1.2 Vývojové osobitosti žiakov 2. stupňa základných škôl

Obdobie staršieho školského veku sa nazýva puberta alebo pubescencia (z lat. „pubesco“ = dospievam, „pubertas“ = pohlavná dospelosť), ale niektorí autori toto obdobie nazývajú tiež obdobím dospievania alebo obdobím neskorého detstva.
Tak, ako neexistuje jednotnosť v týchto pojmoch, tak neexistuje ani presné časové ohraničenie obdobia puberty. Toto obdobie je určitou prechodnou dobou medzi detstvom a dospelosťou človeka a u oboch pohlaví prebieha v inom vekovom rozhraní, dievčatá dozrievajú pohlavne o 1 - 2 roky skôr než chlapci.
Matejovičová a kol. (2007) charakterizuje pubertu ako hormonálne podmienený proces fyzického dozrievania a rastového zrýchlenia. Je ukončený v okamihu, kedy je pubescent schopný reprodukcie, u ženského pohlavia pri prvej ovulácii a u mužského pohlavia pri zahájení spermatogenézy.

Okrem pohlavia ovplyvňujú nástup, priebeh a ukončenie puberty aj dedičné dispozície, klimatické podmienky, rasa, spôsob výživy či vplyvy vonkajšieho prostredia na dieťa. U dievčat sa puberta začína od 10 až 11 rokov, u chlapcov od 11 až 12 rokov a u oboch pohlaví sa končí okolo 15. až 16. roku života, pričom jej dolný medzník je daný začiatkom rýchleho telesného a najmä pohlavného dozrievania, horný medzník znamená, relatívne ukončenie rýchleho telesného dozrievania a začiatok rýchleho psychického (duševného) dozrievania (Končeková, 1996). Tieto časové údaje sú však približné.

Niektorí autori delia obdobie puberty na 2 fázy:

1. **Fáza predpuberty** (alebo 1. pubertálna fáza) je ohraničená 10. až 11. a 12. až 14. rokom života. Táto fáza sa začína objavením prvých známok pohlavného dospievania a končí sa nástupom menštruácie u dievčat a polúcie u chlapcov.
2. **Fáza vlastnej puberty** (alebo 2. pubertálna fáza) je časovo ohraničená 12. až 14. a 15. až 16. rokom a nastupuje po dokončení predpuberty a trvá do dosiahnutia reprodukčnej schopnosti človeka.

V našej práci sa budeme zaoberať obdobím puberty v širšom zmysle slova, teda celým obdobím od 10. až 11. do 15. až 16. roku života človeka.

Pre pubertu je príznačný prudký rast, v súvislosti s ktorým hovoríme o tzv. druhej fáze vyťahovania, ďalej rozvoj sekundárnych pohlavných znakov, proporcionálna nerovnomernosť, pohybová disharmónia a zníženie telesnej výkonnosti, v duševnom vývine je charakteristická citová labilita a podráždenosť. Zvýraznené je úsilie o samostatnosť a zaujímanie kritického postoja (Ďurič–Štefanovič, 1977).
V škole prechádza dieťa na 2. stupeň ZŠ, čím sa menia jeho pracovné nároky a sociálne postoje. Dieťa vyhľadáva skupiny rovesníkov a spoločne sa venujú športovej a kultúrnej činnosti (Lisá, 1986).

Telesný vývin v období puberty

Významným prejavom dospievania je telesná premena – tzv. druhá tvarová premena organizmu. V organizme dospievajúceho prebiehajú podstatné morfologické a fyziologické zmeny, zrenie pohlavných žliaz a začiatok ich činnosti. Pre fyziologický pubertálny vývin vrátane rastového zrýchlenia je potrebná súhra predovšetkým dvoch hormonálnych systémov – hypofýzy a gonád (testosterón) (Matejovičová a kol., 2007).

Začiatok prestavby organizmu pubescenta súvisí s aktivizáciou činnosti hypofýzy, ktorá vylučuje o.i. rastový hormón, pod vplyvom ktorého sa rozrastajú chrupavky a oddeľujú konce dlhých kostí, hlavne kostí dolných a horných končatín. V dôsledku toho nastáva dočasné prudké a nerovnomerné zrýchlenie rastu u oboch pohlaví, tzv. rastový špurt. Dievčenský špurt vrcholí najčastejšie medzi 11. až 12. rokom, chlapčenský o 2 roky neskôr. Vtedy deti vyrastú aj o 8 - 12cm za rok, tempo rastu však nie je u všetkých detí rovnaké. Dĺžka rastového obdobia je u chlapcov dlhšia a dosahujú vyššiu výšku v porovnaní s dievčatami. Pokiaľ 10 až 11 roční chlapci aj dievčatá majú výšku približne 145cm, 15 až 16 roční chlapci merajú okolo 171cm a dievčatá asi 164cm. Ku koncu daného obdobia sa prudký rast zastavuje.

V priebehu puberty dochádza aj ku zmene rozloženia tuku v tele a priberaniu na hmotnosti. Pre ženské pohlavie je typické narastanie tukového tkaniva najmä v oblasti bedier, na stehnách a na krku. U chlapcov tukové tkanivo zaniká, stávajú sa štíhlejšími a postava sa formuje mužským smerom, čo sa prejaví hlavne rozšírením ramien.

Zatiaľ čo pubescenti vo veku 10 až 11 rokov majú asi 35kg, 15 až 16 roční chlapci už vážia okolo 60kg a dievčatá približne 55kg. Tieto zmeny organizmu súvisia so zmenami v systéme žliaz s vnútornou sekréciou.

V priebehu celej puberty narastá svalovina, ale k najintenzívnejšiemu vývinu svalovej hmoty a svalovej sily dochádza na konci obdobia.

U chlapcov sa svalová sila zvyšuje takmer lineárne s kalendárnym vekom od ranného detstva až do 13. až 14. roku. Potom nastáva výrazná akcelerácia, ktorá pretrváva približne do 19 rokov. U dievčat sa svalová sila zvyšuje lineárne až do obdobia 15 rokov. Na základe viacerých výskumov možno potvrdiť, že maximálna svalová sila niektorých svalových skupín sa do 10 až 11 rokov vyvíja u oboch pohlaví rovnako. Neskôr sú však prírastky izokinetickej svalovej sily u chlapcov konzistentne väčšie ako u opačného pohlavia. Relatívna svalová sila j konštantná alebo sa zvyšuje veľmi mierne až do obdobia vrcholného rastového špurtu. Na rozdiel od dievčat dochádza k nárastu relatívnej sily u chlapcov po období výškového špurtu a v priebehu dospievania.

Pohlavné rozdiely vo vývoji svalovej sily medzi chlapcami a dievčatami v priebehu puberty môžu byť spôsobené zvýšeným množstvom podkožného tuku u dievčat, zväčšením veľkosti svalovej hmoty u chlapcov, ďalej hormonálnymi, nervosvalovými a biomechanickými odlišnosťami alebo rôznou úrovňou pohybových aktivít chlapcov a dievčat (Dobrý, 2006). Svaly pubescentov sa však v porovnaní s dospelými ľuďmi unavujú oveľa rýchlejšie, a preto nie sú schopné ešte dlhého namáhania.

Ďalším typickým prejavom dospievania je nadmerné potenie a mastná, lesklejšia pleť, vplyvom nadmerného vylučovania potných a tukových žliaz (Končeková, 1996).

Prejavom pohlavnej zrelosti je u dievčat prvá menštruácia (menarché) asi medzi 12. až 13. rokom, u chlapcov spontánny výron semena (polúcia) približne medzi 15. až 16. rokom života. Pod vplyvom hormonálnej činnosti sa rozvíjajú najmä druhotné pohlavné znaky. Výsledkom týchto zmien je odlišná stavba mužskej a ženskej kostry, odlišná hmotnosť svalstva, odlišný tvar mužskej a ženskej panvy, oblosť ženského tela (Ďurič-Štefanovič, 1977).

U dievčat začínajú rásť približne v 11. roku prsníky, čo je spočiatku dôsledkom predlžovania a hrubnutia vývodov mliečnej žľazy, na ktoré pôsobia estrogény. Okolo 11. roku začína rásť pubické ochlpenie, neskôr, asi v 13. roku, axilárne ochlpenie. Chĺpky sú spočiatku jemné a bledé, postupne tmavnú a hustnú. Medzi 12. až 13. rokom sa objavuje prvá menštruácia, tzv. obdobie menarché. Po menarché pokračuje rast panvy a jej ženské utváranie (Matejovičová a kol., 2007).

Chlapcom sa po 10. roku života začínajú zväčšovať semenníky, o niečo neskôr sa objavuje prvé pubické ochlpenie, postupne axilárne ochlpenie, ochlpenie tela a zarastanie tváre – najskôr je jemné (tzv. páperie), neskôr chĺpky tmavnú, hrubnú a silnejú. V ďalšej fáze puberty dochádza zmenou stavby hrtanu k prvým zmenám hlasu, tzv. mutácii. Mutácia

prebieha asi 6 - 24 mesiacov a okolo 15 rokov má väčšina chlapcov stabilný hrubší hlas (Končeková, 1996).

Pokiaľ je telesné zrenie organizmu rýchlejšie ako psychické, duševne infantilný jedinec nemusí byť schopný zvládnuť ho prijateľným spôsobom. V tomto prípade môžu výrazné telesné zmeny v organizme predstavovať súbor negatívnych podnetov – niečo, za čo sa pubscent hanbí, čo skrýva, niečo, čo by chcel zastaviť, zabrzdiť alebo odstrániť (Vágnerová, 2000).

Motorický vývin v období puberty

Prestavba motorického aparátu je v puberte sprevádzaná stratou harmónie a ladnosti pohybov. Motorika sa značne zhoršuje najmä v prvej fáze obdobia. Pohyby pubescentov sú nešikovné, trhané, nesúmerné a ťarbavé.

Končeková (1996) uvádza nasledujúce príčiny zhoršenia motoriky v tomto období:

1. Nerovnomerný rast kostí a svalstva – raz rastú rýchlejšie kosti a raz zase svalstvo, čo spôsobuje často bolestivé pocity.
2. Rýchly rast kostí a svalstva končatín nestačí regulovať nervová sústava, pubescent si ťažko zvyká na nové rozmery rýchlo rastúcich horných a dolných končatín.
3. Zvýšená kritickosť a sebakritickosť, ktorá spôsobuje upriamenie pozornosti a sústredenie sa aj na také činnosti, ktoré dovtedy robili pubescenti automaticky, pričom takáto prehnaná pozornosť zameraná na vlastné pohyby spôsobuje ich neohrabanosť a neharmonickosť.

V motorike sa charakterizuje obdobie puberty ako štádium diferenciácie a prestavby motoriky. U bežnej, nešportujúcej populácie je zhoršenie pohybovej koordinácie oveľa výraznejšie ako u športujúcej. Prejavuje sa už spomínanou nemotornosťou, ťažkopádnosťou a neharmonickosťou. Narúša sa presnosť a plynulosť pohybov, znižuje sa ich dynamika a ekonomickosť. U niektorých švihových pohybov je badateľná kŕčovitosť, u iných zase ochablosť. Typická je aj určitá protichodnosť v motorickom správaní – v niektorých pohyboch vidieť enormný prejav aktivity, v iných laxnosť.

U pravidelne športujúcich pubescentov sa spomínané negatívne prejavy nevyskytujú. Iba v koordinačne náročných športoch, ako je napr. športová gymnastika, môže dôjsť k určitej stagnácii výkonnosti. U 11 až 13 ročných dievčat a 13 až 14 ročných chlapcov sa vyskytuje najväčší pokles diferenciačných a rytmických koordinačných schopností. Prejavy

disharmónie a diskoordinácie pramenia z preštrukturalizácie koordinačných predpokladov a zručností, prestavba postihuje aj kondičné schopnosti. Najväčšia akcelerácia prestavby sa ukazuje vo výbušno-silových a v staticko-silových schopnostiach, naproti tomu najmenšia vo vytrvalostných a rýchlostných schopnostiach (Belej, 2001).

Vývin maximálnej svalovej sily je najintenzívnejší v období 13 až 14 rokov do 16 až 18 rokov. Prirodzený vývoj odrazovej výbušnosti prebieha najmä v období 7 až 18 rokov, pričom najintenzívnejšie zmeny sú pozorovateľné vo veku 11 až 12 rokov do 14 až 15 rokov. Výkonnosť silových schopností vzrastá postupne s vekom a so zväčšujúcimi sa rozmermi ľudského tela. Pri rozvoji silových schopností je vhodné využívať prevažne hmotnosť vlastného tela (Skladaný-Feč-Zusková, 2002).

Obdobie prestavby motoriky nie je najvhodnejšie na učenie sa zložitých pohybových zručností. Tie by mali byť osvojené tesne pred nástupom puberty.

Pubescenti si ľahko osvojujú napr. lyžiarske, herné, gymnastické a tanečné zručnosti. V športových hrách sa úroveň herného prejavu pomaly približuje úrovni dospelých. Obdobie medzi 10. až 12. rokom je vhodné na špecializáciu športovej činnosti (Belej, 2001).

Aj v období dospievania treba venovať pozornosť rozvoju motorickej docility. Na 2. stupni základnej školy je potrebné kontinuálne nadviazať na rozvoj pohybových schopností z 1. stupňa základnej školy. U žiakov začať s rozvojom explozívnych silových, neskôr staticko-silových a ďalších koordinačných schopností (orientačné a diferenciačné). Medzi 13. až 14. rokom je vhodné začať rozvíjať u žiakov vytrvalosť v sile a všeobecnú vytrvalosť. I naďalej pokračovať v zdokonaľovaní ich pohybových návykov a pohybových zručností v základných a u nás najviac frekventovaných športoch. Dominovať by malo senzomotoricko-kognitívne učenie, ktoré by vytvorilo emotívno-racionálny základ pre budovanie budúcich vlastných pohybových programov (Belej, 2001).

Výraznejšie sa prejavujú aj rozdiely medzi pohybovou výkonnosťou chlapcov a dievčat. Zatiaľ čo u chlapcov stále pokračuje rast pohybovej výkonnosti, u dievčat dochádza ku stagnácii vo väčšine jej ukazovateľov (Skladaný-Feč-Zusková, 2002).

Najdôležitejšie rozdiely v motorickej oblasti dievčat sa prejavujú v pomerne slabšie vyvinutom svalstve, menšej svalovej sile a v menšej pevnosti väzivového aparátu, väčšom množstve tukového tkaniva a v lepšej ladnosti, pružnosti a mäkkosti pohybov (Končeková, 1996).

Pohybová nemotornosť a nešikovnosť v období puberty je síce len dočasný stav, ale pubescenti ho prežívajú ako nepríjemný, znižuje ich sebavedomie, sebaistotu a často vyvoláva komplexy menejcennosti.

Psychický vývin v období puberty

V staršej literatúre nájdeme charakterizované obdobie puberty ako obdobie emočnej lability, ktorá je podmienená vnútornými zmenami organizmu.

Viacerí autori hovoria o fáze druhého vzdoru, či negatívnej fáze tohto vývinového obdobia človeka. A skutočne, emočná instabilita, časté a nápadné striedanie nálad so sklonom k rozladenosti, impulzívne jednanie, nestálosť a nepredvídateľnosť reakcií a postojov, často sprevádzajú dospievanie. Problémy s koncentráciou pozornosti spojené s citovou nestálosťou, zvýšená únavnosť, striedanie apatie s krátkymi fázami vystupňovanej aktivity sťažujú učenie a často dochádza k výkyvom v školskom prospechu. Mnoho pubescentov úzkostlivo pozoruje svoje vnútorné stavy, utieka sa do svojho vnútorného sveta alebo do vystupňovaného denného snenia (Langmeier, 1991).

U dospievajúcich funguje tzv. mechanizmus kyvadla, t.j. občasné vracanie sa k detinskému správaniu alebo infantilnému spôsobu riešenia situácie, napr. vracanie sa k obľúbeným detským hrám, knihám, hračkám. Takýto návrat do vývojovo nižšej fázy býva krátkodobý a dočasný, a zároveň pôsobí na dieťa ako relaxácia alebo chvíľkový pocit istoty (Vágnerová, 2000).

Vnímanie

Pokračuje vývoj vnímania, najmä vizuálneho, ktoré dosahuje v puberte maximum. Pubescent presne vníma plochu, priestor, čas, vie odhadnúť veľkosť i hmotnosť predmetov. Vnímanie je plánované, spája sa s úmyselnou pozornosťou, nadobúda formu pozorovania. Stáva sa zámernejším, plánovitejším a systematickejším. Klesá schopnosť vybaviť si početné detaily skôr vnímaného obrazca (Zusková, 2001).

Pozornosť

Pozornosť pubescenta sa najmä v začiatkoch nástupu tohto obdobia prechodne zhoršuje, dočasne je narušená schopnosť koncentrácie pozornosti, čo sa prejavuje napr. v striedaní záujmov alebo v nesústredenom učení. V priebehu obdobia dochádza k zlepšeniu a na konci puberty sa pozornosť pubescenta približuje pozornosti dospelého človeka. Zlepšuje sa stálosť pozornosti, rastie jej rozsah i schopnosť prenášať pozornosť. Zámerná (úmyselná) pozornosť začína prevládať nad mimovoľnou (neúmyselnou) pozornosťou (Končeková, 1996).

Pamäť

V puberte sa intenzívne vyvíja slovno-logická pamäť, zdokonaľuje sa mechanická pamäť, ktorá v 13 rokoch dosahuje vrcholnú vyspelosť.
Ku koncu obdobia prevláda logická pamäť, prevažuje učenie na základe logickej pamäti nad mechanickým učením. 13 až 14 roční žiaci majú odpor k bifľovaniu a k doslovnej reprodukcii učiva, snažia sa pochopiť podstatu problému a myšlienkovo ho spracovať.

Myslenie

V období puberty sa myslenie zdokonaľuje po kvalitatívnej stránke. Nastáva prechod od názorného, konkrétneho myslenia k mysleniu nenázornému, abstraktnému, vzdialenému od priamej zmyslovej skutočnosti.

Piaget – Inhelderová (2007) zdôrazňujú, že v období medzi 11. až 12. a 14. až 15. rokom sa subjekt vymaňuje z konkrétna a chápe skutočnosť ako množinu možných transformácií. Dochádza k premene myslenia, ktorá jedincovi umožňuje pracovať s hypotézami a rozmýšľať o výrokoch bez priamej súvislosti s konkrétnym reálnym konštatovaním.

Na rozvoj myslenia má veľký vplyv aj prechod na 2. stupeň základnej školy, čo so sebou prináša aj nový spôsob vyučovania, učenia, množstvo nových predmetov, ktoré si vyžadujú abstraktné myslenie (Končeková, 1996).

Vyvíja sa schopnosť pohotovo riešiť nové problémy. Charakteristickým znakom myslenia v tomto období je úsilie o samostatné riešenie problémov, istý radikalizmus v záberoch, neuspokojenie sa s kompromisom (Ďurič -Štefanovič, 1977).

Nakoľko pubescent ešte nemá dostatok skúseností, jeho závery sú často unáhlené, nesprávne a nie vždy objektívne. Objavuje sa značná kritickosť k mysleniu, zvlášť voči učiteľom a rodičom (Vágnerová, 2000).

Predstavy v priebehu puberty strácajú detský charakter a dosahujú stupeň zrelosti. Sú menej živé, skôr obecnejšie.

Ďalej pokračuje aj rozvoj reči, rastie slovná zásoba, zložitosť vetnej skladby i celková výrazová schopnosť (Langmeier, 1991). Vety sú gramaticky a štylisticky správne, sú dlhšie a zložitejšie. Reč je dynamickejšia, už 13 až 14 ročné deti ovládajú a používajú priemerne 12 000 - 14 000 slov. Pre pubescentov je typické používanie silných slov, slangových výrazov či vytváranie nových vlastných slov, tzv. novotvarov. Typickou črtou je hlučnosť prejavu (Končeková, 1996).

City

Konanie a správanie pubescentov výrazne ovplyvňujú city. Končeková (1996) uvádza, že pre obdobie puberty je príznačná:

- emocionálna labilita,
- vznetlivosť,
- popudivosť,
- oscilácia medzi krajnými náladami,
- veľká intenzita a živosť citových prežívaní,
- emocionálna výbušnosť,
- bezpredmetnosť citov.

Konkrétne emócie, ako strach, hnev, zlosť, smútok či depresie, ktoré sa vyskytovali v predchádzajúcom vývinovom období, pretrvávajú, ale menia sa podľa podnetov, ktoré ich vyvolávajú a ako sa tieto city prejavujú. Veľké zmeny nastávajú v sociálnych citoch – pubescent tlmí detské prejavy lásky k rodičom a najbližším, významné miesto nadobúdajú priateľské city, vznikajú intelektuálne, estetické, mravné (etické) city a cit pre spravodlivosť. Nastáva druhé obdobie vývinu sebacitu (Ďurič- Štefanovič, 1977).

Vývin osobnosti v období puberty

Pozornosť dospievajúceho sa začína upriamovať okrem vonkajšieho sveta aj na seba samého, objavuje sa nová črta – sebapoznanie a sebahodnotenie.

Na začiatku obdobia venuje pozornosť najmä svojmu zovňajšku, pretože mu začína záležať na rovesníkoch opačného pohlavia a chce sa páčiť. Postupne sa začína vyrovnávať aj s tým, aký je vo svojom vnútri. Sebaúcta a sebavedomie ako výsledok sebahodnotenia závisia v prvom rade od hodnotenia iných v detstve. Sebapoznanie a záporné sebahodnotenie môže vyústiť do nízkeho sebavedomia, malej úcty a sebaistoty dieťaťa, čo sa môže prejaviť rôznymi poruchami správania ako šikanovanie, delikvencia, depresie či drogová závislosť. Na druhej strane, poznanie seba samého, svojej vlastnej jedinečnosti môže viesť k sebaobdivovaniu a sebapreceňovaniu (Končeková, 1996).

Čo sa týka záujmov pubescentov, sú už hlbšie, stabilnejšie, uvedomelejšie a špecializovanejšie. Ich rozsah a charakter je podmienený vytváraním nových postojov a vzťahov k dospelým, či kvalitatívnymi zmenami v poznávacej oblasti.
Prevládajú poznávacie záujmy, zberateľské, technické, umelecké a kultúrne záujmy, na konci obdobia je vzbudený aj záujem o povolanie.

Veľmi silné a obľúbené sú u dospievajúcich športové záujmy. Rozdiel medzi oboma pohlaviami sa prejavuje aj tu. Zatiaľ čo chlapcom imponujú pohybové činnosti, v ktorých dominuje súťaživosť a bojovnosť (športové hry, beh, zápasenie, korčuľovanie), dievčatá obľubujú činnosti, ktoré sa vyznačujú ladnosťou pohybov (napr. gymnastika, tanec, balet, krasokorčuľovanie). Šport je v tomto období významným faktorom podieľajúcim sa na formovaní celej osobnosti žiaka, teda nielen po stránke telesnej a pohybovej.
Mimoriadne dôležité je u dospievajúcich detí dotvoriť trvalý vzťah k športu a k pohybovej aktivite, pretože ak sa tento vzťah neutvorí práve teraz, tak v nasledujúcom období je to už veľmi ťažké (Sýkora a kol., 1980).

Končeková (1996) zdôrazňuje, že dieťa do 13 rokov nie je ešte zrelé pre pretekársky šport, zvlášť nekontrolovaný. Preto je potrebné športovú činnosť neustále kontrolovať, usmerňovať a hlavne dohliadať na to, aby sa pubescenti príliš nevyčerpávali a nepreťažovali svoj organizmus, pretože majú sklon k prepínaniu síl.

Sociálne vzťahy v období puberty

Podľa Vágnerovej (2000) sociálna rola pubescenta prechádza v období dospievania významnou premenou, ktorú ovplyvňuje:

1. Jeho zovňajšok, ktorý pod vplyvom telesného dospievania stráca detský habitus a vyvoláva tak iné reakcie ako predtým.
2. Jeho tendencia k emancipácii zo závislosti na rodine, čo vedie ku zmene správania.

Pubescent odmieta podriadenú rolu, odmieta formálnu nadradenosť autorít - dospelých, rodičov, učiteľov, trénerov. Je k ním kritický a netolerantný. Typickým prejavom je vzdor. Obdobie puberty sa často nazýva aj ako druhé obdobie vzdoru. Dospievajúci chce samostatnosť a svoje práva, chce vyjadrovať svoje názory, často polemizuje s názormi dospelých a škriepi sa s nimi, snaží sa o nezávislosť. Hanbí sa za prejavy lásky a nežnosti, má odmietavý postoj voči plneniu povinností a bezvýhradnému rešpektovaniu príkazov (Končeková, 1996). Napriek tomu neútočí na autoritu preto, aby ju zlikvidoval, ale aby sa ňou stal on sám (Vágnerová, 2000).

Po určitej prechodnej dobe sa vzťahy medzi rodičmi a deťmi opäť upravujú a zlepšujú.

Okrem uvoľňovania z prílišnej závislosti na rodičoch patrí k hlavným vývojovým znakom tohto obdobia aj nadväzovanie vzťahov k rovesníkom. Nové vzťahy zároveň nahrádzajú istotu, ktorá sa odpútaním od rodiny stráca.

Nadväzovanie vzťahov k vrstovníkom prebieha najskôr k jedincom rovnakého pohlavia. Spájajú ich spoločné záujmy, vzájomný obdiv, potreba združovať sa a napodobňovať. Neskôr sa objavuje potreba intímnejšieho vzťahu párového priateľstva, ktoré skupina neumožňuje. Nasleduje prechodná etapa, kedy sa začína záujem o jedinca opačného pohlavia. Na prelome puberty a adolescencie vznikajú medzi chlapcami a dievčatami skutočné vzťahy, objavujú sa prvé lásky (Zusková, 2001).

Langmeier (1991) popisuje nasledovné fázy nadväzovania vzťahov pubescentov k svojim vrstovníkom:

1. skupinová izosexuálna fáza,
2. individuálna izosexuálna fáza,
3. prechodná etapa,
4. heterosexuálna fáza polygamná,
5. fáza zamilovanosti.

Autor zároveň zdôrazňuje, že uvedená postupnosť nie je pravidlom u všetkých dospievajúcich. U niektorých jedincov sa môžu jednotlivé fázy nadväzovania vzťahov prekrývať, alebo nemusia ísť v presnom poradí po sebe.

Obdobie puberty je veľmi citlivé na pôsobenie negatívnych vplyvov spoločnosti. City žiakov v tomto veku sa na jednej strane prejavujú v radosti zo života, v optimizme, v preceňovaní vlastnej osoby, na strane druhej sa u nich často vyskytuje skleslosť, smútok, utrpenie a sebapodceňovanie, čo vytvára vhodnú situáciu pre rozvoj sociálno-patologických javov (drogová závislosť, delikvencia, šikanovanie...).

Významným faktorom podporujúcim ich vznik sú v tomto vekovom období práve partie a rovesnícke skupiny. Neraz sa dokonca stáva, že členstvo v partiách je podmienené napr. užitím drogy či spáchaním trestného činu. Vzťahy k vrstovníkom sú pre pubescentov príťažlivejšie ako vzťahy k dospelým. Autorita rodičov sa značne oslabuje a dospievajúci odmietajú doterajší spôsob starostlivosti rodičov o nich (Ďurdiak, 2007).

1.3 Postoje, zložky postojov, vznik a formovanie postojov

Pojem postoj sa ustálil v psychológii až začiatkom 20. storočia, a to v súvislosti s rozvojom sociálnej psychológie, ktorá bola pôvodne chápaná ako veda o postojoch. V roku 1918 tento pojem zaviedli W. J. Thomas a F. Znaniecky (Hyhlík -Nakonečný, 1973).

Postoje patria do základného psychického uspôsobenia človeka. Preto sú predmetom skúmania a záujmu nielen všeobecnej psychológie, sociálnej psychológie, sociológie, ale problematikou postojov sa zaoberá i celý rad ďalších vedných odborov.

Pôvodne sa pojem postoj chápal ako senzomotorická pripravenosť reagovať na určité podnety určitým spôsobom, vo všeobecnej psychológii sa chápe ako kognitívno-afektívna pripravenosť organizmu alebo celej osobnosti na reakciu (Pardel -Boroš, 1975).

V sociálnej psychológii sa pod pojmom postoje rozumejú trvalé sústavy pozitívnych alebo negatívnych hodnotení, emocionálneho cítenia a tendencií konania pro alebo kontra - vzhľadom na spoločenské objekty.

C. G. Jung pokladá postoj za základnú psychologickú formu reakcie na situácie a podľa toho, ako ľudia základne reagujú delí ich na introvertované a extrovertované typy (Hyhlík-Nakonečný, 1973).

G. W.Allport hovorí o postojoch ako o mentálnom a nervovom stave pohotovosti, ktorý je organizovaný skúsenosťou a má usmerňujúci a dynamický vplyv na reakciu jedinca voči všetkým predmetom a situáciám, s ktorými je spojený (Gáborová, 1999).

Vzťahy, vytvárajúce sa ako relatívne stále útvary príznačné pre človeka, skupinu, ideu, spoločnosť, sa označujú ako postoje, resp. postoj.

Niektorí psychológovia charakterizujú postoj ako stálu formu reakcií, charakterizujúcu indivíduum i skupinu. Spravidla je to relatívne stabilný a konzistentný spôsob reagovania. Pojem postoj sa často chápe aj ako isté, človekom zaujímané stanovisko (Boroš- Ondrišková - Živčicová, 1999).

Postoj ako pripravenosť, pohotovosť, dispozíciu subjektu reagovať istým spôsobom popisuje Strieženec (1996).

Gáborová (1999) vo svojej publikácii poukazuje na dôležitosť odlíšenia nasledovných pojmov:

Postoj a motív

Motívy sú príčinou správania, zatiaľ čo postoje sú pohotovosti, pripravenosti správať sa určitým spôsobom.

Postoj a črta

Postoje sa chápu ako štruktúry, dispozície pre obsahy správania a črty ako termíny, v ktorých sa vyjadruje z určitého hľadiska hodnotenie určitého prejavu správania.

Postoj a zvyk

Zvyky sú stereotypne sa objavujúce črty, sú to prejavy správania. Postoje sú štruktúry, t.j. dispozície (rozhodovania).

Nakoľko sa aj postoje a aj záujmy pokladajú za motivačné činitele a obidva tieto pojmy môžu hovoriť o smere aktivity človeka, niekedy sa navzájom prekrývajú. Preto je potrebné odlíšiť aj pojem :

Postoj a záujem

Postoj vyjadruje skôr hodnotiace stanovisko, kým záujem selektivitu a smer poznávacej činnosti (Pardel -Boroš, 1975).

Hodnoty a postoje

Postoje sú počiatkom vytvárania hodnôt a to tak kladných, ako záporných. Hodnoty oproti ostatným motivačným črtám vystupujú ako nadradená psychoregulačná rovina vedomia. Sú vyjadrením hodnotiaceho vzťahu osobnosti ku skutočnosti (Boroš –Ondrišková - Živčicová, 1999).

Objektom postoja môže byť čokoľvek, čo človek registruje, alebo čím sa zaoberá v mysli. Predmety postojov môžu byť konkrétne alebo abstraktné, predmetmi môžu byť neživé veci, osoby alebo celé skupiny (Hewstone – Stroebe, 2006).

Zložky postoja

V odbornej literatúre sa najčastejšie uvádzajú tieto zložky postoja (Boroš-Ondrišková-Živčicová, 1999):

1. poznávacia, kognitívna zložka,
2. citová zložka,
3. konatívna zložka (tendencia ku konaniu).

Poznávacia, kognitívna zložka postoja

Tvoria ju myšlienky, názory jednotlivca o nejakom predmete alebo jave, pričom sa za najzložitejšie považujú názory týkajúce sa hodnotenia, ktoré zahŕňajú žiaduce a nežiaduce znaky.

Citová zložka postoja

Vzťahuje sa na emócie spojené s predmetom alebo javom (objektom), pričom emócie vyjadrujú dynamiku postojov k obľúbeným alebo neobľúbeným predmetom.

Konatívna zložka postoja

Ide o pohotovosť správania súvisiacu s postojom. Postoje utvorené v spojení s aktivitou sú jasnejšie definované, v čase stabilnejšie, v pamäti sú lepšie zafixované, a tým odolnejšie voči zmene.

Iní autori, napr. Štefanovič -Greisinger (1981) uvádzajú, že v systéme postojových hodnotení je zastúpená racionálna (rozumová), citová a iracionálna (nevedomá, rozumovo nepodložená) zložka. Posledné dve zložky zapríčiňujú, že postoj človeka sa často nedá vysvetliť.

Charakteristické znaky postojov

Gáborová (1999), Kubáni (1999) vo svojich publikáciách uvádzajú tri charakteristické prívlastky postojov :

1. **sú intencionálne** – vzťahujú sa vždy k niečomu,
2. **vyjadrujú určitú kvalitu** – sympatie, antipatie,
3. **majú intenzitu** – čo znamená, že objekt je oceňovaný v určitej miere, ktorá môže byť rôzne diferencovaná, napr. objekt je viac či menej sympatický.

Každý postoj má svoj **protiklad**, má určitú **frekvenciu** a môže mať rôznu **gradáciu**. V tomto zmysle sa používa pojem **kontinuum postoja** (Gáborová, Ľ .- Gáborová, Z., 2007).

Neutrálne (ambivalentné) postoje sa týkajú nevýznamných objektov, prípadne objektov, o ktorých človek nič nevie.

Extrémne postoje sú najintenzívnejšie a najviac odolné voči zmenám, ale frekvencia týchto postojov býva v populácii pomerne malá (Nakonečný, 1999).

Medzi ďalšie dôležité znaky postojov patria:

- **konzistencia (súdržnosť) postoja** – nekonzistentné postoje sú také, ktoré prejavujú rozpory medzi kognitívnou (spojené s hodnotením predmetu), afektívnou (citový vzťah k predmetu) a konatívnou zložkou (tendencia konať istým spôsobom),
- **vytrvalosť postoja** sa prejavuje ako zotrvanie postoja v čase a v jeho odolnosti voči vplyvom, ktoré ho narušujú,
- postoje sú **dôležitým ukazovateľom sociálnych vzťahov** človeka (Gáborová, 1999).

Klasifikácia postojov

Postoje je možné vyjadriť rôznym spôsobom. Podľa toho, ktorá „norma" prevláda, uvádzajú Boroš-Ondrišková- Živčicová (2007) nasledovné rozdelenie postojov:

a) **mienka** (je vlastne verbalizovaný postoj),
b) **sentiment** (je emocionálne akcentovaný postoj),
c) **názor** (je postoj, v ktorom prevažuje názorová zložka vychádzajúca z predstavy),
d) **zmýšľanie** (je racionálne založený postoj),
e) **predsudok** (je často negatívne akcentovaný postoj).

Štefanovič- Greisinger (1981) uvádzajú na základe prevládania racionálnej alebo iracionálnej zložky v postoji nasledovné delenie postojov :

a) **presvedčenie** (mienka, názor),
b) **predsudky** (viera).

Presvedčenie je postoj, v ktorom prevláda kognitívna, poznávacia zložka. Utvára sa vždy vedome a vyjadruje sa v ňom súhlas alebo nesúhlas, kladný alebo záporný názor na predmet postoja. Presvedčenie (názor) môže mať rôznu hĺbku rozumového zdôvodnenia. Vyslovené presvedčenie, resp. názor sa nazýva mienka.

Predsudky sú postoje s prevládajúcou iracionálnou (rozumovými argumentmi nepodloženou) zložkou. Možno ich vymedziť aj ako iracionálny hodnotiaci vzťah.
Ignoruje objektívne kritéria pri hodnotení, posudzovaní a býva zvyčajne zameraný proti niekomu alebo niečomu bez presvedčivých argumentov.
Predsudky sa vyznačujú nasledovnými podstatnými znakmi:

- sú to emocionálne silno akcentované postoje,
- sú veľmi odolné voči zmenám.

Emocionálne podfarbená iracionálna zložka postoja sa označuje ako viera.

Formovanie postojov

Človek sa s postojmi nerodí – postoje ako také nie sú človeku vrodené. Vytvárajú sa životnou skúsenosťou, počnúc asi tretím - štvrtým rokom života (Kubáni, 1999).
Každý jedinec si systém alebo štruktúru postojov vytvára sám v sebe v priamej súčinnosti s ľuďmi, so spoločnosťou, s jej inštitúciami, organizáciami a zariadeniami.

Gáborová (1999) popisuje proces vytvárania postojov ako veľmi zložitý a komplikovaný, ovplyvnený celým radom vonkajších a vnútorných radov činiteľov, ktoré sa často vzájomne podmieňujú.

Na základe viacerých výskumov možno konštatovať, že vlastný proces formovania postojov prebieha veľmi živo, najmä v období adolescencie, nakoľko človek v tomto vývinovom štádiu prichádza do kontaktu so spoločenskými javmi v oveľa plnšom rozsahu (Boroš- Ondrišková- Živčicová, 1999).

Podľa Gáborovej, Ľ - Gáborovej, Z. (2007) medzi významné determinanty v procese utvárania postojov patria najmä:

a) **Potreby**

   V procese uspokojovania potrieb sa formujú postoje rôzneho charakteru, od kladných postojov po záporné.

b) **Členstvo v skupine**

   Členstvo v sociálnej skupine pôsobí na formovanie postojov iba do tej miery, do akej sa jedinec so skupinou identifikuje. Účinok skupinových vplyvov na formovanie postojov je však zložitý a nepriamy. Významnú úlohu zohráva skupinový tlak. Vytváranie a formovanie postojov výrazne ovplyvňujú najmä primárne skupiny.

Boroš- Ondrišková- Živčicová (1999) uvádzajú, že na formovaní postojov človeka sa zúčastňuje :

- poznávanie v najširšom zmysle slova,
- prežívanie citovej sféry,
- prežívanie motivačnej sféry.

Niektorí autori považujú vznik postojov ako dôsledok mnohých opakovaných reakcií, cítení, dojmov, správaní, dramatických skúseností a psychických tráum.

Mechanizmy utvárania postojov

Existujú viaceré mechanizmy utvárania postojov (Kubáni, 1999):

1. Mechanizmus napodobňovania.
2. Mechanizmus podávania nových informácií.
3. Mechanizmus preberania rolového správania.

Mechanizmus napodobňovania

Jedná sa o spontánne (dobrovoľné) vytváranie postojov. Ide o mechanizmus, kedy si človek osvojuje istý spôsob správania a reagovania bez toho, aby ho k tomu niekto nútil. Napodobňovanie prebieha najmä u detí predškolského veku. Všeobecne platí, že najčastejšie sú napodobňované vekovo staršie osoby, ktoré majú vyšší sociálny status, vyššiu inteligenciu a súčasne sú priestorovo najdosažiteľnejšie. Dieťa sa naučí napodobňovať vo veľmi útlom veku, nie je teda zakotvené inštinktívne. Napodobňovanie je v podstate živelný postup učenia.

Mechanizmus podávania nových informácií

Podstata tejto formy utvárania postojov spočíva v tom, že niekto priamo oboznamuje iného s tým, aký je obsah postoja, ktorý je vzhľadom na problém v skupine prijímaný alebo odmietaný. Postoj vzniká ako dôsledok komunikácie s inými ľuďmi, pričom sa preberajú hotové schémy. Na základe tohto mechanizmu si deti najmä v komunikácii s rodičmi vytvárajú značnú časť postojov.

Mechanizmus preberania rolového správania

Ide o mechanizmus, pri ktorom sa preberajú aj postoje. Na jeho základe si deti odpozorujú a neskôr aj preberajú určité role (napr. rolu muža, ženy).

V odbornej literatúre sa stretneme s ďalšími dvoma mechanizmami utvárania postojov (Gáborová, 1999; Gáborová , Ľ- Gáborová, Z., 2007):

1. mechanizmus – vynútená úprava správania,
2. mechanizmus – poučenie a návod.

Mechanizmus – vynútená úprava správania

Táto forma utvárania postojov sa považuje za najúspešnejšiu. Príslušným osobám sa pri určitých činnostiach dávajú také inštrukcie, že pri ich správnom plnení zaujímajú isté žiadané postoje bez priameho poukazovania na ich vytváranie.

Mechanizmus – poučenie a návod

Pri tomto mechanizme utvárania postojov jedna osoba prijíma od druhej informácie o tom, aký postoj má zaujať v tej či onej situácii, či v sociálnej skupine.
Pri poučovaní sa osoba dozvedá, čo je v danej skupine preferované, čo je žiaduce a opačne. Pri podávaní návodu sú osobe predkladané návody žiadaných foriem správania priamo alebo sa upravuje situácia tak, aby bola osoba k tomuto správaniu donútená.

Zmeny postojov

Napriek tomu, že postoje sú relatívne ustálené sústavy hodnotenia, predsa sa v priebehu života menia, dokonca môžu prechádzať až do svojho protikladu.
Meniteľnosť postojov závisí jednak od charakteristík už existujúceho postoja, a jednak od charakteristík osoby, ktorá určitý postoj zastáva.
Gáborová (1999) uvádza, že zmeny postojov možno v zásade rozdeliť na:

1. kongruentné (súrodé) zmeny,
2. inkongruentné (nesúrodé) zmeny.

Kongruentné zmeny spočívajú v tom, že smer zmeny je v súlade s pôvodným znamienkom postoja, čo môže predstavovať pozitívnosť alebo negatívnosť existujúceho postoja. Tento typ zmien vzniká vtedy, ak sa kladné postoje menia v zreteľnejšie kladné postoje.

Inkogruentné zmeny charakterizuje zmena znamienka existujúceho postoja v smere proti pôvodnému smeru postoja. Pre navodené zmeny postoja platí, že pri rovnakých znamienkach je vždy ľahšie navodiť kongruentnú zmenu ako inkogruentnú. Tento typ zmien vzniká v tom prípade, ak sa menia záporné postoje v kladné alebo v menej záporné.

Postoje je možné meniť aj zámerne, pričom ľahšie podliehajú zmene neutrálne, resp. nevyhranené postoje. Čím je postoj človeka zafixovanejší a úplnejší, tým viac je odolnejší voči zmene. Takýto vyhranený intenzívny postoj sa musí meniť postupne. Najskôr ho treba zmeniť na postoj neutrálny, a až potom vytvárať postoj protikladný k pôvodnému postoju.

V prípade, že sa nedodrží táto zásada, môžu sa hlboko zakorenené a extrémne postoje silnou snahou o ich zmenu ešte viac posilniť. Nastáva opačný účinok – postoj sa nemení, ale upevní, čiže dochádza k tzv. bumerangovému efektu (Gáborová, 1999; Kubáni, 1999). Pri zmene postojov, u ktorých prevláda iracionálna zložka, sú účinnejšie citové argumenty ako racionálne.
Dôležitým predpokladom navoditeľnosti zmeny postojov je potrebná znalosť ich vnútorných charakteristík:

Komplexnosť postoja – čím je postoj komplexnejší, zvlášť keď je prítomná jeho konatívna zložka, čím úplnejšiu vnútornú štruktúru bude obsahovať, tým bude odolnejší voči zmene.

Konzistentnosť postoja – tzn. vzájomná podpora a doplňovanie jednotlivých zložiek postoja tak, aby sa čo najviac zhodovali z hľadiska valencie. Potom platí, že čím je postoj konzistnejší, tým viac bude odolnejší voči zmene.

Konsonantnosť postoja – je charakteristika postojov, ktorá je spájaná s ich stabilitou. Všeobecne platí, že existuje tendencia udržať súlad v kognitívnych zložkách postojov, ktoré tvoria napr. určitú postojovú štruktúru. Konsonantné postoje sú relatívne pevné voči vplyvom smerujúcim k inkongruentným zmenám.

Mnohostrannosť a jednostrannosť postojov – ktoré istým spôsobom vyjadrujú „šírku pohľadu“ na objekt postoja. Platí, že čím širší tento pohľad je, tým odolnejší bude postoj k navodzovaným zmenám. Oproti tomu, jednostranný postoj je voči zmene odolný podstatne menej (Gáborová, 1999).

V súvislosti so zmenami postojov je nutné uviesť **Festingerovu teóriu kognitívnej disonancie**, ktorá vysvetľuje tendenciu ku zmenám postojov na základe uvedomovaného nesúladu medzi kognitívnymi prvkami postoja. Tento nesúlad je nepohodlný, spôsobuje psychické napätie, ktoré motivuje jedinca k činom alebo k postojom, ktoré toto napätie zmiernia alebo odstránia (Slepička ,1984).

Jedinec môže kognitívnu disonanciu redukovať buď zmenou vlastného správania, čo býva náročnejšie, alebo vytvorením stavu kognitívnej konsonancie tým, že sa bude brániť informáciám narušujúcim súlad kognitívnych zložiek.

Experimentálne sa skúmal aj vplyv masovo-komunikačných prostriedkov na zmenu postojov. Zistilo sa, že na zmenách postojov sa podieľajú:

- zdroj materiálu,
- samotný materiál,
- prostredie jedinca, na ktorého pôsobí,
- vlastnosti samotného jedinca (napr. inteligencia).

Osoby s ambivalentnými alebo neutrálnymi postojmi sa dajú ovplyvniť ľahšie ako osoby s určitejšími postojmi. Názor väčšiny má väčší vplyv ako názor expertov

(Hyhlík -Nakonečný, 1973).

Podľa Gáborovej, Ľ.- Gáborovej, Z. (2007):

- Zmena postoja je najúčinnejšia vtedy, ak môžu osoby nadobudnúť postoj samostatne.
- Smer zmeny postoja závisí od predtým vyvinutých širších hodnotových koncepcií človeka.
- Najskôr je možné formovať postoje u osôb, ktorých stále náhľady nie sú zakorenené.
- Priamou agitáciou, pretože vyvoláme bumerangový efekt.
- Postoje človeka sú náchylné ku zmenám najmä vtedy, keď sa človek zaraďujú do nových sociálnych skupín, alebo keď sa mení jeho vzťah ku skupine.

V prípade, že sa cíti nový člen v skupine neistý a chce si posilniť či upevniť svoju pozíciu v nej, osvojuje si schválené postoje rýchlejšie.

Funkcie postojov

Viacerí autori napr. Nakonečný (1997), Hewstone - Stroebe (2007) uvádzajú, že postoje ako také plnia nasledovné funkcie:

- **psychologická funkcia**

  Všeobecne možno povedať, že postoje prispievajú k udržovaniu integrácie osobnosti, jej vnútornej psychickej rovnováhy napr. tým, že eliminujú pocity úzkosti, posilňujú hodnoty v seba samého a pod.
- **utilitaristická funkcia**

  Postoje zameriavajú pozornosť človeka na objekty, ktoré ako prostriedky umožňujú dosahovanie vytýčených cieľov.
- **expresívna funkcia**

  Postoje sa môžu podieľať na upevňovaní alebo zvyšovaní sebavedomia človeka, môžu umožňovať jeho sebavyjadrovanie, ospravedlňovať a podporovať určité spôsoby správania.
- **funkcia obrany ega**

  Niektoré postoje pomáhajú prekonávať neistotu, pocity úzkosti, vnútorné konflikty osobnosti a pod.
- **ekonomická funkcia**

V dostupnej literatúre autori uvádzajú, že:

- postoje majú len **regulujúcu funkciu**, zameriavajú správanie iba určitým smerom a sú spojené s tendenciou ku správaniu zameranému na určitý cieľ, pričom ale správanie neaktivizujú,
- postojom priznávajú motivačné aktivity, tzn. pripisujú im **riadiacu a energizačnú funkciu**, ktorá sa obyčajne vyvodzuje z afektívnej zložky motívov (Boroš – Ondrišková - Živčicová, 1999).

Poznanie postojov

Poznanie postojov sa považuje za veľmi dôležité.
Umožňuje do istej miery predvídať správanie a konanie človeka v istých situáciách. Jedným zo spôsobov zisťovania postojov je priame opytovanie sa či metóda výpovedí. Avšak v prípade postojov sú výpovede subjektu spoľahlivé len čiastočne.

Za efektívnejší spôsob spoznávania postojov sa považujú tzv. škály postojov, ktoré sa najčastejšie konštruujú podľa Likertovej stupnice. Táto stupnica stavia proti sebe dve protichodné stanoviská k tej istej veci a žiada od respondentov vyjadrenie napr. v týchto piatich stupňoch:

1. silne súhlasím,
2. súhlasím,
3. som nerozhodný,
4. nesúhlasím,
5. silne nesúhlasím,

pričom si vyberá podľa uváženia jednu odpoveď (Boroš –Ondrišková- Živčicová, 1999).

Súhrnne môžeme poznamenať, že postoje sú dôležitými motivačnými činiteľmi, ktoré v mnohom determinujú činnosť človeka. Vznikajú v procese výchovy a v sociálnom styku. Nie je možné si ich vynútiť. Úzko súvisia s tendenciami, vzormi, potrebami, záujmami, spôsobom života, s ideálmi atď.

Z pedagogického hľadiska predstavuje postoj vo všeobecnosti tendenciu odpovedať buď kladne, alebo záporne na určité osoby, predmety alebo situácie.
Postoj žiaka sa týka predovšetkým jeho vzťahov ku škole, k učiteľom, k vyučovacím predmetom, k metódam výchovy a výučby. Spätne ovplyvňujú proces učenia, jeho výsledky i celkový rozvoj žiaka. Postoj závisí od skupiny, s ktorou sa žiak identifikuje a realizuje sa s jeho individuálnymi potrebami (Darák – Tabaková, 1998).

Učitelia, prirodzene nepoznajú všetky činitele, ktoré ovplyvňujú žiakov postoj. Pri jeho utváraní má významný vplyv rodina, rovesníci, skupina, ale aj vzory. A práve učiteľ môže byť jedným z týchto faktorov, pretože práve on ovplyvňuje postoje žiakov k učebnej látke a k učeniu vôbec. Pravdepodobnosť, že žiak bude svoje vedomosti využívať, závisí od jeho postojov k vyučovaciemu predmetu. Neobľúbené veci ľahko zabúda. Práve preto by mal byť jedným z cieľov pedagóga aj priaznivo ovplyvňovať postoje žiakov k predmetu (Mager, 1971).

1.4 Postoje k telesnej výchove a športu

V priebehu rastu mladého jedinca zohráva významnú úlohu sociálny vývoj a zmeny v sebahodnotení.

Preto je veľmi dôležité, aby si učitelia telesnej výchovy i športoví tréneri uvedomili, že športové a pohybové skúsenosti získané v období puberty, predovšetkým okolo 12. roku, môžu významne ovplyvniť postoje, ktoré mladý človek zaujme k pohybovej aktivite a k športu vôbec (Dobrý, 2006).

Telesná výchova je svojím zameraním špecifický povinný vyučovací predmet, pretože sa orientuje na telesné, funkčné, pohybové, psychické a rozumové zdokonaľovane žiakov. Žiaci v ňom nezískavajú iba teoretické a praktické telovýchovné vzdelanie z vybratých odvetví telesnej výchovy a športu, ale jedným z jeho cieľov je stimulovať biopsychosociálne účinný celoživotný pohybový režim a prevenciu pred civilizačnými chorobami a rozvoj a formovanie pozitívnych postojov žiakov k športovej činnosti a k telesnej výchove (Bebčáková a kol., 2002).

Plnením špecifických výchovných cieľov telesnej výchovy sa vytvárajú pozitívne postoje žiakov k športu, vytvára sa záujem o rôzne druhy športových a telovýchovných odvetví so snahou dosiahnuť v nich výkon primeraný vlastným pohybovým predpokladom.

Postoje majú zásadný význam pre pochopenie a správanie sa športovca. Do určitej miery nepriamo ovplyvňujú aj jeho výkonnosť. Základný postoj ku športu má svoj predmet (šport), svoju kvalitu a svoju intenzitu.

Hlavné zdroje, pomocou ktorých sa formujú postoje k športu, zhrnul Slepička (1984) do štyroch základných bodov :

1. špecifické skúsenosti,
2. sociálna komunikácia,
3. imitácia,

4. inštitucionálne faktory.

Postoj má funkčný charakter, slúži k realizácii určitého hodnotového systému. Niektoré potreby športovcov sú obsiahnuté v ich športových cieľoch, napr. športový úspech, reprezentácia, účasť na olympiáde. Na základe toho zaujíma športovec postoj k určitým javom. Základným hodnotiacich kritériom pritom je, ako určitý jav napomáha realizácii jeho cieľa. Tak sa formuje postoj k trénerovi, postoj k športovému družstvu, k jednote, ale aj postoj k životnému režimu.

Podľa Macáka a Hošeka (1987) sú jedným z dôležitých zdrojov pri utváraní postojov v oblasti športu informácie. Ak je športovec v nejakom ohľade nespokojný, či sa už jedná o zlú formu, slabý výkon alebo nedobré sociálne zázemie, je náchylný ku zmene postoja pomocou informácií, ktoré mu poskytnú, často iba zdanlivé, východisko z momentálne nepriaznivej situácie.

Vytvára sa tak priestor aj pre nežiaduce informácie, ktoré často pôsobia proti trénerovi i proti záujmu celého družstva. Pre mladého športovca majú oveľa silnejšiu váhu informácie podávané nositeľom, ktorého on sám pokladá za autoritu, za odborníka, za osobu s vysokou sociálnou pozíciou.

V oblasti športu predstavujú veľké nebezpečenstvo v súvislosti so zmenou postojov tzv. extrémne informácie. Za extrémnu informáciu sa považuje taká situácia, v ktorej sa tréner alebo učiteľ telesnej výchovy usiluje úplne zmeniť postoj svojho zverenca a túto zmenu uskutočňuje radikálne (Slepička ,1984).

Extrémna informácia býva často sprevádzaná represívnymi opatreniami, hrozbou (zákazom, trestom). Najčastejšie bývajú tieto informácie používané pod vplyvom emočného afektu v situáciách po prehratom zápase alebo po slabom výkone jednotlivca, kedy sa tréner pokúša radikálne zmeniť súčasný stav celého družstva. V takomto prípade môže dôjsť k bumerangovému efektu. Nastáva opačný účinok, pôvodný postoj športovca sa nezmení, ale naopak, ešte viac zosilnie (Macák-Hošek, 1987).

Kombinácia extrémnej situácie s hrozbou či potrestaním spôsobí ešte silnejšie upevnenie pôvodného postoja a navyše športovci, ale aj žiaci budú svojich trénerov a učiteľov klamať, hľadať spôsoby, ako sa vyhnúť športovej činnosti.

Známym faktom, ktorý vplýva na zmenu postojov nielen v športovej činnosti je poradie informácií, ktorými sa zámerne menia určité postoje žiakov i športovcov. Ako vhodné sa ukazuje predložiť najskôr príjemné informácie, ktoré vyvolajú pozitívne emočné naladenie, zaujmú pozornosť a vytvoria podmienky pre prijímanie negatívnych informácií (Slepička,

1984).Významnú úlohu z hľadiska formovania postojov, zohráva i samotný učiteľ a tréner, rodina a skupina rovesníkov.

Mládež je veľmi citlivá na reakcie dospelých. V prípade, že si žiak zle vysvetlí hodnotenie danej činnosti zo strany učiteľa alebo trénera, môže byť frustrovaný, bojazlivý, až prehnane stresovaný, čo môže negatívne ovplyvniť jeho postoj k telesnej výchove alebo ku športu vôbec. Z tohto dôvodu je veľmi dôležité vnímať a citlivo hodnotiť situácie, do ktorých sa žiaci na hodinách telesnej výchovy a na športových tréningoch dostávajú, vyhnúť sa nereálnym očakávaniam ich výkonu a prispôsobiť požadované úlohy vývojovej úrovni zverencov (Dobrý, 2006).

Ak žiak či športovec nemá svojho trénera, učiteľa telesnej výchovy v obľube, nechce sa mu vykonávať športovú činnosť v maximálnom nasedení. Na tomto základe sa utvára jeho určitý postoj k danej činnosti. Uvedomene si činnosti prechádza, skôr ako ju športovec vykonáva, cez systém postojov. Mnohokrát sa stane, že aj menej pohybovo zdatný žiak alebo menej vyspelý športovec podá lepší výkon ako jeho technicky a takticky lepší spoluhráč. Rozdiel spočíva v postoji, t.j. v snahe, v bojovnosti, v disciplinovanosti pri plnení úloh (Macák - Hošek, 1987).

Učitelia telesnej výchovy a športoví tréneri by si mali uvedomiť, že pri ovplyvňovaní postojov svojich zverencov zohrávajú aj oni sami významnú úlohu.

Mnoho výskumov a skúseností z praxe dokazuje, že telesná výchova, šport, športový tréning detí a mládeže je svojim charakterom účinným pedagogickým procesom, v ktorom sú rešpektované zákonitosti vývoja detí a mládeže i odpovedajúce pedagogické zásady.
Podľa Choutkovej (1995) je vedľa výchovného procesu potrebné vidieť telesnú výchovu a šport aj ako spontánnu záujmovú činnosť, ktorá poskytuje radosť a osvieženie. Vhodne motivovaná a vedená hodina telesnej výchovy, či športového tréningu je významným zdrojom telesného a duševného rozvoja jedinca a jeho sebarealizácie, je súčasne prostriedkom zdravotnej a sociálnej prevencie.

Aby sa dorastajúca mládež podľa možností čo najviac zapájala do telovýchovného procesu v školách, ale aj mimo nich je veľmi podstatné vytvárať u detí a mládeže pozitívny vzťah k cvičeniu, pohybovej aktivite, vyučovaciemu predmetu telesná výchova a telesnej kultúre ako takej vôbec.

Dobrý (2006) aj preto považuje za veľmi dôležité, aby si učitelia telesnej výchovy i športoví tréneri uvedomili, že športové a pohybové skúsenosti získané v období puberty, predovšetkým okolo 12. roku, môžu významne ovplyvniť postoje, ktoré mladý človek zaujme k pohybovej aktivite a k športu vôbec.

Plnením špecifických výchovných cieľov telesnej výchovy sa vytvárajú pozitívne postoje žiakov k športu, vytvára sa záujem o rôzne druhy športových a telovýchovných odvetví so snahou dosiahnuť v nich výkon primeraný vlastným pohybovým predpokladom.

Postoje majú zásadný význam pre pochopenie a správanie sa športovca. Do určitej miery nepriamo ovplyvňujú aj jeho výkonnosť. Základný postoj ku športu má svoj predmet (šport), svoju kvalitu a svoju intenzitu.

Problematikou zisťovania postojov žiakov k telesnej výchove sa na základných školách v minulosti zaoberali ďalej napr. Chromík a kol. (1993); Antala - Dorošová (1996); Görner - Starší (2001); Bartík (2005, 2006, 2007), Bartík – Mesiarik (2009) a ďalší.

V otázke postojov k školskej telesnej výchove u žiakov 6. a 8 ročníkov ZŠ považujeme za zaujímavé výsledky vo vybraných ZŠ Stredoslovenského kraja, ktoré prezentovali Görner - Starší (2001).

Uvedení autori zistili, že u žiakov a žiačok 6. a 8. ročníkov vybraných ZŠ prevažujú pozitívne postoje k školskej telesnej výchove a športu.

Okrem dobrej práce učiteľov telesnej výchovy pripísali autori pozitívne názory na školskú telesnú výchovu a šport najmä faktu, že šport sa stal pre svoju popularitu vytvorenú médiami (najmä televíziou) významným spoločenským fenoménom.

Bartík (2005) zistil u žiakov 2. stupňa ZŠ na vybraných školách ZŠ na východnom Slovensku v Starej Ľubovni a v Jakubovanoch prevahu veľmi pozitívnych a pozitívnych postojov nad postojmi indiferentnými, negatívnymi a veľmi negatívnymi. Veľmi pozitívne a pozitívne postoje k telesnej výchove a športu prejavilo 75% žiakov, indiferentntné postoje 12% žiakov a negatívne a veľmi negatívne postoje malo 13% žiakov. Autor považuje za dôležité pozitívne ovplyvňovanie vzťahu u detí k telesnej výchove vôbec, formovanie jeho vedomia, výchovu k aktívnej starostlivosti o svoj zdravotný stav, rozširovanie vedomostí použiteľných v ďalšom živote a najmä potrebu vytvárať kladný postoj žiaka k telovýchovnej činnosti a k telesnej kultúre.

V ďalšom výskume sa Bartík (2005) venoval tejto istej otázke v inej časti východného Slovenska. Výskumom vykonaným na základných školách v meste Kežmarok a dedinách v blízkom okolí zistil, že žiaci 2. stupňa skúmaných základných škôl majú pozitívny vzťah k telesnej výchove. Výskumom bolo zistené, že žiaci 5. ročníkov mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove ako žiaci 9. ročníkov. Zvlášť výrazne sa to prejavilo v skupine dievčat, kde deviatačky z mesta iba v 56,7% prípadoch prejavili pozitívny postoj, kým piatačky až v 80%.

Bartík (2007) skúmal postoje žiakov 1. stupňa ZŠ k telesnej výchove na šiestich vybraných základných školách v meste Banská Bystrica. Veľmi pozitívny a pozitívny postoj vyjadrilo 72,35% žiakov, indiferentý postoj zaujalo 26,4% žiakov a negatívny postoj prezentovalo iba 1,17% žiakov. Chlapci mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove ako dievčatá, keď 79,22% chlapcov vyjadrilo pozitívny postoj a len 66,66% dievčat. V jednom z posledných výskumov Bartík – Mesiarik (2009) zisťovali úroveň postojov žiakov základných škôl v banskobystrickom regióne k telesnej výchove a športu. Zistili, že u viac ako 60% respondentov prevládali indiferentné postoje.

Postoje žiakov pohybovo nadpriemerných a pohybovo podpriemerných ku školskej telesnej výchove skúmali vo vekovej kategórii stredoškolákov Antala – Dorošová (1996), ktorým sa u skúmaných 15 ročných žiakov v bratislavských gymnáziách v otázke obľúbenosti telesnej výchovy potvrdili dovtedy známe výskumy, ktoré poukazovali na stále vysokú mieru obľúbenosti tohto predmetu a korešpondovali s výskumami psychológov. Kollárik, Marušincová, Okrúhlicová zistili, ako uvádzajú Antala – Dorošová (1996), že žiaci sa na hodinách TV cítia väčšinou dobre, ale pohybovo nadpriemerní žiaci lepšie ako žiaci pohybovo podpriemerní. Na druhej strane podnetom na zamyslenie do budúcnosti je aj konštatovanie väčšiny žiakov, že hodiny telesnej výchovy sa javia ako nie príliš zaujímavé.

Górna (1997) realizovala výskum v uvedenej oblasti školskej telesnej výchovy a športu na stredných školách v olomouckom regióne a v katowickom regióne, keď okrem iného zistila prevažujúci pozitívny postoj a vzťah študentov vybraných stredných škôl k hodinám telesnej výchovy od 59, 84% do 77,07% v olomouckom regióne a od 59,40% do 84,62% v katowickom regióne. Medzi obidvoma regiónmi pri porovnaní výsledkov výskumu nezistila podstatnejšie rozdiely.

Emočný vzťah k telesnej výchove a športu podporuje Hošek (1995). Tento vzťah by mal byť budovaný na základe príjemne prežitých zážitkov. Záujem o telesnú výchovu a šport by mal byť realizovaný racionálne a na základe argumentácie a nie iba intuitívne, pokusom a omylom, alebo spontánnou formou.

Rýgl (2003) vo výsledkoch svojho výskumu na druhom stupni základnej školy a za využitia skúseností ďalších učiteľov telesnej výchovy konštatoval, že postoj žiakov k telesnej výchove ako predmetu je minimálne indiferentný. Taktiež poukázal na negramotnosť v telesnej výchove. Výchovno - vzdelávací proces v telesnej výchove považuje za náročný a väčšinou ide iba o motorické učenie, ktoré nie je teoreticky podložené. Výsledok je ten, že žiaci cvičia, plnia požiadavky učiteľa, ale nevedia prečo. Nevedia, prečo musia behať, hoci

ich baví futbal. Preto autor odporúča učiteľom telesnej výchovy na hodinách vysvetľovať aj teóriu a ciele jednotlivých cvičení.

Svojim výskumom nám podáva neradostný pohľad na telesnú výchovu, keď taktiež zistil nie veľkú obľúbenosť tohto predmetu u žiakov, ale aj u rodičov žiakov, ktorí často bezdôvodne vypisujú žiakom ospravedlnenky na oslobodenie ich detí od cvičenia na hodinách telesnej výchovy, na základe akéjkoľvek „zdravotnej indispozície“. Formulácie označované ako „je nachladnutý“, „necíti sa dobre“, „bolí ho ruka a ...“ sú celkom bežné. Tieto javy podľa názorov Rýgla (2003) podporujú bežne aj lekári. Názory rodičov a lekárov sa stávajú „vzormi“ pre žiakov, ktorí ich jednoducho kopírujú a vytvárajú si tak negatívny vzťah k telesnej výchove a športu.

Kavalíř (2004) preveroval vo svojom výskume nielen postoje ku školskej telesnej výchove a športu u žiakov stredných škôl, ale zašiel ďalej a zaoberal sa hodnotami a motívmi všeobecne, ale aj hodnotami a motívmi, ktoré vedú študentov stredných škôl k participácii na pohybových aktivitách. Na prvých miestach sa všeobecne umiestnili také hodnoty ako sú - zdravie, priateľstvo, bezpečie rodiny, sloboda, radosť zo života, láska. Možnosť športovať sa umiestnila až na 16. mieste.

Hošek (1995) odporúča pre zvýšenie záujmu o školskú TV na ZŠ vytvoriť obsah hodín zábavný, tvorivý, emočne prežitý. Odporúča stimulovať pozitívne prežívanie TV a dať pohybu nielen rozmer mechanistický, či rozmer výkonový, ale aj rozmer duševný a zdôrazniť procesy imaginácie, kreativity, prežívania, kinestézie a ideomotoriky. Bohatá detská fantázia sa dá využiť pri pohybovej fabulácii a kreativite a využiť športový pohyb nadaných, ale aj menej pohybovo nadaných žiakov ako nástroj budovania sebadôvery, sebapoňatia, ventilovania agresívnych tenzií, emočného preladenia, aktívneho odpočinku, antidepresívneho opatrenia, aktívneho odpočinku, ale i sociálnokultúrneho zážitku.

V oblasti postojov, záujmov a vzťahov k telesnej výchove zistil Michal (2002) u študentov UMB Banská Bystrica, že veľká väčšina študentov má k nej kladný vzťah a prejavujú záujem o rôzne formy telovýchovnej a športovej činnosti. Podľa jeho zistení študenti väčšinou správne chápu význam telesnej výchovy a športu z osobného i odborného hľadiska, avšak dodáva, že praktická realizácia z viacerých subjektívnych i objektívnych dôvodov zaostáva. Študenti UMB pozitívne hodnotili vplyv telesnej výchovy a športu na ich odborné štúdium.

Za najzávažnejšie dôvody, prečo radi chodia na hodiny povinnej telesnej výchovy, uvádzajú upevnenie zdravia a rozvoj pohybových schopností a zručností. Naopak medzi

najzávažnejšie dôvody, prečo neradi chodia na hodiny telesnej výchovy, uvádzajú zlé podmienky na športovanie a narúšanie režimu dňa.

Zo starších výskumov môžeme ešte spomenúť v tejto problematike skúmania postojov k TV študentov vysokých škôl výskum od Šikulu (1992), ktorý skúmal názory a postoje študentov Právnickej fakulty UK Bratislava k vyučovaniu telesnej výchovy za roky 1989 až 1991. Väčšina študentov prejavila spokojnosť s obsahom výučby telesnej výchovy na ich škole (78 % respondentov) a študenti prejavovali o pravidelnú telesnú výchovu záujem aj nad rámce povinných vyučovacích hodín.

Görner - Starší (2001) v súlade s tvrdením Beleja (2001); Libu (2003); Šimoneka (2003); Trunečkovej (2002) ako nezanedbateľný faktor v sprístupňovaní nových poznatkov z telesnej výchovy a športu vidia najmä v novinách, televízii, rozhlase a celkovom sociálnom prostredí, v ktorom sa jednotlivec nachádza, t.j. rodina, škola, priatelia, kolektívy, kluby, ďalej v zavádzaní inovačných tendencií v školskej telesnej výchove ai.

Frömel - Novosad - Svozil et al. (1999); Slepičková (2001); Majerský (2002) ai. vo svojich výskumoch uvádzajú, že úspešné presadenie nového poňatia školskej telesnej výchovy na základných a stredných školách je do značnej miery závislé na znalostiach štruktúry a charakteru športových záujmov a pohybovej aktivity mládeže. Diagnostika športových záujmov a pohybovej aktivity mládeže má preto stále väčší význam ako v pedagogickej kinantropológii, tak aj vo vlastnej školskej praxi. Za najdôležitejšie indikátory športových a pohybových záujmov považujú okrem iných najmä mieru vedomostí o určitej športovej a pohybovej činnosti a celkove o telesnej kultúre (vedomosti zo základov telesnej výchovy a športu), vzťah k pohybovej aktivite a miera uspokojenia zo športovej a pohybovej aktivity (postoje k školskej telesnej výchove a športu).

1.5 Vzdelávacie štandardy z telesnej výchovy pre 1. a 2. stupeň základných škôl

Vzdelávacie štandardy z telesnej výchovy pre základné školy patria spolu s učebnými plánmi a učebnými osnovami medzi základné pedagogické dokumenty.
Sú súčasťou učebných osnov, resp. metodických príručiek na jednotlivých stupňoch škôl. Ich úlohou je zabezpečiť, aby každá základná škola poskytla žiakom kvalitné, štandardné telovýchovné vzdelanie.

V našom edukačnom systéme sú vzdelávacie štandardy novšou pedagogickou kategóriou a ako precíznejšie, jednoznačnejšie vymedzenie obsahu učiva sa stali veľmi aktuálnymi nielen medzi učiteľmi telesnej výchovy, ale aj trénermi, riaditeľmi škôl, žiakmi či rodičmi.

Vzdelávacie štandardy predstavujú súbor požiadaviek na učebné výkony žiakov, ktoré majú preukázať po zvládnutí základného učiva z jednotlivých tematických celkov (Trunečková, 2002).

„Vzdelávací štandard je súhrn požiadaviek, t.j. súhrn operacionalizovaných cieľov na učebné výkony žiakov, ktoré majú byť schopní preukázať po osvojení si základného učiva“. (Mikuš - Bebčáková et al., 2004, s.3)

Vzdelávacie štandardy sledujú konkrétnejšie vymedzenie obsahu učiva a jednoznačne vymedzujú aj požiadavky na žiakov (Petlák, 1997).

V rámci vzdelávacích štandardov Mikuš (1996), Sivák et al. (2000). Mikuš - Bebčáková et al. (2004), Bartík (2007) v súlade s inými autormi uvádzajú, že v rámci vzdelávacích štandardov je možné rozlišovať dva druhy štandardov- obsahové a výkonové.

- **Obsahový štandard** - vymedzuje učebnú látku príslušného predmetu a je záväzný pre učiteľov na všetkých školách. Je spracovaný tak, že obsahuje základné záväzné učivo a ponecháva učiteľovi istú voľnosť a priestor pre jeho dotváranie. Preto sa nazýva aj ako minimálny obsah, jadrový obsah, kľúčový obsah a pod.. Tento štandard obsahuje a stanovuje faktografické vedomosti, pojmové systémy, intelektuálne spôsobilosti a rôzne druhy zručností.
- **Výkonový štandard** - je zasa normou pre žiaka, t.j. to, čo si má žiak osvojiť, čo má prezentovať, napr. pri prechode do vyššieho ročníka, na vyšší stupeň školy. Obsahuje požiadavky na vedomosti, zručnosti, nonkognitívne a sociálne prejavy žiakov vyjadrené v operacionalizovanej podobe.

Okrem hlavnej funkcie, ktorou je overovanie dosiahnutia požadovaných výsledkov, a tým v podstate aj dosahovanie požadovanej efektívnosti práce škôl, štandardy by mali spĺňať aj ďalšie funkcie, najmä:

- ***motivačnú*** - udržanie a zvyšovanie pracovnej morálky žiakov, ale aj učiteľov
- ***prognostickú*** – zabezpečenie, alebo aspoň ovplyvnenie prijatia na vyšší typ školy alebo do zamestnania
- ***informačnú*** - informovanie rodičov, zamestnávateľov i verejnosti o efektívnosti práce

žiakov, učiteľov, škôl

- ***diagnostickú a regulačnú*** - tým, že štandardy plnia už svojou podstatou aj úlohu spätnej väzby, umožňujú diagnostikovať nedostatky a tieto regulovať
- ***porovnávaciu*** - pravidelné zisťovanie dosahovania štandardov umožňuje porovnávať subjekt vzdelávania (napr. školu, učiteľa, žiaka, školy určitého typu, systém škôl a pod.) so sebou samým v čase, t.j. umožňujú určovať dynamiku vývoja vzdelávacej efektívnosti práce subjektu a aj porovnanie efektívnosti tejto práce s inými subjektmi doma i v zahraničí.

V telesnej výchove vzdelávacie štandardy sú koncipované ako tematické (zostavené pre jednotlivé odvetvia - tematické celky základného učiva učebných osnov) a ako výstupné, t.j. stanovujú, čo majú žiaci vedieť, vedieť zacvičiť, vykonať na konci 1. a 2. stupňa základnej školy a na konci strednej školy.

Vzdelávacie štandardy sú určené širokému okruhu potencionálnych odberateľov a používateľov: učiteľom, žiakom, rodičom, riaditeľom škôl, školským inšpektorom a pod.. U žiakov by mali spĺňať významnú motivačnú funkciu, podporovať učebnú aktivitu a záujem o telovýchovné vzdelávanie.

Vzdelávací štandard z telesnej výchovy vymedzuje záväznú časť vzdelávania z oblasti telesnej výchovy pre všetkých žiakov 2. stupňa základnej školy. Súčasne konkretizuje požiadavky na úroveň vedomostí, zručností, schopností a postojov, ktoré by si mali všetci žiaci v danej etape vzdelávania osvojiť, rozvinúť a na konci 9. ročníka zvládať, exaktne preukázať:

- všeobecné poznatky a vedomosti z telesnej kultúry, hygieny, zdravovedy
- špecifické poznatky a pohybové zručnosti
- základné pohybové schopnosti a všeobecná pohybová výkonnosť
- postoj k vyučovaciemu predmetu telesná výchova - k telovýchovnej aktivite a k vlastnému zdraviu

Úsilím kolektívu tvorcov vzdelávacieho štandardu (Mikuš - Bebčáková et al., 2004) bolo, aby ich konštrukcia spĺňala aj požiadavky na:

- **konzistentnosť** (logická súvislosť medzi jednotlivými požiadavkami)
- **primeranosť** (taká skutočnosť, ktorá je reálna pre danú vekovú kategóriu a dokáže ju splniť minimálne 75 % žiakov)
- **jednoznačnosť** (určenie podmienok výkonu, ktoré vylučujú možnosť rôzneho vysvetlenia požiadavky)

- **exaktnú kontrolovateľnosť**

Vzdelávacie štandardy umožňujú učiteľom dôkladnejšiu orientáciu v prioritách telesnej výchovy, ale aj v posudzovaní efektívnosti riadenia procesu podľa stanovených cieľov vyučovania (Sivák et al.1997, Sivák et al., 2000).

Štandardy majú v učebnom procese riadiacu funkciu a okrem toho, že vyjadrujú požiadavky na vedomosti a zručnosti, pohybovú výkonnosť, súčasne usmerňujú učiteľa pri výbere metód, foriem a prostriedkov vyučovania, ktorými možno stanovené požiadavky na vedomosti a zručnosti čo najefektívnejšie splniť (Mikuš - Bebčáková et al., 2004).
Vzdelávacie štandardy z telesnej výchovy pre základné školy patria spolu s učebnými plánmi a učebnými osnovami medzi základné pedagogické dokumenty.

Vzdelávacie štandardy predstavujú súbor požiadaviek na učebné výkony žiakov, ktoré majú preukázať po zvládnutí základného učiva z jednotlivých tematických celkov (Trunečková, 2002; Novotná, 2003).

Novotná (2003) uvádza, že obidve časti vzdelávacieho štandardu v praxi na seba vzájomne nadväzujú a sú vzájomne prepojené. To znamená, že osvojenie si učebnej látky má popri iných funkciách aj funkciu hodnotenia úrovne a efektívnosti riadenia telovýchovného procesu pri plnení cieľov stanovených učebnými osnovami. Formulácia druhej časti štandardu (výkonový štandard) predstavuje normu (výkon, stav) v oblasti všeobecných a špecifických poznatkov z telesnej výchovy, v oblasti pohybových schopností, zručností a všeobecnej zdatnosti.

Vo vzťahu ku žiakovi môžu štandardy slúžiť ako zdroj motivácie k aktívnemu telovýchovnému procesu zhodne dodávajú Trunečková (2002) a Novotná (2003).
V učebnom procese plnia vzdelávacie štandardy aj riadiacu funkciu. Okrem toho, že vyjadrujú požiadavky na vedomosti, zručnosti a pohybovú výkonnosť žiakov, usmerňujú pedagógov pri výbere metód, foriem a prostriedkov vyučovania, vďaka ktorým je možné plniť stanovené požiadavky na vedomosti a zručnosti čo najefektívnejšie.

V telesnej výchove sú vzdelávacie štandardy koncipované ako:

a) **tematické** – zostavené pre jednotlivé odvetvia – tematické celky základného učiva učebných osnov
b) **výstupné** – stanovujú, čo všetko majú žiaci vedieť, vedieť zacvičiť, predviesť a vykonať na konci 2. stupňa základnej školy

Hodnotenie vzdelávacích štandardov v telesnej výchove

V telesnej výchove sa na hodnotenie vzdelávacích štandardov používajú najčastejšie metódy určené na meranie pohybovej výkonnosti (napr. hodnotenie všeobecnej pohybovej výkonnosti - EUROFIT, ale aj napr. v športovej hre, v plávaní ap.), vedomostný test a odborné posudzovanie. Odborné posudzovanie je určené na hodnotenie techniky vykonávania stanovených pohybových činností.

1.6 Vedomosti zo školskej telesnej výchovy a športu

Medzi výskumy v oblasti zisťovania vedomostí zo školskej telesnej výchovy a športu patria najmä práce Melichera et al. (1996); Melichera (1997, 1998); Horvátha (1999, 2001a, 2001b); Görnera - Staršieho (2001); Beleja (2001); Bartíka (2005, 2006, 2007) , Novotnej – Vladovičovej (2006) a ďalších.

Podobnou, alebo príbuznou tematikou sa na Slovensku zaoberali ďalej najmä Šikula (1992); Sýkora (1995); Mikuš (1996); Sivák – Slezák (1996); Sivák (1997); Sivák – Kršjaková – Sokol (1997); Mikuš (1998); Antala (2001); Michal (2002); Šimonek (2003); Trunečková – Michal et al. (2003); Hrčka – Michal – Bartík (2004); Mikuš – Bebčáková et al. (2004); Vladovičová – Novotná (2005); Antala – Labudová (2006); Moravec (2006).

V zahraničí sa podobnou, alebo príbuznou tematikou zaoberali najmä Chartier (1993); Komeštík (1995); Zich – Ungr (1995); Hercig (1995); Hošek (1995); Choutková (1995); Górna (1997); Frömel – Novosad – Svozil et al. (1999); Slepičková (2001); Rýgl (2003); Kavalíř (2004); Blahutková – Řehulka – Dvořáková (2005); Müller (2005); Dobrý(2006) a ďalší.

Problematikou skúmania postojov, vedomostí, názorov u žiakov z TV sa zaoberal v banskobystrickom regióne Görner – Starší (2001); Novotná – Vladovičová (2006); Bartík (2007); Bartík – Mesiarik (2009). V otázke vedomostí z teoretických základov školskej telesnej výchovy u žiakov 6. ročníkov ZŠ výskumom zistili Görner - Starší (2001) vo vybraných ZŠ Stredoslovenského kraja výborné, alebo aspoň dobré výsledky. Príčinu dobrých vedomostí videli v práci učiteľov TV a stále narastajúcej popularite športu sprostredkovanú najmä televíziou

Pri porovnaní výsledkov vedomostného testu z teoretických základov telesnej výchovy medzi žiakmi 6. ročníkov vybraných ZŠ z miest Stredoslovenského kraja a vybraných ZŠ z dedín Stredoslovenského kraja zistili lepšie výsledky u respondentov z miest oproti dedinám v pomere známok výborne ku známkam dobre.

Pri porovnaní celkových výsledkov vedomostného testu z teoretických základov telesnej výchovy a športu u žiakov 8. ročníkov vybraných ZŠ z miest Stredoslovenského kraja výskum nedokázal podstatné rozdiely medzi žiakmi z mestských a dedinských základných škôl.

Príbuznou tematikou sa zaoberal aj Belej (2001), ktorý zameral svoje výskumy do oblasti experimentálneho zvýšenia týždenného počtu hodín z dvoch na tri a štyri hodiny TV týždenne. Vo svojich výskumoch uvádza, že pri ročnom experimente na ZŠ (5. až 8. ročník ZŠ, chlapci a dievčatá, n = 465) došlo v experimentálnych súboroch pri súbežnom osvojovaní pojmov, vedomostí, zručností a schopností k ročnému prírastku všeobecných vedomostí z telesnej výchovy pri štyroch hodinách výučby o 16,7%, pri troch hodinách o 13,3%. V kontrolnom súbore, kde sa učilo tradične, bez akéhokoľvek zásahu, bol prírastok iba 2,8%. Teoretické vedomosti žiakov na 1. stupni ZŠ z telesnej výchovy podľa obsahového štandardu zisťovala Novotná - Vladovičová (2006) na vybraných základných školách v Banskej Bystrici, v Čadci a jej okolí, v Tornaľi a jej okolí. Ich výsledky poukazujú na veľmi nízku úroveň teoretického vzdelania žiakov štvrtých ročníkov vo vybraných školách daného regiónu Slovenska. Výkonový štandard nesplnilo až 86,41% žiakov. Autorky sa vo svojich záveroch domnievajú, že príčinou tohto stavu môže byť nedostatočná pozornosť zo strany učiteľov venovaná teoretickému vzdelávaniu žiakov z TV na školách, alebo neprimeraná formulácia niektorých položiek vedomostného testu.

Úroveň plnenia vzdelávacích štandardov z telesnej výchovy na 1. stupni ZŠ na vybraných školách v Banskej Bystrici zisťoval Bartík (2007). Výskum realizoval na šiestich základných školách v štvrtých ročníkoch.
Vzdelávací štandard z telesnej výchovy splnilo iba 22,94% žiakov. Chlapci dosiahli lepšie výsledky ako dievčatá, keď vzdelávací štandard splnilo 31,17% chlapcov a iba 16,13% dievčat.

Najmä výskumy v posledných rokoch, ktorými sa monitorovala na základných školách úroveň teoretických vedomostí zo školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacích štandardov naznačujú, že medzi jednotlivými základnými školami sú dosť veľké kvalitatívne rozdiely. Posledné výskumy Bartíka (2007) a Vladovičovej – Novotnej (2005, 2006) či už na 1. stupni ZŠ, alebo na 2. stupni ZŠ jasne hovoria o veľmi slabých výsledkoch, ktoré žiaci dosahujú v oblasti teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.

2 CIEĽ, HYPOTÉZY A ÚLOHY VÝSKUMU

2.1 Cieľ výskumu

Cieľom nášho výskumu bolo zistiť u žiakov a žiačok štvrtých a deviatych ročníkov vybraných mestských a vidieckych základných škôl úroveň ich teoretických vedomostí zo školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacích štandardov a zároveň zistiť ich postoje ku školskej telesnej výchove a športu.

2.2 Hypotézy

H 1: U žiakov štvrtých ročníkov základných škôl budú prevládať pozitívne postoje k telesnej výchove a športu a u žiakov deviatych ročníkov základných škôl budú prevládať indiferentné postoje k telesnej výchove a športu.

H 2: Chlapci budú mať pozitívnejšie postoje k školskej telesnej výchove a športu ako dievčatá.

H 3: Žiaci mestských ZŠ budú mať pozitívnejšie postoje k školskej telesnej výchove a športu ako žiaci z vidieckych ZŠ.

H 4: Menej ako 50% žiakov štvrtých a deviatych ročníkov splní vzdelávací štandard zo školskej telesnej výchovy a športu.

H 5: Dievčatá dosiahnu lepšie výsledky vo vedomostnom teste zo školskej telesnej výchovy a športu ako chlapci.

H 6: Žiaci mestských ZŠ dosiahnu lepšie výsledky vo vedomostnom teste zo školskej telesnej výchovy a športu ako žiaci vidieckych ZŠ.

2.3 Úlohy výskumu

1. Prostredníctvom metódy dotazníka zistiť intenzitu postojov žiakov štvrtých a deviatych ročníkov vybraných základných škôl v meste a na vidieku ku školskej telesnej výchove a športu.
2. Získané údaje spracovať, vyhodnotiť a výsledky intenzity postojov porovnať medzi oboma pohlaviami (chlapci, dievčatá) a medzi žiakmi mestských a vidieckych základných škôl.

3. Prostredníctvom vedomostného testu zistiť úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých a deviatych ročníkov vybraných základných škôl v meste a na vidieku z teoretických základov školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacích štandardov.
4. Získané údaje spracovať, vyhodnotiť a na základe zistených údajov porovnať úroveň vedomostí zo školskej telesnej výchovy a športu medzi obidvoma pohlaviami (chlapci, dievčatá) a medzi žiakmi mestských a vidieckych základných škôl.
5. Získané údaje komplexne štatisticky spracovať a vyhodnotiť a navrhnúť odporúčania pre prax.

3 METODIKA VÝSKUMU

3.1 Metódy získavania faktografického materiálu

3.1.1 Metóda dotazníka

1. Na zistenie intenzity postojov žiakov 4.ročníka základnej školy k telesnej výchove a športu sme použili dotazník podľa Siváka et al. (2001). Uvádzame ho ako prílohu 1.

Uvedený dotazník je rozdelený na tri dimenzie, kde každá obsahuje šesť položiek – výrokov, ktoré monitorujú kognitívnu, emotívnu a konatívnu zložku postoja. Žiaci vyjadrovali svoje stanovisko ku každej položke.

Kognitívna zložka postoja - úzko súvisí s osvojovaním špecifických i všeobecných poznatkov z telesnej kultúry, hygieny, zdravovedy, teda elementárnych teoretických základov telovýchovného vzdelania.

Emotívna zložka postoja – citová zložka postoja, práve táto zložka sa pokladá v tomto veku za veľmi dôležitú pri vytváraní postoja k telesnej výchove.

Konatívna zložka postoja – tu ide o žiakovu aktivitu, jeho aktívne zapojenie do pohybových aktivít. Ide tu najmä o vôľu vykonávať pohybovú činnosť a zapojenie do aktívnej činnosti.

Kvalita celkového postoja sa vyjadruje nasledovne:

0 – 7 bodov veľmi negatívny postoj
8 – 14 bodov negatívny postoj
15 – 22 bodov indiferentný postoj
23 – 28 bodov pozitívny postoj
29 – 36 bodov veľmi pozitívny postoj

K jednotlivým zložkám postoja (kognitívna, emotívna, konatívna) je hodnotenie postoja nasledovné:

0 – 2 body veľmi negatívny postoj
3 – 5 bodov negatívny postoj
6 – 7 bodov indiferentný postoj
8 – 9 bodov pozitívny postoj
10 – 12 bodov veľmi pozitívny postoj

Dotazník sme vyhodnocovali podľa tohto kľúča:

A, pozitívna zložka bola ohodnotená - 2 body.....áno
- 1 bod.....niekedy áno, niekedy nie
- 0 bodov.....nie

B, negatívna zložka bola ohodnotená - 2 body.....nie
- 1 bod.....niekedy áno, niekedy nie
- 0 bodov.....nie

2. Na zistenie postojov žiakov deviatych ročníkov základnej školy k telesnej výchove a športu sme použili dotazník podľa Siváka et.al. (2000) (Príloha 2).

Dotazník pre žiakov 9. ročníka základnej školy je určený na zistenie špecifického deklaratívneho postoja k telovýchovným činnostiam. Dotazník obsahuje 51 položiek a zameriava sa na poznávaciu, emotívnu a konatívnu zložku postoja. Pre každú z uvedených zložiek je určených 17 položiek.

Žiak zaujíma svoje stanovisko ku každej položke záznamom do archu odpovedí podčiarknutím jednej z možností.

Žiak si vyberá iba jednu z troch alternatív:

áno – neviem – nie.

Vyhodnocovanie odpovedí žiakov sa realizuje podľa kľúča:

- v pozitívnych položkách

áno = 2 body

neviem = 1 bod

nie = 0 bodov

- v negatívnych položkách

áno = 0 bodov

neviem = 1 bod

nie = 2 body

Negatívne položky sú: 11, 12, 13, 16, 17, 34, 46, 48, 51. Ostatné položky sú pozitívne.

Maximálny počet bodov v každej položke postoja je 34 bodov.

Maximálny počet bodov za celý dotazník je 102 bodov.

Intenzitu postoja k telesnej výchove určuje celkový zisk bodov a to:

- **negatívny postoj - od 0 do 34 bodov**
- **indiferentný postoj - od 35 do 68 bodov**
- **pozitívny postoj - od 69 do 102 bodov**

3. Vedomostný test pre žiakov štvrtých ročníkov základných škôl

Vedomostným testom podľa Siváka et al. (2001) sme zisťovali aktuálnu úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov z telesnej výchovy a športu. Test obsahuje 20 otázok a úloh z danej témy. Každý žiak mohol získať v teste spolu 53 bodov**. K splneniu vzdelávacieho štandardu bolo potrebných získanie minimálne 40-tich bodov** (Príloha 3).

4. Vedomostný test pre žiakov deviatych ročníkov základných škôl - učený na zisťovanie teoretických vedomostí zo školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacích štandardov.

V našom výskume sme použili vedomostný test podľa Mikuša - Bebčákovej et. al. (2004) a je určený pre žiakov 2. stupňa základných škôl (príloha 4).

Vedomostný test je širšie koncipovaný, obsahuje otázky zo všetkých tematických celkov – všeobecné poznatky, atletika, gymnastika, športové hry, lyžovanie, plávanie, cvičenia v prírode a úpoly. Obsahuje spolu 40 tematických okruhov (komplexných otázok), v ktorých je spolu 172 jednotlivých otázok. Žiak mohol teda získať pri plnom počte bodov maximálne 172 bodov.

Vedomostný test samotní autori charakterizujú ako výstupný (je určený predovšetkým žiakom 9. ročníkov ZŠ) a je objektívne skórovateľný. Uplatňuje sa v ňom tzv. binárne skórovanie, to znamená, že žiak za každú správnu odpoveď získa 1 bod a 0 bodov za nesprávnu a vynechanú odpoveď.

Žiak splnil štandard, ak vo vedomostnom teste (alebo jeho časti) získal:

a.) minimálny (základný štandard) - 50 % možných bodov, t.j. 86 až 103 bodov

b.) priemerný štandard - 60 % možných bodov, t.j. 104 až 119 bodov

c.) nadpriemerný štandard - 70 % možných bodov, t.j. 120 až 172 bodov

Žiak nesplnil minimálny (základný) štandard - ak nedosiahol 50 % možných bodov, t.j. ak dosiahol 0 až 85 bodov.

3.1.2 Metóda rozhovoru

Vedecký rozhovor (interview) ako výskumná metóda umožňuje odhaľovať osobné postoje, motívy a mienky. Zhromažďovanie údajov je založené na priamom opytovaní sa, t.j. na verbálnej komunikácii výskumného pracovníka a respondenta.

Podľa počtu zúčastnených osôb rozlišujeme rozhovory individuálne a skupinové. Z hľadiska štruktúry otázok môže byť rozhovor štandardizovaný (riadený) alebo neštandardizovaný (voľný). Podľa počtu uskutočnených rozhovorov delíme rozhovor na jednorazový a viacrazový.

Vedenie niektorých základných škôl, na ktorých sme realizovali náš výskum, nám umožnilo byť priamo pri vyplňovaní postojového dotazníka a vedomostného testu, a tak sme mohli vo výskume použiť aj metódu jednorazového, neštandardizovaného skupinového a individuálneho rozhovoru.

Prostredníctvom jednorazového skupinového neštandardizovaného rozhovoru sme zisťovali postoje, názory a vedomosti našich respondentov (žiakov a žiačok) k školskej telesnej výchove a športu, k pohybovej aktivite a ku športu vôbec, ich názory na vyučovanie telesnej výchovy na ZŠ, ale aj návrhy na zlepšenie situácie na ich škole.

Prostredníctvom opakovaného individuálneho neštandardizovaného rozhovoru sme zisťovali postoje a názory riadiaceho managementu ZŠ (riaditelia a zástupcovia ZŠ) a učiteľov TV na podmienky pre vykonávanie školskej TV a športu na ich ZŠ, na celkové postavenie TV ako vyučovacieho predmetu v rámci ostatných vyučovacích predmetov. Taktiež sme sa počas rozhovoru zamerali na oblasti záujmu, postojov, názorov a vedomostí žiakov a žiačok na školskú telesnú výchovu a šport na ich základných školách.

3.2 Metódy spracovania získaného faktografického materiálu

V práci sme použili najmä nasledovné metódy spracovania faktografického materiálu :

- matematicko - štatistické metódy (výpočet aritmetického priemeru a t-testu),
- grafické metódy – tabuľky a obrázky,
- kvalitatívne metódy - porovnávanie (komparácia), indukcia, dedukcia, analýza, syntéza.

3.3 Charakteristika skúmaného súboru a podmienok výskumu

3.3.1 Výskum na 1.stupni základných škôl sme realizovali na nasledovných školách stredoslovenského regiónu:

1. Výskum sme realizovali v Banskej Bystrici na základných školách Ďumbierska, Moskovská, Pieninská, Radvanská, Š. Moyzesa, Tatranská. Výskumu sa zúčastnili žiaci štvrtých ročníkov. Celkový počet žiakov bol 170 (100%), z toho chlapcov - 77 (45,30%), dievčat – 93 (54,70%).

2. Výskum sme realizovali na vybraných malotriednych a plneorganizovaných základných školách v regióne Lučenec. Výskumný súbor tvorili žiaci 4. ročníkov vo veku na ZŠ Breznička, ZŠ Budiná, ZŠ Farská lúka Fiľakovo, ZŠ Haličská cesta 7 Lučenec, ZŠ Halič, ZŠ Kalinovo, ZŠ L. Novomeského Lučenec, ZŠ Mučín, ZŠ Mýtna, ZŠ Radzovce, ZŠ Ružiná, ZŠ Tomášovce, ZŠ Trebeľovce, ZŠ Veľká nad Ipľom. Celkovo tvorilo výskumný súbor 199 žiakov. Z toho bolo 100 chlapcov a 99 dievčat. Výskumu sa na plneorganizovaných školách zúčastnilo 117 žiakov a na malotriednych školách 82 žiakov.

3. Výskum sme uskutočnili na 3 mestských a 3 vidieckych základných školách v Námestove, Dolnom Kubíne, Tvrdošíne, v Novoti, Oravskej Lesnej, Zákamennom. Výskumný súbor tvorili žiaci štvrtej triedy v celkovom počte 142 žiakov, z toho bolo 73 chlapcov a 69 dievčat.

4. Výskum sme realizovali na Základnej škole v Turzovke a na Základnej škole v Žiline na Lichardovej ulici. Výskumnú vzorku tvorilo 110 žiakov štvrtých ročníkov. Z Turzovky sa výskumu zúčastnilo 28 dievčat a 27 chlapcov a zo Základnej školy Lichardova sa výskumu zúčastnilo 29 dievčat a 26 chlapcov.

Celkove sa výskumu zúčastnilo 621 žiakov štvrtých ročníkov základných škôl stredoslovenského regiónu. Z uvedeného počtu bolo 303 chlapcov a 318 dievčat.

3.3.2. Výskum na 2.stupni základných škôl sme realizovali na nasledovných školách:

1. Žiaci a žiačky vybraných 25 základných škôl, ktorí tvorili výskumný súbor nášho výskumu boli z 13 mestských základných škôl miest Banská Bystrica, Krupina, Hriňová a Zvolen a 12 vidieckych základných škôl banskobystrického regiónu z dedín okresov Banská Bystrica, Brezno, Detva, Krupina a Zvolen. Celkový počet respondentov z banskobystrického regiónu bol 1.110 respondentov, z toho bolo 568 chlapcov a 542 dievčat.

Tabuľka 1 Počet respondentov z banskobystrického regiónu

Pohlavie žiakov	Mesto	Vidiek	Žiaci spolu
Chlapci	408 52,71%	160 47,62 %	568 51,17%
Dievčatá	366 47,29%	176 52,38%	542 48,83%
Chlapci a dievčatá	774 69,73%	336 30,27%	1.110 100%

2. Objektom nášho výskumu boli žiaci a žiačky 9. ročníka základných škôl v regióne Púchova. Skúmaný súbor tvorilo spolu 268 žiakov.Postojový dotazník a vedomostný test sme doručili na 5 základných škôl v meste a na 5 základných škôl na vidieku. Skúmaný súbor tvorilo spolu 268 žiakov, z ktorých bolo 129 dievčat (48,13%) a 139 chlapcov (51,87%). Z nich 138 žiakov (51,49%) navštevovalo základnú školu priamo v meste a 130 žiakov (48,51%) na vidieku.

3. Výskum sme realizovali na 2 základných školách v meste Martin a na 2 dedinských školách:

- ZŠ na Jahodníckej ul. v Martine
- ZŠ Tomáša Zanovita v Martine
- ZŠ Krpeľany
- ZŠ Turany

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole na Jahodníckej ul. bol 26, z toho bolo 20 chlapcov (76,9%) a 6 dievčat (23,1%),

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole Tomáša Zanovita bol 46, z toho bolo 24 chlapcov (52,1%) a 22 dievčat (47,9%)

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole v Krpeľanoch bol 23, z toho bolo 11 chlapcov (47,8%) a 12 dievčat (52,2%),

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole v Turanoch bol 33, z toho bolo 15 chlapcov (54,5 %) a 18 dievčat (45,5 %). Výskumu zúčastnilo 128 respondentov, z toho bolo 70 chlapcov a 58 dievčat.

4. Objektom výskumu boli žiaci štyroch základných škôl v okrese Ružomberok: ZŠ sv. Vincenta, ZŠ Zarevúca, ZŠ Liptovská Lúžna, ZŠ Lisková. Výskumná vzorka pozostávala zo 100 žiakov 9. ročníka, z toho bolo 49 chlapcov a 51 dievčat.

Celkove sa výskumu zúčastnilo 1606 respondentov, žiakov deviatych ročníkov základných škôl. Z uvedeného počtu bolo 826 chlapcov a 780 dievčat.

4 VÝSLEDKY VÝSKUMU A ICH INTERPRETÁCIA

4.1 Postoje žiakov štvrtých ročníkov základných škôl k telesnej výchove a športu

4.1.1 Postoje žiakov štvrtých ročníkov k telesnej výchove a športu na základných školách v Banskej Bystrici

Tabuľka 2 Postoje chlapcov k telesnej výchove a športu

ZŠ	Celkový postoj k Tv a športu							
	Veľmi pozitívny	VP v %	pozitívny	P v %	indiferentný	I v %	negatívny	N v %
Ďumbierska	3	25,00	8	66,66	1	8,33	0	0
Moskovská	1	12,54	4	50,00	3	37,5	0	0
Pieninská	1	5,55	14	77,77	3	16,66	0	0
Radvanská	3	15,79	12	63,16	3	15,79	1	5,26
Š. Moyzesa	1	16,66	5	83,33	0	0,00	0	0
Tatranská	1	7,14	8	57,14	5	35,71	0	0

Z tabuľky 2 vyplýva, že 10 chlapcov má veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove, čo predstavuje 12,99% z celkového počtu chlapcov, pozitívny postoj k telesnej výchove zaujalo najviac chlapcov – 51, čo predstavuje 66,23%, indiferentný postoj zaujalo 15 chlapcov, čo predstavuje 19,48%, negatívny postoj zaujal jediný chlapec, čo predstavuje 1,3% z celkového počtu.

Veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove prejavilo najviac chlapcov zo ZŠ Ďumbierska a Radvanská.

Tabuľka 3 Postoje dievčat k telesnej výchove a športu

ZŠ	Celkový postoj k Tv a športu							
	Veľmi pozitívny	VP v %	pozitívny	P v %	indiferentný	I v %	negatívny	N v %
Ďumbierska	1	8,33	9	75,00	2	16,66	0	0
Moskovská	4	23,52	5	29,41	8	47,06	0	0
Pieninská	2	10,00	10	50,00	8	40,00	0	0
Radvanská	3	13,28	11	52,38	6	28,57	1	4,76
Š. Moyzesa	5	55,55	4	44,44	0	0,00	0	0
Tatranská	3	21,43	5	35,71	6	42,86	0	0

Z tabuľky 3 vyplýva, že veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove zaujalo 18 dievčat, čo predstavuje 19,35% z celkového počtu dievčat. Pozitívny postoj k telesnej výchove zaujalo 44 dievčat, predstavuje to 47,31%. Indiferentný postoj zaujalo 30, čo predstavuje 32,25%. Negatívny postoj zaujalo len jedno dievča, čo predstavuje 1,08%.

Tabuľka 4 Postoje žiakov k telesnej výchove a športu na jednotlivých ZŠ

ZŠ	Celkový postoj k Tv a športu							
	Veľmi pozitívny	VP v %	pozitívny	P v %	indiferentný	I v %	negatívny	N v %
Ďumbierska	4	16,66	17	70,83	3	12,50	0	0
Moskovská	5	20,00	9	36,00	11	44,00	0	0
Pieninská	3	7,89	24	63,16	11	28,95	0	0
Radvanská	6	15,00	23	57,50	9	22,5	2	5
Š. Moyzesa	6	40,00	9	60,00	0	0,00	0	0
Tatranská	4	14,29	13	46,43	11	39,28	0	0

Z tabuľky 4 vyplýva, že veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove zaujalo 28 žiakov, čo predstavuje 16,47% z celkového počtu 170 žiakov. Pozitívny postoj zaujalo najviac respondentov – 95, čo predstavuje 55,88%. Indiferentný postoj zaujalo 45 respondentov, čo predstavuje 26,47%. Negatívny postoj zaujalo najmenej žiakov, len dvaja. Predstavuje to 1,18% z celkového počtu žiakov.

Tabuľka 5 Postoje chlapcov a dievčat v oblasti kognitívnej

Postoj	chlapci		dievčatá	
	počet	%	počet	%
Veľmi pozitivny	43	55,86	46	49,46
Pozitívny	20	25,98	24	25,81
Indiferentný	12	15,58	19	20,43
Negatívny	2	2,58	4	4,30
Veľmi negatívny	0	0,00	0	0,00

V tabuľke 5 sú uvedené postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove v oblasti kognitívnej. Z tabuľky vyplýva, že veľmi pozitívny postoj prejavilo 55,86% chlapcov a 49,46% dievčat. Pozitívny postoj malo 25,98% chlapcov a 25,81% divčat. Indiferentný

postoj zaujalo 15,58% chlapcov a 20,43% dievčat. Negatívny postoj malo len 2,58% chlapcov a 4,30% dievčat.

Tabuľka 6 Postoje chlapcov a dievčat v oblasti emotívnej

Postoj	chlapci		dievčatá	
	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	30	38,97	39	41,94
Pozitívny	31	40,26	24	25,80
Indiferentný	12	15,58	17	18,28
Negatívny	4	5,19	13	13,98
Veľmi negatívny	0	0,00	0	0,00

V tabuľke 6 sú uvedené postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove v oblasti emotívnej. Z tabuľky vyplýva, že veľmi pozitívny postoj zaujalo 38,97% chlapcov a 41,94% dievčat. Pozitívny postoj zaujalo 40,26% chlapcov a 25,80% dievčat. Indiferentný postoj zaujalo 15,58% chlapcov a 18,28% dievčat. Negatívny postoj malo 5,19% chlapcov a 13,98% dievčat.

Tabuľka 7 Postoje chlapcov a dievčat v oblasti konatívnej

Postoj	chlapci		dievčatá	
		%	počet	%
Veľmi pozitívny	12	15,58	15	16,13
Pozitívny	21	27,27	27	29,03
Indiferentný	28	36,36	33	35,48
Negatívny	15	19,48	17	18,28
Veľmi negatívny	1	1,30	1	1,08

V tabuľke 7 sú uvedené postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove v oblasti konatívnej. Z tabuľky vyplýva, že veľmi pozitívny postoj zaujalo 15,58% chlapcov a 16,13 % dievčat. Pozitívny postoj zaujalo 27,27% chlapcov a 29,03% dievčat. Indiferentný postoj zaujalo 36,36% chlapcov a 35,48% dievčat. Negatívny postoj zaujalo 19,48% chlapcov a 18,28% dievčat. Veľmi negatívny postoj zaujalo 1,30% chlapcov a 1,08% dievčat.

Keď porovnávame postoje chlapcov a dievčat, tak zisťujeme, že veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove v oblasti konatívnej prejavilo viac dievčat ako chlapcov. To isté platí aj pre pozitívny postoj. Indiferentný, negatívny a veľmi negatívny postoj k telesnej výchove v oblasti konatívnej zaujalo viacej chlapcov ako dievčat.

Tabuľka 8 Postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove a športu

Postoj	chlapci		Dievčatá	
	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	10	12,99	18	19,35
Pozitívny	51	66,23	44	47,31
Indiferentný	15	19,48	30	32,26
Negatívny	1	1,30	1	1,08
Veľmi negatívny	0	0,00	0	0,00

V tabuľke 8 sú uvedené celkové postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove. Z tabuľky vyplýva, že veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove zaujalo 12,99% chlapcov a 19,35% dievčat. Pozitívny postoj zaujalo 66,23% chlapcov a 47,31% dievčat. Indiferentný postoj zaujalo 19,48% chlapcov a 32,26% dievčat. Negatívny postoj zaujalo 1,30% chlapcov a 1,08% dievčat.

Keď porovnávame celkový postoj chlapcov a dievčat k telesnej výchove, tak zisťujeme, že veľmi pozitívny a pozitivny postoj k telesnej výchove zaujalo 79,22% chlapcov a 66,66% dievčat. Uvedený rozdiel je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti v prospech chlapcov. Veľmi negatívny postoj k telesnej výchove nezaujal ani jeden žiak.

Tabuľka 9 Postoje žiakov k telesnej výchove a športu

Postoj	Počet žiakov	%
Veľmi pozitívny	28	16,47
Pozitívny	95	55,88
Indiferentný	45	26,47
Negatívny	2	1,17
Veľmi negatívny	0	0,00

V tabuľke 9 sú uvedené celkové postoje žiakov k telesnej výchove.

Z tabuľky vidíme, že veľmi pozitívny postoj zaujalo 16,47% žiakov, pozitívny 55,88%, indiferentný 26,47%, negatívny 1,17% žiakov. Veľmi negatívny postoj nezaujal nikto zo žiakov.

Z výsledkov môžeme konštatovať, že 123 respondentov zo 170 vyjadrilo k telesnej výchove veľmi pozitívny a pozitívny vzťah, čo predstavuje 72,36% z celkového počtu. 26,47% respondentov vyjadrilo k telesnej výchove indiferentný postoj, čo považujeme za vysoké percento. Boli to hlavne žiaci, ktorí ani vo vedomostnom teste nedosiahli potrebný počet bodov na jeho splnenie, najviac zo ZŠ Moskovská a Tatranská. Na druhej strane, žiaci, ktorí splnili vedomostný štandard, vyjadrili svoj vzťah k telesnej výchove veľmi pozitívny a pozitívny. Boli to žiaci zo základných škôl Ďumbierska a Pieninská.

4.1.2 Postoje žiakov štvrtých ročníkov k telesnej výchove a športu na základných školách v regióne mesta Lučenec

Tabuľka 10 Postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove a športu

Postoj	chlapci		dievčatá	
	Počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	25	25	43	43, 43
Pozitívny	39	39	35	35, 35
Indiferentný	30	30	21	21, 21
Negatívny	3	3	0	0
Veľmi negatívny	3	3	0	0

V tabuľke 10 uvádzame postoje chlapcov a dievčat k telesnej výchove na základných školách v regióne mesta Lučenec. Z celkového počtu 100 chlapcov zaujalo veľmi pozitívny postoj 25 chlapcov (25%) a pozitívny postoj 39 chlapcov (39%). Indiferentný postoj zaujalo 30 chlapcov (30%). Z celkového počtu chlapcov len 3 (3%) zaujali negatívny a taktiež 3 (3%) veľmi negatívny postoj k telesnej výchove a športu. Chlapci s veľmi negatívnym postojom dosiahli v postojovom dotazníku len 3,3, a 5 bodov z celkového počtu 36 bodov. **Výsledky výskumu ukázali, že len 64% chlapcov prejavilo veľmi pozitivny alebo pozitivny postoj k telesnej výchove a športu. Považujeme to za nízke percento v tejto vekovej kategórii.**

Z tabuľky 10 vidíme aj postoje dievčat k telesnej výchove na základných školách. Z celkového počtu 99 dievčat zaujalo k telesnej výchove veľmi pozitívny postoj 43 dievčat (43,43%). 35 dievčat (35,35%) zaujalo pozitívny postoj k telesnej výchove. **Z toho vyplýva, že spolu až 78 dievčat (78,78%) má pozitívny postoj k telesnej výchove a športu. V porovnaní s chlapcami dievčatá prejavili pozitivnejší postoj k telesnej výchove a športu. Uvedený rozdiel je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti. Z výskumného súboru 99 dievčat ani jedno dievča nezaujalo negatívny alebo veľmi negatívny postoj k telesnej výchove a športu, čo považujeme za pozitivne zistenie.**

Analýzou postojových dotazníkov sme zistili, že v prípade chlapcov aj dievčat najčastejšie získavali žiaci plný počet bodov pri týchto vetách:

V kognitívnej zložke:

Veta č. 2 – „Cvičiť potrebujú iba žiaci, ktorí chcú byť športovcami“ (žiaci odpovedali správne „nie“).

Veta č. 5 – „Telesná výchova ja zbytočné unavovanie tela“. (žiaci odpovedali správne „nie“).

V emotívnej zložke:

Veta č. 9 – „ Ak na hodine telesnej výchovy nemôžem cvičiť, alebo ak nám odpadne hodina telesnej výchovy, je mi to vždy veľmi ľúto“. (žiaci odpovedali správne „áno“).

Veta č. 10 – „ Z cvičenia na hodinách telesnej výchovy mám skoro vždy strach“. (žiaci odpovedali správne „nie“).

V konatívnej zložke:

Veta č. 14 – „Rád organizujem rôzne hry (naháňačky, schovávačky, skákanie cez gumu a iné) i pre kamarátov alebo kamarátky“. (žiaci odpovedali správne „áno“).

Veta č. 15 – „Svoj voľný čas najradšej využívam na bicyklovanie, hry s loptou, na sánkovanie“. (žiaci odpovedali správne „áno“).

Tabuľka 11 Postoje žiakov k TV na plneorganizovaných školách a na malotriednych školách

Postoj	Plneorganizované školy		Malotriedne školy	
	Počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	41	35, 04	23	28, 04
Pozitívny	51	43, 58	33	40, 24
Indiferentný	22	18, 80	23	28, 05
Negatívny	3	2, 56	0	0,00
Veľmi negatívny	0	0,00	3	3, 65

V tabuľke 11 uvádzame celkové postoje žiakov na plneorganizovaných a malotriednych školách. Ako vidíme z tabulky 11 z celkového počtu 117 žiakov na plneorganizovaných školách zaujalo veľmi pozitívny postoj 41 žiakov (35,04%) a pozitívny postoj 51 žiakov (43, 58%). **Môžeme konštatovať, že pozitívny postoj k telesnej výchove má spolu 92 žiakov (78,63%), čo je podľa nášho názoru dobré.**

Indiferentný postoj zaujalo 22 žiakov (18,80%). Negatívny postoj zaujali 3 žiaci (2,56%). V jednotlivých zložkách dosiahli žiaci plneorganizovaných škôl nasledovný počet bodov: V kognitívnej zložke dosiahli žiaci 1036 bodov spolu, v priemere na jedného žiaka je to 8,85 bodov. V emotívnej zložke dosiahli žiaci 1087 bodov spolu, v priemere na jedného žiaka to činí 9,29 bodov. V konatívnej zložke dosiahli žiaci 949 bodov spolu, v priemere ja to 8,11 bodov na jedného žiaka.

Ako nám ukazujú výsledky, najvyšší počet bodov dosiahli žiaci v emotívnej zložke a najnižší v konatívnej zložke.

Na malotriednych školách, tak ako to uvádzame v tabulke 11 zaujalo z celkového počtu 82 žiakov veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove 23 žiakov (28,04%), pozitívny postoj zaujalo 33 žiakov (40,24%). **Spolu teda zaujalo pozitívny postoj k telesnej výchove a športu 56 žiakov (68,29%) na malotriednych školách. Uvedený rozdiel v prospech žiakov z plneorganizovaných škôl je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti.**

Indiferentný postoj prejavilo k telesnej výchove až 23 žiakov (28,05%). Negatívny postoj nezaujal ani jeden žiak, zato však 3 žiaci (3, 65%) zaujali veľmi negatívny postoj.

Náš predpoklad, že u žiakov na plneorganizovaných školách bude viac prevládať pozitívny postoj k telesnej výchove ako u žiakov na malotriednych školách sa nám potvrdil.

4.1.3 Postoje žiakov štvrtých ročníkov k telesnej výchove a športu na základných školách v regióne Oravy

Tabuľka 12 prezentuje postoje k telesnej výchove chlapcov štvrtého ročníka ZŠ v mestách a na dedinách.

Tabuľka 12 Postoje chlapcov k telesnej výchove a športu

Postoj chlapcov	ZŠ v mestách		ZŠ na dedinách		Spolu	
	počet	%	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	13	32,5	13	39,39	26	35,62
Pozitívny	18	45	14	42,43	32	43,84
Indiferentný	6	15	6	18,18	12	16,44
Negatívny	3	7,5	0	0	3	4,10
Veľmi negatívny	0	0,00	0	0,00	0	0,00
Spolu	40	100	33	100	73	100

Veľmi pozitívny postoj zaujalo v mestách 32,5% chlapcov a na dedinách 39,39% chlapcov. Pozitívny postoj prevládal viac u chlapcov na mestách 45%, ako na dedinách 42,43%. Indiferentný postoj prejavili viac chlapci na dedine 18,18%, ako v meste 15%. Negatívny postoj prejavilo v mestách 7,5% chlapcov a na dedinách sa nevyskytol žiaden chlapec s negatívnym postojom. Veľmi negatívny postoj nezaujal žiaden žiak v meste ani na dedine.

Keď porovnávame postoje chlapcov v meste a dedine tak vidíme, že veľmi pozitívny postoj a pozitivny postoj malo 77,5% chlapcov v meste a 81,82% na dedine. Indiferentný postoj prejavili viac chlapci na dedine ako v meste. S negatívnym postojom sme sa stretli len u chlapcov v meste. Veľmi negatívny postoj nezaujal žiaden žiak z mesta a dediny.

Tabuľka 13 Postoje dievčat k telesnej výchove a športu

Postoj dievčat	ZŠ v mestách		ZŠ na dedinách		Spolu	
	počet	%	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	3	9,68	15	39,47	18	26,09
Pozitívny	13	41,94	17	44,74	30	43,48
Indiferentný	14	45,16	6	15,79	20	28,98
Negatívny	1	3,22	0	0	1	1,45
Veľmi negatívny	0	0,00	0	0,00	0	0,00
Spolu	31	100	38	100	69	100

V tabuľke 13 uvádzame postoje dievčat štvrtého ročníka ZŠ k telesnej výchove v mestách a na dedinách.

Veľmi pozitívny postoj prejavilo 39,47% dievčat na dedine a len 9,68% dievčat v meste. Pozitívny postoj zaujalo 44,74% dievčat na dedine a 41,94% dievčat v meste. Indiferentný postoj k telesnej výchove a športu prejavilo až 45,16% dievčat v meste, zatiaľ čo na dedine to bolo len 15,79%.

V meste zaujalo negatívny postoj 3,22% dievčat, na dedine žiadne dievča. Veľmi negatívny postoj sa nevyskytol u dievčat na dedine ani v meste.

Tabuľka 14 Postoje žiakov k telesnej výchove a športu

Postoj žiakov	chlapci		dievčatá		spolu	
	počet	%	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	26	35,62	18	26,09	44	30,98
Pozitívny	32	43,84	30	43,48	62	43,66
Indiferentný	12	16,44	20	28,98	32	22,54
Negatívny	3	4,10	1	1,45	4	2,82
Veľmi negatívny	0	0,00	0	0,00	0	0,00

Tabuľka 14 obsahuje postoje chlapcov a dievčat štvrtého ročníka ZŠ k telesnej výchove a športu.

Veľmi pozitívny postoj a pozitivny postoj k telesnej výchove a športu prejavilo 80,36% chlapcov a len 69,57% dievčat. Indiferentný postoj zaujalo až 28,98% dievčat a 16,44% chlapcov. Negatívny postoj malo 1,45% dievčat a 4,1% chlapcov. Veľmi negatívny postoj neprejavil žiadny žiak.

Tabuľka 15 Postoje chlapcov k telesnej výchove v oblasti kognitívnej, emotívne, konatívnej

Postoj žiakov	ZŠ v mestách						ZŠ na dedinách					
	chlapci						chlapci					
	kognit.zl.		emot..zl		konativ.zl.		kognit.zl.		emot.zl		konativ.zl.	
	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	11	27,5	22	55	8	20	12	36,36	24	72,73	7	21,21
Pozitívny	18	45	10	25	13	32,5	13	39,4	7	21,21	3	9,09
Indiferentný	9	22,5	5	12,5	8	20	8	24,24	0	0	14	42,43
Negatívny	2	5	2	5	5	12,5	0	0	2	6,06	7	21,21
Veľmi negatívny	0	0	1	2,5	6	15	0	0	0	0	2	6,06

Tabuľka 15 prezentuje postoje chlapcov k telesnej výchove na v oblasti kognitívnej, emotívnej a konatívnej.

Oblasť kognitívna

Veľmi pozitívny postoj prejavilo 36,36% chlapcov na dedinách a 27,5% chlapcov v mestách. Pozitívny postoj prevládal viac u chlapcov v meste 45% ako na dedine 39,4%. Indiferentný postoj zaujalo 24,24% chlapcov na dedine a 22,5% chlapcov v meste. V meste sa vyskytol negatívny postoj u 5% chlapcov, na dedine sme nezistili žiadny. Veľmi negatívny postoj nezaujal ani jeden žiak z dediny a mesta.

Oblasť emotívna

Veľmi pozitívny postoj prejavilo viac chlapcov na dedine 72,73%, ako v meste 55%. Pozitívny postoj zaujalo 25% chlapcov v mestách a 21,21% chlapcov na dedine. Indiferentný postoj v meste tvorilo 12,5% chlapcov, na dedine sa nevyskytol žiadny. Tabuľka nám ukazuje, že negatívny postoj tvorí 6,06% chlapcov na dedine a v meste 5%. Veľmi negatívny postoj nebol žiadny ani u chlapcov v meste, ani na dedine.

Oblasť konatívna

Veľmi pozitívny postoj zaujalo 21,21% chlapcov z dediny a 20% chlapcov z mesta. Pozitívny postoj bol viditeľne väčší v meste, 32,5%, ako na dedine 9,09%. Indiferentný postoj na dedine malo 42,43% chlapcov a v meste 20% chlapcov. Negatívny postoj sme zaznamenali u 21,21% chlapcov na dedine, v meste u 12,5% chlapcov.

Tabuľka 16 Postoje dievčat k telesnej výchove v oblasti kognitívnej, emotívne, konatívnej

Postoj žiakov	ZŠ v mestách						ZŠ na dedinách					
	dievčatá						dievčatá					
	kognit.zl.		emotiv.zl		konativ.zl.		Kognit.zl.		emotiv.zl		konativ.zl.	
	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%	počet	%
Veľmi pozitívny	5	16,13	15	48,39	1	3,23	20	52,63	26	68,42	7	18,42
Pozitívny	14	45,16	8	25,81	5	16,13	15	39,47	8	21,05	11	28,95
Indiferentný	10	32,26	6	19,35	15	48,39	3	7,9	4	10,53	10	26,32
Negatívny	2	6,45	2	6,45	8	25,81	0	0	0	0	8	21,05
Veľmi negatívny	0	0	0	0	2	6,45	0	0	0	0	2	5,26

Tabuľka 16 zobrazuje postoje dievčat k telesnej výchove na dedinách a v mestách v zložke kognitívnej, emotívnej a konatívnej.

Oblasť kognitívna

Veľmi pozitívny postoj bol výraznejší u dievčat na dedine 52,63% ako v meste 16,13%. Pozitívny postoj prejavilo viac dievčat v meste 45,16% , ako na dedine 39,47%. Indiferentný postoj sme zaznamenali u 32,26% dievčat v meste a u 7,9% na dedine. Na dedine neprejavilo ani jedno dievča negatívny postoj, v meste to bolo 6,45% dievčat. Veľmi negatívny postoj nezaujalo žiadne dievča.

Oblasť emotívna

Veľmi pozitívny postoj prejavili dievčatá na dedine 68,42%, v meste 48,39%. Pozitívny postoj bol lepší u dievčat v mest 25,81% ako na dedine 21,05%. Indiferentný postoj v mestách tvorilo 19,35% a na dedinách 10,53% dievčat. Na dedine sa nevyskytol ani jeden negatívny postoj, v meste to bolo 6,45 dievčat. Veľmi negatívny postoj sa u dievčat neprejavil.

Oblasť konatívna

Veľmi pozitívny postoj zaujalo 18,42% dievčat na dedine a 3,23% dievčat v meste. Pozitívny postoj bol výraznejší u dievčat na dedine 28,95% ako v meste 16,13%. Indiferentný postoj prevládal viac v meste 48,39% ako na dedine 26,32%. Negatívny postoj bol väčší

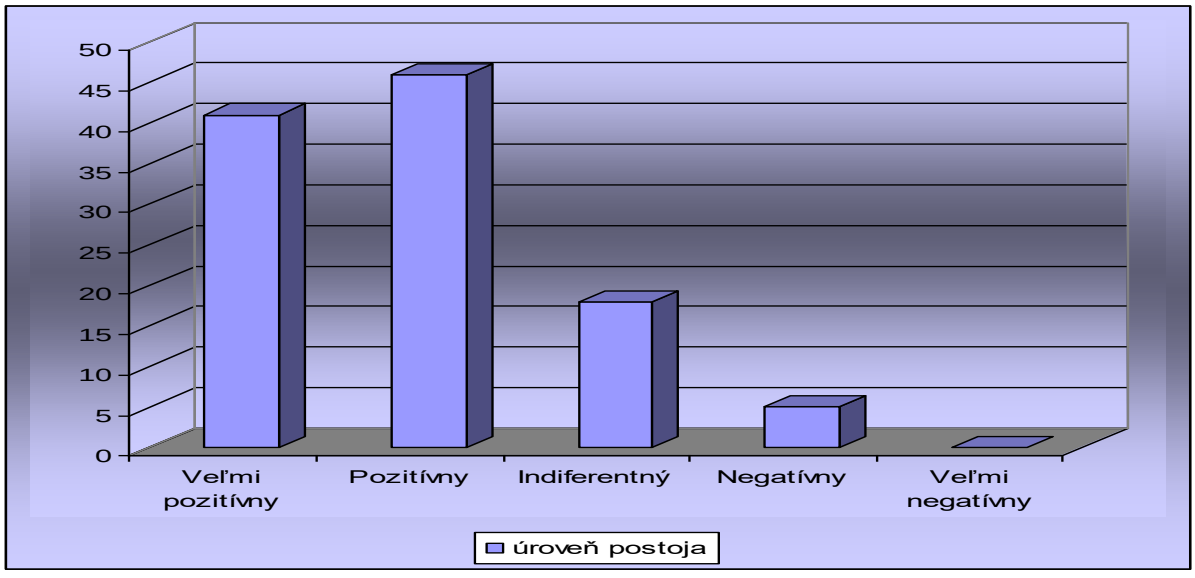
v meste 25,81% ako na dedine 21,05%. Veľmi negatívny postoj tvorilo v meste 6,45% a na dedine 5,26% dievčat.

Celkove na základe vyhodnotenia dotazníkov konštatujeme, že v priemere 80,36% chlapcov malo veľmi pozitívny a pozitívny postoj k telesnej výchove a športu. Naproti tomu len 69,57% dievčat prejavilo veľmi pozitívny a pozitívny postoj. Uvedený rozdiel v prospech chlapcov je štatisticky významný na 5% hladine štatistickej významnosti. Porovnaním žiakov z mestských a vidieckych škôl sme zistili, že až 83,31% respondentov z vidieckych ZŠ prejavilo veľmi pozitívny a pozitívny postoj k telesnej výchove a športu. U žiakov z mesta to bolo len 64,55% respondentov. Uvedený rozdiel je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti.

4.1.4 Postoje žiakov štvrtých ročníkov k telesnej výchove a športu na základných školách v regióne mesta Žilina a Turzovka

Tabuľka 17 Postoje žiakov k telesnej výchove a športu

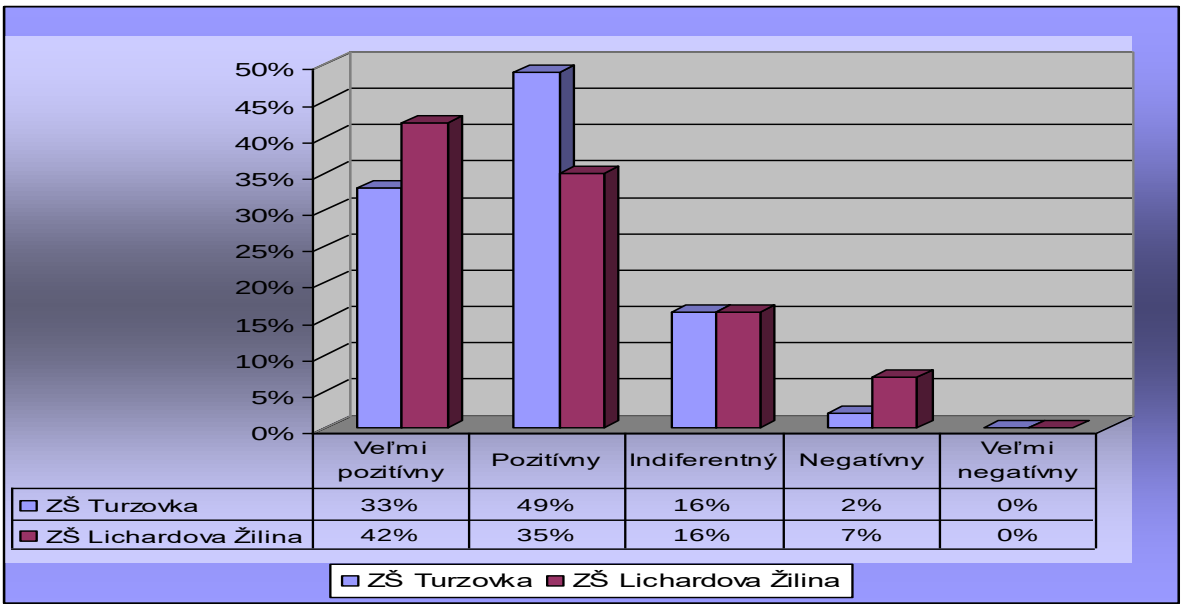
Veľmi pozitívny	41	37%
Pozitívny	46	42%
Indiferentný	18	16%
Negatívny	5	5%
Veľmi negatívny	0	0%
spolu	110	100%



Obrázok 1 Postoje žiakov k telesnej výchove a športu

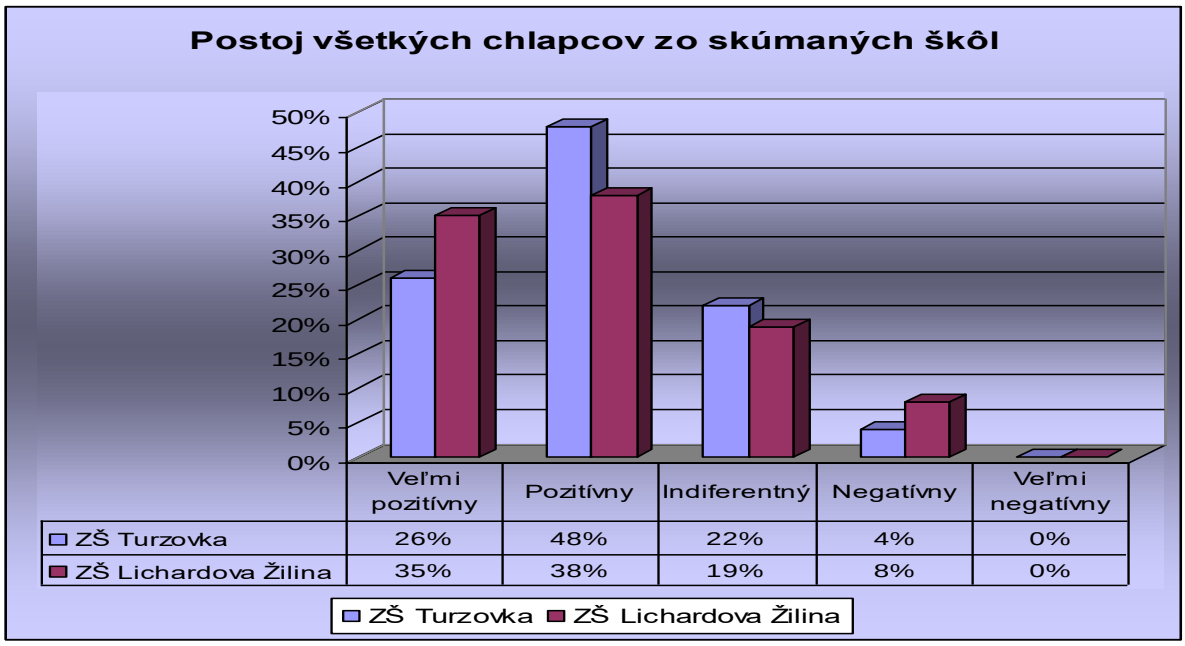
Tabuľka 18 Postoje žiakov jednotlivých škôl k telesnej výchove a športu

	ZŠ Turzovka		ZŠ Lichardova ZA	
	resp.	%	resp.	%
Veľmi pozitívny	18	32,73%	23	41,82%
Pozitívny	27	49,09%	19	34,55%
Indiferentný	9	16,36%	9	16,36%
Negatívny	1	1,82%	4	7,27%
Veľmi negatívny	0	0,00%	0	0,00%
Spolu	55	100,00%	55	100,00%

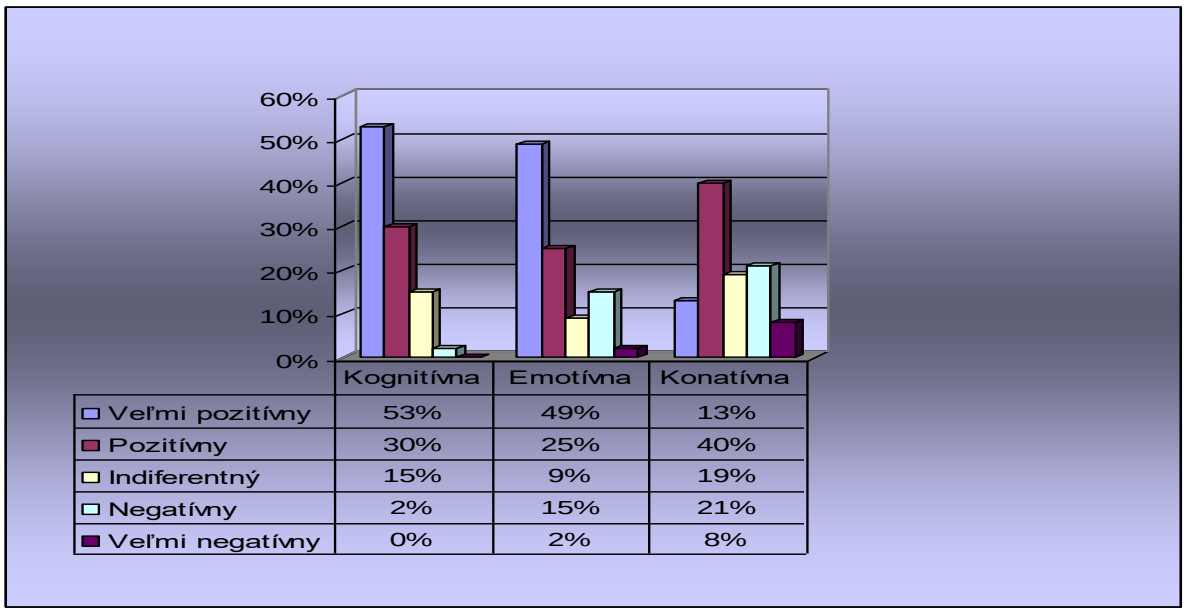


Obrázok 2 Postoje žiakov jednotlivých škôl k telesnej výchove a športu

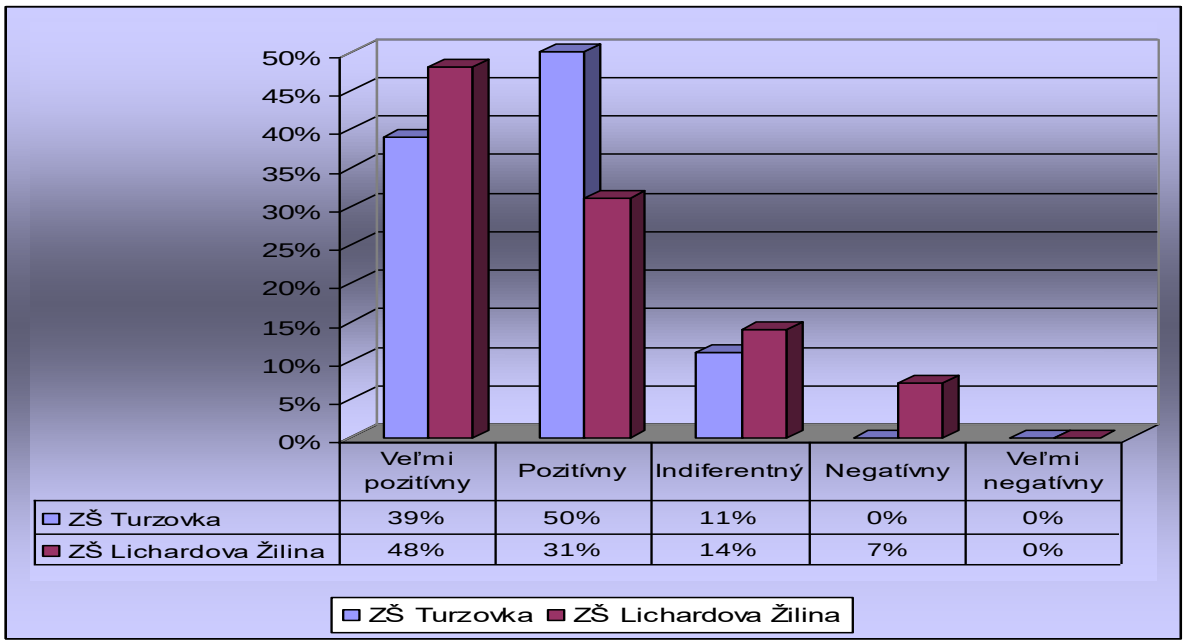
U skúmaného súboru z Turzovky prejavilo 45 žiakov pozitívny až veľmi pozitívny postoj k telesnej výchove a pohybovým aktivitám (t.j. 82%). U skúmaného súboru zo Žiliny to bolo 42 žiakov (t.j. 77%). Je zaujímavé, že indiferentný postoj k telesnej výchove zaujalo 9 žiakov z každej základnej školy, čo predstavuje 16%. Výrazný rozdiel dosiahli žiaci pri vyjadrení negatívneho postoja. Zo základnej školy v Turzovke zaujal negatívny postoj len jeden žiak. Zo základnej školy Lichardova Žilina prejavili negatívny postoj 4 žiaci (t.j. 7%). Veľmi negatívny postoj nezaujal žiaden žiak. Z výskumu vyplýva, že rozdiely medzi jednotlivými školami neboli štatisticky významné.



Obrázok 3 Postoje chlapcov k telesnej výchove a športu

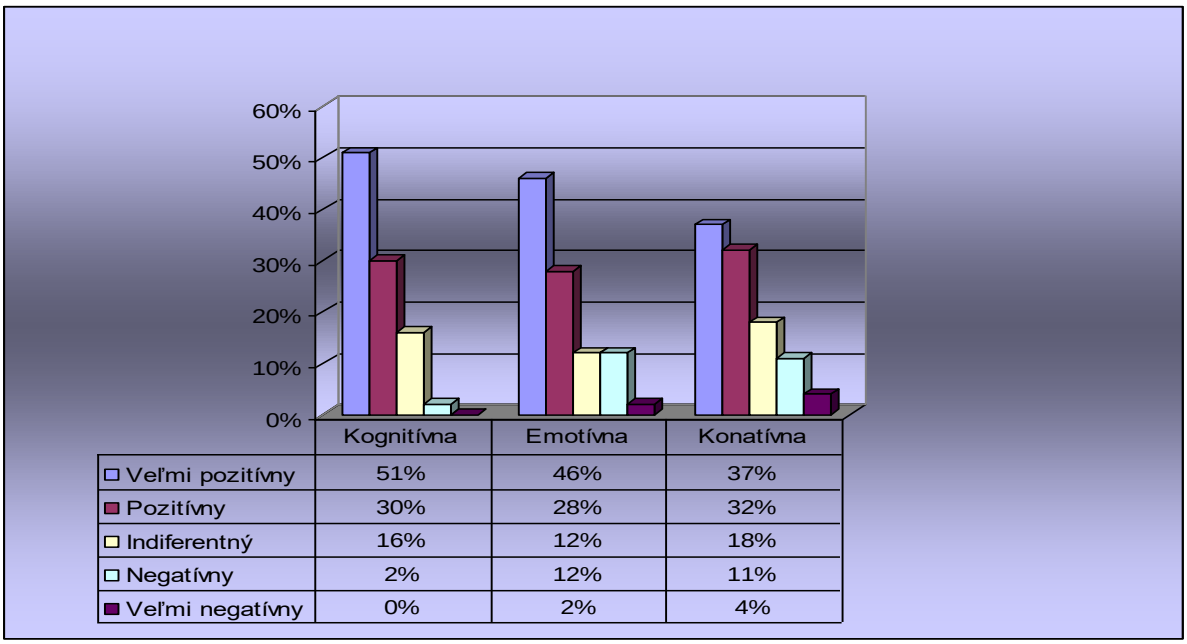


Obrázok 4 Analýza jednotlivých zložiek postoja u chlapcov



Obrázok 5 Postoje dievčat k telesnej výchove a športu

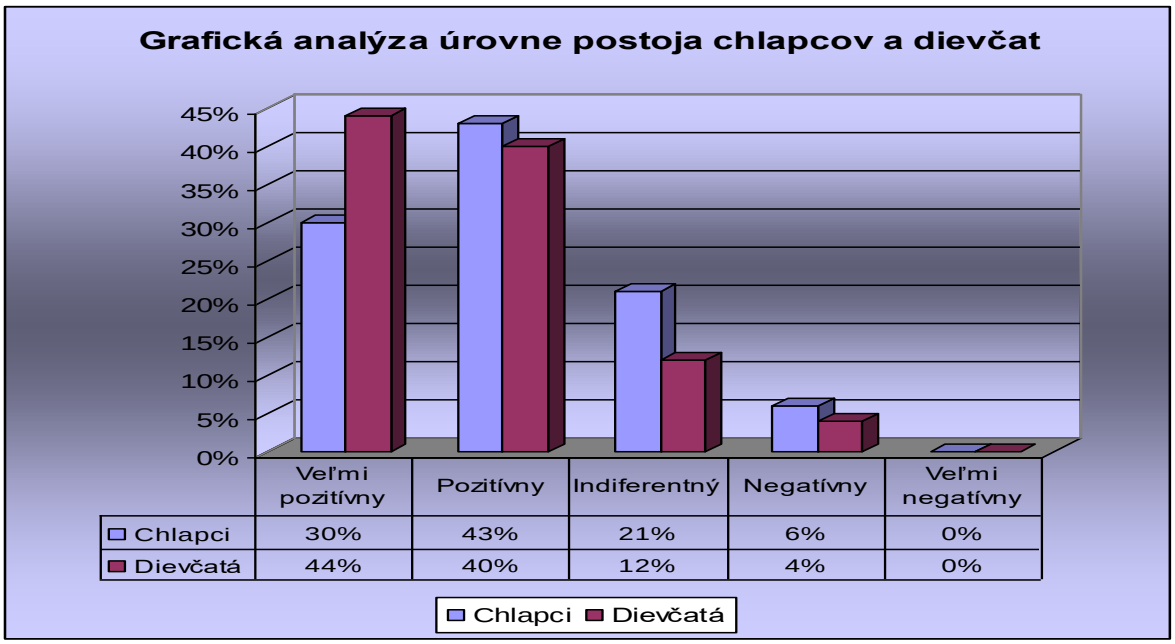
Po spracovaní výsledkov sme dospeli k názoru, že pozitívny až veľmi pozitívny postoj malo o 10% žiačok viac z Turzovky ako zo Žiliny. Indiferentný postoj zaujalo viacej žiačok zo Žiliny. Dve žiačky zo Žiliny zaujali negatívny postoj k telesnej výchove. **Celkový stav hovorí o tom, že dievčatá z Turzovky majú bližší vzťah k telesnej výchove, ako aj k športovým aktivitám ako dievčatá zo ZŠ Lichardova v Žiline.**



Obrázok 6 Analýza jednotlivých zložiek postoja u dievčat

Tabuľka 19 Porovnanie postojov chlapcov a dievčat k telesnej výchove a športu

	Dievčatá		Chlapci	
	resp.	%	resp.	%
Veľmi pozitívny	25	44%	16	30%
Pozitívny	23	40%	23	43%
Indiferentný	7	12%	11	21%
Negatívny	2	4%	3	6%
Veľmi negatívny	0	0%	0	0%
spolu	57	100%	53	100%



Obrázok 7 Grafická analýza úrovne postoja u chlapcov a dievčat

Zo všetkých dievčat má k telesnej výchove pozitívny alebo veľmi pozitívny vzťah 84%. U chlapcov je to 73%. Uvedený rozdiel v prospech dievčat je štatisticky významný na 5% hladine štatistickej významnosti. Tento stav ovplyvnili hlavne chlapci zo Žiliny, u ktorých sa hlavne konatívnej zložke postoja objavovali vysoké percentá pri negatívnom až veľmi negatívnom postoji.

4.1.5 Zhrnutie výsledkov žiakov 4.ročníka skúmaných základných škôl v oblasti ich postojov k telesnej výchove a športu:

1.Výskumu sa zúčastnilo celkove 621 žiakov, z toho bolo 303 chlapcov a 318 dievčat. Žiakov z mestských základných škôl bolo 413 a žiakov z vidieckych základných škôl bolo 208.

2.Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u chlapcov bola nasledovná: Spolu 22chlapcov t.j. 74,92% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 64 chlapcov t.j. 21,12%. Len 12 žiakov malo negatívny postoj (3, 96%).

3. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u dievčat bola nasledovná: Spolu 231 dievčat t.j. 72,64% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 82 dievčat t.j. 25,79%. Len 5 dievčat malo negatívny postoj (1,57%).

4. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u žiakov z mestských škôl bola nasledovná: Spolu 298 žiakov t.j. 72,15% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 102 žiakov t.j. 24,70%. Len 13 žiakov malo negatívny postoj (3,15%).

5. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u žiakov z vidieckych škôl bola nasledovná: Spolu 160 žiakov t.j. 76,92% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 44 žiakov t.j. 21,15%. Len 4 žiaci malo negatívny postoj (1,93%).

6.Celkove zo 621 respondetov prejavilo pozitívny postoj k telesnej výchove a športu 458 žiakov t.j. 73,75%. Indiferentný postoj malo 146 žiakov t.j. 23,51% a negatívny postoj zaujalo len 17 žiakov t.j. 2,74%.

7. Chlapci mali v priemere pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako dievčatá, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný. Žiaci z vidieckych základných škôl mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako žiaci z mestských základných škôl, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný.

4.2 Postoje žiakov deviatych ročníkov základných škôl k telesnej výchove a športu

4.2.1 Postoje žiakov deviatych ročníkov základných škôl banskobystrického regiónu k telesnej výchove a športu

Na základe náhodného výberu sme vybrali v banskobystrickom regióne 25 základných škôl. Žiaci a žiačky vybraných 25 základných škôl, ktorí tvorili výskumný súbor nášho výskumu boli z 13 mestských základných škôl miest Banská Bystrica, Krupina, Hriňová a Zvolen a 12 vidieckych základných škôl banskobystrického regiónu z dedín okresov Banská Bystrica, Brezno, Detva, Krupina a Zvolen.

Výsledky analýzy jednotlivých dotazníkov uvádzame pre lepšiu prehľadnosť v tabuľke 20.

Tabuľka 20 Postoje žiakov mestských a vidieckych základných škôl k telesnej výchove a športu

Základné školy	Orientácia postoja (chlapci a dievčatá)			Orientácia postoja (chlapci)			Orientácia postoja (dievčatá)		
	+	i	-	+	i	-	+	i	-
Mestské ZŠ (13)	276	480	18	137	265	6	139	215	12
%	35,65	62,02	2,33	33,57	64,95	1,48	37,98	58,74	3,28
Vidiecke ZŠ (12)	176	157	3	95	65	0	81	92	3
%	52,38	46,72	0,9	59,37	40,63	-	46,02	52,27	1,71
Spolu mestské a vidiecke ZŠ	452	637	21	232	330	6	220	307	15
%	40,72	57,39	1,89	40,84	58,10	1,06	40,59	56,64	2,77
Spolu mestské a vidiecke ZŠ	n = 1.110			568			542		

Vysvetlivky: n = počet respondentov; + = pozitívny postoj; - = negatívny postoj; i = indiferentný postoj.

Z 1110 respondentov (568 chlapcov a 542 dievčat) 9. ročníkov 25 vybraných ZŠ stredoslovenského regiónu prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj 452 respondentov - 40,72%; indiferentný postoj 637 respondentov - 57,39% a negatívny postoj 21 respondentov (1,89%). Zarážajúce a znepokojujúce je zistenie, že až 57,39% respondentov má indiferentný postoj k telesnej výchove a športu.

Príčin tohto stavu je, podľa nášho názoru, niekoľko. Absencia rodinnej výchovy, nezáujem rodičov o užitočné vyplnenie voľného času detí pohybovými a športovými aktivitami. Nezáujem žiakov o telesnú výchovu a uprednostňovanie pohodlnejších aktivít, ako je sledovanie televízie a najmä hry na počítači. Nedostatočná úroveň a kvalita vyučovacieho procesu na mnohých školách, nedostatočné využívanie netradičných a pre žiakov zaujímavých športových aktivít, ale aj nedostatočné priestorové a materiálne vybavenie mnohých škôl.

Z 568 chlapcov prejavilo k školskej telesnej výchove a športu pozitívny postoj 232 respondentov - 40,84%; indiferentný postoj 330 respondentov - 58,10%; negatívny postoj 6 respondentov -1,06%. Z 542 dievčat prejavilo k školskej telesnej výchove a športu pozitívny postoj 220 respondentiek - 40,59%; indiferentný postoj 307 respondentiek - 56,64%; negatívny postoj 15 respondentiek - 2,77%.

Na základe údajov v tabuľke 23 môžeme vidieť rozdiely v orientácii postojov ku školskej telesnej výchove a športu medzi mestskými a vidieckymi ZŠ, keď na mestských ZŠ prevažovali u respondentov indiferentné postoje (62,02%) nad postojmi pozitívnymi (36,65%), zatiaľ čo na vidieckych ZŠ u respondentov prevažovali pozitívne postoje (52,38%)

nad postojmi indiferentnými (46,72%). Negatívne postoje boli u respondentov na zanedbateľnej úrovni- na mestských ZŠ (2,33%) a na vidieckych ZŠ (1,89%). Vidíme tu značné rozdiely medzi žiakmi z mestských a vidieckych škôl. Žiaci z vidieckych škôl mali výrazne pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako žiaci z mestských škôl.

U žiakov (chlapcov) 9. ročníkov vybraných mestských ZŠ prevažovali indiferentné postoje (64,95%) nad postojmi pozitívnymi (33,57%) a u žiakov 9. ročníkov vybraných vidieckych ZŠ prevažovali pozitívne postoje (59,37%) nad postojmi indiferentnými (40,63%).

Negatívne postoje k školskej TV a športu prejavili iba 6 žiaci (1,48 %) z vybraných mestských ZŠ a ani jeden žiak z vybraných vidieckych ZŠ tohto regiónu.

U žiačok 9. ročníkov v porovnaní mestských a vidieckych škôl bola situácia iná, pretože u oboch druhoch škôl prevažovali u dievčat indiferentné postoje ku školskej TV a športu nad postojmi pozitívnymi. Na mestských ZŠ prevažovali u dievčat indiferentné postoje(58,74%) nad postojmi pozitívnymi (37,78%) a taktiež na vidieckych ZŠ prevažovali indiferentné postoje (52,27%) nad pozitívnymi postojmi (46,02%). Negatívne postoje na vidieckych ZŠ prejavili vo výskume iba 3 dievčatá (1,71%), čo je menej ako na mestských ZŠ, kde negatívny postoj ku školskej TV a športu prejavilo až 12 dievčat (3,28 %).

Zhrnutie:

1. **Zistili sme, že u žiakov a žiačok 9. ročníkov základných škôl banskobystrického regiónu prevládajú prevažne indiferentné postoje k školskej telesnej výchove a športu.**

Z 1110 respondentov (568 chlapcov a 542 dievčat) 9. ročníkov 25 vybraných ZŠ banskobystrického regiónu, z ktorých bolo 13 mestských ZŠ a 12 vidieckych **ZŠ prejavilo k školskej telesnej výchove a športu indiferentný postoj až 637 respondentov - 57,39 %.** Je to znepokojujúce zistenie, ktoré odráža nedostatky v rodinnej výchove a vo vyučovaní telesnej výchovy na školách.

2. **Chlapci aj dievčatá mali približne rovnakú úroveň postojov k školskej telesnej výchove a športu.**

Z 568 chlapcov prejavilo k školskej telesnej výchove a športu pozitívny postoj 232 respondentov - 40,84%; indiferentný postoj 330 respondentov - 58,10%; negatívny postoj 6 respondentov -1,06%. Z 542 dievčat prejavilo k školskej telesnej výchove a športu pozitívny

postoj 220 respondentiek - 40,59%; indiferentný postoj 307 respondentiek - 56,64%; negatívny postoj 15 respondentiek - 2,77%. U dievčat, podobne ako u chlapcov , prevládali najmä indiferentné postoje.

3. Žiaci vidieckych základných škôl mali pozitívnejší postoj k školskej telesnej výchove a športu ako žiaci mestských škôl.

Na mestských ZŠ prevažovali u respondentov indiferentné postoje (62,02%) nad postojmi pozitívnymi (36,65%), zatiaľ čo na vidieckych ZŠ u respondentov prevažovali pozitívne postoje (52,38%) nad postojmi indiferentnými (46,72%). Výrazné rozdiely boli zistené najmä u chlapcov, kde len 33,57% žiakov z mestských základných škôl prejavilo pozitívny postoj k školskej telesnej výchove a športu, oproti 59,37% žiakov z vidieckych škôl. **Uvedené rozdiely v prospech žiakov z vidieckych škôl boli štatisticky významné na 1% hladine štatistickej významnosti.**

4.2.2 Postoje žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Púchova k telesnej výchove a športu

Tabuľka 21 Zloženie výskumnej vzorky žiakov

Pohlavie žiakov	Mesto	Vidiek	Spolu žiakov	Spolu v %
Chlapci	70	69	139	51,87
Dievčatá	68	61	129	48,13
Celkový počet	138	130	268	100

Z tabuľky 21 vidíme, že z celkového počtu 268 respondentov, ktorí tvorili našu výskumnú vzorku, bolo 139 chlapcov (51,87%) a 129 dievčat (48,13%).

Základné školy v meste navštevovalo 138 žiakov (51,49%) a vidiecke školy navštevovalo 130 žiakov (48,51%).

Pomer chlapcov a dievčat na jednotlivých základných školách v meste a na vidieku uvádzame v tabuľkách 22 a 23.

Tabuľka 22 Pomer zastúpenia chlapcov a dievčat na mestských základných školách

Názov základnej školy	Chlapci	Dievčatá	Spolu žiakov
ZŠ Gorazdova	12	18	30
ZŠ J. A. Komenského	15	15	30
ZŠ Mládežnícka	16	14	30
ZŠ Slovanská	17	13	30
CZŠ sv. Margity	10	8	18
Celkový počet žiakov	70	68	138

Základné školy v meste Púchov navštevovalo spolu 138 našich respondentov, z ktorých bolo 70 chlapcov (50,72%) a 68 dievčat (49,28%).

Tabuľka 23 Pomer zastúpenia chlapcov a dievčat na vidieckych základných školách

Názov základnej školy	Chlapci	Dievčatá	Spolu žiakov
ZŠ Beluša	15	15	30
ZŠ Lazy pod Makytou	10	8	18
ZŠ Lednické Rovne	16	14	30
ZŠ Lysá pod Makytou	13	9	22
ZŠ Zárieče	15	15	30
Celkový počet žiakov	69	61	130

Z celkového počtu 130 respondentov, ktorí navštevovali základné školy na vidieku, bolo 69 chlapcov (53,08%) a 61 dievčat (46,92%). V školskom roku 2007/2008 bolo na ZŠ Lazy pod Makytou v 9. ročníku iba 18 žiakov a Základná škola Lysá pod Makytou mala spolu iba 22 žiakov 9. ročníka.

Tabuľka 24 Intenzita postoja žiakov 9. ročníka mestských základných škôl k telesnej výchove

Názov školy	Pozitívny postoj		Indiferentný postoj		Negatívny postoj	
	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá
ZŠ Gorazdova	7	5	5	11	0	2
ZŠ J. A. Komenského	11	13	4	2	0	0
ZŠ Mládežnícka	15	11	1	3	0	0
ZŠ Slovanská	12	9	4	4	0	0
CZŠ sv. Margity	3	3	6	5	1	0
Počet žiakov	49	41	20	25	1	2
Celkový počet	90		45		3	
Celkový počet v %	65,22		32,61		2,17	

Na základe vyhodnotených údajov sme dospeli k zisteniu, že zo 138 žiakov, ktorí navštevovali 9. ročník na základných školách v meste, zaujalo pozitívny postoj k telesnej výchove 90 žiakov (65,22%). Z nich bolo 49 chlapcov a 41dievčat. Indiferentný postoj k telesnej výchove sme zistili u 45 žiakov (32,61%), z ktorých bolo 20 chlapcov a 25 dievčat. Negatívny postoj k telesnej výchove mali spolu 3 žiaci (2,17%) zo všetkých mestských základných škôl.

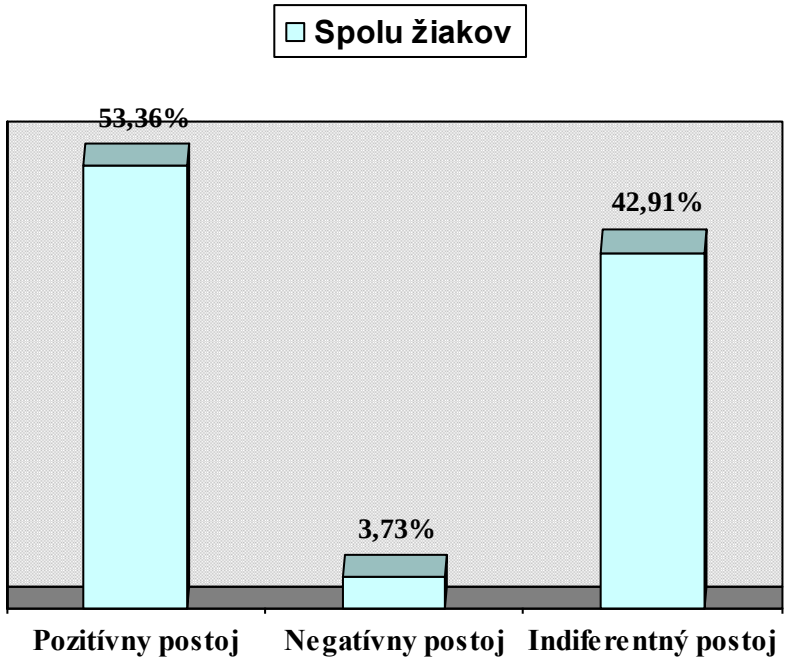
Tabuľka 25 Intenzita postoja žiakov 9. ročníka vidieckych základných škôl k telesnej výchove

Názov školy	Pozitívny postoj		Indiferentný postoj		Negatívny postoj	
	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá
ZŠ Beluša	5	7	9	6	1	2
ZŠ Lazy pod Makytou	5	4	4	3	1	1
ZŠ Lednické Rovne	6	8	10	6	0	0
ZŠ Lysá pod Makytou	3	5	9	3	1	1
ZŠ Zárieče	8	2	7	13	0	0
Počet žiakov	27	26	39	31	3	4
Celkový počet	53		70		7	
Celkový počet v %	40,77		53,85		5,38	

Zistili sme, že u žiakov vidieckych základných škôl prevažoval indiferentný postoj k telesnej výchove, a to u 70 žiakov (53,85%) z celkového počtu 130.

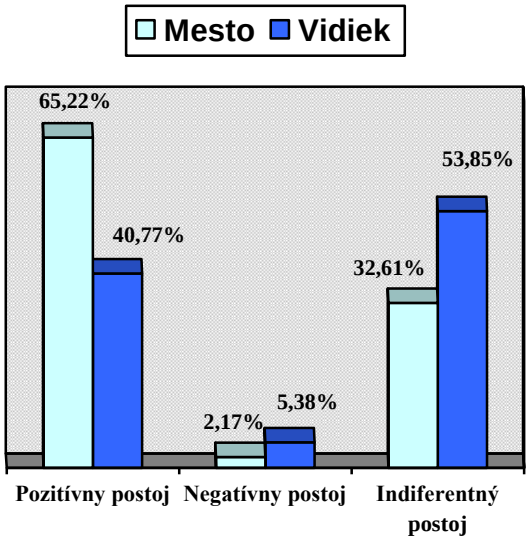
Z tohto počtu bolo 39 chlapcov a 31 dievčat. Pozitívny postoj k tomuto vyučovaciemu predmetu sme zistili u 53 žiakov (40,77%). Daný počet pozostával z 27 chlapcov a z 26 dievčat. Postoj 7 žiakov (5,38%,), a to 3 chlapcov a 4 dievčat , môžeme označiť ako negatívny.

Na základe získaných výsledkov uvádzame nasledovné zhrnutie: Z celkového počtu 268 žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Púchova, ktorí tvorili našu výskumnú vzorku, sme zistili u 53,36%, čo je 143 žiakov, pozitívny postoj k vyučovaciemu predmetu telesná výchova, čo je viac ako 50% žiakov z nášho výskumného súboru. **Až 42,91% respondentov prejavilo indiferentný postoj k telesnej výchove.** Percentuálne porovnanie intenzity postojov našich respondentov k telesnej výchove uvádzame v nasledovnom grafe na obrázku 10.



Obrázok 10 Porovnanie intenzity postoja žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Púchova k telesnej výchove a športu

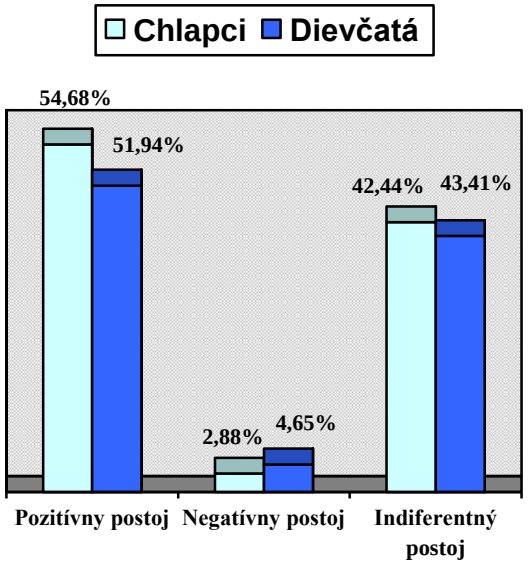
Porovnaním výsledkov základných škôl na základe ich lokality môžeme skonštatovať, že u 65,22% žiakov mestských základných škôl prevládal pozitívny postoj k telesnej výchove, zatiaľ čo na vidieckych školách iba u 40,77% žiakov. Uvedený rozdiel v prospech žiakov z mestských škôl je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti. Percentuálne porovnania intenzity postoja našich respondentov k telesnej výchove z hľadiska lokality škôl uvádzame v nasledovnom grafe na obrázku 11.



Obrázok 11 Porovnanie intenzity postoja žiakov 9. ročníka k telesnej výchove podľa lokality škôl

Porovnaním výsledkov diferencovaných z hľadiska pohlavia našich respondentov sme dospeli k zisteniu, že 54,68% chlapcov a 51,94% dievčat zaujalo k telesnej výchove pozitívny postoj. Uvedený rozdiel nebol štatisticky významný.

Percentuálne porovnanie intenzity postoja našich respondentov diferencované podľa pohlavia uvádzame v nasledujúcom grafe na obrázku 12.



Obrázok 12 Porovnanie intenzity postoja žiakov 9. ročníka k telesnej výchove podľa pohlavia žiakov

4.2.3 Postoje žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Martina k telesnej výchove a športu

Výskum sme realizovali na 2 základných školách v meste Martin a na 2 dedinských školách:

- ZŠ na Jahodníckej ul. v Martine
- ZŠ Tomáša Zanovita v Martine
- ZŠ Krpeľany
- ZŠ Turany

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole na Jahodníckej ul. bol 26, z toho bolo 20 chlapcov (76,9%) a 6 dievčat (23,1%),

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole Tomáša Zanovita bol 46, z toho bolo 24 chlapcov (52,1%) a 22 dievčat (47,9%)

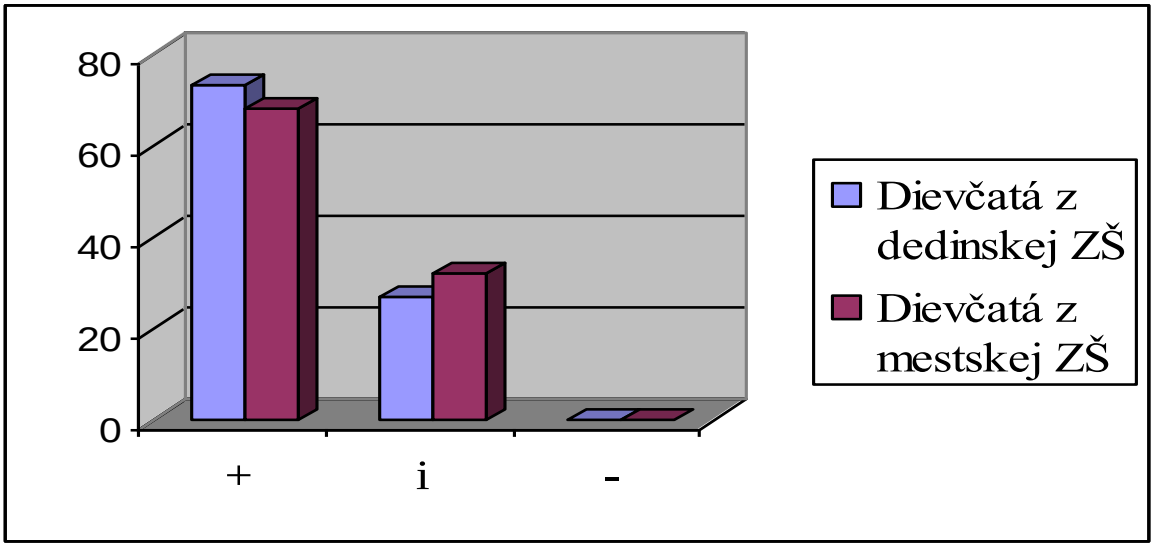
Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole v Krpeľanoch bol 23, z toho bolo 11 chlapcov (47,8%) a 12 dievčat (52,2%),

Počet žiakov 9. ročníka na základnej škole v Turanoch bol 33, z toho bolo 15 chlapcov (54,5 %) a 18 dievčat (45,5 %)

Celkovo sa výskumu zúčastnilo 128 respondentov, z toho bolo 70 chlapcov a 58 dievčat.

Tabuľka 26 Postoje k telesnej výchove a športu dievčat 9. ročníka základných škôl

	Dievčatá z dedinských ZŠ		Dievčatá z mestských ZŠ		Dievčatá spolu	
Postoj žiakov	N	%	N	%	N	%
Pozitívny (+)	22	73,3	19	67,9	41	70,7
Indiferentný (i)	8	26,7	9	32,1	17	29,3
Negatívny (-)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Spolu	30	100,0	28	100,0	58	100,0



Obrázok 13 Postoje k telesnej výchove a športu dievčat 9. ročníka základných škôl

V tabuľke 26 a obrázku 13 uvádzame postoje dievčat 9. ročníka sledovaných základných škôl k telesnej výchove a športu.

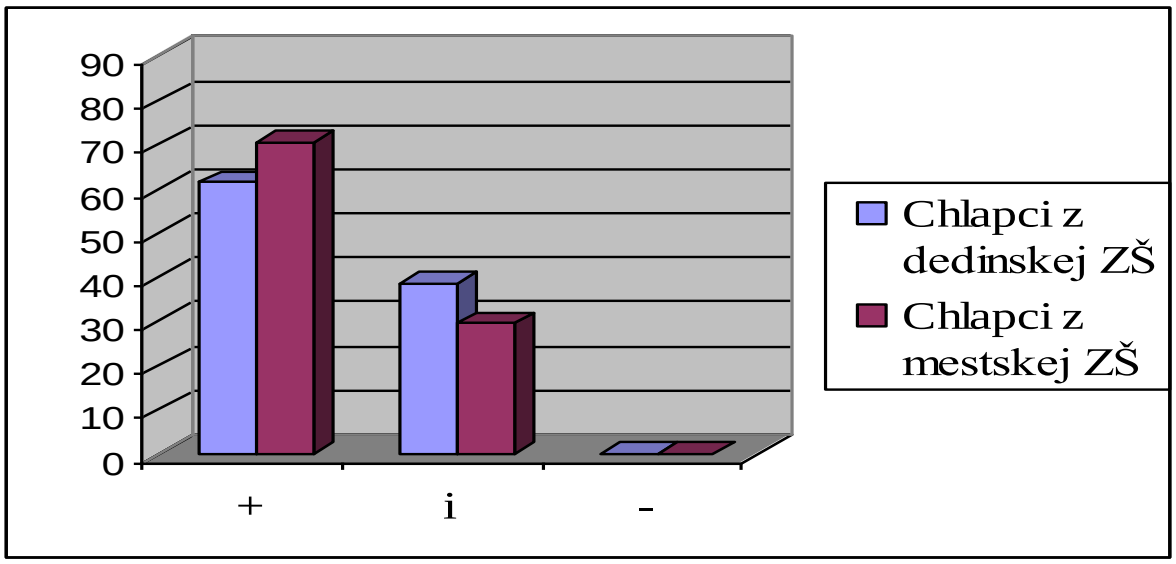
Z celkového počtu 30 žiačok z dedinských základných škôl zaujalo pozitívny postoj až 22 respondentov čo je 73,3%, indiferentný postoj 8 respondentov čo je 26,7% a negatívny postoj nezaujala žiadna žiačka.

Z celkového počtu 28 žiačok z mestských základných škôl zaujalo pozitívny postoj 19 respondentov čo je 67,9%, indiferentný postoj 9 respondentov čo je 32,1% a negatívny postoj nezaujala žiadna žiačka.

Celkovo teda v porovnaní žiačok 9 ročníkov základných škôl možno vidieť, že dievčatá z dedinských základných škôl mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove ako dievčatá z mestských základných škôl. Uvedený rozdiel je na 5% hladine štatistickej významnosti. Je potešiteľné, že celkove vysoké percento dievčat má pozitívny postoj k telesnej výchove a pohybovým aktivitám.

Tabuľka 27 Postoje k telesnej výchove a športu u chlapcov 9. ročníka základných škôl

Postoj žiakov	Chlapci z dedinských ZŠ		Chlapci z mestských ZŠ		Chlapci spolu	
	N	%	N	%	N	%
Pozitívny (+)	16	61,5	31	70,5	47	67,1
Indiferentný (i)	10	38,5	13	29,5	23	32,9
Negatívny (-)	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Spolu	26	100,0	44	100,0	70	100,0



Obrázok 14 Postoje k telesnej výchove a športu u chlapcov 9. ročníka základných škôl

V tabuľke 27 a obrázku 14 uvádzame postoje chlapcov 9. ročníka obidvoch typov základných škôl k telesnej výchove a športu.

Z celkového počtu 26 žiakov z dedinských základných škôl zaujalo pozitívny postoj 16 respondentov čo je 61,5%, indiferentný postoj 10 respondentov 38,5% a negatívny postoj nezaujal žiadny žiak.

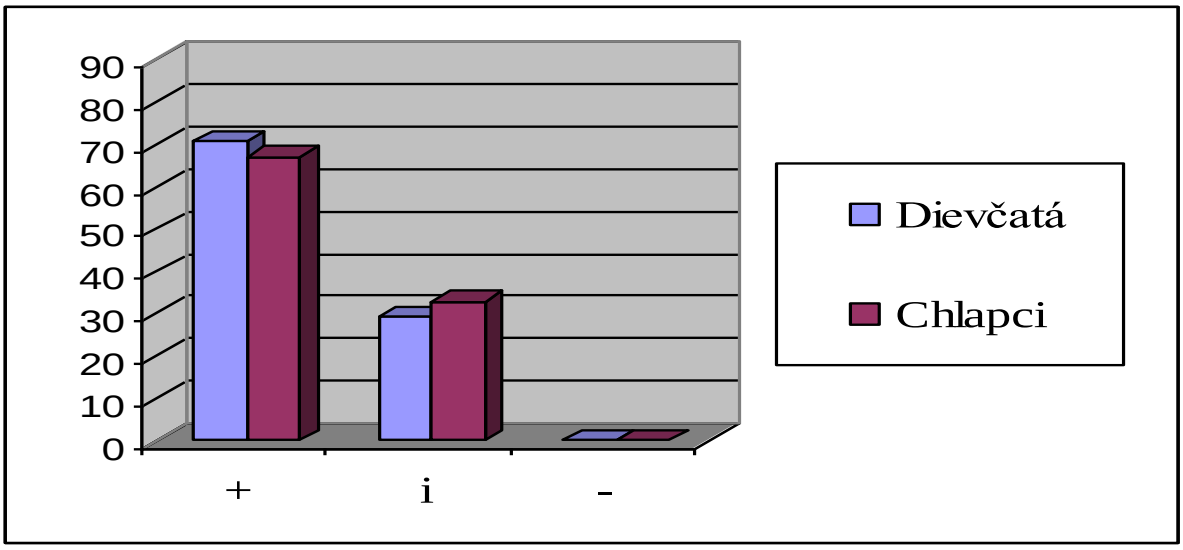
Z celkového počtu 44 žiakov z mestských základných škôl zaujalo pozitívny postoj až 31respondentov čo je 70,5%, indiferentný postoj 13 respondentov čo je 29,5% a negatívny postoj nezaujal žiadny žiak.

Celkovo teda v porovnaní žiakov 9 ročníkov základných škôl možno vidieť, že chlapci z mestských základných škôl mali v priemere pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako chlapci z dedinských základných škôl. Uvedený rozdiel bol

štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti. Podobne, ako u dievčat, môžeme konštatovať, že vysoké percento chlapcov malo pozitívny postoj k telesnej výchove. Určitým varovaním pre učiteľov je vysoké percento žiakov dedinských škôl s indiferentným postojom k telesnej výchove a športu.

Tabuľka 28 Celkový postoj k telesnej výchove u dievčat a chlapcov 9. ročníka základných škôl

Postoj žiakov	Dievčatá		Chlapci	
	N	%	N	%
Pozitívny (+)	41	70,7	47	67,1
Indiferentný (i)	17	29,3	23	32,9
Negatívny (-)	0	0,0	0	0,0
Spolu	58	100,0	70	100,0



Obrázok 15 Celkový postoj k telesnej výchove u dievčat a chlapcov 9. ročníka základných škôl

Zhrnutie:

Z celkového počtu skúmaných žiačok z dedinských a mestských základných škôl zaujalo pozitívny postoj až 41 respondentiek čo je 70,7%, indiferentný 17 čo je 29,3% a negatívny postoj nezaujal žiadna žiačka. Zo skúmanej vzorky chlapcov zaujalo pozitívny postoj až 47 respondentov čo je 67,1%, indiferentný 23 respondentov čo je 32,9% a negatívny postoj nezaujal žiadny žiak. **Na základe zistených údajov môžeme konštatovať, že**

dievčatá mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove ako chlapci, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný.

Výskumom realizovanom na základných školách v regióne mesta Martin sme zistili niektoré zaujímavé skutočnosti týkajúce sa postojov žiakov 9.ročníkov ZŠ k telesnej výchove a pohybovým aktivitám. Je potešiteľné, že z celkového počtu 128 respondentov 87 z nich prejavilo pozitívny postoj k telesnej výchove (67,96%). Ani jeden z našich respondentov nemal negatívny postoj. **Samozrejme, že 32,04% žiakov s indiferentným postojom k telesnej výchove a pohybovým aktivitám je varovaním pre učiteľov telesnej výchovy a taktiež pre rodičov. Je nevyhnutné zamerať sa na túto skupinu žiakov, vhodne ich motivovať a vzbudiť u nich záujem o pravidelné športovanie.**

4.2.4 Postoje žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Ružomberka k telesnej výchove a športu

Objektom výskumu boli žiaci deviatych ročníkov štyroch základných škôl v okrese Ružomberok, ZŠ sv. Vincenta, ZŠ Zarevúca, ZŠ Liptovská Lúžna, ZŠ Lisková. Meraná vzorka pozostávala zo 100 žiakov 9. ročníkov. Pri výbere respondentov sme zvolili metódu náhodného výberu.

Tabuľka 29 Postoje chlapcov k telesnej výchove a športu

Č	Názov školy	Počet žiakov	Pozitívny postoj (+)	Indiferentný postoj (i)	Negatívny postoj (-)
1	ZŠ sv. Vincenta	12	5 (41, 67%)	6 (50, 0%)	1 (8,33%)
2	ZŠ Zarevúca	11	6 (54,55%)	4 (36,36%)	1 (9,09%)
3	ZŠ Liptovská Lúžna	15	8 (53,33%)	7 (46,67%)	-
4	ZŠ Lisková	11	7 (63,64%)	4 (36,36%)	-
	Spolu	49	26 (53,06%)	21 (42,86%)	2 (4,08%)

Pri porovnaní výsledkov postojového dotazníka k telesnej výchove uvedených v tabuľkách 29 a 30, ktoré zahŕňajú celkové výsledky chlapcov a dievčat, je vidieť len malé rozdiely vo výsledkoch negatívneho postoja. **U chlapcov prevažoval pozitívny postoj k telesnej výchove a športu, čo prezentovalo 53,06% žiakov. U dievčat prevládal indiferentný postoj, ktorý malo až 60,79% žiačok. Len 33,33% divčat malo pozitívny postoj k telesnej výchove. Rozdiel medzi chlapcami a dievčatmi bol štatisticky**

významný na 1% hladine štatistickej významnosti v prospech chlapcov. Je zarážajúce, že celkove až 51,83% respondentov malo indiferentný postoj k telesnej výchove a športu.

Tabuľka 30 Postoje dievčat k telesnej výchove a športu

Č	Názov školy	Počet žiakov	Pozitívny postoj (+)	Indiferentný postoj (i)	Negatívny postoj (-)
1	ZŠ sv. Vincenta	15	4 (26,67%)	9 (80, 0%)	2 (13,33%)
2	ZŠ Zarevúca	13	5 (38,46%)	7 (53,85%)	1 (7,69%)
3	ZŠ Liptovská Lúžna	13	5 (38,46%)	8 (61,54%)	-
4	ZŠ Lisková	10	3 (30, 0%)	7 (70, 0%)	-
	Spolu	51	17 (33,33%)	31 (60,79%)	3 (5,88%)

Porovnaním žiakov z mestských a vidieckych škôl sme zistili, že len 40,33% žiakov z mestských škôl a 46,35% žiakov z vidieckych škôl malo pozitívny postoj k telesnej výchove a športu. Uvedený rozdiel je na 5% hladine štatistickej významnosti v prospech žiakov z vidieckych škôl.

Tabuľka 31 Poznávacia, emotívna a konatívna zložka postoja (chlapci)

Č	Názov školy	Spolu bodov	Poznávacia zložka postoja	Emotívna zložka postoja	Konatívna zložka postoja
1	ZŠ sv. Vincenta	408	240 (58,82%)	213 (52,21%)	263 (64,46%)
2	ZŠ Zarevúca	374	203 (54,28%)	192 (51,34%)	234 (62,57%)
3	ZŠ Liptovská Lúžna	510	305 (59,80%)	327 (64,12%)	296 (58,14%)
4	ZŠ Lisková	374	231 (61,67%)	242 (64,71%)	267 (71,39%)
	Spolu	1666	979 (58,76%)	974 (58,46%)	1060 (63,63%)

Z tabuľky 31 je vidieť, že najviac bodov 1060 (63,63%) získali respondenti v otázkach zameraných na konatívnu zložku postoja. V otázkach zameraných na poznávaciu zložku získali 979 (58,76%) bodov a v otázkach zameraných na emotívnu zložku postoja získali 974 (58,46%) bodov.

Tabuľka 32 Poznávacia, emotívna a konatívna zložka postoja (dievčatá)

Č	Názov školy	Spolu bodov	Poznávacia zložka postoja	Emotívna zložka postoja	Konatívna zložka postoja
1	ZŠ sv. Vincenta	510	290 (56,86%)	289 (56,67%)	310 (60,78%)
2	ZŠ Zarevúca	442	274 (55,88%)	262 (59,28%)	293 (66,29%)
3	ZŠ Liptovská Lúžna	442	268 (60,63%)	256 (57,92%)	260 (58,82%)
4	ZŠ Lisková	340	202 (59,41%)	216 (63,53%)	195 (57,35%)
	Spolu	1734	1034 (59,63%)	1023 (59,0%)	1058 (61,01%)

Z tabuľky 32 je vidieť, že najviac bodov 1058 (61,01%) získali respondentky v otázkach zameraných na konatívnu zložku postoja. V otázkach zameraných na poznávaciu zložku získali 1034 (59,63%) bodov a v otázkach zameraných na emotívnu zložku postoja získali najmenej bodov 1023 (58,46%).

4.2.5 Zhrnutie výsledkov žiakov 9.ročníka skúmaných základných škôl v oblasti ich postojov k telesnej výchove a športu:

1. Výskumu sa zúčastnilo celkove 1606 žiakov, z toho bolo 826 chlapcov a 780 dievčat. Žiakov z mestských základných škôl bolo 1034 a žiakov z vidieckych základných škôl bolo 572.
2. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u chlapcov bola nasledovná: Spolu 381 chlapcov t.j. 46,12% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 433 chlapcov t.j. 52,42%. Len 12 žiakov malo negatívny postoj (1,46%).
3. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u dievčat bola nasledovná: Spolu 345 dievčat t.j. 44,23% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 411 dievčat t.j. 52,69%. Len 24 dievčat malo negatívny postoj (3,08%).
4. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u žiakov z mestských škôl bola nasledovná: Spolu 436 žiakov t.j. 42,16% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 572 žiakov t.j. 55,32%. Len 26 žiakov malo negatívny postoj (2,52%).
5. Intenzita postojov k telesnej výchove a športu u žiakov z vidieckych škôl bola nasledovná: Spolu 290 žiakov t.j. 50,69% prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívny postoj. Indiferentný postoj malo 272 žiakov t.j. 47,55%. Len 10 žiakov malo negatívny postoj (1,76%).

6. Celkove z 1606 respondetov prejavilo pozitívny postoj k telesnej výchove a športu 726 žiakov t.j. 45,21%. Indiferentný postoj malo až 844 žiakov t.j. 52,55% a negatívny postoj zaujalo len 36 žiakov t.j. 2,24%.
7. Chlapci mali v priemere pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako dievčatá, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný. Žiaci z vidieckych základných škôl mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako žiaci z mestských základných škôl a uvedený rozdiel bol štatisticky významný na 5% hladine štatistickej významnosti.

4.3 Úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov základných škôl z telesnej výchovy a športu

4.3.1 Úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov základných škôl v Banskej Bystrici z telesnej výchovy a športu

Tabuľka 33 Priemerný počet bodov z vedomostného testu na jednotlivých ZŠ

Škola :	Priemerný počet bodov z vedomostného testu z Tv	
	chlapci	dievčatá
ZŠ – Ďumbierska	43,75	33,58
ZŠ – Moskovská	22,87	25,82
ZŠ – Pieninská	35,00	32,90
ZŠ – Radvanská	30,74	31,95
ZŠ – Š. Moyzesa	35,66	36,44
ZŠ – Tatranská	31,21	32,29

Z uvedených údajov v tabuľke 33 vyplýva, že najvyšší priemerný počet bodov z vedomostného testu dosiahli chlapci zo ZŠ Ďumbierska – 43,75 a dievčatá zo ZŠ Š. Moyzesa – 36,44. Najnižší priemerný počet bodov získali chlapci a dievčatá zo ZŠ Moskovská. **Chlapci jednotlivých základných škôl získali vo vedomostnom teste v priemere 33,21 bodov. Naproti tomu dievčatá získali v priemere 32,16 bodov, čiže o niečo menej jako chlapci. Uvedený rozdiel však nebol štatisticky významný.**

Tabuľka 34 Počet žiakov, ktorí splnili vzdelávací štandard

Škola :	Počet žiakov, ktorí splnili vzdelávací štandard			
	chlapci	dievčatá	spolu	vyjadrenie v %
ZŠ – Ďumbierska	12	6	18	75
ZŠ – Moskovská	0	0	0	0
ZŠ – Pieninská	9	7	16	42,11
ZŠ – Radvanská	1	1	2	5
ZŠ – Š. Moyzesa	2	1	3	20
ZŠ – Tatranská	0	0	0	0

Z uvedených údajov v tabuľke 34 vyplýva, že najviac žiakov, ktorý splnili vzdelávací štandard z teoretických poznatkov o telesnej výchove je zo ZŠ Ďumbierska v počte 18, čo predstavuje 75% , najmenej je zo ZŠ Moskovská a Tatranská, kde ani jeden žiak nedosiahol minimálny počet, tj. 40 bodov na splnenie vzdelávacieho štandardu.

Výskumom sme zistili, že vzdelávací štandard celkove splnilo 24 chlapcov (31,17%) a len 15 dievčat (16,13%).

Vzdelávací štandard splnilo celkove len 39 respondentov z celkového počtu 170, čo predstavuje len 22,94% respondentov. Považujeme to za veľmi nízke percento a pravdepodobnou príčinou zisteného stavu je nedostatočná pozornosť venovaná teoretickému vzdelávaniu žiakov zo strany vyučujúcich na sledovaných základných školách a taktiež náročnosť niektorých otázok vo vedomostnom teste.

4.3.2 Úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov základných škôl v regióne Lučenca z telesnej výchovy a športu

Z tabuľky 35 vyplýva, že dievčatá dosiahli vo vedomostnom teste v priemere 24,30 bodov. Z celkového počtu 99 dievčat získali stanovený počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu len 4 dievčatá t. j.4, 04 %.

Chlapci dosiahli v priemere 22,96 bodov. Z celkového počtu 100 chlapcov získali stanovený počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu len 2 chlapci t. j. 2%. Náš predpoklad, že úroveň vedomostí bude lepšia u dievčat ako u chlapcov sa nám potvrdil, nakoľko kritériám na splnenie vzdelávacieho štandardu vyhovelo celkovo 4,04% dievčat, kým u chlapcov to boli len 2%. Uvedený rozdiel však nie je štatisticky významný.Celkove môžme konštatovať, že úroveň teoretických vedomostí chlapcov aj dievčat z telesnej výchovy a športu bola na veľmi nízkej úrovni.

Jednou z príčin je podľa nášho názoru to, že učitelia venujú málo pozornosti teoretickému vzdelávaniu žiakov na hodinách telesnej výchovy. Dve vyučovacie hodiny telesnej výchovy týždenne sú nedostatočné a učitelia využivajú tento čas predovšetkým na pohybové aktivity a praktické cvičenie.

Ďalšou príčinou dosahovania nízkeho počtu bodov vo vedomostnom teste bola, podľa nášho názoru, aj zložitá formulácia jednotlivých otázok, ktorým žiaci neporozumeli, poprípade nedokázali na danú otázku formulovať správne odpoveď. Takými boli napr. otázka č.14: „Čo rozvíjame krátkym a usilovným behom?“ , otázka č. 16: „Porozmýšľaj a napíš, na čo všetko musíš pamätať a dávať pozor, ak chceš preskočiť cez kozu spôsobom roznožmo?“ Žiaci správne odpovedali a najvyšší možný počet bodov dosahovali zase v otázkach ako napr. otázka č. 3: „Napíš názvy hlavných častí ľudského tela.“, otázka č. 13: „Čo podľa teba najviac škodí zdraviu?“ (vedomosti získané na iných vyučovacích predmetoch).

Tabuľka 35 Úroveň teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu

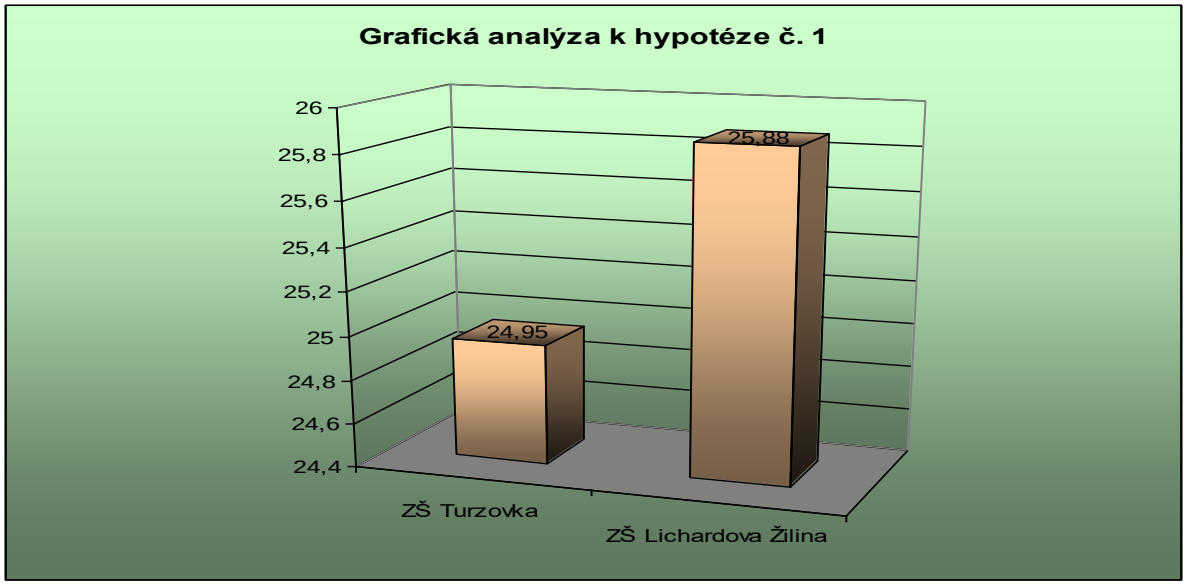
	Body vo vedomostnom teste	Dosiahnutie vzdelávacieho štandardu (%)
Chlapci	22, 96	2,00
Dievčatá	24, 30	4,04
Plneorganizované školy	23, 72	5,12
Malotriedne školy	23, 68	0,00

V tabuľke 35 uvádzame aj výsledky dosiahnuté vo vedomostnom teste žiakov na plneorganizovaných školách a na malotriednych školách.

Z tabuľky vyplýva, že žiaci na plneorganizovaných školách dosiahli v priemere 23,72 bodov. Z celkového počtu 117 žiakov získalo stanovený počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu 6 žiakov, t. j. 5,12%. Žiaci na malotriednych školách získali v priemere 23,68 bodov. Z celkového počtu 82 žiakov dosiahlo počet bodov potrebných pre splnenie vzdelávacieho štandardu 0 žiakov, t. j.0%. Týmto sa potvrdil náš predpoklad, že úroveň teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu bude lepšia u žiakov na plneorganizovaných školách ako na malotriednych.**Uvedený rozdiel bol však minimálny a štatisticky nevýznamný.**

4.3.3 Úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov základných škôl v Žiline a Turzovke z telesnej výchovy a športu

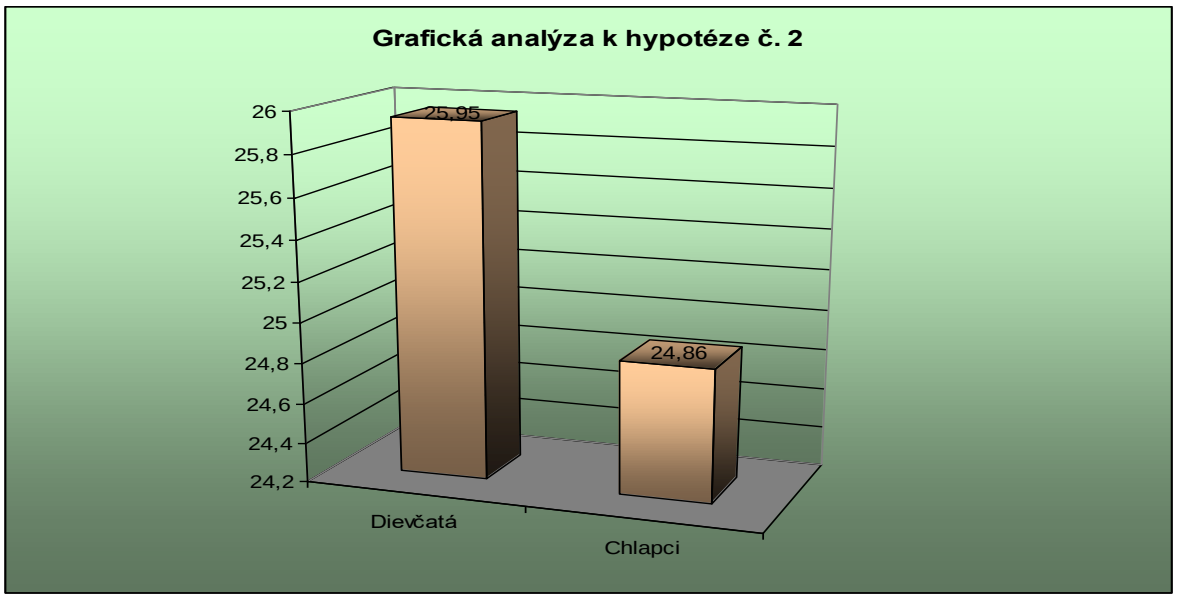
V obrázkoch 16-18 uvádzame výsledky dosiahnuté vo vedomostnom teste z telesnej výchovy a športu žiakmi zo Základnej školy Lichardova v Žiline a ZŠ v Turzovke.



Obrázok 16 Porovnanie vedomostí žiakov 4. ročníka ZŠ Turzovka a ZŠ Lichardova Žilina

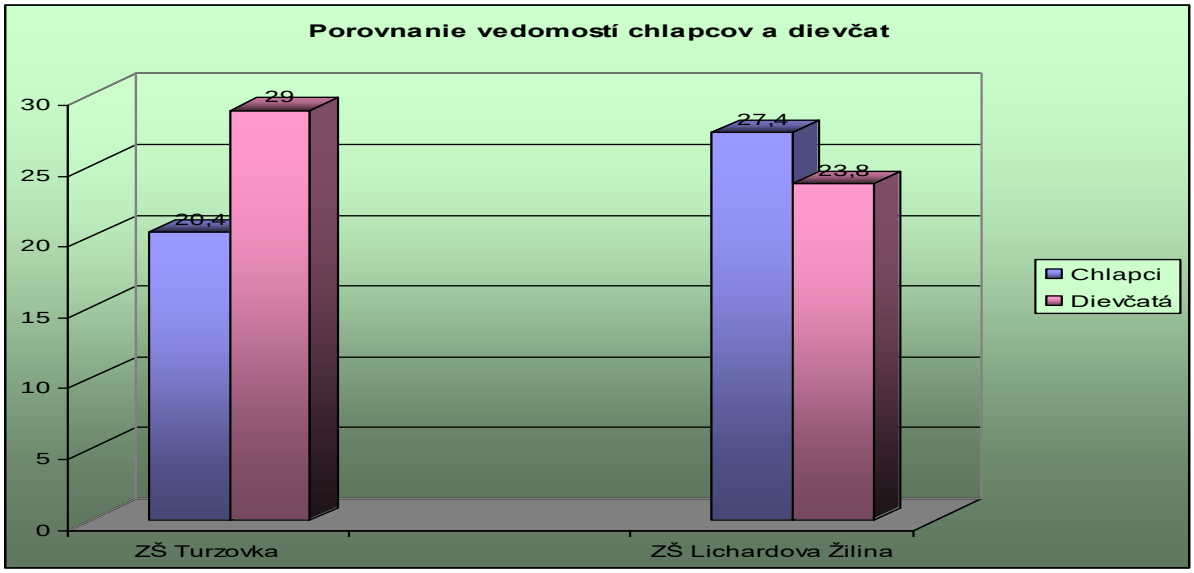
Predpokladali sme, že vedomostná úroveň z teoretických poznatkov z telesnej výchovy bude vyššia u skúmaného súboru žiakov 4. ročníka zo Základnej školy Lichardova zo Žiliny ako u skúmaného súboru žiakov zo Základnej školy z Turzovky. Predpoklad sa nám potvrdil, pretože žiaci zo ZŠ v Turzovke získali v priemere menej bodov ako žiaci zo ZŠ Lichardova Žilina. Aj napriek nášmu očakávaniu však rozdiel medzi školami nebol veľmi výrazný, čo je vidieť aj v grafickom znázornení. **Žiaci zo ZŠ Turzovka**

získali v priemere len 24,95 bodov a žiaci zo ZŠ Lichardova Žilina 25,88 bodov. Uvedený rozdiel nebol štatisticky významný.



Obrázok 17 Porovnanie vedomostí chlapcov a dievčat z telesnej výchovy a športu

Predpokladali sme, že dievčatá z oboch skúmaných súborov budú mať spoločne dosiahnutú vyššiu vedomostnú úroveň z telesnej výchovy ako chlapci. V konečnom dôsledku sa nám tento predpoklad potvrdil a dievčatá z oboch základných škôl dosiahli v priemere lepšie výsledky z teoretických vedomostí ako chlapci. A to aj napriek tomu, že vedomostná úroveň dievčat zo Žiliny bola oveľa nižšia ako u chlapcov. **Celkove dievčatá získali vo vedomostnom teste 25,95 bodov a chlapci len 24,86 bodov. Uvedený rozdiel nebol štatisticky významný.**



Obrázok 18 Porovnanie vedomostí chlapcov a dievčat oboch škôl z telesnej výchovy a športu

Z celkového počtu dievčat zo ZŠ Lichardova nedosiahla požadovaný počet bodov ani jedna žiačka pre splnenie vzdelávacieho štandardu. Najvyšší získaný počet bodov bol 32 bodov. Tento stav dosiahli 2 žiačky. Najnižší dosiahnutý počet bodov bol 10 bodov.

Dievčatá dosiahli v priemere len 23,8 bodov, kým potrebný počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu je 40 bodov.

Chlapci dosiahli v priemere 27,04 bodov.

Z celkového počtu chlapcov zo ZŠ Lichardova v Žiline dosiahol požadovaný počet bodov len jeden žiak (40 bodov). Týmto ako jediný spnil vzdelávací štandard. Najnižší dosiahnutý počet bodov bol 12 bodov.

Zo získaných údajov vidíme, že dievčatá zo ZŠ Lichardova v Žiline mali nižšiu vedomostnú úroveň z telesnej výchovy ako chlapci. Uvedený rozdiel bol štatisticky významný na 5% hladine štatistickej významnosti.

Na ZŠ v Turzovke bola situácia nasledovná. Ako je zrejmé z obrázku 18, tak dievčatá v priemere dosiahli vo vedomostnom teste len 20,4 bodov, zatiaľ čo chlapci výrazne viac, až 29,0 bodov. Uvedený rozdiel bol štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti.

Pri porovnaní žiakov obidvoch škôl je zrejmé, že najlepšie teoretické vedomosti z telesnej výchovy mali chlapci zo ZŠ v Turzovke. Naopak, najslabšie vedomosti mali dievčatá z tej istej školy. Pravdepodobne to bude výsledkom rozdielnej práce učiteľov telesnej výchovy na škole.

4.3.4 Úroveň teoretických vedomostí žiakov štvrtých ročníkov základných škôl na Orave z telesnej výchovy a športu

V tabuľkách 36 a 37 uvádzame výsledky dosiahnuté vo vedomostnom teste u chlapcov a dievčat z dedinských škôl (ZŠ Novoť, ZŠ Oravská Lesná, ZŠ Zákamenné) a mestských škôl (ZŠ Námestovo, ZŠ Dolný Kubín, ZŠ Tvrdošín).

V tabuľke 36 môžeme vidieť, že dievčatá z dedinských škôl dosiahli v priemere 30,4 bodov a chlapci dosiahli v priemere 30 bodov. Ani jednej z dievčat sa nepodarilo dosiahnuť potrebný počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu. Z celkového počtu dosiahli najvyšší počet bodov 39 tri dievčatá.

Podobne ani jednému z chlapcov sa nepodarilo dosiahnuť potrebný počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu. Z celkového počtu dosiahli najvyšší počet bodov 39 dvaja žiaci.

Z tabuľky 37 vyplýva, že dievčatá z mestských škôl v priemere dosiahli 30,6 bodov a chlapci dosiahli v priemere len 28,7 bodov. Z celkového počtu dievčat nedosiahla ani jedna stanovený počet bodov pre splnenie vzdelávacieho štandardu. Najvyšší získaný počet bodov bol 39 a najnižší počet bodov bol 20. Stanovený počet bodov pre splnenie vedomostného testu sa nepodarilo získať ani jednému chlapcovi. Najvyšší získaný počet bodov bol 39 a najnižší získaný počet bodov bol 21.

Tabuľka 36 Priemerný počet bodov z vedomostného testu a jednotlivých dedinských ZŠ

Škola	Priemerný počet bodov z vedomostného testu z Tv	
	chlapci	dievčatá
ZŠ – Novoť	28,54	32,18
ZŠ – Oravská Lesná	31,46	28,62
ZŠ - Zákamenné	30,00	30,40

Tabuľka 37 Priemerný počet bodov z vedomostného testu na jednotlivých mestských ZŠ

Škola	Priemerný počet bodov z vedomostného testu z Tv	
	chlapci	dievčatá
ZŠ – Námestovo	28,55	31.20
ZŠ – Dolný Kubín	28,85	30,00
ZŠ - Tvrdošín	28,70	30,60

Z oboch tabuliek je zrejmé, že žiaci mestských základných škôl získali vo vedomostnom teste v priemere 29,65 bodov a žiaci vidieckych škôl získali 30,20 bodov. Uvedený rozdiel nebol štatisticky významný. Celkove konštatujeme, že žiaci vybraných mestských aj vidieckych škôl na Orave nezískali potrebný počet bodov na splnenie vzdelávacieho štandardu z telesnej výchovy.

4.3.5 Zhrnutie výsledkov žiakov 4.ročníka skúmaných základných škôl v oblasti ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu

1. Výskumu sa zúčastnilo celkove 621 žiakov, z toho bolo 303 chlapcov a 318 dievčat. Žiakov z mestských základných škôl bolo 413 a žiakov z vidieckych základných škôl bolo 208.

2. Chlapci získali v priemere 27,60 bodov. Na splnenie vzdelávacieho štandardu bolo potrebné získať minimálne 40 bodov. Celkove len 27 chlapcov t.j. 8,91% splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
3. Dievčatá získali v priemere 28,23 bodov. Celkove len 19 dievčat t.j. 5,97% splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
4. Žiaci z mestských základných škôl získali v priemere 27,98 bodov. Celkove 46 žiakov t.j. 11,14% splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
5. Žiaci z vidieckych základných škôl získali v priemere 26,28 bodov. Z celkového počtu 208 žiakov nesplnil ani jeden žiak vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
6. Celkove zo 621 respondetov splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu len 46 respondentov t.j. 7,41%
7. Chlapci mali v priemere lepšie výsledky vo vedomostnom teste z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu ako dievčatá, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný. Žiaci z mestských základných škôl mali v priemere lepšie výsledky vo vedomostnom teste z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu ako ako žiaci z vidieckych základných škôl, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný.

4.4 Úroveň teoretických vedomostí žiakov deviatych ročníkov základných škôl z telesnej výchovy a športu

4.4.1 Úroveň teoretických vedomostí žiakov deviatych ročníkov základných škôl banskobystrického regiónu z telesnej výchovy a športu

Z tabuľky 38 vidíme, že z celkového počtu 730 respondentov 13 vybraných mestských ZŠ banskobystrického regiónu, ktorí tvorili našu výskumnú vzorku, bolo 379 chlapcov (51,92%) a 351 dievčat (48,08%) a z celkového počtu 310 respondentov 12 vybraných vidieckych ZŠ banskobystrického regiónu bolo 145 chlapcov (46,77%) a 165 dievčat (52,23%).

Tabuľka 38 Zloženie výskumnej vzorky žiakov a žiačok 9. ročníkov vybraných ZŠ banskobystrického regiónu

Pohlavie žiakov	Mesto	Vidiek	Spolu žiakov
Chlapci	379 51,92 %	145 46,77 %	524 50,38 %
Dievčatá	351 48,08 %	165 52,23 %	516 49,62 %
Celkový počet Respondentov	730 70,19 %	310 29,81 %	1.040 100 %

Ukazovateľom úrovne teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu bol vedomostný test, ktorý vyplnilo spolu 1.040 žiačok a žiakov 9. ročníka vybraných mestských a vidieckych základných škôl banskobystrickom regióne. Za úspešného vo vedomostnom teste sme považovali toho respondenta, ktorý dosiahol minimálny bodový zisk 86 bodov. Táto bodová hodnota bola požadovaným kritériom na splnenie minimálneho (základného) vzdelávacieho štandardu z telesnej výchovy. Úroveň vedomosí respondentov v intenciách vzdelávacieho štandardu uvádzame v tabuľke 39.

Tabuľka 39 Úroveň vedomostí žiakov 9. ročníka vybraných ZŠ v banskobystrickom regióne z telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu

Vzdelávací štandard z telesnej výchovy	Mesto			Vidiek			Mesto a vidiek
	Chlapci	Dievčatá	Chlapci a dievčatá	Chlapci	Dievčatá	Chlapci a dievčatá	Chlapci a dievčatá
Splnili	205 (54,09 %)	221 (62,96 %)	426 (58,35 %)	72 (49,66 %)	98 (59,39 %)	170 (54,84 %)	596 (57,30 %)
Nesplnili	174 (45,91 %)	130 (37,04 %	304 (41,65)	73 (50,34 %)	67 (40,61 %)	140 (45,16 %)	444 (42,70 %)
Spolu	379	351	730	145	165	310	1.040

Z celkového počtu 1.040 respondentov z našej výskumnej vzorky, ktorí boli žiakmi 9. ročníka na vybraných mestských a vidieckych základných školách v banskobystrickom regióne, mala viac ako polovica žiakov - 596 respondentov (57,30%) vedomosti z telesnej

výchovy na takej úrovni, aby splnila kritéria vzdelávacieho štandardu z tohto vyučovacieho predmetu. Menšia časť žiakov 444 nedisponovalo vedomosťami na požadovanej úrovni a na základe toho musíme skonštatovať, že 42,70% žiakov, čo je menej ako polovica z našich respondentov, vzdelávací štandard z vyučovacieho predmetu telesná výchova nesplnilo.

Porovnanie splnenia vzdelávacieho štandardu žiakov a žiačok na mestských a vidieckych ZŠ uvádzame v tabuľke 40.

Tabuľka 40 Úroveň vedomostí žiakov a žiačok 9. ročníka vybraných ZŠ v banskobystrickom regióne z telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu

Pohlavie	Chlapci			Dievčatá		
Lokalita ZŠ	mesto	vidiek	mesto a vidiek	mesto	vidiek	mesto a vidiek
Splnili	205 (54,09 %)	72 (49,66 %)	277 (52,86 %)	221 (62,96 %)	98 (59,39 %)	319 (61,82 %)
Nesplnili	174 (45,91 %)	73 (50,34 %)	247 (47,14 %)	130 (37,04 %	67 (40,61 %)	197 (38,18 %)
Spolu	379	145	524	351	165	516

Ako je zrejmé z tabuľky 40, tak 54,09% chlapcov z mestských základných škôl a 49,66% z vidieckych základných škôl splnilo vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu. V priemere 52,86% chlapcov splnilo vzdelávací štandard.

U dievčat sme zistili nasledovné: 62,96% dievčat z mestských základných škôl a 59,39% z vidieckych základných škôl splnilo vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu. V priemere 61,82% dievčat splnilo vzdelávací štandard.

S poukázaním na výsledky vedomostného testu zo školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu prezentovaných v tabuľke 43 konštatujeme, že dievčatá na mestských ZŠ dosiahli o 8, 87% lepšie výsledky ako chlapci a na vidieckych ZŠ dosiahli dievčatá o 9,73% lepšie výsledky ako chlapci.

V celkovom hodnotení vidieckych a mestských ZŠ dosiahli vo vedomostnom teste zo školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu dievčatá lepšie výsledky o 8,96 % ako chlapci. Uvedený rozdiel je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti.

Porovnaním mestských a vidieckych základných škôl sme zistili, že 58,53% žiakov mestských základných škôl a 54,53% žiakov vidieckych základných škôl splnilo

vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu. Respondenti z mestských základných škôl mali lepšie teoretické vedomosti ako respondenti z vidieckych základných škôl. Uvedený rozdiel je významný na 5% hladine štatistickej významnosti.

Pri vyhodnocovaní dotazníkov sme sa okrem rozdelenia respondentov na dve skupiny splnil(a)/nesplnil(a) zamerali aj na zistenie kvality plnenia vzdelávacieho štandardu z teoretických základov školskej TV a športu v intenciách vzdelávacích štandardov.

Žiaci mohli dosiahnuť pri splnení vzdelávacieho štandardu 3 úrovne kvality:

A - minimálny (základný štandard) - 50 % možných bodov, t.j. 86 až 103 bodov

B - priemerný štandard - 60 % možných bodov, t.j. 104 až 119 bodov

C - nadpriemerný štandard - 70 % možných bodov, t.j. 120 až 172 bodov

Základné školy	Splnenie vzdelávacieho štandardu					
	A		B		C	
	n	%	n	%	n	%
13 mestských ZŠ (n = 426 respondentov)	319	74,88	74	17,37	33	7,75
12 vidieckych ZŠ (n = 170 respondentov)	128	75,29	31	18,24	11	6,47
Spolu 25 mestských a vidieckych škôl (n = 596 respondentov)	447	75,00	105	17,62	44	7,38

Vyhodnotením kvality plnenia vzdelávacieho štandardu sme chceli zistiť do akej hĺbky ovládajú žiaci 9. ročníkov vybraných ZŠ banskobystrického regiónu učivo, ktoré je obsiahnuté v predloženom vedomostnom teste v intenciách vzdelávacieho štandardu z TV

Vyhodnocovali sme iba žiakov a žiačky, ktorí splnili vzdelávací štandard a výskumný súbor sa tak zúžil na n = 596 respondentov. Z toho boli žiaci a žiačky mestských ZŠ v počte 426 (71,47%) a žiaci a žiačky vidieckych ZŠ v počte 170 (28,53%).

V tabuľke 41 uvádzame výsledky vyhodnotenia kvality plnenia vzdelávacieho štandardu vo vedomostnom teste.

Vzdelávací štandard v najnižšej úrovni - minimálny (základný) štandard (A = min. 50 % možných bodov, t.j. 86 až 103 bodov) splnili respondenti (žiaci a žiačky) spoločne na vybraných mestských a vidieckych ZŠ až v počte 447 t.j. 75,00 % respondentov. Medzi vidieckymi ZŠ a mestskými ZŠ neboli zistené podstatné rozdiely, keď

respondenti v meste dosiahli plnenie vzdelávacieho štandardu v 74,88 % a respondenti na vidieku 75,29 %.

Vzdelávací štandard v úrovni priemerného štandardu (B = min. 60% možných bodov, t.j. 104 až 119 bodov) dosiahli respondenti v meste v počte 74 t.j. 17,37% a na vidieku v počte 31 t.j. 18,24%, čo v spoločnom vyhodnotení mesta a vidieka predstavuje hodnotu 17,62%.

Vzdelávací štandard v úrovni nadpriemerného štandardu (C = min. 70% možných bodov, t.j. 120 až 172 bodov) dosiahli respondenti v meste v počte 33 t.j. 7,75% a na vidieku v počte 11 t.j. 6,47%, čo v spoločnom vyhodnotení mesta a vidieka predstavuje hodnotu 7,38%. Celkove 44 respondentov splnilo vzdelávací štandard v úrovni nadpriemerného štandardu.

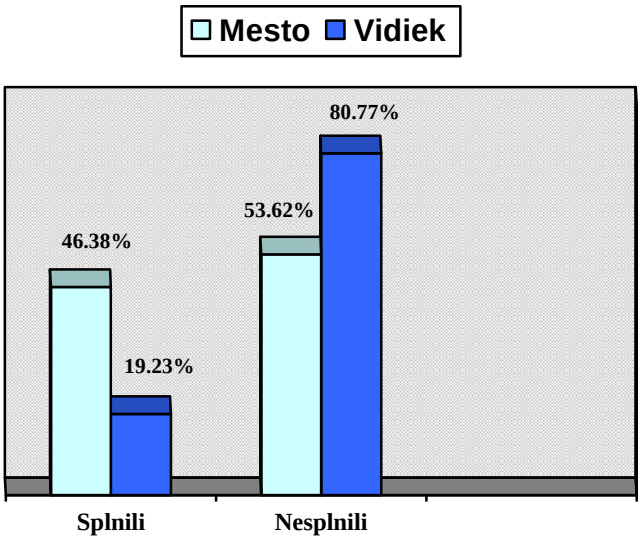
4.4.2 Úroveň teoretických vedomostí žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Púchova z telesnej výchovy a športu

Tabuľka 42 Úroveň vedomostí žiakov 9. ročníka ZŠ v regióne Púchova z telesnej výchovy a športu z pohľadu splnenia vzdelávacieho štandardu

Vzdelávací štandard z telesnej výchovy	Mesto		Vidiek		Spolu žiakov	Spolu v %
	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá		
Splnili	27	37	15	10	89	33,21
Nesplnili	43	31	54	51	179	66,79

Z celkového počtu 268 respondentov z našej výskumnej vzorky, ktorí boli žiakmi 9. ročníka na mestských a vidieckych základných školách v púchovskom regióne, malo iba 89 žiakov (33,21%) vedomosti z telesnej výchovy na takej úrovni, aby splnilo kritéria vzdelávacieho štandardu z tohto vyučovacieho predmetu. Až 179 žiakov nedisponovalo vedomosťami na požadovanej úrovni a na základe toho musíme konštatovať, že až 66,79% žiakov, čo je viac ako polovica z našich respondentov, vzdelávací štandard z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu nesplnilo.

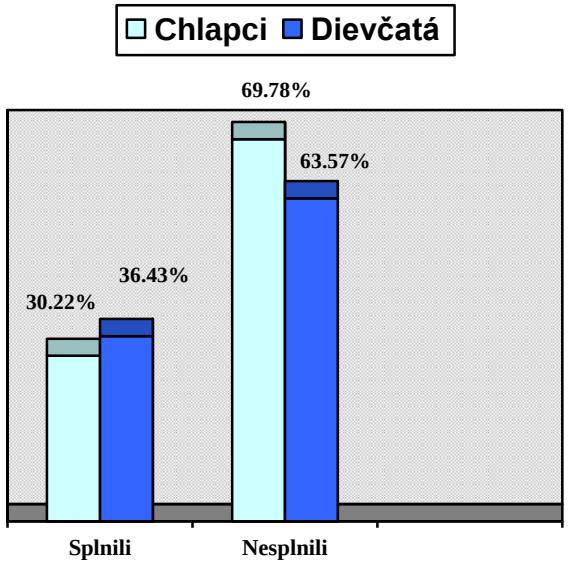
Percentuálne porovnania úrovne vedomostí našich respondentov z hľadiska lokality škôl a z hľadiska pohlavia žiakov uvádzame v grafoch na obrázku 19 a obrázku 20.



Obrázok 19 Porovnanie úrovne vedomostí žiakov 9. ročníka základných škôl z telesnej výchovy a športu podľa lokality z pohľadu splnenia vzdelávacieho štandardu

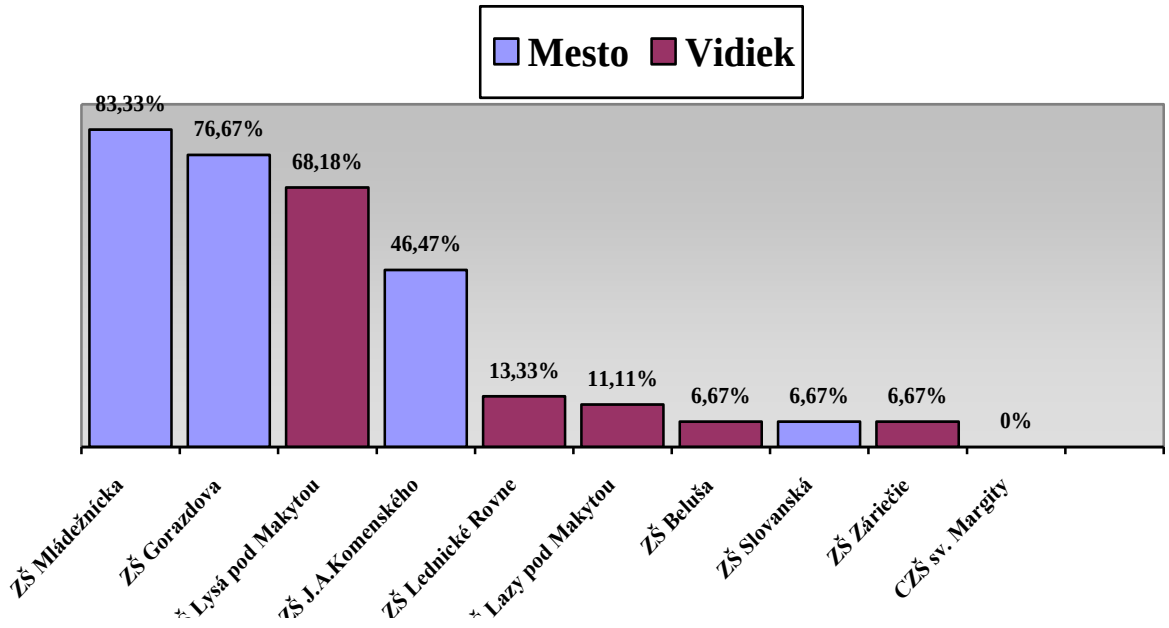
Predpokladali sme, že úroveň teoretických poznatkov z telesnej výchovy bude vyššia u žiakov mestských základných škôl. Výsledky výskumu jednoznačne ukázali, že percentuálny rozdiel úspešnosti vo vedomostnom teste medzi žiakmi základných škôl v meste a na vidieku je štatisticky významný.

Rozsah vedomostí na úrovni zodpovedajúcej splneniu vzdelávacieho štandardu z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu preukázalo 46,38% respondentov z mestských základných škôl, zatiaľ čo na vidieku požadovanú úroveň vedomostí dosiahlo iba 19,23% respondentov.



Obrázok 20 Porovnanie úrovne vedomostí žiakov 9. ročníka základných škôl z telesnej výchovy a športu podľa pohlavia žiakov z pohľadu splnenia vzdelávacieho štandardu

Z obrázku 20 je zrejmé, že 36,43% dievčat a len 30,22% chlapcov splnilo vzdelávací štandard z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu. Dievčatá preukázali lepšie vedomosti z telesnej výchovy a športu ako chlapci. Uvedený rozdiel je štatisticky významný na 5% hladine štatistickej významnosti.



Obrázok 21 Porovnanie úrovne vedomostí žiakov 9. ročníka ZŠ v púchovskom regióne z pohľadu splnenia vzdelávacieho štandardu

Z obrázku 21 je zrejmé, že najviac žiakov ktorí splnili vzdlávací štandard z telesnej výchovy a športu bolo na mestských základných školách – ZŠ Mládežnícka a ZŠ Gorazdova. Aj z tohoto obrázku vidíme výrazné rozdiely v teoretických vedomostiach žiakov mestských a vidieckych škôl. Je nepochybné, že na sledovaných vidieckych školách sa teoretickému vzdelávaniu žiakov z telesnej výchovy a športu nevenuje potrebná pozornost.

4.4.3 Úroveň teoretických vedomostí žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Martina z telesnej výchovy a športu

Výsledky, ktoré dosiahli žiaci vo vedomostnom teste v intenciách splnenia vzdelávacieho štandardu z telesnej výchovy a športu prezentujeme v tabuľke 43.

Tabuľka 43 Úroveň vedomostí žiakov 9. ročníka ZŠ v regióne Martina z telesnej výchovy a športu z pohľadu splnenia vzdelávacieho štandardu

Vzdelávací štandard z telesnej výchovy	Mesto		Vidiek		Spolu žiakov	Spolu v %
	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá		
Splnili	20	10	10	14	54	42,18
Nesplnili	24	18	16	16	74	57,82

Z tabuľky 43 vidíme, že celkove **54 respondentov t.j. 42,18% splnilo vzdelávací štandard a 74 respondentov t.j. 57,82% nesplnilo vzdelávací štandard.**

Porovnaním chlapcov a dievčat sme zistili, že **celkove 30 chlapcov t.j. 42,85% a 24 dievčat t.j. 41,37% splnilo vzdelávací štandard. Uvedený rozdiel v prospech chlapcov nie je štatisticky významný.**

Pri porovnaní žiakov mestských a vidieckych základných škôl sme zistili nasledovné skutočnosti: **celkove 30 žiakov z mestských základných škôl t.j. 41,66% a 24 žiakov z vidieckych základných škôl t.j. 42,85% splnilo vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu. Uvedený rozdiel v prospech žiakov z vidieckych škôl nie je štatisticky významný**.

Celkove môžeme konštatovať, že len 42,18% respondentov zo sledovaných základných škôl v regióne mesta Martin preukázalo potrebné teoretické vedomosti z telesnej výchovy a športu a splnilo vzdelávací štandard. Rozdiely madzi chlapcami a dievčatmi a taktiež medzi žiakmi mestských a vidieckych základných škôl neboli štatisticky významné.

4.4.4 Úroveň teoretických vedomostí žiakov 9. ročníka základných škôl v regióne Ružomberka z telesnej výchovy a športu

Výsledky, ktoré dosiahli žiaci vo vedomostnom teste v intenciách splnenia vzdelávacieho štandardu z telesnej výchovy a športu prezentujeme v tabuľke 44.

Tabuľka 44 Úroveň vedomostí žiakov 9. ročníka ZŠ v regióne Ružomberka z telesnej výchovy a športu z pohľadu splnenia vzdelávacieho štandardu

Vzdelávací štandard z telesnej výchovy	Mesto		Vidiek		Spolu žiakov	Spolu v %
	Chlapci	Dievčatá	Chlapci	Dievčatá		
Splnili	11	12	10	8	41	41,00
Nesplnili	12	16	16	15	59	59,00

Z tabuľky 44 vidíme, že celkove **41 respondentov t.j. 41,00% splnilo vzdelávací štandard a 59 respondentov t.j. 59,00% nesplnilo vzdelávací štandard.**

Porovnaním chlapcov a dievčat sme zistili, že **celkove 21 chlapcov t.j. 42,85% a 20 dievčat t.j. 39,21% splnilo vzdelávací štandard. Uvedený rozdiel v prospech chlapcov nie je štatisticky významný.**

Pri porovnaní žiakov mestských a vidieckych základných škôl sme zistili nasledovné skutočnosti: **celkove 23 žiakov z mestských základných škôl t.j. 45,09% a 18 žiakov z vidieckych základných škôl t.j. 27,22% splnilo vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu. Uvedený rozdiel v prospech žiakov z mestských škôl škôl je štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti.**

Celkove môžeme konštatovať, že len 41,00% respondentov zo sledovaných základných škôl v regióne mesta Ružomberok preukázalo potrebné teoretické vedomosti z telesnej výchovy a športu a splnilo vzdelávací štandard. Rozdiely madzi chlapcami a dievčatmi neboli štatisticky významné, ale medzi žiakmi mestských a vidieckych základných škôl boli štatisticky významné.

4.4.5 Zhrnutie výsledkov žiakov 9.ročníka skúmaných základných škôl v oblasti ich teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacieho štandardu

1. Výskumu sa zúčastnilo celkove 1536 žiakov, z toho bolo 791 chlapcov a 745 dievčat.

2. Celkove 42,19% chlapcov splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
3. Celkove 44,71% dievčat splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
4. Celkove 47,92% žiakov z mestských základných škôl splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
5. Celkove 35,96% žiakov z vidieckych základných škôl splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu.
6. Celkove z 1536 respondetov splnilo vzdelávací štandard z teoretických vedomostí z telesnej výchovy a športu 43,42% respondentov.
7. Chlapci mali v priemere slabšie výsledky vo vedomostnom teste z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu ako dievčatá, ale uvedený rozdiel nebol štatisticky významný. Žiaci z mestských základných škôl mali v priemere výrazne lepšie výsledky vo vedomostnom teste z teoretických poznatkov z telesnej výchovy a športu ako ako žiaci z vidieckych základných škôl a uvedený rozdiel bol štatisticky významný na 1% hladine štatistickej významnosti.

ZÁVER

Cieľom nášho výskumu bolo zistiť u žiakov a žiačok štvrtých a deviatych ročníkov vybraných mestských a vidieckych základných škôl úroveň ich teoretických vedomostí zo školskej telesnej výchovy a športu v intenciách vzdelávacích štandardov a zároveň zistiť ich postoje ku školskej telesnej výchove a športu. Môžeme konštatovať, že realizáciou stanovených úloh výskumu sme cieľ splnili.

V prvej hypotéze sme predpokladali, že u žiakov štvrtých ročníkov základných škôl budú prevládať pozitívne postoje k telesnej výchove a športu a u žiakov deviatych ročníkov základných škôl budú prevládať indiferentné postoje k telesnej výchove a športu**. Na základe výsledkov nášho výskumu konštatujeme, že hypotéza sa potvrdila. Až 73,75% žiakov štvrtých ročníkov prejavilo k telesnej výchove a športu pozitívne postoje a 52,55% žiakov deviatych ročníkov malo k telesnej výchove a športu indiferentný postoj.**

V druhej hypotéze sme predpokladali, že chlapci budú mať pozitívnejšie postoje k školskej telesnej výchove a športu ako dievčatá. **Na základe výsledkov nášho výskumu konštatujeme, že hypotéza sa potvrdila. Chlapci štvrtých aj deviatych ročníkov skúmaných základných škôl mali pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako dievčatá.**

V tretej hypotéze sme predpokladali, že žiaci z mestských základných škôl budú mať pozitívnejšie postoje k školskej telesnej výchove a športu ako žiaci z vidieckych ZŠ. **Na základe výsledkov nášho výskumu konštatujeme, že hypotéza sa nepotvrdila. Chlapci štvrtých aj deviatych ročníkov skúmaných mestských základných škôl nemali pozitívnejší postoj k telesnej výchove a športu ako žiaci z vidieckych základných škôl. Zvlášť výrazne sa to prejavilo u žiakov deviatych ročníkov, kde 50,69% žiakov z vidieckych škôl malo pozitívny postoj k telesnej výchove a športu a z mestských škôl to bolo len 42,16% žiakov.**

V štvrtej hypotéze sme predpokladali, že menej ako 50% žiakov štvrtých a deviatych ročníkov splní vzdelávací štandard z telesnej výchovy a športu. **Na základe výsledkov nášho výskumu konštatujeme, že hypotéza sa potvrdila. Celkove zo 621 respondentov, žiakov štvrtých ročníkov, splnilo vzdelávací štandard len 7,41% respondentov a z 1536 respondentov, žiakov deviatych ročníkov, splnilo vzdelávací štandard len 43,42% respondentov.**

V piatej hypotéze sme predpokladali**,** že dievčatá dosiahnu lepšie výsledky vo vedomostnom teste z telesnej výchovy a športu ako chlapci. **Na základe výsledkov nášho výskumu konštatujeme, že hypotéza sa potvrdila. Dievčatá štvrtých aj deviatych ročníkov skúmaných základných škôl mali lepšie výsledky vo vedomostnom teste z telesnej výchove a športu ako chlapci.**

V šiestej hypotéze sme predpokladali, že žiaci z mestských základných škôl dosiahnu lepšie výsledky vo vedomostnom teste z telesnej výchovy a športu ako žiaci z vidieckych základných škôl. **Na základe výsledkov nášho výskumu konštatujeme, že hypotéza sa potvrdila. Chlapci štvrtých aj deviatych ročníkov skúmaných mestských základných škôl dosiahli vo vedomostnom teste z telesnej výchovy a športu ako žiaci z vidieckych základných škôl. Zvlášť výrazne sa to prejavilo u žiakov deviatych ročníkov, kde 47,92% žiakov z mestských škôl spnilo vzdelávací štandard z telesnej výchove a športu a z vidieckych škôl to bolo len 35,96% žiakov.**

Pre rozvoj teórie odporúčame prehodnotiť predovšetkým vedomostný test z telesnej výchovy a športu pre žiakov 4.ročníka základných škôl. Na základe nášho výskumu a tiež rozhovorov s vyučujúcimi na 1.stupni základnej školy je zrejmé, že test je príliš náročný pre žiakov, mnohé otázky sú veľmi zložito formulované a pre deti mladšieho školského veku ťažko pochopiteľné.

Pre potreby praxe odporúčame skvalitniť výchovno-vzdelávací proces v školskej telesnej výchove, zavádzať netradičné pohybové a športové aktivity, modernizovať obsah vyučovania, formy a metódy práce. Zlepšiť priestorové a materiálne vybavenie škôl. Zaktivizovať spoluprácu školy s rodičmi a športovými klubmi s cieľom zlepšiť postoje žiakov k školskej telesnej výchove a pravidelnej pohybovej a športovej aktivite a to najmä na 2.stupni základnej školy. Väčšiu pozornosť je potrebné venovať aj teoretickému vzdelávaniu žiakov z telesnej výchovy a športu.

ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

ANTALA, B. - DOROŠOVÁ, S. 1996. Postoje žiakov pohybovo podpriemerných a pohybovo nadpriemerných ku školskej telesnej výchove. In *Telesná výchova a šport*, roč. 6, 1996, č. 4. ISSN 1335-2245, s. 8 - 10.

ANTALA, B. 2001. Vývoj, súčasný stav a nové trendy vo vyučovaní telesnej výchovy v školách. In *Didaktika školskej telesnej výchovy.* Bratislava: FTVŠ UK, 2001. ISBN 80-85162-99-7, s. 17-40.

ANTALA, B. - LABUDOVÁ, J. 2006. Školská telesná výchova v (r)evolúcii alebo v ohrození. In *Telesná výchova a šport*, roč. 16, 2006, č. 1. ISSN 1335-2245, s. 2 - 4.

BARTÍK, P. 2005. Postoje žiakov 2. stupňa základnej školy k telesnej výchove. In *Acta universitatis Matthiae Belii, Zborník vedeckovýskumných prác,* č. 9. Banská Bystrica: PF UMB, 2005. ISBN 80-8083-161-0, s. 158 - 164.

BARTÍK, P. 2006. Postoje žiakov 1. stupňa ZŠ k telesnej výchove a pohybovým aktivitám v regióne Čadca. In *Sborník referátú z 6. medzinárodního vědeckého semináře „Efekty pohybového zatížení v edukačním prostředí tělesné výchovy a sportu“.* Olomouc: FTK UP, 2006. ISBN 80-244-1366-3, s. 46.

BARTÍK, P. 2007. Úroveň plnenia vzdelávacích štandardov z telesnej výchovy na 1. stupni ZŠ na vybraných školách v Banskej Bystrici. In *Telovýchovný proces na školách, Recenzovaný zborník vedecko - výskumných prác*. Banská Bystrica: PF UMB, 2007. ISBN 978-80-8083-501-9, s. 25-45.

BARTÍK, P. 2007. Postoje žiakov k telesnej výchove na 1. stupni ZŠ na vybraných školách v Banskej Bystrici. In *Telovýchovný proces na školách, Recenzovaný zborník vedecko - výskumných prác*. Banská Bystrica: PF UMB, 2007. ISBN 978-80-8083-501-9, s. 46-56.

BARTÍK, P. 2007. Postoje žiakov 5. a 9. ročníkov na vybraných ZŠ k telesnej výchove. In *Optimální pusobení tělesné záteže a výživy. Sborník příspevku ze XVI. Ročníku interdisciplinární konference s medzinárodní účastí.* Hradec Králové: PF UHK, 2007. ISBN 978-80-7041-513-9, s. 210 - 216.

BARTÍK, P. – MESIARIK,P. 2009. Postoje žiakov deviateho ročníka základných škôl v stredoslovenskom regióne k školskej telesnej výchove a športu. In Tel. Vých. Šport, 19,2009, 1 s.4-6. ISSN 1335-2245.

BARTOŠÍK, J. a kol. 1994. *Teória a didaktika zdravotnej a nápravnej telesnej výchovy*. Nitra: PF , 1994.

BEBČÁKOVÁ, V. a kol. 2002. *Telesná výchova a šport – teoretické požiadavky pre prijímacie skúšky z telesnej výchovy na FHPV PU v Prešove*. Prešov: FHPV PU Prešov, 2002, ISBN 80-8068-092-2

BELEJ, M. 2001. *Motorické učenie*. Prešov: SVS TVS, FHPV PU, 2001. 198 s. ISBN 80-8068-041-8.

BLAHUTKOVÁ, M. - ŘEHULKA, E. - DVOŘÁKOVÁ, Š. 2005. *Pohyb a duševní zdraví.* Brno: Paido, edice pedagogické literatury, 2005. 78 s. ISBN 80-7315-108-1.

BOROŠ, J., ONDRIŠKOVÁ, E., ŽIVČICOVÁ, E. 1999. *Psychológia.* Bratislava: Iris, 1999. 270 s. ISBN 80-88778-87-5.

DARÁK, M. – TABAKOVÁ, K. 1998. *Základy pedagogiky*. Prešov: ManaCon, 1998, ISBN 80-85668-72-6

DOBRÝ, L. 2005. Vývoj svalové síly v průběhu dětství a dospívaní. *In: Tělesná výchova a sport mládeže.* Roč. 71, 2005, č.3.

DOBRÝ, L. 2006. Souvislosti výkonu s duševním růstem mladých sportovcú. In *Tělesná výchova a sport mládeže,* roč. 72, 2006, č. 2. ISSN 0323-0449, s. 18 - 24.

ĎURIČ, L. – ŠTEFANOVIČ, J. 1977. Psychológia pre učiteľov. Bratislava: SPN 1977, 597 s.

ĎURDIAK, Ľ. 2007. Rodina a voľný čas vo vzťahu k drogovej závislosti. In: *Pán učiteľ.* Roč. 2, 2007, č.9.

FRÖMEL, K. - NOVOSAD, J.- SVOZIL, Z. et. al. 1999. *Pohybová aktivita a športové záujmy mládeže*. Olomouc: Univerzita Palackého, 1999. 141 s. ISBN 80-7067-945-X.

GÁBOROVÁ, Ľ. 1999. *Sociálna psychológia pre učiteľov.* Prešov: FHPV PU Prešov, 1999. 148 s. ISBN 80-88885-64-7.

GÁBOROVÁ, Ľ. - GÁBOROVÁ, Z. 2007. *Človek v sociálnom kontexte.* Prešov: Lana, 2007. 174 s. ISBN 80-969053-8-4.

GÓRNA, K. 1997. Vztah chlapcú a dívek středních škol olomouckého a katowického regionu k vyučovacím jednotkám tělesné výchovy. In *Telesná výchova a sport mládeže,* roč. 63, 1997, č. 5. ISSN 0323-0449, s. 41 - 43.

GÖRNER, K - STARŠÍ, J. 2001. *Postoje, vedomosti a názory žiakov II. stupňa ZŠ na telesnú výchovu*. Banská Bystrica: UMB, Fakulta humanitných vied, 2001, 162 s. ISBN 80-8055-565-6.

HEWSTONE, M. – STROEBE, W. 2006. *Sociální psychologie*. Praha: Portál, 2006, ISBN 80-7367-092-5

HERCIG, S. 1995. Cíle nebo úkoly ? In *Telesná výchova a sport mládeže,* roč. 61, 1995, č. 3. ISSN 0323-0449, s. 9 - 12.

HYHLÍK, F. – NAKONEČNÝ, M. 1973. *Malá encykolepedie socučasné psychologie*. Praha: SPN, 1973.

HORVÁTH, R. 2001 a. Herné zručnosti rómskych detí mladšieho školského veku. In *Sborník z III. Medzin. Vědeckého semináře „Efekty pohybového zatížení v eduakčním prostěrdí TV a sport.* Olomouc: FTK - Univerzity Palackého, 2001 a, s. 72-80.

HORVÁTH, R. 2001 b. *Telesný vývin a pohybová výkonnosť rómskych detí mladšieho školského veku.* Prešov: SVS TVŠ a PU, 2001 b. 135 s. ISBN 80-89040-X.

HOŠEK, V. 1995. Zájem o pohyb a školní tělesná výchova. In *Telesná výchova a sport mládeže,* roč. 61, 1995, č. 4. ISSN 0323-0449, s. 11 - 13.

HRČKA, J. - MICHAL, J. - BARTÍK, P. 2004. *Drogová závislost mládeže a šport.* Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, Pedagogická fakulta, 2004. 67 s. ISBN 80-8055-969-4.

CHARTIER, CH. 1993. Hodnotenie žiakov v telesnej a športovej výchove na maturite vo Francúzsku. In *Telesná výchova a šport*, roč. 3, 1993, č. 1. ISSN 1335-2245, s. 6 - 7.

CHOUTKA, M. 1983. *Teorie a didaktika sportu.* Praha: SPN, 1983. 197 s. 67-317-84

CHOUTKOVÁ, B. 1995. Práva dítěte na sport. In *Telesná výchova a sport mládeže,* roč. 61, 1995, č. 7. ISSN 0323-0449, s. 7 - 9.

CHROMÍK, M. et al. 1993. *Didaktika telesnej výchovy*. Bratislava: Univerzita Komenského Bratislava, 1993. 200 s. ISBN 80-224-0349-6.

JUŘINOVÁ, I. – STEJSKAL, F. 1987. *Rozvoj pohybových schopností ve školní tělesné výchově.* Praha: SPN, 1987, 202 s.

KAČÁNI, V. 2004. *Základy učiteľskej psychológie*. Bratislava: SPN, 2004, 230 s. ISBN 80-10-00429-4

KAVALÍŘ, P. 2004. Hodnotové preference a participace v pohybových aktivitách. In *Tělesná výchova a sport mládeže,* roč. 70, 2004, č. 2. ISSN 0323-0449, s. 44 - 48.

KLINDOVÁ, Ľ. – RYBÁROVÁ, E. 1987. Psychológia II. Bratislava: SPN, 1987, 172 s.

KOMEŠTÍK, B. 1995. Úvahy o osnovách školní tělesné výchovy. In *Telesná výchova a sport mládeže,* roč. 61, 1995, č. 3. ISSN 0323-0449, s. 6 - 7.

KOPŘIVOVÁ, J. 1989. Cvičení na úpravu svalové nerovnováhy. In: *Tréner*. roč. 33, 1989, č. 8. s. 489 – 495.

KOS, B. 1985. *Celoživotní změny kloubní pohyblivosti*. In: MĚKOTA, K. Ontogeneze lidské motoriky. Sborník ÚV ČSTV, Praha: Olympia, 1985, s. 226 – 227.

KONČEKOVÁ, Ľ. 1996. *Psychológia puberty a adolescencie*. Prešov: PdF UPJŠ Prešov, 1996, ISBN 80-7097-339-0

KREJČÍ, M. 1996. Tělesná výchova a zdraví. In: Sborník 4. Medzinárodní vědecké konference Tělesná výchova a zdraví, didaktické problémy tělesné výchovy na 1. stupni základných škol. České Budějovice: PF JU, 1996, s. 15 – 18.

KREJČÍ, M. 1997. Rozvoj flexibility a správneho držení těla na školní tělesné výchově. In:*Těl. Vých. Mlád*. roč. 52, 1997, č. 3, s. 94 – 100.

KUBÁNI, V. 1999. *Všeobecná psychológia.* Prešov: FHPV PU Prešov, 1999. 90 s. ISBN 80-88885-58-2.

LABUDOVÁ, J. 1992. *Nácvik držania tela*. Bratislava: Olympijská spoločnosť Slovenska, 1992, č. 4, s. 10 – 20.

LABUDOVÁ, J. 1996. *Pohybová aktivita žiaka v škole*. In: Materiál II. národná konferencia ŠPZ, Podpora zdravia v školách a školských zariadeniach. Bratislava: MŠ SR, 1996, s. 9.

LANGMEIER, J. 1991. *Vývojová psychologie pro dětské lékaře*. Praha: Avicenum, 1991.

LIBA, J. 2003. Pohybová aktivita v kontexte výchovy k zdraviu. In *Komenský*, roč. 127, 2002/2003, č. 5. ISSN 0323-0449, s. 65 - 72.

LISÁ, L. a kol. 1986. *Vývoj dítěte a jeho úskalí*. Praha: SPN, 1986.

MACÁK, I. - HOŠEK, V. 1987. *Psychológie tělesné výchovy a sportu.* Praha: SPN, 1987. 221 s.

MAGER, F. R. 1971. *Rozvíjanie postojov k učeniu*. Bratislava: SPN, 1971.

MAJERSKÝ, O. 2002. *Športové záujmy žiakov ZŠ a SŠ západoslovenského regiónu.* Bratislava: Metodicko - pedagogické centrum, 2002. 56 s. ISBN 80-8052-165-4.

MATEJOVIČOVÁ, B. a kol. 2007. *Biológia detí a školská hygiena*. Nitra: FPV UKF Nitra, 2007, ISBN 978-80-8094-113-0

MELICHER, A. 1998. Vzdelávacie štandardy učiva a ich overovanie v strených školách. In *Telesná výchova a šport*, roč. 13, 2003, č. 1. ISSN 1335-2245, s. 2 - 3.

MELICHER, A. 1997. Verifikácia štandardu učiva telesnej výchovy v stredných školách. In *Telesná výchova, šport, výskum, súčasnosť, perspektíva na univerzitách a vysokých školách.* Bratislava: STU , 1997.

MELICHER, A. et al. 1996. *Obsahový a výkonnostný štandard z telesnej výchovy pre stredné školy.* Bratislava: ŠPU, 1996.

MICHAL, J. 2002. Názory, postoje a vzťah študentov UMB k telesnej výchove, športu a pohybovým aktivitám. In *Acta universitatis Matthiae Belii, Telesná výchova a šport,* vol. 4, č. 4. Banská Bystrica : PF UMB, 2002. ISBN 80-8055-727-6, s. 50 - 55.

MIKUŠ, M. 1996. Štandardy v školskej telesnej výchove. In *Telesná výchova a šport*, roč. 8, 1998, č. 2. ISSN 1335-2245, s. 2 - 3, 4 - 7.

MIKUŠ, M. 1997/1998. O inovácii učebných osnov na 2. stupni základnej školy. In *Pedagogické rozhľady*, roč. 6, 1997/1998, č. 2. ISSN 1335-0404, s. 19 - 20.

MIKUŠ, M. - BEBČÁKOVÁ, V. et. al.. *Pokyny na hodnotenie vzdelávacích štandardov z telesnej výchovy na 2. stupni základných škôl*. Bratislava: Ministerstvo školstva Slovenskej republiky. 2004. 44 s.

MORAVEC, R. 2006. Profil vzdelanosti žiaka z pohľadu telesnej výchovy. In *Telesná výchova a šport*, roč. 16, 2006, č. 3. ISSN 1335-2245, s. 37.

MÜLLER, E. 2005. Paradox naši civilizace. In *Telesná výchova a sport mládeže*, roč. 71, 2005, č. 7. ISSN 1210-7689, s. 2 - 4.

NAKONEČNÝ, M. 1999. *Sociálni psychologie.* Praha: Academia, 1999. 287 s. ISBN 80-200-0690-7.

NOVOTNÁ, N. 2003. *Gymnastika (vybrané kapitoly).* Banská Bystrica: PF UMB, 2003. 121 s. ISBN 80-8055-809-4.

NOVOTNÁ, N. - VLADOVIČOVÁ, N. 2006. Teoretické vedomosti žiakov 4. ročníkov ZŠ z telesnej výchovy podľa obsahového štandardu. In *Acta universitatis Matthiae Belii, Zborník vedeckovýskumných prác,* č. 10. Banská Bystrica :PF UMB, 2006. ISBN 80-8083-349-4, s. 127 - 133.

ORAVCOVÁ, J. 2004. *Vývinová psychológia.* Žilina: EDIS , 2004. 102 s. ISBN 80-8070-335-3.

PARDEL, T. – BOROŠ, J. 1975. *Základy všeobecnej psychológie.* Bratislava: SPN, 1975.

PETTY, G. 2001. *Moderní vyučování*. In: VLADOVIČOVÁ, N. Pohybové hry. Banská Bystrica: PF UMB, 2001, s. 14. ISBN 80-8055-492-7

PETLÁK, E. 1997. *Všeobecná didaktika.* Bratislava: IRIS, 1997. ISBN 80-88778-49-2 s. 44.

PIAGET, J. - INHELDEROVÁ, B. 2007. *Psychologie dítěte.* Praha: Portál, 2007. 143 s. ISBN 978-80-7367-263-8.

RÝGL, P. 2003. Neradostný pohled na tělesnou výchovu. In *Tělesná výchova a sport mládeže*, roč. 69, 2003, č. 2. ISSN 1210-7689, s. 43 - 46.

RÝGL, P. 2003. Negramotnost v tělesné výchově. In *Tělesná výchova a sport mládeže*, roč. 69, 2003, č. 3. ISSN 1210-7689, s. 40 - 42.

SIVÁK, J. - SLEZÁK, J. 1996. Vzdelávacie štandardy z telesnej výchovy pre základné školy, gymnáziá a stredné odborné školy. In *Pedagogické spektrum*, roč. 5, 1996, č. 6. ISSN 1335-5589, s. 61 - 65.

SIVÁK, J. 1997. Vzdelávací štandard z telesnej výchovy pre 1. stupeň základných škôl. In *Pedagogické spektrum*, roč. 6, 1997, č. 1/2. ISSN 1335-5589, s. 65 - 72.

SIVÁK, J. - KRŠJAKOVÁ, S. - SOKOL, P. 1997. Overovanie vzdelávacieho štandardu z telesnej výchovy na 1. stupni základnej školy. In *Pedagogická revue*, roč. 49, 1997, č. 5 - 6. ISSN 1335-1982, s. 219 - 231.

SIVÁK, J. - KRŠJAKOVÁ, S. - SOKOL, P. 1997. Vzdelávací štandard z telesnej výchovy - výsledky overovania na 1. stupni základnej školy. In *Telesná výchova a šport*, roč. 7, 1997, č. 3. ISSN 1335-2245, s. 2 - 5.

SIVÁK, J. et al. 2000. *Vzdelávací štandard z telesnej výchovy pre 2. stupeň základných škôl.* Bratislava: MŠ SR, 2000. 31 s.

SKLADANÝ, J. - FEČ, R. - ZUSKOVÁ, K. 2002. *Fyziológia a psychológia telesnej výchovy*. Prešov: Fakulta humanitných a prírodných vied PU, 2002. 105 s. ISBN 80-8068-107-4.

SLEPIČKA, P. 1984. Sociálně psychologické aspekty sportovní činnosti. In VANĚK, M. et al. : *Psychologie sportu*. Praha, SPN, 1984. 200 s.

SLEPIČKOVÁ, I. 2001. *Sport a volný čas adolescentu*. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2001. 172 s. ISBN 80-86317-13-7.

STRIEŽENEC, Š. 1996. Slovník sociálneho pracovníka. Trnava: AD, 1996. 215 s. ISBN 80-967589-6-9.

SÝKORA, F. et al. 1983. *Didaktika telesnej* výchovy. Bratislava: SPN, 1983. 296 s.

SÝKORA, F. et.al. 1980. *Didaktika školskej telesnej výchovy.* Bratislava: SPN, 1980.

ŠEMETKA, M. a kol. 1993. *Didaktika telesnej výchovy*. Nitra: PF, 1993, 124 s. ISBN 80-88738-14-8

ŠIKULA, T. 1992. Názory a postoje študentov Právnickej fakulty UK na výučbu telesnej výchovy v nových podmienkach štúdia za roky 1989 - 1990 a 1990 - 1991. In *Telesná výchova a šport*, roč. 2, 1992, č. 3. ISSN 1335-2245, s. 8 - 12.

ŠIMONEK, J. 2003. Inovačné tendencie v školskej telesnej výchove. In *Telesná výchova a šport*, roč. 13, 2003, č. 1. ISSN 1335-2245, s. 2 - 3.

ŠTEFANOVIČ, J. - GRESINGER, J. 1987. *Psychológia.* Martin: Osveta. 1987. 328 s.

TRUNEČKOVÁ, E. 2002. *Základy športovej edukácie na školách*. Banská Bystrica: PF UMB, 2002. 92 s. ISBN 80-8055-666-0.

TRUNEČKOVÁ, E. - MICHAL, J. et al. 2003. *Športové záujmy žiakov a učiteľov 1. stupňa základných škôl a ich somatická a funkčná charakteristika.* Banská Bystrica: PF UMB, 2001. 113 s. ISBN 80-8055-849-3.

TUREK, M. 1999. *Telesný vývin a pohybová výkonnosť detí mladšieho školského veku.* Prešov: FHPV, 1999, 111 s. ISBN 80-8885-61-2

VÁGNEROVÁ, M. 2000. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří.* Praha: Portál, 2000. 522 s. ISBN 80-7178-308-0.

VÁGNEROVÁ, M. – VALENTOVÁ, L. 1991. *Psychický vývoj dítěte a jeho variabilita.* Praha: 1991, 115 s. ISBN 80-7066-384-7

VLADOVIČOVÁ, N. - NOVOTNÁ, N. 2005. Športové záujmy rómskych žiakov 1. stupňa základnej školy. In *Acta universitatis Matthiae Belii, Zborník vedeckovýskumných prác,* č. 9. Banská Bystrica :PF UMB, 2005, ISBN 80-8083-161-0, s. 173 - 179.

ZICH, F., UNGR, V. 1995. Postoje české veřejnosti k tělesné výchově a sportu. In *Tělesná výchova a sport mládeže,* roč. 61, 1995, č. 3. ISSN 0323-0449, s. 1 - 8.

ŽIGA, L. 1993. *Didaktika školskej telesnej výchovy pre 1. stupeň ZŠ.* Prešov: PF, 1993.

ZUSKOVÁ, K.: *Psychický vývin*. In: MIKUŠ, M. a kol.: Tréningové štandardy mládeže v hádzanej. Bratislava: SZH, 2001, ISBN 80-968400-4-5

Príloha 1

Postojový dotazník z telesnej výchovy pre žiakov 4. ročníka ZŠ

Milý žiak, žiačka,
dostal(a) si do rúk dotazník, ktorým chceme zistiť, čo si myslíš o školskej telesnej výchove. Aj Tvoje odpovede nám pomôžu urobiť také zmeny, aby tento predmet bol pre žiakov zaujímavejší a obľúbenejší.
Za Tvoju snahu a úprimné odpovede Ti vopred ďakujeme.

Pri vyplňovaní dotazníka postupuj takto:

1. Najprv si viackrát pozorne prečítaj jednotlivé vety.
2. Po prečítaní porozmýšľaj a podčiarkni jednu z možností:
   - ak s tým, čo si prečítal súhlasíš, podčiarkni **áno**,
   - ak s tým, čo si prečítal nesúhlasíš, podčiarkni **nie**,
   - ak sa nevieš rozhodnúť, alebo nevieš odpovedať, podčiarkni **neviem.**

---

1. Žiaci by mali mať telesnú výchovu každý deň.
   áno nie neviem

2. Cvičiť potrebujú iba žiaci, ktorí chcú byť športovcami.
   áno nie neviem

3. Cvičiť je treba hlavne preto, aby sme boli zdravší.
   áno nie neviem

4. Upevniť zdravie sa dá i bez cvičenia.
   áno nie neviem

5. Telesná výchova je zbytočné unavovanie tela.
   áno nie neviem

6. Cvičiť je pre žiakov rovnako dôležité, ako učiť sa čítať, písať, počítať.
   áno nie neviem

7. Keď sa na telesnej výchove naučím nové cvičenie, mám z toho vždy veľkú radosť.
   áno nie niekedy áno niekedy nie

8. I keď som po telesnej výchove unavený(á), nevadí mi to a mám z toho príjemný pocit
   áno nie niekedy áno niekedy nie

9. Ak na hodine telesnej výchovy nemôžem cvičiť, alebo ak nám odpadne hodina telesnej výchovy je mi to vždy veľmi ľúto.
   áno nie niekedy áno niekedy nie

10. Z cvičenia na hodinách telesnej výchovy mám skoro vždy strach.
    áno nie niekedy áno niekedy nie

11. Telesná výchova je mojím najobľúbenejším predmetom.
    áno nie neviem

12. Na hodiny telesnej výchovy sa teším hlavne preto, lebo pri cvičení sa môžem vybehať i zasmiať bez toho, aby nás učiteľ upozorňoval, že vyrušujeme.

    áno nie niekedy áno niekedy nie

13. Veľmi rád pomáham doma, chodím na nákupy, vynášam smeti.
    áno nie niekedy áno niekedy nie

14. Rád organizujem rôzne hry (naháňačky, schovávačky, skákanie cez gumu a iné) i pre kamarátov – kamarátky.
    áno nie niekedy áno niekedy nie

15. Svoj voľný čas najradšej využívam na bicyklovanie, na hry s loptou, na sánkovanie.
    áno nie niekedy áno niekedy nie

16. Voľný čas využívam radšej na čítanie, ale i na pozeranie televízie.
    áno nie niekedy áno niekedy nie

17. Veľmi sa teším na tie soboty a nedele, na ktoré plánujú rodičia výlet do prírody.
    áno nie niekedy áno niekedy nie

18. Keď je zlé počasie, cvičím i doma v byte.
    Áno nie niekedy áno niekedy nie

Príloha 2

Dotazník na zistenie postojov žiakov 9. ročníka ZŠ k školskej TV a športu

Milý (á) žiak, žiačka,

V záujme skvalitnenia vyučovania telesnej výchovy na základnej škole sa obraciame na Teba s prosbou o vyplnenie dotazníka, ktorým chceme zistiť názory a postoje žiakov k telesnej výchove.
Len zodpovedným a úprimným prístupom k vyplňovaniu dotazníka môžeš prispieť k tomu i Ty osobne.

Pri vyplňovaní dotazníka postupuj tak, že si najprv pozorne prečítaš výrok – tvrdenie v textovej časti a svoj názor k nemu zaznamenaj do hárku odpovedí.

Zachovaj poradie tvrdení – výrokov v textovej časti s poradím odpovedí v hárku, kde svoje osobné stanovisko k nim vyjadríš podčiarknutím iba jednej z troch alternatív, ktoré znamenajú:

ANO – súhlas s daným výrokom - tvrdením
NEVIEM – neinformovanosť, nerozhodnosť pri rozhodovaní,
NIE – nesúhlas s daným výrokom – tvrdením.

Škola (názov): _____ **Mesto** (**obec**) _____

Chlapec : Dievča:

1. Na hodinách telesnej výchovy by sme sa mali naučiť predovšetkým to, čo môžeme a ako to môžeme využiť i po skončení školy.
2. Telesná zdatnosť pomáha pri štúdiu a pri vykonávaní povolania.
3. Najlepší odpočinok po vyučovaní - po práci – je odpočinok formou aktívneho telesného cvičenia.
4. Telesná zdatnosť a odolnosť organizmu je základom šťastia človeka.
5. Aktívny odpočinok je základom dobrého subjektívneho pocitu.
6. Množstvo pohybu, ktoré poskytuje povinná telesná výchova je pre mládež nepostačujúce.
7. Telesná výchova – telovýchovná a športová činnosť sú dôležité na odstránenie duševnej únavy.
8. Spôsob a zásady vykonávania telovýchovnej činnosti vo voľnom čase musia byť známe a dostupné pre všetkých.
9. Je veľmi potrebné zvýšiť počet hodín telesnej výchovy v škole.
10. Škola je povinná organizovať rekreačnú telesnú výchovu pre žiakov
11. Ekonomické a materiálne zabezpečenie školskej telesnej výchovy je dobré.
12. Telesná výchova deformuje človeka telesne i duševne.
13. Telesná výchova unavuje natoľko, že oslabuje následnú duševnú činnosť žiakov.
14. Telesná výchova zlepšuje zmyslové vnímanie.
15. Telesná výchova otužuje organizmus žiakov.
16. Telesná výchova je ekonomicky príliš nákladná.
17. Telesná výchova je potrebná len pre duševne pracujúcich ľudí v mestách.
18. Zvládnutie nového pohybu(cvičenia) je u mňa vždy spojené s príjemným pocitom.
19. Imponujú mi ľudia s dobrou fyzickou kondíciou.
20. Páčia sa mi pocity, ktoré mám po telesnej námahe.
21. Cvičiť, športovať je pre mňa vždy zaujímavé.
22. Ak sa nemôžem zúčastniť telesnej výchovy ,je mi to vždy veľmi ľúto.
23. Každý pohyb vyvoláva vo mne príjemné pocity.
24. Na hodinách telesnej výchovy vykonávam všetky cvičenia s radosťou a čo najlepšie.
25. Cítim sa príjemne, keď i moji kamaráti (kamarátky) vykonávajú cvičenia s radosťou.
26. Pri cvičení (športovaní) nájdem ľahšie priateľa (priateľku) ako v priebehu iných činností.
27. Telesná výchova ma uspokojuje aj tým, že ma vychováva k zodpovednosti.
28. Telesná výchova podporuje moju sebadôveru vo vlastné sily a schopnosti.

29. Telesná výchova rozvíja moju odvahu a rozhodnosť.
30. Telesná výchova formuje môj charakter (ohľaduplnosť, citlivosť, tolerantnosť a pod.).
31. Telesná výchova podporuje „vodcovstvo viac ako iné činnosti.
32. Účasť v telesnej výchove podporuje zmysel pre „zdravú“ bojovnosť a agresivitu.
33. Telesná výchova podporuje zmysel pre spoluprácu.
34. Telesná výchova nemôže prinášať žiadne uspokojenie.
35. Ak si plánujete čas, je v ňom vždy vyhradené miesto pre telovýchovnú, prípadne športovú činnosť.
36. Vo voľnom čase organizujem neraz telovýchovnú a športovú činnosť i pre priateľov(priateľky).
37. Som presvedčený (á),že i v budúcnosti sa budem pravidelne venovať telovýchovnej a športovej činnosti.
38. Na ceste, aby som si zacvičil(a), som schopný(á) prekonávať veľa prekážok, i zriecť sa iných koníčkov.
39. Len ak by to bolo trocha možné, chodil(a) by som do školy peši, na bicykli alebo na korčuliach.
40. Telovýchovnú a športovú činnosť som schopný(á) a ochotný(á) vykonávať i v zlom počasí.
41. Počas prázdnin venujem veľa času cvičeniu, športovaniu, turistike.
42. Mám záujem nielen cvičiť, ale aj rozširovať svoje vedomosti o telesnej kultúre (telesnej výchove, športe, turistike, atď.).
43. Pravidelná pohybová aktivita, šport odstraňujú moju pohodlnosť a lenivosť.
44. Pravidelná pohybová aktivita, šport sú pre mňa bezpodmienečne nutné.
45. Telesná výchova a šport ovplyvňujú celý môj život.
46. Telovýchovná a športová činnosť je v porovnaní s inými činnosťami nudná.
47. Telovýchovnej a športovej činnosti venujem značnú časť svojho voľného času.
48. Telovýchovná činnosť je pre mňa stratou času.
49. Telovýchovná a športová činnosť je pre mňa predovšetkým zábava.
50. Telesná výchova a šport ma udržujú v činorodej aktivite
51. Telovýchovnej a športovej činnosti venujem príliš veľa času.

HÁROK ODPOVEDÍ

1. áno - neviem - nie **18**. áno - neviem - nie **35**. áno - neviem -nie

2. áno - neviem - nie **19**. áno - neviem - nie **36**. áno - neviem -nie

3. áno - neviem - nie **20**. áno - neviem - nie **37**. áno - neviem -nie

4. áno - neviem - nie **21**. áno - neviem - nie **38**. áno - neviem -nie

5. áno - neviem - nie **22.** áno - neviem - nie **39.** áno - neviem -nie

6. áno - neviem - nie **23**. áno - neviem - nie **40**. áno - neviem -nie

7. áno - neviem - nie **24**. áno - neviem - nie **41.** áno - neviem -nie

8. áno - neviem - nie **25**. áno - neviem - nie **42**. áno - neviem -nie

9. áno - neviem - nie **26**. áno - neviem - nie **43.** áno - neviem -nie

10. áno - neviem - nie **27**. áno - neviem - nie **44.** áno - neviem -nie

11. áno - neviem - nie **28**. áno - neviem - nie **45.** áno - neviem -nie

12. áno - neviem - nie **29**. áno - neviem - nie **46.** áno - neviem -nie

13. áno - neviem - nie **30**. áno - neviem - nie **47**. áno - neviem -nie

14. áno - neviem - nie **31.** áno - neviem - nie **48**. áno - neviem -nie

15. áno - neviem - nie **32**. áno - neviem - nie **49**. áno - neviem -nie

16. áno - neviem - nie **33.** áno - neviem - nie **50.** áno - neviem -nie

17. áno - neviem - nie **34.** áno - neviem - nie **51**. áno - neviem -nie

Príloha 3

Vedomostný test z telesnej výchovy pre žiakov 4. ročníka ZŠ

Milý žiak, žiačka,
dostal(a) si do rúk test – písomné otázky z telesnej výchovy. Testom chceme zistiť, čo vieš, čo si pamätáš z toho, čo ste na telesnej výchove robili a čo ste sa učili.
Veríme, že sa o tom pousiluješ napísať čo najviac.
Aj keď na niektoré otázky nebudeš vedieť odpovedať, alebo odpovieš nesprávne, nemusíš sa báť. Nikto sa o tom nedozvie.
Po prečítaní otázky píš krátku, stručnú odpoveď.
Za tvoju úprimnú ochotu odpovedať na všetky otázky Ti vopred ďakujeme.

---

1. Podčiarkni súťaž, ktorú pokladáš za najväčšiu a pre športovcov najvýznamnejšiu:
   - majstrovstvá sveta,
   - majstrovstvá republiky,
   - olympijské hry,
   - majstrovstvá Európy.

2. Všetko, čo sa učíte, má pre žiakov nejaký význam. Pokús sa stručne odpovedať na tieto otázky:

   a) Prečo je pre žiakov potrebná telesná výchova?
   .....

   b) Kde využiješ to,

3. Napíš názvy hlavných častí ľudského tela:
   .....
4. Ktoré vnútorné orgány tela pri cvičení, napríklad pri behu, zrýchľujú svoju činnosť?
   .....

čo si sa naučil na hodinách telesnej výchovy?
.....
5. Napíš, ako a čím môžeme svoje telo otužovať?
   .....

6. Čo treba robiť pre čistotu tela od rána do večera?
   .....

7. Aká vlajka je na obrázku?

   .....

Čo znamenajú spojené kruhy na tejto vlajke? .....
.....

8. Napíš, čo treba povedať učiteľovi v hlásení na začiatku hodiny
.....
.....

9. Prečo by mal každý žiak cvičiť nielen v škole, ale i doma?
.....
.....

10. Ktoré cvičenie sa ti najviac páči

- z gymnastiky
.....

- z atletiky
.....

11. Ktoré pohybové hry ste sa učili na hodinách telesnej výchovy?
Napíš názvy pohybových hier: .....
.....
.....
.....
.....

12. Pokús sa spojiť čiarami tie názvy, ktoré podľa teba svojím významom patria k sebe:

akrobacia	turistika
nízky štart	splývanie
buzola	kotúľ vpred
plávanie	atletika

13. Čo podľa Teba najviac škodí zdraviu? .....
.....

14. Čo rozvíjame krátkym a usilovným behom? .....
.....

15. Na ktorých častiach tela sa dá zistiť hmatom tep srdca? .....
.....

16. Porozmýšľaj a napíš, na čo všetko musíš pamätať a dávať pozor, ak chceš preskočiť cez kozu spôsobom roznožmo?
.....
.....

17. Napíš názvy športových hier, v ktorých sa používajú bránky.
....

18. S čím sa vykonáva cvičenie, ktoré sa nazýva dribling?
.....

19. Prečo pri písaní a čítaní treba dávať pozor na správnu polohu tela?
.....

20. Pri jednotlivých obrázkoch doplň chýbajúce odpovede



Cvičenec má trup v
.....



Cvičenec je v
.....



Cvičenec má paže
.....



Cvičenec je v stoji
.....

Príloha 4

Vedomostný test z teoretických základov školskej TV a športu v intenciách vzdelávacích štandardov pre žiakov 9. ročníkov ZŠ

Škola : .....
Trieda : .....

Prosím označiť (zakrúžkovať) - si chlapec, alebo dievča !!!

Dátum spracovania : Poradové číslo :
nevypĺňať

Úvod

Dostávate do rúk vedomostný test, ktorého cieľom a úlohou je preskúmať Vaše vedomosti z oblasti školskej telesnej výchovy, športu a telesnej kultúry v intenciách vzdelávacích štandardov. Tento vedomostný test je anonymný.

Inštrukcie

1./ Pohodlne sa usaďte a urobte si pohodlie
2./ Pozorne si prečítajte otázku, neponáhľajte sa, vypracovanie vedomostného testu nie je časovo obmedzené
3./ Vyberte a zreteľne označte Vašu odpoveď (zakrúžkujte), prípadne sami vytvorte odpoveď tam, kde to konštrukcia otázky umožňuje
4./ Podľa konštrukcie otázky vpíšte k príslušnému textu príslušné Vami vybrané poradové číslo

1. K menám *športovcov* na vybodkované miesto napíšte číslo športu, v ktorom boli veľmi úspešní

Športovci		ŠPORT, v ktorom boli úspešní
1. Pálfy Žigmund	.....	1 - atletika
2. Moravcová Martina	.....	2 - gymnastika
3. Martikán Michal	.....	3 - basketbal
4. Štefko Róbert	.....	4 - volejbal
5. Hantuchová Daniela	.....	5 - hádzaná
6. Németh Szilárd	.....	6 - futbal
7. Kováčová Alena	.....	7 - vodný slalom
8. Bátory Ivan	.....	8 - biatlon
9. Nemec Richard	.....	9 - kanoistika
10. Hlavtúr Peter	.....	10 - plávanie
11. Bača Juraj	.....	11 - tenis
12. Sekerová Zuzana	.....	12 - biatlon
		13 - lyžovanie - beh
		14 - cyklistika
		15 - ľadový hokej

2. **Letné olympijské hry sa konajú každé:**
(správnu odpoveď zakrúžkujte!)
   a) 2 roky
   b) 3 roky
   c) 4 roky
   d) 5 rokov
   e) 6 rokov

3. **Najbližšie letné olympijské hry sa konajú:**
   a) mesto
   b) štát

4. **Najbližšie zimné olympijské hry sa konajú:**
   a) mesto
   b) štát

5. **Predsedom *Medzinárodného olympijského výboru* je**: .....

6. **Predsedom *Slovenského olympijského výboru* je:** .....

7. **K nižšie uvedeným základným pohybovým schopnostiam napíšte na vybodkované miesto čísla TESTOV (vpravo), ktoré ich testujú**

Pohybové schopnosti	TESTY
1. Rýchlosť	1. Skok do diaľky z miesta
2. Výbušná sila	2. Beh na 50 m
3. Dynamická sila	3. Ľah - sed
4. Statická sila	4. Výdrž v zhybe
5. Vytrvalosť	5. Vytrvalostný člnkový beh
	6. Zhyby na hrazde
	7. Beh 10 x 5 m
	8. 12 minútový beh
	9. Hod 2 kg plnou loptou

8. **K pohybovým činnostiam (športom) napíšte na vybodkované miesto číslo tej *pohybovej schopnosti,* ktorú prevažne rozvíjajú:**

Pohybová činnosť - šport	POHYBOVÁ SCHOPNOSŤ
1. Beh na 100 m	1 - rýchlosť
2. Beh na 1000 m	2 - výbušná sila
3. Vrh guľou	3 - dynamická sila
4. Hod loptičkou	4 - statická sila
5. Športová gymnastika	5 - vytrvalosť
6. Úpolové cvičenia	6 - koordinačné schopnosti
7. Zápasenie	
8. Cestná cyklistika	
9. Beh na 60 m	
10. Opakované kľuky	
11. Šplh	
12. Akrobatické cvičenia v gymnastike	
13. Skok do výšky	
14. Beh na lyžiach	
15. Pády v úpoloch	

9. K termínom, ktoré sa používajú v ATLETIKE (sú uvedené vľavo) na vybodkované miesto napíšte číslo príslušnej ATLETICKEJ DISCIPLÍNY, ku ktorej patria!

ATLETICKÉ TERMÍNY		ATLETICKÉ DISCIPLÍNY
1. Sun	.....	1 - behy na krátke trate
2. Nízky štart	.....	2 - behy na stredné a dlhé trate
3. Flop	.....	3 - skok do diaľky
4. Spôsob strihom	.....	4 - skok do výšky
5. Šľapavý beh	.....	5 - vrhy a hody
6. Spôsob kročmo	.....	6 - štafetové behy
7. Výseč	.....	
8. 4 kg	.....	
9. Vysoký štart	.....	
10. Cezpoľný beh	.....	
11. Rozskakovanie	.....	
12. Dĺžka odovzdávajúceho územia	.....	

10. Pozorne si prečítajte nasledujúci text a na voľné vybodkované miesto vpíšte príslušné ŠTARTOVÉ POVELY podľa pravidiel atletiky!

Na povel „ ....." sa bežec postaví na zhromažďovaciu čiaru.
Na povel „ ....." sa postaví pred bloky, zasunie nohy do blokov a kľakne si na koleno nohy, ktorá je zasunutá v zadnom bloku.
Na povel „ ....." bežec zdvihne panvu a sústredí sa na štartoví výstrel.

11. K termínom používaným v gymnastike napíšte an vybodkované miesto *číslo skupiny gymnastických cvičení,* ku ktorým patria!

Gymnastické termíny		*Skupiny gymnastických cvičení*
1. Cvičenie so stuhou	.....	1 - akrobacia
2. Podmet	.....	2 - perskoky
3. Cvičeneis malými činkami	.....	3 - hrazda
4. Cvičenie s plnou loptou	.....	4 - kondičná gymnastika
5. Kadetový skok	.....	5 - rytmická gymnastika
6. Roznožka cez kozu	.....	
7. Výmyk	.....	
8. Tanečný krok valčíka	.....	
9. Kotúľ letmo	.....	
10. Nožnicový skok	.....	
11. Skrčka cez debnu	.....	
12. Stojka na lopatkách	.....	
13. Cvičenie so šatkou	.....	
14. Šplh	.....	

12. *Letová fáza* je rozhodujúca pre vykonanie:
(Zakrúžkujte správnu odpoveď!)
a.) kotúľ vpred
b.) pomalého premetu bokom
c.) kotúľ letmo

13. Čo je požadovaným *predpokladom* pre vykonanie stojky?
(Zakrúžkujte správnu odpoveď!)
a) predklon hlavy
b) udržanie rovnováhy
c) prehnutie tela

14. Ktorá z uvedených alternatív patrí medzi *hlavné chyby* pri vykonaní výmyku na hrazde?
(Zakrúžkujte správnu odpoveď!)
a) pokrčené paže
b) zdvihnutie nôh blízko k žrdi
c) pokrčené nohy

15. *Usporiadajte podľa náročnosti* nasledujúce pohybové činnosti. Na vybodkované miesto pred pohybovou činnosťou napíšte čísla v poradí od najľahšej po najťažšiu !
..... stojka na rukách

..... kotúľ vzad
..... kotúľ vpred
..... salto

16. Na vybodkované miesto vedľa športových hier napíšte číslo správneho *spôsobu striedania* !

S p ô s o b s t r i e d a n i a	***Š p o r t o v á h r a***
1 - hráč môže striedať kedykoľvek - nepotrebuje súhlas rozhodcu	Basketbal .....
	Hádzaná .....
2 - hráč môže striedať po predchádzajúcom súhlase rozhodcu - len raz za zápas	Futbal .....
	Volejbal .....
3 - hráč môže striedať po predchádzajúcom súhlase rozhodcu - i vaic krát za zápas	Ľadový hokej .....

17. Vedľa nižšie napísaných hráčskych funkcií napíšte skratku tej športovej hry, v ktorej sa používajú !
(B = basketbal, F = futbal, H = hádzaná, V = volejbal, ĽH = ľadový hokej)

F u n k c i a	***Športová hra***	***F u n k c i a***	***Športová hra***
1. Krídlo	.....	6. Libero	.....
2. Rozohrávač	.....	7. Brankár	.....
3. Spojka	.....	8. Smečiar	.....
4. Pivotman	.....	9. Obranca	.....
5. Stredový hráč	.....	10. Nahrávač	.....

18. Vedľa uvedených termínov *z pravidiel športových hier* napíšte skratku športovej hry, v ktorej sa používajú !
(B = basketbal, F = futbal, H = hádzaná, V = volejbal, ĽH = ľadový hokej)

T e r m í n y	***Športová hra***	***T e r m í n y***	***Športová hra***
1. Trestné strieľanie	.....	10. Výška siete	.....
2. Libero	.....	11. Bránkovisko	.....
3. Pasívna hra	.....	12. Kop od brány	.....
4. Pravidlo 24 s	.....	13. Pokutové územie	.....
5. Päť osobných chýb	.....	14. Vylúčenia na 2 min.	.....
6. Tretina ihriska	.....	15. Postavenie mimo hry	.....
7. Bodovací systém		16. Hrací čas 2 x 45 min.	.....
8. Kroky	.....	17. Útočné čiary	.....
9. Trojbodové územie	.....	18. Hákovanie	.....

19. Roztrieďte uvedené *prvky lyžiarskej techniky* do skupín, do ktorých patria a to tak, že na vybodkované miesto napíšte číslo skupiny, do ktorej patria !

Prvky lyžiarskej techniky	***Skupina lyžiarskej techniky***
1. Zjazd odpichom súpažne	1 - zjazd po spádnici
2. Zjazd cez terénne nerovnosti	2 - zrýchľovanie zjazdu
3. Znožný oblúk	3 - zmeny smeru jazdy
4. Zjazd v rýchlostnom zjazdovom postoji	4 - brzdenie
5. Brzdenie jednostranným prívratom	
6. Oblúk z odšliapavania	
7. Zosúvanie	
8. Brzdenie zjazdu obojstranným prívratom (pluhom)	
9. Korčuľovanie	
10. Obúk v obojstrannom prívrate (v pluhu)	

20. Usporiadajte *podľa náročnosti* nasledujúce *prvky lyžiarskej techniky*. Na vybodkované miesto pripíšte číslo podľa poradia od najjednoduchšieho po najzložitejší !

..... zjazd šikmo svahom

..... chôdza na lyžiach
..... oblúk v obojstrannom prívrate (v pluhu)
..... zjazd priamo po spádnici
..... oblúk znožný

21. Ktorú lyžu si na svahu zapnete ako prvú ?

a) vrchnú
b) spodnú

22. Uvedené *termíny z lyžovania* priraďte k druhom lyžovania, ku ktorým patria tak, že na vybodkované miesto napíšte číslo druhu lyžovania !

T e r m í n y		*Druh lyžovania*
1. Pevná päta	.....	1 - zjazdové lyžovanie
2. Vyššie palice	.....	2 - bežecké lyžovanie
3. Užšie palice	.....	
4. Carving	.....	
5. Kratšie lyže	.....	

23. *Súčasným dotykom oboch paží* vykonávame obrátku v týchto plaveckých spôsoboch:
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) kraul
b.) znak
c.) prsia
d.) motýlik

24. V polohe *na chrbte* sa pláva len plaveckým spôsobom:
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) kraul
b.) motýlik
c.) znak

25. Vymenujte okrem plávania najmenej *dva plavecké športy* !
1. .....
2. .....

26. Jediný *štartový skok*, pri ktorom plavec neštartuje zo štartovacieho bloku, ale z vody, je pri plaveckom spôsobe:

a) prsia
b) kraul
c) znak
d) motýlik

27. *Prvú pomoc* pri úraze a náhlom ochorení je povinný poskytnúť :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)

a) každý občan za každých okolností, bez ohľadu na zdravotnícke školenie,
b) len zdravotnícky pracovník, aby nedošlo k zhoršeniu zdravia postihnutého,
c) každý občan bez ohľadu na dĺžku zdravotníckeho školenia, pokiaľ pri prvej pomoci nebude ohrozené zdravie postihnutého.

28. Príznaky *šoku* sú :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) červená, horúca, suchá koža, pľuzgiere,
b.) kŕče, bolesti brucha, hlavy,
c.) postihnutý zbledne, koža je studená a spotená, slabosť, mdloby, dýchanie je rýchle a plytké, nevoľnosť a zvracanie až bezvedomie.

29. Pri ošetrovaní *popálenín* je potrebné :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)

a.) postŕhať všetky pľuzgiere, natrieť popáleninu masťou alebo olejom,
b.) pľuzgiere neodstraňovať, nedávať žiadne masti, oleje, sterilne obviazať,
c.) nerobiť žiadne ošetrenie, zavolať pomoc.

30. Pri *uhryznutí vretenicou* je potrebné :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) podľa možnosti ranu dôkladne vymyť vodou a mydlom, sterilne zakryť, znehybnieť a previesť do nemocnice,
b.) dopraviť postihnutého do najbližšieho domu,
c.) ranu rozrezať a krv vysať.

31. *Azimut* je :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) trasa pochodu vopred vytýčená,
b.) uhol medzi magnetickým severom a daným smerom,
c.) určovanie magnetického severu.

32. Čo je *vrstevnica* ?
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) čiara, ktorá spája sever s juhom,
b.) čiara, ktorá na mape spája body terénu s rovnakou nadmorskou výškou,
c.) určuje vzdialenosť od obce k obci.

33. *Sever* určíme podľa prírodných úkazov takto :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) osamelý strom má na severnej strane redšie letokruhy,
b.) osamelý strom, peň a kmeň je na severnej strane obrastený machom,
c.) osamelé pne majú na severnej strane redšie letokruhy.

34. Vymenujte 4 základné *druhy turistiky* !
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) .....
b.) .....
c.) .....
d.) .....

35. Aké *protipožiarne opatrenia* musíme dodržiavať pri *táborení* v lese ?
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) v lese môžeme klásť oheň,
b.) táboriť a klásť oheň môžeme na vyhradených miestach, v stane nesmieme používať sviečku, pri odchode musíme uhasiť oheň.

36. Pri ktorej strane chodníka *chodíme ?*
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) po ľavej strane,
b.) po pravej strane,
c.) ako sa komu hodí.

37. Po ceste sa *jazdí :*
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) vpravo, čo najbližšie k pravému okraju vozovky,
b.) vpravo, čo najbližšie k stredu vozovky,
c.) po ľavom okraji.

38. *Znamenie o smere* jazdy sa dáva rukou :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) len pri odbočení,
b.) vždy keď meníme smer jazdy,
c.) len pri predbiehaní.

39. *Cyklisti* môžu ísť :
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) len jednotlivo za sebou,
b.) najviac dvaja vedľa seba,
c.) najviac traja vedľa seba.

40. Ktoré z nižšie uvedených pohybových činností (športov) patria medzi *úpolové športy* ?
(Správnu odpoveď zakrúžkujte!)
a.) joga,
b.) zápasenie,
c.) judo,
d.) sebeobrana,
e.) box.

Autor: prof. PaedDr. Pavol Bartík, PhD.

Recenzenti: prof. PaedDr. Karol Görner, PhD.
prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.

Vydavateľ: Univerzita Mateja Bela, Fakulta humanitných vied,
Banská Bystrica

Rok vydania: 2009
Vydanie: prvé
Rozsah: 125 strán
Formát: A5
Náklad: 100 ks
Tlač: Bratia Sabovci, spol. s.r.o., Zvolen

ISBN