

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra školní a sociální pedagogiky

Postoje žáků na střední škole technické v Mostě k volnému času

Attitudes of students at secondary technical school in Most for leisure

Bakalářská práce

Miroslava Dvořáčková

Vychovatelství

Kombinované studium

Vedoucí práce: PhDr. Jarmila Mojžíšová, Ph.D.

PRAHA 2011

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením

PhDr. Jarmily Mojžíšové Ph.D.

V práci jsem použila informační zdroje uvedené v seznamu.

V Praze dne 5. 4. 2011

Poděkování

Mé vděčné poděkování patří vedoucímu bakalářské práce PhDr. Jarmile Mojžíšové Ph.D. za trpělivost, cenné rady a konstruktivní připomínky.

Anotace

Bakalářská práce se zaměřuje na postoje žáků na střední škole technické v Mostě k jejich volnému času. Cílem práce je zjistit jak a jakým způsobem žáci tráví svůj volný čas. Jestli ho účelně a hodnotně využívají, zda jsou podporováni rodiči a zároveň mají představu o zdravém životní stylu společnosti.

Klíčová slova

postoje, žáci, škola, volný čas, cíl, způsob, účel, rodiče, představa, životní styl, společnost

Annotation:

The thesis focused on the attitude of pupils at the Secondary Technical School in Most towards their leisure time. The aim of the thesis is make sure how and what way pupils spend their leisure time. If they use it effectively and valuable, if they are supported by their parents and also have an idea about healthy lifestyle of the society.

Key words:

attitude, pupils, school, leisure time, aim, way, propose, parents, idea, life style, society

Obsah

1. ÚVOD.....	6
2. TEORETICKÁ ČÁST.....	8
2.1 Volný čas.....	8
2.2 Charakteristika pojmu „volný čas“	9
2.3 Různé pohledy na volný čas	9
2.4 Využívání volného času	11
2.4.1 Pozitivní trávení volného času.....	11
2.4.2 Negativní trávení volného času	12
3. VOLNO ČASOVÉ AKTIVITY VE ŠKOLE A ŠKOLSKÝCH ZAŘÍZENÍCH 13	
3.1 Působení školy na volný čas	13
3.2 Materiální vybavení prostředí školy	14
3.3 Školská zařízení zajišťující volno časové aktivity pro žáky středních škol.....	15
3.4 Střediska volného času	15
3.5 Domy dětí a mládeže	17
3.6 Další subjekty pracující s žáky středních škol v jejich volném čase.....	19
4. STYL ŽIVOTA STŘEDOŠKOLÁKU.....	21
4.1 Životní způsob	21
4.2 Zdravý životní styl.....	22
4.3 Rizika vyplývající ze životního stylu.....	23
4.3.1 Kouření.....	24
4.3.2 Drogy.....	25
4.3.3 Alkohol.....	25
4.3.4 Nadváha a obezita	26
4.4 Možnosti prevence na SŠT v Mostě.....	27
5. PRAKTICKÁ ČÁST	30
5.1 Metodika.....	30
5.2 Metodika zpracování výsledků	30
5.3 Výsledky výzkumu a jejich analýza.....	31
5.3.1 Výsledky dotazníků	31
6. DISKUZE.....	59
7. ZÁVĚR	61

1. ÚVOD

Kvalita volného času adolescentů nabývá ve společnosti stále většího významu, více se o volný čas mladých lidí zajímáme, více jej zkoumáme a snažíme se jejich volný čas koordinovat a nalézat nová volno časová zařízení a volno časové zájmy. Toto téma již bylo nescíslněkrát předmětem úvah rodičů, pedagogů, psychologů, sociologů a filozofů.

Důvod je jednoduchý. Nekvalitní prožívání volného času má za následek požívání drog, alkoholu, kouření cigaret, marihuany, hraní automatů až po závažnější trestné činy jako krádeže a ublížení na zdraví. Dalo by se říci, že tohle jsou volno časové aktivity dnešní mládeže, která si bohužel takto tráveným časem vytváří špatné postoje, společenské role a hodnoty, které si vnáší do svého dalšího úseku života a tím je práce, navazování nových pracovních i osobních kontaktů a budování rodinného zázemí pro budoucí rodinu.

Mým cílem je zjistit, jestli opravdu většina mladých lidí uspokojuje sledování televize, kouření a poznávání nových hospůdek, barů a restaurací, anebo se najdou i tací, pro které je například sport životem, nebo jiní, kteří si uvědomují, jak je důležité rozvíjet své schopnosti a znalosti i mimo školu, a že si lze odpočinout i jinými způsoby.

U některých žáků plyne kvalita jejich volného času z přístupu rodičů, kteří na ně nemají čas, nevěnují se jim a nevěnují ani pozornost jejich volno časovým aktivitám. Na druhé straně u jiných dětí, jsou rodiče tak důslední nebo mají strach o jejich bezpečí, že je odrazují od jakýchkoliv zájmů.

Velkou roli tu hraje i ekonomické hledisko. Nabídka volno časových aktivit je velmi široká, ale některé aktivity jsou finančně náročnější. Neznamena to ale, že v dobře situované rodině děti tráví svůj volný čas nejlépe. Naopak. Pro tyto děti jsou různé volnočasové aktivity již stereotypem, nedělají jim žádnou radost, nemají z nich žádný prospěch, nudí se a chtějí vyzkoušet něco jiného, nového.

Svým výzkumem jsem se zaměřila na Střední školu technickou v Mostě-Velebudicích. Na této škole budu provádět svůj výzkum a mým cílem je zjistit, jak se žáci Střední školy technické staví k volnému času, jak svůj volný čas tráví, jaké preferují volnočasové aktivity, kolik času jim věnují, zdali jsou podporováni rodiči, či nejsou omezeni ekonomickým hlediskem. Mým cílem je také porovnat, jak svůj volný čas tráví zvlášť chlapci a dívky.

2. TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Volný čas

Výraz „volný čas“ má krásný zvuk. Vyvolává většinou velmi příjemné představy. Modrý hluboký prostor, bílá křídla ptáků, svoboda pohybu, poklid.¹

Výkladem pojmu volný čas se zabývala již celá řada vědců z různých vědních oborů, z pohledu sociologie, ekonomiky, pedagogiky, psychologie, politiky, práva, zdravotně-hygienického a dalších. Souhrnně je volný čas brán jako jedna z lidských činností.²

Často bývá kladen do protikladu k pracovním činnostem, jako ke sféře povinností. Tento přístup je také někdy nazýván, jako negativní pojetí volného času.

Volný čas, tedy můžeme chápat jako čas, kdy člověk nevykonává činnosti pod tlakem závazků. Nebo ho můžeme také chápat, jako opak nutné práce a povinností, dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme to dobrovolně a rádi a přináší nám pocit uspokojení a uvolnění.

Co nám volný čas přináší:

- uspokojení, radost, potěšení, štěstí, seberealizaci
- významně přispívá ke kvalitě života – osobnostní, společenský a ekonomický rozvoj
- volný čas podporuje celkové zdraví a pohodu
- je základním lidským právem a nikomu nesmí být upírán

Mladí lidé tráví většinu svého volného času s médii. Velkým významem je pro ně televize, která již od osmdesátých let dominovala volnému času u věkové skupiny 15 – 18 let. Tu však v dnešní době nahrazují nové technologie a to využívání počítačů. Další

¹ PÁVKOVÁ, J. Pedagogika volného času. 1.vyd. Praha: Portál, 1999, 11 s. ISBN 80-7178-295-5

² KRAUS, B. Středoškolská mládež a její svět na přelomu století, Brno: Padio, edice pedagogické literatury, 2006. 49 s. ISBN 80-7315-125-1

novinkou poslední doby je mobilní telefon – fenomén nesrovnatelný s činiteli v současnosti i minulosti. Zmocnil se společnosti a už to není prostředek k tomu, abychom si s někým sdělili informaci, ale stal se ohniskem celé digitální soustavy. Tak jako se oslabuje vliv tištěného slova, tak odcházejí ze života mladé generace i analogové technologie jako jsou gramofon a magnetofon.³

2.2 Charakteristika pojmu „volný čas“

Čas můžeme chápat jako jev objektivně měřitelný, který se pravidelně opakuje a zahrnuje v sobě zkušenosti minulé současné i budoucí.

*Volný čas (angl. Leisure time) je čas, kdy člověk nevykonává činnost pod tlakem závazků. Někdy se vymezuje jako čas, který zbývá po splnění pracovních a nepracovních povinností. Nebo ho můžeme charakterizovat, jako činnost, do níž člověk vstupuje s očekáváním, účastní se jí na základě svého svobodného rozhodnutí, která mu přináší příjemné zážitky a uspokojení.*⁴

2.3 Různé pohledy na volný čas

Na problematiku volného času se můžeme dívat z různých pohledů.

Z pohledu ekonomického je důležité, kolik prostředků společnost investuje do zařízení pro volný čas, a jakým způsobem se alespoň část nákladů vrátí. Z volného času se stalo odvětví, které je využíváno, jak pro výchovnou a vzdělávací činnost, tak je využíváno i komerčně. Při zájmových činnostech mohou lidé získávat nové vědomosti, které lze uplatnit i v profesi nebo při rekvalifikaci. O úrovni společnosti svědčí i to, kolik prostředků jsou lidé schopni a ochotni věnovat pro využívání volného času.

Z pohledu sociologického a sociálně psychologického je zapotřebí sledovat, jak činnosti ve volném čase přispívají k utváření mezilidských vztahů. Způsob využívání volného času u žáků je ovlivněn sociálním prostředím. Zvláště silný je vliv rodiny.

³ SAK, P., Mládež a média. [Internet] 19. 4. 2007 [10. 2. 2011] <<http://www.clovekamedia/>>

⁴ HOFBAUER, B. Děti, mládež a volný čas. 1.vyd. Praha: Portál, 2004, 13 s. ISBN 80-7178-927-5

Rodiny, které neplní dobře svoji výchovnou funkci, se velmi často vyznačují nezájmem o to, jak tráví volný čas jejich děti. Školy a výchovná zařízení i další subjekty mají možnost tento nedostatek do určité míry kompenzovat pedagogickým vedením. Pokud se to nepodaří, je zvýšené nebezpečí, že se dítě dostane do vlivu nežádoucí vrstevnické skupiny, kde může být jeho vývoj ovlivněn.

Jedním ze silně působících sociálních vlivů jsou hromadné sdělovací prostředky, zejména televize. Jejich působení je jistě v mnoha směrech pozitivní, ale musíme brát v úvahu i nebezpečí, která plynou z nevhodných pořadů a také to, že některé děti tráví u televize příliš mnoho času, vlastní aktivita je zde nahrazována pasivním sledováním akcí bez hlubšího prožitku.

Z pohledu politického je nutno uvážit, jak a do jaké míry bude stát svými orgány zasahovat do volného času obyvatelstva, jaká bude školská politika, zda v rámci školské soustavy bude věnována patřičná pozornost i zařízením pro ovlivňování volného času. Státní zainteresovanost o volný čas dětí a mládeže spočívá především:

- v zakládání a ovlivňování zařízení pro volný čas
- v pomoci organizacím a spolkům
- ve vytváření podmínek pro uspokojování spontánních aktivit
- ve vytváření kladných postojů dospělých členů k dětským aktivitám ve volném čase
- v přípravě profesionálních a dobrovolných pedagogů pro tuto činnost

Z pohledu zdravotně hygienického se především volný čas sleduje, jak podporovat zdraví tělesný i duševní vývoj člověka. Zdravotníky zajímá uspořádání režimu dne, hygiena prostředí i sociálních vztahů, hygieny duševního života. Správné využívání volného času se pozitivně projevuje na zdravotním stavu člověka.

Z pohledu pedagogicko psychologického musíme brát v úvahu věkové i individuální zvláštnosti a jejich respektování ve volném čase. Pedagogické ovlivňování volného času by mělo podporovat aktivitu mládeže, poskytovat jim prostor pro uspokojování svých

potřeb, uspokojovat potřeby nových dojmů, seberealizace, sociálních kontaktů, kladné citové odezvy, ale poskytovat i pocit bezpečí a jistoty. Pedagogické hledisko má dva úkoly. Za první, výchovu ve volném čase, kde dochází k naplňování volného času smysluplnými aktivitami rekreačními i výchovně vzdělávacími. A za druhé výchovu k volnému času, která jedince seznámí s množstvím zájmových aktivit, poskytne mu v nich základní orientaci a na základě vlastních zkušeností mu pomůže najít oblast zájmové činnosti, která mu poskytne možnost uspokojení a seberealizace.

2.4 Využívání volného času

Využívání volného času dospívající generace je do jisté míry ovlivňováno, množstvím a rozložením během dne, ale i týdne, strukturou činností ve volném čase a finančními možnostmi.

Na jedné straně jsou to jedinci, kteří disponují s velkým množstvím volného času, dalo by se říci i s nadbytkem, ale nedokáží ho využít, tzv. poradit si s ním. Většinou svůj volný čas tráví nahodile ve skupinkách vrstevníků, systematicky se žádné činnosti nevěnují. Nudu často zahánějí činnostmi, které nejsou společensky žádoucí.

Na druhé straně jsou jedinci, kteří mají naopak velmi málo volného času, a jejich právo na jeho kvalitní využití je potlačováno. Může to být způsobeno přetěžováním školních povinností, velkým množstvím zájmových činností nebo provozování některé zájmové činnosti na vrcholové či špičkové úrovni, pracovními povinnostmi, dojížděním do školy a v neposlední řadě špatné rozvržení denních aktivit apod.

2.4.1 Pozitivní trávení volného času

Volný čas pozitivně a vhodně podněcuje zájmové činnosti, které rozvíjí samostatnost tvořivost a zdravou společenskou aktivitu. Vytváří kladné vztahy k různým činnostem a celoživotnímu vzdělávání. Přispívá k uvědomělejším úvahám o volbě profese i k profesní flexibilitě a tím i k širšímu uplatnění v budoucím životě.⁵

⁵ HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. Pedagogické ovlivňování volného času. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. 164 s. ISBN 978-80-7367-473-1

Cílem pozitivně tráveného volného času, je nejen možnost, čas trávit smysluplně, kvalitně, kreativně, zábavně, ale i se učit odolávat nástrahám, které společnost připravuje.

2.4.2 Negativní trávení volného času

V současné době je negativním vlivům vystaven každý mladý člověk při hledání své cesty do dospělosti. Zvláště pokud o její nalezení sám aktivně neusiluje a pokud se mu ze strany dospělých nedostává podpory a pomoci. Pokud čas dítěte, není naplňován žádoucími aktivitami, může mít dítě sklon k patologickým činnostem. Vlastní zážitek je nahrazován zábavním průmyslem. Vlastní aktivní realita je nahrazována virtuální realitou a zapomíná se na starou moudrost, že štěstí je vedlejším produktem vlastní činnosti.⁶

Mezi negativní trávení volného času můžeme zařadit kriminalitu, delikvenci, užívání návykových látek, virtuální drogy, patologické hráčství apod.

⁶ HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. Pedagogické ovlivňování volného času. 1 vyd. Praha: Portál, 2008. 165 s. ISBN 978-80-7367-473-1

3. VOLNO ČASOVÉ AKTIVITY VE ŠKOLE A ŠKOLSKÝCH ZAŘÍZENÍCH

V této kapitole bych se chtěla zaměřit na volno časové aktivity školy a školských zařízení, na jejich působení ve volném čase. Na materiální vybavení, které mají k dispozici. Na jejich funkci a náplň činností, v nichž mohou žáci středních škol trávit svůj volný čas.

3.1 Působení školy na volný čas

Škola pomáhá žákům poznávat různé oblasti skutečnosti dvěma způsoby a to ve vyučování a ve volno časových aktivitách.

Ve výuce se dnes usiluje o kooperativní učení, interaktivitu a další způsoby inovace, přesto zůstává vyučování spíše konzervující a systematizující. Mladou populaci ovlivňuje spíše plošně. Vypovídá to o soustředění se na předmět, na jeho věcnou stránku, závaznost a soustavnost obsahu, na vzdělání a usiluje o jeho trvalé osvojení. Výsledky jsou hodnoceny známkami popř. slovním hodnocením.

Za to volno časové aktivity jsou volnější, dynamičtější a flexibilnější, způsoby jejich realizace se neustále obměňují a obnovují. Zprostředkovávají žákům nejen poznání, ale také prožívání, sociální kontakty a možnost praktického konání. Oproti škole působí výběrově a méně plošně. Samostatné rozhodnutí zájemců o účast ve volno časové aktivitě vytváří silnější, individuálně podmíněnou motivaci.

V oblasti působení školy na volný čas má dlouhodobé tradice. Nejpodstatnější změny nastaly ve druhé polovině 20. století, inspirovány poznáním, že sama rodina, ani škola nezaručí všestranný rozvoj osobnosti mladého člověka. Aktivity volného času byly postupně pochopeny jako způsob zapojování mladých lidí do života školy, obce i společnosti. Během posledních desetiletí začaly vznikat na středních školách jednorázové aktivity nebo pravidelná zájmová činnost, které rozšiřují a prohlubují obsah vyučovacího procesu nebo mají oddechovou funkci a jsou šancí pro každého žáka. Mezi jednorázové aktivity školy řadíme zejména návštěvu historických památek, kulturní, sportovní a další obdobné akce jako jsou školní slavnosti plesy, mezitřídní, mezi školní

sportovní utkání, lyžařské výcviky, soutěže a zahraniční zájezdy pořádané školou. Velmi významná je i zájmová činnost pravidelná (zájmové kroužky, sportovní družstva), která se již na středních školách také vyskytuje. Tyto činnosti, sledují individuální rozvoj účastníka, který je úzce spjatý s činností zájmového kolektivu, s jeho veřejně prospěšnou nebo tvůrčí činností.

3.2 Materiální vybavení prostředí školy

Volno časové aktivity školy, mohou být dobře plněny, pokud k tomu mají vyhovující materiální a prostorové podmínky. Materiální vybavení lze posuzovat z hlediska pedagogického, psychologického a hygienického. Pedagogické aspekty vyžadují, aby prostředí a materiální vybavení poskytovaly co nejvíce podnětů.

Z hlediska pedagogického by prostory a jejich vybavení měli odpovídat výchovným záměrům, typu volno časových aktivit, funkci konkrétního zařízení i věku účastníků. Vybavení prostor pro volný čas má specifický charakter. Podle způsobu využití má podobu kluboven, heren, studoven, knihoven, pracoven pro specializované zájmové činnosti, sportovišť nebo připomíná domácí prostředí. V prostorách, kde žáci tráví svůj volný čas, není v žádném případě vhodné uspořádat prostor jako při vyučování a vybavit jej typicky školním nábytkem. Je důležité, aby žáci měli možnost věnovat se individuálním činnostem nebo činnostem v malých skupinkách. Prostor by měl být vhodně členěný, aby dával příležitost k odpočinku, k samostatné přípravě na vyučování i k zájmovým činnostem. Prostor a vybavení má být podnětné a příjemné, měl by být dostatečně velikostně prostorný vzhledem k počtu účastníků. Velmi významná je estetická úprava prostředí například volba barev stěn, nábytku, závěsů, záclon a dalších doplňků. Zde mají pedagogové mnoho možností projevit svou tvořivost, nápaditost a šikovnost. Také je velmi cenné, když se na plánování a realizaci úprav prostředí podílejí ti, kdo je budou využívat. Jejich přání je správné brát v úvahu, a pokud je potřeba, pak je citlivě korigovat. Prostor, kde žáci tráví svůj volný čas, by mělo vyhovovat jejich představám.

K dalšímu základnímu vybavení školy patří hřiště, s příslušným vybavením a úpravou terénu pro sportovní činnost. Například hřiště pro míčové hry, lehkootletické disciplíny. Vybavením odpovídají starším žákům, mládeži a dospělým, jimž vyhovuje soutěžení ve

stálých týmech. Kromě toho by školy měly mít možnost využívat i veřejná hřiště, lesoparky, sadové prostory a travnaté plochy v širším okolí školy.

Materiální vybavení prostoru školy pro volný čas, musí odpovídat hygienickým požadavkům. Důležitá je velikost prostoru, čistota, větrání, teplota a vlhkost vzduchu, hluchnost, vybavení nábytkem, který odpovídá tvarem i rozměry. Hygienická zařízení musí odpovídat počtu účastníků a umožňovat dodržování hygienických návyků.

V současné době, jsou školy ovlivněny ekonomickou stránkou, která jim neumožňuje optimálně materiálně vybavit své prostory k volnému času tak, jak by si představovaly. Ekonomické podmínky hrají významnou roli, proto pedagogové volného času a vychovatelé mají omezené možnosti ovlivnit materiální vybavení a prostory. Přesto by na tyto snahy neměli rezignovat. A opakovaně, vytrvale a zdůvodněné kladení požadavků může přinést dobré výsledky.

3.3 Školská zařízení zajišťující volno časové aktivity pro žáky středních škol

Důležitou součástí výchovného zhodnocování volného času žáku středních škol, jsou prostory a zařízení mimo školu. Výchova ve volném čase probíhá zpravidla v rámci určité instituce (zařízení, sdružení apod.). Tyto instituce cíleně působí na volný čas žáků, na jejich možnosti, jak a kde svůj volný čas nejlépe zhodnotit. Zařízení vytvářejí podmínky pro skupinovou činnost v zájmových útvarech (kroužcích, souborech, klubech, oddílech), nebo pro individuální uspokojování zájmů. Některé činnosti lze realizovat i tzv. hromadnou formou (masové festivaly, slavnosti, sportovní akce). Nejčastějšími školskými zařízeními, kde žáci středních škol, mohou trávit svůj volný čas, jsou Střediska volného času, Dům dětí a mládeže a další subjekty jako je Junák, Pionýr, Základní umělecké školy, Jazykové školy apod.

3.4 Střediska volného času

Střediska volného času jsou školská zařízení pro zájmové vzdělávání. Posláním středisek volného času je motivovat, podporovat a vést děti, mládež a dospělé k rozvoji osobnosti, ke klíčovým kompetencím zejména k smysluplnému využívání volného času a to širokou nabídkou aktivit v bezpečném prostředí, s profesionálním týmem v nových

trendech. Mohou poskytovat metodickou, odbornou, popřípadě materiální pomoc účastníkům zájmového vzdělávání, případně školám a školským zařízením.

Organizuje volno časové aktivity pro obyvatele měst. Oblast působení středisek volného času je velice pestrá a široká a zasahuje široký okruh lidí, jak předškoláky, školáky, mládež a střední věk, tak i důchodce.

Mezi aktivity středisek volného času patří:

- zajištění organizace poznávacích výletů na hrady, zámky a muzea
- zajištění a organizace vícedenních pobytových akcí
- stanové a chatové tábory v tuzemsku a ozdravné pobyty v zahraničí
- zajištění a organizace příměstských táborů v době jarních a letních prázdnin
- zimní pobytové akce pro lyžaře a bobaře
- pořádání kurzů veřejné lyžařské školy
- zábavné pořady pro děti a mládež, besedy, diskotéky a soutěže
- pravidelnou zájmovou činnost (kroužky, kluby)
- jednorázové kulturně, sportovně, společenské akce, např. „Pálení čarodějnic“, „Mikulášské besídky“ apod.
- odborná pomoc ostatním subjektům pečující o volný čas dětí a mládeže, jak v resortu školství, tak občanským sdružením pracujícím s dětmi a mládeží

Střediska volného času v České republice. Obrázek – č. 1⁷



Na obrázku znázorněny místa, ve kterých městech se střediska volného času vyskytují.

3.5 Domy dětí a mládeže

Domy dětí a mládeže jsou zařízením s širokou zájmovou působností. Jejich služby mohou využívat děti, žáci, studenti, pedagogové, rodiče s dětmi a další zájemci. Struktura činností a aktivit je dána u každého Domu dětí a mládeže místními podmínkami.

Náplň činností v Domě dětí a mládeže tvoří:

Pravidelná zájmová činnost – tato činnost je organizována v zájmových útvarech a je určena účastníkům, kteří jsou přihlášení k pravidelné docházce. Řadíme sem:

⁷ Databáze středisek volného času. [Internet] 6. 2. 2011. <<http://svc.nidm.cz/public/>>

- **Kroužek** – menší zájmový útvar, jehož činnost směřuje zpravidla k vnitřnímu obohacení členů, zaměřuje se na vnitřní život útvaru (např. rybářský, modelářský, čtenářský, chovatelský).
- **Soubor** – zájmový útvar, jehož činnost směřuje k veřejné produkci výsledků činnosti (např. pěvecký, taneční, divadelní). Zpravidla má závaznější strukturu a mívá více členů než kroužek.
- **Klub** – zájmový útvar s volnější organizační strukturou, s možnou převažující receptivní činností členů (např. filmový klub, klub mladého diváka, fankluby).
- **Oddíl** – tvoří zpravidla tělovýchovné nebo turistické útvary. Je součástí většího organizačního celku a má charakter kroužku.
- **Kurz** – útvar s vymezenou délkou trvání, zpravidla kratší než jeden rok, a jeho činnost směřuje k osvojení určitého množství vědomostí či dovedností (např. kurz PC, vaření, drhání nebo kurz cizího jazyka).

Příležitostná zájmová činnost zahrnuje nabídku organizovaných příležitostných nebo cyklických akcí výchovně-vzdělávacího či rekreačního charakteru. Je organizována nebo přímo řízena pedagogem a je časově vymezena. Není spojena s pobytem mimo místo, kde Dům dětí a mládeže vykonává činnost. Řadíme sem např. místní soutěže a turnaje, přehlídky, výlety, exkurze, divadelní představení, přednášky.

Táborová činnost je organizovaná činnost pro děti, mládež, popř. s rodiči a dětmi, zpravidla provozovaná v době dlouhodobého volna, o prázdninách, a to mimo sídlo Domu dětí a mládeže. Tábor může mít rekreační zaměření nebo formu odborného soustředění, které završuje celoroční práci zájmového útvaru. Podle typu je můžeme dělit na pobytové, putovní, hvězdicové.

Osvětová činnost zajišťuje odbornou pomoc ostatním subjektům pečujícím o volný čas dětí a mládeže. Pomoc poskytují na požádání podle svých personálních a prostorových podmínek formou seminářů, školení, přednášek, kurzů apod.

Individuální práci s účastníky vedoucí k rozvoji nadání, která má zpravidla tyto formy: vytváření speciálních zájmových útvarů pro talentované jedince, individuální práce s dětmi mimo zájmové útvary (konzultace, umožnění práce v odborných pracovních apod.), zadávání a řešení tematických úkolů, odborná soustředění, specializované nabídky spontánních aktivit.

Nabídku otevřených spontánních aktivit, kde se jedná o průběžné nabídky činností, které jsou pedagogicky a organizačně ovlivněny pedagogy nepřímou. Nabídka je využívána individuálně nebo skupinami účastníků neorganizovaně podle jejich aktuálního zájmu (např. čítárny, herny, internetové pracovní, otevřená hřiště či sportoviště). Spontánní činnosti nemají pevně stanovený začátek nebo konec, jsou pouze vymezeny dobou provozu zařízení.

3.6 Další subjekty pracující s žáky středních škol v jejich volném čase

Dalšími výraznými subjekty pracujícími s žáky středních škol jsou organizace dětí a mládeže a občanská sdružení, které si podle svého zaměření kladou různé cíle a to vzdělávací, výchovné nebo rekreační.

Junák – sdružení vychází ze světového skautského hnutí, založeného ve Velké Británii lordem R. S. S. Baceném-Powellem. V Čechách hnutí založil A. B. Svojsík a z jeho iniciativy bylo nazváno Junák – český skaut. Jeho posláním je působit mezi dětmi a mladými lidmi i dospělými a vést je k duchovní, mravní a tělesné zdatnosti a připravenosti plnit svoje povinnosti k bližnímu, společnosti, vlasti, přátelství mezi národy. Velký důraz klade na pobyt v přírodě, na výchovu praktických dovedností, družnosti a sebekázně. Jeho hlavní cíle vyjadřují hesla Příroda – Sport – Kultura – Hry – Služba – Kamarádství – Romantika, která se promítá do 27 odborností.

Pionýr – je to sdružení, jehož jméno vyjadřuje průkopnictví a novátorství. Pionýr se vymezuje jako hnutí demokratické, nezávislé na politických stranách, hnutích a ideologiích, laické, dobrovolné, otevřené, samostatné, všestranně působící ve výchově aktivního občany země. Zabývá se obhajobou a uspokojováním zájmů a potřeb svých členů, činí tak rozmanitou pravidelnou činností kolektivů různého věkového složení nebo zájmového zaměření.

Sokol – je to sdružení, které organizuje tělovýchovnou činnost s dospělými, dětmi a mládeží.

Duha – otevřené sdružení jednotlivců i kolektivů. Činností Duhy je vytvářet a realizovat programy pro děti a mladé lidi. Sdružení pořádá společné akce v přírodě, ve městě apod. Zaměřuje se na hry, psychologické hry a recesi.

Základní umělecké školy – patří sice do sítě škol, ale účast na výuce v nich je zpravidla dobrovolná a uskutečňuje se v mimoškolní době.

Jazykové školy – mohou být zřízeny samostatně nebo při základních či středních školách, kde mohou žáci využít svůj volný čas, k získávání vědomostí.

Nízko prahová zařízení pro děti a mládež – tato zařízení mají zpravidla sociální poslání a jsou určena naorganizovaným klientům (dětem, mládeži), kteří se nacházejí v obtížné životní situaci (narušené rodinné vztahy, vrstevnické vztahy, nízká sociální a životní úroveň, problémy ve škole, zdravotní handicap), jsou ohroženi rizikovým chováním nebo mají vyhraněný životní styl neakceptovatelný společností. Cílem tohoto zařízení je doprovázet tyto jedince v obtížných životních situacích a přispívat ke zlepšení kvality jejich života. Účast na činnosti je bezplatná, klient se nemusí přihlašovat, může zůstat v anonymitě, může kdykoli přijít nebo odejít, podle svého uvážení.

4. STYL ŽIVOTA STŘEDOŠKOLÁKŮ

Styl života středoškoláků je ovlivňován několika faktory, a to věkem, potřebami, třídním kolektivem, kulturou, zvyklostmi, sociálním prostředím, životním prostředím, kvalitou života, životními podmínkami, životní úrovní apod.

4.1 Životní způsob

Životní způsob lze nejlépe charakterizovat, když vyjdeme ze struktury každodenních činností, kdy se jedná o velmi pestrou mozaiku nejrůznějších aktivit.

Tyto aktivity můžeme rozdělit do několika základních kategorií:

- *Aktivity orientované na práci, profesi a přípravu na ni* – jedná se (podle věku) o vzdělávání, vstup do zaměstnání, adaptaci v pracovním procesu, stabilizaci, profesní postup apod.
- *Aktivity spojené s rodinou* – začínají vyhledáváním partnerů, zakládání rodiny, budování a udržování domácností, výchova dětí apod.
- *Aktivity v oblasti zájmové* – vyhraňování vlastních zájmů, jejich pěstování a rozvoj, odpočinek, zábava, relaxace apod.
- *Aktivity směřující do společenského života* – jde o účast na společenském životě, zapojování se do občanských vztahů, rozšiřování společenských styků, zaujímání pozic ve společenském životě.
- *Aktivity týkající se základních biologických potřeb*

Způsob využití volného času je jedním z důležitých ukazatelů životního stylu. Zahrnuje hodnotovou orientaci člověka, projevuje se v jeho chování i ve způsobu využívání a ovlivňování materiálních i sociálních životních podmínek.⁸

⁸ PÁVKOVÁ, J. Pedagogika volného času. 2. vyd. Praha: Portál, 2001. 28 s. ISBN 80-7178-569-5

Životní způsob je spjat s charakterem společnosti, stupněm vyspělosti společnosti a její kulturou. Dnešní žáci středních škol si vytváří vlastní subkulturu, ve způsobu vyjadřování, odívání, v tancích, vyznáváním určitých druhů hudby, literatury apod. Používají specifické výrazy, symboly v souvislosti s možnostmi, které poskytují nové komunikační kanály, (např. mobilní telefony, internet). Tím chci říci, že každý jedinec má jiný specifický způsob života, vytyčuje si své cíle, kterých se snaží co nejlépe dosáhnout.

4.2 Zdravý životní styl

Během posledních desetiletí došlo ke značnému posunu pojetí „*zdraví*“. Na zdraví je nazíráno v mnoha širších hlubších souvislostech, než jak tomu bylo v tradičním pojetí. Dnes mluvíme o zdravé stravě, o zdravých mezilidských vztazích, o zdravé škole, o zdravé krajině, zdravém městě, zdravé rodině, ale také o zdravém životním stylu.

Zdravý životní styl můžeme chápat, jako reakci na stav obyvatelstva na zemi, především ve vyspělých zemích, na informační explozi, působení masmédií a současně na stav životního prostředí a všech negativních faktorů, které přinesl vědecký a technický pokrok, tj. civilizační rozvoj.⁹

Zdravý životní styl soustředíme na tyto základní okruhy:

- ***Životní rytmus*** – poměr pracovní činnosti a odpočinku, fyzické a psychické zátěže.
- ***Pohybový režim*** – aktivní a pravidelná činnost v rámci tělesné kultury.
- ***Duševní aktivity*** – spojená s kulturními zájmy, duševní hygienou a dalším vzděláváním.
- ***Životospráva a racionální výživa*** – sloužící k zachování zdraví a tělesné i duševní výkonnosti a ke zvládnání náročných životních situací.

⁹ KRAUS, B. Středoškolská mládež a její svět na přelomu století. Brno: Padio, edice pedagogické literatury, 2006. 21 s. ISBN 80-7315-125-1

Žít zdravě znamená chovat se tak, abychom neohrozili zdraví své ani svých bližních. Pěstování zdravého životního stylu vyžaduje rozvíjení tělesné, psychické a duchovní kultury. Tělesná kultura osobnosti zahrnuje získávání a upevňování dovedností a návyků osobní hygieny, životosprávy, stravovacích zvyklostí, ovládnutí touhy po škodlivých požitcích a přiměřený aktivní pohyb. Psychická kultura osobnosti zahrnuje složitý komplex kvalit, které se konkretizují do žádoucích stylů, do socializovaných potřeb a hodnotových orientací. Kladou důraz především na odpovědnost, uvážlivost, sebeovládání, být tvořivý, sociálně zdatný apod. Duchovní kultura osobnosti je nejen o estetické, literární a vědeckém zájmu, ale také zahrnuje mravní vyspělost společnosti, citlivé svědomí a smysl pro duchovno.

4.3 Rizika vyplývající ze životního stylu

Dospívající žáci dosahují postupně samostatnosti a odpoutávají se ze závislosti na autoritě svých rodičů. V této době mají tendence překračovat hranice zakázaného chování a zkoušet aktivity, které vyvolávají potřebný pocit uspokojení. V tomto věku se zvyšuje tendence experimentovat s rizikem, ale zároveň jim chybí zkušenost a náhled nad vlastní zranitelností. Na dospívajícího jedince mají velký vliv vrstevnické skupiny, které mají zájem o rizikové aktivity, které jsou z hlediska dalšího rozvoje osobnosti nežádoucí a mohou je negativně ovlivnit.

Experimentace s psychoaktivními látkami, především s marihuanou, je ve skupině dospívajících považována za zcela standardní. Je vnímána jako projev vlastní volby, která se odlišuje od dospělých i dětí a uspokojuje jejich potřebu sdílení specifické zkušenosti, potvrzující skupinovou identitu. Obvykle jde jen o výjimečné, občasné užívání těchto látek, ale ani to nelze podceňovat. Je třeba zabránit tomu, aby užívání psychoaktivních látek přesáhlo určitou hranici a stalo se zafixovaným prostředkem úniku či navození příjemných pocitů, nebo dokonce součástí nežádoucího životního stylu.¹⁰

¹⁰ VÁGNEROVÁ, M. Školní poradenská psychologie pro pedagogy. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Karolinum, 2005. 203 s. ISBN 80-246-1074-4

Většina dospívajících žáků zkusí kouřit tabák či marihuanu a ochutná alkohol. Riziko, že se jejich konzumace stane pravidlem, se zvyšuje, když má dospívající jedinec problémy. Chybí mu zázemí nebo je pod vlivem nevhodné party, kde je užívání podobných látek skupinovým standardem.

Dále můžeme pozorovat u žáků středních škol nechuť k pohybovým aktivitám. Studia v posledních letech upozorňují na zhoršující se fyzickou kondici mládeže. Ubývá pohybu kvůli dopravním prostředkům, výtahům, pohyblivým schodištím, vysedáváním u počítačů, televizorů a dalším technickým vymoženostem. Ve volném čase převažují aktivity konzumentského typu spjaté s fyzickou nečinností. A proto je nutné vytvářet zdravé návyky již od nejtělejšího věku dítěte. Vést je k určitému režimu, kde jsou zastoupeny složky zdravé výživy, aktivního pohybu, režimu dne, volno časových aktivit apod.

4.3.1 Kouření

Kouření tabáku je jedním z nejrizikovějších faktorů životního stylu, protože je nejčastější příčinou zbytečných a předčasných onemocnění a úmrtí.

Velmi často s tímto zlovykem začínají dospívající proto, že jim to jejich rodiče zakazují, nebo si berou za vzor kouřící populární osoby, jako jsou hudebníci, zpěváci apod. Také se mohou stát vzorem sami rodiče a především sourozenci, kteří kouří, dále reklamy na tabákové výrobky. Děti s kouřením často experimentují a mají za to, že mohou přestat kdykoliv budou chtít, ale nikotin je silně návyková látka a většina z nich potom není schopna s kouřením přestat.

V rámci prevence proti kouření je důležité přenést odpovědnost na dítě. Nedoporučuje se pronásledování, moralizování ani pouhé poukazování na škodlivost kouření. Pouhé zakazování také nezabere, rodič pouze docílí toho, že dítě bude kouřit někde potají dál. V dosti těžké situaci jsou rodiče kuřáci, kteří by měli být k sobě upřímní. Přiznat, že zrovna nejsou dobrým příkladem a vysvětlit proč nechtějí, aby je dítě v tomto případě následovalo. Důležitá je také kontrola dodržování zákazu prodeje tabákových výrobků lidem mladším 18 let.

4.3.2 Drogy

Dospívání je obdobím, kdy mladí lidé hledají svou identitu. Zkouší experimentovat a chtějí se osamostatnit. Dospívající člověk vkládá velkou důvěru ve své přátele. Napodobuje skupinu v oblékání nebo chování a jedná tak, aby si získal uznání vrstevníků. To všechno je důležité, aby se cítil důležitý. Když skupina přátel považuje experimentování s drogami za součást zábavy, pak to může dospívajícího člověka značně ovlivnit a vést k užívání drog.

Drogová závislost nevzniká náhle, ve většině případů probíhá v několika fázích:

1. fáze – *experimentální*: občasné užití drogy přináší báječné, dosud nepoznané prožitky.
2. fáze – *sociální užívání tzv. víkendové braní*: braní drog se stává pravidelnější, jedinec si stanovuje pravidla užívání, která mu pomáhají cítit se bezpečně před závislostí. Droga se užívá v době a na místech, která jsou k tomu sociálně přijatelná např. diskotéka.
3. fáze – *každodenní užívání*: jedinec začíná ztrácet kontrolu nad užíváním drogy, původní hodnotový systém je stále víc pošlapáván, život se začíná točit kolem drogy.
4. fáze – *užívání k dosažení normálu*: drogy už nic nedává, jedinec není schopen vidět věci reálně, je pohlčen sebeklamem.

Drogy jsou součástí naší společnosti. Drogové problémy vznikají, a ne vždy mají řešení. Vždy lze ale nalézt postup, který může situaci alespoň zlepšit.

4.3.3 Alkohol

Alkohol je běžně používán pro jeho působení na nervovou soustavu (psychotropní droga) jako příjemný, snadný a rychlý způsob, jak se cítit dobře, k usnadnění společenských kontaktů, k povzbuzení chuti k jídlu, k zahánění nudy, stresu a u dospívajících, jak být akceptován dospělý. Požití většího množství alkoholu vede k opilosti, dlouhodobé zneužívání vyvolává závislost, neboť alkohol je návyková látka. Nebezpečný je alkoholismu (závislost na alkoholu) mladistvých, protože vysoká

citlivost nezralého organismu k této látce způsobuje, že se rozvíjí daleko rychleji. Alkoholismus se projevuje ztrátou kontroly nad pitím, zaujatostí alkoholem a pokračováním v pití i přes jeho nepříznivé následky pro zdraví i pro sociální vztahy.

Ohrožení mladistvých alkoholem – jsou fyzicky, emocionálně i sociálně zranitelnější důsledky vyvolanými konzumem alkoholu jinými lidmi, zejména v jejich nejbližším okolí. Sami jako konzumenti alkoholu mají nižší schopnost vypořádat se s vlivy, které alkohol způsobuje, a tak se u nich projevuje rizikové pití alkoholu se ztrátou kontroly nad svým jednáním, s agresivitou, rizikovým sexuálním chováním, dopravními a jinými úrazy, trvalým tělesným poškozením a úmrtím. Alkohol je nejen příčinou úmrtím, úrazu, dopravních nehod, ale také způsobuje otravu alkoholem, sebevraždy a jaterní nebo jiná nádorová onemocnění.¹¹

4.3.4 Nadváha a obezita

„Všeho moc škodí“, praví staré přísloví. Škodí i to, že má člověk příliš velkou tělesnou váhu s nadměrným množstvím tukových zásob. Dávno už to není pokládáno za známku zdraví, plodnosti a blahobytu jako v dobách, kdy bývalo lidstvo sužováno nedostatkem potravin v důsledku nepřízně počasí a válek a kdy podvyživení zejména děti, snáze podléhali nemocem a umírali ve vyšším počtu než jedinci dobře živení.¹²

Velkou roli při nadváze a obezitě sehrává genetika, stravovací návyky, stavba jídelníčku a životní styl rodiny. Mnohdy je patrný model, že rodiče, kteří mají s obezitou problém, mají ho též i jejich děti. Z výzkumu preventivního projektu „*Žij zdravě*“, který provedla agentura STEM/MARK mezi více než dvěma tisíci respondenty, vyplývá, že obézní rodiče mají třikrát tak častěji děti s nadváhou či obezitou. Kromě genetických dispozic je patrné též to, že děti přejímají stravovací a také pohybové návyky od svých rodičů.

¹¹ MACHOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D. a kolektiv. *Výchova ke zdraví*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, spol. s r. o., 2009. 67 s. ISBN 978-80-247-2715-8

¹² ŠONKA, J., STRAKOVÁ, M., ŠIMSOVÁ, J., ŽBIRKOVÁ, A. *Boj proti otýlosti cvičením a dietou*. 1. vyd. Praha: Olympia, 1981. 7 s., 505/21/826-27-042-81

V dnešní době sehrává nemalou úlohu i skutečnost, že středoškoláci tráví mnoho hodin u počítače či u televize na úkor venkovních aktivit. Také tomu přispívá úbytek povinných sportovních aktivit ve škole a zhoršení stravování. Nelze však spoléhat nato, že pouze školní tělesná výchova zabrání výskytu nadváhy či obezity. Vztah ke sportu pozorují spíše u chlapců, děvčata příliš nemotivuje, a proto je nutné hledat pro ně pohybové aktivity, které by je bavily. Navíc roste obliba požívání sladkých nápojů pro vysoký obsah cukru, smažených pokrmů, smažených brambůrek pro vysoký obsah tuku. A naopak zůstává nízká konzumace zeleniny, ovoce, mléka a mléčných výrobků.

4.4 Možnosti prevence na SŠT v Mostě

Prevence na Střední škole technické v Mostě, je zajišťována metodikem prevence, který sestavuje minimální preventivní program, dále zde působí několik výchovných pedagogů, kteří mezi sebou úzce spolupracují. Škola v rámci prevence zajišťuje různé sportovní akce mezi školami v okrese např. turnaje ve volejbale, nohejbale, kopané. Zapojuje se do různých charitativních akcí, spolu s PPP v Mostě zajišťuje besedy a diskuze na různá témata rizikového chování (záškoláctví, šikana, drogy, alkohol apod.). Dále spolupracuje s policií v Mostě, kam žáci dochází na přednášky, pořádá výlety za kulturou a především poskytuje volno časové aktivity. Škola má rozlehlý sportovní areál, který se skládá ze čtyř tělocvičen, jednu posilovnu, venkovní sportovní hřiště pro atletiku a tenisové kurty.

Charakteristika školy

Střední škola technická zajišťuje výchovu a vzdělávání mládeže, která připravuje žáky v oborech středních odborných škol, středních odborných učilišť a učilišť.

Žáci SŠT pocházejí z různých rodin, u žáků prvních ročníků (známe jejich domácí prostředí pouze z dotazníku a většinou jen povrchně), proto si klademe za cíl navázat spolupráci se zákonnými zástupci v co nejkratší době a tím předcházet rizikovému chování. Příznivější situace se jeví u žáků vyšších ročníků. Nejproblémovější skupinou jsou tříleté učební obory, u kterých je v některých případech těžší navázat spolupráci s rodiči, než s kázeňsky problematickým žákem. To se stává hlavně v případě rodin

s nižší sociální a intelektuální úrovní. Vzhledem k těmto skutečnostem je Minimální preventivní program plánován a plněn v rámci možností školy.

Aktivity ve všech oblastech prevence jsou vykonávány většinou se žáky, ale také za přítomnosti zákonného zástupce.

Cíl minimálního preventivního programu

Cílem minimálního preventivního programu je ukázat mladé generaci cestu ke zdravému a plnohodnotnému životu a eliminovat v co největší možné míře sociálně patologické vlivy působící v současné době na děti a mládež.

Minimální preventivní program se zaměřuje na prevenci záškoláctví a zneužívání návykových látek, které se na SŠT vyskytují a pokud nejsou zvládnuty včas, mohou se rozvinout do závažné delikvence. Předpokladem naplnění tohoto cíle je nezbytná úzká spolupráce všech pedagogických pracovníků školy, popřípadě spolupráce s psychologem, s pedagogicko psychologickou poradnou, či jiným odborným pracovištěm.

Hlavní aktivity SŠT Most

- Úprava školního řádu a veškeré činnosti školy ve shodě s ochranou zdraví žáků a ochranou vůči zneužívání návykových látek a vlivům jiných sociálně patologických jevů.
- Kontrola dodržování zákona o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi
- Důsledné potírání kuřáctví, požívání alkoholu a dalších návykových látek.
- Opatření dostupnosti těchto látek ve škole a jejím okolí.
- Spolupráce s odděleními sociální prevence, sociálních odborů a policíí.
- Optimalizace vztahů mezi pedagogickými pracovníky a žáky.
- Zvýšenou péči žákům handicapovaným, žákům se zdravotními a sociálními riziky a aktuálními problémy.
- Soustavné sledování vývojových a individuálních potřeb žáků, včasné odhalování poruch vývoje.

- Koordinaci činnosti pedagogů a vychovatelů, při realizaci minimálního preventivního programu.
- Systémové zavádění etické a právní výchovy, výchovy ke zdravému životnímu stylu aj. oblastí preventivní výchovy do výuky jednotlivých předmětů, ve kterých ji lze uplatnit.
- Uplatňování různých forem a metod působení na jednotlivce a skupiny dětí a mládeže zaměřeného na podporu jejich osobnosti a sociálního chování.
- Vytváření podmínek pro příznivé pracovní klima a zdravý pracovní režim žáků i pedagogických pracovníků ve všech částech výchovně vzdělávacího procesu.
- Doškolení metodiků a pedagogů v problematice etické a právní výchovy, zdravého životního stylu a prevence zneužívání návykových látek.
- Informovanost mezi pedagogickými pracovníky o vzdělávacích a preventivních aktivitách se žáky.
- Vytváření podmínek pro smysluplné využití volného času dětí a mládeže.
- Zajištění dostatečného množství volno časových aktivit.
- Spolupráce s rodiči a osvětová činnost pro rodiče v oblasti zdravého životního stylu a v oblasti prevence problémů ve vývoji a výchově dětí a mládeže. Úvodní pohovor s rodiči při nástupu žáka do školy. Informování pedagogů a rodičů o všech problémech, které se u žáka vyskytly, případná opatření ze strany školy.
- Průběžné sledování konkrétních podmínek a situace ve škole z hlediska rizik výskytu sociálně patologických jevů a uplatňování různých forem a metod umožňujících včasné zachycení ohrožených dětí a mladistvých.
- Poskytování poradenských služeb školního metodika prevence žákům.
- Navození důvěry pro řešení obecných i osobních problémů žáka ve škole i mimo školu.

Cílem současné výchovy je nejen vybavovat děti příslušnými kompetencemi, ale také je učit odolávat nástrahám, které jim společnost připravuje. Drogové závislosti, agresivita, neshášenlivost záškoláctví apod. jsou dlouhodobé trendy vývoje společnosti a je nutné na ně reagovat ve výchovném působení. Základní strategií prevence je výchova ke zdravému životnímu stylu, k osvojování pozitivního sociálního chování a k zachování integrity osobnosti.

5. PRAKTICKÁ ČÁST

5.1 Metodika

Pro sběr a získání informací o zkoumaném tématu jsem zvolila anonymní dotazník (příloha č. 1), kde respondenti měli možnost odpovídat na 14 otázek, týkající se daného tématu. Rozdala jsem 100 dotazníků žákům na Střední škole technické v Mostě, z nichž 50 dotazníků vyplňovali chlapci, a 50 dotazníků vyplňovaly dívky. Vybrala jsem náhodné třídy ze všech ročníků a různých studijních oborů. Mohla jsem být přímo u vyplňování dotazníků, se kterým neměli respondenti sebemenší problém ho vyplnit. Dále jsem měla možnost položit respondentům doplňující otázky, které se týkaly aktivit školy po vyučování. Kde jsem zjišťovala, zda žáci střední školy se vůbec o aktivity poskytované po vyučování zajímají.

V první části dotazníku jsem zjišťovala, kolik hodin volného času pro sebe respondenti mají během všedního dne a víkendu. Další okruh otázek se týká způsobu trávení volného času. Třetí okruh se zabývá zájmem a podporou rodičů k volnému času svých dětí. Čtvrtý okruh zjišťuje, jakým volno časovým aktivitám se respondenti věnují na své střední škole. A v poslední části jsou otázky zaměřeny na životní styl žáků.

Dotazník se skládá ze 14 otázek, které jsou:

a) *uzavřené* - č. 6, 8, 9, 10, 12, 13, 14

b) *polootvřené* – č. 1, 2, 3, 4, 5

c) *otevřené* – č. 7, 11

U otázek číslo 4 a 5 mohli respondenti zaškrtnout více odpovědí.

5.2 Metodika zpracování výsledků

Výsledky výzkumu jsou zaznamenány v tabulkách, kde jsou odpovědi porovnávány mezi chlapci a dívkami. Všechny tabulky jsou doplněny grafy, ve kterých jsou patrné odpovědi, jak odpovídali zvlášť chlapci a dívky.

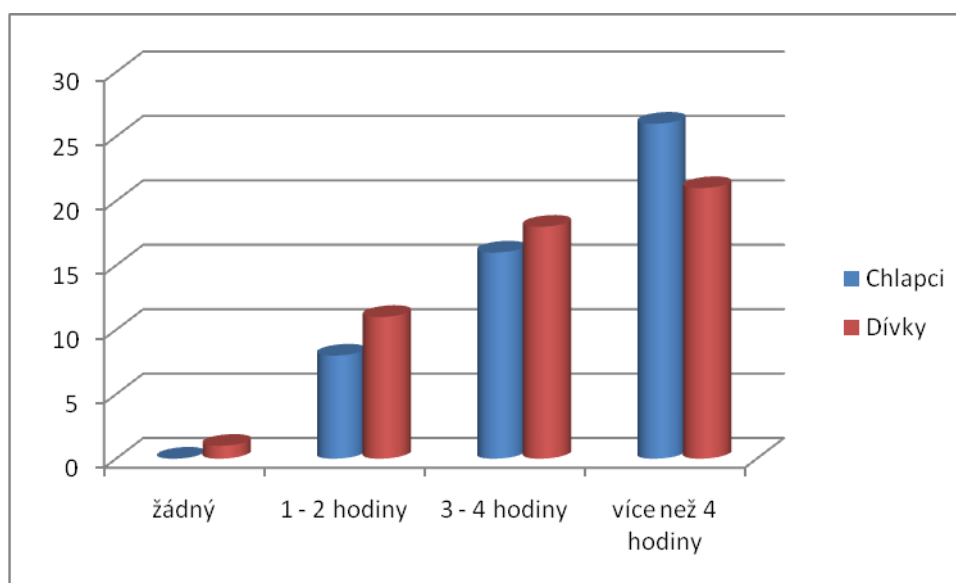
5.3 Výsledky výzkumu a jejich analýza

5.3.1 Výsledky dotazníků

Tabulka 1 Zjišťuje, kolik volného času mají respondenti pro sebe ve všední den.

Volný čas ve všední den	Chlapci	Dívky
žádný	0	1
1 - 2 hodiny	8	11
3 - 4 hodiny	16	18
více než 4 hodiny	26	21

Graf 1 Znázorňuje volný čas chlapců a dívek ve všední den.



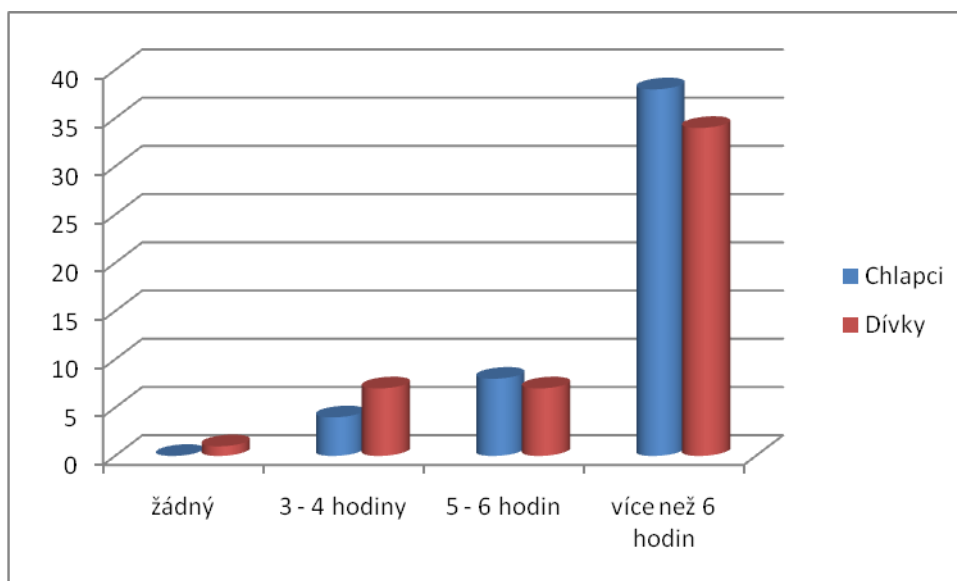
Z tabulky je patrné, že většina respondentů, jak chlapců (21), tak dívek (26) uvádí, že mají více než 4 hodiny volného času ve všední den. 3 – 4 hodiny uvádí (8)chlapců a (16)dívek. U této otázky je vidíme, že žáci (chlapci a dívky) mají dostatečné množství

volného času ve všední dny na to, aby ho mohli trávit aktivněji nebo ve volno časových zařízeních, kde mohou rozvíjet své schopnosti a dovednosti. 1 – 2 hodiny má (11) chlapců, dívek (8) a žádný čas uvádí chlapec (1) a dívka (0). Rozdíly mezi chlapci a dívkami nejsou tak výrazné.

Tabulka 2 Zjišťuje, kolik volného času mají respondenti o víkendu.

Volný čas o víkendu	Chlapci	Dívky
žádný	0	1
3 - 4 hodiny	4	7
5 - 6 hodin	8	7
více než 6 hodin	38	34

Graf 2 Znázorňuje volný čas chlapců o víkendu.



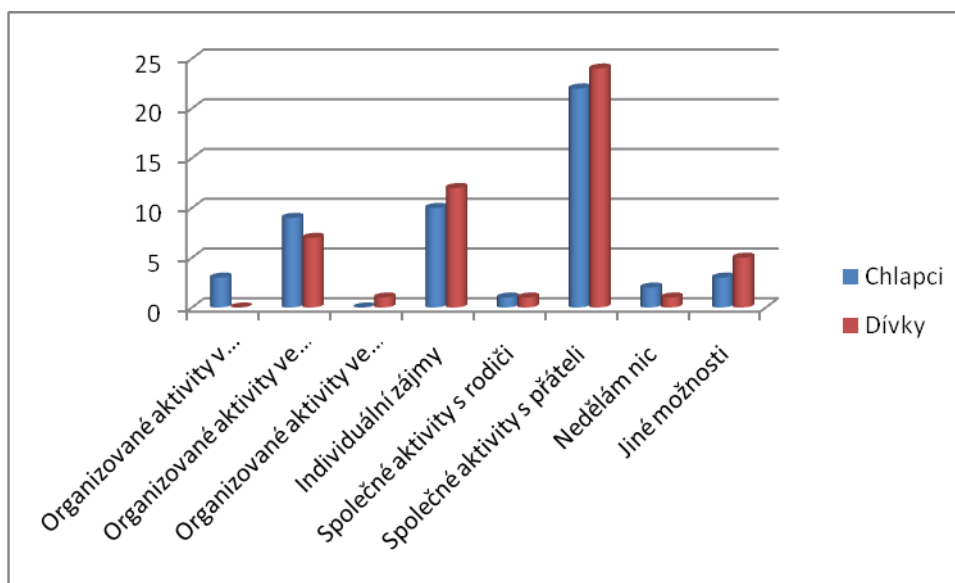
U této otázky opět nejsou patrné rozdíly mezi chlapci a dívkami. Z tabulky a grafu vyplývá, že více jak polovina chlapců (38) a dívek (34) uvádí o víkendu více než 6 hodin volného času. Znamená to, že více jak nadpoloviční většina respondentů (chlapci a dívky) mají velmi mnoho volného času o víkendu. Dalo by se říci, že jak chlapci, tak dívky disponují s nadbytkem volného času. Může to být způsobeno tím, že v dnešní

době nemají dospívající příliš mnoho povinností (např. pomoc v domácnosti, starání se o mladší sourozence apod.), které by délku volného času snižovaly. Také učení není na prvním místě, zabývají se raději, jinými činnostmi. Volný čas o víkendu tráví spíše pasivní formou, hlavně u PC, kde hrají hry a komunikují přes facebook. Někteří respondenti dokonce tráví u PC každý den (o víkendu) i více, jak 10 hodin. Což jsem měla možnost zjistit, při vyplňování dotazníků s žáky. V dalších odpovědích, budu zjišťovat, zda svůj volný čas tráví aktivně nebo pasivně. 5 – 6 hodin volného času, (8) chlapců a (7) dívek. 3 – 4 hodiny volného času o víkendu uvedli (4) chlapci a (7) dívek a žádný volný čas uvedlo (0) chlapců a dívek (1).

Tabulka 3 Informuje, jakým aktivitám se žáci věnují ve volném čase.

Aktivity ve volném čase	Chlapci	Dívky
Organizované aktivity v zájmových kroužcích	3	0
Organizované aktivity ve sportovních klubech	9	7
Organizované aktivity ve společenských organizacích	0	1
Individuální zájmy	10	12
Společné aktivity s rodiči	1	1
Společné aktivity s přáteli	22	24
Nedělám nic	2	1
Jiné možnosti	3	5

Graf 3 Znázorňuje, jakým aktivitám se chlapci a dívky věnují.



U této otázky jsou odpovědi respondentů (chlapců a dívek) velmi shodné. Velmi mě zaskočilo, že ani jedna dívka nenavštěvuje aktivity v zájmových kroužcích. Ale u chlapců je tomu naopak. Celkově jsem předpokládala, že více respondentů zvolí

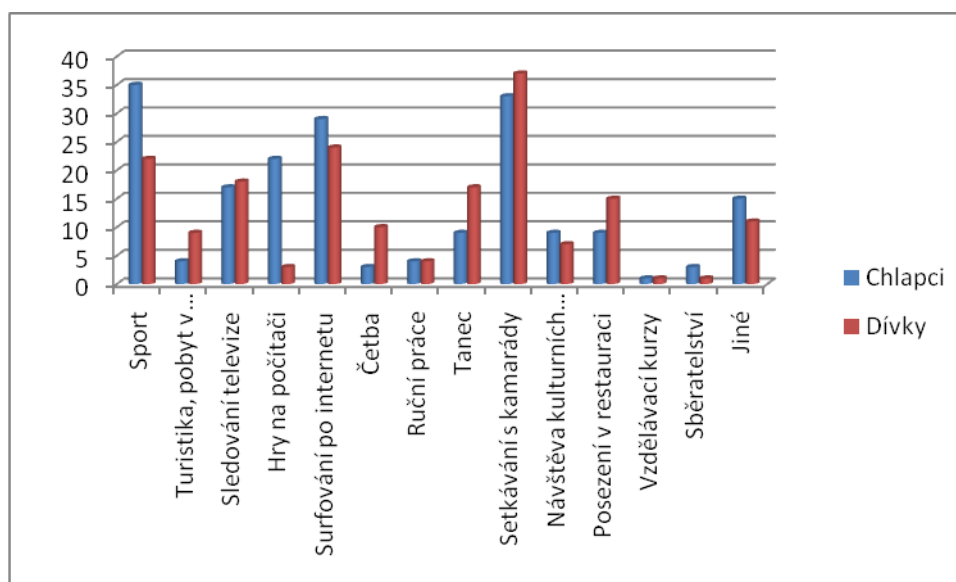
odpověď, **nedělám nic**. Chlapci (22) a dívky (24) se nejčastěji věnují společným aktivitám s přáteli, což jsem předpokládala vzhledem k jejich věku. Pro dospívajícího je stále důležitější se identifikovat s vrstevnickou skupinou. Rozvíjejí se vztahy typu přátelství, prvních lásek. Poté následovaly individuální zájmy, které uvedlo (10) chlapců a (12) dívek. Domnívám se, že se jedná o zájmy, spíše pasivního charakteru např. hry na PC. Na třetím místě se umístily, organizované aktivity ve sportovních klubech (9) chlapců a (7) dívek. V tomto věku dospívající sledují svou vizáž, snaží se sportovat, aby se přiblížili ke svým idolům (sportovcům, celebritám apod.) Na dalším čtvrtém místě jsou to odpovědi u (3) chlapců jiné možnosti a organizované aktivity v zájmových kroužcích. U (5) dívek to byly jiné možnosti, dívky uvedly (0) v organizovaných aktivitách v zájmových kroužcích. Na posledních místech se umístily odpovědi, nedělám nic a to u (1) chlapce a (1) dívky a organizované aktivity ve společenských organizacích, kde odpovědělo (0) chlapců a (1) dívka.

Tabulka 4 Znázorňuje, jaké volno časové aktivity respondenti preferují.

Volno časové aktivity	Chlapci	Dívky
Sport	35	22
Turistika, pobyt v přírodě	4	9
Sledování televize	17	18
Hry na počítači	22	3
Surfování po internetu	29	24
Četba	3	10
Ruční práce	4	4
Tanec	9	17
Setkávání s kamarády	33	37
Návštěva kulturních akcí	9	7
Posezení v restauraci	9	15
Vzdělávací kurzy	1	1
Sběratelství	3	1
Jiné	15	11

Pozn.: Respondenti mohli u této otázky zvolit více odpovědí

Graf 4 Znáznorňuje, jaké volno časové aktivity respondenti preferují



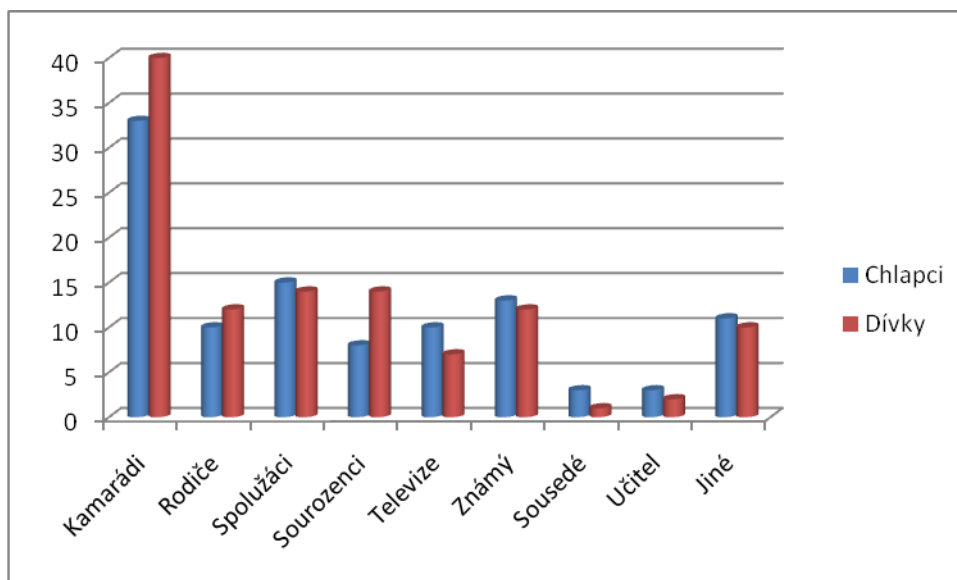
V celku by se dalo říci, že jak chlapci tak dívky tráví svůj volný čas z větší poloviny pasivněji než aktivně. Vyplývá to z výsledků výzkumu, kde se jako nejčastěji objevovaly odpovědi setkávání se spřáteli, které volilo 70 respondentů surfování po internetu 53 respondentů, sledování televize 35 respondentů. Tyto aktivity přebýl pouze sport a to s celkovým počtem 57 respondentů, přičemž se mu věnují nejvíce chlapci. U této otázky jsem předpokládala, že chlapci se nejvíce budou věnovat internetu a hrám na počítači. Dále se umístilo setkávání se s kamarády u chlapců (33), dívky (24) volily odpověď surfování po internetu. V současnosti je pro dospívající dívky velmi moderní si jít někam posedět, a proto jsem předpokládala, že tato odpověď bude mezi nejčastějšími odpovědi. Odpověď surfování po internetu na druhém místě u dívek mě překvapila. Třetí místo obsadily odpovědi surfování po internetu (29) chlapců a dívky (22) volily sport. Na dalším místě se u chlapců(22) umístila odpověď surfování po internetu a u dívek (18) to bylo sledování televize. Na páté místo se zařadila odpověď u chlapců (17) sledování televize, dívky (17) preferují tanec. Další odpovědi byla jiná

aktivita, kterou uváděli chlapci(15), dívky (15) uváděly posezení v restauraci. Sedmé místo obsadily odpovědi u chlapců(9) tanec, návštěva kulturních akcí, posezení v restauraci, u dívek (11) jsou to jiné aktivity. Na dalším osmém místě jsou u chlapců(4) dvě aktivity se stejným počtem a to turistika, ruční práce a u dívek(10) je to četba. Devátou pozici obsadily odpovědi četba, sběratelství (3) chlapci, dívky (7) uváděly návštěvu kulturních akcí. Četba v posledních letech u dospívajících, je spíše na posledních místech a to zvláště u chlapců. Klesá návštěvnost knihoven a vůbec celkový zájem o kvalitní literaturu. Dávají přednost většinou časopisům a to především dívky. U chlapců tento zájem úplně upadá. Další odpovědi se týkaly pouze dívek, ruční práce (4), hry na počítači (3), vzdělávací kurzy (1), sběratelství (1). Z průzkumu této otázky je také patrné, že respondenti, se dnešní době, nezajímají o sběratelství, kvalitní četbu, ruční práce, turistiku apod.

Tabulka 5 U koho respondenti nachází inspiraci k trávení volného času.

Inspirace ve volném čase	Chlapci	Dívky
Kamarádi	33	40
Rodiče	10	12
Spolužáci	15	14
Sourozenci	8	14
Televize	10	7
Známý	13	12
Sousedé	3	1
Učitel	3	2
Jiné	11	10

Graf 5 Ukazuje u chlapců a u dívek, kde získávají nejčastěji inspiraci k volno časovým aktivitám.

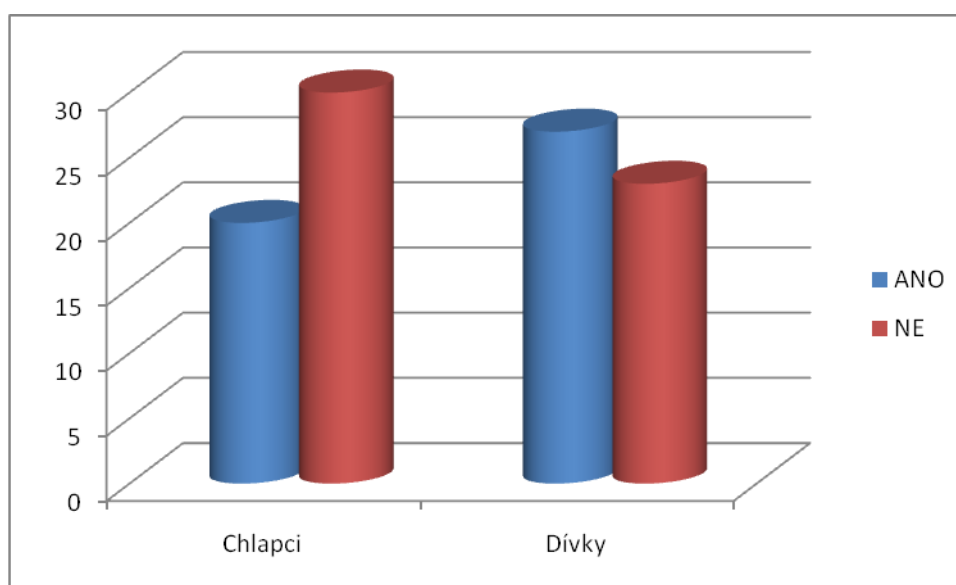


Tabulka i graf ukazují, u koho nejčastěji respondenti nachází inspiraci k trávení volného času. Žáci mohli vybírat z devíti možností. Obě dvě skupiny, jak chlapci (33), tak dívky (40) uvedli, že nejčastěji hledají inspiraci k volnému času u kamarádů. Což se dá v jejich věku předpokládat. Respondenti v dospívání se odpoutávají od rodičů a snaží se napodobovat třeba straší kamarády, kteří jsou ve skupině, partě, uznávání. Dále(15) chlapců uvedlo u spolužáků a dívky uvedly dvakrát po stejném počtu u spolužáků (14) a zároveň i (14) u sourozenců. Většinou se jedná o starší sourozence, kterým se dospívající chtějí podobat, přiblížit se jim chováním, popř, stylem oblékání apod. Dále se umístily odpovědi u známých, to uvedlo (13) chlapců a dívky (12) uvedlo opět stejný počet odpovědí u rodičů a u známých. Vzhledem k tomu, že dospívající se začíná odpoutávat od rodičů a přestává akceptovat rozhodnutí autorit (rodiče), tak uvažuje o jiných možnostech, které hledá spíše u někoho jiného, než u svých nejbližších. (11) chlapců a (10) dívek zaškrtnulo, že nachází inspiraci někde jinde, než v daných odpovědích. Poté (10) chlapců nachází inspiraci u rodičů a stejný počet chlapců tráví čas u televize a (7) dívek také u televize. Úplně nejmenší počet respondentů zaškrtnulo možnosti u sousedů (3) chlapci, (1) dívka a u svého učitele (3) chlapci, (2) dívky. V této otázce jsem předpokládala, že v inspiraci trávení volného času budou převažovat, jak u chlapců, tak u dívek kamarádi, spolužáci, sourozenci, známý nad rodiči, učiteli apod.

Tabulka 6 Zjišťuje, jestli jsou nějaké volno časové aktivity, kterým by se chtěli respondenti věnovat, ale nemůžou.

Volba odpovědí	Chlapci	Dívky
ANO	20	27
NE	30	23

Graf 6 Znázorňuje odpovědi chlapců a dívek

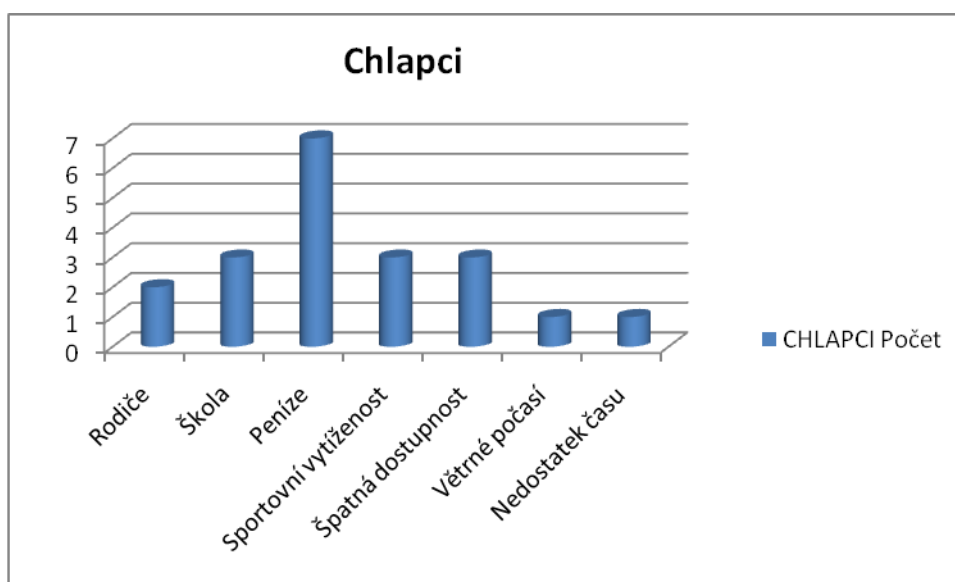


Volno časovým aktivitám, kterým by se chtěli dospívající věnovat a nemůžou, uvedlo celkem 47 respondentů ze sta. Z toho vyplývá, že skoro polovina respondentů má důvod, proč se jim nemohou věnovat. Tyto důvody mohou být různé např. peníze, dostupnost, bránění rodičů, nedostatek času, školní vytíženost, sportovní vytíženost apod. Z tabulky a grafu je zřejmé, že respondenti odpovídali půl na půl (20) chlapců a (27) dívek uvádělo, že jsou takové volnočasové aktivity, kterým by se chtěli věnovat, ale bohužel nemohou z nějáého důvodu. Tyto důvody bude znázorňovat následující tabulka. Ostatní respondenti (chlapci 30, dívky 23) odpovídali, že není žádná aktivita, které by se věnovat nemohli.

Tabulka 7 Zjišťuje, jaké jsou důvody, kvůli kterým se respondenti nemohou věnovat volno časovým aktivitám.

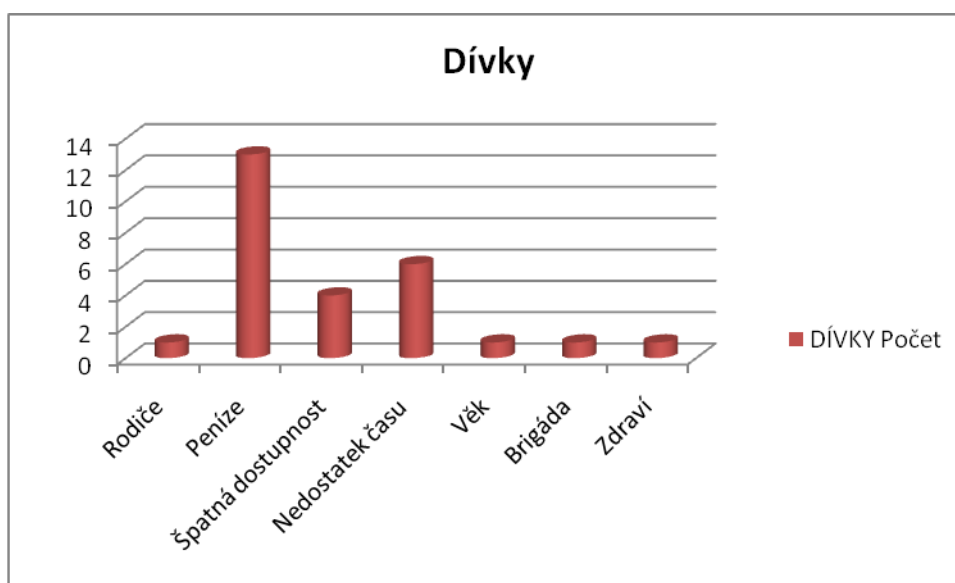
CHLAPCI		DÍVKY	
Důvod	Počet	Důvod	Počet
Rodiče	2	Rodiče	1
Škola	3	Peníze	13
Peníze	7	Špatná dostupnost	4
Sportovní vytíženost	3	Nedostatek času	6
Špatná dostupnost	3	Věk	1
Větrné počasí	1	Brigáda	1
Nedostatek času	1	Zdraví	1
Celkem	20	Celkem	27

Graf 7 Znázorňuje, jaké důvody uváděli chlapci.



Z grafu je viditelné, že chlapci (7) nejčastěji uváděli jako důvod peníze. Můj předpoklad se vyplnil. Protože v dnešní době, dospívající musí za volnočasové aktivity zaplatit. Mnohdy se jedná i o vyšší částky. Může to být způsobeno tím, že dospívající děti si vyberou takovou volno časovou aktivitu, která je finančně náročnější. Rodiče nejsou schopni při dnešních příjmech, svým dětem tyto aktivity zaplatit. Zvláště na mostecku, které je známé svou velkou nezaměstnaností. Školu (3), sportovní vytíženost (3) a špatnou dostupnost(3) zaznamenal graf na stejné úrovni. Důvod rodiče je na předposledním místě, kde odpověděli (2) chlapci. Nedostatek času a větrné počasí, uvedl vždy jeden respondent.

Graf 8 Znázorňuje, jaké důvody uváděly dívky.



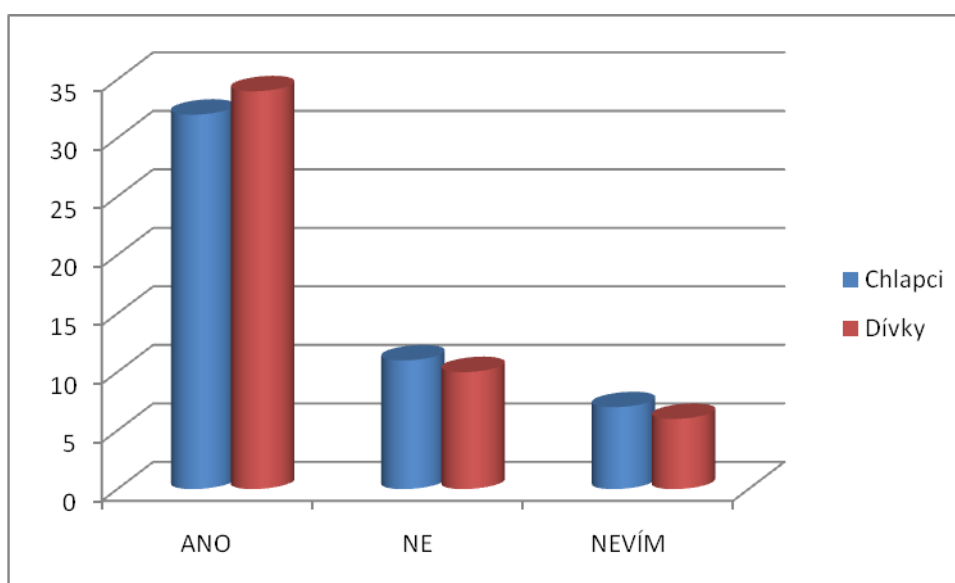
Z tohoto grafu je viditelné, že dívky (13) nejvíce uváděly důvod také peníze. I u dívek se má domněnka potvrdila. Myslím si, že je to ten stejný důvod jako jsem uváděla u chlapců tzn. Náročnější zájmy, koníčky, které rodiče nejsou schopni u financovat. Jako dalším nejčastějším důvodem bylo nedostatek času, uvedlo (6) dívek. Může to být

způsobeno především tím, že školu navštěvují také žáci, kteří dojíždějí z okolních vesnic. Dojíždění je náročnější na čas, a tudíž vzniká nedostatek volného času. Nedostatek času také vzniká ze špatné dostupnosti, uvedly (4) dívky. Žákyně jsou odkázány na autobusovou či vlakovou dopravu, která je na vesnici velmi omezena, tudíž není, v jejich možnostech navštěvovat volno časové aktivity, podle svých představ popř. navštěvovat volno časová zařízení. A na posledních místech skončili rodiče, věk, brigáda, zdraví, které jsou označeny vždy jednou dívkou. Zde se domnívám, že rodiče si nepřejí, aby se jejich dítě věnovalo nějaké aktivitě. Důvodem může být strach z úrazu, poranění apod.

Tabulka 8 Zjišťuje, zda rodiče jeví zájem o volný čas svých dětí.

Zájem rodičů	Chlapci	Dívky
ANO	32	34
NE	11	10
NEVÍM	7	6

Graf 9 Ukazuje u chlapců a dívek zájem rodičů o jejich volný čas.



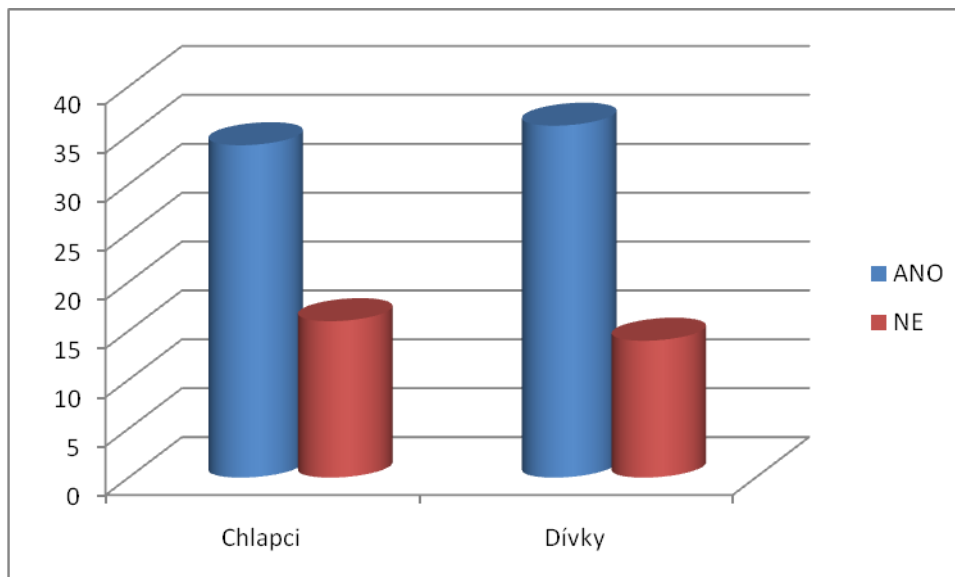
Jak u chlapců (32), tak u dívek (34) se rodiče o volný čas zajímají. Můj předpoklad byl, že se rodiče o své dospívající děti příliš mnoho nezajímají, co dělají ve svém volném čase. Domnívala jsem se, že veškerou odpovědnost, rozhodování nechávají na svých dospívajících dětech, protože už jsou dost velcí. Ale opak je pravdou, což potvrzuje i výzkum této otázky. Rodiče v současné době na své děti sice mají čím dál méně času, ale na druhou stranu mají přehled o tom, co jejich dospívající děti ve volném čase dělají. (11) chlapců a (10) dívek uvádí, že jejich rodiče se o jejich volný čas nezajímají.

Důvodem může být zabezpečení rodiny finančně, nebo svým dospívajícím dětem plně důvěřují. Nejmenší počet respondentů uvádí, že neví chlapci (7), dívky (6).

Tabulka 9 Zjišťuje, zda rodiče, podporují nebo nepodporují své děti, ve volno časových aktivitách.

Podpora rodičů	Chlapci	Dívky
ANO	34	36
NE	16	14

Graf 10 Znázorňuje podporu rodičů, v porovnání mezi chlapci a dívkami.

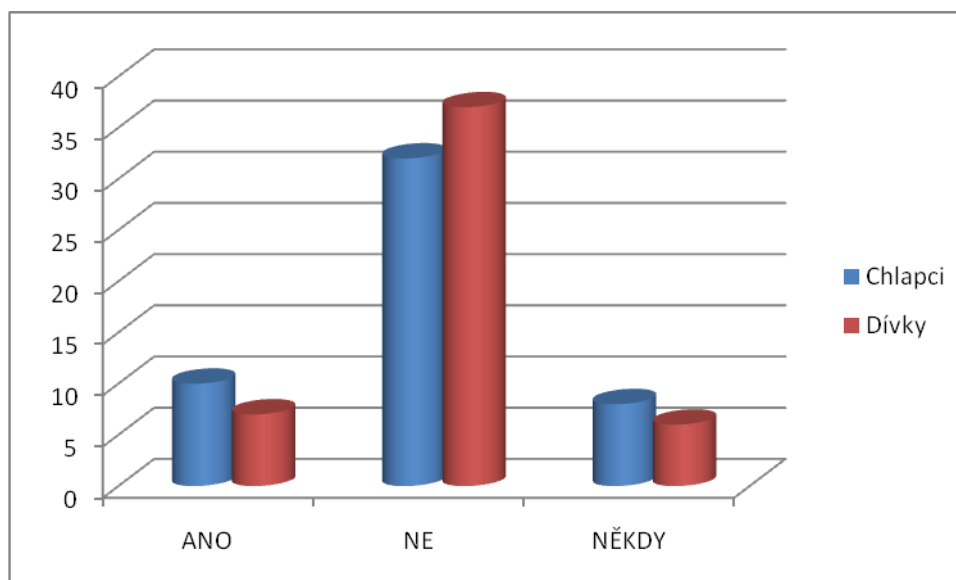


Zde můj předpoklad, byl také vyvrácen a to ze stejného důvodu jako u předchozí otázky. Rodiče se snaží své dospívající děti podporovat ve svých volno časových aktivitách. Myslím si, že se je snaží podpořit v aktivitách např. jako je sport, tanec apod. Graf nám ukazuje, že více jak polovina respondentů je podporována rodiči. Ostatní respondenti podporováni rodiči nejsou a to (16) chlapců a (14) dívek. Skoro $\frac{3}{4}$ respondentů je podporována rodiči. Může to být způsobeno tím, že rodiče se o své děti více bojí, protože roste kriminalita mladistvých, počet drogově závislých apod.

Tabulka 10 Zjišťuje, zda respondenti využívají volno časové aktivity školy.

Využívání volno časových aktivit ve škole	Chlapci	Dívky
ANO	10	7
NE	32	37
NĚKDY	8	6

Graf 11 Znázorňuje využívání volno časových aktivit respondentů.



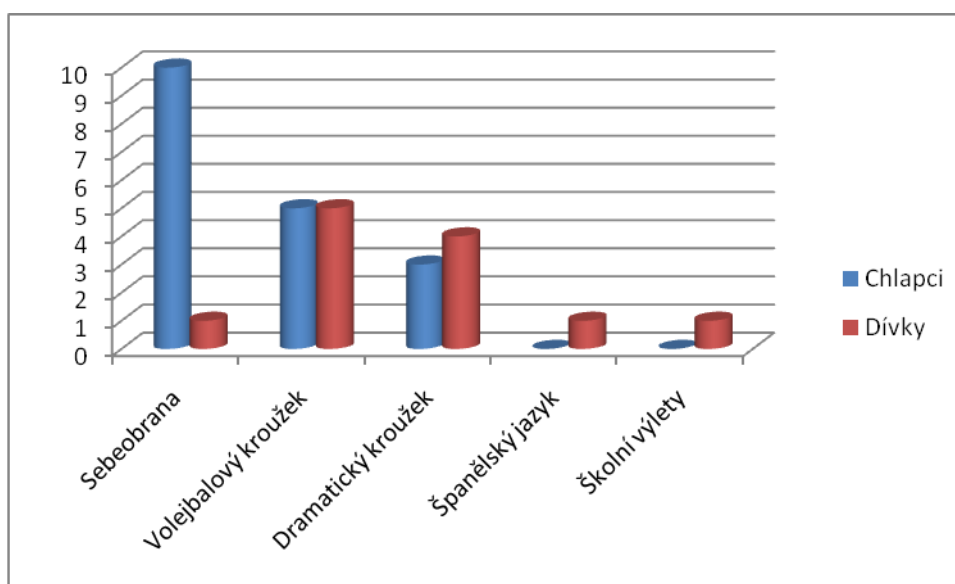
Z grafu je patrné, že většina respondentů, volno časové aktivity ve škole nevyužívá. Tuto otázku jsem měla možnost s respondenty probrat i ústně. Proč se tak děje? Důvodem je to, že žáci nechtějí ve škole zůstat po dobu nezbytně nutnou, a proto by se škola měla zamyslet nad tím, jakým způsobem žáky zaujmout, motivovat ve svých volno časových aktivitách. Respondenti, jak chlapci (32), tak dívky (37) odpovídali, že volno časové aktivity ve škole většinou nevyužívají. Pouze je využívá (10) chlapců a (7)

dívek. Odpověď někdy zaškrtno (8) chlapců a (6) dívek. Bohužel je vidět, že dospívající žáci nejeví zájem o aktivity, které škola poskytuje, což se dá předpokládat vzhledem k předešlým odpovědím. Jak chlapci, tak dívky tráví svůj volný čas, z větší části spíše pasivním způsobem.

Tabulka 11 Zjišťuje, které volno časové aktivity na Střední škole technické žáci využívají.

Volno časové aktivity ve škole	Chlapci	Dívky
Sebeobrana	10	1
Volejbalový kroužek	5	5
Dramatický kroužek	3	4
Španělský jazyk	0	1
Školní výlety	0	1
Celkem	18	12

Graf 12 Znázorňuje, o jaké volno časové aktivity mají žáci na střední škole zájem.



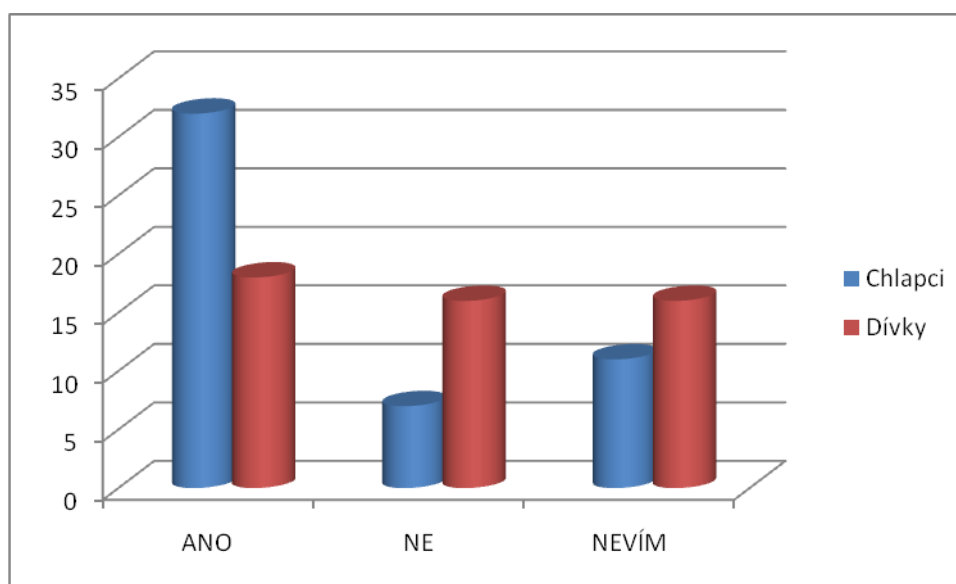
Z výzkumu této otázky vyplývají patrné rozdíly mezi chlapci a dívkami ve využívání a volbě volno časových aktivit, na střední škole. Ze sta respondentů navštěvují volnočasové aktivity pouze (18) chlapců a (12) dívek. Z těchto aktivit, které tu jsou uvedeny, je viditelné, že jsou více navštěvovány chlapci než dívkami. Škola by se

mohla více zaměřit na aktivity pro dívky např. jako aerobic, pilátes apod. Dále se zaměřit na způsob motivace svých žáků k volno časovým aktivitám ve škole. Na prvním místě u chlapců (10) je to sebeobrana a u dívek (5) převládá volejbalový kroužek. Jako druhé skončily odpovědi u chlapců (5) volejbalový kroužek u dívek (4) kroužek dramatický. Na dalším místě chlapci (3) uváděli dramatický kroužek a dívky volily španělský jazyk (1) a školní výlety (1).

Tabulka 12 Zjišťuje, zda by chlapci a dívky chtěli, aby se jejich koníček, stal jejich budoucím povoláním.

Přání, aby se koníček stal budoucím povoláním	Chlapci	Dívky
ANO	32	18
NE	7	16
NEVÍM	11	16

Graf 13 Znázorňuje odpovědi chlapců a dívek k danému tématu a zároveň je porovnává.



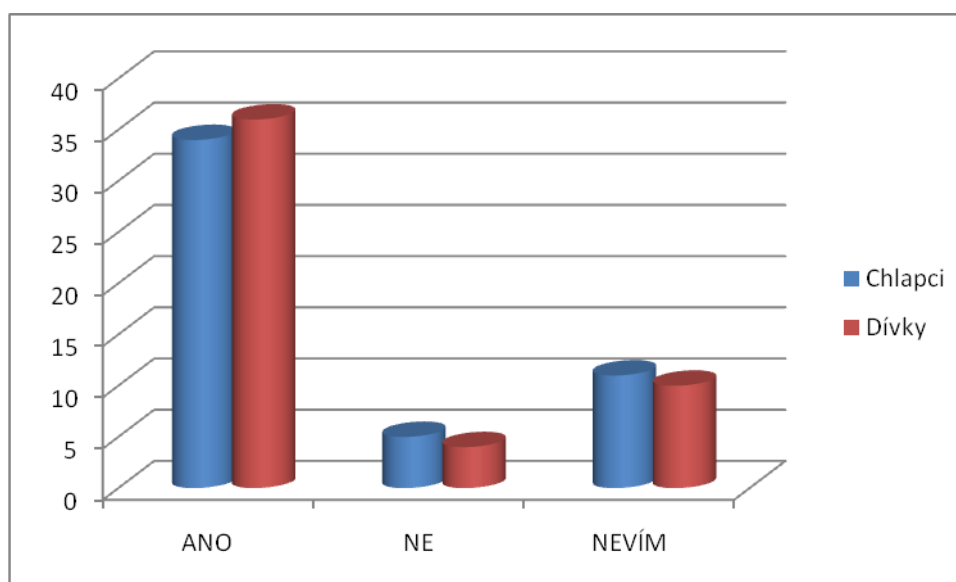
Z výzkumu této otázky vyplývá, že jsou zde patrné rozdíly mezi chlapci a dívkami. Chlapci (32) by si přáli, aby se jejich koníček stal jejich budoucím povoláním. Domnívám se, že chlapci mají daleko větší rozsah svých koníčků, oproti dívkám, a to především ve sportu, ke kterému jsou možná více vedeni rodiči např. fotbal, hokej,

stolní tenis, begbinton, tenis atd. U dívek není viditelný rozdíl mezi odpověďmi ano, ne, nevím. Předpokládám, že u dívek to je způsobeno tím, že se orientují více na rodinu, sociální sféru, mají menší zájem o sport než chlapci. Jejich zájem o volno časové aktivity v období dospívání částečně nebo úplně upadají a k volno časovým aktivitám se vracejí až v pozdějším věku. Myslím si, že koníčků mívají méně než chlapci. Spíše v dospívajícím období, dávají přednost svým kamarádkám apod. Odpověď ne volilo pouze (7) chlapů a (16) dívek. (15) chlapců a (16) dívek neví, jestli by si přáli, aby jejich koníček se stal jejich budoucím povoláním. Z grafu je patrné, že většina chlapců by si to přála. U dívek jsou všechny tři odpovědi vyrovnané. U chlapců jsou jednoznačně patrné rozdíly mezi odpověďmi ano a ne.

Tabulka 13 Zjišťuje, zda si respondenti myslí, že dobře strávený volný čas, patří ke zdravému a kvalitnímu životnímu stylu

Dobře využitý volný čas = kvalitní životní styl	Chlapci	Dívky
ANO	34	36
NE	5	4
NEVÍM	11	10

Graf 14 Znázorňuje odpovědi chlapců a dívek, a porovnává je.



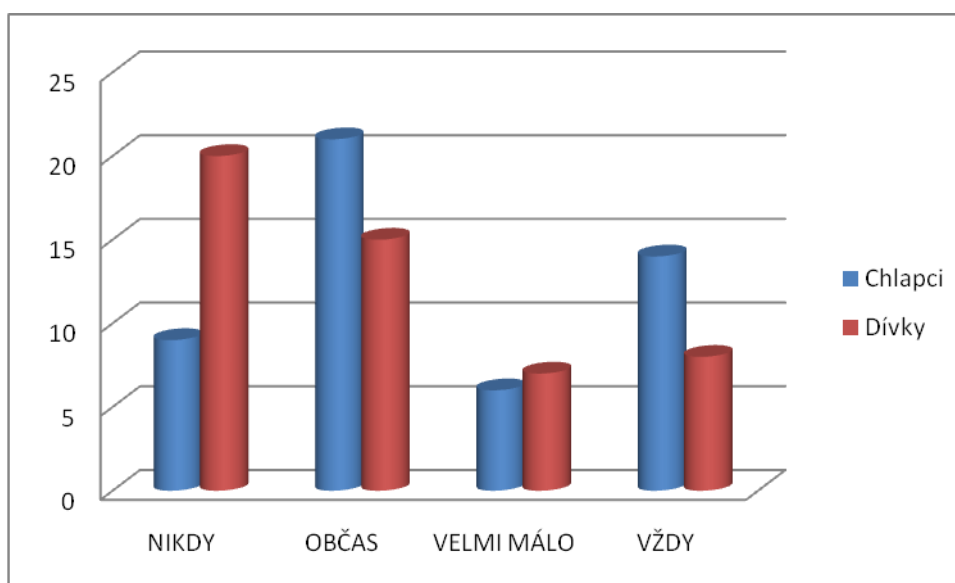
U této otázky je vidět velký rozdíl mezi odpověďmi. Chlapci a dívky nejčastěji uváděli odpověď ano. U této otázky jsem předpokládala, že respondenti budou nejvíce volit odpověď neví, ale má hypotéza se v grafu a v tabulce nepotvrdila. Myslím si, že je to z důvodu pasivního trávení volného času a to hlavně u počítače (internet), kde mohou respondenti najít spousty stránek o životním stylu např. stránky o výživě, o hubnutí,

sportu apod. Dalším vlivem jsou reklamy a časopisy. Graf nám ukazuje, že většina chlapců (34) a dívek (36) si myslí, že dobře využitý volný čas, patří ke zdravému životnímu stylu. Na druhém místě jak u chlapců (11), tak u dívek (10) skončila odpověď nevím. Odpověď ne uvedlo pouze (5) chlapců a (4) dívky.

Tabulka 14 Zjišťuje, jak často chlapci a dívky využívají ve svém volném čase návykové látky.

Využívání návykových látek ve volném čase	Chlapci	Dívky
NIKDY	9	20
OBČAS	21	15
VELMI MÁLO	6	7
VŽDY	14	8

Graf 15 Znázorňuje, jak často respondenti využívají návykové látky.



U této otázky se domnívám, že chlapci jsou k návykovým látkám, více tolerantnější a nebojí se experimentovat. Často se chtějí stát členy party resp. skupiny, kde chtějí získat určitou pozici a ztotožnit se. Kdežto dívky na experimentování jsou opatrnější. V období dospívání, většinou inklinují k jedné nebo ke dvěma kamarádkám, party moc

nevyhledávají. V teoretické části se právě zmiňují o strnutí partou, skupinou, staršími sourozenci, kde se snaží dospívající hlavně chlapci, zapadnout do party a přizpůsobit se. Dívky jsou v této otázce opatrnější, jak to vyplývá z výzkumu jejich odpovědí. Z tabulky a grafu je velmi patrné, že nejvíce respondentů volilo odpověď občas a to (21) chlapců. Předpokládám, že je to způsobeno vazbou na skupinu, která snižuje individuální odpovědnost a zvyšuje pocit sebevědomí. Dívky (15) nejčastěji uváděly odpověď nikdy. Na další pozici se umístily odpovědi u chlapců (14) vždy a u dívek (20) odpověď občas. Na třetím místě u chlapců (9) skončila odpověď nikdy a (8) dívek odpovídalo vždy. Na posledním místě u chlapců (6) a stejně tak volily dívky (7) odpověď nikdy.

6. DISKUZE

Mým cílem bylo zjistit, jak, kde a jakým způsobem, žáci Střední školy technické v Mostě tráví svůj volný čas. Mým cílem bylo také zjistit, zda se rodiče zajímají, zda mají přehled co jejich děti (žáci střední školy) ve svém volném čase dělají a jak ho aktivně naplňují. Jestli nejsou nebo jsou omezeni určitými prostředky, na základě kterých nemohou trávit svůj volný čas podle toho, co se jim líbí. Dále jsem porovnávala chlapce s dívkami, protože mě zajímalo, jaké jsou mezi nimi rozdíly v trávení volného času, v životním stylu apod.

Ve svém výzkumu jsem se hlavně zaměřila na chlapce a dívky a porovnávala jejich odpovědi. Snažila jsem se objasnit, jakým způsobem dnešní dospívající chlapci a dívky tráví svůj volný čas, kolik volného času mají ve všední dny a o víkendu, kde se mi potvrdila hypotéza, že žáci střední školy technické, jak dívky, tak chlapci, mají relativně velké množství volného času. Výzkumná otázka č. 3 se mi částečně potvrdila. Většina chlapců a dívek tráví svůj volný čas s přáteli, u PC, internetu, hrají hry nebo sledují televizi. Můžeme se tedy domnívat, že je to pohodlná a dostupná forma, jak trávit volný čas. Dále se mi nepotvrdila domněnka, a to hlavně u chlapců, protože nejvíce holdují ve svém volném čase sportu a tím odsouvají PC a internet na nižší pozice.

Otázkou č. 7 zjišťuji důvody, pro které se respondenti nemohou věnovat volno časovým aktivitám. Na tuto otázku odpovědělo 47 respondentů, z toho 20 chlapců a 27 dívek. 7 chlapců uvádí **peníze**. Rozdíl mezi ostatními důvody není tak markantní např. sportovní vytíženost (3), dostupnost (3), školu (3), nedostatek času (1) apod. Kdežto u dívek hrají peníze daleko větší roli. Uvedlo to 13 dívek. Ostatní důvody byly podobné jako u chlapců, např. nedostatek času (6), dostupnost (4), ostatní důvody uváděla vždy 1 dívka. Tato otázka se mi potvrdila tím, že důvody, pro které respondenti nemohou trávit svůj volný čas podle svých představ, jsou peníze.

U výzkumné otázky č. 9 a 10 jsem se také zmýlila. Předpokládala jsem, že o volný čas svých dětí (chlapců a dívek) se rodiče nezajímají a nepodporují je zvláště u těchto starších dětí (dospívajících). U 66 dotazovaných (32 chlapců, 34 dívek) se rodiče o

volný čas zajímají. U 30 dotazovaných (16 chlapců, 14 dívek) se rodiče nezajímají. A u 70 respondentů rodiče své děti podporují (34 chlapců, 36 dívek).

Dále jsem se zabývala otázkami volno časových aktivit na škole. Sice střední škola technická nabízí svým žákům určité volno časové aktivity, ale žáci nemají o tyto aktivity zvlášť velký zájem. Je to způsobeno tím, že žáci jsou již ve věku, kdy jejich zájem o aktivní trávení volného času upadá. Na otázku, proč nenavštěvují aktivity po škole, byla nejčastější odpověď, že je nebaví být tak dlouho ve škole, a jsou radši venku s kamarády nebo u počítače. V literatuře jsem se dočetla, že v dnešní době je nabídka volno časových aktivit na školách veliká, řekla bych, že se tak děje spíše na základních školách. Na Střední škole technické v Mostě, přestože aktivity nabízí, žáci o ně zájem nejeví, a to se potvrdilo i v dotazníku. Žáci mají zájem minimální (chlapci 32, dívky 37), tudíž by bylo na místě školy neposkytovat tak velké množství aktivit, protože zůstávají nevyužity, ale na druhé straně se škola snaží tyto aktivity přeci jenom poskytovat, a to hlavně v rámci svého preventivního programu a v rámci svých možných finančních prostředků.

U otázek životního stylu si většina respondentů myslí, že dobře strávený volný čas, patří ke zdravému životnímu stylu. U této otázky jsem předpokládala nejčastější odpověď **nevím**. A to svědčí o tom, že dnešní žáci sledují různé trendy, styly apod. A zde také vidím právě spojitost s internetem v kladném slova smyslu.

V poslední otázce č. 14 se mi nepotvrdila má hypotéza. V této otázce zjišťuji, jak často ve svém volném čase žáci využívají návykové látky. Ze 100 respondentů odpovědělo **VŽDY** pouze (14) chlapců a z dívek (8). Domnívala jsem se, že tuto odpověď zvolí více jak 50 respondentů.

7. ZÁVĚR

V celé práci jsem se zabývala, jaký postoj zaujímají žáci k volnému času na Střední škole technické v Mostě. V kapitolách a v úvodu své práce, jsem se zabývala pojmem volný čas. Jak chápeme volný čas, jeho různé formy, pohledy a jakým způsobem může být využit, ať již pozitivně nebo naopak. Kde svůj volný čas mohou žáci na střední škole trávit, jaké volno časové zařízení mají k dispozici.

Naše společnost by měla mít zájem na tom, jak naše děti tráví svůj volný čas. Myslím si, že na prvním místě je to záležitost především rodiny, která by je měla naučit základům, jak smysluplně volný čas trávit.

Dále jsem se zabývala otázkou, jak škola umožňuje trávit žákům svůj volný čas, zda poskytuje volnočasové aktivity a jak je na tyto činnosti materiálně vybavena. V dalším tématu se zabývám zdravím životním stylem, kde se zaměřuji na rizika, která mohou nějakým způsobem ovlivnit životní styl středoškoláku, jako je kouření, alkohol, drogy apod. Velmi důležitá je také prevence, střední školy, kterou zajišťuje v rámci výchovných poradců a metodika prevence.

Závěrem bych chtěla říci, že jsem v praktické části byla velmi příjemně překvapena s odpověďmi respondentů. Zároveň, ale poukazuji na to, že volný čas by žáci střední školy měli využívat více kvalitně a zároveň se i aktivnějším způsobem na něm podílet.

Tato bakalářská práce může mít přínos pro Střední školu technickou v Mostě, ve smyslu, že práce může být nápomocna při řešení minimálně preventivního programu. Škola se může na základě výzkumu zaměřit na své volno časové aktivity, více je přizpůsobit potřebám svých žáků a snažit se žáky k volno časovým aktivitám na škole více motivovat.

LITERATURA

HÁJEK, B., HOFBAUER, B., PÁVKOVÁ, J. *Pedagogické ovlivňování volného času*. 1. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-473-1

HOFBAUER, B. *Děti, mládež a volný čas*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004, ISBN 80-7178-927-5

KRAUS, B. *Středoškolská mládež a její svět na přelomu století*. Brno: Padio, edice pedagogické literatury, 2006, ISBN 80-7315-125-1

MACHOVBA, J., KUBÁTOVÁ, D. a kolektiv. *Výchova ke zdraví*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, spol. s r. o., 2009. ISBN 978-80-247-2715-8

PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času*. 1. vyd. Praha: Portál, 1999, ISBN 80-7178-295-5

PÁVKOVÁ, J. *Pedagogika volného času*. 2. vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-569-5

ŠONKA, J., STRAKOVÁ, M., ŠIMKOVÁ, J., ŽBIRKOVÁ, A. *Boj proti otylosti cvičením a dietou*. 1. vyd. Praha: Olympia, 1981. 505/21/826-27-042-81

VÁGNEROVÁ, M. *Školní poradenská psychologie pro pedagogy*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1074-4

Internetové zdroje

Databáze středisek volného času [Internet] 6. 2. 2011. <<http://svc.nidm.cz/public/>>

SAK, P. *Mládež a média*. [Internet] 19. 4. 2007. [10. 2. 2011] <http://www.clovekamedia/>

Příloha

DOTAZNÍK

Vážení studenti,

jmenuji se Miroslava Dvořáčková a jsem studentkou na Karlově Univerzitě v Praze. Žádám Vás o anonymní vyplnění tohoto dotazníku.

Získané informace budou použity pouze pro mou bakalářskou práci, u které jsem zvolila téma „**Postoje žáků na Střední škole technické v Mostě k volnému času**“.

Prosím o odpověď na všechny otázky, pokud není uvedeno jinak, označte jednu odpověď. Za upřímnost a otevřenost při vyplňování Vám předem děkuji.

Základní informace o studentech

Pohlaví *M* *Ž*

Volný čas studentů

1. Kolik volného času pro sebe máš ve všední den?

- a) žádný volný čas*
- b) 1 - 2 hodiny*
- c) 3 – 4 hodiny*
- d) více než 4 hodiny*

2. Kolik volného času pro sebe máš o víkendu?

- a) žádný volný čas*
- b) 3 – 4 hodiny*
- c) 5 - 6 hodin*
- d) více než 6 hodin*

3. Jakým aktivitám se věnuješ ve volném čase?

- a) organizovaným aktivitám v zájmových kroužcích*
- b) organizovaným aktivitám ve sportovních klubech*
- c) organizovaným aktivitám ve společenských organizacích*
- d) individuálním zájmům*
- e) společným aktivitám s přáteli*
- f) společným aktivitám s rodiči*
- g) nedělám nic*
- h) jiné možnosti*

4. Jaké zaměření volno časových aktivit preferuješ?

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| a) <i>Sport</i> | h) <i>tanec</i> |
| b) <i>turistika, pobyt v přírodě</i> | i) <i>setkávání s kamarády</i> |
| c) <i>sledování televize</i> | j) <i>návštěva kulturních akcí</i> |
| d) <i>hry na počítači</i> | k) <i>posezení v restauraci</i> |
| e) <i>surfování po internetu</i> | l) <i>vzdělávací kurzy</i> |
| f) <i>četba</i> | m) <i>sběratelství</i> |
| g) <i>ruční práce</i> | n) <i>jiné</i> |

5. U koho nacházíte inspiraci k trávení volného času?

- | | |
|------------------------|---------------------------|
| a) <i>u kamarádů</i> | f) <i>u známých</i> |
| b) <i>u rodičů</i> | g) <i>u sousedů</i> |
| c) <i>u spolužáků</i> | h) <i>u svého učitele</i> |
| d) <i>u sourozenců</i> | i) <i>jiné</i> |
| e) <i>u televize</i> | |

6. Jsou nějaké volno časové aktivity, kterým byste se chtěli věnovat a nemůžete?

- a) *ANO*
- b) *NE*

7. Pokud ano, uveďte, co Vám brání v tom, abyste se jim mohli věnovat?

8. Podporují Vás rodiče ve vašich volno časových aktivitách?

- a) *ANO*
- b) *NE*

9. Zajímají se rodiče o to, co děláte ve svém volném čase?

- a) *ANO*
- b) *NE*
- c) *NEVÍM*

10. Využíváte volno časové aktivity, které nabízí vaše škola?

- a) ANO
- b) NE
- c) NĚKDY

11. Které, volno časové aktivity na vaší střední škole navštěvujete? Uved'te je.

12. Chtěli byste, aby se některý z Vašich koníčků stal Vaším budoucím povoláním?

- a) ANO
- b) NE
- c) NEVÍM

13. Myslíte si, že dobře využitý volný čas, patří ke zdravému a kvalitnímu životnímu stylu?

- a) ANO
- b) NE
- c) NEVÍM

14. Využíváte ve svém volném čase návykové látky (nikotin, alkohol, marihuana, drogy)?

- a) NIKDY
- b) OBČAS
- c) VELMI MÁLO
- d) VŽDY

Velice Vám děkuji za čas strávený při vyplňování tohoto dotazníku