

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Postoje k pohybovým aktivitám u dětí mladšího školního věku
pomocí dotazníku CATPA Grade/Year 3**

Attitude toward physical activity in children of age 8 - 10 years using
a questionnaire CATPA Grade/Year 3

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:

PhDr. Aleš Kaplan, Ph.D.

Vypracovala:

Romana Veselá

Praha, srpen 2016

Prohlašuji, že jsem závěrečnou bakalářskou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne 22.8.2016

.....

podpis autorky bakalářské práce

Evidenční list:

Souhlasím se zapůjčením své bakalářské práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto bakalářskou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Děkuji vedoucímu bakalářské práce PhDr. Aleši Kaplanovi, Ph.D. za poskytnutí zajímavého námětu, odborné vedení, trpělivost a rady, které mi pomohly při vypracování této práce.

Dále děkuji vedení jednotlivých škol a třídním učitelkám za to, že mi umožnily získat podklady. Můj dík také patří rodině za podporu po dobu studia.

Abstrakt

Název: Postoj k pohybovým aktivitám u dětí mladšího školního věku

Cíle: Hlavním cílem této práce je zjistit a následně porovnat postoje žáků mladšího školního věku k pohybovým aktivitám s využitím dotazníku CATPA Grade/Year 3 ve školním roce 2014/2015, a to na maloměstských základních školách v Žamberku a v Letohradě. Zjištěné výsledky zároveň porovnávám s výzkumnými šetřeními z předcházejících let.

Metody: Výzkum postojů k pohybovým aktivitám proběhnul ve třetích a čtvrtých třídách základních škol v Žamberku a Letohradu v červnu 2015. Využila jsem dotazník CATPA Grade/Year 3. Šetření bylo realizováno ve spolupráci s třídními učiteli vybraných tříd podle dodaných instrukcí. Celkem jsem získala postoje 176 žáků, 104 chlapců a 72 dívek.

Výsledky: Zkoumáním šesti dimenzí postojů k pohybovým aktivitám jsem zjistila rozdíly mezi dívkami a chlapci, resp. zvýšenou hodnotu X5 – estetično u dívek a X3 – nebezpečí u chlapců. Dále rozdíly mezi malým městem, které žije sportem, a sousedním městem bez výrazné sportovní profilace.

Klíčová slova: postoje, pohybová aktivita, děti, mladší školní věk, CATPA Grade/Year 3, Letohrad, Žamberk, základní škola

Abstract

Title: Attitude toward Physical Activity in Children of Age 8-10 Years

Objectives: Main goal of the paper is to examine and then compare attitudes towards physical activities for school children of age 8 – 10 years using a questionnaire CATPA Grade/Year 3 in 2014/2015. The survey was done in small towns Žamberk and Letohrad. I have also compared observed results to other surveys made during previous years.

Methods: The survey of attitude toward physical activity was done in grade 3 and 4 of elementary schools in Žamberk and Letohrad in June 2015. I have used a data questionnaire known as CATPA Grade/Year 3. The research was done in cooperation with master teachers according to provided guidelines. I have obtained opinions from 176 pupils (104 boys and 72 girls).

Results: I compared six attitudes of boys and girls and I have found differences especially in X5 – aesthetic dimension (higher value in set of girls) and X3 – danger dimension (higher value in set of boys). Furthermore, I observed differences between sport-living town and a town without sport enthusiasm.

Keywords: attitude, physical activity, children, age 8 – 10 years, CATPA Grade/Year 3, Letohrad, Žamberk, elementary school

Obsah

1. ÚVOD	9
2. TEORETICKÁ ČÁST	11
2.1 Pohybová aktivita.....	11
2.1.1 Vymezení pojmu pohybová aktivita	11
2.1.2 Pohybová aktivita u dětí mladšího školního věku.....	14
2.1.3 Vztah k pohybu u dětí mladšího školního věku	17
2.1.4 Motivace.....	17
2.1.5 Postoje.....	20
2.2 Mladší školní věk	23
2.2.1 Charakteristika období mladšího školního věku	23
2.2.2 Tělesný vývoj v mladším školním věku.....	24
2.2.3 Psychický vývoj v mladším školním věku.....	24
2.2.4 Sociální vývoj v mladším školním věku	25
2.2.5 Pohybový vývoj v mladším školním věku	26
3. VÝZKUMNÁ ČÁST	28
3.1 Cíle a úkoly práce	28
3.2 Hypotéza	29
3.3 Metodika výzkumu	29
3.4 Výsledky a diskuse.....	32
3.4.1 Porovnání postojů dívek ze základních škol v Žamberku a Letohradu.....	32
3.4.2 Porovnání postojů chlapců ze základních škol v Žamberku a Letohradu	34
3.4.3 Porovnání postojů dívek ze ZŠ Nádražní a ZŠ 28. října v Žamberku.....	35
3.4.4 Porovnání postojů chlapců ze ZŠ Nádražní a ZŠ 28. října v Žamberku	37
3.4.5 Porovnání postojů dívek a chlapců ze společných souborů (Žamberk a Letohrad) ...	39
3.4.6 Porovnání postojů dívek a chlapců ze společných souborů ZŠ Žamberk (dívky a chlapci) a ZŠ Letohrad (dívky a chlapci)	40

3.4.7 Porovnání postojů dívek z pražské školy a mimopražských základních škol (ZŠ Žamberk a ZŠ Letohrad)	42
3.4.8 Porovnání postojů chlapců z pražské školy ze studie Holického (2011) a mimopražských základních škol (Žamberk a Letohrad)	44
3.4.9 Porovnání postojů celého souboru dětí (dívký a chlapci, ZŠ Žamberk a Letohrad) s celým souborem dětí (dívký a chlapci) z pražské a mimopražské školy	46
4. ZÁVĚRY	48
5. LITERATURA.....	49
Příloha 1 Vzor Postojového dotazníku CATPA Grade/Year 3	52

1. ÚVOD

V posledním období se výrazně změnil životní styl. Před dětmi se objevuje široké spektrum nových možností a činností jako jsou počítače, internet, tablety, mobilní telefony. Mění se způsoby vzájemné komunikace. Většina těchto činností je nonaktivních z hlediska pohybových aktivit, dětem chybí vztah k pohybu. V důsledku toho pohybových aktivit v životě dětí ubývá, což se projevuje ve snížení pohybových schopností, fyzické výkonnosti i na zdravém vývoji dítěte, kdy stoupá obezita i úrazovost dětí.

Díky osvětě si stále více dospělých tyto potřeby uvědomuje a svůj životní styl vzhledem k pohybovým aktivitám mění. U dětí je situace jiná v tom, že děti mají mnohem více možností trávit čas jinak, než aktivním pohybem v přírodě, sportováním na hřišti, cestou do školy pěšky nebo na kole. Běžná dostupnost počítačových her, internetu, zábavných a vzdělávacích programů v televizi vede k tomu, že pohybu ubylo a snížila se zdatnost i pohybové schopnosti. U dětí mladšího školního věku se vztah k pohybu vytváří především v závislosti na životním stylu rodičů, na jejich aktivním trávení volného času sportem a na názorech a možnostech, jak podporovat pohybové aktivity u svých dětí. Nástupem do školy se druhým determinantem stává systém školního vzdělávání v tělesné výchově a zájmová sportovní mimoškolní činnost.

Za téma bakalářské práce jsem si zvolila zjištění a porovnání postojů k pohybovým aktivitám dětí mladšího školního věku i proto, že dcera spadá do této věkové kategorie. Záměrem bylo také zjistit, zda mohou být postoje dětí ovlivněny „prosportovní“ atmosférou ve městě, které aktuálně prožívá úspěchy svých rodáků v biatlonu (O. Moravec, J. Šlesinger) a biatlonem dlouhodobě „žije“. Oba sportovci jsou absolventy základní školy, kde bylo dotazníkové šetření prováděno, a škola se je snaží maximálně výchovně využít k vytváření postojů dětí ke sportu. Jedná se o základní školu v Letohradu. Druhé dotazníkové šetření jsem prováděla v Žamberku, ve stejně velkém městě (6 tis. obyvatel), ale bez významné „prosportovní“ atmosféry. Oba soubory jsem porovnávala ještě s výsledky dětí z pražské základní školy (Holický, 2011).

Učitelé z obou měst se dopředu zajímali o výsledky dotazníkového šetření ve svých třídách. I já věřím, že by učitelům mohly pomoci zamyslet se nad svojí prací a hledat postupy, jakým způsobem postoje k pohybovým aktivitám ovlivnit, aby pohyb a sport byly pro děti stále více radostí a přinášel jim příjemné prožitky. Pokud se podaří žáky

lépe motivovat, mohou se zlepšovat pohybové schopnosti, fyzická zdatnost a pozitivně se to odrazí na vytváření zdravého životního stylu. Protože stále platí, co se v mládí naučíš, ve stáří jako když najdeš.

Následné porovnání postojů s odstupem několika let umožní sledovat tendence změn postojů.

Cílem práce je zjistit a následně porovnat postoje žáků mladšího školního věku k pohybovým aktivitám s využitím dotazníku CATPA Grade/Year 3 na maloměstských základních školách.

2. TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Pohybová aktivita

2.1.1 Vymezení pojmu pohybová aktivita

Pohyb je jedním ze symbolů života a fyziologickou potřebou. Podle dokumentu EU EU Physical Activity Guidelines (2008) se pohybová aktivita definuje jako „jakýkoli tělesný pohyb spojený se svalovou kontrakcí, která zvyšuje výdaj energie nad klidovou úroveň“. Tato obecná definice zahrnuje všechny souvislosti tělesné aktivity, tj. pohybovou aktivitu ve volném čase (včetně většiny sportovních aktivit a tance), pohybovou aktivitu související se zaměstnáním, pohybovou aktivitu doma nebo v blízkosti domova a pohybovou aktivitu spojenou s dopravou.

Podle Kalmana, Hamříka a Pavelky (2009) je pohybová aktivita chápána jako jakákoliv aktivita produkovaná kosterním svalstvem způsobující zvýšenou tepovou a dechovou frekvenci.



Obrázek 1

Schéma pohybové aktivity podle Kalmana, Hamříka a Pavelky (2009)

Kaplan a Válková (2009) rozdělují pohybovou aktivitu na spontánní a řízenou. U dětí převažuje spontánní pohybová aktivita, která vychází z potřeb dětí. Řízená pohybová aktivita zahrnuje školní tělesnou výchovu, rekreační nebo výkonnostní sport a pohyb při léčbě a rehabilitaci.

Podobnou definici a rozdělení uvádí také Frömel, Novosad a Svozil (1999), kteří pohybovou aktivitu charakterizují jako „komplex lidského chování, které zahrnuje všechny pohybové činnosti člověka. Je uskutečňována zapojením kosterního svalstva při současné spotřebě energie“. Výše uvedení autoři dělí pohybovou aktivitu na organizovanou a neorganizovanou.

Díky pohybu si udržujeme správnou funkci těla a celkové zdraví, pohybová aktivita je nezastupitelnou součástí denního režimu a o to více denního režimu dětí. Je to tedy nejen otázka zdravotní, ale i důležitá součást školských vzdělávacích systémů a proto i otázkou společenskou a politickou. To, že si již dříve lidé uvědomovali význam pohybu pro své zdraví, dosvědčují i některá pořekadla, např. ve zdravém těle zdravý duch.

V EU Physical Activity Guidelines (2008) se uvádějí také obecně známé příklady přínosů, které poskytuje pohybově aktivní život:

- snížení rizika kardiovaskulárních chorob,
- prevence hypertenze,
- dobrá výkonnost kardiopulmonálních funkcí,
- stabilní úroveň metabolických funkcí,
- nízký výskyt cukrovky druhého typu,
- snížení rizika obezity,
- snížení rizika určitých typů nádorů,
- zvýšení mineralizace kostí v mládí a prevence osteoporózy a zlomenin ve starším věku,
- zlepšení zažívání,
- udržování a zlepšování svalové síly a vytrvalosti a následně zvýšení funkční výkonnosti v každodenním životě,
- udržování motorických funkcí včetně síly a rovnováhy,
- udržování kognitivních funkcí a snížení rizika depresí a demence,
- snížení úrovně stresu a s tím spojeného zlepšení kvality spánku,
- zlepšení sebehodnocení a sebeúcty a zvýšení elánu a optimismu,
- snížení absence v práci,
- snížení rizika pádů u dospělých ve velmi vysokém věku,
- prevence nebo oddálení chronických nemocí spojených se stárnutím.

Úroveň pohybových aktivit spadá do působnosti několika důležitých odvětví:

- sport,
- zdraví,
- vzdělávání,
- doprava, prostředí, plánování měst a veřejná bezpečnost,
- pracovní prostředí,
- služby pro starší občany.

V uváděném dokumentu Pokyny EU pro pohybovou aktivitu jsou stanovena opatření formou 41 pokynů pro odvětví veřejného sektoru, které vycházejí i ze stanovisek WHO¹.

Uvádím zde příklady pokynů:

Pokyn 1: V souladu s dokumenty a pokyny Světové zdravotnické organizace doporučuje EU a její členské státy minimálně 60 minut pohybové aktivity střední intenzity u dětí a mladých lidí a minimální denní zajištění 30 minut pohybové aktivity střední intenzity u dospělých včetně starších občanů.

Pokyn 5: Správní orgány by měly zahájit iniciativy usilující o koordinaci a podporu veřejného a soukromého financování pohybových aktivit a usnadnění přístupu pro veškeré obyvatelstvo.

Pokyn 6: Když orgány veřejné správy (národní, regionální, místní) podporují sport z veřejných rozpočtů, měla by se věnovat zvláštní pozornost projektům a organizacím, které umožňují maximálnímu počtu lidí věnovat se pohybové aktivitě bez ohledu na jejich výkonnostní úroveň („sport pro všechny“, rekreační sport).

Pokyn 21: Členské státy EU by měly shromažďovat, shrnovat a vyhodnocovat národní pokyny pro pohybovou aktivitu určené pro učitele tělesné výchovy a další aktéry ve vývoji dětí a mladých lidí.

¹ World Health Organization

Z vybraných pokynů dokumentu EU je zřejmé, že 22 autorů z akademické sféry, kteří se na vypracování Pokynu EU pro pohybovou aktivitu podíleli, kladou mimo jiné důraz na pravidelnost, dostupnost a komplexnost opatření.

2.1.2 Pohybová aktivita u dětí mladšího školního věku

Pohybová aktivita u dětí mladšího školního věku je aktuálním tématem, protože se změnami způsobu života dochází k celkovému poklesu pohybových aktivit. Současný životní styl je charakterizován nárůstem volného času a současně doprovázen poklesem pohybových aktivit. U dětí nacházíme pokles z hodnot 4 - 6 hodin týdně ve věku 6 let na hodnotu okolo 2 hodin ve věku 14 let (Bunc, [cit. 2016-04-03]). Sedavý způsob života, pěší chůze do školy nahrazována dovážením dětí auty, televize, internet, počítačové hry apod. vedou k tomu, že děti mají méně možností a důvodů se pohybovat. V mladším školním věku závisí především na rodičích, na jejich životním stylu, jaké návyky děti od rodičů přijímají, včetně vztahu k aktivnímu pohybu a sportu. Protože aktivní pohyb a sport vyžadují čas, často přinášejí i jistá omezení a starosti, tak někdy rodiče raději „tolerují“ televizi, počítač, tablet.

Nástupem školní docházky se pro děti objevuje zcela nová autorita učitele a právě škola začíná mít vliv na rozvoj pohybových aktivit, vytváření vztahu k pohybu a sportu, správné držení těla, vytváření návyků. Pravidelná tělesná výchova a aktivní trávení přestávky přinášejí i jistý prvek pravidelnosti. Kromě školy nastupuje i období možností zapojení se do sportovních kroužků ve škole a sportovních klubů, kde už může začínat pravidelný trénink, zaměřený na určitý druh sportu.

Pohybové aktivity na přechodu od předškolního k mladšímu školnímu věku jsou převážně spontánní. Nástupem do školy začínají děti ovlivňovat mimo nejbližších členů rodiny také především učitelé, ale i vedoucí zájmových kroužků a trenér ve sportovním klubu a pohybová aktivita se stává stále více organizovanou a na neorganizovanou již zbývá méně času.

V období mladšího školního věku je tedy zásadní přístup rodiny a školy na vytváření vztahu k různým pohybovým aktivitám. Kaplan a Válková (2009) ukazují, že sport by

měl především bavit a přinášet radost a potěšení, a to již od dětství. Pro období mladšího školního věku je typická spontánnost, silný zážitek a radost z pohybu.

Na vliv rodiny upozorňuje Helešic (2011), který udává pravděpodobnost, že budou děti pohybově aktivní z 50 %, pokud je sportovně aktivní jeden rodič a dokonce ze 75 %, pokud jsou oba rodiče pohybově aktivní.

Mužík a Dobrý (2008) uvádějí charakteristiku kvalitní školní tělesné výchovy i s ohledem na formování vztahu k pohybovým aktivitám:

- klást důraz na znalosti a dovednosti vztahující se k celoživotní pohybové aktivitě,
- udržovat žáky v aktivitě po celou dobu vyučovací jednotky,
- nabízet výběr z mnoha různých pohybových aktivit,
- rozvíjet žákovu sebedůvěru,
- hodnotit žáky podle toho, jak se přibližují ke svým cílům,
- podporovat pohybové aktivity mimo školu,
- poskytovat žákům radostnou zkušenost.

Mladší školní věk je období velmi vhodné pro rozvíjení pohybových schopností a dovedností. Pohyb dětem působí radost, děti jsou soutěživé, měly by být co nejvíce využívány hry a to především takové, které co nejlépe rozvíjejí pohybové schopnosti, jak uvádí Perič a kol. (2012). Při sportu bychom také neměli zapomínat na komplexnost vývoje dětí mladšího školního věku i z hlediska psycho- sociálního, kdy například předávání pokynů a úkolů, vysvětlování, zaujímaní postojů s důrazem na fair play i způsob komunikace při školních i mimoškolních pohybových aktivitách zásadně napomáhají formovat, vytvářet postoje a vychovávat.

Více autorů (Perič a kol., 2012; Bunc, [cit. 2016-04-03]) zdůrazňuje zásadu všestrannosti a přiměřenosti rozvoje pohybových schopností s ohledem na věk, tedy s ohledem na stav „biologického věku“. V mladším školním věku by měla být soustředěna pozornost na rozvoj všeobecných pohybových schopností a až následně zařazovat nácvik a rozvoj pohybových dovedností (např. ve sportovních oddílech).

Pohybové schopnosti se chápou jako relativně samostatné soubory vnitřních předpokladů lidského organismu k pohybové činnosti, v níž se také projevují. Pohybové

dovednosti jsou učením získané předpoklady sportovce správně, účelně, efektivně a úsporně řešit pohybové úkoly (Perič, Dovalil, 2010).

Pohybové schopnosti se mohou členit podle různých kritérií. Perič a Dovalil (2010) rozlišují:

- **vytrvalostní schopnosti** - schopnosti překonávat únavu neboli dlouhodobě vykonávat pohybovou činnost určité intenzity, popř. delší časový úsek se pohybovat s co největší intenzitou
- **silové schopnosti** - schopnosti překonávat vnější odpor (např. břemeno) prostřednictvím svalové kontrakce
- **rychlostní schopnosti** - schopnosti spojené s krátkodobou (několik sekund) činností, překonat krátkou vzdálenost v co možná nejkratší době (s co nejvyšší intenzitou)
- **koordinační schopnosti** - schopnost řídit a regulovat pohyb (s ohledem na přesnost, rychlost, složitost pohybu)
- **pohyblivost** - schopnost provádět pohyb v maximálním kloubním rozsahu

Ekvivalentem koordinačních schopností je pojem obratnost, ekvivalentem pohyblivosti je pojem flexibilita.

Období, které je optimální pro výrazný nárůst pohybových schopností určitého typu, se nazývá senzitivní období. Perič a kol. (2012) uvádějí:

- **vytrvalostní schopnosti** - univerzální (v jakémkoliv věku)
- **silové schopnosti** - 8 až 14 let explozivní síla, 14 až 18 let maximální nárůst svalové hmoty
- **rychlostní schopnosti** - 8 až 13 let rychlost reakce a jednotlivé pohyby, 15 až 18 let rychlost lokomoce
- **koordinační schopnosti** - 7 až 12 let
- **pohyblivost** - 8 až 12 let nejvyšší nárůst kloubní pohyblivosti

Křištofič (2006) charakterizuje mladší školní věk z hlediska rozvoje pohybových schopností:

- **7. až 10. rok** - klademe důraz na přesnost poloh a celostních pohybů (běh, komíhání, houpání) držení těla a funkci svalů. Pohyby jsou neefektivní, nadbytečné, souhyby doprovázejí hlavní pohyb. Vhodné období pro rozvoj rychlostních a koordinačních schopností. Děti se učí napodobováním.
- **9. až 10. rok** - nárůst zrakových schopností a zlepšení periferního vidění, lepší odhad vzdálenosti a rychlosti pohybu, zlepšování orientace v prostoru a rovnovážných schopností.
- **10. až 11. rok** - zdokonalování nervosvalové regulace, „zlatý věk motoriky“ (8 - 12), nejefektivnější rozšiřování pohybových schopností, naučené pohybové dovednosti se stávají trvalými, děti by se měly pohybovat v aerobní zátěži.

2.1.3 Vztah k pohybu u dětí mladšího školního věku

Každé dítě si do života nepřináší stejné biologické předpoklady, nerodí se stejným nadáním pro pohyb a chutí se pohybovat, nevyrůstá ve stejném rodinném zázemí nejen z hlediska vztahu rodičů k pohybu, ale i třeba finančních možností. Proto jsou v mladším školním věku zásadní nejen přístup rodiny, ale také školy a učitelů tělesné výchovy. Učitel musí hledat a nacházet prostředky, jak motivovat žáky, aby výsledkem celkové činnosti bylo vytváření kladného vztahu k pohybu a sportu.

Úspěšné hledání způsobů motivace není jednoduchý proces, protože třída je skupinou individuí s různými pohybovými schopnostmi i postoji k pohybovým aktivitám, ve třídě je většinou hodně dětí a i jednotlivý učitel má různé předpoklady pro úspěšnou motivaci. Nemůže tedy existovat jednotný přístup a každý učitel nebo trenér by měl jednak hledat vlastní přístup, ale i nebránit se užívat již osvědčené postupy.

2.1.4 Motivace

Stejně jako jsou různorodé možnosti motivovat děti k pohybu, tak existují často různě odlišné definice motivace. Ale vždy v nich jde o nějaké motivy (pohnutky), které vedou k dosažení určitého cíle nebo uspokojení nějaké potřeby. Průcha, Walterová, Mareš (2009) uvádějí, že se jedná o souhrn vnitřních a vnějších faktorů, které

- spouštějí lidské jednání, aktivují ho, dodávají mu energii,

- orientují toto jednání určitým směrem (snaha něčeho dosáhnout nebo se něčemu vyhnout,
- udržují ho v chodu, řídí jeho průběh i způsob dosahování výsledků,
- navozují hodnocení vlastního jednání a prožívání, vlastních úspěchů a neúspěchů, vztah s okolím.

Motivací ve školním prostředí se zabývali mimo jiných Lokšová, Lokša (1999), kteří uvádějí tři teorie:

- **Behaviorální teorie** – jako zdroj motivace vidí úsilí dosáhnout příjemných důsledků určitého chování nebo snahou vyhnout se nepříjemným důsledkům, zpevňujícím motivačním činitelem je odměna.
- **Humanistická teorie** - předpokládá, že pro správný rozvoj žáka je třeba vytvořit prostředí s dobrými osobními vztahy, bezpečím a dobrým přijetím každého žáka.
- **Kognitivní teorie** - zdůrazňuje význam kognitivních (poznávacích) procesů. Člověk je zpracovatel informací (poznatků) a vytváří nějaké rozhodnutí.

Dovalil a kol. (2012) popisuje problematiku motivace ve sportu jako proces charakterizovaný velkou mnohotvárností, proměnlivostí kvality a intenzity v čase. Pohybové schopnosti se mění pomalu s vysvětlitelnou zákonitostí, motivace má jen málo konstantních znaků. Podle Dovalila a kol. (2012) zůstává „málo průhledným komplexem příčin“. Kořeny sportovní motivace jsou pravděpodobně v potřebě sociálních srovnávání.

Motivace se dělí na mnoho kategorií podle různých kritérií a přístupů k problematice. Jedním z nejčastěji využívaných dělení je rozdělení na vnitřní motivaci a vnější motivaci (Hartl, Hartlová, 2010).

- **vnitřní motivace** - vychází z fyziologické a psychické podstaty člověka, cíl si člověk určí svým rozhodnutím, psychické potřeby jsou jednak vrozené a jednak během života získané interakcí se svým okolím (Lokšová, Lokša, 1999),
- **vnější motivace** - přichází z vnějšku, odměna je jedním ze základů vnější motivace, vnější podněty a pobídky se označují jako incentivy.

Pro děti mladšího školního věku jsou důležité oba druhy motivací - vnitřní (např. radost z pohybu, jistota, úspěch) a vnější (např. odměna). Učitel musí motivovat především kladně - pochválit, ocenit, odměnit atd. Výhodné je využít kolektivní sporty a hry k upevnování vztahů mezi žáky. Pro děti mladšího školního věku je přitažlivější ukázat na příklady úspěšných sportovců, kteří třeba vyrůstali v podobných podmínkách, než třeba strašit nemocemi ve stáří. Vyrovnat se úspěšným, stát se také sportovní hvězdou je jedním z úspěšných motivů pro děti, aby více sportovaly. Sportovní vzory známé z médií jsou důležitým symbolem pro rozvoj sportu. Význam pohybových aktivit pro dobré zdraví se stává motivem již pro starší školní věk.

Úkolem učitelů TV, vedoucích sportovních kroužků a trenérů je snažit se děti motivovat tak, aby se pohybové aktivity a radost z pohybu staly jejich vnitřní potřebou a aby se z hodin povinné školní tělesné výchovy stávaly postupně hodiny radostného pohybu, který děti mají rády.

Učitelé samozřejmě nemohou zapomínat na důležitost posilování tělesné zdatnosti a všech typů pohybových schopností - tedy např. vytrvalosti, rychlosti a síly a dosahování očekávatelných parametrů. Největší motivací dětí mladšího školního věku bývá uznání (od učitele i spolužáků a kamarádů) a úspěch.

Během Pedagogické praxe I jsem měla možnost se seznámit se zajímavým motivačním sebehodnocením žákovského výkonu pomocí namalovaných smajlíkových symbolů. Tento test je publikován v knize Pohybem a výživou ke zdraví dětí (Bappertová, Osterkamp-Barensová, 2004). Děti plní test tělesné zdatnosti (stoj na jedné noze, 20m sprint, skok do dálky z místa, šestiminutový běh v hale, hluboký předklon vstoje). Pomocí předložené oficiální výsledkové tabulky děti hodnotí vlastní výkon a symboly smajlíků zaznamenávají úspěšnost či neúspěšnost daného cviku. Mohou se porovnávat navzájem a srovnávat posun svých výsledků v čase. Projevovale se zde nejen hravost i přirozená soutěživost, motivace k výkonu i motivace vyhnout se neúspěchu. Povzbuzování při výkonu pohybové aktivity vede i k tomu, že děti lépe chápou úspěch a neúspěch a i vyjádření pochvaly jako odměnu.

Čáp a Mareš (2007) rozdělují odměny na tři hlavní skupiny:

- pochvala, úsměv, projev sympatie, kladného hodnocení, kladného emočního vztahu,

- dárek věcný nebo peněžní,
- umožnění činnosti nebo zážitku, po kterých dítě touží (např. výlet).

U učitelů tělesné výchovy je také častá úkolová motivace (např. něco podat, pomáhat rozhodčímu apod.). V neposlední řadě motivací je i následování osobního příkladu učitelů v aktivním zapojení do pohybových aktivit. Bohužel může nastat i opačná situace, kdy učitel nevhodnou vnější motivací (např. kritikou, narážkou) může způsobit snížení zájmu o pohybové aktivity, tím, že se objeví stud.

2.1.5 Postoje

Dítě od narození vstupuje do celoživotního procesu utváření hodnotové orientace. Do doby nástupu do školy, tedy v předškolním věku, základy hodnotové orientace vytvářejí rodiče, dítě napodobuje jejich chování, učí se chápat, co je dobro a co zlo, co se může dělat a co ne, přijímají jejich pozice ve vztahu k druhým lidem. Rodiče jsou pro děti vzorem v tom dobrém i zlém. S nástupem do školy na děti mladšího školního věku mají při utváření postojů k okolnímu světu vliv učitelé, vedoucí kroužků a v případě sportu třeba také trenéři. Díky škole se setkávají s mnoha dalšími vlivy, jako jsou spolužáci, starší kamarádi atd.

Na utváření hodnotové orientace působí hodně faktorů - poznávací procesy, sociální vztahy, osobnostní psychické předpoklady, životní zkušenost i čas. Tyto faktory působí komplexně s různou intenzitou, která se s časem mění. Hodnota je v sociálně psychologickém pojetí chápána jako míra důležitosti a subjektivního ocenění. Jedinec tuto míru přisuzuje určitým věcem, symbolům, jevům, jiným lidem atd. Hodnoty jsou osvojovány v procesech socializace a v procesech učení se jedince žít ve společnosti (Průcha, Walterová, Mareš, 2009).

Hodnota úzce souvisí s ústředním pojmem sociální psychologie, a to s pojmem postoj. Stejně, jako je mnoho definic motivace, i u pojmu postoj existuje množství definic. Nakonečný (2009) postoj popisuje jako hodnotící vztah, jehož předmětem může být cokoliv. Postoje vyjadřují pohotovost k chování, ale chování jimi není nutně determinováno. Výrost, Slaměník (2008) hovoří o relativně stabilní charakteristice, psychologické tendenci, která se projevuje v hodnocení konkrétní entity s jistým stupněm upřednostňování a nebo odmítání.

Složky postojů

Většina autorů považuje jako základní členění postojů na tři složky:

- **kognitivní** (jinak poznávací) - informace (poznatky, názory a myšlenky) o předmětu postoje,
- **afektivní** (jinak citová, emociální) - emoční vztah k předmětu postoje,
- **konativní** (jinak behaviorální) - chování a jednání k předmětu postoje, projev postoje navenek.

Někteří autoři, např. Jansa a kol. (2012) uvádějí ještě čtvrtou složku - hodnotící, jejíž procesy jsou jindy zahrnovány do složky kognitivní.

Ovlivňování postojů

Protože postoje vyjadřují pohotovost k chování (Nakonečný, 2009), je jejich zjištění u osob, které jsou v okruhu zájmů, velmi důležité. Platí to stejně pro marketingové agentury (např. cestovní kanceláře mohou zajímat postoje k pohybovým aktivitám turistů), reklamní agentury (snaží se vytvořit pozitivní postoj k určitému produktu), personální agentury, které hledají pracovníky na určité pozice, platí to pro manažery, kteří chtějí motivovat své zaměstnance a platí to i v neposlední řadě pro rodiče, učitele a trenéry, aby mohli znalost postojů dětí využít a samozřejmě se, v případě potřeby, postoje snažit ovlivnit.

Výrost, Slaměník (2008) postoje charakterizují jako relativně stabilní, ale přitom relativně snadno ovlivnitelné. Pro vytvoření změny postoje lze působit jak na kognitivní složku postoje (např. poskytnutím nových informací), tak na afektivní složku (působení na emoce, šok atd.)

Zjišťování postojů

Při zjišťování a diagnostice postojů se psychologové snaží vytvářet takové postupy, při nichž si lidé nejsou vědomi, že jejich postoje hodnotíme - neptáme se „jaký je váš postoj k...“. Dělení metod zkoumání je opět velmi různorodé a v pedagogickém výzkumu (Hayesová, 2013) se nejčastěji využívá:

- pozorování - nestrukturované nebo strukturované,
- rozhovor - strukturovaný nebo nestrukturovaný,
- dotazník.

V dotaznících se zpravidla používá forma písemných odpovědí, známých symbolů (např. smajlíci), zaškrtnutí nabízené alternativy odpovědi. Výhodou dotazníků je rychlost a snadná administrativní zpracovatelnost (Jansa a kol., 2012). Forma odpovědí závisí na typu dotazníku. Základní možnosti odpovědí je:

- ano, ne, nevím,
- výběr z alternativních možností,
- škálování.

Podle Výrosta a Slaměníka (2008) existuje na škálování více teorií:

- Likertova sumační škála,
- Bogardusova škála sociální distance,
- Osgoodův sémantický potenciál.

Všechny škály mají společné, že se jedná o kvantitativní uspořádání postojů od jednoho krajního postoje ke druhému krajnímu postoji.

Zjišťování postojů dětí mladšího školního věku má svá specifika vzhledem k tomu, že se hodnotová orientace teprve vytváří, a otázky musí být pokládány tak, aby byly pro děti tohoto věku srozumitelné. Pro zjišťování postojů k pohybovým aktivitám jsou nyní využívány např. dotazníky CATPA/Grade 3 (Málková, 2002; Holický, 2011; Holický, Kaplan a Honsová, 2014) nebo DIPO-J dotazník postojů pro juniory (Jansová, 2014).

2.2 Mladší školní věk

2.2.1 Charakteristika období mladšího školního věku

Názory na dělení lidského života na jednotlivá období od početí až po smrt (ontogeneze = ontogenetický vývoj) se vyvíjely a dále vyvíjejí podle toho, na jaké aspekty vývoje se jednotliví autoři zaměřují. Každý člověk je individuum biologicky determinované, psychologicky charakterizovatelné a vyvíjí se v určitém sociálním prostředí. Může převládat pohled biologický, psychologický nebo sociální. A protože tyto aspekty od sebe nelze oddělit, vždy jde o nějakou syntézu aspektů (Zacharová, 2012).

Období, kdy dítě navštěvuje základní školu, níže uvedení autoři rozčleňují na dvě, jiní na tři specifikované úseky a je využívána i nejednotná terminologie.

Helus (2009, 2015) rozlišuje raný (mladší) školní věk (6 - 12 let) a stadium puberty.

Langmeier, Krejčová (2006) vyčleňují mladší školní období (od 6 - 7 do 11 - 12 let) a období pubescence (11 - 15 let), které je součástí období dospívání (od 11-12 do 20-22 let).

Vágnerová (2012) rozlišuje raný školní věk (od 6-7 do 8-9 let), střední školní věk (od 8 - 9 do 11 - 12 let) a starší školní věk (od 11-12 do 15 let).

V našem pojetí budeme dále za mladší školní věk považovat období 6 - 11 let, tedy období povinné školní docházky na prvním stupni základní školy. V tomto období dochází k mnoha zásadním změnám především v souvislosti s biologickými změnami, ale především v oblasti sociální a psychické v důsledku zahájení docházky do školy. Docházka do školy je zásadní změnou ve způsobu života a ve vytváření nových sociálních vztahů a vazeb jak ve vztahu ke spolužákům, tak ve vztahu k učitelům (Čáp, Mareš, 2007). Vstup do školy mění i pozici rodičů v očích dítěte, protože stanoviska a rozhodnutí školy se dotýkají nejen dítěte, ale vyžadují i akceptaci těchto rozhodnutí rodiči. Škola tedy zásadním způsobem ovlivňuje rozvoj dětské osobnosti jak z hlediska sociálních postojů, tak z hlediska schopností a dovedností (Vágnerová, 2012).

V mladším školním věku dochází k tomu, že k vytváření postojů k tomu, co je dobré nebo špatné, doposud jen rodiči, přichází autorita školy a především učitele k vytváření postojů a stanovisek. Dítě je kontrolováno, usměrňováno a hodnoceno. Důrazněji se

seznamuje s odměňováním, hrozbami i tresty. Seznamuje se s úspěchy a neúspěchy, úkoly a hodnocením (Říčan, 2009).

V mladším školním věku dochází k upevňování chlapeckého a dívčího způsobu chování, k přejímání „ženských a mužských dovedností“ (Langmeier, Krejčířová, 2006).

Mladší školní věk je charakterizován jako období, kdy je nejvýrazněji možné ovlivnit rozvoj dítěte jak v oblasti tělesného, tak pohybového a psychického zdokonalování. Nejvýznamnějším rysem je kvantitativní a kvalitativní změna organismu, jež charakterizuje růst a vývoj (Perič a kol., 2012).

2.2.2 Tělesný vývoj v mladším školním věku

Děti v tomto období rostou rovnoměrně, pomaleji a plynule (ročně 4,5 - 5,5 cm), hmotnost se zvyšuje průměrně o 2 až 3 kg (Zacharová, 2012). Vnitřní orgány (včetně krevního oběhu a plic) se mění úměrně zvyšování velikosti a hmotnosti (Dovalil a kol., 2012). Dochází ke změně tělesných proporcí, prodlužují se dolní končetiny. Osifikace ještě není dokončená, kloubní spojení jsou proto měkká a pružná. Správným držením těla, rovnoměrným a postupným zatěžováním se předchází deformacím kostry, především páteře (Jansa a kol., 2012). Na počátku mladšího školního věku je mozek již dostatečně připraven pro zvládání složitějších a koordinovanějších pohybů (Kaplan, Válková, 2009).

2.2.3 Psychický vývoj v mladším školním věku

Školní vyučování rozvíjí poznávací schopnosti dítěte, roste schopnost více diferencovat zrakové a sluchové podněty. Činnost, úspěchy i neúspěchy jsou citově silně prožívány. Nízká je sebekritičnost k vlastnímu chování (Vágnerová, 2012).

Vývoj kognitivních funkcí v mladším školním věku je charakterizován podle Zacharové (2012):

- **Pozornost** - roste schopnost soustředění, rozsah pozornosti a aktivní úmyslná pozornost, i když koncentrace zůstává stále velmi krátká (4-5 minut).

- **Paměť** - převažující bezděčná paměť se začíná měnit v paměť úmyslnou a logickou.
- **Myšlení** - nové informace získává díky nové schopnosti čtení, škoře, televizi a počítači, stále více se zajímá o reálný svět. Školák již není závislý na svých fantaziích a přáních. Tento stav se nazývá střízlivý realismus. Neotřesitelná autorita rodičů je narušena.
- **Řeč** - zdokonaluje se slovní projev a rozšiřuje slovní zásoba, délka vět a jejich skladba.
- **Učení** - nejčastější metodou je metoda pokus - omyl, kdy se dítě učí bez pomoci jiné osoby. Další metodou je logické vyvozování na základě předchozích zkušeností a využívána i metoda nápodobou - napodobuje řešení, které se osvědčilo jiným dětem.

Typickým znakem je velice krátká doba, kdy se dítě dokáže koncentrovat, být v klidu. Podle Vágnerové (2012) se zvyšuje schopnost koncentrovat pozornost ze zhruba 5 - 7 minut v 7 letech na 10 - 15 minut v 10 letech. Období 6 - 7 let Perič (2012) nazývá obdobím pohybového neklidu (nestálost, živost, potřeba stále něco dělat).

2.2.4 Sociální vývoj v mladším školním věku

Při nástupu do školy prožívá dítě proces postupné socializace, kdy se postavení rodičů mění a dítě se postupně začleňuje do kolektivu. Musí se přizpůsobovat novým pravidlům, přijmout autoritu učitele. Setkává se s mnoha novými vrstevníky, vytváří se síť vzájemných vztahů, kde se projevují různé míry sympatií a preferencí, které vedou k vytváření kamarádství. Na vytváření vztahů má vliv i soutěživost mezi vrstevníky, snaha vyniknout, udělat radost atd. Dítě si buduje i konkrétní postavení ve skupině spolužáků. Vznikají strukturované vztahy z původně chaotické skupiny. Autorita učitele postupně klesá, i když je jeho role nezastupitelná protože svým přístupem a osobním příkladem dětem předává systém hodnot, které sám dodržuje a prezentuje. Výrazně ovlivňuje žákovu sebevědomí v tom pozitivním smyslu, ale naopak může i negativně ovlivnit nevhodným a necitlivým přístupem (Zacharová 2012). Tentýž proces socializace probíhá také paralelně ve sportovních klubech, zájmových kroužcích. Proces

sociálního vývoje má svoje zákonitosti, ale díky tomu, že každé dítě je jedinečné ve svých psychických vlastnostech i biologických předpokladech, tak probíhá různou rychlostí i s různým konečným efektem. V kolektivech dětí a tříd vznikají také negativní jevy, jako jsou neúspěch, pocit méněcennosti a pocity ohrožení, což vede k nárůstu negativních hodnocení a postojů, k poklesu autority dospělých a k hledání nových autorit. Důležitá je tedy již v tomto věku otevřená komunikace ve třídě, s rodiči i mezi rodiči a školou. To vytváří větší předpoklad vztahové i emoční pocity řešit (Rychtecký, Fialová, 1998).

Podle Dovalila (2012) se v mladším školním věku projevují jemnější citové odstíny - smysl pro čest, pravdu, spravedlnost, odvalu a dané slovo. Naopak slabě je vyvinuta vůle a dítě ještě nedokáže dlouhodobě sledovat cíl.

2.2.5 Pohybový vývoj v mladším školním věku

Pro mladší školní věk je typická vysoká a spontánní aktivita dětí. Přirozená pohyblivost se uplatňuje při učení nových dovedností. Motorická schopnost nezávisí pouze na věku, ale může být také ovlivněna výchovou rodičů - např. povzbuzování či zakazování určité aktivity (Langmeier, Krejčířová, 2006). V celém období se zlepšuje jemná (např. úchopová) motorika v návaznosti na stabilizaci zrakové kontroly (Kučera, Kolář, Dylevský, 2011) i hrubá motorika (např. lokomoční a manipulační dovednosti). Děti jsou tělesně i psychicky připravené k osvojování pohybových dovedností, mnozí toto období označují jako nejlepší učební léta. Pohyb působí dětem radost, jsou soutěživé a hravé. Jsou fyzické předpoklady pro rozvoj pohyblivosti, rychlostních a koordinačních schopností.

Za nevhodné se naopak považují rozvoj síly a vytrvalosti (Dovalil a kol., 2012).

Perič a kol. (2012) rozdělují mladší školní věk ještě na období 6 - 7 let (období pohybového neklidu - nestálost, živost, neustálý pohyb) a na období 8 - 10 let (zlatý věk motoriky s nejsnadnějším učením). Nové pohybové dovednosti jsou rychle zvládnuty, při méně častém procvičování se však také rychleji mohou vytrácet. Pro toto věkové období je typická neúspornost pohybu, kdy je každá činnost doprovázena často

nadbytečnými pohyby, např. při sezení se pořád dítě někam otáčí, charakteristický je také rychlý vzrůst schopností koordinačně náročných pohybů (Perič a kol., 2012).

3. VÝZKUMNÁ ČÁST

3.1 Cíle a úkoly práce

Jako cíl práce jsem si stanovila zjištění a následně porovnání postojů k pohybovým aktivitám u žáků mladšího školního věku s využitím dotazníku CATPA² Grade/Year 3 (Schutz et al., 1985; Smoll, Schutz, 1980) na základních školách v Žamberku (ZŠ Nádražní 48 a ZŠ 28. října) a v Letohradě (ZŠ Komenského) ve školním roce 2014/2015. Tyto školy jsem si vybrala záměrně, protože Letohrad a Žamberk mají přibližně stejný počet obyvatel (cca 6 tis. obyvatel) a jsou od sebe vzdálená 7 km, ale letohradská ZŠ má specifikum, že město Letohrad „žije“ biatlonem a absolventy této základní školy jsou mimo jiné i současné biatlonové hvězdy Ondřej Moravec a Michal Šlesingr. Samotná ředitelka ZŠ byla úspěšnou biatlonistkou, podporuje výrazně sport a škola má pověst, že sportovní školní i mimoškolní aktivity výrazně podporuje. Letohradskou školu lze označit jako silně ovlivněnou biatlonem (úspěšní absolventi, řada žáků a rodičů biatlon aktivně provozují) a hokejbalem (řada žáků školy je členem mládežnických týmů i na reprezentační úrovni). Úkolem tedy je porovnat postoje ke sportovním aktivitám u žáků obou měst, porovnat výsledky těchto mimopražských škol s výsledky výzkumu Holického (2011), který byl realizován u pražských škol.

Postupné dílčí úkoly:

- projednat s ředitelstvím škol obsah dotazníku CATPA Grade/Year 3 a seznámit je s účelem prováděného šetření,
- namnožit žádost o souhlas rodičů se zjišťováním postojů k pohybovým aktivitám, vlastní postojový dotazník a instrukce pro učitele,
- distribuovat dotazníky a pokyny třídním učitelům,
- zpracovat a vyhodnotit výsledky,
- komparovat postoje k pohybovým aktivitám u žáků žamberských škol a letohradské školy,
- komparovat postoje k pohybovým aktivitám dívek a chlapců,

² Children's attitudes toward physical activity

- komparovat postoje k pohybovým aktivitám žáků škol z malých měst (Žamberk a Letohrad) s žáky pražské školy.

3.2 Hypotéza

V mojí hypotéze předpokládám, že výsledné hodnoty ve sledovaných postojích (nebo alespoň v některých postojích) se budou lišit mezi sportovněji motivovanou školou a standardní školou, mezi dívkami a chlapci a mezi mimopražskými a pražskými školami.

H1- předpokládám, že ve sportovněji motivované škole bude postoj k pohybovým aktivitám pozitivnější.

H2 - předpokládám, že alespoň v některých postojích k pohybovým aktivitám budou odlišnosti mezi dívkami a chlapci.

H3 - předpokládám, že mohou být rozdíly v postojích k pohybovým aktivitám mezi dětmi malých měst (Žamberk, Letohrad) a žáky z pražských škol dle Holického (2011).

3.3 Metodika výzkumu

Výzkum postojů k pohybovým aktivitám proběhnul ve třetích a čtvrtých třídách základních škol v Žamberku a Letohradu v červnu 2015. Šetření prováděli třídní učitelé podle dodaných instrukcí. Šetření se zúčastnili všichni žáci přítomní ve třídách v daný den. Nikdo z rodičů nevyjádřil nesouhlas. Celkem jsem získala postoje 176 žáků, 104 chlapců a 72 dívek.

Specializovaný dotazník známý pod názvem CATPA/Grade Year 3 byl předán každému žákovi třídním učitelem, dle pokynu vysvětlen, vyplněn a odevzdán.

Charakteristika dotazníku

Pomocí dotazníku se zjišťuje, jak se dotazované dítě cítí při provádění pohybových aktivit. Patří sem i spontánní pohybové aktivity během dne. Pohybovými aktivitami se rozumí pohybové hry, pohybové činnosti (honička, jízda na kole, pěší turistika a další činnosti), sporty (fotbal, hokej florbal atletika, tenis, plavání, gymnastika a další různé sporty - tedy i biatlon) a tanec. Tyto aktivity se mohou provozovat v rámci hodin TV nebo v rámci mimoškolních pohybových aktivit.

Dotazník má 6 otázek (viz Příloha 1), které postihují 6 dimenzí postoju

X1 - sociální cítění

X2 - zdraví

X3 - nebezpečí

X4 - sociální prožívání

X5 - estetično

X6 - radost z pohybu

Žáci zaškrtnutím volí obličej (smajlík), který nejvíce vystihuje postoj k dané pohybové aktivitě

Sběr dat

Manuál pro učitele vytváří stejné podmínky pro všechny žáky a zahrnuje postup:

1. Přečíst otázku, počkat na promyšlení dětmi.
2. Přečíst ještě jednou stejnou otázku a požádat děti o zaškrtnutí.
3. V případě nejasnosti a pro objasnění otázky přečíst Poznámku k dané otázce.
4. Při opětovných nejasnostech Poznámku k dané otázce ještě jednou zopakovat.
5. V případě nepochopení vyplnit políčko Nerozumím.
6. Pokračovat k další otázce, kde bude proveden stejný postup.

Tabulku a symboly jsem uspořádala podle Holického (2011), abych mohla provést snadněji komparaci.

Hodnotové vyjádření „smajlíků“ od nejvíce negativního k nejvíce pozitivnímu postoji:

1 - vůbec nebaví

2 - nebaví

3 – občas baví, občas nebaví

4 - baví

5 - hodně baví

0 - nerozumím

Analýza dat

Získané postoje k pohybovým aktivitám jsem převedla do číselné podoby dle výše uvedeného schématu a pro zpracování výsledků jsem použila program Excel 2007. Oproti Holickému (2011) jsem navíc vyjádřila medián, což je hodnota, jež dělí řadu vzestupně seřazených výsledků na dvě stejně početné poloviny a základní výhodou je fakt, že není ovlivněn extrémními hodnotami

Tabulka 1

Vzorová tabulka pro zápis základních statistických charakteristik souborů

Zákl. statistická charakteristika	X1 – sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)						
Minimální hodnota						
Maximální hodnota						
Průměr						
Medián						
Směrodatná odchylka						

3.4 Výsledky a diskuse

Celkem byly získány postoje k pohybovým aktivitám 176 dětí ze 3. a 4. tříd základních škol v Žamberku a Letohradu. Z tohoto počtu bylo 72 dívek (51 ze Žamberka a 21 z Letohradu) a 104 chlapců (82 ze Žamberka a 22 z Letohradu).

Použité symboly

X1 - dimenze sociálního citění

X2 - dimenze zdraví

X3 - dimenze nebezpečí

X4 - dimenze sociálního prožívání

X5 - dimenze estetického citění

X6 - dimenze radost z pohybu

3.4.1 Porovnání postojů dívek ze základních škol v Žamberku a Letohradu

Toto porovnání postojů k pohybovým aktivitám jsem provedla proto, že lze předpokládat možnost vlivu biatlonu na podporu pozitivního postoje k rychlým a riskantnějším aktivitám.

Tabulka 2

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek ze ZŠ Žamberk (n=51)

Zákl. statistická charakteristika	X1 – sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	51	51	51	51	51	51
Minimální hodnota	1	2	1	4	1	11
Maximální hodnota	5	5	5	4	5	5
Průměr	4,08	4,49	3,59	4,88	3,73	4,22
Medián	4	5	4	5	4	5
Směrodatná odchylka	0,88	0,75	1,35	0,32	1,3	1,02

Tabulka 3

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek ZŠ Letohrad (n=21)

Zákl. statistická charakteristika	X1 – sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	21	21	21	21	21	21
Minimální hodnota	3	2	3	3	2	3
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,05	4,38	4,1	4,9	4,19	4,48
Medián	4	5	4	5	5	5
Směrodatná odchylka	0,65	0,84	0,75	0,43	1,01	0,66

Komentář:

Největší rozdíl jsem zjistila u dimenze X3 - nebezpečí, což lze vysvětlit tím, že právě biatlon představuje aktivitu ve velké rychlosti vyžadující rychlá rozhodnutí, s rizikem pochybení při střelbě a taková aktivita je přijímána výrazně pozitivněji u dívek z Letohradu než u dívek ze Žamberka. Výrazně příznivější jsou postoje u letohradské

školy i u dimenzí X5 - estetické cítění a X6 - radost z pohybu. Lze předpokládat, že ladnost pohybu při běhu na lyžích, styl, trendy v oblečení a doplňcích mají vliv na estetické cítění (X5). Pozitivnější hodnocení v dimenzi radost z pohybu (X6) u sportovněji orientované školy nepřekvapuje.

3.4.2 Porovnání postojů chlapců ze základních škol v Žamberku a Letohradu

Toto porovnání postojů k pohybovým aktivitám jsem provedla proto, abych zjistila, zda i u chlapců existují podobné rozdíly jako u dívek mezi školami a zda jsou patrné i nějaké rozdíly v postojích k pohybovým aktivitám mezi dívkami a chlapci na téže škole.

Tabulka 4

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců ze ZŠ Žamberk (n=82)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	82	82	82	82	82	82
Minimální hodnota	1	2	1	1	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,21	4,65	4,18	4,76	1,9	4,61
Medián	4	5	5	5	1	5
Směrodatná odchylka	0,89	0,65	1,16	0,73	1,18	0,88

Tabulka 5

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců ze ZŠ Letohrad (n=22)

Zákl. statistická charakteristika	X1 – sociální citění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	22	22	22	22	22	22
Minimální hodnota	3	2	1	1	1	2
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,73	4,55	4,05	4,64	2,91	4,68
Medián	5	5	4	5	3	5
Směrodatná odchylka	0,62	0,84	1,15	1,02	1,53	0,76

Komentář:

U chlapců jsem zjistila největší rozdíl u dimenze sociálního citění (X1). Tento rozdíl je možná vysvětlitelný výraznou popularitou a zapojením žáků do hokejbalu v Letohradě a naopak absencí populární kolektivní hry mezi žáky v Žamberku. Tato dimenze dosahuje také výrazně vyššího hodnocení u chlapců než u dívek v obou městech. Celkově vyšší hodnoty postojů k pohybovým aktivitám jsou u chlapců z letohradské školy také u dimenze X5 - estetického citění - v průměru o jeden stupeň. Ještě patrnější je rozdíl u charakteristiky medián.

Zajímavé je, že nebyl zjištěn u chlapců zřejmý rozdíl v hodnotách dimenze X3 - nebezpečí, což lze možná interpretovat tak, že chlapci obecně upřednostňují riskantnější a nebezpečnější aktivity.

3.4.3 Porovnání postojů dívek ze ZŠ Nádražní a ZŠ 28. října v Žamberku

V předchozích tabulkách (tabulky 2 – 5) jsem porovnávala postoje dětí z dvou měst, kde v Letohradě je škola výrazně pozitivně „sportem ovlivněná“. Zde porovnáваме postoje k pohybovým aktivitám na dvou základních školách v jednom městě. Obě ZŠ jsou úplné, velikostně srovnatelné bez výraznější profilace, školy nemají vlastní tělocvičnu. Školy a město Žamberk samo nevytváří tak dobré podmínky pro rozvoj

sportovních aktivit po stránce materiálních podmínek a ani zde není (kromě tenisu a kanoistiky) dlouhodobá a výsledky motivační aktivita srovnatelná s biatlonem a hokejbalem v Letohradě.

Tabulka 6

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek ze ZŠ Nádražní Žamberk (n=19)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 – nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	19	19	19	19	19	19
Minimální hodnota	3	3	1	5	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,16	4,42	3,11	5	3,68	4,05
Medián	4	5	3	5	4	4
Směrodatná odchylka	0,67	0,75	1,33	0	1,34	1,15

Tabulka 7

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek ZŠ 28. října Žamberk (n=32)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 – nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	32	32	32	32	32	32
Minimální hodnota	1	2	1	4	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,03	4,53	3,88	4,81	3,75	4,31
Medián	4	5	4	5	4	5
Směrodatná odchylka	0,98	0,75	1,27	0,39	1,27	0,92

Komentář:

Z porovnání průměrných hodnot postojů k pohybovým aktivitám je zřejmé, že hodnoty na obou školách jsou zcela srovnatelné. Jedinou výjimkou je dimenze X3 - nebezpečí. Je patrné, že dívky z jedné školy výrazněji upřednostňují při pohybových aktivitách více vzrušující, popřípadě i nebezpečnější aktivity.

Z celkově přibližně stejných hodnot postojů k pohybovým aktivitám lze vyvodit, že obě školy ve věkové kategorii mladší školní věk nemotivují dívky natolik odlišně, aby to vedlo ke zřejmé diferenciaci postojů k pohybovým aktivitám ve srovnatelných podmínkách.

3.4.4 Porovnání postojů chlapců ze ZŠ Nádražní a ZŠ 28. října v Žamberku

V tabulkách 8 a 9 jsou porovnávány postoje k pohybovým aktivitám chlapců na dvou srovnatelných školách ze stejného města s možností porovnání možných odlišností v postojích k pohybovým aktivitám s dívkami z téže školy (tabulky 6 a 7).

Tabulka 8

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců ze ZŠ Nádražní Žamberk (n=33)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	33	33	33	33	33	33
Minimální hodnota	1	2	1	3	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,09	4,58	3,94	4,85	1,85	4,48
Medián	4	5	5	5	1	5
Směrodatná odchylka	1,08	0,7	1,37	0,43	1,21	1,16

Tabulka 9

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců ze ZŠ 28. října Žamberk (n=49)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	49	49	49	49	49	49
Minimální hodnota	2	3	1	2	1	3
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,29	4,69	4,35	4,69	1,94	4,69
Medián	4	5	5	5	1	5
Směrodatná odchylka	0,73	0,61	0,96	0,86	1,15	0,61

Komentář:

Z porovnání průměrných hodnot postojů k pohybovým aktivitám je zřejmé, že hodnoty na obou školách jsou zcela srovnatelné. Rovněž zde, podobně jako u dívek, s jedinou výjimkou dimenze X3 - nebezpečí. Je zajímavé, že chlapci z jedné školy výrazněji upřednostňují při pohybových aktivitách více vzrušující, popřípadě i nebezpečnější aktivity. Jedná se o stejnou školu jako u dívek. Další zajímavostí je, že na jedné škole je u chlapců postoj k pohybovým aktivitám v pěti dimenzích vyšší než na druhé ZŠ. Jedinou výjimkou je dimenze X4 - sociální prožívání. U dívek je postoj k pohybovým aktivitám ve čtyřech dimenzích rovněž na této škole výraznější (Tabulky 6 a 7). Možné vysvětlení je v tom, že v jinak srovnatelných podmínkách je celkově výraznější podpora a motivace ke sportu než na druhé škole i proto, že zde na II. stupni působí kvalifikovaní učitelé tělesné výchovy a zároveň ředitelka školy má v aprobaci TV. Tato skutečnost pro druhou školu neplatí. Důležitý je však jistě postoj ke sportu a TV konkrétních učitelek na I. stupni základní školy, tak i postoj rodičů.

3.4.5 Porovnání postojů dívek a chlapců ze společných souborů (Žamberk a Letohrad)

Pro toto porovnání jsem zvolila společné soubory ze škol z obou měst odděleně pro dívky a chlapce, abych zjistila, zda již v mladším školním věku dochází v důsledku odlišného sexuálního a psychického vývoje k odlišně utvářeným postojům k pohybovým aktivitám.

Tabulka 10

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek ze ZŠ Žamberk a ZŠ Letohrad (n=72)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	72	72	72	72	72	72
Minimální hodnota	1	2	1	3	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,07	4,46	3,74	4,89	3,86	4,29
Medián	4	5	4	5	4	5
Směrodatná odchylka	0,82	0,78	1,22	0,36	1,24	0,93

Tabulka 11

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců ze ZŠ Žamberk a ZŠ Letohrad (n=104)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	104	104	104	104	104	104
Minimální hodnota	1	2	1	1	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,32	4,63	4,15	4,73	2,12	4,63
Medián	5	5	5	5	2	5
Směrodatná odchylka	0,87	0,7	1,16	0,8	1,33	0,86

Komentář:

Největší rozdíl v průměrných hodnotách postojů v pohybových aktivitách je u dimenze X5 - estetické cítění. I hodnota mediánu je o 2 body vyšší u dívek. Potvrzuje se, že již v tomto věku mají dívky mnohem větší smysl pro krásu, ladnost, estetičnost.

Výrazný rozdíl v pozitivním hodnocení naopak ve prospěch chlapců je v dimenzi X3 - nebezpečí. Je zřejmé, že již v tomto věku chlapcům přináší větší uspokojení při sportovních aktivitách, kde je riziko, napětí a vzrušení.

Vyšší hodnoty postojů k pohybovým aktivitám je u chlapců také v dimenzi X6 - radost z pohybu, kdy dochází ke zvyšování fyzické kondice a v dimenzi X1 - sociální cítění, kdy chlapci rádi při sportu vyhledávají a poznávají nové kamarády.

3.4.6 Porovnání postojů dívek a chlapců ze společných souborů ZŠ Žamberk (dívký a chlapci) a ZŠ Letohrad (dívký a chlapci)

Pro toto porovnání jsem se rozhodla, abych zjistila, zda existuje rozdíl v postoji k pohybovým aktivitám dětí z velikostně srovnatelných (6 tis. obyvatel) a vzdálenostně blízkých (7 km) měst, kde v jednom jsou výrazně lepší podmínky pro sport z hlediska sportovišť a kdy celé jedno město prožívá výrazný sportovní „boom“ díky podmínkám a výsledkům především v biatlonu, hokejbalu a fotbalu. V tomto městě je i výrazná podpora podnikatelské sféry a velké firmy Siemens (dříve OEZ). Děti tuto prosporní atmosféru vnímají a mají své reálné vzory, které jsou i mediálně známé. Biatlonista Ondřej Moravec je rodákem, absolventem zdejší základní a střední školy a v tomto městě také bydlí. Děti jej dobře znají, běžně potkávají a to je pro ně velmi motivující.

Tabulka 12

Postoje k pohybovým aktivitám u celého souboru ZŠ Žamberk (dívky a chlapci; n=133)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	133	133	133	133	133	133
Minimální hodnota	1	2	1	1	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,16	4,59	3,95	4,8	2,6	4,46
Medián	4	5	4	5	2	5
Směrodatná odchylka	0,89	0,7	1,27	0,61	1,51	0,95

Tabulka 13

Postoje k pohybovým aktivitám u celého souboru ZŠ Letohrad (dívky a chlapci; n=43)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	43	43	43	43	43	43
Minimální hodnota	3	2	1	1	1	2
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,4	4,47	4,07	4,77	3,53	4,58
Medián	5	5	4	5	4	5
Směrodatná odchylka	0,72	0,84	0,97	0,8	1,45	0,72

Komentář:

Průměrné hodnoty postojů k pohybovým aktivitám jsou u dětí z Letohradu ve 4 dimenzích vyšší: X1 - sociální cítění, X3 - nebezpečí, X5 - estetické cítění, X6 - radost z pohybu. U dimenzí X2 - zdraví a X4 - sociální prožívání jsou hodnoty prakticky shodné.

Největší rozdíl je právě v dimenzi X5 - estetické cítění, což je možná způsobeno i tím, že právě biatlon je spojován s módními trendy a mediální reklamou (Moravec, Soukalová). Vyšší hodnoty v dimenzi X1 - sociální cítění dokládají, že si děti uvědomují, že jim sport přináší nové kamarády, společné prožitky a radosti.

3.4.7 Porovnání postojů dívek z pražské školy³ a mimopražských základních škol (ZŠ Žamberk a ZŠ Letohrad)

Cílem tohoto porovnání postojů k pohybovým aktivitám bylo zjistit, zda odlišný způsob života dívek ve velkém městě a v malých městech vytváří rozdílné postoje k pohybovým aktivitám. Jako mimopražský vzorek je zde společný soubor dívek ze ZŠ Žamberk a ZŠ Letohrad (Tabulka 15) a k porovnání využívám hodnoty postojů dívek z pražské školy, které jsou součástí práce Holického (2011). Protože v Holického práci jsou uvedeny dva oddělené soubory pro 3. třídu (n = 17) a 4. třídu (n = 20), tak jsem z uvedených souborů vytvořila jeden soubor (n = 37). Přepočtené průměrné hodnoty jsou uvedeny v Tabulce 14. Z důvodu přepočtu průměrných hodnot nemůže být pak v tabulce uváděna směrodatná odchylka a medián.

³ podle Holického, 2011

Tabulka 14

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek z pražské školy dle Holického (2011); n=37

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	37	37	37	37	37	37
Minimální hodnota	1	2	1	4	0	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,43	4,22	3,37	4,94	4,19	4,24

Tabulka 15

Postoje k pohybovým aktivitám u dívek ze ZŠ Žamberk a ZŠ Letohrad (mimopražské školy); n=72

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	72	72	72	72	72	72
Minimální hodnota	1	2	1	3	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,07	4,46	3,74	4,89	3,86	4,29
Medián	4	5	4	5	4	5
Směrodatná odchylka	0,82	0,78	1,22	0,36	1,24	0,93

Komentář:

Z porovnání průměrných hodnot postojů k pohybovým aktivitám zjišťujeme, že u dívek z mimopražských škol jsou vyšší hodnoty postojů v dimenzích X2 - zdraví, X3 - nebezpečí, X6 - radost z pohybu. Největší rozdíl je v dimenzi X3 - nebezpečí. Předpokládám, že tento fakt je způsoben větším uvědomováním si rizik života ve velkém městě a v důsledku toho i neupřednostňování rizikovějších sportovních aktivit.

U dívek z pražské školy jsou vyšší hodnoty postojů v dimenzích X1 - sociální cítění, X4 - sociální prožívání, X5 - estetické cítění. Větší rozdíl je v dimenzi sociální cítění a estetické cítění, což lze interpretovat tak, že dívky z velkého města snadněji a s chutí vyhledávají kamarádky a kamarády a estetické hodnoty, vzhled i způsob pohyby jsou pro ně asi důležitější než pro dívky z malých měst.

3.4.8 Porovnání postojů chlapců z pražské školy ze studie Holického (2011) a mimopražských základních škol (Žamberk a Letohrad)

Cílem tohoto porovnání postojů k pohybovým aktivitám bylo zjistit, zda odlišný způsob života chlapců ve velkém městě a v malých městech vytváří rozdílné postoje k pohybovým aktivitám. Jako mimopražský vzorek je zde společný soubor chlapců ze ZŠ v Žamberku a Letohradu (Tabulka 17) a k porovnání využívám hodnoty postojů chlapců z pražské školy (Tabulka 16), které jsou součástí studie Holického (2011). Protože v Holického práci jsou uvedeny dva oddělené soubory pro 3. třídu (n = 16) a 4. třídu (n = 23), tak jsem z uvedených souborů vytvořila jeden soubor (n = 39). Přepočtené průměrné hodnoty jsou uvedeny v Tabulce 16. Z důvodu přepočtu průměrných hodnot nemůže být pak v tabulce uvedena směrodatná odchylka a medián.

Tabulka 16

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců z pražské školy ve studii Holického (2011); n=39

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 - sociální prožívání	X5 - estetično	X6 - radost z pohybu
Počet (n)	39	39	39	39	39	39
Minimální hodnota	3	1	0	2	1	2
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,31	4,13	4,08	4,87	2,9	4,46

Tabulka 17

Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců ze ZŠ Žamberk a Letohrad (mimopražské školy); n=104

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 – zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	104	104	104	104	104	104
Minimální hodnota	1	2	1	1	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,32	4,63	4,15	4,73	2,12	4,63
Medián	5	5	5	5	2	5
Směrodatná odchylka	0,87	0,7	1,16	0,8	1,33	0,86

Komentář:

Z porovnání průměrných hodnot postojů k pohybovým aktivitám zjišťujeme, že u chlapců z mimopražských škol jsou vyšší hodnoty postojů v dimenzích X1- sociální cítění, X2 - zdraví, X3 - nebezpečí, X6 - radost z pohybu. Největší rozdíl je v dimenzi X2- zdraví. Je zajímavé, že zdravotní výchova chlapců z mimopražských škol zřejmě vede k tomu, že si více uvědomují důležitost sportovních aktivit pro upevnění zdraví. Chlapci z pražské školy si tento zdravotní aspekt sportu a pohybu zatím tolik neuvědomují.

U chlapců z pražské školy jsou vyšší hodnoty postojů v dimenzích X4 - sociální prožívání, X5 - estetické cítění. Poměrně velký rozdíl je v dimenzi X5 estetické cítění, což lze interpretovat tak, že chlapci (stejně jako dívky) z velkého města více uznávají a oceňují estetické hodnoty, vzhled, způsob pohybu více než chlapci i dívky z malých měst.

Zajímavé je, že vyšší hodnoty postojů z mimopražských škol v dimenzích X2 - zdraví, X3 - nebezpečí a X6 - radost z pohybu jsou jak v kategorii chlapců, tak dívek, čili že se zde neprojevuje rozdíl pohlaví.

3.4.9 Porovnání postojů celého souboru dětí (dívky a chlapci, ZŠ Žamberk a Letohrad) s celým souborem dětí (dívky a chlapci) z pražské a mimopražské školy

Toto porovnání postojů k pohybovým aktivitám jsem zvolila proto, že v práci Holického (2011) jsou postoje k pohybovým aktivitám tohoto společného souboru (dívky a chlapci, pražská a mimopražská škola) uvedeny. Jednalo se o soubor stejné velikosti ($n = 175$), když v mém výzkumném šetření měl soubor $n=176$, a vznikl z testování ve školním roce 2008/2009. Mé šetření proběhlo ve školním roce 2014/2015, tudíž můžeme zaznamenat 6letý odstup.

Tabulka 18

Postoje k pohybovým aktivitám u celého souboru dětí ve studii Holického (2011); $n=175$

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - estetično	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	175	175	175	175	175	175
Minimální hodnota	1	0	0	1	0	0
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,39	4,28	3,77	4,88	3,26	4,45
Směrodatná odchylka	0,82	0,96	1,38	0,5	1,71	0,93

Tabulka 19

Postoje k pohybovým aktivitám u celého souboru dětí (dívký a chlapci ze ZŠ Žamberk a Letohrad; n= 176)

Zákl. statistická charakteristika	X1 - sociální cítění	X2 - zdraví	X3 - nebezpečí	X4 – sociální prožívání	X5 - esteticko	X6 – radost z pohybu
Počet (n)	176	176	176	176	176	176
Minimální hodnota	1	2	1	1	1	1
Maximální hodnota	5	5	5	5	5	5
Průměr	4,22	4,56	3,98	4,8	2,83	4,49
Medián	4	5	4	5	3	5
Směrodatná odchylka	0,86	0,74	1,2	0,66	1,55	0,9

Komentář:

Takto vytvořené soubory jsou přes stejnou početnost nejméně koherentní (různé zastoupení dívek a chlapců, nižší poměrné zastoupení žáků z pražské školy). Vypovídací hodnota tohoto porovnání je tedy pravděpodobně nižší.

Z porovnání průměrných hodnot postojů k pohybovým aktivitám zjišťujeme, že u šetření ve školním roce 2014/2015 (Tabulka 19) jsou vyšší hodnoty postojů v dimenzích X2 - zdraví, X3 - nebezpečí, X6 - radost z pohybu. Největší rozdíl je v dimenzi X2 - zdraví. Dokládá to, že v posledních letech se zdravotní výchova odráží i v uvědomování si důležitosti sportovních aktivit pro upevnění zdraví. Pravděpodobně také roste oblíbenost rizikovějších aktivit i ve sportu (dimenze nebezpečí).

U šetření Holického (2011) byly ve školním roce 2008/2009 vyšší hodnoty postojů v dimenzích X1 - sociální cítění, X4 - sociální prožívání, X5 - estetické cítění. Největší časový pokles je v dimenzi X5 - estetické cítění, což lze interpretovat tak, že už ve věkové kategorii mladšího školního věku dochází v posledních letech k větší neformálnosti, nedodržování konvencí a stereotypů, individualizaci (dimenze sociálního cítění a sociálního prožívání).

4. ZÁVĚRY

Hlavním cílem této bakalářské práce bylo zjištění postojů žáků mladšího školního věku k pohybovým aktivitám. Ke zkoumání jsem použila dotazník CATPA Grade/Year 3. O vyplnění dotazníku jsem požádala učitele dvou základních škol v Žamberku a jedné ZŠ v Letohradě. Tyto školy jsem si vybrala záměrně, protože Letohrad a Žamberk jsou stejně velká města (cca 6 tis. obyvatel), od sebe vzdálená 7 km, ale letohradská ZŠ má specifikum, že Letohrad „žije“ biatlonem. Výsledky těchto tří škol jsem dále porovnávala s výzkumem na pražské škole.

Co se týče hypotéz stanovených v úvodu výzkumné části této práce: v hypotéze H1 jsem předpokládala, že ve sportovněji motivované škole v Letohradě bude postoj k pohybovým aktivitám pozitivnější než u žáků žamberských škol. To se potvrdilo zejména v dimenzích X1 – sociální citění, X3 – nebezpečí, X5 – estetično a X6 – radost z pohybu. V dimenzi X2 – zdraví vykázali vyšší hodnoty žáci ze Žamberka. A konečně v dimenzi X4 – sociální prožívání byly hodnoty srovnatelné.

Hypotéza H2 zněla, že alespoň v některých postojích k pohybovým aktivitám budou odlišnosti mezi dívkami a chlapci. To se potvrdilo ve všech dimenzích. Největší rozdíl ve prospěch chlapců byl u dimenze X3 – nebezpečí, naopak u dívek v dimenzi X5 – estetično.

Hypotéza H3 předpokládala, že mohou být rozdíly v postojích k pohybovým aktivitám mezi dětmi malých měst (Žamberk, Letohrad) a žáky z Prahy dle studie Holického (2011). Zde se ukázalo, že největší rozdíl mezi školami byl u dimenze X5 – estetično, a to ve prospěch pražské školy, která vykázala vyšší hodnoty i v dimenzi X1 – sociální citění. Děti z Letohradu a Žamberka udaly vyšší hodnoty v dimenzích X2 – zdraví a X3 – nebezpečí. U ostatních dimenzí byly výsledky srovnatelné.

Všechny hypotézy se mi tedy podařilo prokázat, i když připouštím, že matematicky zpracované hodnoty by bylo dále možné testovat na statistickou významnost. Za splněný rovněž považuji hlavní cíl této práce.

5. LITERATURA

BAPPERTO VÁ, S., OSTERKAMP-BAERENSOVÁ, C. *Pohybem a výživou ke zdraví dětí.*, 2004. Z originálu přeložila MUDr. Ivana Suchardová. Praha: Tiskárny Havlíčkův Brod. 138 s.

BUNC, V. *Aktivity podporující zdraví*, [online] dostupné na <http://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-987-version1-aktualita5.pdf>, [cit. 2016-04-03]

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. 2.vyd. Praha: Portál, 2007. 656 s. ISBN 978-80-7367-273-7.

DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. 4. vyd. Praha: Olympia, 2012. 336 s. ISBN 978-80-7376-326-8.

EU PHYSICAL ACTIVITY GUIDELINES, *Recommended Policy Actions in Support of Health-Enhancing Physical Activity*, [online], 2008. Dostupné z <http://www.msmt.cz/file/20028/download/>, [cit. 2016-03-29]

FRÖMEL, K., NOVOSAD, J., SVOZIL, Z. *Pohybová aktivita a sportovní zájmy mládeže*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 1999. 173 s. ISBN 80-7067-945-X.

HAYESOVÁ, N. *Základy sociální psychologie*. Praha: Portál 2013. 168 s. ISBN 978-80-262-0534-0.

HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Velký psychologický slovník*. Praha: Portál 2010. 800 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HELEŠIC, J. Kritický pohled na sport mládeže. *Těl. Vých. a Sport Mlád.*, roč. 77, č. 4, 2011, s. 6 - 11. ISSN 1210-7689.

HELUS, Z. *Dítě v osobnostním pojetí*. Praha: Portál, 2009. 288 s. ISBN 978 -80-7367-628-5.

HELUS, Z. *Sociální psychologie pro pedagogy*. 2. přepracované vyd. Praha: Grada, 2015. 400 s. ISBN 978 - 80-249-4674-6.

- HOLICKÝ, J. *Postoje k pohybovým aktivitám u žáků mladšího školního věku*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, 2011.
- HOLICKÝ, J., KAPLAN, A., HONSOVÁ, Š. Postoje k pohybovým aktivitám u chlapců v mladším školním věku. *Česká kinantropologie*, vol. 18, no.1, 2014, p. 53 – 62.
- JANSA, P. a kol. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum, 2012. 226 s., ISBN 978-80-246-2026-8.
- JANSOVÁ, K. *Názory a postoje školní mládeže k tělesné výchově a sportu*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, 2014.
- KALMAN, M. HAMŘÍK, Z., PAVELKA, J. *Podpora pohybové aktivity pro odbornou veřejnost*. Olomouc: Ore institut, 2009. 178 s. ISBN 978-80-254-5965-2. Zároveň online dostupné na adrese <http://www.cyklodoprava.cz/file/cyklopolitika-zdravi-podpora-pohybove-aktivity-pro-odbornou-verejnost/>
- KAPLAN, A., VÁLKOVÁ, N. *Atletika pro děti a jejich rodiče, učitele a trenéry*. Praha: Olympia, 2009. 246 s. ISBN 978-80-7376-156-1.
- KRIŠTOFIČ, J. *Pohybová příprava dětí. Kondiční a koordinační gymnastická cvičení*, 1. vyd. Praha: Grada, 2006. 109 s. ISBN 80-247-1636-4.
- KUČERA, M., KOLÁŘ, P., DYLEVSKÝ, I. *Dítě, sport a zdraví*. 1. vyd. Praha: Galén, 2011. 190 s. ISBN 978-80-7262-712-7.
- LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 2. aktualizované vyd. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 978-80-247-1284-0.
- LOKŠOVÁ, I., LOKŠA, J. *Pozornost, motivace relaxace a tvořivost dětí ve škole*. 1. vyd. Praha: Portál 1999. 208 s. ISBN 80-7178-205-X.
- MÁLKOVÁ, T. *Příspěvek k diagnostice postojů k pohybovým aktivitám u žáků středního školního věku*. Diplomová práce. Praha: UK FTVS, 2002. 64 s.
- MUŽÍK, V., DOBRÝ, L. Charakteristiky kvalitní tělesné výchovy. *Těl. Vých. a Sport Mlád.*, roč. 74, č. 4, 2008, s. 4- 5. ISSN 1210-7689.

NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009. 498 s. ISBN 978-80-200-1679-9.

PERIČ T., DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha: Grada, 2010. 160 s. ISBN 978-80-247-2118-7.

PERIČ, T. a kol. *Sportovní příprava dětí*. 2. vyd. Praha: Grada, 2012. 176 s. ISBN 978-80-247-4218-2.

PRŮCHA, J., WALTEROVÁ, E., MAREŠ, J. *Pedagogický slovník*. 6. vyd. Praha: Portál, 2009. 400 s. ISBN 978-80-7367-647-6.

RYCHTECKÝ, A., FIALOVÁ, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*, 2. přepracované vyd. Praha: Karolinum, 1998. 171 s. ISBN 80-7184-659-7.

ŘÍČAN, P. *Cesta životem. Vývojová psychologie*. 2. vyd. Praha: Portál, 2009. 390 s. ISBN 978-80-7367-124-2.

SCHUTZ, R.W., SMOLL, F.L., CARRE, F.A., MOSHER, R.E. Inventories and Norms for Children's Attitudes Toward Physical Activity. *Res. Quart. Exer. Sport.*, Vol. 56, 1985, pp. 256 - 265.

SMOLL, F. L., SCHUTZ, R.W. Children's Attitudes Toward Physical Activity: A Longitudinal Analysis, *Journal of Sport Psychology*, 1980, pp. 137 – 147. Zároveň online dostupné na

<http://fitnessforlife.org/AcuCustom/Sitename/Documents/DocumentItem/8577.pdf>

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie. Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2012. 536 s. ISBN 978-80-246-2153-1.

VÝROST, J., SLAMĚNÍK, I. *Sociální psychologie*. 2. přepracované a rozšířené vydání Praha: Grada, 2008. 404 s. ISBN 978-80-247-1428-8.

ZACHAROVÁ, E. *Základy vývojové psychologie*. 1. vyd. Ostrava: Ostravská univerzita, 2012. 97 s. ISBN 978-80764-220-3.

ZÁKLADNÍ ŠKOLA LETOHRAD. *Významní absolventi školy*. [online] dostupné na <http://www.zsletohrad.cz/absolventi.php>, [cit. 2016-04-03]

Příloha 1

Vzor Postojového dotazníku CATPA Grade/Year 3

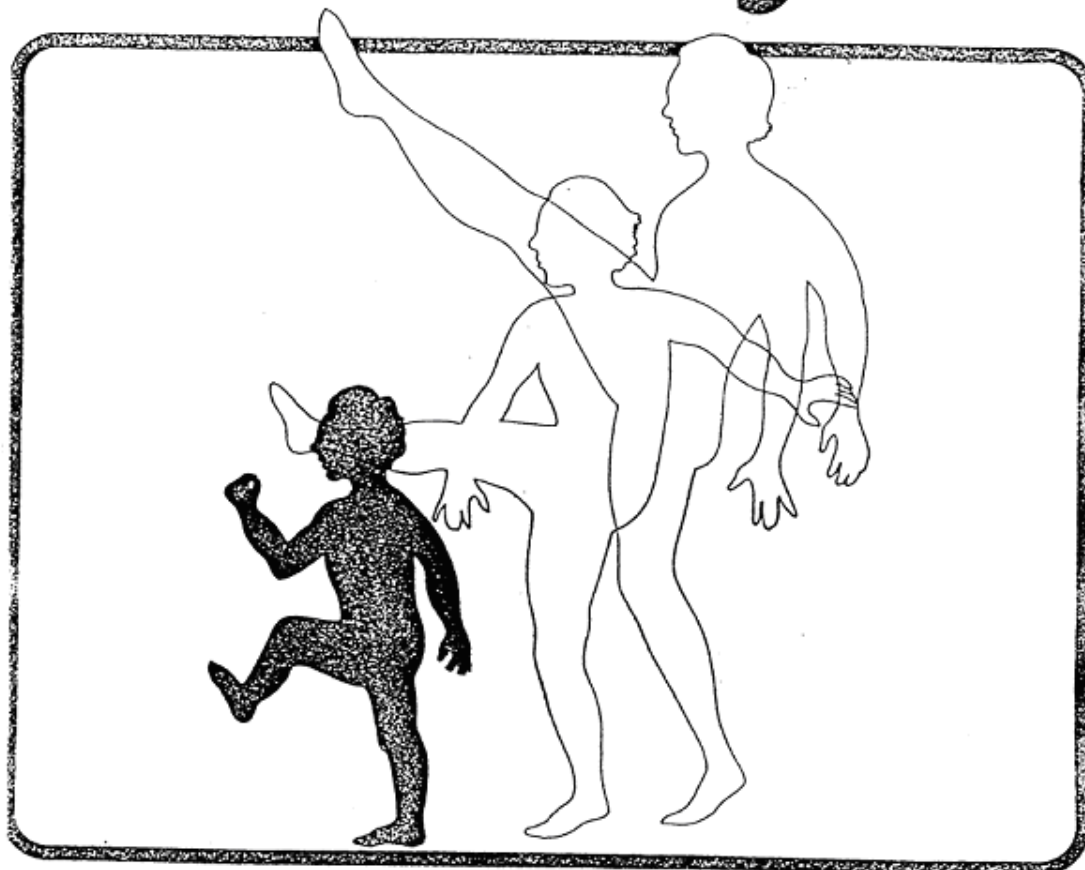
Dotazník, který učitelé ve svých třídách rozdávali dětem k vyplnění.

Číselný kód
výzkumného šetření

Číselný kód žáka

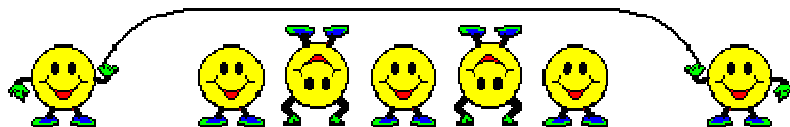
British Columbia
PHYSICAL EDUCATION
ASSESSMENT

GRADE / YEAR 3



attitude toward physical activity

POSTOJOVÝ DOTAZNÍK K POHYBOVÝM AKTIVITÁM



Autor: prof. Schutz

Univerzita Britská Kolumbie, Kanada

Využito pro potřeby FTVS UK v Praze

Garant: PhDr. Aleš Kaplan, Ph.D.

Studentka UK v Praze FTVS: Romana Veselá

Instrukce

Tento dotazník je vytvořen za účelem zjištění, jak se člověk cítí při provádění pohybových aktivit. **Pohybovou aktivitou** se rozumí **pohybové hry, pohybové činnosti** (patří sem honička, jízda na kole, pěší turistika a další činnosti), **sporty** (patří sem fotbal, hokej, florbal, atletika, tenis, plavání, gymnastika a další různé sporty) a **tanec**. Tyto aktivity se mohou provozovat v rámci hodin školní tělesné výchovy nebo v rámci mimoškolních pohybových aktivit.

Toto není test. Neexistují zde žádné správné ani špatné odpovědi. Přečtěte si každou větu a zaškrtněte (nebo vyplňte) odpovídající obličej, který nejvíce vystihuje tvoje pocity nebo tvůj vztah k dané pohybové aktivitě.

V případě, že vůbec neporozumíte otázce, zaškrtněte prosím kolonku:



1. Jak byste se cítili při pohybových aktivitách, při kterých byste měli možnost poznávat nové kamarády?



2. Jak byste se cítili při pohybových aktivitách, při kterých by bylo upevňováno vaše zdraví?



3. Jak byste se cítili při pohybových aktivitách, které by se pro vás mohly stát vzrušující, popřípadě nebezpečné. Jsou to ty aktivity, při kterých se pohybujete velikou rychlostí a musíte pohotově a rychle měnit směr?



4. Jak byste se cítili při pohybových aktivitách, při kterých byste mohli prožívat radost se svými kamarády?



5. Jak byste se cítili při pohybových aktivitách, při kterých by byly prováděny ladné pohyby?



6. Jak byste se cítili při pohybových aktivitách, které by pro vás znamenaly radost z pohybu a zároveň by vedly ke zvýšení vaší fyzické kondice?

