

UNIVERZITA KARLOVA v PRAZE

Pedagogická fakulta

Katedra primární pedagogiky

NÁZEV BAKALÁŘSKÉ PRÁCE v ČJ: Druhy a funkce oblečení pro sporty v přírodě

NÁZEV BAKALÁŘSKÉ PRÁCE v AJ: Types and functions of outdoor sports clothing

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Věra Svobodová

Autor bakalářské práce: Barbora Nová

Studijní obor: Učitelství pro mateřské školy

Forma studia: Prezenční

Bakalářská práce dokončena: Listopad, 2011

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury.

V Praze dne 29.11. 2011

Podpis.....

Barbora Nová

Poděkování

Děkuji Mgr. Věře Svobodové za odborné vedení diplomové práce.

Anotace v českém jazyce: Druhy a funkce oblečení pro sporty v přírodě

Tato práce je zaměřena na druhy a funkce oblečení pro sporty v přírodě a týká se předškolních dětí a dětí s odkladem školní docházky. Práce obsahuje problematiku odívání dětí na sport a rady jak správně oblékat děti na sportování v přírodě. Dále obsahuje výpis českých firem, které vyrábí oblečení pro sporty v přírodě. Praktická část obsahuje výsledky výzkumného dotazování rodičů ohledně sportování, oblékání a nákupu oblečení pro sportování v přírodě s předškolními dětmi.

Klíčová slova: Druhy a funkce, oblečení, sporty v přírodě, předškolní děti

Anotace v anglickém jazyce: Types and functions of outdoor sports clothing

This thesis focuses itself on different kinds and functions of outdoor sportswear, primarily with regard to pre-school children and children with postponed school attendance. The thesis features a list of companies producing outdoor sportswear based in the Czech Republic as well as suggestions on how to dress children properly for outdoor sports. The practical part contains the results of a research questionnaire regarding sports activities, outdoor sportswear and its purchase which has been carried out among pre-school children's parents.

Klíčová slova: Types and functions, outdoor sports, preschool kids

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

OBSAH

1	Úvod.....	10
2	Cíl práce	11
I.	Teoretická část.....	12
3	Dítě a pohyb	12
3.1	Potřeba pohybu	12
3.2	Pohyb a zdraví.....	13
3.3	Pohybová zdatnost	14
3.4	Svalová činnost v pohybu	15
4	Termoregulace dítěte.....	16
4.1	Tělo a teplota.....	16
4.2	Regulace tělesné teploty	17
4.3	Mechanismy termoregulace	18
4.4	Poruchy tepelné izolace	19
5	České firmy s oblečením a doplňky pro sporty v přírodě	20
5.1	České firmy vyrábějící oblečení i pro děti.....	20
5.1.1	Ukázka dvou vybraných firem, které vyrábějí i oblečení pro děti.....	22
6	Oblečení pro sporty v přírodě.....	25
6.1	Proč je důležité se dobře obléci	25
6.2	Vrstvení oblečení	26
6.2.1	Jak správně vrstvit	26
7	Sporty v přírodě.....	34
7.1	Letní sporty	35
7.1.1	Turistika	35

7.1.2	Cykloturistika.....	36
7.1.3	Inline bruslení	38
7.1.4	Horolezectví.....	39
7.2	Zimní sporty.....	40
7.2.1	Sáňkování a bobování.....	41
7.2.2	Sjezdové lyžování	42
7.2.3	Běh na lyžích	43
7.2.4	Snowboarding	45
7.2.5	Lední bruslení	45
II.	Praktická část.....	47
8	Výzkumné hypotézy.....	47
9	Metody	47
10	Vlastní průzkum	47
10.1	Dotazníkový průzkum u rodičů.....	48
10.1.1	Postup dotazování rodičů.....	48
10.1.2	Mateřská škola Albrechtická	48
10.1.3	Mateřská škola Letců	48
10.1.4	Mateřská škola Štolmířská.....	49
10.1.5	Dotazník na internetu.....	49
10.2	Výsledky dotazování rodičů.....	50
10.2.1	Otázka číslo 1.....	50
10.2.2	Otázka číslo 2.....	51
10.2.3	Otázka číslo 3 A.....	52
10.2.4	Otázka číslo 3 B.....	53
10.2.5	Otázka číslo 4.....	54

10.2.6	Otázka číslo 5.....	55
10.2.7	Otázka číslo 6.....	56
10.2.8	Otázka číslo 7.....	57
10.2.9	Otázka číslo 8.....	60
10.2.10	Průřezový graf.....	61
11	Diskuse	63
12	Závěr.....	64
13	Literatura a informační zdroje	67
13.1	Odborná literatura	67
13.2	Internetové zdroje.....	68
13.3	Zdroje obrazových příloh v textu	69
14	Přílohy	70
	Seznam příloh	70
14.1	České firmy nevyrábějící oblečení pro děti.....	70
14.2	Obrazové přílohy k firmě ALPINE PRO, a.s.....	72
14.3	Obrazové přílohy k firmě REJOICE s.r.o.	76
14.4	Dotazník	78
14.5	Obrazové přílohy mateřských škol.....	79

1 Úvod

Toto téma jsem si vybrala z toho důvodu, že v mém studiu mám zaměření na tělesnou výchovu a problém sportovního oblékání dětí předškolního věku mě velice zaujal a dosud, dle mého názoru není dostatečně zmapovaný.

Bohužel má zkušenost je taková, že rodiče dětí předškolního věku většinou nekupují sportovní oblečení do přírody. Na většinu sportovních aktivit v přírodě dětem dle mých zkušeností stačí tepláková souprava či kraťasy a tričko.

Myslím si, že v dnešní době by děti měly mít možnost nošení sportovního oblečení i se vším pohodlím, které přináší.

V dnešní multimediální době by se rodiče měli zasloužit více než kdy dříve o to, aby jejich dítě sportovalo. Samozřejmě ideální situace by byla, kdyby rodiče nedávali děti jen do zájmových kroužků, ale aby si na své dítě udělali čas a vyrazili za sportem do přírody společně. Vždyť sportu v přírodě se s rodiči mohou věnovat děti již od velmi útlého věku. A pokud dítě dostane sportovní oblečení, může mu být nejen příjemnou součástí sportu, ale také třeba i dobrou motivací.

V průběhu mé práce bych chtěla dosáhnout zorientování se v problému odívání předškolních dětí sportovním oblečením. Jak často rodiče kupují či nekupují svým dětem sportovní oblečení. Jestli dětem kupují jen svrchní část oděvu nebo i termoprádlo a popřípadě doplňky. Zda rodiče preferují nabídku českého, zahraničního trhu nebo preferují kombinaci obou. Dále bych se také chtěla zaměřit na to, jaké jsou možnosti našeho trhu, kolik zde máme značek a jaké procento z nich se také věnuje sportovnímu oblečení pro děti. Samozřejmě v práci se nalézají i kapitoly o potřebách dítěte, termoregulaci a pohybu dětí.

Cílem této bakalářské práce je zjistit, jaké jsou možnosti v oblékání dětí předškolního věku pro sporty v přírodě. Jaké jsou druhy a funkce oblečení pro sporty v přírodě opět zaměřené na děti předškolního věku. Dále je práce zaměřena na hlavní potřeby dítěte, potřeba pohybu a mechanismy termoregulace. Dále je tato práce zaměřena na to, jestli rodiče kupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě a jestli, jak často a jaké sporty v přírodě se svými dětmi rodiče realizují.

Ke splnění zadání bakalářské práce byl problém rozdělen na dvě základní oblasti.

I. Teoretická část. Dítě a pohyb a termoregulace, těmito problémy se zabývají kapitoly číslo 3 a 4. Získání podkladů o současném stavu a možnostech odívání dětí předškolního věku na sporty v přírodě. Touto oblastí se zabývají kapitoly číslo 5, 6 a 7.

II. Praktická část. Na základě předešlých poznatků byl pomocí dotazníků proveden průzkum s cílem zjistit postoje rodičů ohledně oblékání předškolních dětí na sporty v přírodě a jejich povědomí o materiálech a českých firmách. Těmito poznatky se zabývají kapitoly 8, 9, 10. V kapitole číslo 11 se nachází diskuze k výsledkům průzkumu. Zde jsou shrnuty výsledky v závěry přispívající k lepší orientaci o problematice odívání dětí předškolního věku na sporty v přírodě a o širších informacích ohledně možností optimálního odívání z pohledu současných možností trhu. V následující kapitole číslo 12 jsou tyto poznatky shrnuty v závěry.

2 Cíl práce

- 1) Zjistit, jak jsou předškolní děti oblékány na sport v přírodě.
- 2) Zjistit, jaké jsou možnosti sportovního odívání pro děti předškolního věku.
- 3) Zjistit, jaký je sortiment a materiály, ze kterých se oblečení na sport pro děti předškolního věku vyrábí.
- 4) Zjistit, jaké je povědomí rodičů o firmách a jejich produktech se sportovním oblečením.

I. TEORETICKÁ ČÁST

3 Dítě a pohyb

Pohyb je nejpřirozenější činností člověka a hlavně dítěte. Dítě se snaží potřebu pohybu naplňovat snad vždy a všude. Je nutné dát dítěti k naplnění této potřeby dostatek prostoru a času. V mateřské škole je tento prostor dítěti dán, ale bohužel stále není dostatečný. To znamená, že je vhodné, aby dítě docházelo do pohybového či sportovního kroužku. Ovšem ve sportovním kroužku, hrozí nebezpečí jednostranného přetěžování dítěte. Proto by, pokud je to jen trochu možné, měli s dítětem sportovat rodiče, nejlépe samozřejmě v přírodě. Sportů, které se dají realizovat v přírodě s dětmi již od útlého věku je totiž spousta, ať už jsou to sporty zimní či letní.

3.1 Potřeba pohybu

Pohyb je jedna z velice důležitých potřeb v životě dítěte. Jedná se o aktivitu, která je pro dítě přirozená a dítě jí vykonává spontánně. Pohybová aktivita se váže na psychický i zdravotní stav dítěte. V pohybu dítě realizuje své schopnosti, nalézá jednu z možností komunikace, zdroj uspokojení a vnitřního pocitu radosti.

Různí autoři definují základní lidské potřeby různě. V následujícím vyobrazení si přiblížíme, jak vykreslil základní lidské potřeby Abraham Maslow:



Fyziologické potřeby: Nasycení, zavodnění, přiměřené teploty, pohybu, okysličení, spánku a odpočinku, vyhnutí se bolesti.

Potřeby, jsou v pyramidě znázorněny od nejdůležitějších, které jsou v základu pyramidy až po ty méně důležité, které v pyramidě stoupají, ovšem i tyto potřeby jsou v životě spokojeného člověka a dítěte nepostradatelné.

Hana Dvořáková, která vychází, z výzkumu Miroslava Kučery uvádí, že pokud jsou děti předškolního věku zdravé a nejsou omezovány, se pohybují denně v průměru 5 až 6 hodin, děti sedmileté 4 až 5 hodin. Přičemž tepová frekvence spontánního pohybu dětí se pohybuje mezi 160 až 200 tepy za minutu (Dvořáková, 2000).

Pohybové činnosti jsou většinou dynamické a jsou střídané s činnostmi klidovými.

Dle potřeby pohybu můžeme děti rozdělit na děti hypermotorické (s velkou potřebou pohybu), hypomotorické (s malou potřebou pohybu) a s běžnou potřebou motoriky (normomotorické) (Koťátková, 2005).

I přesto, že pohyb je přirozenou aktivitou dítěte, v dnešní době stále častěji nacházíme děti s nedostatkem pohybu. Tento nedostatek způsobuje mnoho faktorů zejména „rychlý životní styl“, nedostatek času, prostoru a financí. Avšak největším nepřítelem pohybu je zábavní technika, dnes již děti od útlého věku čím dál tím častěji vysedávají doma u svých počítačů a to na úkor pohybu. Z toho dále plynou špatné pohybové návyky do budoucna a zdravotní problémy.

3.2 Pohyb a zdraví

Potřeba pohybu se uvádí z několika hledisek: sociálního, psychologického a hlavně z pohledu zdravotního. Zdraví je nejdůležitější hodnotou v našem životě, a je jen na každém z nás, jak o něj budeme pečovat. Přičemž v současné době je zdraví chápáno ne jako nepřítomnost nemoci, nýbrž jako soubor tělesné, psychické a sociální pohody.

Dvořáková ve spojitosti se zdravím uvádí termíny „wellness“ a „well being“. S těmito termíny souvisí i pojetí zdatnosti, jako schopnosti vyrovnávat se s vnějšími vlivy (Dvořáková, 1998).

S pohybem je spojena i zdatnost. Zdatnost zasahuje nejvíce do oblasti tělesné, dále do oblasti psychické a sociální. Toto chápání zdatnosti ve spojení se zdravím je obrazem současného pojetí pohybové aktivity v životě člověka od výkonnostně zaměřeného k zaměření zdravotnímu.

Dle Dvořákové světová zdravotní organizace (WHO) i světové hnutí Pohyb pro všechny, Americká rada prezidenta pro zdraví, tělesnou zdatnost a sport vyzdvihují pohyb již od předškolního věku jako důležitý faktor při vytváření dlouhodobých návyků a hodnotových orientací, ale i jako vhodné období rozvoje schopností a dovedností a především účinné zdravotní prevence pro celý život (Dvořáková, 1998).

3.3 Pohybová zdatnost

Zdatnost je soubor tělesných předpokladů pro fungování celého lidského organismu s odpovídající účinností a hospodárností a je podmíněna především fyziologickými funkcemi organismu. V současné době nejčastěji dělíme složky zdatnosti na: aerobní zdatnost (vytrvalostní), svalovou zdatnost (síla, flexibilita a vytrvalost) a složení těla. Změny v zdatnosti se projevují při častém opakovaném zatěžování. Zlepšení tělesné zdatnosti bývá často považováno za hlavní cíl tělesné výchovy.

Aerobní zdatnost dle Dvořákové znamená schopnost organismu pracovat při aktivitě většiny svalů těla v delším časovém úseku a přiměřené intenzitě. Aerobní zdatnost se projevuje při aerobní zátěži, tedy při dlouhodobé pohybové činnosti s intenzitou nejméně nad 130 tepů za minutu, kdy převažuje aerobní získávání energie ve svalech pro jejich práci. Taková pohybová činnost pozitivně ovlivňuje především srdečně cévní a dýchací systém. Ukazatelem aerobní zdatnosti je maximální minutová spotřeba kyslíku, ovšem terénním ukazatelem je srdeční frekvence. Intenzita pohybové činnosti, která by pozitivně ovlivňovala srdečně cévní systémy, má dosahovat 60 až 80 % maxima po dobu 15 až 20 minut třikrát týdně (Dvořáková, 2000).

Výše uvedená intenzita činností však bohužel většinou v mateřské škole neodpovídá a z tohoto důvodu tedy mateřská škola požadavky na rozvoj aerobní zdatnosti nesplňuje. Proto je velice důležité, aby se děti věnovaly pohybu i mimo školu

a aby děti měly možnost docházet do sportovních kroužků, nebo intenzivně sportovat s rodiči v přírodním prostředí.

Svalová zdatnost: svalová síla a svalová flexibilita, tyto dvě složky jsou potřebné ke zvládnutí základních pohybových dovedností a také ke zvládnutí správného držení těla. Svalová vytrvalost je schopnost dlouhodobě kontrahovat svaly opakovaně nebo staticky. U dětí předškolního věku je vhodné opakované zatěžování celostního charakteru.

Složení těla – každý člověk je od narození ovlivněn genetickou výbavou, která má vliv na složení těla, tělesný typ. Dědičnost ovlivňuje i předpoklady k pohybu. Je tedy potřeba tyto vrozené předpoklady brát v potaz a přizpůsobit tedy své působení individuálním potřebám dítěte.

3.4 Svalová činnost v pohybu

Cipryan uvádí, že pracovní účinnost pracujících svalů je u dětí i dospělých asi 20%. To znamená, že zbytek spotřebované energie se mění v teplo, které musí být z těla odvedeno. To se děje zejména 2 způsoby:

- 1) ztráta tepla vedením (závislé na okolní teplotě),
- 2) pocení a ztráta tepla odpařováním (závislé na vlhkosti vzduchu).

Děti vytvářejí více tepla na kg hmotnosti během práce než dospělí, ale zase mají relativně větší tělesný povrch, kterým mohou teplo odvádět. To znamená, že děti hůře snášejí zátěž v horkém prostředí, na druhou stranu však jsou méně náchylné k dehydrataci.(Cipryan, 2011).

Jak je výše uvedeno, největším problémem při sportování dětí je, že přebytečná energie, která se mění v teplo, které různými způsoby odchází z těla. Podmínky při sportování dětí můžeme zlepšit nošením technologicky vyspělého prádla (tzv. funkčního). Toto prádlo napomáhá odvádět pot z těla, ale zároveň udržuje tělo v teple či chladu (záleží na období a počasí kdy sportujeme).

4 Termoregulace dítěte

V této kapitole, vycházím z knížky Kapitoly z biologie dítěte od autora Vladimíra Přívratského.

Termoregulace je přeměna látek na energii, metabolismu, je spojena s tvorbou tepla. Teplotní produkce zajišťuje zpětně úroveň metabolismu. Ukazuje se, že na teplotě vnitřního prostředí závisí rychlost chemických dějů probíhajících při látkové přeměně. Obecně můžeme říci, že vzestup tělesné teploty nad jistou fyziologickou mez zpočátku životní děje urychlí. Později, při dalším zvýšení tělesné teploty, může nastat takové poškození organismu, že se látková přeměna zastaví. Podobně se při poklesu teploty, jak vidíme při ochlazení organismu, látková přeměna zpomaluje a při určitém stupni poklesu se až zastaví. Krátkodobé výchylky změn tělesné teploty mohou být kompenzovány bez následků. V zájmu organismu je, aby metabolismus kolísal jen málo. Je proto nutné, aby tělesná teplota byla regulačními mechanismy udržována na přibližně stejné výši (Přívratský, 1990).

4.1 Tělo a teplota

Člověk žije v různorodém prostředí, které má různorodou teplotu. Proto se vždy vytváří teplotní spád mezi vnitřkem organismu, povrchem organismu a vnějším prostředím. Teplota je nejvyšší vždy v jádru těla. V trupu jsou nejteplejším místem játra. Co se týče povrchu těla, jeho teplota je ovlivněna teplotou prostředí ve kterém se nacházíme a prokrvením kůže. „O povrchních vrstvách mluvíme jako o slupce těla“ (Přívratský, 1990, str.83).

Tělesná teplota člověka je průměrně 37°C. Při této teplotě probíhá optimálním způsobem látková přeměna. Tělesná teplota mírně kolísá v průběhu dne asi +/- 0,5°C, mluvíme o denním rytmu tělesné teploty. Ranní teploty mezi 4 a 5 hodinou jsou nejnižší, odpolední mezi 16 a 17 hodinou nejvyšší.

Pokud je svalová práce těžká, stoupá teplota o 1 až 2°C, naopak při podchlazení teplota klesá. „Tělesná teplota fyziologicky kolísá ve větším rozsahu u novorozenců a u

malých dětí asi do dvou let, dokud se nevyvine správné řízení tělesné teploty“ (Přivratský, 1990, str. 83).

Podkožní tuk, a kůže a svaly do určité míry izolují vnitřek těla od vnějšího prostředí. Vytváří se tedy zde teplotní spád mezi vnitřkem těla a kůží. Teplota kůže je však velice proměnlivá a je spojena se spoustou činitelů, jako například prokrvení kůže, její ochlazování, zakrytí kůže oděvem, okolní teplota atd.

Teplu se tvoří neustále, v klidu se na tvorbě tepla více než z poloviny podílejí vnitřní orgány, především játra a z jedné pětiny svalstvo. „Při tělesné práci se tvorba tepla několikanásobně zvýší, především ve svalstvu a činí asi 90% tvorby tepla, přičemž kosterní svalstvo zaujímá asi 45% hmotností těla. Při této svalové činnosti se podstatně zvyšuje látková přeměna, a tím se tedy zvětší i tvoření tepla“ (Přivratský, 1990, str. 83,84).

4.2 Regulace tělesné teploty

Řízení tělesné teploty je zajišťováno biologickou řídicí soustavou. Rovnováha mezi výdejem a produkcí tepla je neustále narušována, a to buď změnami metabolické rychlosti, nebo změnami účinku vnějšího prostředí. Změny v tělesné teplotě mění činnost výkonových orgánů, které úpravou tepelné produkce či naopak výdejem tepla obnovují normální teplotu lidského těla.

„Metabolická termoregulace je spojena se změnami tepelného výkonu organismu v souladu s potřebami udržování stálé tělesné teploty a to aktivní činností pohybového aparátu, mimovolními změnami tonické nebo rytmické činnosti svalů a zvýšením metabolických pochodů, které nejsou spojeny s kontrakcí svalů“ (Přivratský, 1990, str. 86).

Pokud máme pocit chladu, nastává tvorba tepla především ve svalech, ze kterých krev rozvádí teplo rovnoměrně po celém organismu. Větší tvorba tepla je však spojena s velkým zvýšením metabolismu. Teplota, kdy je tvorba tepla nejmenší je přibližně mezi 28 – 32°C vnějšího prostředí. „V klidu je produkce tepla asi 330kJ (80 kcal) za hodinu, při tělesné práci stoupá i přes 1 000kJ (250kcal) (Přivratský, 1990, str. 86).

Nahrazovat ztrátu tepla chemickou termoregulací není moc účelné, proto je pro organismus vhodnější používat současně fyzikální termoregulaci.

Definice fyzikální termoregulace dle Přívratského – „mechanismem fyzikální termoregulace se upravuje výdej tepla fyzikálními procesy. Pro výdej tepla je rozhodující spád teploty mezi kůží a zevním prostředím. Teplota kůže závisí na prokrvení. Zvětšením nebo zmenšením přívodu tepelné krve z vnitřku těla do kůže, organismus zvětší nebo zmenší tepelný spád mezi kůží a okolím. Při vazodilataci (rozšíření cév), se zvýší výdej tepla, při vazokonstrikci (zúžení cév), se naopak zmenší“ (Přívratský, 1990, str. 86).

Výdej tepla se upravuje nejen prokrvením, ale také vhodným odíváním. Do chladného počasí se oblékáme a v teplém počasí se zase svlékáme. V zimním období nosíme teplý oděv, a to s více vrstvami nejčastěji tmavé barvy, aby sluneční paprsky pohlcoval. V létě nosíme oděv lehký, světlé barvy, aby se paprsky spíše odrážely. Ztráty tepla způsobené nevhodným oblečením jsou největší v mokřem nebo propoceném oděvu. Voda je totiž lepším vodičem než vzduch. Prouděním se zvětší tepelné ztráty. Nejvíce se zvětší výdej tepla odpařováním potu.

4.3 Mechanismy termoregulace

Člověk může dobře žít jak při značně nízké, tak i vysoké teplotě. Při vhodném oblečení se člověk může krátkodobě vystavit i větším teplotním rozmezím.

„Při jisté zevní teplotě, kdy ztráty tepla jsou minimální, a tvorba tepla je malá, je látková výměna nejmenší. Mluvíme potom o optimálním rozmezí, termoneutrální zóně s ekonomickou výškou látkové přeměny potřebné k udržení tělesné teploty“ (Přívratský, 1990, str. 86).

Optimální rozmezí u člověka, je závislé na oblečení, pokud je člověk zcela nahý je teplotní rozmezí mezi 29 až 30 °C, pokud je člověk vhodně oblečený je optimální teplota asi 20 °C. Pokud klesne vnější teplota pod dolní hodnotu optimálního rozmezí a nemá-li se ztrácet teplo, uplatňují se termoregulační mechanismy.

Při teplotách vyšších než je horní hranice optimálního rozmezí a nemá-li se organismus přehřívát, by se výdej tepla měl zvyšovat. Při vyšších teplotách se zásadním termoregulačním mechanismem stává pocení. Pokud je teplota vnějšího prostředí stejně vysoká jako teplota kůže, je hlavním termoregulačním systémem odpařování, jímž se může organismus zbavovat tepla.

Při pohybu v nižších až nízkých teplotách se zvyšuje metabolismus, a tím se nahrazují ztráty tepla. Větší zvýšení metabolismu a tedy i zvětšení tvorby tepla se dosáhne třesem nebo také volní pohybovou aktivitou. Člověk si obléká další vrstvy oblečení, nejvíce z látek obsahujících hodně izolujícího vzduchu tzv. funkční oblečení. Často se vyskytuje hlad a je tedy třeba dbát na přísun energeticky bohaté stravy.

„Řízení termoregulačních mechanismů produkce tepla, prokrvení periferie, vylučování potu i chování, je uskutečňováno v podstatě nervovými cestami za účasti nepodmíněných i podmíněných reflexů“ (Přívratský, 1990, str. 87).

Při únavě se velmi často dostavuje porucha prokrvení a při vnější nízké teplotě vznikne lehce pocit chladu. Také hladový člověk, který má nedostatek látek, ze kterých by metabolismus ovlivnil teplo, se také snadněji podchladí.

Termoregulační mechanismům můžeme pomáhat několika způsoby. Proto při poklesu tělesné teploty volíme vhodný oblek, nejlépe v několika (ve třech) vrstvách, kterými omezíme výdej tepla kožním povrchem.

4.4 Poruchy tepelné izolace

„Fyzikální a metabolickou termoregulací se organismus dovede přizpůsobovat dosti značným výkyvům zevní teploty. Jestliže však při velkých výkyvech zevní teploty tepelná regulace selže, nebo nemůže z jiných příčin vyrovnat pokles nebo vzestup tělesné teploty, pak se tělesná teplota podstatně sníží nebo zvýší“ (Přívratský, 1990, str. 88).

Podchlazení neboli pokles tělesné teploty vzniká poklesem vnější teploty, jindy při poruchách nervového systému, při chladu, při únavě apod.

Přehřátí čili vzestup tělesné teploty nastane při zvýšení vnější teploty, selže-li nebo nestačí fyzikální termoregulace. Teplota také stoupá při fyzicky náročné práci, pokud tvorba tepla převažuje nad výdajem. Většímu zvýšení tělesné teploty poté nazýváme horečka.

5 České firmy s oblečením a doplňky pro sporty v přírodě

5.1 České firmy vyrábějící oblečení i pro děti

ALPI SPORT CENTRUM s.r.o.

Internetová adresa: http://www.alpispport.cz/index.php?in_etyp=0

Sídlo: Příbor

Prodejny: Příbor, Rožnov pod Radhoštěm

E-Shop: ano

ALPINE PRO, a.s.

Internetová adresa: <http://new.alpinepro.cz/>

Sídlo: Praha

Prodejny: Praha, Benešov, Brno, Chrudim, české Budějovice, Český Brod, Český Krumlov, Humpolec, Jičín, Jihlava, Jindřichův Hradec, Karlovy vary, Kladno, Litoměřice, Mladá Boleslav, Most, Náchod, Ostrava, Opava, Pardubice, Pelhřimov, Písek, Plzeň, Poděbrady, Příbram, Rakovník, Sušice, Trutnov, Ústí nad Labem, Vlašim, Třebíč

E-Shop: ano

CANARD s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.canard.cz/>

Sídlo: Plzeň

Prodejny: tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: ano

HUDYsport a.s.

Internetová adresa: <http://www.hudy.cz/>

Sídlo: Bynovec

Prodejny: Havířov, Hradec Králové, Jičín, Liberec, Praha, Ústí nad Labem, Ostrava, Bynovec, Hřensko, Most, Tábor, České Budějovice, Strakonice, Karlovy Vary, Jihlava, Mladá Boleslav, Olomouc, Pardubice, Plzeň, Zlín

E-Shop: ano

HUSKY CZ s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.huskycz.cz/>

Sídlo: Praha

Prodejny: Praha, Brno, Jablonec n N., Klatovy, Litvínov, Louny, Mladá Boleslav, Ostrava, Teplice, Ústí nad Labem

E-Shop: ano

MOIRA CZ, a.s.

Internetová adresa: <http://www.moira.cz/h1-uvod.html>

Sídlo: Praha

Prodejny: Praha

E-Shop: ano

OK Sport Czech s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.oksport.info/>

Sídlo: Horní Radechová

Prodejny: tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: ne

REJOICE s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.rejoice.cz/>

Sídlo: Batelov

Prodejny: České Budějovice, Dačice, Jindřichův Hradec, Kaplice, Nová Včelnice, Planá nad Lužnicí, Prachatice, Strakonice, Vimperk, Tábor, Brno, Hodonín, Kunštát, Karlovy Vary, Broumov, Hradec Králové, Hronov, Jičín, Náchod, Nová Paka, Police nad Metují, Teplice nad Metují, Trutnov, Vrchlabí, Česká Lípa, Jablonec, Liberec, Mimoň, Trutnov, Opava, Ostrava, Olomouc, Pardubice, Plzeň, Praha, Benešov, Kutná Hora, Děčín

E-Shop: ano

SIR JOSEPH s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.sirjoseph.cz/>

Sídlo: Turnov

Prodejny: tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: ne

WARMPEACE s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.warmpeace.cz/>

Sídlo: Choceň

Prodejny: tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: ne

Oblečení u všech těchto firem je automaticky opatřeno reflexními prvky

5.1.1 Ukázka dvou vybraných firem, které vyrábějí i oblečení pro děti

5.1.1.1 ALPINE PRO, a.s.



Kontakty:

ALPINE PRO, a.s.

Přípotoční 10B

101 00 Praha 10

telefon: +420 222 530 530, e-mail: info@alpinepro.cz, www.alpinepro.cz

Alpine Pro je česká společnost, která vyrábí sportovní a outdoorové oblečení, obuv a vybavení V současné době je firmou, která má nejrozšířenější síť prodejen v tomto odvětví na českém trhu. ALPINE PRO, a.s. dodává své zboží také do SPORTISIMO s.r.o. a GLOBUS, spol. s r.o. Společnost též působí na Slovenském, Polském a Maďarském trhu. Dále má zastoupení v následujících zemích: Austrálie, Belgie, Francie, Portugalsko, Řecko, Itálie, Anglie, Chorvatsko, Srbsko a Rusko. Sortiment: Outdoorové oblečení, lyžařské bundy, kalhoty, street oblečení, funkční spodní prádlo, batohy, tašky a outdoorová obuv (Alpinepro, 1998).

Sortiment: Oblečení a doplňky, které společnost vyrábí, mohou zákazníci zakoupit v různých variantách a kategoriích.

- 1) Pánský sortiment
 - od spodního funkčního prádla až po svrchní oblečení (velikost s - xxxl)
- 2) Dámský sortiment
 - od spodního funkčního prádla až po svrchní oblečení (velikost xs - xxxl)
- 3) Dětský sortiment

Velikosti: 104-110 až 152-158, Obuv: 28 – 35

- A) Trika – s krátkým a dlouhým rukávem
viz příloha kapitola 14.2
- B) Kalhoty
viz příloha kapitola 14.2
- C) Spodní funkční prádlo
viz příloha kapitola 14.2
- D) Mikiny
viz příloha kapitola 14.2

- E) Softshellová bunda a kalhoty
viz příloha kapitola 14.2
- F) Boty – trekingové (nízké a vysoké), sandály v různých barvách
viz příloha kapitola 14.2
- G) Oblečení na kolo – triko s dlouhým rukávem, bunda, náčelník, dres,
vesta, kraťasy, ponožky
viz příloha kapitola 14.2
- H) Doplnky – kšiltovky, šátky, brýle, peněženky, batohy

Toto oblečení, boty a doplňky může zákazník zakoupit v různých barevných variantách, oblečení není rozděleno na chlapecké a dívčí. Cena outdoorového oblečení pro děti předškolního věku se pohybuje v rozmezí od 139,- Kč do 1299,- Kč.

5.1.1.2 REJOICE s.r.o.



Kontakty:

REJOICE s.r.o.

IČ: 26971241, DIČ: CZ26971241

Družstevní 262/25, 588 51 Batelov, Česká Republika

www.rejoice.cz, www.rejoiceshop.cz, www.rejoiceblack.cz

Rejoice je česká firma specializující se na výrobu outdoorového oblečení, která vznikla roku 1998 původně z malé dílny, kde se šily kalhoty se záplatami. Její výroba se postupně rozšířila i na jiné produkty, jako jsou trika, mikiny, sukně, různé doplňky atp. Oblečení značky Rejoice lze využívat jak při horolezectví, tak při běžném použití na výletech a ve volném čase. Symbolem firmy je bílá květina (Wikipedia, 2008).

Sortiment: Outdoorové oblečení a doplňky.

- 1) Pánský sortiment
 - od kraťasů až po svrchní oblečení (Velikosti: M – XXL)
- 2) Dámský sortiment
 - od sukní až po svrchní oblečení (Velikosti: XS – XL)
- 3) Dětský sortiment

Velikosti: 122 – 158

- A) Trika – s krátkým rukávem s různými potisky a v různých barvách viz příloha číslo 14.3
- B) Kalhoty – dlouhé, tříčtvrteční a kraťasy v různých barvách viz příloha číslo 14.3
- C) Mikiny – klokanka s kapucou v různých barvách viz příloha číslo 14.3
- D) Doplnky – pásky, čepice, šátky,

Toto oblečení může zákazník zakoupit v různých barevných variantách, oblečení není rozděleno na chlapecké a dívčí. Cena outdoorového oblečení pro děti předškolního věku se pohybuje v rozmezí od 289,- Kč do 769,- Kč.

6 Oblečení pro sporty v přírodě

6.1 Proč je důležité se dobře obléci

Ať již vyrážíme do přírody v teplejších měsících nebo v zimě, vždy je důležité se vhodně obléknout, a nezáleží na tom, jestli jste dospělý nebo dítě. Pravidla pro správné oblékání do přírody jsou pro všechny stejné. V dnešní době na našem trhu existuje mnoho firem, které se tímto problémem zabývají. Tyto firmy nabízejí široký sortiment oblečení od spodního prádla až po vrchní vrstvy oděvů. Nedílnou součástí výbavy do přírody jsou i boty, které samozřejmě tyto firmy také nabízejí. A aby vše bylo kompletní, můžete zakoupit i batohy, stany, spací pytle, potřeby na táboření a spoustu dalších potřebných věcí. Jenže čím vyspělejší je technologie, tím se zde objevuje více materiálů a více zásad, jak s těmito materiály zacházet, aby co nejlépe plnily svou funkci. A to už by pro laickou veřejnost mohl být problém.

Dalším důležitým faktorem je cena. Samozřejmě, že s lepší technologií a funkčností, roste i cena. Ale na druhou stranu se vyplatí za toto funkční oblečení si připlatit a ať už se věnujeme jakémukoliv sportu v přírodě, být v teple a pohodlí. Když už se rozhodneme koupit nějaké funkční prádlo, měli bychom vědět, jak prádlo funguje a jaké má vlastnosti. Dále bychom také měli vědět, že nestačí, když si koupíme jeden či dva kusy, ale že je ideální koupit si celou sadu oblečení, které pak můžeme různě kombinovat třeba s tím, co už máme doma. Protože, aby funkční prádlo dobře fungovalo, je třeba dodržet zásady vrstvení oblečení. Oblečení se vrství podle toho

z jakého materiálu je vyrobeno a jaké má vlastnosti. Zásad o vrstvení oblečení existuje mnoho, ale v podstatě je lze shrnout do 3 nejzákladnějších vrstev.

6.2 Vrstvení oblečení

Pravidlo, jak vrstvit oblečení, je jednoduché. Je vždy lepší zvolit více lehčích vrstev, než jednu silnou. Pokud na sobě máme více lehkých vrstev, umožní nám to rychle a flexibilně se přizpůsobit podmínkám. Jednoduše ubíráme nebo přidáváme vrstvy, podle toho jestli se více namáháme či více odpočíváme. Více vrstev nám také umožní lépe reagovat na změny počasí.

Účinnost tohoto systému je založená na tom, že mezi vrstvami se drží vzduch, který vás zahřívá. Máte-li na sobě správné vrstvy ve správném pořadí, oblečení vám bude odvádět pot od těla, nepropustí vnější vlhkost a bude dobrou tepelnou izolací. Materiály odvádějící pot od těla je nutno nosit v horkém i chladném počasí (Adisport, 2010).

6.2.1 Jak správně vrstvit

První vrstva: Základní princip funkčního prádla je odvod potu z pokožky na vzduch a zabránění tím ochlazování (v zimě) nebo přehřátí (v létě) v důsledku fyzické námahy (Warmpeace, 2010).

Druhá a třetí vrstva je kombinovatelná.

Při oblékání do přírody musíme vždy brát v úvahu, na jaký sport se chystáme a za jakého počasí. Vždy se tedy dopředu musíme dobře informovat o počasí a dle toho volíme vrstvy oblečení. Samozřejmě se vrstvy budou lišit dle ročního období.

Ke každému oblečení sportů v přírodě patří také správná obuv a ponožky.

Nikdy nesmíme také zapomínat na nezbytné doplňky, hlavně u dětí. K těmto doplňkům mohou patřit sluneční brýle, správná pokrývka hlavy, ochranné pomůcky, krém na pokožku atd.

6.2.1.1 První vrstva (funkční)

První vrstva se používá jako základní vrstva, která rychle odvádí tělesnou vlhkost od těla a tím zabraňuje přehřívání nebo ochlazování těla.

Na oblečení pro první vrstvu se používají materiály ze syntetických vláken, které téměř nepřijímají vodu a mají velice malou hmotnost. Aby toto oblečení dobře fungovalo, je potřeba, aby plně přiléhalo na tělo.

Příklady materiálů, které se obvykle používají na první vrstvu:

Bamboo

- materiál s obsahem bambusového vlákna
- zvýšená schopnost odvádět pot od pokožky a následně vlhkost uvolnit odpařením díky bambusovému uhlí, které vlákna obsahují
- bambusové uhlí absorbuje tělesnou teplotu, kterou je schopno až v 88% vyzařovat zpět a udržovat tak naše tělo v teple
- bambusové uhlí je také schopno při kontaktu s vodou vytvářet záporné ionty, to způsobuje pocit mírného napětí ve svalech a to má blahodárný vliv na jejich regeneraci
- aktivní uhlí má na povrchu mnoho mikroskopických komůrek, které absorbují velkou škálu pachů, například: pach z textilií, tělesný pach, pach z cigaret.
- jeho funkčnost je permanentní a obnovuje se praním a sušením

Cool-dry

- prodyšný
- rychleschnoucí
- rychlý odvod potu od pokožky
- udržuje tělo v suchu a optimální teplotě

Coolmax

- z polyesterového vlákna
- toto speciální čtyřkanálkové vlákno je vodoodpudivé nenasákavé a odpuzuje pot od pokožky

Tři stupně funkčnosti Coolmax:

- 1) Coolmax Everyday je měkký a příjemný na omak dobře odvádí vlhkost od pokožky.

- 2) Coolmax Active pomáhá udržovat tělo v teplotní rovnováze, odvádí pot od těla na povrch látky, kde se může lépe odpařovat.
- 3) Coolmax Extreme je určen pro vrcholové sportovce a pro vysokou zátěž. Dokáže regulovat vnější teplotu kůže, snižuje rychlost srdečního tepu během cvičení a udržuje hydrataci.

Polyamid (nylon)

- oproti polypropylenu a polyesteru dražší na výrobu
- velmi pružné
- odolné proti oděru

Polyester

- dobrá ochrana proti UV záření
- technologie zpracování umožňuje vyrobit vícelaločné vlákno nebo vlákno duté
- dobrá tvarová stálost
- velká oděruvzdornost
- vysoká pružnost

Polypropylen

- materiál, který odvádí pot od pokožky a udržuje nás v suchu. Je lehký a zároveň příjemný
- malá měrná hmotnost
- dobrá mechanická odolnost
- menší tvarová stálost

Softec

- je příjemný na omak
- připomíná bavlnu, ale zachovává vlastnosti Coolmaxových vláken
- nemá problémy se žmolčováním

Thermo-cool

- spojením dvou vláken Coolmax a Thermolite je dosaženo velké funkčnosti
- rychlý odvod vlhkosti od pokožky

- výborné izolační schopnosti
- spojením těchto dvou vláken je dosaženo dvou vynikajících vlastností:
 - 1) hřeje, pokud je tělu chladno
 - 2) chladí, pokud je tělu horko

Thermo-cool eco

- tento materiál je vlastnosti podobný jako Thermo-cool
- je šetrný k životnímu prostředí
- k jeho výrobě není používána ropa, ale obnovitelný zdroj – kukuřice
- oproti Thermo-cool je příjemnější na omak

Thermo-cool fresh

- tento materiál je vlastnostmi podobný jako Thermo-cool
- zásadní rozdíl je v tom, že obsahuje částičky stříbra
- stříbro zabraňuje množení bakterií, které způsobují nepříjemný zápach
- svěžest materiálu je tedy zachována i při vyšší fyzické zátěži

Thermolite

- rychlý odvod potu od těla na povrch materiálu
- velmi dobře schne
- uchovává své vlastnosti po dlouhou dobu

Viskóza

- jemná na omak
- dobře absorbuje a chladí
- vhodná pro citlivou pleť
- nízká tvarová stálost a pružnost

Vlna

- dobře izoluje, ale může na kůži škrábat
- dobře absorbuje vlhkost
- velká odolnost proti tvorbě zápachu
- menší odolnost proti poškození

Příklady oblečení, které se obvykle používají jako první vrstva:

nátělníky

ponožky

roláky

spodní kalhoty různých délek

spodní prádlo

svetry

trička s dlouhým

trička s krátkým rukávem

6.2.1.2 Druhá vrstva

Druhá vrstva odvádí vlhkost z první a současně udržuje tělesné teplo. Na druhou vrstvu se používají obdobné materiály jako u první, rozšířené o použití technických vláken.

Příklady materiálů, které se obvykle používají na druhou vrstvu:

Fleece

- objemná, ale lehká látka
- velmi hřejivý
- hřeje, i když se namočí

Polartec

- oboustranně česaný fleece
- lehký
- velmi hřejivý
- s antibakteriální úpravou
- vysoká prodyšnost
- vynikající izolační vlastnosti

Softshell

- lehký
- elastický
- velice hustě tkaný

- vodoodpudivý
- vysoká prodyšnost
- zabraňuje průniku větru
- výhodou je, že se tento materiál může použít na druhou i třetí vrstvu

Softshell coolmax

- materiál má stejné vlastnosti jako Softshell, ale je obohacen o
- rychle odvádí vlhkost od pokožky a tím umožňuje rychlé schnutí na povrchu materiálu
- tento materiál se také dá využít, jak na první, tak i na druhou vrstvu

Softshell wind barrier

- lehký a elastický materiál s membránou
- vodoodpudivý
- vysoká prodyšnost
- zabraňuje průniku větru
- prodyšnost materiálu 3 000 – 15 000g/m²/24h
- nepromokavost 3 000 – 15 000mm vodního sloupce
- tento materiál se také dá využít, jak na druhou, tak i na třetí vrstvu

Thermolite

- rychlý odvod potu od těla na povrch materiálu
- velmi dobře schne
- uchovává své vlastnosti po dlouhou dobu

Příklady oblečení, které se obvykle aplikují jako druhá vrstva:

kalhoty

košile

kraťasy

mikiny

roláky

sukně

šátky

trika

tříčtvrteční kalhoty

vesty

6.2.1.3 Třetí vrstva

Třetí vrstva a zároveň poslední vrstva musí zachovávat vlastnosti předchozích vrstev, to znamená držet teplo a zároveň propouštět vlhkost ven. Aby nám poslední vrstva co nejlépe posloužila a splňovala předchozí požadavky, měla by být nepromokavá nebo větruvzdorná. Na tuto vrstvu se používají materiály, které zabraňují vniknutí vody a větru do oblečení.

Materiály, které se nejčastěji používají na třetí vrstvu:

Aquacor

- je opatřen zátěrem, který má prodyšnost 5 000g/m²/24h
- nepromokavost 5 000mm vodního sloupce
- vysoká funkčnost
- rychleschnoucí
- příjemný na omak
- lehký

DWR

- Durable Water Repellency v doslovném překladu „trvanlivě repelentní vůči vodě“
- voděodolná vrstva, která je speciálně nanášená
- kapky vody či sněhu, dopadající na povrch tvoří kapičky, které okamžitě z materiálu stékají
- díky této úpravě zůstává materiál déle suchý

Gore-tex

- velká prodyšnost
- trvalá nepromokavost
- trvalá větruvzdornost
- minimální hmotnost

- malý objem pro sbalení

PTX

- na tomto materiálu je nalaminovaná neporézní membrána
- vysoce prodyšný
- vysoce voděodolný
- velmi malá váha
- prodyšnost materiálu 5 000 – 10 000g/m²/24h
- nepromokavost 5 000 – 10 000mm vodního sloupce

Softshell

Softshell coolmax

Softshell wind barrier

(Text týkající se materiálů je citovaný z: *Alpinepro*)

Příklady oblečení, které se obvykle používají jako třetí vrstva:

boty

bundy

kalhoty

klobouky

rukavice

větrovka

voděvzdorné legíny

6.2.1.4 Vysvětlující pojmy, k některým materiálům

Vodní sloupec:

Je pomocný údaj, kterým se vyjadřuje schopnost materiálu odolávat tlaku vody. Udává se nejčastěji v mm. Čím je udávaná hodnota vyšší, tím je materiál odolnější vůči promoknutí. V laboratořích se měří na speciálních přístrojích a hodnota tlaku se poté pro lepší orientaci převádí na výšku vodního sloupce v mm. Měření se používá například na stany, oblečení, batohy a další výrobky, které nemají propustit vodu.

Standard na odolnost proti vodě je **2 000 mm**, ale samozřejmě čím vyšší hodnota, tím lepší nepromokavost (Vandrácový, 2008).

Zátěr:

Jak již můžete vyrozumět z názvu je to něco „zatřeného“. Zátěr vzniká nanášením tenké vrstvy speciální hmoty na bázi polyurethanu přímo na vnitřní část materiálu. Vzniká tak nepromokavá vysoce ohebná povrchová úprava látky. Zátěr může být různě silný – čím silnější, tím větší odolnost proti vodě, naopak nižší prodyšnost (Directalpine, 2010).

Prodyšnost:

Je údaj vyjadřující schopnost „dýchat“. Údaj udává odolnost materiálu proti permanentnímu odpařování vlhkosti. Jednotkou je R_{et} ($\text{Pa}\cdot\text{m}^2/\text{W}$). Zde platí, že čím menší hodnota (menší odpor) tím materiál lépe dýchá. Klasifikace prodyšnosti látek v těchto jednotkách je následující (Highpoint, 2011).

Doplňující tabulka (Highpoint, 2011)

RET < 6	velmi dobrá	nad 16 000 g/m^2 za 24 hod.
RET 6 - 13	dobrá	6 000 - 15 000 g/m^2 za 24 hod.
RET 13 - 20	uspokojivá	4 000 - 5 000 g/m^2 za 24 hod.
RET > 20	neuspokojivá	pod 4 000 g/m^2 za 24 hod.

7 Sporty v přírodě

Je důležité si uvědomit, že děti zaujmou věci, na které se dospělí nesoustředí nebo na ně již zapomněli.

Pokud s dětmi vyrazíme za sportem do přírody, musíme počítat s tím, že výlet bude úspěšný jen tehdy, pokud se na něj dopředu dobře připravíme, naplánujeme. Na co nesmíme zapomenout: naplánovat přesnou trasu či činnost, které se chceme věnovat, tak aby ji naše dítě zvládlo. Do batohu zabalit všechny potřebné věci jako: náhradní oblečení, svačinu, dostatek pití, doklady, peníze, popřípadě mapu atd. Důležité také je aby se děti během sportování nenudily. Připravíme si nebo vymyslíme lehké zábavné hry. Např.: kdo první najde kapradí, ptáčka, hnízdo, brouka nebo kdo první zvládne

udělat otočku, kotoul atd. Při sportovních činnostech děláme pravidelné přestávky k odpočinku, doplnění tekutin a svačině (Bergerová, 2008).

Avšak jednou z nejdůležitějších věcí je správně dítě obléci na daný sport. Termoregulační systém dítěte je odlišný od dospělého. Dbáme na to, aby dítě bylo za všech okolností v teple a suchu.

7.1 LETNÍ SPORTY

V této kapitole, naleznete vytyčené letní sporty. Konkrétně turistiku, cykloturistiku, in-line bruslení a horolezectví. Všechny tyto sporty lze vykonávat s dětmi již od útlého věku. S turistikou můžeme začít již s batoletem, nejdříve můžeme dítěte nosit v sedačce, později s námi dítě bude chodit na túry samo. S cykloturistikou můžeme začít také již od raného věku dítěte, nejdříve můžeme dítě vozit v přídavných vozíčkách, nebo v sedačkách na kolo, později dítě začne jezdit na odstrkávadlech, tříkolkách a poté již můžete dítěti pořídit kolo nebo kolo s přídavnými kolečky. Co se týče in-line bruslení, to je samozřejmě podobné lednímu bruslení, můžeme s ním začít od 4 let věku dítěte. Horolezectví, je z uvedených letních sportů nejnáročnější, začínáme s ním tedy až od 5 let věku dítěte. U všech uvedených sportů je důležité aby dítě bylo vhodně oblečeno to znamená, aby dítě mělo funkční oblečení, které odvádí pot od pokožky, ale zároveň ji udržuje v teple. Samozřejmě nesmíme zapomínat na vhodné doplňky. U turistiky například sportovní boty, batoh, čepici, sluneční brýle. U cykloturistiky hlavně helmu, která je do 18 let věku v České republice povinná, dále například ochranné pomůcky a boty, sluneční brýle. U in-line bruslení jsou velice důležité ochranná výstroj a helma. Při horolezectví nesmíme také zapomínat na chrániče a speciální obuv.

7.1.1 TURISTIKA

S turistikou lze začít již od raného věku dítěte. Důležité je pro mladší děti vybrat správnou sedačku a pro starší děti předškolního věku batoh. Správné oblečení je samozřejmostí. Túru volíme vždy se zajímavým cílem jako je například: zřícenina hradu, hrad, jezero s možností koupání, skály, na které se dá vylézt, vodopády nebo říčky přes které se dá přejít po kamenech či dřevěných mostech. Nepřeceňujte schopnosti svých dětí. Průměrné dítě, které je zvyklé chodit na výlety, může denně ujit

vzdálenost v kilometrech odpovídající jeho věku vynásobenému 1,5. Je-li tedy dítěti 5 let, mělo by ujít 7,5 km (Bergerová, 2007).

Příklad možného oblečení dětí na turistiku (vždy jen jeden kus oděvu z nabídky):

První vrstva

- nátělník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- ponožky
- spodní kalhotky a slipy či boxerky

Druhá vrstva

- kalhoty, kraťasy, sukně, tříčtvrteční kalhoty
- košile, mikina, rolák, svetr, triko s dlouhým či krátkým rukávem

Třetí vrstva

- bunda
- kalhoty
- kraťasy
- tříčtvrteční kalhoty
- vesta

Dále nesmíme zapomenout na vhodnou obuv a doplňky.

7.1.2 Cykloturistika

S cyklistikou je možné, stejně jako s turistikou začít s dětmi od raného věku. Je spoustu možností, jak s dítětem vyrazit do přírody na kole. Neodmyslitelnou součástí cyklistiky je speciální funkční oblečení na kolo.

1) Závěsné vozíky na kolo

Tyto vozíky jsou určeny pro batolata a děti předškolního věku do cca 45 kil.

Vozík je připevněn na dvou velkých kolech a za pomoci tyče se upevňuje za horské či trekingové kolo. Vozík je pokryt plachtou, která chrání dítě před větrem, deštěm, odlétajícími kamínky od kola, hmyzem, slunečním zářením a jinými vlivy. Uvnitř vozíku je místo pro umístění sedačky, sedačka je vysoce polstrovaná a je

vybavena pásy. Dítě musí být vždy při jízdě připásané. Součástí vozíku je i prut s vlaječkou, který upozorňuje řidiče na přítomnost dítěte ve vozíku. (Lišková, 2005).

Tyto vozíky zatím v ČR nejsou výslovně zakázány, ale ani dovoleny. Aktuálně v září 2011 vláda schválila návrh novely zákona 361/2000 Sb., která tento způsob přepravy dětí zavádí také české legislativy a definuje podmínky, za kterých je možné vézt dítě za jiným jízdním kolem v přívěsném vozíku.

2) Sedačky na kolo

Sedačky na kolo jsou určeny již pro starší děti. Sedačky se upevňují na sedlovou tyč. Sedačky mají upevňovací popruhy, opěrky na nohy (pevné nebo nastavitelné). Pokud vyrazíme s dítětem v sedačce, musí dítě mít vždy helmu (Lišková, 2005).

3) Teleskopický tandem

Pokud už dítě umí jezdit na kole, ale ještě si netroufá na delší či obtížnější trasy ideálním pomocníkem je tzv. teleskopický tandem. Teleskopický tandem je teleskopická tyč, která propojí kolo s předním kolem dítěte. Tím se dostane přední kolo dítěte do vzduchu a v náročnějším terénu tak dítě táhnete dospělý. Teleskopická tyč se dá bez problému odpojit od kola dítěte a složit směrem ke středu vašeho zadního kola (Lišková, 2005).

4) Tříkolky – pro mnoho dětí je tříkolka první „kolo“, na kterém se učí jezdit, mohou se na ní naučit šlapat a zatáčet. Zatáčení přichází na řadu jako první, dítě stojí a tlačí tříkolku. Výhodou tříkolek, je možnost učit se i doma. Tříkolce ještě může předcházet čtyřkolové odrážedlo.

5) Kolo s pomocnými kolečky - V okamžiku kdy, dítě začne zvládat šlapat a zatáčet na tříkolce, může přejít na malé kolo s přídavnými kolečky. Většina 2,5 letých dětí zvládá 12“ kolo s přídavnými kolečky. Když dítě zvládne šlapání, zatáčení a nemá problémy s rovnováhou, můžeme přídavná kolečka postupně zvedat výš, vždy o malý kousek. Takto postupně zvedáme přídavná kolečka, až se dítě naučí jezdit samo bez nich. Další možná metoda nácviku ježdění na kole je „běhání s dětmi“. Způsob výuky udržování rovnováhy závisí na prostředí, kde žijeme, na tom co máme k dispozici a také se řídí tím, co vyhovuje dítěti.

Nejčastěji se dítě učí udržet rovnováhu na kole někdy mezi 6 a 7 lety, ale není neobvyklé, zvládnou li to dřív nebo také později. (Lišková, 2005).

Oblečení na kolo

Pravidlo je stejné jako u dospělých. Lépe více tenkých vrstev než jedna tlustá. Nejdůležitější je ta nejspodnější vrstva, která je v přímém kontaktu s tělem. Tkanina by měla sát pot a odvádět ho dále od pokožky. Trika splňující tuto vlastnost mají jednu velkou výhodu – velmi rychle schnou a nezapáchají, navíc i tepelně izolují. Na spodní triko se nejčastěji obléká cyklistický dres. Cyklistické kalhoty s antibakteriální vložkou, která chrání a „vycpává“ pozadí. V chladnějším počasí chráníme části těla různými návleky, čelenkami a cykloponožkami.

Příklad možného oblečení dětí na cyklistiku (vždy jen jeden kus oděvu z nabídky):

- záleží na věku vašeho dítěte

První vrstva:

- nátělník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- ponožky

Druhá vrstva:

- cyklistický dres s krátkým či dlouhým rukávem
- cyklistické kalhoty s antibakteriální vložkou (tyto kalhoty se nosí bez spodního prádla)

Třetí vrstva:

- bundy různých druhů, dle počasí

Samozřejmostí je cyklistická helma, která je v České republice ze zákona povinná do 18 let.

7.1.3 Inline bruslení

První kroky na bruslích, jsou opravdu kroky a navíc nejisté. Správný postoj je obdobný pro kolečkové brusle, brusle i lyže. Tedy nohy mírně od sebe, pokrčená a pružná kolena, zadeček jako by si sedal na paty. Trup je nakloněn vpřed, paže se

uvolněně pohybují kolem těla jako při chůzi a pomáhají udržet rovnováhu. Jakmile je dítě jistější, umožněte mu samostatné zkoušení. Nenuťte je však bruslit dlouho.

Vystřídejte boty a nechte je zase proběhnout (Dvořáková, 2001).

Příklad možného oblečení dětí na In-Line bruslení:

První vrstva:

- tričko či nátělník
- spodní prádlo
- ponožky – speciální ponožky do in-line bruslí

Druhá vrstva:

- sportovní kalhoty či tepláky, pokud je horko můžou být i kraťasy nebo tříčtvrteční kalhoty
- košile, mikina, rolák, svetr, triko s dlouhým či krátkým rukávem

Třetí vrstva (dle počasí venku):

- vesta
- nepromokavá bunda
- větrovka

Samozřejmostí by měla být i ochranná výstroj. Chrániče na zápěstí, lokty, kolena a samozřejmě helma.

7.1.4 Horolezectví

Horolezectví je velice namáhavý sport a vždy bude patřit k těm méně bezpečným sportům. Lézt s dítětem můžeme začít již od pěti let, záleží na vyspělosti dítěte. Nejvhodnější způsob jak začít, je dát dítě do horolezecké školy. S horolezectvím se většinou začíná na umělé horolezecké stěně. V horolezecké škole dítě naučí základy lezení se vším co je potřebné. Existují i lezecké letní tábory. Pokud máme zkušenosti s lezením, nebo lezení aktivně provozujete, můžeme dítě zaučit i sami. Pokud dítě zvládne základy na horolezecké stěně, můžeme vyrazit i do přírody. Nesmíme zapomínat na vhodné oblečení a ochranné pomůcky (Vomáčko, 2003).

Příklad možného oblečení dětí na horolezectví (vždy jen jeden kus oděvu z nabídky):

První vrstva:

- tričko či nátělník
- spodní prádlo
- ponožky

Druhá vrstva:

- tričko s krátkým či dlouhým rukávem, Mikina
- sportovní kraťasy, tříčtvrťáky, kalhoty

Třetí vrstva(dle počasí):

- vesta
- nepromokavá bunda

7.2 Zimní sporty

V této kapitole naleznete vytyčené zimní sporty. Sáňkování a bobování, sjezdové lyžování, běh na lyžích, snowboarding a lední bruslení. Všechny tyto sporty, můžeme s dětmi vykonávat již od raného věku. Se sáňkováním a bobováním můžeme začít od 2 let. Sáňkování a bobování je nejméně náročná zimní činnost. Se sjezdovým lyžováním je možné začínáme mezi 4 a 5 rokem věku. Tento věk je samozřejmě individuální, u nadaných dětí můžeme s nácvikem lyžování začít už ve 3 letech. Od 3 let, je také možno dát dítě do lyžařské školy. Ovšem schopnosti dětí se v tomto věkovém období hodně liší, neměli bychom tedy dítě do ničeho nutit. S Během na lyžích je možno začít od 4 let věku dítěte. Kolem 5 roku dítě teprve zvládá pořádně zkoordinovat ruce a nohy. Snowboarding je z uvedených zimních sportů nejtěžší. Odborníci proto doporučují, aby děti ve věku od 3 do 6 let začínaly se sjezdovým lyžováním, a až poté co dítě zvládne základní techniku, je možné přejít ke snowboardingu. Zpravidla tedy až děti kolem 6, 7 roku (dětí s odkladem školní docházky). S ledním bruslením můžeme s dětmi začít kolem 4 roku. Ovšem dítě by nejprve mělo mít dokončený vývoj kotníku.

U všech uvedených sportů, je důležité, aby dítě bylo vhodně oblečeno, znamená, aby dítě mělo funkční oblečení, které odvádí pot od pokožky, ale zároveň ji udržuje v teple. Samozřejmě nesmíme zapomínat na vhodné doplňky. U sáňkování a bobování zimní boty, čepici, rukavice. U Sjezdového lyžování hlavně helmu a další ochranné pomůcky, samozřejmě rukavice a čepici nebo šátek pod helmu. U běhu na lyžích nesmíme zapomínat na speciální rukavice a čepici, popřípadě sluneční brýle. Doplňky na snowboarding jsou totožné s doplňky na sjezdové lyžování. U ledního bruslení bychom měli dát dítěti helmu a vhodné chrániče, samozřejmě je čepice a rukavice.

U každého sportu dále naleznete příklady možného oblečení dle funkčních vrstev (viz kapitola číslo 3).

7.2.1 Sáňkování a bobování

Sáňkování a bobování je méně náročná zimní činnost pro dítě, jak po stránce fyzické, tak i na pochopení. Při nácviku sáňkování a bobování musíme dbát na bezpečnost dítěte. První jízdy absolvujeme s dítětem, aby se zbavilo strachu. Vysvětlíme dítěti jak saně nebo boby ovládat a jak se při jízdě chovat tak, aby nedošlo k úrazu. Je vhodné, aby bylo dítě správně oblečené. I pokud dítě jezdí samo, mělo by být pod stálým dohledem dospělého.

Příklad možného oblečení dětí na sáňkování:

První vrstva:

- nátělník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- ponožky
- spodní kalhotky a slippy či boxerky

Druhá Vrstva

- mikina, rolák, svetr

Třetí Vrstva

- zimní Bunda
- zimní Kalhoty
- kombinéza

7.2.2 Sjezdové lyžování

1) Klouzání

Klouzání je průpravou pro lyžování a bruslení:

- z malého kopečku sjíždějte ve dřepu – „na boběčku“
- Postupně se při klouzání dítě vzpřimuje do základního postoje s pokrčenými koleny, mírným předklonem trupu, ale zadeček nesmí vystrkovat. Paže mírně od těla udržují rovnováhu. Pozor na podjetí nohou a pád na kostrč, záda a hlavu.
- Klouzejte se ve spojení za sebou jako vlak
- Klouzejte se vedle sebe a držte se za ruce
- Kdo do jede dál?
- Na klouzačce po rovině dítě táhnete a sledujete, zda má pokrčená kolena a nevystřkuje zadeček.
- Svým příkladem učte dítě klouzat se ve stoje po odrazu jednou nohou a ty nejstarší i z rozběhu (Dvořáková, 2001)

2) Sjezdové lyžování

U dětí předškolního věku, začínáme s lyžováním mezi 4 a 5 rokem věku. Tento věk je samozřejmě individuální, u nadaných dětí můžeme s nácvikem lyžování začít už ve 3 letech. V současné době, máme dvě moderní metody učení. Situační – dítě se učí zvládnout příslušnou situaci. Terén a výukové prostředí aranžujeme jako danou situaci. Nezdůrazňujeme vyučovaný pohyb, např. oblouk v pluhu, ale zatáčení na příslušném svahu v daných podmínkách. Děti reagují podle okamžité situace. Intuitivní – při které se děti orientují na vlastní prožitky, na vlastní možnosti. Chtějí si hrát a experimentovat. Vychází se z toho, že nejlepším učitelem každého lyžaře jsou jeho vlastní prožitky a zkušenosti (Treml, 2004).

Oblečení pro lyžování dětí musí být funkční a příjemné. Současní výrobci vybavují dětské oblečení stejnými možnostmi jako oblečení dospělých, např. kvalitní prodyšné materiály s ochrannou membránou proti větru a vlhkosti, lepené švy a pod. S ohledem na širokou škálu dětských aktivit na sněhu je vysoká odolnost proti vlhkosti a zároveň dostatečná prodyšnost, zabraňující pocení, naprostou podmínkou pro výběr dětského oblečení.

Při celkové skladbě oblečení pro děti platí stejná pravidla o nutnosti využívat více vrstev jako u dospělých. Základem je vrstva spodního prádla z materiálů, které se

vyznačují schopností odvádět pod od těla a zároveň tepelně izolovat. Jako střední vrstva je vhodná fleecová mikina. Lyžařská bunda by měla mít dostatečný počet větracích otvorů, kapuci, množství specializovaných kapes a protisněhový pás zabraňující pronikání sněhu pod svrchní část oděvu. Dětské lyžařské kalhoty by měly mít zvýšený pás na zádech, šle a v nohavicích návleky přes lyžařské boty zabraňující vniknutí sněhu do bot (Tremel, 2004).

Příklad možného oblečení dětí na sjezdové lyžování:

První vrstva:

- náteřník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- spodní kalhoty či punčocháče
- lyžařské ponožky
- spodní kalhotky a slippy či boxerky

Druhá vrstva:

- mikina, rolák, svetr

Třetí vrstva:

- zimní bunda
- zimní kalhoty
- kombinéza

Nesmíme zapomenout na rukavice, kuklu pod helmu, helmu, lyžařské brýle, popřípadě šálu.

7.2.3 Běh na lyžích

U malých dětí jde zpočátku a seznámení s lyžemi obecně. Při prvních krůčcích na lyžích pak samozřejmě nepoužíváme běžecské lyže, ale vybavení odpovídající věku. Začátky jsou tedy spíše spojeny s chůzí a klouzáním na dětských lyžích. Hlavní je přitom veškeré aktivity provádět jen krátce a po dobu, po kterou dítě činnost baví. Vlastní nácvik techniky běhu na lyžích by měl u dětí probíhat v souladu s biologickými a motorickými předpoklady v jednotlivých věkových obdobích (Bolek, 2000).

Příklad možného oblečení dětí na běh na lyžích:

Pro děti do věku 5 let

První vrstva:

- nátlčník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- spodní kalhoty či punčocháče
- ponožky
- spodní kalhotky a slipy či boxerky

Druhá vrstva:

- mikina, rolák, svetr

Třetí vrstva:

- zimní bunda
- zimní kalhoty
- kombinéza
- čepice, čelenka

Pro děti od věku 5 let

První vrstva:

- nátlčník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- spodní kalhoty či punčocháče
- ponožky
- spodní kalhotky a slipy či boxerky

Druhá vrstva:

- mikina, rolák, svetr
- nejlépe kombinace teplejší a lehčí

Třetí vrstva:

- zimní bunda
- běžecké kalhoty
- vesta

- čepice, čelenka,

Další vybavení: Fleecový nákrčník, běžecké rukavice, šátek, šála, sluneční brýle.

7.2.4 Snowboarding

Odborníci tvrdí, že děti ve věku 3 až 6 let by měli začínat na lyžích. Poté, co dítě zvládne základní pohyby a techniky sjezdového lyžování, je možné přejít ke snowboardingu. S výukou snowboardingu pak odborníci radí začít v šesti nebo sedmi letech. Postup je pak velice podobný jako u lyží. Je také vhodné své dítě dát do snowboardové školy (Vobr, 2006).

Samozřejmostí je vhodné oblečení a také ochranné pomůcky.

Příklad možného oblečení dětí na snowboarding:

První vrstva:

- nátělník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- spodní kalhoty či punčocháče
- lyžařské ponožky
- spodní kalhotky a slippy či boxerky

Druhá vrstva:

- mikina, rolák, svetr

Třetí vrstva:

- zimní bunda
- zimní kalhoty
- kombinéza

Nesmíme zapomenout na rukavice, kuklu pod helmu, helmu, lyžařské brýle, popřípadě šálu.

Další možnosti chráničů: Chrániče páteře, zápěstí, kostrče.

7.2.5 Lední bruslení

S bruslením je možné začít s dětmi od 4 let, musíme ale vycházet z toho, zda má dítě dostatečně pevný kotník. Boty na bruslení by vždy měly dostatečně zpevňovat kotník.

Na bruslích se zmenší opora nohy asi na jeden čtvereční centimetr. Tady už je potřeba dobrá rovnováha. První kroky na opravdových bruslích nemusí být hned na ledě. Na zimním stadionu zkuste s dětmi chodit po gumových pásech., které jsou zde k dispozici pro bruslaře. Na venkovních kluzištích se projděte třeba po sněhu nebo po prknech. Na podložce vyzkoušejte s dětmi chodit do „stroměčku“ tedy s vytočenými špičkami ven (jako baletky). Budou to potřebovat při odraz při jízdě vpřed. Při první jízdě držte dítě za ruku, nejlépe z každé strany jeden dospělý. Dítě udržuje nohy vedle sebe a ve správném postoji a my je vezeme (Dvořáková, 2001).

Nezapomínejme, že opět nemá smysl dítě do ničeho nutit a také, že dítě bychom měli správně obléknout a vybavit helmou a chrániči.

Příklad možného oblečení dětí na lední bruslení:

První vrstva:

- nátlčník, rolák, tričko s dlouhým či krátkým rukávem
- spodní kalhoty či punčocháče
- ponožky
- spodní kalhotky a slipy či boxerky

Druhá vrstva:

- mikina, rolák, svetr

Třetí vrstva:

- zimní bunda
- zimní kalhoty
- kombinéza
- vesta

Ani u ledního bruslení nesmíme zapomenout na ochranu. Dítě by mělo mít helmu (můžeme použít lyžařskou) a pod helmou kuklu. Na ruce samozřejmě rukavice.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

8 Výzkumné hypotézy

- 1) Domnívám se, že oblečení pro sporty v přírodě pro děti ve specializovaných obchodech kupuje 35% rodičů.
- 2) Domnívám se, že 60 % rodičů se nevyzná v materiálech a jejich funkcích, ze kterých se oblečení vyrábí.
- 3) Domnívám se, že rodiče, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě, je nekupují z důvodu nedostatku finančních prostředků.
- 4) Domnívám se, že 40% rodičů by uvítalo nereklamní informace o českých firmách a jejich výrobcích v mateřské škole.

9 Metody

- Zjišťování firem a jejich nabídky přes internet a v kamenných obchodech
- Dotazník
- Vlastní výzkum

10 Vlastní průzkum

Průzkum byl zaměřen na oblékání předškolních dětí na sporty v přírodě.

Předškolním dítětem je myšleno dítě od 4 do 6 let, popřípadě dítě s odkladem školní docházky.

Sporty v přírodě (outdoorové sporty) jsou letní a zimní sporty vytyčené v kapitole číslo 7.

Dotazování probíhalo v několika mateřských školách v Praze a na internetovém portálu www.vyplnto.cz

Dotazník viz příloha kapitola 14.4.

10.1 Dotazníkový průzkum u rodičů

10.1.1 Postup dotazování rodičů

Kdy: ráno (cca. od 6:45 do 8:00)

Kde: ve vybraných mateřských školách, vždy v šatně u dětí a na internetu

Jak: oslovování rodičů – rodičům jsem se vždy představila:

Dobrý den, jsem studentkou Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy, tímto bych Vás chtěla požádat o vyplnění dotazníku k mé bakalářské práci. Bakalářská práce je na téma: „Druhy a funkce oblečení pro sporty v přírodě“ a je zaměřena na děti předškolního věku. Poté jsem rodičům vysvětlila, o jaké sporty, oblečení a obchody se v dotazníku jedná.

Pak jsem si od rodičů převzala jejich dítě, a postarala jsem se o něj, aby rodiče měli dostatek času a soukromí na vyplňování dotazníku. Dotazník je samozřejmě anonymní. Někteří rodiče se však pod dotazník dobrovolně podepsali.

Délka vyplňování: 3-5 minut

Celkem vyplněných dotazníků: 114

10.1.2 Mateřská škola Albrechtická

První mateřskou školou, kde probíhal výzkum, byla Mateřská škola Albrechtická v Praze 9. Tuto mateřskou školu můžete nalézt na adrese: Albrechtická 598, Praha 9 – Kbely. Foto viz příloha kapitola 14.5 fotka číslo 1. Do této mateřské školy jsem s dovolením paní ředitelky Kamily Kyrálové docházela na svou praxi a s dovolením zástupce ředitelky Jany Lafkové jsem zde vykonávala i svůj výzkum. Celkem jsem z této mateřské školy získala 23 vyplněných dotazníků.

10.1.3 Mateřská škola Letců

Druhou mateřskou školou, kde probíhal výzkum, byla Mateřská škola Letců také v Praze 9. Tuto mateřskou školu můžete nalézt na adrese: Letců 731, Praha 9 - Kbely. Foto viz příloha kapitola 14.5 fotka číslo 2. V této škole jsem s dovolením paní

ředitelky Kamily Kyrálové vykonávala svůj výzkum. Celkem jsem z této mateřské školy získala 20 vyplněných dotazníků.

10.1.4 Mateřská škola Štolmířská

Třetí mateřskou školou, kde probíhal výzkum, byla Mateřská škola Štolmířská také v Praze. Tuto mateřskou školu můžete nalézt na adrese: Štolmířská 602/4 Praha 9 – Hloubětín. Foto viz příloha kapitola 14.5 fotka číslo 3. V této mateřské škole jsem s dovolením paní ředitelky Bc. Zuzany Králové vykonávala svůj výzkum. Celkem jsem v této mateřské škole získala 17 vyplněných dotazníků.

10.1.5 Dotazník na internetu

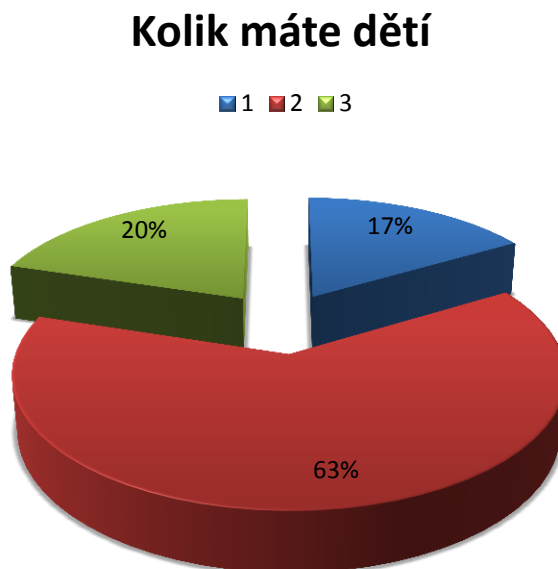
Internetový dotazník byl shodný s dotazníkem, který jsem používala při vyplňování s rodiči ve školkách. K získání vhodných respondentů jsem použila diskusní fóra na veřejných serverech, jako je například rodina.cz, maminka.cz, jarodic.cz, babyonline.cz. Dále byl můj dotazník zveřejněn na stránkách vyplnto.cz a na jeho partnerských serverech. Celkem jsem z tohoto internetového dotazníku získala 54 vyplněných dotazníků.

Celkem jsem ze třech mateřských škol a internetového dotazování získala 114 vyplněných dotazníků.

10.2 Výsledky dotazování rodičů

10.2.1 Otázka číslo 1

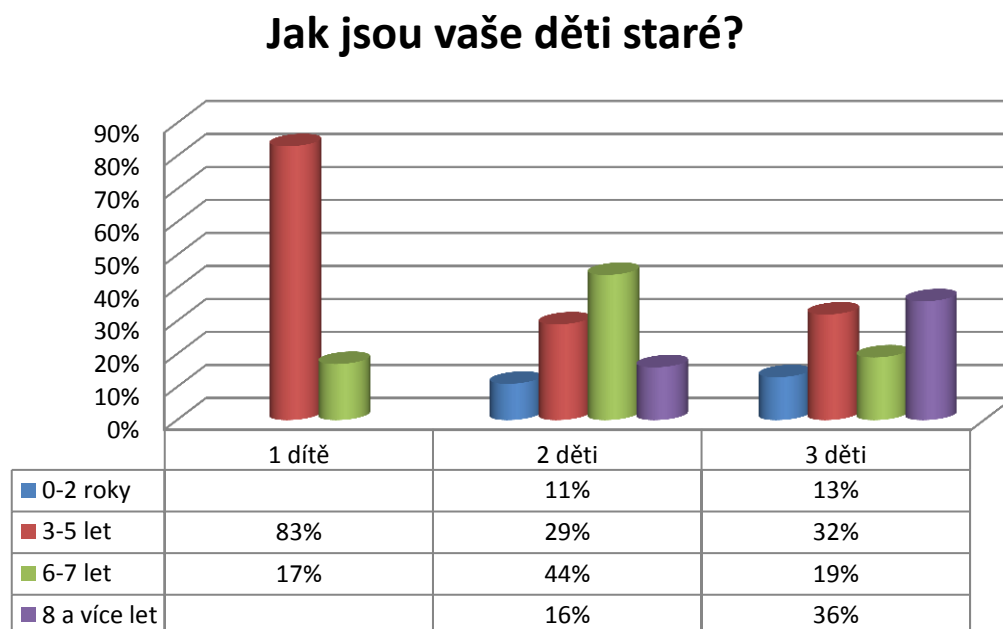
KOLIK MÁTE DĚTÍ?



Z celkového počtu dotazovaných rodičů většina tj. 63 % uvedla, že mají dvě děti. Velice zajímavá je informace o poměru mezi jedináčky a třemi dětmi. Jedno dítě má ze všech dotazovaných rodičů jen 17 % a celých 20 % dotazovaných rodičů uvedlo, že mají 3 děti.

10.2.2 Otázka číslo 2

Jak jsou vaše děti staré?



V rodinách, kde mají jen jedno dítě, jsou nejčastěji děti ve věku od 3 do 5 let a to celých 83 %, zbylých 17 % jsou děti ve věku od 6 do 7 let.

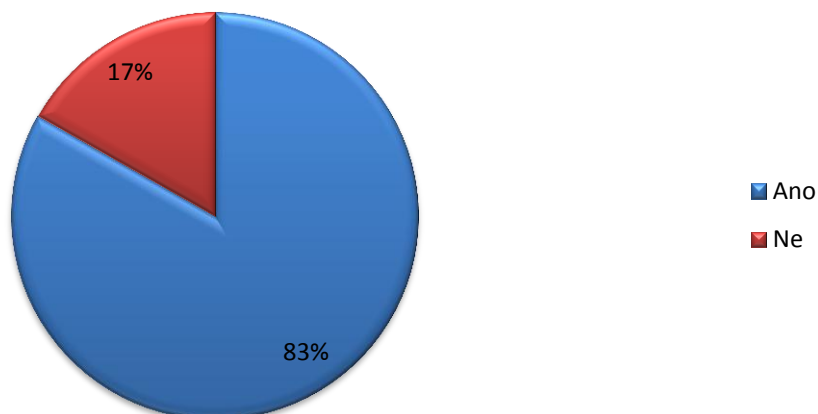
V rodinách, kde jsou dvě děti, jsou děti ve věku do 2 let v 11 %, děti ve věku od 3 do 5 let jsou zastoupeny ve 29 %, děti ve věku od 6 do 7 let jsou zastoupeny nejvíce a to ve 44 % a děti které jsou starší 8 let, jsou zde zastoupeny v 16 %.

V rodinách kde mají tři děti, jsou děti ve věku do dvou let zastoupeny v 13 %. Děti ve věku od 3 do 5 let, jsou zde zastoupeny ve 29 %. Děti ve věku od 6 do 7 let jsou zde zastoupeny jen v 19 %. A děti, které jsou starší 8 let, jsou zde zastoupeny v největším procentu a to v 36%.

10.2.3 Otázka číslo 3 A

Kupujete svému dítěti/dětem oblečení pro sporty v přírodě?

Kupujete svému dítěti oblečení pro sporty v přírodě?

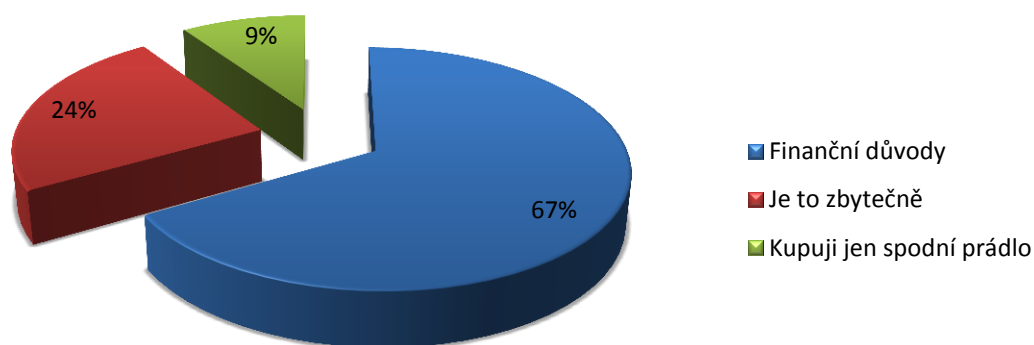


Na otázku jestli rodiče svým dětem kupují oblečení pro sporty v přírodě, odpovědělo 83 % rodičů, že kupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě. Naopak jen 17 % rodičů odpovědělo, že svým dětem nekupují oblečení pro sporty v přírodě.

10.2.4 Otázka číslo 3 B

Pokud ne, z jakého důvodu svým dětem nekupujete oblečení pro sporty v přírodě?

Z jakého důvodu svému dítěti/dětem nekupujete oblečení pro sporty v přírodě?

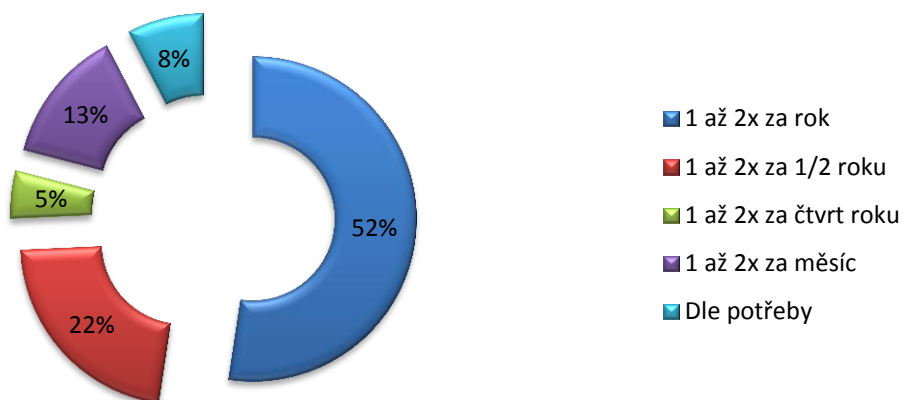


17 % rodičů uvedlo, že svému dítěti nekupují oblečení pro sporty v přírodě. Zeptala jsem se jich tedy, proč toto oblečení nekupují. Většina z rodičů, tj. 67 % uvedla, že hlavním důvodem proč nekupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě, jsou finanční důvody. Druhým nejčastějším důvodem proč rodiče nekupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě je to, že to rodičům přijde zbytečné a 9 % rodičů kupuje dětem pouze funkční spodní prádlo.

10.2.5 Otázka číslo 4

Jak často vašemu dítěti/dětem kupujete oblečení pro sporty v přírodě?

Jak často vašemu dítěti/dětem kupujete oblečení pro sporty v přírodě?

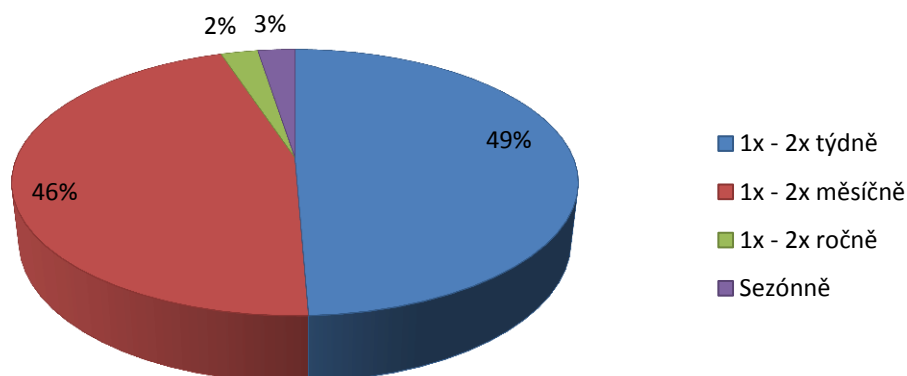


Nejčastěji rodiče kupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě 1 až 2x do roka a to v celých 52 %, to vypovídá o tom, že většina rodičů kupuje svým dětem oblečení vždy na začátku sezóny. Druhá nejčastější odpověď byla, že rodiče svým dětem kupují oblečení pro sporty v přírodě 1 až 2x za půl roku, tuto možnost uvedlo 22 % rodičů. 13 % rodičů kupuje svým dětem oblečení pro sporty v přírodě poměrně často, a to 1 až 2x do měsíce. 5 % rodičů uvedlo, že nakupují oblečení na sport 1 až 2x za čtvrt roku. A zbylých 8 % rodičů kupuje svému dítěti oblečení pro sporty v přírodě dle jejich potřeby.

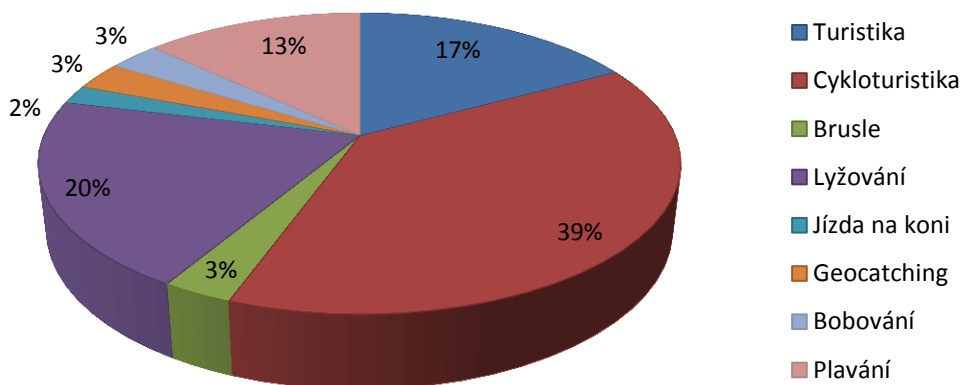
10.2.6 Otázka číslo 5

Jak často a jaké sporty v přírodě s vaším dítětem/děťmi realizujete?

Jak často se svými dětmi realizujete sporty v přírodě?



Jaké sporty v přírodě realizujete?



Z výše uvedených grafů vyplývá, že 49 % rodičů s dětmi sportuje 1 až 2x týdně. 46 % rodičů se svými dětmi sportuje 1 až 2x měsíčně. Jen 3 % rodičů se svými dětmi sportují sezónně a pouhá 2 % rodičů se svými dětmi sportují 1 až 2x ročně.

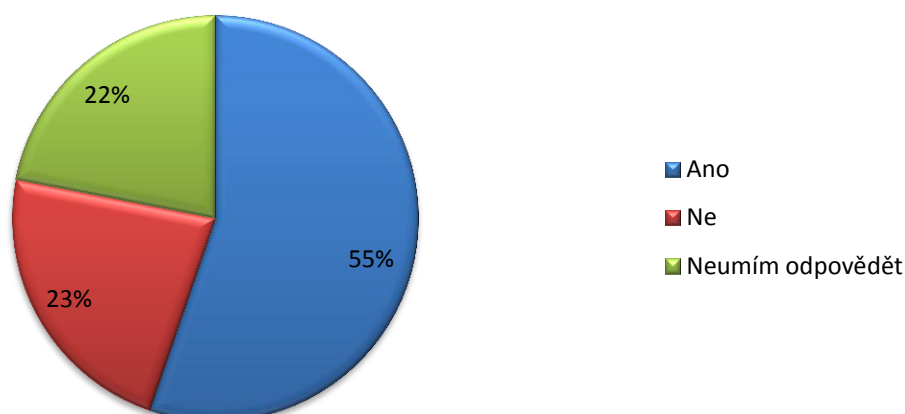
Další částí otázky bylo, jaké sporty v přírodě rodiče se svými dětmi realizují. Sportů se v dotazníku objevilo poměrně hodně. V zastoupení zde byly i tradiční letní a zimní sporty, ale také i méně tradičnější sporty v přírodě. Výsledky dopadly následovně.

Nejčastějším provozovaným sportem je cykloturistika a to z 39 %. Na druhém místě se umístilo lyžování s 20 %. Na třetím místě za lyžováním se se 17 % umístila turistika. Po turistice přichází ne úplně tradiční sport v přírodě a to sice plavání se 13 %. Shodný počet 3 % získalo hned více sportů, konkrétně: bruslení, jak zimní tak inline, bobování a v poslední době celkem populární geocaching. Na posledním místě se se 2% umístila jízda na koni.

10.2.7 Otázka číslo 6

Vyznáte se v materiálech a jejich funkcích, ze kterých se oblečení vyrábí?

Vyznáte se v materiálech a jejich funkcích, ze kterých se oblečení vyrábí?

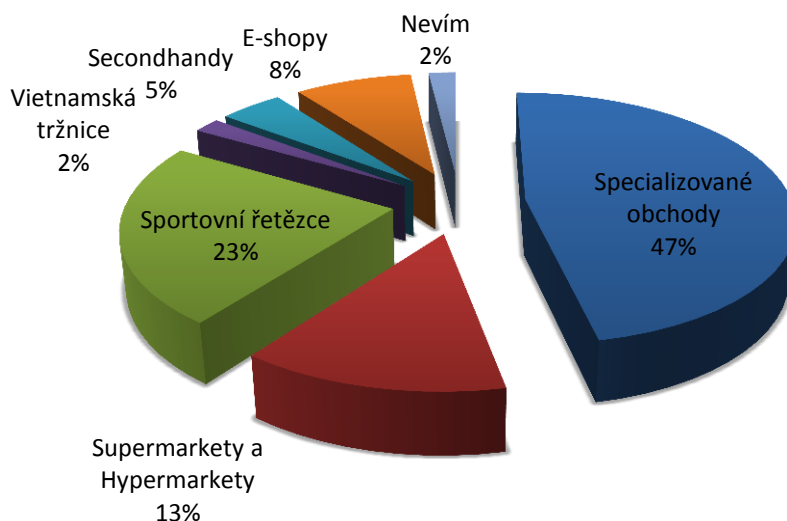


Na otázku, jestli se rodiče vyznají v materiálech a jejich funkcích, ze kterých se funkční oblečení vyrábí, odpovědělo 55 % ano. Poměr mezi ne a nevím byl velice těsný a lišil se jen o jedno procento. 23 % rodičů zastává názor, že se v materiálech a jejich funkcích nevyznají. Jen o něco méně rodičů tj. 22 % uvedla, že na tuto otázku neumí odpovědět.

10.2.8 Otázka číslo 7

V jakých obchodech kupujete svým dětem oblečení pro sporty v přírodě?

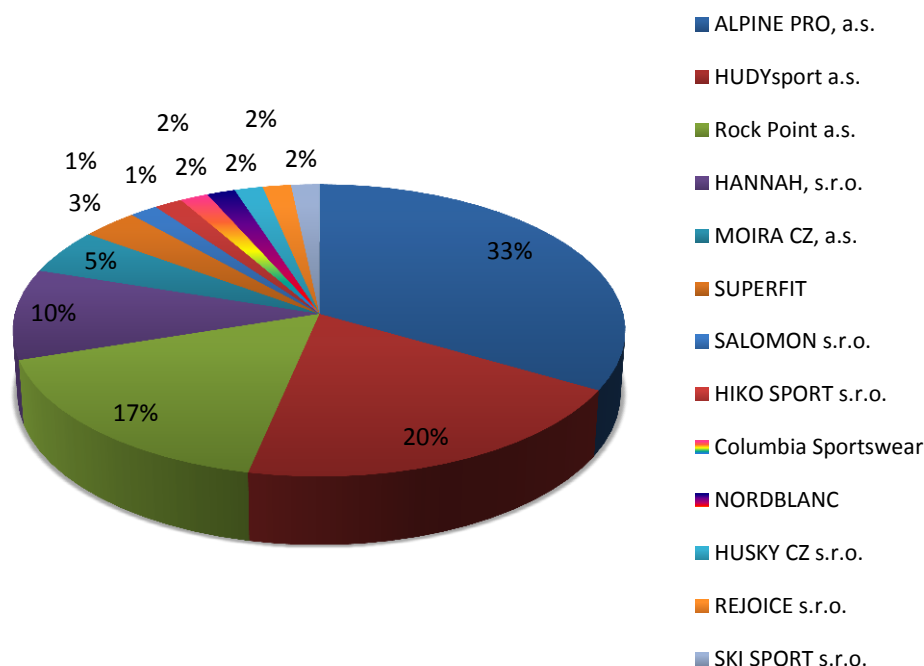
V jakých obchodech kupujete svému dítěti/dětem oblečení pro sporty v přírodě



Další otázka se týkala toho, v jakých obchodech kupují rodiče svým dětem oblečení pro sporty v přírodě. Odpovědi byly velice rozmanité, ale i přesto největší procento získaly specializované obchody a to 47 %. Druhou nejčastější odpovědí byla s 23 % sportovní řetězce. 13 % rodičů odpovědělo, že oblečení pro sporty v přírodě nakupují v hypermarketech a supermarketech. Celých 8 % rodičů nakupuje oblečení pro sporty v přírodě přes internet. 5 % rodičů uvedlo, že oblečení pro své děti nakupuje v second-handu. Poslední dvě odpovědi, které rodiče uvedli, získaly stejný počet procent a to 2 %, odpovědi byly následovné: vietnamská tržnice a nevím.

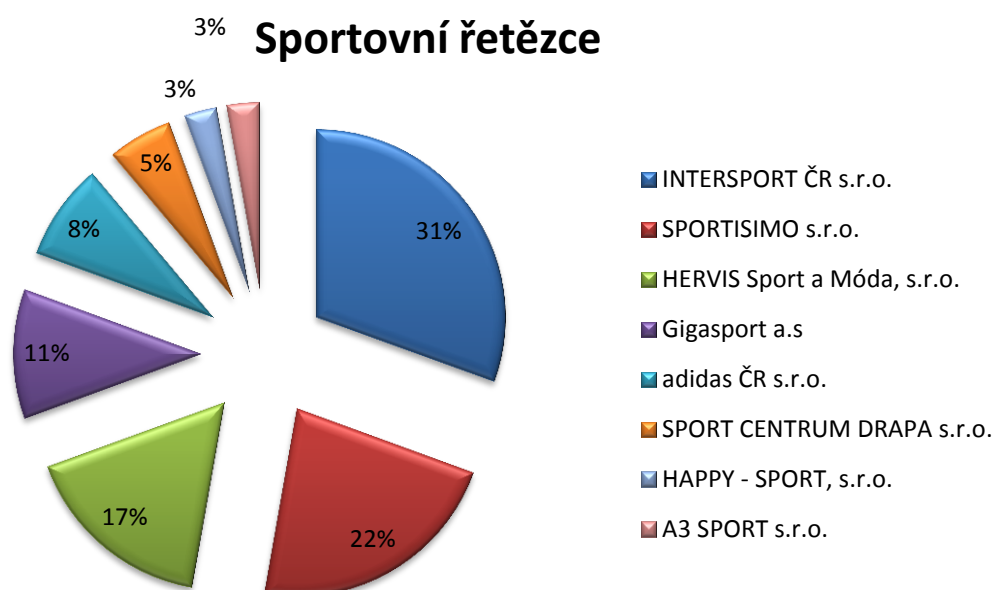
10.2.8.1 Specializované obchody

Specializované obchody



Další graf uvádí rozdělení specializovaných obchodů. Odpověď na otázku: „V jakých obchodech kupujete svému dítěti oblečení pro sporty v přírodě“, odpovědělo 47 % že, nakupují ve specializovaných obchodech. Jaké to jsou? Na tuto otázku nám odpoví tento graf, který tyto specializované obchody rozděluje. Je jich celkem 13. Nejvíce rodiče nakupují v obchodě ALPINE PRO, a.s. a to 33 % rodičů. Druhým nejoblíbenějším obchodem je s 20 % HUDYsport a.s.. Další obchod, ve kterém rodiče nakupují oblečení pro sporty v přírodě je s 17 % Rock Point a.s.. 10 % získal outdoorový obchod HANNAH, s.r.o. – je zajímavostí, že tento obchod se umístil celkem vysoko i přesto, že neprodává oblečení pro děti, ale jen doplňky a boty. Celých 5 % získal specializovaný obchod na spodní prádlo MOIRA CZ, a.s.. Obchod specializovaný na dětskou obuv Superfit získal 3 %. Po 2 % získaly následující obchody: NORDBLANC, HUSKY CZ s.r.o, REJOICE s.r.o., SKI SPORT s.r.o. Columbia Sportswear Czech s.r.o. Zástupci pouze s 1 % jsou tyto: SALOMON s.r.o. – obchod, který nevyrábí sportovní oblečení pro děti, HIKO SPORT s.r.o. – obchod. Celkem jsou zde české značky zastoupeny z 88%.

10.2.8.2 Sportovní řetězce

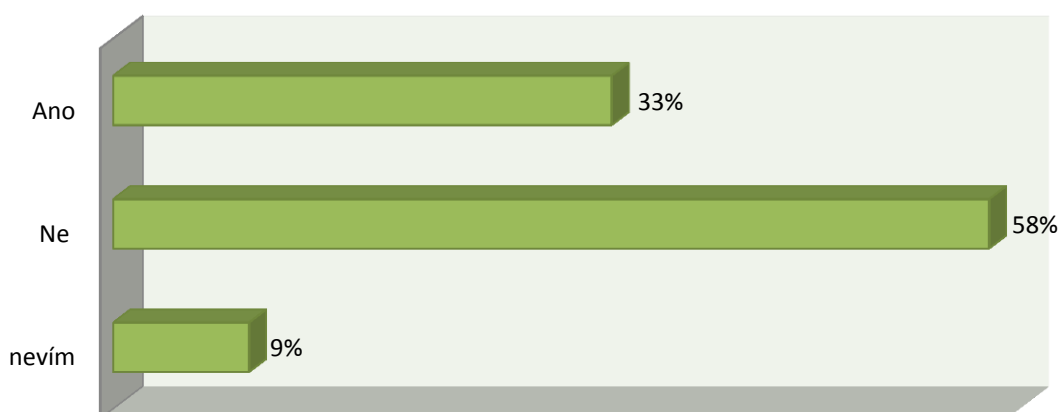


Další graf nám objasní, co se skrývá pod pojmem sportovní řetězce. Tato skupina se se 23 % umístila hned za specializovanými obchody, a proto si ho zde také podrobněji rozebereme. Obchodů je celkem 8. Nejvíce procent získal INTERSPORT ČR s.r.o. a to 31 %. O devět procent méně, tedy 22 % získal obchod SPORTISIMO s.r.o. Dalším obchodem, kde rodiče nakupují oblečení pro sporty v přírodě je HERVIS Sport a Móda, s.r.o. tato odpověď se v dotaznících objevila v 17 %. 11 % získal sportovní obchod Gigasport a.s. adidas ČR s.r.o. získal 8 %. SPORT CENTRUM DRAPA s.r.o. se v odpovědích objevil v 5 %. U sportovního řetězce HAPPY - SPORT, s.r.o. a A3 SPORT s.r.o. jsem zaznamenala shodně odpovědi, tyto odpovědi mají hodnotu 3 %.

10.2.9 Otázka číslo 8

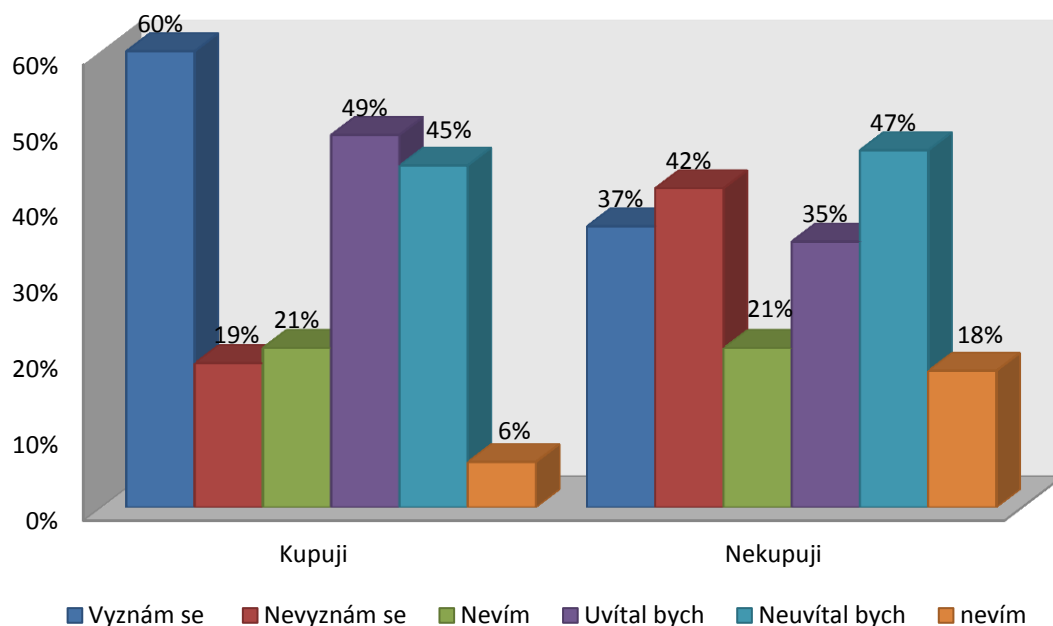
Uvítali byste, kdyby ve vaší mateřské škole byla možnost se informovat o českých obchodech a jejich produktech

Uvítali byste, kdyby se ve vaší mateřské škole byla možnost informovat se o českých obchodech a jejich produktech?



Poslední otázka byla směřována na to, jestli by rodiče uvítali možnost se informovat o českých obchodech a jejich produktech v mateřských školách. Tato otázka nebyla cílena na to, aby se v mateřských školách propagovaly české obchody a už vůbec ne na to, aby paní učitelky ukazovaly dětem katalogy související s touto tematikou. Výsledky jsou následující: 58 % rodičů nesouhlasí, to znamená, že se touto formou nechtějí ve školách informovat o českých obchodech a jejich produktech. 33 % rodičů by se rádo informovalo o českých obchodech a jejich produktech a pouze 9 % rodičů odpovědělo nevím.

10.2.10 Průřezový graf



Poslední graf nám zobrazuje rodiče, kteří nakupují i nekupují oblečení pro sporty v přírodě. V grafu můžeme vidět různé názory na nákup oblečení pro sporty v přírodě a zároveň názory na to, zda by rodiče uvítali ve školkách informace o českých obchodech a jejich produktech. Poslední informace, kterou můžeme vyčíst z grafu je, zda se rodiče vyznají v materiálech, ze kterých se oblečení vyrábí. Výsledky jsou následující:

Rodiče, kteří kupují oblečení pro sporty v přírodě, se z 60 % vyznají v materiálech a jejich funkcích. Naopak 19 % se v materiálech nevyzná a 21 % rodičů zvolilo odpověď nevím. Z těchto rodičů, kteří kupují oblečení pro sporty v přírodě, by 49 % uvítalo informace o českých obchodech a jejich produktech ve školkách. Oproti tomu by 45 % tyto informace neuvítalo. Pouhých 6 % rodičů se nebylo schopno rozhodnout, zda by tyto informace uvítali nebo ne, jejich odpověď tedy byla nevím.

Z toho grafu tedy vyplývá, že rodiče, kteří kupují oblečení pro sporty v přírodě, se v materiálech, ze kterých se toto oblečení vyrábí, převážně vyznají. Stav mezi tím, zda by rodiče uvítali či neuvítali informace o českých firmách a jejich produktech, byl velice vyrovnaný, skoro stejný.

Rodiče, kteří nekupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě, se ze 37 % vyznají v materiálech, ze kterých se toto oblečení vyrábí. Rodiče, kteří se v těchto materiálech nevyznají je o něco více, celých 42 %. Vysoké procento je uvedeno i u odpovědi nevím, tuto odpověď uvedlo 21 % dotazovaných rodičů. Z těchto rodičů, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě, by 35 % uvítalo informace o českých firmách a jejich produktech. Naopak 47 % rodičů by tyto informace ve školách neuvítalo. Opět celkem vysoké procento rodičů uvedlo, že neví, přesně 18 % dotazovaných rodičů.

Z tohoto grafu vyplývá, že rodiče, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě, se v materiálech, ze kterých se toto oblečení vyrábí, spíše nevyznají. Tyto rodiče, z většiny ani nemají zájem o informace o českých firmách a jejich produktech.

Celkově z tohoto grafu vyplývá, že rodiče, kteří kupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě se, vyznají v materiálech, ze kterých se oblečení vyrábí a jejich názor na to, zda by chtěli další informace o českých výrobcích a jejich produktech je velice vyrovnaný. Oproti tomu, rodiče, kteří nekupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě, se spíše v materiálech nevyznají a převážně ani nechtějí další informace o českých výrobcích a jejich produktech.

11 Diskuse

První vytyčená hypotéza zní: „Domnívám se, že oblečení pro sporty v přírodě ve specializovaných obchodech kupuje 35% rodičů“. Tato hypotéza se velice přiblížila k celkovému výsledku. Průzkum totiž prokázal, že oblečení pro sporty v přírodě kupuje ve specializovaných obchodech 47% rodičů. Ve své hypotéze jsem se tedy zmýlila jen o 12%. Tento výsledek je příznivý a vše nasvědčuje tomu, že bude i nadále stoupat.

Druhá vytyčená hypotéza zní: „Domnívám se, že 60 % rodičů se nevyzná v materiálech a jejich funkcích, ze kterých se oblečení vyrábí“. V této hypotéze jsem se velice vzdálila od reálného výsledku. Odpovědi plynoucí z dotazníku ukazují, že 55% rodičů se v materiálech a jejich funkcích vyzná. Jen 23% rodičů se nevyzná a 22% neví. Výsledné odpovědi této otázky mi přinesly nové zkušenosti.

Třetí vytyčená hypotéza zní: „Domnívám se, že rodiče, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě, jej nekupují z důvodu nedostatku finančních prostředků“. Tato hypotéza se mi na základě výsledků z výzkumu převážně potvrdila. Jako hlavní důvod proč rodiče nekupují oblečení pro sporty v přírodě, uvádějí finanční důvody. Tuto skutečnost uvedlo celých 67% respondentů. Zbýlých 24% a 9% respondentů uvádějí jako hlavní důvod: je to zbytečné a kupuji jen spodní prádlo.

Čtvrtá a poslední vytyčená hypotéza zní takto: „Domnívám se, že 40% rodičů by uvítalo nereklamní informace o českých firmách a jejich výrobcích v mateřské škole“. Tato hypotéza se také skoro vyplnila. Rodičů, kteří uvedli, že by měli zájem o výše uvedené informace, bylo 33%. V mé hypotéze jsem se tedy spletla o 7%.

12 Závěr

Nejprve bych v závěru zhodnotila vytyčené cíle této bakalářské práce.

Prvním cílem bylo zjistit, jak jsou předškolní děti oblékány na sport v přírodě. Závěry tohoto cíle jsou zaneseny v kapitole číslo 10. V této kapitole je vyhodnocení dotazníkového šetření, které se týkalo oblékání předškolních dětí na sporty v přírodě. Vyhodnocení je formou grafu.

Druhým a třetím cílem, který jsem si vytyčila, bylo zjistit, jaké jsou možnosti sportovního odívání, jaký je sortiment a materiály, ze kterých se oblečení pro děti předškolního věku a dětí s odkladem školní docházky vyrábí. Závěry těchto cílů jsou zaznamenány v 5. a 6. kapitole. 5. kapitola pojednává o českých výrobcích se sportovním oblečením a sportovními doplňky. 6. kapitola pojednává o vhodném oblékání pro sporty v přírodě. Rozebírá to, jak by se dospělí i děti měli oblékat na sporty v přírodě. Dále se zde rozebírají materiály a jejich funkce, ze kterých se oblečení pro sporty v přírodě vyrábí. Jsou zde i příklady toho, jak by se člověk měl správně oblékat.

Čtvrtým a posledním cílem bylo zjistit, jaké je povědomí rodičů o firmách a jejich produktech se sportovním oblečením. Závěry tohoto cíle jsou zaznamenány v kapitole číslo 10, na základě vyhodnocení dotazníkového průzkumu ohledně oblékání předškolních dětí na sport.

Výsledky výzkumu dokazují, že většina dotazovaných rodičů 83% sice kupuje svým dětem oblečení pro sporty v přírodě, ale bohužel jen 47% z předcházejících 83% kupuje toto oblečení ve specializovaných obchodech s oblečením pro sporty v přírodě.

Rodiče, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě, se z 42% nevyznají a z 21% nevědí, jestli se vyznají. Z toho plyne, že rodiče, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě, by mohli začít toto oblečení kupovat za předpokladu, kdyby se vyznali v materiálech, ze kterých se toto oblečení vyrábí. Ale i tuto skutečnost nám lehce vyvrací následující zjištění z proběhlého výzkumu. 47% rodičů, kteří nekupují oblečení pro sporty v přírodě totiž ani nechtějí informace o českých výrobcích a jejich

produktech. Mohlo by se zdát, že tito rodiče nekupují svým dětem oblečení na sporty v přírodě z důvodu toho, že s dětmi vůbec nesportují. Ale ani tak tomu není, z průzkumu vyplývá, že všichni dotazovaní rodiče se svými dětmi sportují. Ze všech uvedených sportů je v dnešní době nejpopulárnější cykloturistika a lyžování. Proč tedy celých 17% rodičů nekupuje svým dětem oblečení pro sporty v přírodě, a v čem tedy tyto děti sportují? Z mého výzkumu vyplývá, že tito rodiče svým dětem nekupují oblečení pro sporty v přírodě, protože je to pro ně finančně neúnosné. Tuto odpověď uvedlo 67% rodičů, 24% rodičů to přijde zbytečné a 9% rodičů kupuje jen spodní prádlo. Tento fakt možná umocňuje i to, kolik je v dané rodině dětí. No a v čem tedy tyto děti sportují? Většinou v teplákových soupravách, nebo kraťasech. Bohužel toto oblečení nepřináší dětem takový komfort a ochranu, jaký by mohly mít ve speciálním oblečení na sporty v přírodě. A v čem tyto děti sportují v zimě? To žádný z respondentů nevedl, můžeme se tedy jen domnívat, co to může znamenat. Za prvé rodiče s těmito dětmi v zimě nesportují, což by byla velká škoda nebo za druhé rodiče s těmito dětmi sportují ve vypůjčeném či zděděném oblečení.

Z proběhlého průzkumu také vyplývá, že rodiče, kteří kupují oblečení pro sporty v přírodě, se v materiálech vyznají. Dokazuje to také velké procento kladných odpovědí, těchto odpovědí bylo 60%. Tito rodiče, jak již je uvedeno se v materiálech, ze kterých se oblečení pro sporty v přírodě vyrábí, vyznají. Chybí jim tedy další informace o českých firmách a jejich produktech? Na to nám odpoví další část výzkumu. Tito rodiče uvádějí, že by v 49% uvítali další informace, ale celých 45% by naopak tyto informace neuvítalo. Jen 6% rodičů si není jisto a uvedlo, že neví. Z toho vyplývá, že skoro polovinu z rodičů, kteří kupují svým dětem oblečení pro sporty v přírodě, by mohlo k nákupu u českých prodejců přimět více informací. Co ale těch zbylých 45% rodičů, kteří se nechtějí dozvědět více informací? Tito rodiče pravděpodobně mají již dost informací o českých výrobcích a jejich produktech nebo v této digitální době vědí, kde si tyto informace obstarat nebo jednoduše spoléhají na pomoc odborného personálu v těchto obchodech.

Množství a frekvenci nákupů speciálního oblečení pro sporty v přírodě, může také samozřejmě ovlivnit i to, kolik dětí rodiče mají, a jak jsou jejich děti staré.

Z proběhlého výzkumu vyplývá, že nejčastěji jsou v rodinách dvě děti, tento údaj uvedlo 63% rodičů, z toho jsou zde děti nejčastěji ve věku od 6 do 7 let (44%) a ve věku od 3 do 5 let (29%) zbylých 16% a 11% zastávají děti nad 8 let a děti do 2 let. Méně častá odpověď byla, že v rodině mají 3 děti. V těchto rodinách se nejčastěji vyskytují děti ve věku od 8 let a více (36%), poté jsou zde děti ve věku od 3 do 5 let (32%) a o zbylá procenta se dělí děti ve věku od 6 do 7 let (19%) a děti do 2 let (13%). Nejméně častá odpověď byla, že v rodině mají jen jedno dítě, pouhých 17%. V těchto rodinách jsou nejčastěji děti ve věku od 3 do 5 let (83%) a děti ve věku od 6 do 7 let (17%).

Dalším hlediskem, které může ovlivnit nákup oblečení pro sporty v přírodě je to, jaké sporty rodiče se svými dětmi realizují. Rodiče s dětmi sportují poměrně často a to je velice dobře, protože v poslední době mívají děti sklon k obezitě, který je dán nedostatečnou fyzickou zátěží. Nejlepší prevencí je tedy sport. Jak často tedy rodiče se svými dětmi sportují? Nejčastější odpověď na tuto otázku byla 1 až 2x do týdne. Tuto odpověď uvedlo celých 49% rodičů. Druhou nejčastější odpovědí bylo 1 až 2x měsíčně, tuto odpověď uvedlo 46% rodičů. O zbylá procenta (3% a 2%) se dělí odpovědi: sezónně a 1 až 2x ročně. A jaké sporty rodiče se svými dětmi nejčastěji provozují? Nejoblíbenější sport je z 39% cykloturistika, druhým nejoblíbenějším sportem je lyžování s (20%). Dalším oblíbeným sportem je turistika, které dosáhla 17%. Dalším sportem, který dostal 13% je ne úplně tradiční sport v přírodě, a to plavání. O 3 % se dělí hned tři sporty: bobování, bruslení a v poslední době celkem populární geocaching. Poslední sport, který se v dotaznících objevil, byla s 2% jízda na koni.

Z výzkumu, který probíhal ve třech mateřských školkách v Praze a na internetu vyplývá, že rodiče sice mají povědomí o českých firmách a jejich produktech, ovšem někteří by o těchto firmách uvítali ještě více informací. Důvody k nakupování nebo naopak k nenakupování jsou různé. Od nedostatku finančních prostředků přes tezi, že toto oblečení je nepotřebné dále, přes faktory spojené s počtem dětí v rodině, časem, který je sportu věnován, až po druh sportu, který rodiče se svými dětmi vykonávají.

13 Literatura a informační zdroje

13.1 Odborná literatura

- 1) BERGEROVÁ, Karen. Turistika. Praha : Slovart, 2008. 256 s.
ISBN 978-80-7391-068-6
- 2) VOBR, Radek. *Snowboarding*. České Budějovice : KOPP, 2006. 128 s.
- 3) VOMÁČKO, Ladislav. *Lezení na umělých stěnách*. Praha : Grada, 2003. 127 s.
- 4) LIŠKOVÁ, Jitka. *Kolo a děti*. Praha : Grada Publishing, 2005. 90 s. ISBN 80-247-1134-6.
- 5) DVOŘÁKOVÁ, Hana . *Sportujeme s nejmladšími dětmi*. Praha : Olympia, 2001. 125 s. ISBN 80-7033-313-8.
- 6) TREML, Josef. *Lyžování dětí*. Praha : Grada Publishing, 2004. 105 s. ISBN 80-247-0682-2.
- 7) EMIL, Bolek. *Běh na lyžích*. Praha : Grada Publishing, 2000. 171 s. ISBN 978-80-247-1371-7.
- 8) DVOŘÁKOVÁ, Hana . *K některým problémům tělesné výchovy v současné mateřské škole*. Praha : Karolinum, 1998. 137 s. ISBN 80-7184-497-7.
- 9) DVOŘÁKOVÁ, Hana . Didaktika tělesné výchovy nejmenších dětí a dětí s hendikepy. Praha : Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy, 2000. 95 s. ISBN 80-7290-005-6
- 10) PŘÍVRATSKÝ, Vladimír. *Kapitoly z biologie dítěte* . Praha : Univerzita Karlova, 1990. 114 s. ISBN 382-118-90
- 11) KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Hry v mateřské škole v teorii a praxi* . Praha : Grada Publishing, 2005. 184 s. ISBN 80-247-0852-3.
- 12) PRŮCHA, Jan. *Pedagogický výzkum : Uvedení do teorie a praxe*. Praha : Karolinum, 1995. 132 s. ISBN 80-7184-132-3.

13.2 Internetové zdroje

- 1) **Adisport.cz** [online]. 2010 [cit. 2011-05-25]. Popisy moderních materiálů a rady jak správně klást vrstvy oblečení. Dostupné z WWW: <http://www.adisport.cz/aktuality/_zobraz=jak-spravne-vybrat-a-vrstvit-obleceni-pro-outdoor-aktivitu>.
- 2) **Alpinepro** [online]. 1998 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <<http://new.alpinepro.cz/>>.
- 3) Co je vodní sloupec?. **Vandrůčkový web** [online]. 8.12.2008, 1, [cit. 2011-05-25]. Dostupný z WWW: <<http://www.tremping.txt.cz/clanky/51719/co-je-vodni-sloupec/>>.
- 4) **Directalpine** [online]. 2010 [cit. 2011-05-25]. Outdoorové minimum. Dostupné z WWW: <<http://www.directalpine.cz/a691-outdoorove-minimum>>.
- 5) **HIGHPOINT** [online]. 2011 [cit. 2011-05-25]. Prodyšnost, paropropustnost. Dostupné z WWW: <<http://www.highpoint.cz/komunita/slovník-pojmu/prodysnost-paropropustnost.html>>.
- 6) Materiály. **Alpinepro** [online]. 2010, 1, [cit. 2011-05-25]. Dostupný z WWW: <<http://new.alpinepro.cz/materialy-alpine-pro/>>.
- 7) **Rejoice** [online]. 2010 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <<http://www.rejoice.cz/>>.
- 8) Vrstvení oblečení. **Warmpeace** [online]. 2010, 1, [cit. 2011-05-25]. Dostupný z WWW: <<http://www.warmpeace.cz/1-vrstveni-obleceni.html>>.
- 9) CIPRYAN, Mgr Lukáš. Fyziologické aspekty Pa dětí. In *Fyziologické aspekty Pa dětí* [online]. [s.l.] : [s.n.], 2011 [cit. 2011-11-07]. Dostupné z WWW: <ftk.upol.cz/fileadmin/user_upload/FTK.../fyziologiedeti.ppt>.

13.3 ZDROJE OBRAZOVÝCH PŘÍLOH V TEXTU

- 1) **Logo strana číslo 19: Alpinepro** [online]. 1998 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <<http://new.alpinepro.cz/>>.
- 2) **Logo strana číslo 21: Rejoice** [online]. 2010 [cit. 2011-05-25]. Dostupné z WWW: <<http://www.rejoice.cz/>>.
- 3) Příloha kapitola 12.5: Mateřská škola Letců: <http://letcu.mskbely.cz/hlavni-strana/>
- 4) Příloha kapitola 12.5: Mateřská škola albrechtická: <http://albrechticka.mskbely.cz/hlavni-strana/>

14 PŘÍLOHY

SEZNAM PŘÍLOH

14.1 České firmy nevyrábějící oblečení pro děti

14.2 Obrazové přílohy k firmě ALPINE PRO, A.S.

14.3 Obrazové přílohy k firmě REJOICE s.r.o.

14.4 Dotazník

14.5 Obrazové přílohy mateřských škol

14.1 ČESKÉ FIRMY NEVYRÁBĚJÍCÍ OBLEČENÍ PRO DĚTI

DIRECT ALPINE s.r.o

Internetová adresa: <http://www.directalpine.cz/>

Sídlo: Liberec

Prodejny: tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: ano

Sortiment: pánské a dámské sportovní oblečení, ostatní sportovní doplňky a vybavení

HANNAH, s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.hannah.cz/>

Sídlo: Plzeň

Prodejny: Plzeň, Praha, Brno, Klatovy, Liberec, Pardubice, Ostrava,

E-Shop: ano

Sortiment: pánské a dámské sportovní oblečení, ostatní sportovní doplňky a vybavení

High Point - Sport Sschwarzkopf s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.highpoint.cz/index.html>

Sídlo: Sušice

Prodejny: Tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: Ano

Sortiment: Pánské a dámské sportovní oblečení, ostatní sportovní doplňky a vybavení

HUMI OUTDOOR, s.r.o.

Internetová adresa: <http://www.humi.cz/?lg=cz>

Sídlo: Dobříš

Prodejny: Praha, Brno, České Budějovice

E-Shop: ano

Sortiment: pánské a dámské sportovní oblečení, ostatní sportovní doplňky a vybavení

Pinguin spol. s r. o.

Internetová adresa: <http://www.pinguincz.cz/index.php>

Sídlo: Náchod

Prodejny: Náchod, Praha, Liberec, Hradec Králové, Pardubice, Budějovice, Plzeň, Ústí, Olomouc, Zlín

E-Shop: ano

Sortiment: pánské a dámské sportovní oblečení, ostatní sportovní doplňky a vybavení

TILAK, a.s.

Internetová adresa: <http://www.tilak.cz/>

Sídlo: Šumperk

Prodejny: tento výrobce nemá svou vlastní kamennou prodejnu, ale dodává do různých sportovních řetězců po celé České republice

E-Shop: ano

Sortiment: pánské a dámské sportovní oblečení, ostatní sportovní doplňky a vybavení

14.2 OBRAZOVÉ PŘÍLOHY K FIRMĚ ALPINE PRO, A.S.

Seznam obrázků:

Obraz číslo 1: triko s dlouhým rukávem

Obraz číslo 2: triko s krátkým rukávem

Obraz číslo 3: kalhoty do přírody

Obraz číslo 4: spodní teplé triko

Obraz číslo 5: spodní teplé kalhoty

Obraz číslo 6 a 7: mikiny

Obraz číslo 8: softshellová bunda

Obraz číslo 9: softshellové kalhoty

Obraz číslo 10 až 14: sportovní obuv (trekingová obuv a sandále)

Obraz číslo 15 až 22: speciální oblečení na kolo

Obraz číslo 1



Obraz číslo 2



Obraz číslo 3



Obraz číslo 4



Obraz číslo 5



Obraz číslo 6



Obraz číslo 7



Obraz číslo 8



Obraz číslo 9



Obraz číslo 14

Obraz číslo 15

Obraz číslo 10



Obraz číslo 11



Obraz číslo 12



Obraz číslo 13



Obraz číslo 14



Obraz číslo 15



Obraz číslo 16



Obraz číslo 17



Obraz číslo 18



Obraz číslo 19



Obraz číslo 20



14.3 OBRAZOVÉ PŘÍLOHY K FIRMĚ REJOICE S.R.O.

Seznam obrázků:

Obraz číslo 1: triko s krátkým rukávem a s potiskem

Obraz číslo 2: kalhoty dlouhé

Obraz číslo 3: kalhoty tříčtvrteční

Obraz číslo 4: kraťasy

Obraz číslo 5: mikina – klokanka s kapucou

Obraz číslo 6 : pásek

Obraz číslo 7: čepice

Obraz číslo 8: šátek

Obraz číslo 1



Obraz číslo 2



Obraz číslo 3



Obraz číslo 4



Obraz číslo 5



Obraz číslo 6



Obraz číslo 7



Obraz číslo 8



14.4 DOTAZNÍK

- 1) Kolik máte dětí?
- 2) Jak jsou vaše děti/dítě staré?
- 3) Kupujete svému dítěti/dětem oblečení pro sporty v přírodě? ANO – NE Pokud ne, z jakého důvodu svému dítěti/dětem nekupujete oblečení pro sporty v přírodě?
- 4) Jak často Vašemu dítěti/dětem kupujete oblečení pro sporty v přírodě?
- 5) Jak často a jaké sporty v přírodě s vaším dítětem/děťmi realizujete?
- 6) Vyznáte se v materiálech a jejich funkcích, ze kterých se oblečení vyrábí?

ANO – NE – NEUMÍM ODPOVĚDĚT

- 7) V jakých obchodech kupujete svému dítěti/dětem oblečení pro sporty v přírodě?
- 8) Uvítali byste, kdyby ve vaší mateřské škole byla možnost se informovat o českých obchodech a jejich produktech?

ANO – NE – NEUMÍM SE VYJÁDRIT

Velice vám děkuji za spolupráci a za váš čas, který jste věnovali tomuto dotazníku.

14.5 OBRAZOVÉ PŘÍLOHY MATEŘSKÝCH ŠKOL

Seznam fotek:

Fotka číslo 1: MŠ Albrechtická

Fotka číslo 2: MŠ Letců

Fotka číslo 3: MŠ Štolmířská

Fotka číslo 1



Fotka číslo 2



Fotka číslo 3

