

Rozvíjanie didaktického myslenia v úpoloch

Mgr. Vladislav Polgár, PhD.

Úvod

Didaktika telesnej výchovy a športu hrá v športovom, ako aj v telovýchovnom procese veľmi významnú úlohu. Je dôležitou súčasťou všestranného a harmonického rozvoja osobnosti, o čom svedčia mnohé domáce, ako aj zahraničné vedecké práce. V súčasnosti sa jej venuje veľká pozornosť, nakoľko už niekoľko posledných desaťročí sledujeme zvedečťovanie výchovno-vzdelávacieho, ako aj tréningového procesu. Tento proces si vyžaduje lepšiu pripravenosť pedagógov a trénerov. Poznatky z didaktiky sa tak stávajú nevyhnutnou súčasťou ich prípravy. Rozvíjanie didaktického myslenia je nevyhnutnou súčasťou činnosti pedagogického pracovníka a hrá významnú úlohu vo skvalitňovaní vyučovacieho, alebo tréningového procesu.

Čo je didaktika telesnej výchovy (TV)?

Pojem didaktika je odvodený z gréckeho slova "didaskein" a znamená učiť.

Didaktika TV je samostatný vedný odbor, ktorý patrí do skupiny pedagogických vied i do skupiny vied o telesnej kultúre.

Predmetom skúmania didaktiky telesnej výchovy sú zákonitosti pedagogického procesu v telesnej výchove (podstata vyučovania, učenia a všeobecných zákonitostí), ktorý označujeme ako telovýchovný proces. Hovoríme teda o skúmaní TV procesu ako komplexného javu, ktorý zahŕňa skúmanie základných subjektívnych a objektívnych činiteľov tohto procesu, štruktúru a vzťahy medzi nimi v dynamickom procese zameranom na telesné, pohybové a duševné zdokonaľovanie (Sýkora, 1983).

Zjednodušene povedané ide o vedu skúmajúcu všetky činitele a vzájomné súvislosti medzi nimi, podieľajúce sa na telesnom rozvoji a formovaní človeka z hľadiska telesnej kultúry. Máme na zrateli formuláciu cieľov, prostriedkov, obsahu a štruktúry činnosti v telesnej výchove ako jedného celku.

Jednou zo základných úloh didaktiky TV je teda skúmať, odhaľovať a vysvetľovať zákonitosti vyučovania a učenia pohybových činností, utvárania a rozvíjania morfológických, funkčných, motorických, psychických, morálnych a iných procesov a vlastností človeka, zabezpečovať jeho základné teoretické a praktické telovýchovné vzdelanie (Višňovský, 1983).

Ďalšou úlohou je navrhovať a výskumne overovať účinné modely výchovno-vzdelávacej práce v telesnej výchove pre jednotlivé skupiny detí, mládeže a dospelých, pomocou ktorých sa dosahuje požadovaný cieľ TV.

Veľmi príbuznou je didaktika športu, ktorá sa však mierne líši od didaktiky TV. Didaktika športu zahŕňa zámernú, plánovitú a cieľavedomú prípravu športovca s cieľom uspieť na súťažiach všetkých úrovní, čo je teda vyústením do športového výkonu ako integrovaného javu (Starší, 1999).

Jedným z hlavných činiteľov celej telovýchovnej činnosti je teda pedagóg (tréner), ktorý svojim pôsobením riadi proces osvojovania si vedomostí v telesnej výchove a športe, alebo tréningu. Základnou požiadavkou na pedagóga je teda osvojenie si vedomostí z didaktiky (Starší, 1993).

Determinanty didaktiky úpolov

Tento problematike sa v komplexnej publikácii venovali Reguli, Ďurech, Vít (2007), ktorí medzi hlavné determinanty úpolov zaradili:

- Fylogenezu ľudstva
- Ontogenézu pohybu
- Sociálne faktory
- Psychologické faktory

Spomenuté determinaty vychádzajú z najzákladnejších činností človeka a výraznou mierou sa podpisujú pod jeho proces socializácie, učenia a vykonávanie najrôznejších aktivít spojených s každodenným životom a prácou. Determinanty siahajú k počiatkom ľudstva a nutnosti využívania úpolov (boja) ku prežitiu, vzájomnej interakcii jedincov a vývoju. Zdokonaľovním techniky a taktiky boja sa z pôvodne primitívnych činností vyvinuli vysoko špecializované činnosti slúžiace ľudstvu k zdokonaľovaniu a napredovaniu. Veľmi významným faktorom je fyzický kontakt, nevyhnutný pre vzájomnú aktivitu. Fyzický kontakt je pre deti prirodzeným prejavom pocitov, nálad, postoja k danej situácii a pod. Najprirodzenejším spôsobom rozvíjania týchto prejavov a činností sú hry. Úpoly poskytujú širokú škálu úpolových hier, ktoré sa dajú využiť nielen v teleovýchovnom procese, ale aj v športovom tréningu. Dospelí v súčasnej dobe vymedzujú fyzický kontakt na najnevyhnutnejšie činnosti, avšak na druhej strane pozorujeme mnoho oblastí, v ktorých sa úpolové činnosti (fyzický kontakt) využívajú k zlepšovaniu jedincov. Nemáme na mysli len športové činnosti, ale aj oblasti rôznych profesionálnych odborov ako napr. profesionálneho coachingu, motivácie, osobnostného rozvoja, alebo marketingu.

Ako uvádzajú vyššie spomenutí autori, hovoríme o tzv.komunikačnej zóne, ktorá je individuálna pre každého jedinca. Pomocou rôznych úpolových cvičení, najmä základných

úpolov, vieme odbúravať problémy pri komunikácii, zlepšovať sebavedomie jedincov a uvedomenie si špecifík pri činoch, pri ktorých dochádza k vyájomnému kontaktu.

Delenie didaktiky telesnej výchovy

Pre lepšie pochopenie didaktiky úpolov je dôležité uvedomenie si základného delenia telesnej výchovy, ktorá poskytuje základ telovýchovného vzdelania. Úpoly, ktoré sú zaradené do učebných osnov TV sú súčasťou jej obsahovej náplne. Ciele výchovno-vzdelávacej práce v telesnej výchove a športe sú hlavným kritériom, podľa ktorého členíme didaktiku telesnej výchovy. Podľa špecifických cieľov telovýchovného procesu ju teda delíme na :

- Didaktiku základnej telesnej výchovy - zahrňuje základné teoretické a praktické telovýchovné vzdelanie
- Didaktiku rekreačnej telesnej výchovy - udržiavanie optimálnej telesnej zdatnosti a pohybovej výkonnosti, poskytnutie aktívneho oddychu
- Didaktika telesnej výchovy oslabených - slúži na kompenzáciu porúch v zdravotnom stave detí, mládeže a dospelých
- Didaktiku špecializovanej telesnej výchovy - inak nazývaná aj didaktika športu - objasňuje podstatu určitého športu, zvyšovanie výkonnosti v konkrétnom druhu športu.

Ako prebieha rozvíjanie didaktického myslenia?

Každý z nás sa už stretol s určitým prístupom pedagóga, alebo trénera, ktorý prezentoval svoje naučené vedomosti a snažil sa ich odovzdať ďalej. Naše osvojené vedomosti a zručnosti nám dali základ, formu, ako približne didakticky postupovať pri vysvetľovaní, učení jednotlivých prvkov a cvikov. Množstvo poznatkov ale samozrejme nebolo dostatočné na to, aby sme mohli aj my niekoho učiť. Tieto vedomosti predstavovali základ, ako vôbec didaktika vyzerá. Individuálne vedomosti pedagóga, alebo trénera majú významnú úlohu v kvalite vzdelávacieho procesu, alebo inými slovami v tom, čo všetko sa naučíme a zapamätáme si. Prístup učiteľa, či trénera k vzdelávaciemu procesu je tiež veľmi významný, pretože rovnako ako môže motivovať a zaujať, môže veľmi rýchlo spôsobiť aj opak.

Rozvíjanie didaktického myslenia je založené na teoretickom, ale rovnako aj na praktickom zvládnutí základných metód, foriem, obsahu a zložiek vyučovacieho, alebo tréningového procesu. To si vyžaduje štúdium jednotlivých zložiek a súvislostí medzi javmi v tomto procese, ktorý musíme chápať ako celkové pôsobenie na osobnosť človeka.

Didaktika sa zaoberá celým komplexom otázok súvisiacich s vyučovaním a učením. Mohli by sme ich rozdeliť na tematické okruhy :

- Pojem a predmet didaktiky
- Obsah vzdelania
- Podstata vyučovacieho - tréningového procesu
- Vyučovacie zásady
- Vyučovacie a učebné metódy
- Organizačné formy a zabezpečenie vyučovania

Každý z týchto okruhov je súčasťou vedomostí o didaktike a jednotlivé okruhy sú vzájomne prepojené a nadväzujú na seba. Žiadny z nich nie je samostatne nahraditeľný a spolu dávajú komplex potrebný pre správne vedenie výchovno-vzdelávacieho procesu. Osvojenie si vedomostí z týchto tematických okruhov dáva základ pre ďalšie rozvíjanie vedomostí o didaktike. Na Slovensku, ako aj v Českej republike sa danej problematike venuje veľké množstvo autorov, spomenieme Ďurecha, Reguliho, Víta, Bartíka, Štefanovského, Sližika, Zemkovú, Longu, Vanderku, Kampmilleru a podobne.

Súčasná tendencie

Požiadavky na telesnú výchovu a športový tréning sa neustále menia a teda je nevyhnutné prispôbovať aj didaktiku týchto oblastí. S vedeckým prístupom k vyučovaniu a hlavne k športovému procesu sa stretávame s väčším využívaním moderných prostriedkov vo vyučovaní. Za posledné obdobie sa enormne začala využívať moderná technika v podobe filmových záznamov, videozáznamov pohybových činností, ktoré slúžia na samotnú demonštráciu činnosti, ale taktiež na odstraňovanie chýb pri cvičení, či ukážky didaktickej postupnosti pri osvojovaní si vedomostí. Samotné záznamy slúžia ku skvalitneniu vyučovacieho, prípadne tréningového procesu a sú veľmi dobrým zdrojom informácií pre učiteľov, ako aj pre žiakov. Tieto javy pozorujeme vo všetkých športových odvetviach, úpoly nevynímajúc. V športovej príprave sa stali takmer nevyhnutnou súčasťou prípravy profesionálnych športovcov - prípravy z hľadiska psychologického, technického, alebo taktického hľadiska.

Rozvíjanie didaktického myslenia je možné aj pri zavádzaní nových metód a postupov, ktoré nie sú založené na doterajších poznatkoch, alebo metódach. Ich vznik je podmienený aktivitou trénera, pedagóga, ktorý sleduje javy v športe, alebo telesnej kultúre a snaží sa prispôbiť svoju činnosť meniacim sa nárokom. Myslí sa tým zavádzanie nových cvikov, využívanie nových náradí a náčiní, vytváranie nových modelov, postupov a metód, ktoré doposiaľ neboli aplikované a mohli tým by pomôcť zmeniť proces motorického učenia. Rovnako je dôležitá spolupráca odborníkov a

výmena názorov medzi jednotlivými trénermi, pedagógmi pôsobiacimi v oblasti telovýchovy a športu.

Získavanie nových informácií je vďaka internetu v súčasnosti veľmi jednoduché a preto aj tento spôsob nadobúdania vedomostí je nezanedbateľný. Existuje však aj veľmi veľa iných prameňov z ktorých možno čerpať vedomosti.

Zmena požiadaviek v tomto procese je rovnaká pre žiaka, cvičenca, ako pre učiteľa. Alternatívne školy, ktoré ponúkajú napríklad cvičenie jogy namiesto klasickej telesnej výchovy sú príkladom zmeny v systéme telovýchovného vzdelávania a rovnako aj v spôsobe výučby TV. V týchto školách taktiež pozorujeme prenos právomocí z učiteľa na žiaka, kde samotný žiak má možnosť rozhodovať o náplni svojej vyučovacej hodiny.

Pre žiakov a cvičencov v športových kluboch je nevyhnutné meniť metódy a modely tréningu, pretože pri stereotypne prebiehajúcim tréningu sa stráca záujem cvičencov a učenie sa spomaľuje. Zavádza sa aj tréning hravou formou, s možnosťou upraviť tréning pre potreby cvičencov, čo znamená vytváranie nových pohybových hier, cvikov a súťaží pre jednotlivé vekové obdobia, výkonnostné úrovne a vyspelosť cvičencov.

Veľmi kladne sa hodnotia prístupy k tréningu, kde cvičenec získava zručnosti samoobjavovaním, tréningom vo dvojiciach, svojou vlastnou aktivitou. Úlohy musí riešiť sám, individuálne, bez inštrukcií a usmernení trénera. Je nútený hľadať optimálne riešenia v neustále sa meniacej situácii, ktorá je pre úpoly charakteristická. Pre tento účel je veľmi vhodné v úpoloch používať modelované zápasy, riadené súboje, opakované cvičenia a postupy. Tréner potom nie dominantným usmerňovateľom tréningového (výchovného-vzdelávacieho) procesu, pretože sa prihliada na osobitosti žiakov v rýchlosti nadobúdania vedomostí.

Záver

Rozvíjanie didaktického myslenia je podmienené hlavne osobnou aktivitou trénera, pedagóga, ktorý má aktívny postoj k problematike vyučovania a snaží sa neustále prinášať do svojej práce nové prvky, nápady a postrehy. Jeho aktivita a samovzdelávanie nie je možné bez štúdia literatúry, študovania prác a publikácií v tom, ktorom odbore, či samostatnej činnosti založenej na komunikácii s odborníkmi danej oblasti. Zmena a širšie vedomosti v určitej činnosti nám ponúkajú väčší rozsah možností pri práci, ako aj obohatenie vedomostí cvičencov a možnosť ponúknuť väčšie množstvo alternatív pre vykonávanie jednotlivých činností. Rozvíjaním didaktického myslenia môžeme ponúknuť zaujímavejšie formy a prostriedky pre osvojovanie vedomostí a zručností, prípadne pre zvyšovanie tréningovosti. Tým sa nami vedené tréningové jednotky stávajú pre cvičencov zaujímavejšie a hodnotnejšie.

Každý z nás vie, že pri športovom tréningu je nevyhnutné po určitom období vykonávať zmenu v príprave, pretože stereotypná príprava športovca ho neposúva vpred, ale športovec stagnuje, alebo jeho výkonnosť klesá. Zabrániť tomu môžeme osvojením si množstva vedomostí, ako viesť tréningový proces, prípadne vyučovaciu hodinu a teda vedieť reagovať na všetky situácie vzniknuté pri telovýchovnom procese.

Literatúra

1. Starší, J. : Vedy o športe., FHV UMB B. Bystrica, 1999
2. Starší, J. a kol. : Teória a didaktika ľadového hokeja., FHV UMB B. Bystrica: 1999
3. Sýkora, F. a kol. : Didaktika telesnej výchovy., Bratislava, SPN : 1983
4. Višňovský, E. : Kapitoly zo všeobecnej didaktiky., PF B. Bystrica, 1983
5. Starší, J. : Teória a didaktika športu., FHV UMB B. Bystrica, 1993
6. Kampmiller, T.- Vanderka, M.- Laczo, E.- Peráček, P.: Teória športu a didaktika športového tréningu, Bratislava, IMC Agency: 2012, ISBN 978-89257-48-5
7. Reguli, Z.- Ďurech, M.- Vít, M.: Teorie a didaktika úpolů ve školní tělesné výchově. Masarykova univerzita Brno: 2007. ISBN 978-80-210-4318-3
8. Zemková E., a kol.: Teória a didaktika karate. UK Bratislava: 2006, ISBN 80-223-2041-2
9. Ďurech, M.: Spoločné základy úpolov. UK Bratislava: 2003. ISBN 80-88901-72-3
10. Bartík, P.- Sližik, M.- Reguli, Z.: Teória a didaktika úpolov a bojových umení. UMB B.Bystrica: 2007. ISBN 978-80-8083-477-7
11. Štefanovský, M., a kol.: Judo. IMC Agency: 2012, ISBN 978-80-89257-55-3