

ČASOPIS PRO VÝCHOVU A VZDĚLÁVÁNÍ DĚTÍ OD 3 DO 8 LET V MŠ A ŠD

# INFORMATORIUM 3-8

ČÍSLO 8/ŘÍJEN 2006

WWW.PORTAL.CZ/INFO

CENA 35 Kč



Namaiovala Nikolka Bártková, ŠD při ZŠ Jablunkov.

Logopedie není nuda  
Tvoříme kouzelný hrad

Rozhovor: Jak vypadá mateřská škola v Etiopii?

portál



# V zdravém těle zdravý duch

*Miroslav Tyrš obohatil život českého národa o novou, do té doby zanedbávanou složku – o tělesnou výchovu. Uvedl do života sokolský tělocvik. Tělocvik mu však nebyl jen cvičením těla, ale komplexní tělesnou výchovou.*

Tyrš byl naším prvním tělovýchovným teoretikem, jako první zformuloval cíle a úkoly tělesné výchovy. Svými teoretickými pracemi a praktickou činností vymezil i organizační formy tělesné výchovy (cvičební hodiny, veřejná tělovýchovná vystoupení, výlety, závodní činnost atd.). Dále se Tyrš zasloužil o to, aby tělesná výchova pronikla do všech vrstev národa. Stal se iniciátorem tělesné výchovy žen, vítal zavedení tělesné výchovy do škol. Pod jeho vedením vyrostl Sokol ve významnou národní organizaci, v jejíž činnosti se spojovala péče o fyzické i duševní zdraví.

Antickou kalokagathii chápal Tyrš jako duševní a fyzickou kultivaci člověka, jako souhrn vlastností a činností, jimiž se člověk stává dobrým a zdatným. Svůj obdiv k antické kultuře, která mu byla trvalým zdrojem inspirace, vyjádřil Tyrš jednak v dějepisném úvodu ke svému dílu Základové tělocviky, jednak ve stati Hod olympický, v níž pojednal o řecké tělesné výchově a zdůraznil význam olympijské myšlenky o čtvrt století dříve než baron Pierre de Coubertin.

## Stoj spatný

Tělesná cvičení prováděná v padesátých letech 19. století v pražských tělocvičných ústavcích a v počátečním období činnosti Tělocvičné jednoty pražské byla označována tělocvičnými termíny, které vytvořili Adolf Hájek a Jan Malýpetr. Ačkoliv řada z nich byla volena správně, bylo toto názvosloví jako celek nedokonalé a mnohé termíny byly více či méně pouhými překlady z němčiny. Tyrš tedy začal soustavně pracovat na českém názvosloví tělesných cvičení, koncipoval na základě hlubokých znalostí dosavadních směrů v tělesné výchově

## Tělocvičné názvosloví před a po Tyršovi:

- postava jako noha zakončena – stoj spatný
- postava jednonohá – stoj jednonož
- rozmrsknutí noh – roznožení
- malé rozklonění kolen – podřep
- spojení lýtek se stehny – dřep



foto z archivu časopisu Sokol

T. G. Masaryk a E. Beneš při slavnostním otevření Tyršova domu v Praze (1925).

a vlastních zkušeností obsah sokolské tělesné výchovy a zajímal se o rozvoj sportu a o tělesnou výchovu žen v našich zemích. Při tvorbě tělocvičných termínů používal Tyrš hlavně Jungmannův slovník, v němž našel řadu slov, jichž mohl přímo použít pro pojmenování některých prostných a nářadových cvičení. Pokud tvořil nové výrazy, vybíral pro ně takové základy slov, které byly svým původním významem pro nové tělocvičné pojmy vhodné, a z nich pro pojmenování všech příbuzných cviků téhož druhu tvořil i v duchu jazyka pomocí různých předpon a přípon slova odvozená. Mnohá slova také převzal ze živé mluvy. Názvosloví proniklo i za hranice a stalo se základem pro vznikající odborné názvosloví i u jiných slovanských národů. Poprvé bylo zveřejněno v brožuře Pravidla Tělocvičné jednoty pražské pod názvem Tělocvičné názvosloví. Tyrš zpracoval též šermířské názvosloví.

## Cvičení pro každého

Při výuce Tyrš zastával jediný vhodný postup, a to od snadného k nesnadnému. Chtěl, aby vyučování bylo všestranné a zahrnovalo různé typy cvičení, která mají být úměrná fyzické zdatnosti cvičenců. Způsob vyučování neměl být nudný, ale zábavný a bylo třeba respektovat únavu cvičenců.

Výběr prostředků řídil Tyrš podle cíle a zásad, které svému tělocviky vytkl. Pomocí řádného výběru chtěl učinit tělesná cvičení

přístupná každému věku a tím cvičence přivést k takovému stupni obratnosti, vytrvalosti a neohroženosti, jakého jsou schopni. V souvislosti s metodou kladl Tyrš nároky na osobnost cvičitele – ten má svou práci dokázat, že své věci rozumí, že o své práci přemýšlí a že vyučuje, tzn. musí každé cvičení správně pojmenovat, správně ukázat, začátečníkům cvik rozložit a s nevyčerpatelnou trpělivostí znovu a znovu opakovat základní pokyny a opravovat a vysvětlovat chyby.

Se zakládáním sokolských jednot byl těsně spjat vznik a rozvoj veřejných tělovýchovných vystoupení. Tyrš v nich viděl přehlídku a vyvrcholení pravidelné a soustavné tělocvičné činnosti za určité období. Chtěl jimi působit nejen na cvičence, ale i na veřejnost, jíž ukazoval výsledky práce tělocvičné organizace. Na programu veřejných cvičení býval uvítací projev, rej (protichody), prostná cvičení, cvičení na nářadí a zakončující projev při nástupu všech cvičenců. Každé další vystoupení přinášelo nějakou novinku nebo jiný, dokonalejší způsob provedení určitého cvičení. Pozdější veřejná cvičení se konala za doprovodu hudby. Všechny tyto novinky a nové způsoby provádění veřejných cvičení byly připisovány Tyršovi.

**Mgr. Šárka Kubcová**

## Literatura:

- Miroslav Tyrš a jeho místo v dějinách české pedagogiky. Praha: SPN, 1989.
- Sport v království českém. Praha: Mladá fronta, 1986.