

UNIVERZITA KARLOVA
PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra pedagogiky

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

VOLNÝ ČAS DĚTÍ NA I. STUPNI ZÁKLADNÍ ŠKOLY V PRAZE
FREE TIME OF ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN IN PRAGUE

Andrea Čákorová

Vedoucí práce: PhDr. Jarmila Mojžíšová

Studijní program: Vychovatelství

Studijní obor: BC – VYCH

Praha, 2018

Prohlášení

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Volný čas dětí na I. stupni základní školy v Praze potvrzují, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzují, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 21. 3. 2018

Poděkování

Ráda bych poděkovala vedoucí mé bakalářské práce paní PhDr. Jarmile Mojžíšové za její odbornou pomoc, ochotu a čas, který mi věnovala. Dále děkuji všem, kteří se podíleli na sběru dat do mého výzkumu. V poslední řadě bych chtěla poděkovat své rodině a příteli za jejich trpělivost a podporu.

Anotace

Tato bakalářská práce se zabývá volným časem dětí mladšího školního věku a faktory, které ho ovlivňují. V teoretické části zkoumá některé pojmy a definice spojené s danou problematikou. Zabývá se různými pojetím a definicemi volného času, podrobněji se zaměřuje na otázku volného času u dětí a faktory ovlivňující jejich volný čas. Zkoumá volný čas z hlediska psychohygieny i jeho celkový význam v životě člověka. Zaměřuje se na instituce a prostředí, kde děti tráví volný čas, zájmovou činnost a výchovu ve volném čase. Zabývá se také fenoménem hry a moderními technologiemi jako zdroji zábavy ve volném čase dětí. Speciální kapitola je věnována věkovým zvláštnostem dětí mladšího školního věku. Součástí práce je také praktický výzkum prováděný v Praze. Cílem výzkumu bylo získat objektivní pohled na způsob trávení volného času dětí v hlavním městě. Konkrétně byl zaměřen na volnočasové aktivity dětí, množství organizované a neorganizované činnosti a pestrost v oblasti zájmového vzdělávání. V druhé řadě byl soustředěn na podmínky a důležitá kritéria při volbě zájmových kroužků. Výzkum je deskriptivní a pro získání dat byla zvolena dotazníková metoda. Údaje, které z výzkumu vyplývají, popisují aktuální situaci.

Klíčová slova

Volný čas, volnočasové aktivity, faktory ovlivňující volný čas

Annotation

This bachelor thesis deals with the free time of children of younger school age and the factors that influence it. In the theoretical part, it examines some terms and definitions associated with the given issue. It deals with different concepts and definitions of free time, and focuses in more detail on the issue of leisure time of children and the factors influencing it. It examines leisure time in terms of mental hygiene and its overall meaning in human life. It focuses on institutions and the environment where children spend their leisure time. It also deals with the phenomenon of play and modern technology as a source of leisure in children's free time. A special chapter is devoted to the distinctions of younger school age children. The thesis also involves practical research conducted in Prague. The aim of the research was to gain an objective view of how children spend leisure time in the capital. Specifically, it focused on leisure activities of children, a number of organized and non-organized activities and a variety of interest-based education. Additionally, it focused on conditions and important criteria when choosing interest groups. The research is descriptive and a questionnaire method has been chosen to obtain the data. The data that emerges from the research describes the current situation.

Keywords

Free time, free time activities, factors affecting children's free time

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Obsah

Úvod.....	7
1 Teoretická část	9
1.1 Definice volného času	9
1.2 Význam volného času z hlediska psychohygieny	10
1.3 Volný čas dětí	12
1.4 Faktory ovlivňující volný čas dětí	14
1.5 Výchova ve volném čase	16
1.5.1 Cíle výchovy ve volném čase	16
1.5.2 Funkce výchovy ve volném čase	16
1.6 Prostředí, kde děti tráví volný čas	18
1.7 Instituce pro volný čas	20
1.7.1 Školní družina (ŠD)	20
1.7.2 Školní klub (ŠK)	21
1.7.3 Střediska volného času (SVC)	22
1.7.4 Základní umělecká škola (ZUŠ)	23
1.8 Zájmová činnost	24
1.8.1 Formy zájmových činností.....	24
1.9 Hra	26
1.10 Počítače jako zdroj zábavy ve volném čase	28
1.11 Věkové zvláštnosti dětí mladšího školního věku	30
2 Výzkumná část.....	32
2.1 Výzkum	32
2.1.1 Cíl výzkumu.....	32
2.1.2 Výzkumné otázky	32
2.1.3 Výzkumná metoda	33
2.1.4 Výzkumný vzorek.....	34
2.1.5 Sběr dat	34
2.1.6 Analýza dat	34
2.1.7 Výsledky dotazníku	35
2.2 Shrnutí výzkumu	44
Závěr	47
Zdroje.....	50
Seznam grafů	52
Seznam tabulek	53
Seznam příloh	54
Příloha č. 1	

Úvod

Volný čas je v posledních letech velmi zkoumaným fenoménem. Způsoby trávení volného času jsou různé a nabídka aktivit je stále více pestrá. Co to ale pojem volný čas vlastně znamená a k čemu nám je? Jak a kde tráví volný čas děti? Jaké faktory mohou ovlivňovat způsob trávení jejich volného času? Tím se budu zabývat ve své práci.

Důvodů, proč jsem si pro svou bakalářskou práci vybrala právě toto téma, je více. Téma je mi blízké především proto, že sama patřím k lidem, co se snaží svůj volný čas trávit efektivně. Myslím, že umět využít svůj volný čas správným směrem je pro člověka

v různých směrech velmi přínosné. Tím spíš, když jde o děti. Často uvažuji o tom, jak asi budou trávit volný čas mé děti, jaké budou navštěvovat kroužky a jak já budu zvládat veškerou organizaci. Jako vychovatelka ve školní družině i jako kamarádka rodičů dětí mladšího školního věku jsem sama svědkem toho, jak náročné a hektické to může být, když se rodiče snaží pro své dítě zajistit pestrý volnočasový program. Všímám si také rozdílů ve způsobu trávení volného času mezi dětmi. Některé mají velké množství zájmových kroužků, jiné třeba nenavštěvují žádný. Někdo ve svém volnu běhá venku s kamarády, jiný se rád věnuje nějaké kreativní činnosti a pro někoho je největším potěšením a zábavou třeba počítačová hra nebo knížka. Z rozhovorů s dětmi nebo příležitostných rozhovorů s rodiči vnímám, jak odlišné jsou podmínky v jednotlivých rodinách a celkový pohled na volný čas. Ve své bakalářské práci se zaměřuji na děti ve třetím a čtvrtém ročníku základní školy, tedy na věkovou kategorii přibližně osm až deset let. Tuto věkovou kategorii jsem si zvolila ze dvou důvodů. První je zcela jednoduchý. Poslední čtyři roky pracuji především s takto starými dětmi. Druhý důvod je poněkud hlubší. Daná věková kategorie mi pro můj výzkum připadá zajímavá, jelikož děti v tomto věku už mají více vyhraněné zájmy než dříve, ale stále jsou závislí na požadavcích a možnostech rodičů.

V teoretické části definuji základními pojmy jako je volný čas, výchova ve volném čase, zájmová činnost a další. Speciální kapitolu potom věnuji volnému času dětí a faktorům, které ho ovlivňují. Dále se zaměřuji na různé typy prostředí, kde děti tráví volný čas. Uvádím také přehled jednotlivých institucí pro volný čas dětí a jejich funkci. Vzhledem k vymezení věkové skupiny se v teoretické části zaměřuji také na zvláštnosti, které jsou

s tímto věkem spojené a měly by být brány v potaz při volbě volnočasových aktivit. Jednu kapitolu věnuji také počítačům a dalším moderním technologiím, které se u dětí těší v posledních letech velké oblibě. Zabývám se především důvody, proč se děti uchylují právě k tomuto způsobu trávení volného času, a jaký to na ně může mít vliv.

Praktickou část mé práce tvoří výzkum prováděný v Praze. Prahu jsem si vybrala proto, že zde žiji celý život a vykonávám zde svou pedagogickou praxi. Pomocí dotazníkového šetření jsem zkoumala, jak děti v Praze tráví volný čas, který mají samy pro sebe, a kolik tohoto času vlastně mají. Zaměřila jsem se na pestrost v obsahu zájmových kroužků a množství času, který děti v kroužcích stráví. Posledním předmětem zkoumání byla kritéria, která jsou pro rodiče důležitá při výběru zájmových kroužků dítěte, a negativní faktory znemožňující zajištění některých kroužků.

Práce dává nahlédnout do problematiky volného času nejen z hlediska teorie, ale vzhledem k provedenému výzkumu také přímo z praxe. Může být přínosná pro rodiče dětí. Mohla by pomoci utvořit si nebo přehodnotit některé své postoje k trávení volného času dětí a pojetí volného času obecně. Data získaná při výzkumu mohou vést k hlubšímu zkoumání dané situace. Práce je zcela určitě přínosná také pro mne samotnou. Získala jsem objektivní pohled na danou problematiku a výsledky získané z výzkumu mohou uplatnit při práci s dětmi i rodiči.

1 Teoretická část

1.1 Definice volného času

Pod pojmem volný čas si každý z nás může představit něco trochu jiného. Ve svých definicích se částečně liší i odborníci. Jarmila Faltýsková v knize Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium (Němec a kol., 2002, str. 17) charakterizuje volný čas takto:

„Je to čas, v němž člověk svobodně volí a dělá takové činnosti, které mu přinášejí radost, potěšení, zábavu, odpočinek, které obnovují a rozvíjejí jeho tělesné a duševní schopnosti, popř. i tvůrčí schopnosti. Je to čas, v němž je člověk sám sebou, nejvíce patří sám sobě, kdy koná převážně svobodně a dobrovolně činnosti pro sebe, popř. pro druhé, ze svého vnitřního popudu a zájmu.“

Autorka Jiřina Pávková (2014) se shoduje v tom, že volný čas je doba odpočinku, rekreace a zábavy. Jako velmi důležitou součást volného času vyzdvihuje zájmové činnosti a zahrnuje sem také ztrátové časy, jako jsou doprava za zájmovou činností, čekání ve frontách apod.

Slovenská autorka Emília Kratochvílová (2004) popisuje volný čas podrobněji jako čas určený k oddychu, rekreaci, regeneraci, uvolnění po práci či studiu, čas na společenská setkání, poznávání světa a života, seberealizaci a činnosti dle vlastních zájmů a tužeb.

Ve výše zmíněných vymezeních se autoři snaží popsat obsah volného času, jak si v něm člověk počíná a k čemu je určený. Tento způsob definice se nazývá tzv. pozitivním vymezením volného času. V literatuře se můžeme setkávat také s negativním vymezením volného času, které naopak spočívá v tom, že se snaží vystihnout, co volný čas není. Říká tedy, že volný čas je čas, který nám zbyde z celkového času dne po odečtení času na práci, povinnosti a uspokojování biologických potřeb, tedy činnosti, které jsme si sami dobrovolně nezvolili a musíme je vykonat.

I přes dílčí rozdíly v definicích různých autorů zde mohu vymezit základní znaky volného času a jeho význam. Volný čas je takový, ve kterém si volíme činnosti svobodně dle vlastního uvážení a aktuálních potřeb, přináší nám radost, potěšení, uspokojení, zábavu a odpočinek, a dává příležitost k seberealizaci a osobnímu rozvoji.

1.2 Význam volného času z hlediska psychohygieny

Sestry Chamoutovi (2006, str. 13) definují psychohygienu takto:

„Je to soubor možností předcházení vzniku nemocí rozvíjením zdravých duševních návyků, pochopením a respektováním vlastní osoby jako jedince začleněného a ovlivňovaného jak biologickou stránkou, tak i psychickou a sociální.“

Mezi zásady psychohygieny patří dostatek spánku, zdravá životospráva, pohyb, sebepoznání a seberealizace, dostatek odpočinku, vyrovnané mezilidské vztahy apod. Volný čas má z hlediska psychohygieny velmi důležitou roli. Pokud se člověk ve svém volném čase věnuje takovým činnostem, které ho obohacují, přináší mu radost, odpočinek a pocit uspokojení, velmi podstatně přispívá své vnitřní pohodě a psychickému zdraví.

Vladimír Spousta uvádí několik psychohygienických pravidel využívání volného času. Naprosto klíčovým pravidlem je uvědomění si, **že volný čas není zbytečně stráveným časem**. Někteří lidé nejsou schopni využívat svůj volný čas, a tak se pro ně stává časem prázdným a nudí se. Nuda je z hlediska psychohygieny pro člověka velmi negativní. Jedná se o „duševní stav podmíněný monotónností podnětů, projevující se omrzelostí, pocity bezděčnosti, nezajímavosti, nespokojenosti, vynucenou pasivitou, ztraceným časem, oslabením pozornosti, pocity únavy, depresivními náladami“ (Hartl, Hartlová, 2009, str. 361). Důvodem neschopnosti využívat volný čas může být například špatná nebo žádná znalost zásad duševní hygieny, nedostatek podnětů a motivace k zájmovým činnostem nebo neorientovanosti v nabídce volnočasových aktivit. Jako další pravidlo uvádí autor volbu takových činností ve volném čase, které jsou doprovázené **pozitivním emočním laděním a přináší člověku pocit úspěchu**. To může být velmi důležité především u lidí, kteří se v životě často potýkají s různými druhy neúspěchu. Prostřednictvím zájmových aktivit lze dobře kompenzovat negativní pocity z pracovních, školních a jiných nezdarů. Je tedy důležité, a to je další z pravidel, aby se člověk věnoval ve volném čase takovým aktivitám, **pro něž lze předpokládat schopnosti**. Dále autor říká, že činnosti ve volném čase by měly být organizovány **individuálně, nebo s co největším respektem k individualitě jedince**. Člověk by také **neměl od činností ve volném čase očekávat nějaký nepřiměřený zisk**. Mohlo by potom dojít k nenaplnění stanovených cílů a pocitu frustrace.

Vhodné využívání volného času tedy podstatně působí nejen na správný rozvoj jedince, ale i na jeho psychickou, fyzickou a sociální rovnováhu. Problém nastává, když člověk volný čas vůbec nemá. Nedochozí k celkové regeneraci organismu, nedostává se mu potřebných pocitů štěstí, svobody a naplnění a může vést až k pocitům úzkosti a stresovým stavům. V. Spousta (1996, str. 14) říká:

„Velmi škodlivé je, když jedinec volný čas vůbec nemá. Příčiny bývají různé, ale častěji než velké množství povinností, bývá hlavní příčinou špatná organizace práce a celodenního režimu.“

1.3 Volný čas dětí

Každé dítě má právo na svůj volný čas. Vzhledem k vymezení základních znaků volného času v první kapitole se mi však nabízí otázka: Mají všechny děti volný čas? Pokud vymezují volný čas jako čas, který zbývá po odečtení doby školního vyučování, dělání úkolů, sebeobsluhy a plnění povinností, pak bych mohla říci, že děti mají obecně více volného času než dospělí. Jestliže jsem však jako jeden z hlavních znaků volného času uvedla svobodnou volbu činností, máme zde další otázku k zamyšlení: Mají děti možnost zcela svobodně rozhodovat o svém volném čase? Míra jejich skutečně volného času je závislá především na rodičích, a tak se v jednotlivých případech může velmi lišit. Vedle dětí, jimž rodiče dopřávají přiměřené množství volného času, můžeme rozlišit dvě extrémní skupiny. Děti s přemírou volného času, s kterým nejsou schopny vhodně naložit, a děti, jejichž právo na volný čas bývá výrazně potlačováno nebo téměř upíráno.

Přetěžované děti s nedostatkem času na regeneraci a plnění vlastních tužeb, potřeb a přání mohou rozdělit do čtyř skupin z hlediska toho, z jakých důvodů jim je volný čas upírán nebo potlačován (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2010):

- děti **přetěžované školními povinnostmi** – na tyto děti bývají kladeny ze strany školy či rodičů nereálné požadavky, opomíjí se individuální zvláštnosti dítěte, děti se věnují školním povinnostem na úkor volného času, což vede k přetěžování dětí a často i výchovným problémům
- děti **s přemírou zájmových kroužků a aktivit** – dětem bývá potlačováno právo na volný čas většinou kvůli rodičovským ambicím, rodiče usilují o úspěch dětí v různých zájmových oblastech, děti tak nemají čas na regeneraci, jsou unavené a činnosti dělají pouze z popudu rodičů, nikoli z vlastní vůle
- děti **věnující se zájmové činnosti na vrcholové úrovni** – opět se jedná převážně o přetěžování ze strany rodičů, na děti jsou kladeny vysoké nároky v nějaké oblasti, nemají prostor pro vlastní odpočinek nebo třeba neformální kontakt s vrstevníky
- děti **přetěžované pracovními povinnostmi** – tuto skupinu tvoří nejčastěji děti z neúplných nebo mnohačetných rodin, děti silně pracovní vytížených rodičů nebo třeba děti přetěžované pomocí v rodinném podniku, tyto děti často vedle

nepřiměřeného množství volného času trpí také nedostatkem času na školní povinnosti

V ideálním případě má dítě takové množství volného času, a tím myslím čas, v kterém si může skutečně samo zvolit druh činnosti, které je schopno vhodně využít pro aktuální potřeby, tužby, přání a odpočinek. Přemíra i nedostatek volného času jsou z hlediska výchovy problematické.

1.4 Faktory ovlivňující volný čas dětí

Existuje celá řada vnitřní a vnějších faktorů, které pozitivně či negativně ovlivňují volný čas dětí.

Mezi vnitřní faktory patří **věk**, především u dětí mladšího školního věku se zájmy celkem často přirozeně mění. **Pohlaví**, kdy dívky většinou upřednostňují jiné aktivity než chlapci. **Vlastnosti**, pod které spadají například předpoklady pro nějakou činnost, vlastní motivace a zájmy. **Tělesná a duševní kondice**, kam mimo zdravotního stavu zahrnujeme také například únavu a vyčerpání. A **vlastní aktivita jedince**, jelikož i dítě, které nemá dostatečné předpoklady pro nějakou činnost, může dosáhnout relativně dobrých výsledků, pokud je dostatečně aktivní (Janiš 2009, Pávková 2008).

Mezi vnější faktory patří **prostředí**, jímž zde mám na mysli místo, kde dítě žije. V tomto případě ho tedy mohu rozdělit na venkovské, městské a velkoměstské (Kraus, 2008). Děti na venkově tráví volný čas jinak než děti ve městě. **Škola**, která může i nemusí mít pestrou nabídku volnočasových aktivit a zájmových kroužků. **Vrstevníci**, jelikož děti mladšího školního věku nemají většinou jasně vyhraněné zájmy a často se tak zajímají o činnosti či aktivity podle toho, co dělají kamarádi. **Média**, neboť dnes je běžným vybavením každé domácnosti televize a počítač s internetovým připojením. Děti na prvním stupni také dostávají své první mobilní telefony. Posledním a také nejvýznamnějším vnějším činitelem, který ovlivňuje volný čas dětí mladšího školního věku, je **rodina** (Hofbauer 2004, Pávková 2008, Janiš 2009).

„Rodina jako primární sociální skupina je pro rozhodující většinu dětí a mladých lidí také prvotním prostředím volnočasového života a výchovy, zásadně se podílejícím na formování jejich osobnosti.“ (Hofbauer, 2004, str. 56)

Rodina má tedy stěžejní vliv na to, jak dítě tráví volný čas a jak k němu bude přistupovat v budoucnu. Realizaci volného času uvnitř rodiny ovlivňuje několik činitelů. Patří sem její velikost, úplnost, životní styl nebo finanční zajištění. Rodiče jsou svými zájmy a volnočasovými aktivitami pro dítě vzorem. Pokud tráví rodiče volný čas smysluplně, je to dobrým předpokladem pro vhodné využívání volného času dítětem.

„V oblasti volného času je dítě ovlivněno aktivitami, které rodiče preferují, hrozí však riziko, že dítě bude již od útlého věku jednostranně přetěžováno aktivitou, která dominuje

u rodičů. Rodiče by tedy měli poskytnout více možností, jak trávit volný čas, to však závisí i na finančních možnostech rodiny. “ (Janiš, 2009, str. 19)

1.5 Výchova ve volném čase

Volný čas má dnes v utváření člověka velmi významnou roli. Stále se zvyšuje počet institucí, organizací a zařízení určených pro výchovu ve volném čase. Výchova ve volném čase se vyznačuje, stejně jako každý výchovný proces, záměrným a cílevědomým působením na osobnost jedince. Jejím specifickým a velmi důležitým znakem je nenásilnost. V definici volného času jsem uváděla, že je to čas svobodné volby a dobrovolnosti. Pedagog volného času by tedy neměl vychovaného do ničeho nutit, ale naopak najít vhodný způsob, jak ho pozitivně motivovat k jednotlivým činnostem a úkonům. Výchova ve volném čase se netýká pouze dětí a mládeže, ale i dospělých a seniorů. Především v posledních letech se rozmohly volnočasové organizace pro seniory.

1.5.1 Cíle výchovy ve volném čase

Cílem výchovy ve volném čase není pouze rozvoj znalostí, schopností a dovedností. Výchova ve volném čase si klade za cíl především naučit člověka, jak vhodně využívat svůj volný čas a jak s ním hospodařit. Učí ho orientovat se v nabídce volnočasových aktivit, efektivně odpočívat, uspokojovat své aktuální potřeby a seberealizovat se. Schopnost takto efektivně využívat volného času jako důležité životní hodnoty nazýváme tzv. **volnočasovou kompetencí**. Mezi cíle volnočasové pedagogiky patří také sociálně patologická prevence.

1.5.2 Funkce výchovy ve volném čase

Autorka J. Pávková (2014) rozděluje funkce výchovy ve volném čase následovně:

- Funkce **výchovně vzdělávací** – záměrné působení na psychickou, fyzickou i sociální stránku osobnosti, prohlubování zájmů a objevování a rozvoj schopností a dovedností
- Funkce **zdravotní** – pěstování hygienických návyků, vedení ke zdravému stravování a pohybovým aktivitám, dodržování bezpečnosti práce, zajištění příjemného sociálního klimatu
- Funkce **sociální** – zdokonalování dovednosti sociální komunikace, učení se řešení konfliktů, přijímání nových sociálních rolí, navozování rozmanitých přátelských vztahů s lidmi s podobnými zájmy (sociální funkcí výchovy ve volném čase se

někdy rozumí také zajištění bezpečnosti a dohledu nad dětmi po dobu, kdy netráví čas s rodiči)

- Funkce **preventivní** – prevence nežádoucích a rizikových jevů jako je lhaní, neukázněnost, záškoláctví, agresivita, užívání drog, šikana, vandalismu apod., nspecifickou primární prevencí jsou vhodně volené volnočasové aktivity a vedení jedinců k zájmu o nějakou oblast

Je nutné si uvědomit, že jednotlivé funkce výchovy ve volném čase se v praxi běžně prolínají a každé zařízení, instituce nebo organizace je plní v různé míře.

1.6 Prostředí, kde děti tráví volný čas

Každý jedinec svůj volný čas tráví v určitém prostředí, které má velký vliv na jeho osobnostní rozvoj. Mezi prostředí, kde děti tráví volný čas, patří **škola**, která mimo školního vyučování nabízí různé zájmové a vzdělávací aktivity, **školská a jiná zařízení pro volný čas, domov i veřejná prostranství**, která mohou i nemusí být k trávení volného času určena. Mohu sem dále zahrnout parky, přírodu, hřiště, ale třeba i ulici (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2010).

Autor Blahoslav Kraus (2001) se zabývá různými typy společenských prostředí, které dělí dle podnětů působících na jedince, a dále je rozděluje z hlediska frekvence, pestrosti a kvality podnětů.

Dělení dle frekvence:

- Prostředí **podnětově chudé** – nedostatek množství podnětů, které dávají dítěti možnost vyvíjet se po všech stránkách, toto prostředí může pro dítě znamenat velký problém především v období předškolního a mladšího školního věku, kdy se nejvíce vyvíjí jeho osobnost
- Prostředí **podnětově přesycené** – příliš velké množství podnětů (zbytečně mnoho kroužků, doučování, kurzů), v takovém případě dítě nemá volný čas na odpočinek a načerpání nových sil, na jednotlivé podněty pouze reaguje, ale nedokáže je zpracovávat a využít k vnitřnímu rozvoji
- Prostředí **podnětově optimální** – prostředí s vyváženým množstvím podnětů a časem na odpočinek

Dělení dle pestrosti podnětů:

- Prostředí **podnětově jednostranné** – podněty nejsou rovnoměrně rozloženy, dítě se tedy nemůže plně rozvíjet po všech stránkách osobnosti, většinou bývá přesyceno v jedné oblasti
- Prostředí **podnětově mnohostranné** – dítěti se dostávají podněty z různých oblastí a jeho osobnost se tak vyvíjí po všech stránkách

Z hlediska kvality podnětů potom rozděluje prostředí na **podnětově zdravé**, tedy vhodné pro správný vývoj dítěte, a **podnětově závadné a deviační**. Závadné a deviační prostředí

ohrožuje vývoj osobnosti dítěte. Největší problém nastává, když se dítě s tímto typem prostředí setkává přímo v rodině, představme si například rodiče alkoholiky nebo narkomany. Přijít do takového prostředí může však i dítě z normální rodiny, které se chytne špatné party.

1.7 Instituce pro volný čas

V dnešní době existuje nepřehledné množství školských i neškolských institucí a komerčních subjektů, které nabízí pestrou škálu volnočasových aktivit.

Školská zařízení mohou rozdělit na tři základní typy. **Školská zařízení pro zájmové vzdělávání**, kterými jsou školní družiny, školní kluby a střediska volného času. **Zařízení pro ústavní a ochrannou péči**, kam řadíme diagnostické a výchovné ústavy, dětské domovy nebo dětské domovy se školou. A **školská výchovná a ubytovací zařízení**, jako jsou domovy mládeže, internáty nebo školy v přírodě. Zvláštní postavení zde mají základní umělecké školy, které sice nabízí vzdělávání ve volném čase, ale jsou řazeny nikoli mezi školská zařízení, ale školy (Hájek, Hofbauer, Pávková, 2010).

Dále se na smysluplném trávení volného času podílí některé nestátní subjekty. Jsou to například nestátní neziskové organizace, nadace a nízkoprahová zařízení, občanská sdružení, tělovýchovné organizace, různá osvětová zařízení, náboženská společenství apod. (Hájek, Hofbauer, Pávková 2010).

Podstatnou část dnes tvoří také oblast komerce, zde však jde někdy více než o hodnotné a kvalitní trávení volného času o finanční zisk z velkého počtu zákazníků.

1.7.1 Školní družina (ŠD)

Školní družiny jsou školská zařízení pro zájmové vzdělávání určená přednostně žákům I. stupně základní školy. Zájmové vzdělávání poskytují také dětem z přípravných tříd a dětem z přípravného stupně základních škol speciálních, dále také žákům nižšího stupně osmiletého nebo šestiletého gymnázia nebo odpovídajícím ročníkům osmiletého vzdělávacího programu konzervatoře. Školní družinu mohou navštěvovat také žáci druhého stupně, kteří nejsou přijati k činnosti školního klubu (Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů).

„Školní družiny jsou zařízením, kde se děti mladšího školního věku seznamují s možnou škálou zájmových aktivit, s jejich obsahem a formami. Nabídkou různých činností aktivizují děti, prohlubují jejich školní znalosti, zájmovými činnostmi rozvíjejí jejich osobnost a zdokonalují jejich kompetence.“ (Hájek, Pávková, 2007, str. 7)

Družina plní funkci výchovně-vzdělávací, zdravotní a sociální. Sociální funkce bývá rodiči někdy považována za hlavní nebo dokonce jedinou. Přihlašují dítě do školní družiny především proto, aby bylo pod dozorem po dobu, kdy se mu nemohou věnovat (Hájek, Pávková, 2007).

Činnosti ve školní družině dělíme na odpočinkové, rekreační a zájmové. Odpočinkové činnosti jsou velmi důležité z hlediska duševní hygieny. Nemusí se jednat pouze o klid na lůžku, mohou mít podobu hraní stolních her, malování nebo třeba poslechu hudby, či předčítání vychovatelky. Rekreačními činnostmi jsou různé pohybové hry a sportovní aktivity, které by měly probíhat převážně venku. Tyto činnosti slouží především k relaxaci a uvolnění po školním vyučování, případný hluk či rozjařenost dětí není v tomto případě považována za nekážeň. Zájmové činnosti pro děti představují také jistou formu odpočinku, měly by dětem přinášet radost, pocit uspokojení, možnost seberealizace a přispívat k osobnostnímu rozvoji dítěte. Jako příklad zájmové činnosti může být třeba nějaké kreativní tvoření (Hájek, Pávková, 2007).

Jednou z činností družiny je také příprava na vyučování, která však není povinnou součástí družiny. Může se jednat o zábavné procvičování a prohlubování znalostí a vědomostí nebo vypracovávání domácích úkolů. Domácí úkoly mohou děti dělat nejdříve po 15. hodině a měly by k tomu mít souhlas rodičů (Malach, 2007).

Školní družina může zřizovat také různé zájmové kroužky. Vzhledem k zaměření družiny na děti mladšího školního věku je vhodná pestrá nabídka zájmových kroužků, kde si děti mohou vyzkoušet různorodé činnosti a aktivity. Důležité je kroužky časově zařadit tak, aby nenarušovaly program oddělení družiny. Děti mohou na kroužky z družiny odcházet a po jejich skončení se do ní opět vracet (Pávková, 2014).

1.7.2 Školní klub (ŠK)

Školní klub je určen především žákům druhého stupně základní školy, žákům nižšího stupně šestiletého nebo osmiletého gymnázia a odpovídajícím ročníkům osmiletého vzdělávacího programu konzervatoře. Přihlásit se do školního klubu může také žák prvního stupně základní školy, který nebyl přijat k docházce do školní družiny (Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů).

Děti mohou školní klub navštěvovat pravidelně i nepravidelně. Ve školním klubu děti bývají již více samostatné než děti v družině, není zde tedy tolik důležitá sociální funkce. Posláním klubu spočívá v aktivním zapojení dětí do činností a hodnotném trávení jejich volného času, čímž předchází výskytu sociálně patologických jevů a rozšiřuje obzory. Vychovatel volí takové činnosti, které jsou pro děti atraktivní a zajímavé. Všechny aktivity se děti účastní dobrovolně z vlastního popudu. Mimo spontánních činností nabízí kluby také zájmové kroužky (Janiš, 2009).

1.7.3 Střediska volného času (SVČ)

Střediska volného času jsou školská zařízení poskytující zájmové vzdělávání. Jsou určena dětem, žákům, studentům, pedagogickým pracovníkům a popřípadě i dalším zájemcům. Existují dva typy středisek. **Domy dětí a mládeže**, které se zaměřují na různé oblasti zájmového vzdělávání, a **stanice zájmových činností**, které se věnují pouze jedné zájmové oblasti. Střediska volného času nabízí pravidelnou a příležitostnou zájmovou činnost a spontánní aktivity (Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů).

Pravidelná zájmová činnost probíhá v zájmových útvarech. Tyto útvary J. Pávková a kol. (2008) rozděluje na kroužky, které popisuje jako malé útvary zaměřené na konkrétní činnost. Soubory, které bývají zpravidla umělecky zaměřené, a jejich činnost může být směřována k veřejné produkci. Kluby, jež se zaměřují spíše na receptivní zájmy. Příkladem může být divadelní klub. A posledním útvarem zmiňuje autorka kurzy. Kurzy bývají zaměřené na osvojení si nějakých vědomostí či dovedností, mají omezené trvání a po úspěšném absolvování mohou účastníci získat osvědčení nebo certifikát.

Příležitostnou činností jsou různé soutěže, výlety, exkurze, přednášky, tábory nebo lyžařské zájezdy. Tyto činnosti mohou také mít nějakou pravidelnost, ale na rozdíl od pravidelných zájmových činností nejsou průběžné (Janiš, 2009).

Spontánními aktivitami, které nejsou přímo řízeny pedagogem a účastníci je mohou využívat individuálně dle vlastního zájmu, jsou především různé hry na otevřených hřištích, sportovištích, nebo třeba v hernách. Pedagogický pracovník zde pouze dohlíží na bezpečnost a je k dispozici dětem jako případný rádce nebo pomocník (Pávková a kol. 2008).

1.7.4 Základní umělecká škola (ZUŠ)

Základní umělecké školy poskytují vzdělávání v hudebním, výtvarném, literárně dramatickém a tanečním oboru. Jsou určeny talentované mládeži, kterou mohou systematicky připravovat pro studium na uměleckých školách a konzervatořích. Každý zájemce o studium na základní umělecké škole musí projít přijímacím řízením, kde prokáže své nadání, schopnosti a dovednosti. Základní uměleckou školu mohou navštěvovat děti od pěti let i dospělí, jejichž studium je časově omezeno na dobu čtyř let (Vyhláška č. 71/2005 Sb., o základním uměleckém vzdělávání).

1.8 Zájmová činnost

Zájem je „*schopnost trvalejšího zaměření, soustředění na určitou činnost, s výrazným emočním doprovodem; stimuluje myšlení, paměť, vůli a jiné psychické procesy; lidé se svými zájmy výrazně liší, a to nejen jejich zaměřením, ale i vytrvalostí, hloubkou, šířkou, intenzitou a hodnotou; zájmy vypovídají o osobnosti a životní dráze člověka*“ (Hartl, Hartlová 2009, str. 694).

Zájmová činnost z hlediska pedagogiky volného času je aktivita, kterou člověk dělá dobrovolně, přináší mu pocit uspokojení, potěšení a rozvíjí jeho schopnosti a dovednosti. Významnou roli ve vztahu dětí k zájmovým činnostem hraje rodina. Rodiče by měli dítě motivovat k různým druhům zájmové činnosti. Přitom by měli brát v úvahu především zájmy dítěte, ne se snažit za každou cenu vést dítě ve svých vlastních stopách (Pávková, a kol., 2001).

Děti mladšího školního věku nemají vyhraněnou oblast zájmu. Je tedy důležité, aby si vyzkoušely rozmanitou škálu činností, díky které budou moci zjistit, v čem jsou dobré a co je baví. Od některých aktivit děti s přibývajícím věkem upustí a zájem o jiné se naopak prohloubí (Němec, 2002).

Účastí na zájmových činnostech si děti mimo jiné vytvářejí návyk zabývat se užitečnou činností i v dospělosti, a tedy vhodně využívat svůj volný čas (Němec, a kol., 2002).

1.8.1 Formy zájmových činností

Formy zájmových činností je možné rozdělit z různých hledisek. J. Pávková (2014) uspořádává zájmové činnosti dle aktivity na **aktivní**, kdy se dítě samo aktivně podílí na nějaké činnosti (rukodělný kroužek, provozování sportu), a **receptivní**, kdy je dítě například divákem či posluchačem (výstava, četba, poslech hudby). Podle počtu účastníků dělí činnosti na **individuální, skupinové a hromadné**. Jako příklad čistě individuální formy zájmové činnosti může být výuka hry na hudební nástroj. Skupinovou činnost vykonává například sportovní oddíl nebo divadelní kroužek. Hromadné činnosti mohou představovat různé školní soutěže. Dále rozlišuje zájmové činnosti **spontánní** a **organizované**, přičemž spontánní činnosti nemají daný začátek ani konec a může se jich účastnit kdokoliv. Každé dítě má své individuální potřeby, a tak se doporučuje nabízet dětem obě formy. Dle pravidelnosti potom autorka dělí zájmové činnosti na

pravidelné a příležitostné. Pravidelnou formu zájmových činností zajišťují zájmové útvary (kroužky, soubory, kluby, oddíly, kurzy), příležitostná může být například návštěva divadla nebo zoologické zahrady. Poslední rozdělení, které autorka uvádí, závisí na obsahu zájmové činnosti. Z tohoto hlediska rozlišuje zájmové činnosti **společenskovední**, jako je například zájmové studium jazyků, publicistika, seznamování se s historií, náboženstvím, zájem o tradice, poznávání života lidí z jiného sociokulturního prostředí apod. Zájmové činnosti **pracovně-technické**, mezi něž patří práce s různými materiály, příprava pokrmů, fotografování, konstruktivní činnosti, práce s počítačem a jinými technologiemi, modelářství apod. K zájmovým činnostem **přírodovědně-ekologickým** řadí autorka chovatelství, pěstitelství, činnosti vztahující se k ochraně přírody a životního prostředí, pozorování a zkoumání živé i neživé přírody, pokusnictví, spolupráce s institucemi jako jsou planetária, muzea apod. Další kategorií jsou zájmové činnosti **esteticko-výchovné**. Tyto činnosti dále ještě rozděluje na výtvarné, hudební a literárně-dramatické. Patří sem práce s výtvarnými prostředky a osvojování výtvarných technik, poznávání výtvarného umění, sólový nebo sborový zpěv, hra na hudební nástroj, práce se zvukovou technikou, získávání poznatků o umělcích, literárně-dramatické činnosti, četba, návštěvy kulturních představení apod. Poslední zájmovou činností je činnost **tělovýchovná a sportovní**. Jedná se o různé sportovní a pohybové hry, tanec, sezónní sporty, bojové umění, návštěvy sportovních utkání, poznávání úspěchů známých sportovců apod.

1.9 Hra

Hra je nezbytným prvkem v životě člověka od narození až do smrti. Definice hry se liší v závislosti na tom, co si pod tímto pojmem člověk představuje. Knotová (Spousta, 1996), s ohledem na nejrůznější definice a typy her, shrnuje, že hra člověku přináší radost, napětí, odpoutání se od reality, svobodné rozhodování, rozvoj po duševní, tělesné i rozumové stránce a přispívá k začlenění člověka do společenského života. Každá hra má svá stanovená pravidla, je ohraničená časem i prostorem a její význam spočívá v ní samé. Jiří Němec (2002) ještě dodává, že smysl hry může stát také mimo vlastní hru, kdy je pouze prostředkem k dosažení výchovných nebo vzdělávacích cílů.

V průběhu života se podoba i význam hry mění. Specifický význam má hra v období dětství, kdy představuje základní formu činnosti. U dítěte předškolního věku má jednoznačně dominantní postavení a je v podstatě jediným zaměstnáním dítěte. Po zahájení školní docházky zabírá dítěti velké množství času škola a s ní spojené přípravy. Hra však nadále zůstává hlavní náplní volného času, který dítěti zbyde po splnění povinností. Kamil Janiš (2009, str. 35) ve své knize cituje odborníka v oblasti hry Miloše Zapletala:

„Hry pomáhají dítěti uspokojit touhu po lidské společnosti. Vyvádějí ho z osamělosti, umožňují mu komunikaci s jinými. Ve hře nachází dítě kamarády i protivníky, s nimiž může spolupracovat i soutěžit. Hry přinášejí dětem vzrušující a radostné zážitky. Prožívají při nich napětí boje i blažené chvíle vítězství. Znamenají vybočení z každodenní všednosti, únik z šedivé reality do pohádkové říše, kde se malý človíček jako mávnutím kouzelného proutku mění v jestřába, vlka, vodníka, anděla, čerta, zbojníka a krále, který vysílá své vojsko.“

Dítě školního věku je už spíše realistou než naprostým fantastou. Při hrách se snaží o věrné napodobení skutečnosti. Chlapci mívají velkou zálibu v technických stavebnicích, u dívek má významnou roli hra s panenkou, která je mnohem promyšlenější než kdy dříve. Děti si také rády hrají se zvířaty, která jsou neodmyslitelnou součástí lidského světa. Hra s domácími mazlíčky poskytuje dítěti možnost uvědomit si specifické fungování a myšlení zvířat, nachází společnou cestu soužití a více ho spojuje s přírodou. Zvíře jako tichý společník může dítě také uklidňovat. V období mladšího školního věku

děti rády hrají stolní hry, a to jak hry, v nichž musí uplatnit své intelektuální schopnosti, jako jsou šachy nebo dáma, tak i hry závislé především na náhodě, jako je například Člověče, nezlob se. Velmi oblíbené jsou také skupinové hry, od klasické honičky přes schovávanou až po složitější a promyšlenější hry s nějakou jednoduchou legendou. Děti také rády hrají sportovní hry. Zpočátku jsou to jednoduché hry s míčem nebo závody v běhu, které později vedou k jednotlivým sportům (Říčan, 2004).

Kotová (in Spousta, 1996) rozděluje hry z hlediska pedagogiky na hry tvořivé a hry s pravidly, přičemž obě skupiny ještě dále konkretizuje.

Hry tvořivé rozděluje na hry:

- Předmětové – manipulace a poznávání vlastností předmětů, rozvoj smyslů
- Úlohové (námětové) – spočívají v nápodobě činností nebo mezilidských vztahů
- Dramatizační – vymýšlení postav a dějů
- Konstruktivní – manipulace s předměty, stavebnice

Mezi hry s pravidly zahrnuje hry:

- Pohybové – míčové hry, vodní sporty
- Intelektuální – didaktické hry rozvíjející rozumové schopnosti

1.10 Počítače jako zdroj zábavy ve volném čase

Počítače a další moderní technologie jsou dnes neodmyslitelnou součástí lidského života. Slouží jako informační a komunikační zdroje, ale představují také určitý zdroj zábavy. Přístup k těmto technologiím mají mimo dospělých také děti, a to již od útlého věku. Na prvním stupni základní školy děti běžně vlastní mobilní telefony nebo tablety s připojením k internetu. Doma mají k dispozici počítač, notebook a různé herní konzole jako je PlayStation, Xbox apod. Počítačové a další elektronické hry otevírající svět virtuální reality jsou pro děti ve volném čase velmi atraktivní záležitostí. Co děti na počítačových hrách láká? Jaká skýtají nebezpečí? Mohou být dětem něčím přínosné? Touto problematikou se podrobněji zabývala Kateřina Šrahůlková (2013).

Co vlastně děti na počítačových hrách přitahuje? Dle odpovědí, které získala autorka od dětí druhých až devátých ročníků, můžeme vyvodit, že děti láká grafické zpracování a zvukové efekty, možnost ponořit se do fantazijního světa a dělat to, co v běžném životě nemůžou. Líbí se jim prožitek úspěchu při závodních hrách a možnost zdokonalovat se jako postava ve hře. Baví je uplatňovat logiku a strategii ve hrách nebo péče o rodinu v určitých typech her. Děti zmiňovaly také prožitek ze zabíjení nebo prosté zahánění nudy. S přihlédnutím k odpovědím se autorka pozastavuje nad tím, zda by tyto prožitky nemohly děti získávat z jiných aktivit, než je samotné hraní počítačových her. Například ponořit se do fantazijního světa mohou děti čtením knih nebo hraním si na něco s kamarády. Stejně tak dobře mohou uplatňovat logiku a strategii v různých typech deskových her, kterých je dnes nepřeberné množství. Děti však potřebují vzor, který jim ukáže, z čeho tyto prožitky lze čerpat. Takové aspekty, jako je počítačová grafika nebo prožitek při zabíjení, jsou v reálném světě těžko dosažitelné.

Nadměrné hraní počítačových her může pro děti představovat různá nebezpečí. Hlavními problémy jsou špatný vliv na sociální vývoj a zrání jedince. Dítě, které tráví u počítače příliš mnoho času, může mít problémy s navazováním sociálních vztahů s vrstevníky. Navíc i komunikace dítěte může být omezena pouze na toto téma. Dítě může také do virtuálního světa utíkat před problémy v reálném světě. Dalším problémovým aspektem je agresivita provozovaná prostřednictvím postavy v počítačové hře. Často se stává, že cílem hry je zničit protivníky. Produkování násilí tedy v těchto hrách značí úspěch. Ztotožňování se dítěte s tímto způsobem dosahování cíle může být nebezpečné. Tím

spíše, když je grafické provedení velmi podobné reálnému světu, ale bez reálných následků. Pokud dítě tráví hodně času na počítači a jiných podobných zařízeních, mohou začít vznikat také návykové problémy, které se v pozdějším věku vyvinout.

Vzhledem k tomu, že existují počítačové hry různého typu, lze předpokládat, že mohou vedle již zmíněných negativních důsledků děti také rozvíjet či obohacovat. Z hlediska kognitivních funkcí mohou hry u dětí rozvíjet odhad vzdálenosti, rychlosti nebo strategické myšlení. Mohou je také obohacovat z hlediska znalosti cizího jazyka, neboť velké množství her je k dispozici pouze v anglickém jazyce. Hráči mohou hraním her cvičit postřeh, prostorovou orientaci a paměť.

Ze zdravotního hlediska může mít přílišné trávení volného času u počítače špatný vliv na držení těla, může způsobovat poškození zad, bolest očí a mžitky. Častým důsledkem je také nadváha, která souvisí s nízkou fyzickou aktivitou, a pohybová neohrabanost dětí.

I přestože trávení volného času na počítači s sebou nese některé negativní aspekty, je tato forma volnočasové činnosti některými rodiči vítána. Znamená to pro ně, že se dítě zabaví a zároveň je doma v bezpečí pod jejich dozorem.

1.11 Věkové zvláštnosti dětí mladšího školního věku

Mladší školní věk je období od 6 do 12 let věku dítěte. V období mladšího školního věku dítě prochází celou řadou změn. Největší změny jsou spojeny s nástupem do školy. Dítě se učí fungovat v novém kolektivu, získává novou sociální roli, a přizpůsobuje se novému systému. Jsou na něj kladeny vyšší nároky než kdy dříve, a to jak ze strany učitelů, tak i rodičů. V tomto období se velmi výrazně formuje osobnost dítěte, jeho sebepojetí a sebehodnocení.

Přestože dítě tráví mimo domov více času než kdy dříve, centrem života stále zůstává rodina.

„Rodiče dítě chrání a zároveň připravují na samostatný život. Rodina by měla dítěti poskytovat pocit bezpečí, emoční a materiální podporu, lásku, povzbuzení, nabízet mu možnost otevřené komunikace a modelový životní vzor.“ (Thorová, 2015, str. 407).

Značný vliv v období mladšího školního věku má škola. S nástupem do školy se v dětech probouzí touha po dobrých výsledcích a mají tendenci se srovnávat s ostatními. Děti potřebují něčeho dosáhnout a zároveň očekávají, že jejich výkon někdo ocení. Pozitivní hodnocení uspokojuje potřebu citové jistoty, motivuje děti do dalších činností a posiluje jejich sebedůvěru. Děti, které se často potýkají s neúspěchem nebo nejsou dostatečně oceňovány, bývají demotivované a nejisté. V takovém případě se může stát, že děti přestanou usilovat o dobrý výsledek, protože to nemá smysl. Pro děti v tomto věku má ocenění autoritou často mnohem větší význam než samotný výsledek jejich snažení (Vágnerová, 2012).

Děti v období mladšího školního věku ještě nedokáží dobře zvládat psychicky náročnější situace, rychle se rozpláčou a lehce se dostávají do stresu. Je důležité s nimi o jejich pocitech a náladách mluvit, přičemž musíme brát ohled na omezené komunikační schopnosti dané věkem. Dospělí by dětem v tomto období měli pomáhat porozumět emocím a naučit je s nimi pracovat (Thorová, 2015).

Velmi důležitý je pro děti kontakt s vrstevnickou skupinou. Děti navazují různé přátelské vztahy, které v tomto věku sice bývají nestálé, ale jsou důležité pro navazování hlubších vztahů v budoucnosti. Učí se komunikovat s vrstevníky, prosadit se, spolupracovat, řešit nově nastalé situace, poskytnout kamarádovi pomoc nebo podporu. Přijetí vrstevníky má

velký význam pro uvědomování si dítěte sebe sama a podporu jeho sebedůvěry. Izolace od skupiny vrstevníků může negativně ovlivnit vývoj dítěte a jeho schopnost budovat a udržovat vztahy v pozdějším věku (Vágnerová, 2012).

Velkými změnami v období mladšího školního věku prochází komunikační schopnosti dětí. Rozvíjí se slovní zásoba i společenské komunikační dovednosti. Zatímco v raném středním dětství (6–9 let) děti nejsou schopny popsat minulé události nebo co je trápí, v pozdním středním dětství (10–12 let) by tyto věci měly bez větších problémů zvládat. Začínají postupně také rozumět ironii a nadsázce. Vzhledem k nárůstu slovní zásoby má v tomto období také významnou roli četba (Thorová, 2015).

Období mladšího školního věku je velmi významné také z hlediska vývoje motoriky.

„Toto období je považováno za zlatý věk motorického učení, první období tělesné zdatnosti a obratnosti.“ (Thorová, 2015, str. 410).

Děti si v tomto období celkem rychle osvojují určité pohybové dovednosti a jsou schopné napodobit i koordinačně náročné pohybové činnosti. Zvyšují se silové schopnosti, rychlost, vytrvalost i obratnost dětí. I přesto by měla být tělesná výchova v období mladšího školního věku více než na výkon zaměřena především na budování kladného vztahu ke sportu a motivaci k pohybovým činnostem ve volném čase (Havlíčková, 1998). Vzhledem k nástupu do školy a dopolednímu vyučování, je mimoškolní sportovní aktivita částečnou kompenzací volního pohybu, který dítě mělo před zahájením školní docházky (Kouba, 1995). Zlepšuje se také jemná motorika, kde dochází k automatizaci v pohybech vyžadujících přesnost, zlepšuje se psaní, modelování, ovládání nástrojů apod.

2 Výzkumná část

2.1 Výzkum

Výzkumnou část mé bakalářské práce tvoří deskriptivní výzkum prováděný v Praze. Pro realizaci výzkumu bylo nutné:

- uvědomit si, jakou problematikou se chci zabývat a co je mým cílem
- dle oblasti výzkumu nastudovat odbornou literaturu a vysvětlit důležité pojmy vztahující se k danému tématu
- stanovit si výzkumné otázky odpovídající cíli
- zvolit vhodnou metodu výzkumu
- promyslet strategii získávání dat a výzkumný vzorek
- provést sběr dat a jejich analýzu
- zodpovědět výzkumné otázky

2.1.1 Cíl výzkumu

Hlavním cílem mého výzkumu bylo zjistit, jak tráví děti 3. a 4. ročníků v Praze volný čas. Zaměřila jsem se na volnočasové aktivity dětí, množství organizované a neorganizované činnosti a pestrost v oblasti zájmového vzdělávání. Mým dílčím cílem bylo zjistit, podle čeho vybírají rodiče kroužky pro své dítě a jaké jsou nejčastější problémové faktory.

2.1.2 Výzkumné otázky

Pro dosažení cíle výzkumu jsem si stanovila výzkumné otázky, které ho více konkretizují.

Hlavní výzkumné otázky

- Jakým činnostem se děti 3. a 4. ročníků ve svém volném čase, kdy nemají organizovanou činnost, nejčastěji věnují?
- Kolik mají děti volného času samy pro sebe?
- Je složení zájmových kroužků dětí zaměřené na různé oblasti?
- Kolik času děti tráví v zájmových kroužcích?

Doplňující výzkumná otázka

- Podle čeho rodiče vybírají kroužky pro své dítě a jaké jsou nejčastější problémové faktory pro zajištění kroužku?

2.1.3 Výzkumná metoda

Pro zodpovězení výzkumných otázek jsem použila dotazníkovou metodu. Tato metoda umožňuje oslovit velké množství respondentů v relativně krátkém čase. Nevýhodou je nemožnost prozkoumat daný problém do hloubky.

Dotazník (viz. Příloha 1) tvořilo celkem osm otázek. Čtyři otázky byly otevřené, tři uzavřené, z toho dvě dichotomické a jedna škálová, a jedna polo uzavřená. Otevřené otázky jsem do dotazníku zařadila především proto, že nepodsouvají respondentovi odpovědi, které by sám nemusel zvolit. Dále mu dávají možnost se o problematice případně více rozepsat a v poslední řadě také z důvodu nemožnosti postihnout celou škálu možných odpovědí. Nevýhodou spatřuji v následném složitějším zpracování odpovědí. Rizikem mohou být také nízké vyjadřovací schopnosti respondenta nebo správnost interpretace odpovědí. Dichotomické otázky sloužily především pro přehled a nasměrování respondenta k tomu, co mě zajímá. Škálová otázka obsahovala několik položek a sloužila pro měření frekvence. Polootevřená otázka zahrnovala výčet možností s položkou „Jiné“, která nabízela respondentovi prostor pro vlastní odpověď.

Celkově byl dotazník sestavován tak, aby neobsahoval zbytečné položky, které nejsou důležité pro dosažení mého cíle. Vždy jsem se tedy zabývala vztahem otázky k cílům výzkumu a výzkumným otázkám. Zbytečně velké množství otázek by mohlo odrážet respondenty od vyplnění dotazníku. Otázky jsem se snažila pokládat co nejstručněji, ale zároveň tak, aby bylo zřejmé, co chci od respondenta vědět. Součástí dotazníku byl také průvodní dopis, kde jsem se rodičům představila a uvedla, k čemu budou sloužit získaná data. Zdůraznila jsem, že dotazník je anonymní a data z něj získaná budou použita pouze pro můj výzkum.

Pro efektivitu dotazníku jsem provedla pilotní přezkoušení, které spočívalo v průběžném vyplňování dotazníku rodiči mimo zvolený vzorek. Tento postup jsem provedla celkem dvakrát, vždy s pěti různými rodiči. Zjišťovala jsem, kolik času dotazník respondentovi zabere a zda mu budou otázky srozumitelné. Mou prvotní snahou bylo uvádět otázky co

nejstručněji. Díky předvýzkumu jsem však zjistila, že některé otázky nebyly zcela jednoznačné a respondenti by je nemuseli správně pochopit. Mohla jsem tedy otázky včas upravit tak, abych skutečně získala data, která potřebuji.

2.1.4 Výzkumný vzorek

Pro získání objektivních výsledků výzkumu bylo nutné stanovit si minimální výzkumný vzorek a promyslet složení respondentů. Minimální počet vyplněných dotazníků jsem si zvolila 250. Respondenty byli rodiče žáků třetích a čtvrtých ročníků několika základních škol v Praze.

2.1.5 Sběr dat

Sběr dat probíhal v měsících lednu a únoru 2018 na pěti základních školách v Praze. Vždy jsem nejprve kontaktovala vedení školy a požádala o možnost provést výzkum na dané škole. Poté jsem zjistila počty dětí ve třetích a čtvrtých ročnících a poskytla škole optimální množství dotazníků. Celkem bylo školám poskytnuto 805 dotazníků. Třídní učitelé poslali po žácích dotazníky rodičům a v předem stanovené lhůtě zase vybrali zpět. Zvolený způsob strategie sběru dat byl komplikovanější z hlediska časové náročnosti a hrozilo zde také riziko nízké návratnosti. I přesto jsem této formě dala přednost před zasíláním dotazníků elektronickou formou rodičům na email, jelikož mi připadala více osobní. Vzhledem ke stanovení si minimálního vzorku a počtu rozdaných dotazníků jsem předpokládala alespoň minimální potřebnou návratnost. Celkem se vrátilo 315 vyplněných dotazníků, z toho 11 dotazníků jsem vzhledem k velmi nejasným odpovědím musela vyřadit jako nepoužitelné. Míra návratnosti z jednotlivých škol byla velmi různá. Nejmenší návratnost byla 13 % a naopak nejvyšší byla 70 %, přičemž největší návratnost byla na škole, kde pracuji. To připisuji skutečnosti, že pro rodiče dětí z naší školy nejsem pouze anonymní student a byli tedy k vyplnění dotazníku více motivováni.

2.1.6 Analýza dat

Pro začátek byla stěžejní sumarizace získaných dat a kontrola zodpovězení a správného pochopení otázek respondentem. V této fázi jsem musela vyřadit dotazníky s velmi nejasnými odpověďmi, u nichž by mohlo snadno dojít ke špatné interpretaci. Data jsem převedla do počítače, aby se mi s nimi lépe pracovalo. Dle získaných odpovědí v otevřených otázkách jsem vytvořila kategorie a pro přehlednost zpracovala všechny

výsledky do grafů a tabulek. Nakonec jsem dle získaných dat odpověděla na výzkumné otázky.

2.1.7 Výsledky dotazníku

První otázka byla zaměřena na činnosti, kterým se děti věnují ve svém volném čase, kdy nemají žádné povinnosti nebo organizovanou činnost. Rodiče na škále od jedné do pěti uváděli, jak často děti provozují jednotlivé činnosti. Škála hodnocení byla následující: **1** nikdy, **2** výjimečně, **3** někdy, **4** často, **5** denně.

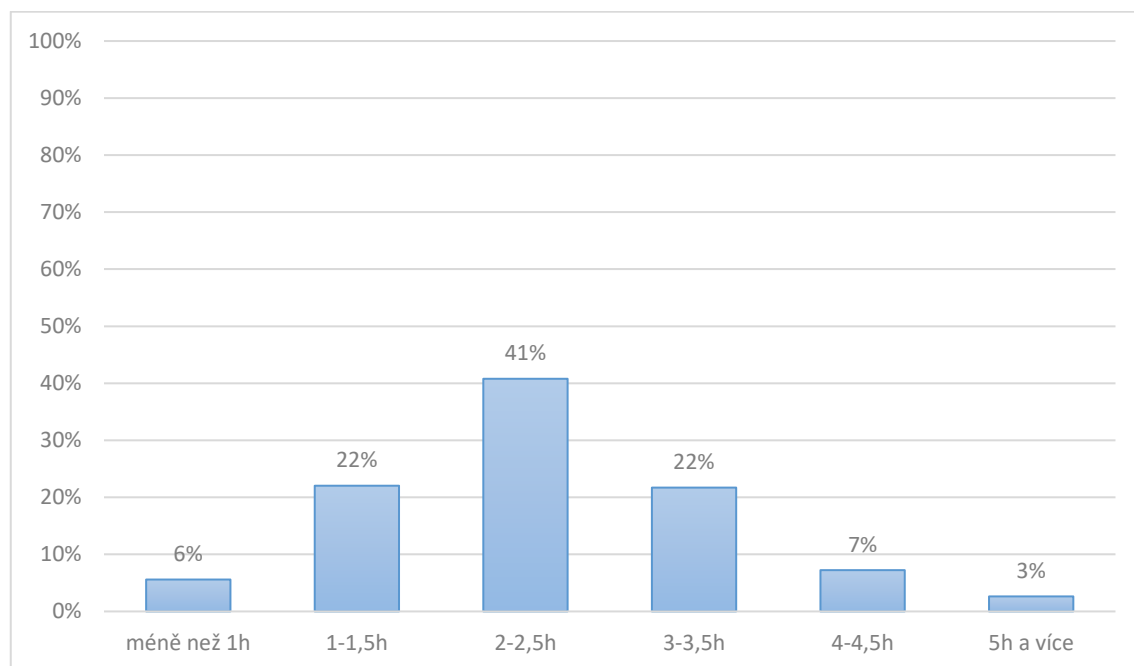
Tabulka 1: Volnočasové aktivity dětí

Aktivita	Škála (počet odpovědí)					Celkem	Index	Pořadí
	1	2	3	4	5			
Provozuje pohybové aktivity	8	8	80	120	88	304	3,89	1.
Sleduje televizi	16	32	56	104	96	304	3,76	2.
Hraje si s hračkami nebo na něco	0	48	88	72	96	304	3,71	3.
Tráví čas s rodiči (hrajeme si, jdeme ven)	8	24	96	104	72	304	3,68	4.
Kreslí a vyrábí	8	48	80	72	96	304	3,66	5.
Čte si	8	32	96	88	80	304	3,66	6.
Hraje hry na mobilu, počítači apod.	8	40	120	88	48	304	3,42	7.
Navštěvuje a chodí ven s kamarády	32	48	88	104	32	304	3,18	8.
Věnuje se domácímu mazlíčkovi	88	16	72	40	88	304	3,08	9.
Hraje stolní hry	8	136	96	64	0	304	2,71	10.
Nudí se	104	112	56	16	16	304	2,11	11.

Z tabulky vyplývá, že frekvence volnočasových aktivit dětí je celkem vyvážená. Nejčastěji děti tráví svůj volný čas nějakou pohybovou aktivitou. Často také sledují televizi, hrají si, tráví čas s rodiči, kreslí a vyrábí nebo si čtou. Někdy hrají hry na počítači, mobilu a herních konzolích, navštěvují nebo chodí ven s kamarády a věnují se domácím mazlíčkům. Méně často hrají děti ve svém volném čase stolní hry. Výjimečně dochází k tomu, že by se děti nudily.

Druhá otázka byla zaměřena na množství volného času, kdy děti nemají žádné povinnosti nebo organizované aktivity. To znamená čas, který mají samy pro sebe a mohou si volit činnosti dle svých zájmů a aktuálních potřeb.

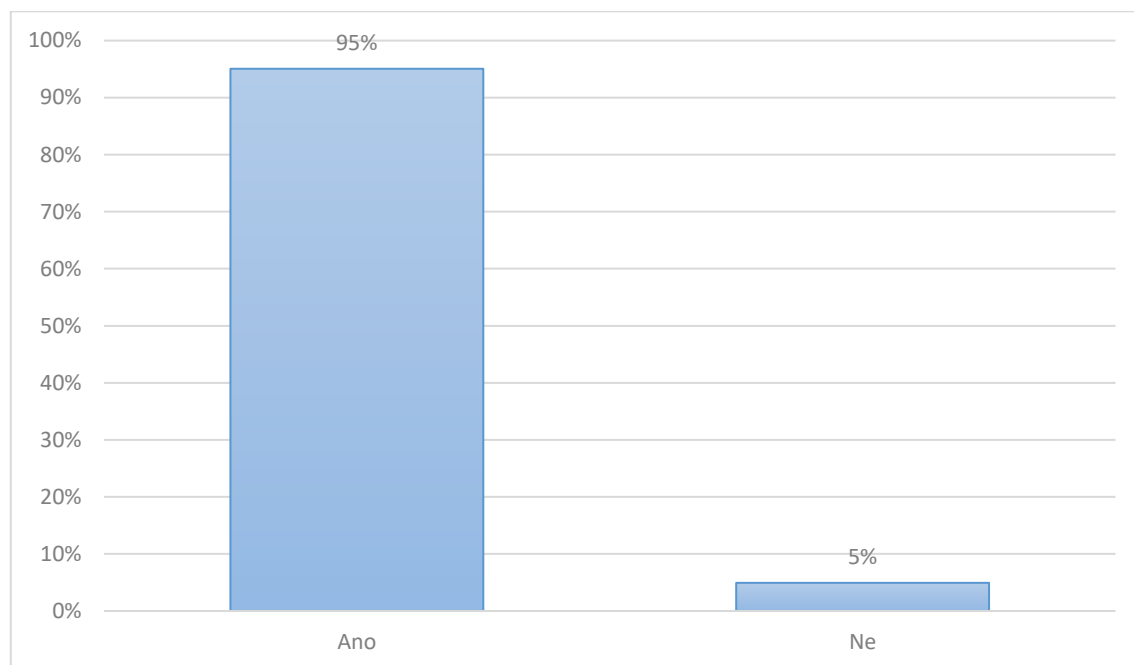
Graf 1: Množství volného času dětí, kdy nemají organizovanou činnost



Z výsledků vyplývá, že téměř polovina dětí má v běžný školní den v průměru **dvě až dvě a půl hodiny volného času**, kdy nemá organizovanou činnost ani žádné povinnosti. Mnoho dětí má denně přibližně **jednu až jeden a půl** nebo **tři až tři a půl hodiny volného času**. Podstatně méně dětí má denně k dispozici **čtyři až čtyři a půl hodiny** nebo **méně než jednu hodinu**. Minimální počet dětí má denně **5 hodin a více**.

Ve **třetí otázce** jsem zjišťovala, zda děti navštěvují zájmové kroužky.

Graf 2: Počet dětí navštěvujících zájmové kroužky a dětí bez zájmových kroužků

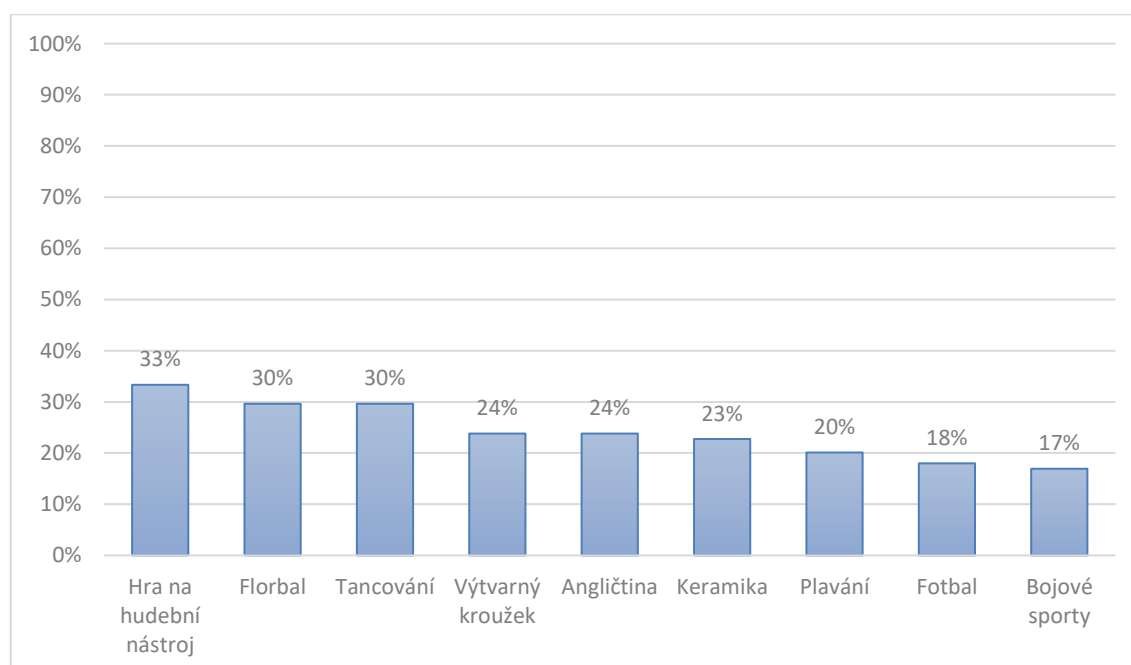


Naprostá většina dětí navštěvuje alespoň jeden zájmový kroužek.

Čtvrtá otázka byla opět otevřená. Rodiče vypisovali, jaké zájmové kroužky jejich dítě navštěvuje.

Uváděli nejrůznější druhy **kolektivních i individuálních sportů**. Objevoval se zde florbal, fotbal, basketbal, tenis, volejbal, tancování, bojové sporty, atletika, gymnastika, mažoretky, lezení na stěně nebo plavání. Méně zastoupenými sportovními kroužky bylo bruslení a krasobruslení, cyklistický kroužek, akrobacie, parkour, discgolf, sportovní střelba nebo orientační běh. Dále se často objevovala **hra na hudební nástroj**. Jednalo se především o hru na klavír, housle, kytaru nebo flétnu. Rodiče však uváděli také nástroje jako je ukulele nebo saxofon. Několik dětí navštěvuje také **pěvecký kroužek**, kde se věnují buď sólovému, nebo sborovému zpěvu. Oblíbenými kroužky byly také **výtvarné a rukodělné kroužky** jako je malování, keramika, tvoření z různých materiálů apod. Často se objevovalo také **zájmové studium jazyků**, převážně angličtiny. V menším zastoupení se potom vyskytoval počítačový kroužek, dramatický a divadelní kroužek, vědecký kroužek, vaření, chovatelství a zoologie, náboženství, skaut, turistický oddíl, hasičský kroužek, redaktorský kroužek nebo třeba čtenářský kroužek.

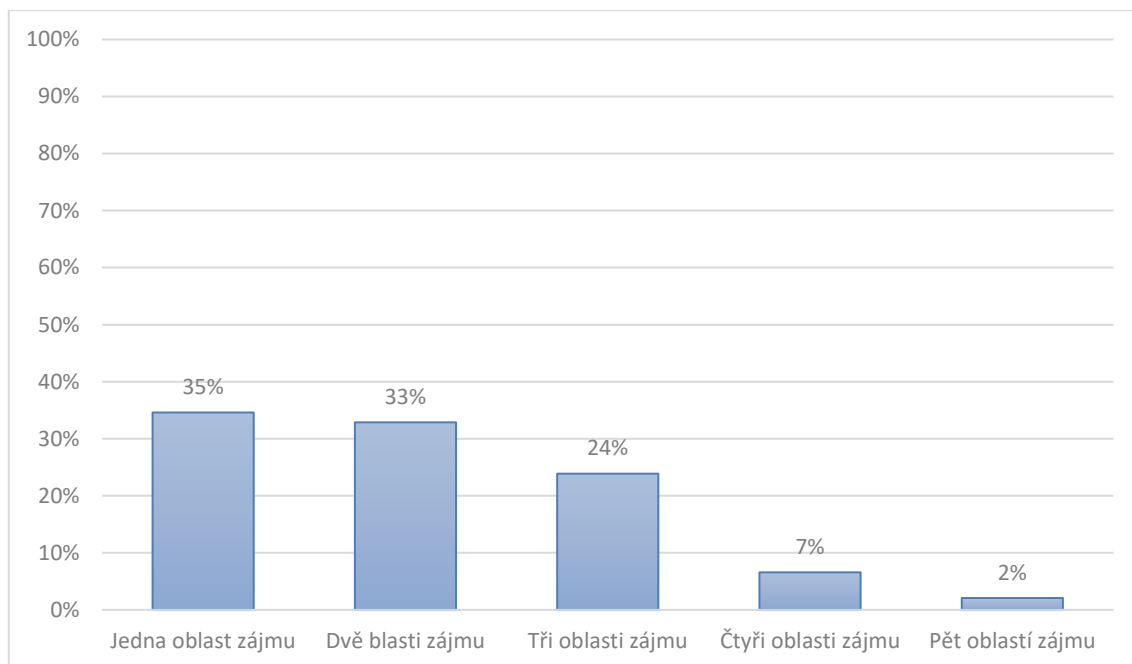
Graf 3: Nejnavštěvovanější zájmové kroužky



Cílem otázky pro můj výzkum však nebylo pouze zjistit, jaké kroužky děti navštěvují, ale **zda je složení kroužků u každého dítěte pestré v jeho obsahu**. U každého dotazníku

zvláště jsem tedy zkoumala zaměření jednotlivých kroužků. Vycházela jsem přitom z rozdělení zájmových aktivit dle Pávkové, které uvádím v kapitole 1.8.1. Formy zájmových činností. Zájmové činnosti esteticko-výchovné jsem přitom nezahrnovala do jedné kategorie, ale dělila jsem je dále na výtvarné, hudební a literárně-dramatické. Celkem jsem tedy rozlišovala sedm oblastí zájmu.

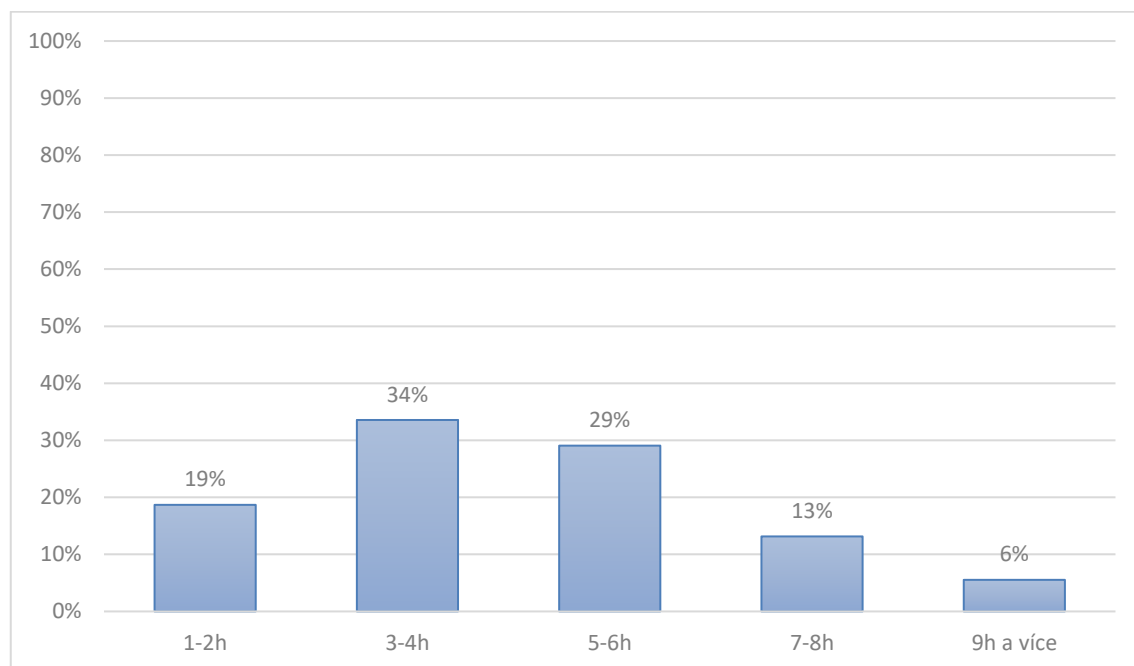
Graf 4: Pestrost v obsahu kroužků



Nejvíce dětí má **jednosměrně zaměřené** složení kroužků. U některých byl výsledek způsoben tím, že navštěvují pouze jeden zájmový kroužek. Těchto případů však bylo minimum. Jen nepatrně méně dětí má kroužky **zaměřené na dvě oblasti zájmu**. Podstatně menší počet dětí navštěvuje kroužky **zaměřené do tří oblastí** a nejméně dětí **do čtyř nebo pěti oblastí zájmu**. Kroužky zaměřené do více než pěti oblastí zájmu nemá žádné dítě.

Pátou otázkou jsem zjišťovala, kolik hodin týdně celkem tráví děti v zájmových kroužcích. Rodiče počítali pouze kroužky konající se od pondělí do pátku, případné víkendové akce spojené s kroužky uváděli zvlášť.

Graf 5: Čas strávený v zájmových kroužcích

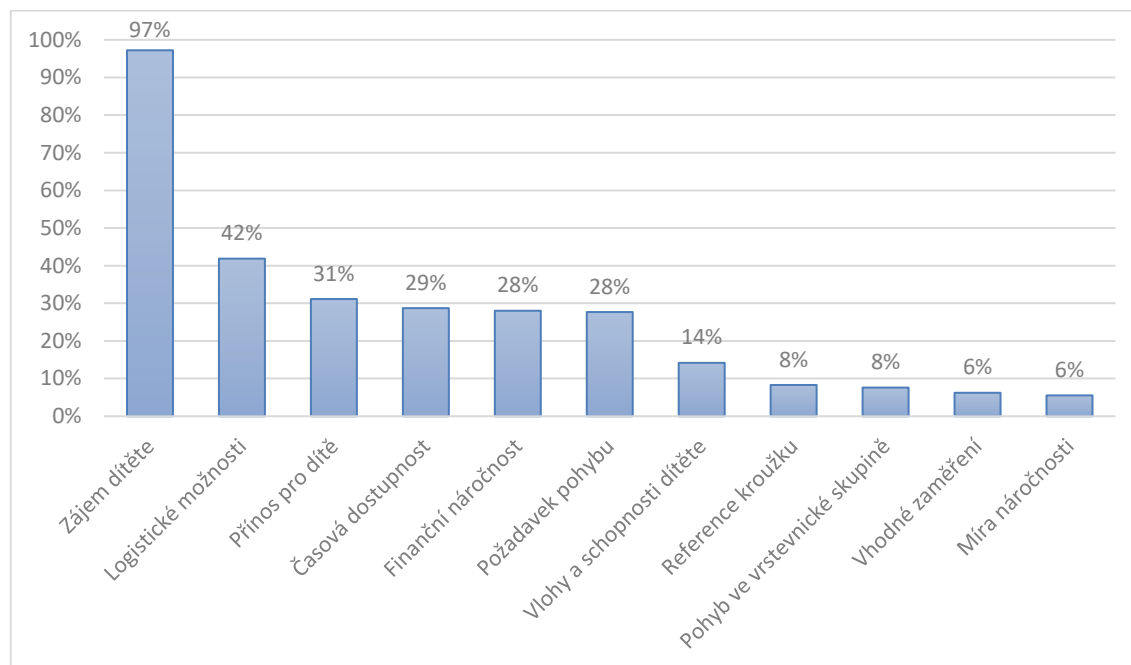


Nejvíce dětí tráví v kroužcích **tři až čtyři hodiny týdně**. O něco méně dětí bývá v kroužcích **pět až šest hodin týdně**. Podstatně menší počet dětí tráví v **kroužcích jednu až dvě hodiny** nebo **sedm až osm hodin týdně**. Nejméně dětí bývá během týdne na kroužcích **devět nebo více hodin**.

66 % rodičů uvedlo také příležitostné víkendové akce spojené s kroužky.

Šestá otázka byla otevřená. Rodiče zde uváděli, jaká kritéria zvažují a dle čeho vybírají kroužky pro své dítě.

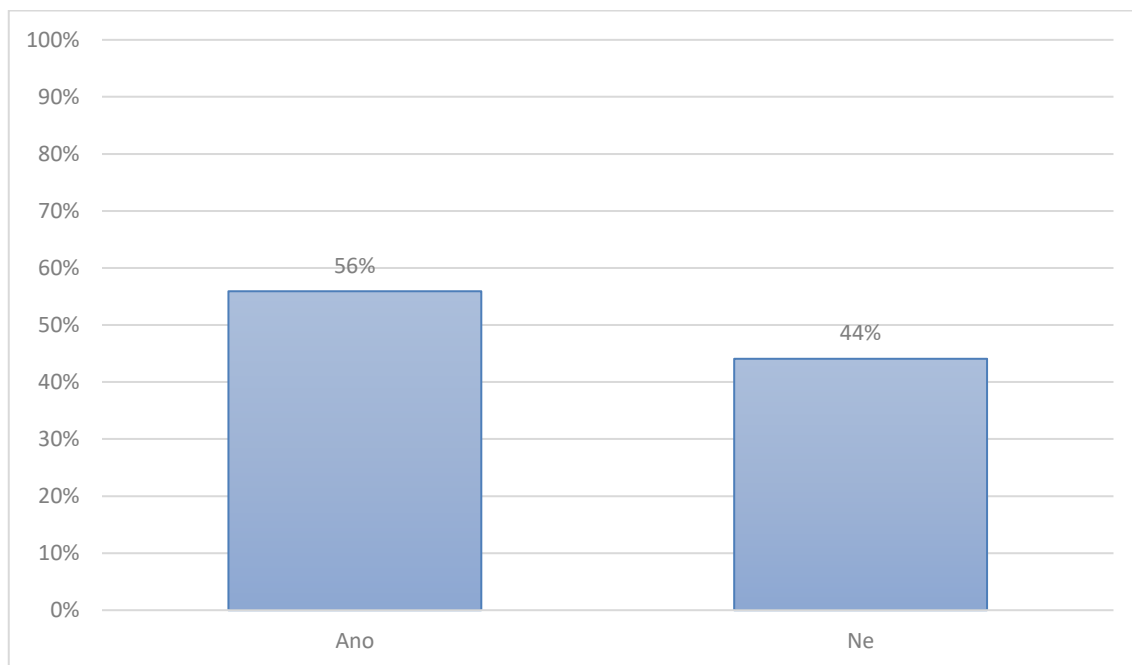
Graf 6: Kritéria při výběru zájmových kroužků



Nejčastější odpovědí byl **zájem dítěte**, přičemž mnoho rodičů uvádělo pouze toto kritérium. Dalším bodem, na němž se shodla téměř polovina rodičů, byly **logistické možnosti**. Třetím nejčastěji zvažovaným kritériem byl **přínos pro dítě**. Rodiče zde uváděli přínos ve vzdělávání, rozvoj schopností a dovedností nebo třeba nabytí sebevědomí. Zvažovaná je ze strany rodičů také **časová náročnost**. Někteří stručně uvedli čas nebo časové možnosti. Tím mohli mít na mysli časové možnosti dítěte nebo své vlastní. V druhém případě bych mohla odpověď zařadit do kategorie logistiky, jelikož mohou předpokládat, že rodiče nemají čas na převádění dětí do kroužků. Z odpovědí to však nebylo zřejmé. Někteří rodiče se rozepisovali konkrétněji. Zmiňovali například, že by dětem nezbyval čas na školní přípravu nebo volnou hru. Jako další důležitý faktor se ukázala být také **finanční náročnost** kroužků. Rodiče často doplňovali, že mají více dětí a je tedy důležité toto kritérium brát v potaz. Někteří rodiče také požadují, aby dítě na kroužku vykonávalo nějakou **pohybovou aktivitu**, která přispívá zdravému životnímu stylu. Menší část rodičů dle odpovědí zvažuje **vlohy a schopnosti dítěte**. Nejméně rodičů uvedlo **reference kroužku, pohyb ve vrstevnické skupině, zaměření kroužku** nebo **míru náročnosti na dítě**.

V **sedmé otázce** jsem zjišťovala, zda mají děti nějaký kroužek, na který by rády chodily, ale z nějakého důvodu jej nenavštěvují.

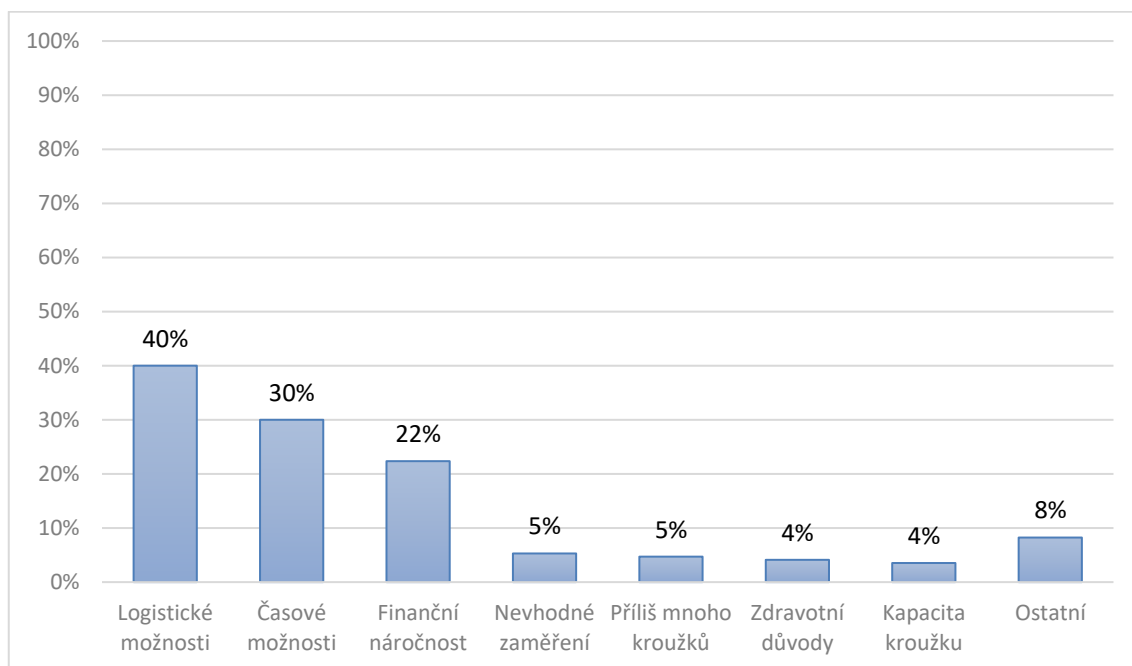
Graf 7: Děti se zájmem o kroužek, který nenavštěvují



Více než polovina dětí by si přála navštěvovat nějaký kroužek, na který nechodí.

Osmou otázkou jsem zjišťovala, jaké jsou nejčastější důvody, proč dítě nemůže daný kroužek navštěvovat. Otázka byla polo uzavřená, rodiče mohli zaškrtnout jednu nebo více variant nebo případně uvést jiný důvod.

Graf 8: Důvody znemožňující účast na zájmovém kroužku



Jako nejčastější problém rodiče uváděli **logistické možnosti**. Dalším negativním faktorem se ukázaly **možnosti časové**. Mimo nedostatku času zde rodiče uváděli také překrývání se s časem konání jiného kroužku. Třetím nejčastějším problémovým faktorem byla **finanční náročnost**. Rodiče zde zmiňovali cenu kroužků nebo nemožnost zajištění drahého vybavení. Podstatně méně rodičů shledalo dětmi vybrané kroužky jako **nevhodné**. Objevil se zde příklad, kdy dítě chtělo chodit na kickbox, ale rodiče se shodli na tom, že sport je příliš brutální. V jiném případě by dítě rádo navštěvovalo chovatelský kroužek, ale tatínek nesouhlasí, jelikož nemá vztah ke zvířatům a kroužek mu připadá nepřínosný. Jako další důvod rodiče uváděli **příliš mnoho kroužků** a snahu dítě nepřetěžovat. Několik dětí nemůže navštěvovat kroužek také ze **zdravotních důvodů**, například kvůli zranění s dlouhodobými následky nebo alergiím. V některých případech rodiče zmiňovali také **kapacitu kroužku**. Do kategorie **ostatní** jsem zařadila odpovědi, které se vyskytovaly zcela minimálně. Byl to nevyhovující kolektiv dětí, nevhodný lektor, absence talentu, kroužek není momentálně v nabídce, dítě se rozhodlo pozdě nebo přílišná zaměřenost na výkon a očekávané výstupy.

2.2 Shrnutí výzkumu

Na počátku výzkumu jsem si stanovila výzkumné otázky, podle nichž jsem sestavila dotazník pro rodiče. Díky ochotě pánů a paní ředitelek, jejich kolegů, žáků a jejich rodičů se mi podařilo získat bohatý vzorek a zodpovědět tak výzkumné otázky.

První výzkumná otázka se zabývala nejčastějšími aktivitami dětí v době jejich osobního volna. Z výsledků výzkumu vyplývá, že činnosti dětí ve volném čase jsou celkem vyvážené. Žádná činnost svou frekvencí nijak výrazně nepřevyšuje ostatní. Dle získaných dat se ukázalo, že nejčastěji děti provozují nějaké sportovní a pohybové aktivity. Tento výsledek je velmi pozitivní a dal by se předpokládat. Během dopoledního vyučování děti tráví čas většinou pasivním sezením v lavicích a odpoledne mají potřebu uvolnit ze sebe přebytečnou energii. Pokud by se děti ve volném čase nevěnovaly pohybovým činnostem, mohlo by to mít negativní vliv nejen na jejich zdravotní stav, ale také na psychickou stránku osobnosti dítěte. Dalšími častými činnostmi jsou sledování televize, hraní si, trávení času s rodiči, kreslení a vyrábění a četba. Překvapila mě frekvence hraní her na počítačích a jiných moderních technologiích. Z výsledků vyplývá, že děti tráví svůj volný čas hraním na elektronických zařízeních pouze někdy. Čekala jsem jejich vyšší zastoupení ve volném čase dětí. Výsledek byl pozitivním zjištěním. Někdy děti také navštěvují nebo chodí ven s kamarády a věnují se domácímu mazlíčkovi. Nejméně ze všech aktivit děti tráví čas hraním stolních her. Tento výsledek mě překvapil, neboť v dnešní době je pestrá nabídka velmi lákavě zpracovaných deskových her založených na různých principech. Myslím, že by si zde každý našel něco sobě na míru. Možná jsou dnes tyto hry zastoupeny právě hrami počítačovými. K deskovým hrám je navíc potřeba více hráčů, což může být někdy problém. Dle výsledků se také ukázalo, že pouze výjimečně dochází k tomu, že by se děti nudily. To hodnotím velmi kladně. V kapitole 1.2 jsem uváděla, jak velmi negativní a nežádoucí psychický stav nuda je a jaký může mít dlouhodobý dopad na jedince.

Další výzkumná otázka byla zaměřena na množství času, který děti mají denně samy pro sebe a svou vlastní činnost. Výsledky byly různé. Některé děti mají minimum času na neorganizované činnosti, jiné děti mají dostatečný prostor pro své vlastní aktivity a někdo přímo překypuje množstvím tohoto volného času. Nejčastěji děti mívají průměrně dvě až dvě a půl hodiny denně na své vlastní aktivity a načerpání nových sil. Myslím, že to může

být dostatečné množství času na odreagování a celkovou regeneraci. Téměř čtvrtina dětí má denně hodinu až hodinu a půl volného času samy pro sebe. Takové množství času mi připadá krajní. Objevil se však i ne jeden případ, kdy má dítě k dispozici méně než jednu hodinu denně. Tímto výsledkem jsem byla velmi zaskočená a zklamaná. Dle mého názoru je to příliš krátký čas na zpracování podnětů a regeneraci. V některých případech má dítě průměrně i více než pět hodin denně pro svou vlastní potřebu. V takovém případě nemusí být schopno se svým volným časem správně naložit. Může vyhledávat nežádoucí aktivity nebo se začít nudit. Volný čas se pro dítě potom může stát časem prázdňným a bezvýznamným.

Další výzkumná otázka, kterou jsem si stanovila, se zabývala mírou pestrosti ve složení zájmových kroužků jednotlivých dětí. Zájmové kroužky dětí by měly být zaměřeny na různé oblasti. Praha, na rozdíl od některých menších měst nebo venkova, oplývá nepřehledným množstvím institucí pro volný čas, takže děti i rodiče mají možnost bohatého výběru zájmových kroužků. Výzkum ukázal, že zájmové kroužky navštěvuje celkem 289 dětí z 304 dotázaných. Už tento samotný výsledek je velmi pozitivní. Co se týká pestrosti v obsahu kroužků, zjistila jsem, že téměř dvě třetiny dětí mají kroužky zaměřené různými směry, z toho většina do dvou nebo tří oblastí zájmu. Tyto děti se rozvíjí a vzdělávají v různých oblastech, což má jednoznačně pozitivní vliv na jejich vývoj. Je však důležité dbát také na to, aby dítě nebylo přetěžováno. Některé děti dle výsledků výzkumu mají kroužky zaměřeny na čtyři nebo pět oblastí zájmu. V takových případech by se mohlo stát, že dítě bude pouze přijímat jednotlivé podněty, ale nebude mít čas a energii na jejich zpracování. Bude se cítit vyčerpané a dobrá vůle rodičů rozvíjet dítě po všech stránkách by mohla mít negativní vliv na celkový vývoj jedince. Výzkum poukázal také na velké množství dětí, které mají kroužky zaměřené pouze jedním směrem. Mnoho z nich navštěvuje i několik zájmových kroužků, ale všechny zaměřené na jednu oblast. I když mají děti třetích a čtvrtých ročníků více vyhraněné zájmy než dříve, myslím, že mají stále co objevovat. Vzhledem k pestré nabídce hlavního města si kladu otázku, zda se děti a rodiče v této nabídce dostatečně neorientují nebo skutečně nemají zájem o další oblasti mimo tu, které se věnují. U dětí v období mladšího školního věku jsem čekala větší různorodost.

Vzhledem k již zmiňovanému přetěžování dětí zájmovými kroužky jsem se v další výzkumné otázce zabývala také tím, kolik času děti během školního týdne, tedy od pondělí do pátku, v kroužcích tráví. Výsledky byly v jednotlivých případech velmi odlišné. Ukázalo se, že některým dětem zaberou kroužky do dvou hodin týdně a jiným i více než devět hodin. Nejvíce dětí tráví v zájmových kroužcích 3-4 hodiny týdně. Zároveň celkově většině dětí zaberou kroužky maximálně 6 hodin týdně, což je v průměru 1,2 hodiny denně. Tento výsledek nepovažuji za negativní. Je však třeba si uvědomit, že nějaký čas děti stráví také cestou na kroužky a případným nácvikem, jedná-li se o kroužky s nějakými očekávanými výstupy.

V poslední výzkumné otázce jsem se zaměřovala na kritéria, dle kterých rodiče vybírají kroužky pro své dítě a problémové faktory. Ukázalo se, že pro většinu rodičů jsou nejdůležitějším faktorem zájmy dítěte. Tento fakt vnímám velmi pozitivně. Dále rodiče zvažují praktické možnosti jako je čas, logistika nebo finance, které jsou klíčové pro realizaci a často problémové. Potěšilo mě, že mimo těchto praktických možností, někteří rodiče zvažují také další faktory. Z výsledků vyplývá, že vyhledávají takové kroužky, které jsou pro dítě přínosné, rozvíjí jeho osobnost a jeho vloh a podporují zdravý životní styl, především tedy z hlediska dostatku pohybu. Z toho je patrné, že těmto rodičům nejde pouze o zabavení dítěte ve volném čase, ale o promyšlený výběr zájmových aktivit. Lze tedy předpokládat, že si jsou vědomi významu a důležitosti výchovy ve volném čase. Vzhledem k hodnotám v grafu č. 8 by však procento takto smýšlejících rodičů mohlo být vyšší. Jak už jsem zde zmínila, z výzkumu také vyplývá, že praktické možnosti bývají problémové a často rodičům i znemožňují, aby dítě do nějakého kroužku přihlásili. 56 % dětí by rádo navštěvovalo kroužek, na který nechodí. Nejčastějším důvodem jsou logistické možnosti. Vzhledem k věku dětí mě tento výsledek nepřekvapuje. Nabídka zájmových kroužků hlavního města je pestrá, a ne všechny kroužky jsou v blízkém dosahu. Pohyb po městě a nějaké složitější přesuny pro dítě v tomto věku nemusí být bezpečné. Když porovnáme tento výsledek s kritérii, které rodiče zvažují při výběru zájmového kroužku, potvrzuje se nám logistika u takto starých dětí jako stěžejní faktor. Nemile mě také překvapilo relativně vysoké procento dětí, které nemohou navštěvovat kroužek z hlediska finanční náročnosti.

Závěr

Problematika volného času a volnočasových aktivit je velmi rozsáhlá. Pohled na volný čas i způsob jeho trávení je u každého člověka individuální. Stejně tak i podmínky, které ho ovlivňují. Je důležité si uvědomit, že volný čas má v životě každého člověka velmi důležitou roli, speciálně potom u dětí. Pro správný vývoj dítěte je nezbytné, zajistit mu smysluplné trávení volného času, a učit ho tak volnočasové kompetenci, která zvýší kvalitu jeho života nyní i v budoucnu.

Ve své práci jsem se zaměřila na otázku problematiky volného času u dětí mladšího školního věku a faktory ovlivňující způsob jeho trávení. V teoretické části jsem se pokusila objasnit některé pojmy jako je definice a význam volného času, výchova ve volném čase, zájmová činnost, hra apod. Výzkumnou část tvořil výzkum zaměřený na aktuální situaci u dětí mladšího školního věku žijících v Praze. Konkrétně jsem se zabývala způsobem trávení volného času, množstvím organizované a neorganizované činnosti, pestrostí v oblasti zájmového vzdělávání a faktory a kritérii ovlivňujícími výběr zájmových kroužků.

Pro sepsání mé práce bylo důležité naplánovat si časový harmonogram. Rozvrhla jsem si čas na nastudování odborné literatury a sepsání teoretické části. Promyslela jsem dobu sběru dat i následného zpracování. I přesto někdy nebylo možné se harmonogramu zcela držet. Časově se například protáhl sběr dat, jelikož děti nosily dotazníky ještě relativně dlouho po termínu odevzdání. Nechala jsem si však časovou rezervu, a tak nebyl problém na dotazníky počkat a získat co největší vzorek. Jako nejnáročnější část mé práce shledávám sestavování dotazníku pro rodiče a vzhledem ke zvolené strategii získávání dat také zpracovávání výsledků, především potom u otevřených otázek. Tento proces byl mimo jiné velmi náročný také časově. Myslím však, že otevřené otázky splnily svůj účel a poskytly mi informace, které bych jinak nemusela získat.

V první výzkumné otázce jsem došla k závěru, že děti žijící v Praze mají aktivity ve svém osobním volnu z hlediska frekvence převážně rovnoměrně rozloženy. Nejčastěji přitom provozují pohybové a sportovní aktivity a velmi často sledují televizi. Mimo vysokého zastoupení pohybových aktivit ve volném čase dětí bylo pozitivním zjištěním naopak

relativně nízké zastoupení počítačů a herních konzolí. Ne příliš často děti v Praze navštěvují nebo chodí ven se svými kamarády.

V druhé výzkumné otázce jsem zjistila, že množství volného času dětí, kdy nemají žádnou organizovanou činnost, je velmi odlišné. Nejčastěji mají děti v běžný školní den v průměru dvě až dvě a půl hodiny samy pro sebe. Najdou se ale i případy, kdy nemá dítě ani hodinu volného času, nebo má naopak v průměru i více než pět hodin pro svou vlastní činnost.

Třetí výzkumná otázka přinesla zajímavé zjištění v pestrosti obsahu zájmových kroužků dětí. Velké množství dětí má kroužky zaměřené pouze na jednu oblast zájmu. U takto starých dětí by oblast zájmu měla být širší. Téměř stejné množství dětí má kroužky zaměřené do dvou oblastí, což je pozitivní a pro děti určitě přínosné. Najde se i minimum dětí, které navštěvují kroužky zaměřené do čtyř nebo pět oblastí zájmu. Bylo by zajímavé tuto problematiku hlouběji zkoumat. Například, zda tyto děti opravdu jeví zájem o všechny oblasti, nebo jde o vůli rodičů, zda se necítí vyčerpané nebo jestli jim nechybí čas pro sebe sama.

Ve čtvrté výzkumné otázce jsem zjistila, že pražské děti tráví v zájmových kroužcích nejčastěji tři až čtyři hodiny týdně, myšleno od pondělí do pátku. Některé výjimky tráví v kroužcích však i více než devět hodin týdně, což znamená téměř dvě hodiny každý den.

V páté výzkumné otázce jsem zjistila, že mimo praktických možností, jako jsou možnosti finanční, časové a logistické, někteří rodiče zvažují také další kritéria při výběru zájmových kroužků. Nejdůležitějším se ukázal být zájem dítěte. Velmi často rodičům záleží také na tom, aby byl kroužek dítěti nějak přínosný, a to například v oblasti vzdělávání nebo seberozvoje. Pro relativně velké množství rodičů je důležité, aby mělo dítě ve svém volném čase dostatek pohybu, a tak vyhledávají takové kroužky, které tento požadavek splňují. Celkově si myslím, že by každý rodič měl promýšlet volbu volnočasových kroužků pro své dítě z různých hledisek a v souladu s individualitou dítěte. Dle výsledků výzkumu však někteří rodiče stále nepřikládají zájmovému vzdělávání takovou důležitost. Pátá otázka také přinesla zjištění, že nejvíce problémovým faktorem v zajištění zájmových kroužků dětí třetích a čtvrtých ročníků základních škol v Praze jsou logistické možnosti.

Závěrem bych ráda řekla, že téma volný čas dětí je velmi komplikované. V teoretické části mé práce jsem seznámila s důležitými pojmy a celkovou problematikou volného času. Výzkumná část v souladu s cílem práce přinesla přehled o aktuální situaci, jak děti v Praze tráví volný čas, co je důležité pro rodiče při výběru zájmových kroužků a jaké jsou problémové faktory pro jejich zajištění. Cíl své práce tedy považuji za naplněný.

Zdroje

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009. ISBN 9788073675691. str. 361

HAVLÍČKOVÁ, L. *Biologie dítěte: rané fáze lidské ontogenéze*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 1998, 93 s. ISBN 80-7184-644-9

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogika volného času*. 2., přeprac. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, 2010. ISBN 978-80-7290-471-6.

HOFBAUER, Břetislav. *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-927-5.

CHAMOUTOVÁ, Kateřina a Hana CHAMOUTOVÁ. *Duševní hygiena: Psychologie zdraví*. V Praze: Česká zemědělská univerzita, Provozně ekonomická fakulta, Katedra psychologie, 2006. ISBN isbn80-213-1452-4. str. 13

JANIŠ, Kamil. *Úvod do problematiky volného času*. Opava: Slezská univerzita v Opavě, Fakulta veřejných politik, Ústav pedagogických a psychologických věd, 2009. ISBN 978-80-7248-530-7.

KOUBA, Václav. *Motorika dítěte*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 1995. ISBN 80-7040-137-0

KRATOCHVÍLOVÁ, Emília. *Pedagogika volného času: výchova v čase mimo vyučování v pedagogickej teórii a v praxi*. Bratislava: Vydavateľstvo UK, 2004. ISBN 80-223-1930-9

KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-383-3.

KRAUS, Blahoslav a Věra POLÁČKOVÁ. *Člověk-prostředí-výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.

MALACH, J. *Teorie a metodika výchovy*. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha s.r.o., 2007. ISBN 978-80-86723-29-7.

NĚMEC, Jiří. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3, str. 17

PÁVKOVÁ, Jiřina a Bedřich HÁJEK. *Školní družina*. Vyd. 2., aktualiz. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-268-3.

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. V Praze: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta, 2014. ISBN 978-80-7290-666-6.

PÁVKOVÁ J. a kol., *Pedagogika volného času. Teorie, praxe a perspektivy mimoškolní výchovy a zařízení volného času* Praha: Portál, 2001, s. 229. ISBN 80-7178-569-5

PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6.

ŘÍČAN, Pavel. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-829-5.

SPOUSTA, Vladimír. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Brno: Masarykova univerzita, 1996. ISBN 80-210-1274-9, str. 14

ŠRAHŮLKOVÁ, Kateřina. *Počítač a volný čas dětí. Speciální pedagogika: časopis pro teorii a praxi speciální pedagogiky*. Praha: Univerzita Karlova, 2013, 23(3), 195-209. ISSN 1211-2720.

THOROVÁ, Kateřina. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt*. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0714-6.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

Vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů.

Vyhláška č. 71/2005 Sb., o základním uměleckém vzdělávání.

Seznam grafů

Graf 1: Množství volného času dětí, kdy nemají organizovanou činnost.....	36
Graf 2: Počet dětí navštěvujících zájmové kroužky a dětí bez zájmových kroužků	37
Graf 3: Nejnavštěvovanější zájmové kroužky	38
Graf 4: Pestrost v obsahu kroužků	39
Graf 5: Čas strávený v zájmových kroužcích	40
Graf 6: Kritéria při výběru zájmových kroužků	41
Graf 7: Děti se zájmem o kroužek, který nenavštěvují.....	42
Graf 8: Důvody znemožňující účast na zájmovém kroužku.....	43

Seznam tabulek

Tabulka 1: Volnočasové aktivity dětí	35
--	----

Seznam příloh

Příloha 1: Dotazník pro rodiče dětí 3. a 4. tříd ZŠ

Vážení rodiče,

jmenuji se Andrea Čákorová a jsem studentkou Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy. Ráda bych Vás požádala o vyplnění krátkého dotazníku, který je stěžejní pro realizaci výzkumného šetření mé bakalářské práce. Dotazník je anonymní a informace zde získané poslouží pouze pro účely mého výzkumu.

Velmi děkuji za ochotu a Váš čas!

Dotazník pro rodiče dětí 3. a 4. tříd ZŠ

Otázka č. 1: Na škále od jedné do pěti vyberte, prosím, jak často se Vaše dítě věnuje daným činnostem ve svém volném čas, kdy nemá žádné kroužky ani jinou organizovanou činnost (1 nikdy, 2 výjimečně, 3 někdy, 4 často, 5 denně):

Hraje hry na počítači, mobilu apod.	1	2	3	4	5
Hraje si s hračkami nebo na něco	1	2	3	4	5
Hraje stolní hry	1	2	3	4	5
Navštěvuje a chodí ven s kamarády	1	2	3	4	5
Kreslí si a vyrábí	1	2	3	4	5
Čte si	1	2	3	4	5
Sleduje televizi	1	2	3	4	5
Provozuje pohybové aktivity	1	2	3	4	5
Nudí se	1	2	3	4	5
Věnuje se domácímu mazlíčkovi	1	2	3	4	5
Tráví čas s rodiči (hrajeme si, jdeme ven)	1	2	3	4	5

Otázka č. 2: Kolik času denně má průměrně Vaše dítě na tyto činnosti, pokud nezapočítáte víkendy?

Otázka č. 3: Navštěvuje Vaše dítě nějaké zájmové kroužky?

- a) Ano
- b) Ne

Otázka č. 4: Pokud ano, vypište, prosím, jaké:

Otázka č. 5: Uved'te, prosím, kolik hodin týdně celkem tráví Vaše dítě v zájmových kroužcích. Případné nepravidelné víkendové akce, jako jsou například různá utkání, uvádějte zvlášť:

Otázka č. 6: Podle čeho vybíráte kroužky pro Vaše dítě?

Otázka č. 7: Je nějaký kroužek, na který by Vaše dítě rádo chodilo, ale nenavštěvuje jej?

- a) Ano
- b) Ne

Otázka č. 8: Pokud ano, proč?

- a) Finanční náročnost
- b) Logistické možnosti
- c) Zaměření kroužku mi nepřipadá vhodné
- d) Jiné: