

---

# „I myšlení je jen tělesná funkce a nemůže existovat mimo tělo,“ říká PaedDr. Martin Hrubý z Katedry tělesný výchovy FF UK

---

## „I myšlení je jen tělesná funkce a nemůže existovat mimo tělo,“ říká PaedDr. Martin Hrubý z Katedry tělesný výchovy FF UK

### Jaká je úroveň tělesné výchovy na vysokých školách ?

Jakékoli hodnocení je především otázkou výběru toho, co hodnotím. Jestli zvolená kritéria jsou pro danou činnost zásadní a skutečně vypovídají o kvalitě hodnocené činnosti. U tělesné výchovy na vysokých školách by to znamenalo hodnotit to, co koresponduje s jejím smyslem, s jejím posláním. A právě v tomto bodě není zcela jasno. Proto ani já nemohu na tuto otázku jednoznačně odpovědět. Věřím však, že každý z učitelů tělesné výchovy na VŠ dělá svou práci s tím nejlepším úmyslem, v rámci daných možností, které jsou na každé vysoké škole zcela jiné. Myslím si ale, že obecně není TV věnována taková pozornost, jakou by si zasloužila.

### Můžete srovnat pozici české TV na vysokých školách v zahraničním kontextu ?



Nemám bohužel dostatek zkušeností z provádění TV na zahraničních vysokých školách, abych mohl vynášet nějaká zásadní srovnání. Bylo by zajímavé zeptat se přímo studentů, kteří dnes mají spoustu možností studovat v zahraničí a zakusili tam realizaci tělovýchovných a sportovních činností tzv. na vlastní kůži. Z toho mála, co jsem viděl, usuzuji, že jde o zásadně lepší prostorové a materiální zabezpečení. Tamní školy mají většinou satelitní uspořádání, takže studijní prostory, koleje, menzy i sportoviště jsou velmi blízko sebe a odpovídají i svou kapacitou. To je pro realizaci TV přímo ideální prostředí. Je však třeba říci, že i Česká republika takové školy má a snad bude lépe i v Praze.

### Jak je u nás TV začleněna do studentského života?

Je to velmi různé. V samotné České republice se přístup k tělesné výchově na jednotlivých vysokých školách velmi liší a to jak v pojetí, tak v organizaci. V pojetí jde, řečeno velmi zjednodušeně, o dva směry: 1. sportovní pojetí, 2. tělovýchovné pojetí.

Při sportovním pojetí jsou využívány hlavně metody sportovního tréninku a je zde snaha o zlepšování fyzické zdatnosti a sportovního výkonu. Studenti jsou často podrobováni testům tělesné zdatnosti nebo testům sportovní výkonnosti, vyjádřitelných v měřitelných hodnotách. Dominantní je zaměření směrem ven, snaha o efekt ve vnějším prostředí, tj. výkon. Toto pojetí vzniklo na internátních školách v Anglii a v západních zemích myslím převládá.



Tělovýchovné pojetí využívá tělesný pohyb především ke kultivaci vnitřního prostředí člověka, tj. k ovlivňování jeho osobnosti a integrity. Jde o tělesné aktivity, kde je důležitý vedle odpovídajícího tělesného zatížení především osobní prožitek z činnosti, případně sdílené prožívání. To jsou hodnoty těžko měřitelné a pro vnější hodnocení i značně problematické. Školní TV v České republice vychází spíše z tohoto pojetí, protože celé naše školství čerpá hlavně z odkazu Jana Ámose Komenského, který ve škole spatřoval především „dílnu lidskosti.“

Organizační zabezpečení TV na VŠ následně vychází z těchto dvou pojetí a snaží se pro ně vytvořit v místních podmínkách co nejlépejší prostředí. Přes veškerou rozdílnost na jednotlivých VŠ lze vysledovat některé společné rysy, charakteristické pro to které pojetí. U sportovního pojetí jde zpravidla o vytvoření jednoho sportovního centra mimo organizační strukturu jednotlivých fakult školy, které funguje většinou jako rektorátní zařízení a poskytuje možnost pohybového vyžití studentům spíše formou služeb, obdobně jako v tělovýchovných jednotách. Nevýhodou je odtržení od života fakult, zbavení se možnosti řešit v akademických orgánech fakulty konkrétní podmínky rozvoje, např. prostor pro TV v rozvrhu výuky, finanční podporu TV činnosti z rozpočtu fakulty, možnost vytváření prostor pro TV přímo na fakultě atd. Toto zásadní organizační odtržení od výuky se následně projevuje v ekonomickém zabezpečení, protože státní dotace přísluší pouze výuce a takto koncipovaná TV evidentně výukou není. Stává se z ní zájmová činnost a studenti by za tyto služby měli platit. Tuto druhou minci dobrovolnosti si mnoho studentů neuvědomuje.

Tělovýchovné pojetí je provázeno snahou začlenit neoborový předmět TV do nějakého rámce pravidelné výuky na jednotlivých fakultách. To neznamená ale, že TV musí být nutně povinnou, musí jí však zůstat alespoň statut výběrové výuky. Takto je pak organizačně zabezpečovaná převážně katedrami tělesné výchovy pracujícími na jednotlivých fakultách.

#### **Jak vypadala průkopnická doba vysokoškolského tělocviku na našem území?**

Tělesná výchova se stává součástí vysokoškolského života teprve na počátku 20. století. Nejprve svým pojetím i obsahem kopíruje tehdejší způsoby zabezpečení tělovýchovné činnosti ve formě spolkové činnosti – v roce 1910 zakládá František Smotlacha při Univerzitě Karlově „Vysokoškolský spolek pro tělocvik a sport, hry, turistiku a skauting“. Později se činnost stále více přizpůsobuje vysokoškolskému prostředí. Se vzrůstajícím nebezpečím vojenského napadení našeho státu fašistickým Německem, je TV v roce 1938 zařazena do výuky jako povinný předmět.

#### **K jakým změnám došlo po druhé světové válce?**

Po obnovení činnosti vysokých škol se znovu rozbíhají i Ústavy pro tělesnou výchovu a sport na VŠ. Ty se v roce 1952 z podnětu Vysokoškolské rady UK transformují na katedry tělesné výchovy, jejichž úkolem bylo na všech VŠ zabezpečit povinnou TV v prvních čtyřech ročnících studia. V roce 1954 byla výnosem MŠ zavedena i tzv. fakultativní (tj. nepovinná) TV. Od tohoto roku se začínají ustavovat při katedrách TV i vysokoškolské tělovýchovné jednoty, které realizují převážně sportovní činnost studentů. Tak se postupně ustavují tři složky TV na VŠ, které přetrvávají dodnes: povinná, nepovinná a zájmová (sportovní) tělovýchovná činnost.

#### **Co se stalo po sametové revoluci?**

Rok 1989 přinesl zásadní společenské změny, které se projevily i v zabezpečení TV na VŠ. Některé vysoké školy tělesnou výchovu svých studentů zrušily, jiné ji organizují pouze jako studentskou zájmovou činnost a na dalších vysokých školách zůstává součástí povinné výuky. Dnes TV na VŠ neupravuje žádná státní norma a jednotlivé školy nechávají většinou na libovůli svých fakult, aby si problematiku TV řešili sami, podle konkrétních potřeb a situace.



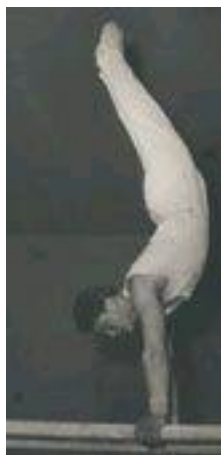
#### **Jak se změnila povaha vysokoškolské tělesné výchovy v průběhu 20. století?**

Tak jak se mění společenské podmínky, tak se mění i povaha TV na VŠ. Od přímé intervence státu který požaduje striktně dosažení určité tělesné zdatnosti pro potřeby své obrany, později k dosažení bojeschopnosti budoucích vojáků svých branných sil v rámci socialistického politického bloku a k propagaci úspěšnosti svého politického zřízení na poli sportu, až po dnešní naprostou volnost a dalo by se říci nezájem. Přesto si myslím, že právě proto má dnes TV na VŠ šanci transformovat se tak, aby konečně sloužila hlavně potřebám studentů. Aby jim pomáhala dosahovat lepších studijních výsledků ve specializaci, kterou se rozhodli studovat, protože to je hlavní zájem studentů a aby jim dále pomohla najít prostředky, jak si udržet vysokou duševní výkonnost co nejdéle v průběhu jejich dalšího života.

**Jste obhájcem povinné tělesné výchovy na vysoké škole. Domníváte se, že je správné vyžadovat splnění tohoto předmětu i v rámci oborů, u kterých lze jen obtížně prokázat, že mají něco společného se sportovními výkony?** Nemyslím si, že bych byl přímo obhájcem povinné TV. Jsem spíše zastáncem smysluplného začlenění TV do studia. Člověk je vysoce integrovaný celek a před svou tělesností neuteče. Koneckonců i myšlení je jen tělesná funkce a nemůže existovat mimo tělo. Tak jako se pozná na pohybu duševní rozpoložení, tak tělesný pohyb může přispět k navození určité nálady. Pohyb má svébytný relaxační účinek a v tomto je nenahraditelný. I duševní výkon má svou paralelu s fyzickým výkonem. Podstata tréninku: zatížení – relaxace – větší zatížení – relaxace atd. platí i pro duševní činnost. Čím rychleji dokáží relaxovat, tím dříve mohou organismus zatížit a v celkovém součtu mohou intenzivně studovat mnohem déle a dosahovat tak lepších výsledků ve studiu. V tomto pojetí funkce TV nevidím důvod, proč by student neměl být v rámci výuky seznámen se způsoby, které mu umožní dosahovat vyšších studijních výkonů.

**Jakou podobu by měla mít příprava fyzické zdatnosti? Existuje nějaký univerzální model vhodný pro všechny obory?**

Podoba, neboli náplň TV, by měla vycházet z toho, co chci jejím prostřednictvím dosáhnout. Tak, jak já cítím poslání TV na VŠ, v žádném případě nejde o fyzickou zdatnost. A pokud se budu bavit se studenty o tělesné zdatnosti, tak v tom smyslu, že určité minimum tělesné zdatnosti je nutné k udržení zdravé funkce organismu. Pokud nechci onemocnět, měl bych tuto schopnost, tj. unést minimální fyzickou zátěž vyžadovanou běžným životem, zabezpečit. Je to na tvém rozhodnutí! Pokud chceš svou zdatnost rozvíjet, je možné to dělat tak a tak. Dáváme ti možnost vybrat si z těchto našich nabídek.



Problém není tedy v užití té, nebo té formy TV. To znamená jestli budu hrát kopanou, volejbal, plavat, či posilovat v posilovně. Odlišnost je pro učitele i studenty v přístupu k těmto činnostem. Učitel musí pamatovat na to, aby činnost měla významný relaxační charakter, tj. aby v ní byla radost, uvolnění a ne dřina a pocit povinnosti. Současně však činnost musí mít tělovýchovnou hodnotu. To znamená, musí organismus přiměřeně zatížit a také něco naučit, aby i pocit z úspěšné činnosti posílil sebevědomí a chuť pokračovat dál v pohybové aktivitě. Důležité jsou i sociální kontakty, které činnost umožňuje. Tento model je snad univerzální pro jakýkoli obor a jakoukoli VŠ.

**Vraťme se na závěr ještě ke konceptu povinné TV. Nemyslíte, že příznak povinnosti může radost a uvolnění, o kterém mluvíte, odvádět?**

Pokud se týče začlenění TV jako povinného předmětu, jsem zastáncem této povinnosti pouze v prvním roce studia, kdy se formuje zásadním způsobem charakter denního režimu studenta. Touha uspět na VŠ vede často k málo produktivnímu způsobu studia, kdy je vyloučená jakákoli relaxace a hrozí zbytečné přetížení. Získat prostor pro názorné předvedení účinné relaxace formou pohybu, je nejučinnější i pro samotného studenta, formou povinnosti. V dalších ročnících by naopak měli studenti navštěvovat TV z pocitu vlastní potřeby, ne z pocitu povinnosti. Tak to v mnoha případech na naší fakultě skutečně je.

*Petr Dušek, autor je spolupracovníkem iFora*