CYKLISTIKA A CYKLOTURISTIKA V OSNOVÁCH ŠKOL V ČR

CYCLING AND CYCLING TOURISM IN CURRICULUM IN THE CZECH REPUBLIC

Jan Ondráček¹, Sylva Hřebíčková¹, Radek Vobr², Ladislav Bedřich¹

¹Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Brno

²Jihočeská univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy, České Budějovice

ABSTRACT

Article afflicts the possibilities of cycling and cycling tourism in current physical education concept at schools. The aim of this paper was to made a short view of cycling education at schools curriculum regarding to family background, pre-school education, and primary, secondary, and high schools educational program. Here acts above all about realization of this subject in general school curriculum in Czech Republic. In our article we square well the list of cycling education at different schools, and as well as we specify the probably connection to others subjects, as geography, natural science, history, chemistry, and physics.

Key words: schooling, physical education, curriculum, cycling tourism

SOUHRN

Příspěvek postihuje možnosti provozování cyklistiky a cykloturistiky v období před a během školní tělesné výchovy v rámci současné školské koncepce. Cílem předkládané studie bylo zpracování přehledu výuky tohoto předmětu a to jak z pohledu výchovy v rodině, v rámci předškolního vzdělávání, tak především v průběhu základního a středního vzdělávání v České republice. Zde se jedná především o vymezení možností realizace tohoto předmětu v rámci Rámcově vzdělávacích programů. Zde se podařilo vytvořit přehled možné zařazení do výuky na jednotlivých školách a možnou souvislost s ostatními předměty, jako jsou například zeměpis, přírodopis, dějepis, chemie, fyzika.

Klíčová slova: školní vzdělávání, tělesná výchova, rámcově vzdělávací programy, cykloturistika

Rodina

Pozitivní hodnotová orientace hlavních aktérů v rodině (rodičů) působí na vnímání jejich dětí a vytváří nejen dětem, ale i sobě, sociální prostředí, motivující k pohybovým aktivitám. Výuka jízdy na kole a metodika jejího nácviku v rodinném prostředí je tradičně spontánní záležitostí. V případě zájmu dítěte – a ochotě rodičů do investice materiálové i časové – lze s prvními pokusy o jízdu na kole bez pomocných opěrných bodů začít okolo tří let [7]. Vzhledem k tomu, že samotná výuka dovednosti jízdy na kole a udržení stability systému cyklista – kolo je náročná na čas a koordinační schopnosti dítěte, je nutné, aby rodiče v krátkých časových intervalech věnovali výuce dostatek pozornosti a trpělivosti. Po zvládnutí jízdy v přímém směru a brzdění lze pokračovat ve zvládání delších úseků trati. Problémem v této fázi je udržení motivace k poměrně jednotvárnému

pohybu dítěte. K tomuto faktu přispívá i nižší fyzická výkonnost dětí, především jejich silových schopností, při zdolávání terénních nerovností a stoupání. Důvodem bývá často ani ne tak lenost dítěte, jako nepoměr hmotností soustavy kolo – dítě, který u dospělého člověka je pro jezdce neskonalé příznivější. Tuto problematiku lze vyřešit zakoupením kvalitního a lehkého materiálu (kola) a opatřením pomocných podpůrných soustav, jako jsou ocelové tahací tyče apod. Již v útlém věku je také třeba myslet na pasivní ochranu malého jezdce. Kromě přilby by malé dítě mělo mít rukavice, brýle a chrániče všech kloubů (kolena, lokty, ramena).

V rámci vzdělávání ve školách se cykloturistika tradičně řadila do vzdělávacího celku tělesné výchovy a sportu. V současné školské koncepci je v kapitole Rámcově vzdělávacích programů (RVP) (2007) obsažena v tělovýchovných směrech výuky.

Cykloturistika, jako prostředek nejen tělesné výchovy, technických dovedností vybrané pohybové aktivity a sociálního citění, umožňuje také praktické ověření teoretických znalostí přírodovědných, kulturních a společenských oborů výuky a studia. V aplikaci tohoto modelu je možné vidět hlubší smysl a cíl přirozeného vzdělávání a implementace pravidelného rekreačního sportu do životního stylu člověka.

Mateřská škola, předškolní vzdělávání

Vzdělávací obsah je v rámci vzdělávacích programech předškolního vzdělávání uspořádán do pěti vzdělávacích oblastí: biologické, psychologické, interpersonální, sociálně-kulturní a environmentální (ekologická). O turistice se na tomto stupni výchovy a výuky hovoří v tematickém celku dítě a jeho tělo. Úsilí pedagoga by mělo být směřováno na zlepšování fyzické zdatnosti, podporu nervosvalové koordinace a rozvoje pohybových i manipulačních dovedností. Zároveň jsou již na tomto stupni vzdělávání děti vedeny ke zdravým životním návykům a postojům. Dítě by mělo znát i možnosti prevence hrozících úrazů (mimo jiné při hrách, pohybových činnostech a dopravních situacích). V obsahu vzdělávání nalezneme turistiku, stejně jako manipulaci s předměty, které dítě obklopují.

Cykloturistiku (vhodnější by asi bylo spíše označení pokusy o cyklistiku) lze na tomto stupni vzdělávání využít především na školkách v přírodě, nebo v denním režimu mimoměstských center vzdělávání dětí. Pedagog by měl, směrem k rodičům, striktně trvat na dobrém technickém stavu používaného materiálu a využít maximálně prvků pasivní bezpečnosti. Zároveň je žádoucí, aby skupiny dětí byly co nejmenší (max. 6 dětí na jednu dospělou osobu). Před jakýmkoli cyklistickým výletem by pedagog měl dětem dopřát několik hodin kvalitní přípravy ovládání kola, aby předešel nejčastějším pádům a krizovým situacím. Velmi atraktivní bývají pro děti dopravní hřiště jako simulace městského provozu. Sem je obecně nejvhodnější nasměrovat první cyklistické pokusy dětí v rámci státem garantovaného vzdělávání této věkové kategorie.

Základní vzdělávání

V průběhu základního vzdělání by se měl žák naučit jízdu na kole. Jízda na kole a cykloturistika je zařazována k tematickému vzdělávacímu celku Turistika a pobyt v přírodě. Turistika je kmenovým učivem většiny ze vzdělávacích programů. S pojmem turistika a s turistickými akcemi se žáci setkávají v průběhu celého základního vzdělávání, vyvrcholením je případný turistický kurz.

Vzdělávací program Základní škola

Učivo vzdělávacího programu Základní škola je rozděleno do tří tematických celků. V posledním z

nich (6. – 9. ročník) jsou rozvíjeny a doplňovány poznatky z obou předchozích celků.

Žáci se učí chápat význam turistiky jako celoživotní aktivity pro zdraví, poznávací činnost, rozvoj specifických dovedností a sociálních vztahů. Osvojují si pojmy spojené s druhy turistiky (cykloturistika, vodní turistika, aj.) a osvojují si nové dovednosti. Učí se zásadám přípravy turistické akce, vyhledávání vhodných dopravních spojů a získávání informací o místě pobytu. Mezi nové poznatky, spojené s tábořením, patří dovednosti spojené s přípravou a likvidací tábořiště (stavba improvizovaného přístřešku, jednoduché opravy výstroje a výzbroje), přípravou pokrmů a hygienou táboření. Žák se učí orientovat podle buzoly a mapy, plánu, značek a přírodních úkazů. Uvědomuje si význam ochrany porostů, zdrojů pitné vody a turistického značení. Umí vytvořit dokumentaci turistické akce, doplněnou nákresem a fotografiemi. Jednou z nejdůležitějších dovedností je poskytnutí první pomoci při závažných úrazech a improvizovaný transport zraněného. Žák zná základní pravidla silničního provozu určená pro chodce a cyklisty.

Tematický celek Turistika a sporty v přírodě je součástí schválených učebních osnov (od 30. 4. 1996). Učivo tohoto tematického celku je dle doporučení realizováno při pobytu v přírodě a za předpokladu zabezpečení a znalosti trasy, přepravy, terénu, zdrojů pitné vody, možných nebezpečí, umístění zdravotních zařízení atd.

Po prvotním seznámení s jízdou na koloběžce, která je součástí výuky v prvních dvou letech školní docházky, se žáci setkávají s výukou jízdy na kole v průběhu vzdělávání 3. – 5. třídy. V souvislosti s jízdním kolem se setkáváme s výukou následujících dovedností: nasedáním, sesedáním, jízdou v přímém směru, zatáčením, odbočováním, brzděním a zastavením.

Tyto dovednosti jsou většinou součástí turistické akce, při níž by kromě výše uvedených speciálních dovedností měl žák zvládnout i základní tábornické dovednosti, orientaci v terénu, poskytnutí první pomoci při závažnějších úrazech hrozících při provozování sportů v přírodě, a ze samostatně naplánované resp. absolvované akce připravit dokumentaci. Kromě těchto základních dovedností by měl být připraven zvládnout provoz na silnici jako cyklista a se zátěží zvládnout turistický pohyb v mírně náročném terénu, který by měl umět využít při další poznávací činnosti.

Výše uvedené však platí v případě, že turistika je zařazena do výuky tematického plánu konkrétní třídy. Na ně pak navazuje učivo dalšího stupně vzdělávání (6. – 9. třída), kde se žák poprvé setkává s pojmem cykloturistika jako modifikací pěší turistiky. Rozšířením výuky cyklistiky je pak osvojení pravidel silničního provozu, a především využití pohybu na kole mimo komunikace a jízda na horském kole, která s sebou nese důležitá

specifika pohybu a pobytu v terénním prostředí nebo zhoršených podmínkách provozování turistiky.

Absolvent tohoto stupně vzdělání umí jezdit na kole, v rámci rozšiřujícího učiva i na MTB. Chápe význam turistiky jako celoživotní aktivity pro zdraví, dokáže využít poznávací činnost, samostatně rozvíjet specifické dovednosti a sociální vztahy. Zároveň umí poskytnout první pomoc při závažných úrazech a zabezpečit transport raněného, zdokumentovat průběh turistické akce a sám jednoduchou akci naplánovat, včetně přesunu skupiny využitím prostředků veřejné dopravy.

Vzdělávací program Obecná škola

Vzdělávání programu (2006) je rozděleno do dvou stupňů, pro 1. – 5. a 6. – 9. třídu.

Na prvním z nich (1. – 5. třída) je realizována výuka jízdy na kole a koloběžce na cvičném hřišti. Děti se seznamují i s jízdou na ukotveném kole (spinning). S pojmem turistika se pak bez bližší druhové specifikace setkáváme v okruhu *Hry a sport*, kde se v souvislosti s cyklistikou žáci učí pravidlům silničního provozu a jsou vedeni k dopravní kázní. Dále se žáci seznamují s pojmem kola jako dopravního prostředku i v ostatních výukových okruzích. Turistika je pak vedena jako zájmová forma pohybové činnosti, a na tomto stupni by se jí děti měly věnovat v průměru 2 x 60 min./týdně.

Na druhém stupni je cykloturistika součástí obsahu volitelného předmětu Sport a pohybové aktivity. Turistika je jedna z pohybových činností, která se vymyká běžné koncepci rozdělení výuky sportu dle pohlavní odlišnosti žáků. Kromě oprav jízdního kola, výuky rozlišování dopravního a turistického značení a signalizace se koncepte výuky tematického celku, do kterého se soustředí výuka cykloturistiky, neliší od koncepte programu Základní škola. Z pohybových činností je omezena jízda na kole a horském kole do 30 km, a to jak v podmínkách mimo silniční provoz, tak i v něm. Program zároveň klade důraz na bezpečnou znalost trasy, terénu, možných nebezpečí a na dodržování všech bezpečnostních předpisů nejen při přesunech, ale i při provádění turistických činností na kole.

Národní škola

Tělesná výchova je v tomto programu (od 1. 9. 1997) vyučována jako celodenní program třídy, a není vázána na konkrétní vyučovací jednotku. Učivo není vzhledem k rozdílným podmínkám škol členěno do jednotlivých ročníků. Učitel si vytváří dle vlastního rámcového plánu náplň jednotlivých jednotek, vycházející z podmínek školy a fyzické i psychické vyspělosti žáků.

Mezi vzdělávací cíle tematického celku Turistika a pobyt v přírodě patří: osvojení zásad táboření a pobytu v přírodě, čtení turistické mapy,

orientace v přírodě, stavba a rušení tábořiště, zacházení s nožem, pilou a sekerou.

Z dovedností týkajících se cykloturistiky to jsou jízda na kole a pravidla silničního provozu.

Rámcové vzdělávací programy pro základní vzdělávání

V současné době (2007) je Rámcové vzdělávací plán základního vzdělávání (RVP ZV) rozdělen do devíti tematických oblastí (obr. 1), které jsou určeny žákům druhého stupně, resp. 6. – 9. tříd. RVP se mohou vzájemně doplňovat a prolínat tak, aby žáci lépe pochopili a následně byli schopni aplikovat probíranou látku v běžném životě. RVP vedou ke zkvalitnění interdisciplinárních vztahů [7]. Při výuce cykloturistiky se setkáváme s výukou přesunu do terénu a chováním v dopravních prostředcích při přesunu, s tábořením a ochranou přírody. Příprava turistické akce obsahuje navíc uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu z pohledu cyklisty a vytváření dokumentace z turistické akce.

Tímto je vyjádřen současný trend k integraci předmětů a k využívání mezipředmětových vazeb. Turistika, cykloturistika a pobyt v přírodě mohou být praktickým prověřením některých teoretických znalostí získaných v učivu ostatních předmětů, a jejichž prostřednictvím lze úspěšně naplnit cíl myšlenky RVP.

Na obrázku 1 lze pozorovat dominantní oblasti (tmavě modrá se silnou vazbou) na nichž lze participovat s cykloturistikou, jejíž obsah je součástí centrální tematické oblasti *Člověk a zdraví*. Při konkrétním zkoumání tohoto celku pak lze nalézt mezipředmětové vazby, které znamenají propojení samostatných poznatků jednotlivých vyučovaných předmětů v jeden souvislý celek, a tím napomáhají rozvoji cíle procesu vzdělávání – komplexnímu rozvoji osobnosti žáka.

Z možných vazeb jednotlivých tematických celků vybíráme například:

- zeměpis – orientace v terénu podle mapy a buzoly, určování světových stran, geografická charakteristika oblastí, předpoklady a význam turistiky pro socioekonomický rozvoj oblastí (prostřednictvím cykloturistiky poznávání zdánlivě méně atraktivních oblastí, důsledky pro rozvoj turistických služeb a prosperity sídel v těchto lokalitách),
- přírodopis – poskytnutí první pomoci v improvizovaných podmínkách, určování stop zvířat, druhů rostlin a živočichů, ochrana životního prostředí,
- dějepis – historické děje a souvislosti charakteristické pro danou oblast a jejich důsledky vzhledem k současnému vývoji společnosti,
- chemie – chemické procesy v přírodě, vliv lidské činnosti na současný stav životního prostředí,
- fyzika – většinou je spojena s dovednostmi: jízda na kole, jízda v lodi, stavba tábora, aj.

Figure 1. Framework diagram of general school curriculum (2007) in Czech Republic with highlighting inclination and probably conjunctive items in cycling education

Obrázek 1. Schéma struktury RVP ZV (2007) se zvýrazněním inklinací a možných společných prvků ve vzdělávání prostřednictvím cykloturistiky

Vzdělávací program Gymnázium

Turistika je zpravidla součástí sportovně-turistického kurzu v 7. ročníku osmiletého a ve 3. ročníku čtyřletého gymnázia. V pravomoci ředitele školy je však možnost přesunutí kurzu do jiného ročníku.

Turistika a pobyt v přírodě se nacházejí v tematickém celku Sporty vyžadující zvláštní klimatické, prostorové, nebo materiální podmínky a netradiční sporty.

V tematickém celku nižšího stupně gymnázií (1. – 4. ročník osmiletého gymnázia) se mezi specifické poznatky a návyky řadí: rozdělení turistiky na základní druhy (pěší, vodní, cyklo, horská, aj.), orientace v terénu podle buzoly, mapy a přírodních úkazů, znalost turistického a dopravního značení, bezpečnost při přesunech, zásady přípravy turistické akce, ochrana porostů a

zdrojů pitné vody a poznatky spojené s tábořením (shodné se ZŠ), zásady bezpečnosti pobytu v přírodě a první pomoc v improvizovaných podmínkách (včetně transportu raněného).

Mezi dovednosti námi sledované problematiky jízdy na kole patří: zásady jízdy na kole po veřejné komunikaci a v terénu, znalost ochranných pomůcek pro jízdu na kole, základní údržba jízdního (horského) kola.

V rozšiřujícím učivu to jsou: jízda na kole za sebou, jízda ve skupině po veřejné komunikaci, jízda v nenáročném terénu do 30ti km za den, jízda na horském kole i ve ztížených podmínkách. Zařazeno sem je i cvičení obratnosti (techniky) při jízdě na kole: zatáčení, brzdění, předjíždění, vyhybání se přírodním překážkám, odbočování.

Rámcový vzdělávací program pro gymnázia

Rámcově vzdělávací plán je koncepčně podobný plánu základních škol. V rámci naší problematiky se cykloturistikou ani cyklistikou nezabývá, pouze doplnění souvisejících tematických celků o Environmentální výchovu nabízí další přístupnost studijních oblastí.

LITERATURA

- Asociace pedagogů základního školství (1997). *Vzdělávací program Národní škola*. Praha: SPN.
- Kolektiv autorů MŠMT (1994). *Návrh učebních osnov Občanské školy*. Praha: Portál.
- Kolektiv autorů MŠMT (1999). *Učební dokumenty pro gymnázia*. Praha: Fortuna.
- Kolektiv autorů MŠMT (1999). *Učební texty pro gymnázia*. Praha: Fortuna.
- Kolektiv autorů MŠMT (1996) *Vzdělávací program Obecná škola*. Praha: Portál.
- Kolektiv autorů MŠMT (2001). *Vzdělávací program Základní škola*. Praha: Fortuna.
- Korvas, P. (2005). Praktická příprava některých učitelských studijních oborů na integrovanou tematickou výuku. In *Sport a kvalita života*. Brno: FSpS.
- Šafránek, J. (2000). *Kolo pro děti a jejich rodiče*. Praha: Portál.

PaedDr.Jan OndráčekPh.D.
FSS MU Brno
Údolní 53
602 00 Brno
Tel. +420 541 146 262
e-mail: ondracek@fsps.muni.cz