

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra pedagogiky

POHYB A MIMO ŠKOLNÍ AKTIVITY DĚTÍ V PÍSKU

PHYSICAL ACTIVITY AND EXTRACURRICULARS OF CHILDREN IN PÍSEK

Bakalářská práce

GABRIELA KROUTILOVÁ

**Výchova ke zdraví
Kombinované studium**

Vedoucí práce: PhDr. Daniela Nováková

PRAHA 2014

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně pod vedením PhDr. Daniely Novákové. V práci jsem použila informační zdroje uvedené v seznamu.

V Praze dne 20. 6. 2014

.....
Gabriela Kroutilová

Poděkování

Děkuji PhDr. Daniele Novákové za odborné vedení bakalářské práce.

Abstrakt

Bakalářská práce sleduje aktivity dětí školního věku na první stupni základních škol v Písku. V teoretické části objasněním základní pojmy týkající se volnočasových aktivit. Dále nastíním možnosti volnočasových aktivit, které děti mohou navštěvovat v městě Písku.

V praktické části bakalářské práce je realizováno dotazníkové šetření za účelem získání informací o volném čase dětí chodících do 5 tříd I. stupně základních škol v Písku. Dalším cílem je zjistit jaký je rozdíl mezi poptávkou a nabídkou volnočasových aktivit. Zda je trh dostatečně nasycen nabídkou volno časových aktivit, nebo zda se objevuje poptávka po volnočasových aktivitách, které ve městě nejsou. Posledním cílem je zjistit, zda dětem při výběru pomáhali rodiče, kamarádi nebo jestli se pro danou pohybovou aktivitu rozhodli sami. Pro dotazníkové šetření budou vybrány dvě školy a to ZŠ J. K. Tyla a ZŠ T. G. Masaryka obě z Písku.

Klíčová slova

Volný čas, volnočasová aktivita, zdraví a volný čas, zařízení pro volný čas v městě Písku.

Abstract

The thesis observe activities of pupils at the lower stage of primary schools in the town of Písek. The theoretical part define basic concepts related to leisure activities and give options of activities in Písek that children can engage in.

In the practical part of the thesis a survey in form of a questionnaire carri out to find out how the 5th grade students of primary schools in Písek spend their leisure time. Second objective is to show the differences between demand and supply of leisure activities - whether the market is saturated enough or whether there is demand for activities that are not offered in the town. The last goal is to find out if, when choosing leisure activities, children were advised by their parents, friends or if they selected the given physical activity on their own. The survey will be carried out at J.K. Tyl and T. G. Masaryk primary schools in Písek.

Key words

Leisure time, leisure activities, health and leisure, leisure facilities in the city of Písek.

Souhlasím s půjčováním bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

Obsah

| | |
|---|----|
| Úvod..... | 8 |
| 1 TEORETICKÁ ČÁST | 9 |
| 1.1 Vysvětlení základních pojmů..... | 9 |
| 1.1.1 Pohyb | 9 |
| 1.1.2 Vývojová období | 9 |
| 1.1.3 Příčiny omezení v pohybu | 11 |
| 1.2 Volný čas | 14 |
| 1.2.1 Vymezení volného času..... | 14 |
| 1.2.2 Funkce výchovy mimo vyučování | 19 |
| 1.2.3 Role dospělého ve volném čase dětí..... | 20 |
| 1.2.4 Kdo vytváří vztah k volnočasovým aktivitám..... | 21 |
| 1.3 Negativní činitelé volnočasových aktivit..... | 23 |
| 1.3.1 Změny pracovní doby rodičů | 24 |
| 1.3.2 Přesun obyvatelstva z vesnic do měst | 25 |
| 1.3.3 Nemožnost využít volný čas | 25 |
| 1.3.4 Nezájem o volný čas..... | 27 |
| 1.3.5 Pasivní trávení volné času | 28 |
| 2 Praktická část..... | 30 |
| 2.1 Výzkumná část..... | 30 |
| 2.1.1 Cíle výzkumu..... | 30 |
| 2.1.2 Charakteristika zkoumaných oblastí | 30 |
| 2.1.3 Obecná charakteristika žáků 5. tříd | 34 |
| 2.2 Stanovení hypotéz | 37 |
| 2.3 Metody výzkumu | 37 |
| 2.4 Popis výzkumu..... | 38 |
| 2.5 Nabídka volnočasových aktivit v městě Písku | 38 |

| | | |
|-----|---------------------------------|----|
| 2.6 | Vyhodnocení dotazníků | 41 |
| 2.7 | Diskuse..... | 51 |
| | Závěr | 54 |
| | Seznam použité literatury | 56 |
| | Internetové zdroje | 56 |
| | Seznam grafů..... | 57 |
| | Seznam příloh..... | 57 |

Úvod

Ve chvíli, kdy se řekne volný čas si každý z nás představí něco jiného. Může to být volný čas trávený v kruhu rodinném, v zájmových kroužcích či na sociálních sítích. Nyní žijeme v době, která svou rychlostí a vymožeností v oblasti technologie předčila veškeré své odhady a právě to se nejvíce dotýká trávení našeho volného času. Hnacím motorem se staly peníze a právě díky nim lidé mohou žít v komfortu. Už dávno dětem nestačí hračky v podobě plastických zvířátek, nebo snad dřevěných skládaček. Doba je mnohem dále. Děti si přejí dotykové mobilní telefony, tablety a počítače. A právě díky technické vyspělosti a také dostupnosti těchto produktů si dnes děti už nehrají tolik venku. Dnešní náplň volného času se stává hra s mobilním telefonem, počítačem nebo tabletem. Téměř každé dítě má v dnešní době počítač. A právě toto můžeme označit za nastávající problém, kdy dítě místo toho, aby svůj volný čas trávilo pohybovou činností, si raději sedne k jedné z technických vymožeností dnešní doby a svůj život začne žít na sociálních sítích.

Toto má za následek, že u nás přibývá počet obézních jedinců a to i mezi dětskou populací. Můžeme se nyní ptát, zda je problém v nedostatečné nabídce sportovních aktivit pro děti? Nebo zda jsou navině rodiče, kteří nevedou děti k pohybovým aktivitám, jelikož jejich hlavní náplň se stal pobyt v práci a na své ratolesti jim už nezbývá čas. Či snad cenová nedostupnost kroužků, které jsou nabízeny na trhu. Právě na tyto otázky chci hledat odpověď ve své bakalářské práci.

Toto téma jsem si vybrala díky mému kladnému vztahu k pohybu a to především k tanci. Před 3 lety jsem měla možnost dostudovat na taneční konzervatoři, a proto bych ráda spojila dvě věci, které mám ráda, pohyb a mé rodné město Písek, kde budu danou problematiku sledovat. Za úkol si dávám prozkoumat především oblast volnočasových aktivit zabývajících se pohybovým zaměřením pro děti mladšího školního věku. Tedy žáky I. stupně základní školy. Pro zkoumání jsem si vybrala dvě základní školy a to ZŠ J. K. Tyla, kterou jsem sama navštěvovala a ZŠ T.G. Masaryka. Obě dvě školy nabízejí program sportovních tříd i nesportovních tříd.

1 TEORETICKÁ ČÁST

1.1 Vysvětlení základních pojmů

1.1.1 Pohyb

Neodmyslitelnou součástí naší existence je od nepaměti pohyb. Už u samého stvoření člověka dochází k mnoha pohybovým reakcím (např. splynutí dvou buněk a utvoření zárodku). Jak uvádí Slepíčka: „*Pohyb živé bytosti je základním projevem jejího života. Motorika se promítá do schopností vnímat, hodnotit a užívat prostorové vztahy. Tělo je hlavním prostředkem sebevnímání, sebepochopení a interakce s okolím. Prostřednictvím pohybu těla je umožněno vnímání změn. To jak se vnímáme a hodnotíme, ovlivňuje zásadním způsobem naše chování a prožívání.*“ (Slepíčka, 2009 str. 32)

Určuje tedy pohyb naše bytí? Pohybové segmenty člověka a prostředí, ve kterém žije, jsou přirozenými projevy jeho bytí, protože jeho pohybové dovednosti se vyvíjely během evoluce po několik miliónů let a právě díky tomu jsou uloženy hluboko v našich genech.

1) **habituální pohybovou aktivitu** (oblékání, hygiena, vaření, úklid atd.)

2) **pracovní a školní, sportovní, rekreační** (<http://www.fsps.muni.cz/~novotny/Hypokin.htm>)

I z historie je mnoho dokladů o tom, že pohyb byl pro člověka neodmyslitelnou součástí, již ve starém Římě se pěstoval jako věc zušlechťující nejen naše tělo, ale i naši mysl. Byly pořádány olympijské hry na oslavu pohybu a kultu těla. Z čehož plyne, že již od pradávna se v lidech probouzela touha se hýbat.

1.1.2 Vývojová období

Každé životní období je charakteristické nějakou pohybovou strukturou, kterou se člověk naučí a začne ji používat. Jak jsem se již zmínila, náš život začíná splynutím dvou buněk a od té chvíle začíná pohybová aktivita. V knize Psychologie sportu od autorů Pavla Slepíčky, Václava Hoška a Běly Hátlové můžeme vývoj pohybu rozdělit do těchto skupin podle ontogenetických období:

Prenatální období (do porodu) - v tomto období jde především o vývoj biologický, objevují se zde první jednoduché psychické reakce. Plod je schopen uchovat a získat jednoduchou

zkušenost, je tedy schopen elementárního učení. Jedná se spíše o změny poloh v děloze matky.

Novorozenecké období (do 4 týdnů od narození) – jedná se o období adaptace na mimoděložní prostředí. Novorozenec reaguje na základě reflexů a vrozených způsobů chování. Některé vrozené reflexy: sací, hledací, uchopovací, plovací pohyby atd.)

Kojenecký věk (do 1 roku) – první rok života je charakteristický individuálními rozdíly v rozvoji funkcí a tím i v prožívání a chování. Dítě si začíná uvědomovat svoje tělo a jeho činnosti. Prožitek sebe sama je vztažen k tělovýchovnému schématu.

Batolečí věk (1 – 3 roky) – pohyb je jedním ze základních projevů, je přímým odrazem prožívání dítěte. Narůstá základní důvěra v sebe a své schopnosti.

Předškolní věk (3 – 6 let) – sebehodnocení začíná být převážně závislé na hodnocení druhých lidí. Vědomí pohlaví, je od 4 let neměnným znakem (nemohu ho změnit převlečením). Motorika se vyvíjí na podkladě zrání mozkových struktur. Pohyby se postrupně diferencují, zpřesňují, mají převážně účelové zaměření. Nové pohyby jsou určeny převážně formou nápodoby.

Školní věk (1. – 2. třída; 6 -8 let) – nejvýznamější je změna životní situace, která je dána novými rolami žáka a spolužáka. Rozvoj dovedností je umožněn biologickým dozráváním a zpřesňováním nervosvalové koordinace.

Prepubescence (3. – 5. třída; 9 – 12 let) – je časem dozrávání předchozích vývojových skoků a příprava na dynamické období puberty. Narůstá potřeba nových poznatků, dovedností a kontaktu s vrstevníky. Rozvoj dovedností je podpořen dozráváním nervosvalové koordinace a potřebou získávání nových znalostí a dovedností. V tomto období jsou vhodné podmínky pro rozvíjení obratnosti a pohyblivosti. Radost z pohybu je silným motivačním prvkem pro pravidelné provádění sportovních činností

Pubescence (11 – 15 let; první fáze dospívání) – dominující je úplná tělesná přeměna provázená vysokou psychickou labilitou a senzitivou vnímání vlastního Já. Emoční labilita se projevuje v impulzivité a nedostatku sebeovládání. Tělesná přeměna navozuje vysoce ceněnou hodnotu tělesné atraktivity, projevující se u chlapců především v oblasti síly a u

dívek v oblasti vzhledu. Pohybové aktivity, které vyžadují sílu, musejí být odlišně trénovány u chlapců a dívek, u kterých je třeba snížené silové schopnosti vyrovnávat kvalitou technického provedení, zvýšenou senzitivitou prostředí a ovládaným předmětům.

Adolescence (15 – 20 let) – je to období, kdy vlastní tělo, jeho vzhledová a sociální atraktivita jsou součástí identity jedince stejně jako potřeba výkonu. Biologický vývoj předchází vývoj psychický. Adolescent je fyzicky i psychicky připraven podávat výkony na horní hranici svých možností a tuto hranici posunovat. Je schopen dlouhodobě pracovat na technické dokonalosti pohybové struktury. Motorika doposud zaměřená na zdokonalování dovedností má nyní výkonové zaměření.

Mladá dospělost (20 – 35 let) – v této době organická kapacita dosahuje vrcholu mezi 28 až 33 rokem života člověka. Pohybová činnost má převážně výkonový charakter.

Střední dospělost (35 – 45 let) – pohybová činnost má převážně relaxační charakter. Podstatou je stabilizace a udržování výkonnosti. Postupné snižování organické výkonnosti je nahrazováno osobní zkušeností.

Starší dospělost (45 – 60 let) – jde o soubor celé řady pochodů, jejichž začátky se datují mnohem dříve, než postřehneme prvé zjevné známky stárnutí. Morfologické změny vedou ke změnám funkčním. V první řadě je to snížení výkonnosti a porucha adaptace na zátěž. "starý člověk se snáze unaví, i jeho uklidnění po námaze trvá déle. Zpomaluje se celkové psychomotorické tempo.

Stáří 60 a výš – jde o udržování fyzických a psychických kompetencí. Pohybová činnost se zaměřuje na aktivní relaxaci formou cyklické zátěže střední intenzity.

Pravé stáří na 75 let – pohybová činnost na individuálně nejrozličnější výkonové úrovni slouží k udržování fyzických a psychických kompetencí.[7]

1.1.3 Příčiny omezení v pohybu

V dnešní době je pohyb značně omezen a to díky technické vyspělosti, kterou naše lidstvo dosáhlo. Pro přepravu se používají prostředky hromadné dopravy v podobě letadel, autobusů a aut. Což nám lidem usnadňuje mnoho věcí, ale zároveň nám to ubírá možnost, kterou jsme využívali v historii, se z bodu A do bodu B přepravit svými vlastními silami, a to

například chůzí. Většina dětí je do školy vozena autem, jelikož se tím ušetří čas nejen dětí, ale především rodičů, spěchajících do práce. Mezi další problém, jenž přináší technická vyspělost, můžeme uvést počítač. Svět se nyní pohybuje spíše na sociálních sítích, které jsou umístěny v pohodlí komfortně vybavených domácností. Děti si často vyplňují svůj volný čas sezením u počítače, nebo u televize i několik hodin denně. Což může mít za následek spoustu zdravotních potíží.

Nejčastější zdravotní problémy způsobené sezením u počítače

1) **Tenisový loket.** Při dlouhodobé práci se špatně umístěnou klaviaturou a při práci s "myší" je nadměrně namáhán loketní kloub. Toto může vyvolat podobné onemocnění tenistů – tenisový loket.

2) **Onemocnění páteře.** Při nevhodném držení těla při práci u počítače (nevhodná židle). Může mít za následek rozličné bolesti v zádech (především v oblasti hrudní a krční páteře). To může mít za následek specifické projevy jako je: závratě, bolesti hlavy, žaludeční potíže. To je tzv. "nemoc pokladních" .

3) **Onemocnění zraku.** Vnímavější jedinci mohou pociťovat únavu zraku spojené se zánětlivým onemocněním spojivek. Časté jsou také stížnosti na večerní neostrost vidění nebo tlak v očích a celkový pocit psychické nepohody. (<http://www.ics.muni.cz/bulletin/articles/413.html>)

A právě ztráta pohybu je dle mého názoru jedním z největších problémů společnosti a zároveň zárodkem pro bujení civilizačních chorob. Jejichž činitelem a podporovatelem je zrychlená doba a neustálá honba za lepšími výsledky. Mezi tyto faktory může uvést i stím související stres a jiné negativní faktory, které nás oslabují. Do kategorie civilizačních chorob můžeme zařadit: alergii, cukrovku, obezitu, záchvaty migrény, deprese, bulimii, hypertenze, gastroenteritidu, kardiovaskulární onemocnění, choroby vředů, mozkové příhody cévní, vysoký cholesterol, nádory, osteoporózu a schizofrenii.

Mezi nejvíce rozvíjející negativní faktory dnešní společnosti je tzv. Hypokineze, která je jednou z nejzávažnějších civilizačních nemocí. O této civilizační chorobě můžeme hovořit, jako o: *Nemoci způsobené životem, který s sebou přinesla civilizace (nedostatek pohybu,*

hypoaktivita), přivádí každého z nás k výraznému snížení vrozených dispozic k pohybu a skutečným pohybovým režimům. Naším největším problémem je, že i když jsme se narodili pro pohyb, tuto možnost plně nevyužíváme a často si vše usnadňujeme např. jízdou v motorových dopravních prostředcích, většinu školní docházky a pracovní doby prosedíme případně prostojíme. Máme výrazně omezenou aktivní svalovou práci a samozřejmě i činnost dalších orgánů a systémů, bez nichž by pohyb nebyl možný, a díky nimž pohyb vlastně můžeme vytvářet. (<http://www.fsps.muni.cz/~novotny/Hypokin.htm>)

Právě nedostatek pohybové aktivity snižuje úroveň přizpůsobení tělesné zátěži. Tento jev můžeme nazvat Desadaptace (jedná se o opak adaptace), který se projevuje ve všech subsytémech organismu lidského těla:

Novotný uvádí:

1) **Neuroendokrinní regulace:** Zvýšená sekrece katecholaminů (adrenalinu a noradrenalinu) a stimulace sympatické části neurovegetativního systému; pokles produkce beta-endorfinů při tělesné zátěži, které tlumí bolest a přinášejí příjemný pocit; pokles parasimpatikotonie v klidu; snížená účinnost inzulínu při práci

2) **Transportní systém:** snížení jeho kapacity; snížení dechového objemu, zvýšení dechové frekvence, nižší provzdušnění plicních sklípků a prokrvení plic (perfuze), nižší příjem kyslíku a výdej oxidu uhličitého, nižší saturace krve kyslíkem; nižší kapilarizace svalů; hypotrofie a nižší stažlivost (kontraktilita) srdečního svalu.

3) **Metabolismus:** nižší kapacita, horší využití tuků jako zdrojů energie, větší podíl anaerobního hrazení energetických potřeb při pohybu; nižší endogenní antioxidační kapacita, např. superoxid-dismutázy (pro likvidaci volných kyslíkových radikálů); omezení kapacity pro hospodaření s vodou a minerály a termoregulační kapacity.

4) **Pohybový systém:** snížení svalové síly i stavby; oslabení struktury a odolnosti šlach, vazů, a kostí; omezení pohybové výkonnosti. (<http://www.fsps.muni.cz/~novotny/Hypokin.htm>)

A právě 4 bod je v dnešní době nejvíce viditelný na lidském těle a to skrze Vady držení těla. Tyto vady si každý jedinec získává již v útlém dětství, kdy se vlivem nesprávného zatížení pohybového aparátu, (například těžkými taškami do školy či snad v pozdějším věku nošením

místo batohů jen kabelek na jedno rameno), rozvíjí svalová nerovnováha, která může vést až k již zmiňovanému vadnému držení těla (zvětšená lordóza bederní a krční páteře, zvětšená kyfóza hrudní páteře nebo skolióza v podobě trojrozměrné deformity s posunem ve frontální a sagitální rovině). Ovšem toto nepatří k jediným ukazatelům, které podporují vadné držení těla. Největší nárůst vadného držení těla u dětí je spojen se změnou životního stylu, který má za následek i nárůst obezity a to především díky moderním technikám, které mladé populaci i dospělým odebírají možnost provádět pohybovou aktivitu v rozsahu jako tomu bylo dříve. Obezita je proto v dnešním přetechnizovaném světě s minimálním pohybem a s dosahem velkého množství potravin, nemoc, která bují ohromnou rychlostí. Dle zdravotnického hlediska je obezita nadměrné ukládání energetických zásob v podobě tuků. Nejčastější příčinou vznik tohoto onemocnění je kombinace většího energetického příjmu, dědičných a psychických vlivů a v neposlední řadě nedostatek pohybu. Proto je obezita rizikovým faktorem aterosklerózy, trombózy, cukrovky, nemoci kloubů a páteře.

Jak řekl Slepíčka: „*Proto by si každý z nás měl uvědomit fakt, že: tělesná cvičení zesilují vnímání sebe sama skrze vlastní tělo a díky tomu navozují situace k vyjadřování svých pocitů a k prožívání prostřednictvím svého těla.*“ (Slepíčka, 2009 str. 33)

Například tanec je dle mého názoru jedním z ryzích spojovatelů, který propojuje zdraví a zároveň možnost vyjádření emocí skrze pohyb. Mnoho žen vyhledává toto spojení, které nejenže poskytuje nabití pozitivní energií, ale zároveň může sloužit jako relaxace. V dnešní době má tanec spoustu podob, ať už je to dynamická zumba, či relaxační improvizace až po fitbalet plný přísných pravidel připodobňující klasickou taneční techniku. Tanec je totiž dle mého názoru nejpřirozenějším pohybem pro člověka. Už mále děti se pohupují v rytmu hudby a možná díky tomuto faktu je jedním z nejnavštěvovanějších kroužků mezi dětskou populací nejen fotbal a hokej, ale i tanec.

1.2 Volný čas

1.2.1 Vymezení volného času

Už samotný nadpis nese v názvu slovo čas. Co vlastně představuje a co znamená čas? Jak uvádí Sekot: „*Čas je, při vší své naprosté exaktnosti měření, veličinou z pohledu životního*

stylu nesmírně relativní, či spíše možná relativizující. Jeho podíl na jednotlivých lidských činnostech se mění jak v průběhu života jedince, skupin, dobových zvláštností a historických proměn, tak v kontextu místa a celého komplexu specificky sociálně a kulturně zakotvených okolností. (Sekot, 2003 str. 110)

Volný čas nese ve svém spojení mnoho definic. Proto se často v publikacích na toto téma používané slovo „volný čas“ můžeme chápat. Jak uvádí Pávková: „*Volný čas je možno chápat jako opak doby nutné práce a povinností a doby nutné k reprodukci sil(Průcha, Walterová, Mareš, 2001). Je to doba, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přinášejí nám pocit uspokojení a uvolnění. Pod pojmem volný čas se běžně zahrnují odpočinek, rekreace, zábava, zájmové činnosti, zájmové vzdělávání, dobrovolná společensky prospěšná činnost i časové ztráty s těmito činnostmi spojené.*“ (Pávková, 2002 str.13)

Jako další definici na stejné téma bych použila internetový servr Česko jede, kde se o volném čase píše: „*Volný čas je doba, kdy člověk koná činnosti podle své vůle takovou intenzitou, aby si odpočinul, bez záměru produktivity pro prospěch společnosti. Volný čas je mimopracovní doba, osvobozená od času přesčasové práce a dojíždění na místo pracoviště.*“ (<http://www.ceskojede.cz/rubriky/obecne-informace/definice/>)

Z těchto dvou definic se pokusím udělat obecné résumé, které vystihne podstatu volného času. Dle mého názoru je volný čas doba, kdy nemáme žádné povinnosti, které musíme splnit a tento čas trávíme tak, jak si sami zvolíme. Ať už odpočinkem, provozováním koníčků či snad setkáváním s přáteli.

Volný čas můžeme dělit:

- 1) délassement** = odpočinek, doba zotavení, reprodukce pracovní síly
- 2) divertissement** = možnost rozptýlení, zábavy, únik z monotónnosti práce
- 3) développement** = vnímáme jako rozvoj osobnosti fyzický, kulturní a sociální [15]

Můžeme tedy hovořit o volném čase, jako o situaci, která nás má nejen rozvíjet, ale především do jisté míry poskytovat relaxaci. Například fotbal může být pro dítě do jisté míry

vyčerpávající, díky nárokům, jenž jsou na něj kladeny již od útlého dětství, ale i přes jeho náročnost je dítě začleněno do skupiny, má možnost rozvoje. Naučí se zde týmové hře a zároveň si zde bude tvořit svoji osobnost a pílí něčeho v budoucím životě dosáhnout. Můžeme to nazvat jistým bodem seberealizace.

Jaké činnosti tedy do volného času nepatří? Pávková uvádí: „ *Z hlediska dětí a mládeže do volného času nepatří vyučování a činnosti s ním související, sebeobsluha, základní péče o zevnějšek a osobní věci, povinnosti spojené s provozem rodiny, domácnosti, výchovného zařízení i další uložené vzdělávání a další časové ztráty. Součástí volného času nejsou ani činnosti zabezpečující biologickou existenci člověka (jídlo, spánek, hygiena, zdravotní péče). Ale i z těchto činností si někdy lidé vytvoří svého koníčka, což je zřejmé např. ve vztahu k přípravě jídla (i jeho konzumaci).*“ (Pávková, 2002 str.13)

Dalším odvětvím, které se snaží volný čas specifikovat je psychohygiena, která formuluje určitá pravidla a zásady, které by měly pomoci jedinci lépe prožívat volnočasové aktivity:

Spousta uvádí toto dělení:

- 1) Volný čas není zbytečně stráveným časem.**
- 2) Uvědomit si odpovědnost nejen za své pracovní výsledky, ale i za využívání svého volného času.**
- 3) Nejvýhodnější je organizovat volný čas individuálně nebo individuálně co nejvíce respektovat.**
- 4) Ve volném čase odstranit každou křečovitost a nesmyslné usilí.**
- 5) Soukromé plány, cíle a hodnoty v čase povinností korigovat rozumem, ve volném čase fantazií.**
- 6) Snažit se o široké zájmy a záliby a nevázat jejich realizaci aboslutně na zaměstnání.**
- 8) Ve volném čase se věnovat aktivitám, pro něž lze předpokládat schopnosti.**
- 9) Činnost ve volném čase by měly vést k subjektivnímu prožitku úspěchu.**

10) Hledat náplň aktivity ve volném čase v imaginaci a ne v racionalitě, aniž by docházelo k odtržení od reality.

11) Psychohygienická pravidla pro využívání volného času neplatí jen pro psychiku člověka, ale i pro jeho tělo.

12) Znat psychohygienická pravidla pro využívání volného času a mít na ně vlatní poučený názor. (Spousta, 1996 str. 15)

Samozřejmě každé odvětví i volný čas se během vývoje měnil a dále rozvíjel podle potřeb lidí. Díky tomu se zároveň vyvíjelo i jeho názvosloví. Zprvu můžeme hovořit o výchově mimotřídní, mimoškolní a mimo vyučování. Zde šlo o snahu a potřebu nějakým způsobem ovlivňovat pedagogicky volný čas jako rozvíjející se oblast života dětí a mládeže. [5]

Výchova mimotřídní- aktivity realizované školou mimo povinnou školní výuku, jednalo se o výchovu, která probíhala mimo školní vyučování, ale byla provozována ve škole

Výchova mimoškolní – pojmenování činnosti uskutečňující se mimo školu např. ve sdruženích a zařízeních volného času, jedná se o poškolní aktivitu

- oba tyto pojmy byli uplatňovány poválečnou sovětskou pedagogikou, v 60. letech byly nahrazovány širším a věcně správným vymezením výchova mimo vyučování

Pedagogika volného času – tento souhrnný název vznikl někdy počátkem 90 let minulého století, kdy se sice stále uplatňovali souběžně 2 terminologie a to výchova mimo vyučování a pedagogika volného času z čeho vyplynulo, že v průběhu let se vše, co řešilo volný čas dětí a mládeže ujednotilo pod pedagogiku volného času

Posláním pedagogiky volného času je analyzovat dosavadní vývoj právě uvedených oblastí, vnášet do nich nové podněty a iniciativy a harmonizovat jejich řešení, děti a mladé lidi uschopňovat k tomu, aby se za pomoci dospělých (rodičů, vychovatelů, animátorů) a později i samostatně učili vhodné aktivity a realizační způsoby správně volit a zvládat tak, aby byli ve prospěch rozvoje jich samých, jejich sociálního okolí, společnosti, přírody. [5]

Výchovné zhodnocování volného času podle Hofbauera zahrnuje několik oblastí:

Výchova ve volném čase – sem patří veškeré působení v časovém prostoru, který neslouží realizaci základních biologických potřeb ani školních nebo pracovních povinností. Dobrovolnost účasti na volnočasové činnosti umožňuje do výchovného procesu včleňovat sami děti a mladé lidi jako jeho aktivního činitele a vytvářet tak nové možnosti a specifické způsoby jejich formování.

Výchova prostřednictvím aktivit volného času – směřuje jednak k utváření individuálních rysů účastníka činnosti, jednak k jeho působení mezi druhými lidmi (ve vrstevnické nebo zájmové skupině, podílem na veřejném životě, v dobrovolnické práci apod.). Východiskem i cílem aktivit je osvojit si nové znalosti, dovednosti a kompetence „ uvnitř“ oblasti volného času (např. prostřednictvím rozvoje individuálního zájmu; oddechové a relaxační činnosti). Současně však volnočasové aktivity tuto oblast v mnohém překračují (např. přechodem od individuální zájmové orientace k volbě budoucího povolání, osvojování zdravého způsobu života nebo hodnot demokratického občanství, veřejně prospěšnou činností).

Výchova k volnému času – zahrnuje reflexi samotného volného času, cílevědomé okrádání a využívání obsahů činností a různých způsobů jeho využívání. Výchovu k volnému času lze tak právem pokládat za klíč pro otevírání nových možností aktivit a rozvoje člověka, za motor, který celému úsilí dává potřebou orientaci a dynamiku. (Hofbauer, 2004 str.18)

Výchova formální – systém aktivit uskutečňovaných ve školách nebo v odborných vzdělávacích zařízeních. Je zajišťována a podporována státem.

Výchova informální – je učením vyplývajícím z každodenního kontaktu a zkušeností s rodinou, prací, přáteli, živelně vznikajícími vrstevnickými skupinami dětí a mládeže, medií a vlivy dalších činitelů, kteří působí v blízkých životních prostředcích

Výchova neformální – je cílená a strukturovaná aktivita mimo formální výchovný systém (např. zájmový kroužek, činnost v útvaru zájmové činnosti, umělecký soubor nebo sportovní družstvo, nebo členství ve sdružení dětí a mládeže). Zpravidla tato aktivita neprobíhá ve škole nebo v odborném vzdělávacím zařízení a není zakončena udělením osvědčení. [3]

1.2.2 Funkce výchovy mimo vyučování

Výchovně vzdělávací funkce – jednotlivé instituce se snaží podílet podle svých specifických možností a legislativně a podle vymezeného poslání na rozvíjení schopností dětí a mládeže, na jejich usměrňování, kultivaci a uspokojování jejich zájmů a potřeb, na formování postojů a morálních vlastností. Prostřednictvím pestrých a zajímavých činností se děti motivují k společensky vhodnému a žádoucímu využití volného času, k získávání nových vědomostí, dovedností i návyků, které mají za cíl rozvíjet celoživotní vzdělávání. [5]

Zdravotní funkce – zdravotní funkci plní instituce pro výchovu mimo vyučování zejména tím, že přispívají k usměrňování režimu dne tak, aby pomáhal vytvářet zdravý životní styl. To spočívá ve střídání činností různého charakteru (duševní a tělesné činnosti, práce a odpočinku, činností organizovaných a spontánních). Zvláště velký zdravotní význam má podněcování a poskytování příležitostí k vydatnému pohybu na čerstvém vzduchu. Pohybové, tělovýchovné a sprotovní činnosti ve volném čase kompenzují dlouhé sezení při vyučování a pro zdraví dětí jsou nezbytné.

Sociální funkce – instituce pro výchovu mimo vyučování mají také velmi důležitou funkci sociální. Ovlivňování volného času dětí a péči o ně zbavují rodiče do značné míry starostí v době, kdy jsou v zaměstnání nebo mají jiné povinnosti. Výchovně-vzdělávací zařízení mají také možnost v době mimo vyučování vyrovnávat rozdíly mezi nestejnými materiálními i psychologickými podmínkami v rodinách. Tím pomáhají zejména dětem z méně podnětného nebo z konfliktního rodinného prostředí. Celou svou prací se dále podílejí na utváření bohatých a žádoucích sociálních vztahů. Jednotlivé typy výchovných zařízení plní sociální funkci různým způsobem a v odlišné míře. Zvláště významná je sociální funkce těchto zařízení, která pracují s mladšími dětmi nebo přechoně či trvale plní funkci rodinné výchovy (např. školní družiny, dětské domovy, domovy mládeže). (Pávková, 2002 str.40)

Všechny tyto funkce musí být v rovnováze, ale často se tomu tak neděje. Dnešní doba s sebou nese značné ekonomické problémy. Jedním z těchto ovlivňujících faktorů je i vysoké procento nezaměstnanosti, které může způsobit nemožnost poskytnout svým dětem jakoukoli vyplň volného času. A to například rodinným výletem, či zájmovým kroužkem, který by dítě pravidelně navštěvovalo a spousty dalších akcí. Tímto problémem může být i nedostatečné finanční ohodnocení zaměstnanců (rodičů), nebo snad střídáním ranních a

odpoledních směn. Právě tyto faktory mohou mít za následek nemožnost rodičů se aktivně podílet na volném čase svých dětí. Ovšem, když rodiče vykonávají zaměstnání a tuto funkci nemají možnost plnit, měla by být tato situace řešena například ponecháváním dítěte v družině nebo jinou možností v podobě pani na hlídání. Ale i zde můžeme narazit na problém. Jak jsem se již zmínila, dnešním negativním faktorem u střední vrstvy bývají často finance, a proto rodiče například nemají na zaplacení družiny nebo škola nabízí družinu jen pro děti do I. stupně. V tuto chvíli nastává situace, kdy dítě chodí samo domů a vytváří si program, jak tento čas bude trávit. Pak se často uchýlí ke koukání na televizor či hře na počítači. Z tohoto faktu vyplývá, jak důležitá je role rodiče jako organizátora volného času dětí, ale nejen rodiče jsou důležitými osobami, které mohou plánovat volný čas dětem. Každý dospělý, který se aktivně setkává s dítětem ve volném čase se přímo podílel na výchově. Mezi tyto osoby můžeme zařadit: vedoucí, vychovatele, animátory nebo organizátory. Ti se pak stávají spoluúčastníky a spolutvůrci výchovného zhodnocování volného času.

1.2.3 Role dospělého ve volném čase dětí

Dospělí pracující ve volném čase dětí a mládeže hrají důležitou roli. Často se stává, že nahrazují rodiče v organizování dne dětí a učí je, jak si mají sami tvořit program svých volnočasových aktivit a dávají jim podněty, které jim v budoucím tvoření programu mohou pomoci.[6]

Dále Hájek uvádí tyto možnosti:

Účastník volného času – je nejširší označení pro děti, mladé lidi i pro dospělé, kteří mezi nimi v této době působí; společnou základní charakteristikou je dobrovolnost účasti

Pracovník volného času- pojmenovává dospělého, který v této oblasti působí profesionálně

Organizátor- vyjadřuje – rovněž v obecné rovině – organizaci jako jeden z podstatných zřetelů působení dospělého ve volném čase dětí a mládeže

Vedoucí – se užívá v širokém významu i v konkrétních oblastech volnočasové výchovy, např. v oddílu sdružení dětí a mládeže, zájmovém kroužku, souboru umělecké tvořivosti

Vůdce – se dříve uplatňoval v některých sdruženích dětí a mládeže (skauting), pro své konotace vzhledem k vývoji evropské společnosti první poloviny 20. Století však v současnosti ustoupil do pozadí

Vychovatel – je pojem velmi častý a obsahově různorodý. Označuje profesionálního pracovníka zařízení volného času (školní družina, školní klub, dětský domov, domov mládeže). Užívá se však také pro pracovníky nápravných zařízení (Hájek, 2008 str. 34)

V posledním desetiletí se objevují cizojazyčné označení pro funkce, specializující a působící ve volném čase:

Facilitátor (ang. Facilitator, franc. Facilitateur ve významu pomocník i animátor) – ten, kdo usnadňuje, ulehčuje, podněcuje a oživuje komunikaci. Dnes se spíše pro tuto osobu používá označení Animátor, což je volnočasový pracovník, který se nezabývá jen dětmi a mládeží, ale stará se i o volnočasové aktivity seniorů

Streetworker- u nás někdy označovaný jako sociální asistent. Je pracovník, jehož posláním je vyhledávací, doprovodná a mobilní sociální práce s nízkoprahovou nabídkou sociální pomoci. Zaměřuje se na jednotlivce i skupiny s rizikovým chováním, jež tento pracovník kontaktuje v době jejich spontánního setkávání. Jeho působení se týká zejména: dětí a mladistvých, kteří svůj volný čas tráví na ulici bez dozoru a smysluplné náplně.[6]

1.2.4 Kdo vytváří vztah k volnočasovým aktivitám

Rodina

Jak uvádí Hofbauer: „*Rodina jako primární sociální skupina je pro rozhodující většinu dětí a mládých lidí také prvotním prostředím volnočasového života a výchovy.*“ (Hofbauer, 2004 str. 56)

Rodiče často vytváří svým dětem plán volnočasových aktivit. Ať už je to plánování společných výletů, či pomoc při výběru kroužků. Jak uvádí Csemy: „*Sledované děti se svými rodiči nejčastěji společně trávili volný čas sledováním televize nebo videa, potom následovalo společné posezení, návštěva přátel, společná procházka, společenské hry a sport, který společně se svými rodiči alespoň jednou týdně provozoval téměř třetina dětí.*“ [2]

Často se stává, že pokud jsou rodiče aktivní, budou i jejich děti mít mnohem větší zájem vyžítí volnočasovými aktivitami a to nejen výlety na hory, k moři, či společné chvíle ztrávené například na jízdách kolech. Ale nemusí jít pouze o finančně náročné volnočasové aktivity. Mezi méně finančně náročné můžeme zařadit například oslavy, domácí hry či obyčejné procházky a návštěvy ostatních rodinných příslušníků. Děti se totiž učí nápodobou, z toho tedy vyplývá, jak důležitá je nukleární rodina pro výchovu dětí k trávení volného času. V současné době se rodina rychle proměňuje, díky mnoha faktorům, které na rodinu působí. Můžeme o těchto faktorech hovořit jako o pozitivních a negativních. Mezi pozitivní můžeme zařadit rychlý ekonomický a technický pokrok. Vznik mnoha zábavných heren, turistických tras a míst, kam můžeme s dětmi jít a trávit společný čas. Negativní faktory podrobně rozeberem v následující kapitole, která je celá zaměřena na toto téma.

Výchova mimo vyučování

Důležitými zařízeními, které v dětech vytváří vztah k volnočasovým aktivitám mohou být školní družiny, školní kluby, střediska pro volný čas dětí a mládeže (domy dětí a mládeže a stanice zájmových činností), základní umělecké školy či jazykové školy.

Pávková uvádí toto dělení:

Školní družiny – zaměřují se na práci s dětmi prvního stupně základní školy. Kromě výchovné a zdravotní funkce má velký význam sociálního poslání, protože toto zařízení zajišťuje sociální péči a bezpečnost dětí v době, kdy jsou rodiče v zaměstnání. Vzhledem k věkovým zvláštnostem dětí mladšího školního věku, zejména k velké šíři a labilitě zájmů, se výchovná činnost orientuje na co nejpestřejší strukturu zájmových činností a uspokojení velké potřeby pohybu.

Školní kluby – pracují s dětmi středního věku, se žáky druhého stupně základní školy. Vycházejí z charakteristiky této věkové skupiny, zejména z větší samostatnosti dětí a jejich vyhraněnější a specializovanější zájmové činnosti. Na rozdíl od školních družin ustupuje do pozadí sociální funkce těchto zařízení. Těžištěm práce školních klubů je v zájmové a průběžné nabídce spontánních aktivit v prostorách klubu zařízených jako herny, čtenářské koutky, počítačové pracovny, či upravená vnitřní a venkovní hřiště.

Střediska pro volný čas dětí a mládeže – jsou zařízení, která se zaměřují především na realizaci specializovaných zájmových činností pod odborným pedagogickým vedením. Organizují příležitostnou i pravidelnou zájmovou činnost v kroužcích, soutěže pro talentované jedince, prázdninové tábory, nabízejí spontánní aktivity na hřištích, ve hernách apod.

Základní umělecké školy – se svými hudebně – pohybovými, výtvarnými a literárně-dramatickými obory poskytují uplatnění dětem, mládeži i dospělým s vyhraněnými zájmy a schopnostmi v estetickovýchovné oblasti. Přípravují pro studium na středních a vysokých školách s uměleckým zaměřením.

Jazykové školy – plní funkci zájmového vzdělávání v oblasti výuky cizích jazyků. Kromě uvedených typů zařízení se podílí na ovlivňování volného času dětí a mládeže mnoho dalších subjektů. Jedná se například o různá občanská zařízení, sdružení dětí a mládeže, tělovýchovné a sportovní organizace, kulturní a osvětová zařízení. [5]

1.3 Negativní činitelé volnočasových aktivit

Velmi škodlivé je, když jedinec volný čas vůbec nemá. Příčiny bývají různé, ale častěji než velké množství povinností bývá hlavní příčinou špatná organizace práce a celodenního režimu. I při mimořádném zatížení úkoly je dlouhodobé odstranění volného času z životního režimu člověka neekonomické, neboť pracovní výkonnost zde rychle klesá. Zatímco při správném využívání volného času by se mohla udržet na stejné úrovni. Vedle špatné organizace životního režimu můžeme nalézt mnoho dalších nedostatků a psychohygienických problémů ve volném čase, takže můžeme dokonce mluvit o patologii volného času. Toto můžeme rozdělit do třech odvětví:

1) jedinec je neschopen odpočívat

2) jedinec věnuje volný čas určitým speciálním aktivitám, od kterých si slibuje velký rekreační a relaxační zisk

3) aktivita jedince je roztříštěná a impulzivní [10]

Popsané poruchy ve využívání volného času ukazovaly narušení ve smyslu redukce a intenzifikace činností ve volném čase nebo na jejich nevhodnou skladbu. Podívejme se nyní na druhý extrém, kdy volný čas je pocíťován jako „prázdný“ a jedinec ho nedokáže využít. Jedná se zejména:

1) **Nuda**- nepříjemný afektivní stav spojený s pocity napětí, se zkresleným prožíváním času a s pocity prázdna

2) **Existenciální frustrace** – vzniká, když člověk pochybuje o smyslu své existence [10]

Právě tyto patologické stavy mohou nastat u dětí, jejichž plánování času není usměřňováno nějakou další osobou (rodiče, vychovatelé atd.). V této souvislosti nemůžeme než trpce konstatovat, že mezi člověkem a jeho přirozeným prostředím, jemuž je příroda, vyrůstá stále masivnější hradba, která izoluje nás od naší podstaty. Rytmem moderní doby jsou nepěstované a dokonce i potlačované, potřebě zdravého pohybu v přírodním prostředí. Jsme obklopení houštinou civilizačních artefaktů sídlišť, dálnic, továren, nákupních středisek a parkovacích ploch. Dítě bydlící ve „věžáku“ sídlištního komplexu má pak nedostatek prožitku v přírodě a absenci dostatečných sportovních aktivit „kompenzuje“ sledováním přírodních krás v televizním dokumentu či akční sportovní videohrou. Návštěva zoologické zahrady či letního tábora, se pak stává letným zážitkem zprostředkujícím alespoň „informativní“ kontakt s přirozeným přírodním prostředím. Právě takto na člověka nejvíce působí prostředí, ve kterém žije. [8]

1.3.1 Změny pracovní doby rodičů

Tak jako každé odvětví procházelo historickými změnami i pracovní doba tohoti procesu nebyla ušetřena. Ve středověku lidé pracovali stále, aby šlechta mohla žít ve svém komfortu. V tomto období museli pracovat i děti a dle dochovaných deníků J.J. Ryby se dozvídáme, že on sám musel obhajovat i čas pro školní docházku. Z toho vyplývá, že v této době nemůžeme hovořit o volném čase dětí. Jelikož bude spíše pravdou, že děti chodily do práce a svůj volný čas trávili ve škole. Samozřejmě doba se měnila a stále mění. Dnes se setkáváme s 5 denní pracovní dobou v časovém rozmezí okolo 8 hodin. Jelikož je dle mého názoru doba, ve které žijeme jakousi honbou za kariérou. Lidé často mají 2 práce a to nejen z důvodu, že například splácejí hypotéku, ale často jim pro jejich styl života či snad zadluženost nestačí finanční

částka, kterou vydělají v jedné práci. Proto jim nezbyvá než pracovat od rána do večera, nebo i o víkendech. Novým fenoménem se stává porodnost ve vyšším věku. Můžeme to přisuzovat finanční zaopatřenosti, kterou chtějí dva lidé dosáhnout předtím, než svou rodinu rozšíří o potomstvo. Také to může být kariéřním růstem u žen, kterého chtějí dosáhnout před odchodem na mateřskou a dítě se často stává překážkou v dalším kariéřním růstu.

1.3.2 Přesun obyvatelstva z vesnic do měst

Pravděpodobně nejvíce člověka ovlivňuje právě to, v jakém prostředí žije a tráví svůj volný čas. Je samozřejmostí, že člověk na poušti bude trávit svůj volný čas jinak než člověk ve vysokých horách či snad na vesnici nebo ve městě. V dnešní době je trendem stěhování do měst a to nejen kvůli pracovním možnostem, ale také díky tomu, že města se stávají centrem zábavy a realizování sama sebe v podobě mnoha možností volnočasových aktivit a to nejen pro děti, ale také pro dospělé. Jednou z výhod může být možnost trávit volnočasové aktivity v organizovaných institucích, jako jsou například občanská sdružení. *Na kumulaci celkového objemu volného času se do určitého územního a sociálního prostoru má dnes podstatný vliv absolutní i relativní růst počtu obyvatel žijících ve městech (urbanizace).* Ve světě se rozšiřuje počet velkých měst i rozsáhlých obydlených území o mnoho milionech obyvatel (megalopole). Do měst různé velikosti se tak soustřeďuje rostoucí počet obyvatel i fond jejich volného času.

Život ve městech různé velikosti a sociálního profilu s sebou nese společné rysy. S dosavadním i předpokládaným růstem světové populace roste a dále poroste také jeho celkový fond. Vývojová křivka počtu obyvatel světa je velmi strmá a to směrem vzhůru. Současnou situaci také charakterizuje rychlý růst počtu seniorů. A v neposlední řadě mají na oblast volného času také vliv etnické změny ve složení obyvatelstva různých zemí. Ti přinášejí do jiných zemí etnické a náboženské zvláštnosti, jež nastolují vážné otázky jejich adaptace na nový sociokulturní kontext a kladou nároky na toleranci majoritní společnosti. Město se tak ale v současné době stává prostředím, v němž převažuje anonymita a odtažitoast sociálních vztahů. [3]

1.3.3 Nemožnost využít volný čas

V celém světě se prohlubuje společenská nerovnost a nedostatečná sociální ochrana nejmladších příslušníků společnosti tedy dětí a mladistvých. Dle analýz OSN vzrostla

ekonomická nerovnost mezi obyvateli téměř až dvojnásobně a zároveň klesla ochota rozvinutých zemí pomáhat a překonávat potíže, které v těchto zemích přetrvávají. [3]

Tyto poměry se do osudu mnoha dětí a mladých lidí přímo promítají a znemožňují jim jejich zdravý, tělesný, psychický vývoj. Podle údajů z konce devadesátých let byly na celém světě každoročně prodány na 4 milióny žen a dětí, v zemích Evropské unie bylo půl milionů žen a dětí nuceno poskytovat sexuální služby, ženská prostituce počínala již od 13 let. [3]

Mezi další problémy znemožňující aktivní trávení volného času můžeme uvést netoleranci, xenofobii a rasismus, které jsou často vedeny majoritními skupinami proti minoritním skupinám. V ČR se jedná zejména o menšiny romské populace.

Dalším ukazatelem nemožnosti využít volný čas může být nezaměstnanost, která se stala patologickým jevem současné společnosti a nežádoucím vlivem v trávení volného času. V těchto případech často chybí finanční částka, která by mohla zajistit prostředky pro prožívání volnočasových aktivit. Jak uvádí Hofbauer: „ *Mnoha mladým lidem bylo tak od počátku profesní kariéry znemožněno získávat pracovní zkušenost, společenský status i hmotné předpoklady pro zapojení do volnočasových aktivit.*“ (Hofbauer, 2004 str. 39)

A právě toto omezuje jejich zapojování do kulturního a veřejného života a může mít za následek zbavení možnosti existence vést normální a důstojný život se smysluplným využitím volného času. S prognózami, které nám přináší národní ústav odborného vzdělávání se tato situace zlepšit nebude, spíše nám ukazuje, že se rapidně zhorší. „*Národní ústav odborného vzdělávání považuje absolventy všech typů škol za rizikovou skupinu aktivních obyvatel. V letech 2009 až 2011 se počet nezaměstnaných absolventů zvýšil téměř o 63 % a odborníci se shodují, že tento trend se bude nadále prohlubovat. Podle jejich odhadů vzroste do roku 2020 počet absolventů vysokých škol v ČR o 43 %, avšak počet vhodných pracovních míst pouze o 10 %.*“ (<http://www.vysokeskoly.cz/clanek/pocet-nezamestnanych-absolventu-stoupa>)

Jak uvádí Hofbaure: „*Zásadní řešení spočívá na celkovém uspořádání společnosti, na úspěšnosti její politiky zaměstnanosti i politiky vůči její mladé generaci.*“ a dále uvádí: „*V současnosti se projevují problémy jiného druhu. Nutnost mladých manželů obstarat si byt i růst životních nákladů vyžaduje od některých rodičů a prarodičů, aby finančně podporovali svoje děti a vnuky. Polovina vysokoškolských studentů si v současnosti přivydělává, mnozí*

z nich pravidelně. U dospělých vzniká potřeba druhého zaměstnání, jehož důsledkem je omezení jejich volného času. Údaje z druhé poloviny devadesátých let ukazují, že se tyto skutečnosti negativně promítají i do volnočasového života některých rodin s dětmi. Průměrné rodinné náklady na volný čas sice postupně rostou, mezi jedenácti sledovanými ukazateli se však umísťují až na sedmém místě. Zejména početnější rodiny musely omezit společné návštěvy kin, divadel a dalších kulturních akcí; odběr tisku a nákup knih; kurzy plavání a návštěvy zimního stadiónu; účast dětí ve školní družině, na škole v přírodě nebo na letním táboře. (Hofbauer, 2004 str. 37- 40)

Dalším rizikovým faktorem ovlivňující volný čas je vysoké procento rozvodovosti, která má za následek, že rodinu často tvoří matka s dětmi a stává se často jediným živitelem. Otec se dostává do pozice platiče alimentů, ale často se stává, že příspěvky pro rodinu neplatí a matka se stává jediným živitelem rodiny. Hofbauer říká: „ *Značné napětí vzniklo zvláště v neúplných rodinách, kde skoro polovina žen samoživitelek neměla dostatek prostředků na zájmovou či jinou volnočasovou činnost svých dětí a polovina jich musela dovolenou trávit v místě bydliště.*“ (Hofbauer, 2004 str. 38)

Pro převážnou část mladých i dospělých lidí, kteří již pracují, mohou být aktivity volného času činitelem, jenž pomáhá vyrovnávat stereotyp, který zažívají v práci kompenzací. Tyto aktivity umožňují dosahovat vyváženosti pracovního a mimopracovního života. Pro nezaměstnané jsou volnočasové aktivity příležitostí, jak si například doplňovat vzdělání, prostřednictvím neformálního vzdělávání, requalifikovat se a snadněji se pak uplatnit na trhu práce. [3]

1.3.4 Nezájem o volný čas

Existují však i lidé, kteří volný čas odmítají. Většinou se jedná o lidi, kteří žijí svoji práci a doba, kterou by mohli trávit volnočasovou aktivitou raději stráví pracovní činností. Důsledkem je workoholismus jako nový druh závislosti, jež narušuje přirozený průběh života – potlačuje volný čas, oslabuje mezilidské vztahy a deformuje hodnotovou orientaci člověka. Také tento přístup se v jednotlivých oblastech světa projevuje různými způsoby. U nás k podobným jevům patřilo nevyužívání nebo odmítání dovolených, jež byly jako právo námezdně pracujících zaváděny od rozhraní 19. a 20. století. [3]

Hofbauer uvádí: „Podceňování volného času mívá pro děti těchto rodičů nežádoucí důsledky. Někteří z rodičů neprojevují zájem, protože na ně „nemají čas“, v první polovině devadesátých let se na volnočasové činnosti dětí ve věku 10 – 15 roků ptalo málokdy nebo neptalo vůbec 21% rodičů. Většinou nebyli seznámeni ani s úrovní aktivit, ani neovlivňovali zaměření, obsah nebo rozsah zájmů svých dětí a plná čtvrtina dětí je o letních prázdninách ponechávala bez kontroly. Dvě pětiny rodičů se spokojovaly tím, že jejich děti tráví volný čas s vrstevníky, aniž toto zjištění vypovídalo o jeho obsahu a kvalitě. Pouze přibližně stejný počet rodičů pomáhal svým dětem začleňovat se do organizované volnočasové aktivity (z toho 14% do zájmové činnosti, 13% do jazykových a jiných kurzů, 11% do sportovních oddílů).“ (Hofbauer, 2004 str. 42)

1.3.5 Pasivní trávení volné času

Mezi takové můžeme zařadit části populace, která má výrazněji vyjádřenou potřebu mimořádných zážitků bez schopnosti získat uspokojující prožitky vlastní aktivní činností a vlastním přičiněním. Do této skupiny dětí a mládeže se zvýšeným rizikem výskytu společensky nežádoucích jevů patří:

- 1) chroničtí sledovači televize, filmů a počítačových her

- 2) mládež bloudící po ulicích a restauračních zařízeních a ubíjející nudu

- 3) mládež vyhledávající dramatické a dobrodružné aktivity zástupným způsobem; pomocí násilí, kriminality, drog, alkoholu apod. [13]

Dalším negativním fenoménem doby je medializace současné generace dětí a mládeže, která přerůstá pod tlakem masové kultury a především komerční televize. Normální se pro značnou část mládeže stává, aby byla bavena bez vynaložení námahy. Sport a ostatní aktivní formy využívání volného času se pro velkou část mladých stávají příliš namáhavé. Několik desítek let se diskutuje o vlivu filmů, televize a nejnověji počítačových her na psychiku dítěte. Chroničtí sledovači těchto médií jsou poškozováni na zdraví a především na pohybovém aparátu.

Další patologický jev mohou být párty, návštěvy restaurací, nicnedělání, které je pozorováno především u mládeže ve věku 13 – 15 let. Ti tráví svůj volný čas venku, v partě a to víc jak 4 hodiny denně. Často se tyto party ubírají k páchání trestné činnosti nezletilých (narkomanskou kariérou, deviací mládeže, či užíváním marihuany, krádeže atd.). U těchto dětí je kvalita trávení volného času velmi nízká, spíše uváděna jako ubíjení času než jeho naplňování. Na vině jsou zde především rodiče, kteří selhávají jako strůjci sociálního učení.

[13]

2 Praktická část

2.1 Výzkumná část

V rámci této části jsem na 2 základních školách v městě Písku provedla dotazníkové šetření u žáků 5 ročníků. Získané informace jsem vyhodnotila, popsala a stanovila hypotézy.

2.1.1 Cíle výzkumu

Cílem tohoto výzkumu je zjistit, jak žáci 5. tříd v městě Písku tráví svůj volný čas – zda tento čas tráví aktivní činnostmi v podobě nějakého školního nebo zájmového kroužku, nebo pasivní činnostmi v domácím prostředí či venku.

2.1.2 Charakteristika zkoumaných oblastí

Město Písek

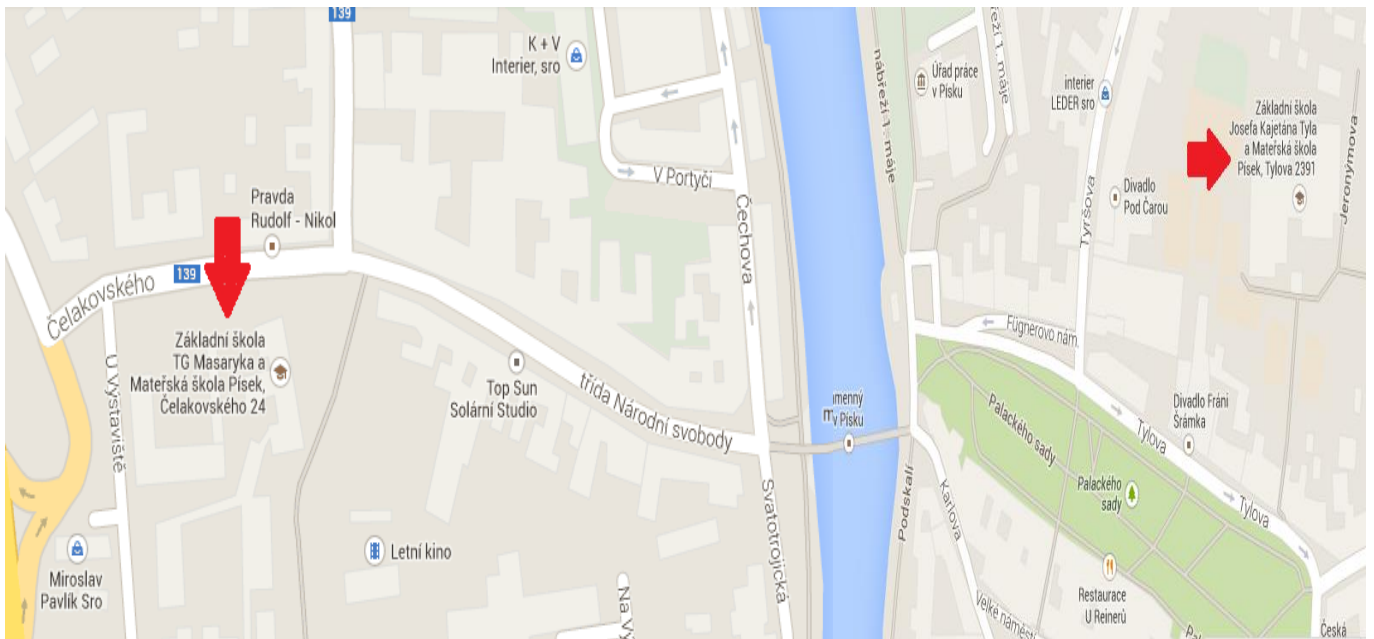
Mým hlavním důvodem, proč jsem si vybrala toto město byl fakt, že jsem se zde narodila a hodlám zde v dohledné době založit své vlastní taneční studio. V rámci dotazníkového šetření bych ráda zjistila, zda v městě Písku chybí nějaká volnočasová aktivita, a zda mám případně šanci s mým tanečním studiem se zde uchytit.

Písek je jihočeské historické město, které se rozkládá na 1 138 km² a je rozděleno na 9 částí (Vnitřní Město, Budějovické Předměstí, Pražské Předměstí, Václavské Předměstí, Hradiště, Nový Dvůr, Purkratice, Semice, Smrkoviceměstských částí). Město bylo pravděpodobně založeno roku 1243, což nám dokládá listinná podoba, kterou vydal český král Václav I. V dnešní době zde žije téměř 30 tisíc obyvatel. Již od pradávna se o městu Písek mluvilo, jako o městu studentů, tento trend zůstává platný až do dnes. Ke kulturnímu vyžití slouží divadla, kino, muzea, knihovna, koncertní síň a několik výstavních prostor. Pravidelně se zde v rámci Píseckého kulturního léta koná Městská slavnost, Jihočeský hudební festival, přehlídka malých divadelních forem Šrámkův Písek, soutěž v rýžování zlata na Otavě. Řadu možností skýtají zařízení sportovní a rekreační - plavecký a zimní stadion, koupaliště, plovárna, sauny, tenisový a fotbalový areál, sportovní hala, fit-centra, motokárová dráha, umělý lyžařský svah a Zemský hřebčinec.

Jako volnočasové využití je zde nově zrekonstruovaná cyklostezka, která se proplétá celým městem a dále pokračuje do okolních vesnic a měst. Můžeme zde najít až 6 možných tras. Tato stezka se dá také využít k vyjížděním na kolečkových bruslích.

V městě Písku se nachází 6 základních škol. Na mapě jsem vyznačila 2 školy, které jsem si vybrala pro mé výzkumné šetření a to ZŠ J. K. Tyla a ZŠ T. G. Masaryka

Mapa města Písku



ZŠ J. K. Tyla

Tuto základní školu jsem si vybrala, jelikož já sama jsem ji navštěvovala. ZŠ J. K. Tyla je nejmladší základní školou v Písku, přesto, že zde působí již 20 let. Za tuto dobu se z úplné nuly dostala až k pedagogickým výšinám.

Celkový počet žáků na škole se pohybuje okolo 650 dětí. Škola je zařazena do mnoha projektů, které poskytuje EU. Například: „Peníze školám EU.“ Ty mají za cíl rozvinout mimovyučovací a mimoškolní činnosti dětí a mládeže v podobě kroužků. ZŠ J. K. Tyla také podporuje sportovní aktivity a všeobecné sportovní průpravy, kde je kladen velký důraz na všeobecnou rekreačně sportovní přípravu všech žáků. Dále také spolupracuje s TJ Sokol Písek (basketbal, házená, florbal). Před 5 lety získala grant pro modernizaci školního areálu v podobě 3 venkovních sportovních hřišť a 2 vnitřních tělocvičen. Škola také nabízí

bezbariérový přístup, ale tento přístup je pouze v přízemním patře. Škola nemá výtah, a proto je pro děti s postižením pohybového aparátu je přístupná pouze v I. stupni studia. Školu ovšem navštěvují děti s autismem a podobným duševními postiženími, které zde mají možnost asistence při studiu.

Škola provozuje školní družinu, školní klub a v budově má umístěnou vlastní školní jídelnu.

Dále základní škola nabízí tyto kroužky: taneční kroužek Berušky, Line dance, ruční práce, pohybové hraní, flétna (začátečníci, pokročilí), Jóga pro děti a gymnastiku. Dále je zde jeden kroužek pro žáky II. stupně - Muzikál. Kroužky vyučují vychovatelky ze ZŠ J. K. Tyla a jsou většinou pro žáky od 1. – 5. tříd mimo již zmiňovaného kroužku Muzikál. Děti tyto aktivity mohou navštěvovat v čase od 7 - 7: 50 hod a poté po vyučování cca. od 15 hodin.

V tuto chvíli má škola 3 paraelní páté třídy. Dotazníkové šetření jsem vedla ve 2 třídách a to 5. A s počtem žáků 23 a 5. B s počtem žáků 18. V 5. C jsem dotazníkové šetření nemohla uskutečnit, jelikož v době, kdy jsem dotazníkové šetření měla povolené provést byla tato škola na exkurzy.

ZŠ T. G. Masaryka

Tuto školu jsem si vybrala díky tomu, že je nejstarší základní školou v městě Písku.

Z historický dokladů víme, že tato škola byla založena počátkem 20. století tedy okolo roku 1910. Důvodem byla nedostatečná kapacita jediné školy v Písku, která se nacházela na Alšově náměstí. Budova vznikla z bývalého vojenského areálu a architektem této rekonstrukce byl Viktor Schulz. Škola během let prošla mnoha podobami například během 1. světové války byla vojenskou nemocnicí a při 2. světové válce byla využívána německými vojsky. Také název nebyl od počátku stejný – škola získala označení Masarykova škola až v roce 1925 – 26, kdy se měnil režim. Po 10 letech, ale toto označení bylo odstraněno kvůli přijetí podmínek Mnichovské konference. Čestný název T. G. Masaryka byl navrácen škole až v letech 1990. Masarykova škola patří k nejstarším funkčním školám v městě Písku. V letech 2002 - 2004 prošla škola velkou rekonstrukcí, protože byla zasažena povodněmi, které ohrožovali město Písek v srpnu 2002. Změna se týkala především přestavby budovy prvního

stupně, jídelny a venkovního hřiště. Dále byly vybaveny učebny pro informatiku, chemii, přírodopis atd. Velká rekonstrukce také zasáhla školní družinu.

Škola nabízí na 1. i 2. stupni až 3 paralelní třídy, kdy maximální počet žáků je 840. Jako pozitivní faktor můžeme uvést, že v blízkosti se nachází sportovní areály s možností využití: tenisové centrum, zimní stadion, plavecký bazén nebo fotbalový a atletický areál. Hlavní historická budova slouží II. stupni, vedení školy, bufetu. Velkou výhodou této školy je ovšem bezbariérový přístup na I. stupeň a možnost využití výtahu, díky němuž je umožněno studium děti s postižením pohybového aparátu.

Většinu žáků školy tvoří děti z Písku a nejbližšího okolí.

Na škole funguje školní družina a školní klub:

Školní družina

Je rozdělena na šest oddělení s velkou centrální halou a balkónem určeným k relaxaci dětí. Zaručuje základní článek pro zařízení výchovy mimo vyučování. Ovšem není pokračováním vyučování, ani ho nenahrazuje. Hlavním posláním školní družiny je zájmová činnost, odpočinek a rekreace žáků. Střídání práce a odpočinku má za cíl odstranit únavu u dětí, která mohou mít ze školní činnosti. Družina je učí ušlechtilé zábavě, pomáhá uspokojovat a rozvíjet kulturní potřeby a zájmy žáků. Mimo činnost výchovně vzdělávací plní i funkci sociální – dohled nad žáky před vyučováním i po jeho zkončení. Školní družina nabízí celou škálu zájmových kroužků.

Školní klub

Do školního klubu chodí žáci vyšších ročníků, kterým umožňuje smysluplné trávení volného času (např. před odjezdem autobusu). Žáci si zde mohou číst, vypracovávat úkoly, hrát si se svými spolužáky nebo sportovat.

Škola nabízí tyto kroužky: flétna (začátečníci, pokročilí), Aerobic, Dovedné ruce, Florbal (mladší, starší), míčové hry, tenis (1.roč., 2. roč., 3. roč.), keramika, tanečky, aerobic – zumba a výtvarné dílničky

Kroužky na škole vyučují její pedagogové a jsou nabízeny žákům od 1. – 5. tříd v čase od 12:45 hodin. (<http://www.zstgmpisek.cz/onas.htm>)

Škola má v letošním roce 2 paralelní 5 třídy. Dotazníkové šetření jsem provedla v obou třídách. 5.A s počtem žáků 28 a 5. B s počtem žáků 19.

2.1.3 Obecná charakteristika žáků 5. tříd

Jako cílovou skupinu jsem si vybrala žáky 5. tříd prvního stupně základního studia. Pokusím se u těchto dětí popsat jejich vývojové rysy chování (kognitivní, biosociální a psychologické). V učebnicích se často setkáváme s označením tohoto období jako mladší školní věk v některých je dokonce uvedeno střední školní věk nebo období prepuberty. Obecně se jedná o děti ve věku 10 - 11 let. Jedná se tedy o období, kdy se objevují velké vývojové rozdíly mezi jedinci a to nejen v oblasti změny tělesných proporcí, které přicházejí s obdobím, jenž následuje po období prepuberty a tj. puberta a tím spojené dospívání.

Kognitivní vývoj

Tento vývoj v sobě zahrnuje veškeré psychické procesy, které se nějakým způsobem podílejí na lidském poznání. Jde tedy o myšlenky používané při rozhodování a učení, jenž vznikají při adaptaci na určité prostředí. Dále zde zkoumáme faktory, které toto odvětví mohou ovlivňovat – například vzdělání.

Jak uvádí Vágnerová: „ *Aby se dítě čemukoliv naučilo, musí být schopné látku vnímat a pochopit její podstatu, musí se na učení soustředit a zapamatovat si to, co je důležité. Vzhledem k tomu, že učivo je většinou prezentováno slovním výkladem učitele nebo tištěným textem v učebnici, musí dítě dobře zvládnout jazyk. Musí verbálnímu sdělení rozumět a musí být rovněž schopné se aktivně vyjadřovat, aby mohlo svoje znalosti potvrdit. Všechny uvedené předpoklady patří do kategorie kognitivních schopností, to znamená těch, které se nějak uplatňují v poznávání.*“ (Vágnerová, 2001 str. 5)

Žáci středního školního věku jsou seznámeni se školními normami a dokáží se podle nich chovat. Často umí i odhadnout míru tolerance, ve které mohou danou normu porušit. U tohoto věku také hovoříme o školní zdatnosti, která s sebou nese způsob, jakým se žák

dokáže vyrovnávat se vzniklými sociálními situacemi nebo novými rolemi, které vyplývají z mezilidských vztahů například vztah k učiteli, který se v tomto období velmi mění. Již není brán jako osoba, ke které vzhlížíme a potřebujeme jeho emoční podporu, ale spíše jako člověk, který nám pomáhá a učí nás novým dovednostem a má k nám spravedlivý přístup. [4]

Děti v tomto věku se osamostatňují, možná právě díky tomu jsou schopny zůstat doma samy i půl dne nebo chodí za doprovodu svých kamarádů samy ven. Dokáží dbát základním hygienickým návykům bez toho, aby do této činnosti byly nuceny. Děti se stávají soběstačnými. Často se samy dokážou rozhodnout, jakou volnočasovou aktivitu budou navštěvovat. Dokáží si sami plnit zadané úkoly nejen do školy ale i v domácnosti.

Mezi nejdůležitější mezníky v tomto období patří příprava na dospívání a s tím spojené navazování sociálních vztahů mezi svými vrstevníky. Často je toto období označováno jako „ věk střízlivého realismu“ což znamená, že dítě již vnímá určité zákonnosti a souvislosti tohoto světa. Jeho předoperační myšlení se postupně mění do stádia konkrétně logických operací. U dětí se objevuje silná motivace a soutěživost. Jejich hodnocení sebe samých je mnohem přesnější. Z toho vyplývá, že názor dětí ve středním věku je mnohem stabilnější a méně ovlivnitelný okamžitým výsledkem či situací. [4]

Biosociální vývoj

Zahrnuje veškerý tělesný vývoj a jeho proměny během ontogenetického vývoje. V pohybovém vývoji je použita terminologie mladší školní věk. Žáci 5. tříd jsou vnímáni jako poslední v tomto ontogenickém vývoji. Jak uvádí Kučera: „ *Obecně by mělo platit, že mladší školák by měl v pohybu trávit stejnou dobu, jakou tráví v sedě ve škole. Pohybová aktivita musí obsahovat všechny pohybové vzorce s přiměřeným počátkem sportovního tréninku. Je třeba pamatovat na to, že uvedené období staví na první místo v životních hodnotách fyzickou zdatnost. V dětských hrách panuje priorita míče, který je nejoblíbenější hračkou tohoto věku.*“ (Kučera, 1997 str. 21)

Jako základní pohybové dovednosti můžeme uvést obratnost, dynamickou sílu, vytrvalost, rychlost a koordinaci. Dále je u těchto jedinců plně rozvinuta hrubá i jemná motorika a dochází už pouze k jejímu zdokonalování tomuto období se také někdy říká „ zlatý věk motoriky“ . Děti v tomto věku mají zájem o sportovní hry ať už spontánního charakteru (hru si sami vymýšlení), nebo i hry s danými pravidly (mezi nejoblíbenější pravděpodobně patří

míčové hry). Dále je toto období charakteristické rozvojem rytmu a rovnováhy, kdy herní formou a učením nápodobou můžeme tyto získané pohybové dovednosti rozvíjet. Dítě také umí zvládat náročnější pohybová spojení, ale v tomto období je potřeba tyto naučené dovednosti opakovat, jinak budou rychle zapomenuty. V neposlední řadě můžeme u dětí vidět neposednost, plnost energie a neutuchající živost.

Důležitým ukazatelem je také tělesná rozdílnost mezi chlapci a dívkami. U děvčat se začínají již v 9 - 10 letech objevovat první znaky ženských tvarů. U chlapců je tento vývoj opožděn a uvádí se o ¼ roku. Samozřejmě každý jedinec tímto vývojem prochází individuálně.

Psychologický vývoj

Jedná se o vývoj, který v sobě zahrnuje proměny ve způsobu prožívání osobnostních charakteristik a vztahů mezi lidmi. Je velmi ovlivněn tím, jak vnější sociokulturní faktory na něj působí (rodina, třída, nejbližší kamarádi atd.). [1]

Dle Vágnerové můžeme hovořit o: „ *středním školním věku- trvá od 8 - 9 let do 11 -12 let, tj. do doby, kdy dítě přechází na 2. stupeň základní školy a začíná dospívat. V průběhu této fáze dochází k mnoha změnám, které jsou podmíněny nejen sociálně, ale i biologicky. Lze je považovat za přípravu na dobu dospívání.*“ (Vágnerová, 2000 str. 148)

Freud toto období nazývá jako období latence tedy citové vyrovnanosti, kterou můžeme chápat jako klidový stav. Dítě se v tomto mezníku plynule rozvíjí ve všech oblastech. Je to taková příprava před dynamickým obdobím dospívání, kdy se celý jedinec přetvoří v dospělého a samostatného jedince. Ve středním školním věku jsou děti realistické, optimistické, extravertované (obrácené) ke světu a jejich hlavním cílem je mít ve všem jasno, nejlépe na základě jednoznačných a konkrétních důkazů.

Role žáka se v tomto období velice mění, jelikož zde dochází ke změně vztahu ke škole. Dále se mění i postoj k učitelům. Již zde nehovoříme o emocionální vazbě, jelikož ta už není potřebná. Názor učitelů už nemá takový význam jako v mladším školním věku, mění se spíše v informaci. Jednou z nejdůležitějších změn je vnímání svých vrstevníků, kteří se stávají osobami, které v budoucnu nakonec nahradí stávající rodinu. Tento nový úkaz je totiž

předpokladem pro rozvíjení přátelství, intimních vztahů a pozdější zakládání vlastní rodiny. Toto období tedy můžeme označit za jakousi přípravu na partnerství a rodičovství. [1]

Media jsou v tomto věku velice zajímavě vnímána. Jak uvádí Vágnerová: „ *Děti preferují vizuální média. Vizuálně prezentovaný příběh se více podobá skutečnosti a dítě jej také jako skutečný vnímá. Čtený příběh si lze dotvářet, může se zde uplatnit dětská fantazie a tvořivost. Média lze považovat i za socializační prostředky. Dětský divák snáze napodobuje to, co je pro něj osobně atraktivní a významné. Násilí prezentované v mediálním příběhu může fungovat jako podnět k podobnému chování.*“ (Vágnerová, 2000 str. 207)

2.2 Stanovení hypotéz

Hypotéza č. 1:

Více jak polovina dotazovaných žáků tráví volný čas u počítače.

Hypotéza č. 2:

Všechny děti mají povědomí o tom, jak trávit svůj volný čas v městě Písku.

Hypotéza č. 3:

Více jak polovina dětí navštěvuje alespoň jeden zájmový kroužek.

Hypotéza č. 4:

Děti jsou při výběru kroužku ovlivněni další osobou.

2.3 Metody výzkumu

Pro zjišťování volnočasových aktivit žáků pátých ročníků jsem zvolila metodu dotazníkového šetření (dotazník viz. příloha č. 1). Díky této metodě jsem získala informace od velkého počtu respondentů. V nadpisu jsem žákům uvedla, jakého odvětví se dotazníkové šetření týká. Jelikož jsem měla možnost se osobně v každé třídě dotazníkového šetření zúčastnit. Vždy na úvod jsem se představila, oznámila jsem jim na jaké fakultě studuji a dále jsem žákům vysvětlila pro jaké účely tento dotazník bude využit. Žákům jsem sdělila, že dotazník je anonymní, zdůraznila jsem, že je důležité, aby všechny otázky byly zodpovězeny pravdivě tak, jak opravdu volný čas tráví.

Při tvorbě otázek jsem použila: otevřené, uzavřené, polouzavřené a možnost škálové odpovědi (ale tu žáci většinou nevyužili). V úvodu jsem zjišťovala pomocí dvou zaškrtačích otázek jakého jsou pohlaví a z jaké jsou školy. V otázce číslo 1- 8 jsem se zaměřila na trávení volného času. Po dopsání všech účastníků jsem jim osobně poděkovala za vyplnění.

2.4 Popis výzkumu

V dubnu jsem vytvořila dotazník, který jsem nejprve prokonzultovala s vedoucí mé práce. Po této konzultaci jsme opravila některé chybějící či zavádějící otázky a poslala ke konečné kontrole.

Během května jsem navštívila dvě již zmiňované školy, aby mi určily termín, ve kterém budu moci toto dotazníkové šetření provést. V prvním týdnu v červnu mi bylo umožněno, abych provedla dotazníkové šetření na obou školách zároveň.

Díky tomu, že jsem mohla být osobně přítomná při vyplňování dotazníků ve všech třídách, měla jsem možnost odpovídat na jejich otázky, v případě, že jim bylo něco nejasné v zadání. Toho především využívali u otázky číslo 1, kdy jsem po nich chtěla oznámkovat to, co dělají nejčastěji po škole, pomocí známkování ve školských zařízení tedy škálou 1-5. Poté jsem všechny dotazníky spočítala a ještě jednou zkontrolovala, zda jsou vyplněné a odpovědi srozumitelně uvedené. V následujících dnech jsem dotazníky vyhodnocovala pomocí vlastních grafů a tabulek.

2.5 Nabídka volnočasových aktivit v městě Písku

V tomto městě je nabízená velká škála různorodých sportovních aktivit. Pokusím se zde uvést ty neznámější, které se zde nacházejí.

Základní umělecká škola Otakara Ševčíka

Tuto školu navštěvují žáci základních a středních škol. Mimořádně zde mohou pokračovat i studenti vysokých škol. Tato škola nabízí tyto obory: hudební, výtvarný a literárně dramatický. Ve školním roce 2014/2015 zde bude poprvé otevřen taneční obor, který v Písku do této doby nikdy nebyl.

Dům dětí a mládeže

Jde o příspěvkovou organizaci, kterou zřizuje město Písek. V tomto zařízení jsou nabízeny rekreační činnosti především pro děti a mládež. Poskytuje pravidelné volnočasové aktivity v podobě kroužků (výtvarné, hudební, taneční, sportovní a technické). O prázdninách uskutečňuje příměstské a letní pobytové tábory. Seznam kroužků v příloze č.2

Tělovýchovná jednota Sokol

V centru města se nachází TJ Sokol, který nabízí pohybové aktivity již od útlého věku. Cvičení je zde rozděleno na cvičení rodiče s dětmi, děti, mládežníci, ženy, muži. Jako pohybové aktivity jsou zde nabízeny: gymnastika, atletika, házená, voljebal a jiné míčové hry. O roku 2013 je zde i dispozici novinka v podobě Sokolského vodníčku, který nabízí plavání pro děti od 0 – 6 let. Dále také nabízí kánoistický oddíl pro děti od povinné školní docházky. Nebo PANTHERS klub, který se zabývá bojovými uměními jako je kick box a allkampf – jitsu.

Taneční centrum Z.I.P.

Toto centrum v písku funguje již 10 rokem. Nabízí taneční kurzy zaměřené na dance art a show art. Navštěvují jej děti již od 3 let až do dospělosti. V letošním roce jej navštěvovalo okolo 150 členů.

Taneční klub Street4all

Taneční kroužek pro děti od 4 let. Děti zde mají možnost tančit streetové styly. V současné době má téměř 70 členů.

Taneční country soubor Louisiana

Zabývá se tanečním stylem Line dance. Tento kroužek mohou navštěvovat děti od 4 let až po seniory. V tuto chvíli jej navštěvuje 200 členů.

Folkórní soubor Písečan

Pod tímto dospělým souborem funguje i dětský folklórní soubor Písečánek, který nabírá děti od 4 let. V současné době má i s dospělým souborem 70 členů.

OS Mažoretky

Kroužek, který vznikl v roce 1999 a zde v Písku má velice dobré jméno díky úspěchům a skvělé reprezentaci. Jedná se o kroužek, do kterého jsou děti vybírány dle fyzických předpokladů. Děti tento kroužkem mohou navštěvovat od 5 let, kdy navštěvují přípravku. Ta se otvírá vždy po 3 letech. Po absolvování přípravy jsou zařazeny do soutěžní formace podle věku kadetky, juniorky a seniorky. V současné době je zde 60 členů

AC Sole

Má v Písku dlouholetou tradici. Jedná se o klub zabývající se o aerobicem. V současné době má okolo 80 členů a mohou jej navštěvovat děti od 4 let.

Lezecké centrum Písek LezeTop

Toto centrum je zde od roku 2011. Nabízí lezení pro děti od 6 let, ale na své si zde přijde mládež i dospělí.

Bikepark

Jedná se o uměle vytvořené skoky sloužící pro mladé nadšence o skákání na kole, koloběžce, ale i kolečkových bruslích. Přesto, že zde není žádný vedený kroužek, navštěvuje toto místo spoustu mladých nadšenců (spíše chlapců).

Junák

Výchovné hnutí pro mládež a děti od 6 let. Junák pro děti pořádá výpravy, schůzky a tábory. Základní myšlenkou je podporovat rozvoj osobnosti a duchovní, mravní, intelektuální, sociální a tělesné schopnosti.

Fit centra v Písku

V Písku se nachází 5 klubů, které nabízejí wellness a fitness. K nejvíce známým v Písku patří Heat klub, Silueta a Harmony. Návštěvníci zde mají možnost navštívit posilovnu (s trenérem i bez), nebo skupinová cvičení (zumba, bosu core, pilates, flexi-bar, chi- toning, naam joga, power jóga ...). Dále je zde kurt pro squash. Pro relaxaci je zde možnost vířivky, sauny a bazénu.

Bojová umění

V Písku je nabízena různorodá škála bojových umění. Kluby které je nabízejí : SK Mystik (K1, Kick box), Sportovní klub policie Písek (karate), SKP Aikido a Judo SKP Písek.

Sportovní kluby Písek

V Písku se nachází řada sportovních klubů, které zaručují pohybové vyžití pro mnoho dětí. Můžeme uvést: fotbalový, hokejový, tenisový, a basketbalový klub.

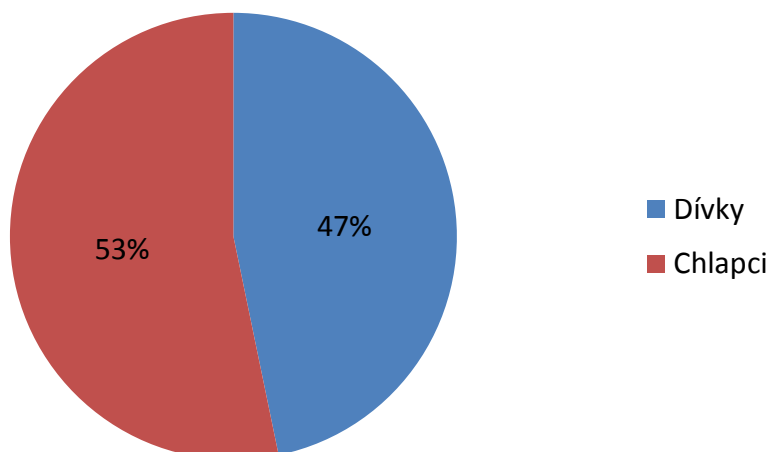
Městská sportovní zařízení, která jsou přístupná veřejnosti:

Naše město nabízí velké možnosti v oblasti veřejně využitelných sportovišť: krytý i nekrytý plavecký bazén, plovárna umístěná na řece Otavě, tenisové kurty, tenisové haly, zimní stadion, fotbalový stadion a obloukovou halu s víceúčelově využívaným hřištěm. Mezi novinku, která byla vybudována v letožním roce je Laser arena, kde mají děti od 8 let až po seniory zažít na vlastní kůži počítačovou hru. Jedna hra trvá 15 min a je to poměrně fyzicky náročné. Právě proto tuto zábavu uvádím do volnočasových aktivit, které je možné provozovat v Písku. Základem této hry je prosté běhání po herním prostoru. V tuto chvíli nabízí i kroužek, kde se děti učí různé taktiky hry. Dále může veřejnost využít cyklo-cvičiště, které je hojně využíváno mateřskými školkami a dětmi na I. stupni základních škol. V neposlední řadě motokrosovou dráhu, která je umístěna na okraji města.

2.6 Vyhodnocení dotazníků

V úvodu dotazníku jsem se řešitelů ptala pomocí zaškrtačacích políček, zda jsou dívky nebo chlapci.

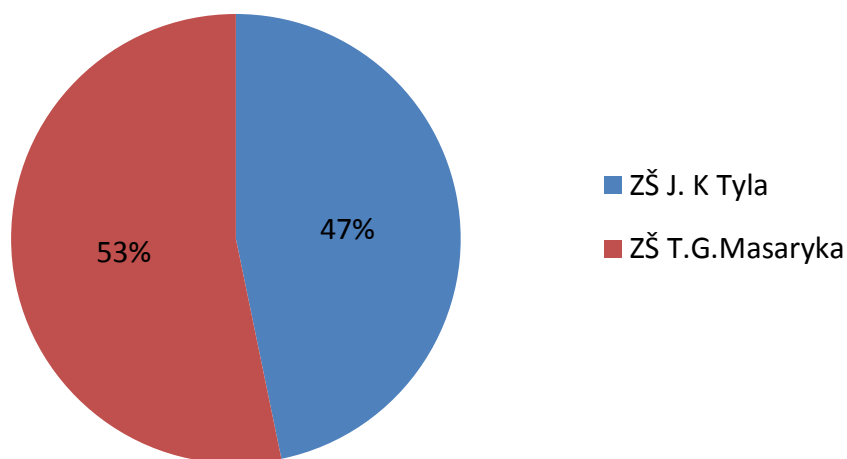
Graf 1 : pohlaví [%]



Dotazník vyplňovalo celkem 71 žáků základních škol. Z toho bylo 35 dívek a 46 chlapců. V ZŠ T. G. Masaryka jsem se dotazovala žáků navštěvující sportovní třídu. V těchto třídách byli žáci změřeni na tyto sporty. Chlapci zde provozovali hokej a dívky tenis nebo míčové hry.

Dále jsem se v úvodu dotazovala, jakou školu navštěvují. Zda ZŠ J.K. Tyla nebo ZŠ T. G. Masaryka.

Graf 2 : zastoupení žáků z jednotlivých ZŠ [%]

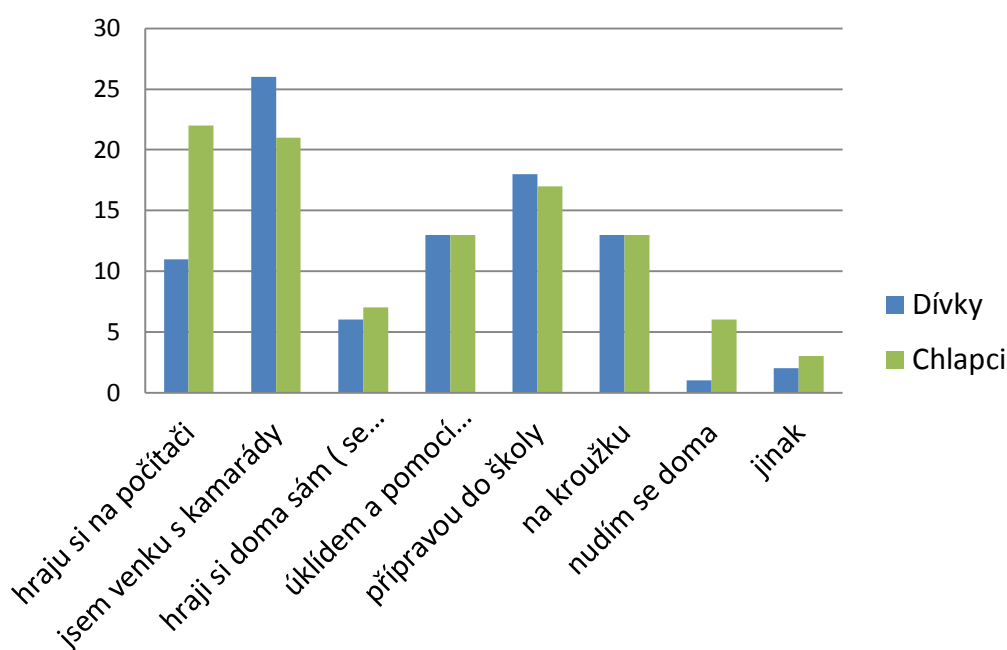


1) Co děláš nejčastěji po škole?

Žáci měli možnost zakroužkovat libovolný počet možností, které dělají ve svém volném čase.

- a) hraju si na počítači
- b) jsem venku s kamarády
- c) hraji si doma sám (se sourozencem)
- d) úklidem a pomocí rodičům
- e) přípravou do školy
- f) na kroužku
- g) nudím se doma
- h) jinak (napiš jak)

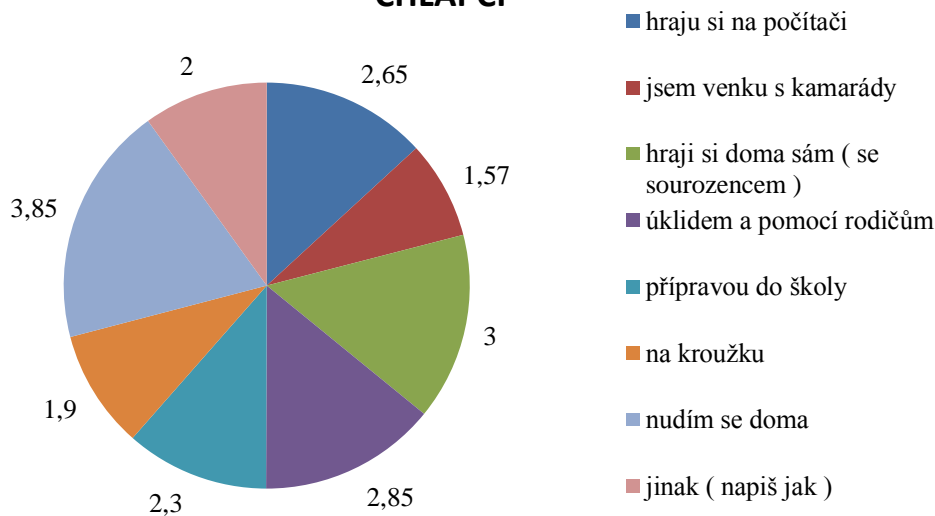
Graf 3: Nejčastější volnočasová aktivita



Nejčastěji se objevovaly tyto 4 odpovědi. Nejvíce dětí zaškrtnulo: jsem venku s kamarády, kdy takto tráví čas 50 dětí z toho bylo 26 dívek a 24 chlapců. Hrou na počítači tráví svůj volný čas 38 žáků z toho 18 děvčat a 20 chlapců. Přípravou do školy nezanedbává 39 žáků z toho 19 žákyň a 20 žáků. Poslední nejčastější odpovědí bylo, že volný čas tráví na kroužku 29 dětí. Z toho bylo 15 dívek a 14 chlapců .

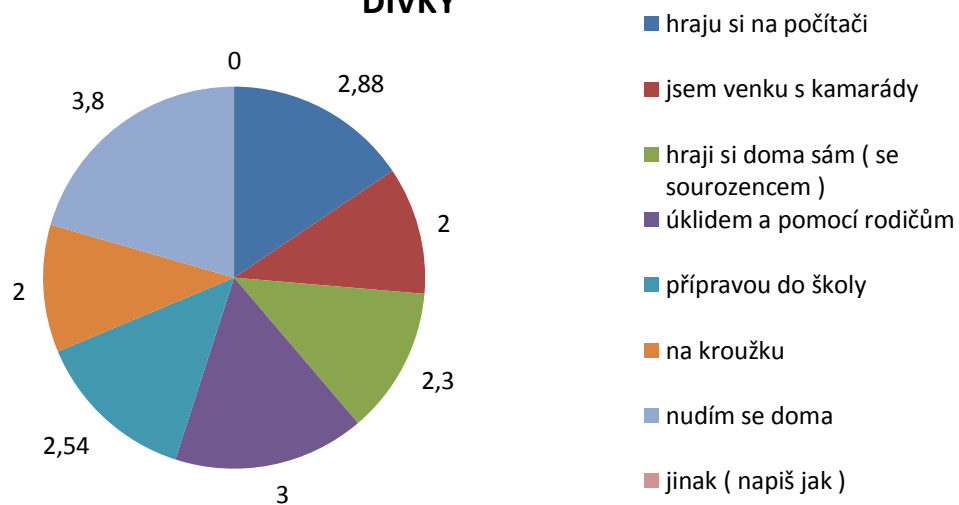
V této otázce jsem dále nabízela možnost upřednostnit některou z výše uvedených možností pomocí známkovací škály, která se používá ve školách (1 – 5). Tohoto známkování se zúčastnilo 13 dívek a 13 chlapců. Z výsledků jsem vypočítala průměrnou známku na jednotlivé odpovědi vyhodnocenou v grafu.

**Graf 4: Ø Zámka na jednotlivou otázku:
CHLAPCI**



U chlapců nejvíce jedniček získala odpověď jsem venku s kamarády. Takto ji ohodnotilo 3 žáci z celkového počtu 13 chlapců. U chlapců bylo také hodně rozhodující, že jsem dotazníkové šetření prováděla ve sportovní třídě ZŠ T. G. Masaryka, kdy 5 žáků označilo odpověď na kroužku známkou jedna na ZŠ J. K. Tyla tomu bylo použ u jednoho žáka. Méně populární hra na počítači byla hodnocena spíše známkou 2 nebo 3. U otázky ptající se, zda se doma nudí bylo uvedena jedna 1, dvě 3 a tři 5. Možnost, že volný čas tráví jinak využili 4 chlapci, kteří čas tráví četbou knih, hrou pokru, koupáním v bazénu, hru na tabletu a koukání na televizi.

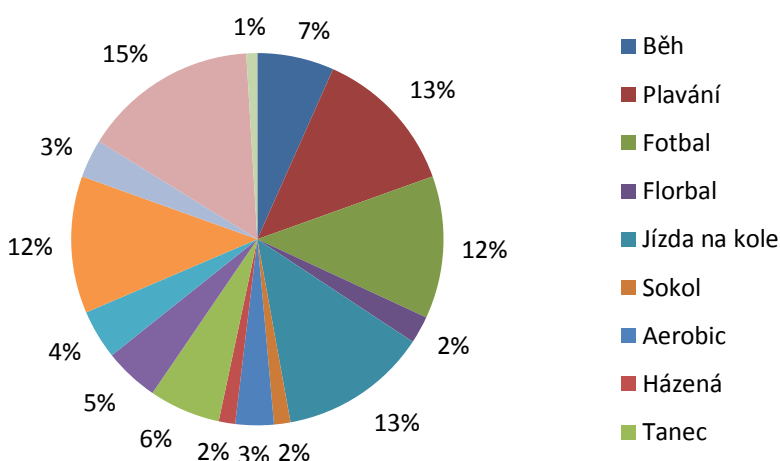
**Graf 5: Ø Zámka na jednotlivé otázku
DÍVKY**



U dívek jsem díky dotazníkovému šetření zjistili, že svůj volný čas tráví venku s kamarády, díky získání 5 jedniček z celkového počtu 13 dívek, jež se do známkování zapojilo. Nejvíce jedniček ovšem získal čas trávený na kroužku s počtem 7 jedniček, zde je opět patrné, že ZŠ T. G. Masaryka provozuje sportovní třídu, jelikož z této třídy získala tato odpověď 4 jedničky. V odpovědi nudím se byla u dívek oznámkováno jednou 1, 3 a třemi pětkami. Jako jiné možnosti, jak trávit volný čas uváděli, že jsou venku se psem, jezdí na kole nebo kolečkových bruslích kolem baráku.

2) Zkus napsat alespoň 3 možnosti pohybových aktivit, které můžeš v Písku dělat:

Graf č. 6: pohybové aktivity v Písku



V této otevřené otázce měli žáci možnost uvádět pohybové aktivity, které se dají dělat v městě Písku. Velké zastoupení zde měl tenis, který získal 32 uvedení. V závěsu bylo plavání, které záci napsali 27 krát a v neposlední řadě to byla jízda na kole, která má 26 hlasů. Fotbal měl zastoupení u 26 dětí a hokej u 22 žáků. Tanec, se objevil u 13 odpovídajících. Další možnosti pohybových aktivit, které můžeme v Písku dělat byli uvedeny do 10 hlasů.

Dívky nejvíce uváděli možnost tenis, plavání a tanec. Tenis uvedlo 16 dívek z toho 10 dívek navštěvuje ZŠ T. G. Masaryka, kde mají ve sprotovní třídě tento sport v nabídce. Plavání uvedlo 13 dívek a tanec 12 dívek. Ostatní pohybové aktivity měli zastoupení do 10 jmenování.

U chlapců bylo nejpočetněji uváděny tyto pohybové aktivity fotbal, hokej, tenis a plavání. Fotbal uvedlo 20 žáků. O dva hlasy méně měl hokej tedy 18. Tenis napsalo 16 chlapců a plavání uvedlo 14 žáků.

3) Napadá tě nějaká pohybová aktivita, která v Písku chybí?

V dotazníkovém šetření jsem se snažila zjistit, zda žákům 5. tříd v Písku chybí nějaká pohybová aktivita, kterou by chtěli navštěvovat, ale nemají možnosti. 25 chlapců a 27 dívek nevědělo nebo je nenapadala žádná volnočasová aktivita, která by zde scházela. U žáků, kteří uvedli volnočasovou aktivitu, která podle nich v Písku není bylo nejčastěji uváděno: surfování, golf, kánojistika, ragby, baseball, lacros, curling, pozemní hokej, kriket a lyžování.

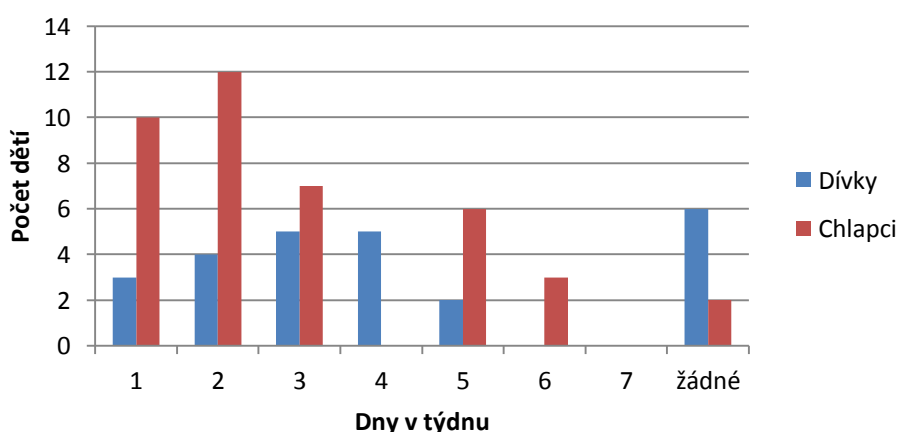
Sporty typu surfování a lyžování v našem městě nejdou provádět, jelikož zde pro tyto sporty nejsou přírodní podmínky.

Golf, kánojistika, baseball a ragby v Písku a jeho přilehlých oblastí existují. Zde si myslím, že žáci spíše nebyli o těchto sportech informováni.

Kroužky lacros, curling, pozemní hokej a kriket v Písku v tuto chvíli nikdo neprovozuje.

4) Kolik dní v týdnu věnuješ kroužkům? (napiš číslo 1 – 7)

Graf 7: Návštěvnost kroužků (dny)



V této otázce jsem zjistila, že většina dětí navštěvují kroužky. Pouze 2 chlapec a 6 dívek z celkové počtu 71 dětí nenavštěvují žádný kroužek. U dívek byla nejčastěji uváděny 3 dny,

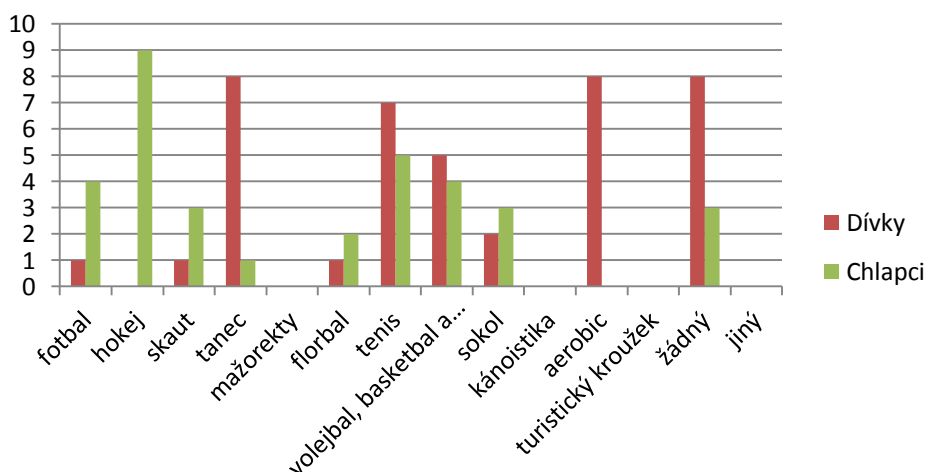
které věnují zájmovým kroužkům. Toto uvedlo 6 dívek. Další nejpočetnější hodnota byl 2 krát týdně a to uvedly 4 dívky a tato samá hodnota byla i u 4 dnech v týdnu.

Chlapci nejvíce uváděli, že se zájmovému kroužku věnují 2 krát týdně, kdy toto uvedlo 12 dětí. Další nejčastější odpovědí bylo 1 týdně s počtem 10 hlasů. 6 chlapců uvedlo, že na kroužek chodí šest krát týdně.

5) Jaký kroužek navštěvuješ?

- a) fotbal
- b) hokej
- c) skaut
- d) tanec
- e) mažoretky
- f) florbal
- g) tenis
- h) voljebal, basketball a jiné míčové hry
- ch) sokol
- i) kánojistiku
- j) aerobic
- k) turistický kroužek
- l) žádný
- m) jiný (napiš jaký)

Graf 8: Kroužky v Písku



V tomto grafu zjišťujeme, že dívky nejvíce navštěvují aerobic, kdy tento kroužek navštěvuje 10 dívek. Další oblíbeným kroužkem u dívek je tanec s počtem 9 účastníků a v neposlední řadě tenis s 8 žákyněmi.

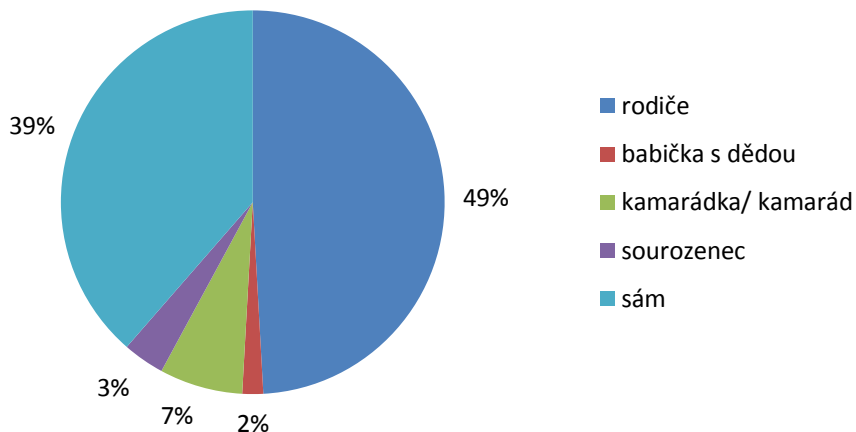
Chlapci jako nejvíce navštěvovaný kroužek uvedli hokej s 11 návštěvníky. Dále florbal s 5 dětmi a tenis se 6 žáky.

Jako jiný kroužek zde žáci často uváděli kroužky ZUŠ v podobě hudebního, dramatického a výtvarného oboru tuto zájmovou volnočasovou činnostu uvedlo 7 dětí. Taneční obor se v ZUŠ Písek bude otvírat až v letošním roce 2014/2015. Děti, které chodí na nástroj zároveň navštěvují ještě nauku. Dívky zde uváděly: jízdu na koních, ruční práce, keramiku, jógu, zdravotní kroužek a plavání. U chlapců to bylo: hokejball, karate, judo, aikido, foto kroužek, dramatický kroužek provozovaný DDM. Čtyři chlapci navštěvují nově vzniklý kroužek laser game.

6) Kdo ti pomohl vybírat kroužek, který navštěvuješ?

- a) rodiče
- b) babička s dědou
- c) kamarádka / kamarád
- d) sourozenec
- e) sám

Graf 9: Kdo ti pomáhal při výběru kroužku



Jak jsem se již zmínila v teoretické části této bakalářské práce. Důležitou osobou při pomoci ve výběru volnočasových aktivit jsou rodiče. U těchto dětí se také ukázalo, že se již sami podílejí na výběru volnočasových aktivit, kdy si pomocí konzultace s rodiči vyhodnotí, jakou pohybovou aktivitou budou navštěvovat.

Dívky uvedly, že s pomocí kroužku jim ve 22. případech pomohli rodiče a v 16-ti se rozhodli sami. V 6 případech byli, ovlivněni kamarádkou nebo kamarádem. Možnost poradit se svými prarodiči nebo sourozencem nevyužili.

Chlapci ve 28 případech se o výběru volnočasové aktivity radili s rodiči. Dále 22 chlapců uvedlo, že se rozhodovali sami. Jeden chlapec si nechal poradit od prarodičů a 2 si nechali poradit od sourozence. Kamarád / kamarádka byla uvedena ve 4 odpovědích.

7) Víš o nějakém zájmovém kroužku, který v Písku chybí?

I zde se nejvíce objevovala odpověď, že dětem zde nic neschází. Tato odpověď se objevila v 59 dotaznících.

Jako kroužky, které v Písku chybí se nejpočetněji objevovaly tyto: break dance, moto GP, zookroužek, taneční styl hip hop, paint ball, kaskadérský kroužek a filmový kroužek (herectví). Nejvíce zde byly uváděny jako chybějící kroužky jako ragby v 7. případech a baseball ve 4. případech. Ve dvou případech se zde objevil bungee jumping. Kroužky, které žákům v Písku schází, zde opravdu v tuto chvíli žádná organizace nenabízí, snad jen kroužek ragby zde

funguje již 5 let, ale je pouze pro dospělé. Paint ball je nabízen ve 25 km vzdáleném městě Čimelice a bungee jumping je v 15 kilometrů vzdálené vesnici Temešvár skokem z Podolského mostu. Je však zde stanovená minimální věková hranice pro skok 18 let.

8) Popiš jak vypadá tvůj obyčejný den a začni větou: Když přijdu ze školy

Cílem poslední otázky v dotazníku bylo v rámci otevřené otázky napsat, jak opravdu děti tráví volný čas. V této otázce neměli žáci možnost výběru z nabízených možností, a proto sami museli napsat, jak tráví volný čas, když dorazí domů.

Po vyhodnocení dotazníku jsem zjistila, že děti volný čas po příchodu domů tráví většinou sami bez přítomnosti rodičů. Často se i objevovalo, že po škole jdou domů. Zde se najedí, udělají si případně úkoly a poté odcházejí z domova naproti svým rodičům do místa jejich zaměstnání. Další možností zde bylo uváděno, že ze školy jdou za rodiči do práce a zde si dělají úkoly a učí se do doby než otcí nebo matce skončí pracovní doba. Nejvíce dětí, ale ze školy odchází rovnou domů a zde tráví čas sami. V dotazníku bylo uvedeno, že nejčastěji je to přípravou do školy, koukáním na TV, hraní her na počítači nebo tabletu. Tuto možnost uvedla více jak polovina dotazovaných. V některých dotaznících děti uváděli i časově vymezenou dobu, kterou mají od rodičů povolenou a ta činila od 30 min do 2 hodiny denně.

Myslím si, že velkou úlohu sehrálo také roční období, ve kterém jsem dotazníkové šetření prováděla. Jsem ráda, že většina dětí po škole jde se svými kamarády trávit svůj volný čas ven. Přesto, že jde spíše o pasivní prožívání volného času, je to o mnoho lepší, než trávit volný čas u počítače nebo televize (přesto, že to bylo nejčastěji uváděno v dotazníkovém šetření). Děti potřebují pohyb a to nejen pro získávání síly, ale především pro rozvoj koordinačních schopností. Dalším příjemným zjištěním byl fakt, že více jak polovina dotazovaných dětí tráví svůj volný čas na kroužkách různého typu.

Je zajímavé, že více jak polovina dotazovaných uvedla, že po škole se připravuje do školy. Často se objevovalo, že po škole děti přijdou domů, najedí se a jdou si udělat své úkoly. Poté se učí až do doby, než přijdou rodiče domů ze školy a jejich vypracované domácí úkoly překontrolují a případně je vyzkouší z probrané látky, ze které budou příští den psát písemný test nebo budou ústně zkoušeni. Někdy bylo i uvedeno, že do doby než rodiče dorazí domů

z práce, čtou knihy. Pár dětí také uvedlo, že chodí na doučování. U dvou dívek bylo uvedeno, že volný čas po škole tráví se svým přítelem venku.

Ve velice malém měřítku bylo také uváděno, že uklízí doma. Dále se také hojně objevovaly procházky se psem, nebo chození k babičce do doby, než přijdou rodiče z práce.

Dle mého názoru město Písek nabízí velké množství volnočasových aktivit i zájmových kroužků, které mohou děti navštěvovat a to nejen v DDM a ZUŠ, ale spousta organizací se snaží vytvářet prostředí, ve kterém budou moci děti a mládež trávit svůj volný čas. Navíc se v Písku neustále objevují nové kroužky jen v letošním roce, zde přibyla laser arena, která získala velké množství fanoušků. V novém školním roce zde bude zaveden taneční obor fungující pod ZUŠ Otakara Ševčíka Písek.

2.7 Diskuse

V mé práci bylo cílem zjistit, co dělají žáci pátých tříd základních škol, kdy jsem si z šesti základních škol, které sídlí v Písku vybrala dvě a to ZŠ J. K. Tyla a ZŠ T.G.Masaryka v Písku. Zajímalo mne, jak takto staré děti tráví svůj volný čas, zda navštěvují zájmové kroužky a jakým aktivitám se věnují, když mají volno. Také mě zajímalo, zda provozují ve volném čase nějakou pohybovou aktivitu. Také jsem se snažila zjistit, zda je dostatečná nabídka těchto volnočasových aktivit a jestli dětem nějaká pohybová aktivita schází.

Když jsem vyhodnocovala dotazníky, zjistila jsem, že děti pátých tříd nejvíce času tráví s kamarády venku a to různými aktivitami buď se psem nebo na kole či na koloběžce. Další nejčastější možností, kterou vybírali byla hra na počítači, kdy takto čas tráví děti doma nejčastěji předtím, než jdou spát, nebo když mají rodiče v práci a mají hotové domácí úkoly. V neposlední řadě žáci uváděli, že se připravují do školy – dělají si domácí úkoly a připravují si věci do školy někteří i uvedli, že chodí na doučování. Jako čtvrtou možnost bych uvedla, že se hojně vybíranou možností stalo i chození na kroužky a to více jak 2 krát týdně. Tento zájem o kroužky a pohybové aktivity je pospán i v literatuře, ze které jsem čerpala. V tuto dobu je totiž pohyb u dětí ve věku 10 – 11 let velmi dobře vnímán. Procházejí totiž, jak někteří autoři uvádějí „zlatým věkem motoriky“ a navíc jejich soutěživost podporuje jejich výkonnost a zvětšující se sílu.

Po vyhodnocení dotazníkového šetření mohu napsat, že je v našem městě Písku velmi bohatá nabídka volnočasových aktivit. Proto se domnívám, že každý má možnost si najít svou volnočasovou aktivitu, která jej bude uspokojovat a naplňovat. Ale i tak se našlo pár aktivit z nabídky pro město Písek, které tu scházely. Žáci uváděli sportovní aktivity jako ragby, bugee jumpin, ale tyto kroužky se v blízkosti našeho města nacházejí, ale nejsou přístupné dětem, pouze dospělým (nad 18 let). V Písku jsou ale i aktivity, které žáci uváděli a oni se zde opravdu neprovozují. Je to například baseball. Dále byl v dotazníku napsán kaskaderský kroužek a herecký kroužek, které v Písku opravdu schází.

I tak si myslím, že v současné době existuje v Písku taková nabídka zájmových kroužků a organizací, které se věnují a snaží se specifikovat volný čas dětí a mládeže, že tyto nabídky nemohou být i často naplněny a organizace na nich prodělávají. Proto je mým názorem, že si každý člověk, žijící v Písku musí v takové škále nabízených volnočasových aktivit vybrat tu svou, o kterou se bude zajímat a bude ji věnovat svůj volný čas.

Hypotéza č. 1: Více jak polovina dotazovaných žáků tráví volný čas u počítače.

V grafu č. 3, 4 a 5 viz. otázka číslo 1, kde uvádím, co žáci ve svém volném čase dělají. Tento graf nám uvádí, že většina žáků 5. tříd svůj volný čas tráví venku s kamarády a to v počtu 50 dětí z dotazovaných 71 dětí. Na druhém nejpočetněji uváděném místě se objevuje, že volný čas tráví u počítače a to v počtu 38 dětí. Tato hypotéza se tedy potvrdila, přesto, že více dětí uvádělo, že volný čas tráví venku s kamarády.

Hypotéza č. 2: Všechny děti mají povědomí o tom, jak trávit svůj volný čas v městě Písku.

Hypotézu jsem ověřovala v otázce č. 2, 3, 7 kdy jsem se respondentů dotazovala, zda mají přehled o pohybových aktivitách, nebo jim nějaká pohybová aktivita schází či zde schází nějaký zájmový kroužek. V grafu č. 6 žáci uváděli, jaké možnosti pohybových aktivit mohou v městě Písku provozovat. V dalších otázkách měli napsat, zda zde nějaké kroužky schází. Většina žáků, kteří tuto kolonku vyplnili, napsali opravdu pohybové aktivity a zájmové kroužky, které se v městě Písku nenachází nebo je možné je provozovat až od dospělosti. Proto se tato hypotéza potvrdila.

Hypotéza č. 3: Více jak polovina dětí navštěvuje alespoň jeden zájmový kroužek.

Dotazník vyplnilo 71 žáků 5. Tříd, z toho bylo 35 dívek a 46 chlapců, což je o 11 chlapců více než dívek. Dle grafu č. 7, 8 viz. otázka 4 a 5 jsem zjistili, že z počtu 35 dívek 6 dívek nenavštěvuje žádný zájmový kroužek a u chlapců z počtu 46 chlapců 2 chlapci kroužek nenavštěvují. Z toho vyplývá, že 29 dívek a 44 chlapců ve svém volném čase navštěvují zájmový kroužek. Tato hypotéza se tedy potvrdila.

Hypotéza č. 4: Děti jsou při výběru kroužku ovlivněni další osobou.

Tuto hypotézu jsem ověřovala v otázce číslo 6, která je vyhodnocena v grafu č. 9, kde jsem se žáků ptala: Kdo ti pomohl vybírat kroužek, který navštěvuješ? Na základě odpovědí jsem zjistila, že respondenti jsou nejvíce ovlivněni při výběru volnočasových aktivit rodiči a to v 50-ti případech. Zároveň 38 dětí uvedlo, že se rozhodovali o tom, jaký kroužek budou navštěvovat sami. Jelikož o 12 zaznamenaných výsledků převažuje možnost, kdy děti byli ovlivněni nějakou další osobou, musím uvést, že hypotéza se potvrdila.

Závěr

Dnešní doba sebou přináší mnoho rizik, která mohou mít negativní dopad na trávení volného času dětí. Společnost a především rodiče se k tomuto problému staví čelem a snaží se dětem organizovat jejich volný čas a to nejen v rámci rodinných výletů a návštěv, ale také v podobě přihlášení na zájmový kroužek. Možná je to díky tomu, že v současné době existuje velké množství zařízení, které nabízejí různé aktivity spadající pod pojem volný čas a rodiče i děti tak mají možnost si mezi těmito aktivitami vybrat.

Každý z nás by se měl ale uvědomit, že ne všechno patří do volného času. Do volného času totiž nepatří čas trávený ve škole či v práci. Mezi trávení volného času také nepatří péče o rodinu a domácnost. Toto uvědomění je velice důležité pro děti a mládež, kteří by se měli naučit, jak důležité je svůj volný čas trávit smysluplně a umět s ním naložit tak, aby jej nepromrhali v práci, škole, či starostech o domácnost. Člověk potřebuje trávit volný čas a to nejen aktivně nějakým sportem, ale i relaxací a odpočinkem, kde bude mít možnost nabrat nové síly. Měli bychom si totiž uvědomit, že nejsme stroje jako počítače, a že naše tělo musí mít čas na regeneraci.

Možná právě díky tomu, že pracuji s dětmi, jsem se zaměřila ve své bakalářské práci na toto téma. Uvědomila jsem si, totiž, jak velkým přechodem je věk dětí 5. tříd, které čekají opravdu velké změny v podobě puberty. Přesto, že se v Písku nachází 6 základních škol, vybrala jsem si tyto dvě, z důvodu, že v této lokalitě chci otevřít nové taneční studio zaměřující se na streetové taneční styly.

V teoretické části jsem se zabývala svým tolik blízkým pohybem, dále volným časem a negativními činiteli, které ovlivňují jedince v jeho vývoji a výběru volnočasových aktivit. Dále jsem zde objasnila pojmy volný čas, výchovou mimo vyučování, zařízeními pro výchovu mimo vyučování. Ve výzkumné části jsem použila dotazníkové šetření s cílem zjistit, co žáci pátých ročníků dělají ve volném čase. Celý dotazník jsem koncipovala na otázky spíše sportovního zaměření. Jsem ráda, že v dotazníkovém šetření vyšlo, že až na 8 dětí se každé věnuje nějakému zájmovému kroužku. Čekala jsem totiž, že děti v dnešní době tráví nejvíce času na počítači a koukáním na televizi. Proto i překvapením pro mne byl fakt, že děti chodí s kamarády ven, tak jako tomu bylo, když jsem já sama byla v jejich letech.

Cílem mé práce bylo zmapování, zjištění jak děti tráví volný čas a zda mají přehled o nabízených volnočasových aktivitách, které mohou v Písku provádět, jestli jim zde nějaká volnočasová aktivita schází. Na základě 4. hypotéz, které jsem si stanovila se č.1 potvrdila kdy jsem se dotazovala, jak tráví volný čas po škole zde více jak polovina uvedla, že tráví čas u počítače, ale mnohem větší zastoupení měla otázka, že tráví čas venku. Hypotéza č. 2 se také potvrdila a ta nám udávala, jaké povědomí mají o nabízených volnočasových aktivitách. Zde mě výsledek velmi překvapil, jelikož děti opravdu mají velký přehled o volnočasových aktivitách i zájmových kroužcích. Také hypotéza č. 3 se potvrdila. Dle výsledků více jak polovina žáků navštěvuje alespoň jeden zájmový kroužek. A v neposlední řadě hypotéza č. 4 byla také kladná a uvedla nám fakt, že děti v 5. třídách dají na radu svých rodičů při výběru volnočasové aktivity.

Seznam použité literatury

- [1.] VÁGNEROVÁ, M., *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. vyd. 1. Praha: Portál, 2000. 528 s. ISBN 80-7178-308-0
- [2.] CSÉMY, L., *Životní styl a zdraví českých školáků: z výsledků mezinárodní srovnávací studie Světové zdravotnické organizace The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)*. 1. vyd. Praha : Psychiatrické centrum, 2005. 139 s. ISBN 80-85121-94-8
- [3.] HOFBAUER, B., *Děti, mládež a volný čas*. 1. vyd. Praha: Portál, 2004. 176 s. ISBN 80-7178-927-5
- [4.] VÁGNEROVÁ, M., *Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2001. 304 s. ISBN 80-246-0181-8
- [5.] PÁVKOVÁ, J. , et al. *Pedagogika volného času*. 3. vyd. Praha: Portál, 2002. 231 s. ISBN 80-7178-711-6.
- [6.] HÁJEK, B.; HOFBAUER B.; PÁVKOVÁ J. *Pedagogické ovlivňování volného času* Praha: Portál, 2008. 240s. ISBN 978-80-7367-473-1.
- [7.] SLEPIČKA, P.; HOŠEK V. ; HÁTLOVÁ B. *Psychologie sportu*, vyd. 2 Praha: Karlova Univerzita 2009. 240s. ISBN 978-80-246-1602-5.
- [8.] SEKOT, A. *Sport a společnost*. Brno: Paido, 2003. 191 s. ISBN 80-7315-047-6.
- [9.] DYLEVSKÝ, I.; KÁLAL, J.; KOLÁŘ, P.; KORBELÁŘ, P.; KUČERA, M.; NOBLE, C.; OTÁHAL, S. *Pohybový systém a zátěž*. vyd.1 Praha: Grada Publishing, spol. s r. o., 1997. 260 s. ISBN 80-7169-258-1
- [10.] SPOUSTA, V. *Kapitoly z pedagogiky volného času*. Vyd. 1. Brno: Masarykova univerzita, 1996. 37 s. ISBN 80-210-1274-9.

Internetové zdroje

[11.]KRÁL,J.; Počítače a zdraví [online]. 1. 6. 2014
Dostupné z www:
<<http://www.ics.muni.cz/bulletin/articles/413.html>>.

[12.]NOVOTNÝ, J.; *Hypokineze a civilizační nemoci* [online]. 1. 6. 2014. Hypokineze.
Dostupné z www:
<<http://www.fsps.muni.cz/~novotny/Hypokin.htm>>.

[13.] Ministerstvo školství.; Volný čas a prevence u dětí a mládeže [online]. 24. 4. 2012
Dostupné z www: < http://www.msmt.cz/file/7327_1_1/download/>.

[14.] JANČAŘÍK, J.; ZÁVODNÁ, E. ; NOVOTNÁ, M. Fyziologie tělesné zátěže – vybrané kapitoly [online]. 24. 4. 2012 Dostupné z www:
<<http://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/js07/fyzio/texty/index.html>>.

[15.] Česko jede.; Obecné informace [online]. 1.6.2014
Dostupné z www:
<http://www.ceskojede.cz/rubriky/obecne-informace/definice/>

Seznam grafů

| | |
|--|----|
| Graf č. 1 Pohlaví | 41 |
| Graf č. 2 Zastoupení žáků z jednotlivých ZŠ [%]..... | 42 |
| Graf č. 3 Nejčastější volnočasová aktivita | 42 |
| Graf č. 4 Ø známka na jednotlivou otázku CHLAPCI | 43 |
| Graf č. 5 Ø známka na jednotlivou otázku DÍVKY | 43 |
| Graf č. 6 Pohybové activity v Písku | 44 |
| Graf č. 7 Návštěvnost kroužků [dny]..... | 45 |
| Graf č. 8 Kroužky v Písku | 47 |
| Graf č. 9 Kdo ti pomáhla při výběru kroužku | 45 |

Seznam příloh

| | |
|--|---|
| Příloha č. 1 Dotazník pro žáky 5. tříd v ZŠ J. K. Tyla a ZŠ T. G. Masaryka | 1 |
| Příloha č. 2 Přehled nabízených zájmových kroužků DDM Písek | 3 |

DOTAZNÍK VOLNOČASOVÉ AKTIVITY PÍSEK

CHLAPEC

DÍVKA

NAVŠTĚVUJI ZŠ: J. K. Tyla T. G. Masaryka

1) Co děláš nejčastěji po škole? (v případě více odpovědí je oznamuje jako ve škole 1 - 5)

- a) hraju si na počítači
- b) jsem venku s kamarády
- c) hraji si doma sám (se sourozencem)
- d) uklidem a pomocí rodičům
- e) přípravou do školy
- f) na kroužku
- g) nudím se doma
- h) jinak (napiš jak)

2) Zkus napsat alespoň 3 možnosti pohybových aktivit, které můžeš v Písku dělat:

- 1.
- 2.
- 3.
-

3) Napadá tě nějaká pohybová aktivita, která v Písku chybí?

.....

4) Kolik dní v týdnu věnuješ kroužkům ? (napiš číslo 1 – 7)

5) Jaký kroužek v Písku navštěvuješ ?

- a) fotbal
- b) hokej
- c) skaut
- d) tanec
- e) mažoretky
- f) florbal
- g) tenis
- h) volejbal, basketball a jiné míčové hry
- ch) sokol
- i) kánojistiku
- j) aerobic

- k) turistický kroužek
- l) žádný
- m) jiný (napiš jaký)

6) Kdo ti pomohl vybírat kroužek, který navštěvuješ ?

- a) rodiče
- b) babička s dědou
- c) kamarádka / kamarád
- d) sourozenec
- e) sám

7) Víš o nějakém zájmovém kroužku, který v Písku chybí?

.....

.....

.....

8) Popiš jak vypadá tvůj obyčejný den a začni větou :

Když přijdu ze školy

Příloha č. 2 Přehled nabízených zájmových kroužků DDM Písek

Pro školní rok 2013/ 2014 byl otevřen tyto kroužky.

| Název kroužku | Věková skupina | Cena v Kč |
|--------------------------|--------------------|-----------|
| 3D Animace a Grafika | II. stupeň ZŠ | 800 |
| Aikido I., II, zbraně | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Airsoft IPSC | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Atelier módního doplňku | I. i II. stupeň ZŠ | 800 |
| Atletika | I. i II. stupeň ZŠ | 150 |
| Balet | I. i II. stupeň ZŠ | 700 |
| Cvičení dětí | I. stupeň ZŠ | 700 |
| DDR - Stepmania | II. stupeň ZŠ | 700 |
| Deskové hry | II. stupeň ZŠ | 500 |
| Digitální fotografie | I. i II. stupeň ZŠ | 900 |
| Divadelní nahlížení | II. stupeň ZŠ | 700 |
| Elektronika | II. stupeň ZŠ | 900 |
| Florbal | I. i II. stupeň ZŠ | 1 700 |
| Historický šerm | II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Jóga | I. stupeň ZŠ | 700 |
| Judo | I. i II. stupeň ZŠ | 240 |
| Keramický | I. i II. stupeň ZŠ | 1100 |
| Kutílek | I. stupeň ZŠ | 900 |
| Kytara a zpěv k táboráku | I. i II. stupeň ZŠ | 700 |
| Letečtí modeláři | I. i II. stupeň ZŠ | 900 |
| Lukostřelba | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Malí savci | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Mlsný jazýček | I. i II. stupeň ZŠ | 1500 |
| Patchwork a šité hračky | II. stupeň ZŠ | 700 |
| Pejskaři | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Pěvecký sbor Rolničky | I. i II. stupeň ZŠ | 700 |

| | | |
|------------------------|--------------------|-------|
| Plastikovní modeláři | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Počítače | I. i II. stupeň ZŠ | 900 |
| Práčata | I. i II. stupeň ZŠ | 900 |
| Rybáři | I. i II. stupeň ZŠ | 500 |
| Sedlářství a kůžedělky | II. stupeň ZŠ | 800 |
| Sportovní gymnastika | I. i II. stupeň ZŠ | 1700 |
| Stolní tenis | I. i II. stupeň ZŠ | 1600 |
| Šachy | I. i II. stupeň ZŠ | 700 |
| Šperkování | I. i II. stupeň ZŠ | 800 |
| Teraristika | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |
| Volejbal | I. i II. stupeň ZŠ | 100 |
| Základy aerobiku | I. stupeň ZŠ | 800 |
| Železniční modeláři | I. i II. stupeň ZŠ | 1 000 |

Tabulka: zdroj DDM Písek