

Virtuální hospitace

Tělesná výchova: Rozvoj týmové spolupráce prostřednictvím pohybových aktivit

Autoevaluace

Autor: Mgr. Tomáš Sargánek

Cíl hodiny i dílčí cíle jednotlivých aktivit

Žáci se během této hodiny tělesné výchovy seznámili se základními principy efektivní spolupráce a uvědomili si jejich důležitost pro nejen pohybové aktivity, kolektivní hry či sporty. Žáci byli také schopni realizovat úspěšnou spolupráci na jednoduchých pohybových aktivitách, jako bylo podbíhání lana, přeskoky švihadla či aktivity s padákem. Míra úspěšnosti byla individuální, ovlivněna motorickými schopnostmi jednotlivců. S průběhem aktivit a výstupy jsem byl spokojen, jen jsem očekával trochu větší úspěšnost při ostrém testu přeskoků švihadla.

Struktura hodiny a její průběh

Hodinu tělesné výchovy jsem rozdělil do **třech hlavních částí: úvodní, hlavní a závěrečnou.**

V **úvodní části** jsem se snažil sdělit cíle a program hodiny a formou krátké diskuse i cílenými otázkami iniciovat myšlenkové pochody žáků a motivovat je k následujícím aktivitám v hodině. Během zahřívací a rozcvičovací fáze jsem záměrně zařadil již jednoduchou spolupráci a formu vedení skupiny, abych dosáhl maximální efektivity vzhledem k tématu hodiny. Z videa se mi trochu jevilo, že se žáci nezahřáli dostatečně, byť jsem je verbálně vybízel ke zvýšení rychlosti, aby bylo následné protahování svalových partií efektivní. Více jsem taktéž očekával od vzájemné evaluace po provedení rozcvičky. Jinak jsem byl s prací žáků i s vedením rozcvičky (vzhledem k časové dotaci úvodní části – 14 min/48 min) spokojen.

Během **hlavní části hodiny**, kdy byly cíle postupně naplňovány, se střídaly vybrané pohybové aktivity. Podbíhání lana ukázalo aktuální úroveň spolupráce a tak trochu i týmové role žáků s vůdčími schopnostmi. V plánu jsem měl nachystáno více forem podbíhání, ale i tato část byla takovým dynamickým prodloužením rozcvičky, a proto jsem po finálním podběhu celé skupiny přešel záhy k přeskokům švihadla. Tady jsem použil malé teoretické okénko, abych graficky zvýraznil potřebné fáze spolupráce. Trochu mě překvapilo, že se některé dvojice vrhaly do provedení bezprostředně (podcenily přípravnou fázi), tím se okrádaly o úspěšnost. Rozhodující byl výstup, kdy měli prokázat úspěšnost. Měl jsem radost z početné skupiny dvojic, které byly úspěšné zcela. Ostatní dvojice se přesvědčily o tom, jak je především koncentrace důležitá, a to nejenom u švihadla, ale právě u volejbalu! Následující podbíhání padáku bylo ukázkou aktivity pro velké skupiny (lze ji provádět i se 40 žáky). Sekvence krátkých a jednoduchých aktivit vyvrcholila kouláním míče na mexické vlně. Tady jsem očekával, že žáci nebudou tolik pasivní. Lépe se zřejmě cítili v podřízené roli. Ocenil jsem ty, kteří se řízení práce nebáli zhostit.

Tady bych rád sdělil, že všechny aktivity již žáci v různých obměnách absolvovali. Používám je jako součást dynamické fáze rozcvičky. Proto nebyly diskuse a hledání správného řešení tak bohaté a bouřlivé jako u skupin, kde se taková aktivita zařadí poprvé.

Vzhledem k časové náročnosti aktivit v hlavní části a potřebnosti dostatku času pro úvodní část mi zbylo poměrně málo času na **závěrečnou část**, kdy má dojít k celkovému uklidnění organismu, dostatečnému protažení posturálního svalstva, zhodnocení průběhu hodiny a jejímu ukončení včetně uklizení nářadí a náčiní. Tuto část jsem do hodiny zařadil, ale poměrně zkrátil. Snad budou kolegové z praxe k takovému zkrácení závěrečné části shovívaví.

Se svojí činností a organizací aktivit jsem byl vcelku spokojen. Nejvíce jsem se obával prostojů mezi aktivitami a nenadálých situací, což by výrazně ovlivnilo můj nabytý časový plán. Vzhledem k tomu, že hodinu jsem měl čas řádně a s dostatečným předstihem naplánovat, takové situace naštěstí nenastaly.

Výběr aktivit a role učitele

Výhodou pro téma týmové spolupráce je široká paleta aktivit, které si každý učitel může vybrat a přizpůsobit dle svého gusta či materiálních a prostorových podmínek. Do hodiny jsem vybral osvědčené aktivity, které jsou dle mého názoru jednoduché a efektivní. Metody i formy práce se opírají o práci žáků ve skupině. Učitel vystupuje mnohdy jen jako moderátor a v případě zpětných vazeb a dostatku času jako facilitátor, tedy nezapojuje se do vlastní realizace úkolů. Náznaky obou rolí jsem se snažil v hodině demonstrovat.

Přístup žáků

K těm největším obavám žáků patřila přítomnost štábu s kamerami a případné aktivity. Chvilí mi trvalo, než jsem si s žáky vysvětlil, že není příliš čeho se obávat. Jakmile pochopili smysl a náplň projektu virtuální hospitace a zhlédli ukázkou z portálu www.rvp.cz, hlavní obavy se rozplynuly. Cítil jsem z jejich strany podporu během příprav i v průběhu hodiny. Jsem vděčný za jejich celkový přístup. Hodina pro ně nebyla rozhodně utrpení, ba naopak jsem si na videu všimnul kladných prožitků a pocitů, že se jim něco povedlo!

Vzájemná interakce

V přípravě jsem si vytkl osobní cíl, že hodina bude bohatá na interakci a komunikační vzorce. Především mi šlo o interakci žák-žáci a žák-žák. Je jasné, že nedílnou součástí byla také interakce učitel-žák, ale i žák-učitel, a to především formou cílených otázek, zadání úkolů a zpětné vazby. S výsledkem jsem byl spokojen, i když jsem očekával bouřlivější diskuse a zapojení více žáků u aktivit s padákem. Aktivity byly voleny tak, aby se každý v hodině zapojil a podílel na řešení a realizaci vybraných pohybových aktivit

Použití jazyka

Během výuky se snažím mluvit spisovně a používat potřebné odborné výrazy. Tělesná výchova je specifický předmět, kde je jisté partnerství s žáky nutností. Proto mi sem tam unikne hovorový výraz či, jak žáci říkají, hláška. To na čem musím pracovat, je artikulace a rychlost verbálního projevu. Tento nedostatek se projevuje především v situaci časového presu a zejména v tělocvičně mi žáci někdy hůře rozumí. Zároveň jsem se přesvědčil, že nejvíce řečníků začíná formulku tak nebo takže. Ani já nejsem výjimkou, bude tedy vhodné s tím něco udělat.

Práce s časem

Pro realizaci hodiny jsem si připravil velmi podrobný časový plán, který jsem měnil a přizpůsoboval dle vyvíjející se dramaturgie hodiny. V hlavě jsem si připravil ideální průběh a realizaci hodiny. Ale ať jsem aktivity, které jsem chtěl opravdu do hodiny zahrnout, řadil, jak jsem chtěl, vždy jsem se dostal lehce přes vyměřený čas. Po konzultaci s VÚP jsme tedy nechali nepatrně delší časový plán.

Abych ho splnil, nesměl jsem si dovolit zbytečné prostoje či nenadále situace např. s náčiním. Což se nakonec povedlo, i když se to mírně projevilo na někdy až příliš rychlém verbálním projevu.

Práce s „růzností“

Snažil jsem se touto hodinou připravit takový malý koktejl a návod, jak na to. S aktivitami týmové spolupráce a teambuildingu jsem se poprvé seznámil během studia v zahraničí. Jejich organizaci, vedení a lektorské dovednosti jsem se učil v průběhu času během realizace především adaptačních i jiných kurzů či programů pro dospělé. Dnes se již téma týmové spolupráce objevuje v praxi velmi často a existují bohaté literární zdroje. Nechtěl bych však touto hodinou v žádném případě „nosit sovy do Athén“ a jsem si jist, že mnozí kolegové jsou v tomto tématu zblhlí.

Natáčení jako výzva

Na závěr bych uvedl, že jsem byl s realizací projektu virtuální hospitace vcelku spokojen. Mám rád výzvy a natáčení hodiny výzvou určitě bylo. Na základě této zkušenosti mohu takový projekt či jiné natáčení hodiny či alespoň jejich částí vřele doporučit. Je to mimo jiné pro učitele velmi přínosná zpětná vazba.