

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta

0 6 -OB- 2009

čís.

př.

^



DIPLOMOVÁ PRÁCE

**Sportovní aktivity žáků 5. tříd ZŠ^v
v Benešově a okolí**

Kristýna Alexandrová
Učitelství pro 1. stupeň ZŠ
V. ročník

2008/2009

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci neopsala a pracovala jsem samostatně s použitím uvedené literatury.

V Praze dne:...

Podpis

Jmcno: Kristýna Alexandrova
Studijní obor: Učitelství pro 1.stupeň ZŠ
Název práce; Sportovní aktivity žáků 5.tříd ZŠ v Benešově a okolí
Anglický název: **Sports activities of fifth grade primary school pupils in Benešov and surroundings**
Vedoucí diplomové práce: Hájková Jana, PaedDr.

Cíl práce : Z teoretického hlediska vysvětlit pojmy spojené s termínem sportovní trénink a pojmy z oblasti sportu týkající se hlavně vztahu mládeži ke sportovní aktivitě. Zmapovat sportovní možnosti v Benešově a okolí pomocí dotazníku vyplněného žáky 5.tříd všech základních škol v Benešově. Dotazník je zaměřen na otázky týkající se možnosti sportovního vyžití a nabídky sportovních aktivit v Benešově. Na základě tohoto průzkumu zjistit, jakou část volného času mládež ve věku 10-11 let(5.ročník ZŠ) tráví sportovní aktivitou a na základě toho navrhnout možnosti zlepšení.

Metoda : Studium literatury vztahující se k tématu sportovní aktivity mládeže a vývoje sportu v posledních letech. Průzkum pomocí písemného dotazníku vybrané skupiny všech žáků navštěvujících 5. třídy ZŠ v Benešově

Výsledky : Objasnit a upřesnit vztah žáků 5. tříd benešovských základních škol ke sportovní aktivitě, trávení volného času a oblíbenosti sportů a sportovišť, které město Benešov nabízí.

Klíčová slova : sport, sportovní a pohybová aktivita, nabídka sportovního vyžití, zdravý životní styl

Key words : sport, sports and motion activity, offer of sports self-realization, healthy life style

OBSAH

Úvod.....	str. 1
Problém a cíl práce.....	str. 3
I TEORETICKÁ ČÁST.....	str. 5
1 Sportovní a pohybové aktivity.....	str. 5
1.1 Sportovní aktivity.....	str. 5
1.2 Pohybové aktivity.....	str. 6
1.2.1 Pohyb podmiňuje zdraví.....	str. 6
1.2.2 Zdravotně orientovaná zdatnost.....	str. 7
2 Sport.....	str. 10
2.1 Sportovec.....	str. 10
2.2 Sféry sportu.....	str. 12
2.3 Zvláštnosti sportovních odvětví.....	str. 14
2.4 Sportovní příprava.....	str. 14
2.1 Východiska sportovní přípravy.....	str. 15
5.2 Cíle sportovní přípravy.....	str. 16
3 Sport v kontextu dnešní doby.....	str. 17
3.1 Historické proměny.....	str. 17
3.2 Sport jako náplň volného času.....	str. 19
3.3 Užitečnost pohybové aktivity.....	str. 21
3.3.1 Funkce sportu u dětí a mládeže.....	str. 22
3.4 Charakteristika sportovního prostředí v České republice.....	str. 23
3.4.1 Současný stav tělovýchovy a sportu v České republice a jeho hlavní problémy.....	str. 26
3.4.2 Ekonomické zabezpečení sportu v České republice.....	str. 26
3.4.3 Tělesná výchova a sport na školách.....	str. 27
3.4.4 Další organizace podporující sportování dětí a mládeže.....	str. 28

4 Benešov a okolí.....	str. 30
4.1 Stručná charakteristika města.....	str. 30
4.2 Sportovní historie města Benešov.....	str. 32
4.2.1 Tělovýchovné a sportovní systémy na Benešovsku (Sokol).....	str. 32
4.2.2 Sportovní organizace na Benešovsku.....	str. 33
4.3 Tělesná výchova a sport na školách v Benešově.....	str. 38
4.4 Sportovní areály a centra v Benešově.....	str. 41
II PRAKTICKÁ ČÁST.....	str. 49
5 Hypotézy.....	str. 49
6 Metody a postup práce.....	str. 51
7 Výzkumná část.....	str. 52
7.1 Použitý výběrový soubor.....	str. 52
7.2 Popis experimentu.....	str. 52
7.3 Výsledky výzkumu.....	str. 53
8 Diskuze.....	str. 66
9 Závěr.....	str. 71
Seznam použité literatury.....	str. 73
Internetové zdroje.....	str. 76
Seznam tabulek a grafů.....	str. 77
Přílohy.....	str. 80
DOTAZNÍK.....	str. I
PLAKÁT : NABÍDKA SPORTOVNÍCH AKTIVIT.....	str. V

ÚVOD

Před samotným psaním diplomové práce jsem vybírala katedru, na které bych svou práci mohla konzultovat. Poté přišla na řadu část, jakým směrem by se má práce měla ubírat. Má volba padla na katedru tělesné výchovy, jelikož sport k mému životu ve větší či menší míře neodmyslitelně patřil a na vysoké škole jsem studovala se zaměřením právě na tělesnou výchovu. Vždy jsem se nějakému sportu věnovala aktivně v nějakém klubu či jiné organizaci nebo alespoň rekreačně. Dá se říct, že sport hrál v mém dětství a dospívání celkem důležitou roli. Věnovala jsem se gymnastice, atletice, plavání, basketbalu, volejbalu a mnoha dalším míčovým hrám. Docházela jsem na různé zájmové kroužky nebo se tréninků účastnila při škole, kterou jsem navštěvovala a v dané sportovní disciplíně jsem i reprezentovala na různých soutěžích a turnajích, proto mě napadlo zjistit, jaký sport a možnosti sportovního vyžití mají děti a dospívající ve městě, kde jsem vyrůstala i já.

V současnosti je problematika využití volného času u dospívajících často diskutovaným tématem. Dnešní doba je pro děti otevřenější vůči negativním vlivům společenského vývoje. Více dětí nežli dřív má zkušenosti s kouřením, pitím alkoholu, či dokonce s drogami. Myslím si, že hodně dětí svým volným časem plýtvá, jelikož nemají žádnou oblíbenou aktivitu, která by měla vliv na pozitivní utváření jejich osobnosti. Dříve byl sport u dětí zastoupen v daleko větší míře, než v současnosti. Nyní se lidé musí vyrovnávat s onemocněními a svalovými dysbalancemi, které hypokinetický způsob života přináší, proto je důležité zajímat se, jak děti svůj volný čas tráví. Dbát na to, aby během dospívání měly dostatek možností využití volného času a mohly si vybrat, ať už z umělecky či sportovně zaměřených kroužků a aby rozvíjely své předpoklady pro různé činnosti.

Vyrůstala jsem v Benešově, bývalém okresním městě, které leží ve středních Čechách necelých 50km od Prahy. Napadlo mě, že by bylo zajímavé zaměřit se na možnosti, které mé rodné město skýtá v dnešní době a zjistit možnosti sportovního vyžití dospívajících v Benešově. Potřebovala jsem zmapovat, které druhy sportů je

možné v Benešově provozovat, zda existuje spolupráce mezi školami a sportovními kluby, jak je ovlivněna dostupnost jednotlivých sportů z hlediska místní dostupnosti a času, kterému sportu se děti nejvíce věnují a jak se na jejich rozhodnutí podílí rodiče či jejich vlastní aktivita.

PROBLÉM, CÍL A ÚKOLY PRÁCE

Problém, kterým jsem se ve své práci chtěla zabývat, by se dal shrnout do několika otázek:

- 1) Jaké místo v životě a hlavně ve volném čase dnešních dětí (žáků 5.ročníku ZŠ) má sportovní vyžití?
- 2) Jaké sporty tato sledovaná skupina preferuje?
- 3) Je nabídka těchto aktivit uspokojující a dostatečná?
- 4) Jak je možné ze zjištěných průzkumů a výsledků zajistit případné změny a doporučení?

Cílem mé práce je zhodnotit a vyzkoumat, v jaké míře se žáci ve věku 10-12 let navštěvující 5.třídy základních škol v Benešově věnují sportovním aktivitám. Zdali je
"7
přísun pohybu dostatečný a zda je v Benešově a okolí dostatek možností pro sportovní činnosti.

Úkoly práce je možné shrnout do těchto bodů:

- 1) Snažit se vysvětlit základní termíny a otázky spojené s problematikou, která se týká sportování dětí a mládeže, zapojení do sportovního tréninku, sportovní přípravy a tréninkové jednotky. Objasnit správné chování a osobnost trenéra a otázku výběru talentů.
- 2) Zmapovat a zjistit všechny sportovní možnosti, jaké Benešov a okolí nabízí.
- 3) Vymyslet a vypracovat dotazník. S jeho pomocí zjistit sportovní aktivity žáků 5. tříd na benešovských základních školách.

- 4) Zpracovat výsledky a utříditi je v tabulkách a grafech.

- 5) Nad výsledky se zamyslet a vytvořit závěr. V závěru vyjít ze zjištěných informací a navrhnout způsob řešení některých otázek týkajících se sportování dětí a mládeže.

I TEORETICKÁ ČÁST

1 SPORTOVNÍ A POHYBOVÉ AKTIVITY

Při sportování dětí, mládeže i celé populace se využívají pojmy pohybové a sportovní aktivity, které lze najít v názvu této diplomové práce. Pohybové aktivity je možné chápat jako pojem sportovní aktivitě nadřazený. Až do nedávné doby byla v české odborné terminologii rozlišována tělesná výchova, pohybová rekreace a sport. Všechny tyto tři způsoby pohybové aktivity je možné brát jako atributy tělesné kultury. Za tělesnou výchovu byla považována pohybová aktivita povinná ve škole jako součást vzdělání a výchovy. Tělesná výchova má vliv na udržení zdraví, vytvoření trvalého vztahu k pohybu jako součásti životního stylu. Pohybovou rekreací se rozuměla zájmová pohybová činnost prováděná ve volném čase, ta měla za úkol obnovu sil, udržování tělesné a duševní kondice a příjemné prožívání volného času. Sport charakterizovala dobrovolná pohybová aktivita, motivovaná snahou po dosažení maximální výkonnosti. V posledních letech se však sport chápe jako všechny formy tělesné činnosti a pojmy sportovní a pohybové aktivity začínají pomalu splývat, ale lze je stále i rozlišovat.

1.1 SPORTOVNÍ AKTIVITY

Jako sportovní aktivity jsou nejčastěji chápány činnosti spojené konkrétně s nějakým druhem sportovního odvětví. Děti se sportovních aktivit účastní v zájmových kroužcích a v jiných organizacích a jsou realizovány soutěžích na různých úrovních.

„Sportovní činnost chápeme jako sled pohybů probíhající v prostoru a čase a zaměřených na řešení konkrétního úkolu. V tomto smyslu lze také pohybovou složku

sportovní činnosti členit na dílčí části různého řádu. Sportovní pohyby se podle charakteru rozdělují na tři základní typy: acyklické, cyklické a kombinované." ¹

1.2 POHYBOVÉ AKTIVITY

Do pohybové aktivity je zahrnuta veškerá pohybová aktivita, kterou jedinec vyvine za den. Pohybová aktivita udržuje organismus v dobrém zdravotním a duševním stavu. Prostřednictvím pohybové aktivity se orgány rozvíjejí. Nejedná se tedy jen o posilování ve fitness centrech, ale především o chůzi a fyzickou práci - může se jednat o turistiku, běh, plavání či práci na zahradě.

Do pohybové aktivity člověka patří veškeré chování a jednání uskutečněné jeho pohybovým aparátem. Pohybových chováním chápeme soubor pozorovatelných pohybových činností živočichů, jimiž se uskutečňuje vzájemné působení mezi nimi a prostředím. Pohybové chování lze vysvětlit jako specificky lidská vůlí řízená pohybová aktivity vyznačující se vědomým záměrem. Dle Frómela jde o komplex lidského chování, které zahrnuje všechny pohybové činnosti člověka. Je uskutečňována zapojením kosterního svalstva při současné spotřebě energie.

1.2.1 POHYB PODMIŇUJE ZDRAVÍ

Udržení dobré kondice, zdravého životního stylu a optimální váhy je vázáno na dostatek pohybu. Pohyb hraje v dnešní moderní době důležitou roli v životě člověka každého věku. Pomáhá udržet lidský organismus v dobrém zdravotním stavu a tělesné i duševní kondici. Pokud lidskému tělu chybí dostatek pohybu, ztrácí svalovou hmotu. Dochází k ochabování svalů, které nahrazuje tuk, neboť energetický příjem je vyšší než spotřeba. Celková hmotnost se zvyšuje a může docházet ke zdravotním problémům

¹ DOVALIL, Josef; CHOUTKA, Miroslav. Sportovní trénink, Praha: Olympia, nakladatelství Karolinum, 1991, ISBN 80-7033-099-6 (str. 132)

s klouby, srdcem, diabetem a podobně. Pohybové režimy spolu s nutričními - výživovými a režimovými opatřeními mají nezastupitelné místo v rámci preventivních programů u civilizačních onemocnění

Pohybové chování je souborem pozorovatelných pohybových činností živočichů včetně člověka, jimiž se uskutečňuje působení mezi nimi a prostředím. Pohybové jednání člověka je specificky lidská vůlí řízená pohybová aktivita. Jde o sled aktivit směřujících k jasně stanovenému cíli uskutečňované jeho pohybovým aparátem. Castersen uvádí, že pohybovým režimem je chápán každý tělesný pohyb prováděný kosterním svalstvem, jehož výsledkem je výdej energie. Dle Teplého jím rozumíme uspořádání všech opakovaných pohybových činností, které se vyskytují ve způsobu života člověka v daném časovém intervalu. Obecně jde o systematické uspořádání pohybových činností v daném časovém úseku

1.2.2 ZDRAVOTNĚ ORIENTOVANÁ ZDATNOST

Blair uvádí, že: „*Tělesnou zdatnost lze definovat jako souhrn vlastností (charakteristických znaků), které lidé mají nebo jichž dosahují a které souvisejí se schopností vykonávat tělesnou činnost.*“²

Sharkley uvádí, že zdatnost představuje tělesnou a duševní úroveň jedince a to takovou, aby byl schopen vypořádat se s denními úkoly a to bez nepřiměřené únavy a zároveň měl dostatek energie pro svůj duševní život.

V dnešním pojetí není zdatnost chápána jako kategorie odrážející výkon (tzv. výkonově orientovaná zdatnost), ale jako zdatnost, která má vliv na zdravotní stav a působící preventivně na problémy spojené s hypokinézou (pohybovou nečinností). Ve světové i domácí literatuře je uváděna pod pojmem health-related fitness (Bunc, 1998).

² SLEPIČKOVÁ, Irena. Sport a volný čas, Praha: UK, nakladatelství Karolinum, 2005 (str. 50)

Takto pojatá tělesná zdatnost vytváří nezbytné předpoklady pro účelné fungování lidského organismu, a tedy i předpoklad pro dobrou pracovní výkonnost.

Pravidelný pohyb, správné držení těla a tělesná zdatnost jsou základem zdravého životního stylu. Zdatnost je v současnosti chápána nikoli jako kategorie odrážející výkon, ale jako kategorie ovlivňující zdravotní stav. V poslední době se tedy do popředí dostává právě zdatnost zdravotně orientovaná. Obecná zdatnost je předpokladem pro efektivní fungování lidského organismu s optimální účinností. Je podmíněna fyziologickými funkcemi organismu. Člověk potřebuje minimální zdatnost, aby si udržel přiměřený zdravotní stav pro produktivní život.

TABULKA č. 1 : Doporučený počet hodin pohybové aktivity za týden

Věk (let)	Hod/týdně	Věk **	Muži (hod./týd.)	Ženy
3-6	14-16	7-10	8-12	8-12
7-15	10-12	11-14	11-10	11-10
16 a více	6-8	15-18	7-10	7-10
		19-20	6-7	6-8

1.2.2.1 SLOŽKY ZDRAVOTNĚ ORIENTO VANÉ ZDATNOSTI

Mezi složky zdravotně orientované zdatnosti patří aerobní zdatnost, silová zdatnost, pohyblivost a složení těla.

Aerobní zdatnost je chápána jako schopnost přijímat, přenášet a využít kyslík. K jejímu rozvoji dochází při aerobní činnosti, což je činnost delšího trvání. Na této činnosti se podílejí velké svalové skupiny, dýchací soustava a srdečně cévní systém. Světová zdravotnická organizace doporučuje jako univerzální tělesnou aktivitu

s intenzitou nejméně 2/3 aerobní kapacity s frekvencí 2 - 3krát týdně po dobu nejméně 20 min.

Součástí svalové zdatnosti jsou síla, vytrvalost a flexibilita. V posledních letech se objevují nové trendy v podobě cvičení body-building, neboli formování postavy či **kondiční kulturistika. Tato cvičení sebou nesou vypracovanější muskulatura a tím pádem nárůst tělesné hmotnosti v podobě aktivní hmoty.**

Pokud má sportovní aktivita přispívat k zlepšování zdravotně orientované zdatnosti, není dobré soustředit se pouze na jednu sportovní činnost. Sport nabízí řadu zajímavých a pestrých aktivit, které lze kombinovat tak, aby k rozvoji zdravotně orientované zdatnosti docházelo. Důležité je, aby se děti a mládež sportu věnovali aktivně a předcházet onemocněním, které sebou neaktivita organismu přináší.

2 SPORT

Evropská charta sportu v roce 1992 vysvětluje sport takto: „*Sportem se rozumí všechny formy tělesné činnosti, které si prostřednictvím organizované účasti či nikoli kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztáhli nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních.*”³

Sport patří od pradávna k nejvýraznějším společenským jevům v celém světě. Zpočátku šlo pouze o zájmovou činnost, ale nakonec přerostl ve významnou oblast, která ovlivňuje všechny sféry lidského života. V každé zemi se sport vyvíjel různými způsoby, záleželo hlavně na společensko-ekonomických podmínkách. Sport má vliv na hodnoty zdravotní, vzdělávací, výchovné, kulturní a sociální. Se sportem se setkává každý člověk během svého života. Někdo se zapojí aktivně, někdo pouze pasivně. Pokud se sport stane součástí životního stylu, má jedinec možnost zlepšovat svou kondici a tím lépe odolává vnějším škodlivým vlivům.

Jádrem sportu jsou konkrétní sportovní činnosti a jejich různorodý charakter poskytuje sportovcům, divákům i dalším příznivcům možnost k uspokojování jejich potřeb a zájmů dle individuálních předpokladů a možností. Proces sportovního tréninku je charakterizován dobrovolnou snahou po zdokonalování ve vybraném sportovním odvětví nebo disciplíně. Má povahu dlouhodobého výchovně vzdělávacího procesu, jehož vliv se odráží v růstu výkonnosti a zdatnosti, ale i upevňování zdraví a třibení rysů osobnosti jedince, je-li správně zaměřen, rozvíjí všestranně a harmonicky osobnost.

2.1 SPORTOVEC

Základem sportu je sportovní aktivita organizovaná ve sportovních kolektivech, ve kterých se děti a mládež sdružují. Činnost sportovce je cílevědomé zdokonalování

³ SLEPIČKOVÁ, Irena. Sport a volný čas, Praha: UK, nakladatelství Karolinum, 2005. (str. 28)

schopností ve vybraném sportovním odvětví nebo disciplíně. U mladistvích připadá v úvahu i sport jako prostředník mezi volnočasovou aktivitou a uspokojováním potřeb. Sportovní prostředí není jediným prostředím, které má na člověka vliv. Člověk je vychováván v podmínkách rodiny, školy, společenských organizací a zde jsou pokládány základy jeho osobnosti. Limitujícím činitelem je dobrovolnost, zájem, svoboda a sportovní motiv. Sportovec rozvíjí své vrozené předpoklady za působení prostředí, v němž žije a výchovného působení společenských institucí (rodiny, školy, trenéra,...).

Vývoj každého jedince má individuální charakter. Sportovní život se odehrává převážně v kolektivech. Vztah sportovce k tréninkové činnosti se projevuje v uvědoměném přístupu. Sportovci pomáhá trenér, který se chová dle pedagogických zásad za předpokladu přátelského a důvěrného vztahu.

Důležitým aspektem jsou vrozené dispozice pro konkrétní druh sportu. Talent však není sám o sobě dostatečnou zárukou úspěchu. Vedle talentu hraje důležitou roli zejména ambicióznost, ctižádost, cílevědomost, píle, pracovitost, odpovědnost, náročnost k sobě samému, ale i skromnost, vztah k ostatním a ohleduplnost. Tyto vlastnosti vyplývají z osobnosti a charakteru. Charakter určuje vztah sportovce ke světu, k ostatním lidem i k sobě samotnému. Tréninkem a soutěžením se vlastnosti dále rozvíjejí a vytvářejí typ osobnosti sportovce.

Hnací silou v životě sportovce je motivace. Uplatňuje se ve výkonnostních cílech ale i v celkových životních cílech. Motivace určuje i aktuální postoje k řešeným úkolům a přispívá k uvědomělé tréninkové činnosti.

Formování osobnosti pokračuje i v podmínkách soutěží. Soutěže mají přesná pravidla a institucionální charakter, jelikož se konají pod přísnou kontrolou rozhodčích i veřejnosti. Hlavním předpokladem úspěchu je zvládnutí prostředí soutěží. Jde o odlišné prostředí než v tréninkové jednotce. Základem je odolávání vnějším vlivům. Důležitá je schopnost regulovat psychické procesy a stavy. Nejde jen o zvládnutí předstartovních stavů, ale i osvojení reakcí na průběh soutěžních situací. Všeobecně se

tento stav nazývá připravenost k výkonu. Sportovec v soutěžích demonstruje úroveň své trénovanosti. Soutěž znamená absolutní srovnání všeho, co sportovci získali rozvojem talentu dlouhodobou tréninkovou činností a schopností uplatňovat výsledky tréninkové činnosti ve sportovním klání.

2.2 SFÉRY SPORTU

Sport lze rozdělit na dvě sféry - sféru aktivního sportu a sféru diváckého sportu. U dětí ve věku 10 až 12 let se většinou setkáváme s diváckým sportem, aktivním sportem na úrovni rekreačního a výkonového sportu. Vrcholový sport se objevuje spíše u věkově starší populace.

DIVÁCKÝ SPORT

Divácký sport se díky vyspělé komunikační technice stal neobyčejně populární. Masmédia a technika dosáhla takové úrovně, že se široké veřejnosti dostává možnosti účastnit se všech významných sportovních akcí. Ve volném čase přináší sportovním nadšencům a pozorovatelům hodnotné zážitky. Sport tedy obohacuje společenský a kulturní život lidí, poskytuje hodnotnou zábavu a poučení. Sledování sportovních turnajů a zápasů se často stává i výzvou k aktivnímu sportování.

AKTIVNÍ SPORT

Nejvíce prosazovaná je sféra aktivního sportu. Společenským a historickým vývojem se vyčlenily tři úrovně aktivního sportu. Jde o sport rekreační, výkonnostní a vrcholový.

REKREAČNÍ SPORT

Rekreační sport hraničí s rekreační tělesnou výchovou. Cílem je odpočinek a regenerace sil, upevnění zdraví, zdatnosti a výkonnosti. Jde o dobrovolný zájem

člověka v nejrůznějších sportovních činnostech. Slouží k uspokojování potřeb a výchově v rámci sociálních skupin. Formy rekreačního sportu mohou být nejrůznější soutěže, které se mohou organizovat na úrovni místní, krajské nebo celostátní. V těchto soutěžích se odráží a prověřuje osobní výkonnost soutěžících.

VÝKONNOSTNÍ SPORT

Výkonnostní sport se člení na sportovní odvětví. Je určen pro děti zdravé bez odchylek od zdravotního stavu, které chápou sport jako součást způsobu života. Nejdříve jde pouze o potřebu pohybu, tato potřeba se později mění v potřebu dobrého výkonu. Jde o činnost sportovních oddílů v propracovaném systému soutěží. Sportovci se setkávají na soutěžích, kde měří své síly. Snahou o zlepšení výkonnosti, prohlubují sportovci vztah k tréninkové činnosti. Rozšiřuje se tedy jak obsah, tak intenzita sportovního tréninku, a tím dochází k ovlivňování tělesného, psychického a sociálního vývoje sportovců. Cílem je dosahování individuálně nejvyšších výkonů na základě systematické a zpravidla dlouhodobé přípravy. Důležitým aspektem je spontánnost, dobrovolnost a vlastní aktivita ve volném čase. Dochází k seberealizaci a uplatnění se v kolektivu, radosti z výsledků dosažených vlastním úsilím a spontánně vytvořené sociální vztahy sblížují potřeby a zájmy sportovců v kolektivu, a tím kladně ovlivňují na celý život.

VRCHOLOVÝ SPORT

Vrcholový sport je poslední nejvyšší metou sportovní aktivity člověka. Sportovec reprezentuje rodnou zemi na všech možných typech soutěží, kde se setkávají různé národy a měří své síly.

Při tréninku dětí musí být vždy na paměti, že dítě není dostatečně fyzicky ani psychicky vybaveno, a proto se musí vždy s náplní tréninkové jednotky pracovat tak, aby odpovídala možnostem, znalostem a dovednostem dětí. Rozdíl od dospělého je v tom, že dítě má jinou stavbu kostí, jinak mu pracuje srdce, jinak přemýšlí a nemá tolik zkušeností. Je důležité brát každé dítě jako individualitu a nemít pro všechny stejné

cíle. Pro někoho je možné cíl zvýšit, pro jiného snížit. Každé dítě má jiné možnosti a je nutné pracovat na zdokonalení dovedností individuálně. Důležité je děti nesrovnávat mezi sebou, ale využívat individuálně vztahovou normu. U tréninku dětí jde o přípravu na možnou budoucí činnost - jde především o nácvik, rozvoj pohybových dovedností a schopností. Trénink je proto zaměřen na kvalitu zvládnuté dovednosti a zainteresovanost. Dětská osobnost nedokáže dlouho udržet pozornost, proto je důležité, aby aktivity děti bavily. V další řadě by mělo jít o radost z pohybu, pocitu sounáležitosti

2.3 ZVLÁŠTNOSTI SPORTOVNÍCH ODVĚTVÍ

Každý sport má jiné nároky na kondici, množství dovedností, úroveň uplatnění mentální úrovně a na taktickou vyzrálост jedince. Sporty se liší obsahem i úrovní schopností a dovedností jedince.

Vrcholná výkonnost, tedy když je jedinec v nejlepší tělesné i psychické kondici a má tedy předpoklady pro způsob nejnáročnějšího tréninku a pro nejvyšší výkony, je v každém sportu různá. Ve většině sportů jsou údaje o věku vrcholové výkonnosti k dispozici. Společnost však neustále očekává lepší výkony, proto se i věk pro vrcholovou výkonnost snižuje. S tím souvisí i problém ranné specializace.

2.4 SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA

Sportovní příprava je systematicky vedený pedagogický proces, který je zaměřený na výchovu zdravých, všestranných sportovců, kteří na základě harmonického vývoje dosáhnou v období plného rozvoje sil nejvyšších výkonů ve vybraném sportu. Většina lidí se ke sportu dostává v raném věku a následně je tento druh sportu provází do dospělosti. Se sportovní přípravou se tedy setkávají jedinci ve věku na základní škole. Sportovní přípravou prochází děti a mládež věnující se organizované sportovní aktivitě.

2.4.1 VÝCHODISKA SPORTOVNÍ PŘÍPRAVY

Sportovní příprava se vztahuje na děti a mládež v období jejich intenzivního vývoje a řídí se třemi východisky - respektování věkových zákonitostí vývoje organismu a osobnosti, všestrannost a perspektivnost. Tyto východiska je nutné dodržovat, jelikož mají vliv na vztah ke sportu po celý život.

Pro trénink v určitých sportech je nutné znát zákonitosti vývoje dětského organismu. Jde o poznatky somatického, fyziologického, psychického a sociálního vývoje. Znalost a rozbor řečených faktorů umožňuje volbu správných a účinných postupů při vytváření a zdokonalování pohybových dovedností, při rozvíjení pohybových schopností, při celkovém zatěžování organismu a osobnosti, ovlivňují výběr přiměřeného obsahu a forem, stanovení množství tréninkových cviků, účinnou stavbu a plánování několikaletého procesu sportovní přípravy. Respektování věkových zákonitostí znamená celkově odlišný přístup ke všem složkám sportovní přípravy z hlediska kvantity a kvality.

Pokud má sportovec nízkou úroveň všestranného základu, je v přímé souvislosti s předčasně ukončeným výkonnostním vývojem. Vysoká úroveň všestrannosti je nutným předpokladem pozdějšího specializovaného tréninku a předpokladem rozvoje osobnosti mladého sportovce.

Perspektivnost znamená uplatňování principů přiměřenosti, soustavnosti a postupnosti v procesu sportovní přípravy, jak z hlediska vývojových zákonitostí příslušné věkové skupiny i jednotlivců, tak z hlediska požadavků sportovního tréninku i jeho složek a stavby. Perspektivnost jako východisko sportovní přípravy mládeže je zdůvodněno skutečností, že optimální biologické a psychické předpoklady pro maximální sportovní výkony jsou ve většině sportů v současnosti v etapě dospělosti. I když se věk pro dosahování světových výkonů snižuje, nezkracuje se trvání vrcholné výkonnosti u jednotlivců ani kolektivu.

2.4.2 CÍLE SPORTOVNÍ PŘÍPRAVY DĚTÍ

Všeobecně existují dva přístupy k pojetí cíle sportovní přípravy dětí. Prvním, podle mě hlavním a důležitějším, je sportovní aktivita jako náplň volného času dětí. Druhým je názor, že sportovní aktivita a trénink je důležitá jako prostředek k cíli. Cílem je myšleno vítězství. Je nutné podotknout, že touha po vítězství je často důležitou komponentou ve sportování dětí. Pokud učitel na základní škole vyřkne větu, že následující aktivita bude soutěž nebo hodnocena bodově, má zajištěno, že se celá třída bude snažit a aktivně se zapojí. Pokud bych měla možnost definovat cíl sportovní přípravy dětí, řekla bych, že jde o výbornou možnost pro celkový rozvoj dítěte pomocí vyplnění volného času a touha po vítězství či možnost soupeření, může být příjemnou hnací silou. Je však nutné mít své touhy pod kontrolou, a proto je přítomen trenér nebo učitel, který má možnost děti ovlivňovat, radit či vysvětlovat.

3 SPORT V KONTEXTU DNESNI DOBY

Pohled na sport se v posledních letech velice změnil. Sport i volný čas prošel změnami souvisejícími s evolucí společnosti. Pro současný společenský vývoj jsou určující dva trendy-globalizace a individualizace.

Globalizace je spojena s vývojem moderní společnosti. Počátky se kladou mezi 15. a 18. století. Došlo k ekonomickým proměnám společnosti charakterizovaných industrializací, kapitalismem, urbanizací a masovou komunikací. Pro sport znamená globalizace stírání hranic mezi zeměmi ve smyslu stejné podoby určitého sportu v různých zemích, rychlé šíření nových sportovních disciplín a podobně.

Individualizace se projevuje jako sebezprosažení jedince. Jde o důraz na osobní úspěch. V současnosti se však znovu objevují socializační a humanizační hodnoty sportu.

Sport je v současné době vázán na vývoj technologií a konstrukční kvality. Moderní sportovní vybavení a jeho dostupnost zpřístupňuje široké veřejnosti řadu sportů. Dnešní sport nabízí širokou nabídku možností a poskytuje prostor pro každého jedince-pro jeho seberealizaci a vyjádření hodnot. Sport je heterogenní, co do obsahu i organizačních forem. Nejde jen o sport spojený s výhrou a vynikajícími výkony, ale i s radostí, zábavou, zdravím a dobrodružstvím.

3.1 HISTORICKÉ PROMĚNY

Dnešní podoba sportu je výsledkem historického vývoje. Slovo sport se začalo používat v Anglii v době vzniku novodobého sportu pro pohybové hry a soutěživá cvičení. Pro některé lidi se sport stal prostředkem k vydělání prostředků k životu (profesionální zápasníci či boxeři) a pro jiné především z vyšších společenských vrstev zábavou.

Po první světové válce došlo k rozvoji klubů a organizací na národní a mezinárodní úrovni. Došlo k institucionalizaci sportu. Sport měl však stále jen rekreační charakter.

Po druhé světové válce se ve sportu objevuje výkonnostní prvek. Začal se prosazovat výkon a soutěživost. Sport se stal polem soupeření dvou politických systémů-západního kapitalistického a východního socialistického.

V 60.letech se ve sportu projevuje negativní dopad civilizačního pokroku. Velký rozdíl v pojetí sportu mládeže nastal po roce 1989. Pokud jsem si vypůjčila knihu vydanou před rokem 1989, většinou se text točil neustále kolem reprezentace socialistického státu, rozvoje socialistického občana a podobně. Socialistické pojetí sportu a mládeže bylo spojované hlavně se selekcí sportovních talentů. Šlo o oddělování do sportovních tříd a škol. Hlavní bylo výchova a příprava budoucí sportovní elity reprezentantů socialistického státu. Vše bylo prezentováno jako vlastenecká povinnost. I v dnešní době je však občas vidět přežívající socialistické pojetí sportu a mládeže.

Změna přinesla odlišné poměry a naši elitní reprezentanti se proměnili na výborně placené profesionály. Došlo ke změnám ve vazbě mezi sportem mládeže a profesionálním sportem. Profesionálové se stali vzory, avšak jinými než dříve. Ukazují lidem, že sportovním výkonem a pílí lze vydělávat peníze. Sportovci se stávají zbožím. Vznikl trh s člověkem, který nemá možnost o sobě rozhodovat sám, ale tato rozhodnutí za něj dělá klub, za který hraje. Tento stav se přesunuje právě i do kategorií mládeže. Profesionální sport nahradil bývalý socialistický vrcholový sport.

Sport je sociálním jevem, ovlivnily jej a výrazně zasáhly společenské změny uplynulých 50-ti let. Sport byl vždy spojen hlavně s mladou generací, pro kterou je pohybová aktivita bližší a přirozenější. Dnes je sport ve své aktivní podobě blízký lidem všech věkových kategorií. Sport je jednou z možností náplně volného času.

Ve sportu se objevují i negativní jevy, které přináší zejména unfair jednání, komercializace sportu či zakázané dopingové prostředky. Sport má určitá specifika i řadu výhod. Jde o prevenci, podporu zdraví a prevenci negativních sociálních jevů.

Společenské klima se v naší zemi během posledních deseti let výrazně změnilo. Je uvolněnější, liberálnější, otevřené nejrozličnějším vlivům, proto sport integrovaný do životního stylu populace a zejména dospívající generace představuje vklad do příznivého vývoje společnosti. Společnost se sociálně i ekonomicky diferencuje. Na jedné straně jsou dětem na školách předkládány zásady správné výživy, na straně druhé působí reklama a nabídka rychlého občerstvení, jejichž nadměrná konzumace se promítá do zdravotního stavu. Proto je péči o volný čas a sport mládeže nutné věnovat pozornost a vytvářet podmínky pro rozvoj.

3.2 SPORT JAKO NÁPLŇ VOLNÉHO ČASU

Již z přirozenosti člověka je pohyb základní dovedností, kterou ihned po narození získává. Během zrání se u dítěte první nekoordinované pohyby mění v záměrné, dítě se učí lézt a poté chodit a na závěr i běhat. Již od pradávna byl sport či pohybové hry považovány za zábavné vyplnění volného času a je tomu tak i dnes.

Pokud vycházíme z přirozené potřeby pohybu, je u dětí v mladším školním věku dost vysoká, jde přibližně o šest hodin aktivního pohybu na den. Každý vidí při pohledu z okna houfy hrajících si dětí - hry na schovávanou, přehazovaná a další míčové hry patří mezi nejoblíbenější, které si na své aktivity najdou i na malém sídlišti nějaké místo, kde hru provozovat. Děti se těmito činnostem věnují rády a bez donucení. Sportovní aktivita vede k příznivému fyzickému, mentálnímu a emocionálnímu vývoji dětí. Napomáhá učit se odpovědnosti, soustředit se a pravidlům, které je nutno dodržovat. Celkově dodává dítěti sebedůvěru.

Hodina tělesné výchovy je často nejoblíbenějším vyučovacím předmětem ve škole. Její funkce jsou výchovné, zdravotní a socializační. Avšak pouhá hodina či dvě za týden nestačí k tomu, aby se dítě stalo dobrým sportovcem v daném sportovním odvětví nebo aby se věnovalo sportovní aktivitě, která ho zajímá, líbí se mu a baví ho. V tuto chvíli nastupuje možnost začít se určitému druhu sportu věnovat účelově, docházet na tréninky a mít sen o své úspěšnosti či zapojení se do vrcholového sportu.

V současnosti je popularita sportovců velice vysoká. V médiích se sportovci prezentují stejně často jako populární osobnosti z řad zpěváků či herců. Většina malých chlapců má jako vzor známého fotbalistu, hokejistu či jiného sportovce.

Cíl sportovní aktivity nemusí být pouze v možnosti postoupit až do nejvyšší soutěže, může jít i pouhé nalezení uspokojení ve sportovním vyžití. To je hlavní důvod, proč se lidé sportu věnují. Daná aktivita je baví a naplňuje. I když člověk ví, že se v daném sportu nikdy nestane vrcholovým profesionálním sportovcem či olympijským vítězem, má dané své vlastní menší cíle a každý krok dopředu ho naplňuje příjemným pocitem.

Pro maximální sportovní výkony, které jsou na současné sportovce kladeny, nestačí již krátkodobé zaměření tréninku, ale jde o dlouhodobý proces, který začíná již v relativně nízkém věku. Sportovní příprava dětí se proto vyznačuje hlavně přípravným charakterem.

Sport dětí a mládeže je v současné době důležitým společenským jevem. V poslední době se sport velice rozvíjí a přináší sebou daleko více možností. Sportovní příprava dětí klade řadu otázek biologických i společenských. Jde o komplexní vzdělávací proces, který musí respektovat zákonitosti vývoje organismu, osobnosti dětí a mládeže a cíl sportu. Optimální věk pro dosažení individuálních maximálních výkonů se snižuje a to vede k posunutí začátku sportovní specializace.

3.3 UŽITEČNOST POHYBOVÉ AKTIVITY PRO ČLOVĚKA

Již od pradávna potřeboval člověk k přežití v přírodě pohybovou aktivitu. V posledních dvou stoletích však dochází ke změně, jelikož společnost došla k neobyčejnému technickému pokroku a člověku se život usnadňuje. To sebou nese i negativní efekty, dochází k minimalizování fyzické námahy. S pokrokem přichází problém shypokinezi a civilizačními chorobami. Lze konstatovat, že přiměřená pohybová aktivita patří vedle výživy a životního stylu k hlavnímu předpokladu zdravého života.

Pohybová aktivita má vliv konkrétně na zdravotní prevenci a normální vývoj jedince. U mladších dětí působí pozitivně na změny ve struktuře a funkci mozku. Pro optimální růst a vývoj nervového systému je prospěšná sensorická stimulace. Dále je pohybová aktivita regulátorem obezity.

Dalším důležitým aspektem je psychoregulační efekt při kompenzaci mentálních zátěží populace. Pokud sportuje jedinec ve vývoji, podporuje se rozvoj kognitivních funkcí a zlepšují se percepční schopnosti.

Kladný vztah ke sportu by v sobě každý člověk měl od útlého věku pěstovat. Hodně dětí aktivně od dětství sportuje, ale pouze několik vybraných jedinců má možnost stát se vrcholovým sportovcem a ještě menší část se v dospělosti opravdu prosadí. Pro většinu je proto aktivní sportování jen můstkem ke zdravému životnímu stylu. V dnešní době se často setkáváme se sedavým zaměstnáním, špatnými stravovacími návyky a nízkým výdajem energie. Proto je důležité, aby si děti ke sportu pěstovaly kladný vztah, který jim dopomůže ke zkvalitnění budoucího života. S touto problematikou je spojen problém obezity, který se v dnešní době objevuje velice často.

Tomajko v jednom ze svých článků pojednává o problematice použití výrazu pohybová aktivita u dětí předškolního věku. Navrhuje využití výrazu hraní. Tato činnost stejně jako pohybová aktivita záměrná ve sportovních oddílech má vliv na sociální sdružování, emoční city a kognitivní pozornost vývoje dítěte. S tím souvisí problém

obezity u dětí. Z výzkumů bylo zjištěno, že v období od roku 1981 do roku 1997 výrazně poklesla doba, kterou děti tráví hraním asi o 25%. Dítě sice v době strukturovaného zaměstnání pohybovou aktivitu vykonává, avšak v době neorganizované volí spíše sedavé a pasivní aktivity. Využití výrazu hraní je pro děti více motivující a i rodiče vnímají tento výraz pozitivně. Rodiče chápou slovo aktivní spíše negativně. To je spojené s názorem, že aktivní dítě popisuje dítě, které často odvrací svou pozornost od úkolů. Mezi zdravím malých dětí a aktivním hraním, tělesnou zdatností a tělesnou tloušťkou je nepřímý vztah. Zdá se, že aktivní děti v předškolním věku v pozdějších letech zlepšují svou zdatnost a snižují množství podkožního tuku. Zdůrazňování podstaty zdraví a kvality života mohou být chápány **jako výzvy na podporu pohybové aktivity dětí jako reakce na problematiku obezity**. Nejde však pouze o tento problém, ale hlavně o pěstování právě zmiňovaného kladného vztahu ke sportovní aktivitě.

3.3.1 FUNKCE SPORTU U DĚTÍ A MLÁDEŽE

Sport je významnou součástí tělesné kultury, jelikož rozvíjí zdravé, všestranné a zdatné sportovce. Sport je významným společenským jevem, který celkově přispívá k bohatšímu životu a uplatnění vlastních schopností. Mimořádné postavení má právě v životě dětí a mládeže, jelikož se podílí na výchově, vyžaduje sebekázeň, disciplínu, dodržování zdravého životního stylu.

Každý má možnost výběru, jak se svým volným časem naloží. Spektrum možných aktivit je velmi široké. Sportu konkuruje řada možností a aktivit, jimiž lze vlastní volný čas naplnit. Výběr je ovlivněn řadou subjektivních i objektivních faktorů. Současná industriální společnost se nachází v krizi hodnot. Konzumnost a pasivní zábava vytlačují aktivity tvořivé, vyžadující mentální a fyzické úsilí typické pro sport.

Sport plní konkrétně dva úkoly. Obecný úkol vyplývá z charakteru sounáležitosti s tělesnou výchovou a pohybovou rekreací v rámci tělesné kultury. Specifický úkol vyplývá z charakteru vlastní sportovní činnosti. Jde tedy o dosažení optimální sportovní

výkonnosti ve zvoleném sportu na základě všestranného rozvoje dle schopností, možností a podmínek každého jedince.

Důležitá je vlastní aktivita a zájem dítěte, jelikož je sportovní činnost svázána i s určitými normami a klade specifické požadavky na organismus a osobnost vyvíjejícího se jedince. Přináší sebou řadu situací, které musí mladý sportovec řešit na základě vytyčených cílů v souladu s potřebami celého týmu, pokud jde o týmovou sportovní disciplínu. Pro sport dětí a mládeže je charakteristické soutěžení.

Neustále dochází ke zvyšování úrovně výkonnosti u nás i ve světě. Proto je důležité orientovat sportovní přípravu tímto směrem a počítat s proměnlivostí cílů a obsahu v čase.

V současnosti se setkáváme se dvěma pohledy na sportovní trénink dětí a mládeže. Na jedné straně existuje úzké zaměření na jeden sport od samého začátku sportovní činnosti, zejména na techniku a taktiku - jde o tzv. ranou specializaci. Na druhé straně se sport realizuje jako informativní seznamování se základy několika sportů bez výkonnostní perspektivy.

Pod pojmem sport dětí a mládeže je nutné vidět více sportovních odvětví. Při výuce k nějakému sportu je nutné brát v úvahu všestrannost a možnost sportovní disciplínu upravit-hmotnost náčiní, velikost hřiště, délka hrací plochy a podobně.

3.4 CHARAKTERISTIKA SPORTOVNÍHO PROSTŘEDÍ V ČR

Sport představuje všechny formy tělesné činnosti, které prostřednictvím organizované i neorganizované účasti kladou za cíl harmonický rozvoj tělesné i psychické kondice, upevňování zdraví a dosahování sportovních výkonů v soutěžích všech úrovní. Sport je úzce spjat s volným časem.

V posledních letech se stává trendem prosazovat zdraví jako jednu z nejvyšších vzdělávacích a výchovných hodnot, a proto se pohybová aktivita zanáší do školských dokumentů a vzdělávacích koncepcí. Mládež se s pohybovou aktivitou setkává při školní tělesné výchově, která má v pohybovém režimu nezastupitelnou roli. Dvě až tři hodiny tělesné výchovy za týden jsou však nedostačující, ale můžeme je brát jako dobrý základ. Pro školy je důležité rozšířit nabídku sportovních kroužků. Občanské sdružení ASSK ČR (Asociace školních sportovních klubů) sdružuje školy a školská zařízení s dobrým vybavením pro sport a personálním potenciálem a vznikají tak Centra sportu. ASSK ČR všestranně rozvíjí sportovní činnost dětí a mládeže na školách a ve školských zařízeních v době mimo vyučování, tím vytváří podmínky pro rozvoj jejich pohybové aktivity.

Sport na výkonnostní úrovni je zajišťován funkcí orgánů sportovních svazů díky specializovaným službám. Nabídka pohybové aktivity je zajišťována místními komunálními institucemi, různými sportovními spolky a kluby.

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy vypracovává návrh koncepce státní politiky ve sportu a předkládá jej vládě ke schválení, koordinuje uskutečňování vládou schválené koncepce, zabezpečuje finanční podporu sportu ze státního rozpočtu, vytváří podmínky pro státní sportovní reprezentaci, pro přípravu sportovních talentů, pro rozvoj sportu pro všechny a pro sport zdravotně postižených občanů, vydává antidopingový program, organizuje a kontroluje jeho uskutečňování, rozhoduje o akreditaci vzdělávacích zařízení působících v oblasti sportu, koordinuje činnost rezortních sportovních center Ministerstva obrany a Ministerstva vnitra.

Rezortní sportovní centrum je organizační složkou státu, která zabezpečuje vytváření potřebných předpokladů pro přípravu sportovních talentů a pro státní sportovní reprezentaci.

Ministerstvo obrany a Ministerstvo vnitra ve své působnosti vytvářejí podmínky pro rozvoj sportu, pro přípravu ke státní sportovní reprezentaci a přípravu sportovních talentů a zřizují svá rezortní sportovní centra a zabezpečují jejich činnost.

Ministerstvo zdravotnictví ve své působnosti organizuje zdravotní péči o státní sportovní reprezentanty a sportovní talenty. Vytváří organizační předpoklady umožňující specifický přístup sportovních reprezentantů ke klinické péči, zřizuje laboratoř dopingové kontroly a zabezpečuje její činnost v rozsahu stanoveném Mezinárodním olympijským výborem.

Kraje ve své samostatné působnosti vytvářejí podmínky pro sport, zejména zabezpečují rozvoj sportu pro všechny a přípravu sportovních talentů, včetně zdravotně postižených občanů. Zajišťují výstavbu, rekonstrukce, udržování a provozování svých sportovních zařízení. Zabezpečují finanční podporu sportu ze svého rozpočtu.

Obce vytvářejí podmínky pro sport, zejména zabezpečují rozvoj sportu pro všechny a přípravu sportovních talentů, včetně zdravotně postižených občanů. Zajišťují výstavbu, rekonstrukce, udržování a provozování svých sportovních zařízení a poskytují je pro sportovní činnost občanů. Kontrolují účelné využívání svých sportovních zařízení a zabezpečují finanční podporu sportu ze svého rozpočtu.

Sport má v České republice bohaté tradice. Jedná se především o sport organizovaný ve spolcích, který byl vždy vnímán jako specifická součást naší národní kultury. Aktivní způsob života patří mezi nejdůležitější a nejefektivnější součásti prevence drogové závislosti, alkoholismu a dalších negativních sociálně patologických jevů. Mnohým občanům se zdravotním postižením napomáhá ve snaze úspěšně se vyrovnat s jejich handicapem a v integraci do společnosti. Sport je i přínosem pro národní hospodářství. Odvodem daní ze sportovního průmyslu získává stát zpět do státního rozpočtu významnou část finančních prostředků. V neposlední řadě je nutné zdůraznit přínos zejména v oblasti státní sportovní reprezentace. Tyto výsledky zvyšují prestiž České republiky na mezinárodním poli.

3.4.1 SOUČASNÝ STAV TĚLOVÝCHOVY A SPORTU V ČESKÉ REPUBLICCE A JEHO HLAVNÍ PROBLÉMY

Výsledky sociologického průzkumu, uskutečněného v roce 1995 agenturou Amasia, prokázaly značnou diferenciaci zájmu občanů ČR o aktivní sport. Jednoduše řečeno zhruba 1/3 lidí se věnuje sportu soustavně, 1/3 občas a 1/3 nesportuje skoro vůbec. Většina lidí si však význam sportu uvědomuje a chtěli by se sportu věnovat soustavněji a častěji za předpokladu lepších příznivějších podmínek. Ve srovnání s vyspělými evropskými zeměmi (např. s SRN, Dánskem, Norskem i dalšími, kde vlády a obce sport výrazněji podporují) se ukazuje, že situace v ČR je značně podprůměrná.

U dětí a mládeže trvale klesá míra spontánního sportování, vztah ke sportu se stále více oddaluje. Na jedné straně se poměrně malá část dětí a mládeže intenzivně věnuje sportování několikrát v týdnu, na straně druhé velká část dětí a mládeže postrádá jakoukoliv fyzickou aktivitu, což vede k nezdravému sedavému způsobu života. V současné době trpí 41% dětí a mládeže v důsledku sedavého způsobu života a nedostatečné pohybové aktivity nějakým typem zdravotního oslabení, které tato neaktivita přináší.

3.4.2 EKONOMICKÉ ZABEZPEČENÍ SPORTU V ČESKÉ REPUBLICCE

Pod pojmem ekonomika se skrývají nejen vnější předpoklady, kdy jde o výstavbu a udržování sportovních zařízení, výrobu nářadí a náčiní, obchod či služby, ale také o předpoklady vnitřní - zajišťování výkonnostního růstu sportovců odborně kvalifikovanými odborníky.

Ekonomické řešení sportu je zajišťováno z finančních prostředků nejrůznějších zdrojů. Na zabezpečování sportu se u nás podílí stát ze svého rozpočtu, místní krajské a městské úřady ze svých rozpočtů, hospodářská činnost svazů a oddílů tedy občanská sdružení a také soukromé zdroje. Budování systému ekonomického zabezpečení sportu

u nás je stále ve vývoji. Systém není dostatečně propracován, a proto je stále málo efektivní.

Každá lokalita potřebuje různé sportovní objekty a zařízení. K nejdůležitějším patří veřejné prostory pro rekreační činnost, různé druhy hřišť, tělocvičny, stadiony, bazény, víceúčelové haly, posilovny, různá regenerační střediska či zdravotnická zařízení. Důležitou oblastí zabezpečení sportu je výroba zařízení pro sportovní objekty a vybavení náradím a náčiním.

Dalším aspektem ekonomického zabezpečení sportu je podnikání. Zjednodušeně jde o sportovní činnosti poskytované veřejnosti za úplatu. Řadí se sem například fitcentra a posilovny.

3.4.3 TĚLESNÁ VÝCHOVA A SPORT NA ŠKOLÁCH

Dvě hodiny povinné tělesné výchovy týdně pro mladý organismus rozhodně nestačí. Odborníci považují za optimální zajistit pro veškerou mládež 8 - 10 hodin intenzivní pohybové aktivity týdně. Školy jako celek mají ze 75-ti procent své vlastní zázemí v tělocvičnách a hřištích, které ke školám patří. Nemusí proto narušovat výuku častými odchody do vzdálených tělocvičen a hal.

Roku 1990 přijalo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy opatření k postupnému rozšíření povinné tělesné výchovy na základních a středních školách ze 2 na 3 hodiny týdně. Z finančních a dalších důvodů se však tato myšlenka nikdy zcela nezrealizovala. Navíc došlo k výraznému oddělení zdravotní tělesné výchovy, která umožňuje aktivní zapojení stoupajícímu počtu zdravotně oslabených žáků. Při úsporných opatřeních byl rovněž zrušen systém sportovních kroužků a sportovních her (který využívalo v roce 1990 až 380.000 žáků), systém sportovních soutěží a příspěvek na lyžařské a sportovně-turistické kursy.

Nezastupitelnou úlohou školy je rozvíjet talent dětí a mládeže ve sportu. Po roce 1989 se rozpadl systém sportovních tříd a sportovních škol. Současně zanikla i centra talentované mládeže a ve sportovních organizacích to vedlo k tomu, že se výrazně snížila možnost podchycení a kvalitní přípravy budoucí sportovní reprezentace v České republice. V současnosti je ve sportovních třídách zařazeno asi 15 000 dětí v 15-ti sportovních odvětvích, ve sportovních gymnasiích 1840 studentů v 17-ti sportovních odvětvích.

V nepropracovaném a nefungujícím systému finanční prostředky většinou nekorrespondují s dosahovanými výsledky. Zřizování sportovních tříd je v kompetenci ředitele školy. Většina škol však pod tlakem veřejnosti často své sportovní třídy ruší a vznikají spíše třídy se zaměřením na cizí jazyk.

3.4.4 DALŠÍ ORGANIZACE PODPORUJÍCÍ SPORTOVÁNÍ DĚTÍ A MLÁDEŽE

Významné místo při zajišťování volnočasových aktivit dětí a mládeže včetně tělovýchovných a sportovních mají domy dětí a mládeže. Proto je důležité, aby školy s těmito institucemi úzce spolupracovaly a pokusily se o zlepšování kondice a zdravotních předpokladů dětí a mládeže. Současná konkurence atraktivních nepohybových aktivit, kde jde hlavně o hrací automaty, počítačové hry, reprotchniku a virtuální realitu, přispívá k všeobecnému poklesu zájmu mládeže o sport. To sebou nese často vážné důsledky rostoucí kriminality, drogové závislosti a nárůstu civilizačních chorob.

Počet žáků a studentů zapojených do pravidelné mimoškolní tělesné výchovy a sportu v ČR v občanských sdruženích je 25 - 30%, což je pouhá polovina zahraničních ukazatelů. Ve vyspělých zemích jde o vyšší procento, a to až o 50 - 60%. Za této situace na sebe úlohu škol v tělovýchově a sportu musí přebírat občanská sdružení. I když je ve sportovních spolcích, někdy i opakovaně, zapojeno 915 857 dětí do 18-ti let, nemohou však svým vlivem úlohu škol zcela nahradit. Na řadě škol vznikly kluby

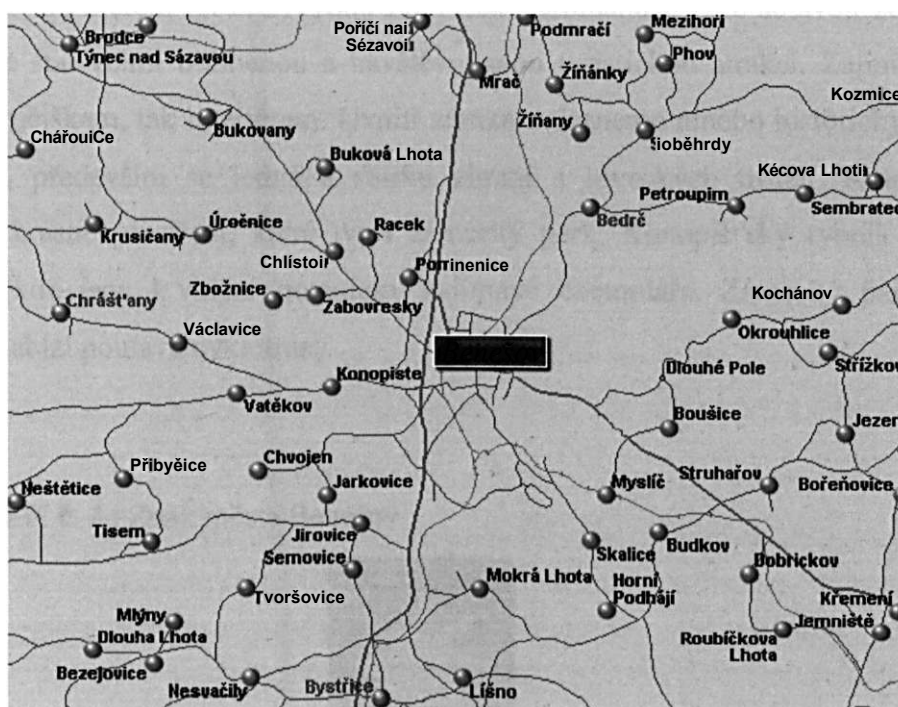
dětí a mládeže sdružené v Asociaci školních sportovních klubů, které mají 209 tisíc členů. Česká asociace akademického sportu má 25 tisíc členů.

4 BENEŠOV A OKOLÍ

4.1 STRUČNÁ CHARAKTERISTIKA MĚSTA

Město Benešov leží ve středních Čechách asi 50 km od Prahy. Je sídlem celosvětově známé firmy Danone, kde se vyrábí jogurtové výrobky. Tento podnik zaměstnává mnoho obyvatel z okolí, stejně jako potravinářský podnik Boneco. Roku 1992 odprodal podnik ČKD část benešovského provozu zahraniční společnosti TRW. Tato americká společnost se zaměřuje na výrobu automobilové elektrotechniky. V Petrovicích u Bystrice sídlí firma Alpla, specializuje se na výrobu plastických lahví (PET lahví). U Struhařova, ležícího východním směrem od Benešova u silnice na Vlašim je budova, kde se vyrábí cigarety značky Camel.

OBRÁZEK č. 1 : Mapa Benešovská



Benešov je poměrně živý jak hospodářsky, tak i kulturně. Nabízí řadu sportovního vyžití. Jsou zde vybudovány tenisové kurty a plavecké bazény. Městem vede i nová cyklistická trasa, která je dále napojena na trasu posázavskou. Jedním z nejoblíbenějších sportovních center je relaxační a sportovní klub Relax u zříceniny Na Karlově, kde je velká posilovna a sály, ve kterých profesionální lektoři vedou kurzy aerobiku a thaiba. Je zde též možnost využití rehabilitací, masáží, sauny a vířivé vany. V Benešově je celkem rozvinutá obchodní síť a velká nabídka služeb včetně možností stravovacích a ubytovacích. Mezi nejznámější a nejvíc prosperující hotely v Benešově a jeho okolí patří hotel Pošta, ten se nachází přímo v centru města u kostela sv. Anny, který stojí na jižní straně Masarykova náměstí. Dále mohu zmínit hotel Atlas a hotel Benica. Hotel Benica najdeme přímo u silnice E55, taje svedena do silničního obchvatu podél města. Kolem města nevede žádná dálnice. Nejbližší nájezd na dálnici je směrem na Prahu u obce Mirošovice.

Město Benešov nijak zvlášť nevyniká v žádném z průmyslových ani hospodářských odvětví, snad je jen nutné zmínit, že Benešov proslavil nedaleký zámek Konopiště, na kterém žil arcivévoda František Ferdinand d'Este se svou ženou Žofií. Zámek se stal velmi oblíbenou a navštěvovanou turistickou atrakcí. Zajímavý je jak svým zevnějškem, tak interiérem. Uvnitř zámku nalezneme mnoho historicky vzácných exponátů, především se jedná o sbírku zbraní a loveckých trofejí. Kolem zámku najdeme krásné prostředí, které tvoří zámecký park, Konopištský rybník a Růžová zahrada, kde jsou k vidění botanicky zajímavé exempláře. Zámecký park a okolí rybníka nabízí poutavé cyklotrasy.

OBRÁZEK č. 2 : Znak města Benešov

4.2 SPORTOVNÍ HISTORIE MĚSTA BENEŠOV

Velkými změnami prošel benešovský sport v posledních dvou desetiletích. Po roce 1989 se jednotlivé oddíly osamostatnily, avšak některé se ocitly naopak v těžkých materiálních problémech.

Roku 1992 vznikla v Benešově první příspěvková organizace Městská sportovní zařízení, která se stará o zimní stadion, krytý bazén, otevřené koupaliště a bazén Bios.

Vedle fotbalu, který svou slávu zažil v době vedení M.Švarce, se do popředí dostává hlavně basketbal, oddíl kuželek, hokejisté hrají II.ligu a na jejich zápasy chodí okolo tisíce diváků. Běžecký závod Konopištská desítka přivádějí na start závodníky z celé republiky. Další každoročně konanou akcí je Pochod za povídkovým koláčem, který se každoročně získává více a více příznivců.

4.2.1 TĚLOVÝCHOVNÉ A SPORTOVNÍ SYSTÉMY NA BENEŠOVSKU (SOKOL)

Založení Sokola na Benešovsku se datuje na 7.srpna 1869. Sdružení mělo 70 členů, kteří se scházeli v bývalé restauraci Na čápě. Roku 1873 byl spolek změněn na spolek Hasičsko-tělocvičný. Až roku 1883 se Sokol znovu osamostatnil. Postupem času se začalo uvažovat o výstavbě nové tělocvičny, která by nabídla dostatečný prostor a materiální zabezpečení. Roku 1901 byl podán návrh a 5.září 1903 se dveře Sokolovny otevřely svým příznivcům. Postupně byl přistaven i malý sál, který dodnes slouží hlavně jako prostor pro tréninky stolního tenisu. Známou osobou, která se v Benešově narodila byl spisovatel František Sokol-Tůma, který žil v letech 1855-1925 a byl starostou Sokola.

Jako protiváha Sokola byla v roce 1921 založena Dělnická tělovýchovná jednota (dále jen DTJ). Do DTJ se soustředila především dělnická mládež. Nejprve se

cvičilo v restauraci Na čápě a později v tělocvičně místního gymnázia. V roce 1931 si DTJ vybudovala letní cvičiště „Pod Klášterskou“ s klubovnou a kuželníkem. V zimních měsících zde bylo vybudováno kluziště, na které docházeli žáci škol na výuku.

Sokol na Benešovsku prošel dobami špatnými i lepšími. Během první světové války jeho činnost skoro úplně vyhasla, ale postupem nastala doba tělovýchovné jednotě nakloněna. V současnosti se Sokol věnuje hlavně mládeži.

4.2.2 SPORTOVNÍ ORGANIZACE NA BENEŠOVSKU

KOPANÁ

První fotbalové hřiště bylo postaveno podél cesty do Marianovic. V roce 1908 bylo zrušeno a až v roce 1910 se začalo znovu hrát za Sokolovnou. Toto hřiště však bylo nevyhovující. Kořeny benešovské kopané sahají do roku 1913, kdy v měsíci červnu došlo k zaregistrování benešovského fotbalového klubu pod názvem AFK Benešov. Roku 1913 byl ustanoven oficiální Atleticko - fotbalový klub. Během první světové války začal fotbal upadat hlavně kvůli nedostatku hráčů, jelikož většina byla odvedena do armády. Následně po válce bylo postaveno hřiště u Konopiště, kde se fotbal hraje dodnes.

Revoluční změny ve společnosti v roce 1989 zasáhly rovněž do benešovského sportu. Do fotbalu vstoupil v roce 1990 mocný sponzor a fotbalový nadšenec pan Miroslav Švarc. Klub se přejmenovává na Švarc Benešov a brzy dosahuje největších úspěchů ve své historii. Po jednom roce následuje postup do I. NFL a do soutěžního ročníku 1994 - 95 vstupuje jako prvoligový. Na hlavního sponzora však byla uvalena vazba a další velký potenciální sponzor odešel do jiného pražského klubu, to napomohlo k sestupu do nižší soutěže. Zlom v dějinách novodobé benešovské kopané nastal v roce 1999, kdy se do Benešova přesunulo mužstvo z nedalekých Pyšel, jehož sponzorem je stavební firma ing. Jana Sládka. Ing. Sládek byl už v té době jedním ze sponzorů benešovského mládežnického fotbalu. Příchozí mužstvo se přejmenovává na SK

Benešov a bere pod svou záštitu i mládežnickou kopanou. Po jednom roce, kdy hrálo krajskou soutěž postupuje do divize, kde působí dodnes. Názvy klubu se v historii měnily na Benešovský SK, Slavoj, Sokol, Lokomotivu, ČSAD, Švarc a SK Benešov.

ODBÍJENÁ

Odbíjená je spjata se založením STOB (Sdružení trampských osad benešovských). Počátky lze klást do roku 1926. V roce 1940 byla zásluhou STOB ustanovena Trampská volejbalová liga. Během svého působení se týmy účastnili všech soutěží na různých úrovních - od I.ligy po krajský přebor. V současnosti v Benešově existuje Volejbalový klub Benešov.

KUŽELKY

Tento oddíl vznikl z kuželkářského kroužku v roce 1946. První název pro kuželkářský klub zněl Ali klub, ten se roku 1947 změnil na Kuželkářský klub Benešov. Roku 1949 došlo ke spojení se Sokolem. Moderní kuželník byl postaven roku 1969.

Kuželky pomalu začíná nahrazovat větší nabídka bowlingu, avšak kuželník si však stále své příznivce udržuje.

LEHKÁ ATLETIKA

Lehká atletika se na Benešovsku zpočátku vyvíjela celkem slibně. Avšak činnost postupem času zanikla úplně. Dnes v Benešově chybí stadion. Nejbližší možnost atletického vyžití je možné nalézt v nedaleké Vlašimi.

TENIS

Od roku 1903 se tenis hrál na dvorci za Sokolovnou. Další kurt byl postaven roku 1920 v zahradě u restaurace Na Čápě. V Benešově se utvořil klub LTK Benešov.

Roku 1924 přibily další dva kurty v nynější Žižkově ulici. Roku 1928 byl založen nový klub LC Benešov. Ten vybuřoval další nové kurty a zpřístupnil tenis širší veřejnosti.

V posledních letech se tento sport na Benešovsku rozvíjí velice silně. Tenis se stal sportem módním, a tak i nabídka se na Benešovsku rapidně zvětšila. V současnosti lze přímo v Benešově nalézt 6 udržovaných kurtů. Další nalezneme v blízkých

Cervanech a i další vesnice mohou tuto sportovní aktivitu nabídnout.

STOLNÍ TENIS

Stolní tenis se začal hrát od roku 1933 v bývalém STOB a Ali klubu Benešov. Turnaje a zápasy byli pořádány jen na místní úrovni.

Děti a mládež mají možnost zahrát si stolní tenis v DDM Benešov. Dospělým je nabízena možnost stát se členem Stolního tenisu střední Čechy a účastnit se různých soutěží a turnajů.

BASKETBAL

Basket Club Benešov byl založen jako samostatný klub v roce 1979, má tedy více než 20-tiletou historii. Řadí se mezi nejúspěšnější a největší basketbalové kluby v celé České republice. V posledních 10 letech zaznamenal nebývalý rozkvět, počet členů se z původních asi 200 členů v roce 1995 více jak zdvojnásobil na současných 423 členů. Více než 250 dívek a chlapců je v mládežnických kategoriích. BC Benešov se zaměřuje především na práci s mládeží, má družstva v ženské i mužské kategorii od přípravek až po dospělé.

Klub vykonává nezastupitelnou roli při ochraně mladé generace před vlivem sociálně-patologických jevů jako jsou drogy, alkohol a kouření. Mladí basketbalisté jsou minimálně 4-5 dnů v týdnu v tělocvičnách při trénincích či zápasech, tak pozitivně využívají svůj volný čas. BC Benešov úzce spolupracuje s Gymnáziem Benešov. Studenti gymnázia-členové BC Benešov se pravidelně zúčastňují Středoškolské

basketbalové ligy, kde dosahují nejvyšších příček a vzorně reprezentují nejen školu, ale i město Benešov.

FLOORBAL

FBC Konica Benešov byl založen v roce 2000. Ale již v roce 1997 se v tělocvičně Na Karlově začali s pravidelností scházet hráči, kteří se floorbalem bavili, což vyústilo v založení historicky prvního benešovského klubu Uragán Benešov. Postupem času v tomto týmu působilo mnoho hráčů, a tak došlo ke vzniku druhého benešovského týmu FBC Konica Benešov. Již před založením samotného klubu pracovali hráči s mládeží, a tak hned v prvním roce své existence začali hrát ligovou soutěž nejen muži, ale i mladší žáci.

Okres Benešov spadá do regionu jižní Čechy, a tak začaly oba týmy hrát 1. jihočeskou floorbalovou ligu. Zatím nejlepší výsledek se zrodil v kategorii mladších žáků, kteří ve své kategorii v sezoně 2000/2001 zvítězili a postoupili na Mistrovství České Republiky, kde obsadili 11. místo, ale i tak se jednalo o první výrazný úspěch benešovského floorbalu. Další úspěch následoval o rok později, kde na stejné soutěži obsadili 9. místo.

HOKEJ

V Benešově funguje klub HC VHS Vodní Lvi Benešov s dlouhou historií sahající již do roku 1929. V poslední době se pozornost funkcionářů oddílu zaměřila na výchovu mládeže. V současnosti má benešovský hokej družstvo mužů, mladší a starší dorostence, mladší a starší žáky a dvě družstva přípravky. O vedení těchto kolektivů se starají kvalifikovaní trenéři a funkcionáři oddílu.

HOROLEZECTVÍ

Oddíl byl založen v roce 1996 deseti členy. Od roku 2000 jde o občanské sdružení. Mezi hlavní aktivity patří správa nad lezeckou oblastí Měsíční údolí u Poříčí

nad Sázavou. Tato menší lokalita nestojí za dlouhé cesty přes půl republiky, ale pro místní nadšence a okolo projíždějící lezení chtivé má jistě neocenitelný význam.

JUDO

Začátky juda v Benešově se datují rokem 1959. Bohumil Kuna založil zájmový kroužek juda na ZŠ Na Karlově. Kroužek navštěvovalo asi 15 dětí. Činnost kroužku juda se později objevuje pod hlavičkou TJ Lokomotiva Benešov. Činnost oddílu je ukončena rokem 1966, kdy většina členů odchází k výkonu základní vojenské služby. Na podzim roku 1976 zakládá Jiří Dvořák kroužek juda. O rok později začíná spolupráce s RH Benešov (nyní oddíl SKP), která trvá dodnes. Činnost obou oddílů byla vzájemně úzce spjata.

Činnost oddílu se zaměřuje především na mládež. Hlavní snahou je podchycení zájmu mládeže. Benešovské judo je držitelem mnoha cenných úspěchů nejen na krajské, ale i na celorepublikové úrovni. Každý rok se pořádá turnaj pro nejmladší věkové kategorie chlapců a dívek. Pravidelně se počet účastníků pohybuje okolo 200 závodníků a závodnic z celých Čech.

TURISTIKA

Založení odboru turistiky je datováno též do roku 1869. Dalším důležitým datem je 20.května 1919, kdy byl založen Klub československé turistiky. Turistické trasy na Benešovsku byly označeny a zaneseny jako oficiální turistické stezky. Činnost klubu byla roku 1952 začleněna do tehdejšího Sokola.

V současnosti na Benešovsku turistika kvete pouze individuální formou. Každoročně Benešov pořádá zmíněný Pochod za povidlovým koláčem, který si získává stále více příznivců.

4.3 TĚLESNÁ VÝCHOVA A SPORT NA ŠKOLÁCH V BENEŠOVĚ

V Benešově se nachází celkem tři základní školy - Základní škola v Jiráskově ulici, Základní škola Na Karlově a Základní škola v Dukelské ulici. Všechny školy zřizují první i druhý stupeň.

ZÁKLADNÍ ŠKOLA V JIRÁSKOVĚ ULICI

OBRÁZEK č.3 : Základní škola v Jiráskově ulici

i t o j M ^ y

Ještě než byla postavena novostavba měšťanské školy, které se říká škola chlapecká, navštěvovali chlapci piaristickou školu a část dívčí školy Na Karlově. Stavět novou školu se začalo 8.6.1932 a v únoru 1934 byla budova dostavěna. Vyučovat se začalo 19.2.1934. Během druhé světové války byla škola zabrána okupačními německými vojsky a až 13.5.1946 se konečně mohli žáci chlapecké školy vrátit zpět do své budovy. Bylo opět zavedeno pravidelné vyučování.

V současnosti má škola k dispozici vlastní sportovní halu, která je určena především pro floorbal. Škola se účastní různých sportovních soutěží a klání za příkladné reprezentace školy. Ve školním roce 2008/2009 se škola zúčastnila Okresního kola Poháru Rozhlasu v atletice, Okresního kola volejbalu dívek, Okresního finále chlapců v basketbale, Krajského finále ve floorbale 4. - 5. tříd, Okresního přeboru ve floorbale žáků 4. - 5. tříd, Okresního přeboru v plavání 2008, Středočeské In-line brusle 2008, Minikopané 1. - 9. tříd O pohár ředitele MSZ Benešov a Atletiky Poháru všestrannosti.

Základní škola v Jiráskově ulici zavedla vyučovací předmět Relaxační výchova, který se odehrává v hale, venku či v různých sportovních centrech v Benešově. Žák se setkává s informacemi, na které při normální hodině tělesné výchovy nezbývá čas. Jde o problematiku rozcvičky, svalů, polohy těla, regenerace, relaxace, rehabilitace, rozdělení sportu (rekreační, výkonnostní, vrcholový), škodlivých látek, různých regeneračních procedur a o historii zimních i letních olympijských her.

Škola vymýšlí i mimoškolní akce spojující žáky a učitele v kolektiv jako například turnaj v odbíjené, kde družstvo tvoří 2 chlapci a 2 dívky (věk ZŠ), 1 učitelka a 1 učitel (věk nerozhoduje). Dále jde o konání lyžařských kurzů, škol v přírodě a každoročních třídních výletů na místa, kde je možnost sportovního vyžití a aktivního trávení volného času.

TABULKA č.2 : Počty žáků v 5. ročníku (ZŠ v Jiráskově ulici)

5.ROČNÍK	Chlapci	Děvčata	Celkem
5.A	10	12	22
5.B	9	12	21
5.C	11	12	23
Celkem	30	36	66

ZÁKLADNÍ ŠKOLA NA KARLOVĚ

OBRÁZEK č.4 : Základní škola Na Karlově



Již od 30. 12. 1888 slouží škola svému účelu. Zpočátku šlo o školu dívčí, poté byla smíšená s chlapci. Budova byla jednopatrová, roku 1899 byla provedena přístavba

druhého poschodí. O prázdninách v roce 1937 byla rozšířena budova v půdorysu o dvě haly, takže **každé patro získalo prostory navíc. Přístavba jídelny a s ní i nová tělocvična** začaly fungovat pro žáky 1. září 1992.

Škola nabízí žákům po skončení školní výuky celou řadu zájmových kroužků - ze sportovních aktivit jde hlavně sportovní hry a kroužky zaměřené na tanec.

TABULKA č.3 : Počty žáků v 5. ročníku (ZŠ Na Karlově)

5.ROČNÍK	Chlapci	Děvčata	Celkem
5.A	12	9	21
5.B	9	12	21
Celkem	21	21	42

ZÁKLADNÍ ŠKOLA V DUKELSKÉ ULICI

OBRÁZEK č.5 : Základní škola v Dukelské ulici



Jedná se o školu pavilónového typu, která byla slavnostně otevřena v roce 1982. Ve školním roce 1987 - 1988 byla v 5., 6. a 7. ročníku otevřena vždy 1 třída se zaměřením na lední hokej. Ve školním roce 1991 - 1992 byla otevřena ve 3. ročníku jedna třída s rozšířenou výukou jazyků (šlo o anglický nebo německý jazyk). Základní škola Benešov, Dukelská 1818 je úplná škola s 9-ti postupnými ročníky. Na prvním

stupni je zpravidla po třech paralelních třídách v ročníku, na druhém stupni jsou některé ročníky i po 4 paralelních třídách. Kapacita školy je 900 žáků.

Výuka TV je zajišťována v nové přístavbě tělocvičny. Využívá se i venkovní hřiště, zimní stadion a plavecký bazén. Přístavbou tělocvičny se zvýšila úroveň podmínek pro výuku tělesné výchovy, volnočasové aktivity žáků, ale i pro jiné sporty - floorbal, volejbal, basketbal, malá kopaná, házená. V tělocvičně se každý víkend odehrávají basketbalové zápasy místního klubu BC Benešov.

Škola se účastní sportovních klání: Pohár rozhlasu, Atletická všestrannost, Okresní přebor v plavání, Oblastní a Okresní přebor ve volejbale, turnaj ve floorbale O Neveklovský měšec, Okresní přebor ve floorbalu, turnaje v sálové kopané, nohejbal a malá kopaná na úrovni okresních přeborů, stejně tak Okresní a Krajské přebory v basketbalu.

TABULKA č.4 : Počty žáků v 5. ročníku (ZŠ v Dukelské ulici)

5.ROČNÍK	Chlapci	Děvčata	Celkem
5.A	12	8	20
5.B	9	10	19
5.C	13	6	19
Celkem	34	24	58

6.4 SPORTOVNÍ AREÁLY A CENTRA V BENEŠOVĚ

SPORTOVNÍ AREÁLY

Mezi sportovní areály jsem zařadila budovy, kde je možné provozovat nějakou sportovní aktivitu a je zde nabízeno i její využití.

ZIMNÍ STADION

V Benešově se nachází zimní stadion s umělou ledovou plochou, který je hojně využíván pro rekreační veřejné bruslení, školky bruslení a také pro tréninky místního hokejového klubu VHS HC Benešov a pro soustředění i dalších hokejových týmů. Během posledních let prošel komplex několika rekonstrukcemi a zařízení odpovídá požadavkům sehrání zápasů na ligové úrovni a na úrovni mezistátních reprezentačních družstev. K dalším částem patří i přilehlé travnaté plochy, které jsou využívány k fotbalovým tréninkům nejmladších kategorií. V letních měsících je betonová plocha využívána k bruslení na kolečkových bruslích, hokejbalu a malé kopané.

OBRÁZEK č. 6 : Zimní stadion Benešov



FOTBALOVÝ STADION

Areál fotbalového stadionu je využíván místním fotbalovým klubem SK Benešov pro tréninkové a zápasové účely. Klub má zastoupeny všechny věkové kategorie od žáků po seniory. Součástí stadionu je i nově rekonstruovaná škvárová fotbalová plocha s položeným umělým trávnikem. Tento povrch je schválen ČMFS pro hraní mistrovských zápasů do úrovně **II.** ligy. Tento povrch je vhodný pro přípravu fotbalových týmů, kdy jsou travnaté plochy mimo provoz. V tomto areálu nalezneme i tenisové kurty a přetlakové tenisové haly. Tenisové kurty s umělým povrchem lano-wimbledon slouží veřejnosti i tenisové škole.

OBRÁZEK č. 7 : Fotbalový stadion Benešov



KRYTÝ PLAVECKÝ BAZÉN

Toto zařízení je provozováno celoročně. Nalezneme zde 25 metrů dlouhý bazén s odrazovými skokanskými stupínky, menší bazén pro koupání malých dětí a kojenců, v provozu je i parní komora. Zařízení je využíváno pro školní výuku, plavání žáků základních škol, plavání veřejnosti. V Benešově funguje i plavecká škola, která se specializuje spíše na výuku předškolního a školního věku. V objektu je provozováno i fitness centrum.

OBRÁZEK č. 8 : Krytý plavecký bazén Benešov



OTEVŘENÝ BAZÉN DUKELSKÁ (BIOS)

V letních měsících je možné navštívit v Dukelské ulici 20 metrů dlouhý venkovní bazén s upravovanou vodou a solárním ohřevem.

OBRÁZEK č. 9 : Otevřený bazén Bios



KOUPALIŠTĚ NA SLADOVCE

Roku 1926 bylo prosazeno postavení otevřeného koupaliště. Kvůli nedostatku financí byl projekt dokončen až roku 1933. Postavením koupaliště Bios a krytého bazénu začaly nejstaršímu otevřenému koupališti Na sladovce tyto objekty konkurovat. Nynější stav koupaliště je v dezolátním stavu. Město nemá dostatek financí na znovuotevření a rekonstrukci, proto koupaliště pomalu chátrá.

VÍCEÚČELOVÁ HŘIŠTĚ

V Benešově nalezneme celkem 4 venkovní víceúčelová hřiště s umělým povrchem, který tvoří umělý trávník. Z toho dvě jsou upravovaná a součástí škol. Jedno nalezneme u Gymnázia a druhé u ZŠ Na Karlově. Tyto plochy využívá veřejnost, basketbalové týmy či hráči házené a malé kopané. Další hřiště s asfaltovým povrchem je určeno pro skateboardy a kolečkové brusle.

TĚLOCVIČNY

V Benešově jsou dvě tělocvičny postavené pro konkrétně jeden sport - tělocvična u ZŠ v Dukelské ulici je určena pro basketbal a tělocvična u ZŠ v Jiráskově ulici je určena na floorbal. Obě tělocvičny jsou hojně využívány místními sportovními kluby - BC Benešov a SK Floorball Benešov. Tělocvična na ZŠ Na

Karlově je menší, dříve byla využívána na tréninky basketbalu, dnes se zde konají spíše tréninky volejbalové. Další tělocvična Bios je využívána především střední zemědělskou školou, kterou je součástí. Konají se zde meziškolní turnaje ve volejbale a basketbalu.

SPORTOVNÍ CENTRA

Jako sportovní centra jsem označila místa, kde převážně probíhá nějaká pohybová výuka nebo je zde možnost sportovního vyžití.

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE BENEŠOV

Dům dětí a mládeže Benešov je příspěvková organizace, která uskutečňuje vzdělávací, zájmovou a rekreační činnost pro děti, mládež, jejich rodiče a další dospělé zájemce a organizace v průběhu celého roku. K této činnosti využívá prostor a zařízení budovy DDM Benešov, místnosti Ekocentra, budovu a areál Turistické základny DDM v Jablonné nad Vltavou, Krytý bazén Benešov, Sokolovnu a Sportovní halu ZŠ v Jiráskově ulici.

OBRÁZEK č. 10 : Dům dětí a mládeže Benešov



Hlavním úkolem DDM je co nejširší zapojení dětí a mládeže do pravidelné zájmové činnosti. Za pomoci zkušených interních i externích spolupracovníků se DDM snaží zajistit oblasti estetické, sportovní, hudební, přírodovědné a společenskovední. Každý měsíc pořádá DDM Benešov řadu akcí jak pro děti a jejich rodiče

TABULKA č.5 : Přehled zájmových kroužků DDM Benešov pro školní rok 2008-2009

Pondělí		
Název kroužku	Místo konání	Cena
Plavání I /poloplavci od 1 .tř./	DDM	650,-
Plavání II /plavci od 1 .tř./	DDM	650,-
Karate 1	DDM	500,-
Pohybová příprava /pro děti od 3 do 6 let/	DDM	500,-
.. Gymnastika pro začátečníky /5-10 let/	DDM	500,-
Brek Dance	DDM	500,-
Stolní tenis I	DDM	500,-
Břišní tance /pro pokročilé/	DDM	500,-
Kondiční /pro děvčata od 5.tř./	DDM	500,-
Úterý		
Stolní tenis II	DDM	500,-
Střelecký /úterý + sobota/	DDM	550,-
Plavání III /neplavci od 1 .tř./	DDM	650,-
Středa		
Karate II /začátečníci od 4.tř./	DDM	500,-
Břišní tance pro začátečníky	DDM	500,-
Gymnastika pro pokročilé / středa + pátek/	Sokolovna Benešov	600,-
Pohybová příprava II. /pro děti od 4 do 6 let/	Sokolovna Benešov	500,-
Čtvrtek		
Diskotance pro začátečníky od 11 let	DDM	500,-
Hrajeme si sportujeme /od 4 let /	DDM	500,-
Sportovní hry I /1., 2., 3. třída/	DDM	500,-
Sportovní hry II /od 4.tř./	DDM	500,-
Volejbal / od 6. tř./	DDM	500,-
Házená /od 6.tř./	DDM	500,-
Basketbal I /2.-4.tř./	DDM	500,-
Basketbal II /5.-9.tř./	DDM	500,-
Aerobic /pro mírně pokročilé/	DDM	500,-
Aerobic /pro pokročilé/	DDM	500,-
Plavání IV /plavci a poloplavci od 1.tř. do 15 let/	DDM	950,-
Plavání V /plavci do 15 let/	DDM	950,-
Pátek		
Diskotance /pro pokročilé/	DDM	500,-
Diskotance /pro pokročilé/	DDM	550,-
Stolní tenis IV	DDM	500,-
Floorbal I /2.-4.tř./	DDM	500,-
Floorbal II /od 5.tř./	DDM	500,-
„Gymnastika pro chlapce	Sokolovna Benešov	550,-
„Gymnastika/ pro mírně pokročilé/	Sokolovna Benešov	550,-
Gymnastika pro pokročilé /středa + pátek/	Sokolovna Benešov	600,-
Sobota		
Střelecký /Úterý+sobota/	DDM	550,-
Diskotance/pokročilí od 11 let, Pá+NE	DDM	550,-

SQUASH TRIO

Centrum v Dukelské ulici je určeno pro milovníky squashu. Nalezneme zde tři squashové kurty. Prostor je využíván veřejností i místními školami. Vlastní počátky realizace squashového centra se datují od léta roku 2000, kdy začala výstavba celého objektu. Po dokončení stavebních prací na podzim roku 2001 došlo k vlastní instalaci tří Squashových kurtů Fiberesin. Následovaly drobné zatěžkávací zkoušky, první hráči si kurty mohli vyzkoušet od 24.10.2001. Místní squashové centrum hostilo exhibici nejlepších českých hráčů, které se zúčastnil Miloš Pokorný (mistr a vicemistr ČR) a Jan Veselý (hráč z top 10 českého žebříčku).

S-CENTRUM

Nově vybudované multifunkční centrum nabízí bohaté možnosti pohybových aktivit a sportovního vyžití. Sportovní areál je vybaven dvěma krytými a dvěma venkovními tenisovými kurty, čtyřmi kurty na badminton, hřištěm na volejbal, nohejbal, beachvolejbal a malou kopanou. Dále toto centrum nabízí možnost zahrát si petanque, navštívit kardioposilovnu a spinning sál.

OBRÁZEK č. 11 : S-centrum Benešov



SPORT CENTRUM

Toto centrum nabízí fitness, saunu a jeden kurt na squash, který však zcela neodpovídá zadaným rozměrům správného kurtu. Dále je možné zahrát si beachvolejbal. Nalezneme zde možnost navštěvovat kurzy aerobiku a břišních tanců.

II PRAKTICKA CAST

5 HYPOTÉZY

Hypotéza č. 1

Dle mého názoru se děti sportu věnují ve stejné míře na úrovni organizované ve sportovních klubech i individuálně. Myslím si, že poměr mezi nimi bude vyrovnaný. Připouštím však možnost, že více dětí bude docházet do sportovních kroužků.

Hypotéza č. 2

Domnívám se, že v oblíbenosti u chlapců při sportování organizovanou formou si bude nejvíce konkurovat fotbal a hokej. Jistě se objeví i basketbal a floorbal. Dívky dají dle mého názoru přednost volejbalu, basketbalu a floorbalu. V neorganizované formě půjde u dívek i chlapců především o cyklistiku a míčové hry - fotbal, přehazovanou a vybíjenou.

Hypotéza č. 3

Co se týká frekvence věnování se sportu v rozmezí týdne, odhaduji, že organizované tréninky mohou probíhat dvakrát až třikrát týdně a děti, které do sportovního klubu či zájmového kroužku nedocházejí, se aktivnímu sportování věnují dvakrát do týdne.

Hypotéza č. 4

Předpokládám, že nejhojněji navštěvovaný a nejoblíbenější bude plavecký bazén.

Hypotéza č. 5

Pokud se jedná o sledování sportovních výsledků a zápasů, zastávám názor, že na předních místech sledovanosti bude fotbal, hokej, atletika a basketbal. Odhaduji, že alespoň 60 % dotázaných se bude o tuto problematiku zajímat.

Hypotéza č. 6

Pokud vycházím z vlastní zkušenosti, dala bych na vrchol oblíbenosti při tělesné výchově míčové hry - hlavně vybíjenou a přehazovanou.

Hypotéza č. 7

Předpokládám, že většina dětí odpoví na otázku ohledně vylepšení možností sportovních aktivit na Benešovsku, že jde o nedostatek dětských hřišť nebo jsou s nabídkou spokojeny.

Hypotéza č. 8

Vzdálenosti bydliště od hlavní nabídky sportovního vyžití přímo v Benešově bude mít na četnost sportovní aktivity jedinců jistě důležitý vliv. Předpokládám, že většina dětí nezapojených do organizované sportovní činnosti bude bydlet mimo Benešov.

6 METODY A POSTUP PRÁCE

Jako metodu průzkumu jsem si zvolila dotazník. Dotazník jsem vybrala, jelikož jde o metodu krátkého informačního útvaru, který je stručný, hutný a úsporný na vyjadřování. Nabízí možnost uzavřených a otevřených otázek, které jsem využila dle potřeby.

Dotazník jsem se snažila vytvořit tak, aby nebyl příliš dlouhý. Na každého žáka nakonec připadlo deset otázek. První dvě otázky jsou společné všem žákům. Druhá otázka každou třídu rozděluje na dvě skupiny - jedna, která se sportu věnuje organizovaně, a druhá, která se sportu věnuje individuálně, neorganizovaně. Dále se test vyvíjí pro každou skupinu zvlášť. Některé otázky jsem konstruovala tak, aby byly stejné a společné pro obě skupiny. Ostatní otázky se zaměřují přímo na organizovanou a neorganizovanou sportovní aktivitu.

Při statistickém zpracování jsem postupovala způsobem takovým, že jsem si vyplněné dotazníky rozdělila nejprve na dívky a chlapce. Následně jsem tyto dvě skupiny rozdělila na další dvě podskupiny, založené na tom, zda se dotyční věnují sportu organizovaně nebo neorganizovaně. Na závěr mi tedy vznikly čtyři skupiny - chlapci sportující organizovanou formou a individuálně a dívky sportující organizovanou formou a individuálně. Poté jsem výsledky zapisovala na záznamový arch a na závěr jsem výsledky utřídila v grafech a tabulkách.

7 VÝZKUMNÁ ČÁST

7.1 POUŽITÝ VÝBĚROVÝ SOUBOR

Při výběru dotazované skupiny jsem přemýšlela, jakou věkovou skupinu vybrat. Brala jsem v úvahu, aby vybraná skupina nebyla věkově příliš nízká. Chtěla jsem, aby dotazník byl pro respondenty srozumitelný. Nakonec jsem se rozhodla pro skupinu dětí v rozmezí 10 až 12 let, které spadají do 5. tříd základních škol. Tato věková skupina již dokáže samostatně pracovat a odpovídat na otázky formou dotazníku. Většina dětí již v tomto věku se sportem začíná nebo již nějaké zkušenosti nasbírané má. V Benešově jsou tři základní školy s minimálně dvěma fungujícími třídami, proto je skupina dosti početná a věřila jsem, že budu moci vyvodit nějaké závěry.

7.2 POPIS EXPERIMENTU

Sběr dat proběhl na všech třech základních školách v Benešově 29.5.2009. Šlo o školy - **Základní škola v Jiráskově ulici, Základní škola Na Karlově a Základní škola v Dukelské ulici.**

Rozdala jsem 154 dotazníků celkem v 8 třídách. V den zadávání dotazníků bylo nepřítomno celkem 12 žáků ze všech tří základních škol.

Vzhledem k ochotě ředitelů a učitelů na školách jsem dotazníky mohla zadat samostatně ve vymezenou dobu během školní hodiny. Návratnost dotazníků byla tedy stoprocentní. Jelikož jsem byla při zadávání přítomna a mohla jsem zodpovědět dotazy, nemusela jsem žádný dotazník vyřadit. K samotné analýze jsem tedy využila všechny získané dotazníky.

7.3 VÝSLEDKY VÝZKUMU

Pro přehlednost jsem výsledky dotazníků zpracovala do grafů a tabulek.

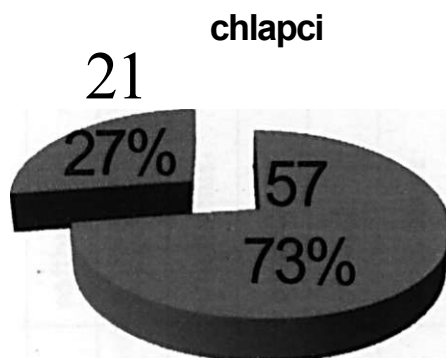
Následující tabulka ukazuje rozdělení respondentů dle pohlaví. Celkem jsem analyzovala 154 dotazníků, z toho bylo 78 chlapců a 76 dívek.

TABULKA č. 6 : Rozdělení respondentů dle pohlaví

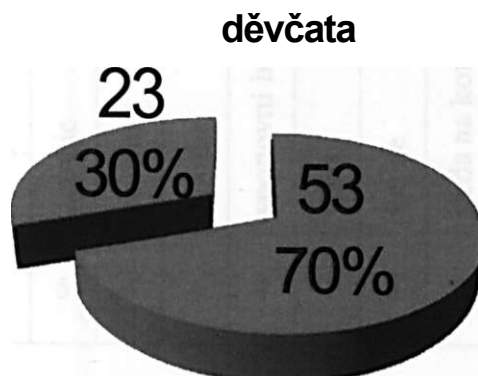
	počet
chlapci	78
dívky	76
celkem	154

Rozdělení dětí dle toho, zda se věnují sportovní aktivitě vedené sportovním klubem či tělovýchovnou jednotou, zachycují následující dva grafy. Z celkového počtu 78 chlapců se organizované sportovní aktivitě věnuje 57, což je 73 procent. 21 chlapců není do organizovaného typu sportování zapojeno, jde o 27 procent z celkového počtu. Z celkového počtu 76 dívek se organizované sportovní aktivitě věnuje 53, 23 dívek není do organizovaného typu sportování zapojeno. 70 procent dívek se sportu věnuje organizovaně a 30 procent neorganizovaně.

GRAF č. 1 : Počty a procenta chlapců zapojených a nezapojených v organizované sportovní činnosti



GRAF č. 2 : Počty a procenta dívek zapojených a nezapojených v organizované sportovní činnosti



Z odpovědi na otázku, které sporty jsou nejnavštěvovanější, mi vyplynula i oblíbenost jednotlivých sportů. Sporty, kterým se respondenti v organizovaném typu sportovní činnosti nejčastěji věnovali, byly u chlapců floorbal, fotbal a hokej. U dívek šlo o gymnastiku, vybíjenou a volejbal. Jeden chlapec se věnoval 4 sportům najednou, jeden chlapec 3 sportům najednou, 11 chlapců 2 sportům najednou a 44 chlapců 1 sportu. Z dívek se jedna věnovala 4 sportům najednou, pět dívek 3 sportům najednou, tři dívky dvěma sportům najednou a 44 dívek jednomu sportu. Výsledky ukazuje následující tabulka, ve které neodpovídá počet dětí s počtem odpovědí. V dotazníku byla zadaná otázka otevřená, která dává možnost vypsát více možností sportovních činností.

TABULKA č. 7 : Druh sportu a počty chlapců věnujících se organizovanému typu sportovní činnosti

druh sportu	počet
fotbal	16
Floorbal	16
hokej	6
tenis	6
softbal	5
vybíjená	4
stolní tenis	4
basketbal	4
plavání	4
braekdance	3
závodní střelba	2
lakros	1
karate	1
sportovní hry	1
jiné	1

TABULKA č. 8 : Druh sportu a počty dívek věnujících se organizovanému typu sportovní činnosti

druh sportu	gymnastika	tanec	basketbal	vybíjená	aerobic	volejbal	floorbal	sportovní hry	tenis	karate	jízda na koni	fotbal	judo	závodní střelba	squash	atletika	plavání
počet	16	16	6	6	5	4	4	4	4	3	2	1	1	1	1	1	1

Následující tabulka uvádí, jakým způsobem se dotazovaní ke sportu dostali. Nejvíce zastoupena byla odpověď c), šlo tedy o vlastní zájem. Z 57 chlapců věnujících se organizovanému sportu se k této aktivitě dostalo 24 vlastní aktivitou a zájmem. Z 53 dívek věnujících se organizovanému sportu se k této aktivitě dostalo 22 vlastní aktivitou a zájmem. Druhým nejčastějším způsobem se stala varianta a) rodiče. Pro tuto variantu se rozhodlo 17 chlapců a 16 dívek. Kamarádi a školní nábor zůstali v těsném závěsu za již zmíněnými odpověďmi.

TABULKA č.8 : Počty a způsoby dostání se k organizované sportovní aktivitě

	chlapi	dívky	celkem
rodiče	17	16	33
kamarádi	7	8	15
vlastní zájem	24	22	46
školní nábor	9	7	16
jiné	0	0	0
celkem	57	53	110

V další tabulce jsem shrnula, jak často se dotazovaná skupina žáků 5. tříd v Benešově organizované sportovní činnosti věnuje. Tato otázka mi dává odpověď na cíl zadaný na počátku, kdy jsem chtěla zjistit, jakou část volného času dětí zabírá jeho

aktivní trávení sportovní aktivitou. Nejčastěji se sportovní aktivitě respondenti věnovali 1krát týdně, šlo o 43 dotazovaných, z toho 27 chlapců a 16 dívek. Jako druhá nejčastější varianta byla zaškrtnuta varianta c). 3-5krát týdně se organizované sportovní činnosti věnovalo 35 dotazovaných, z toho 18 chlapců a 17 dívek. Jako třetí skončila odpověď b). 30 dětí se sportu věnuje 2krát týdně, z toho šlo o 11 chlapců a 19 dívek. Pouze dvě děti se organizovaně sportu věnují dokonce 6krát za týden.

TABULKA č.9 : Frekvence věnování se sportu u respondentů sportujících organizovaně

	chlapci	dívky	celkem
1krát týdně	27	16	43
2krát týdně	11	19	30
3-5krát týdně	18	17	35
jiné: uvedl: 6 krát	1	1	2
celkem	57	53	110

Při analýze dat ohledně věnování se nějakému dalšímu sportu ve volném čase (vedle hlavní organizované formě sportu) odpovědělo z 53 přesně 20 dívek, že již další sportovní aktivitu neprovozuje a zbytek 33 dívek se nějaké další sportovní aktivitě věnuje i neorganizovaně, individuálně. Nejčastější odpověď byla cyklistika, míčové hry, **jízda na koni a plavání. Z celkového počtu 57 chlapců se ve volném čase ještě neorganizované sportovní aktivitě věnuje 42 chlapců a 15 chlapců ve svém volnu již další jiný sport nepěstuje.** Sedm dívek uvedlo tři další sportovní aktivity, kterým by se ve volném čase chtěly věnovat. Jedna dívka uvedla pouze jeden sport a ostatní uvedli sporty dva. Nejoblíbenějším chlapeckým sportem se stal fotbal. Na druhém místě oblíbenosti byla cyklistika a floorbal, dále pak vybíjená a basketbal. Dva chlapci uvedli 4 sporty, kterým by se chtěli věnovat. Jeden chlapec uvedl jednu sportovní aktivitu a jeden tři sportovní aktivity. Zbytek uvedl dvě sportovní aktivity, které by je zajímaly. Ostatní sportovní aktivity u dívek a chlapců upřesňují následující tabulky č.11 a 12. V dotazníku byla zadaná otázka otevřená, která dává možnost vypsát více možností sportovních činností, proto nesouhlasí počet odpovědí s počtem dotazovaných.

TABULKA č.10: Počty respondentů sportujících a nespportujících ve volném čase

	chlapci	dívky	celkem
ANO	42	33	75
NE	15	20	35
celkem	57	53	110

TABULKA č. 11 : Další sportovní aktivity u chlapců (neorganizovaný typ sport.aktivity)

druh sportu	fotbal	cyklistika	floorbal	vybíjená	basketbal	hokej	plavání	tenis	nohejbal	volejbal	badminton	basebal	golf	in-line brusle	přehazovaná	motokros	jízda na koni	squash
počet	13	8	8	6	6	4	4	4	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1

TABULKA č. 12 : Další sportovní aktivity u dívek (neorganizovaný typ sport.aktivity)

druh sportu	cyklistika	míčové hry	jízda na koni	plavání	fotbal	badminton	in-line brusle	aerobic	fotbal	tanec	tenis	windsurfing	zimní sporty	basketbal	golf
počet	15	8	6	6	5	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1

Z dotazovaných, kteří se věnují sportu pouze neorganizovaně, bylo z celkových 44 respondentů 11, kteří se ve volném čase jeho aktivnímu trávení sportem nevěnují vůbec. Jeden chlapec se ve volném čase věnuje třem sportům a jeden dvěma. Ostatní

dotazovaní se věnují pouze jednomu sportu. Tri dívky se věnují třem sportům najednou, šest dívek dvěma a ostatní pouze jednomu dalšímu sportu. Nejčastěji se chlapci ve volném čase věnují fotbalu, míčovým hrám, plavání, cyklistice a paintbalu. Dívky dávají přednost cyklistice, plavání, volejbalu, ostatním míčovým hrám a jízdě in-line bruslích. Přesné údaje uvádí tabulka č.13. V dotazníku byla využita otázka otevřená, proto nesouhlasí počet odpovědí s počtem dotazovaných.

TABULKA č. 13 : Sportování neorganizovanou formou

	chlapci	děvčata	celkem
ANO	17	16	33
NE	4	7	11
celkem	21	23	44

TABULKA č. 14 : Pěstované neorganizované sportovní aktivity u chlapců

druh sportu	fotbal	paintbal	cyklistika	plavání	míčové hry	volejbal	floorbal	tenis	badminton	basketbal	šipky	floorbal
počet	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1

TABULKA č. 15 : Pěstované neorganizované sportovní aktivity u dívek

druh sportu	cyklistika	plavání	volejbal	tenis	badminton	basketbal	šipky	floorbal
počet	3	2	2	2	2	1	1	1

Ze 44 respondentů, kteří se sportovní aktivitě věnují neorganizovanou formou, odpovědělo celých 25, z toho 15 dívek a 10 chlapců, že neexistuje žádný další sport, kterému by se chtěli věnovat. 11 chlapců odpovědělo, že sport, kterému by se chtěli věnovat, existuje. Nejčastěji šlo o floorbal, fotbal a hokej. 8 dívek odpovědělo, že sport, kterému by se chtěli věnovat, existuje. Největší zastoupení měl basketbal a házená. Údaje udávají tabulky č.17 a 18. V dotazníku byla využita otázka otevřená, proto nesouhlasí počet odpovědí s počtem dotazovaných.

TABULKA č. 16 : Počty respondentů - existence dalšího sportu, kterému by se chtěli věnovat

	chlapci	děvčata	celkem
ANO	11	8	19
NE	10	15	25
celkem	21	23	44

TABULKA 5.17 : Existence a druh dalšího sportu u chlapců, kterému by se chtěli věnovat

druh sportu	floorbal	hokej	fotbal	stolní tenis	tanec	gymnastika	taekwondo	vybíjená	kung íu
číslo	3	2	2	1	1	1	1	1	1

TABULKA č. 18 : Existence a druh dalšího sportu u dívek, kterému by se chtěly věnovat

I

druh sportu	házená	basketbal	floorbal	volejbal	tanec	gymnastika	taekwondo
počet	2	2	1	1	1	1	1

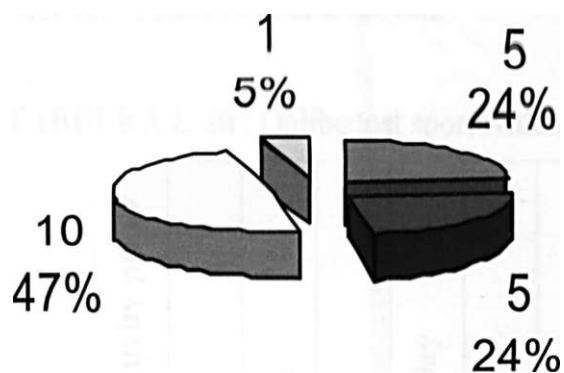
Respondenti, kteří se sportu věnují neorganizovanou formou, měli za úkol vybrat možnost, jak často se vlastně sportu věnují. Ze 44 respondentů se sportu každý den věnuje 10, z toho 3 dívky a 7 chlapců. Několikrát do týdne sportuje 16 respondentů, z toho 12 dívek a 4 chlapci. Jednou za čas sportuje 15 respondentů, z toho 5 dívek a 10 chlapců. Jen při tělesné výchově ve škole si zasportují 3 respondenti.

TABULKA č.19 : Frekvence věnování se sportu u respondentů věnujících se neorganizované sportovní činnosti

	dívky	chlapci	celkem
každý den	3	7	10
několikrát do týdne	12	4	16
jednou za čas	5	10	15
jen při TV ve škole	3	0	3
celkem	23	21	44

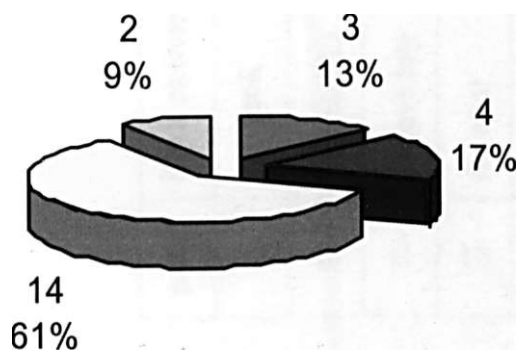
Nejčastěji tráví dotazovaní sportovní aktivitu s kamarády, následně s rodiči a samostatně nejméně často. Jeden chlapec a dvě dívky se sportovní aktivitě věnují pouze při tělesné výchově ve škole. Výsledky uvádí grafy č.3 a 4.

GRAF č. 3 : Způsob trávení neorganizované sportovní činnosti u chlapců



- sám
- s rodiči
- s kamarády
- sportu se ve volném čase nevěnuji vůbec

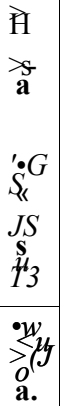
GRAF č. 4 : Způsob trávení neorganizované sportovní činnosti u dívek



- sám
- s rodiči
- s kamarády
- sportu se ve volném čase nevěnuji vůbec

Nejvíce oblíbenou sportovní aktivitou při tělesné výchově se u dívek stala vybíjená, následovala gymnastika a ostatní míčové hry. U chlapců je nejvíce oblíbenou tělovýchovnou aktivitou fotbal, vybíjená a floorbal. Konkrétní výsledky uvádí tabulky č. 20 a 21. Jelikož byla v dotazníku využita otázka otevřená, proto nesouhlasí počet odpovědí s počtem dotazovaných.

TABULKA č. 20 : Oblíbenost sportovních aktivit při tělesné výchově u dívek

												
	fotbal	vybíjená	floorbal	míčové hry	atletika	házená	přehazovaná	gymnastika	běh	badminton	volejbal	basketbal
	19	17	15	6	6	5	4	2	2	1	1	1

TABULKA č. 21 : Oblíbenost sportovních aktivit při tělesné výchově u dívek

	druh aktivity při TV							
	vybíjená	gymnastika	míčové hry	floorbal	atletika	•e	1	běh
počet	27	16	11	10	9	8	6	5

Pokud se jedná o sledování sportovních utkání, zápasů a výsledků v televizi, přes internet či jiný informační kanál, odpovědělo ze 154 dotázaných 114 respondentů,

což činí 74%, že se této aktivitě věnuje a 40 respondentů, což činí 26%, tato problematika vůbec nezajímá. Výsledky uvádí následující tabulka č.23 .

TABULKA č. 22 : Sledovanost sportovních pořadů u žáků 5. tříd

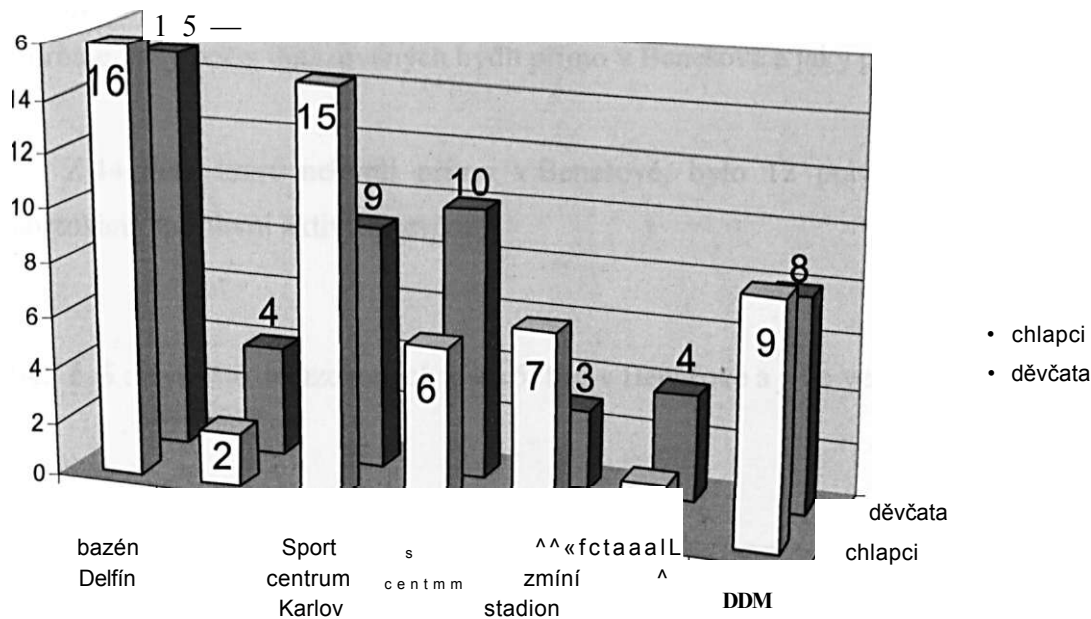
	chlapci(NE)	chlapci(ANO)	děvčata(NE)	děvčata(ANO)	Počet celkem	%
ANO	17	48	14	35	114	74%
NE	4	9	9	18	40	26%
	21	57	23	53	154	100%

TABULKA č.23 : Sledovanost různých typů sportovních výsledků a zápasů

druh sledovaného sportu	hokej	fotbal	olympijské hry	basketbal	tenis	plavání	floorbal	atletika	dostihy	volejbal	lyžování	házená	motokros	šipky	cyklistika	krasobruslení	nohejbal
počet	46	39	15	7	5	4	4	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1

Nejvíce navštěvovaným sportovištěm na Benešovsku se stal plavecký bazén Delfin. Druhým nejnavštěvovanějším se stalo Sport Centrum Na Karlově, kde mají respondenti možnost docházet do posilovny a pořádají se zde i sportovní kroužky typu aerobic. Třetí místo obsadilo nově vybudované S-centrum, kde je možnost sportovního vyžití formou badmintonu, volejbalu, nohejbalu, beachvolejbalu a malé kopané. Výsledky uvádí graf č. 5.

GRAF č. 5 : Návštěvnost sportovišť na Benešovsku



Ohledně možností sportovních aktivit a jejich zlepšení dotazovaná skupina nejčastěji odpovídala, že by bylo potřeba zrekonstruovat plavecký bazén. Problém vidí i v nedostatku dětských a víceúčelových hřišť. Několik respondentů uvedlo, že jim na Benešovsku chybí atletický stadion, hřiště na baseball a americký fotbal. Takto odpověděli žáci na cílovou otázku, zda-li existuje nějaká sportovní aktivita či sportoviště, které dětem na Benešovsku schází. Tabulka č.16 shrnuje analyzované odpovědi.

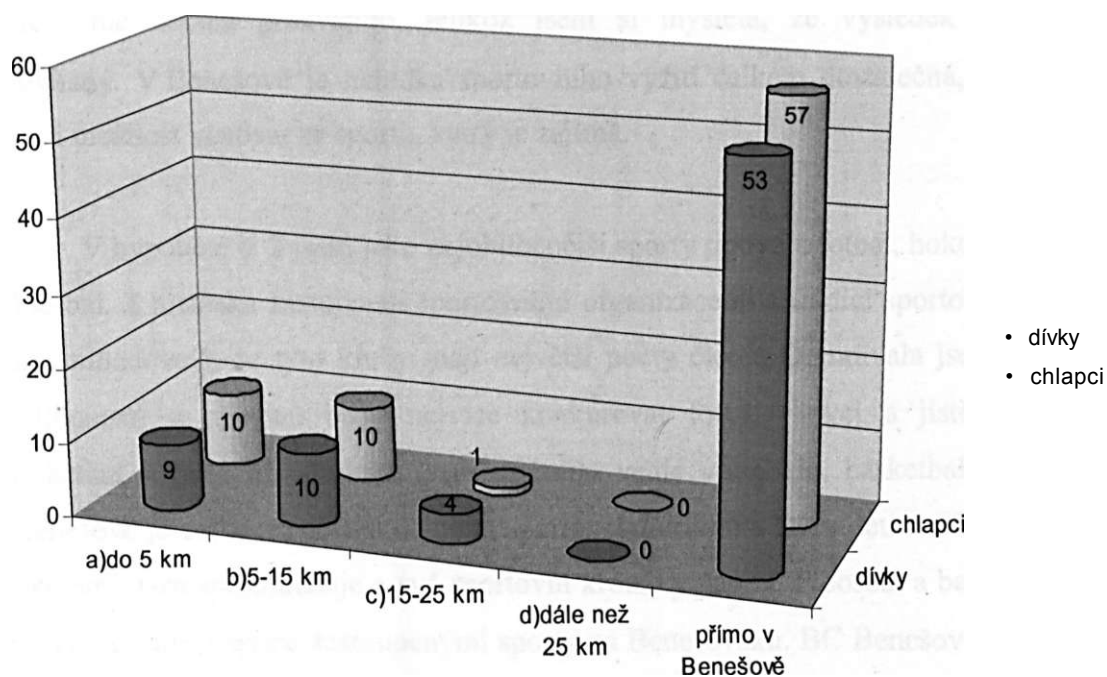
TABULKA č. 16 : Návrhy na zlepšení možností sportovních aktivit na Benešovsku

Návrh	Počet odpovědí
bazén	92
dětské hřiště	20
atletický stadion	11
hřiště na baseball a americký fotbal	10
chybí sportovní centrum pro děti	1
jiné návrhy	1
celkem	135

Pokud jde o místo bydliště, odpovědělo 110 respondentů (53 dívek a 57 chlapců), že bydlí přímo v Benešově a 44 respondentů je nuceno dojíždět. Graf č.6 znázorňuje, jaký počet dotazovaných bydlí přímo v Benešově a jaký počet dojíždí.

Z 44 dětí, které nebydlí přímo v Benešově, bylo 12 právě z těch, kteří se organizované sportovní aktivitě nevěnují.

GRAF č. 6 : Bydliště dotazovaných žáků 5. tříd v Benešově a jeho vzdálenost od Benešova



9 DISKUZE

Zjistila jsem, že se děti ve volném čase věnují aktivnímu sportování pod záštitou nějaké organizace nebo alespoň individuálně celkem v dostatečné míře. Mé předpoklady se naplnily, dokonce skončily lépe, než jsem očekávala. Organizované formě sportu se věnovalo 110 respondentů a neorganizované 44 respondentů. Hypotéza č. 1, že se děti sportu věnují ve stejné míře ve sportovních klubech i individuálně, se tedy vyplnila nadměru očekávání. Dokonce lze říci, že více dětí (dokonce až 71% dotázaných) za sportovní aktivitou dochází pravidelně do sportovních organizací. Toto zjištění mě docela překvapilo, jelikož jsem si myslela, že výsledek bude více vyrovnaný. V Benešově je nabídka sportovního vyžití celkem dostatečná, proto mají jedinci možnost věnovat se sportu, který je zajímavý.

V hypotéze č. 2 jsem jako nejoblíbenější sporty tipovala fotbal, hokej, basketbal a floorbal. Z hlediska zastoupení sportovními organizacemi a tradicí sportovních klubů jsem odhadovala, že tyto kluby mají největší počty členů. Domnívala jsem se, že si v oblíbenosti u chlapců bude nejvíce konkurovat fotbal, hokej a jistě se objeví i basketbal a floorbal. Dívčím jsem přiřadila vedle volejbalu, basketbal a floorbal. V Benešově je celkem početná nabídka sportovních klubů a Dům dětí a mládeže, který se školami úzce spolupracuje a své sportovní kroužky nabízí. Floorbal a basketbal jsou dle mého názoru nejvíce zastoupenými sporty na Benešovsku. BC Benešov má již delší tradici a naopak FBC Konica Benešov je mladý klub s nově postavenou halou. Sporty, kterým se respondenti v organizovaném typu sportovní činnosti nejčastěji věnovali, byly u chlapců floorbal, fotbal a hokej. U dívek šlo o gymnastiku, vybíjenou a volejbal. Při usuzování o oblíbenosti dívčích sportů jsem opomněla gymnastiku, která je u dívek často zastoupena. Pokud se jednalo o sportovní aktivitu u dětí, které se sportu věnují jen neorganizovaně, byly sporty podobné jako v organizované činnosti. Nejčastěji se chlapci ve volném čase věnují fotbalu, míčovým hrám, plavání, cyklistice a paintbalu. Dívky dávají přednost cyklistice, plavání, volejbalu, ostatním míčovým hrám a jízdě na in-line bruslích. Můj odhad se naplnil v celkem dostatečné míře. Překvapilo mě

zastoupení paintbalu, ten jsem zařazovala spíše k dospělejší populaci. Chápu však, že v Benešově tato možnost sportovního vyžití existuje a jeho atraktivnost pro chlapce je jistě vysoká. V odpovědích se objevila i jízda na in-line bruslích, která je v současnosti velice oblíbená a dá se říct doslova moderní. V Benešově existuje i tzv. skatepark (víceúčelové hřiště s betonovým povrchem), na který někteří dotazovaní dochází. Benešov nabízí pěkné cyklostezky, takže i cyklistika se stala často zastoupenou aktivitou. I když na druhou stranu si myslím, že po cyklostezkách se děti vydávají na výlety spíše s dozorem někoho staršího a jízdu na kole provozují jako prostředek dopravy.

Frekvence, jakou se děti v organizované formě sportu věnují byla u většiny dotázaných celkem uspokojivá. Nejvíce dětí se věnovalo nejen jednomu sportu, ale jeden chlapec dokonce 3 sportům najednou. U druhého pohlaví se jedna dívka věnovala dokonce 4 sportům najednou. To sebou neslo trénování i několikrát do týdne. Odhadovala jsem, že frekvence věnování se sportu v rozmezí týdne, bude odpovídat předpokladu, že tréninky mohou probíhat nejčastěji dvakrát až třikrát týdně. Děti, které do sportovního klubu či zájmového kroužku nedocházejí, se aktivnímu sportování věnují nejčastěji několikrát do týdne. Výsledky dopadly pro mě nečekaně, jelikož nejčastěji se organizované sportovní aktivitě respondenti věnovali 1krát týdně. Jako druhá nejčastější varianta byla 3 - 5krát týdně a jako třetí odpověď skončila možnost 2krát týdně. Dvě děti se organizovaně sportu věnují dokonce 6krát za týden. Ze 44 respondentů, kteří se sportu věnují neorganizovanou formou se sportu každý den věnuje 10 (z toho 3 dívky a 7 chlapců). Několikrát do týdne sportuje 16 respondentů (z toho 12 dívek a 4 chlapci). Jednou za čas sportuje 15 respondentů (z toho 5 dívek a 10 chlapců). Jen při tělesné výchově ve škole si zasportují 3 respondenti. Překvapila mě odpověď, kdy se děti zapojené do organizované sportovní činnosti věnují sportu nejčastěji pouze jedenkrát týdně. Je možné, že v této souvislosti se jednalo o zájmové kroužky, které se opravdu konají nejčastěji jedenkrát do týdne. Za předpokladu, že děti jsou ve věku 10 - 12 let je možné, že objem i intenzita tréninku se v budoucnu budou ještě zvyšovat. Hypotéza č. 3 se tedy nevyplnila. Děti se sportu věnují v menší míře než jsem předpokládala, i když se našly i světle výjimky.

Jak již bylo řečeno Benešov skýtá řadu možností, jak využít volný čas aktivně. Před vyhodnocením dotazníku jsem zastávala názor, že nejhojněji navštěvovaný a nejoblíbenější bude plavecký bazén. Děti základních škol na plavecký bazén Delfín docházejí na pravidelnou plaveckou výuku přibližně dva až třikrát během základní školní docházky na 10-ti až 12-ti hodinové lekce. Zvláštního pozorování vím, že ho navštěvují hlavně rodiny s dětmi, i když svým materiálním vybavením a prostory příliš pestré strávení času nenabízí. S prostředím bazénu se seznamují od útlého věku, protože prostředí znají, dochází sem pravidelně i ve volném čase v doprovodu rodičů nebo přátel. Po vyhodnocení se opravdu nejvíce navštěvovaným sportovním areálem na Benešovsku stal plavecký bazén Delfín. Druhým nejnavštěvovanějším areálem se stalo Sport Centrum na Karlově. Třetí místo obsadilo nově vybudované S-centrum. Hypotéza č. 4 byla pravdivá.

Co se týká sledovanosti sportovních zápasů a výsledků, odhadovala jsem jako nejsledovanější fotbal, hokej, atletiku a basketbal. Jako nejvíce sledované sportovní utkání mi z dotazníků vyplynul hokej, fotbal, olympijské hry a basketbal. Olympijské hry jsou pro děti často velice sledovanou sportovní událostí, ať už jde o letní či zimní hry. Atletika skončila nakonec až na osmém místě. 74 % dotázaných se o tuto problematiku zajímá a 26 % dotázaných sportovní utkání nesleduje. Hypotéza č. 5 se naplnila pouze částečně. Dotazovaní sledují sportovní přenosy častěji, než jsem odhadovala. V současnosti mají děti možnosti sledování utkání v televizi, ale hlavně přes internet. Dostupnost tohoto zájmu se stále zjednodušuje.

Hypotéza č. 6, že nejoblíbenější sportovní aktivitou při tělesné výchově ve škole se stanou míčové hry - hlavně vybíjená a přehazovaná, se naplnila. Nejvíce oblíbenou sportovní aktivitou se u dívek stala vybíjená, gymnastika a ostatní míčové hry. U chlapců je nejvíce oblíbenou tělovýchovnou aktivitou fotbal, vybíjená a floorbal. Vybíjená je sice tou nejčastěji hranou míčovou hrou na všech školách, ale zdá se, že pro děti se nikdy nestane nezajímavou. Tělesná výchova bývá často u většiny dětí nejoblíbenější předmět ve škole. Vždy, dle mého názoru, však záleží i na učiteli, který hodinu vede, jaký obsah zvolí a též jaké materiální a prostorové možnosti daná škola má.

Sportovní centra v Benešově jsou zaměřena spíše na věkově starší populaci. Většina dětí tato sportoviště navštěvuje s doprovodem staršího kamaráda, rodiče či sourozence. Jako nejčastější odpověď, zda v Benešově nějaké sportoviště či nabídka sportovní aktivity schází, jsem zmínila dětská hřiště. Pro dotazovanou skupinu je tento dotaz celkem složitý, zajímalo mě, jestli se i děti nad takovou otázkou někdy zamyslely. Většina odpověděla, že je s nabídkou spokojena, to dokonce celých 60% respondentů. Dle mého názoru šlo o skupinu, která sportuje jen příležitostně a vystačí si s dětským hřištěm či loukou. Ostatní, kteří sportují a znají vybavenost a možnosti, které Benešovsko nabízí, se nad otázkou zamysleli hlouběji. Nejčastější odpověď byla, že by bylo potřeba zrekonstruovat plavecký bazén. Tento problém se již v současné době řeší. Zdejší plavecký bazén přerušil provoz na dobu od 1 do 2 let a od letošního června (roku 2009) probíhá celková rekonstrukce. Většina dětí by si přála, aby se z plaveckého bazénu stal aquapark. Tato varianta se však dětem nesplní, na bazénu dochází pouze k základní rekonstrukci. Další problém respondenti viděli v nedostatku dětských a víceúčelových hřišť. Myslím, že na velikost Benešova (celkem 16 375 obyvatel - Katastrální výměra a počet obyvatel podle správních obvodů obcí s rozšířenou působností a podle obcí k 31. 12. 2007), je počet hřišť celkem dostačující. Na každém větším benešovském sídlišti mají děti víceúčelové hřiště, kde mají možnost volný čas trávit. Několik respondentů uvedlo, že jim na Benešovsku chybí atletický stadion, hřiště na baseball a americký fotbal. Tyto odpovědi mi odkrývají cílovou otázku, zda-li existuje nějaká sportovní aktivita či sportoviště, které dětem na Benešovsku schází. Tyto tři jmenované sportovní areály v Benešově a okolí opravdu nejsou zastoupeny. Pokud se někdo chce věnovat atletice musí dojíždět do Vlašimi, Prahy, Staré Boleslavy nebo Kralup. Tyto atletické kluby jsou od Benešova nejbližší. Baseball a americký fotbal je sport, který knám do České republiky přišel teprve nedávno a jeho zastoupení je možné nalézt pouze ve větších městech. Myslím, že než bude mít každé větší město i tyto sportovní areály, uplyne ještě dost let. Hypotéza č. 7 se naplnila.

Vliv vzdálenosti bydliště od hlavní nabídky sportovního vyžití přímo v Benešově z hypotézy č. 8, vyplynul z poslední a první otázky v dotazníku. Ze 44 dětí, které nebydlí přímo v Benešově, bylo 12 právě z těch, kteří se organizované

a ty, které jsou bydlištěm?

sportovní aktivitě nevěnují. Lze proto říci, že místo bydliště má na sportování mládeže vliv.

ZÁVĚR

Problém vidím nejvíce u dětí, které se sportu organizovanou formou nevěnují. Ze 44 respondentů bylo celkových 11, kteří se ve volném čase sportu ani žádné jiné pohybové aktivitě nevěnují vůbec. U těchto dětí se objevuje problém, kdy pouze pohyb při tělesné výchově je nedostačující. Tato skupina volný čas vyplňuje sedavou aktivitou, a proto ji zasahuje větší riziko onemocnění, která sebou hypokinetický způsob života přináší. Většina dětí tráví volný čas především u počítače. Tato záliba je rozšířená především u chlapecké části, avšak dívkám se tato zájmová aktivita také nevyhýbá. Internet a hry, které lze hrát společně po síti, jsou často každodenním několikahodinovým zpestřením dne. Děti zapomínají na důležitost pohybové aktivity a to sebou přináší možnost obezity a kardiovaskulárních chorob.

Hlavním důvodem, proč děti nesportují dostatečně často, může být právě vzdálenost bydliště od centra dění. Avšak tento problém lze hravě zvládnout dojížděním a hlavně podporou okolí. Pokud je dítě ve své aktivitě podporováno, sportu se věnuje a zainteresování rodičů ulehčuje například právě problémy s dojížděním.

Jako návrh řešení této problematiky bych viděla ve zvětšení objemu hodin tělesné výchovy při vyučování. Myslím, že adekvátní by byly alespoň dvakrát týdně dvě hodiny tělesné výchovy. Tak by se do sportovní aktivity musely zapojit i ty děti, které se sportu jinak nevěnují. Dále by bylo možné pořádat pro děti ve školách projekty zaměřené na zdravý životní styl, kde by se děti dozvěděly více a konkrétněji o problémech, které nadváha a nedostatek pohybu může způsobovat.

Z výsledku oblíbenosti sportovních aktivit lze usoudit, že děti okolo deseti let nejvíce baví hry soutěživé. Často je v současnosti zastáván názor, že by se soutěživé hry měly z tělesné výchovy vypustit. Jako důvod se uvádí možnost, že mohou slabší a pomalejší jedince stresovat. Při soutěžení na ně družstvo klade nároky, které dítě často není schopno naplnit, proto se s ním ostatní dostávají do konfliktu. Na druhou stranu jsou soutěživé hry pro děti i přínosem. Učí se hrát v duchu fair-play a je možné učit je

na tomto modelu, že soutěží celé družstvo dohromady, jde v první řadě o zábavu a radost z pohybu a nikoliv o výhru.

Pokud se jedná o nabídku sportovních aktivit, je na Benešovsku celkem dostačující. Pravdou však je, že většina sportovních zázemí je ve špatném stavu. Město se snaží otázku zlepšení a rekonstrukcí řešit. Jako nejnovější rekonstrukcí je přestavba krytého bazénu. Ten pro návštěvníky své dveře znovu otevře nejdříve za dva roky. Myslím, že toho, že bude přímo v Benešově atletický stadion či hřiště na americký fotbal se v blízké době nedočkáme. Tyto sporty nemají v Benešově zatím zastoupení ani tradici. Je možné, že v budoucnu se to může změnit.

Celkově jsem z výsledky výzkumu spokojená. Většina dětí se sportu a pohybové aktivitě věnují minimálně jednou za dva dny, což je pro pěstování zdravého životního stylu dostačující. Jako návrh řešení většího zájmu a aktivity zapojení dětí do organizované sportovní činnosti bych viděla ve větší spolupráci škol a sportovních klubů. Pokusila jsme se navrhnout plakát (příloha str. 5), který by mohl v každé škole být na nástěnce. Dítě by tak mělo možnost zjistit více informací o sportu, který by ho zajímal. Na plakátu je možné nalézt název sportovní aktivity a příslušná internetová adresa, kde má jedinec možnost dohledat více informací.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:

- 1) BRANDL, Zdeněk. Sborník vlastivědných prací z Podblanicka, Benešov : Muzeum okresu Benešov a státní okresní archiv, 1997. (/
- 2) DOBRY, Lubomír. Sport mládeže-sport bez selekce, Tělesná výchova a sport mládeže 1/05 : UK, FTVS, 2005, s. 2 - 8.
- 3) DOBRÝ, Lubomír. Vztahy mezi biologickým růstem, zráním a sportovním výkonem mládeže. Tělesná výchova a sport mládeže 2/05 : UK, FTVS, 2005, s. 2 - 8.
- 4) DOVALIL, Josef. Věkové zvláštnosti dětí a mládeže a sportovní trénink;;¹
Praha: UK, 1988.
- 5) DOVALIL, Josef; CHOUTKA, Miroslav. Základy sportovního tréninku
Praha: UK, 1982.
- 6) DOVALIL, Josef; CHOUTKA, Miroslav. Sportovní trénink, Praha : Olympia, nakladatelství Karolinum, 1991, ISBN 80-7033-099-6.
- 7) DOVALIL, Josef; JANSKA, Petr a kolektiv. Sportovní příprava, Praha : 2007, ISBN 80-903280-8-3.
- 8) DOVALIL, Josef a kolektiv. Výkon a trénink ve sportu, Praha : Olympia, 2005, ISBN 80-703-928-4.
- 9) KORECKÝ, Bořek ; MÁČEK, Miloš. Tělesná výchova dětí a mládeže,
Praha : Sportovní a turistické nakladatelství, 1960.
- 10) PERIČ, Tomáš. Sportovní příprava dětí, Praha : Grada, 2004.
- 11) PERIČ, Tomáš. Výběr sportovních talentů, Praha : Grada, 2004.

12) PETRÁŇ, Josef. Benešovsko-Podblanicko, Praha: 1985.

13) PROCHÁZKOVÁ, Eva. Benešov, Praha, Litomyšl: nakladatelství Paseka, 2005.

14) PROCHÁZKOVÁ, Eva ; CHROMÝ, Mojmir. Benešov; město Benešov, 1998.

15) PROCHÁZKOVÁ, Eva ; CHROMÝ, Mojmir. Město Benešov, 1998.

16) PRŮCHA, Jan. Pedagogický výzkum : uvedení do teorie a praxe, Praha :
Karolinum^ 1995.

17) Sborník referátů z národní konference: Tělesná výchova a sport na přelomu
století (Praha, 28.11.-1.12.1996), Praha : UK, FTVS, 1997, ISBN 80-903-2147-2.

18) SLEPIČKOVÁ, Irena. Sportovní organizace: Teoretická východiska a situace v ČR
po roce 1990, Praha: UK, nakladatelství Karolinum, 2007,
ISBN 978-80-246-1405-2.


19) SLEPIČKOVÁ, Irena. Sport a volný čas, Praha: UK, nakladatelství Karolinum,
2005.

20) SLEPIČKOVÁ, Irena. Sport a volný čas adolescent^ Praha: UK, FTVS, 2001.

21) Tělesná výchova a sport na základních a středních školách : soubor přednesených
* referátů, Brno: Masarykova univerzita, 1996.

22) VINDUŠKOVÁ, Jitka. Role pohybových aktivit v životě dětí a mládeže Praha:
FTVS UK, 2005, ISBN 80-86317-38-2.

23) VELE, František. Úvaha o kineziologii, nauce o účelovém pohybu člověka, Tělesná
výchova a sport mládeže 3/04: UK, FTVS, 2004, s. 2 - 5.

24) VYSKOČIL, Jan ; HOLADA, Antonín ; MÁCHA, Bohumil. 100 let organizované
tělovýchovy v Benešově. 

INTERNETOVÉ ZDROJE:

- 1) BC BENEŠOV [online], URL <[www. bcbenesov.cz](http://www.bcbenesov.cz)>
- 2) DDM BEBNEŠOV[online], URL <www.ddmbenesov.cz>
- 3) ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD[online], URL <www.stredocesky.czso.cz>
- 4) FLORBAL BENEŠOV [online], URL <[www. florbalbenesov.cz](http://www.florbalbenesov.cz)>
- 5) HOKEJ BENEŠOV [online], URL <www.vhsbenesov.sweb.cz>
- 6) KOPANÁ BENEŠOV [online], URL <www.skbenesov.cz>
- 7) MĚSTO BENEŠOV [online], URL <[www. benesov-city.cz](http://www.benesov-city.cz)>
- 8) MŠMT ČR, [online], URL <www.msmt.cz>
- 9) ZŠ KARLOV[online], URL <www.zsbnkarlov.cz>
- 10) ZŠ JIRÁSKOVA[online], URL <www.zsjiraskova.cz>
- 11) ZŠ DUKELSKÁ [online], URL <[www. zsben.cz](http://www.zsben.cz)>

SEZNAM TABULEK, GRAFŮ A OBRÁZKŮ

SEZNAM TABULEK

TABULKA č. 1 : Doporučený počet hodin pohybové aktivity za týden.....	str. 8
TABULKA č. 2 : Počty žáků v 5. ročníku (ZŠ v Jiráskově ulici).....	str. 39
TABULKA č. 3 : Počty žáků v 5. ročníku (ZŠ Na Karlově).....	str. 40
TABULKA č. 4 : Počty žáků v 5. ročníku (ZŠ v Dukelské ulici).....	str. 41
TABULKA č. 5 : Přehled zájmových kroužků DDM Benešov pro školní rok 2008-2009.....	str. 46
TABULKA č. 6 : Rozdělení respondentů dle pohlaví.....	str. 53
TABULKA č. 7 : Druh sportu a počty chlapců věnujících se organizovanému typu sportovní činnosti.....	str. 54
TABULKA č. 8 : Počty a způsoby dostání se k organizované sportovní aktivitě.....	str. 55
TABULKA č. 9 : Frekvence věnování se sportu u respondentů sportujících organizovaně.....	str. 56
TABULKA č. 10 : Počty respondentů sportujících a nesportujících ve volném čase.....	str. 57
TABULKA č. 11 : Další sportovní aktivity u chlapců (neorganizovaný typ sport.aktivity).....	str. 57
TABULKA č. 12 : Další sportovní aktivity u dívek (neorganizovaný typ sport.aktivity).....	str. 57
TABULKA č. 13 : Sportování neorganizovanou formou.....	str. 58
TABULKA č. 14 : Pěstované neorganizované sportovní aktivity u chlapců.....	str. 58
TABULKA č. 15 : Pěstované neorganizované sportovní aktivity u dívek.....	str. 58
TABULKA č. 16 : Počty respondentů - existence dalšího sportu, kterému by se chtěli věnovat.....	str. 59
TABULKA č. 17 : Existence a druh dalšího sportu u chlapců, kterému by se chtěli věnovat.....	str. 59

TABULKA č. 18 : Existence a druh dalšího sportu u dívek, kterému by se chtěli věnovat	str. 60
TABULKA č. 19 : Frekvence věnování se sportu u respondentů věnujících se neorganizované sportovní činnosti	str. 60
TABULKA č. 20 : Oblíbenost sportovních aktivit při tělesné výchově u dívek ...	str. 62
TABULKA č. 21 : Oblíbenost sportovních aktivit při tělesné výchově u dívek ...	str. 62
TABULKA č. 22 : Sledovanost sportovních pořadů u žáků 5. tříd	str. 63
TABULKA č. 23 : Sledovanost různých typů sportovních výsledků a zápasů	str. 63
TABULKA č. 24 : Návrhy na zlepšení možností sportovních aktivit na Benešovsku	str. 64

SEZNAM OBRÁZKŮ

OBRÁZEK č. 1 : Mapa Benešovská	str. 30
OBRÁZEK č. 2 : Znak města Benešov	str. 31
OBRÁZEK č. 3 : Základní škola v Jiráskově ulici	str. 38
OBRÁZEK č. 4 : Základní škola v Na Karlově	str. 39
OBRÁZEK č. 5 : Základní škola v Dukelské ulici	str. 40
OBRÁZEK č. 6 : Zimní stadion Benešov	str. 42
OBRÁZEK č. 7 : Fotbalový stadion Benešov	str. 43
OBRÁZEK č. 8 : Krytý plavecký bazén Benešov	str. 43
OBRÁZEK č. 9 : Otevřený bazén Bios	str. 44
OBRÁZEK č. 10 : Dům dětí a mládeže Benešov	str. 45
OBRÁZEK č. 11 : S-centrum Benešov	str. 47

SEZNAM GRAFŮ

GRAF č. 1: Počty a procenta chlapců zapojených a nezapojených v organizované sportovní činnosti	str. 53
---	---------

GRAF č. 2 : Počty a procenta dívek zapojených a nezapojených v organizované sportovní činnosti.....	str. 54
GRAF č. 3 : Způsob trávení neorganizované sportovní činnosti u chlapců.....	str. 61
GRAF č. 4 : Způsob trávení neorganizované sportovní činnosti u dívek.....	str. 61
GRAF č. 5 : Návštěvnost sportovišť na Benešovsku.....	str. 64
GRAF č. 6 : Bydliště dotazovaných žáků 5. tříd v Benešově a jeho vzdálenost od Benešova	str. 65

PŘÍLOHY

DOTAZNÍK

Pohlaví (hodící se zakroužkuj-stejný princip i u ostatních odpovědí): chlapec / dívka

1) Věnuješ se nějakému sportu zaštitěnému sportovním klubem, tělovýchovnou jednotou (Sokol), sportovním kroužkem (při škole, DDM) ?

ANO / NE

1/ ^ V 11 ! <

ANO

2) O jaký sport se jedná?

Uveď:

3) Jakým způsobem jsi se k tomuto sportu dostal?

- a) rodiče
- b) kamarádi
- c) vlastní zájem
- d) školní nábor
- e) jiná: uveď

4) Jak často se této sportovní aktivitě věnuješ?

- a) 1krát týdně
- b) 2krát týdně
- c) 3-5krát týdně
- d) jiné: uveď

5) Věnuješ se ve svém volném čase ještě nějaké další sportovní aktivitě?

- a) ANO: uveď
- b) NE

6)Sleduješ nějaké sportovní výsledky či zápasy (např. v televizi, internet, časopisy, noviny,...)?

a)ANO:uveď

b)NE, nezajímá mě to

7)jaké sportoviště na Benešovsku nejčastěji navštěvuješ?

a)plavecký bazén Delfín

b)Squash Trio

c)Sport centrum Karlov

d)S-centrum

e)zimní stadion

f)jiné:uveď

8)Co tě nejvíce baví při tělesné výchově ve škole?

Uveď:

9)Myslíš, že by se dalo něco na Benešovsku ohledně sportovních aktivit a jejich nabídky vylepšit?

Uveď:

10)Bydlíš přímo v Benešově? ANO / NE

Pokud NE : Jak daleko od Benešova bydlíš? a)do 5 km

b)5-15 km

c) 15-25 km

d)dále než 25 km

NE

2)Věnuješ se ve volném čase nějakému sportu?

a)ANO:uveď :

b)NE

3) Existuje nějaký další sport, kterému se nevěnuješ, ale chtěl by jsi?

a) ANO: uveď -

b) NE

4) Jak často ve svém volném čase sportuješ?

a) každý den

b) několikrát do týdne

c) jednou za čas

d) jen při tělesné výchově ve škole

5) Jakým způsobem sportovní aktivitu nejčastěji trávíš?

a) sám

b) s rodiči

c) s kamarády

d) sportu se ve volném čase nevěnuji vůbec

6) Sleduješ nějaké sportovní výsledky či zápasy (např. v televizi, internet, časopisy, noviny,...)?

a) ANO: uveď

b) NE, nezajímá mě to

7) Jaké sportoviště na Benešovsku nejčastěji navštěvuješ?

a) plavecký bazén Delfin

b) Squash Trio

c) Sport centrum Karlo v

d) S-centrum

e) zimní stadion

f) jiné: uveď

8) Co tě nejvíce baví při tělesné výchově ve škole?

Uveď:

9)Myslíš, že by se dalo něco na Benešovsku ohledně sportovních aktivit a jejich nabídky vylepšit?

Uveď:

10)Bydlíš přímo v Benešově? ANO / NE

Pokud NE : Jak daleko od Benešova bydlíš? a)do 5 km

b)5-15 km

c) 15-25 km

d)dále než 25 km

PLAKÁT : NABÍDKA SPORTOVNÍCH AKTIVIT

BASKET CLUB BENEŠOV



basketbal

**POŘÁDÁ NÁBOR
CHLAPCŮ A DĚVČAT**

CHLAPCI	ROČ. 1994 - 1996	ÚTERÝ	16,00
		ČTVRTEK	16,00 - 18,00
DĚVČATA	ROČ. 1994 - 1996	STŘEDA	16,00 - 17,30
		PÁTEK	14,45 - 16,30
DĚV. A CHL.	ROČ. 1996 - 1998	STŘEDA	14,30 - 16,00
		PÁTEK	13,30 - 15,00
DĚV. A CHL.	ROČ. 1999 - 2000	ČTVRTEK	14,30 - 16,00



BASKETBAL

Tréninky probíhají v hale ZŠ Dukelská
a jsou otevřené pro všechny zájemce.
Podrobnější informace najdete na
<http://www.bcbenesov.cz>
a nebo u p. Milana Rydla na tel. čísle 737523719.

WWW.BCBENESOV.CZ





FOTBAL



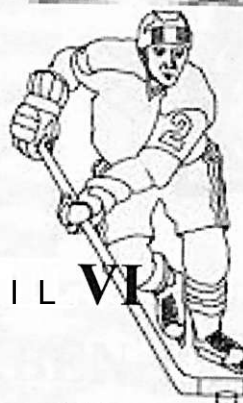


WWW.SK BENESOV.CZ

HOKEJ

WWW.NHLH.ELAK.CZ

WWW.VHS.SWEB.CZ/VOONILVI



JUDO



WWW.JUDO-BENESOV.WZ.CZ



FLOORBAL



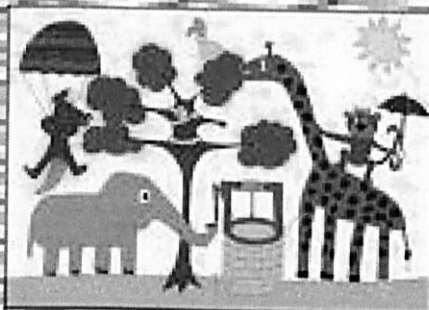
WWW.FLOORBALBENESOV.CZ

VOLEJBAL



WWW.VOLEJBALEKBEN.TXT.CZ

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE



WWW.DDMBENESOV.COM