
Cvičení na dálku přes YouTube, přednášky v audionahrávkách

S cvičením na dálku pomáhal YouTube, přednášky byly v audionahrávkách

Ani pandemie koronaviru výuku na Univerzitě Karlově zcela neochromila. Studenti a vyučující se však až na výjimky během vládních karanténních opatření nemohli potkávat tváří v tvář, nýbrž se dívali do očí prostřednictvím displejů svých počítačů nebo mobilních zařízení. Zvláště složité to bylo i pro studenty a vyučující na **Fakultě tělesné výchovy a sportu (UK FTVS)**, kde je společný pohyb často nezbytnou součástí studia.

PhDr. Jitka Vařeková, Ph.D., katedra zdravotní TV a tělovýchovného lékařství:



Učím

předměty s vysokým podílem praktických cvičení, která se k teorii úzce váží a neustále ji doplňují. Důležité jsou praktické ukázky, společné cvičení i výstupy studentů. Troufnu si říct, že jsme nakonec se studenty distanční výuku společně zvládli, i když to bylo pro obě strany náročné. Určitě velkou roli hrálo, že studenti projevili pro situaci velké pochopení, byli motivovaní a na předmětu aktivně spolupracovali. Účastnili se online výuky, plnili zadané úkoly, cvičili podle videí a někdy dokonce využívali jako „modely“ i rodinné příslušníky. Bez této pozitivní zpětné vazby, vzájemného respektu a i určité tolerance k chybám by to nešlo.

Věděli jsme, že děláme, co umíme, protože podmínky jsou zcela mimořádné. Za normálních okolností mohou být prvky distanční výuky v našich předmětech zajímavým doplňkem, ale praktickou výuku v žádném případě nenahradí. Např. jsem studentům mohla přednášet o dechovém stereotypu, ale už jsem neměla možnost vidět, zda oni pak opravdu

dýchají do břicha a nezvedají při tom ramena – a přitom nesou zodpovědnost za to, že si tyto znalosti a dovednosti osvojí správně, v praxi je budou schopni použít a dokonce opravit chyby u svých svěřenců.

Co se týče přednášek, nakonec jsme zvolili variantu, kdy jsem celou přednášku předem nahrála na několik audionahrávek v systému Vocaroo.com. V čase výuky jsme se pak "sešli" v online prostoru a začínali jsme kontrolním testem z minulé hodiny. Obvykle byla 100% účast a vysoká úspěšnost, což bylo pro mě, jakožto pro učitele, motivující. Studenti pak vlastním tempem prošli prezentací a poslouchali nahrávky, ke kterým se mohli vracet i později. Měli možnost se ptát v chatu (aplikace Discord.com umožňující hlasové i psané zprávy), pokud něco nebylo jasné.



Věci, které je potřeba „vidět“, se někdy podařilo najít na YouTube. Využili jsme to například pro přiblížení stereotypu dýchání, odchylek držení těla, cvičení na plochou nohu aj. Vlastní cvičební praxi pak nahrazovaly týdenní tematické úkoly, jako např. zkoumat způsob svého sezení, vyzkoušet relaxační cvičení nebo vytvořit si a dodržet program na podporu funkce nohy. Příjemně mě překvapilo, že studenti dobrovolně posílali často rozsáhlé zprávy plné zajímavých zkušeností a někdy i fotky či videa. Individuální komunikace se studenty byla na jednu stranu nezbytná, přínosná a radostná, ale na druhou stranu nesmírně časově náročná. Když student napíše 1,5 stránkovou esej, nelze mu odpovědět jen "OK", ale je potřeba nabídnout reflexi a jeho práci ocenit.

Při distanční výuce mi více než kdy jindy přišlo důležité dodržovat pravidlo SMART, které se používá obecně při stanovování cílů. Aby cíle výuky byly naplněny, musí být: Specific (jasně daný úkol i jeho smysluplnost), Measurable (jasně stanovené, co všechno je potřeba zvládnout – společně s metodami, jak to bude ověřeno), Achievable and Realistic (nenechat studenty vypadnout ze studijního tempa, ale zároveň mít realistické požadavky, aby byla možnost látku zvládnout), Time-bound (do kdy přesně má být konkrétní úkol hotov).



Při pravidelné kontrole online testy byli studenti nakonec schopni zvládnout látku srovnatelně s jinými ročníky, ale zároveň věděli, že v případě potřeby se mohou se mnou individuálně domluvit (např. na časovém odkladu či jiné formě výstupu). Nikdo z nás nevěděl, v jaké situaci studenti právě jsou. Někdo měl dovolenou na chatě, ale jiní pomáhali s dětskými skupinami, rozváželi dezinfekce, asistovali vozíčkářům, zachraňovali krachující rodinné podniky. Někteří se ocitli ve velmi náročné situaci po stránce fyzické, psychické či finanční. Respekt ke speciálním potřebám studenta podle mého názoru umožňuje i v procesu distanční výuky zachovat "Locus of Control" na straně vzdělávaného. Když student

ví, že má možnost v případě potřeby plnit věci ve svém tempu, ve skutečnosti pak vítá pevně stanovený režim, nestěžuje si na něj a schopen udělat velký pokrok.

PhDr. Kamil Kotlík, Ph.D., katedra pedagogiky, psychologie a didaktiky TV a sportu:

I přes určité zkušenosti s distančním způsobem výuky to byla výrazná změna. Pokud distanční podoba funguje pouze jako podpůrná, není problém veškeré nejasnosti či problémy vyřešit i v prezenční výuce. U distanční výuky, která je jedinou vyučovací formou, je nutno vše nastavit přesně a pečlivě, jinak hrozí minimálně - komunikační šum, spíše však - zásadnější problémy. Obecně chybí zpětná vazba od studentů v reálném čase.



Problémem je také leckdy technická stránka věci - ne všechna technická zařízení či platformy a rozhraní, které studenti používají, poskytují bezproblémové zapojení se do výuky. Také se např. stalo, že studentům selhalo připojení k internetu v průběhu testu atp. Dalším, jedním z hlavních, úskalím byla absence praktické výuky v terénu. Jednalo se tedy pouze o teorii, sepětí s praxí bylo minimální až žádné (tedy to, co je českému školství obecně dlouhodobě vytýkáno).

A praktická výuka je dle mého soudu nenahraditelná. Do budoucna by mělo jít právě o zvýšení podílu praktické výuky a částečnému přesunu teorie do elektronické sféry. Umožní to i včasnou přípravu studentů před první praktickou aktivitou v daném předmětu. Přes to všechno jsem byl překvapen aktivitou ze strany studentů. Fungovalo to i bez prezenční formy. Dále jsme se všichni naučili s technologiemi a také jsme zjistili, že to jde i jinak. Částečná elektronizace bude do budoucna výhodou.

- **Zkoušky studentů na UK FTVS:**

K. Kotlík: Vzhledem k postupujícímu zmírňování omezení již zkoušení probíhalo standardním způsobem. Zatím jsem vyzkoušel cca 25 studentů a všichni byli velice rádi za osobní kontakt a možnost být ve škole.

J. Vařeková: Uvolňující se opatření umožnila setkání na poslední dvě lekce v semestru, takže studenti měli možnost osobního kontaktu i předvedení praktických výstupů. Studentka, která se nemohla dostavit, sama navrhla poslání výstupu v podobě neveřejné videonahrávky. Ústní zkoušky již probíhaly a budou probíhat běžným způsobem. Příjemné bylo, že se na nás studenti po vynucené přestávce těšili.