

# TESTOVÁNÍ TĚLESNÉ ZDATNOSTI ŽÁKŮ ZÁKLADNÍCH A STŘEDNÍCH ŠKOL

## ZÁKLADNÍ INFORMACE

---

V uplynulém školním roce 2021/2022 se Česká školní inspekce mimo jiné zaměřovala také na problematiku **hodnocení podpory pohybových dovedností a pohybových aktivit** žáků základních a středních škol. Toto téma vnímá Česká školní inspekce dlouhodobě jako naléhavé a jeho význam se ještě umocnil i v kontextu sledování různých dopadů pandemie nemoci covid-19, která v uplynulých dvou letech významně zasáhla také vzdělávání a přímo jednotlivé školy a jejich žáky a která do značné míry negativně ovlivňovala vzdělávání i ve školním roce 2021/2022. Cílem realizace tohoto tematického šetření bylo zmapovat podmínky pro pohybové aktivity žáků na základních a středních školách, vyhodnotit podporu, kterou školy žákům v oblasti aktivního pohybu a rozvoje pohybových dovedností poskytují nejen během vlastního vzdělávání, ale třeba také v jejich volném čase, o přestávkách či volných hodinách, a také vyhodnotit změny v této oblasti od školního roku 2015/2016, kdy Česká školní inspekce podobně zaměřené šetření realizovala naposledy. Opakující se zaměření na tuto problematiku pak umožní formulovat závěry o žádoucích i nežádoucích posunech v oblasti rozvoje a vztahu žáků k aktivnímu pohybu a nabídne konkrétní náměty a doporučení pro podporu škol a jednotlivých učitelů v této oblasti. Šetření, jehož jednotlivé složky byly rozděleny do období celého školního roku 2021/2022, bylo realizováno formou vlastního sledování a hodnocení na vzorku vybraných škol, prostřednictvím rozhovorů s vedením škol, učiteli i žáky a formou doplňkového elektronického dotazování.

V **nadcházejícím školním roce 2022/2023** pak bude realizována **poslední a zcela zásadní součást** tohoto tematického šetření, kterou je problematika **praktického hodnocení stavu tělesné zdatnosti žáků vybraných ročníků základních a středních škol**. Toto měření tělesné zdatnosti mělo být realizováno již během jarních měsíců školního roku 2021/2022, v důsledku událostí na Ukrajině a s nimi spojených dopadů na české školy však bylo odloženo.

## NEZBYTNOST TESTOVÁNÍ

---

Tělesná zdatnost a její úroveň je jedním z celosvětově ukotvených **zdravotních parametrů**, přičemž Česká republika trpí dlouhodobou (nyní více než třicetiletou) absencí relevantního zdroje informací o stavu tělesné zdatnosti žáků. Také v kontextu sledování dopadů pandemie nemoci covid-19 je pak důležité monitorovat vedle dopadů do znalostí a dovedností i **rovinu tělesné zdatnosti** žáků. Záměrem naopak není na základě získaných dat školy nebo jednotlivé žáky jakkoli hodnotit, ani ze získaných dat cokoli usuzovat o úrovni tělovýchovného vzdělávání ve školách. Cílem je získat relevantní data a informace o tělesné zdatnosti žáků pro následnou podporu pohybového a tělovýchovného vzdělávání v České republice a současně poskytnout školám vhodný nástroj k autonomním autoevaluačním aktivitám v oblasti pohybových dovedností.

Testování zdatnosti bude realizováno **na základních a středních školách** v období měsíců **října a listopadu 2022, konkrétní termín** realizace v tomto období pak **zůstává na rozhodnutí jednotlivých škol**. Testování se bude týkat **žáků 3. a 7. ročníků základních škol a žáků 2. ročníků středních škol**, včetně odpovídajících ročníků víceletých gymnázií.

## VÝBĚR MOTORICKÝCH TESTŮ

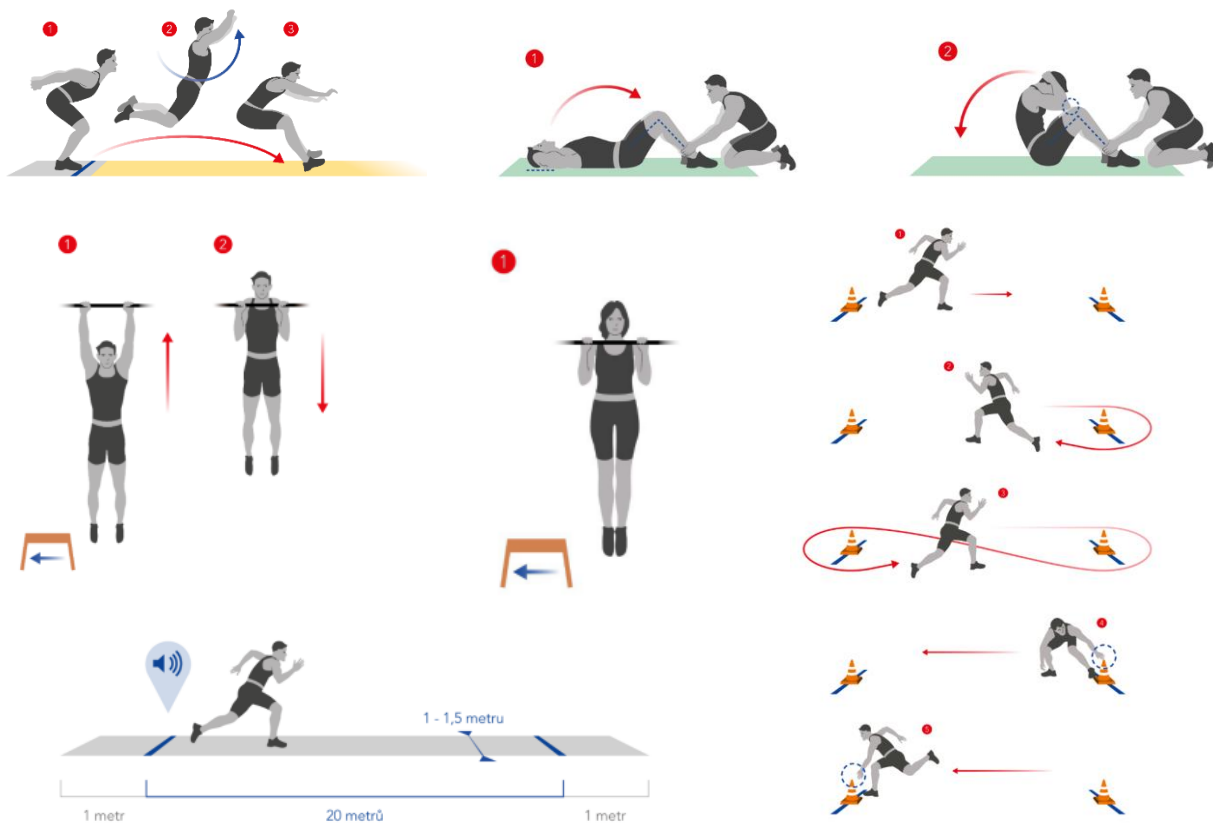
Tělesná zdatnost žáků bude měřena prostřednictvím **sady motorických testů** podle metodiky, kterou pro Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy zpracovalo VICTORIA Vysokoškolské sportovní centrum Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ve spolupráci s Fakultou tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, Fakultou tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci, Fakultou sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně a vybranými pracovišti dalších českých vysokých škol.

Pro první realizaci v českém prostředí by nebylo organizačně vhodné začít hned s plošným měřením u celé žákovské populace, a bylo tedy potřeba **vybrat vhodné ročníky**, kterých se testování zdatnosti bude týkat.

Stejně tak bylo nutné vybrat vhodné testy, jejichž prostřednictvím bude testování zdatnosti provedeno. Testová baterie zahrnuje vždy **čtyři motorické testy**, které zohledňují **věková specifika** žáků, a **částečně** se proto v případě žáků základních a středních škol liší.

V případě žáků **3. a 7. ročníků základních škol** (a odpovídajících ročníků víceletých gymnázií) půjde konkrétně o **skok daleký z místa, leh-sed, běh 4x 10 metrů** a **vytrvalostní člunkový běh**.

V případě žáků **2. ročníků středních škol** (a odpovídajících ročníků víceletých gymnázií) půjde konkrétně o **skok daleký z místa, leh-sed, shyb** (chlapci) / **výdrž ve shybu** (dívky) a **vytrvalostní člunkový běh**.



Samotný **výběr vhodných testů** byl **náročným a dlouho diskutovaným tématem**, přičemž na odborných diskusích se v rámci přípravy podílelo **mnoho expertů** z různých **tělovýchovných pracovišť** českých **vysokých škol** (jak fakult tzv. tělovýchovných, tak i fakult pedagogických a dalších fakult připravujících budoucí učitele). Do procesu přípravy, pilotního ověření zvolených testů i do celkového vyhodnocení pak byli samozřejmě zapojeni také **učitelé tělesné výchovy**. Jakkoli je zřejmé, že **zvolené testy** mají své **limity** a s vědomím skutečnosti, že **různí odborníci** včetně prakticky orientovaných učitelů tělesné výchovy mohou preferovat **různé testy** (a třeba i jiné testy, než jsou ty, jež byly nakonec zvoleny), **výsledný výběr** představuje **odborný konsensus** velkého množství nezpochybnitelných odborníků, kteří se této problematice v rovině vědecké i prakticky-pedagogické věnují mnoho let.

Při výběru testů bylo potřeba zohlednit různé nepodkročitelné požadavky:

- testy musejí být standardizovány s normami pro posouzení výsledků,
- testy pokrývají klíčové oblasti zdatnosti žáků a zohledňují jejich věkovou kategorii,
- samotné provedení testů nesmí představovat zdravotní riziko<sup>1</sup>,
- testy musí být možné realizovat zhruba ve dvou 45minutových hodinách tělesné výchovy,
- materiální nároky nesmějí převyšovat obvyklé vybavení většiny škol,
- výsledky testů mají umožnit posouzení dlouhodobých změn zdatnosti žáků,
- učitelé tělesné výchovy testy v maximální míře znají (z pohledu vysokoškolského vzdělání i praxe) a jsou schopni je realizovat.

## ROLE UČITELŮ TV

---

Vlastní **testování tělesné zdatnosti žáků** bude **realizováno** v průběhu **dvou hodin tělesné výchovy** a provádět ho budou přímo příslušní **učitelé tělesné výchovy**. Takové pojetí považuje Česká školní inspekce za nejvíce smysluplné na straně jedné a současně nejvíce přínosné na straně druhé. Dlouhodobým cílem, mimo plošná státní měření, je totiž **nabídnout učitelům tento nástroj k běžnému využití** kdykoli dle jejich potřeb a rozhodnutí s cílem získávat průběžně a pravidelně důležité informace pro následné vedení pedagogického procesu a pro podporu pohybových aktivit žáků.

## REALIZACE MĚŘENÍ V HODINÁCH TV

---

Testování tělesné zdatnosti žáků bude provedeno jako **součást výuky tělesné výchovy** přímo ve vyučovacích hodinách, případně lze řešit i jinak (projektový den, odpolední blok apod.) podle možností a potřeb jednotlivých škol a v termínech, které si v rámci dvouměsíčního období října a listopadu 2022 škola sama stanoví.

## METODICKÁ PODPORA UČITELŮ TV A KOORDINACE

---

**Koordinaci testování tělesné zdatnosti na úrovni jednotlivých okresů** budou z pověření České školní inspekce zajišťovat koordinátoři z řad členů **Asociace školních sportovních klubů ČR**, se kterou se Česká školní inspekce na spolupráci při této mimořádné aktivitě dohodla. **Každý koordinátor** z řad členů Asociace školních sportovních klubů ČR bude mít **přidělen určitý počet škol** ve svém spádovém území.

Učitelé tělesné výchovy budou **proškoleni** jak v oblasti **přípravy testování** a samotné **realizace motorických testů**, tak v oblasti **záznamu pořizovaných dat** do nové aplikace České školní inspekce začleněné do rodiny informačních systémů InspIS – **InspIS FITPA**. **Školení učitelů tělesné výchovy** bude **provedeno on-line** během **měsíce září 2022**.

## VÝSTUPY MĚŘENÍ

---

Výsledky testování zdatnosti budou podrobeny komplexní analýze a budou následně v agregované podobě součástí **tematické zprávy** České školní inspekce pojednávající o **podpoře pohybových aktivit** a o **rozvoji pohybových dovedností** žáků na základních a středních školách. Se získanými daty pak v anonymizované podobě bude možné dále pracovat i ze strany dalších institucí (tělovýchovné fakulty, akademický výzkum, intervence na úrovni podpory veřejného zdraví, revize vzdělávacích programů, tvorba metodických dokumentů pro školy, pregraduální i celoživotní vzdělávání učitelů apod.).

Na úrovni jednotlivých škol pak z testování zdatnosti **škola získá** velmi cenné a **důležité údaje** týkající se jejich žáků, s nimiž bude možné **dále pedagogicky a tělovýchovně pracovat**. Současně bude mít škola možnost realizovat obdobně koncipované testování (včetně možnosti volby dalších ročníků nebo i jiných testů apod.) **kdykoli** dle **autonomního rozhodnutí ředitele** školy nebo **učitelů tělesné výchovy**, a to čistě **pro potřeby školy** a vzdělávacího procesu v ní.

---

<sup>1</sup> V této souvislosti se nejčastěji objevují výtky k testu *leh – sed*. Zde je třeba připomenout, že cvičení *leh – sed* je naprosto nevhodné jako posilovací cvičení jak dospělých, tak žáků při hodinách tělesné výchovy, ovšem jako jednorázově provedený test nepředstavuje žádná zdravotní rizika.

## ZÁKLADNÍ PODMÍNKY PRO REALIZACI TESTOVÁNÍ

---

Aby bylo testování zdatnosti smysluplné úspěšné, relevantní a validní, je nutné nastavit elementární **podmínky**, kterých je třeba se ve všech školách při přípravě a realizaci držet.



**Časové požadavky:** testování zdatnosti běžně odpovídá zhruba dvěma vyučovacím hodinám tělesné výchovy, v některých případech však bude potřeba počítat s větší časovou dotací (např. u tříd, které se na výuku TV přesunují na sportoviště apod.).



**Prostorové požadavky:** tělocvična alespoň 23 x 10 metrů či jiné vhodné sportoviště vyhovující pravidlům provozu, bezpečnosti a daným disciplínám (alternativy bude třeba dohodnout s koordinátory měření).



**Materiální požadavky:**

- **nářadí:** standardní gymnastická hrazda nebo závěsná přenosná hrazda na žebřiny (týká se pouze středních škol); 4 gymnastické žíněnky nebo gymnastický koberec; židle nebo lavička (u hrazdy).
- **náčiní:** kužely 20–30 cm (minimálně 4 ks); nízké barevné kužely (10–14 ks); stopky; pásmový metr (minimálně 20 m).
- **další pomůcky:** transparentní lepící páska; originální audionahrávka pro vytrvalostní člunkový běh; dostatečně hlasitý vestavěný či mobilní audiopřehrávač; magnézium, formulář pro zápis výsledků; psací potřeby.



**Personální požadavky:** testování může realizovat samostatně jeden vyučující, výpomoc další osobou je však výhodou; v případě testování u žáků 3. tříd je nezbytné zajistit navíc minimálně 4 žáky vyšších ročníků nebo jiné starší pomocníky pro zabezpečení tohoto testování.