

Didaktika telesnej výchovy

TV- cieľavedomá výchovno vzdelávacia činnosť pôsobiaca na tesný a pohybový vývoj človeka, upevňovania jeho zdravia, telesnej zdatnosti a pohybovej výkonnosti. Získanie základného teoretického a praktického telovýchovného vzdelania a kladných zážitkov z tejto činnosti.

Základné – Úlohy: **1**, osvojovanie, zdokonaľovanie a upevňovanie pohybových návykov

2, rozvíjanie kondičných a koordinačných schopností **3**, nadobúdanie vedomostí z telesnej výchovy a športu **4**, utváranie trvalého vzťahu ľudí k pohybu a aktivite.

Činitele, prostriedky Tv

vybrané pohybové úkony, činnosti, operácie, operácie, telesné cvičenia, hry tance

Podľa cieľov Tv delíme:

Školskú Tv – predškolskú, školskú, stredoškolskú a na vys. školách

Rekreačnú Tv – udržiavanie a zlepšovanie teles. zdatnosti, pohybu a výkonnosti. /šport pre všetkých/.

Zdravotnú Tv – odstraňovanie zdravot. nedostatkov alebo ich zníženiu.

Didaktika

z gréckeho slova didasko – učím, poučujem. Didaktika Tv je vedecká disciplína patriaca do skupiny pedagogických vied, ako aj do skupiny vied o športe v rámci odboru športová edukológia. Skúma a objasňuje zákonitosti telovýchov. procesu a jeho základných činiteľov a vzťahov medzi nimi. *Sýkora* – Did. Tv sa zaoberá skúmaním a vyhodnocovaním výsledkov výchovy a vzdelávania v teles. vých. a jej pôsobenia na telesný, funkčný, pohybový, psychický, a soc. rozvoj žiakov prostriedkami Tv. Did Tv detí sa podľa cieľov delí na základnú, rekreačnú, zdravotnú.

Metódy Did Tv

pozorovanie- pedagogické, dotazník, rozhovor, experiment, Testy testovanie motorických schopností, zručnosti, technicko- taktického myslenia

Edukačný proces Tv

ciele a úlohy Tv sa realizujú vo vých. vzdelávacom procese nazývanom *telovýchovný proces* prvý krát sa na Slovensku 1957 v Smoleniciach. v súčasnosti *Edukačný proces v Tv*. Telovýchovný proces považujeme za druh procesu v ktorom sa plnia základné úlohy a ciele TV. **Činitele** základné – žiak, objekt, subjekt. Učiteľ – objekt, subjekt cvičiteľ, tréner.

Obsah – čím sa pôsobí na žiaka v Tv, plánované ciele, učivo, formy. Podmienky- právne, materiálne, sociálne, klimatické.

Funkcie

1) formatívna – formovanie telies a duševných procesov a vlastností žiakov.

2) Informatívna – nadobúdanie skúsenosti, osvojovanie, zdokonaľovanie pohybových návykov a zručností.

Výchova – činnosť ktorá je zameraná na formovanie, zdokonaľovanie a upevňovanie vlastností a schopností človeka na jeho postoje, záujmy na rozvoj charakter. a temperament. vlastností.

Vzdelanie – činnosť, proces prostredníctvom ktorej žiak získava vzdelanie tj. súhrn návykov, vedomostí, zručností a spôsobilostí.

Vyučovanie – forma vých. vzdel. práce prostredníctvom obsahu.

Učenie – cieľavedomá činnosť osvojovania spoločenskej a individuálnej skúsenosti, pričom pod vplyvom vonkajších podmienok a využívania vlastných vnútorných predpokladov mení človek svoje správanie a rozvíja svoju osobnosť.

Znaky telových. procesu

všeobecné – cieľavedomosť, jednotnosť, komplexnosť, plánovitnosť, sústavnosť, zákonitosť, integrovanosť, dynamickosť

špecifické – pôsobenie na telesné a pohyb. zdokonaľovanie človeka, zlepšovanie jeho teles. zdatnosti a pohyb. výkonnosti. Spätnosť zo zlepšovaním a upevňovaním zdravia, využívanie špeciálnych prostriedkov. Kompenzácia duševnej a inej jednostranne pôsobiacej činnosti. Postupnosť zvyšovania náročnosti zaťaženia jednot. orgánov a funkcií organizmu. Špecifickosť podmienok v kt. Tv prebieha. Náročnosť organizovania telovýchovných činností a s tým súvisiaca bezpečnosť.

Zásady Tv. procesu

rozumieme všeobecné podstatné zákl. požiadavky na činnosť učiteľa a žiakov na ich vzájomné vzťahy a vzťahu k ostatným činiteľom Tv procesu pri plnení úloh Tv. V Tv procese sa uplatňujú všeob. ped. zásady a didaktické špecifické zásady.

Všeobecné – všestranného a harmonického rozvoja osobnosti, jednoty výchovy a vzdelávania teórie a praxe, spojenia výchovnovzdel. práce s prípravou na život.

Didaktické – cieľavedomosť, uvedomelosti aktivity, názornosti, sústavnosti a postupnosti, primeranosti, individ. prístupu a trvácnosti.

Zásady výchovy – demokratickosť, humánnosť, tolerancia, cieľavedomého činnosti zameriavaných zásad.

Špecifické – všestrannosť pohybu, fyziologická účinnosť, postupnosť zvyšovania teles. zaťaženia, predchádzanie úrazom a poškodeniu zdravia.

Aspekty – metodologické objasňujú podstatu, základné pojmy, kategórie a zákonitosti

biologické predpoklady človeka pri vykonávaní pohybovej činnosti a zmeny ku ktorým dochádza v Tv prosese.

Spoločenské – Tv proces ako spoločenský, historický jav a objasňujú procesy organizácie a riadenia TV procesu

Materiálno-technické – pôsobenie týchto prostriedkov v Tv pro.

Pedagogické – zákonitosti vých. pôsobenia vzdelávania teles. a pohyb. vzdelávania človeka.

Učenie a vyučovanie v Tv

Poh. činnosti – zámerné praktické pohyby, kt. uvedomele realizujeme na vyriešenie pohybovej úlohy. Poznáme pohyby návyku, zručnosti, skúsenosti, prejavu a schopnosti.

Metódy výchovy: príkladu, presvedčania, cvičenia, požiadaviek, hodnotenia prejavu a správania žiaka.

Žiaci v Tv procese – Problémový žiaci

Vyrušujúci – získanie pozornosti, boj o moc, snaha o pomstu, vymáhanie súcitu

Bojazlivý – strach emócia ktorá vzniká v situáciách ohrozenia bilog. alebo soc. existencie človeka, ale zameraná na zdroj skutočného, alebo zdanlivého nebezpečenstva.

Bez motivácie – 1, motivácia nieje vrodená je naučená, 2, čo je naučené tam je možné vyučovať, 3, vyučovanie je záležitosťou učiteľa.

Z nízkou tel. zdatnosťou – vrodené, zdedené, získané, úrazom

Učiteľ- každý učiteľ je najskôr psychológ až potom pedagóg. **Ludský rozmer** - osobnosti vzťah k povinnostiam , vzťah k iným ľuďom, vzťah k sebe samému, vzťah k svojmu okoliu, vzťah k výsledkom vedy a výskumu.

Psych. erudovanosť – psych. vlastnosti osobnosti, temperament, schopnosti, postoje, motívy

Edukatívna – všeobecné vedomosti a teoret. poznámky, poznatky a vedomosti, špecifického odboru, všeobecné praktické zručnosti, aj špeciálne.

Organizačné formy – vonkajšie usporiadanie did. procesu a podmienok, ktorým sa obsah vyuč. realizuje nazývame organizačné formy. Poznáme **obligatórne** (záväzné) a **fakultatívne** (nepovinné, nezáväzné).

Povinné – vyuč. hodina Tv, 45 min zákl. škola 2x týždenne, 3x týždenne stred. školy, cvičenie v prírode 2x ročne – 4 hod. 5-6 ročník , 5 hod 7-9 ročník. Obsah – osvojenie precvičenie odborno technických vedomostí a zručností, dopravná výchova, prvá pomoc , braná výchova. **Odporúčané kurzy**- lyžiarsko výchovný výcvik s dennou dochádzkou alebo zájazd 5-7 dní ľubovoľný ročník , plavecký kurz 20 hod., kurz ochrany človeka a prírody 3-5 dní, medzi predmetové vzťahy.

Nepovinné – pohybová príprava ZŠ, SŠ pohybová a športová výchova 1-2 týždenne 1-2 hod (krúžky). Ranné cvičenia – školský rozhlas 5-8 min. pred hodinou, telovýchovné chvíľky – v priebehu hodiny keď klesá pozornosť 3-10 min. Rekreačné využitie prestávok – po 2 vyuč. hod. desiatová prestávka, po 3 hod. veľká na spontánnu aktivitu. Športové súťaže zákl. kolá medzi triedne kolá, telových. vystúpenia a akadémie, prednášky, besedy, výstavy so športovou tematikou, výlety, vychádzky, exkurzie, zájazdy.

Vyučovacia hodina

Tv je zákl. forma výchovno vzdelávacej práce školskej Tv a rozumieme ňou, také usporiadanie učiva a vyučovania pri ktorom učiteľ pracuje presne vymedzenom čase so stálou skupinou žiakov, podľa stavby rozvrhu hodín využívajúc pri tom vhodné prostriedky a metódy aby sa dosiahli stanovené ciele, rešpektovaním didaktických a výchovných princípov.

Typológia vyučovacej hodiny

z hľadiska Intencionálneho pôsobenia *povinné a nepovinné hod. Tv.*

Podľa konkrétnej did. úlohy

Nácvičné – oboznámenie sa s novým učivom

Zdokonaľovacie – zdokonaľovanie a upevnenie činností

Diagnostické – testovacie

Kontrolne a hodnotiace – posudzovanie úrovne

Súťaže a zápasy

Podľa pohlavia – dievčenské, chlapčenské – 5 – 9 ZŠ, koedukované 1 – 4 ZŠ

Z hľadiska tém prebraných na hodine - *monotematické, zmiešané*

Podľa obsahu – gymnastické, atletické, herné, úpolové, plavecké, tanečné

Z hľadiska prevažujúceho zamerania – vzdelávacie –osvojovanie pohyb. činností

kondičné – rozvoj pohyb. schopností, kompenzačné- otužovanie, úvodná a záverečná hodina

Faktory ovplyvňujúce hod Tv

Učiteľ – vedenie školy, ostatný učitelia, ostatný zamestnanci

Žiak – spolužiaci, rodina, tréning. partneri

Obsah – ciele , úlohy, učivo, did. formy, metódy, postupy, štýly, organizačné formy

Podmienky – právne , personálne, sociálne, regionálne, pracovné, materiálne

Štruktúra Tv

-úvodná , prípravná, hlavná, záverečná

Úvodná – cieľ- pripraviť na zaťaženie 2-8 min, obsah- nástup, hlásenie, pozdrav, oboznámenie s cieľom

Prípravná – psychická a fyzická príprava žiaka na zaťaženie dĺžka 5-12 min, obsah- rozohriatie špeciálne.

Hlavná časť – plnenie úloh, plnenie úloh v jednot. celkoch 20-35 min. Obsah rozvoj pohyb. schopností, osvojovanie a upevňovanie techniky športov, zjednotenie temat. celkov. Osvojenie teoretických poznatkov. Preverovanie úrovne pohyb. schopností a stupňa osvojenia pohyb. zručností , emocionálne vyžitie žiakov. Aktívne formovanie vlastností žiaka. Ukážka nezastupiteľná pri nácvičných hodinách motivácia FOCUS

F – fantázia, O –ocenenie, C- cieľ, U- úspech, S- stimul

Sledujeme príznaky únavy žiakov – farba kože, potenie, dýchanie, pohyby, vnímanie

Záverečná – upokojujúca, formálna - vyhodnotenie

Efektivita

-najjednoduchším vyjadrením efektivity je pomer medzi aktívne skutočne využitým časom a nominálnym časom (45 min).

Didaktické formy

- relatívne stále vnútorné usporiadanie did. procesov z hľadiska interakcie subjektu a objektu.

Klasifikácia

1, Vzťah vo výchovnom procese – učiteľ – žiak, uč. – skupina žiakov, uč. – všetci žiaci

hromadná, skupinová, individuálna

Členenie žiackeho kolektívu – vo dvojiciach, v skupinách. Časové vzťahy – súčasne, postupne, prerušovane.

Priestorové vzťahy – kruhy, rady , prúdy, šachovité postavenie

Špecifické formy – kruhová, na stanovištiach, doplnkové cvičenia

Hromadná forma – sú zamestnaný rovnakou činnosťou pod bezprostredným vedením učiteľa. Výhody sú dobrý prehľad o žiakoch, ekonomická, ovláda a koriguje vyuč. proces, jednoduché dávkovanie cvičenia dá sa využiť vo všetkých častiach hod., udrží relatívne dobrú disciplínu. Nevýhody – vysoké nároky na materiál, podmienky, nepodporuje rozvoj samostatnosti a aktivity žiakov, vznik veľkých časových strát.

Skupinová – stále usporiadanie vyuč. procesu pri ktorom žiaci rozdeľujú do skupín s rôznym obsahom, a učiteľ neriadi priamo všetkých žiakov. Homohéne, Heterogéne. Pri práci so žiakmi využijeme 4 fázy práce so žiakmi: Direktívna – dáva jasné úlohy, Argumentačná – uč. skupine vysvetlí cieľ aby získal ich pochopenie. Participácia – umožní skupine rozhodnúť a meniť úlohy. Delegovanie – žiaci majú určitú kompetencie a sami sú zodpovedný za výsledok.

+ Lepšie zapojenie žiakov do práce, rozvoj samostatnosti a tvorivosti, optimálne využitie náradia a náčinia a priestoru.

- Učiteľ nasleduje všetkých žiakov priamo, vysoké nároky na plánovanie organizáciu

Individuálna – uč. pracuje sám so žiakom v určitej časti hodiny. (prípravná a záverečná časť).

Špecifické cvičenie

- slúži na zvyšovanie telesnej zdatnosti a rozvoj zákl. pohyb. schopností , pri plánovaní treba vychádzať z učebných osnov, materialných možností a analýzy pohyb. stavu žiakov. Dôležité je zaradiť aj odpočinok.

Stanovištia – čas, počet opakovaní, počet stanovišť a zámer čo chce na stanovištiach robiť, hodnotiť úroveň zvládnutej pohyb. činnosti. Podporuje upevnenie pohyb zručnosti, primerane zaťažuje žiaka, kompetitívny – súťaživý charakter.