



**Basic Motor Competencies in Europe –
Assessment and Promotion**

Podporný metodický materiál pre učiteľov

Claude Scheuer & Sandra Heck



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Táto publikácia je licencovaná pod Creative Commons Attribution 4.0 International License.
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Technické informácie

Názov: Modular support toolkit for teachers (English Version).

Autori: Claude Scheuer & Sandra Heck (Institute for Teaching and Learning - Department of Education and Social Work - University of Luxembourg; Campus Belval - MSH; 11, porte des Sciences; L-4365 Esch-sur-Alzette)

Počet strán: 44

Rok: 2020

Citujte ako: Scheuer, C., & Heck, S. (2020). *Podporný metodický materiál pre učiteľov*. Esch-Alzette: University of Luxembourg. doi: 10.5281/zenodo.3750949

Projekt: Basic Motor Competencies in Europe – Assessment and Promotion

Projektoví koordinátori: Erin Gerlach & Jeffrey Sallen (Faculty of Human Sciences - Educational Sciences & Didactics in Sports - University of Potsdam)

Hlavní riešitelia: Erin Gerlach & Jeffrey Sallen (University of Potsdam, Germany); Christian Herrmann (University of Basel, Switzerland; Zurich University of Teacher Education, Switzerland); Claude Scheuer (University of Luxembourg, Luxembourg)

Podporovateľ: Európska komisia

Program: Erasmus+ Sport: Collaborative Partnerships - 2017

Číslo projektu: 590777-EPP-1-2017-1-DE-SPO-SCP

Časové obdobie: Január 2018 - December 2019

Projektový záznam: <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplus-project-details/#project/590777-EPP-1-2017-1-DE-SPO-SCP>

Webová stránka: <http://mobak.info/bmc-eu/>

Projektoví partneri:

Autori publikácie oceňujú prácu celého projektového tímu na projekte „Basic Motor Competencies in Europe – Assessment and Promotion (BMC-EU)“ a pri tvorbe materiálov pre projekt BMC-EU (2020), poďakovanie patrí aj prekladateľke do slovenského jazyka Dane Masarykovej.

Č.	Inštitúcia	Členovia
1	European Physical Education Association [EUPEA], Switzerland	Tamás Csányi, Jana Vašíčková
2	Goethe-University of Frankfurt, Germany	Fabienne Ennigkeit, Christopher Heim
3	Hanze University of Applied Sciences, Groningen, Netherlands	Remo Mombarg, Berdien Moraal – van der Linde
4	Lithuanian Sports University, Kaunas, Lithuania	Arūnas Emeljanovas, Brigita Miežienė
5	Masaryk University, Brno, Czech Republic	Jaroslav Vbras, Petr Vlček
6	National and Kapodistrian University of Athens, Greece	Emmanouil Adamakis, Irene Kossyva
7	University of Basel, Switzerland	Christian Herrmann, Harald Seelig, Marina Wälti
8	University of Foggia, Italy	Dario Collela, Cristiana Simonetti, Domenico Monacis
9	University of Liège, Belgium	Boris Jidovtseff
10	University of Lisbon, Faculdade De Motricidade Humana, Portugal	Marcos Onofre, Ana Quitério
11	University of Luxembourg, Luxembourg	Andreas Bund, Sandra Heck, Claude Scheuer
12	University of Potsdam, Germany	Erin Gerlach, Maike Niehues, Jeffrey Sallen
13	University of Salzburg, Austria	Günter Amesberger, Benjamin Niederkofler
14	Trnava University, Slovakia	Jana Labudova, Dana Masarykova

Zrieknutie sa zodpovednosti: Európska komisia ako podporovateľ tejto publikácie nenesie žiadnu zodpovednosť za obsah, ktorý je názorom autorov a komisia nie je zodpovedná za akékoľvek ďalšie použitie, ktoré môže vyplývať z informácií obsiahnutých v tejto publikácii.

OBSAH

Technické informácie.....	2
OBSAH	4
0 ÚVOD.....	5
1 POKYNY K INTERPRETÁCII VÝSLEDKOV	6
1.1 Diagnostika vzdelávacích potrieb.....	6
1.2 Porovnanie s normou	6
1.3 Interpretácia výsledkov	6
1.3.1 Interpretácia výsledkov testovania na úrovni triedy	7
1.3.2 Interpretácia výsledkov testovania na úrovni žiaka	8
2 MOBAK PODPORNÝ MATERIÁL A MODULÁRNY PODPORNÝ NÁSTROJ.....	11
2.1 Všeobecný podporný materiál	11
2.1.1 Orientácia na kompetencie.....	11
2.1.2 Kontrola koordinačných požiadaviek (Coordination Request Controller -CRC)	13
2.2 Moduly podporného nástroja	16
2.2.1 Kompetenčne orientovaný prístup.....	16
2.2.2 Odvodenie metodických opatrení a konkrétnych úloh	18
2.3 Vysvetľujúce materiály	30
2.3.1 Slovník.....	30
3 REFERENCIE.....	41
4 PRÍLOHY.....	44
4.1 MOBAK karty s popisom úloh	44
4.2 Karty aktivít s úlohami.....	44

0 ÚVOD

V rámci projektu BMC-EU (Základné pohybové kompetencie v Európe) bol v prvej fáze projektu na základe koncepcie základných pohybových kompetencií a výsledkov zberu údajov vypracovaný podporný rámec a modulárny podporný súbor nástrojov ako súčasť intelektuálneho výstupu 3. Cieľom tohto súboru nástrojov je implementovať najmä na úrovni pravidelných hodín telesnej výchovy úpravy týkajúce sa obsahu a metód výučby telesnej výchovy.

V prvom kroku sa vyvinul podporný rámec na získanie diagnostiky základných pohybových kompetencií detí a žiakov a silných a slabých stránok identifikovaných pri hodnotení až po konkrétne zásahy. Na základe tohto rámca boli vyvinuté podporné materiály vo forme modulárnej podpornej súpravy nástrojov, pripravené na implementáciu v konkrétnych vzdelávacích situáciách na podporu študentov s ďalšími potrebami v základných pohybových kompetenciách.

Modulárna podporná sada nástrojov obsahuje pokyny na interpretáciu výsledkov testov MOBAK (*Motorische Basiskompetenzen*; nemčina pre základné motorické kompetencie), podporný rámec MOBAK, glosár, ako aj modulárnu podpornú sadu nástrojov s materiálmi pre učiteľov telesnej výchovy vo forme MOBAK, karty opisu úloh a karty aktivít MOBAK založené na princípoch variácie a na prístupe orientovanom na kompetencie.

1 POKYNY K INTERPRETÁCII VÝSLEDKOV

V nasledujúcom texte sú uvedené niektoré základné informácie k interpretácii výsledkov testu MOBAK. Pri interpretácii získaných údajov sa kladie dôraz na dve oblasti kompetencií MOBAK - pohyb vlastným telom a pohyb s náčiním (rozsah hodnôt 0-8 bodov každý). Sledujú sa dva ciele. Na jednej strane je potrebné diagnostikovať vzdelávacie potreby a na druhej strane je cieľom porovnanie dosiahnutých výkonov s normatívnou vzorkou.

1.1 DIAGNOSTIKA VZDELÁVACÍCH POTRIEB

Z obsahového hľadiska sa výkony 0 až 2 bodov v oblasti kompetencií definujú ako činnosti vyžadujúce podporu. To znamená, že ak dieťa dosiahlo nulové body najmenej v dvoch zo štyroch testovaných položiek MOBAK neprešlo ani jedným z týchto dvoch testov. Výkonnosť v jednotlivých testovaných položkách MOBAK by sa mala brať do úvahy pri návrhu výučby hodín telesnej výchovy. To umožňuje individuálnu podporu v rámci telesnej výchovy.

Naopak, dieťa, ktoré v oblasti kompetencie MOBAK získa 7 až 8 bodov, môže byť hodnotené ako nadpriemerné. Toto dieťa zvládne všetky štyri testované položky MOBAK s najmenej jedným bodom. Preto dieťa komplexne spĺňa požiadavky stanovené v učebných osnovách. Na túto individuálnu diagnostiku potreby podpory vzdelávania nie je potrebné rozlišovanie podľa pohlavia a veku. Testovacie prístroje MOBAK odrážajú požiadavky prvej a druhej alebo tretej a štvrtej triedy v učebných osnovách, ktoré sa rovnako vzťahujú na chlapcov aj dievčatá.

1.2 POROVNANIE S NORMOU









Na účely diferencovanej klasifikácie výkonov sa tabuľky hodnôt normy môžu použiť na identifikáciu a porovnanie relatívnej polohy výkonov testovaného dieťaťa vo vzťahu k vzorke normy. Za týmto účelom sa získané nespracované hodnoty v oblastiach kompetencie MOBAK, ako aj celková hodnota MOBAK, označujú intervalovým percentilným poradím (PR) a hodnotou T (podrobnejšie v Herrmann, 2018).

1.3 INTERPRETÁCIA VÝSLEDKOV

Po realizácii testovania MOBAK a po odovzdaní tabuľky s výsledkami testu učiteľovi (obrázok 1) sa objaví ústredná otázka, aké informácie možno z výsledkov získať. V tejto časti bude učiteľ vedený konkrétnymi príkladmi výsledkov testov a odvodených interpretácií. Jeho cieľom je preto podporovať učiteľa pri interpretácii jeho vlastných výsledkových listov a následne vytvárať základ pre podporný rámec (kapitola 2).

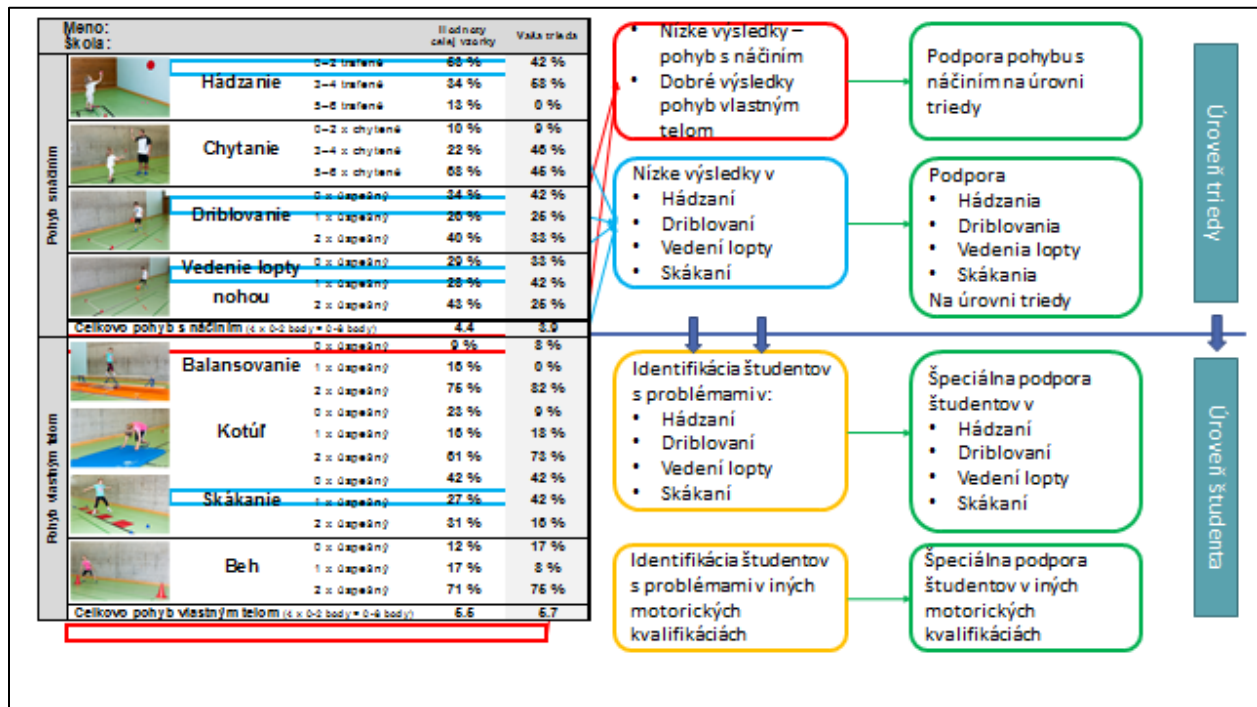
1.3.1 Interpretácia výsledkov testovania na úrovni triedy

Obrázok 1 poskytuje prehľad výsledkov testovania jednej triedy. Na úrovni kvalifikácie poskytuje informácie o percentuálnom podiele detí v triede, ktoré absolvovali príslušnú testovanú položku dvakrát, raz alebo vôbec. Pokiaľ ide o kvalifikáciu hádzania a chytania, poskytuje rovnaké informácie pre 5-6, 3-4 alebo 0-2 úspešné body. Ďalej je uvedené priemerné celkové skóre triedy v dvoch základných pohybových kompetenciách pohyb vlastným telom a pohyb s náčiním. Všetky tieto údaje sú uvedené v porovnaní s celkovými hodnotami vzoriek.

Meno:		Hodnoty celej vzorky		Vaša trieda	
Škola:					
Pohyb s náčiním		Hádzanie	0–2 trafené	53 %	42 %
			3–4 trafené	34 %	58 %
			5–6 trafené	13 %	0 %
		Chytanie	0–2 x chytené	10 %	9 %
			3–4 x chytené	22 %	46 %
			5–6 x chytené	68 %	45 %
		Driblovanie	0 x úspešný	34 %	42 %
			1 x úspešný	26 %	25 %
			2 x úspešný	40 %	33 %
		Vedenie lopty nohou	0 x úspešný	29 %	33 %
			1 x úspešný	28 %	42 %
			2 x úspešný	43 %	25 %
Celkovo pohyb s náčiním (4 x 0-2 body = 0-8 body)			4.4	3.9	
Pohyb vlastným telom		Balansovanie	0 x úspešný	9 %	8 %
			1 x úspešný	16 %	0 %
			2 x úspešný	75 %	82 %
		Kotúľ	0 x úspešný	23 %	9 %
			1 x úspešný	16 %	18 %
			2 x úspešný	61 %	73 %
		Skákanie	0 x úspešný	42 %	42 %
			1 x úspešný	27 %	42 %
2 x úspešný			31 %	16 %	
	Beh	0 x úspešný	12 %	17 %	
		1 x úspešný	17 %	8 %	
		2 x úspešný	71 %	75 %	
Celkovo pohyb vlastným telom (4 x 0-2 body = 0-8 body)			5.5	5.7	

Obrázok 1. Príklad výsledkov testovania jednej triedy

Obrázok 2 poskytuje indikáciu možnej interpretácie výsledkov testu tej istej triedy. Všeobecne platí, že hárok o triede poskytuje informácie iba na úrovni triedy (pravý horný roh na obrázku 2). V tomto prípade majú deti tejto triedy nízke výsledky v pohybe s náčiním a dobré výsledky v pohybe vlastným telom, v porovnaní s celkovou vzorkou (červenou farbou). Preto by sa pohyb s náčiním mal v tejto triede podporovať všeobecne. Konkrétnejšie, výsledky sú nízke pri hádzaní, driblovaní, vedení lopty a skákaní v testovacích úlohách (modrá), čo znamená, že tieto základné motorické kvalifikácie by sa mali propagovať aj na úrovni triedy.











Obrázok 2. Interpretácia výsledkov testovania na úrovni jednej triedy

Ďalej je potrebné, aby sa učiteľ pozrel na jednotlivé výsledky testov detí (pozri tiež 1.3.2). Bude dôležité identifikovať tie deti, ktoré majú nízke výsledky pri hádzaní, driblovaní, vedení lopty a skákaní v testovacích úlohách (0 bodov v príslušných testovaných položkách, žltou farbou). Tieto deti by sa mali osobitne podporovať pri rozvoji týchto základných motorických kvalifikácií. Okrem toho bude dôležité identifikovať tie deti, ktoré majú nízke výsledky v akýchkoľvek iných testovacích úlohách, aj keď priemerné výsledky v triede môžu byť dobré v porovnaní s celkovou vzorkou. V tomto konkrétnom príklade sa percento detí, ktoré nevykonávajú jednu testovaciu úlohu, pohybuje medzi 8% a 42% (pravý stĺpec). A nakoniec, deti s nízkymi výsledkami v niekoľkých základných motorických kvalifikáciách si vyžadujú osobitnú pozornosť a budú sa musieť v budúcich hodinách telesnej výchovy podporovať a propagovať.

1.3.2 Interpretácia výsledkov testovania na úrovni žiaka

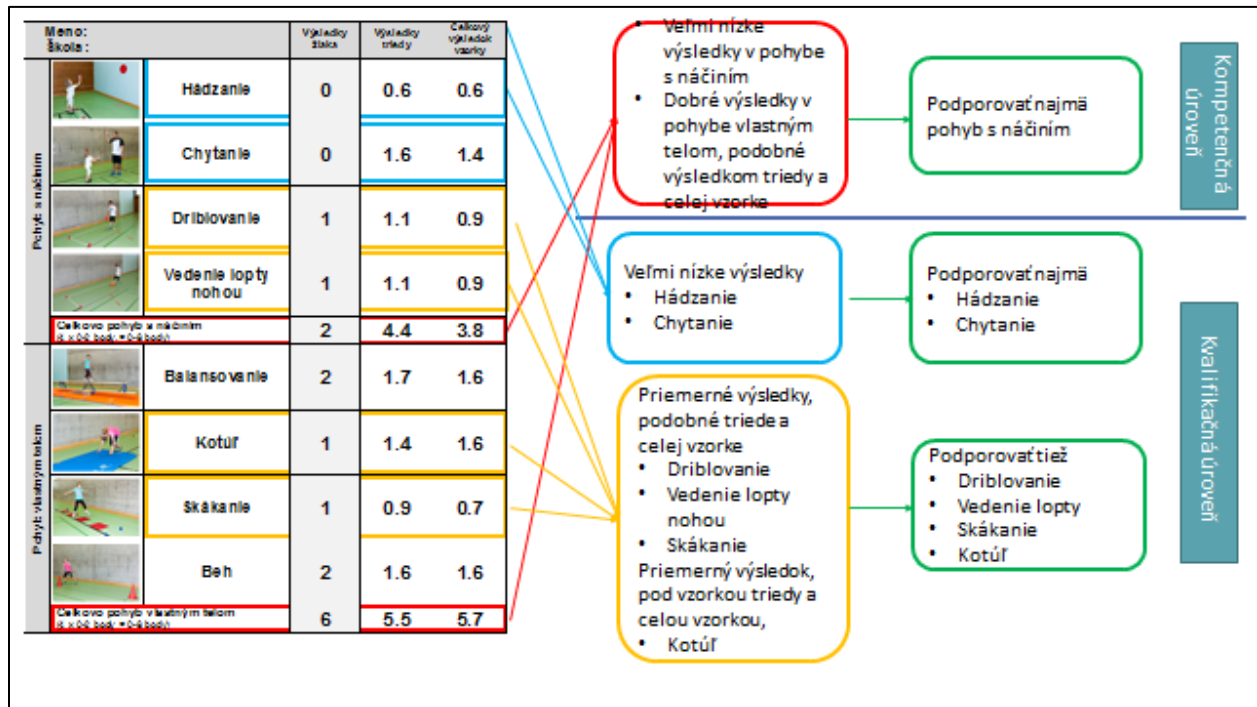
Ako sa uvádza v predchádzajúcej kapitole, prvotné je, že učiteľ skúma jednotlivé výsledky testov študentov, aby identifikoval slabé (ale aj silné) základné pohybové kompetencie a základné motorické kvalifikácie, aby mohol plánovať telesnú výchovu triedy s ohľadom na diferenciáciu.

Obrázok 3 poskytuje prehľad výsledkov jednotlivých testov jedného dieťaťa. Na úrovni kvalifikácie poskytuje informácie o výsledkoch v príslušných testovaných položkách (alebo základných motorových kvalifikáciách): 0, 1 alebo 2 body, podľa príslušného bodovacieho systému. V porovnaní s jednotlivými výsledkami sú uvedené aj priemerné výsledky v triede a priemerné celkové výsledky vo vzorke. Ďalej je uvedené celkové skóre v dvoch základných pohybových kompetenciách pohyb vlastným telom a pohyb s náčiním, to v porovnaní s priemerným celkovým skóre triedy a celkovými hodnotami vzoriek.

Meno: Škola:		Výsledky žiaka	Výsledky triedy	Celkový výsledok vzorky	
Pohyb s náčiním		Hádzanie	0	0.6	0.6
		Chytanie	0	1.6	1.4
		Driblovanie	1	1.1	0.9
		Vedenie lopty nohou	1	1.1	0.9
	Celkovo pohyb s náčiním (4 x 0-2 body.= 0-8 body)		2	4.4	3.8
Pohyb vlastným telom		Balansovanie	2	1.7	1.6
		Kotúľ	1	1.4	1.6
		Skákanie	1	0.9	0.7
		Beh	2	1.6	1.6
	Celkovo pohyb vlastným telom (4 x 0-2 body = 0-8 body)		6	5.5	5.7

Obrázok 3. Príklad výsledkov testovania u jedného študenta

Obrázok 4 poskytuje indikáciu možnej interpretácie výsledkov testu jedného jednotlivého dieťaťa. V tomto príklade má dieťa veľmi nízke výsledky v pohybe s náčiním a dobré výsledky s vlastným telom, a to v porovnaní s triedou aj s celkovou vzorkou (červenou farbou). Toto dieťa by sa preto malo zlepšiť osobitne v pohybe s náčiním. Výsledky sú najmä veľmi nízke pri hádzaní a chytaní (0 bodov; modrou farbou); preto by sa tieto dve motorické kvalifikácie mali propagovať osobitne pre toto dieťa. Okrem toho sú výsledky priemerné pri driblovaní, vedení lopty nohou, skákaní a kotúli (1 bod; žltou farbou), čo znamená, že by sa mali podporovať aj tieto motorické kvalifikácie. Výsledky pri balansovaní a v behu sú veľmi dobré, tak by sa v týchto základných motorických kvalifikáciách mohlo zamerať na vyššiu úroveň.



Obrázok 4. Interpretácia výsledkov na úrovni študenta

Stručne povedané, výsledky testov poskytujú učiteľovi informácie o úrovni všeobecnej spôsobilosti jeho triedy a každého jednotlivého dieťaťa na základe vyhodnotených pohybových úloh. Okrem toho vykazujú možné nízke úrovne v určitých základných motorických kompetenciách a / alebo základných motorických kvalifikáciách, a teda motorické činnosti, ktoré potrebujú podporu, a preto by sa mali ďalej zdôrazňovať v budúcich hodinách telesnej výchovy, aby sa podporilo učenie a zlepšovanie základných pohybových kompetencií celej triedy a každého jednotlivého dieťaťa.

2 MOBAK PODPORNÝ MATERIÁL A MODULÁRNY PODPORNÝ NÁSTROJ

2.1 VŠEOBECNÝ PODPORNÝ MATERIÁL

Po vykonaní testu sa táto kapitola zameriava na praktické implikácie, čo znamená, ako môžu byť poznatky, ktoré učiteľ získal interpretáciou výsledkov, použité na (re) organizovanie budúcich hodín telesnej výchovy. V rámci projektu BMC-EU sa preto vyvinul všeobecný rámec podpory, ktorý pomôže nájsť spôsoby, ako využiť výsledky testov na organizáciu a možné zlepšenie budúcich hodín telesnej výchovy. Hlavné otázky z pohľadu učiteľa - na ktoré treba odpovedať v tejto kapitole - sú tieto:

- Ako môže učiteľ vo všeobecnosti zlepšiť základné pohybové kompetencie v triede?
- Ako možno zlepšiť nízke výsledky testov u detí v niektorých základných kvalifikáciách?

Predtým, ako uvedieme konkrétne príklady toho, ako zostaviť hodiny telesnej výchovy v praxi, sa stanoví základné teoretické východisko, aby sa lepšie porozumelo výberu praktických dôsledkov, ktoré budú nasledovať.

Po prvé, je nevyhnutné vedieť, že rámec je založený na prístupe orientovanom na zručnosti, pretože základné motorické kompetencie sa považujú za požiadavku na úspech stratégií vzdelávania v motorickom vzdelávaní. Cieľom samotného testu MOBAK je zmerať základné motorické kompetencie detí, preto je koherentné, že aj podporné opatrenia sú orientované na kompetencie.

Ďalej, ako druhý ústredný termín, sa zavedú takzvané podmienky náročnosti, ktoré možno opísať ako „nastavovacie skrutky“, pokiaľ ide o problémy s pohybovými úlohami v prostredí telesnej výchovy.

2.1.1 Orientácia na kompetencie

Učители sledujú konkrétne ciele na svojich hodinách, čo znamená, že v dôsledku toho by deti mali v ideálnom prípade rozvíjať kompetencie v rámci hodiny alebo časti hodín. Čo teda všeobecne znamenajú kompetencie? A čo konkrétne sú kompetencie v telesnej výchove?

Kompetencie sú „*kognitívne schopnosti a zručnosti, ktoré majú jednotlivci k dispozícii na to, aby sa naučili riešiť určité problémy, a s nimi spojená motivačná, dobrovoľná a sociálna pripravenosť a schopnosť úspešne a zodpovedne využívať riešenia na riešenie problémov v premenlivých situáciách.*“ (Weinert, 2001, s. 27f)

„*Športová a pohybovo-kultúrna spôsobilosť sa vzťahuje na schopnosť skúmať, rozvíjať, organizovať a posudzovať fyzické, sociálne, materiálne a zámerné vzťahy vlastnej činnosti súvisiacej so športom, ako aj na vedomosti o akciách získaných používaním iných, vrátane*

fyzických a motorických dispozícií, aby bolo možné konať samostatne a zodpovedne v oblasti športu a pohybu.“ (Gogoll, 2014, s. 98)

Toto sú dva významné príklady rôznych definícií zameraných na kompetencie. Pri výbere obsahu pre hodinu telesnej výchovy je v rámci kompetencie dôležité vedieť, že táto úloha by mala v ideálnom prípade odrážať perspektívu detí. Dieťa má problém zameraný na pohyb, ktorý je potrebné vyriešiť, situácie sa líšia, ale získal vedomosti a skúsenosti s cieľom nájsť prispôsobené opatrenia na riešenie konkrétneho problému alebo súvisiacich problémov v budúcnosti. Sústreďenie sa na výsledky vzdelávania, prístup zameraný na deti a rozvoj kompetencií sú preto hlavnými zásadami tohto konceptu (Schröder, 2015).

Pfitzner a Aschebrock (2013, s. 2) zdôrazňujú určité aspekty, ktoré sa musia pri príprave úloh na podporu spôsobilosti rešpektovať:

- *Úlohy podporujúce kompetencie by mali mať potenciál na diferenciaciu.*
- *Úlohy zvyšujúce kompetencie otvárajú možnosť vyvinúť niekoľko alternatívnych riešení namiesto dosiahnutia cieľa úzkou, vopred určenou cestou.*
- *Konkurenčné úlohy by mali budovať vzdelávací postoj medzi študentmi zameraním sa na oblasť ich záujmu.*
- *Úlohy podporujúce kompetencie by mali mať vzťah k životu, prinajmenšom vždy súvisiaci a situačný význam.*

Neumann (2013, s. 175ff) ďalej zdôrazňuje a upresňuje, čo znamená orientácia na kompetencie v podmienkach základnej telesnej výchovy:

- 1) *„Telesná výchova by sa mala zakladať na predchádzajúcich znalostiach a schopnostiach študentov.*
- 2) *Telesná výchova by mala podporovať získavanie spôsobilosti prostredníctvom spracovania a reflexie úloh, napríklad študentmi, ktorí pracujú na úlohách, ktoré sú vyrovnané podľa požiadaviek.*
- 3) *Telesná výchova by mala prednostne zohľadňovať úlohy zamerané na požiadavky, napríklad tým, že sa bude venovať témam pohybu, ktoré vychádzajú zo súčasného pohybu študentov a dávajú im zmysel.*
- 4) *Telesná výchova by mala podporovať individuálne vzdelávanie a výsledky, napríklad poskytovaním študentom individuálnej spätnej väzby od učiteľov.*
- 5) *Telesná výchova by mala systematicky ponúkať príležitosti na testovanie tým, že by študentom napríklad nepretržite umožňovala rozoznávať a hodnotiť svoje vlastné znalosti z výučby a výkonnosti prostredníctvom seba alebo vonkajšej kontroly.“*

Na základe tohto porozumenia sa neskoršie navrhované aktivity a ďalšie podporné úlohy považujú za základnú orientáciu na kompetencie. Koncepcia bude ďalej konkretizovaná v časti o rôznych moduloch.

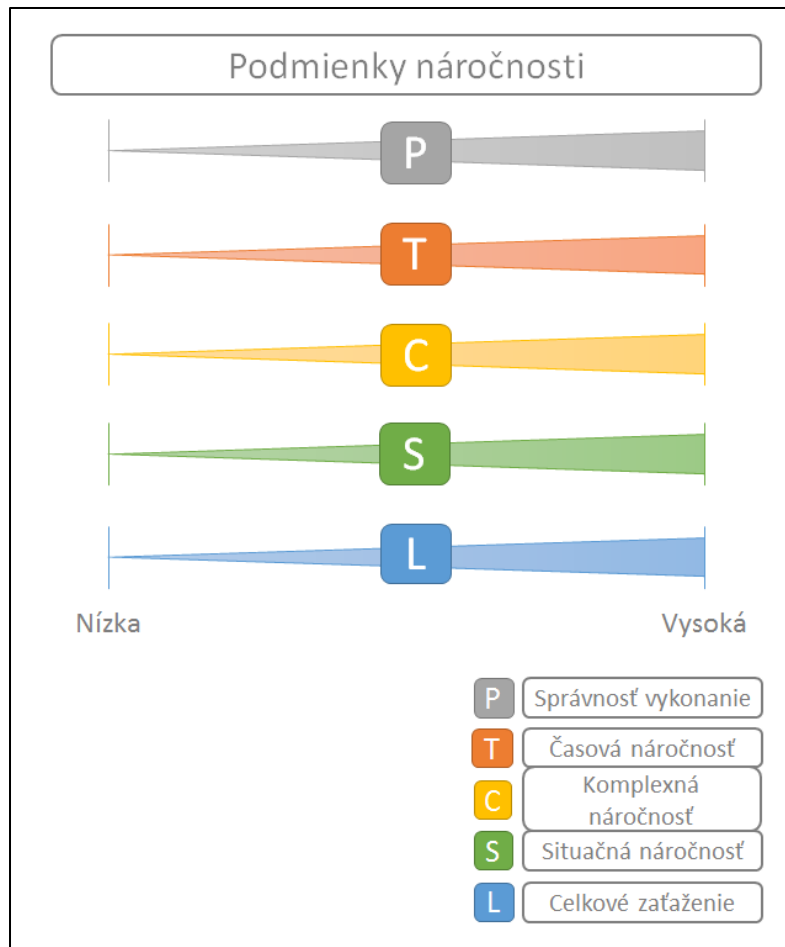
2.1.2 Kontrola koordinačných požiadaviek (Coordination Request Controller -CRC)

Testovací prístroj MOBAC obsahuje osem rôznych pohybových úloh hodnotiacich základné motorické kvalifikácie, ďalej rozdelených do dvoch oblastí pohybových kompetencií. Ako je možné podporovať tieto základné motorické kvalifikácie na podporu rozvoja príslušných základných pohybových kompetencií?

Coordination Request Controller (CRC) (preložený z nemeckého „*Koordinations-Anforderungs-Regler*“) je vzorom pre zaznamenávanie požiadaviek na koordinačné požiadavky na motorické úlohy. Ďalej umožňuje odvodiť obsah pre koordinovanú orientáciu na podporu motorických kompetencií. CRC sa tak oddeľuje od prístupov tradičných „koordinačných schopností“ a vyvíja sa na model viac orientovaný na prax, ktorý sa zameriava na koordinačné požiadavky na motorické úlohy (Neumaier, 2016).

CRC je založený na zmene náročnosti podmienok (Neumaier, 2016), a tým pomáha sústrediť sa na výkonnostné požiadavky motorických úloh a ich možnú podporu. Každé cvičenie môže byť individuálne upravené podľa príslušnej úrovne výkonnosti a situácie dieťaťa. Zatiaľ čo Neumaierov model (2016) pôvodne zahŕňa aj tzv. informačné požiadavky (napr. rôzne zmysly ako akustické), dôraz budeme kladť výlučne na náročnosť podmienok, aby bol tento model pre učiteľov menej zložitý a ľahšie prenosný do praktických aktivít.

Rôzne motorické úlohy si vyžadujú rôzne koordinačné požiadavky: trestný kop vo futbale si vyžaduje odlišné koordinačné motorické schopnosti ako plazenie sa alebo podávanie v bedmintonne (Nobis & Cimanowski, 2012). Neumaier (2016) rozlišuje náročnosť podmienok do piatich kategórií, v ktorých musia byť splnené koordinačné úlohy (porovnaj obrázok 5):



Obrázok 5. Analýza koordinačných požiadaviek v rámci rôznych pohybových zručností (upravená podľa Neumaier, 2016, p. 97)

PRESNOSŤ VYKONANIA ¹

Požiadavky týkajúce sa presnosti pohybu (presnosť procesu / výsledku)

Základom pre dosiahnutie presného pohybu je diferencované sebazpoznanie a vnímanie zvonka a vhodné zostavenie cieľovej hodnoty. Dôležitú úlohu tiež zohrávajú vnútorné a vonkajšie pohyby v prostredí a diferencované presne vyladené ovládanie svalov. Pri požiadavkách na presnosť je potrebné rozlišovať aspekty presnosti cieľa alebo presnosti výsledku a presnosti samotného vykonania. Pre úlohy cyklického pohybu s rytmickými požiadavkami je opakovateľnosť veľmi dôležitá. V iných športoch, napríklad v gymnastike alebo v krasokorčuľovaní, je presnosť procesu výslovne predmetom oceňovania. Pri športových hrách, kde cieľ alebo úder určuje výsledok, je presnosť výsledku rozhodujúca. Počiatočná pozícia, ktorá sa môže vyskytnúť štatisticky alebo dynamicky, ako aj konštantné alebo variabilné podmienky vykonávania sú tiež dôležité. Presné zvládnutie pohybovej úlohy často intereaguje s časovou a priestorovou presnosťou.

¹ Všetky popisy podmienok náročnosti sú odvodené od Neumaier, 2016, s. 101-115 a od Gossmanna, 2016, s. 15f.

ČASOVÁ NÁROČNOSŤ

Požiadavka týkajúca sa dostupného času pohybu a / alebo rýchlosť pohybu, ktorá sa má dosiahnuť

Časový tlak opisuje potrebu vykonať konkrétnu fyzickú aktivitu, buď v danom časovom období alebo čo najrýchlejšie. V každom prípade je hlavnou požiadavkou rýchlosť vykonávania fyzickej činnosti. Príťažlivá súhra medzi rýchlosťou pohybu a presnosťou pohybu vedie ku „kompromisu medzi rýchlosťou a presnosťou“, čo znamená, že pri zložitých a náročných úlohách so zvyšovaním rýchlosti pohybu presnosť klesá; tento predpoklad však nie je univerzálny v kontexte športu. Rôzne požiadavky na rýchlosť a časový tlak sa vyskytujú na začiatku a pri vykonávaní pohybu, čo je dôvod, prečo sú trvanie pohybu a konečné tempo podriadené. Pohyby, ktoré si vyžadujú rýchly začiatok, sú reakčné úlohy a vyžadujú si rýchlosť reakcií.

KOMPLEXNÁ NÁROČNOSŤ

Požiadavky týkajúce sa simultánnych a / alebo následných častí pohybu, ako aj rozsahu zapojených svalových skupín

Tlak zložitosti pohybu sa zvyšuje, keď je potrebné koordinovať niekoľko pohybových častí pohybu. Súčasná koordinácia existuje, keď sa rôzne (alebo ďalšie) pohybové časti vykonávajú súčasne. Ak je pohyb predĺžený spojením niekoľkých častí pohybu, je to postupná koordinácia. Výber a rozsah zahrnutých svalových skupín majú vplyv na zložitosť pohybu. To zahŕňa, či pohyb vyžaduje jemné alebo hrubé motorické zručnosti, ktoré svaly / časti tela musia byť spojené a problém lateralít ľavej a pravej strany tela.

SITUAČNÁ NÁROČNOSŤ

Požiadavky týkajúce sa variability a zložitosti, environmentálne a situačné podmienky

Podmienky prostredia ovplyvňujú situačné premenné a situačnú zložitosť. Variabilita vyjadruje okolitú situáciu, v ktorej by sa mala pohybová úloha vykonávať, t. j. či je štatisticky konzistentná, alebo statická alebo odlišná od miesta k miestu, alebo sa dynamicky mení. Zložitosť opisuje rozsah informácií o prvkoch životného prostredia, ktoré by sa mali dodržiavať.

CELKOVÉ ZAŤAŽENIE

Požiadavky týkajúce sa podmienok kondičného a duševného stresu

Zaťaženie sa vzťahuje na externé, objektívne zistiteľné požiadavky spojené s pohybovou úlohou. Naopak, napätie sa týka subjektívne vnímanej, individuálne pôsobiacej záťaže, t. j. vnútorných osobných požiadaviek. Tlak zaťaženia závisí od individuálnych požiadaviek osoby. Fyzické a psychologické kmene ovplyvňujú osobu. Fyzická záťaž je podmiennečno-energetická a súvisí s podmienenými motorickými schopnosťami (sila, vytrvalosť atď.); psychologická záťaž je spojená s psychologickými procesmi (koncentrácia, vôľa, motivácia, emócie atď.).

DÔSLEDKY ZALOŽENÉ NA VYBRANOM RÁMCI

V rámci projektu BMC-EU umožňuje CRC nazerať na koordinačné požiadavky na úlohu motoriky a / alebo základnú kvalifikáciu motoriky. Zameriava sa teda na koordinačné požiadavky úlohy, nie na koordinačné schopnosti osoby.

Zohľadnenie týchto aspektov podmienok náročnosti by malo uľahčiť vytváranie nových úloh a prostredí, ktoré sú zamerané na podporu rozvoja základných pohybových kompetencií žiakov. Tieto praktické dôsledky sú podrobnejšie vysvetlené v rôznych moduloch podpornej sady nástrojov.

2.2 MODULY PODPORNÉHO NÁSTROJA

Na základe zvoleného teoretického rámca sa táto kapitola zameriava na vývoj modulov, ktoré ďalej konkretizujú podporu budúcich lekcí TV. V prvej časti vysvetľujeme praktické dôsledky výberu prístupu orientovaného na spôsobilosti, po ktorom nasleduje hĺbková analýza koordinačných požiadaviek šestnástich testovacích úloh MOBAK, v ktorých sa hodnotí osem základných motorových kvalifikácií v dvoch testovacích prístrojoch MOBAK.

2.2.1 Kompetenčne orientovaný prístup



Obrázok 6. Prehľad dvoch oblastí kompetencií (pohyb s vlastným telom a pohyb s náčiním) a ôsmich korešpondujúcich základných pohybových kvalifikácií

Zatiaľ čo učebné osnovy zamerané na kompetencie vyzývajú učiteľov, aby zorganizovali svoje hodiny telesnej výchovy zamerané na kompetencie, učitelia majú ťažkosti s transformáciou požiadaviek na kompetencie na hodiny a plány jednotiek. Hlavným cieľom tejto časti je využiť výsledky testov a teoretický rámec na poskytnutie konkrétneho poradenstva pri vývoji a ďalšej podpore vykonávania úloh zameraných na kompetencie v hodinách telesnej výchovy na základných školách.

Kompetencia v tomto chápaní je vždy určená osobnými a situačnými aspektmi. To znamená, že dieťa nemožno všeobecne opísať ako motoricky spôsobilé, ale iba ako schopné zvládnuť konkrétnu požiadavku na úlohu (v tomto prípade stanovená testom MOBAK) (Hirtz, 1998). Preto „orientácia na kompetencie v telesnej výchove na základnej škole v ideálnom prípade navrhuje zváženie a rozvoj rôznych funkcií úloh: diagnostické úlohy, úlohy získavania kompetencií, úlohy reflexie učenia a úlohy aplikácie“ (Neumann, 2014, s. 176). Zatiaľ čo diagnostické úlohy sú už súčasťou testovacej fázy, ďalšie tri úlohy môžu byť súčasťou iniciatív, ktoré nasledujú po teste. Ich konkretizácia je jedným z cieľov tejto časti.

Aké praktické dôsledky teda súvisia s využívaním kompetenčnej orientácie ako teoretického rámca pre podpornú súpravu nástrojov pre učiteľov?

Keď je celkovým cieľom rozvíjať kompetencie detí, stáva sa ústredným problémom vytváranie učebných úloh (Kleinknecht, 2010), ktoré sa v rámci hodín telesnej výchovy môžu nazývať aj pohybové úlohy (Laging, 2006). Formát úlohy môže byť otvorený alebo uzavretý a Neuber (2002) rozlišuje v tomto kontexte medzi inštrukciami o pohybe (vyžaduje sa od žiakov, aby sa riadili určitou danou formou pohybu) a stimuláciou pohybu (vyžaduje sa od študentov, aby sa zapojili do prieskumnej motorickej akcie, ktorá je zvyčajne založená na kolektívnom myslení a rozhodovaní). Možno to zjednodušuje analýzu úloh (Pfitzner & Aschebrock, 2013), ale na základe sebestačnosti detí sa zdá byť ďalšie rozlišovanie medzi pohybovými úlohami pre vedené a objavovacie učenie primerané (Neumann, 2014, s. 176f):

- *„Pohybová úloha pre riadené učenie si vyžaduje od žiaka motorické zvládanie daného alebo samovybudovaného problému s pohybom. Na riešenie týchto problémov s pohybom existujú v zásade rôzne možné riešenia, ktoré sú vopred štruktúrované, vopred zostavené alebo plánované učiteľom.“*
- *Pohybová úloha na objavenie učenia si vyžaduje od žiaka motorické zvládanie daného alebo samohybného problému s pohybom. Na riešenie týchto problémov s pohybom existujú v zásade rôzne možné riešenia, ktoré môžu žiaci objaviť a ktoré môžu byť v závislosti od úlohy posudzované a hodnotené podľa konkrétnych kritérií.“*

Obe možnosti ponúkajú deťom rôzne príležitosti na vzdelávanie. Toto je ešte jasnejšie, keď sa pozeráme na príkladnú úlohu pre kompetenčnú telesnú výchovu na tému „balansovanie“. Súvisiaca základná motorická kvalifikácia bola diagnostikovaná testom MOBAK. Len v sprievodnej poznámke je potrebné uviesť, že v centre pozornosti sú výlučne motorické zručnosti a ich podpora, zatiaľ čo „balansovanie“ v hodinách telesnej výchovy zahŕňa aj ďalšie rozhodujúce vzdelávacie ciele, ako napr. „bezpečnosť“, „pomoc“, „zariadenia“, „pravidlá“, „tvorivosť“, „organizáciu“ (Neumann, s. 177).

Nasledujúci príklad je založený na konkrétnom príklade hodiny telesnej výchovy zameranej na kompetencie pre 7-ročných žiakov, ktorú poskytol Neumann (2014). Jeho cieľom je ďalej rozvíjať balančné kompetencie dieťaťa v rámci hodiny telesnej výchovy organizovanej na rôznych stanovištiach. Úlohy by sa mohli rozdeliť na *získavanie kompetencií, reflexiu učenia a aplikáciu*:

Úloha získania kompetencií: „Ak sa balančné stanovište zdá byť príliš jednoduché, môžete sa pokúsiť o náročnejšie cvičenia. Na každom stanovišti je vedro s lanami, gymnastickými loptičkami, Hacky Sackom a tenisovými loptičkami!“

Úloha pri reflexii učenia: „Všimla som si, že veľa detí balansuje tak, že si postavili nohy nabok. V poslednej hodine sme však videli, že v prípade, že sa balančná čiara zužuje, táto „technika“ už nefunguje. Preto prosím skontrolujte dnes, ktoré stanovištia už vykonávate správnym spôsobom a na ktorých stanovištiach musíte trénovať ešte viac. Okrem toho každé dieťa dostane papier, na stanovišti leží ceruzka!“

Ja viem – kontrola²

Som úspešný v...

Zlepšujem sa v...

Ešte sa mi nedarí v...

Aplikačná úloha: „Dnes cvičíme na piatich rôznych balančných stanovištiach, ktoré ste všetci poznali v posledných niekoľkých hodinách. Navrhujem, aby ste navrhli štruktúru podľa našich pravidiel. Pri balansovaní zvažte správnu techniku a rozhodnite sa sami, či chcete vyriešiť úlohy balansovania s pomocou, bez pomoci alebo s ďalšou úlohou!“

V nasledujúcich podkapitolách sa príklady a rady zameriavajú na prvý uvedený formát úlohy, takzvanú „úlohu získavania kompetencií“. Pokiaľ ide o konkrétny výber metód a obsahu pre budúce hodiny telesnej výchovy, uvedú sa aj príklady ďalších dvoch typov úloh (na základe daného príkladu balansovania).

2.2.2 Odvodenie metodických opatrení a konkrétnych úloh

2.2.2.1 Coordination Request Controller (CRC)

CRC-analýza postupuje v troch hlavných krokoch:

- Vytvorenie profilu CRC (postaveného na podmienkach náročnosti)
- Vytvorenie možných variácií
- Odvodenie metodických opatrení a konkrétnych úloh

To znamená, že najskôr pre každý z ôsmich testov MOBAK bude uvedený profil koordinačnej náročnosti. V dôsledku toho sa dôraz kladie na úlohy s ich konkrétnymi požiadavkami, čo opäť odráža chápanie spôsobilosti nie ako odraz všeobecnej motorickej schopnosti, ale ako riešenie pohybu pre určitú požiadavku na úlohu (Neumaier, 2016).

Ako druhý krok budú demonštrované „nastavovacie skrutky“ a budú poskytnuté konkrétne možné úlohy pre budúce hodiny telesnej výchovy. Možné úlohy súvisiace s reflexiou učenia a

² Kontrola úloh môže byť deťom poskytnutá písomne alebo v obrázkovej forme so najmä pre deti, ktoré ešte nevedia čítať)

aplikáciou, ktoré boli popísané v predchádzajúcej kapitole pre úlohu „balansovanie“, sa dajú ľahko preniesť na iné základné motorické kvalifikácie, akonáhle je základňa nastavená, vytvorí sa vhodné nápady na úlohy získavania kompetencií.

2.2.2.2 *Tvorba CRC*

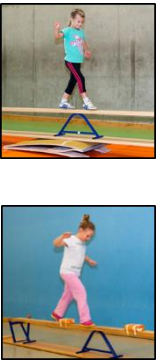

Aké podmienky náročnosti existujú v príslušných pohybových situáciách, ktoré iniciujú rôzne testy MOBAK?





Odpoveď na túto otázku je nevyhnutná na identifikáciu profilu koordinačných požiadaviek každej zo šiestnástich úloh MOBAK, ktoré hodnotia osem základných kvalifikácií v motorike MOBAK-1-2 a MOBAK-3-4. Zhrnutím príslušných požiadaviek na dve rôzne oblasti kompetencií sa okrem toho môže preukázať, ktoré podmienky náročnosti sú vo všeobecnosti rozdielnymi úlohami ťažšie alebo ľahšie. To potom tiež umožňuje uvažovať o tom, či určitý špecificky náročný stav (ako napríklad presnosť) môže viesť k ťažkostiam nielen pri jednej konkrétnej, ale súčasne aj pri rôznych súvisiacich základných motorických úlohách.

Rovnako ako ich Neumaier, Mechling a Strauß (2002) používajú pre rôzne športové disciplíny, aj tu, s ohľadom na analýzy šiestnástich úloh MOBAK, sa vyrába Likertova škála. Táto stupnica zahŕňa päť intervalov (minimálna, nízka, stredná, vysoká a maximálna) a stredné hodnoty (napr. nízka až stredná alebo vysoká až maximálna), aby sa kvantifikovali hodnoty posuvného pruhu: grafy popisujú podmienky náročnosti každej úlohy. Príslušná konštalácia predstavuje očakávanú náročnosť počiatkovej úlohy MOBAK. Úpravy vychádzajú z predchádzajúcich skúseností s deťmi rovnakej vekovej skupiny, ako aj z interného porovnania požiadaviek rôznych úloh. Ovládače sú individuálne prispôsobiteľné a prispôsobiteľné konkrétnemu výkonu a úrovni človeka. Toto je obzvlášť dôležité, pokiaľ ide o vývoj zásad variácie a konkrétnych úloh.


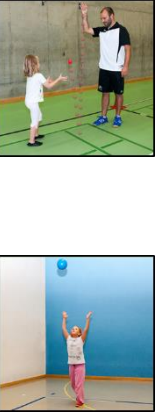
Nasledujúce tabuľky zobrazujú profily koordinačných požiadaviek, presné podmienky náročnosti, každej zo šiestnástich testovaných položiek MOBAK:





Tabuľka 1. Podmienky náročnosti v kompetenčnej oblasti MOBAK Pohyb vlastným telom

MOBAK – Kompetenčná oblasť pohyb vlastným telom		
Kvalifikácia	Podmienky náročnosti MOBAK 1-2	Podmienky náročnosti MOBAK 3-4
<p>Balansovanie</p> 	<p><i>Presnosť:</i> vysoká, keďže poloha nohy na lavičke je dôležitá.</p> <p><i>Čas:</i> nízka až stredná, žiak balansuje na lavičke bez zastavenia. Preto je potrebný stály pohyb vpred.</p> <p><i>Komplexnosť:</i> nízka až stredná, horná časť tela je použitá na pomoc pri balansovaní.</p> <p><i>Situačná náročnosť:</i> stredná, lavička je použitá ako hojdačka a hýbe sa, keď po nej žiaci prechádzajú</p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres):</i> stredná až vysoká, možný pád z lavičky.</p>	<p><i>Presnosť:</i> vysoká, pretože je dôležitá poloha chodidiel na lavičke.</p> <p><i>Čas:</i> nízky až stredný, žiak sa musí vyrovnáť bez zastavenia. Preto je potrebný plynulý pohyb vpred.</p> <p><i>Komplexnosť:</i> vysoká, horná časť tela sa používa na nájdenie rovnováhy a musí sa stabilizovať; pri chôdzi dopredu a dozadu na lavičke sa musia prekonávať prekážky.</p> <p><i>Situačná náročnosť:</i> nízka, stav lavičky je vždy rovnaký a pre pohyb nie je potrebné zaznamenávať ďalšie informácie.</p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres):</i> stredná, na zlyhanie a pád z lavičky.</p>
<p>Kotúl</p> 	<p><i>Presnosť:</i> nízka až stredná, musí sa navíjať na širokú gymnastickú podložku.</p> <p><i>Čas:</i> nízky, nie je stanovený žiadny časový limit.</p> <p><i>Komplexnosť:</i> stredná až vysoká, ruky, nohy a telo sa musia pohybovať súčasne, pričom je potrebná orientácia v miestnosti.</p> <p><i>Situačná náročnosť:</i> nízka až stredná stav je vždy rovnaký, ale v závislosti od výkonu žiakov musia svaly reagovať a prípadne vyrovnáť.</p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres):</i> stredná, zlyhanie a neschopnosť prevažovať sa alebo prevažovať sa priamo vpred.</p>	<p><i>Presnosť:</i> nízka až stredná, musí sa navíjať na širokú gymnastickú podložku.</p> <p><i>Čas:</i> nízky, nie je stanovený žiadny časový limit.</p> <p><i>Komplexnosť:</i> vysoká, skákanie a valenie sa potom musia byť koordinované; pri otáčaní sa ruky, nohy a telo musia pohybovať súčasne, pričom je potrebná orientácia v miestnosti.</p> <p><i>Situačná náročnosť:</i> nízka až stredná, stav je vždy rovnaký, ale v závislosti od výkonu žiakov musia svaly reagovať a prípadne vyrovnáť.</p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres):</i> stredný až vysoký, zlyhanie a neschopnosť valiť sa alebo valiť priamo vpred. Keďže žiak musí vyskočiť na bedňu, môže to spôsobiť strach.</p>

<p>Skákánie</p>  	<p><i>Presnosť: vysoká, pretože je dôležitá poloha chodidiel vedľa kobercových štvorcov.</i></p> <p><i>Čas: stredný, žiak plynule preskočí štvorce bez zastavenia na viac ako 1 sekundu.</i></p> <p><i>Komplexnosť: vysoká, žiak musí rozlišovať medzi skákaním s jednou alebo dvoma nohami a súčasne sa orientovať v miestnosti.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: nízka, podmienky na splnenie úlohy sú vždy rovnaké.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízky až stredný, zlyhanie (napríklad zmiešanie pri použití jednej a dvoch nohách).</i></p>	<p><i>Presnosť: stredná až vysoká, lano sa musí pohybovať a prekrižiť rovnomerne a presne.</i></p> <p><i>Čas: stredný až vysoký, správny okamih na skok je časovo obmedzený.</i></p> <p><i>Komplexnosť: stredná až vysoká, žiak musí pohybovať lanom s pažami a nepretržite preskočiť lano (v priebehu 20 sekúnd).</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: nízka, podmienky na splnenie úlohy sú vždy rovnaké.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízky až stredný, zlyhanie (napríklad skočiť v správny okamih).</i></p>
<p>Beh</p>  	<p><i>Presnosť: nízka až stredná, pohybujúci sa bokom medzi dvoma kužeľmi.</i></p> <p><i>Čas: nízky až stredný, žiak musí vykonávať rýchle a plynulé vedľajšie kroky.</i></p> <p><i>Komplexnosť: nízka až stredná, koordinujúci bočný pohyb nôh s podporou hornej časti tela.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: nízka, podmienky na splnenie úlohy sú vždy rovnaké.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízky až stredný, zlyhanie (napríklad nie je možné plynule sa pohybovať medzi kónusmi).</i></p>	<p><i>Presnosť: nízka až stredná, pohybujúci sa do strany a priamo pozdĺž daného obdĺžnika.</i></p> <p><i>Čas: nízky až stredný, žiak musí vykonávať rýchle a plynulé pohyby a plynulo meniť medzi rôznymi štýlmi behu.</i></p> <p><i>Komplexnosť: stredná, ktorý koordinuje zmenu smerov jazdy.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: nízka, podmienky na splnenie úlohy sú vždy rovnaké.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízka až stredná, zlyhanie (napríklad zmiešanie, keď sa má posunúť dopredu a kedy do strany).</i></p>

Tabuľka 2. Podmienky náročnosti v kompetenčnej oblasti MOBAK pohyb s náčiním

MOBAK – Kompetenčná oblasť pohyb s náčiním		
Kvalifikácia	Podmienky náročnosti MOBAK 1-2	Podmienky náročnosti MOBAK 3-4
<p>Hádzanie</p> 	<p><i>Presnosť: vysoká, žiak musí hádzať loptičky do cieľa.</i></p> <p><i>Čas: nízky, nie je stanovený žiadny časový limit.</i></p> <p><i>Komplexnosť: nízka až stredná, koordinácia pohybu tela a ramena.</i></p> <p><i>Situačný náročnosť: nízka, podmienky na splnenie úlohy sú vždy rovnaké.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízka až stredná, zlyhanie a neschopnosť zasiahnuť cieľ.</i></p>	<p><i>Presnosť: vysoká, žiak musí hádzať loptičky do cieľa.</i></p> <p><i>Čas: nízky, nie je stanovený žiadny časový limit.</i></p> <p><i>Komplexnosť: nízka až stredná, koordinácia pohybu tela a ramena.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: nízka, podmienky na splnenie úlohy sú vždy rovnaké.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízka až stredná, zlyhanie a neschopnosť zasiahnuť cieľ.</i></p>
<p>Chyťanie</p> 	<p><i>Presnosť: stredná, žiak musí umiestniť ruky (a niekedy aj pohybovať), aby bol schopný chytiť loptu.</i></p> <p><i>Čas: stredný, existuje len obmedzený čas, keď sa lopta môže chytiť po odrazení.</i></p> <p><i>Komplexnosť: stredná, pohyb v smere gule musí byť koordinovaný so správnym pohybom rúk a rúk, aby sa zachytil potom.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: stredná, testovací supervízor sa pokúša hádzať podobne, ale lopta sa môže odraziť inak.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): stredná, zlyhá a nemôže byť schopný chytiť loptu; niektorí žiaci sa tiež všeobecne boja hádzaných loptičiek (a možných súvisiacich zranení).</i></p>	<p><i>Presnosť: stredná, žiak sa musí pohybovať a umiestňovať ruky tak, aby bol schopný chytiť loptu; navyše musí ovládať silu a hodiť loptu do správnej vzdialenosti (čo umožňuje chytenie).</i></p> <p><i>Čas: stredný, existuje len obmedzený čas, keď sa lopta môže chytiť po hádzaní.</i></p> <p><i>Komplexnosť: stredná až vysoká, hádzanie a pohyb v smere lopty musí byť koordinovaný so správnym pohybom rúk a rúk, aby sa potom zachytil.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: vysoká, pretože lopta má zakaždým inú dráhu.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): stredná, zlyhá a nemôže byť schopný chytiť loptu; niektorí žiaci sa tiež všeobecne obávajú hodených lôpt(a možných súvisiacich zranení).</i></p>

<p>Driblovanie</p>  	<p><i>Presnosť: stredná až vysoká, žiak musí odraziť loptu bez straty kontroly nad danou chodbou.</i></p> <p><i>Čas: nízky až stredný, žiak sa musí pohybovať plynulo a plynulo dopredu.</i></p> <p><i>Komplexnosť: stredná až vysoká, odrážanie lopty musí byť pri pohybe koordinované s orientáciou v miestnosti.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: stredná, pretože lopta po každom kontakte s rukou skáče inak.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízka až stredná, zlyhanie (napríklad nie je možné odraziť a pohybovať sa správnym smerom).</i></p>	<p><i>Presnosť: stredná až vysoká, žiak musí odraziť loptu bez straty kontroly nad danou chodbou.</i></p> <p><i>Čas: nízky až stredný, žiak sa musí pohybovať plynulo a plynulo dopredu.</i></p> <p><i>Komplexnosť: vysoká, odrážajúci loptu musí byť pri pohybe koordinovaný s orientáciou v miestnosti (pozdĺž prekážok).</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: stredná, pretože lopta po každom kontakte s rukou skáče inak.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízka až stredná, zlyhanie (napríklad stratiť loptu pri odrážaní).</i></p>
<p>Vedenie lopty nohou</p>  	<p><i>Presnosť: stredná až vysoká, žiak musí driblovať loptu bez straty kontroly nad danou chodbou.</i></p> <p><i>Čas: nízky až stredný, žiak sa musí pohybovať plynulo a plynulo dopredu.</i></p> <p><i>Komplexnosť: stredná až vysoká, driblovanie lopty musí byť pri pohybe koordinované s orientáciou v miestnosti.</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: stredná, keďže sa lopta po každom kontakte s nohou pohybuje inak.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízky až stredný, zlyhanie (napríklad nebude možné viesť loptu a pohybovať sa dopredu)</i></p>	<p><i>Presnosť: stredná až vysoká, žiak musí driblovať loptu bez straty kontroly nad danou chodbou.</i></p> <p><i>Čas: nízky až stredný, žiak sa musí pohybovať plynulo a plynulo dopredu.</i></p> <p><i>Komplexnosť: vysoká, lopta musí byť pri pohybe koordinovaná s orientáciou v miestnosti (pozdĺž prekážok).</i></p> <p><i>Situačná náročnosť: stredná, keďže sa lopta po každom kontakte s nohou pohybuje inak.</i></p> <p><i>Celková náročnosť (mentálny stres): nízky až stredný, zlyhanie (napríklad stratiť loptu pri vedení lopty).</i></p>

2.2.2.3 *Vytvorenie možných variácií*


Po zostavení profilu koordinačnej náročnosti pre každú zo šestnástich úloh MOBAK sa vytvorí základ pre identifikáciu súvisiacich „nastavovacích skrutiek“. To znamená, že učiteľ, keď vidí CRC, už vie, ktorú podmienku je schopný meniť.

Variácia úloh v tomto kontexte znamená meniť podmienky, ktoré sú pre určitú úlohu kľúčové, a poskytnúť priestor pre diferenciaciu a prispôbenie sa deťom pri súčasnom rešpektovaní ich individuálnej úrovne výkonnosti. Vo všeobecnosti môže byť úroveň náročnosti zvýšená alebo znížená. Náročnosť, ktorá je vysoká v počiatočných požiadavkách na úlohu, sa môže znížiť pre triedu alebo dieťa, ktoré preukázalo ťažkosti pri vykonávaní tejto úlohy (nízky výsledok testu MOBAK). Naopak, náročnosť, ktorá je na počiatočnej úrovni, sa môže v ďalšej lekcii zvýšiť. Okrem toho sa v prípade, že by sa mali ďalej rozvíjať určité úlohy a súvisiace zručnosti, môžu zvýšiť aj už na začiatku náročné podmienky.

To znamená, že v konkrétnej vyučovacej situácii a po zvážení prístupu zameraného na kompetencie si deti musia byť schopné zvoliť úlohu, ktorá najlepšie vyhovuje ich individuálnej úrovni a / alebo potrebám. Úlohou učiteľa je preto vytvoriť vzdelávaciu situáciu, napríklad poskytnutím nového materiálu, poskytnutím nápadov na variáciu atď., ktorá umožňuje samotným deťom zvýšiť alebo znížiť požiadavky na úlohu alebo vyskúšať rôzne situácie.

2.2.2.4 *Odvodenie metodických opatrení a konkrétnych úloh*

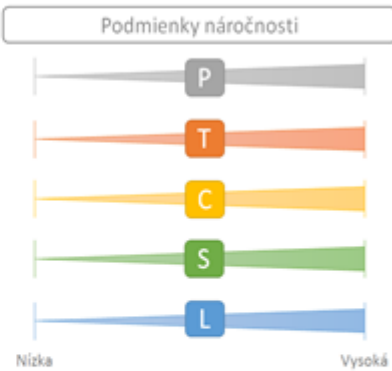
Po objasnení zásad možnej variácie sa stanoví základ pre vývoj nových úloh na podporu ďalšieho rozvoja testovaných kvalifikácií. Toto sa uskutoční vo forme tzv. kariet s popisom úloh MOBAK, ktoré umožňujú učiteľovi získať informácie v súhrnnom formáte: na prednej strane karty s popisom je opísaný počiatočný profil koordinačných požiadaviek pre úlohu MOBAK (vpravo), spolu s popisom úlohy a všeobecnými informáciami o testovanej základnej kvalifikácii motora (na ľavej strane; obrázok 7); na druhej strane sú uvedené princípy variácie pre zadanie úloh na budúcej hodine telesnej výchovy (obrázok 8). Posledné menované zahŕňajú príklady na zvyšovanie a znižovanie podmienok náročnosti.



MOBAK 1-2
Pohyb s náčiním

Hádzanie

Podmienky náročnosti



P Správnosť vykonanie

T Časová náročnosť

C Komplexná náročnosť



S Situačná náročnosť

L Celkové zaťaženie


Úloha

Dieťa hádže šesť 80g loptičiek do vzdialenosti 2,0m na cieľ vo výške 1,3 m.

Hádzanie je jednou zo základných pohybových zručností. Je predpokladom pre množstvo športov ako napríklad vrhačské disciplíny v atletike, športové hry – hádzaná, basketbal a podobne. Ide o akceleráciu náčinia smerom na trajektóriu s využitím špecifickej techniky.

Obrázok 7. MOBAK popis úlohy (predná strana kartičky): Vstupný profil „hádzanie“



MOBAK 1-2
Pohyb s náčiním

Hádzanie

P Presnosť vykonania

- Skráťte vzdialenosť
- Vyberte väčší cieľ
- + Predĺžte vzdialenosť
- Vyberte menší cieľ, alebo pohybujúci sa cieľ

T Časová náročnosť

- Keďže pri testovaní nie je žiadny časový tlak, ten nemôže byť už znížený
- + Hodte 6 loptičiek do terča v presne určenom čase
- Traťte cieľ 6x, čo najrýchlejšie

C Komplexná náročnosť

- Komplexnosť nemôže byť už znížená
- + Najprv chyťte hodenú loptičku, potom traťte do cieľa

S Situačná náročnosť



- Keďže pri testovaní nie je žiadna situačná náročnosť, tá nemôže byť už znížená
- + Použite rôzne loptičky (veľkosť, hmotnosť)

L Celková náročnosť

- Dieťa si môže vybrať vzdialenosť, z ktorej bude triať do cieľa a môže si vybrať loptičku
- + Skombinujte hádzanie s alternatívami behu

Princípy variácií

Hádzanie umožňuje rôzne spôsoby obmeny presnosti vykonania napr. zmenou vzdialenosti, zmenou terča. Čo sa týka času, ktorý v originálnom teste nie je, pre zvýšenie časovej náročnosti cvičenia môžeme zadať časový limit. *Komplexná náročnosť môže byť tiež len zvýšená, napr. kombináciou chytania a hádzania* *Situačná náročnosť* je napríklad vyššia použitím rôznych loptičiek. *Psychická náročnosť* môže byť znížená tým, že si dieťa vyberie loptičku alebo vzdialenosť, zvýšiť ju naopak môžeme pridaním behu.

Obrázok 8. MOBAK popis úlohy (zadná strana kartičky): Princípy variácií „hádzanie“

Na základe týchto informácií, ktoré sa poskytujú pre každú zo šesnástich testovacích úloh MOBAK-1-2 a MOBAK-3-4, sú k dispozícii ďalšie karty aktivít s príkladmi vzdelávacích úloh a ukazujú konkrétny obsah pre budúce hodiny telesnej výchovy (obrázky 9 a 10). Každá karta poskytuje nasledujúce štruktúrované informácie na prednej strane (obrázok 9):

- Vzťah k určitej testovacej úlohe MOBAK a úroveň náročnosti úlohy, v modrom poli vľavo hore. Stupeň obtiažnosti pôvodnej úlohy je označený bielou farbou, zatiaľ čo úroveň obtiažnosti navrhovaných zmien na základe zmeny tlakových podmienok je sivá.
- Názov úlohy v bielom poli.
- Typ úlohy v zelenom poli v pravom hornom rohu.
- Konkrétna náročnosť, ktorá je v centre pozornosti v rámci tejto úlohy, v červenom rámečku vpravo hore.
- Potrebné pomôcky (v žltom rámečku), jeden alebo viac obrázkov (v strede) a popis úlohy (v oranžovom rámečku).

The image shows a structured activity card for 'Hádzanie' (Throwing). At the top, there are four colored boxes: a blue box with 'Pohyb s náčiním Hádzanie I – II – III', a white box with 'Cvičenie 1', a green box with 'Získavanie kompetencií', and a red box with 'Presnosť vykonania'. Below these is a yellow box labeled 'Pomôcky' containing the text 'Švédske bedne, šatky, obruč, rôzne lopty'. The center features three sequential photographs of a teacher standing on a wooden Swedish bench, throwing a ball towards two children standing in a line on the floor. Below the photos is an orange box titled 'Popis úlohy' with the text: 'Učiteľ alebo iný žiak stojí na švédskej bedni pred stenou a hodí smerom k zemi šatky na pravej aj na ľavej strane. Deti stoja pred ním v dvoch radoch a snažia sa trafiť padajúce šatky rôznymi loptami.' At the bottom left is the 'BMCEU' logo, and at the bottom right is the 'Co-funded by the Erasmus Programme of the European Union' logo.

Obrázok 9. Karta aktivity (predná strana): Príklad „Hádzanie“

Na zadnej strane karty sú uvedené tieto informácie:

- Rovnaké informácie o vzťahu k určitej testovacej úlohe MOBAK ako na prednej strane, v modrom poli vľavo hore.
- Názov úlohy v bielom poli.
- Typy úloh popísané na tejto strane karty v zelenom poli v pravom hornom rohu.
- Konkrétne podmienky náročnosti, na ktoré sa zameriavajú variácie navrhované na tejto strane, v červenom rámečku vpravo hore.
- Navrhované variácie počítačnej úlohy poskytujúce informácie o príslušných podmienkach (v tomto prípade presnosť, zložitosť, situačná a časová náročnosť) vo svetlozelenom rámečku. Ďalej poskytujú indikáciu o potenciáli zvýšenia alebo zníženia príslušnej náročnosti.
- Príklady troch rôznych typov úloh: získavanie kompetencií, reflexia a aplikácia učenia, vo svetlo modrej farbe.

The image shows a structured activity card for 'Hádzanie' (Throwing). At the top, there are four colored boxes: 'Object Movement Hádzanie I - II - III' (blue), 'Cvičenie 1' (white), 'Učebná reflexia a aplikácia' (green), and 'Rôzne podmienky náročnosti' (red). The main content is divided into two sections. The first section, 'Variácie', lists three variations with icons: 1) 'pripevnite šatky a obruče na stenu. "Kto trafi do šatky alebo do obruče?"' (attach scarves and hoops to the wall); 2) 'zahrňte rôzne techniky hádzania, napr. hádzanie zhora, zdola, od prs, a podobne.' (include various throwing techniques); 3) 'nechajte šatku padnúť rýchlejšie, tak, že sa dieťa musí prispôsobiť rýchlosti šatky, aby trafilo' (let the scarf fall faster). The second section, 'Zmeny podmienok', 'Učebná reflexia', and 'Aplikačná úloha', provides additional instructions and reflection prompts. The card is branded with 'BMCEU' and 'Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union'.

Object Movement
Hádzanie
I - II - III

Cvičenie 1

Učebná reflexia a aplikácia

Rôzne podmienky náročnosti

Variácie

- pripevnite šatky a obruče na stenu. "Kto trafi do šatky alebo do obruče?"
- zahrňte rôzne techniky hádzania, napr. hádzanie zhora, zdola, od prs, a podobne.
- nechajte šatku padnúť rýchlejšie, tak, že sa dieťa musí prispôsobiť rýchlosti šatky, aby trafilo

Zmeny podmienok: "Ak je triafanie jednoduché, môžete si ho sťažiť a zase naopak. Môžete zväčšovať alebo znižovať vzdialenosť terča, alebo zrýchľovať a spomaľovať terč."

Učebná reflexia: "Analyzujte svoj úspech alebo neúspech pri danej úlohe!"

- Darí sa mi.../Zlepšujem sa stále...
- Nedarí sa mi...

Aplikačná úloha: "Prosím, rozhodnite sa, či chcete jednoduchšiu alebo náročnejšiu variáciu úlohy"

BMCEU

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Obrázok 10. Karta aktivity (zadná strana): Príklad „hádzanie“

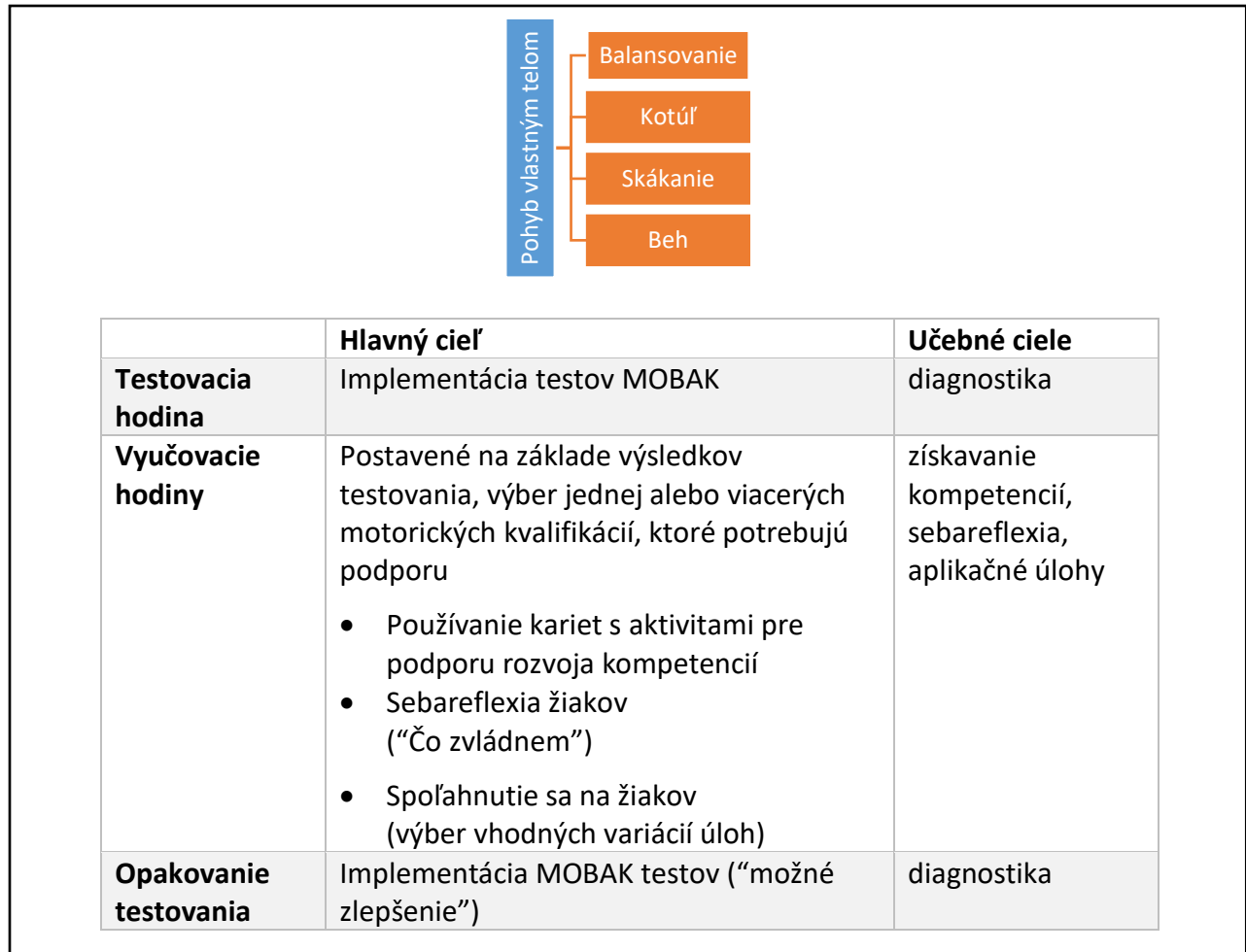
2.2.2.5 Plánovanie vyučovacej hodiny alebo časti hodiny

Znalosť základnej úrovne motorickej kompetencie dieťaťa, ako aj možnosť prispôbenia tlakových podmienok, sa môžu použiť na plánovanie jednej hodiny a / alebo postupnosti niekoľkých hodín. Zatiaľ čo z dlhodobého hľadiska môže testovacie rozdelenie na pohyb s náčiním a pohyb vlastného tela pomôcť sústrediť sa na jednu z dvoch oblastí motorických kompetencií, na jednej hodine to môže byť jedna alebo niekoľko základných kvalifikácií motoriky („balansovanie“, „hádzanie“ atď.).

Aby sa zabezpečilo, že každá hodina slúži na dosiahnutie celkového cieľa, malo by byť jasné, ktorá všeobecná funkcia je v rámci hodiny zabezpečená. Rámec vyučovacej postupnosti sa spravidla zostavuje počiatočným testom MOBAK a možným opakovaným testom (obrázok 11). Pokiaľ ide

o rozdelenie vykonané v bode 2.1.1 - získavanie kvalifikácií, reflexia učenia a úlohy aplikácie - jedna z nich môže byť v centre pozornosti vyučovacej postupnosti, ktorá nasleduje po počiatočnom testovaní. Učiteľ sa môže napríklad rozhodnúť, že sa najprv sústreďí na získanie kompetencií v rámci série hodín a potom na reflexiu a / alebo aplikáciu učenia. Prípadne sa môže zamerať na riešenie všetkých troch úloh v rámci jednej hodiny, pričom sa napríklad zameriava na jedinú základnú motorickú kvalifikáciu. Posledná možnosť sa skôr riadi zásadou zameranou na deti, pretože umožňuje žiakom samohodnotiť svoju výkonnosť a podľa toho si sami môžu zvoliť variáciu úlohy (porovnaj zadnú stranu kariet aktivít). Táto voľba určite závisí od konkrétnej situácie vo vzdelávacej skupine a od preferencií učiteľa a žiakov. To isté platí pre počet hodín strávených na podpore a zdokonaľovaní zvolenej úlohy: učiteľ sa samozrejme môže rozhodnúť, v závislosti od úrovne svojej triedy a jej rôznych žiakov, zvýšiť alebo znížiť navrhovanú náročnosť vyučovacej hodiny, alebo sériu hodín. Ďalšie didaktické a metodické rozhodnutia zostávajú rovnako v rukách každého učiteľa (a pravdepodobne závisia od jeho pripravenosti zahrnúť názor žiakov do rozhodovacieho procesu). Týka sa to napríklad otázky, či sú uvedené ďalšie variácie úloh (obrázok 10) usporiadané v rámci série rôznych pohybových stanovišť, kde sa deti otáčajú, alebo či rôzne úlohy sledujú jeden druhého za druhým a teda ich najprv praktizuje celá trieda, pred zavedením novej úlohy.

V nasledujúcom texte je uvedený jeden príklad pre oblasť kompetencie pohyb vlastným telom, ktorý demonštruje, ako by mohla byť štruktúrovaná vyučovacia postupnosť, ktorá zahŕňa vykonávanie testu MOBAC a ďalšiu konštruktívnu prácu s výsledkami testu MOBAC. Tento príklad sa dá preniesť aj do oblasti pohybu s náčiním a považuje sa za jeden z možných spôsobov použitia výsledkov testu MOBAC ako východiskového bodu pre súvisiacu sériu hodín telesnej výchovy.



Obrázok 11. Rozvoj kompetencie pohyb vlastným telom v triede 7-ročných žiakov – príklad časti hodiny

V poslednej časti je uvedený vysvetľujúci materiál. Zahŕňa definíciu rôznych pojmov, ktoré zodpovedajú textu, a preto sú z nich priamo odvodené. Definície sú prezentované vo forme slovníka s krátkymi charakteristikami a vysvetleniami.

2.3 VYSVETĽUJÚCE MATERIÁLY

2.3.1 Slovník

V nasledujúcom texte sú vysvetlivky a definície pre najrelevantnejšie pojmy použité v podpornom materiáli, zostavené v glosári (tabuľka 3).

Tabuľka 3. Slovník

Termín	Definícia	Referencie
Aplikačné úlohy	<p>Aplikačné úlohy iniciujú a / alebo podporujú sebestačnosť a sebaurčenie žiakov.</p> <p><i>To sa dá dosiahnuť napríklad tak, že sa žiakom umožní, aby si sami vybrali druh variácie a tým aj úroveň obtiažnosti a / alebo dodatočnú podporu pre príslušnú úlohu. Na kartách aktivít poskytnutých v rámci MOBAK sú uvedené príklady aplikačných úloh.</i></p>	
Základné pohybové kompetencie	<p>Základné pohybové kompetencie sú definované v súlade s definíciou kompetencie v pedagogickej psychológii (Weinert, 2001; prehľad pozri Kettenis, 2014). Na pozadí teoretických úvah o kompetenciách v tejto oblasti (napr. Klieme & Hartig, 2007; Weinert, 2001) sa základné pohybové kompetencie môžu chápať ako dispozície výkonnosti, ktoré sa vyvíjajú z požiadaviek konkrétnych situácií. Pomáhajú žiakom uspokojiť konkrétne požiadavky v oblasti kultúry pohybu, športu a cvičenia a</p> <ul style="list-style-type: none"> • môžu sa dlhodobo učiť a uchovávať a brať do úvahy predchádzajúce skúsenosti; • sú výslovne nezávislé od kontextu a odkazujú na špecifické požiadavky situácie v kultúre športu a cvičenia; • sú dispozície funkčných výkonov, ktoré sa prejavujú v správaní orientovanom na majstrovstvo (Herrmann et al., 2016). <p><i>V súlade s tým nie je potrebné (len) samotné výkonnostné správanie, ktoré je potrebné na splnenie konkrétnych úloh, ale základné dispozície všeobecného výkonu (Herrmann & Seelig, 2017a, s. 110f).</i></p>	<p>Herrmann, C., & Seelig, H. (2017a). Basic motor competencies of fifth graders. Construct validity of the MOBAK-5 test instrument and determinants. <i>German Journal of Exercise and Sport Research</i>, 47(2), 110–121. doi:10.1007/s12662-016-0430-3</p> <p><u>Ďalšia citovaná literatúra:</u></p> <p>Herrmann, C., Gerlach, E., & Seelig, H. (2016). Motorische Basiskompetenzen in der Grundschule. Begründung, Erfassung und empirische Überprüfung eines Messinstruments [Basic motor competencies in primary school. Rationale, assessment and empirical testing of a measurement instrument]. <i>Sportwissenschaft</i>, 46(2), 60–73. doi:10.1007/s12662-015-0378-8</p> <p>Kettenis, L. (2014). Sportlehrerkompetenzen [PE teacher competencies]. Dissertation. Retrieved from http://d-nb.info/1054056080/ 34.</p> <p>Klieme, E., & Hartig, J. (2007). Kompetenzkonzepte in den Sozialwissenschaften und im erziehungswissenschaftlichen Diskurs [The concept of competence in social and educational sciences]. In M. Prenzel, I. Gogolin, & H.-H. Krüger (Eds.), <i>Kompetenzdiagnostik</i></p>

		<i>Zeitschrift für Erziehungswissenschaft</i> , special issue (vol. 8, pp. 11–29). Wiesbaden: VS.
		Weinert, F. E. (2001). Vergleichende Leistungsmessung in Schulen – Eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In F. E. Weinert (Ed.), <i>Leistungsmessungen in Schulen</i> (pp. 17–31). Weinheim u. Basel.
Základné pohybové kvalifikácie	<i>Samotné výkonnostné správanie, ktoré pozostáva z pozorovateľných výkonov súvisiacich so športom a cvičením, sa nazýva základné pohybové kvalifikácie (v nemčine: Motorische Basisqualifikationen; MOBAQ). Môžu byť formulované ako výroky o vykonateľnosti (napr. „Môžu hádzať“, „môžu chytiť“) a môžu tvoriť základ pre základné pohybové kompetencie, ktoré nie sú priamo pozorovateľné (Herrmann & Seelig, 2017a, s. 111).).</i>	Herrmann, C., & Seelig, H. (2017a). Basic motor competencies of fifth graders. Construct validity of the MOBAK-5 test instrument and determinants. <i>German Journal of Exercise and Sport Research</i> , 47(2), 110–121. doi: 10.1007/s12662-016-0430-3.
Kompetencia(e)	<i>Kompetencie sú kognitívne schopnosti a zručnosti, ktoré majú jednotlivci k dispozícii na to, aby sa naučili riešiť určité problémy, a súvisiaca motivačná, dobrovoľná a sociálna pripravenosť a schopnosť úspešne a zodpovedne využívať riešenia na riešenie problémov v premenlivých situáciách (Weinert, 2001, s. 27f). , Zo športovo-pedagogického hľadiska: Športová a pohybovo-kultúrna spôsobilosť sa vzťahuje na schopnosť skúmať, rozvíjať, organizovať a posudzovať fyzické, sociálne, materiálne a úmyselné vzťahy vlastnej činnosti súvisiacej so športom, ako aj na vedomosti o akciách získaných používaním iných vrátane dispozície zamerané na fyzickú a motorickú výkonnosť, aby mohli konať samostatne a zodpovedne v oblasti športu a pohybu (Gogoll, 2014).</i>	Weinert, F. E. (2001). Vergleichende Leistungsmessung in Schulen – Eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In F. E. Weinert (Ed.), <i>Leistungsmessungen in Schulen</i> (pp. 17–31). Weinheim u. Basel. Gogoll, A. (2014). Das Modell der sport- und bewegungskulturellen Kompetenz und seine Implikationen für die Aufgabenkultur im Sportunterricht. In M. Pfitzner (Ed.), <i>Aufgabenkultur im Sportunterricht: Konzepte und Befunde zur Methodendiskussion für eine neue Lernkultur</i> (pp. 93–110). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
Úlohy zamerané na získanie alebo zlepšenie kompetencií	<i>Úlohy zamerané na získanie spôsobilosti sú zamerané na získanie a / alebo zlepšenie spôsobilostí. To sa dá dosiahnuť napríklad implementáciou ľahšej alebo ťažšej variácie konkrétnej úlohy. Na kartách aktivít poskytnutých v rámci podporného rámca MOBAK, sú uvedené príklady variácie danej úlohy vrátane jedného</i>	

konkrétneho slovného vyjadrenia, ktoré môže učiteľ dať žiakom, aby sa venoval získaniu kompetencií.

Výučba orientovaná na kompetencie

Výučba orientovaná na kompetencie v ideálnom prípade navrhuje zväziť a rozvíjať rôzne funkcie úloh: diagnostické úlohy, úlohy získavania kompetencií, úlohy reflexie učenia a úlohy aplikácie. Pomocou týchto funkčných úloh by sa malo nadobudnutie kompetencií iniciovať, začať, odrážať a testovať (Neumann, 2014, s. 176).

Úlohou učiteľa v telesnej výchove je preto vytvárať vzdelávacie situácie s problémami zameranými na pohyb, ktoré je potrebné vyriešiť. Tieto vzdelávacie situácie by mali pomôcť žiakom rozvíjať vedomosti a skúsenosti s hľadáním prispôbených opatrení na riešenie konkrétnych problémov alebo súvisiacich problémov v budúcnosti. Sústreďenie sa na výsledky vzdelávania, prístup zameraný na študentov a rozvoj kompetencií sú teda ústrednými princípmi výučby orientovanej na kompetencie (Schröder, 2015, s. 2.).

Neumann, P. (2014). Aufgabenentwicklung im kompetenzorientierten Sportunterricht der Grundschule. *Sportunterricht*, 63(6), 175–180.
Schröder, M. (2015). *Competence-oriented study programmes*. FIBAA Consult Factory.

Komplexná náročnosť

***Komplexná náročnosť** je založená na požiadavkách týkajúcich sa simultánnych a / alebo následných častí pohybu, ako aj rozsahu zapojených svalových skupín (Neumaier, 2016, s. 101–115).*

Neumaier, A. (2016). *Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik* (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.

Kondičné pohybové schopnosti

Pod fyzickou kondíciou v pohybe, športe a cvičení všeobecne rozumieme sumu podmienených pohybových schopností (alebo fyzických / telesných schopností) vytrvalosti, sily, rýchlosti, obratnosti a ich realizácie pohybovými schopnosťami a technikami a osobnostnými charakteristikami (napr. vôľa, motivácia). Výsledkom je, že tento „súčet“ všetkých schopností pozostáva z jednotlivých prvkov, o ktorých je známe, že v rôznych športoch hrajú rôzne úlohy. Súčet týchto schopností zvyčajne označuje aj stav trénovanosti.

Grosser, M., Starischka, S., & Zimmermann, E. (2012). *Das neue Konditionstraining: Grundlagen, Methoden, Leistungssteuerung, Übungen, Trainingsprogramme*. BLV-Taschenbuch.

CRC

Coordination request controller (CRC; z nemeckého "Koordinations-Anforderungs-Regler") je model na zaznamenávanie požiadaviek na koordinačné požiadavky na motorické úlohy. Ďalej umožňuje odvodiť obsah pre koordinovanú orientáciu na podporu motorických kompetencií. CRC sa tak oddeľuje od prístupov tradičných „koordinačných schopností“ a vyvíja sa na model viac orientovaný na prax, ktorý sa zameriava na koordinačné požiadavky na motorické úlohy. CRC je založený na variácii podmienok, a tým pomáha sústrediť sa na výkonnostné požiadavky na motorické úlohy a ich možnú propagáciu (Neumaier, 2016, s. 125).

Neumaier, A. (2016). *Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik* (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.

Koordinačné pohybové schopnosti

Podľa Meinela a Schnabela je koordinácia harmonickou interakciou zmyslových orgánov, periférneho a centrálného nervového systému (CNS) a kostrového svalu. Koordinačné motorické schopnosti spôsobujú, že impulzy v rámci sledu pohybov sú koordinované z hľadiska času, sily a rozsahu a zasahujú príslušné svaly. Malo by sa pamätať na to, že jediná koordinačná motorická schopnosť neurčuje atletický výkon izolovane. Vzťahovú štruktúru koordinačných pohybových schopností je potrebné vnímať skôr v príslušnom hnutí alebo športe. Často existuje aj spojenie s podmienenými schopnosťami. Meinel a Schnabel rozlišujú sedem základných koordinačných schopností:

1. Kinestetická diferenciatná schopnosť: schopnosť dosiahnuť vysoký stupeň jemného doladenia jednotlivých fáz pohybu a pohybov častí tela, čo sa prejavuje s vysokou presnosťou pohybu a hospodárnosťou pohybu;
2. Citlivosť: schopnosť rýchlo iniciovať a vykonávať vhodné motorické akcie na signály;
3. Schopnosť spájania: schopnosť priestorovo, časovo a dynamicky koordinovať čiastočné pohyby tela s ohľadom na konkrétny cieľ činnosti;
4. Orientačná schopnosť: schopnosť určiť a zamerať zmenu polohy a pohybu tela v priestore;
5. Schopnosť rovnováhy: schopnosť udržiavať celé telo v rovnováhe alebo udržiavať alebo obnovovať tento stav počas rozsiahlych zmien tela a po nich;

Dober, R. (2019). *Coordinative abilities*. Retrieved from <http://www.sportunterricht.de/lksport/kofae1.html>

Further cited literature:

Meinel, K., & Schnabel, G. (2007). *Bewegungslehre Sportmotorik: Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt*. Aachen: Meyer & Meyer.

6. *Schopnosť úpravy: schopnosť prispôbiť akčný program zmeneným okolitým podmienkam v priebehu akcie alebo prípadne začať úplne nový a primeraný akčný program;*

7. *Rytmická schopnosť: schopnosť zachytiť zvonku daný rytmus a motoricky ho implementovať. Okrem toho schopnosť realizovať internacionalizovaný rytmus pohybu vo vlastnej pohybovej aktivite.*

Diferenciácia

V súčasnom vzdelávaní je diferenciácia vymedzená ako technika na uľahčenie učenia sa ako jedinečných jednotlivcov, čo poskytuje príležitosť na optimálne vzdelávanie (Petty, 2004). Na druhej strane Terwell (2005) označuje diferenciáciu ako streaming, sledovanie alebo zoskupovanie študentov na základe schopností.

Petty, G., (2004). *Differentiation – What and How*. Retrieved from geoffpetty.com/wp-content/uploads/2012/12/0DIFFERENTIATION_whatandhow2.doc

Terwel, J. (2005). Curriculum differentiation: multiple perspectives and developments in education. *Journal of Curriculum Studies*, 37(6), 653–670.

Úlohy súvisiace s reflexiou učenia

Úlohy súvisiace s reflexiou učenia musia iniciovať a / alebo podporovať reflexiu študentov o ich schopnostiach.

To sa dá dosiahnuť napríklad zavedením „kontrolného zoznamu Ja viem/ja dokážem“, ktorý žiakovi umožní zaznamenať, v ktorej úlohe sa mu darí, je v ňom lepší a / alebo zatiaľ sa mu nepodarí. sú uvedené karty aktivít poskytnuté v rámci MOBAK Podporného materiálu, resp. príklady úlohy reflexie učenia.

Podmienky zaťaženia

Podmienky zaťaženia sú založené na požiadavkách týkajúcich sa podmienok fyzického zaťaženia a / alebo duševného stresu (Neumaier, 2016, s. 101–115).

Neumaier, A. (2016). *Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik* (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.

Pohybové schopnosti

Z hľadiska športovej vedy sú pohybové schopnosti relevantné pre celý rad rôznych úloh a situácií a často sa porovnávajú s fyziologickými zložkami telesnej zdatnosti (Stodden, Langendorfer a Robertson, 2009). Na rozdiel od základných pohybových kompetencií sú výslovne definované ako

Herrmann, C., & Seelig, H. (2017b). “I can dribble!” On the relationship between children’s motor competencies and corresponding self-perceptions. *German*

dispozície bez kontextu a možno ich považovať za uskutočniteľné, ale nie za naučiteľné (Herrmann, & Seelig, 2017b, s. 327). Ďalej sa pohybové schopnosti dajú rozlíšiť na kondičné schopnosti (napríklad sila, vytrvalosť, rýchlosť) a koordinačné schopnosti (napríklad rovnováha, orientácia) (Scheuer, Herrmann, & Bund, 2019).

Journal of Exercise and Sport Research, 4, 324–334.

Scheuer, C., Herrmann, C., & Bund, A. (2019). Motor tests for primary school aged children: A systematic review. *Journal of Sports Sciences, 37(10), 1097–1112.* doi: 10.1080/02640414.2018.1544535

Further cited literature:

Stodden, D., Langendorfer, S., & Roberton, M. A. (2009). The association between motor skill competence and physical fitness in young adults. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 80(2), 223–229.* doi: 02701367.2009.10599556.

Pohybové kompetencie

Koncepcii pohybovej (motorickej) kompetencie sa v súčasnosti venuje osobitná pozornosť vo vzdelávacích a zdravotníckych vedách. Robinson a kol. (2015, s. 1274) opisujú pohybovú kompetenciu ako „schopnosť jednotlivca koordinovať a riadiť svoje centrum masy a končatín v prostredí založenom na gravitácii.“ Podľa tejto perspektívy lekárskeho výskumu sa pohybová kompetencia chápe ako kolektívne meno pre rôzne dispozície pohybového výkonu (t.j. telesná zdatnosť, pohybový výkon, základné motorické zručnosti) (Herrmann, & Seelig, 2017a).

Herrmann, C., & Seelig, H. (2017a). Basic motor competencies of fifth graders. Construct validity of the MOBAK-5 test instrument and determinants. *German Journal of Exercise and Sport Research, 47(2), 110–121.* doi: 10.1007/s12662-016-0430-3.

Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M., Lopes, V. P., Logan, S. W., Rodrigues, L. P., & D'Hondt, E. (2015). Motor Competence and its Effect on Positive Developmental Trajectories of Health. *Sports Medicine, 45(9), 1273–1284.* doi: 10.1007/s40279-015-0351-6.

Pohybové zručnosti

Pohybové zručnosti sú špecifické individuálne pohyby (napr. hádzanie lopty, beh), ktoré sa vo všeobecnosti dajú rozlíšiť do rôznych oblastí jemných alebo hrubých pohybových zručností (napr. manuálna zručnosť, zručnosť lopty, pohybová zručnosť, kontrola objektov). V oblasti športových vied sú pohybové zručnosti všeobecne definované s odkazom

Herrmann, C., & Seelig, H. (2017b). “I can dribble!” On the relationship between children’s motor competencies and corresponding self-perceptions. *German Journal of Exercise and Sport Research, 4, 324–334.*

	<i>na konkrétne športy a vo vzťahu k jednotlivým pohybom (Herrmann, & Seelig, 2017b; Scheuer, Herrmann, & Bund, 2019).</i>	Scheuer, C., Herrmann, C., & Bund, A. (2019). Motor tests for primary school aged children: A systematic review. <i>Journal of Sports Sciences</i> , 37(10), 1097–1112. doi: 10.1080/02640414.2018.1544535
Pohybová výučba	<i>Pohybová výučba vyžaduje od žiakov, aby sa riadili určitou danou formou pohybu.</i>	Neuber, N. (2002). Die Furcht vor der Aufgabe. Anmerkungen zur Unterrichtssteuerung in der Bewegungserziehung. <i>sportpädagogik</i> , 26(5), 41–43.
Pohybová stimulácia	<i>Stimulácia pohybu vyžaduje od žiakov, aby sa zapojili do prieskumnej motorickej akcie, ktorá je zvyčajne založená na kolektívnom myslení a rozhodovaní.</i>	Neuber, N. (2002). Die Furcht vor der Aufgabe. Anmerkungen zur Unterrichtssteuerung in der Bewegungserziehung. <i>sportpädagogik</i> , 26(5), 41–43.
Pohybové úlohy pre objavovanie učenia	<i>Pohybové úlohy na objavovanie učenia si od účastníka vyžadujú motorické zvládanie daného alebo samovybudovaného problému s pohybom. Na riešenie týchto problémov s pohybom existujú v zásade rôzne možné riešenia, ktoré môžu žiaci objaviť a ktoré sa v závislosti od úlohy môžu posudzovať a hodnotiť podľa konkrétnych kritérií (Neumann, 2014, s. 177).</i>	Neumann, P. (2014). Aufgabenentwicklung im kompetenzorientierten Sportunterricht der Grundschule. <i>Sportunterricht</i> , 63(6), 175–180.
Pohybové úlohy pre riadené učenie	<i>Pohybové úlohy pre riadené učenie si od účastníka vyžadujú motorické zvládanie daného alebo samovybudovaného problému s pohybom. Na vyriešenie týchto problémov s pohybom existujú v zásade rôzne možné riešenia, ktoré učiteľ pripravil, vopred zostavil alebo naplánoval (Neumann, 2014, s. 177).</i>	Neumann, P. (2014). Aufgabenentwicklung im kompetenzorientierten Sportunterricht der Grundschule. <i>Sportunterricht</i> , 63(6), 175–180.
Pohyb s náčiním	<i>Pohyb s náčiním je pohybová kompetencia resp. kategória konceptu MOBAK resp. test, ktorý zahŕňa štyri motorické kvalifikácie ako hádzanie, chytanie, driblovanie a vedenie lopty nohou.</i>	
Presnosť vykonania	<i>Presnosť vykonania je založená na požiadavkách týkajúcich sa presnosti pohybu (presnosť procesu / výsledku (Neumaier, 2016, s. 101–115).</i>	Neumaier, A. (2016). <i>Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining:</i>

		<i>Grundlagen-Analyse-Methodik</i> (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.
Podmienky zaťaženia	<p><i>Každé cvičenie môže byť individuálne upravené podľa príslušnej úrovne výkonu a situácie dieťaťa.</i></p> <p><i>Rôzne motorické úlohy si vyžadujú rôzne koordinačné požiadavky: trestný kop vo futbale vyžaduje odlišné koordinačné schopnosti ako plazenie alebo podávanie v bedminton. Neumaier (2016, s. 101–115) rozlišuje podmienky náročnosti do piatich kategórií, podľa ktorých sa musia plniť koordinačné úlohy:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Komplexné zaťaženie</i>• <i>Celkové zaťaženie</i>• <i>Presnosť vykonania</i>• <i>Situačné zaťaženie</i>• <i>Časové zaťaženie</i>	<p>Neumaier, A. (2016). <i>Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik</i> (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.</p>
Pohyb vlastným telom	<p><i>Pohyb vlastným telom je pohybová kompetencia resp. kategória pohybu konceptu MOBAK resp. test. Zahŕňa štyri motorické kvalifikácie balansovanie, kotúľ, skákanie a beh.</i></p>	
Situačná náročnosť	<p><i>Situačná náročnosť je založená na požiadavkách týkajúcich sa variability a zložitosti environmentálnych a situačných podmienok (Neumaier, 2016, s. 101–115).</i></p>	<p>Neumaier, A. (2016). <i>Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik</i> (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.</p>
Formáty úloh	<p><i>Formát úlohy môže byť otvorený alebo zatvorený, čo znamená, že rozlíšenie medzi pohybovými úlohami pre riadené a objavovacie učenie sa javí ako primerané:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Pohybová úloha pre riadené učenie si vyžaduje od žiaka motorické zvládanie daného alebo samovybudovaného problému s pohybom. Na riešenie týchto problémov s pohybom existujú v zásade rôzne možné</i>	<p>Neumann, P. (2014). Aufgabenentwicklung im kompetenzorientierten Sportunterricht der Grundschule. <i>Sportunterricht</i>, 63(6), 175–180.</p>

riešenia, ktoré sú vopred štruktúrované, vopred zostavené alebo plánované učiteľom.

- Pohybová úloha na objavenie učenia si vyžaduje od žiaka motorické zvládanie daného alebo samohybného problému s pohybom. Na riešenie týchto problémov s pohybom existujú v zásade rôzne možné riešenia, ktoré môžu žiaci objaviť a ktoré sa v závislosti od úlohy môžu posudzovať a hodnotiť podľa konkrétnych kritérií (Neumann, 2014, s. 176f).

Úlohy pre učenie Úlohy na učenie sa zameriavajú na kompiláciu a nácvik, na problémovo orientované skúmanie učiaceho sa objektu (Neuber, 2014, s. 42). Možno ich chápať ako usporiadanie „zmysluplných, obsahovo súvisiacich a so zreteľom na koordinované úlohy pri učení“ (Pfitzner & Aschenbrock, 2013, s. 3). V konečnom dôsledku by to malo umožniť „odlišné“ učenie súvisiace s obsahom, v ktorom sa študenti intenzívne zaoberajú učebným objektom.

Úlohy na učenie sú:

- Vyznačuje sa vysokou úrovňou kognitívnej aktivity;
- Orientované na študentov alebo predmety;
- Sociálna interakcia v rámci úlohy učenia sa považuje za veľmi dôležitú;
- Mali by mať potenciál na diferenciaciu;
- Malo by ostať otvorené „možnosti vyvinúť niekoľko alternatívnych riešení a nedosiahnuť cieľ úzkou, vopred stanovenou cestou“ (Hößle & Jahnke, 2010, s. 168);
- Mal by si u žiaka vybudovať vzdelávací postoj zameraním sa na oblasť jeho záujmu;
- Mali by mať referencie na svetový život, mali by byť kontextové a situačne významné (Pfitzner, Schlechter & Sibbing, 2013, s. 101ff).

Neuber, N. (2014). Bewegungsaufgaben als Lernaufgaben? Ansatzpunkte für eine zeitgemäße Aufgabekultur im Schulsport [Movement tasks as learning tasks? Starting points for a contemporary task culture in physical education]. In M. Pfitzner (Ed.), *Aufgabekultur im Sportunterricht. Konzepte und Befunde zur Methodendiskussion für eine neue Lernkultur* (pp. 41–64). Wiesbaden: Springer.

Further cited literature:

Hößle, C., & Jahnke, L. (2010). Gute Lernaufgaben für den Biounterricht? – Eine große Herausforderung. In H. Kiper, W. Meints, S. Peters, S. Schlump & S. Schmit (Eds.), *Lernaufgaben und Lernmaterialien im kompetenzorientierten Unterricht* (pp. 167–178). Stuttgart: Kohlhammer.

Pfitzner, M., & Aschenbrock, H. (2013). Aufgabekultur: Voraussetzungen und Merkmale eines kompetenzorientierten Unterrichts. *Sportpädagogik*, 37(5), 2–6.

Pfitzner, M., Schlechter, E., & Sibbing, W. (2013). *Lernaufgaben für einen individuell förderlichen Sportunterricht*. In N. Neuber & M. Pfitzner (Eds.). *Individuelle Förderung im Sport:*

pädagogische Grundlagen und didaktisch-methodische Konzepte (pp. 97–122). Fachtagung „Individuelle Förderung durch Bewegung, Spiel und Sport“. Münster, 25.09.2010.

Úlohy zamerané na diagnostiku a testovanie výkonov	<i>Úlohy zamerané na diagnostiku a testovanie školských výkonov (Neuber, 2014, s. 42).</i>	Neuber, N. (2014). Bewegungsaufgaben als Lernaufgaben? Ansatzpunkte für eine zeitgemäße Aufgabekultur im Schulsport [Movement tasks as learning tasks? Starting points for a contemporary task culture in physical education]. In M. Pfitzner (Ed.), <i>Aufgabekultur im Sportunterricht. Konzepte und Befunde zur Methodendiskussion für eine neue Lernkultur</i> (pp. 41–64). Wiesbaden: Springer.
Typy úloh	<i>Orientácia na kompetencie v telesnej výchove na základnej škole v ideálnom prípade navrhuje zvážiť a rozvíjať rôzne funkcie úloh (typy úloh): diagnostické úlohy, úlohy získavania kompetencií, úlohy reflexie učenia a úlohy aplikácie (Neumann, 2014, s. 176).</i>	Neumann, P. (2014). Aufgabenentwicklung im kompetenzorientierten Sportunterricht der Grundschule. <i>Sportunterricht</i> , 63(6), 175–180.
Vyučovacia sekvencia	<i>Vyučovacia sekvencia je časť rôznych vyučovacích jednotiek .</i>	
Vyučovacia jednotka	<i>Vyučovacia jednotka je jedna vyučovacia hodina.</i>	
Časová náročnosť	<i>Časová náročnosť je založená na požiadavkách týkajúcich sa dostupného času pohybu a / alebo rýchlosti pohybu, ktorá sa má dosiahnuť (Neumaier, 2016, s. 101–115).</i>	Neumaier, A. (2016). <i>Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik</i> (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.

3 REFERENCIE

- Dober, R. (2019). *Coordinative abilities*. Retrieved from <http://www.sportunterricht.de/lksport/kofae1.html>
- Gogoll, A. (2014). Das Modell der sport- und bewegungskulturellen Kompetenz und seine Implikationen für die Aufgabenkultur im Sportunterricht. In M. Pfitzner (ed.), *Aufgabenkultur im Sportunterricht: Konzepte und Befunde zur Methodendiskussion für eine neue Lernkultur* (pp. 93-110). Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Gossmann, T. (2016). *Konzeptionelle Entwicklung eines Sportbewegungskatalogs*. Master thesis. Technische Universität Darmstadt.
- Grosser, M., Starischka, S., & Zimmermann, E. (2012). *Das neue Konditionstraining: Grundlagen, Methoden, Leistungssteuerung, Übungen, Trainingsprogramme*. BLV-Taschenbuch.
- Hartig, J., & Klieme, E. (2006). Kompetenz und Kompetenzdiagnostik. In K. Schweizer (Hrsg.), *Leistung und Leistungsdiagnostik* (pp. 128-136). Heidelberg: Springer.
- Herrmann, C. (2018). *Test zur Erfassung motorischer Basiskompetenzen für die Klassen 1 - 4 (MOBAK) (Hogrefe Schultests)*. Göttingen: Hogrefe.
- Herrmann, C., Bund, A., Gerlach, E., Kurz, D., Lindemann, U., Rethorst, S. et al. (2015). A review of the assessment of basic motor qualifications and competencies in school. *International Journal of Physical Education*, 52(3), 2-13.
- Herrmann, C., Gerlach, E., & Seelig, H. (2015). Development and validation of a test instrument for the assessment of basic motor competencies in primary school. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 19(2), 80-90.
<https://doi.org/10.1080/1091367X.2014.998821>
- Herrmann, C., Gerlach, E., & Seelig, H. (2016). Motorische Basiskompetenzen in der Grundschule. Begründung, Erfassung und empirische Überprüfung eines Messinstruments [Basic motor competences in primary school. Rationale, assessment and empirical testing of a measurement instrument]. *Sportwissenschaft*, 46(2), 60-73.
<https://doi.org/10.1007/s12662-015-0378-8>
- Herrmann, C., & Seelig, H. (2017a). Basic motor competencies of fifth graders. Construct validity of the MOBAK-5 test instrument and determinants. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 47(2), 110-121. <https://doi.org/10.1007/s12662-016-0430-3>

- Herrmann, C., & Seelig, H. (2017b). Structure and profiles of basic motor competencies in the third grade-validation of the test instrument MOBAK-3. *Perceptual and motor skills*, 124(1), 5-20. <https://doi.org/10.1177/0031512516679060>
- Hößle, C., & Jahnke, L. (2010). Gute Lernaufgaben für den Biunterricht? – Eine große Herausforderung. In H. Kiper, W. Meints, S. Peters, S. Schlump & S. Schmit (Eds.), *Lernaufgaben und Lernmaterialien im kompetenzorientierten Unterricht* (pp. 167–178). Stuttgart: Kohlhammer.
- Kettenis, L. (2014). *Sportlehrerkompetenzen* [PE teacher competencies]. Dissertation. Retrieved from <http://d-nb.info/1054056080/34>.
- Klieme, E., & Hartig, J. (2007). Kompetenz-konzepte in den Sozialwissenschaften und im erziehungswissenschaftlichen Diskurs [The concept of competence in social and educational sciences]. In M. Prenzel, I. Gogolin, & H.-H. Krüger (Eds.), *Kompetenzdiagnostik Zeitschrift für Erziehungswissenschaft*, special issue (vol. 8, pp. 11–29). Wiesbaden: VS.
- Neuber, N. (2002). Die Furcht vor der Aufgabe. Anmerkungen zur Unterrichtssteuerung in der Bewegungserziehung. *sportpädagogik*, 26(5), 41–43.
- Meinel, K., & Schnabel, G. (2007). *Bewegungslehre Sportmotorik: Abriss einer Theorie der sportlichen Motorik unter pädagogischem Aspekt*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Neuber, N. (2002). Die Furcht vor der Aufgabe. Anmerkungen zur Unterrichtssteuerung in der Bewegungserziehung. *sportpädagogik*, 26(5), 41–43.
- Neuber, N. (2014). Bewegungsaufgaben als Lernaufgaben? Ansatzpunkte für eine zeitgemäße Aufgabenkultur im Schulsport [Movement tasks as learning tasks? Starting points for a contemporary task culture in physical education]. In M. Pfitzner (Ed.), *Aufgabenkultur im Sportunterricht. Konzepte und Befunde zur Methodendiskussion für eine neue Lernkultur* (pp. 41–64). Wiesbaden: Springer.
- Neumaier, A. (2016). *Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining: Grundlagen-Analyse-Methodik* (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 1). Hellenthal: Strauß.
- Neumaier, A., Mechling, H. & Strauß, R. (2002). *Koordinative Anforderungsprofile ausgewählter Sportarten* (Reihe Training der Bewegungskoordination, Band 2). Hellenthal: Strauß.
- Neumann, P. (2013). *Kompetenzorientierung im Sportunterricht an Grundschulen* (Reihe Edition Schulsport, Band 22). Aachen: Meyer & Meyer Verlag.
- Neumann, P. (2014). Aufgabenentwicklung im kompetenzorientierten Sportunterricht der Grundschule. *Sportunterricht*, 63(6), 175-180.

- Nobis, H., & Cimanowski, O. (2012). Selbstgesteuerte Koordinationsschulung in der Sekundarstufe II: Neumaiers Strukturmodell zur Analyse der koordinativen Anforderungen von Bewegungsaufgaben. *Lehrhilfen für den Sportunterricht*, 61(9), 1-5.
- Petty, G., (2004). *Differentiation – What and How*. Retrieved from geoffpetty.com/wp-content/uploads/2012/12/0DIFFERENTIATIONwhatandhow2.doc
- Pfitzner, M., & Aschebrock, H. (2013). Aufgabenkultur: Voraussetzungen und Merkmale eines kompetenzorientierten Unterrichts. *Sportpädagogik*, 37(5), 2-6.
- Pfitzner, M., Schlechter, E., & Sibbing, W. (2013). *Lernaufgaben für einen individuell förderlichen Sportunterricht*. In N. Neuber & M. Pfitzner (Eds.). *Individuelle Förderung im Sport: pädagogische Grundlagen und didaktisch-methodische Konzepte* (pp. 97–122). Fachtagung „Individuelle Förderung durch Bewegung, Spiel und Sport“. Münster, 25.09.2010.
- Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M., Lopes, V. P., Logan, S. W., Rodrigues, L. P., & D’Hondt, E. (2015). Motor Competence and its Effect on Positive Developmental Trajectories of Health. *Sports Medicine*, 45(9), 1273–1284. doi: 10.1007/s40279-015-0351-6.
- Scheuer, C., Herrmann, C., & Bund, A. (2019). Motor tests for primary school aged children: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 37(10), 1097–1112. doi: 10.1080/02640414.2018.1544535
- Schröder, M. (2015). *Competence-oriented study programmes*. FIBAA Consult Factory.
- Stodden, D., Langendorfer, S., & Roberton, M. A. (2009). The association between motor skill competence and physical fitness in young adults. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 80(2), 223–229. doi: 02701367.2009.10599556.
- Sudeck, G., & Pfeifer, K. (2016). Physical activity-related health competence as an integrative objective in exercise therapy - conception and validation of a short questionnaire. *Sportwissenschaft*, 46(2), 74-87.
- Terwel, J. (2005). Curriculum differentiation: multiple perspectives and developments in education. *Journal of Curriculum Studies*, 37(6), 653–670.
- Weinert, F. E. (2001). Vergleichende Leistungsmessung in Schulen - Eine umstrittene Selbstverständlichkeit. In F. E. Weinert (ed.). *Leistungsmessungen in Schulen* (pp. 17-31). Weinheim: Beltz.

4 PRÍLOHY

4.1 MOBAK KARTY S POPISOM ÚLOH

MOBAK karty s popisom jednotlivých testových úloh sú k dispozícii na stiahnutie samostatne. Link pre stiahnutie kariet: <http://mobak.info/bmc-eu/>

4.2 KARTY AKTIVÍT S ÚLOHAMÍ

Karty aktivít s učebnými úlohami sú k dispozícii na stiahnutie samostatne. Link pre stiahnutie kariet: <http://mobak.info/bmc-eu/>