



# European Physical Education Observatory

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



## EuPEO Intelektuální výstup 4

*EuPEO Nástroj pro interní monitorování*

Česká verze

## Technické údaje

**Název:** EuPEO Intelektuální výstup 4. EuPEO Nástroj pro interní monitorování – Česká verze.

**Autoři:** Marcos Onofre, João Costa, Nuno Ferro, Dora Carolo, Roland Naul, Stefanie Dahl, Rose-Marie Repond, Tamás Csányi, Claude Scheuer, Martin Holzweg

**Překladatel:** Jana Vašíčková

**Koordinátor projektu:** Marcos Onofre

**Počet stránek:** 35 + Přílohy

**Rok:** 2020

**Citujte jako:** Onofre, M., Costa, J., Ferro, N., Carolo, D., Naul, R., Dahl, S., Repond, R-M., Csányi, T., Scheuer, C., & Holzweg, M. (2019). EuPEO Intelektuální výstup 4. EuPEO Nástroj pro interní monitorování – Česká verze. [transl. J. Vašíčková]. Switzerland, EUPEA.

**Projekt:** Evropská observatoř tělesné výchovy (EuPEO)

**Financování:** Evropská komise

**Program:** Erasmus+ Sport Strategická partnerství 2017

**Referenční číslo:** 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP

**Harmonogram:** Leden 2018 – Prosinec 2020

**Projektové údaje:** <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplus-project-details/#project/590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP>

Pro další informace ohledně projektu EuPEO prosím navštivte tyto odkazy:

**Webové stránky:** [www.eupeo.eu](http://www.eupeo.eu)

**Facebook:** [www.facebook.com/European-Physical-Education-Observatory](https://www.facebook.com/European-Physical-Education-Observatory)

**Twitter:** [www.twitter.com/EuPEOproject](https://www.twitter.com/EuPEOproject)

Autorský kolektiv by rád poděkoval Evropské komisi za financování projektu EuPEO v rámci programu Erasmus+ Sport schéma Strategická partnerství pod referenčním číslem: 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP.

Odmítnutí odpovědnosti: Podpora Evropské Komise pro vytvoření této publikace nezahrnuje schválení obsahu, který odráží pouze názory autorů, a Komise tak nemůže být činěna zodpovědnou za jakékoliv využití informací zde poskytnutých.

## Obsah

Úvod	4
EuPEO Slovník	7
EuPEO slovník kulturních ekvivalentů	9
1. EuPEO Nástroj pro interní monitorování	11
Obecné metodologické normy	11
<b>TIM IMPLEMENTACE – EuPEO FÁZE 2 (LEDEN AŽ KVĚTEN)</b>	16
1.1. Evropský dotazník pro školy (ESQ)	16
1.2. Evropský dotazník pro žáky (EDŽ)	17
1.3. Evropský systém hodnocení učení (EuLAS) – Učitelé a žáci	20
1.3.1.1. Pohybové aktivity	22
1.3.1.2. Zdravotně orientovaná zdatnost	24
1.3.2.1. Sebepojetí žáka – dotazník pojetí vlastní fyzické dimenze	30
2. Přílohy	31
2.1. Často kladné otázky	31
2.2 Zdroje TIM	32
3. Referenční seznam	33

## Seznam obrázků

Obrázek 1 EuPEO metodologické znázornění	5
Obrázek 2 EuPEO časový harmonogram	12
Obrázek 3 Příklad záznamu EuLAS-T	24

## Seznam tabulek

Tabulka 1 EuPEO slovník kulturních ekvivalentů	9
Tabulka 2 EuPEO přehled nástrojů TIM a zodpovědných stran	12
Tabulka 3 TIM protokol pro kontaktování vybraných škol	13
Tabulka 4 TIM pokyny k procesu kultivace	14
Tabulka 5 Příklad neanonymizované seznamu kódů připravených pro školu	18
Tabulka 6 Příklad anonymizované třídy/učitele a vysvětlení významu kódu na základě Tabulky 5	18
Tabulka 7 Příklad anonymního kódu žáka a vysvětlení významu kódu na základě Tabulky 5	19
Tabulka 8 Příklad finálního seznamu anonymních kódů	19
Tabulka 9 Společná evropská hodnotící tabulka pro pohybové aktivity – součást EuLAS-T	22
Tabulka 10 Aerobní vytrvalost Test 1: 20metrový stupňovaný člunkový běh (Legerův test)	25
Tabulka 11 Aerobní vytrvalost Test 2: běh na 1500 m	27
Tabulka 12 Test silové výbušnosti – Skok daleký z místa	28
Tabulka 13 Klíčové indikátory pro správné provedení	29

# Úvod

Evropská asociace tělesné výchovy (EUPEA) identifikovala různorodost v oblasti tělesné výchovy (TV), školního sportu (ŠS) a dalších forem školou organizovaných pohybových aktivit (PA) a jejich podmínky v rámci Evropy a důležitost zavedení systematického sledování TV a HEPA, a to formou Evropské observatoře tělesné výchovy (EuPEO) financovaného z programu Erasmus + (č. 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP). Projekt EuPEO je veden společně Laboratoří pedagogiky, Fakultou lidské kinetiky Univerzity v Lisabonu (FMHUL) a Portugalskou společností pro tělesnou výchovu (SPEF). Zahrnuje 12 partnerů a 2 pozorovatele z celkového počtu 9 zemí: Česká republika, Francie, Německo, Maďarsko, Irsko, Portugalsko, Slovinsko, Švýcarsko a Nizozemí.

Cílem projektu EuPEO je zavést monitorovací systém, a to vytvořením webových stránek EuPEO ([www.eupeo.eu](http://www.eupeo.eu)), manuálu pro vnější sledování (MEA) na celoevropské úrovni, a vytvořením souboru nástrojů, které by sloužily k vnitřnímu sebehodnocení (TIM) kvality tělesné výchovy a školního sportu na úrovni škol. Obecně mají tyto nástroje poskytnout komparativní pohled na kvalitní tělesnou výchovu (QTV) prostřednictvím společných rámců, nástrojů a procesů a zároveň co nejvíce zahrnovat kulturně citlivé podmínky pro implementaci, analýzu a rozhodování QTV.

Hlavní dimenze rámce EuPEO pro QTV byly primárně stanoveny s výslovným odkazem na rámec kvalitní TV publikovaný organizací UNESCO (2015), který byl poté týmem EuPEO vylepšen, rozšířen a vysvětlen s ohledem na příslušné dílčí dimenze, kategorie a ukazatele. Dimenze rámce EuPEO jsou:

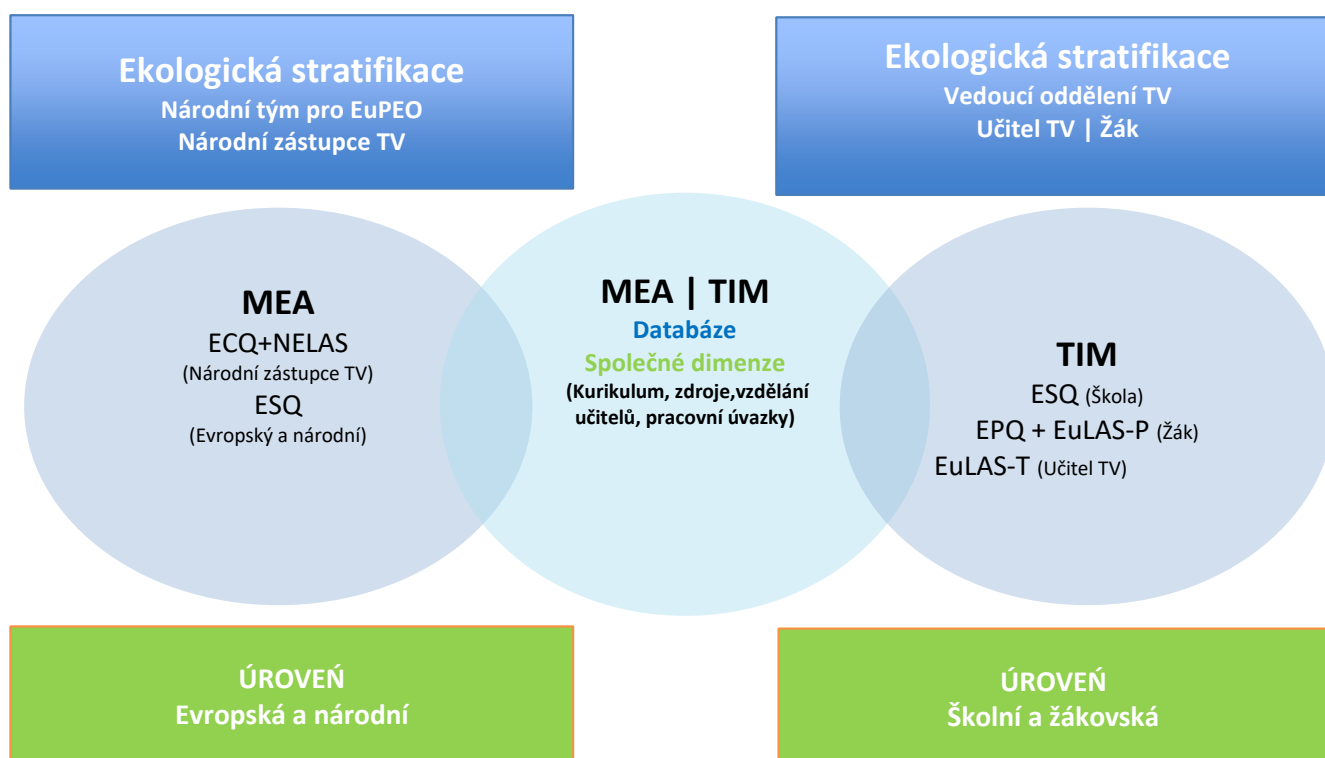
- Flexibilita kurikula
- Vzdělávání učitelů
- Pracovní úvazky a náplň práce učitele
- Zdroje (zařízení, vybavení a finance)
- Partnerství v rámci komunity
- Národní politika tělesné výchovy

Základní cíle Evropské observatoře tělesné výchovy jsou:

- Vytvořit a podporovat podmínky, aby se národní střediska pro sledování TV rozvíjely a udržovaly prostřednictvím spolupráce mezi zúčastněnými stranami, sladěné se společným referenčním rámcem, pokud jde o základní hodnoty TV a společné nástroje a procesy monitorování v celé Evropě;

- Poskytovat podporu národním observatořím TV při shromažďování důkazů pro srovnávací analýzu v příslušných zemích, které mohou informovat o stavu a pokroku všech dětí a mládeže v TV a o profesním rozvoji učitelů prostřednictvím sociální a politické obhajoby QTV;
- Vytvářet a podporovat podmínky pro každou školu, učitele a žáka, aby sami monitorovali základní dimenze kvalitní TV;
- Plánovat rozvoj kvalitní TV a současně vytvářet síť zainteresovaných odborníků, kteří sdílejí postupy, výzvy a řešení pro takový rozvoj;
- Poskytovat dlouhodobou celoevropskou srovnávací analýzu QTV každé tři roky, aby každá země měla příležitost zkontrolovat jejich vývoj s ohledem na podobné evropské regiony a země;
- Sdílet postupy, výzvy a řešení směrem ke QTV především pro všechny děti a mládež školního věku, ale také pro školní administrativu a zaměstnance školy.

Systém EuPEO zahrnuje dva základní nástroje, jeden pro externí celosystémové hodnocení (Intelektuální výstup 3 – Příručka EuPEO pro externí hodnocení) a jeden pro interní, sebehodnocení školy (Intelektuální výstup 4 – Sada nástrojů EuPEO pro interní monitorování). Formulování těchto nástrojů v systému EuPEO je znázorněno na Obrázku 1.



Obrázek 1 EuPEO metodologické znázornění

Tento dokument má název **EuPEO soubor nástrojů pro interní monitorování (TIM) – intelektuální výstup 4**. TIM je nástroj, který má používat každá zúčastněná škola (s příslušným vedoucím TV, učiteli TV a žáky v TV) a partnerstvím mezi koordináčním týmem EuPEO s národním koordináčním týmem observatoře TV za účelem shromažďování národních údajů o kvalitní TV napříč všemi systémovými vrstvami (mikro až makro) vyplývajícími z EuPEO souboru nástrojů pro interní monitorování (TIM), který zahrnuje: dotazník pro školy (ESQ), dotazník pro žáky (EPQ) a systém hodnocení učení EuPEO pro učitele (EuLAS-T). Díky shromáždění celoškolních údajů ve školní databázi (propojené s národní a evropskou databází) poskytuje TIM příležitost analyzovat ukazatele QTV z komparativní a popisné perspektivy. Aby byl takový přístup umožněn, byly nástroje MEA a TIM vyvinuty, testovány a důkladně hodnoceny ve dvou pilotních šetřeních napříč partnerskými zeměmi projektu.



#### **EuPEO přidaná hodnota ke kvalitní TV – TIM**

***Zapojením do procesu monitorování EuPEO, školy přímo usnadňují vytváření portrétů tělesné výchovy v jejich místních kontextech, v jejich zemích a v celé Evropě. Tento portrét poskytuje bohatá data pro všechny, kdo se podílejí na podpoře smysluplného rozhodování na všech úrovních škol, zejména ve prospěch učitelů a žáků. Účast v procesu EuPEO dále uděluje formální certifikát DVPP a uznání od EUPEA, což přispívá k uznání školy a jejího oddělení TV, a tím podporuje místní a globální rozvoj tělesné výchovy.***

Tento dokument má následující strukturu:

- **EuPEO Slovník** pojednávající o hlavních pojmech EuPEO a případně o kulturních ekvivalentech;
- **Obecné metodické normy** podrobně uvádějící kritické aspekty provádění metodiky EuPEO;
- **EuPEO Dotazník pro školy** podrobný popis konkrétního postupného přístupu ke shromažďování celoškolních údajů, které představují školu, na které je tělesná výchova sledována;
- **EuPEO Dotazník pro žáky** podrobný popis konkrétního postupného přístupu ke shromažďování údajů o žácích, který představuje jejich pohled na tělesnou výchovu, a umožňuje tak shromážděný a systematický přehled všech žáků školní TV;
- **EuPEO Hodnotící systém učení (Učitel a žák)** podrobný popis konkrétního postupného přístupu ke shromažďování údajů o učení žáků, který představuje jejich úspěchy v TV, a umožňuje tak shromážděný a systematický přehled všech žáků školní TV, kteří se učí v nejběžnějším evropském vzdělávacím obsahu TV;
- **Přílohy** s příslušnými nástroji na podporu organizace a správy aplikace TIM.

# EuPEO Slovník

Tento slovník představuje definice, které byly přijaty v kontextu projektu EuPEO a na jejichž základě byl rámec vytvořen a uveden do provozu ve svých nástrojích. Tento slovník sloužil k harmonizaci komunikace mezi různými zeměmi a nezamýšlel nahradit kulturní pojmy, které jsou relevantní a specifické pro každou zemi. V tomto duchu je na konci této části slovníku tabulka s kulturními ekvivalenty vyvinutými příslušnými národními partnery, aby se zajistilo, že každá země si bude vědoma souladu těchto širších definic s jejich národní terminologií.

**Pohybová aktivita** – je obecný pojem, který se vztahuje na veškeré tělesné pohyby, které používají fyzickou námahu jako cíl nebo prostředek k pohybové aktivitě zvyšující zdraví. PA zahrnuje tělesnou výchovu a sport, ale zahrnuje i aktivní hru a rutinu, obvyklé činnosti, jako je chůze a jízda na kole, jakož i učební strategie, jak být pohybově aktivní. Z tohoto důvodu může dojít k PA během nebo mimo školní dobu. (Zdroj: upraveno z Asociace pro tělesnou výchovu (AfPE) Health Position Paper, 2008).

**Kvalitní Tělesná výchova (QTV)** - je plánovaná, progresivní a inkluzivní vzdělávací zkušenost, která je součástí kurikula v raných letech, v primárním a sekundárním vzdělávání, v průběhu všech let a na úrovni povinného vzdělávání. V tomto ohledu QTV funguje jako základ celoživotního zapojení do pohybové aktivity a sportu. Učební zkušenosti nabízené dětem a mladým lidem prostřednictvím hodin tělesné výchovy by měly být vývojově přiměřené, aby jim pomohly osvojit si psychomotorické dovednosti, pohybovou aktivitu zvyšující zdraví, kognitivní porozumění a sociální a emoční dovednosti, které potřebují k vedení pohybově aktivního života. QTV zahrnuje pět základních pilířů: a) flexibilita kurikula; b) vzdělávání učitelů a profesní podmínky; c) komunitní partnerství; d) zařízení, vybavení a zdroje; a e) pedagogika. (Zdroj: adaptováno z dokumentu UNESCO, Quality Physical Education - Guidelines for Policy Makers, 2015, p. 9).

**Školní sporty** – Mimoškolní sportovní programy v TV ukazují složité prostředí napříč Evropou, ale také v některých národních zemích. Pravděpodobně žádný jiný termín z oblasti znalostí tělesné výchovy neměl tak ambivalentní hodnocení a rozsah různých účelů než termín a předmět „školního sportu“ (Naul & Scheuer, 2020, str. 534-536). V celé Evropě jsou viditelné alespoň tři různé konotace školního sportu:

(1) školní sport omezený na skutečnou mimoškolní výuku a výcvik různých druhů sportovních a pohybových aktivit mimo předmět TV; toto porozumění je převzato v projektu EuPEO zde.

(2) školní sport jako nabídka partnerů mimo školu, zejména trenéry ze sportovního klubu nebo placených instruktorů z městské správy jako oficiální součást školního života, organizovaných ve školních zařízeních nebo v místních komunitních sportovních zařízeních.

(3) školní sport jako skutečná součást výuky a součást národního / regionálního kurikula TV (TVŠS) nebo dokonce jako hlavní předmět výuky TV (Školní sport). V tomto případě a v zemích, jako je Německo, Anglie, Irsko a další, mají pojem a předměty školního sportu dvojí vazbu: jako běžná součást kurikula TVŠS a jako mimoškolní kurs pohybových aktivit ve škole nebo ve spolupráci se zúčastněnými stranami v komunitní sportovní síti mimo školu.

**Další formy pohybových aktivit** – jsou všechny formy PA, které neodpovídají podmínkám zahrnutým v rozsahu TV a ŠS (včetně pohybově aktivního učení, sportu, přestávek, mimoškolních aktivit)

**Pohybově aktivní učení** – je výsledkem využití pohybových lekcí, při němž jsou témata kurikula realizována pohybem, “jejichž cílem je zvýšit pohybovou aktivitu dětí při zachování vyučovacího času” (zdroj: adaptováno od Norris, E., Shelton, N., Dunsmuir, S., Duke-Williams, O. & Stamatakis, E. (2015). Physically active lessons as physical activity and educational interventions: A systematic review of methods and results. *Preventive Medicine*. Mar(72),116-25; ClassPAL project: <http://classpal.org.uk/what-is-class-pal/>).

**Sport** – je lidská činnost zahrnující fyzickou námahu a dovednosti jako primární zaměření činnosti, s prvky soutěže a účasti, kde formálně existují pravidla a vzorce chování, kterými se řídí daná sportovní činnost prostřednictvím sportovních organizací (Zdroj: adaptováno od „Department of Local Government, Sport and Cultural Industries of the Government of West Australia, Definition of Sport and Active Recreation - Position Statement“).

**Přestávka** – je vyhrazený časový úsek mezi vyučovacími hodinami pro školní děti, aby se mohly zapojit do spontánní hry (samostatně organizované) nebo do strukturované (aktivní) hry s mnoha výhodami pro rozvoj, ale mimo formální osnovy obsahu předmětů.

**Mimoškolní aktivity** – je soubor činností, které školní děti využívají **před** začátkem školního vyučování nebo **po něm**, z důvodu různých rozvojových záměrů, jako jsou sportovní, kulturní a sociální cíle, ale i spousty dalších.

**Národní politika tělesné výchovy** – je prezentována jako samostatný dokument nebo integrována do jiných vzdělávacích politik, konkrétně se strategiemi pro QTV, včetně některých nebo všech následujících prvků (UNESCO, 2015):

- Národní strategie pro TV by měla existovat na úrovni primární/základní i sekundární; a měla by řešit významné rozdíly mezi politickou rétorikou a skutečnou realizací, aby se zajistilo důsledné uplatňování právních předpisů o poskytování TV;



- Národní strategie pro QTV by měla doporučovat přidělení času v kurikulu; a osoby odpovědné za poskytování QTV musí být zodpovědné za provádění doporučeného přidělování času v učebních plánech TV;
- Národní strategie by měla zajistit, aby si ředitelé škol, rodiče a další související zúčastněné strany byly vědomi výhod TV, a požadavky na studijní programy by měly vyžadovat dostatek času pro jejich absolvování, aby bylo dosaženo těchto cílů;
- Národní strategie v souladu s rozpočtem by měla podporovat koordinaci škol a komunit a propojené cesty k účasti na pohybových aktivitách a řešit aktuální komunikační problémy mezi různými stranami;
- Je třeba přezkoumat relevanci a kvalitu kurikula TV, zejména pokud existují trvalé předpoklady ke sportovní soutěži a činnostem souvisejícím s výkonem. Poskytování by mělo být vyvinuto ve spolupráci s mladými lidmi a mělo by být osobně smysluplné, sociálně relevantní a mělo by být v souladu s mimoškolním životním stylem;
- Měly by být vyvinuty systémy a mechanismy pro monitorování a zajišťování kvality na podporu osvědčených postupů a odpovědnosti při tvorbě a provádění politiky QTV.

## EuPEO slovník kulturních ekvivalentů

Tato tabulka podpory má v úmyslu poskytnout každé zemi obvykle používané termíny a pojmy přizpůsobené obecnému slovníku EuPEO.

**Tabulka 1 EuPEO slovník kulturních ekvivalentů**

EuPEO používané termíny	Kulturní ekvivalenty								
	Česky	Francouzsky	Německy	Irsky	Portugalsky	Slovinsky	Švýcarská němčina	Švýcarská francouzština	Holandsky
Physical Activity	Pohybová aktivita								
Quality Physical Education	Kvalitní tělesná výchova								
School Sports	Školní sport								
Other Forms of Physical Activity	Další/jiné formy pohybových aktivit								
Physically Active Learning	Pohybově aktivní učení								
Sport	Sport								



<b>Recess</b>	Přestávka								
<b>After-School Activities</b>	Mimoškolní aktivity								
<b>Physical Education National Policy</b>	Národní politika tělesné výchovy								

# 1. EuPEO Nástroj pro interní monitorování

## Obecné metodologické normy

Operační struktura EuPEO je koncipována jako integrovaná sada Observatoře tělesné výchovy národních týmů (odsud dále zkráceně označována jako “národní týmy”) a jejich příslušných koordinátorů primárně odkazující na spolupracovníky EUPEA zastoupené:

- Národními profesními asociacemi učitelů TV (v nominovaném zástupci);
- Institucionálními zástupci TV (v nepřítomnosti prvních).

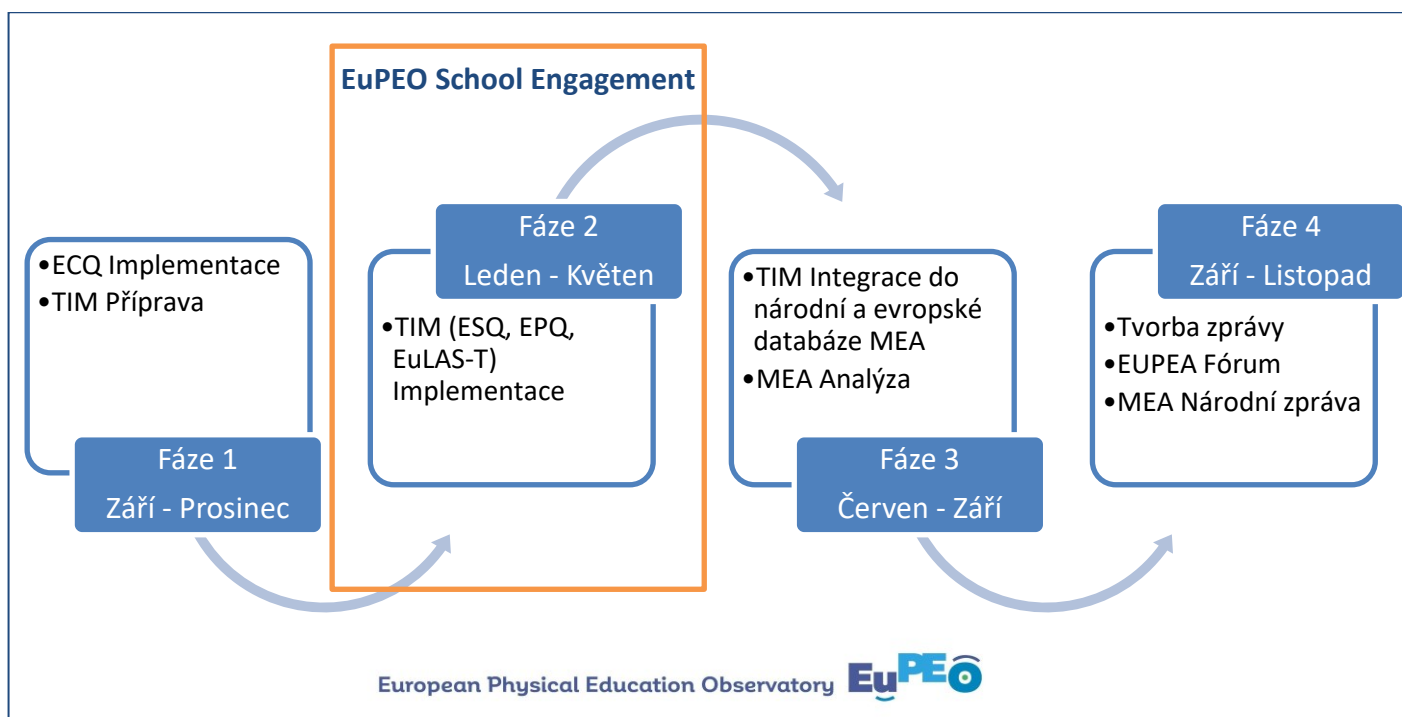
Manuál EuPEO pro vnější hodnocení (MEA) představuje první krok EuPEO a je centrálně koordinován Evropskou asociací tělesné výchovy (EUPEA). EUPEA dohlíží a pověřuje na národní úrovni implementací EuPEO v rámci vlastních statusů instituce.

EuPEO MEA zahrnuje dva základní metodické procesy:

- Evropský dotazník pro zemi ECQ (s národní externím hodnotícím systémem učení)
- **Implementace a integrace souboru nástrojů EuPEO pro interní monitorování (TIM) týkající se škol, žáků a učitelů na národní úrovni.**

Jako výchozí bod EuPEO zahájí MEA každé tři roky monitorovací proces, obvykle v souladu s jedním mandátem rady EUPEA, počínaje roky 2022-2023 s následujícím obecným harmonogramem (Obrázek 2):

- Fáze 1. září až prosinec – implementace ECQ a příprava TIM;
- Fáze 2. leden až květen – implementace TIM;
- Fáze 3. červen až září – integrace dat TIM v databázi MEA a analýzy MEA;
- Fáze 4. září až listopad (směrem k fóru EUPEA) – tvorba a šíření zprávy z EuPEO.



**Obrázek 2** EuPEO časový harmonogram

Tohoto procesu lze dosáhnout pouze na základě efektivního partnerství se školami, jehož výsledkem jsou klíčové výstupy pro školu:

**Databáze:**

- Školní databáze TIM = srovnávací databáze podle třídy dle školního kontextu;
- Národní databáze MEA = srovnávací databáze podle národních regionů a škol;
- Evropská databáze MEA = srovnávací databáze podle Evropských regionů a zemí

**Zprávy:**

- TIM = zpráva o žácích; o třídě; o škole;
- Národní zpráva MEA = srovnávací zpráva podle škol a regionů; celková národní zpráva;
- Evropská zpráva MEA = srovnávací zpráva podle zemí a regionů; celková Evropská zpráva.

V tomto procesu různé zúčastněné strany dokončují různé nástroje, jak je uvedeno v Tabulce 1:

**Tabulka 2** EuPEO přehled nástrojů TIM a zodpovědných stran

EuPEO nástroj	Strana zodpovědná za vyplnění
ESQ	Vedoucí předmětové komise na škole (s pomocí příslušných osob z vedení školy)

EPQ	Žáci
EuLAS-T	Učitel

V rámci procesu spolupráce s EuPEO prostřednictvím implementace TIM, školy a jejich učitelé využívají následující kontaktní a podpůrné struktury:

- TIM kontaktní protokol výběru škol iniciovaný národním týmem k zahájení procesu se školami (Tabulka 2);
- TIM Pokyny k procesu kultivace, aby se zajistilo, že nástroje jsou kulturně relevantní a přizpůsobené každé zemi (Tabulka 3);
- Formální proces DVPP v průběhu celého procesu EuPEO (Tabulka 2);
- Integrovaný online systém nepřetržité podpory včetně:
  - o Digitální a tiskové verze TIM a příslušných rámců a nástrojů;
  - o Pokyny a navigace, jak vyplňovat dané šetření;
  - o Fórum online podpory se všemi zúčastněnými školami a učiteli.

**Tabulka 3 TIM protokol pro kontaktování vybraných škol**

<b>TIM protokol pro kontaktování vybraného vzorku od národního týmu k zúčastněným školám (do poloviny fáze 1)</b>		
<b>Kroky</b>	<b>Cíl</b>	<b>Akce</b>
1	Zajisti všechny přípravné akce pro účinnost implementace protokolu a procesu EuPEO	a) Zahájit a nadále šířit v sociálních médiích provádění procesu EuPEO s cílem šířit povědomí a maximalizovat zapojení.  b) Zajistěte všechny etické postupy podle národních zákonů a požadavků. Zejména pro veřejné školy, kde je systém centrálně regulován, zajistěte řádný kontakt a podporu ze strany národního nebo regionálního školského úřadu.  c) Strukturovat proces účasti EuPEO jako formální nepřetržitý profesionální rozvoj v průběhu školního roku pro všechny učitele škol, včetně hlavních činností: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Přípravný workshop;</li> <li>- Navazující workshop pro zpětnou vazbu a trvalou podporu při sběru dat, minimálně ve 2 dobře rozmístěných okamžicích, aby si školy mohly vybrat alespoň 1;</li> <li>- Sběr dat pro celoškolské zastoupení v oblasti tělesné výchovy;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Analýza dat a rozhodovací zprávy pro zlepšení tělesné výchovy;</li> <li>- Kritická reflexe pro hodnocení procesu EuPEO;</li> <li>- Závěrečný seminář (prezentace).</li> </ul> <p>d) Shromážděte všechny relevantní kontakty (ředitel a/nebo zástupci, vedoucí oddělení TV).</p> <p>e) V případě potřeby vytiskněte na papíry TIM.</p>
2	Umožněte účastníkovi naskenovat TIM a připravit otázky k dotazům	Pošlete dokument TIM e-mailem a přiložte tisknutelnou verzi v pdf.
3	<p>Představte účastníkovi cíl, očekávání a potřeby EuPEO, aby maximalizoval své zapojení.</p> <p>Uvedte aktuální dostupnost průběžné podpory a odkažte účastníka na Integrovaný online systém průběžné podpory.</p> <p>Potvrďte informovaný souhlas s ESQ a identifikujte příslušné učitele a třídy.</p> <p>Řešení otázek k dotazům a problémům s cílem maximalizovat kvalitu a reprezentativnost dat.</p>	<p>Proveďte s účastníky schůzku a zapisujte (přípravný workshop).</p> <p>Diskutujte a předvídejte problémy zodpovězením kritických otázek, abyste se vyhnuli či minimalizovali zbytečné chybějící hodnoty.</p>
4	TIM přidělení kódů	<p>a) Shromážděte všechny informované souhlasy od žáků a učitelů (do konce 1. fáze EuPEO), kteří vyplní EPQ a EuLAS-T (v uvedeném pořadí).</p> <p>b) Přiřaďte třídním učitelům a žákům kódy pomoci systému kódů EuPEO v příloze (podrobné informace o tomto procesu najdete v TIM).</p>

**Tabulka 4 TIM pokyny k procesu kultivace**

<b>TIM Proces kultivace od národního týmu k účastnícím se školám (do konce fáze 1)</b>		
<b>Kroky</b>	<b>Cíl</b>	<b>Akce</b>
1	Shromáždění údajů o kulturních jazykových otázkách, které je třeba vyřešit.	<p>Národní týmy kontaktují malou skupinku reprezentativních členů ze všech zúčastněných stran (např. 2 vedoucí oddělení TV, 2 učitele TV, 4 žáci), aby se zúčastnili kritické diskuse o kulturní jazykové citlivosti každého nástroje (ESQ, EuLAS-T, EPQ).</p> <p>Každou skupinu zástupců lze kontaktovat, aby se zúčastnili rozhovoru nebo fokusní skupiny, a měli by být požádáni, aby simulovali zadávání dat pomocí svých vlastních zařízení, aby se zjistilo, že</p>

		<p>fungují všechny technické aspekty a aby shromáždili zpětnou vazbu o zkušenostech s dokončením průzkumu.</p> <p>Během každého zasedání bude příslušný nástroj přezkoumán a prodiskutován s příslušnou sadou zástupců</p> <p>Statistiky jednotlivých relací budou podrobně rozebrány a odsouhlaseny všemi zúčastněnými.</p>
2	Kompilace dat a odeslání konkrétních problémů a řešení	<p>Nahlásit pouze problematické položky od účastníků.</p> <p>U každého problému vzneseného účastníky identifikujte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kód otázky</li> <li>- Problém</li> <li>- Řešení.</li> </ul> <p>Pečlivě zvažte, že jakékoliv upřesnění musí být provedeno pouze z kulturní terminologie nebo z hlediska porozumění, aniž by byla ohrožena konstruktivní validita.</p>
3	Přizpůsobení a opravení nástroje	<p>Ústřední koordinace provede požadované aktualizace a vydá je národním týmům ke konečnému ověření.</p>

## TIM IMPLEMENTACE – EuPEO FÁZE 2 (LEDEN AŽ KVĚTEN)

### 1.1. Evropský dotazník pro školy (ESQ)

**Evropský dotazník pro školy (EDŠ)**, ve formátu online dotazníku, který je anonymní a v rodném jazyce, by měl být zodpovězen vedoucím učitelem TV na jeho/její škole (s podporou vedení školy a kolegů v případě specifických otázek), je zaměřen na tyto podkapitoly (1) flexibilita kurikula, (2) pracující učitelé; (3) partnerství v rámci komunity, a (4) zařízení, vybavení a zdroje.



#### *EuPEO přidaná hodnota projektu ke QTV – ESQ*

*ESQ umožňuje škole a oddělení TV agregovat soubor důležitých dat pro kvalitní TV a snadno určit strukturální oblasti v dobrém stavu nebo pro zlepšení se jisté zaměření na komparativní perspektivu učebních osnov TV napříč regiony, na národní úrovni i v celé Evropě. Častokrát jsou tyto informace kusé nebo se spoléhají na empirické představy. Kromě toho by to mohlo sloužit jako šablona pro vedení školy, aby provedlo podobné šetření u jiných školních předmětů.*

#### 1.1.1. Výběr zapojených škol

Poté, co jsme obdrželi kontaktní informace od národních týmů následované souhlasným stanoviskem využít evropský nástroj pro interní monitorování (TIM), partnerské školy projektu EuPEO potvrdí, že mají vhodné podmínky pro vyplnění příslušného dotazníku (online nebo na papíře) – ESQ a EPQ – s konkrétním kódem školy.

Partnerské školy EuPEO poskytnou požadovaná data (pokud budou k dispozici) prostřednictvím ESQ od vedoucího oddělení TV.

**Vzhledem k diverzitě a detailním informacím, které vyžadujeme, by měl být vedoucí TV podpořen i příslušnou školní radou a členy učitelského sboru, aby získávání dat a jejich úplnost byla dostatečně hodnověrná.**

#### 1.1.2. Sběr dat

Partnerské školy projektu EuPEO prostřednictvím vedoucího TV obdrží od členů národního týmu webový odkaz na dotazníky nebo papírové formuláře, jak je dopředu domluveno.

Pro online aplikaci je možné vyplnit část dotazníku a poté se po zadání kódu školy k němu vrátit. Pokud již jednou je dotazník vyplněný, dostává se okamžitě do databáze.



***V průběhu celého procesu mohou školy v případě jakýchkoli potíží využívat online systém podpory a kontakty na národní tým.***

***Při papírovém vyplnění dotazníků musí být šetření doručeno vedoucímu učitelí TV v předem domluveném čase někým z národního týmu (člen národního týmu bude zodpovědný za předání a také za zadání dat z papírové formy do centrální database EuPEO prostřednictvím online odkazu).***

### 1.1.3. Analýza dat

Jako součást národní zprávy, všechna data budou postoupeny popisné analýze dat s ohledem na školu na národní a evropské úrovni, bez rozlišování jednotlivých tříd, učitelů a žáků.

Na základě školní zprávy, včetně výsledků z nástrojů na jiné školní úrovni (EPQ a EuLAS), škola může komplexně monitorovat a asociovat různé aspekty kvalitní TV k identifikaci pozitivních oblastí a oblastí nutných ke zlepšení.

### 1.1.4. Zpětná vazba a zpráva

Po ukončení výzkumu školy mohou uchovat kopie jejich odpovědí pro okamžitou zpětnou vazbu následovně: a) kliknutím na “tisk” na konci digitální online verze a dostanou pdf dokument s odpověďmi; b) ofocením svých odpovědí před jejich odevzdáním členovi národního týmu.

Školy jsou podněcovány, aby zveřejnili vlastní zprávy, zvláště zdůrazněním silných stránek a zapojením komunity do případných požadovaných změn.

Po vydání celkové zprávy národním týmem, školy dále mohou srovnávat data se školami v rámci jejich země, s dalšími evropskými školami, nebo s Evropou obecně.

## 1.2. Evropský dotazník pro žáky (EDŽ)

**Evropský dotazník pro žáky (EPQ)**, je v přístupný online, anonymní a prezentovaný v rodném jazyce, aby mohl být zodpovězen vzorkem žáků v posledním ročníku povinné školní docházky, zaměřené zejména na kurikulum. Toto je také zahrnuto v nástroji EuLAS popsáném v kapitole 1.3.1.2.



### ***EuPEO přidaná hodnota projektu ke QTV – EPQ***

***EPQ umožňuje reciproční hodnotu pro učitele při pochopení “hlasu” žáků a pro žáky při pochopení záměru učitelů při TV. Hodnotu EPQ je třeba zvažovat společně s EuLAS-T, aby byl poskytnut úplný přehled o učení žáků v TV jednotlivě, ve třídě i v celé škole, zejména tam, kde tato úroveň rozpisu dosažených výsledků učení není ve škole strukturována. A konečně, navzdory tomu, že projekt představuje zúžení národních osnov TV, protože EPQ a EuLAS-T se zaměřují na nejběžnější oblasti učebních osnov TV v celé Evropě, poskytují příležitost porovnat různé školy na národní i evropské úrovni.***

### 1.2.1. Výběr škol

Poté co škola obdrží informace od národního týmu, a odsouhlasí použití nástroje pro interní monitorování (TIM), partnerská škola potvrdí, že disponuje vhodnými podmínkami pro vyplnění odpovídajícího výzkumného šetření (online nebo metoda papír-tužka) dotazníků ESQ a EPQ.

Partnerská škola projektu EuPEO obdrží od členů národního týmu relevantní systém kódování, aby příslušné kódy přiřadil jednotlivým třídám a konkrétním učitelům TV, kteří uší poslední ročníky povinné školní docházky (tento systém kódování umožní přiřadit učitele a žáky v databázi s externími identifikačními údaji ke konkrétní škole).

Národní tým by neměl znát vztahy mezi kódy, učiteli a žáky. Avšak národní tým může být nápomocný pro tvorbu kódů pro partnerské školy, pokud je o to požádán.

Aby se tento proces usnadnil, národní tým poskytuje systém balíku kódů ve formátu Excel.

Ke každému seznamu žáků tříd by měli být přiřazeny anonymizované kódy podle třídy a učitele (Tabulka 5).

**Tabulka 5 Příklad neanonymizované seznamu kódů připravených pro školu**

Příklad přiřazení kódů dle třídy pouze pro využití EDŽ		
<i>Třídy</i>	<i>Jméno učitele</i>	<i>Jméno žáka</i>
10A (1)	Richard (1)	Oliver (1)
		Bedřich (2)
		Anna (3)
10B (2)	Pavla (2)	Josef (1)
		Karel (2)
10C (3)	Pavla (2)	Patrik (1)
		Denisa (2)

- Anonymní kód pro učitele odpovídá třídě, kterou učí a musí splňovat pravidla identifikace země, školy a třídy/učitele, jak je zřejmé na příkladu v Tabulce 6 (s ohledem na Tabulku 5):

**Tabulka 6 Příklad anonymizované třídy/učitele a vysvětlení významu kódu na základě Tabulky 5**

<b>Význam kódu</b> ( <i>např. CZ S1 C1</i> )	Zkratka země	Kód školy	Kód třídy/učitele ve školním seznamu
<b>Rozklad kódu</b>	CZ	S1	C1
<b>Odpovídající význam ve škole</b>	Česká republika	Škola A	Třída 10 D Učitel Richard

- Anonymní kód žáka odpovídá třídě, kterou navštěvuje a musí splňovat pravidla identifikace země, školy, třídy/učitele, a žáka, jak je zřejmé na příkladu v Tabulce Z s ohledem na předcházející příklady:

**Tabulka 7 Příklad anonymního kódu žáka a vysvětlení významu kódu na základě Tabulky 5**

<b>Význam kódu</b> (např. CZ S1 C1)	Zkratka země	Kód školy	Kód třídy/učitele ve školním seznamu	Pořadí žáka v seznamu třídy
<b>Rozklad kódu</b>	CZ	S1	C1	P1
<b>Odpovídající význam ve škole</b>	Česká republika	Škola A	Třída 10 D	Oliver

- Poslat anonymizovaný seznam třídy národnímu týmu (viz příklad v Tabulce 8).

**Tabulka 8 Příklad finálního seznamu anonymních kódů**

<b>Příklad anonymizovaného seznamu třídy poslanému národnímu týmu</b>	
<b>Kód třídy</b>	<b>Kód žáka</b>
CZS1C1	CZS1C1P1
	CZS1C1P2
	CZS1C1P3
CZS1C2	CZS1C2P1
	CZS1C2P2
CZS1C3	CZS1C3P1
	CZS1C3P2

### 1.2.2. Sběr dat

Partnerská škola a jejich vedoucí učitel TV obdrží od člena národního týmu odkaz na webovou stránku s dotazníkem nebo papírové formuláře dle dohody.

Pro vyplnění online dotazníku, je jasné preferováno, že si příslušný učitelé TV rezervují v daném období příslušnou učebnu s počítači, kde žáci budou pod dohledem vyplňovat dotazníky, nebo třídu, kde mohou být použity mobilní přístroje (např. tablety), pokud jsou poskytnuty příslušnou školou nebo i národním týmem, jestliže tablety disponuje.

Pro papírové vyplňování, akceptujeme pouze vyplnění dotazníků v daném čase a okamžité předání učiteli, který vyplnění zajišťuje a který všechny papírové formuláře shromáždí (pokud je to schváleno zákonnými zástupci a akceptováno žáky).

Pokud žáci mají přístup k dotazníku, začínají vyplňovat až na pokyn učitele. Předtím je učitel ujistí, že dotazník není součástí jejich výsledné známky z TV a že všechny části jsou anonymní prostřednictvím přidělených kódů a že ani škola ani nikdo jiný nebude znát jejich konkrétní odpovědi.

Až bude výzkumné šetření zahájeno, žáci musí vložit jejich konkrétní kódy, aby byly jejich odpovědi platné (online verze vyplňování bude zahájena až po vložení kódu).

V případě, kdy je přítomen učitel, mohou se žáci ptát, pokud nerozumí otázce a mají jakékoliv pochybnosti.

V případě vyplňování online dotazníku se všechny odpovědi automaticky ukládají do centrální databáze projektu EuPEO.

V případě vyplňování papírového formuláře, všechny dotazníky musí být odevzdány vedoucímu učiteli TV, který je zodpovědný za předání všech dokumentů v daný čas do ruky členovi národního týmu (členové národního týmu budou zodpovědní za transfer a platnost všech dotazníků do centrální databáze EuPEO prostřednictvím webového rozhraní).

### 1.2.3. Analýza dat

Jako součást národní zprávy, všechna data budou postoupeny popisné analýze dat s ohledem na školu na národní a evropské úrovni, bez rozlišování jednotlivých tříd, učitelů a žáků.

Co se týká žáků, školám bude poskytována zpracovaná verze odpovědí od žáků na EDŽ, bez rozlišení jednotlivých žáků příslušných tříd.

Na základě školní zprávy, včetně výsledků z jiných nástrojů školní úrovně, mohou školy komplexně monitorovat a propojovat rozdílné aspekty kvalitní TV s očekáváním od žáků a učebními výsledky, aby identifikovaly pozitivní oblasti a oblasti nutné ke zlepšení.

### 1.2.4. Zpětná vazba a zpráva

Po ukončení výzkumu školy si mohou žáci uchovat kopie svých odpovědí pro okamžitou zpětnou vazbu následovně:

a) kliknutím na "tisk" na konci digitální online verze a dostanou pdf dokument s odpověďmi; b) ofocením svých odpovědí před jejich odevzdáním učiteli.

Školy jsou podněcovány, aby zveřejnili vlastní zprávy, zvláště se zdůrazněním silných stránek a zapojením komunity do případných požadovaných změn.

Po vydání celkové zprávy národním týmem a evropským týmem, školy dále mohou srovnávat data se školami v rámci jejich země, s dalšími evropskými školami, nebo s Evropou obecně.

## 1.3. Evropský systém hodnocení učení (EuLAS) – Učitelé a žáci

**Evropský systém hodnocení učení (EuLAS)**, ve formátu online dotazníku, anonymního a prezentovaného v rodném jazyce by měl být zodpovězen učiteli TV ve třídách posledního ročníku povinné školní docházky a žáky. Tento dotazník se zaměřuje na cíle učení v kurikulu tělesné výchovy (vnímání pohybové gramotnosti; pohybové aktivity; zdravotně

orientovaná pohybová zdatnost) a slouží jako platforma pro zaznamenání výsledků, kterých bylo dosaženo s ohledem na předem stanovená kritéria. Každá verze je zde popsána:

**Evropský systém hodnocení učení – učitel (EuLAS-T)**, ve formátu online dotazníku, anonymního a prezentovaného v rodném jazyce by měl být zodpovězen učiteli TV ve třídách posledního ročníku povinné školní docházky. Tento dotazník se zaměřuje na tři dimenze učení ve dvou oblastech kurikula TV: (1) zdravotně orientovaná pohybová zdatnost a (2) pohybové aktivity – slouží jako platforma pro zaznamenání výsledků učení žáků, kterých bylo dosaženo s ohledem na předem stanovená kritéria.

**Evropský systém hodnocení učení – žák (EuLAS-P)**, ve formátu online dotazníku integrovaného do EPQ, anonymního a prezentovaného v rodném jazyce by měl být zodpovězena žáky v jejich posledním ročníku povinné školní docházky. Tento dotazník se zaměřuje na jednu dimenzi učení získaného v rámci společné oblasti kurikula TV (vnímání pohybových kompetencí) a slouží jako platforma pro zaznamenání vlastního vnímání učení.



#### **EuPEO přidaná hodnota ke QTV – EuLAS-T**

***EuLAS-T (v tandemu s EPQ) umožňuje reciproční hodnotu pro učitele pro pochopení “hlasů” žáků a pro žáky pro pochopení záměrů učitele. Z tohoto pohledu poskytuje srovnávací přehled učení žáků v TV jednotlivě, podle tříd a napříč celou školou, zejména tam, kde tato úroveň rozpisu dosažených výsledků učení není ve škole strukturována. A konečně, navzdory tomu, že projekt představuje zúžení národních osnov TV, protože EPQ a EuLAS-T se zaměřují na nejběžnější oblasti učebních osnov TV v celé Evropě, poskytují příležitost porovnat různé školy na národní i evropské úrovni.***

### 1.3.1. EuLAS verze pro učitele

V evropském systému hodnocení učení – verze pro učitele, učitel TV dané třídy poskytuje souhrnné hodnocení každého žáka pro každou ze dvou složek učebních osnov: 1) pohybové aktivity (sportovní hry, gymnastika, atletika) a 2) zdravotně orientovaná zdatnost (aerobní vytrvalost, svalová výbušnost). Za tímto účelem učitel vloží příslušné kódy jemu přidělené, aby zadal hodnocení na příslušné webové stránce nebo do papírového formuláře. Tyto kódy mu poskytne člen národního týmu prostřednictvím vedoucího učitele oddělení TV.

V případech, kdy učitel vyplní soubor aplikace Excel „Evidenční list EuLAS-T“, může učitel tento soubor jednoduše odeslat na digitální platformu EuPEO.

Papírové dotazníky po vyplnění musí být předány vedoucímu učitelé oddělení TV, který je za šetření zodpovědný a ten je předá v dohodnutém čase členovi národního týmu (člen národního týmu bude zodpovědný za vložení všech dotazníků do centrální databáze projektu EuPEO prostřednictvím příslušné webové stránky).

Učitelé jsou vyzváni, aby data vkládali až poté, co je budou mít všechny shromážděné (v případě absencí žáků). V ideálním případě by výsledky měly co nejvíce odrážet konečné výsledky žáků v ročníku.

Učitelům se také doporučuje začlenit tento hodnotící protokol do jejich systému hodnocení v hodinách TV, protože vychází z aktuálních empirických důkazů o osvědčených postupech a příslušných obsahových osnov v rámci celé Evropy.

Po dokončení vkládání dat budou učitelé moci dostat okamžitou zpětnou vazbu takto: a) kliknutím na “tisk” na konci digitální online verze a dostanou pdf dokument; b) ofocením svého hodnocení před odevzdáním vedoucímu oddělení TV.

Proces pro každou ze složek kurikula je popsán níže.

### 1.3.1.1. Pohybové aktivity

Kurikulum v oblasti pohybových aktivit je stěžejní v celé Evropě. Po úvodní analýze bylo zjištěno, že mezi evropskými zeměmi jsou ve škole nejčastěji vyučovány tři aktivity a také žáci je ve výuce takto vnímají, a to jsou: sportovní hry (např. basketbal, fotbal, volejbal atd.); gymnastika (např. cvičení na nářadí, akrobacie); a atletika (např. skoky, běhy).

Tato část protokolu EuLAS-učitel se zaměřuje na tyto tři aktivity a je označena z hlediska počtu charakteristik, které jsou patrné ve výkonu žáka. Příslušné charakteristiky výkonu a pravidla pro jejich přidělování jsou uvedeny v následující tabulce.

Uznáváme, že každý učitel ve své zemi a v Evropě má autonomii v rámci rozsahu národních učebních osnov, aby mohl rozhodnout o hodnocení. Cílem jednotlivých charakteristik bylo zaměřit se na autentický výkon s ohledem na to, jak se aktivita provádí v reálném životě. Proto, i když učitel provádí hodnocení v TV zaměřené na konkrétní dovednosti, měl by i zvážit autentický výkon žáka v reálném životě.


Pro každou aktivitu je stanoven příslušný vzdělávací cíl a vzorový úkol pro hodnocení, který mohou učitelé použít. Je zdůrazněno, že neexistuje žádná podmínka použití vzorových úkolů k ohodnocení žáka pro vyplnění dotazníku.

**Tabulka 9 Společná evropská hodnotící tabulka pro pohybové aktivity – součást EuLAS-T**

Kategorie	Cíl učení	Příklady vzorových úkolů	Charakteristika provedení
Sportovní (kolektivní) Hry	Žák je schopen hrát hru s danou taktikou, spolupracovat se spoluhráči proti protihráčům během útoku a obrany a používat	● Hra mezi dvěma týmy, na menším hřišti a v menším počtu s upravenými podmínkami (např. basketbal	● CG1. Efektivně přispívá ke kolektivním útočným akcím pomocí přiměřených a vhodných

	vhodné sportovní dovednosti při dodržování pravidel a hodnot.	3na3, volejbal 4na4, fotbal 5na5). ● Hra pokračuje nepřetržitě po dobu minimálně 10 minut, s možností žáka účastnit se útočných a obranných kolektivních a individuálních akcí a rolí.	individuálních dovedností. ● CG2. Efektivně přispívá ke kolektivním obranným akcím pomocí přiměřených a vhodných individuálních dovedností. ● CG3. Výkon jasně ukazuje na dodržování pravidel a respektování spoluhráčů i protihráčů.
Gymnastika	Žák je schopen zapojit se do činnosti a provádět gymnastické dovednosti (kolektivně nebo individuálně) plynule, řízenou technikou a gymnastickým postojem, dodržuje pravidla a hodnoty specifické pro sport.	● Žáci provádějí plynule minimálně 5 gymnastických prvků či figur různého zaměření (např. kotoul, prvky obsahující balancování či se vyznačující flexibilitou), buď kolektivně, nebo individuálně. ● Figury jsou předváděny v sekvenci jako součást gymnastické sestavy jednotlivcem nebo skupinou žáků před třídou a učitelem.	● G1. Spojuje různé technické prvky s přechodovými prvky s důrazem na plynulost. ● G2. Předvádí estetický gymnastický postoj během jednotlivých prvků nebo v rámci sestavy. ● G3. Výkon jasně ukazuje na spolupráci, respekt a podporu spolužáků při kolektivním výkonu (dopomoc).
Atletika	Žák je schopen zapojit se do soutěže v jedné atletické disciplíně, účinně a bezpečně provádět příslušnou techniku a dodržovat pravidla a hodnoty specifické pro sport.	● Předvedení výkonu v atletické disciplíně provádí žák samostatně nebo v týmu v rámci soutěžních pravidel (např. sprint 1 na 1). ● V disciplíně se určí nejlepší ze tří pokusů.	● A1. Provádí příslušnou techniku bezpečně a účinně. ● A2. Provádí příslušnou techniku s nejlepším možným výsledkem. ● A3. Výkon jasně ukazuje na podporu spoluhráčů a respekt k protihráčům.

Tato hodnotící tabulka je vyplněna v excelovém "záznamovém listu EuLAS-T" (Příloha 2.2 C), včetně věku a pohlaví žáků. List aplikace Excel automaticky vypočítá počet indikátorů na žáka ve sloupcích „Celkem“ a také procento indikátorů v posledním řádku „Třída celkem (procento“ (Obrázek 3).

European Physical Education Observatory 				EuPEO systém hodnocení učení - verze pro učitele											
Kód třídy	Kód žáka	Pohlaví žena/muž	Věk (roky)	Pohybové aktivity (počet charakteristik)											
				Sportovní hry				Gymnastika				Atletika			
				CG1	CG2	CG3	CELKEM	G1	G2	G3	CELKEM	A1	A2	A3	CELKEM
S1C1	S1C1P1	žena	14	X	X	X	3	X	X	X	3	X		X	2
	S1C1P2	muž	15		X	X	2	X		X	2			X	1
Třída celkem (procenta)				50,0%	100,0%	100,0%	83,3%	100,0%	50,0%	100,0%	83,3%	50,0%	0,0%	100,0%	50,0%

Obrázek 3 Příklad záznamu EuLAS-T

### 1.3.1.2. Zdravotně orientovaná zdatnost

Kurikulum v oblasti zdravotně orientované zdatnosti (ZOZ) je centrem pozornosti v celé Evropě. Po úvodní analýze bylo zjištěno, že mezi evropskými zeměmi se aerobní vytrvalost a svalová výbušnost vyučují nejvíce ve škole a takto to vnímají i žáci. Tyto činnosti jsou hodnoceny pomocí několika testů na národní i evropské úrovni. Pro tuto část protokolu byla zvolena možnost zaměřit se na nejběžněji používané testy, které rovněž přinesly spolehlivé empirické důkazy o tom, že tyto schopnosti působí preventivně na zdraví člověka.

Tato část protokolu EuLAS-učitel se zaměřuje na aerobní vytrvalost a silovou výbušnost a je označen podle příslušných výstupů (počet kol, čas, počet metrů) do protokolu „EuLAS-T záznam“ (Příloha 2.2 C).

Pro zadání úrovně pro každého žáka zváží učitel zónu zdravotně orientované zdatnosti a označí ji v souboru po výběru příslušného testu.

Pro aerobní vytrvalost si učitel vybere 20m vytrvalostní běh nebo běh na 1500m podle níže popsaných protokolů.

U silové výbušnosti se provádí jediný test – skok daleký z místa.

Každá komponenta ZOZ obsahuje informace včetně hypertextových odkazů na citované zdroje o výhodách ZOZ v dané schopnosti, jenž má podpořit výuku učitele.

### **ZOZ – Aerobní vytrvalost**

#### *Zdravotní význam aerobní (kardiorespirační) vytrvalosti*

Studie prokázaly, že přiměřená úroveň aerobní kapacity snižuje riziko vysokého krevního tlaku (Blair et al., 1996) 1996), obezity (de Lannoy & Ross, 2019), diabetu (Church et al., 2004), metabolického syndromu (Eisenmann, 2007) a dalších rizikových faktorů kardiovaskulárních chorob (Ortega, Ruiz, Castillo, & Sjostrom, 2008) a zdravotních problémů (Barnes, Yaffe, Satariano, & Tager, 2003), proto je jeho role při sledování zdravotní způsobilosti v mládí nanejvýš důležitá. Blair a kolegové (1995) uvedli, že nízká zdatnost je důležitým prediktorem úmrtnosti (Blair, et al., 1995), avšak důkazy



naznačují význam přiměřené úrovně aerobní zdatnosti v dětství i v adolescenci (Welk, Going, Morrow, & Meredith, 2011), protože se přenáší i do dospělosti (Malina, 1996).

V nedávné systematické přehledové studii Langa a kolegů (2018) bylo zjištěno, že výkon v testu 20 m stupňovaného běhu byl příznivě spojen s ukazateli adipozity a některými ukazateli kardiometabolického, kognitivního a psychosociálního zdraví u chlapců a dívek. Vztah mezi aerobní kapacitou odhadovanou z testu 20 stupňovaného běhu a výsledky dosaženými v laboratorním testování je silný (např. Laurson, Saint-Maurice, Karsai, & Csanyi, 2015), což činí 20 m stupňovaný běh platným a spolehlivým testem (Cooper, Weiler-Ravell, Whipp, & Wasserman, 1984; Plowman & Yan-Shu Liu, 1999). Zdravotní normy používané v několika zemích (např. USA, Portugalsko, Maďarsko, Srbsko, Slovinsko) byly validovány křížovým testováním na národním reprezentativním evropském vzorku (maďarská mládež ve školním věku) (Csanyi et al., 2015; Saint-Maurice, Welk, Finn, & Kaj, 2015). Tomkinson a kolektiv (2017) ukázali, že 20 m stupňovaný běh je přijatelné, proveditelné a škálovatelné měřítko kardiorespirační zdatnosti a funkční /cvičební kapacity, a že má střední platnost kritéria a vysokou až velmi vysokou spolehlivost. Samotný test používá mnoho zemí po celé Evropě a zeměkouli (Tomkinson, et al., 2017).

Spolehlivost testů distančního běhu u mládeže je střední nebo vysoká (Trinh & Matthews, 2019). Nízká spolehlivost testu díky vlivu behaviorálních proměnných (a dalších psychologických faktorů) může omezit platnost výsledku v běhu na 1 míli jako terénního testu VO<sub>2max</sub> u dětí (mladších než 9 let) (Plowman & Meredith, 2013). Pro studie týkající se mládeže zahrnující běhy na 1-1,5 míle nebo 9-12 minut, ve kterých byl měřen VO<sub>2max</sub> na běžícím pásu, se koeficienty platnosti pohybovaly v rozmezí od 0,6 do 0,8 (s jedinou výjimkou) (Plowman & Meredith, 2013).

**Tabulka 10 Aerobní vytrvalost Test 1: 20metrový stupňovaný člunkový běh (Legerův test)**

<b>Aerobní vytrvalost Test 1 - 20metrový stupňovaný člunkový běh (Legerův test)</b>	
<i>Cíl testu:</i>	Odhadnout aerobní kapacitu (VO <sub>2max</sub> – známé také jako maximální spotřebu kyslíku), což je nejdůležitější funkční dimenze zdravotně orientované zdatnosti.
<i>Požadované vybavení:</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nejméně 22 metrů dlouhý, čistý, neklouzavý, tvrdý povrch;</li><li>• Digitální audio přehrávač s reproduktorem (například CD přehrávač, MP3 přehrávač, notebook) vhodný k přehrávání zvukového souboru;</li><li>• Zvukový soubor (na CD, flash disku nebo jiném zařízení);</li><li>• Kužely;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Záznamové listy;</li><li>• Pohodlné oblečení a boty.</li></ul>
<i>Zadání úkolu:</i>	Označte dráhy 20m dlouhé a asi 100-150 cm široké oddělené kužely a připravte vhodný zvukový přehrávač.
<i>Příprava testu:</i>	Učitel vytvoří skupiny žáků (dvojice tak, že je maximálně 16 žáků, kteří současně provádějí test a jejich páry na konci startovní čáry jsou připraveny počítat a zaznamenávat počet přeběhů) a organizuje skupinové pořadí pro test. Učitel sdělí cíl testu a důvod, proč je toto měření důležité z hlediska zdraví. Test vyžaduje maximální úsilí a zapojení žáků k dosažení potřebného počtu přeběhů, které je zařadí do příslušné zóny zdraví vzhledem k věku a pohlaví. Žáci by měli být povzbuzováni k tomu, aby dosáhli svého nejlepšího výkonu, s ohledem na dosažení minima pro úroveň ZOZ. Učitel poté vysvětlí realizaci testu, jak je popsáno níže, přičemž je zodpovědný za počet přeběhů každého žáka.
<i>Realizace testu:</i>	<i>Realizace.</i> Učitel pustí nahrávku. Čas mezi koly klesá o minutu, proto se potřebná rychlost k dosažení určitého kola zvyšuje o 0,5 km/h. Úkolem žáka je provést test s nepřetržitým během, aby bylo dosaženo jeho nejlepšího výkonu, s ohledem na dosažení minima kol pro ZOZ. Žák musí dokončit 20 m před pípáním tak, aby se dotýkal nohou čáry na konci dráhy. Další přeběh lze začít až po pípnutí. Pokud žák poprvé nedosáhne koncové čáry, může pokračovat v testu s okamžitým otočením, dokud podruhé nevynechá koncový doběh. Test pro něho končí až při druhém selhání a poslední dokončený přeběh se zaznamená do záznamového listu. Počet přeběhů se pak porovná s kritérii zóny zdraví a žák je informován o počtu přeběhů a umístění do zóny zdraví.
<i>Typické chyby, během testu:</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Provádění běhu nesleduje tempo zvukové nahrávky, je příliš pomalé nebo příliš rychlé.</li><li>• Žáci se otočí, aniž by překročili koncovou čáru.</li><li>• Žáci zahájí běh před signálem/pípnutím.</li></ul>

Tabulka 11 Aerobní vytrvalost Test 2: běh na 1500 m

<b>Aerobní vytrvalost Test 2 – běh na 1500m<sup>1</sup></b>	
<i>Cíl testu:</i>	Odhadnout aerobní kapacitu ( $VO_{2max}$ – známé také jako maximální spotřebu kyslíku), což je nejdůležitější funkční dimenze zdravotně orientované zdatnosti. Může to být alternativa k Legerovu testu pro žáky, kteří rádi běhají a jsou motivovaní.
<i>Požadované vybavení:</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1500 metrů (1609 m = 1 míle) dlouhý, čistý, neklouzavý, tvrdý povrch (vnitřní nebo venkovní trať). Závodní dráhou může být trať či jakákoliv měřená plocha);</li><li>• Kužely;</li><li>• záznamové archy;</li><li>• stopky;</li><li>• pohodlné oblečení a boty.</li></ul>
<i>Příprava testu:</i>	Označujeme 1500 metrů dlouhou asi 100-150 cm širokou trať (např. na dráze 400 m 3 kola a 300m).
<i>Realizace testu:</i>	Na začátku testu se žáci seřadí na startovní čáře. Na startovní pokyn začnou všichni žáci běžet na určené trati. Úkolem je dokončit vzdálenost v nejkratším možném čase. Mnoho žáků začne příliš rychle běžet a unaví se, takže je důležité jim připomenout, aby používali vhodnou stimulaci k výkonu, aby bylo jejich hodnocení přesné.
<i>Typické chyby během testu:</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Žák není schopen pokračovat v běhu, aniž by doběhl do cíle.</li><li>• Žák opustí určenou trať.</li></ul>

### **ZOZ Silová výbušnost**

#### *Zdravotní význam silové výbušnosti*

Studie dokládají, že jak síla svalů horní a dolní části těla jsou považovány za důležité znaky kardiometabolického zdraví u dětí a dospívajících (Castro-Pinero et al., 2019; Ruiz et al., 2009). Castro-Piñero a kolegové (2019) také zjistili, že výsledky skoku dalekého z místa může být použit pro zjišťování metabolického syndromu a zvýšené riziko

<sup>1</sup> Dle projektu EuPEO je referenční vzdálenost 1 míle. Dle národních zvyklostí v ČR upraveno na 1500m.

kardiometabolického rizika u mládeže. Další studie ukazují vztah mezi provedením skoku dalekého z místa v dětství a kostní hmotou v dospělosti (Foley, Quinn, Dwyer, Venn, & Jones, 2008). Což naznačuje, že svalová síla je důležitým determinantem kostní hmoty.

Skok daleký z místa vykazuje silnou korelaci ( $r = 0,70-0,91$ ) s ostatními terénními testy, které měří sílu dolních končetin (Castro-Pinero et al., 2010; Milliken, Faigenbaum, Loud, & Westcott, 2008). Několik studií naznačilo reliabilitu testu (España-Romero et al., 2010). Standardní využití u maďarské školní populace bylo stanoveno u národního reprezentativního vzorku (Saint-Maurice, Laurson, Kaj, & Csanyi, 2015).

**Tabulka 12 Test silové výbušnosti – Skok daleký z místa**

<b>Test silové výbušnosti – Skok daleký z místa</b>	
<i>Cíl testu:</i>	Odhadnout výbušnou sílu dolních končetin jako silného prediktoru kardiometabolického zdraví.
<i>Požadované vybavení:</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Čistý, neklouzavý, pevný rovný povrch;</li><li>● měřicí pásmo;</li><li>● křídou nebo páskou označená odrazová čára;</li><li>● volitelné: pravítko nebo tyčka pro usnadnění měření;</li><li>● záznamové listy;</li><li>● Pohodlné oblečení a boty.</li></ul>
<i>Zadání úkolu:</i>	Umístěte vodorovnou odrazovou čáru na rovnou neklouzavou plochu a připravte si měřicí pásmo k měření.
<i>Příprava testu:</i>	Učitel nastaví pořadí žáků a uspořádá je pro test za odrazovou čáru. Učitel uvádí cíl testu a důvod, proč je toto měření důležité z hlediska zdraví, vyžaduje maximální úsilí a zapojení žáků, aby co nejvíce skočili s ohledem na příslušné kritérium zóny zdraví, a zaznamenává se výsledek nejlepšího ze tří pokusů. Učitel poté vysvětlí implementaci testu, jak je popsáno níže, přičemž zodpovídá za zaznamenání délky skoku každého žáka.
<i>Realizace testu:</i>	Aby byla implementace spolehlivá, je důležité, aby níže uvedené informace (Tabulka 13) byly poskytovány všem žákům.

<p><i>Typické chyby během testu:</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Před skokem nejsou nohy vodorovně vedle sebe, ale jedna před druhou.</li> <li>● Skok z natažených nohou;</li> <li>● Nedochází k hmitání paží před odrazem;</li> <li>● Doskok na plná chodidla;</li> <li>● Žák při doskoku spadne vzad nebo ukročí vzad.</li> </ul>
--	---

**Tabulka 13 Klíčové indikátory pro správné provedení**

Fáze skoku	Klíčové indikátory pro správné provedení
<i>Odrázová pozice:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Žáci stojí za startovní čarou, chodidla přibližně v šíři ramen, rovnoběžně;</li> <li>● Špičky bot se nedotýkají odrazové čáry;</li> <li>● Stoj mírně rozkročený, kolena mírně pokrčená;</li> <li>● Paže mírně pokrčené před tělem.</li> </ul>
<i>Získání hybnosti a průběh skoku:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Žák postupně ohýbá kolena a boky, hmitá paží za tělem (snižuje těžiště, připravuje svaly)</li> <li>● Poté švihem paží a odrazem z nohou uvede tělo do pohybu a snaží se doskočit co nejdál.</li> </ul>
<i>Průběh letové fáze:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Nohy se po odrazu snaží posunout co nejdál dopředu.</li> </ul>
<i>Doskok na zem:</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dotkne se země oběma nohama přes patu ke špičce a nohy jsou mírně pokrčené,</li> <li>● Žák doskočí do dřepu, aniž by spadl zpět.</li> </ul>

### 1.3.2. EuLAS verze pro žáky

V evropském systému hodnocení učení – verze pro žáky, žáci poskytují informace o vnímaných pohybových kompetencích. Na závěr, žáci použijí přidělené přístupové kódy pro digitální platformu nebo vyplní papírový formulář poskytnutý národním týmem, prostřednictvím příslušného vedoucího oddělení TV.

Papírové formuláře po vyplnění předá konkrétní učitel TV vedoucímu oddělení TV na škole. Vedoucí oddělení TV na škole je pak zodpovědný za předání papírových formulářů celého šetření členovi národního týmu (národní tým bude zodpovědný za převod a platnost papírových informací do centrální databáze projektu EuPEO prostřednictvím online odkazu).

Učitelé jsou vyzváni, aby data vkládali až poté, co je budou mít všechny shromážděné (v případě absencí žáků). Učitelům se také doporučuje začlenit tento hodnotící protokol do jejich systému hodnocení v hodinách TV, protože

---

vychází z aktuálních empirických důkazů o osvědčených postupech a příslušných obsahových osnov v rámci celé Evropy.

Po ukončení vkládání dat se žáci dozvědí okamžitý výsledek následovně: a) kliknutím „tisk“ na konci digitálního vkládání a obdrží pdf verzi; b) vyfocení papírového formuláře ještě, než je odevzdají učitelé.

Proces vyjádření se k jednotlivým součástem kurikula je popsáno níže:

#### *1.3.2.1. Sebepojetí žáka – dotazník pojetí vlastní fyzické dimenze*

Krátká verze dotazníku Pojetí vlastní fyzické dimenze byla vytvořena a validována Lohbeckovou, Tietjensovou a Bundem (2016a, 2016b) jako 22položkový nástroj, který měří sebevědomí žáků v různých pohybových schopnostech v mnoha oblastech, konkrétně: 1) Síla; 2) Vytrvalost; 3) Rychlost; 4) Flexibilita; 5) Koordinace; 6) Fyzický vzhled a 7) Celková sportovní kompetence.

Pro každou z 22 položek si žák vybere míru souhlasu s tvrzením (od „velmi nepravdivé“ pro „velmi pravdivé“) na čtyřpoložkové škále. Těchto 22 položek pak poskytuje celkové skóre vypočítané z průměrné hodnoty 22 položek, což představuje celkové fyzické sebepojetí žáka.

Žák dokončí toto šetření jako spolehlivé testování vlastního pojetí naučených dovedností a pozitivních postojů k vlastnímu tělu, jeho image a kompetencím vztažených k objektivně zhodnoceným pohybovým kompetencím (Carraro, Scarpa, & Ventura, 2010), které jsou také spojeny s účastí na pohybových aktivitách (Belanger et al., 2018).

## 2. Přílohy

1. Často kladené otázky
2. Zdroje TIM

### 2.1. Často kladné otázky

Otázky	Odpovědi
<b>Je povinná účast v projektu EuPEO?</b>	Ne. Národní týmy EuPEO vyhlášují otevřenou výzvu a navazují přímé kontakty se školami prostřednictvím jejich ředitelů a vedoucích tělesné výchovy, aby je pozvali k dobrovolné účasti v projektu EuPEO.
<b>Je projekt EuPEO podporováno?</b>	Projekt EuPEO je formálně schválen Evropskou asociací tělesné výchovy na mezinárodní úrovni. Národní podpora je v každé zemi proměnlivá, obvykle příslušnou vzdělávací institucí, a vždy národním profesním sdružením pro tělesnou výchovu nebo národním zástupcem v EUPEA.
<b>Je účast na projektu EuPEO zdarma?</b>	Ano, je zdarma pro všechny školy, učitele a žáky. Národní týmy musí zajistit řádnou úroveň finančních zdrojů, aby zajistily realizaci projektu EuPEO.
<b>Co se stane s údaji poskytnutým v rámci projektu EuPEO?</b>	Všechna data jsou anonymizována a důvěrná prostřednictvím systému kódů přidělených školám, učitelům a žákům. Jakmile jsou shromážděny všechny údaje, jsou tyto shromážděny do souboru databází, které mají být zpřístupněny veřejnosti, tj. mají být veřejně dostupné každému, kdo si přeje prozkoumat a provést další výzkum prostřednictvím databází EuPEO. Tyto databáze zachovávají veškerou anonymitu a důvěrnost.
<b>Jak se mohu dovědět o projektu EuPEO něco víc?</b>	Informace o projektu EuPEO lze získat přímo na webových stránkách EuPEO ( <a href="http://www.eupeo.eu">www.eupeo.eu</a> ) a e-mailu EUPEA ( <a href="mailto:info@eupea.com">info@eupea.com</a> ). V případě dotazů ohledně implementace na národní úrovni by měli zájemci kontaktovat národní tým určený pro každý cyklus EuPEO na webových stránkách EuPEO.

## 2.2 Zdroje TIM

- A. EuPEO časový plán
- B. EuPEO systém balíku kódů
- C. EuLAS-T záznamový arch

### A. EuPEO časový plán pro školy

Dokončete stav pomocí „probíhá příprava“, „probíhá“ nebo „dokončeno“. Použijte „Poznámky“ k relevantním poznámkám a problémům vznikajícím v průběhu celého procesu.

Fáze EuPEO	Cíle	Úkoly	Termíny	Status	Poznámky
1 (září- prosinec)	TIM Příprava	EuPEO oznámení/otevřená výzva	Září		
		TIM protokol zajištění vzorku	Září- Říjen		
		Pravidla procesu kultivace	Listopad- Prosinec		
2 (leden- květen)	TIM Implementace	ESQ	Září- Březen		
		EPQ	Duben- Květen		
		EuLAS-T	Duben- Květen		
		TIM vyhodnocení	Květen- Červen		

B. EuPEO systém balíku kódů – viz příloha v sešitu Excel

C. EuLAS-T záznamový arch – viz příloha v sešitu Excel



### 3. Referenční seznam

- Barnes, D. E., Yaffe, K., Satariano, W. A., & Tager, I. B. (2003). A longitudinal study of cardiorespiratory fitness and cognitive function in healthy older adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, 51(4), 459-465. doi: 10.1046/j.1532-5415.2003.51153.x
- Belanger, K., Barnes, J. D., Longmuir, P. E., Anderson, K. D., Bruner, B., Copeland, J. L., et al. (2018). The relationship between physical literacy scores and adherence to Canadian physical activity and sedentary behaviour guidelines. *BMC Public Health*, 18(Suppl. 2), 1042. doi: 10.1186/s12889-018-5897-4
- Blair, S. N., Kampert, J. B., Kohl, H. W., 3rd, Barlow, C. E., Macera, C. A., Paffenbarger, R. S., Jr., et al. (1996). Influences of cardiorespiratory fitness and other precursors on cardiovascular disease and all-cause mortality in men and women. *JAMA*, 276(3), 205-210. doi: 10.1001/jama.1996.03540030039029
- Blair, S. N., Kohl, H. W., 3rd, Barlow, C. E., Paffenbarger, R. S., Jr., Gibbons, L. W., & Macera, C. A. (1995). Changes in physical fitness and all-cause mortality. A prospective study of healthy and unhealthy men. *JAMA*, 273(14), 1093-1098. doi: 10.1001/jama.1995.03520380029031
- Carraro, A., Scarpa, S., & Ventura, L. (2010). Relationships between physical self-concept and physical fitness in Italian adolescents. *Perceptual and Motor Skills*, 110(2), 522-530. doi: 10.2466/pms.110.2.522-530
- Castro-Pinero, J., Artero, E. G., Espana-Romero, V., Ortega, F. B., Sjostrom, M., Suni, J., et al. (2010). Criterion-related validity of field-based fitness tests in youth: A systematic review. *British Journal of Sports Medicine*, 44(13), 934-943. doi: 10.1136/bjism.2009.058321
- Castro-Pinero, J., Laurson, K. R., Artero, E. G., Ortega, F. B., Labayen, I., Ruperez, A. I., et al. (2019). Muscle strength field-based tests to identify European adolescents at risk of metabolic syndrome: The HELENA study. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 22(8), 929-934. doi: 10.1016/j.jsams.2019.04.008
- Cooper, D. M., Weiler-Ravell, D., Whipp, B. J., & Wasserman, K. (1984). Aerobic parameters of exercise as a function of body size during growth in children. *Journal of Applied Physiology: Respiratory, Environmental and Exercise Physiology*, 56(3), 628-634. doi: 10.1152/jappl.1984.56.3.628
- Csanyi, T., Finn, K. J., Welk, G. J., Zhu, W., Karsai, I., Ihasz, F., et al. (2015). Overview of the Hungarian national youth fitness study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86 (Suppl. 1), S3-S12. doi: 10.1080/02701367.2015.1042823
- de Lannoy, L., & Ross, R. (2019). Physical activity, cardiorespiratory fitness, and obesity. In P. Kokkinos & P. Narayan (Eds.), *Cardiorespiratory fitness in cardiometabolic diseases: Prevention and management in clinical practice* (pp. 229-250). Cham: Springer International Publishing.
- Eisenmann, J. C. (2007). Aerobic fitness, fatness and the metabolic syndrome in children and adolescents. *Acta Paediatrica*, 96(12), 1723-1729. doi: 10.1111/j.1651-2227.2007.00534.x

- Espana-Romero, V., Artero, E. G., Jimenez-Pavon, D., Cuenca-Garcia, M., Ortega, F. B., Castro-Pinero, J., et al. (2010). Assessing health-related fitness tests in the school setting: Reliability, feasibility and safety; the ALPHA Study. *International Journal of Sports Medicine*, 31(7), 490-497. doi: 10.1055/s-0030-1251990
- Foley, S., Quinn, S., Dwyer, T., Venn, A., & Jones, G. (2008). Measures of childhood fitness and body mass index are associated with bone mass in adulthood: A 20-year prospective study. *Journal of Bone and Mineral Research*, 23(7), 994-1001. doi: 10.1359/jbmr.080223
- Church, T. S., Cheng, Y. J., Earnest, C. P., Barlow, C. E., Gibbons, L. W., Priest, E. L., et al. (2004). Exercise capacity and body composition as predictors of mortality among men with diabetes. *Diabetes Care*, 27(1), 83-88. doi: 10.2337/diacare.27.1.83
- Lang, J. J., Belanger, K., Poitras, V., Janssen, I., Tomkinson, G. R., & Tremblay, M. S. (2018). Systematic review of the relationship between 20m shuttle run performance and health indicators among children and youth. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(4), 383-397. doi: 10.1016/j.jsams.2017.08.002
- Laurson, K. R., Saint-Maurice, P. F., Karsai, I., & Csanyi, T. (2015). Cross-validation of FITNESSGRAM(R) health-related fitness standards in Hungarian youth. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86 Suppl 1, S13-20. doi: 10.1080/02701367.2015.1042800
- Lohbeck, A., Tietjens, M., & Bund, A. (2016a). Physical self-concept and physical activity enjoyment in elementary school children. *Early Child Development and Care*, 186(11), 1792-1801. doi: 10.1080/03004430.2015.1132708
- Lohbeck, A., Tietjens, M., & Bund, A. (2016b). A short German Physical-Self-Concept Questionnaire for elementary school children (PSCQ-C): Factorial validity and measurement invariance across gender. *Journal of Sports Sciences*, 35(17), 1691-1696. doi: 10.1080/02640414.2016.1230226
- Malina, R. M. (1996). Tracking of physical activity and physical fitness across the lifespan. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(3 Suppl), S48-57.
- Milliken, L. A., Faigenbaum, A. D., Loud, R. L., & Westcott, W. L. (2008). Correlates of upper and lower body muscular strength in children. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22(4), 1339-1346. doi: 10.1519/JSC.0b013e31817393b1
- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J., & Sjostrom, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: A powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32(1), 1-11. doi: 10.1038/sj.ijo.0803774
- Plowman, S. A., & Meredith, M. D. (Eds.). (2013). *Fitnessgram/Activitygram reference guide*. Dallas, TX: The Cooper Institute.
- Plowman, S. A., & Yan-Shu Liu, N. (1999). Norm-referenced and criterion-referenced validity of the one-mile run and PACER in college age individuals. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 3(2), 63-84. doi: 10.1207/s15327841mpee0302\_1

- 
- Ruiz, J. R., Castro-Pinero, J., Artero, E. G., Ortega, F. B., Sjostrom, M., Suni, J., et al. (2009). Predictive validity of health-related fitness in youth: a systematic review. *British Journal of Sports Medicine*, 43(12), 909-923. doi: 10.1136/bjism.2008.056499
- Saint-Maurice, P. F., Laurson, K. R., Kaj, M., & Csanyi, T. (2015). Establishing normative reference values for standing broad jump among Hungarian youth. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86(Suppl. 1), S37-44. doi: 10.1080/02701367.2015.1042416
- Saint-Maurice, P. F., Welk, G. J., Finn, K. J., & Kaj, M. (2015). Cross-validation of a PACER prediction equation for assessing aerobic capacity in Hungarian youth. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86(Suppl. 1), S66-73. doi: 10.1080/02701367.2015.1043002
- Tomkinson, G. R., Lang, J. J., Tremblay, M. S., Dale, M., LeBlanc, A. G., Belanger, K., et al. (2017). International normative 20 m shuttle run values from 1 142 026 children and youth representing 50 countries. *British Journal of Sports Medicine*, 51(21), 1545-1554. doi: 10.1136/bjsports-2016-095987
- Trinh, C. M., & Matthews, T. (2019). Predicting VO<sub>2</sub>max from 1- and 1.5-mile runs. [Abstract]. *International Journal of Exercise Science: Conference Proceedings*, 2(11), 8.
- Welk, G. J., Going, S. B., Morrow, J. R., Jr., & Meredith, M. D. (2011). Development of new criterion-referenced fitness standards in the FITNESSGRAM(R) program: Rationale and conceptual overview. *American Journal of Preventive Medicine*, 41(4), S63-67. doi: 10.1016/j.amepre.2011.07.012